

Keyifli Okumalar Dileriz

Binlerce kategoride milyonlarca PDF e-kitap, ders kitapları, dergiler ve romanlara platformumuz üzerinden ücretsiz ulaşabilirsiniz.

RESMİ WEB SİTEMİZ

<https://rantey.org>

Yedek ve Duyuru Kanallarımız

Sitemize erişim engeli gelmesi veya adres değişikliği durumunda aşağıdaki kanallardan güncel giriş adresine erişebilirsiniz:

- Telegram: <https://t.me/birkitapbir>
- WhatsApp Kanalımız : <https://whatsapp.com/channel/0029VbDHv8uE50Us4lvMoc0Y>

Pelin Dumanlı

Sakatat

Ciğerden işkembeye, böbrekten paçaya...

Türkiye’de ilk!

**İlginç tarihi, tarifleri ve sağlık boyutu ile
sakatatlar ile ilgili merak ettiğiniz herşey**

Hayykitap - 316
Doğal Beslenme - 12

Sakatat
Pelin Dumanlı

Editör
Nihal Doğan

Kapak Tasarımı
Mükremin Seçim

Sayfa Tasarımı
Turgut Kasay

ISBN 978-605-9841-22-1
1. Baskı: İstanbul, Eylül 2015

Baskı
Yıkılmazlar Basım Yay.
Prom. ve Kağıt San. Tic. Ltd. Şti.
Evren Mah. Gülbahar Cad. No: 62/C
Güneşli - İstanbul
Sertifika No: 11965
Tel: 0212 630 64 73

Hayykitap
Zeytinoğlu Cad. Şehit Erdoğan İban Sk.
No: 36 Akatlar, Beşiktaş 34335 İstanbul
Tel: 0212 352 00 50 Faks: 0212 352 00 51
info@hayykitap.com
www.hayykitap.com
facebook.com/hayykitap
twitter.com/hayykitap
Sertifika No: 12408

Sakatat

Pelin Dumanlı

Pelin Dumanlı

1988 İstanbul doğumlu. Yeditepe Üniversitesi'nde burslu okuduğu Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü'nden 2010 yılında mezun oldu. Yüksek lisans eğitimini Bilgi Üniversitesi, Kültürel İncelemeler Bölümü'nde tamamladı.

Eğitim hayatına devam ederken, bir yandan kasap ve organik pazar gibi sektörün farklı hizmetlerinde çalıştı. Stajlarını önce ABD'de sonra da iki yıl üst üste Four Seasons Hotel İstanbul at the Bosphorus'ta yaptı.

Profesyonel meslek hayatına Otto İstanbul'da mutfak ve banket koordinatörü, Refika'nın Mutfağı'nda Mucize Lezzetler TV programından sorumlu koordinatör olarak devam etti.

2013 yılında İstanbul'dan Bodrum'a göçtü. Haziran 2014'te ise profesyonel ve amatörler için gastronomi eğitimleri veren kendi markası Foodrum'u ortaya çıkardı.

Çalışmalarını Foodrum çatısı altında yürütmektedir. Ayrıca Migros Ticaret A.Ş. ile Uzman Kasap ve İyi Et projelerinin danışmanlığını yapmaktadır. Her gün yeni tarifler ve teknikler ile pişerek mutfak kültürü konusunda incelemelerine devam etmekte, yemek kültürü alanında yaptığı araştırmaları çeşitli dergi ve gazetelerde yayınlanmaktadır.

web: www.pelindumanli.com ve www.foodrum.com

instagram: <https://i.instagram.com/pelindumanli/>

Bu çalışmayı Sakatatçı Cevdet Sertbakan'a
ve onun gibi bu değerli mesleğe mensup tüm sakatatçılara
ithaf ediyorum...

İçindekiler

Teşekkür	9
Uzman Hekimler Sakatat İçin Ne Diyor?	11
Önsöz	19
Giriş	21

Birinci Bölüm:	
TARİHTE SAKATAT	23
Antik Çağlarda Sakatat	25
Osmanlı Mutfağı	34

İkinci Bölüm:	
SAKATAT HAKKINDA HER ŞEY	45
Kasaplık Hayvanlar	47
Mezbahalar	50
Çiğerciler	54
A'dan Z'ye Tüm Sakatatlar	62

Üçüncü Bölüm:	
İSTANBUL MUTFAĞINDA SAKATAT	79
İstanbul Mutfağı ve Sakatat	81

Dördüncü Bölüm:	
GEÇMİŞTEN GÜNÜMÜZE YEMEK KİTAPLARINDA SAKATAT	97

Beşinci Bölüm:	
TARİFLER	115
Sakatat Alırken, Muhafaza Ederken ve Pişirirken	
Dikkat Edilecek Noktalar	117
Geçmişten Günümüze, Unutulmuş Bazı Sakatatlı Tarifler	119
Klasik Olmuş Sakatatlı Yemek Tarifleri	125
Sakatatla Hazırladığım Özel Tariflerim	131

Altıncı Bölüm:	
RÖPORTAJLAR	145

Teşekkür

Bu kitap bana destek olanların değerli katkıları olmasaydı ortaya çıkamayabilirdi. Bu nedenle birçok kişiye şükran borçlu olduğumu düşünüyorum.

Öncelikle, bir bitirme projesi olarak başlayan sakatat konulu tez çalışmamda sonuna kadar ilgisi, anlayışı, yol göstericiliği ile bana her türlü desteği sağlayan sevgili hocam Özge Samancı'ya...

Araştırma sürecimde benimle yemek kültürü anılarını paylaşan, keyifli sohbetler yaptığım dostlarım Ayfer Yavi, Olcay Bingöl, Tangör Tan, Pelin Tan, Sümer Aka Umuç'a ve yine tüm bu süreçte yanımda olup desteğini esirgemeyen Seray Öztürk, Ödül Eren ve Alper Akça'ya...

Georgi P. Kostandov'a engin bilgisini paylaşıp beni onunla tanıştırdıkları için İpek Doğan, Ömer Doğan, Dilek Eröz'e...

Tam zamanlı bir işte çalışmanın verdiği tüm zorluklara rağmen tez çalışmamı tamamlamamda her daim beni destekleyen Refika Birgül ve Mehmet Göle'ye...

Çevirilerde bana kılavuzluk eden sevgili Teyzem Pınar Özkan'a, sabırla her türlü yardımı ile yanımda olan Nurinisa Beşer'e ve sakatat fotoğrafları için Nil Erdoğan'a...

Ayrıca tezin her sayfasını okuyarak, yaptığı değerli yorumlarla bana heyecanımı yeniden kazandıran Sayat Özyılmaz'a...

Bodrum'daki kitap yazım sürecinde beni devamlı motive eden Mustafa Ünlü'ye ve Foodrum'da birlikte çalıştığım ekibime...

Kitabıma yaptıkları değerli katkıları için değerli tıp hocalarımız Prof. Dr. Ahmet Rasim Küçükusta, Yard. Doç. Dr. Yavuz Dizdar ve Dr. Ümit Aktaş'a...

Ve bana olan güvenleri, destekleri ve bana kattıkları için aileme sonsuz teşekkürler...

Son olarak söylemek istediğim bir şey daha var. Kitabımın konusu sakatat, sadece bu konuda bir çalışma yapmama vesile olmadı aynı zamanda çok değerli insanları tanımamda da bir kapı oldu. Ciğercilik mesleğine dair verdikleri bilgiler ve paylaştıkları meslek sırları için Hacıdan Sakatat ailesine, Şerif Aluş, Enis Aluş ve Cevdet Sertbakan'a ayrıca teşekkür ederim.

Uzman Hekimler Sakatat İçin Ne Diyor?

“Sakatat yiğin sakata gelmeyin!”

Endüstrinin ilaç ve hazır gıdalarının satışını artırmak için senelerdir bıkmadan usanmadan “doymuş yağlara çamur atılıyor”.

Margarin ve bitkisel yağlar göklere çıkarılıyor; yumurta, tereyağı, kırmızı et ve sakatat “kalp sağlığının bir numaralı düşmanları” olarak yasaklanıyor.

Ama gelin görün ki kolesterol haplarına ömür boyu abone yapılan, doymuş yağların yasaklandığı dünya kalp hastasından geçilmiyor.

Public Library of Science ONE isimli tıp dergisinde yayınlanan araştırmada, diyabet ve kalp hastalıklarının sebebinin fazla yenen doymuş yağlar değil şeker olabileceği ortaya kondu.¹

Hepsi de metabolik sendromu (kalp hastalığı veya diyabet riskini artıran en az üç risk faktörü) olan 16 erişkin üzerinde bir çalışma planlandı.

Tüm katılımcılara her üç haftada bir değişen toplam olarak 18 hafta süreyle giderek artan miktarda karbonhidratlar ve giderek azalan miktarda doymuş yağlar verildi.

Diyet 47 gram karbonhidrat ve 84 gram doymuş yağla başladı ve 346 gram karbonhidrat ve 32 gram doymuş yağ ile sonlandı.

Bu diyet serisinden önce her denek üç hafta süreyle karbonhidratı azaltılmış temel diyet uyguladı.

Öğünler her gün 2 bin 500 kalorilik idi ve 130 gram da protein ihtiva ediyordu.

En yüksek karbonhidrat seviyesi günlük kaloringin yüzde 55’ini oluşturuyordu ve aşağı yukarı ortalama bir Amerikan diyetindeki enerji yüzdesi kadardı.

Çalışmanın sonunda deneklerin ortalama olarak 22 pound kaybettikleri, kan şekeri ve insülin seviyelerinde, kan basıncında anlamlı düzeltilmeler olduğu görüldü.

1 <http://www.plosone.org/article/info%3Adoi%2F10.1371%2Fjournal.pone.0113605>

Çalışma boyunca tüm katılımcılarda kanda total doymuş yağ seviyeleri oldukça sabit kaldı, hatta başlangıçta yağ tüketimi ikiye katlandığında düştü.

Buna zıt olarak karbonhidrat alımı arttıkça ve yağ tüketimi azaldıkça obezite, enflamasyon, ensülin direnci, glukoz tolerans bozukluğu, metabolik sendrom, tip 2 diyabet, kalp hastalıkları ve prostat kanseri gibi birçok hastalığın ortaya çıkmasını kolaylaştıran palmitoleik asidin kan seviyelerinin yükseldiği belirlendi.

Kanda palmitoleik asidin artması daha fazla karbonhidratın yakılmak yerine yağa çevrildiği anlamına geliyor.

Ohio Üniversitesi'nden Prof. J. Volek, "Doymuş yağlar hakkında yaygın bir yanlış anlama var" diyor:²

"Araştırmalar, diyetteki doymuş yağlarla kalp hastalıkları arasında bir ilişki olmadığını gösteriyor ama beslenme kılavuzları hâlâ doymuş yağların sınırlandırılmasını tavsiye ediyor.

Bu bilimsel de değil akıllıca da değil ama kanda doymuş yağları ve kalp hastalıkları riskini değerlendiren araştırmalar bir ilişki olduğunu gösteriyor.

