

Özge DİLER ¹ID

Özlem ÖZER ALTUNDAĞ ²ID

¹ Karabük Üniversitesi, Safranbolu Turizm Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Anabilim Dalı, Karabük, Türkiye

² Karabük University, Safranbolu Faculty of Tourism, Department of Gastronomy and Culinary Arts, Karabük, Türkiye
ozgediler1@gmail.com

(Sorumlu Yazar-Corresponding Author)

² Karabük Üniversitesi, Safranbolu Turizm Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Anabilim Dalı, Karabük, Türkiye

² Karabük University, Safranbolu Faculty of Tourism, Department of Gastronomy and Culinary Arts, Karabük, Türkiye



Geliş Tarihi/Received 04.12.2025
Kabul Tarihi/Accepted Yayın Tarihi/ 11.05.2026
Publication Date 30.06.2026

Atf:

Diler, Ö., & Özer Altundağ, Ö. (2026). Van ili yöresel yemeklerinin reçetelendirilmesi ve vejetaryen/vegan beslenmeye yönelik katılımcı algılarının değerlendirilmesi. *Journal of Silk Road Tourism Research*, 6(1), 61-76, Doi:10.5281/zenodo.20811761

Cite this article:

Diler, Ö., & Özer Altundağ, Ö. (2026). Formulation of recipes for traditional dishes of Van province and assessment of participants' perceptions regarding vegetarian/vegan diets. *Journal of Silk Road Tourism Research*, 6(1), 61-76, Doi:10.5281/zenodo.20811761



Content of this journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

Van İli Yöresel Yemeklerinin Reçetelendirilmesi ve Vejetaryen/Vegan Beslenmeye Yönelik Katılımcı Algılarının Değerlendirilmesi

Formulation of Recipes For Traditional Dishes of Van Province and Assessment of Participants' Perceptions Regarding Vegetarian/Vegan Diets

ÖZ

Yöresel yemekler, bölgeye özgü malzemelerle hazırlanan ve bölge halkının kültürel geçmişiyle şekillenen, uzun yıllardır tüketilen yemeklerdir. Her bölgenin yöresel mutfağı, o bölgenin tarihsel ve kültürel sürecine dair izler taşır ve bu nedenle diğer yemek türlerine kıyasla kültürel bir değer arz eder. Bu çalışma, Van iline ait yöresel yemeklerin "Vejetaryen/Vegan Beslenme" perspektifinden incelenmesini amaçlamaktadır. Araştırmada, Van ilinde yaşayan 15 kadın ile gerçekleştirilen görüşmeler yoluyla, yöresel yemeklerin tarifleri elde edilmiştir. Katılımcı grubunun kadınlardan seçilmesi, yöresel mutfak kültüründe yemek hazırlama ve geleneksel tarif bilgisinin kuşaktan kuşağa aktarımında kadınların belirleyici rolü nedeniyle bilinçli bir tercih olarak belirlenmiştir. Bu tarifler doğrultusunda yöresel yemeklerden en popüler olan 3 (Keledeoş, Ayrın aş, Sengeser) yemeğin standart reçeteleri oluşturulmuştur. Elde edilen bu veriler betimsel analiz yöntemiyle değerlendirilmiştir. Bu çalışmada elde edilen bulgular doğrultusunda, Van iline ait yöresel yemeklerin tamamının içeriğinde en az bir hayvansal ürün bulunduğu ve bu nedenle vegan beslenme modeli ile uyumlu olmadığı belirlenmiştir. Bununla birlikte, söz konusu yemeklerin önemli bir kısmının içerik özellikleri bakımından vejetaryen beslenmenin çeşitli alt türleri (örneğin lakto vejetaryen veya semi-vejetaryen) kapsamında değerlendirilebileceği görülmüştür. Bu durum bölge de hayvansal ürünlerin fazla üretilmesi ve sebze ürünlerinin daha az ve daha kısa sürede bulunmasından kaynaklandığı söylenebilir. Sonuç olarak Van ilinin beslenme kültürünün vejetaryen/vegan diyetlere tam olarak uygun olmadığını işaret etmektedir. Bununla birlikte, bu çalışma yöresel yemeklerin içeriklerinin sistematik olarak analiz edilmesi ve standart reçetelerinin oluşturulması yoluyla, Van mutfağının vejetaryen/vegan beslenme perspektifinde değerlendirilmesine katkı sağlayarak literatürdeki önemli bir boşluğu doldurmaktadır.

Anahtar Kelimeler Vejetaryen/Vegan Beslenme, Yöresel Yemek, Van

ABSTRACT

Local dishes are dishes prepared with ingredients specific to the region and shaped by the cultural background of the people of the region and consumed for many years. The local cuisine of each region bears traces of the historical and cultural process of that region and therefore has a cultural value compared to other types of food. This study aims to analyse the local dishes of Van province from the perspective of 'Vegetarian/Vegan Nutrition'. In the research, recipes of local dishes were obtained through interviews with 15 women living in Van province. The decision to select women for the participant group was a deliberate choice, given the pivotal role women play in the transmission of cooking knowledge and traditional recipes from one generation to the next within the local culinary culture. Based on these recipes, standard recipes were composed of the three most popular local dishes (Keledeoş, Ayrın aş, Sengeser). The data obtained were evaluated using descriptive analysis methods. Based on the findings of this study, it was determined that all regional dishes from Van Province contain at least one animal-based product and are therefore not compatible with a vegan diet. However, it was observed that a significant portion of these dishes could be classified under various subtypes of vegetarian diets (e.g., lacto-vegetarian or semi-vegetarian) based on their ingredient characteristics. This situation can be attributed to the region's high production of animal products and the limited availability of vegetable products, which are often scarce and short-lived. In conclusion, this indicates that the dietary culture of Van Province is not fully compatible with vegetarian/vegan diets. Nevertheless, by systematically analyzing the ingredients of local dishes and establishing standardized recipes, this study contributes to the evaluation of Van cuisine from a vegetarian/vegan dietary perspective, thereby filling an important gap in the literature.

Keywords: Vegetarian/ Vegan Nutrition, Local Food, Van Province

Giriş

Beslenme, insanların biyolojik gereksinimlerini karşılamak amacıyla temel bir ihtiyaçtır. Tarih öncesi dönemde, insanlar, gıda maddelerini deneme-yanılma yöntemiyle tanımış ve tüketilebilir olduklarını keşfetmişlerdir ([Alonso ve Liu, 2011](#)). Bir toplumun beslenme biçimi, yalnızca kültürel faktörlerden değil, aynı zamanda coğrafi unsurlardan da etkilenmektedir. Toplumlar, çevrelerinde bulunan doğal kaynaklar doğrultusunda yörede/bölgede yetişen besin maddelerini tüketme eğilimindedir. Bu bağlamda, bir toplumun mutfak kültürü, o toplumun kültürel değerlerinin, yaşam biçiminin ve coğrafi koşullarının bir yansımasıdır. Mutfak kültürü, yiyecek pişirme yöntemleri, beslenme alışkanlıkları ve kullanılan araç-gereçler gibi unsurlar ile belirli bir bölgeye ait yöresel yiyecek ve içecekleri içerir. Yerel kültür, toplumların yaşam biçimlerini, giyim tarzlarını, geleneksel değerlerini ve eğlence anlayışlarını kapsayan çok yönlü bir olgudur ve tüm toplumlar için önemli bir sosyal yapı taşı oluşturur ([Giritlioğlu vd., 2016](#)). Dünyada giderek artan vejetaryenlik ve veganlık, yalnızca bir beslenme modeli olarak değil, aynı zamanda bir yaşam tarzı olarak da kabul edilmektedir ([Son ve Bulut, 2016](#)). Bu beslenme biçimlerine olan ilgi, zaman içinde artış göstermiştir. İnsanların gıda seçimleri, bulundukları coğrafya, aile yapısı, sosyal çevre, kültürel etmenler, meslek, yaş, gelir düzeyi gibi bir dizi faktörden etkilenmektedir. Besinlerin ne zaman ve nasıl tüketileceğine dair belirli kurallar olmasa da kültürel faktörler bu seçimleri şekillendirmektedir. Ayrıca, belirli besinler yöresel olarak bazı dini inançları ve ulusal kimlikleri yansıttığı için, bu besinlerin değerlendirilmesi kültürel bağlamda dikkate alınmalıdır ([Çaycı, 2019](#)). Yöresel ürünlerin özgünlüğü, genellikle belirli bir kültürel bağlamda, özgül bir coğrafi bölgede kök salmış olmasından kaynaklanmaktadır. Bu özgünlük, tarihsel derinlik, yerel bilgi ve beceriler, geleneksel üretim teknikleri, tüketim alışkanlıkları ve diğer kültürel öğeleri içermektedir. Bu unsurlar, yerel ürünlerin cazibesini artırmakta ve onların ticaretini etkileyen temel faktörler arasında yer almaktadır ([Sengül ve Türkay, 2016](#)).

Van mutfak kültürü, tarihsel süreç boyunca çeşitli imparatorlukların ve etnik grupların toplumlarının gelenek ve kültürlerini yansıtan, köklü bir mirasa sahip olan bir mutfak geleneğidir. Bu kültür, farklı medeniyetlerin etkisiyle şekillenmiş ve zaman içinde etkileşimde bulunan farklı geleneklerin bir birleşimi olarak zenginleşmiştir. Van mutfağının belirgin özelliklerinden biri, et, süt ve bakliyat ürünlerinin yaygın bir şekilde kullanılmasıdır. Bu özellik, şehrin iklim koşulları ve toprak yapısının tarım ve hayvancılıkla uyumlu olması nedeniyle, bölgenin temel ekonomik faaliyetleri arasında yer almasıyla doğrudan ilişkilidir. Bu faktörler, Van mutfak kültürünün şekillenmesinde önemli bir rol oynamıştır ([Ocak, 2016](#)).

Türkiye'nin sahip olduğu zengin mutfak kültürü, vejetaryen beslenme açısından değerlendirildiğinde önemli bir potansiyel sunmaktadır. Geleneksel beslenme alışkanlıkları incelendiğinde, özellikle tahıllar (başta buğday) ve sebze temelli yemeklerin günlük öğünlerde geniş yer tuttuğu görülmektedir. Nitekim Türkiye'de günlük protein alımının büyük bir kısmının bitkisel kaynaklardan sağlanması, bu potansiyeli destekleyen önemli bir göstergedir. Bu bağlamda vejetaryen beslenme, yalnızca et tüketiminden kaçınmayı değil; aynı zamanda hayvanlara yönelik etik olmayan uygulamaları mümkün olduğunca dışlamayı amaçlayan bir yaşam tarzı olarak tanımlanmaktadır. Vegan beslenme ise bu yaklaşımı daha ileri bir noktaya taşıyarak, hayvansal kökenli tüm ürünlerin kullanımını reddeden daha katı ve kapsamlı bir yaşam felsefesini ifade etmektedir. Bu yönüyle her iki beslenme biçimi, bireylerin gıda tercihleri kadar etik ve sürdürülebilirlik odaklı yaklaşımlarını da yansıtmaktadır ([Akbay, 2018](#); [Alçiçek ve Özer Altundağ, 2025](#); [Örnek ve Çetin, 2026](#)).

