

Eski Türk Devletlerinde Mutfak Kültürü

Seray EVREN¹, Cihan BAŞOL², Şevki ULEMA³ ve Serkan ŞENGÜL⁴

Öz

Türk mutfak kültürünün gelişimi tarih boyunca Türk toplumlarının coğrafi ve sosyo-kültürel birçok unsur ile etkileşimine dayanmaktadır. Bu etkileşimler doğrultusunda gelişen Türk mutfak kültürü zengin tarihi ve kültürel birikimin sonucu olarak görülmektedir. Eski Türk Devletlerinde mutfak kültürü, Türk mutfak tarihinin başlangıcı olarak kabul edilmesi sebebiyle Türk gastronomi tarihi için büyük önem taşımaktadır. Buna karşın bu dönemin mutfak kültürüne ilişkin yapılan çalışmaların kısıtlı olması araştırmanın ortaya çıkmasında etkili olmuştur. Bu araştırma ile eski Türk Devletlerinin mutfak kültürünün incelenmesi amaçlanmıştır. Nitel yöntemin benimsendiği bu çalışmada doküman analizi yapılmıştır. Bu doğrultuda ikincil kaynaklardan elde edilen veriler içerik analizi yöntemi ile analiz edilmiştir. Eski Türk devletlerinde bozkırın sert koşulları, göçebe yaşam tarzını ve bu yaşama uygun hayvancılığı ön plana çıkarırken, buna rağmen sınırlı da olsa tarımsal faaliyetler de yürütülmüştür. Konar-göçer yapının etkisiyle uzun süre saklanabilen ve besin değeri yüksek gıdalar ile kurutma ve fermantasyon gibi teknikler yaygınlaşmıştır. Yemek kültürü; dini inanışlar, ritüeller ve toplumsal törenlerle iç içe geçmiş, böylece Türk mutfak kültürünün temelleri atılmıştır. Araştırma sonuçlarının Türk mutfak tarihine ilişkin alan yazına katkı sağlaması hedeflenmektedir.

Anahtar Kelimeler: Eski Türk Devletleri, Türk Mutfak Kültürü, Türk Gastronomi Tarihi, Eski Türklerde Yeme İçme Gelenekleri, Eski Türklerde Yemek Kültürü

Culinary Culture in the Ancient Turkish States

Abstract

The development of Turkish culinary culture is based on the interaction of Turkish societies with many geographical and socio-cultural elements throughout history. Turkish culinary culture, which has developed in line with these interactions, is seen as the result of a rich historical and cultural accumulation. Culinary culture in the old Turkish States hold great importance for the history of Turkish gastronomy as it is considered the beginning of Turkish culinary culture. Despite its importance, the limitation of studies on the culinary culture of this period was effective in the emergence of the research. This research aims to examine the culinary culture of the ancient Turkish States. In the study qualitative method was adopted and, document analysis was performed. In this regard, the data obtained from secondary sources were analyzed using the content analysis method. In the early Turkish states, the harsh conditions of the steppe brought the nomadic lifestyle and livestock farming to the forefront; however, limited agricultural activities were also carried out. Influenced by the nomadic structure, foods with long shelf lives and high nutritional value became prominent, and techniques such as drying and fermentation became widespread. Food culture was intertwined with religious beliefs, rituals, and social ceremonies, thus laying the foundations of Turkish culinary culture. It is aimed that the research results will contribute to the literature on Turkish culinary history.

Keywords: Ancient Turkish States, Turkish Culinary Culture, History of Turkish Gastronomy, Food and Beverage Traditions in Ancient Turkish Societies, Culinary Culture of Ancient Turks

Atıf İçin / Please Cite As:

Evren, S., Başol, C., Ulema, Ş. ve Şengül, S. (2026). Eski Türk devletlerinde mutfak kültürü. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 15 (1), 399-417. doi:10.33206/mjss.1632690

Geliş Tarihi / Received Date: 04.02.2025

Kabul Tarihi / Accepted Date: 28.10.2025

¹ Arş. Gör. - Türkiye-İstanbul Gedik Üniversitesi Mimarlık ve Tasarım Fakültesi, seray.evren@gedik.edu.tr,

 ORCID: 0000-0001-9063-5824

² Doktora Öğrencisi - Türkiye - Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Turizm Fakültesi, basolcihan@outlook.com,

 ORCID: 0000-0003-3250-0416

³ Prof. Dr. - Türkiye - Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Turizm Fakültesi, ulema@subu.edu.tr,

 ORCID: 0000-0002-5874-8797

⁴ Prof. Dr. - Türkiye - Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Turizm Fakültesi, serkansengul@subu.edu.tr,

 ORCID: 0000-0003-4615-1982



Giriş

Toplumlar çevreleriyle olan ilişkilerinde zaman içinde bilgi ve deneyim biriktirerek coğrafi ortamdan maksimum faydayı elde etmeye çalışmışlardır. İklim koşulları, su kaynakları, bitki örtüsü, toprak verimliliği gibi doğal faktörler, insanların yerleşim yerlerini seçmelerinde ve gıda kaynaklarını belirlemelerinde önemli rol oynamıştır. Bunun yanı sıra toplumun yapısı ve dini gibi sosyo-kültürel faktörler beslenme kaynakları ve beslenme biçimi üzerinde etkili olmaktadır (Harrington, 2005). Toplumdan topluma ve nesilden nesile çeşitlilik gösteren yemek etrafında gelişen ritüeller ve gelenekler ile birlikte sofrada adabı ve kuralları bu durumu kanıtlar niteliktedir. Gıda ürünlerinin hazırlanmasında kullanılan teknikler ve ekipmanlar da çeşitli dış faktörler doğrultusunda toplumdan topluma çeşitlilik göstermektedir (Fırat, 2014). Bu doğrultuda çalışmanın amacı eski Türk Devletlerinde yaşayan toplulukların (boyaların) mutfak kültürünün incelenmesidir. Türk mutfağının tarihi seyrine bakıldığında eski Türk devletleri dönemine ait mutfak kültürünün bugünün Türk mutfak kültürünün başlangıç noktası olarak kabul edildiği görülmektedir (Sürücüoğlu ve Özçelik, 2008; Samancı, 2016; Sandıkçıoğlu ve diğerleri, 2016). Orta Asya Türk mutfağının, yaşanan coğrafyanın koşulları doğrultusunda oldukça sade ve sınırlı bir menüye sahip olduğu söylenebilir. Bu durumun temelinde, eski Türk devletlerinin büyük ölçüde bozkır ikliminde ve genellikle konar-göçer bir yaşam tarzı benimsemiş olmaları yatmaktadır. Göçebe yaşam biçimi, mutfak kültüründe de taşınabilirliği kolay, dayanıklı ve temel besin öğelerine dayalı sade bir yapının benimsenmesini beraberinde getirmiştir (Çift ve Taşağıl, 2022, s. 199). Ancak tarihsel süreçte gerçekleşen göç hareketleri ve farklı toplumlarla kurulan etkileşimler, Türk mutfağının zamanla çeşitli coğrafyaların yemek kültürlerinden beslenerek yeni tatlar, malzemeler ve pişirme teknikleriyle zenginleşmesini sağlamıştır (Kızıldemir, Öztürk ve Sarışık 2014). İslamiyet'in kabulünden önce Orta Asya'da yaşamış Türklerin mutfak kültürü üzerinde yaşanan coğrafya ve iklim ile birlikte sosyal yaşam ve inanç gibi birçok faktör etkili olmuştur. Bu topluluklar sert şartların hâkim olduğu bozkır ikliminde hayatta kalabilmek için hayvanlarına ve otlaklarına sahip çıkabilmek çerçevesinde çeşitli bilgi ve yetenekler geliştirmiştir. Bu dönemde geliştirilen bilgi ve yetenekler, Türk mutfağının tarihi boyunca hayatta kalmanın yanı sıra farklı coğrafyalarda farklı lezzetlerin oluşmasına da katkıda bulunmuştur (Bilgin ve Samancı, 2008). Mutfak kültürü kapsamında ele alınan gıda ürünleri, bu gıda ürünlerinin elde edilmesi ve hazırlanmasında kullanılan teknik bilgiler, sunum ve tüketim biçimleri ile yemek etrafında oluşan gelenek ve ritüeller toplumların kimliğini temsil etmektedir (Timothy ve Ron, 2013). Türk mutfağı ise sahip olduğu zenginlik ve çeşitlilikle dünya mutfağının önemli bir parçasını oluşturmaktadır. Yapılan araştırmada eski Türk devletlerinin mutfak kültürlerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma ile birlikte Türk mutfak tarihine dair alan yazının genişletilmesi, gelecek araştırmalara ışık tutulması ve kültürel sürdürülebilirliğin sağlanması hedeflenmektedir.

Yöntem

Araştırmada nitel araştırma yönteminden yararlanılarak eski Türk tarihi, kültürü ve uygarlığı kapsamında mutfak kültürü ele alınmaktadır. Doküman analizi yöntemi ile yürütülen araştırmada veriler ikincil kaynaklardan elde edilmiştir. Bu çalışma, kapsamı gereği etik kurul onayı gerektirmemektedir. Yazılı materyallerin incelenmesini ve bu materyallerin anlamlı bir biçimde derlenmesini amaçlayan doküman analizi yönteminde araştırmanın konusuyla ilişkili kaynaklardan elde edilen bilgiler toplanmakta, sınıflandırılmakta ve analiz edilmektedir. Bu sayede, ilgili konuya dair mevcut bilgilere ulaşma ve anlam çıkarma süreci sistematik bir biçimde gerçekleştirilmektedir (Sak ve diğerleri, 2021). Araştırmanın sınırları, bu alanda yapılan çalışmalardan faydalanılarak eski Türk devletleri kapsamında belirlenmiştir. Kızıldemir ve diğerleri (2014) tarafından yapılan çalışmada aktarıldığı üzere Orta Asya'da kurulan eski Türk Devletleri, Hunlar (M.Ö. 220-MS 216), Tabgaçlar (M.S. 216-394), Avarlar (M.S. 394-552), Göktürkler (M.S. 552-745), Uygurlar (M.S. 745-940) olmak üzere sıralanmaktadır. Bu doğrultuda araştırma verileri araştırma konusuyla ilgili belirlenen sınırlar kapsamında ilgili kitaplar, makaleler, resmi internet siteleri ve diğer eserler olmak üzere ikincil kaynaklardan elde edilmiştir. Elde edilen veriler içerik analizi yöntemi ile incelenmiş ve genelden özele olmak üzere konu başlıkları altında derlenmiştir.

Eski Türk Devletlerinde Mutfak Kültürünün Genel Özellikleri

Coğrafi Özellikler ve Geçim Kaynakları

Türk kökenli topluluklar, tarih boyunca yaşadıkları alanlara uyum sağlayarak varlıklarını sürdürmüştür. Taşağıl'a (2013) göre Türk tarihinin varlığını sürdürdüğü geniş saha Avrasya coğrafyasıdır ve bu coğrafya içerisinde yer alan kuşaklar; Orta Avrupa'da Macaristan ovalarından Asya'nın doğusu Kore'ye kadar uzanmaktadır. Ayrıca Türk kavimlerinin sadece doğu batı yönünde ilerlemediği Çin'in kuzeyinden Afrika'ya, Kuzey Hindistan'dan, İran, Mısır ve Balkan topraklarına kadar Türk bozkır kültür sisteminin

görüldüğü bilinmektedir. Tundra, tayga, bozkır, çöl ve vaha alanlarında yaşamış coğrafyanın koşullarına göre uyum sağlamış topluluklarda temel geçim kaynakları tundra alanlarda avcılık, tayga kuşağında avcılık, toplayıcılık ve balıkçılık, çöl ve vaha alanlarında ticaret, bozkır alanlarda ise koyun, keçi, at, deve ve sığır gibi hayvanların yetiştiriciliği ile birlikte ticareti olarak sıralanabilmektedir. Bu alanlarda tarımın yapılamaması çeşitli şartlara bağlı görülmektedir. Bu şartlar arasında Hazar Denizi'nden kaynaklanan sıcak rüzgârların erozyona yol açması ve bozkırları kurutması, topraktaki tuz oranının fazla olması, sıcaklık farklılıklarının fazla yaşandığı bölgelerde toprağın donması ve bataklık alanların fazla olması sıralanmaktadır (Taşağıl, 2024, s. 19-36).

Coğrafi şartlara uyum sağlamak bozkır kültüründe önem arz etmektedir. Toplamlar mevsimsel özelliklere göre yaşam mücadelesi verirken toplumun devamlılığını sağlamak için kışlık alanlardan yazlık alanlara sürekli göç etmişlerdir. Bozkır şartlarında toplamlar sürülerini korumak adına yüzbinlerce hayvanın dağıldığı geniş otlaklara sürülerini sevk etmesi ve sulak alanlar bulması gerekmiştir. Dolayısıyla eski Türk toplumlarında göçebelik kültürüne uyum sağlayacak biçimde ekonomik faaliyetlerin esasını besi hayvancılığının teşkil ettiği söylenebilmektedir. Göçebe yaşam kültüründe sürekli hareket halinde olabilmenin önemi doğrultusunda ağır hareket eden büyükbaş hayvanlar yerine arazi şartlarına daha iyi uyum sağlayan koyun ve kuzu gibi küçükbaş hayvanlar ile at yetiştiriciliğinin yer aldığı görülmektedir. Büyükbaş hayvancılık ancak ileriki yıllarda yerleşik düzene geçişle birlikte yaygınlaşabilmiştir (Deveci Bozkuş, 2022).

Türkler sınırlarının geniş bir coğrafyaya yayılması sebebiyle birçok devletle de komşu olmuş ve etkileşimde bulunmuştur. Çin, Moğol vb. kavimler ile ticari ve kültürel alışverişte bulunan Türkler kendi benliklerini koruyabilmişlerdir. Örneğin Çin kavimlerinden ilkel bir kavim olan Tonguzlar, avcı toplayıcı ve evcil hayvan besiciliği kapsamında bilhassa domuz beslerlerken Türklerin tarihleri boyunca domuz beslemedikleri bilinmektedir. Türklerin bir diğer komşuları olan Moğollar ise Çin içlerinde kadar sığır yetiştiriciliği yapmışlardır (Eberhard, 1943). Konar-göçer bozkır Türklerinin yiyecek, giyecek, barınak ve göç araçlarını temin ettikleri, ürettikleri ürünlere karşılık yerleşik hayatı benimsemiş olan komşularından hububat, baharat, pirinç ve çay gibi tarım ürünleri takas ettikleri bilinmektedir (Diyarbakirli, 1972). Bu durumda göçebeler ve çiftçiler, birlikte yaşayarak ideal bir işbirliği oluşturmuştur. Göçebeler, kışın çiftçilerin yetiştirdiği tarım ürünlerini satın alırken, karşılığında deri, yün, et ve süt ürünleri gibi hayvansal ürünleri çiftçi toplumlara sunmuştur (Eberhard, 1943).