Kanda çok fazla doymuş yağ bulunması iyi bir şey değil.

Soru şu: İnsanların kanında veya membranlarında veya dokularında doymuş yağların daha fazla depolanmasının sebebi ne?

Cevap: Karbonhidrat tüketimi azaldığı ve diyetle kontrollü olarak yağ eklendiği zaman vücut doymuş yağları depolamak yerine yakıyor.

Çok az karbonhidratlı diyet doymuş yağların yakılmasını sağlıyor."

Gelelim neticeye

Bizimkilerin de içinde bulunduğu kardiyoloji âlemi ise hâlâ diyetle doymuş yağ arttıkça kalp hastalığı riskinin de artacağını iddia ediyor.

Diyetteki doymuş yağlarla kalp krizi ve felçlerin ilişkisinin olmadığını da ya bilmiyor ya bilmezden geliyorlar, "yağlı yersen, yağ, damarlarını tıkar" diyorlar.

Kanda doymuş yağ miktarı ile diyabet ve kalp hastalıkları arasında ise elbette bir ilişki var; "palmitoleik asit arttıkça hastalık riski de artıyor".

² <http://news.osu.edu/news/2014/11/21/study-doubling-saturated-fat-in-the-diet-does-not-increase-saturated-fat-in-blood/>

Bu araştırmada da gösterildiği gibi, “palmitoleik asidi artıran fazla yağ yenmesi değil, fazla karbonhidrat yenmesi”!

Prof. Dr. Canan Karatay, senelerdir bu gerçeği kafamıza çakıyor, istediğiniz kadar yumurta, pirzola, tereyağı yiyin diyor.

Ben de ekliyorum: Sakatat yiyin, sakata gelmeyin!

Diyabet ve kalp hastalıklarının sebebinin fazla yenen doymuş yağlar değil şeker olabileceği gösterildi. Karbonhidrat alımı artıkça palmitoleik asidin kan seviyelerinin yükseldiği belirlendi. Karatay, bu gerçeği kafamıza çakıyor, istediğiniz kadar yumurta, pirzola, tereyağı yiyin diyor. Kardiyoloji  lemi gaflet uykusundan ne zaman uyanacak merak ediyorum.

Prof. Dr. Ahmet Rasim Küçükusta

Göğüs Hastalıkları Uzmanı

Sakatatı yasaklamak doğru mu?

İnsan vücudunun gelişimine ve vardığı noktaya ana hatlarıyla bakıldığında aslında başlıca iki bileşen söz konusudur. İşlevlerin düzenli yürütülmesini sağlayan bileşenler iç organlar olarak adlandırılır, işlevleri yapan başlıca bileşen ise kaslardır. Sağlıklı bir yaşam sürdürülmesi açısından insan vücudunda yapılamayan maddelerin alınması elzemdir. Ne var ki, biyolojinin genel prensibi olarak, insan vücudunda yapılamayan maddeler hayvan vücudunda da yapılamaz. Başta süt ve yoğurt olmak üzere, hayvansal ürünleri insanlar için elzem hale getiren unsur, özellikle geniş getiren hayvanların içkembelerindeki bakteriler sayesinde sentezlenen bileşiklerdir. Bu aslında insan beslenmesinin de genel paradigmasını oluşturur. İyi beslenmek, özellikle sindirim sistemi bakteri örtüsünü besleyecek gıdaların yenmesiyle olur; biz bakterileri, bakteriler de dolaylı yoldan bizi beslerler.

Beslenme eylemi aslında bilinçli yapılan bir süreç değildir ve insan yaşadığı ortama doğmuş olduğundan, beslenme ile ilgili detayların (o da kısmen) anlaşılması son yüzyılda gerçekleşmiştir. Bu alanda yapılan çalışmaların büyük kısmı, büyümekte olan yavruların beklenen büyüme eğrisini tutturup tutturamamaları ölçüt alınarak hesaplanır. 'Esansiyel' olarak adlandırılan pek çok bileşik eksik gıda formüllerinin denenmesiyle bulunmuştur. Ne var ki, bunca araştırmaya karşılık hâlâ bulunmayı bekleyen çok fazla detay söz konusudur.

Et, bu gözle bakıldığında insan vücudundaki eksikleri fazlasıyla giderebilecek bir besin özelliği göstermez. Konunun et zemininde tartışılmasının ana nedeni, endüstriyel müdahale ile et miktarının hızlı bir biçimde artırılabilmesidir, ama karaciğeri aynı şekilde büyütemezsiniz. Dolayısıyla endüstriyel bilim 'et pazarlamak' üzerine kurludur. Buna karşılık, organizmanın düzenli büyümesini sağlayan, yani sistemleri sağlıklı tutan sakatat, açığın kapatılması için çok önemli bir noktaya oturur. Başta vücudun metabolik merkezi karaciğer olmak üzere, sakatat, gereken eksik bileşenlerin doğrudan kaynağıdır.

Kolesterol teorisi çöktüğüne göre sakatatın insan sağlığına faydaları neler? İnsan sağlığı için hangi faydalı vitamin ve mineralleri barındırıyor?

Yukarıda açıklamaya çalıştığımız üzere, sakatatın hangi unsurları barındırdığı sorusunun yanıtı bugüne dek verilememiştir, bun-

dan sonrasında da doğrudan verilmesi mümkün değildir. Biyolojik sistem çok fazla molekülü kullanır, önemli olan bunların belli bir denge içerisinde alınabilmesini sağlayan kaynağın bulunmasıdır. Örneğin bunlardan en iyi bilinenlerinden biri 'taurin'dir.

Taurin, normal koşullarda 'sülfür' içeren diğer aminoasitlerden sentezlenebilir, ancak özellikle kediler ve bebekler bunu sentezleyemediğinden, gıda ile mutlaka alınması gerekir. Büyümekte olan kedilerde taurin eksikliği, retinanın bozulmasına yol açarak körlüğe ve bunun yanı sıra kalp yetersizliğine neden olur (kedilerin en önemli beslenme sorunudur). Bebekler içinse anne sütü alıyor olmaları durumunda taurin eksikliği söz konusu olmaz, formül mamlara ise mutlaka konur. Ama işin doğasına baktığınızda, sütün taurin içeriği de emzirme sürecinde değişiklik gösterir. Başlangıçta çok zengindir, sonrasında giderek azalmaya başlar. Erişkinler ise taurini ya besinlerle alarak ya da 'sistein' adlı esansiyel aminoasitten sentezleyerek elde ederler. Hiç hayvansal ürün yemeyenlerde ciddi taurin eksikliği riski vardır.

Bu besin öğeleri insanı hangi hastalıklardan koruyor? Yokluğunda ne oluyor?

Bu soruyu yine taurin örneğiyle açıklamaya çalışalım. Protein yapısına katılmayan bir aminoasit olan taurinin neden bu kadar önemli olduğu çok iyi bilinmez ama, nerelerde işlev gördüğü daha iyi bilinmektedir. Taurinin en iyi bilinen işlevi, safranin oluşumuna olan katkısıdır (adı, boğa safrasından elde edilmesinden gelir). İdrara da belli bir miktarda salgılanır. Hücre içi sıvısının ve hücre zarının bütünlüğünün korunmasında rol oynar. Bugüne dek yapılan pek çok araştırma, taurinin vücudun bağışıklık yetersizliği de dâhil pek çok işlev bozukluklarını giderebildiğini göstermiştir. Örneğin yüksek miktarda früktozla beslendikleri için kollajen bozulması ortaya çıkan farelerde bu sorun taurinle önlenabilmektedir. Taurin verilmesi deneysel modellerde, yüksek tansiyonun normale inmesini, diyabetiklerde kan şekerinin düşürülmesini, karaciğer bozukluklarının önlenbilmesini sağlar. Kas ve sinir işlev sorunlarını düzeltir. Kilo fazlası olanlarda zayıflatıcı etkisi vardır. Vücut genelinde baktığınızda beyin, karaciğer, böbrekler ve bağırsakların

taurinden özellikle zengin olduğu gör÷lür, et, eksiğı kapatacak kadar zengin bir kaynak değildir. Kolesterol histerisi de ortadan kalktığına göre, ciğer, böbrek, kokoreç gibi sakatat yemenin önemi yeniden ortaya çıkmaktadır.

Kelle ve paçayı hangi gözle değerlendirmek gerekir?

Benzer yaklaşım elbette kelle ve paça için de geçerlidir. İç organlar (sakatat) metabolik olarak çok gerekli pek çok bileşeni hazır olarak sunar. Kelle ve paça aslında iç organ değildir, ama aynen kemik gibi yapısal olarak ete çok büyük üstünlükleri vardır, dokunun yapısal bileşenlerini yoğun olarak içerirler. Şöyle düşünelim, yüzlerce kilogram ağırlığındaki sığır, bütün bu ağırlığı dört ince uzantı üzerinde taşıyabilmektedir. Bu basit gözlemden bile anlaşılacak olan, vücudun uç kısımlarının diğer bölgelerine göre çok daha yoğunlaştırılmış bir bileşim sunmak zorunda olduğudur. Nitekim bu bileşim çok uzun süre kaynatarak suya geçirilebilir, temel olarak kollajen ve glikozaminoglikan türevi maddelerden oluşur. Kollajen aslında vücutta büyük oranda yapılsa da, bu maliyetli bir süreçtir, hatırlamalıyız ki kırıklar çok yavaş iyileşir. Dolayısıyla siz bunu kelle ya da paça ile hazır biçimde verirseniz, beslemenin ötesinde sağaltıcı bir etkisi de olacaktır. Nitekim kırıklarda beslenme paça içirilerek karşılanır.

Tıp, özellikle İkinci Dünya Savaşı sonrasında girdiğı akıl tutulmasından henüz kurtulabilir gibi görünmemektedir. Bu akıl tutulması, biyolojik sistemlerin matematiksel mantıkla açıklanabileceği yanılsamasından köken alır. Oysa uyduyu yörüngeye yerleştirebilmeye olanak sağlayan matematik ve fiziğin, örneğin kolesterol yüksekliği ve kalp-damar hastalığı arasındaki biyolojik mantığı açıklamadaki yeri çok kısıtlıdır. Dahası, histeri bulaşıcıdır, çıkış nedeni ne olursa olsun, kolaylıkla kontrolden çıkar. Kolesterolün yükselme mantığını algılayamayacak kadar körelmiş bilimsel zekâ, meseleyi sakatata bağlayarak sonlandırmaya çalışırken, National Geographic belgesellerinde ceylanı avlayan aslanın önce nereyi yediğini algılamakta elbette zorlanır!

Yard. Doç. Dr. Yavuz Dizdar

Radyasyon Onkolojisi Uzmanı

“Sağlıklı yaşayabilmek için bol bol sakatat yiyin”

Başımıza ne geldiyse, bu “modern gıdalar” yüzünden geldi!