Literatürde yöresel mutfakların vejetaryen/vegan beslenme kapsamında ele alındığı çalışmaların sınırlı olduğu ve mevcut araştırmaların çoğunlukla gastronomi turizmi potansiyeline ([Akagündüz ve Altun, 2023](#); [Avyıldız, 2024](#); [Secuk vd., 2023](#); [Uslu ve Kırmacı, 2021](#); [Yılmaz ve Albayrak, 2023](#)) odaklandığı görülmektedir. Bununla birlikte, yöresel yemeklerin içerik analizi ile birlikte standart reçeteler üzerinden sistematik olarak değerlendirildiği çalışmaların ([Avyıldız ve Türker, 2021](#); [Bakkaloğlu, 2026](#); [Özdemir ve Özbay, 2023](#)) oldukça az olduğu dikkat çekmektedir. Özellikle Doğu Anadolu Bölgesi mutfaklarına yönelik bu tür çalışmaların eksikliği, önemli bir araştırma boşluğuna işaret etmektedir. Van mutfağı, sahip olduğu zengin gastronomik mirasa rağmen, vejetaryen/vegan beslenme bağlamında yeterince incelenmemiştir. Bu doğrultuda, söz konusu boşluğun giderilmesi amacıyla bu çalışmada Van iline ait yöresel yemekler katılımcı görüşleri doğrultusunda derlenmiş, standart reçeteleri oluşturulmuş ve vejetaryen/vegan beslenme açısından değerlendirilmiştir. Bu yönüyle çalışma hem yöntemsel yaklaşımı hem de kapsamı itibarıyla literatüre özgün bir katkı sunmaktadır.

Bu çalışmanın amacı Van ili yöresel yemeklerinin vejetaryen/vegan beslenme yönünü inceleyip yöresel yemeklerin standart reçetelerini oluşturmaktır. Çalışmada Van ilinde yaşayan 15 kadınla görüşülmüştür ve görüşme sonunda Van'a ait yöresel yemeklerin reçeteleri oluşturulmuştur ve bu reçetelerin vejetaryen/vegan beslenme yönü incelenmiştir.

Kavramsal Çerçeve

Vejetaryenlik ve Veganlık

İnsanlar, hayatta kalabilmek için çeşitli stratejik yollar geliştirmiştir. Bu süreç, bireylerin yaşamlarının başlangıcından sonuna kadar devam eden en önemli uğraşlarından biri olarak beslenmeyi içermektedir. Ateşi keşfeden ilk insanlar, besinleri pişirerek onları daha verimli bir şekilde tüketebileceklerini öğrenmişlerdir. Yerleşik hayata geçişle birlikte, tarım ve

hayvancılıkla uğraşmaya başlayan insanlar, beslenme alışkanlıklarını bu doğrultuda yeniden şekillendirmiştir. Zamanla, insanlık gelişim sürecinde beslenme ihtiyacı, toplu bir hareket gereksinimi doğurmuştur. Bu bağlamda, beslenme alışkanlıkları, her dönemde insan yaşam tarzını yansıtan önemli bir rol oynamıştır ([Caycı, 2019](#)).

Vejetaryenlik ve veganlık, günümüzde yalnızca bir beslenme tercihi olmanın ötesinde, etik, çevresel ve sağlık temelli yaklaşımları da içeren yaşam biçimleri olarak değerlendirilmektedir. Vejetaryenlik, temel olarak et ve et ürünlerinin tüketilmemesine dayanan bir beslenme modelini ifade etmekte olup, Türk Dil Kurumu'na göre de "et yemeyen" bireyleri tanımlamak için kullanılmaktadır. Bununla birlikte vejetaryen beslenme tek tip olmayıp; lakto-ovo, lakto, ovo, pesko, polo ve semi-vejetaryenlik gibi alt türlere ayrılarak farklı hayvansal ürünlerin sınırlı düzeyde tüketimine izin veren çeşitlilikler göstermektedir. Buna karşılık vegan beslenme, hayvansal kökenli tüm ürünlerin kullanımını reddeden daha kapsamlı ve katı bir yaklaşımı temsil etmektedir. Vegan bireyler yalnızca et ve et ürünlerini değil, süt, yumurta, bal gibi tüm hayvansal bileşenleri de diyetlerinden çıkarmakta ve ağırlıklı olarak tahıllar, baklagiller, sebzeler, meyveler ve minimum düzeyde işlenmiş bitkisel gıdalarla beslenmektedir. Bu yönüyle veganlık, beslenme pratiğinin ötesine geçerek etik ve sürdürülebilirlik temelli bir yaşam felsefesi olarak öne çıkmaktadır ([Bakkaloğlu, 2026](#); [Örnek ve Çetin, 2026](#)).

Vejetaryen beslenme düzeni, Antik Yunan dönemine kadar uzanmakta olup, o zamandan günümüze kadar, hayvansal et ve kan tüketiminin insan sağlığı üzerindeki potansiyel olumsuz etkilerinden korunma amacıyla benimsenmiştir. Bu beslenme modeli, tarihsel olarak bitkisel gıdaların tüketiminin sağlık açısından avantajlarına vurgu yaparak, et tüketimine karşı bir alternatif olarak ortaya çıkmıştır ([Li vd., 2021](#)). Örneğin; diğer taraftan vejetaryen diyet incelendiğinde baklagiller, tahıllar, sebzeler, meyveler, yağlı meyveler ve tohumlar, çeşitli vejetaryen diyetlerinde yer almaktadır ([Couceiro vd., 2008](#)).

Farklı toplumlarda et tüketimine yönelik yaklaşımlar kültürel, ekonomik ve sosyal dinamiklere bağlı olarak değişkenlik göstermektedir. Batı toplumlarında et, kolay erişilebilirliği ve günlük yaşam pratikleriyle uyumlu olması nedeniyle beslenme düzeninde merkezi bir konumda yer almakta, bu durum vejetaryen beslenmenin çoğu zaman norm dışı bir tercih olarak algılanmasına yol açmaktadır. Özellikle 20. yüzyıldan itibaren vejetaryenlik, yalnızca bir beslenme biçimi olmanın ötesine geçerek türçülük karşıtlığı ve insan merkezci yaklaşımlara eleştiri getiren daha geniş sosyal hareketlerle ilişkilendirilmeye başlanmıştır. Öte yandan Asya toplumlarında, özellikle Çin'de, alternatif protein kaynaklarına yönelik tutumların daha karmaşık bir yapı sergilediği görülmektedir. Bazı çalışmalar tüketicilerin bitki bazlı ve kültürlenmiş et ürünlerine karşı olumlu bir eğilim gösterdiğini ortaya koyarken, sosyal medya verilerine dayanan bulgular bu iyimser tablonun her zaman gerçeği yansıtmadığını göstermektedir. Ayrıca soya fasulyesi gibi bitkisel protein kaynaklarının yaygın ve ekonomik olması, tüketicilerin alternatif et ürünlerine yönelimini sınırlayan önemli bir faktör olarak değerlendirilmektedir ([Alçiçek ve Özer Altundağ, 2025](#)). Aşağıda vejetaryen beslenme türlerinin besin sınırlılıkları verilmektedir.

- Semi-vejetaryen beslenme: Bu beslenme modelinde et tüketilmemektedir. Bu diyetle bitkisel gıdalar, süt ve süt ürünleri, yumurta, kanatlı hayvanlar ve su ürünleri tüketilebilir.
- Lakto-ovo vejetaryen beslenme: Bu beslenme modelinde bitkisel gıdalar, yumurta ve süt ürünleri yer almaktadır. Et, balık ve kanatlı hayvanlar yer almamaktadır.
- Lakto vejetaryen beslenme: Bu beslenme modelinde bitkisel gıdalar, süt ürünleri yer almaktadır. Yumurta, et, balık ve kanatlı hayvanları içermemektedir.
- Pesko vejetaryen beslenme: Bu beslenme modelinde bitkisel gıdalar, süt ve süt ürünleri, su ürünleri ve yumurta tüketilebilir.
- Polo-vejetaryen beslenme: Bu beslenme modelinde bitkisel gıdalar ve kanatlı hayvanlar bulunmaktadır.
- Vegan beslenme: Bu beslenme modelinde bütün hayvansal gıdalar, et ürünleri, süt ve süt ürünleri, yumurta, bal vb. diyetlerinde yer almaz. Bazı veganlar normal yaşamda deri ve ipek gibi hayvansal kaynaklı ürünleri dahi reddetmişlerdir.
- Fruvitarian beslenme: Bu beslenme modelinde yalnızca botanik olarak meyve grubuna giren sebzeler ve meyvelerle ile kabuklu yemişler yer almaktadır.
- Makrobiyotik beslenme: Bu beslenme modelinde taneli gıdalar ve tahıllardan oluşmaktadır ([Özcan ve Baysal, 2016](#)).

Son yıllarda vejetaryen ve vegan beslenme biçimlerinin yalnızca bireysel sağlık tercihleriyle sınırlı kalmayıp ([Özcan ve Baysal, 2016](#); [Özer Altundağ ve Payas, 2021](#); [Tunçay, 2018](#)), çevresel sürdürülebilirlik ([Aymanıkuy ve Topal, 2022](#); [Erdoğan ve Gürbüz, 2023](#)), etik tüketim ve hayvan refahı gibi küresel konularla ([Bouwman vd., 2022](#); [Docherty ve Jasper, 2023](#)) da doğrudan ilişkilendirildiği görülmektedir. Bu bağlamda yapılan uluslararası çalışmalar, bitki temelli beslenmenin karbon ayak izinin azaltılması, doğal kaynakların korunması ve sürdürülebilir gıda sistemlerinin desteklenmesi açısından önemli bir rol oynadığını ortaya koymaktadır ([Espinosa vd., 2026](#); [Metin vd., 2025](#)). Ayrıca vegan ve vejetaryen beslenme biçimlerinin

özellikle genç nüfus arasında giderek yaygınlaştığı ve bu durumun gıda sektörü ile turizm faaliyetlerini de etkilediği belirtilmektedir ([Lanz vd., 2025](#); [Luong, 2025](#)). Türkiye’de ise bu alandaki çalışmaların sınırlı olduğu, özellikle yöresel mutfakların bu beslenme biçimleri ile ilişkisini inceleyen araştırmaların yeterli düzeyde olmadığı dikkat çekmektedir.

Vejetaryen/Vegan Turizm ve Gastronomi Turizmi

Günümüzde gastronomi turizmi, destinasyonların rekabet gücünü artıran önemli unsurlardan biri haline gelmiştir. Turistlerin yalnızca seyahat etmek değil, aynı zamanda gittikleri destinasyonların yerel mutfak kültürünü deneyimlemek istemeleri, yöresel yemeklerin turistik ürün olarak değerlendirilmesini gerekli kılmaktadır. Bu bağlamda, vejetaryen ve vegan turistlerin sayısındaki artış, destinasyonların menü çeşitliliğini yeniden gözden geçirmesine neden olmuştur. Vegan/vejetaryen turizm, hayvansal ürün tüketmeyen bireylerin seyahat deneyimlerinde uygun gıda seçeneklerine ulaşma beklentisini ifade etmekte olup, bu durum destinasyonların gastronomik sunumlarını doğrudan etkilemektedir ([Dilek ve Fennell, 2018](#)).