Kullanılan Ürünler, Teknikler, Araç ve Gereçler

Eski Türk toplumlarında hayvancılık, avcılık ve mevsimsel tarım yaygın olarak gerçekleştirilmekle birlikte, bu toplulukların temel besin kaynaklarının et ve süt ürünleri, tahıllar, yabancı olarak toplanan çeşitli sebze ve meyveler olduğu bilinmektedir. Bu toplumların yarattıkları eserlerde yer verdikleri figürler ile günlük hayatlarını tasvir ettikleri düşünüldüğünde avcı ve çoban olduklarına inanılmaktadır (Ögel, 2020, s. 74). Dönemde Türklerin temel besini et ve et ürünleri olmuştur (Baykara, 2001, s. 124). Bozkır koşullarında en fazla at ve koyun yetiştirilmiştir. Bunun yanı sıra sığır ve devenin de evcilleştirildiği bilinmektedir. Bazı yüksek yaylalarda Tibet öküzü olarak bilinen yak ve keçi de yetiştirilen hayvanlar arasındadır. Avlanan yabancı hayvanlar içerisinde ise antilop, geyik, ayı, pars, tavşan, dağ keçisi, dağ koyunu, leopar, küçük kemirgenler, tilki, yaban eşiği ve kartal yer almaktadır (Taşağıl, 2018, s. 71; Çift ve Taşağıl, 2022, s. 99). Özellikle et tüketiminin yaygın olduğu bu toplumlarda yer altı suları ile beslenen meralarda hayvanların otlatıldığı ve sütlerinin sağılarak çeşitli yiyeceklerle dönüştürüldüğü belirtilmektedir. Avcılık faaliyetlerine bakıldığında ise Eski Türk toplumlarında erkeklerin sık sık ava çıktığı ve çeşitli kuş ve hayvanları avladıkları ifade edilmektedir. Türkler, hayvancılık ve avcılık faaliyetleriyle beslenme ihtiyaçlarını karşılarken, misafirperverlik adına özel durumlarda belirli hayvanları kesme geleneği yer almaktadır. Genellikle fazla koyun sürüleri olsa da hayvanlarını kesmekte tereddüt ettikleri bilinmektedir. Ete yönelik ihtiyaçlarını çoğunlukla av kuşları ve diğer av hayvanlarından karşılamışlardır. Ancak, çadırlarında misafir ağırladıkları zaman birkaç koyunu birden kesmeleri yaygın bir uygulamadır (Bedirhan, 2009).

Eski Türk devletleri her ne kadar avcılık ve hayvancılıkla uğraşan toplumlar olarak bilinse de tarım ile de uğraştıkları bilinmektedir. Bu faaliyetlerin Hun Devleti'ne kadar dayandığı arkeolojik bulgular ile kanıtlanmıştır. Konar-göçer bir topluluk olmalarına karşın Altay bölgesinde Hunlar tarafından açılmış sulama kanalları, Selenga Nehri ve Baykal Gölü kıyılarındaki kazılarda bulunan saban demirleri, oraklar, bakliyat ezmek ve öğütmek için kullanılan taşlar ile bakliyatları saklamak için özel olarak kazılmış çukurlar tarım kültürünün oluştuğunu göstermektedir (Ögel, 2020, s. 90-91). Tarıma geçtikten sonra sebze tüketmeye başlamalarına karşın et ve süt ürünlerine kıyasla fazla tercih etmemişlerdir. Temel besinin et

olması ile birlikte etin kolay sindirilebilmesi için yanında sebze veya yeşillik tükettikleri düşünülmektedir (Baykara, 2001, s. 125). Uygurlar döneminde et tüketimini yasaklayan Manihaizm inancının benimsenmesi ile sebze yemeklerine ağırlık verilmiştir. Uygurlar döneminde tarımla ilişkili kelime dağarcığının çoğalmış olması da meyve ve sebze üretiminin ve tüketiminin daha ileri seviyeye geldiğini kanıtlamaktadır (İzgi, 2020, s. 68). Bununla birlikte değirmen taşları, havan tokmakları ve sulama kanalları gibi arkeolojik buluntular Uygur döneminin büyük bir şehri olan Karabalasagun'da tarımın yaygın bir biçimde yapıldığını göstermiştir. Bazı Uygur mezarlarında darı gibi tahıl kalıntılarının bulunması ise tarıma verilen öneme işaret etmektedir (Taşağıl, 2018, s. 222). Dönemin önemli bitkisel bazlı besin grubu bakliyatlar olmuştur. Çin kaynaklarında Hunların buğday ve darı ekip biçmesi ile birlikte Hunlara özgü bir buğday ve fasulye cinsinden bahsedilmektedir (Taşağıl, 2019, s. 48). Eski Türk Devletleri döneminde üretilen ve tüketilen bakliyatlar arasında karaca darı (kara darı), buğday, kır baklaları, mercimek, nohut, arpa, börülce, bakla, pirinç, karabuğday sayılabilmektedir (Halıcı, 2022, s. 24-32). Hunlar ve Çinliler arasında M.Ö. 197 yılında yapılan bir anlaşmada Çin'in her yıl ipekli kumaş, pirinç ve diğer yiyecek maddelerinde mümkün olduğunda çok göndereceği belirtilmiştir (Ahmetbeyoğlu, 2019, s. 296). Çinlilerden bakliyat temin edilmesinin Uygur döneminde de sürdürüldüğü anlaşılmaktadır. Çin imparatoru 841 senesinde Uygurlara pirinç ve mısır yardımında bulunmak için teklifte bulunmuş, 842 senesinde Üge Kağan'a yazılan bir mektupta ise Uygurların Chen-wu şehrinde at satarak üç bin kitle pirinç alabileceği belirtilmiştir (İzgi, 2020, s. 68). Türkler tarafından yetiştirilip tüketilen başlıca sebzelerin adlandırılmaları biber (*burç*), fasulye (*bosu*), havuç (*gezer/geşir/gişri*), kabaklık denilen tarlalarda yetiştirilen, taze ve kurutulmuş olarak tüketilen kabak, sarımsak (*samursak/sarmusak*), pancar (*dünişge*), patlıcan (*bütüğe*), salatalık (*turmuş*), soğan (*sogun*), şalgam (*çagmur*), turp (*turma*) olarak sıralanabilmektedir. Türklerde çeşitli meyvelerin de üretilip tüketildiği bilinmektedir. Bunlar; armut, ayva (*ayya*), ceviz (*yagak*), dut (*iijme*), elma (*alma/almula*), erik (*kara erük*), fındık (*kosuk*), fıstık (*bitrik, şekirtük*), ığde (*yigde*), karpuz (*büken*), kavun (*kagun*), kaysı (*sarıg erük*), şeftali (*aluç, tüliig erük*) ve üzumdür. Erik, kavun ve üzümün özellikle yetiştirildiği tarlaların mevcut olduğu ve bu tarlaların *kagunluk*, kavun tarlası; *eriüklük*, erik tarlası; *yagaklık*, ceviz tarlası; *borluk* ise üzüm bahçeleri olmak üzere farklı isimlerle anıldığı bilinmektedir (Bedirhan, 2009, s. 193; Rasonyi, 1996, s. 53). Uygurlar tarafından yetiştirilen kavunlardan Yehlü Ch'u-ts'ai'nin seyahatnamesinde "*içine bir tilkinin saklanabileceği kadar büyük*" ifadesi ile bahsedilmiştir. Bu kavunlar hem taze biçimde hem de turşusu yapılarak tüketilmiştir (Selçuk, 1972). Meyvelerin aynı zamanda kurutulmuş olarak tüketildiği ve kurutulmuş meyvelere *kek*, üzüm kurusuna ise *üskenteç* denildiği belirtilmektedir. Ayrıca eski Türk toplumlarının sirke ve pekmez (*bekmes*) üretim tekniklerini bildiği ve üzüm sirkesi ile üzüm pekmezinin bu toplumların mutfak kültürünün bir parçası olduğu ifade edilmektedir (Bedirhan, 2009, s. 193; Rasonyi, 1996, s. 53). Özellikle üzümün eski Türklerin mutfak kültüründe önemli bir yere sahip olduğu düşünülmektedir. Göktürkler tarafından 600'lü yıllarda Çin'e gönderilen üzümün beğenildiği ve Turfan bölgesinde üretilen şaraplardan sıklıkla bahsedildiği Çin kaynaklarında yer almaktadır (Ögel, 2020, s. 394). Dönemde tüketilen baharatlar arasında ise karabiber, çörekotu, kimyon, kişniş, çemen ve havlıcan mevcuttur (Caferoğlu, 1968; Işın, 2021, s. 92).

Arkeolojik kazılarda bulunan Hunlara ait ev eşyaları bu toplumların kızartma, kavurma, güneşte pişirme ve haşlama tekniklerini kullandıklarına işaret etmektedir (Vural, 2016, s. 47). Uygurlar kaynatma filini *çokurda-* biçiminde kullanmıştır. Bir çeşit et pişirme tekniği olan kebab ise *söklünçü* veya *süklünçü* olarak anılmıştır (Caferoğlu, 1968). Yahni de bu dönemlerde bilinen yaygın et yemeklerinden bir tanesidir. Türk toplumlarında etin bol olması sebebiyle pişirilerek yaygınlıkla taze olarak tüketilmiştir. Bununla birlikte bu dönemde eti hem uzun süre saklayabilmek hem de göç ve ordu hareketi süresince rahat taşıyabilmek için çeşitli saklama teknikleri geliştirilmiştir. Başka toplumların et ihtiyaçlarını karşılamak için sığır sürüleri ile seyahat etmeleri yavaşlamalarına sebep olurken Türklerin saklama yöntemleri sayesinde yiyeceklerini yanlarında taşımaları onlara hız kazandırmıştır. Bu yöntemlerden bir tanesi eti konserve yaparak saklamaktır (Çift ve Taşağıl, 2022, s. 199-200). Konserve yönteminin dışında etler sucuk ve pastırma biçiminde hazırlanarak da tüketilmiştir. Bölgelerin bazılarında ince doğranmış et, un ve pirinçten, bazılarında ise kuyruk yağı, beyin ve kandan elde edilen bir karışımın bağırsağın içerisinde kurutulması ile elde edilen bir tür sucuk (*çucuk*) tükettikleri de bilinmektedir. Bu toplumlar tarafından uzun süre saklanabilen bir diğer et ürünü çeşitli baharatlarla kurutularak saklanan *yazok et* veya *kek et* olarak adlandırılan pastırma olmuştur (Alçay ve diğerleri, 2015). İlkbahar aylarında hayvanların zayıflaması sebebiyle taze et yerine pastırma tercih edilmiştir (Kılıç ve Albayrak, 2012).

Et ürünlerinin yanı sıra süt ürünleri de eski Türk toplumlarında önemli bir yer kaplamaktadır. Koyunların ve atların etinin yanı sıra sütünden de istifade edildiği bilinmektedir (Eycil ve Us, 2019). Çin kaynaklarında eski Türklerin sürülerinin etlerini yedikleri, hayvanlarının sütlerinden yaptıklarını da içtikleri ifade edilmektedir (Taşağıl, 2018, s. 47). Kısarak sütünden elde edilen kımızın Türkler tarafından tüketilen

ecekler arasında önemli bir yere sahip olduğu kabul edilmektedir. Kötü düşünceleri atmaya yardımcı olan ve cesaret veren bir ecek olarak tanımlanan kımız, mayalı bir ecek olması sebebiyle Türkler tarafından uzun süre saklanarak tktilebilmiştir (Yaygın, 1996). Kımızın İskitler döneminde kullanılmaya başlandığı Yunanlı tarihi Herodot ve İyonyalı Homeros’un kayıtlarında yer almaktadır. Kımız, taze kısırak sütüne eski kımızdan alınan kımız mayasının karıştırılması ve deriden yapılan tulumların içerisinde uzun saatler *bişkek* adlı karıştırıcı kullanılarak karıştırılması ile elde edilmektedir. 12 ila 24 saat içerisinde içilecek hale gelen kımızın yapımında fermantasyon mikroorganizmaları içeren ve doğada bulunan çeşitli bitkiler de kullanılabilir. Uzun bir süre muhafaza edilebilen kımıza Türk destanlarında, şiirlerinde ve bilmecelerinde de yer verilmiştir (Kızıldemir ve diğerleri, 2014; Tegin ve Gönülalan, 2014; Yalınel, 2021, s. 1-12). 6. yüzyılda Bizanslı elçiler tarafından “*şaraba benzeyen barbarca bir sıvı*” olarak betimlenen (Işın, 2021, s. 108) kımızın %4-5 oranında alkol içerdiği (Tez, 2012, s. 6) ve sarhoş edici özelliği ile toy merasimlerinde tktildiği bilinmektedir (Roux, 2007, s. 140, Taşağıl, 2003, s. 112). adırlarının orta direğinde daima keeye sarılı bir *kımız* tulumunun asılı durması bu eeğin eski Türklerin yaşamındaki önemini açıklamaktadır (Taşağıl, 2022, s. 279). Konar-göçer yaşamda yoğurt da önemli bir yere sahip olmuştur. Türk ürünü olan yoğurt dünyada da aynı isimle anılmaktadır. Yemeklerin yapımında da yoğurt kullanılmıştır (Gürsoy, 2005, s. 20; Yılmaz, 2002). Yoğurdun güneşte kurutulması ile elde edilen ve daha uzun süre saklanabilen *kurut* da tktilen yiyecekler arasında yer almaktadır (Alçay ve diğerleri, 2015). Orta Asya’da süt ve süt ürünlerinin, hem ticari hem de beslenme açısından büyük bir öneme sahip olduğu ifade edilmektedir. Bu rnler konar-göçer kavimlerin hayatta kalmasını sağlayan önemli bir kaynak olarak değerlendirilmektedir (Sandıkioğlu ve diğerleri, 2016). Bir dönem bozkırın zorlu koşullarından yorulan Hun halkı Çin’deki daha rahat hayata ezenmiş, bu durumda Çin veziri Chung-Han-ye Hun hükümdarına tavsiyelerde bulunmuştur. Bu tavsiyeler içerisinde “*Çin yiyeceklerini temin etseniz bile kısa sürede tükenecek veya atılmış olacaklardır. Hunların kımızı ve yoğurdu çok faydalıdır.*” ifadesi de yer almaktadır (Taşağıl, 2020, s. 93). Ayrıca Türkler, kültürel etkileşimle kullanılan besinleri komşu kavimlere de taşımışlardır. Örneğin yağ tktiminin Çin’e Türklerden aktarıldığı dşnlmektedir (Kafesoğlu, 1993). Eski Türkler yemeklerinde *sağ yağ* olarak anılmış olan tereyağı veya sadeyağ kullanılmıştır. Sağmak kelimesinin bugünkü anlamı ile kullanıldığı göz önüne alındığında hayvanlardan sağdıkları sütten elde ettikleri yağa da sağ yağ ismini verdikleri tahmin edilmektedir. Kullanılan bir diğer yağ çeşidi ise bitkisel temelli olup susam yağıdır (Caferoğlu, 1968).