Birileri 2. Dünya Savaşı'ndan sonra kafaya koydu, bu gıda işinde para vardı, buraya yatırım yapmak gerekiyordu. Aslında tüm amaç gıdayı değiştirerek ilaç sektörüne pazar yaratmak ve hem gıdadan hem de ilaç sektöründen katmerli kazanç sağlamaktı. Önce gıdayı bozacaklar ki, insanlar hastalansın, sonra da hastalanan insanlara bol bol ilaç satsınlar.

Önce geleneksel gıdayı kötüleyerek işe başladılar. Eskiye yok edecek ki, yerine yenisini, modern olanı, işlenmiş olanı koyabilsin. Geleneksel olan kötüydü, geçmişte kalmıştı, ilkelikti. O neydi öyle, hayvanın dışkısıyla dolu olan yerleri, ayakları falan yenilir miydi hiç, ne kadar da tiksindirici bir faaliyetti bu? Üstelik hiç de hijyenik değildi, mikrop yuvası, kokusu da cabası! Hatta bir de kolesterol içeriyordu bunlar, maazallah damarları tıkar, öldürürdü insanı!

En etkili olan da bu son iddia oldu. Öyle ya, fani insanların en büyük korkusu ölüm! Hiç ölmemek için yaşıyoruz çünkü, modern tıp ölüme çare buldu bulacak, birileri çıkıp da, “kolesterol damarlarınızı tıkıyor” deyince akan sular durdu, kimse sakatat yemez oldu. Her şey sakatatçıların aleyhine işliyordu: Damarları tıkayan pis kokulu mikrop yuvası yiyecekler satıyorlardı. Yatacak yerleri yoktu bunların, toplum sağlığını tehdit ettikleri için Taksim meydanında 3-5 tanesini sallandırsalar yeriydi!

Oysa işin aslı hiç de öyle değildi.

İnsanoğlu dünya üzerinde yaşadığı 200.000 yıl boyunca bol bol sakatat tüketmişti. Tarih boyunca hiç bir zaman da bu kadar kalp damar hastalığı görülmemişti. Üstelik yaşadığımız çağda tek derdimiz kalp damar hastalıkları da değildi; kanserler, şeker hastalığı, romatizma gibi pek çok iyileştirilemeyen hastalık da patlama yapmıştı. Neler oluyordu?

“Modern gıdacıların” ilk çözülmesi, kolesterol mevzuundan oldu. Yıllarca kötü adam ilan ettikleri kolesterolün aslında masum vatandaş olduğu ortaya çıktı. Meğer iftira etmişler kolesterole, boş yere zindanlarda süründürmüşler!

Kolesterol bizim vücudumuzun yapı taşıdır, tamir harcıdır. Damarlarımızı tıkamaz, tam tersine damarları tıkayan plakların ya-

rattığı harabiyeti tamir eder. Kolesterol hücre duvarının yapımı için gereklidir, kolesterol olmadan beyin dokusu yapılamaz, tüm hormonlar kolesterol yapısındadır, kolesterol olmadan çocuklarınız büyüyemez.

Kolesterolden korkmayın, sağlıklı olabilmek için bol bol sakatat yiyin.

Yasaklanan sakatatlarda çok önemli iki madde daha var: Kollajen ve D vitamini.

Kollajen bizim bağ dokumuzu oluşturan temel madde. Kollajen olmadan dik duramayız, vücudumuz dinç, eklemlerimiz sağlam olamaz, bağışıklık sistemimiz çöker. Kollajen almak için de bolca paça çorbası ve kemik suyu içmeliyiz.

D vitamini bağışıklık sistemimizin yakıtı ve kemik dokuyu sağlamlaştıran vitamin. D vitamini olmadan bağışıklık sisteminiz sağlıklı çalışmaz, hastalıklara karşı savunmasız kalırsınız ve kemik erimesi meydana gelir.

D vitamini eksikliğinde hangi hastalıklar meydana geliyor biliyor musunuz? Kanser, şeker hastalığı, romatizma, kemik erimesi, alerjiler... Saymakla bitmez.

Yani sizi kolesterolle korkutup sakatat yedirmediler, ama siz bu sebeple D vitamini alamadığınız için, kansere, romatizmaya, şeker hastalığına yakalanmaya başladınız.

Bugün ülkemizde yaşayan insanların %90'ından fazlasında D vitamini eksikliği var maalesef.

D vitaminini bolca alabilmek için bol bol ciğer ve sakatat yiyin.

Zaten vahşi hayvanlar bile aynısını yapmıyor mu? Hiç mi belgesel seyretmediniz? Yırtıcı hayvanlar, avlarını avladıktan sonra ilk önce karnın bölgesine saldırıp içkembesini ve sakatatlarını yerler, sonra diğer bölgelere geçerler. İçgüdüsel olarak en kıymetli bölgenin sakatatlar olduğunu bilirler çünkü.

Ama ne çare, vahşi hayvanların bildiğini modern insan bilemedi ve olan zavallı sakatatçılara oldu!

Geleneksel gıda, doğru gıdadır. Gıdanızın yapısını bozmayın.

Sağlıklı yaşayabilmek için bol bol sakatat yiyin.

Dr. Ümit Aktaş

Fitoterapi Uzmanı

Önsöz

Anneannem Munise Özkan ve rahmetli dedem Hamit Vecdet Özkan sakatatla beni ilk tanıştıran insanlardı... Onların kurduğu sofralarda sakatat eksik olmazdı. En azından evde her gün kediler için kaynayan bir ciğer tenceresi olurdu. Çocuk yaşta sakatata olan ilgim belki de buradan geliyordu. Eski İstanbullu bir ailede büyüdüğüm ve yemek kültürünün temelini sofrada dedemin anlattığı hikâyelerle öğrenmeye başladığım için, kendimi anneannemin pişirdiği sakatatlardan nasibini alan kediler kadar şanslı görüyorum.

Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü'nde okurken mezuniyet projesi olarak bir konu çalışmamız istendiğinde uzun süre hangi konuyu seçeceğime karar veremedim. Sonra bir gün yolumun sık sık düştüğü Beyoğlu Balık Pazarı'nda etrafa bakınırken gözüm Recep Ciğercisi'nin vitrininde çiçek gibi dizili dana kuyruklarına takıldı. O an gözümün önünde ilkokul çağında evimizde pişen çeşit çeşit sakatat; işkembe çorbası, beyin salatası, yürek sotesi belirdi. Neden bu tarifleri artık yapmadığımızı sorgulamaya başladım ve böylece sakatatla ilgili bir şimşek o an beynimde çakıverdi. Ve mezuniyet projemin konusu 'İstanbul mutfağında sakatat' oluverdi.

Konunun ne kadar derin ve daha önce hiç çalışılmamış olduğunu fark edip, bir de yemek tarihi konularında yaptığım araştırmaların tadına varınca, lisans bölümüm gastronomiden mezun olduktan 6 ay sonra yüksek lisans için kabul edildiğim Kültürel İncelemeler Bölümü'ne kayıt oldum. Tez konum tabii ki yine belliydi; SAKATAT.

Araştırmalarıma başlarken, yapılmış akademik çalışmalarda sakatatın, mutfak kültürü hakkında yazılmış eserlerin satır aralarında kaldığını gördüm. Coğrafyamızı ve zengin kültürel altyapımızı düşününce, Türkiye'de daha önce sakatat hakkında hiç kitap yazılmaması beni teşvik edip cesaretlendirdi. Bu eksiklikten yola çıkarak, tez konumda ele aldığım olguyu sadeleştirip, özetleyip, öğrendiğim çok değerli bilgileri paylaşmaya karar verdim.

İki yıl boyunca çeşitli röportajlar, mezbaha ve ciğerci ziyaretle-

ri, kaynak taramaları sonunda kendime çok geniş bir çalışma alanı oluşturdum. Ama ne yalan söyleyeyim, bu kadar geniş bir konuyu bir tezde nasıl toparlayacağım, ne kadar büyük bir işe giriştim diye gözüm de korktu! Ancak tüm süreç o kadar keyifli geçti ki, sonunda ortaya Türkiye’de sakatat ile ilgili yazılmış en kapsamlı çalışma çıktı.

Ardından da bu kitap!

Evet, bu kitap, sakatat hakkındaki çocukluktan başlayan iştahlı merakım, devamında öğrencilik yıllarında yaptığım araştırmalar, yazdığım yüksek lisans tezi ve tüm bunların sonucunda öğrenip biriktirdiklerimin bir özeti.

Keyif, iştah ve merakla okumanız dileğiyle...

Pelin Dumalı

Bodrum, Eylül 2015

Giriş

Geleneklerimizi süratle kaybediyoruz. Çok değil, bundan 10-15 yıl önce evlerde pişen yemeklerle bugünküleri kıyasladığımızda oldukça fark görmek mümkün. Artık sofralarımızı mevsiminde olmayan sebze ve meyveler süslüyor. Kasaptan aldığımız et ve tavuğun lezzeti yavanlaştı. Yediğimiz ekmeği bile artık sorgular hale geldik. Tüm bu değişimlerden etkilenen bir yiyecek de sakatat.

Bugün sakatat denilince zihinlerde genellikle ciğer, işkembe ve bir sokak yemeği klasiği olan kokoreç beliriyor. Oysa sakatat, ziyadesiyle zengin çeşide sahip ve Anadolu topraklarında çok eski bir geçmiş olduğu gibi, İstanbul mutfak kültürünün de önemli bir parçası.

Ancak 1930, 1940 ve 1950’li yıllarda yazılan yemek kitaplarında çok sık rastladığımız sakatat tarifleri bugün artık unutulmuş durumda. Edirne dili, paça dolması, kuzu bağırсаğı sarma, işkembeli yumurtayı kaybolan tarifler arasında sayabiliriz. Hal böyle olunca, ciğercilik mesleğinin de durumdan etkilenmemesi kaçınılmaz. Ciğercilerden alışveriş yapan mahalle esnafı ve ev hanımlarının yavaş yavaş yok oluşu, esnafı kepenk kapatma korkusu yaşar hale getirdi. Ancak şunu da unutmamalıyız ki, bir kültürü yaşatmak ve geleneği devam ettirmek bizim elimizde. Biz yiyeceklerimizin peşine düştükçe, sorguladıkça, üreticiden ve esnaftan ısrarla talep et-tikçe yemek kültürümüzü korumaya devam edebiliriz.

Kitabın konusu sakatat aslında engin bir deniz... Tarihe baktığımız zaman en fakirin masasından tutun da en zenginın sofrasına kadar sıkça rastlıyoruz ona. Seyyar aşçılar tarafından sokakta satılmış, halkı doyurmuş... Tarihi lokantaların, meyhane kültürünün aranan parçası olarak sofralardan eksik olmamış... Ciğerci dediğimiz, sadece sakatatın satıldığı bir meslek kolu oluşturmuş... Bu nedenle kitabımı aynı zamanda sakatat hakkındaki bilgileri bir araya toplayan bir kaynak olarak derlemeye gayret ettim. Başvurduğum yemek kitaplarının yanı sıra, konunun doğrudan et ile olan ilişkisinden ötürü, kasaplık hayvanlar, et ve mezbaha hakkında araştırmalar yaptım. Pazarı ve

tüketimine değinmek için ise satıldığı yer; ciğerciler, tüketildiği alanlar; restoranlar, seyyar satıcılar ve ev mutfaklarına dair gözlemsel araştırmalarımı paylaştım. Araştırmalarımı literatür tarayarak, tarifler, hikâyeler, röportajlar kullanarak zenginleştirdim.