Uluslararası literatürde, vejetaryen ve vegan turistlerin destinasyon tercihinde yiyecek ve içecek olanaklarının belirleyici bir faktör olduğu vurgulanmaktadır. Bu turist grubu, gittikleri bölgelerde kendi beslenme alışkanlıklarına uygun alternatifler bulamadıklarında destinasyon tercihlerini değiştirebilmektedir. Bu nedenle, yöresel mutfakların vejetaryen/vegan beslenme açısından değerlendirilmesi, gastronomi turizmi kapsamında önemli bir araştırma alanı olarak öne çıkmaktadır ([Li vd., 2021](#); [Yu vd., 2023](#)). Türkiye gibi zengin mutfak kültürüne sahip ülkelerde, yöresel yemeklerin bu perspektiften analiz edilmesi hem turistik çekiciliğin artırılması hem de farklı turist segmentlerine hitap edilmesi açısından önem taşımaktadır.

Yöresel Mutfak ve Van Mutfacı

Yöresel yemekler, bulundukları coğrafyada yetişen ürünler ile o bölgede yaşayan toplumların kültürel birikimlerinin etkileşimi sonucunda ortaya çıkan özgün gastronomik unsurlar olarak değerlendirilmektedir. Bu yemekler, yalnızca kullanılan malzemeler açısından değil; aynı zamanda hazırlanma, pişirme ve sunum süreçleri ile gelenek ve görenekleri yansıtmaları bakımından da belirli bir yöreye özgü farklılıklar göstermektedir. Çoğu zaman tarihsel bir geçmişe sahip olan ve özellikle özel günler, törenler ve kutlamalar kapsamında tüketilen bu ürünler, kültürel mirasın önemli bir parçası olarak kabul edilmektedir. Günümüzde yöresel yemekler, gastronomi turizminin gelişimiyle birlikte hem ulusal hem de uluslararası düzeyde artan bir ilgi görmektedir; Türkiye gibi zengin mutfak çeşitliliğine sahip ülkelerde ise yerli ve yabancı turistler için önemli bir çekim unsuru oluşturmaktadır ([Ayaz vd., 2021](#); [Yılmaz ve Altun, 2025](#)). Türk mutfacının özgünlüğü, geçmiş kültür unsurları ve yöresel ürünlerin kullanımıyla sağlanabilir. Destinasyon bölgelerinde, bölgeye özgü üretim teknikleri ve yöresel ürünlerdeki özgünlük, otantik bir biçimde yöresel değerlere dayalı ürünlerin üretilmesi, yöresellik kavramını tanımlayabilecek unsurlar arasında yer almaktadır. Son yıllarda, yiyecek ve içecek sektöründe yöresel ürünlere olan ilginin artması, bu ürünlerin destinasyonlara yönelik önemli bir çekim unsuru haline gelmesine yol açmaktadır ([Küçükyaman vd., 2018](#); [Sormaz vd., 2020](#); [Yılmaz ve Ayaz, 2023](#)).

Van ili, tarih boyunca birçok farklı medeniyete ev sahipliği yapmıştır. Van ili yüzölçümü bakımından Türkiye’nin en büyük 6. ilidir. Doğu Anadolu Bölgesi yüksek dağlarla kaplı Van Gölü’nün doğu kıyısına olan uzaklığı 5 km mesafede bir arazi üzerine yerleşmiştir. Van ilinin toprakları, 19.069 km² olan yüzölçümü ile Türkiye topraklarının %2,5’ini oluşturmaktadır. Türkiye’nin en büyük gölü ve dünyanın en büyük sodalı gölü olan Van Gölü ise, yüksek dağların ortasında bir çukur içerisinde oluşmuştur ([Van İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü, 2021](#)). Van şehri sahip olduğu iklim koşulları, toprak, coğrafi konum, ürün kalitesi, çeşitli bitkileriyle ve mutfak kültürünün zenginliği ile gastronomi potansiyeli açısından önemli bir yere sahiptir ([Ocak, 2016](#)).

Van mutfak kültürü aynı coğrafyada yaşayan farklı medeniyetlerin birbirlerinin ardından geliştirdiği mutfak kültürünün birleşiminden oluşmuştur. Bundan dolayı Van mutfacı gelişime kapalı ve durağan değil, çeşitli ve renkli bir mutfaktır ([Ocak, 2016](#)). Van mutfak kültürü, coğrafik şartlar, tarımsal, sosyal ve ekonomik faktörlerden harmanlanarak bu günlere gelmiştir. Geleneksel Van mutfacı, Osmanlı mutfacının özelliklerini de içeren ve aslında Doğu Anadolu mutfacının tipik bir örneğidir. Van mutfak kültürü, bölgenin sert iklim koşulları ve özellikle kış aylarında yaşanan ulaşım zorlukları doğrultusunda, yıl boyunca erişilebilen besin kaynaklarına dayalı olarak şekillenmiştir. Bu bağlamda, doğadan temin edilen bitkisel ürünler, süt ve süt ürünleri, baklagiller, tahıllar ile et ürünleri Van mutfacının temel bileşenlerini oluşturmaktadır ([Belli ve Belli, 2010](#)). Bununla birlikte Van mutfacında yemek, yalnızca fizyolojik bir gereksinimin karşılanması olarak değil, aynı zamanda toplumsal etkileşimi ve kültürel paylaşımı yansıtan önemli bir sosyal pratik olarak değerlendirilmektedir. Özellikle ayran aşısı, balık, keledoş, helise ve sengeser gibi yöresel yemekler, geleneksel sofralarda bir araya gelme ve birlikte tüketim kültürünün sembolleri arasında yer almakta; bu yemeklere eşlik eden çay tüketimi ise sosyal iletişimi güçlendiren bir unsur olarak öne çıkmaktadır ([Çakır, 2017](#)).

Bu bağlamda, yöresel mutfakların vejetaryen/vegan beslenme açısından değerlendirilmesi, yalnızca beslenme alışkanlıkları açısından değil, aynı zamanda gastronomi turizmi kapsamında destinasyonların pazarlanabilirliğini artırma

potansiyeli bakımından da önem taşımaktadır. Özellikle alternatif beslenme biçimlerine sahip turistlerin artması, yerel mutfakların bu doğrultuda yeniden yorumlanmasını ve uyarlanmasını gerekli kılmaktadır.

Yöntem

Amaç ve Örneklem seçimi

Nitel araştırmanın benimsendiği çalışmada Van ili yöresel yemeklerin vejetaryen/vegan beslenme yönü incelenmesi hedeflenmiştir. Çalışmada ayrıca katılımcılardan elde edilen bilgiler ışığında tarifi en çok verilen 3 yöresel yemeğinde standart reçetesi oluşturulmuştur. Bu çalışmada nitel araştırmalarda örneklem seçimi türlerinden biri olan amaçlı örnekleme yöntemi kullanılarak örneklem oluşturulmuştur. Amaçlı örnekleme seçimi yöntemine bağlı kolay ulaşılabilir durum örnekleme yöntemi tercih edilmiştir. Bu bağlamda araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden görüşme tekniği kullanılmıştır. Van ilinde yaşayan 15 kadınla görüşme yapılmıştır. Katılımcılar, Van yöresel mutfak kültürünü gündelik hayatta sürdüren, yerel yemeklerin hazırlanışı hakkında bilgi sahibi olan ve tarif aktarımı yapabilecek kişiler arasından seçilmiştir. Bu nedenle amaçlı örnekleme araştırmanın amacıyla uyumludur. Bu çalışmada katılımcı grubunun yalnızca kadınlardan oluşması, araştırmanın amacı doğrultusunda bilinçli bir tercih olarak belirlenmiştir. Van ili mutfak kültüründe yemek hazırlama, tarif aktarımı ve geleneksel mutfak bilgisinin kuşaktan kuşağa aktarılması büyük ölçüde kadınlar aracılığıyla gerçekleşmektedir. Bu nedenle, yerel mutfak pratiğini aktif olarak sürdüren kadın katılımcılar tercih edilmiştir. Ayrıca katılımcıların Van doğumlu ve uzun süredir bölgede yaşayan bireylerden seçilmesi, yerel mutfak bilgisinin özgünlüğünü korumak ve doğrudan kaynağından veri elde etmek amacıyla tercih edilmiştir.

Görüşlerin belirlenmesi ve mevcut durumun tespit edilerek sonuçların ortaya konulması amacıyla literatürde bulunan diğer araştırmalardan hareket edilerek (Ayaz ve Köse, 2022; Sat, 2024; Yurt, 2024) on sorudan oluşan bir görüşme formu oluşturulmuştur. Üç tema üzerinden (1. Vejetaryen/Vegan Beslenme Bilinirlik Düzeyi, 2. Yöresel Yemek Bilinirlik Düzeyi, 3. Özel Günlerde Yemek Kültürü) hazırlanan görüşme formu 15 katılımcı ile 05.02.2025 ve 10.03.2025 tarihlerinde gerçekleştirilmiştir. Görüşmeler katılımcılar ile yüz yüze gerçekleştirilmiş olup her bir görüşme ortalama 20–30 dakika sürmüştür. Araştırma sürecinde katılımcılara çalışmanın amacı hakkında detaylı bilgilendirme yapılmış ve görüşme öncesinde gönüllü katılım onayı alınmıştır. Tüm görüşmeler, katılımcıların açık rızası doğrultusunda ses kaydı ile kayıt altına alınmış ve etik ilkelere uygun şekilde yürütülmüştür. Hazırlanan formda şu şekilde sorulara yer verilmiştir.

S1: Vejetaryenlik / Veganlık nedir daha önce duydunuz mu? Duyduysanız tanımlar mısınız?

S2: Vejetaryen/ Vegan beslenmenin faydalı olduğunu düşünüyor musunuz?

S3: Yöresel mutfak ile ilgili bilgi ve düşünceleriniz nelerdir? Size göre yöresel yemeklerde bulunması gereken özellikler nelerdir?

S4: Van iline ait yöresel yemekleri biliyor musunuz? Van yöresine ait yemeklerden en popüler 10 örnek verebilir misiniz?

S5: Bu örnek verdiğiniz yemeklerin hazırlanmasını anlatır mısınız? (Hangi malzemeler kullanılarak hazırlanıyor)

S6: Van iline ait yöresel yemekleri ne sıklıkla yapıyorsunuz?

S8: Düğün, sünnet, cenaze, dini vb. Özel günlerde geçmişten günümüze sürdürülen yemek Kültürleri var mıdır? Varsa nelerdir? Ayrı ayrı belirtiniz.

S9: Van ilinin “vejetaryen/vegan mutfak” çerçevesinde yöresel yemekleri sizce var mıdır? Varsa hangileridir isimlerini söyler misiniz?

S10: Van ilinin “vejetaryen/vegan mutfak” çerçevesinde yöresel yemeklerinin tercih edilme sıklığı nedir? Bu durumunun yöresel yemek sürdürülebilirliğine etkisi neler olmuştur anlatabilir misiniz?