Eski Türk toplumlarında yiyecek ve ecek kültürünü doğrudan aktaran yazılı bir metin bulunmamaktadır. Bunun sebebi yiyecek ve eceklerin gelişmemesinden öte dönemden kalan yazılı kaynaklarda daha ziyade savaş ve diplomatik ilişkiler gibi konulara yer verilmiş olması ile açıklanmaktadır (Aydın, 2022, s. 268). Buna karşın dönemde yapılan yemeklere ve eceklerle ilişkin birtakım bilgilere özellikle Çin kaynaklarından ulaşılabilmektedir. Alan yazına göre ince biçimde açılan ve sac üzerinde pişirildiği tahmin edilen yufkalar ve tandırda pişirilen mayalı ekmekler (arpa, buğday ve darı kullanılarak yapılan), Türk toplumları tarafından tktilen yiyecekler arasında yer almıştır (Baykara, 2001, s. 101). *Yunga*, *yuga* veya *yupka* adı verilen ince ekmekler ise arpa ve buğday unundan yapılmıştır. Bu ince ekmeğin yapımında darı unu kullanılmamıştır. Un yapımında kullanılan buğday taneli biçiminde de kullanılmıştır (Vural, 2016, s. 138). orba da eski Türklerin mutfak kültürü içerisinde yer almaktadır. *Mn* veya *men* denilen çorbalar genellikle unun temel ürün olduğu bulamaç kıvamındadır (Genç, 1982). Bir çeşit erişte orbası olan ovma veya oğma ise bu dönemde *oma* olarak anılmaktadır (Ögel, 1991, s. 375). Hunların ise et pişirerek suyundan bir çeşit çorba yaptıkları bilinmektedir. Bununla birlikte Hunların Çinlilerden temin ettikleri pirinç ile pirinç lapasına benzer bir yemek tkttikleri dşnlmektedir (Vural, 2016, s. 47). Dönemde tktilen diğer yiyecekler içerisinde mumbar dolmasına benzer bağırsağa doldurulmuş et yemeği *tğril*, haşlanmış buğday ve badem içi üzerine bal ve süt dökülerek yapılan *buxsı*, baharat ve yoğurtla hazırlanan kelle yemeği *sımsamrak* sayılmaktadır. *Parak* ise börek benzeri bir yiyecek olup yufkanın içerisinde ince doğranmış koyun eti, koyun yağı, kuyruk yağı, pırasa, baharat ve tuz i harcının doldurulması ve sacda pişirilmesi ile hazırlanmaktadır (Işın, 2021, s. 101). *Topuk sngk* bugün bilinen adı ile paa orbası veya paa yemeğidir. Topuk kemiğinden yapılan bu yemek eski Türklerin mutfak kültürünün önemli bir parçasıdır (Ögel, 1991, s. 377). *Kogurma* veya *kavurma* olarak adlandırılan bir tür yiyecek; tane biçiminde buğdayın sertleşmeden önce ateşte ütülenmesi ile veya sertleştikten sonra suda pişirildikten sonra kavrulmasıyla elde edildiği bilinmektedir. Buğdayın etle pişirilmesi ile hazırlanan ve halen Türkler tarafında tktilen keşkek, özel günlerin ve kutlamaların önemli yemekleri arasındadır. Bakliyat kullanılarak yapılan bir diğer yemek olan *tutma* ise mantı yemeğine çok benzemektedir. Bu yemek besleyici olma ve uzun süre tok tutma özellikleri ile tercih edilmiştir (Vural, 2016, s. 138). Bitkisel malzemelerden hazırlanan tatlılara Türklerde helva denilmektedir (Ögel, 1982a, s. 223). Bu dönemde

helvanın yağ ve un ile kavrulmasına *keavut* adı verilmiş, bal, şeker veya pekmez eklenerek tüketilmiştir (Ögel, 1982a, s. 403). Bir diğer tatlı Göktürkler tarafından şekerleme olarak tüketilen bal çubukları olmuştur (Öcal, 1985, s. 181). *Usbari*, külde pişirilen ekmeğin yağ ve şekerle tüketildiği bir tatlı çeşididir. *Uma* ise haşlanmış pirincin şekerle karıştırılması ile hazırlanan ve eski Türkler tarafından tüketildiği düşünülen bir başka tatlıdır (Işın, 2021, s. 106). Yiyeceklerin yanı sıra bu dönemde kırmızı dışında içecekler de üretilip tüketilmiştir. Buğday ve darıdan yapılan *begni* denilen içkinin de eski Türk toplumlarında tüketilmiş olan biraya benzer bir içecek olduğu bilinmektedir (Kılıç ve Albayrak, 2012). Bu toplumlarda farklı çeşitlerde şarapların üretildiği de kaydedilmiştir. Üzüm şarabı *sucik* olarak anılmış, bal şarabı *umlak* kelimesi ile ifade edilmiş, çeşitli bitkilerden ve hurmadan elde edilen şaraba ise *ugut* denmiştir (Tez, 2012, s. 7). Hunlar ise *lo* olarak adlandırdıkları içeceği yoğurt ile kiraz ve kayısı gibi meyveleri karıştırarak üretmişlerdir (Kafesoğlu, 1993, s. 106). Uygur döneminde kullanılan dilde tat algısına ilişkin çeşitli kelimeler yer almaktadır. *Şor* kelimesi tuzlu, *tatağlıg* veya *tatğlıg* kelimesi lezzetli veya tatlı, *burkarak* kelimesi buruk/ekşimtırak ve *çınşağın* kelimesi ekşi anlamına gelmektedir (Caferoğlu, 1968). Döneme ait tat algısına ilişkin kelime çeşitliliği eski Türklerde bu duyunun gelişimine ve kültürel olarak algılanmasına işaret etmektedir.

Eski Türkler konar-göçer yaşam biçimlerinin gerektirdiği üzere sabit bir yerleşim yerine *çum*, *kapa*, *alaçık*, *yurt* veya *kereği* gibi isimlerle anılan çadırlarda yaşamıştır. Çadırın tam ortasında hem ısınmak hem de yemek pişirmek için kullanılan ocak, ocağın üzerinde ise bir sac ayağı ve tencere yer almıştır. Yemek kokusunun dışarı çıkması için çadırın tepesinde bulunan duman deliği *tünlük*, *tündük* veya *şangırak* isimleri ile anılmıştır. Çadırların bir kısmı ise yemek pişirirken kullanılan araç ve gereçlere ayrılmıştır. Kapının sağ tarafına konulan bu araç ve gereçler içerisinde deri tulumlar, ahşap kaplar, yemek tasları, çömçe denilen kepçeler, ekmek teknesi ve *wrik* denilen ibrik bulunmaktadır (Ahmetbeyoğlu, 2015, s. 346-347). Hunlar tarafından toprak, taş, porselen veya bronz kullanılarak üretilen taslar yemeklerin sunumunda kullanılmıştır (Vural, 2016). Küçük ölçekli mezarlarda dahi değerli şaraplar için kullanılan veya servis tabağı setinin bir parçası olan çift kulplu, zarif kapların bulunması Hunlar arasında lüks sunum kaplarının yaygın olduğunu göstermektedir. Bir başka mezar kazısında bulunan demir çay süzgeci ile aynı tasarıma sahip kaşık seti sunum ekipmanlarına özen gösterdiklerine işaret etmektedir (Taşağıl, 2020, s. 300-301).

Dini ve Kültürel Gelenekler Ekseninde Mutfak Kültürü

Eski Türklerin mutfak kültürünün anlaşılabilmesi için dini ve kültürel gelenekler bağlamında yemeğin kimler tarafından hazırlandığı, kimlerle ve ne şekilde tüketildiğine dair gündelik yaşama dair pratiklerin de değerlendirilmesi gerekmektedir. Öncelikle eski Türklerde kadın ve erkek toplumsal açıdan eşit konumdadır fakat hem toplum içerisinde hem de aile hayatında kadınlar ve erkekler farklı görevler üstlenmektedir. Erkekler ocağın güvenliğini sağlarken kadınlar hayvanların bakımını ve gündelik işleri yerine getirmektedir (Vural, 2016, s. 125). Yemek pişirmek, koyun sağmak, sütten elde edilecek yiyecek ve içecekleri hazırlamak kadınların görevidir. Bununla birlikte tüm bu işlere ailenin kız çocukları da yardım etmektedir (Koca, 2002, s. 16). Eski Türk toplumunda kadın ve erkek arasındaki eşitlik sosyal etkinliklerdeki yeme içme pratiklerine de yansımıştır. Şenlik ve düğünlerde kadın ve erkeğin bir arada yemek yemesi ve içki içmesi bu duruma örnek gösterilebilir (İzgi, 2020, s. 116). Kadınların törenlere ve ziyafetlere erkekler ile birlikte katılması geleneksel bir durumdur (Avcı, 2010). Bunun yanı sıra hükümdarların eşleri, ziyafetlerin hazırlanmasında da aktif rol üstlenmektedir. Bu ziyafetlerin destanlara ve hikâyelere konu olduğu ifade edilmektedir. Hun hükümdarı Atilla'nın eşi Arıkan'ın düzenlediği bir davete ilişkin Priskos harika yemekler yediğini aktarmıştır (Ahmetbeyoğlu, 1982, s. 97).

Türklerin İslam dinine geçmeleri Türk tarihinde önemli bir olaydır. İslam'a geçişle birlikte Türk topluluklarının kültür, inanç ve geleneklerinde önemli değişimler olmuştur. İslamiyet öncesi toplumlar Şamanizm, Totemizm, Gök Tanrı, Manihaizm ve Budizm gibi farklı inançlara mensup olmuşlardır. Bunun yanı sıra farklı dönemlerde, farklı coğrafyalarda yaşayarak birbirlerinden farklı ve ortak yanlara sahip gelenekler geliştirmişlerdir. Bu geleneklerden bir tanesi de *toy* adı verilen törenlerdir ve eski Türk toplumlarının yaşamında önemli bir yere sahiptir. Bu geleneğin başlangıcı Hun imparatoru Motun (Mete) dönemine uzanmaktadır (Vural, 2016, s. 268). Hun Devleti'nde hükümdarın başkanlığında gerçekleştirilen *toylar* ordunun teftiş edilmesi, hayvan sayımı veya devlet meselelerine ilişkin görüşmelerden sonra meclise katılanlara verilen ziyafet ile sonlandırılmıştır. Bu ziyafetlere katılmamak ise isyan etmekle eşdeğer kabul edilmiştir (Ahmetbeyoğlu, 2019, s. 296). Bu durum ile paralel biçimde Uygurlar ise yemeği silip süpürmek, kabul etmek anlamına gelen *aşamak* ifadesini aynı zamanda hürmet etmek, saymak anlamında kullanmıştır. Benzer biçimde *igdilänmak*, beslemek anlamı ile birlikte özen vermek, ilgilenmek anlamı taşımaktadır (Caferoğlu, 1968). Doğum, ad koyma, bebek kırkı, ilk adım, ilk av, tahta çıkma, felaketten kurtulma veya

elçi kabulü gibi sebeplerle yapılan ve *toy* olarak anılan bu kutlamalar Türk topluluklarında önemli bir yer tutmaktadır. Bu törenlerde müzik, çeşitli içkiler ve yemek ziyafetleri sunulmaktadır (İzgi, 1977; Ögel, 2003, s. 158). Bayram gibi kutlamalara sahne olan toylarda *kımız* içildiği çeşitli kaynaklarda ifade edilmektedir (Vural, 2016, s. 47). Göktürklerin *toy* şölenlerinde kız veya erkek fark etmeksizin halkın *kımız* içip sarhoş olduğu ve bağırarak şarkılar söylediği belirtilmektedir (Taşağıl, 2003, s. 113).

Eski Türklerde mevsimsel olayların büyük öneme sahip olması bu dönemlere ilişkin kutlamaları da beraberinde getirmiştir. Kışın soğuk iklimi ile kar yağışından kurtulmanın ve yeşeren doğaya karşı sevginin kutlandığı bahar bayramları, Hun ve Göktürk devletlerinde önemli *toylar* olmuştur. Senenin beşinci ayında gerçekleştirilen bu kutlamalarda yemek yenilip *kımız* içildiği belirtilmektedir (Vural, 2016, s. 270; İzgi, 2020, s. 80). *Toy* kelimesi genel olarak kutlama veya tören anlamına gelirken, Kırgız kültüründe halen kullanılan bir kelimedir ve yeme içme anlamına gelmektedir. Örneğin, *Toy soyo* veya *toy şenlik* terimleri yeme ve içme etkinliklerini ifade etmektedir. *Toy cedir* büyüklerin yemeklerini düzenleme ve yedirme anlamına gelirken, ayaksız sofraya *işküm* denmektedir. *Kestem*, geceleri habersiz ziyaretçilere hazırlanan içki ziyafetini ifade etmektedir. *Suğdaç* ise kış mevsiminde yakın arkadaşlar arasında verilen sıralı ziyafetleri, *sürçük* ise oyunlu, yemekli ve eğlenceli gece toplantılarını ifade etmektedir. *Şanbuy* ise davet sonrası gidilen içki ziyafetlerini ifade etmektedir (Şalgam, 2023). Tüm bu kavramlar, Türk kültüründe yeme ve içmeyle ilgili çeşitlilik ve sosyal ilişkilerin önemini yansıtan özelliklere sahiptir. Ayrıca paylaşma, misafirperverlik ve sosyal bağların güçlendirilmesine verilen önemi de vurgulamaktadır (Ögel, 1988). Misafirperverlik ile birlikte alçakgönüllülük ve hoşgörü de eski Türk toplumlarında yeme içme pratikleri aracılığıyla anlaşılabilen değerlerdir. Hun hükümdarı Atilla'nın misafirlerine yemekleri gümüş tabaklarda ikram ederken kendisinin ahşap tabak kullanması hem misafire verilen önemin hem de alçakgönüllülüğün bir göstergesidir. Göktürk hükümdarı Yabgu Kağan'ın Budist bir rahibi ağırladığı ziyafette şarap servis edilirken rahip Zuan Zuang için üzüm şerbeti getirmesi de dini hoşgörünün bir örneğidir. Uygurların düğün şölenlerinde ev sahibinin misafirleri bizzat karşılaması ve şölen boyunca et ile kımız ikram etmesi de bu değerlerin bir yansıması olarak değerlendirilmektedir (Çanak, 2019).

Resmi törenler olan *toylarda* devlet içindeki rütbelere göre oluşturulmuş oturma düzeni mevcuttur. *Orun töresi* ile açıklanan bu durum yüksek rütbeli beyler, devletin ileri gelenleri ve halktan kişiler olmak üzere geniş bir kitlenin katılabildiği toplantılarda disiplini sağlamanın yolu olarak görülmüştür (Ögel, 1982b, s. 80). Benzer bir durum günlük yaşamın içerisinde de yer almaktadır. Eski Türkler için kutsal bir değer atfedilmiş olan ve çadırın ortasına konumlandırılan ocağın hemen arkası ailenin büyüklerine, reislerine ve misafirlere ayrılmıştır (Ahmeybeyoğlu, 2015, s. 347; Yörükan, 2020, s. 63). Bu kısmın başköşe anlamına gelen *tör* kelimesi ile anılması aile büyüklerinin ve misafirlerin önemini vurgulamaktadır (Taşağıl, 2022, s. 278). Orun töresinin yanı sıra eski Türk toplumlarında üleş töresinin de uygulandığı bilinmektedir. Toplu ziyafetlerde her bir ailenin kızartılan koyunun hangi kısmını yiyeceği belirlenmiştir (Ögel, 1982b, s. 81). Ayrıca eski Türklerde yaşlıların ve gençlerin etin hangi kısmını yiyeceği de belirlidir. Yaşlılar etin daha yağsız kısımlarını yerken, gençler daha çok enerji veren yağlı kısımlarını tüketmektedir. Bu durumun yaşlılara değer verilmemesi biçimde değerlendirilmesi, büyüklere gösterilen hürmet göz önüne alındığında doğru bir yaklaşım değildir. Hun Devleti'ni ziyaret eden bir Çin elçisinin bahsedilen farklılığı yaşlılara gerekli saygının gösterilmemesi biçiminde değerlendirmesi üzerine Hun veziri elçiye “*Yaşlılar ile zayıflar (ve çocuklar), silah kullanamazlar. Bundan dolayı (yaşlılar), yağlı ve en iyi yemekleri kendi savunma ve korunmaları için, güçlü ve savaş yapabilenlere verirler. Böylece baba ile oğul gerçekten, birbirlerini karşılıklı ve sürekli olarak, korumuş ve savunmuş olurlar. Sen, Hunların (kendi) yaşlıların küçük gördüklerini, nasıl söyleyebilirsin?*” ifadeleri ile cevap vermiştir (Ögel, 2015, s. 359).