Üzerinde durduğum bir diğer önemli nokta da konuyu sadece Türkiye'deki kullanımı olarak değerlendirmek yerine İstanbul mutfağı çerçevesinde ele almak istemem. Bunun için de önce İstanbul mutfağını oluşturan kültürel etkiler ışığında sakatatın tarih boyunca tüketimi üzerinde durdum. Edindiğim bilgiler ışığında son yüzyılda en çok baskı yapmış yemek kitaplarındaki sakatat tariflerini etraflıca inceleyerek sakatatın günümüzde hangi algı yelpazesi içinde yer aldığına dikkat çekmek istedim.

Birinci Bölüm:
TARİHTE SAKATAT

Antik Çağlarda Sakatat

Antik toplumların beslenme alışkanlıkları ve yemek tercihleri bugünkü yiyecek seçimlerimizi daha iyi anlamamıza ışık tutar. Tarih öncesi dönemdeki yemekleri araştırmaya başladığımızda, edindiğimiz tüm bilgilerin neredeyse arkeolojik ve avcı-toplayıcı kültürlerin etnografik karşılaştırmalarından geldiğini görürüz. Arkeologlar, buldukları çeşitli araç-gereçlerden ve inceledikleri yiyecek kalıntılarının yola çıkarak ilk insanların vejetaryen oldukları izlenimine varmışlardır. Ancak zamanla insanlığın beslenme alışkanlığı değişmeye başlar. MÖ 1.400.000 ila 500.000 yılları arasında ateş ve dolayısıyla da pişirme keşfedilir. Bu, insanlık için önemli bir adımdır. Aynı esnada avcılık yeteneklerini geliştiren insan ırkı, hayvanları nasıl öldüreceğini de öğrenir, balık tutmaya başlar, bitkileri daha yakından tanır. Önceleri sadece küçük hayvanları avlayabilirken, geliştirdiği çeşitli silahlarla daha büyük hayvanları da avlayıp tüketmeye başlar. Bunun sonucunda, avladığı hayvanların etlerini kurutma, tutsüleme gibi teknikler kullanarak daha uzun süre saklamanın yollarına başvurur.

Peki, sakatat ne zaman tüketilmeye başlandı?

Tarih öncesinde insanların sakatat yediklerini tahmin etsek bile, bunu direkt kanıtlayacak bir bulguyla desteklemek zor. Yapılan kazılarda, hayvanların kafataslarının içinden beyinlerinin ve iç organlarının alındığı, iliklerinin çıkarıldığı bilgisine ulaşılabiliyor, ancak bunların yiyecek olarak tüketildiğini doğrudan kanıtlayan somut bilgilere erken çağlarda ulaşamıyoruz. Tahminler tabii ki yenildiği yönde, ancak çeşitli ayinlerde kendi inançları doğrultusunda adak olarak sunulmuş olmaları da olası... Fakat tarihte ilk kez sakatatın, yiyecek saklama ve kap olması amacıyla kullanıldığı rahatlıkla söylenebilir. Yemek tarihçisi Reay Tannahill, çömlek yapımının keşfinden önce hayvan midesinin gıdaları saklamak için kap mahiyetinde kullanıldığından bahseder. Ama beni asıl şaşırtan, Türklerin hayvan midesini nasıl kullandığı? Kitabın ilerleyen bölümlerinde Türklerin tarihte sakatat

kullanımlarından bahsedeceğim, ancak Orta Asya göçebe Türkleri'nin hayvanın her yerinden yararlanma alışkanlığı sonucu keşfedilen çok önemli bir yiyeceği belirtmem gerek! Peynir. Uzun göçler sırasında sağdıkları sütü hayvan midesinin içinde taşımaları, sütün doğal olarak mayalanmasını ve peynirin oluşmasını sağlamış. Sakatat deyip geçilen bir bölümün, mutfak kültüründe bir mihenk taşı değerinde görülen peynirin bulunmasında oynadığı rolün önemini de burada vurgulamak gerekiyor. Mayanın doğal kaynağı, hayvanın midesinin dördüncü bölümünü oluşturan şirdendir. Geviş getiren hayvanlarda gelişip büyüyen ilk mide burasıdır. Geviş getirme daha yokken, yani hayvan süt emerken yalnız bu mide vardır. Şirdenin düzensiz bir şekilde kırışık olan iç yüzü durmadan mide suyu ile ıslanarak maya için gerekli olan enzimlerin oluşmasını sağlar. Sütü mayalayıp peynire dönüştürmesini sağlayan da işte bu enzimler ve çevresel koşullardır.

Son yıllarda eski uygarlıkların yeme içme kültürlerinin anlatıldığı çalışmalar gittikçe popüler hale geliyor, birçok önemli kitap kaleme alınıyor. Mesela Phyllis Pray Bober, *Antik ve Ortaçağ'da Yemek Kültürü* adlı kitabında, Yunanlılar'ın sevdiği özel bir yemekten bahseder; tercihen yeni doğum yapmış dişi domuzun döl yatağının haşlanması, tahıl ve başka malzemelerle doldurulması ile yapılan *metra* adlı bu yemek, İskoçların ünlü sakatat yemeği *haggis* ile pişirme işlemi olarak benzerlik gösterir. Aynı kaynak, eski çağlardan yemek tariflerini de barındırır. Dana paçası, koyun kellesi, çiğ ikram edilen dana ciğeri, ördek taşılığı ve bumbara doldurulan domuz da bunlara örnektir.³

Bu araştırmalardan yola çıkarak, farklı hayvanlardan elde edilen sakatatların özellikle doldurularak kullanılmalarının yaygın olduğu söylenebilir. Tıpkı göçebe Orta Asya Türklerinin yemek kültürlerinde olduğu gibi... İnsanların göçebe ve avcı-toplayıcı düzenden yerleşik yaşama geçmeleri beslenme alışkanlıklarının da değişmesini, yeni tekniklerin ortaya çıkmasını, yemek tariflerinin de yavaş yavaş literatüre geçmesini sağladı. Özellikle Anadolu toprakları, ilk yerleşik toplumların ortaya çıktığı bölge olarak çok önemli bilgilere ev sahipliği yapmıştır. Sümer ve Babil uygarlıklarından sonra Anadolu'da

3 Bober, Pray Phyllis. *Antik ve Ortaçağ'da Yemek Kültürü*, s.143, Kitap Yayınevi, İstanbul, 2013.

hüküm süren Hititler'den sakatatla ilgili pek çok yeni bilgi elde edebiliyoruz. Ahmet Ünal'ın Hitit mutfağı ve kültürünü anlattığı kitabı, bu alanda önemli bir kaynak.⁴ Kitapta, kesilip derisi yüzülen hayvanların yenilen ve yenilmeyen kısımlarının hazırlanıp terbiye edilmesinden bahsediliyor. Hititler, hayvan kısımlarını da tıpkı insan vücudu gibi adlandırıyorlardı. Hayvan kesiliyor, derisi yüzülüyor, uzuvları teker teker parçalara ayrılıyor ve sınıflandırılıyordu. Özellikle kalp ve ciğer gibi iç organların kurban eti olarak sıkça tanrılara sunulmasından dolayı bu kısımları çok tercih edilir ve zevkle yenirdi. Sevilerek yenen diğer parçalar ise genel olarak et, kaburga, kasık, kelle, kulak, ayaklar ve nadiren deriydi. Tanrılara sunulan parçalar dışında kalanlar ise haşlanıp törenlerde halk tarafından yenilirdi.

Roma mutfağı da, Antik çağ yemek kültürünü değerlendirmemiz açısından önemlidir. Bu döneme ait yemek kültürünü, *Cookbook Named De Re Coquinaria*, by Marcus Gavius Apicius'tan öğreniyoruz. Bu kitap 500'e yakın tariften oluşur ve Batı'nın ilk yemek kitabı olarak kabul edilir. Kitaba göre, özel durumlar hariç Romalılar dana etini nadiren tüketirler, çünkü dana eti yemek lüks olarak addedilir. Buna karşın, tüketilen en yaygın et domuzunkidir. Bu dönemde domuz etinden birçok yemek yapıldığı biliniyor. Ayrıca jambon, salamura et, isli et, sucuk ve sosis imal edilmiştir. İnci Delemen'in çalışmasında verilen bir şölene ait menüde, domuz rahminden ve isli domuz başından yapılan yemeklerin ikram edildiği görülür.⁵ Aynı kaynaktan Apicius'un sebzeli yemeğinin tarifini de vermektedir. Buna göre Apicius, dolma içine birçok baharat ve sebze ve kabuksuz salyangoz ile birlikte, küçük doğranmış sakatat parçaları koyulduğunu yazar.

MÖ 5. yüzyılda ise Heredot'tan işkembe ile ilgili başka bir kullanım metodu öğreniyoruz. İşkembe, içerisine et ve su konup ateş üzerinde kaynatılarak pişirildikten sonra saklanırmış. Bu metod günümüzde İskoçya'da hâlâ geleneksel olarak yapılan haggis'in atası sayılabilir. Haggis, birçok sakatat çeşidi (kalp, ciğer, akciğer ve çeşitli içyağlar) ile

4 Ünal, Ahmet. *Anadolu'nun En Eski Yemekleri Hititler ve Çağdaş Toplumlarda Mutfak Kültürü*, Homer Kitabevi, İstanbul, 2007.

5 Delemen, İnci. *Antik Dönemde Beslenme*. Türk Eskiçağ Bilimleri Enstitüsü Yayınları, İstanbul, 2003. Ek-2 İÖ 73-63 yılları arasında Augur Makamında olan Lentulus'un Şölenine Ait Menü.

soğan, yulaf ve baharatların işkembe içerisine konduktan sonra en az 3 saat kaynatılmasıyla hazırlanan geleneksel bir yemektir.

Orta Asya'da da et, günlük ihtiyaçlar için taze olarak yenmenin dışında, kış aylarında kar altında dondurularak ve yaz aylarında güneşte kurutulup saklanarak da tüketiliyordu. Türkler, kurutulmuş ete kak et diyorlardı ki, halen günümüz Türkiye'sinde de bu tabir aynı anlamıyla kullanılmaktadır. Ayrıca et pastırma olarak da saklanıyordu ve yazok deniliyordu. Orta Asya Türkleri, hem etinden hem sütünden hem de sakatatından yararlanmak üzere kükükbaş hayvanları veya atı tercih etmişlerdir. Kaşgarlı Mahmud'un bildirdiğine göre, Türklerin en çok sevdikleri etlerden biri de atın karnından elde edilen ve kazı denilen yağlı bir ettir.