Görüşmeler sırasında elde edilen veriler katılımcıların izni doğrultusunda ses kaydı ile kayıt altına alınmış ve ardından eksiksiz bir şekilde yazıya dökülerek analiz sürecine hazır hale getirilmiştir. Görüşmeler ilerledikçe özellikle yöresel yemeklerin isimleri, içerikleri ve vejetaryen/vegan uygunluğu konusundaki yanıtların tekrar ettiği görülmüştür. Son görüşmelerde yeni bir tema ya da yeni bir yemek kategorisi ortaya çıkmadığından veri doygunluğuna ulaşıldığı kabul edilmiştir. Elde edilen veriler betimsel analiz yöntemi ile değerlendirilmiştir. Betimsel analizde amaç, görüşme ve gözlem sonucu elde edilen verilerin düzenlenmiş ve yorumlanmış bir biçimde sunulmasıdır. Bu kapsamda veriler önceden belirlenen temalar doğrultusunda sınıflandırılmış, özetlenmiş ve yorumlanmıştır. Ayrıca bulgular arasında neden-sonuç ilişkileri kurulmuş ve gerekli durumlarda karşılaştırmalara yer verilmiştir (Yıldırım ve Şimşek, 2008).

Verilerin Analizi

Elde edilen veriler betimsel analiz yöntemi ile yorumlanmıştır. Bu yaklaşımda amaç, görüşme ve gözlem sonucu elde edilen

verilerin düzenlenmiş ve yorumlanmış bir şekilde okuyucuya sunulmasıdır (Yıldırım ve Şimşek, 2008). Çalışmada betimsel analiz aşağıda belirtildiği şekilde gerçekleştirilmiştir.

- Ses kayıtlarının yazıya dökülmesi
- Metinlerin tekrar okunması
- Üç tema altında kodlanması
- Benzer ifadelerin gruplanması
- Katılımcı ifadelerinden doğrudan alıntı seçimi
- Bulguların tablo ve tema bazlı sunulması

Nitel araştırmalarda geçerlik ve güvenirlik, elde edilen verilerin doğruluğu ve tutarlılığı açısından büyük önem taşımaktadır. Bu çalışmada veri güvenirliğini sağlamak amacıyla çeşitli yöntemler kullanılmıştır. Öncelikle, katılımcıların doğrudan deneyimlerine dayalı veri elde edebilmek için Van yöresel mutfak kültürünü aktif olarak sürdüren bireyler seçilmiş ve bu sayede veri kaynağının uygunluğu sağlanmıştır. Görüşmeler sırasında elde edilen veriler ses kaydı ile kayıt altına alınmış ve ardından eksiksiz bir şekilde yazıya dökülerek veri kaybının önüne geçilmiştir. Elde edilen veriler araştırmacı tarafından birden fazla kez okunmuş ve temalar doğrultusunda sistematik olarak kodlanmıştır. Ayrıca, katılımcı ifadelerinden doğrudan alıntılara yer verilerek bulguların şeffaf bir şekilde sunulması sağlanmıştır.

Katılımcıların vejetaryen/vegan beslenme konusundaki bilgi düzeylerinin sınırlı olması, çalışmanın bir zayıflığı olarak değil, araştırmanın amacına uygun bir bulgu olarak değerlendirilmiştir. Çünkü bu çalışma, yalnızca bilgi düzeyini ölçmeyi değil, aynı zamanda yerel mutfak kültürünün bu beslenme biçimleriyle ilişkisini ortaya koymayı hedeflemektedir. Bu bağlamda, katılımcıların bilgi eksikliği, bölgesel farkındalık düzeyini yansıtmaları açısından anlamlı bir veri olarak ele alınmıştır. Son olarak, veri doygunluğuna ulaşıldığı gözlemlenmiş ve yeni görüşmelerde benzer yanıtların tekrar etmesi, elde edilen bulguların tutarlılığını destekleyen bir unsur olarak değerlendirilmiştir. Çalışma kapsamında Karabük Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'ndan 04.02.2025 tarihli E-78977401-050.04-409918 etik kurul izni alınmıştır. Çalışmaya katılan tüm katılımcılardan onam alınmıştır.

Bulgular

Araştırma kapsamında Van ilinde yaşayan 15 kadınla görüşülmüştür. Katılımcıların demografik özellikleri Tablo 1'de verilmiştir. Katılımcıların tamamı kadın ve Van doğumludur. Bu durum, çalışmanın yerel mutfak kültürünü doğrudan deneyimleyen ve uygulayan bireyler üzerinden yürütülmesini sağlamaktadır. Katılımcıların ortalama yaşı 42'dir. Araştırmadaki katılımcıların tamamına yakını yaşamı boyunca Van'da ikamet etmektedir. Katılımcıların 3'ü okuryazar değil, 7'si si ilkököl ve ortaokul mezunu, 2 si lise mezunu, 3'ü ön lisans mezunudur.

Tablo 1.
Katılımcıların Demografik Özellikleri

Kod	Yaş	Eğitim durumu	Van İlinde Yaşadığı Süre
K1	29	Önlisans	29
K2	47	İlkokul	47
K3	44	İlkokul	44
K4	52	İlkokul	52
K5	29	İlkokul	20
K6	33	Önlisans	33
K7	43	Lise	43
K8	46	Ortaokul	46
K9	25	Lise	25
K10	30	Önlisans	30
K11	60	Okuryazar değil	60
K12	55	Okuryazar değil	55
K13	45	İlkokul	40
K14	38	İlkokul	38
K15	53	Okuryazar değil	53

Tema: Vejetaryen/Vegan Beslenme Bilinirlik Düzeyi

Tema 1 kapsamında elde edilen bulgular genel olarak değerlendirildiğinde, katılımcıların vejetaryen/vegan beslenme kavramlarına ilişkin bilgi düzeylerinin sınırlı olduğu görülmektedir. Katılımcıların önemli bir kısmı bu kavramları yalnızca “et yememe” şeklinde yüzeysel bir ifadeyle tanımlarken, daha kapsamlı ve doğru tanımlama yapabilen katılımcı sayısının oldukça az olduğu dikkat çekmektedir. Bu durum, bölgede vejetaryen/vegan beslenme konusundaki farkındalık düzeyinin düşük olduğunu göstermektedir. Ayrıca katılımcıların büyük çoğunluğunun bu beslenme biçimini faydalı bulmaması ve yöresel mutfakla ilişkilendirememesi, Van mutfak kültürünün hayvansal ürün ağırlıklı yapısından kaynaklanıyor olabilir. Nitekim katılımcıların neredeyse tamamı, Van yöresel yemeklerinin vejetaryen/vegan beslenmeye uygun olmadığı yönünde görüş bildirmiştir. Bu bulgular, bölgesel beslenme alışkanlıklarının ve üretim yapısının bireylerin beslenme algıları üzerinde belirleyici bir rol oynadığını ortaya koymaktadır. Katılımcıların kullandıkları ifadelerden bazılarına aşağıda yer verilmiştir.

K1 kodlu katılımcı bu soruyu “Evet duydum. Vejetaryen hayvansal ürünlerinin bir kısmını yemeyen olarak biliyorum. Vegan ise hayvansal kaynaklı tüm ürünlerini yemeyen bir grup” diye tanımlamaktadır. K5 ise “Evet faydalı olduğunu düşünüyorum fazla protein ve yağ tüketildiğinde kalbe zarar verir. Vejetaryen beslenme daha az tüketildiği için faydalı olduğunu düşünüyorum.” K13 ise “Bunları duydum ama tam olarak ne anlama geldiğini bilmiyorum.” şeklinde cevap vermiştir.

Katılımcılara bu tema altında ikinci olarak “Vejetaryen/ Vegan beslenmenin faydalı olduğunu düşünüyor musunuz?” sorusu yöneltilmiştir. Katılımcılar genel olarak vejetaryen/vegan beslenmenin faydalı olmadığını düşündüklerini bildirmişlerdir. Bu yanıtlara ek olarak:

K1: ‘Çok faydalı olduğunu düşünmüyorum. Çünkü vücudumuzda protein eksikliği oluşur. Başka düşündüğümde vitaminler ve omega-3 lerimiz eksik olur.’

K5: ‘Evet faydalı olduğunu düşünüyorum fazla protein ve yağ tüketildiğinde kalbe zarar verir. Vejetaryen beslenme daha az tüketildiği için faydalı olduğunu düşünüyorum.’

K6: ‘Kısmen faydalı olduğunu düşünüyorum. Vejetaryen besinlerin bir kısmını tüketmiyorken vegan ise hiçbir hayvansal kaynağı tüketmiyor. Veganlar bu konuda eksik besleniyor vejetaryen ise vegana göre daha iyi besleniyor.’

Katılımcılara üçüncü olarak “Van ilinin “vejetaryen/vegan mutfak” çerçevesinde yöresel yemekleri sizce var mıdır? Varsa hangileridir isimlerini söyler misiniz?” sorusu yöneltilmiştir. Katılımcıların bir kişi dışında hepsi bu soruya bilmiyorum yanıtı vermişlerdir. Aşağıda katılımcıların verdiği cevapların bazılarına yer verilmiştir;

K6: Bilmiyorum.

Katılımcılara birinci tema kapsamında son soru olarak “Van ilinin “vejetaryen/vegan mutfak” çerçevesinde yöresel yemeklerinin tercih edilme sıklığı nedir? Bu durumunun yöresel yemek sürdürülebilirliğine etkisi neler olmuştur anlatabilir misiniz?” sorusu yöneltilmiştir. Katılımcıların hepsi bu konuda bir bilgilerinin olmadığını aktarmışlardır. Aşağıda bazı katılımcıların ifadelerine yer verilmiştir.

K1: Ben vejetaryen/vegan ile karşılaşmadım. Van’ da çok yok zaten hayvancılık ağır bastığı için et kültürü olduğundan dolayı vejetaryen yemeklerinin Van mutfak kültüründe olduğunu düşünmüyorum.

K12: Van yöresel yemeklerinin vejetaryenler ve veganlar için uygun olduğunu düşünmüyorum.

Tüm bu bulgular birlikte değerlendirildiğinde, katılımcıların vejetaryen/vegan beslenme konusundaki bilgi düzeylerinin sınırlı olduğu, bu beslenme biçimlerine yönelik farkındalığın düşük olduğu ve Van yöresel mutfak kültürünün hayvansal ürün ağırlıklı yapısı nedeniyle bu beslenme modelleriyle doğrudan ilişkilendirilmediği sonucuna ulaşılmıştır.

Tema: Yöresel Yemek Bilinirlik Düzeyi

İkinci olarak katılımcıların yöresel yemek bilinirlik düzeyi değerlendirilmiştir. Katılımcılara yöneltilen sorulardan ilki “Yöresel mutfak ile ilgili bilgi ve düşünceleriniz nelerdir? Size göre yöresel yemeklerde bulunması gereken özellikler nelerdir?” sorusudur. K1 katılımcısı bu soruya: “Yöresel mutfak bir ilin kültürünü bulunduğu yerin bolluğunu, bitkilerin gelişimini gösteren bir kültürdür. Yaşadığı bir yerin kültürünü ve özelliklerini gösterir.” yanıtını vermiştir. K5: “Bölgeye has olan ürünlerle yapılan ürünlerle ve kendi yöntemlerimizle pişirdiğimiz yemeklerdir. Genelde yöresel yemeklerimizde köy tereyağı kullanılırız ve et ürünlerini ağırlıklı olarak yemeklerimize ekleriz.” K3: “Kendi yörende yetişenlerle yemek yaparsan yöresel olur. Her şeyi yörene göre yaparsın o yüzden yöresel diyoruz.” Bu soru kapsamında alınan cevaplara göre yöresel yemekler bir yörenin kendine has ürünleriyle yapıp o yörenin özellikleri ile tüketilmesi olarak tanımlanmaktadır. Ve en önemli özellik olarak ta o bölgeye has olması yanıtı katılımcılar tarafından verilmiştir. Bunun dışında K2, K6, K7, K12, K14 kodlu katılımcılar Van ilinin yöresel yemeklerinin en önemli özelliğinin et ve et ürünlerinin kullanılması olduğunu

belirtmişlerdir. Diğer katılımcılar ise yöresel yemek konusunda bir fikirlerinin olmadığını belirtmişlerdir (K4, K8, K9, K10, K11, K15).