İslamiyet öncesi toplumlarda ölüme ilişkin yer alan bilgilerde ise ölümden sonraki yaşam inanışları eski Türklerin ölümlerinin, yiyip içeceğine inandıkları yönündedir. Bu sebeple çeşitli yiyecekleri mezarlara koyarak ölümlerine saygılarını sundukları ifade edilmektedir. Bu doğrultuda ölü gömme törenlerinde etle dolu bir kabı ve kısrak sütü olan bir küpü mezara bıraktıkları bilinmektedir (Fadlan, 1995). Düzenlenen cenaze törenlerine ise *yog* veya *yug* adı verilmiş, bu törenlerin önemli geleneklerinden biri ise sunulan yemekler olmuştur (Bayat ve Cicioğlu, 2008). Göktürklerin cenaze merasiminde koyun ve at kurban kesildikten sonra erkek çocukları ölünün defnedildiği yerde topluca yemek yemesi geleneği bulunmaktadır (Taşağıl, 2003, s. 112). Ölü aşısı olarak ifade edilebilecek bu gelenek üç veya yedi gün sürebilmektedir. Geleneğin amacı ise ölmüş insanın ruhunu yatıştırmak ve ölen kişi eğer nüfuzlu biri ise öteki dünyada da etkili olmaya devam eden gücünden fayda sağlamak olmuştur (Vural, 2016, s. 267).

Eski Türk Devletlerinde Mutfak Kültürü

Hun Devleti Mutfak Kültürü (M.Ö. 221-MS. 220)

Orhun ve Selenga ırmaklarının kaynak havzasında bulunan Ötüken bölgesindeki Asya Hunları, tarihte bilinen ilk Türk Devleti'ni kurmuşlardır. Göktürkler döneminden itibaren aynı soya ve dile sahip toplulukların genel adı olan Türk terimi, Asya Hunları tarafından başlatılmıştır. M.Ö. 318 yılında Hükümdar Motun'un (Mete) mensup olduğu Tu-ku ailesinde ilk defa Türk kelimesi geçmiştir. Moğollar ve diğer bazı topluluklar tarafından Asya Hunlarının kökenleriyle ilgili farklı iddialar öne sürülmüştür. Ancak son yüzyılda yapılan çalışmalar, Hunların kendilerinden sonraki Türk devletlerinin de temelini oluşturan bir Türk grubu olduğunu ortaya koymuştur. Bu çalışmaların ışığında, Hunlar, Türklerin tarihinde önemli bir yere sahip olan bir kavim olarak kabul edilmektedir. Avrupa Hunları, Orta Asya'dan gelen göçebe bir halk olan Hunların Avrupa'ya göç eden bir daldır. M.Ö. 4. yüzyıldan itibaren göç etmeye başladıktan sonra hükümdar Atilla ile birlikte 5. yüzyılda Hun İmparatorluğu büyük bir güç haline gelmiştir (Abay, 2017). Atilla'nın ölümünden sonra Hun İmparatorluğu zayıflamış ve parçalanmıştır. Avrupa'da hüküm süren diğer topluluklarla ticaret yapmışlar ve zaman zaman ittifaklar kurmuşlardır. Avrupa Hunlarının etkisi, uzun vadede Avrupa'nın demografisini ve siyasi tarihini etkilemiştir. Ancak, Hun İmparatorluğu'nun çöküşünden sonra Hunlar, Avrupa'da daha az belirgin bir rol oynamışlardır (Yıldırım, 2021).

Türk mutfak kültürü ile ilgili bilinenler M.Ö. 220 yılında Asya'da ilk bağımsız Türk Devleti'ni kuran Hunlar ile başlamaktadır. Hunların koyun eti, nadiren at eti, süt, yoğurt, pirinç, darı ve arpayla beslendikleri, kırmızı ve bira içtikleri bilinmektedir (Öcal, 1985). Çin kaynaklarında yer alan "*Sürülerinin etlerini yerler, hayvanlarının sütünden yaptıkları içkileri içerlerdi.*" ifadesinden et ve kırmızı tüketiminin yaygın olduğu anlaşılmaktadır (Taşağıl, 2013, s. 82). Hunlar göçebe bir topluluk oldukları için tarım yerine hayvancılık ve savaşa dayalı bir yaşam tarzını benimsemişlerdi. At yetiştiriciliği ile meşhur olan Hunlar atları ticaret ve savaş amaçları için kullanmışlardır. Bunun yanı sıra, Türklerin beslediği ve ilk evcilleştirdiği hayvanlar arasında koyun, sığır, deve, katır ve manda da bulunmaktadır. Türklerin hayvan yetiştiriciliği, hem besin kaynağı olarak hem de ticaret faaliyetlerinde önemli bir rol oynamıştır (Taşağıl, 2013, s. 76). Savaşçı bir toplum olarak tanımlanan Türklerde et tüketiminin güç toplamak amacıyla yaygın olduğu tahmin edilmektedir. Bunun yanı sıra konar-göçer yaşam biçimi sebebiyle de tarım ürünlerinden çok hayvansal gıdalara yöneldikleri düşünülmektedir (Altun ve Kıvrak, 2023). Et tüketiminin özellikle yönetici sınıfında öneme sahip olduğu bilinmektedir. Onlar için et; fiziksel enerji, canlılık ve savaşıma yeteneği olmak üzere gücü oluşturan unsurları sağlayan bir vasıta olarak değerlendirilmektedir. Et yiyememek ise bir yoksulluk emaresi olarak görülmektedir (Montanari, 1995, s. 28-30). Priskos'un hazır bulunduğu meşhur ziyafette Hun hükümdarı Atilla'nın yalnızca et yemesi, Bulgar hükümdarı tarafından İbn Fadlan'a verilen yemekte kızartılmış etin yer alması, Türklerin hayatında etin önemini göstermektedir (Kafesoğlu, 1993). Göçebe yaşamda, dayanıklı ve kurutulmuş gıdalar büyük bir öneme sahiptir. Bu toplumlar et ürünlerini uzun süre saklayabilmek için kurutma veya yağda saklama gibi ürünlerin ömrünü arttıracak yöntemlere sıklıkla başvurmuşlardır. Marselinus tarafından M.S. 390'larda yazılan seyahatnamede Hunlardan aşağıdaki ifadelerle bahsedilmektedir (Gedikli, 2021, s. 54):

"Ne kadar hoş olmasa da bunların yaşam şekilleri öylesine serttir ki ne ateşe, ne de tatlı yiyeceklerle ihtiyaç duyarlar; sert bitkilerin köklerini ve uyluklarının arasına ve bineklerinin sırtlarına koydukları ve böylece az da olsa ısıtarak pişirdikleri artık hangisi olursa olsun hayvanların yarı çiğ etlerini yerler."

Her ne kadar Hunları vahşi bir biçimde yansıtsa da Marselinus tarafından kaleme alınan bu ifadelerden Hunların savaşçı yapısının ve et tüketiminin yaygınlığının yanı sıra at eyerlerinin arasına konularak kurutulan ve bu sayede saklama süresi uzatılan pişirme tekniğinin vurgulanması dikkat çekmektedir. Sonbahar aylarında kesilen etlerin doğranması ve yağda pişirilmesi ile elde edilen kavurma et, Türkler tarafından etin uzun süre tüketilmesi için kullanılan yöntemlerden birisidir (Gürsoy, 2005, aktaran İlban ve diğerleri, 2021). Bunun yanı sıra konserve bir diğer yöntemdir. Çin'e ihraç edilen ürünler arasında konserve et yer almaktadır (Sarıtaş, 2005, s. 144).

Hunların et ihtiyaçlarını besledikleri koyun ve atlar ile gidermenin yanı sıra geyik, tavşan gibi av hayvanlarından temin ettikleri bilinmektedir (Koca, 2003). Türk toplumları tarafından etler bazı durumlarda kesildikten hemen sonra pişirilmiştir. Kesilen hayvandan elde edilen beyin, böbrek, ciğer, dalak, işkembe, kelle, yürek ve kalın bağırsak gibi sakatatlar ve etler tandır adı verilen kuyuların içerisinde veya ateşte pişirilerek tüketilmiştir (Baysal, 2002, s. 32, aktaran Sürücüoğlu ve Özçelik, 2008). Haşlama yöntemi ile yapılan et yemekleri arasında ise *topuk kemiginden yemek* anlamına gelen ve günümüzdeki paça çorbasına benzeyen *topuk süngük* adındaki çorba da tüketilen yiyecekler arasında yer almaktadır (Ögel, 1988;

Kılıç ve Albayrak, 2012). Hunların çeşitiliği artırmak ve etleri yumuşatmak amacıyla bozkırlarda yetişen çeşitli otlarla terbiye ettikten sonra baharatla tatlandırıp pişirdikleri de ifade edilmektedir (Ögel, 1988; Talas, 2005; Roux, 2007; Kılıç ve Albayrak, 2012).

Bozkır koşullarında tarıma elverişli alanların sınırlı olmasına karşın Çin kaynaklarında Hunların kendilerine özgü buğday ve fasulye cinsi yetiştirdikleri görölmektedir (Taşağıl, 2013, s. 76). Hunlar döneminde Altay bölgesinde açılan sulama kanalları tarımın geliştirilmeye çalışıldığına işaret etmektedir (Kafesoğlu, 1993). Tarımla uğraştıklarının bir kanıtı da arkeolojik kazılarda elde edilen tarım âletleridir. Baykal Gölü ve Selenga Nehri kıyılarındaki İvolgi ve İlmoa adlı bölgelerde yer alan oraklar, saban demirleri, tarım ürünlerini saklamak için kazılmış çukurlar, bakliyatları öğütme için kullanılan taşlar Hunların tarım kültürünün önemli unsurları arasında kabul edilmektedir (Ögel, 1979). Orta Asya’da Türkler göçebe bir hayat tarzı sürdürseler de kaynaklarda az da olsa ekili ve dikili arazilerinin olduğu belirtilmektedir. Öyle ki Hunların arpa, buğday, burçak darı, mısır, pirinç ekerek bu ürünleri ekmek, yufka ve kavut gibi yiyeceklerin hazırlanmasında kullandıkları düşünölmektedir. Ayrıca, patlıcan, pancar, kabak, havuç, şalgam, biber gibi bazı sebzeleri; elma, şeftali, kayısı, erik, armut, üzüm gibi meyveleri tüketmiş (Balaban, 2006, s. 58) ve karpuz, kavun ve dut yetiştirmişlerdir (Gökalp, 1976).

Dönemde kullanılan mutfak araç gereçlerine bakıldığında ise bronz ve demir materyallerden yapılmış olan bardaklar, süslü kaşıklar, yuvarlak ve kısa bıçaklar gibi eşyalar Hunlar dönemine ait önemli eserler arasında yer almaktadır. Ayrıca bronz malzemeler arasında yemek pişirme gereçleri, kaşıklar, bakraçlar, ibrikler ve kazanlar da bulunmaktadır. Hunlar döneminde kullanılmış olan Ordos tipi bronz eşyalar arasında kazanlar önemli yer kaplamaktadır. Bu kazanlar genellikle ayaklı, çift kulplu ve çeşitli motiflerle süslenmiştir. Kazanların kulpları ve ayakları özenle şekillendirilmiştir (Vural, 2016, s. 55). Bunun yanı sıra arkeolojik buluntular arasında Hunlara ait ahşap içki ve yemek masaları da keşfedilmiştir (Vural, 2016, s. 62).

Dini inançlar çerçevesinde mutfak kültürüne bakıldığında ise öncelikle Hunların inanç sisteminin tabiat, Atalar kültü ve Gök Tanrı dini olmak üzere üç temel nokta üzerine kurulu olduğu görölmektedir. Hunların inanç sistemini oluşturan bu üç kutsal varlığa ibadet etmek amacıyla yılın ilk ayında, ilkbaharda ve sonbaharda olmak üzere farklı dönemlerde at ve koyun kurban ettikleri bilinmektedir (Taşağıl, 2013, s. 84). Bu dönemde Hunlar tarafından düzenlenen sosyal faaliyetler de mutfak kültürüne dair birçok iz taşımaktadır. Hunların et yedikleri ve kırmızı içtikleri, yalnızca hükümdar A-ji’ye çörek verildiği ifade edilmektedir (Eberhard, 1996). Buradan hareketle, “tepe tepe et yğmak” ve “göl gibi kırmızı sağmak” zenginlik göstergesi olarak anlam kazanmaktadır. Hakan, beylerini ağırlarken bol et ve bol kırmızı eksik etmemektedir. Fakat et tüketmeyen Çin elçisine çörek ikram edilmesi farklı beslenme alışkanlıklarına duyulan saygının ve inceliğin göstergesi olarak da kabul edilebilmektedir. Oğuz Kağan destanında, ziyafetlerde koyunların parçalarının hangi boylar tarafından yenileceği açıkça belirtilmektedir. Tartışma çıkmaması için, Türk boylarının hangi parçayı yiyeceği öncesinde kesin bir töre olarak ilan edilmektedir. Bir diğer ifadeyle koyun etinin pay edilme biçimi, toplumsal adaletin ve devlet işleyişinin yemek kültürü üzerinden yansıması olarak değerlendirilebilir (Ögel, 2003, s. 335–336). Törenselle yemeklerde töreyi koruyan hakanın hakkı olarak çadırın merkezi en şerefli köşe kabul edilmiştir. Diğer yöneticilerin sofradaki konumları ise hakana göre şekillenmiştir. Hakanın sağı ve solu simgeselliği esasında bireylerin sosyal ve politik konumuna göre farklılaşmıştır (Esin, 2001). Priskos’un Seyahatnamesinde, Attila’nın misafirlerini ağırlama ve protokol düzeni ile ilgili bazı ayrıntılara değinilmektedir. Misafirler, Atilla ile karşı karşıya oturmak üzere kapının eşiğinde beklemekteydiler. Hunların gelenek ve adetlerine göre, misafirlere oturmadan önce Atilla’ya selam vermek amacıyla sakiler tarafından kadeh sunulduğu, misafirlerin kadehi içtikten sonra yemek için ayrılan iskemlelere oturtuldukları bilinmektedir. Ahmetbeyoğlu (1995) tarafından aktarıldığına göre Priskos seyahatnamesinde Atilla tarafından verilen davette hükümdarın orta kısımda bir divanda oturduğunu, yemeğin sol tarafının ikinci derecede önemli, sağ tarafı ise en hürmetli kişilere ayrıldığını anlatmaktadır. Bu nedenle misafirler sol tarafa oturtulmuştur. Yemek başladıktan sonra, saki gelip Atilla’ya şarap dolu kadehi sunmuştur. Atilla, kadehi alıp sırayla ilk kişiye selam vermiş ve onuruna içmiştir. Ayrıca, Atilla’nın oturduğu tahtın diğerlerinden daha yüksek olması gerektiği belirtilmektedir. Bu, iktidarı elinde bulunduran hakanın hakkıdır ve yükseklik, yüceliğin bir simgesidir. Bu şekilde Atilla’nın iktidarını ve hükümdarlık pozisyonunu vurgulanmaktadır.