Türklerin tarihte hiçbir zaman domuz yememekte ve beslememekte olduğu biliniyor. Günümüzde bunu İslam dininde domuz eti haram sayıldığı için dini nedenlerle açıklasak da, Türklerin İslamiyet'ten önce neden domuz yemediği ile ilgili birçok teori mevcut. Domuz etinin yağlı olması, önüne geleni yiyen bir hayvan olması ya da totemizm inancından ötürü yenilmediğini savunanlar olmuştur. Ancak Otto Antonius 1922 yılında konuya farklı bir açıdan yaklaşmış ve domuzun neden yenilmediğini, göçebe halkların yerleşiklere duyduğu nefretle açıklamıştır. Antonius'a göre, yerleşikler, göçebeleri vahşi, barbar, haydut olarak görmüşler, göçebeler de evlerinde, dükkanlarında oturan yerleşikleri hiç sevmemişlerdir. Bu nedenle birbirilerinden nefret ettikleri gibi, yerleşiklerin hayvanı domuzdan da nefret ediyorlardı.

Orta Asya'nın coğrafyasını düşünürsek, onca kıtlığa rağmen Antonius'un hayvancılık ile hayatlarını sürdüren kavimlerin domuzu neden yemediğini bu şekilde açıklaması haksız sayılmaz. Bunda tabii ki İslam'ın domuzu haram sayması da önemli rol oynamıştır, ancak Türk toplumların mutfak kültüründe hiçbir zaman bulunmayan domuzdan ve sakatatından, Antonius'un ileri sürdüğü sebepten ötürü bahsedilmemesi ve kullanılmaması doğru olabilir.

11. yüzyılda Türk dünyası hakkında bilgiler veren en önemli eser *Divanü Lügati't-Türk*'tür. Eserde, o dönemdeki Türk boyları, bu boyların kullandıkları sözcüklerle ilgili ansiklopedik bilgiler verilmekle kalmaz, aynı zamanda bazı yemekler de anlatılır. Kaşgarlı Mahmud, yazdığı bu eserinde sakatatın da çokça bahsedip, önemli bilgiler verir. Buna göre

karaciğer ile etin baharatlarla karıştırılmak suretiyle bağırsağa doldurulmasıyla elde edilen bir çeşit sucuğa, soktu adı verilmiştir. Anlaşıldığı üzere, kesilen hayvanın her kısmından istifade ediliyordu. Türklerin sınırsızlık adını verdikleri yemeği Kaşgarlı şöyle tanımlar: “Kelle pişirildikten sonra ufak ufak doğranarak güvece koyulur, baharatlarla karıştırılır ve ekşi yoğurt dökülür. Olması için bir müddet bırakılır ve sonra yenir.” Ayrıca ciğeri pişirirken, kabarıp iyice pişmesi için üzerine hardal ve sirke döküldüğünü yine Kaşgarlı’dan öğreniyoruz. Öte yandan Türklerin paça çorbası yaptığını, et ve baharatla doldurulan bir çeşit bumbar dolmasını ve yörgemeç ismini verdikleri bir sakatat yemeğini de aynı çalışmadan öğreniyoruz. Yörgemeç: İşkembe ve bağırsak incecik kıyılır, bir bağırsağın içine doldurulur ve daha sonra kızartılarak veya pişirilerek yenir. Bir diğer bilgi de hayvanın beyininin 11. yüzyılda oldukça makbul tutulduğu. Türkler, itibarlı misafirleri için koyun kestikleri zaman, beynini ona ikram ediyorlardı. Bu gelenek halen Kırgızlar arasında devam eder.

Türk Kültür Tarihine Giriş adlı eserin yazarı Bahaddin Ögel, ‘Türklerde Yemek ve Beslenme Kültürü’ başlıklı yazısında sakatat ile ilgili bilgileri bize çok daha ayrıntılı olarak veriyor.⁶ Bu eserde yer alan bilgilere göre, 11. yüzyılda Orta Asya Türkleri tarafından pişirilen birkaç türlü bağırsak dolması var. Kalınbağırsağa doldurulan ve soktu adı verilen bunların en başında geliyor. Adı da sokmak sözcüğünden, yani ‘bağırsağın içine bir şeyler sokmak’ fiilinden geliyor. Ayrıca *sogut* adı verilen bir başka bağırsak dolması daha var ki, buna pirinç de katılmış. Pirinçli Türk bumbarı hakkındaki ilk bilgiyi böylece öğreniyoruz. Sokmak sözünden türeyen bu dolma, günümüzde de sokta adı ile Orta Asya’da rastlıyoruz.

Yukarıda anlatılan yörgemeç’in ise dolma değil de bir çeşit dolama olduğunu Ögel’den öğreniyoruz. Buna göre, Uygurlar bir şeyi sarıp dolama ve örtmek için yörgemek tanımını kullanırlardı.

Divani-Lugat-it Türk’ten faydalananarak 1928 yılında önemli bir eser yazan Brockelmann ise yörgemeç’in hayvanın bağırsağından yapılan bir dolma olduğunu söyler. Eski Türkçe’de kalınbağırsak anlamına gelen *göden bumbarı* ise daha çok eski Anadolu kitaplarında görülen

6 Ögel, Bahaeddin. *Türklerde Yemek ve Beslenme Kültürü (Türk Kültür Tarihine Giriş)*, IV. Cilt. Kültür Bakanlığı Yayınları/638, Kültür Eserleri Dizisi/46, Ankara, 1991.

bir deyimdir. Bu bilgiler bize gösteriyor ki, Türkler bağırsak dolması ve bumbanı hakkında epey bilgi sahibiydiler. Ayrıca sucuk için birçok mana mevcuttur. Altay Türkleri kan ile doldurulmuş sucuğa sokta ismini verirken, Kırgız Türkleri'nde ise bıçı adı verdikleri iki sucuk çeşidi vardı. Birisi kıyılmış, kavrulmuş et, pirinç ve unun karıştırılmasıyla, diğeri ise beyin, kuyruk yağı ve kan ile doldurularak hazırlanırdı. Bu sucukların pişirilerek mi yoksa kurutularak mı yendiğini ise bilmiyoruz.

Ayrıca at sucuğu da eski Türkler arasında önemli bir yere sahip. Çok yağlı olan at sucuğu, haşlanmış yemekler üzerine konarak tüketiliyordu. Bu sucuğun yağına ise *kelde* veya *kelle* adı verilirmiş. Kırgızların, tay sucuğuna *tay cucuğu* dediklerini de biliyoruz. Anadolu'da ise sucuğa, *irışki* veya *ilişki* denildiğini yine Ögel'den öğreniyoruz.

Beyin, hâlâ Orta Asya ülkelerinde olduğu gibi eskiden de en değerli yiyeceklerden biriydi. Kaşgarlı'nın *mengi* sözü ile bahsettiği beyni açıklarken, "*Er mengiledi*", yani "*Adam beyni yedi*" diyerek anlatmıştır. Kaşgarlı, ciğer kelimesini de öpke olarak açıklar. Ögel'e göre, öfke sözü burada türemiştir. Ciğerin kabarıp pişmesine "*Öpke tangızdı*" deniyordu. Buradaki tangızmak sözü yalnızca ciğerin pişerken kabarması için değil, bir insanın kızması ve öfkelenmesi için de kullanılıyordu. Örnek vermek gerekirse, adam öfkesinden şıştı demek için, "*Er öpkesinde tangızdı*" diyorlardı. Ciğer kavurması elbette ki eski Türkler'de de vardı. Ciğer ve yüreğin kavrulması, şimdi olduğu gibi o çağda da hem kebab, hem de üzülme için söyleniyordu.⁴

İşkembe, Farslar'ın işkenbe sözünden Türkçemize girmiştir. İşkembeye Anadolu da avluk, gözlüce, kırkbayır, kibe, öden tumbuş gibi adlar verilirken, Orta Asya'da bazen *karın* olarak bahsedilmektedir. Aslında bir yemek adı olarak diğer Türk kültür çevrelerinde görülmemektedir. Ögel'e göre, işkembe çorbası İstanbul menşeli bir yemektir. Ancak bununla ilgili başka kaynaklarda herhangi bir bilgiye rastlanmamıştır.

Paça sözü de tıpkı işkembe gibi Farsça'dan Türkçe'ye geçmiştir. Ögel, Türkler'in eskiden beri paça yaptıklarını vurgular. Paça hakkında fazla bilgi vermese de Kaşgarlı'nın *topuk* için *topuk sünğük*, yani *topuk kemiğinden yapılan bir yemek* açıklamasından bahseder. Bu yemeğin paça olduğu düşünülür.

Günümüz Türk-i Cumhuriyetler'in yemek kültürlerini değerlendirmemiz açısından yapılan önemli bir çalışma da 'Ankara

Üniversitesi'ne Türk Cumhuriyetleri'nden Gelen Öğrencilerin Ülkelerine Ait Mutfak Kültürünü Değerlendirmeleri' başlıklı yüksek lisans tezi.⁷ Bu çalışmada 5 farklı ülkeden öğrenciler ve ailelerin yemek alışkanlıkları irdelenmiş ve sakatatın çok sık ve çeşitli tüketildiği sonucuna varılmış. Sakatatlardan özellikle karaciğer, akciğer, yürek, dalak, kelle, paça, işkembe ve beyin, Türk-i Cumhuriyetler arasındaki tüketim sıklığı açısından kayda değer oranda yüksek bulunmuştur. Özbek öğrencilerin ailelerinin tamamının ise işkembe ve beyni kesinlikle tüketmedikleri ortaya çıkarılmıştır.⁸ Bu çalışma, geleneklerin halen yaşatıldığına bir kanıtı olarak önemlidir.

Orta Asya'dan bahsederken, Türklere Anadolu'nun kapılarını açan Selçukluları da unutmamak gerekir. Orta Asya Türkleri'nin alışkanlıklarını Anadolu'ya taşıyan ve Türk mutfağının köklerini daha da derinleştiren mutfak kültürleriyle Anadolu'ya bıraktıkları miras yadsınamaz.

Bu dönemin yemek kültürüne ait bilgileri Mevlana Celaleddin Rumi'nin yazdığı eser *Mesnevi* ve Yunus Emre'nin *Divan* eserinde bulmak mümkündür. Müjgan Cunbur'un 'Mevlana'nın Mesnevisi'nde ve *Divan-i Kebir*'inde *Yemekler* başlıklı çalışmasında sakatatın da söz

7 Kaplan, Dilek. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi'ne Türk Cumhuriyetleri'nden Gelen Öğrencilerin Ülkelerine Ait Mutfak Kültürü Değerlendirmeleri, 2006.