Katılımcılara yöneltilen sorularda ikincisi: Van iline ait yöresel yemekleri biliyor musunuz? Van yöresine ait yemeklerden en popüler 10 yemeğe örnek verebilir misiniz? sorusudur. Katılımcılar genel olarak yöresel yemekleri bildiğini ve yaptıklarını belirtmişlerdir. Verilen cevapların bazıları aşağıda belirtilmiştir.

K1: “Keledoş, Ayran aşısı, Sengeser, Erişte Pilavı, Tandır Balığı, Kürt Köftesi, Tuzlu Balık, Bulgur Aşısı, Pestilli aklıma bunlar geliyor.” yanıtını vermiştir.

K6: Keledoş, Ayran aşısı, Kürt köftesi, Tuzlu Balık, Keşkek, Erişte Pilavı, Sengeser, Tandır Balığı

K7: ‘Keledoş, Ayran aşısı, Keşkek, Ekşili, Kürt Köftesi, Tuzlu Balık, Sebzeli Bulgur Pilavı’ yanıtını vermiştir.

Tablo 2.
Van İli Yöresel Yemeklerin İçeriği ve Bilgi Alınan Kişi Sayısı

Yemek çeşitleri	Yöresel Yemekler	İçindeki Hayvansal Ürünler	Kişi Sayısı
	Keledoş	Et, yoğurt, köy tereyağı	15
	Sengeser	Et, köy tereyağı	14
Etli Yöresel Yemekler	Helise	Tavuk, köy tereyağı	10
	Acem köftesi	Et, köy tereyağı	4
	Tuzlu balık	Balık	12
	Tandır balığı	Balık	9
	Ayran aşısı	Yoğurt, köy tereyağı	15
	Kürt köftesi	Yoğurt, köy tereyağı	13
	Erişte pilavı	Köy tereyağı	12
Etsiz Yöresel Yemekler	Ekşili	Köy tereyağı	11
	Çirişli bulgur	Köy tereyağı	5
	Sebzeli bulgur pilavı	Köy tereyağı	9

Katılımcılardan Van ili yöresel yemekleri ile ilgili verdikleri bilgiler incelendiğinde yöresel yemeklerin en fazla olarak Semi vejetaryen beslenmeye (%45) uygun olduğu görülmektedir (Tablo 3).

Tablo 3.
Van İli Yöresel Yemeklerinin Vejetaryen Beslenme Sınıflandırılması

Beslenme Modeli	n	%
Semi vejetaryen	9	45
Lakto vejetaryen	6	30
Omnivor	3	15
Pesko vejetaryen	2	10
Polo vejetaryen	1	5
Vegan	0	0
Total	20	100.00

Katılımcılardan alınan yanıtlara göre Van ilinin en popüler yöresel 10 yemek sırasıyla; Keledoş (15), Ayran aşısı (15), Sengeser (14), Kürt köftesi (13), Tuzlu Balık (12), Ekşili (11), Helise (10), Erişte Pilavı (10), Tandır Balığı (9), Sebzeli bulgur pilavı (9) olarak bulunmuştur (Tablo 2).

Katılımcılara yöneltilen sorulardan üçüncüsü ‘Bu örnek verdiğiniz yemeklerin hazırlanmasını anlatır mısınız? (Hangi malzemeler kullanılarak hazırlanıyor)’ sorusudur.

Genel olarak katılımcılar yöresel yemeklerin hazırlanışlarını birbirine yakın cevaplar şeklinde anlatmıştır. Bu cevaplara bakarak en fazla ismi geçen 3 yöresel yemeğin standart reçetesi katılımcılardan elde edilen bilgiler doğrultusunda oluşturulmuştur. Standart Reçete; bir yemekte kullanılan malzeme türlerini, miktarlarını, işlem sırasını, yiyeceğin maliyetini, porsiyon miktarını, gramajını ve çok zaman satış fiyatını gösteren bütünlüklü bir tariftir ([Aydoğdu ve Mızrak, 2017](#)). K1

katılımcısı soruya “Keledoş: önce mercimek, nohut, dövmeyi haşlıyorum. Sonra bir tencere içerisine soğan, tereyağı kavuruyorum üzerine eti ekleyip kavurmaya devam ediyorum daha sonra haşladığım mercimek nohut dövmeyi ekliyorum kavurmaya devam ediyorum. Pazılarımı bir güzel yıkayıp doğradıktan sonra üzerine kurut ekleyip pişmeye bırakıyorum. Sosu için tereyağı ve pul biberini kavurup en üzerine ekleyip servis yapıyorum.” yanıtını vermiştir.

K6: “Keledoş: kimi etli yapar kimi etsiz yapar biz etli yaparız. Fasulye, mercimek, soğan, pazı otu ile yapılır yağlarımızı genel olarak yarı sıvı yağ yağı köy tereyağını kullanırız. Bu şekilde yaparız.” yanıtını vermiştir. K8: “Keledoş: önce mercimek, nohut, dövmeyi haşlıyorum. Sonra bir tencere içerisine soğan, tereyağı kavuruyorum üzerine eti ekleyip kavurmaya devam ediyorum daha sonra haşladığım mercimek nohut dövmeyi ekliyorum kavurmaya devam ediyorum. Pazılarımı bir güzel yıkayıp doğradıktan sonra üzerine kurut ekleyip pişmeye bırakıyorum. Sosu için tereyağı ve pul biberini kavurup en üzerine ekleyip servis yapıyorum.”

Katılımcılardan alınan tarifler incelendiğinde bu tariflere bakılarak Keledoş yöresel yemeğinin standart reçetesi aşağıda verilmiştir (Tablo 4).

Tablo 4.
Keledoş Reçetesi

Reçete: Keledoş	Standart Reçete No:1
Miktar: 1 porsiyon	Porsiyon Büyüklüğü:250 g
Miktar	Malzeme
250 gr	Kuşbaşı et
1 Su Bardağı	Yeşil mercimek
1 Su Bardağı	Buğday
1 Su Bardağı	Nohut
2 Su Bardağı	Çökelek (kurut)
1 Orta Boy	Kuru soğan
1 Salkım	Pazı
2 Diş	Sarımsak
3 Yemek Kaşığı	Tereyağ

Kuşbaşı eti düdüklü tencereye konulur ve haşlanır. Farklı bir tencereye buğday ve yeşil mercimek konulur ve haşlanır. Pazı otu doğranır ve haşlanır daha sonra sarımsakların kabukları soyulur. Soğanlar doğranıp tavada tereyağı ile sotelenir. Haşlanan eti de soğanların içine koyularak kavurmaya devam edilir, et güzelce kavrulur. Daha sonra kavrulan eti düdüklü tencereye alınıp İçine haşlanan mercimeği ve buğdayı, nohut ve pazıları da ilave ederek kavurmaya devam edilir. Su eklenir ve 40 dk pişirmeye bırakılır. Yemek piştikten tencereye çökelek veya süzme yoğurdu eklenir, 2 diş sarımsak rendelenir ve karıştırılır. Daha sonra bir tavaya tereyağını konulur ve kavrulur içerisine pul biber eklenir ve kızartılır. Ve yemeğin üzerine eklenir.

Katılımcıların Ayran aşısı tarifi için verdiği yanıtlar aşağıda belirtilmiştir.

K8: Ayran aşısı: dövme dediğimiz buğdayı düdüklü tencerede haşlıyorum üzerine kabakları doğrayıp haşlamaya devam ediyorum daha sonra nane ekliyorum. Haşlamaya bırakıyorum. Bir kaba yoğurdu ekleyip üzerine 2 yumurta kırıyorum ve karıştırıyorum üzerine su ekleyip karıştırıyorum daha sonra haşladığım yemeğin üzerine ekliyorum ve karıştırmaya devam ediyorum yoksa yoğurt kesilir. Kaynadıktan hazır olmuş oluyor.

K9: Ayran aşısı yoğurt un, tuz, tereyağ, düğme, pazı ve tırşık dediğimiz otlar olan bir yemek. Düğmeyi haşlıyorum. Yoğurtla karıştırıyorum. Ilık ve sıcak suyla sürekli karıştırıyoruz kesilmemesi için. Otları ekliyorum. Dağ nanesi var toplanıp kurutulur, eklenir 10 dk kaynama süresi var. Van'ın bazı yörelerinde kişniş otu dediğimiz bir ot var isteğe bağlı eklenir.

K11 görüşlerini şöyle belirtmiştir: Ayran aşısı: yoğurt un, tuz, düğme, otlar karışımı olan bir kürdür. Düğmeyi haşlıyoruz. Yoğurtla buluşturuyoruz. Ilık ve sıcak suyla sürekli karıştırıyoruz kesilmemesi için. Van yöresine ait otlar var. Bunlar yöre ağzıyla tırşık denir. Dağlardan toplanır kurutulur. Dağ nanesi var toplanıp kurutulur, eklenir 10 dk kaynama süresi var. Van'ın bazı yörelerinde kişniş otu dediğimiz bir ot var isteğe bağlı eklenir. Tercih meselesi. Dinlendirilir. Sonra servis ederiz.

Katılımcıların verdiği tarifler incelendiğinde bu tariflere bakılarak ayran aşı yemeğinin standart reçetesi oluşturulup aşağıda belirtilmiştir (Tablo 5).

Tablo 5.
Ayran aşı Reçetesi

Reçete: Ayran aşı	Standart Reçete No:2
Miktar: 1 porsiyon	Porsiyon Büyüklüğü:250 g
Miktar	Malzeme
1 Su Bardağı	Buğday
500 gr	Yoğurt
½ Su Bardağı	Nohut
1 Yemek Kaşığı	Tereyağ
Yoğurt bir tencerede çırpılır, bir yumurta ile bir kaşık un ilave edilir, fazla sulu olmamak kaydıyla bir miktar su katılır, koyu kıvamda bir ayran hazırlanarak ocağa bırakılır, sürekli karıştırılarak kaynatılır. Önceden pişirilmiş den (döğme), ince doğranmış evelik otunu kaynayan ayranın içine dökülür, evelikler pişinceye kadar kaynatılır ocaktan indirilir, isteğe göre küçük doğranmış kabak da katılarak pişirilebilir. Servis yapıldığında üstüne ince kıyılmış kişniş dökülür, kişniş güzel bir tat ve koku verir.	

Katılımcıların Sengeser yemeğinin tarifi için verdiği yanıtlar aşağıda belirtilmiştir

K7: Sengeser: soğan, baharat salçayı kavurup sonra haşladığım yeşil mercimeği üzerine ekliyorum ayrı yerde tavuklarımı haşladıktan sonra suyu ile birlikte tencereye koyup pişirmeye bırakıyorum bayat ekmekleri küp küp doğrayıp hazırlıyorum ve üzerine pişirdiğim yemeği ekliyorum daha sonra yoğurdu ekleyip pul biberi tereyağda kavurduktan sonra sos olarak ekliyorum bu şekilde tüketiyoruz.