Hunlar tarafından gerçekteştirilen devletlerarası anlaşma törenlerinde beyaz atın mukaddes Hun kılıcıyla kurban edildiği belirtilmektedir. M.Ö. 43 yılında düzenlenen bu tören öncesi belli bir ırmak kenarına gidildikten sonra dağa çıkılır ve burada kan ile şarap bir Hun kaşığı ile karıştırılmış. Bu karışım Yüe-chin kralının kafatasıyla içilerek bir kan andı yapıldığı bilinmektedir (Çift ve Taşağıl, 2022). Kültürel

etkinlikler arasında yer alan kırmızı içme geleneğinin ise yüz yüze bakarak şarkı söyleme geleneğiyle birlikte Altaylarda halen sürdürüldüğü bilinmektedir. Zamanla kırmızının yerini ekşi süttten yapılan rakının aldığı bu törenlerde akraba veya komşu olan herkesin, kadın erkek, genç yaşlı bir araya geldiği söylenmektedir. Dönemde toprağın üzerine serilen keçe, kayın ağacı kabuğu veya tay postlarının üzerinde daire biçiminde oturularak törenlerin gerçekleştirildiği, rakının hazırlandığı yerde yakılan ateşin sağında erkeklerin, solunda kadınların oturduğu sistem bilinen gelenekler arasında yer almaktadır. Rakı, *tagan* isimli demir bir kazanda ateşin üzerinde genellikle bir kadın tarafından hazırlanmıştır. Tören sırasında ev sahibi tahta bir fincan içindeki içkiyi sol eliyle tutarken sağ eliyle de ateşe biraz rakı serptiği bilinmektedir. Altaylarda kutsal kabul edilen Umay Ana ile özellikli bir bağlantıya inanılmakta, rakının da Umay kültürüyle ilişkili olduğu düşünülmektedir. Kayın ağacının Umay Ana'nın sembolü olduğuna inanılmaktadır. Bu şekilde Altayların kırmızı içme geleneği ve sonrasında gelişen rakı içme törenlerinin, sosyal bir birlik ve paylaşma etkinlikleri olarak önemli bir yer tuttuğu bilinmektedir (Hassan, 1986).

Tabgaç Devleti Mutfak Kültürü (M.S. 386-534)

Çinlilerin *T'o-pa* olarak adlandırdığı Tabgaçların kökleri ve dili hususunda fikir birliği sağlanamamıştır. Ancak genellikle kökenlerinin ve dillerinin Türk veya Moğol olduğu yönündedir. Tabgaçlar, bir boylar birliği olan birçok boydan oluşan bir konfederasyon şeklinde kurulmuştur ve hâkimiyet alanları genişledikçe bu boyların sayısı artmıştır. (Balci, 2018). Tabgaçların tarihine dair en önemli kaynaklardan biri olan Wei-shu'ya göre, Tabgaçlar efsanevi Sarı İmparator'a dayanan kökenlere sahiptir ve ana yurtları Amur ile Argun Nehri arasındadır. İç Moğolistan'a 2. yüzyılda yerleşen ve sonrasında güneye doğru hareket eden Tabgaçlar, 315 yılında Tai Devleti'ni kurmuş ve 386 yılında Kuzey Wei Hanedanlığı'nı kurarak Kuzey Çin'i kendi hâkimiyetleri altında birleştirmişlerdir (Eberhard, 1996). Kuzey Wei Hanedanlığı döneminde 16 Devlet dönemine son vererek birlik sağlamışlardır. Bu dönemde birçok idari yenilik yapılmış ve Budizm Çin topraklarında yayılmıştır. 534 yılında ikiye ayrılan Kuzey Wei Hanedanlığı döneminde, Çin kültürüne uyum sağlama yönünde büyük reformlar gerçekleştirilmiş olsa da, Tabgaçlar göçebe kültürünü devam ettirmiş ve sonraki hanedanlıklara aktarmışlardır (Chen, 1996). Bu nedenle, Tabgaçlar Chin Hanedanlığı ile T'ang Hanedanlığı arasındaki dönemde Orta Asya Türk tarihi ve eski Çin tarihi açısından önemli bir köprü işlevi görmüşlerdir (Balci, 2018).

Tabgaçların ilk dönemlerinde avcılık ve hayvancılık ekonomik faaliyetler arasında yer almaktadır. T'ai Wu-ti döneminde Sarı Irmak'ın batı yakasında yoğun bir hayvancılık faaliyetinin olduğu bilinmektedir. Bu dönemde yaklaşık olarak iki milyon at, bir milyon deve, sığır ve koyun gibi çok sayıda hayvanın otlatıldığı kayıtlara geçmiştir. Ayrıca, 450 yılında kayıtlara geçen İmparatorun "*Biz Hsienpiler daima at sırtında yaşıyoruz.*" ifadesi, bu dönemde göçebe hayat tarzının hala devam ettiğini gösteren bir işarettir. Bu ifadeyle Tabgaçların atlarla sıkı bir ilişki içinde oldukları ve göçebe yaşam tarzını sürdürdükleri anlaşılmaktadır (Balci, 2018). Hunların devamı olarak da nitelendirilen Tabgaçların dini inanışları da Hun toplumunun paralelinde gelişmiştir. Mağara, dağ ve orman kültürleri etrafında şekillenen inanç sistemlerinde Hunlar ile benzer biçimde at ve koyun kurban ettikleri bilinmektedir (Taşağıl, 2013, s. 121). Tabgaçların asimile olduğu, sentezlenen bu kültüre dair arkeolojik kazı çalışmalarında ise geleneklerini yansıtan mutfak kültürlerine ait bulguların yer aldığı belirtilmektedir. Tabgaçların mutfak kültüründe sağlıklı beslenmenin, yemek reçetelerinin, mezar odalarında yer alan yemek listelerinin ve bu listelerde yer verilen mutfak araç-gereçlerinin yer aldığı ifade edilmektedir. En önemli kaynaklardan biri, To'Pa-Wei döneminde memur Jia Sixie tarafından yazılmış olan Qimin Yaoshu isimli kitaptır. Kitabın içerisinde mayalama teknikleri, baharatlar, eriştelere, ekmekler ve eriştelere gibi 280 farklı reçete bulunmaktadır. Kitaba göre kullanılan tahıllar darı, pirinç, buğday ve arpadır (Canbulat, 2017). Tabgaçlar'ın ele geçirdikleri bölgelerde yaşayan Çinli halkı buğday yetiştiren köylüler olarak himayelerine aldığı yazılı kaynaklarda yer almaktadır. Bu sayede bu toplumun fetihleri aracılığıyla elde ettikleri topraklarda hayvancılığın yanı sıra tarımla da uğraştığı anlaşılmaktadır (Taşağıl, 2018, s. 83). Bir diğer örnek 439 yılında Kuzey Liang Devleti'ni fethettikten sonra Budist tapınaklarında buğday ekilen arazilerin yer aldığı, fakat bu tapınakların Tabgaç rejimine karşı gelen tutumları sebebiyle Budizm'in yasaklandığı kayıt altına alınmıştır (Balci, 2021, s. 129). Darı genellikle bulamaç halinde tüketilmekte, buğday ve arpa ise erişte ve mantı yapımında kullanılmaktadır. Diğer eski Türk toplumlarına benzer biçimde meyveler taze yenmenin yanı sıra salamura veya kurutma teknikleri kullanılarak da saklanmıştır. Dönemde Türkler tarafından yapılan reçeteler içerisinde Çinliler tarafından Barbar (Hu) usulü kuzu eti çorbası olarak anılan bir çeşit tencere yemeği yer almaktadır. Hu sözcüğünün karşılığı Orta Asyalı – Han olmayan anlamına gelmektedir. Bu sebeple Moğol – Türk kabilelerden miras kaldığı düşünülen tarifte kuzu eti kişniş tohumu ve nar suyu ile tatlandırılmıştır. Bir diğer tarif ise barbar usulü et dürümdür. Bugün de Türk mutfak kültüründe yer alan dürümün ilk biçimlerinden biri olduğu

tahmin edilen tarifte yufka ekmeğinin içerisine kebab et, sirkeli kelek turşusu ve çiğ sebzeler koyularak sarılmaktadır (Canbulat, 2017). Tabgaçlar, diğerk Türk devletlerinin kelime dağarcığı ile paralel biçimde yemek için *aş*, aşçı için ise *aşçın* ifadelerini kullanmıştır (Taşağıl, 2018, s. 78). Bununla birlikte sosyal yardımlaşmaya verdikleri önem, mutfak kùltürü üzerinden okunabilmektedir. Tabgaç başkenti Pingcheng’de yarısı tahıl ve yarısı pirinç olmak üzere dört biner yük iaşenin sayısı sekseni aşan memura dağıtıldığı, yemek dağıtan imarethanelerin sayısının ondan fazla olduğu bu duruma örnek gösterilmektedir (Kırilen, 2015, s. 80).

Göktürk Devleti Mutfak Kùltürü (M.S. 542-744)

Göktürk Devleti, 6. ve 8. yüzyıllar arasında Orta Asya’da egemenlik süren ve Mançurya’dan Karadeniz’e kadar geniş bir coğrafiyada etkili olan bir Türk Devleti’dir. Göktürk Devleti, Türk boylarını birleştirerek kurulan ilk büyük Türk Devleti olması ile öne çıkmaktadır. Çin kaynaklarına göre Göktürklerin tarih sahnesine kesin olarak çıkışları 542 yılındadır. Göktürk Devleti’nin yıkılmasından sonra 682 yılında 2. Göktürk Devleti kurulmuş fakat yıllar içerisinde çıkan iç karışıklıklar ve dış baskılar sonucu 745 yılında yıkılmıştır (Ahmetbeyoğlu, 2003). Göktürkler hakkında Çin kaynaklarından elde edilen bilgilere göre Göktürklerin yazın yüksekte bulunan yaylalara, kışın ise düzlük ovalara göç ettiğı bilinmektedir. Bunun yanı sıra göç esnasında gidiş geliş yollarının belirlendiğinden, konaklanacak alanların da sabit olduğundan ve her boyun kendine ait bir alanının bulunduğundan bahsedilmektedir. Göç hareketleri beslenme kaynakları olan hayvancılığa göre gerçekleştirilmektedir. Sürülerden en yüksek verimi elde etme isteğinin belirli bir göç hareketliliğini ve bu hareketle uyumlu bir yaşam biçimini beraberinde getirdiğı anlaşılmaktadır (Akcan, 2022). Göktürklerin günlük yaşamında hayvanlar büyük önem taşımaktadır. Ekonomik faaliyetler hayvan yetiştiriciliğine ve çobanlığa dayanmaktadır. Özellikle at yetiştiriciliğı bu hayvanların yüksek kas gücü sebebiyle gerçekleştirilmektedir (Taşağıl, 2013, s. 177). Göktürk hükümdarlarının damgasının dağ keçisi biçiminde olması hayvanlara verilen önemin bir işareti kabul edilebilmektedir (Eycil ve Us, 2019). Bolluk ve bereketi simgeleyen sembolik bir anlam taşıyan dağ keçisi, Bozkır coğrafiyasında yaşayan Türk kavimleri için önemli bir besin kaynağı olması sebebiyle kaya resimlerinde de sıklıkla gör÷lmektedir (Taşağıl, 2013, s. 189). Göktürk toplumunda ekonominin temeli hayvancılığa ve tarıma dayanmak ile birlikte avcılık faaliyetleri, savaşlara hazırlanmak için eğitici özelliğı ile öne çıkmaktadır (Yiğit ve Ay, 2016).

Çin’in Göktürklerden tarım aletleri ve tohum istediğı yapılan anlaşmalarda yer almaktadır (Ahmetbeyoğlu, 2015, s. 319, aktaran Hali ve Rencüzoğulları, 2017). Çin ile Göktürkler arasında gerçekleşen çeşitli iş birlikleri sonucunda dönemin Göktürk Kağanı Kapgan’ın 698 yılında Çinlilerden ekin tarlası, tohumluk darı ve tarım aleti istemesi de dönemde tarım faaliyetlerinin bulunduğunu ve bakliyat tüketiminin olduğunu göstermektedir (Taşağıl, 2013, s. 162). Meyve ve sebzeler de dönemde tüketilen besinler arasında yer almaktadır. Çinli elçilerin kaleme aldığı belgelerden ve yazıtlardan elde edilen bilgilere göre nara benzeyen bir meyvenin, siyah muşmulanın, ekşi elmanın, karpuzun ve incirin bu dönemde tüketildiğı de bilinmektedir (Altun ve Kıvrak, 2023; Halıcı, 2022, s. 24-32). Doğı Göktürk Hükümdarı tarafından 647 yılında Çin’e hediye edilen *kısrak memesi* ismi verilmiş üzüm eşidinin Çin’de meşhur olduğı ve Çinli şair Liu Yu-shi’nin bir şiirinde adı getiğı söylenmektedir (Schafer, 1985, aktaran Işın, 2021, s. 91).

Yoğurdun kurutulması ile elde edilen *kurut*, Türk kaynaklarında ilk defa 11. yüzyılda Divan-ı Lügatit Türk’te geçse dahi 6. yüzyılda Çin kaynaklarında tarifi verilmektedir. Dolayısıyla Göktürklerin de kurut yapıp tükettiğı düşün÷lmektedir. Kaynakta yağı alınmış yoğurdun kuruyana kadar güneşte bırakılarak yapılan kuruttan “*yıllarca saklanabilir ve yolculuklara götür÷lebilir*” ifadeleri ile bahsedilmektedir (Işın, 2021, s. 95). Kurutma işleminin kullanıldığı bir diğerk yiyecek yoğurt ile yapılan, tarhanaya benzer bir yemektir. Kabaca öğüt÷lmüş un veya dövme ile yoğurt, çeşitli otlar, koruk ekşisi ve nohut karıştırlarak elde edilen harcın güneşte kurutulması ile elde edilen bir çeşit tarhananın da kışlık azık olarak tüketildiğı bilinmektedir (Ögel, 1978, aktaran Özdemir Yaman, 2022). Göktürklerle ait kùltürün aktarımında Orhun Abideleri önemli bir yere sahiptir. Dönemin hükümdarı Kül Tiğın bu yazıtlarda halkına aşağıdaki ifadelerle seslenmektedir:

“Türk milleti tokluğının kıymetini bilmezsin. Açlık, tokluk düşünmezsin. Bir doysan açlığı düşünmezsin. Öyle olduğı için (seni) beslemiş olan kağanının sözünü almadan her yere gittin. Hep orada mahvoldun, yok edildin. Orada geri kalanıyla her yere hep zayıflayarak, ölerek yürüdüün. Tanrı buyurduğı için, kendim devletli olduğum için kağan oturdum. Kağan oturup aç, fakir milleti hep toplattım. Fakir milleti zengin kıldım, aç milleti çok kıldım.”

Kül Tigin'in seslenişinden anlaşılmaktadır ki halk için besin bulabilmek, dönemde ölüm veya kalım anlamı taşımaktadır. Halkın başındaki kağan için ise halkın beslenmesi en başat sorumluluklardan bir tanesidir (Közleme, 2012). Göktürk hükümdarlarından Tonyukuk'un "*Geyik yiyecek, tavşan yiyecek hüküm sürüyorduk. Halkın gırtlığı doluydu.*" ifadesinden Kül Tigin'in ifadesi ile örtüşecek biçimde hükümdarın halkı besleme görevinin önemi anlaşılmaktadır. Bunun yanı sıra avcılığın bu topluluk için önemli bir faaliyet olduğu da görülmektedir. Göktürklerin kurulduktan kısa zaman sonra 580'li yıllarda kıtlık ile mücadele ettikleri, askerlerin yiyecek bulamadığı için kemik tozu yemek zorunda kaldıkları ifade edilmektedir (Taşağıl, 2013, s. 140). Buradan Göktürklerin mücadelecı bir toplum olduğu da anlaşılabilmektedir.