8 Öğrencilerin ailelerinde her zaman tüketilen sakatatlar en yüksekten en düşüğe doğru sıralandığında şu sonuç ortaya çıkar: Karaciğer (%37.0), böbrek (%33.0), akciğer (%29.5), kelle (%27.5), yürek (%26.5), paça (%24.0), beyin (%19.5), işkembe (%16.0) ve dalak (%13.0). Ülkelere göre çizelge değerlendirildiğinde, Kazak öğrencilerin ailelerinin %52.7'sinin akciğeri, %49.1'inin karaciğeri, %45.5'inin böbreği, %43.6'sının yüreği, %36.4'ünün beyni, %30.9'unun paçayı ve kelle, %18.2'sinin de dalağı diğer ülkelerin öğrencilerin ailelerine göre daha fazla tükettikleri ve yemeklerde her zaman kullandıkları belirlenmiştir. Kırgız öğrencilerin ailelerinin %28.3'ünün işkembe, %37.0'sinin kelle, %49.1'inin karaciğeri, %52.7'sinin akciğeri, %49.1'inin karaciğeri ve %43.6'sının yüreği; Türkmen öğrencilerin %36.8'inin karaciğeri, %26.5'inin böbreği ve yüreği; Özbek öğrencilerin ise %80.0'inin karaciğeri her zaman tükettikleri saptanmıştır. Çizelgeye göre öğrenci ailelerinin ara sıra tükettikleri sakatatlar ise sırasıyla; böbrek (%59.0), yürek (%56.0), akciğer (%51.0), karaciğer (%50.5), işkembe (%45.0), kelle (%44.5), paça (%43.0) ve beyindir (%31.0). Azeri öğrencilerin %80.0'inin yüreği, %75.0'inin karaciğeri; Kırgız öğrencilerin %60.9'unun akciğeri; Kazak öğrencilerin %58.2'sinin işkembe, %54.5'inin dalak ve böbreği, %50.9'unun karaciğeri ve %43.6'sının beyni; Türkmen öğrencilerin %67.3'ünün paçayı, %65.3'ünün dalak ve böbreği, %49.0'unun beyni öğrenci ailelerinin ara sıra tükettikleri tespit edilmiştir. Özbek öğrencilerin ailelerinin tamamının işkembe ve beyni kesinlikle tüketmedikleri ortaya çıkarılmıştır.

edilmiştir. Bu yemeklerden, ciğer kebabı ve ciğer kalyesi ile pişmiş baş dikkat çeker. Müjgan Cunbur'un günümüzde kabak ve kıyma ile yapılan kalye o dönemde ciğerden yapılmış olsa gerek dediği kalyeyi, Mevlana şöyle anlatır (Divan-ı Kebir C.I, 2823 Beyit): "Buram Buram türen, burcu burcu aşk kokan ciğer kanlarından lutfet de gönül ehline bir kalye ihsan et..."

Pişmiş başın o yıllarda dükkânlarda satılan bir yiyecek olduğunu da şu dizelerinden anlıyoruz (Divan-ı Kebir C.IV, 186 Beyit): "Pişmiş baş satanların dükkânlarında olduğu gibi sayısız başlarla yürekler, önünde onun; o başların içinde bir baş buldum ben..."

'14. ve 15. Yüzyıllarda Divan'da Mutfak Kültürü' başlıklı tez çalışmasında⁹ sakatatları taradığımda ise, büryan başlığı altında ciğer büryan, çorba başlığı altında ciğer ve işkembe ve yahni olarak da paça ve işkembe yahnileri divan edebiyatında kullanılmış sakatat çeşitleri olarak göze çarpmaktadır. Osmanlı mutfagına geçmeden önce, Abbasi ve İran Arap mutfagı konusunda kaynak kitap olan iki eserde bahsi geçen sakatatları belirtmek yararlı olacaktır. 13. yüzyılda derlenmiş olan *Kitabü't-Tabih*,¹⁰ Abbasi Mutfagından yemek tariflerini vermektedir. Bu eser, dönemin beğenilen yemek kitabı halini alır ve 15. yüzyılda Şirvani tarafından yeni eklemeler yapılarak Türkçe'ye çevrilir. Özgün eserde adı geçen, 'Keybâ' adı verilen sühtür'ün¹¹ tarifi şöyledir. Sabunlu sıcak su ve ardından tuzlu su ile iyice yıkanan ve safranlı gül suyu ile içi dışı renklendirilmiş koyunun incelebağırsağı, makul parçalara kesilerek çeşitli işlemlerden geçen baharatlı et ile doldurulur. Birleştirilip keten iplikle dikilir veya kuru odundan iğneyle kapatılır. Su, et ve baharatlarla birlikte çömleğe konur. Kaynayınca tandıra verilir ve sabaha kadar tandırda tutulur.

Arapça'da paça anlamına gelen 'Ekari' tarifinde ise çömlekte kimyon, kişniş, tuz, sakız, tarçın ve nohut ile uzun saatler pişen paça yemeği anlatılır. Sakızı saymazsak, bu yemeğin günümüz İstanbul mutfagında da yaklaşık aynı biçimde piştiğini düşünebiliriz. Tarifte verilen önemli diğer bilgi ise, en iyi paçanın kuzu veya oğlak paçası olduğudur.

9 Cengiz, Olcay. 14. ve 15. Yüzyıllarda Divan'da Mutfak Kültürü, Basılmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2010.

10 El-Kerim, Muhammed B. *Kitabü't - Tabih* (Abbasi Bağdatından Yemekler, Tath-lar, Çeşniler), (Çeviri: Nazlı Pişkin), Kitap Yayınevi, İstanbul, 2009.

11 Farsça bağırsak anlamına gelen suhtû ile sucuk, sosis anlamına gelen gîpâ sözcüğünden türemiştir.

Bir mutfak sözlüğü olan *Tercüme-i Kenzül'İştihâ*¹² adlı eser ise bize 15. yüzyıl İran şiirlerindeki yemeklerden ve Ahmed Cavid'in katkısıyla 18. yüzyıl İstanbul yemekleri, satıcıları gıda maddeleri hakkındaki gözlemlerinden söz ettiğinden dolayı önemlidir. Orhan Şaik Gökyay'a göre, şiirde adı geçen yemekler ve mutfakla ilgili diğer terimlerin çoğu günümüz İran'ında artık bilinmese de, Orta Asya'da bu geleneklerin bir kısmı halen yaşamaktadır. Ayla Algar hamur ve sakatat yemeklerinin çokluğunu örnek göstererek, Orta Asya etkisinin görüldüğü vurgusunu yapmaktadır.¹⁰ Eserde adı geçen sakatatların listesi aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo-1

ulbâ	Çiğer dolması ve çiğer kavurması ki, kalye-pütü de derler. Çiğer ve yüreği kıyıp kendi yağıyla kavururlar, bir yemektir.
bâtûme	Paça.
burendâf	Mutlak bağırsaktır, hayvanda olan bağırsaktan mumbar pişirirler. Ancak Asitâne'de keçi bağırsağından olan gevrek mumbar olur. Büyük küçük herkes için Ramazan'a mahsus gibi bir nefis yemektir.
püt	Koyun çiğerine ve çiğer kavurmasına kalye-i pütü derler ve yemek manasına gelir ki her türlü yiyecek ve içeceği içine alır.
câğır	Tavuk ve kuş kursağıdır. Türkçe taşlık derler. Penceviş yemeğinin malzemesinden biri de budur.
çiğerekenende	Mumbardır.
hasîbek	Arapların çok sevdikleridir. Kuzu bağırsağını birer karış uzunluğunda doğrayıp, beşer beşer birbirine sarıp yoğurt çorbasının içinde pişirirler. Karılar birbirine hediye ederler.
derre	İşkembeye derler.
zünnâc	Mumbar dolmasına denir, Arapça'da asib derler.
zevnec	Mumbar dolmasına denir. Sucuk denilen şeklini baharat ile doldurup kuruturlar, bilinir.
suhtû	Mumbar dolmasına denir.
mentû	Şirden manasınadır ki, hayvan sakatatından mumbar gibi doldurup yerler. İstanbul'da yoksullar Kurban Bayramı'nda yerler.

Tercüme-i Kenzül'İştihâ adlı eserde adı geçen sakatatlar

12 Cavid, Ahmed, *Tercüme-i Kenzül'İştihâ* 15. Yüzyıldan Bir Mutfak Sözlüğü (Editörler: Seyit Ali Kahraman, Priscilla Mary Işın). Kitap Yayınevi, İstanbul, 2006.

Osmanlı Mutfağı

Orta Asya'da temeli ete dayanan mutfak kültürü, Türkler Anadolu'ya göç ettiklerinde ve Osmanlı İmparatorluğu döneminde de benzer şekilde devam etmiştir.

Osmanlı İmparatorluğu üç kıtaya yayılan, sınırları içerisinde çok çeşitli milletleri barındıran büyük kültür mirasına sahiptir. Hem saray, yani elit mutfağının gücü ve iâşesi, hem halk mutfağının çeşitliliği, hem de coğrafyasının genişliğinden kaynaklanan ürün yelpazesi göz önüne alındığında, Osmanlı mutfacı dendiğinde tek bir mutfak kültüründen bahsetmek doğru olmaz. Üstelik kendi içindeki çeşitlilik haricinde İran, Bizans, Çin, Akdeniz mutfaklarından ve üç farklı dinden etkilendiğini de vurgulamak gerekir.

Osmanlı döneminde etten bahsedildiğinde muhakkak koyun veya kuzu anlaşılmalıdır. Büyükbaş hayvanların eti günlük hayat yemeklerinde karşımıza çıkmaz. Dana eti pastırma yapımında tercih edilmesinin haricinde yemeklerde kullanılmamıştır. Et, temel gıda olarak karşımıza çıkar ancak sebze yemekleri ve pilavlarda da bir o kadar önemli yer tutar. Tabii sebzeden kastım, yeni dünya Amerika kıtasının keşfinden önce domates, biber, mısır, fasulyenin olmadığı bir dönem...

Osmanlı döneminde özellikle sarayda nelerin yendiği ile ilgili bilgileri, saraya alınan yiyeceklerin kaydının tutulduğu muhasebe ve ziyafet defterlerinden, düğün, sünnet düğünü gibi özel gün betimlemelerinden ve Osmanlı İmparatorluğu'na seyahat etmiş, gözlemlerini kitap, mektup ya da notlarda anlatmış seyyahlardan öğreniyoruz.

Özellikle Evliya Çelebi'nin notları bu seyyahlar arasında en önemlileri... Gerçi, bazı tarihçilere göre Evliya Çelebi'nin verdiği bilgiler ve rakamlar abartılıdır ama bu bilgiler 17. yüzyıl mutfak kültürünü anlamamızda önemli rol oynarlar. Evliya Çelebi *Seyahatnamesi*'nden dönemin aşçı esnaflarına ilişkin önemli bilgiler ediniyoruz.