K10: Sengeser: Soğanları doğrayıp Ayçiçek yağı ile kavuruyorum üzerine baharatları ve salçayı ekleyip devam ediyorum daha sonra yeşil mercimeği üzerine ekliyorum ve haşladığım tavukları ve suyunu ekleyip pişirmeye bırakıyorum ekmekleri doğrayıp tabağa koyuyorum üzerine pişirdiğim yemeği ekliyorum daha sonra süzme yoğurdu ekleyip pul biberi yağda kavurup sos olarak ekliyorum sengeseri bu şekilde yapıyorum.

Katılımcıların verdiği tarifler incelendiğinde bu tariflere bakılarak sengeser yemeğinin standart reçetesi oluşturulup aşağıda belirtilmiştir (Tablo 6).

Tablo 6.
Sengeser Reçetesi

Reçete: Sengeser	Standart Reçete No:2
Miktar: 1 porsiyon	Porsiyon Büyüklüğü:250 g
Miktar	Malzeme
500 gr	Kavurma
2 Su Bardağı	Yeşil mercimek
500 gr	Kurut
2 Yemek Kaşığı	Salça
1 Orta Boy	Soğan
2 Yemek Kaşığı	Tereyağ

Yeşil mercimekler yıkandıktan sonra tencerede haşlanır. Daha sonra mercimeğin suyu süzülüp yıkanır. Ayrı bir tencereye sıvı yağ boşaltılır ve soğan yağ ile kavrulur. Daha sonra salça, pul biber ve tuz eklenip tekrar kavrulur. Ardından tencereye kaynamış su ilave edilir ve mercimekler tencereye eklenip pişmeye bırakılır. Ayrı bir tencerede sıvı yağ ile tekrar kavrulur. Mercimek servis tabağına alındıktan sonra üzerine pişen kavurma ilave edilir. En son sos olarak sarımsaklı yoğurt veya kurut eklenir.

Katılımcılara sorulan “Van iline ait yöresel yemekleri ne sıklıkla yapıyorsunuz?” sorusuna verilen yanıtların çoğu iki haftada bir yaptığını belirtmiştir farklı olarak verilen yanıtlar aşağıda belirtilmiştir.

K2, K3: *Ayda bir yaparım.*

K6: *Haftada bir yaparım.*

K11: *Misafir gelince yaparım.*

K14: *On günde bir yaparım.*

Tema: Özel Günlerde Yemek Kültürü

Üçüncü olarak katılımcıların özel günlerde yemek kültürlerinin bilinirlik düzeyleri değerlendirilmiştir. Katılımcılara ‘Düğün, sünnet, cenaze, dini vb. özel günlerde geçmişten günümüze sürdürülen yemek kültürleri var mıdır? Varsa nelerdir? Aynı ayrı belirtiniz’ sorusu ile katılımcıların özel günlerde yaptıkları yöresel yemeklerin neler olduğu ve bu konudaki bilgileri belirlenmek istenmiştir. Bu soruya cevap olarak bütün katılımcılar özel günlerde kavurma, pilav, cacık yemeklerini yaptıklarını belirtmişlerdir. Bu yemeklere ek olarak K7 katılımcısı lahmacun verildiğini beyan etmiştir.

Tartışma

Van ili mutfağı, yerel malzemeler ve geleneksel tariflerle zenginleştirilmiş özgün lezzetler sunmaktadır. Yöre mutfağında, hayvansal ürünlerin bolluğu, yemek çeşitliliğini bu yönde şekillendirirken, Van'a özgü yemeklerin büyük bir kısmı hayvansal kaynaklı bileşenler içermektedir. Bununla birlikte, yapılan incelemeler sonucunda, Van mutfağındaki bazı yöresel yemeklerin, vegan beslenme modeline doğrudan uymamakla birlikte, vejetaryen alt kategorilerine uygun olduğu belirlenmiştir. Çalışmada Van ili yöresel yemeklerinin %85'inin, çeşitli vejetaryen beslenme alt kategorilerine uygunluk gösterdiği tespit edilmiştir.

Vejetaryenlik üzerine yapılan çalışmaların ülkemizde sınırlı olduğu gözlemlenmektedir. Özellikle yöresel yemeklerin vejetaryen beslenmeye uygunluğunu değerlendiren araştırmalar çok azdır. Yöresel yemeklerin vejetaryen özelliklerini inceleyen çalışmalar incelendiğinde; [Yavuz \(2018\)](#) çalışmasında yöresel mutfakların turistler için cazip bir özellik taşıdığını ve gastronomi turizmini teşvik etme potansiyeline sahip olduğunu vurgulamaktadır. Özellikle, yöresel mutfağın vejetaryen kültürünü benimseyen turistlere sunduğu vejetaryen yemek seçeneklerinin önemi belirtilmiştir. Bu özellik, Ordu ilinin tanıtımı ve pazarlanmasına önemli ölçüde katkı sağlayabilir. Bizim yaptığımız çalışma ile ortak yönü yöresel yemeklerin vejetaryen beslenme yönü değerlendirilmiştir. [Sezgin ve Ayyıldız \(2019\)](#), çalışmalarında Giresun'a ait yöresel yemekleri incelemişlerdir. Giresun'un iklimi ve coğrafi konumu, özellikle çok sayıda dible yemeğinin (sebze ve bazı meyvelerin yağda kuru soğanla kavrulup pirinç eklenerek yapılan yemek) hazırlanmasına imkan tanımaktadır. Bu durum, bölgenin vejetaryen beslenme açısından öne çıkmasına katkı sağlamaktadır. [Yalanız ve Parlak \(2018\)](#), Gaziantep mutfağındaki ürünlerin vejetaryen beslenme açısından uygun olduğunu ve bu nedenle vejetaryen beslenme için potansiyel bir kaynak oluşturabileceğini öne sürmüşlerdir. Çalışmada, Gaziantep mutfağında yaygın olarak kullanılan tahıl ve kuru baklagillerin, vejetaryen diyetlerin ihtiyaçlarını karşılayabilecek besin değerlerine sahip olduğuna dikkat çekilmiştir. Ancak Van mutfağında her ne kadar tahıl ve baklagil kullanımı bulunsada, bu ürünlerin çoğunlukla et, yoğurt ve tereyağı gibi hayvansal bileşenlerle birlikte kullanılması, vegan beslenmeye uygunluk açısından sınırlayıcı bir unsur oluşturmaktadır. [Ayyıldız ve Türker \(2021\)](#), Yenice yöresine ait geleneksel yemekleri inceledikleri çalışmada bu yemeklerin büyük bir kısmının vegan özellik taşıdığını belirtmiştir. Yerel kadınlar tarafından hazırlanan, standartlaştırılmış tariflerle pişirilen ve fotoğraflanan bu yemeklerin yapımında kullanılan malzemeler ve pişirme teknikleri, hem geçmişteki hem de günümüzdeki mutfak gelenekleri göz önünde bulundurularak sistematik bir şekilde kaydedilmiştir. Çalışma sonucu Yenice mutfak kültürünün vegan beslenmeye uygun olduğu belirlenmiştir. Bu durum, Yenice mutfağının bitkisel ürünler açısından zengin olması ve yöresel yemeklerde sebze, ot ve bitkisel içeriklerin daha yoğun kullanılması ile açıklanabilir. Buna karşılık Van mutfağında hayvancılığın yaygın olması, süt ve et ürünlerinin temel besin kaynakları arasında yer alması ve iklim koşullarının bitkisel üretimi sınırlaması, yöresel yemeklerin büyük ölçüde hayvansal içeriklere dayanmasına neden olmaktadır. Bu nedenle iki bölge arasında vejetaryen/vegan beslenmeye uygunluk açısından farklı sonuçların ortaya çıkması beklenen bir durumdur. [Hano ve Atabey \(2025\)](#), Muğla yöresine ait yöresel yemekler içerisinde farklı beslenme seçimi olan vegan bireylere yönelik özellik gösteren yemeklerin tespit edilmesi amacıyla gerçekleştirdikleri çalışmada doküman analizi yöntemi ile 451 tarifi incelemiştir. Çalışma kapsamında incelenen yöresel yemeklerden 180'inin vegan özellik gösterdiği bildirilmiştir. Ayrıca doğru uyarlamalarla bu sayının artırılabilirliğini vurgulamışlardır. Bu durum, Ege mutfağının zeytinyağı, sebze ve ot temelli yapısından kaynaklanmakta olup, Van mutfağının hayvansal ürün ağırlıklı yapısından belirgin şekilde ayrılmaktadır.

Bu çalışma, incelenen literatürle belirli açılardan benzerlikler taşımakla birlikte, yöntemsel yaklaşımı ve elde edilen bulgular bakımından önemli farklılıklar ortaya koymaktadır. Öncelikle, önceki çalışmaların büyük çoğunluğu yöresel mutfakların vejetaryen/vegan beslenme açısından potansiyelini ortaya koymaya ve bu mutfakların gastronomi turizmine

katkısını vurgulamaya odaklanmıştır. Buna karşılık, bu araştırmada yalnızca mevcut yemeklerin değerlendirilmesiyle sınırlı kalınmamış; aynı zamanda yerel halktan elde edilen veriler doğrultusunda yöresel yemeklerin içerikleri analiz edilmiş ve standart reçeteleri oluşturularak daha sistematik bir değerlendirme yapılmıştır. Bu yönüyle çalışma, literatürdeki birçok araştırmadan farklı olarak saha verisine dayalı ve uygulamaya yönelik bir yaklaşım sunmaktadır. Bu farklılıklar, yöresel mutfakların vejetaryen/vegan beslenme açısından değerlendirilmesinde coğrafi, iklimsel ve ekonomik faktörlerin belirleyici rol oynadığını göstermektedir.

Bulgular açısından değerlendirildiğinde ise omnivorlara yönelik yöresel yemeklerin olmasına rağmen yemeklerin %85 gibi büyük bir kısmının vejetaryen beslenme türlerine uygun olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Örneğin, bazı araştırmalarda yöresel mutfakların bitkisel temelli ürün çeşitliliği sayesinde vejetaryen/vegan beslenme açısından önemli fırsatlar sunduğu belirtilirken, bu çalışmada Van yöresel yemeklerinin büyük ölçüde hayvansal ürünler içermesi nedeniyle bu beslenme modellerinden vegan beslenme açısından uyumlu olmadığı ama laktovejetaryen, semi vejetaryen gibi vejetaryen türleri için uygun olduğu belirlenmiştir. Bu durumun, bölgenin iklim koşulları, tarımsal üretim yapısı ve hayvancılığa dayalı beslenme kültürü ile doğrudan ilişkili olduğu değerlendirilmektedir. Dolayısıyla bu çalışma, yöresel mutfakların vejetaryen/vegan beslenme ile ilişkisini tek yönlü bir uygunluk üzerinden değil, bölgesel ve kültürel dinamikler çerçevesinde ele alarak literatüre özgün bir katkı sunmaktadır.

Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmada, Van ili yöresel yemekleri vejetaryen/vegan beslenme perspektifinde incelenmiş; elde edilen bulgular doğrultusunda, söz konusu yemeklerin hiçbirinin vegan beslenme modeli ile uyumlu olmadığı belirlenmiştir. Bununla birlikte, yemeklerin büyük bir kısmının vejetaryen beslenmenin çeşitli alt türleri açısından değerlendirilebilir nitelikte olduğu görülmüştür. Ayrıca, incelenen tüm yöresel yemeklerin içeriğinde en az bir hayvansal ürünün yer aldığı tespit edilmiş; katılımcılardan elde edilen veriler doğrultusunda ise üç yemeğin yalnızca omnivor beslenme modeline uygun olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmada, yerel kadınlarla yapılan görüşmelerle elde edilen tarifler doğrultusunda en çok bahsi geçen üç yöresel yemeğin (Keledoş, Ayran aşı ve Sengeser) görüşmelerden elde edilen bulgular doğrultusunda standart reçeteleri oluşturulmuştur. Yapılan bu araştırmada Van ilinde yaşayan yöre kadınlarının vejetaryen/vegan beslenme konusundaki farkındalık düzeyi incelendiğinde ise katılımcıların bu beslenme biçimlerini duymuş olmalarına rağmen, kavramları tam olarak ifade edemedikleri görülmüştür. Ayrıca, kadınların büyük bir kısmının vejetaryen/vegan beslenmenin sağlık açısından faydalı olmadığını düşündüğü ve bunun sebebi olarak ise et ağırlıklı beslenmenin vücut sağlığını koruduğu düşüncesine sahip oldukları görülmektedir. Yerel mutfakla ilgili yapılan değerlendirmelerde, Van iline ait geleneksel yemeklerin çoğunun vejetaryen beslenme ile uyumlu olduğu fakat özellikle kullanılan hayvansal malzemeler (örneğin tereyağı, et ürünleri, yoğurt) nedeniyle vegan beslenme biçimiyle örtüşmediği belirlenmiştir. Bununla birlikte, etsiz Van yöresel yemeklerinin (erişte pilavı, ekşili gibi) hayvansal ürün olarak sadece köy tereyağı içermesi sebebiyle lakto vejetaryenlere uygun olduğu fakat bu yemeklerin hazırlanmasında tereyağ yerine sıvıyağ kullanımı ile vegan turistlere ve bireylere yönelik yöresel yemeklerin sunulabileceği görülmektedir. Ayrıca katılımcılar, Van yöresel yemeklerinin vejetaryen/vegan beslenme modeline uygun olup olmadığı konusunda bilgi sahibi olmadıklarını bildirmişlerdir. Bu durumda yöre halkının bu beslenme modelleri kapsamında bilinçlendirilmesi gerektiğini göstermektedir.

Yöresel yemek, belirli bir coğrafi bölgeye ait olup, o bölgenin kültürel, iklimsel, tarımsal ve tarihi özelliklerinden beslenen, genellikle yerel halk tarafından geleneksel yöntemlerle hazırlanan ve tüketilen yemekler olarak tanımlanmaktadır (Toksöz ve Aras, 2016). Çalışmada Tema 2 kapsamında Van ilinde yaşayan kadınların yöresel yemekler hakkındaki bilgi düzeyleri değerlendirilmiştir. Katılımcılar yöresel yemekleri bir yörenin kendine has ürünleriyle yapıp o yörenin özellikleri ile tüketilmesi olarak tanımlamaktadırlar. Ve en önemli özellik olarak ta o bölgeye has olması gerektiğini vurgulamışlardır. Bu sonuçlar katılımcıların yöresel yemek tanımını bildiğini göstermektedir. Çalışma kapsamında Van ilinde yaşayan kadınların en fazla bildiği 10 yöresel yemekler sorgulanmış olup tüm katılımcıların ortak olarak belirttiği 3 yemek sırasıyla Keledoş, Ayran aşı ve Sengeser 'dir. Van ilinde yaşayan kadınlar yemeklerinde çoğunlukla köy tereyağı kullandıklarını belirtmişlerdir. Bu durum Van yöresel yemeklerinin vegan beslenme için uygun olmamasının temel sebebidir. Ayrıca katılımcılar bu yöresel yemekleri çoğunlukla iki haftada bir hazırladıklarını bildirmişlerdir. Tema 3 kapsamında yöresel yemeklerin özel günlerde uygulanma durumu değerlendirilmiş olup, özel günlerde yöresel yemeklerin pek yapılmadığı tüm katılımcılar tarafından belirtilmiştir. Bu yöresel yemekler yerine özel günlerde çoğunlukla kavurma, pilav ve cacık verildiğini belirtmiştir.

Tüm veriler değerlendirildiğinde; Van ili yöresel yemeklerinde kullanılan malzemeler ve yapılış yöntemleri yöreye has özellikler içermektedir. Vejetaryen beslenme kapsamında değerlendirildiğinde kullanılan malzemeler açısından bazı yöresel yemeklerin (sebzeli bulgur, ayran aşı, köftesi) vejetaryen beslenmeye uygun olduğu görülmüştür. Et ürünleri dışında hayvansal ürün içeren bu yöresel yemeklerin vejetaryen beslenme modelinin alt türleri için (lakto vejetaryen, semi vejetaryen gibi) uygun olduğu görülmektedir. Sonuç olarak, Van iline ait yöresel yemeklerin tamamında en az bir hayvansal ürün bulunması sebebiyle vegan beslenme anlayışıyla uyumlu olmadığı fakat vejetaryen beslenmenin alt boyutları için uygun

yemekler olduğu görülmüştür. Bu durumun bölge de hayvansal ürünlerin fazla üretilmesi ve sebze ürünlerinin daha az ve daha kısa sürede bulunmasından kaynaklandığı söylenebilir. Sonuç olarak, elde edilen bu bulgular Van ilinin beslenme kültürünün vejetaryen/vegan diyetlere tam olarak uygun olmadığını göstermektedir. Gelecekte yapılacak çalışmalarda, farklı coğrafi bölgelere ait yöresel mutfakların karşılaştırmalı olarak incelenmesi, bu mutfakların vejetaryen/vegan beslenmeye uygunluk düzeylerinin belirlenmesi açısından önem arz etmektedir. Ayrıca, yöresel yemeklerin içeriklerinin yeniden yorumlanarak vegan/vejetaryen alternatiflerinin geliştirilmesi ve bu alternatiflerin gastronomi turizmi kapsamında değerlendirilmesi önerilmektedir. Bununla birlikte, restoran ve işletme menülerinin incelenmesi, profesyonel aşçıların görüşlerinin alınması ve turist beklentilerinin analiz edilmesi gibi çok boyutlu çalışmalar ile vejetaryen/vegan turistlere yönelik sürdürülebilir gastronomi rotalarının oluşturulmasına katkı sağlanabilir.

Bu araştırmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Öncelikle çalışma yalnızca Van ilinde yaşayan kadın katılımcılar ile gerçekleştirilmiştir. Bu durum, yöresel mutfak kültüründe kadınların belirleyici rolü nedeniyle tercih edilmiş olmakla birlikte, erkek aşçılar, profesyonel mutfak çalışanları ve restoran işletmecileri gibi farklı paydaşların görüşlerinin çalışmaya dahil edilmemesine neden olmuştur. Bu nedenle elde edilen bulgular, daha çok ev içi mutfak pratiğini ve geleneksel bilgi aktarımını yansıtmaktadır. Gelecek çalışmalarda farklı meslek gruplarından ve demografik özelliklerden katılımcıların dahil edilmesi, daha kapsamlı ve karşılaştırmalı sonuçlar elde edilmesine katkı sağlayacaktır.

Etik Kurul Onayı: Bu çalışmanın tüm aşamalarında etik kurallara riayet edildiğini yazarlar beyan eder. Aksi bir durumun Journal of Tourism Research'in hiçbir sorumluluğu olmayıp, tüm sorumluluk yazarlara aittir. Çalışma kapsamında Karabük Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'ndan 04.02.2025 tarihli E-78977401-050.04-409918 etik kurul izni alınmıştır.

Katılımcı Onamı: Çalışmaya katılan tüm katılımcılardan onam alınmıştır.

Yazar Katkıları: Fikir -FA,ŞAD; Tasarım-FA,ŞAD; Denetleme -FA,ŞAD; Veri Toplama ve/veya İşleme-FA,ŞAD; Analiz ve/veya Yorumlama-FA,ŞAD; Literatür Tarama-Kaynaklar-FA,ŞAD

Hakem Değerlendirmesi: Dış bağımsız.

Çıkar Çatışması: Yazarlar, çıkar çatışması olmadığını beyan etmiştir.

Finansal Destek: Yazarlar, bu çalışma için finansal destek almadığını beyan etmiştir.

Yapay Zeka Kullanımı: Yazımsal düzenlemelerde yapay zeka desteği alınmıştır.

Ethics Committee Approval: The author(s) confirm that ethical principles have been adhered to throughout the course of this study. In the event that this is not the case, the responsibility lies with the authors and not with the Journal of Tourism Research. Within the scope of the study, ethics committee permission was obtained from the Karabük University Social and Human Sciences Research Ethics Committee dated 04.02.2025, E-78977401-050.04-409918.

Informed Consent: Informed consent was obtained from all participants in the study.

Author Contributions: Concept - FA,ŞAD; Design- FA,ŞAD; Supervision- FA,ŞAD; Resources- FA,ŞAD; Data Collection and/or Processing- FA,ŞAD; Analysis and/or Interpretation- FA,ŞAD; Literature Search- FA,ŞAD; Writing Manuscript- FA,ŞAD; Critical Review- FA,ŞAD; Other- FA,ŞAD

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest: The authors have no conflicts of interest to declare.

Financial Disclosure: The authors declared that this study has received no financial support.

Use of Artificial Intelligence: Artificial intelligence support was received for spelling edits.

Kaynaklar

- Akagündüz, H., & Altun, Ö. (2023). Vegan/vejetaryen lezzetleri: Kuzey Kıbrıs'ta faaliyet gösteren restoranlar örneği. *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi*, 7(3), 417–431. <https://doi.org/10.26677/TR1010.2023.1284>
- Akbay, C. (2018). Household nutrition habits and food consumption in Turkey. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Tarım ve Doğa Dergisi*, 21(1), 67–79. <https://doi.org/10.18016/ksutarimdog.vi.472965>
- Alçıçek, E., & Özer-Altundağ, Ö. (2025). Batı Karadeniz bölgesi yöresel yemeklerin vejetaryen-vegan yönünün değerlendirilmesi. *Hitit Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(2), 484–511. <https://doi.org/10.17130/hititsbd.1643791>