Toy olarak adlandırılan dini ve millî kutlamaların hükümdarın ve meclisin katılımı ile gerçekleştiği, önce devlet meselelerinin tartışıldığı sonrasında ise ziyafet verildiği bilinmektedir (Taşağıl, 2013, s. 182). Çinli Budist bir seyyah notlarında Göktürk hükümdarı Tong Yabgu tarafından 629 yılında verilen bir ziyafeti aktarmıştır. Bu ziyafette koyun eti, dana eti ve şarap sunulduğundan, inancı sebebiyle et yemediği için kendisine ise üzüm suyu, kuru üzüm, pirinçli çörek, kaymak, sert şeker ve bal çubukları ikram edildiğinden bahsetmektedir (Öcal, 1985, s. 181, aktaran Işın, 2021, s. 110). Bu örnekten farklı kültürlerle karşı gösterilen hoşgörü ve incelikli bir misafirperverlik anlayışı görülebilmektedir. Göktürklerde sofrada adabına ilişkin üst kademe insanların yemekten sonra ellerini yıkayıp havlular ile kuruladıklarından, sarayda ise yemeğin müzik eşliğinde yenildiğinden bahsedilmektedir (Öcal, 1985, s. 181, aktaran Işın, 2021, s. 113). Göktürk toplumu tarafından gerçekleştirilen beslenmeye dayalı ekonomik faaliyetlerin toplum içerisinde yer alan sosyal statüler üzerinde de etkili olduğu görülmektedir. Tarım faaliyetlerinin bu toplumda az yer kaplaması sebebiyle diğer toplumlarda görülen toprak köleliğinin Göktürklerde söz konusu olmadığı anlaşılmaktadır (Taşağıl, 2013, s. 178). Göktürkler tarafından benimsenen Gök Tanrı inancına göre orman, besin kaynağı ve bereket olarak kabul edilmektedir. Kayın ağacı kutsal kabul edilmiştir. Gök Tanrı'ya adanan kurbanların bazı Türk boyları tarafından kayın ağacının altında kesildiği bilinmektedir (Öztürk, 2013; Akcan, 2022). Göktürklerin cenaze törenlerinde ölen kişi için at ve koyun kurban ettikleri de bilinen gelenekler arasında yer almaktadır (Turan, 1979, s. 124, aktaran Güldemir, 2014).

Avar Devleti Mutfak Kültürü (M.S. 558-805)

Avarlar, Türk kökenli bir halk olup, Avrupa'da Hunlar sonrası önemli bir devlet kurmuşlardır. Avarlar, Orta Avrupa'da 200 yıl kadar süren bir hâkimiyet kurmuşlar, Balkanlar'dan Macaristan'a kadar geniş bir coğrafyada etkili olmuşlardır. Avarlar, özellikle İstanbul kuşatmaları ve Bizans İmparatorluğu'na karşı yaptıkları saldırılarla tanınmışlardır. Ancak 800'lerin sonlarına doğru Franklar tarafından mağlup edilmişler ve Avar Devleti sona ermiştir. Avarların etkisi, Doğu Avrupa'nın etnik yapısını değiştirmiş ve Slavların yerleştiği bölgeleri etkilemiştir. Slavlar, Avarlar tarafından göç ettirilerek bu bölgelere yerleştirilmişlerdir (Gömeç, 2011). Avarlar çadırda yaşayan balık, sığır ve vahşi hayvanlarla beslenen savaşçı göçebeler olarak tarif edilmektedir. Doğu Macaristan'daki Eperjes'te yapılan kazılarda ahşap baraka, fırın, kazan, çömlek ve torna, iki gözlü çömlek fırını, güveç gibi çok sayıda malzeme gün yüzüne çıkarılmıştır (Kory, 2002, s. 668; Daim, 2003, s. 480; Cosma, 2015, s. 175–177; Eryılmaz, 2021). Bununla birlikte Avar yerleşimlerinin su kaynaklarına yakın olması, balıkçılık yapma imkânı sağlamıştır. Arkeolojik kazılarda olta ve diğer balıkçılık malzemelerine rastlanmıştır. Bu verilere dayanarak, Avarların tarım, hayvancılık, bağcılık, arıcılık ve balıkçılık gibi çeşitli geçim kaynaklarını kullanarak yaşadıkları anlaşılmaktadır.

Arkeolojik bulgulara göre Avarların, tarım ve hayvancılıkla uğraşan bir topluluktur. Nuştar kazılarında yapılan arkeo-botanik incelemeler, Avarların ekmeklik buğday, arpa, akdarı, kirpi darı ve gibi tahıl ürünlerini yetiştirdiğini ortaya koymuştur. Ayrıca geç dönemde çavdar yetiştirdikleri de belirtilmiştir. Hayvancılık alanında ise domuz, kanatlı kümes, sığır ve koyun, gibi hayvanların besiciliğini yaptıkları belirlenmiştir. Sânnicolaul Român ve Biharea'daki kazılarda bulunan hayvan kemikleri üzerinden yapılan çalışmalarda da sığır, koyun, domuz ve at besiciliği yapıldığı tespit edilmiştir. Avarlar, hayvan sürülerinin otlatma ihtiyacını karşılamak için geniş çayrları kontrol altına almak istemişlerdir (Kory, 2002, s. 668; Daim, 2003, s. 486; Cosma, 2015, s. 171–172). Avarların fetih stratejilerinde belirleyici faktörlerden biri, tuz yatakları ve tuz ticaretinin kontrolünün sağlanmasıdır. Tuz insan ve hayvan beslenmesinde önemli bir unsurdur. Aynı zamanda tarihsel olarak ticarete de stratejik bir meta olarak kullanılmıştır. Tuz, yiyecekleri koruma özelliğine sahip olduğu için uzun süreli saklama ve muhafaza için önemlidir (Eryılmaz, 2021). Avar kazılarında ortaya çıkarılan çömlekler Herold (2014) tarafından üç gruba ayrılmaktadır. Bunlardan biri ve en yaygın olanı kapaklı pişirme kaplarıdır. Baskı desenli içki kapları ile kilden yapılmış küpler diğer iki çömlek çeşididir. Avarların, ölümlerini gömerken mezarların içerisine ahiret yolculuğunda eşlik etmesi amacıyla kaplar içerisinde yemekler koydukları söylenmektedir (Taşağıl, 2013, s. 269).

Uygur Devleti Mutfak Kültürü (M.S. 745- 840)

Uygurlar, Çin kaynaklarında başlangıçta Gaoche ve daha sonra T les boyları olarak görünen topluluklardır. 603 yılından itibaren G kt rklere karşı isyan ettikleri bilinmektedir. Türk kaynaklarında ise Uygurlar, ilk kez Orhun Yazıtlarında 717 yılındaki isyanları sebebiyle anılmışlardır. Göktürk Devleti'nin çöküşünden sonra, Orhun bölgesinde 745 yılında Alp Kutlug Bilge Kaĝan tarafından kurulmuştur (Bulduk, 2021). Göktürk Devleti'nin mirasını devralarak kurulan Uygur Devleti, bozkır kültürüne ait gelenekleri sürdürmüşlerdir (Tařaĝıl, 2024, s. 136-137). Kırĝızların saldırıları sonucu Uygur Kaĝanlığı yıkılmıştır. Uygurların, yurtlarını terk edip Çin'e, Karluk'a ve ticaret merkezlerinin olduĝu    Asya'ya kitleler h linde göçtükleri bilinmektedir. Bu bölgede yerleşik hayata geçerek Çin ve diĝer topluluklarla ticari faaliyet sürdürmüşlerdir (Ahmetbeyoĝlu, 2015, aktaran Hali ve Renc zoĝulları, 2017).

Uygurların ekonomik faaliyetlerinin arasında hayvancılık, tarım ve ticaret yer almaktadır.  inlilerden hayvan karřılıĝında ipek almışlardır. Bozkırda hayatta kalmak, otlaklarına ve hayvan sürülerine sahip çıkmak için askeri bir eĝitim anlayışı h kimdir (Hali ve Renc zoĝulları, 2017). Uygurların henüz kuruluş aşamasında Çinliler tarafından yazılan 744 tarihli bir kaynakta su kaynakları ve otlakları bulmak için gezdikleri ve at ılık ile okçulukta usta oldukları ifade edilmektedir. At, sığır, koyun ve deve yetiřtiriciliĝinin ve ticaretinin Uygurların geçim kaynaĝında önemli bir yeri olduĝu bilinmektedir (Tařaĝıl, 2021, s. 139). Anlařıldıĝı üzere kuruluşunu takip eden senelerde g  ebelik geleneĝini sürdüren bu toplum 9. yüzyılın ikinci yarısından sonra büyük ölçüde yerleşik bir hayat benimsemiştir. Uygur şehirleri yaygın olarak koyun aĝılları ve kervansaraylar etrafında şekillenmiştir (Eroĝlu, 2014).

Yapılan kazılarda M.S. 6. ve 8. yüzyıllarda koyun eti, at eti, sığır eti ve geyik eti t ketildiĝi tespit edilmiştir (Göde ve diĝerleri, 2021). Eski Türk toplumlarında at etinin, koyun etinin ve geyik gibi çeşitli av etlerinin temel besin olduĝu; bunun yanı sıra ilk toplumlarda geyik ve at etinin yaygın olduĝu, sonralarda ise koyun etinin yaygınlařtıĝı söylenmektedir (Rasonyi, 1996, s. 51, Baykara, 2001, s. 99). Bir Çin elçisinin 982 yılında Uygur Devleti'ne yaptığı ziyareti ile ilgili *"Bu ülkede yoksul halk yoktur, yiyeceĝi olmayanların sıkıntıları giderilir. B t in yoksullar et yer. Zenginler at eti yer, geri kalanlar koyun eti ve yabani kaş eti yer."* ifadeleri de et tüketimine ilişkin bilgiler vermektedir (Halıcı, 2022, s. 74). Çin hanedanının bir üyesine karşı çıkılan bir seferde Uygur askerlerinin günlük 20 sığır, 200 koyun, 2900 kilo tahıl tüketmesi et tüketimi ve  eşitleri hakkında bilgi vermektedir (Tařaĝıl, 2021, s. 139). Bunun yanı sıra tahıl tüketiminden anlařıldıĝı üzere tarım faaliyetlerinin de Uygurlar tarafından ger ekleřtirildiĝi g r lmektedir. Bu duruma bir diĝer örnek olan Uygurlardan kalan bir satış belgesinde miras kalan bir üzüm baĝının satışı ařaĝıdaki ifadelerle belirtilmektedir:

"Domuz yılı, beşinci ay, on altıncı gününde bana Terbiş'e kullanmak için  ao yastuk laşım olduĝundan Taysang'da babamdan miras kalan  irkus'ten başlayarak bana ait olan üzerinde on altı üzüm baĝı işçisinin  alıřtıĝı, üzüm baĝının  n tarafını 65 Ud i Buka ve Esen'e ikisine yüz yastuk  ao'ya tamamen sattım. Bu günden başlayarak bin yıl on bin gün bu üzüm baĝında Ud i Buka ve Esen sahip olsunlar."

Satış belgesinden üzüm yetiřtiriciliĝinin Uygurlarda bir süredir yapıldığı anlaşılmaktadır. Bunun yanı sıra satış belgesinde de yer alan Domuz yılı ifadesinden de g r ld ĝu üzere Uygurlar on iki hayvanlı takvim uygulamasını günlük hayatta kullanmaktadır. Hatta yıllara göre ekin, hasat ve hayvancılıĝa dair tahminler ve planlar yapmaktadırlar.  rneĝin; maymun yılında bazı ekinlerin özellikle üzümün doĝal afetler sonucu zarar g receĝi, Ejder yılında arpa ve buĝdayın iyi mahsul vereceĝi, köpek yılında meyvelerin ucuz, ekmek ve tahılın az ve pahalı olacaĝı, domuz yılında arpanın az, buĝdayın çok yetiřeceĝi rivayetlerinde bulunmuşlardır (Tel, 2008). Bunun yanı sıra meyve ve sebzeler de kurutularak tüketilmiş,  z mden sirke ve şarap da  retilindiĝi (Alçay ve diĝerleri, 2015; Altun ve Kıvrak, 2023); ceviz, fındık ve susamın ise tüketilen yemişler arasında olduĝu ifade edilmektedir (Halıcı, 2022, s. 24-32). Bu doĝrultuda Uygurlar döneminde sistemli bir ekin yetiştirme faaliyetinden söz edilebilmektedir.

Manihaizm inancı yayılmadan önce de uygulanan tarım faaliyetlerinin, bu inanç benimsendikten sonra daha geniş alanlara yayıldığı ifade edilmektedir.  oĝunlukla soĝan benzeri bitkiler ile beslenen Mani rahiplerinin   c l ĝ nde benimsenen Manihaizm ve Budizm inancının (Tařaĝıl, 2013, s. 204-205) et yiyen, at üstünde savaşan bir Türk topluluĝu olan Uygurlara et yemeyi yasaklamasından sonra askeri eĝitim ve savaşçı kimlik açısından gerilediĝi d ş n lmektedir (Hali ve Renc zoĝulları, 2017). Rox (2010, s. 171) tarafından bu deĝiřim *"Hareketliliĝin ve mubarebenin tutkunu, savaş naralarıyla yaşayıp ölen, atla her dem beraber olan Orta Asya'nın en yurtcu Türk boyu yerleşik hayata geçerek duraĝanlařtı."* şeklinde ifade edilmektedir (Keleş, 2016). Bununla birlikte tarımın geşişimine ve baĝlantılı biçimde şehirleşmenin artmasına dair izler

bulunmaktadır. Yapılan kazılarda Uygurlara ait değirmen taşları, harman tokmakları ve sulama sistemlerine rastlanmış, bazı mezarların içerisinde darı gibi tahıl kalıntılarının yer aldığı tespit edilmiştir (Taşağıl, 2021, s. 140). Bozkır coğrafyasının büyük bir kısmını oluşturan otlak alanların yanı sıra Uygurların tarıma elverişli topraklara ulaştıkları da görülmektedir. Buğday ve darı üretimi sayesinde dış ülkelere bağımlılığın azaldığı ifade edilmektedir (Taşağıl, 2021, s. 143). Uygurların ekonomisinde de etkili olan bu tahılların tüketiminin yanı sıra çeşitli meyvelerin de tüketildiği bilinmektedir. Manihaizm inancında dünyanın bir ağaç olduğu kabul edilmektedir. Bunun yanı sıra üzüm ve nar kutsal sayılmaktadır (Eycil ve Us, 2019). Manihaizm inancını benimseyen cemaatin üzüm asmalarına benzetilmesi üzümün bu inançtaki yerini ve dolayısıyla dönemdeki varlığını açıklamaktadır. Böğü Kağan'ın din değiştirme törenini tasvir eden bir minyatürde sehpanın üzerinde üzüm ve nar taneli çörekler, kayısıya benzeyen meyveler, bir kabın içerisinde kavun ve üzümler yer almaktadır. Minyatürde yer alan yuvarlak şekilde ekmeklerin güneşi, hilal şeklindeki çöreklerin ise ayı temsil ettiği düşünülmektedir. Karabalasagun Yazıtında yer alan ve Manihaizm dinine geçişten bahsedilen *"Ve ısk dinini kabul etmelisiniz! Sıcak kan içmek kötü âdetini değiştirerek yemek pişirmek âdetine kavuşan bir şehir oluyor ve çarpışma şehrinden çıkarak bir fazilet diyarı belirliyordu."* ifadelerinde değişen dinin yemek kültürü üzerindeki etkisi açıkça görülmektedir (Zeren, 2015). Toplum tarafından Manihaizm ve Budizm dini ile birlikte hayvansal ürün tüketiminin yasaklanmasına tepki olduğu da belirtilmektedir. Bu doğrultuda Türk toplumlarında bu inançlara özgü vejetaryen beslenme anlayışından taviz verildiği de düşünülmektedir (Kılıç ve Albayrak, 2012). Tarımın yaygınlaşmasına rağmen otlakların 821 yılına kadar önemini koruması bu durumu kanıtlar nitelikte kabul edilebilmektedir. Uygurlar tarafından üçüncü ayın dokuzuncu gününde *Soğuk Yemek* anlamına gelen *Han-shub* festivali düzenlenmiştir. Bu festivalde daha önce pişirilen soğuk yemekler sunulmakta, bütün ateşler söndürülmüştür. İlkbaharın başlangıcından önce yapılan bu kutlamanın anlamının soğuk mevsimleri soğuk yemekler tüketerek uğurlamak, sıcak mevsimin başlangıcını kutlamak olduğu düşünülmektedir (İzgi, 1977).