Örneğin, Evliya Çelebi, 300 işkembeci dükkânından ve burada çalışan 800 kişiden, ayrıca 90 başçı dükkânı ve 500 çalışanından

bahsediyor.¹³ İstanbul'daki işkembeci dükkânları ile ilgili verdiği bilgiler bununla da kalmıyor; Rum dükkân sahiplerini, müdavimlerini, hatta işkembeleri taşıyan ünlü eşekleri de anlatıyor... Müdavimlerin genelde fakir ve sarhoşlar olduklarını, sarhoşların içki sersemliğini def etmek için sabah erkenden işkembe ve paça yediklerinden bahseder. Hazırlanışı konusunda da detaylı bilgiler verir. Kancasıyla kazanlar içinden pişmiş işkembe, kırkbayır, şirden, döşbaşları ve yutak yerleri çıkarılıp, bıçaklar ile doğranıp kâseye konarak üzerine maydanoz, biber, tarçın, karanfil ekildiğini yazar.¹³

İşkembecilerden ayrı bir esnaf kolu olan 'başçılar'ı da anlatır ve kelle-paçayı ta'am-ı atik olarak tanımlar. Hz. Peygamber'e sunulan yemek olduğunu belirtir. Ayrıca Kütahya'nın ilik gibi paçasını, Ankara'nın paçasını över. Adından fukara ta'amı olarak da bahsettiği işkembe ve paçayı, hanedan ve saray mensupları dâhil tüm Osmanlılar'ın sevdiği ve ziyafet ikramlarından eksik etmedikleri yiyecekler olarak tanımlar. Evliya Çelebi Seyahatnamesi'ni sistematik bir dizine koyarak yorumlayan Marianna Yerasimos'a göre, bu çorbaların 21. yüzyıla dek süregelmesi, ortak bir damak tadının değişen beslenme alışkanlıklarına direnişinin bir örneği sayılabilir.¹³

Klasik dönem Osmanlı saray mutfağının, bu dönemin bugün alışık olduğumuz damak tadımızdan, hatta geç dönem Osmanlı saray mutfağından bile çok farklı olduğu görülür. Etlerin ve sebzelerin çok çeşitli baharatlarla birlikte pişirilmesinin yanı sıra, dikkat ettikleri bir diğer özellik ise sağlık ve beslenme arasındaki dengedir. Mevsimlere göre yemek yemeyi pek önemsemişler. Özellikle tıp yazmalarında neler yenmesi gerektiği mevsimlere göre verilmiştir, buna göre kimi besinler bünyeyi 'ısıtır', kimi 'serinletir', kimi 'kurutur', kimi ise 'nemlendirir'... Saray hekimlerinin kontrolü doğrultusunda; ilkbaharda 'kan yapan' et, şerbet gibi besinlere öncelik verilirken, kullanılan tatlı gıda ve baharat miktarları azaltılıyordu. Yazın yenen yemekler safrayı harekete geçirdiğinden, 'safra yapan' yiyecekler yenilmiyor, daha çok bünyeye 'soğukluk ve rutubet' veren gıdalar, örneğin ekşili, sirkeli aşlar tavsiye ediliyor, tuzlu ve baharatlı yiyeceklerden kaçını-

13 Marianna Yerasimos, Evliya Çelebi Seyahatnamesinde Yemek Kültürü (Yorumlar ve Sistematik Dizin), s. 113-133, Kitap Yayınları, 2011, İstanbul.

liyordu. Sonbaharda 'kan azaldığı' için, kuru ve tuzlu pek yenilmiyor, kışın ise sarımsak, soğan, baharatlı yemekler, kebablar, pirinç yemekleri ve tatlılara ağırlık veriliyordu. Ancak, etli pilav veya tavuk kebabları 'mutedil' besinlerden sayıldığı için, dört mevsim yenebiliyordu. Gene de kışın 'sıcak' sayılan koyun, yazın ise 'soğuk' gıdalar kategorisine giren tavuğa daha çok ağırlık veriliyordu.

Bu yemekler arasında sakatatlardan özellikle paçanın öne çıktığını ve imparatorluğun yıkılışına kadarki süreçte sıkça sarayda tüketildiğini söyleyebilirim. Ayrıca saraya alınan gıda kayıtlarında karaciğer, bağirsak, işkembe, pişmiş kelle ve şirdene de çok sık rastlanmaktadır.¹⁴

Antik Çağ'dan beri insanlar, aldıkları gıdalar ile hastalıklara çare bulmaya ve iyileşmeye çalışmışlardır.

14. ve 15. yüzyılda hastalara önerilen yemekleri Nuran Yıldırım'ın çalışmasından öğreniyoruz. Zayıf kulaklar için kuzu paçası, burun kanamasına inek paçası, ishal için pirinç ve sumaklı paça biryani kullanılmış.¹⁵ Burada rastladığımız bilgiler, aslında günümüzde bile halen şifa niyetine içilen paça çorbasının ya da sakatat yemeklerinin kökeninin çok eskilere dayandığını bize gösteriyor.

1464 ve 1474 yılları arasında sarayda nelerin yendiği ile ilgili bilgileri derleyen Turgut ve Günay Kut, Sultan II Mehmet'in mutfağında baş, paça, işkembe-i gav, paça-i ganem, revgan-ı paça, şikem-i gav ve şirden alındığını gün yüzüne çıkarıyorlar. Sarayda tüketilen dolma çeşitlerinden biri de şirden dolması'dır.¹⁶

Şeyhi'nin yazdığı *Nazm-üt-tabayi* adlı eserde ise kuzu kellesi ve beyni, koyun paçası ile göz ve dalağından da bahsedilir.¹⁷ Koyunun paça, kelle gibi sakatatlarına sıkça rastlanıyordu ancak Osmanlı kaynaklarında göz ve dalak tüketimine tarihte ilk kez burada rastlıyoruz.

14 Bilgin, Arif. *Ottoman Palace Cuisine in the Classical Period*, Turkish Cuisine, p.87, (ed. Arif Bilgin, Özge Samancı, trans. ed. Cumhuriyet Orancı), Ministry of Culture and Tourism, Ankara, 2008.

15 Yıldırım, Nuran. *Soups, Main Dishes and Desserts Recommended to Sick People (As represented in 14th and 15th century Turkish Medicinal Manuscripts)*, Turkish Cuisine, p153-163.

16 Ünver, Süheyl. *İstanbul Risaleler Cilt-3*. İstanbul Büyükşehir Belediyesi Kültür İşleri Daire Başkanlığı Yayınları, İstanbul, 1996.

17 Hasan Ali Yücel, *Bir Türk Hekiminin Tıbbı Dair Manzum Bir Eseri (Nazm-üt-tabayi)*, s.16-17. İstanbul Devlet Basımevi, İstanbul, 1937.

Tarihçiler, klasik dönemde Osmanlı sarayının içinde mezbaha olmadığını doğrular. Bu nedenle, saray için getirtilen hayvanların kesimi sur dışında yapıp, saraya sadece etleri getirtilirmiş. Marianna Yerasimos'un verdiği bilgiye göre, 1674 yılında 3.965.760 koyun, 2.877.400 kuzu ve 199.900 sığır saraya alınmak üzere kesime gönderilmiş. Yerasimos bu bilgiyi verdikten sonra, etlerin en güzel kısımlarının önce saray, sonra yeniçerilere ayrılıp, kalan diğer parçalarının ise çiğ ya da pişmiş olarak uygun fiyatla satılmak üzere sokak esnafına verildiğinden bahsediyor.¹⁸

Aynı dönemlerde sokaktaki 'başçı' dükkânlarının çokluğuna dayanarak bu bilgiyi doğrulayabiliriz, ancak sakatatın değer görülmeyen bir parça olduğu çıkarımını yapmak yanlış olacaktır.

Stefanos Yerasimos, sakatatın saraya alınmadığını ve bir halk yemeği olarak değersiz görüldüğü görüşünü taşımaktadır. Kullandığı kaynaklara göre yaptığı çıkarım ilk etapta mantıklı gözükabilir, ancak sarayda tüketilen yemeklerin listesi ve alınan yiyeceklerin kaydına toplu olarak bakıldığında sonucun tam tersi olduğunu söyleyebilirim.

Saraya ait kayıtlarda, 1469 yılının haziran ve temmuz ayına denk gelen 5 pazar gününün dördünde koyun paçalı bir yemek görülür! Bu yemeğe herhalde iki ayın pişirme biçimine karşılık olarak *landuy* ya da *zerenduli* adı verilir. Bu yemek herhalde Şirvani'nin *zeryudel* adını verdiği yemektir. Önceden pişirilmiş koyun paçası, koyun ya da tavuk eti, pirinç, nohut, badem, kayısı ve baharatla bir koyun işkembesinin içine doldurulur. İşkembe sıkıca dikilir ve suda kaynatılır.¹⁹

Zerenduli denen aynı yemeğe, 1539 yılında Kanuni Sultan Süleyman'ın oğulları şehzade Cihangir ve Bayezid'in sünnet düğününde de rastlıyoruz. Ayrıca Semih Tezcan'ın *Bir Ziyafet Defteri* başlıklı incelemesinde, önceden koyun eti veya paçası, soğan, kişniş, baharatlar ve kuru zerdali ile pişirilmiş yemeğin koyun işkembesine doldurulup dikildikten sonra suda haşlanarak yapıldığı anlatılır.²⁰ Görülen o ki, 70 yıl geçmesine rağmen ağız tadı ve yemekler

18 Yerasimos, Marianna. *500 Years of Ottoman Cuisine*, p.76. Boyut Publishing, İstanbul, 2003.

19 Yerasimos, Stefanos. *Sultan Sofraları*-15. ve 16. Yüzyılda Osmanlı Saray Mutfağı, s. 28. YKY, İstanbul, 2002.

20 Ünsal, Artun. *İstanbul'un Lezzet Tarihi*, p.45. NTV Yayınları, İstanbul, 2011.

değişmemiştir ve kayıtlara geçen sakatatın varlığı yadsınamayacak kadar çoktur. Bu nedenle, sakatat için, padişahın favori yiyecekleri arasındadır, demek yanlış olmaz.

Sakatatın halkın sevdiği ve sıkça yediği bir gıda olduğu gerçektir, ancak padişahların sevdiği bir gıda olduğu da kesindir. Bunu en azından Fatih Sultan Mehmet dönemi kayıtlarına bakarak söyleyebiliriz.