- Alonso, A., & Liu, Y. (2011). The potential for marrying local gastronomy and wine: The case of the 'Fortune Islands'. *International Journal of Hospitality Management*, 30(4), 974–981. <https://doi.org/10.1016/j.ijhm.2011.02.005>
- Ayaz, N., & Köse, Y. (2022). Turizm işletmesi yöneticilerinin Yöresel yemek beklentisi üzerine nitel araştırma: Bartın ili örneği. *Safran Kültür ve Turizm Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 187–198. <https://doi.org/10.32958/gastoria.911186>
- Ayaz, N., Kırmızıkuşak, D., & Uslu, A. N. (2021). Yöresel yemeklerin tanıtımı: Valilik ve belediye web siteleri üzerine bir içerik analizi. *Gastroia: Journal of Gastronomy and Travel Research*, 5(2), 213–233. <https://doi.org/10.32958/gastoria.911186>
- Aydoğdu, A., & Mızrak, M. (2017). Yöresel yemeklerin sürdürülebilirliğinde standart reçetelendirmenin önemi: Kastamonu mutfağı örneği. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(22), 366–394. <https://doi.org/10.20875/makusobed.341471>
- Aymankuy, Ş., & Topal, H. (2022). Vejetaryen/vegan beslenme felsefesinin gastronomide sürdürülebilirliğe etkisi. *Sosyal, Beşeri ve İdari Bilimler Dergisi*, 5(5), 670–682. <https://doi.org/10.26677/TR1010.2022.984>
- Ayyıldız, S. (2024). Konaklama işletmelerinde vejetaryen beslenme türüne uygun yiyeceklerin sunulmasının destinasyon tercihi üzerine etkisi: Safranbolu konakları örneği. *Seyahat ve Otel İşletmeciliği Dergisi*, 21(2), 292–305. <https://doi.org/10.24010/soid.1427291>
- Ayyıldız, S., & Türker, N. (2021). Yenice mutfak kültürünün vegan mutfak kapsamında incelenmesi. *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 946–968. <https://doi.org/10.26677/TR1010.2021.747>
- Bakkaloğlu, Z. (2026). Trabzon mutfağının vegan/vejetaryen beslenme açısından değerlendirilmesi. *Karadeniz Turizm Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 73–94. <https://izlik.org/JA96DL72RB>
- Belli, G., & Belli, O. (2010). Van bölgesi geleneksel mutfak kültürü ve yemekleri. II. *Uluslararası Doğu Anadolu Bölgesi Geleneksel Mutfak Kültürü ve Van Yemekleri Sempozyumu Bildiriler Kitabı içinde* (s. 516–558). Van Valiliği Kültür Hizmetleri.
- Bouwman, E. P., Bolderdijk, J. W., Onwezen, M. C., & Taufik, D. (2022). “Do you consider animal welfare to be important?” activating cognitive dissonance via value activation can promote vegetarian choices. *Journal of Environmental Psychology*, 83, 101871. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2022.101871>
- Couceiro, P., Slywitch, E., & Lenz, F. (2008). Eating pattern of vegetarian diet. *Einstein*, 6(3), 365–373.
- Çakır, T. (2017). *Şehir markalamasında gastronomi pazarlamasının önemi ve Van örneği* (Tez No: 458542). [Yüksek lisans tezi, Nişantaşı Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi.
- Çaycı, A. (2019). *Küreselleşen yemek kültürünün dönüşümünde sosyal medyanın rolü: Instagram gurmeleri* (Tez No: 543231). [Doktora tezi, İstanbul Ticaret Üniversitesi]. YÖK Tez Merkezi.
- Dilek, S. E., & Fennell, D. A. (2018). Discovering the hotel selection factors of vegetarians: The case of Turkey. *Tourism Review*, 73(4), 492–506. <https://doi.org/10.1108/TR-11-2017-0175>
- Docherty, D., & Jasper, C. (2023). The cheese paradox: How do vegetarians justify consuming non-meat animal products?. *Appetite*, 188, 106976. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2023.106976>
- Erdoğan, Z., & Gürbüz, E. (2023). Vegan ve vejetaryen tüketim anlayışının sürdürülebilirlik rolünde vegan markaların analizi. *Pazarlama ve Pazarlama Araştırmaları Dergisi*, 16(3), 445–468. <https://izlik.org/JA44KW79KS>
- Espinosa, S. N., Zarate-Ortiz, A. G., Hadida, G., Da Silva, J. T., Vonderschmidt, A., Esievo, E. M., ... & Scheelbeek, P. (2026). Novel Plant and fungi-based Alternatives Support Nutritional Adequacy of Diets and Reduce Their Environmental Impacts. *Current Developments in Nutrition*, 10(4), 107669. <https://doi.org/10.1016/j.cdnut.2026.107669>
- Giritlioğlu, İ., Armutçu, B., & Düzgün, B. (2016). Geleneksel Gaziantep mutfağının bilinirliğine yönelik araştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(15), 126–138. <https://doi.org/10.20875/sb.12139>
- Hano, B., & Atabey, S. (2025). Vegan özellikli reçetelerin derlenmesi: Muğla ili örneği. *Uluslararası Ekonomi Siyaset İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi*, 8(4), 280–294. <https://doi.org/10.59445/ijephss.1658934>
- Küçükyaman, M., Demir, Ş., & Bulgan, G. (2018). Mutfak şeflerinin yöresel ürünlere ilgisi. *Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi*, 2(Ek 1), 86–103. <https://izlik.org/JA92ZA37KB>

- Lanz, M., Wassmann, B., & Siegrist, M. (2025). Cultured meat: Vegetarian or not? Exploring young vegetarians' and omnivores' perceptions of this new technology. *Appetite*, 213, 108059. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2025.108059>
- Li, S., Liu, X. X., Cai, S., & Scott, N. (2021). Vegan tours in China: Motivation and benefits. *International Journal of Tourism Research*, 23(2), 238–252. <https://doi.org/10.1002/jtr.2401>
- Luong, T. B. (2025). The mediating role of quality of life on the SMEs' online marketing capabilities: A case study of vegetarian restaurants. *British Food Journal*, 127(8), 2819–2840. <https://doi.org/10.1108/BFJ-02-2025-0144>
- Metin, Z. E., Mengi Çelik, Ö., Duque-Estrada, P., & Petersen, I. L. (2025). Exploring the relationship between ecological footprint awareness, attitudes toward healthy eating, and adherence to the Mediterranean diet. *Nutrition & Food Science*, 55(6), 1138–1152. <https://doi.org/10.1108/NFS-03-2025-0105>
- Ocak, E. (2016). *Van mutfak kültürü*. Matus Basımevi.
- Örnek, A., & Çetin, K. (2026). Vegan beslenme konulu makalelerin bibliyometrik analizi. *Aydın Gastronomy*, 10(1), 211–230. https://doi.org/10.17932/IAU.GASTRONOMY.2017.016/gastronomy_v010i10012
- Özcan, T., & Baysal, S. (2016). Vejetaryen beslenme ve sağlık üzerine etkileri. *Uludağ Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi*, 30(2), 101–116. <https://izlik.org/JA33FA47RM>
- Özer-Altundağ, Ö., & Payas, D. (2021). Sporcularda vejetaryen/vegan beslenme ve özel endişeler. *Unika Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1(2), 101–117. <https://izlik.org/JA82GF47MK>
- Özdemir, A., & Özbay, G. (2023). Sürdürülebilirlik çerçevesinde Malatya mutfak kültürü: Vegan-vejetaryen yemekler üzerine bir araştırma. *Stratejik ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(2), 465–479. <https://doi.org/10.30692/sisad.1101322>
- Seçuk, B., Madenci, A. B., & Seçim, Y. (2023). Turizm ile gastronomi perspektifinden vejetaryenlik ve vejetaryen menü uygulamaları. O. Çelen & A. Ünal (Eds.), *Turizm ve destinasyon araştırmaları III içinde* (s. 45–68). Çizgi Kitabevi.
- Sezgin, A. C., & Ayyıldız, S. (2019, Mart). Gastronomi alanında vejetaryen/vegan yaklaşımı: Giresun yöre mutfağının vejetaryen mutfak kapsamında incelenmesi, *Uluslararası Türk-Rus dünyası akademik araştırmaları kongresi. Siyasi Sosyal ve Kültürel Yönleriyle Türkiye ve Rusya*, (1), 505-533. Berikan Yayınevi.
- Son, G. Y. T., & Bulut, M. (2016). Vegan and vegetarianism as a life style. *Journal of Human Sciences*, 13(1), 830–843. <https://doi.org/10.14687/jhs.v13i1.3614>
- Sormaz, Ü., Yılmaz, M., Onur, M., & Büşra, A. (2020). Gastronomi turizmi kapsamında yöresel ürünlerden turistik ürün olarak yararlanılması: Konya örneği. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 8(Özel Sayı 4), 523–537. <https://doi.org/10.21325/jotags.2020.702>
- Şat, R. (2024). Kültürel miras açısından yöresel yemeklerin incelenmesi. *Turizm ve İşletme Bilimleri Dergisi*, 4(2), 279–302. <https://izlik.org/JA26FT46NB>
- Şengül, S., & Türkay, O. (2016). Yöresel mutfak unsurlarının turizm destinasyonu seçimindeki rolü (Mudurnu örneği). *Uluslararası Yönetim İktisat ve İşletme Dergisi*, 12(29), 63–87. <https://doi.org/10.17130/ijmeh.20162922023>
- Toksöz, D., & Aras, S. (2016). Turistlerin seyahat motivasyonlarında yöresel mutfak rolü. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 4(Özel Sayı 1), 174–189. <https://doi.org/10.21325/jotags.2016.29>
- Tunçay, G. Y. (2018). Sağlık yönüyle vegan/vejetaryenlik. *Avrasya Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1(1), 25–29. <https://izlik.org/JA53MZ86JT>
- Uslu, A. N., & Kırmacı, H. A. (2021). Gastronomi turizmi çerçevesinde Nogay yemek kültürünün ve yemeklerinin incelenmesi: Konya örneği. *Uluslararası Türk Dünyası Turizm Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 237–257. <https://doi.org/10.37847/tdtad.996941>
- Van İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü. (2021, Kasım 18). *Coğrafi konumu*. <https://van.ktb.gov.tr/TR-90248/cografikonumu.html>
- Yalanız, E., & Parlak, K. (2018, Eylül). Et kültürü ile tanınan Gaziantep mutfaklarının vejetaryen yönü [Bildiri sunumu]. *International Gastronomy Tourism Studies Congress*, Kocaeli, Türkiye.
- Yavuz, C. (2018). Turistik destinasyonların tanıtılmasında yerel mutfaklar: Ordu vejetaryen mutfak. *Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi*, 2(Ek1), 123-141.

- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2008). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık.
- Yılmaz, İ., & Altun, M. T. (2025). Kaman (Kırşehir) yavaş turizm şehri olabilir mi?. *Journal of Hospitality and Tourism Issues*, 7(2), 325–340. <https://doi.org/10.51525/johti.1803386>
- Yılmaz, İ., & Ayaz, N. (2023). Batı Karadeniz bölgesi yöresel yemeklerinin tanıtımı: Kaymakamlık ve ilçe belediyesi web siteleri üzerine içerik analizi. *Journal of Humanities and Tourism Research*, 13(1), 245–256. <https://izlik.org/JA23CU57EC>
- Yılmaz, Y., & Albayrak, A. (2023). Restoran çalışanlarının vegan ve vejetaryen beslenmeyle ilgili bilgi düzeyleri ve tutumlarının ölçülmesi. *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(1), 214–233. <https://doi.org/10.17366/igusbd.995215>
- Yu, J., Kim, S., Baah, N. G., Seo, J., & Han, H. (2023). Influence of vegan attributes on hotel consumption value, perceived advantages, and word-of-mouth and revisit intentions. *Journal of Travel & Tourism Marketing*, 40(8), 639–652. <https://doi.org/10.1080/10548408.2023.2285301>
- Yurt, İ. (2024). Yöresel yemek kültürünün sürdürülebilirliği: Cittaslow (Sakin Şehir) Göynük örneği. *Kent Akademisi Dergisi*, 17(4), 1531–1544. <https://doi.org/10.35674/kent.1428712>