Sonuç ve Öneriler

Yapılan çalışmalarda görülmektedir ki bir toplumun hayatta kalma mücadelesi, doğaya uyum süreci ve soylarını devam ettirme aynı zamanda bir bütünlük oluşturma isteği Türk toplumlarında hep var olmaktadır. Eski Türk devletlerinde bozkır coğrafyasının iklim ve toprak koşullarının mutfak kültürü üzerinde büyük oranda etkili olduğu görülmektedir. Sert koşullara sahip olan bu coğrafyada tarım faaliyetleri kısıtlı olarak gerçekleştirilmiş, çoğunlukla hayvancılık ile avcılık geçim ve beslenme kaynağı olarak değerlendirilmiştir. Savaşçı topluluklar olarak sayılan bu devletlerde konar-göçer yaşam tarzına uygun biçimde hareket kabiliyeti daha yüksek olan koyun, kuzu, keçi gibi küçükbaş hayvancılık faaliyetlerine ağırlık verildiği, bu durumun tüketilen et türü üzerinde de etkili olduğu görülmektedir. Konar-göçer yapının mutfak kültürü üzerinde bir diğer etkisinin de uzun süre saklanabilen ve besin değeri yüksek yiyecekler ağırlık verilmesi olduğu söylenebilmektedir. Konserve yönteminin, kurutmanın, mayalandırmanın ve yağ içerisinde muhafaza etmenin bu dönemde yiyecek hazırlık yöntemleri olarak yaygınlıkla kullanıldığı anlaşılmaktadır. Günümüze kadar ulaşan bu tekniklerin ve pastırma, sucuk, kurut, kavurma, tarhana ve yoğurt gibi yiyeceklerin tarihinin eski Türk Devletlerine kadar uzanması Türk mutfak kültürünün zenginliği açısından önemli bir kanıt olarak kabul edilebilmektedir. Bunun yanı sıra her ne kadar eski Türklerin mutfak kültüründe et tüketiminin etkin olduğu izlenimi yer alsa da yabancı olarak toplanan meyve ve sebzeler ile birlikte hayvancılığa kıyasla daha az oranda yapılırsa da tarım faaliyetlerinden elde edilen ürünlerin bu toplumların beslenme rutinlerinde yer aldığı görülmektedir.

Eski Türk devletlerinin mutfak kültürleri aynı zamanda kültürel birtakım unsurlar bağlamında değerlendirilmiştir. Araştırmanın bir diğer sonucu olarak Türk toplumlarında kültürel ve dini özelliklerin mutfak kültürü üzerinde etkili olduğu, gelenek ve ritüeller kapsamında yiyecek ve içeceklerin yer aldığı görülmektedir. Ölü gömme ritüellerinde yemek etrafında gelişen gelenekler, toy olarak adlandırılan toplantılarda verilen ziyafetler ve bu ziyafetlerde uygulanan sofrada adabına ilişkin kurallar bu durumu kanıtlar niteliktedir. Eski Türk toplumlarında kadın ve erkeğin toplumda eşit görülmesi, aile içerisinde ise görev paylaşımı yapılması üstlenilen roller ile kanıtlanmaktadır. Eski Türklerde kadın yemeğin hazırlanmasından ve sunulmasından sorumlu olmanın yanı sıra yemekli davetlerin düzenlenmesinde aktif rol almaktadır. Bununla birlikte bu davetlere erkek ile birlikte eşit konumda katılım sağlaması dikkat çekicidir. Toplumsal olgulara ilişkin bir diğer husus disiplinin, adaletin ve toplum içerisindeki konumun yemek ritüellerine yansımalarıdır. Farklı kademeler için farklı özellikte besinlerin belirlenmiş olması ve masada kimin nerede oturacağının açıkça tespit edilmiş olması bu duruma örnektir. Toplumsal işleyiş ve birlik bu toplumların kültüründe önemli bir yer tutan toylar ile sağlanmaktadır. Ziyafetler aracılığıyla toplumu aynı masada birleştiren toylar aracılığıyla aynı zamanda eski Türk toplumlarının sahip olduğu

misafirperverlik, hoşgörü ve alçakgönüllölük gibi temel değerlerin izleri görülebilmektedir. Eski Türk devletlerinde dinin mutfak kültürü üzerindeki etkisi ise Uygur Devleti'nin Manihaizm inancını benimsemesi doğrultusunda beslenme biçiminde gerçekleşen değişimler üzerinden incelenmiştir. Manihaizm inancının etkisiyle Uygur Devleti'nin yerleşik hayata geçmesinin Türk mutfak kültüründe önemli bir kilometre taşı olduğu anlaşılmaktadır. Manihaizm etkisi ile birlikte hayvancılığın yanı sıra tarım faaliyetlerine ağırlık verildiği görülmektedir. Bu çalışma, günümüz Türk mutfak kültürünün temellerini oluşturan eski Türk devletlerindeki mutfak kültürünün genel bir değerlendirmesi niteliğindedir.

Etik Beyan

“*Eski Türk Devletlerinde Mutfak Kültürü*” başlıklı çalışmanın yazım sürecinde bilimsel kurallara, etik ve alıntı kurallarına uyulmuş; toplanan veriler üzerinde herhangi bir tahrifat yapılmamış ve bu çalışma herhangi başka bir akademik yayın ortamına değerlendirme için gönderilmemiştir. Araştırmanın derleme olması ve verilerinin ikincil kaynaklardan elde edilmesi sebebiyle Etil Kurul Onayına ihtiyaç duyulmamıştır.

Ethical Declaration

During the writing process of the study “*Culinary Culture in the Ancient Turkish States*” scientific rules, ethical and citation rules were followed. No falsification was made on the collected data and this study was not sent to any other academic publication medium for evaluation. Ethics Committee Permission is not required.

Araştırmacların Katkı Oranı Beyanı

Yazarların çalışmadaki katkı oranları eşittir.

Statement of Contribution Rate of Researchers

The contribution rates of the authors in the study are equal.

Çatışma Beyanı

Çalışmada herhangi bir potansiyel çıkar çatışması söz konusu değildir.

Declaration of Conflict

There is no potential conflict of interest in the study.

Kaynakça

- Abay, A. (2017). *Avrupa Hun İmparatorluğu (IV.-V. Yüzyıl)*. T.C. Yüzüncü Yıl Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Tarih Bölümü.
- Ahmetbeyoğlu, A. (1995). *Greke seyyah Priskos'a göre Avrupa Hunları*. İstanbul: Türk Dünyası Araştırmaları Vakfı Yayınları.
- Ahmetbeyoğlu, A. (2003). İslam öncesi Türk tarihi kaynakları. *Türkiye Araştırmaları Literatür Dergisi*, (2), 17-24. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/651511>
- Ahmetbeyoğlu, A. (2015). İslamiyet öncesi Türklerde sosyal ve ekonomik yapı. İ. Çapcıoğlu ve H. Beşirli (Ed.), *Türk Kültürü El Kitabı* (s. 341-366) içinde. Ankara: Grafiker Yayınları.
- Ahmetbeyoğlu, A. (2019). *Sorularla eski Türk tarihi*. İstanbul: Yeditepe Yayınevi.
- Akcan, A. (2022). Eski Türk kültür ve medeniyetine dair: Bozkırda varolmak. *Tarih ve Gelecek Dergisi*, 8(3), 896-909. <http://dx.doi.org/10.21551/jhf.1173800>
- Alçay, A. Ü., Yalçın, S., Bostan, K. ve Dinçel, E. (2015). Orta Asya'dan Anadolu'ya kurutulmuş gıdalar. *Anadolu Bil Meslek Yüksekokulu Dergisi*, (37), 83-93. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/750208>
- Altun, Ö. ve Kıvrak, R. (2023). Türk kültürünün bazı unsurları üzerine değerlendirmeler. *SDE Akademi Dergisi*, 3(1), 131-150. <https://doi.org/10.58375/sde.1173016>
- Avcı, M. (2010). *İslam öncesi Türk devletlerinin sosyal hayatında kadının rolü* (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü, İstanbul
- Aydın, E. (2022). *Eski Türklerde gündelik hayat*. İstanbul: Kronik Kitap.
- Bakan, R. (2021). *Türk mutfağındaki sütölü tatlıların değerlendirilmesi ve inovasyonu* (Yüksek Lisans Tezi). Pamukkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Denizli.
- Balaban, A. (2006). *İskit, Hun ve Göktürklerde sosyal ve ekonomik hayat* (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Balcı, T. G. (2018). *Tabgaç Devleti (386-534)* (Doktora Tezi). Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Balcı, T. G. (2021). *Tabgaçlar: bozkırdan Çin tahtına*. İstanbul: Kronik Kitap.

- Bayat, F. ve Cicioğlu, M. N. (2008). Türklerde cenaze törenleri bağlamında mevlid okuma geleneği. *Manas Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(19), 147-155. Erişim adresi: https://isamveri.org/pdfdrq/G00559/2008_19/2008_19_BAYATF_CICIOGLUMN.pdf
- Baykara, T. (2001). *Türk kültür tarihine bakışlar*. Ankara: Atatürk Kültür Merkezi Yayınları.
- Bedirhan, Y. (2009). *İslam öncesi Türk tarihi ve kültürü*. Konya: Eğitim Kitabevi.
- Bilgin, A. ve Samancı, Ö. (2008). *Türk mutfacı*. Ankara: T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı.
- Bulduk, A. (2021). *İslamiyet öncesi Türk sanatında hayvan motifleri* (Lisans Tezi). Anadolu Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Eskişehir.
- Caferoğlu, A. (1968). *Eski Uygur Türkçesi sözlüğü*. Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları.
- Chen, S. (1996). A-gan revisited-the Tuobas cultural and political heritage. *Journal of Asian History*, 30(1), 46-78. Erişim adresi: <https://www.jstor.org/stable/pdf/41931010.pdf>
- Cosma, C. (2015). Avar warriors in Transylvania, Sătmăr and Maramures, Crişana and Banat. Archaeological landmarks on the political status of western Romania in the Avar Khaganate. C. Cosma (Ed.). *Warriors, weapons, and harness from the 5th–10th centuries in the carpathian basin, ethnic and cultural interferences in the 1st millennium b.c. To the 1st millennium A.D.* içinde (s. 251–280). Cluj-Napoca: Mega Publishing House.
- Çanak, Ö. 2019. *İslam öncesi Türk kültüründe insani değerler* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çift, P. ve Taşagül, A. (2022). *İslamiyet öncesi Türkler*. İstanbul: Yeditepe Yayınevi.
- Daim, F. (2003). Avars and Avar archaeology, an introduction. H.-W. Goetz, J. Jarmut ve W. Pohl (Ed.). *Regna and Gentes: The relationship between late antique and early medieval peoples and kingdoms in the transformation of the Roman world* içinde (s. 463–570). Boston: Brill Publisher.
- Deveci Bozkuş, Y. (2022). İslamiyet öncesi dönemin Türk kültür ve uygarlığına genel bir bakış. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 24(1), 335-349. <https://doi.org/10.32709/akusosbil.820046>
- Diyanet İşleri, N. (1972). *Hun sanatı*. İstanbul: Milli Eğitim Basımevi.
- Eberhard, W. (1943). Eski Çin kültürü ve Türkler. *DTCFD*, 4(1). 19. https://doi.org/10.1501/Dtcfder_0000000400
- Eberhard, W. (1996). *Çin'in Şimal Komşuları* (2. Baskı) (N. Uluğtuğ, Çev.). Ankara: Türk Tarih Kurumu Basımevi.
- Eroğlu, E. (2014). *Bozkır kavimlerinde iktisadi ve mesleki yapı (Başlangıçtan Uygur dönemi sonuna kadar)* (Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Eryılmaz, Ü. (2021). Avar Kağanlığı'nın iktisadi tarihi. *Ömer Halisdemir Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 14(3), 1091-1108. <https://doi.org/10.25287/ohuibf.929734>
- Esin, E. (2001). *Türk kozmolojisine giriş*. İstanbul: Kabalcı Yayınları.
- Eycil, A. ve Us, Ü. (2019). İslamiyet öncesi Türk tarihinde sanatı etkileyen unsurlar. *Asia Minor Studies*, 7(1), 81-94. <https://doi.org/10.17067/asm.498779>
- Fadlan, İ. (1995). *Seyahatname*. R. Şeşen (Yay. haz.). İstanbul: Yeditepe Yayınevi.
- Fırat, M. (2014). Yemeğin ideolojisi ya da ideolojinin yemeği: kimlik bağlamında yemek kültürü. *Folklor/edebiyat*, 20(80), 129-140. <https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=530125>
- Gedikli, Y. (2021). *Avrupa Hunları ve Avrupa Hun Türkçesi*. İstanbul: Ötüken Yayınları.
- Genç, R. (1982). IX. yüzyılda Türk mutfacı. *Türk mutfacı sempozyumu bildirileri* (s. 60-67) içinde. Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları.
- Göde, G., Kayaardı, S., Uyarcan, M. ve Söbeli, C. (2021). Tarihin gelişim sürecinde Türk yemek kültürü ve beslenme alışkanlıklarının değişimi. *Food and Health*, 7(3), 216-226. <https://doi.org/10.3153/FH21023>
- Gökarp, Z. (1976). *Türk medeniyeti tarihi*. Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları.
- Gömeç, S. (2011). Türk tarihinde Avarlar ve Avar meselesi. IV. *Uluslararası Türkoloji Kongresi*. Van, Mayıs.
- Güldemir, O. (2014). Orta Asya'dan Cumhuriyet dönemine Türk mutfacısındaki yemeklerin değişimi: Yazılı kaynaklar üzerinden bir değerlendirme. N. Kozak ve E. Günlü (Ed.), *VII. Lisansüstü Turizm Öğrencileri Araştırma Kongresi Bildiri Kitabı* (s. 346-358) içinde. Ankara: Anatolia.
- Gürsoy, D. (2005). Yemek üzerine denemeler. K. Toygar (Ed.). *Türk mutfak kültürü üzerine araştırmalar* içinde. Ankara: Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları.
- Halıcı, N. (2022). *Orta Asya ve göç yolu dönemi mutfacı* (2. Baskı). İstanbul: Kitap Dünyası.
- Hali, S. ve Rencüzoğulları, S. (2017). İslamiyet öncesi dönemde Türklerde eğitim. 21. *Yüzyılda Eğitim ve Toplum*, 6(17), 425-437. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/436726>
- Harrington, R. J. (2005). Defining gastronomic identity: The impact of environment and culture on prevailing components, texture and flavors in wine and food. *Journal of Culinary Science & Technology*, 4(2-3), 129-152. https://doi.org/10.1300/J385v04n02_10
- Hassan, Ü. (1986). *Eski Türk toplumu üzerine incelemeler*. Ankara: Alan Yayıncılık.
- Işın, P. M. (2021). *Avıcılıktan gurmeliğe yemeğin kültürel tarihi* (4. Baskı). İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.
- İlban, M. O., Güleç, E., Çolakoğlu, F. ve Karabıyık, Ş. (2021). Türkistan'dan günümüze Türk mutfak kültürünün gelişimi: Geleneksel Türk mutfacısının günümüz yeme-içme alışkanlıklarındaki yeri. *Türk Dünyası Araştırmaları*, 127(251), 269-288. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1477881>
- İzgi, Ö. (1977). Hunlar, Göktürkler ve Uygurlar'da geleneksel festival ve eğlenceler. *Tarih Dergisi*, (31), 29-36. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/101785>
- İzgi, Ö. (2020). *Orta Asya Türk tarihi araştırmaları*. Ankara: Türk Tarih Kurumu Yayınları.

- Kafesoğlu, İ. (1993). *Türk millî kültürü*. İstanbul: Boğaziçi Yayınları.
- Keleş, T. (2016). *Uygurların (744/5-840) ipeki yolu üzerindeki ticarî faaliyetleri* (Yüksek Lisans Tezi). Çankırı Karatekin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çankırı.
- Kılıç, S. ve Albayrak, A. (2012). İslamiyet'ten önce Türklerde yiyecek ve içecekler. *Turkish Studies*, 7(2), 707-716. <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.3336>
- Kırilen, G. (2015). *Göktürklerden önce Türkler*. Ankara: Gece Kitaplığı.
- Kızıldemir, Ö., Öztürk, E. ve Sarıışık, M. (2014). Türk mutfak kültürünün tarihsel gelişiminde yaşanan değişimler. *AİBÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14(3), 191-210. Erişim adresi: <https://www.acarindex.com/pdfs/493179>
- Koca, S. (2002). Eski Türklerde sosyal ve ekonomik hayat. *Türkler Ansiklopedisi III. Cilt* (s. 8-54) içinde. s. 8-54. Ankara: Yeni Türkiye Yayınları.
- Koca, S. (2003). *Türk kültürünün temelleri*. Ankara: Berikan Yayınevi.
- Kory, R. W. (2002). Arkeolojik bir araştırma - Avar yerleşimleri. *Türkler*, 2, 664-673. Erişim adresi: https://www.academia.edu/38672678/Arkeolojik_Bir_Ara%C5%9Ft%C4%B1rma_Avar_Yerle%C5%9Fimleri_i_pp._664_673_
- Közleme, O. (2012). *Türk mutfak kültürü ve din*. İstanbul: Rağbet Yayıncılık.
- Montanari, M. (1995). *Avrupa'da yemeğin tarihi* (M. Önen ve B. Hinginar, Çev.). İstanbul: Afa Yayıncılık.
- Öcal, S. (1985). Eski Türklerde yiyecekler. *T Fundukoğlu Armağanı* içinde (s. 35). İstanbul: Türk Dünyası Araştırmaları Vakfı.
- Ögel, B. (1979). *Türk kültürünün gelişme çağları* (2. Baskı). Ankara: Kömen Yayın-Dağıtım.
- Ögel, B. (1982a). Türk mutfaklarının gelişmesi ve Türk tarihi gelenekleri. *Türk Mutfak Sempozyumu Bildirileri* içinde (s. 15-18). Ankara: Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları.
- Ögel, B. (1982b). *Türklerde devlet anlayışı*. Ankara: Başbakanlık Basımevi.
- Ögel, B. (1988). *Dünden bugüne Türk kültürünün gelişme çağları*. İstanbul: Türk Dünyası Araştırmaları Vakfı.
- Ögel, B. (1991). *Türk kültür tarihine giriş* (4. Baskı). Ankara: Kültür Bakanlığı Kültür Eserleri.
- Ögel, B. (2003). *Türk mitolojisi*. Ankara: Türk Tarih Kurumu Yayınları.
- Ögel, B. (2015). *Büyükhun imparatorluğunun tarihi I*. Ankara: Türk Tarih Kurumu Yayınları.
- Ögel, B. (2020). *İslamiyetten önce Türk kültür tarihi* (7. Baskı). Ankara: Türk Tarih Kurumu Yayınları.
- Özdemir Yaman, Z. (2022). Türk mutfak tarihinde çorba kültürü. O. Yener (Ed.). *Gastronomi alanında tematik araştırmalar* içinde (s. 20-29). İstanbul: Çizgi Kitabevi.
- Öztürk, M. (2013). İslamiyet'ten önce Türklerin din anlayışı ve Gök Tanrı dini. *History Studies*, 5(2), 327-346. Erişim adresi: <https://www.historystudies.net/dergi/tar2015122369d.pdf>
- Rasonyi, L. (1996). *Tarihte Türklük*. Ankara: Türk Kültürünü Araştırma Enstitüsü.
- Roux, J. P. (2007). *Türklerin tarihi* (A. Kazancıgil, Çev.). İstanbul: Kocabı Yayınları.
- Sak, R., Şahin Sak, İ. T., Öneren Şendil, Ç. ve Nas, E. (2021). Bir araştırma yöntemi olarak doküman analizi. *Kocaeli Üniversitesi Eğitim Dergisi*, 4(1), 227-256. <http://doi.org/10.33400/kuje.843306>
- Samancı, Ö. (2016). Cumhuriyet döneminde Türk mutfak kültürü. A. Dündar Ankan (Ed.). *Türk mutfak kültürü* içinde (s. 86-106). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Sandıkçıoğlu, T., Şahin, H., Başaran, V., Güldemir, O., Samancı, Ö., Soner, F. ve Arıkan, D. A. (2016). *Türk mutfak kültürü*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Sarıtaş, E. (2005). *Çin'de yapılan arkeolojik araştırma ve kazılara göre İslamiyet'ten önce Türklerde kültürel hayat (En eski çağlardan IX. yüzyılın ortalarına kadar)*. İstanbul: Scala Yayıncılık.
- Selçuk, H. (1972). *Selenge'den Tunaya Türk kültür tarihine dair notlar*. İstanbul: Çizgi Kitabevi.
- Sürücüoğlu, M. S. ve Özçelik, A. Ö. (2008). Türk mutfak ve beslenme kültürünün tarihsel gelişimi. 38. *İcanas, Uluslararası Aya ve Kuzey Afrika Çalışmaları Kongresi Bildiri Kitabı* (s. 1289-1310) içinde. Ankara: Korza Yayıncılık.
- Şalgam, M. (2023). Türk bozkır kültüründe sosyal ve ekonomik hayat. *Uluslararası Uygur Araştırmaları Dergisi*, (21), 50-66. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/2874668>
- Talas, M. (2005). Tarihi süreçte Türk beslenme kültürü ve Mehmet Eröz'e göre Türk yemekleri. *Türkiyat Araştırmaları Dergisi*, (18), 273-283. Erişim adresi: https://isamveri.org/pdfdrf/D01610/2005_18/2005_18_TALASM.pdf
- Taşagıl, A. (2003). *Göktürkler I*. Ankara: Türk Tarih Kurumu Yayınları.
- Taşagıl, A. (2013). *Kök Tengri'nin çocukları (Avrasya bozkırlarında İslam öncesi Türk tarihi)*. İstanbul: Bilge Kültür Sanat Yayınları.
- Taşagıl, A. (2018). *Türk model devleti: Göktürkler*. İstanbul: Bilge Kültür Sanat.
- Taşagıl, A. (2019). *Bozkırın kağanlıkları: Hunlar, Tabgaçlar, Göktürkler, Uygurlar*. İstanbul: Kronik Kitap.
- Taşagıl, A. (2020). *Bozkırın ilk imparatorluğu Hunlar*. İstanbul: Yeditepe Yayınevi.
- Taşagıl, A. (2021). *Uygurlar - 840'tan önce* (2. Baskı). İstanbul: Bilge Kültür Sanat Yayınları.
- Taşagıl, A. (2022). *Türk Kağanlığı*. İstanbul: Bilge Kültür Sanat.
- Taşagıl, A. (2024). *İlk Türkler: Bozkırdan dünyaya yayılanlar* (8. Baskı). İstanbul: Kronik Kitap.
- Tegin, R. A. A., ve Gönülalan, Z. (2014). All aspects of koumiss, the natural fermented product. *MANAS Journal of Engineering*, 2(1), 23-34. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/mjen/issue/40440/484289>
- Tel, G. (2008). *Bozkır kavimlerinde zaman ve takvim (başlangıçtan Uygur dönemi sonuna kadar)* (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Tez, Z. (2012). *Lezzetin tarihi* (2. Baskı). İstanbul: Hayy Kitabevi.

- Timothy, D. J., ve Ron, A. S. (2013). Understanding heritage cuisines and tourism: Identity, image, authenticity, and change. *Journal of Heritage Tourism*, 8(2-3), 99-104. <https://doi.org/10.1080/1743873X.2013.767818>
- Tiryakioğlu, V. (2019). Göktürk Devleti'ni fetret'e götüren sebepler ve Çin'in kurduğu askeri valilikler (Garnizonlar). *Anadolu Kültürel Araştırmalar Dergisi*, 3(1), 93-103. Erişim adresi: <https://ankad.org/index.php/ankad/article/view/52/85>
- Vural, F. G. (2016). *İslamiyet'ten önce Türklerde kültür ve müzik: Hun, Kök ve Uyğur devletleri*. İstanbul: Çizgi Kitabevi.
- Yalımel, M. (2021). Kızımızın Türk tarihi ve kültüründeki yeri. *Genel Türk Tarihi Araştırmaları Dergisi*, 3(5), 1-12. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1141482>
- Yaygın H. (1996). Kımız ve kefir. *Beslenme ve Diyetetik Dergisi*, 25(1), 48-52. Erişim adresi: <https://beslenmevediyetdergisi.org/index.php/bdd/article/view/508>
- Yıldırım, K. (2021). *Hun tarihi*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Açık ve Uzaktan Eğitim Fakültesi Yayınları.
- Yılmaz, A. (2002). *İyiyemiz mutfak mesleğimiz aşçılık sanatımız pişirmek*. İstanbul: Boyut Yayın Grubu.
- Yiğit, Y. ve Ay, E. (2016). Osmanlı mutfak kültürü. S. Fettahhoğlu ve A. Afsar (Ed.), *III. International Congress on Social Sciences, China to Adriatic* (s.8-22) içinde. Adıyaman, Türkiye: Iksad Publications.
- Yörükan, Y. Z. (2020). *Müslümanlıktan ervel Türk dinleri: Şamanizm*. Ankara: Ötüken Neşriyat.
- Zeren, M. E. (2015). *Maniheizm ve Budizm'in Uyğurlar'ın kültür hayatına etkileri* (Doktora Tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

EXTENDED ABSTRACT

Considering the historical course of Turkish cuisine, it can be seen that the culinary culture of the ancient Turkish states is accepted as the starting point of today's Turkish culinary culture. These states have mostly adopted a nomadic lifestyle in line with the climatic conditions of the steppe geography where they live. This lifestyle caused radical changes in the culinary culture of the period, which was considered simple and limited, and enabled it to diversify over time. Food products considered within the scope of culinary culture, technical information used in obtaining and preparing these food products, presentation and consumption styles, and traditions and rituals formed around food represent the identity of societies. Turkish cuisine, which has its roots in the ancient Turkish states, constitutes an important part of the world cuisine with its richness and diversity. With the research it's subjected to expand the literature on Turkish culinary history, shed light on future research and ensure cultural sustainability. In the research, culinary culture is discussed within the scope of ancient Turkish history, culture and civilization by using the qualitative research method. In the research conducted with the document analysis method, data were obtained from secondary sources. In the document analysis method, which aims to examine written materials and compile these materials in a meaningful way, information obtained from sources related to the subject of the research is collected, classified and analyzed. In this regard, research data was obtained from secondary sources, including relevant books, articles, official websites and other works, within the scope of the limitations determined regarding the research topic. The data obtained was examined by content analysis method and compiled under subject headings, from general to specific. In this context, first of all, under the title of general characteristics of culinary culture in the ancient Turkish states, the geographical characteristics of the lands where these communities lived and the livelihoods of the communities, the products used in the ancient Turkish culinary culture, the preparation and cooking techniques and the tools used in relation to the culinary culture were examined. Finally, the culinary culture that developed on the axis of the religious and cultural traditions of these states that lived before the acceptance of Islam by the Turks is included. Under the second heading, the culinary culture of the Huns, Tabgaçs, Avars, Gokturks and finally the Uyghurs, which are the states examined within the scope of the study's universe, are discussed under the headings. Studies show that a society's struggle for survival, the process of adaptation to nature, and the desire to continue their lineage and create unity always exist in Turkish societies. It is seen that the climate and soil conditions of the steppe geography had a great impact on the culinary culture in the ancient Turkish states. In this geography with harsh conditions, agricultural activities were carried out in a limited way, and mostly animal husbandry and hunting were used as sources of income and nutrition. It is seen that in these states, which are considered warrior communities, they focus on small livestock activities such as sheep, lambs and goats, which have higher mobility in accordance with the nomadic lifestyle, and this situation also has an impact on the type of meat consumed. It can be said that another effect of the nomadic structure on the culinary culture is the emphasis on foods that can be stored for a long time and have high nutritional value. It is understood that canning, drying, fermenting and preserving in oil were widely used as food preparation methods in this period. The fact that the history of these extant techniques and foods such as pastrami, sausage, kurut, roasted meat, tarhana and yoghurt dates back to the Ancient Turkish States can be considered as an important evidence of the richness of Turkish culinary culture. In addition, although there is an

impression that meat consumption was dominant in the culinary culture of the ancient Turks, it is seen that wild-collected fruits and vegetables, as well as products obtained from agricultural activities, although to a lesser extent than animal husbandry, are included in the nutritional routines of these societies. Another result of the research is that cultural and religious characteristics have an impact on culinary culture in Turkish societies, and food and beverages are included within the scope of traditions and rituals. The traditions that developed around food in burial rituals, the banquets held in meetings called wedding ceremonies in line with enthronement or ambassador visits, and the rules regarding table manners applied at these banquets prove this. The research limitations were determined within the scope of the ancient Turkish states by making use of the studies conducted in this field. The states examined in this regard are listed as Huns (220 BC - 216 AD), Tabgaçs (216-394 AD), Avars (394-552 AD), Göktürks (552-745 AD) and Uyghurs (745-940 AD) - who are considered to be the old Turkish States established in Central Asia. This study is a general evaluation of the culinary culture in the ancient Turkish States, which forms the foundations of today's Turkish culinary culture. Further studies may reveal detailed information specific to a single state or region. The culinary culture of nomadic Turkish communities (tribes), which changes with geography, can also be a subject of research. Culinary cultures of societies are formed within the framework of knowledge and experiences that turn into cultural accumulation over time, in line with their relationships with their environment. Natural factors such as climatic conditions, water resources, vegetation and soil fertility played an important role in people choosing settlements and determining food sources. In addition, sociocultural factors such as the structure of the society and religion have an impact on nutritional sources and nutrition style. Table manners and rules, as well as rituals and traditions that develop around food, which vary from society to society and from generation to generation, prove this. The techniques and equipment used in the preparation of food products also vary from society to society in line with various external factors.