Saraya alınan hayvanların nereden ve nasıl temin edildiği ile ilgili iktisadi anlamda ilk inceleme, sarayın muhasebe defterlerine dayalı olarak Ö. Lütfi Barkan tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu bilgilere göre, 1489-1490 yılları içindeki 1 yıllık sürede, saraya toplam 16.804 adet koyun alınmış ve bunların 16.553 tanesi tüketilmiş, 251 tanesi baki kalmıştır.²¹

Anthony Greenwood'un 'celepkeşanlık'la ilgili yazdığı eser ise bize 16. yüzyılda hayvan ticaretinin detaylarını vermektedir. Son yıllarda bu alanda yeni çalışmalar da ortaya çıkmaktadır. İrfan Kökdaş'ın yüksek lisans tezinde belirttiği gibi 'celepkeşanlık' ve 'kasaplık' zor mesleklerdir, çüknü et işine her zaman devletin karışması ve fiyatların narha tabi tutulması yüzünden iflas etmek kaçınılmazdı.²²

Sarayın et tüketiminde, askeriye'nin, yani yeniçerilerin beslenmesi de büyük önem taşımaktadır. 16. yüzyılda İstanbul'daki yeniçeri kasapları, yeniçerilere yılda 51.000 civarında koyun satmışlardır.²³ Yeniçerilerin et tüketimi, günde 190 gr'dan hesaplanırsa yılda yaklaşık 70 kg olmaktadır. Bu rakam halkın tüketim miktarından yaklaşık %50 oranında daha fazla demektir. Yeniçerilere et dağıtımını, et meydanında yapılmış. Dağıtılan etler arasında sakatatın da varlığı göze çarpmaktadır. Yeniçerilere verilecek olan etler ve diğer sakatat türleri salhanelerde, kassabbaşının maiyetinde çalışan korna kâtibi tarafından et meydanı kâtibine teslim edilmiştir.²⁴

21 Barkan, Ö.Lütfi. "Saray Mutfağının 894-895 (1489 - 1490) yılına ait muhasebesi bilançosu", Osmanlı Devleti'nin Sosyal ve Ekonomik Tarihi Tetkikler-Makaleler c. II, s.1139-1157. İstanbul Üniversitesi İktisat Fakültesi Mecmuası ,1963.
22 Kökdaş, İrfan. "Celep Butcher and the Sheep the Worlds Of Meat In İstanbul in the Sixteenth and Seventeenth Centuries", Basılmamış Yüksek Lisans Tezi, Sabancı Üniversitesi, İstanbul, 2007.

23 Türkhan, Mehmet Sait. 18. Yüzyılın İkinci Yarısında İstanbul'un Et İşesinin Temini, Hassa Kasabbaşı Kurumu, Basılmamış Yüksek Lisans Tezi, s.27. Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İktisat Ana Bilim Dalı İstanbul, 2006.
24 D.BŞM.KSB 31/25 (4 Rebiülevvel 1172/5 Kasım 1758).

Ayrıca yeniçeriler içerisinde köpek besleyen bir bölük olan saksoncu ortasının köpekleri için de kassabbaşı tarafından koyun kellesi verildiği bilinmektedir.²⁵ 18. yüzyılda saksoncu ortasına ait köpeklere günlük 85 adet koyun kellesi olmak üzere yılda toplam 31.025 adet kelle verilmiştir.²⁶

Bir diğer enteresan bilgi ise mutfak çalışanları ile ilgilidir. Bu kişiler 3 ayda bir aldıkları 'ulufe' yevmiyelerinin yanı sıra koyun başı ve paçanın dışarıya satışından elde edilen gelirden de pay alıyorlarmış.²⁷

17. yüzyılda Seyyid Hasan Efendi'nin yazdığı *Sohbetname* isimli eser ise, o dönem dergâh mensuplarının katıldıkları sofralarda neler yendiğini anlatan önemli bir kaynak olarak karşımıza çıkıyor. Bu sohbet sofralarında sunulan yemek çeşitleri gününe göre 6 ile 24 arasında değişiyordu. Bu eserde karşımıza çıkan sakatatlar mumbur ve şikenbe, yani işkembedir. Ayrıca ana yemekler arasında birçok balık çeşidinin olması ve sakatatın bu yemeklerle aynı sofraya paylaşması da önemli bir bilgidir.²⁷

Bir başka önemli çalışma ise Reindl-Kiel'in, çoğunlukla Refik, Ünver ve Barkan'ın çalışmalarına dayanan, 17. Yüzyıl Ortalarında Osmanlı Sarayı'nda Resmi Ziyafetler başlıklı incelemesi. Reindl-Kiel, 17. yüzyıl divan yemeklerinde baş ve paçanın bulunmadığını, ancak saray mensubu ziyafetlerinde bunların yanı sıra işkembe ve böbrek gibi sakatatların göze çarptığını vurguluyor.

Ayrıca vezirlere dil böreği (muhtemelen dil peynirli börek anlamında), baş, sucuk, böbrek ve sığır eti gibi hususi yemekler sunulmadığını da yazıyor, ancak bu bilginin dayanağı olarak gösterilecek bir açıklama vermemiştir.

Kurban Bayramı'ndan 10 gün önce verilen başka bir ziyafette de konuklar sirkeli paça, baş ve işkembenin tadını çıkardıktan sonra ziyafeti böbrek ve lapa-i paça ile sonlandırmışlardır. Yazar (Reindl),

25 Türkhan, Mehmet Sait. 18. Yüzyılın İkinci Yarısında İstanbul'un Et İşçisinin Temini, Hassa Kasabbaşı Kurumu, Basılmamış Yüksek Lisans Tezi, s.29. Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İktisat Ana Bilim Dalı İstanbul, 2006.

26 D.BŞM.KSB 30/78, (11 Safer 1170/5 Kasım 1756), D.BŞM.KSB 31/25 (4 Rebiülevvel 1172/5 Kasım 1758), D.BŞM.KSB 33/23 (26 Rebiülevvel 1174/5 Kasım 1760), D.BŞM.KSB 34/20, (8 Rebiülahir 1175/6 Kasım 1761).

27 Ünsal, Artun. İstanbul'un Lezzet Tarihi, s.37, s.67. NTV Yayınları, İstanbul, 2011.

lapa-i paça'yı herhalde paça yahnisi olsa gerek diye açıklamıştır. Çalışmasının ekinde verilen tabloda göze çarpan sakatat ise saray mensupları için verilen ziyafette kullanılan şirden mumbardır.²⁸ Görülüyor ki sakatat, 17. yüzyılda da ziyafet sofralarında ikram edilen ve bol çeşidi ile sofraları zenginleştiren bir yemekti.

Cinsi ve sayısı detaylı bir biçimde kayıt altına alınan bir diğer sakatat alımı da 1831 yılındadır. Bu kayda göre 675 kelle, 290 adet ciğer, 26 adet koyun işkembesi, 600 adet koyun paçası temin edilip kassapbaşına senet karşılığı verilmiştir.²⁹

19. yüzyılda dönemin yemek bilgilerini detaylarıyla sunan kaynaklar Arapça harfliydi. 1844'te yayınlanan *Melceü't- Tabbahin*, 1864'de Londra'da yayınlanan *Manual of Turkish Cookery*, 1880-81'de yayınlanan *Yeni Yemek Kitabı*, 1882-83'te yayınlanan *Ev Kadını* ve son olarak 1900'de yayınlanan *Aşçıbaşı*, 19. yüzyılın Osmanlı mutfak kültürünü ortaya çıkarmak için kullanılan başlıca örneklerdir.

Bir malın ya da hizmetin yetkili makamlarca tespit edilen fiyatı anlamına gelen 'narh', Osmanlı Devleti'ndeki gıda fiyatlarını düzenleyen sistemdi. 1835 yılına ait bir narh defterine göre, İstanbul'da bazı gıdaların fiyatlarının çevirisini günümüze kazandıran Özge Samancı'nın *Yemek ve Kültür*'deki makalesinden, 19. yüzyılda sakatatın fiyatının ne olduğunu öğrenebiliyoruz. Bu makalede, 1 adet suda pişmiş koyun ve keçi başının fiyatı 28 para, 1 adet ütülenmiş koyun ve keçi başının fiyatı 4 para, 1 adet çiğ koyun ve keçi başının fiyatı 24 para ve 1 suda pişmiş koyun ve keçi paçasının fiyatı da 6 para olarak belirtilmiştir.³⁰

Sakatatın narh sistemine tabi tutulması, ona olan talebi de göstermektedir. Dolayısıyla 19. yüzyılda da sakatatın hem halkın hem de sarayın sık tükettiği bir yiyecek olduğu rahatlıkla söylenebilir.

Batılama trendinin ilk sonuçları sultanın yemek masasında kendini gösterdi. Eşlerle birlikte yemek yemek, omlet, kotlet ve pane

28 Reindl-Kiel, Hedda. "CennetTaamları 17. Yüzyıl Ortalarında Osmanlı Sarayı'nda Resmi Ziyafetler", *Soframız Nur Hanemiz Mamur, Osmanlı Maddi Kültüründe Yemek ve Barınak*, s. 68. (ed.SuraiyaFaroqhi, Christoph K. Neumann). Kitap Yayınevi, İstanbul, 2006.

29 Samancı, Özge. "19. Yüzyıl Osmanlı Saray ve İstanbul Mutfağında Et Tüketimi", *Yemek ve Kültür*, sayı: 28.

30 Samancı, Özge. "1835 yılına ait bir narh defterine göre İstanbul'da bazı gıdaların fiyatları", *Yemek ve Kültür*, sayı 17, s.56-60.

yeni trendin göstergeleriydi... Saraydaki bayram organizasyonlarına baktığımızda Batı mutfağının etkilerini kolaylıkla görebiliriz. Örneğin İkinci Meşrutiyet'in ilanından sonra, seçilen meclis üyeleri 31 Aralık 1908'de Sultan Abdülhamit'in düzenlediği bir davetteydiler. Bu bayram organizasyonu Yıldız Sarayı'ndaydı.³⁰

7 Mayıs 1911'de mebuslara verilen ziyafet menüsünde mayonezli balık, zeytinyağlı enginar dolması, hindi ve tavuk galantin gibi alafranga yemekler arasında beyin çorbası başlangıç olarak öne çıkar.³¹

19. yüzyılın sonlarına doğru Osmanlı sarayında yabancı konuklar için tertiplenen ziyafetlerde artık alafranga etkisi görülmeye başlanır. 1850 yılına ait bazı saray mutfak defterlerinde, yabancı konuklar için hem alaturka hem de alafranga yemekler hazırlandığından bahsedilir. 1914-1918 yılları arasında kaydedilmiş ziyafetler incelendiğinde, seçkin Fransız mutfağı geleneğinin izleri görülür. Yemek genellikle çorba ya da ordövr ile başlar. Ardından muhakkak balık yemeği servis edilir, bunu av eti, kırmızı et, sakatat veya tavuktan yapılmış soğuk ya da sıcak başlangıçlar izler. Sakatatlar arasında en yaygınları dana uykuluk, horoz ciğeri, kaz ciğeridir. Ana yemeğe geçmeden önce, bazen mide bir sorbe ile dinlendirilirdi. Ardından genellikle salata veya sebze ile birlikte servis edilen ana yemeğe geçilir ve çok çeşitli tatlılar ile yemek son bulurdu.³²

Muhtar Katırcıoğlu Koleksiyonu'ndaki menülerden, Sultan Reşat Daveti Menüsünde, işkembe çorbası ve dilli yumurta bulunmaktadır. Bu örnekte her ne kadar Batı tarzı yemeklerin arttığını gözlemlese de, işkembe gibi klasiklerin de unutulmadığını görüyoruz.

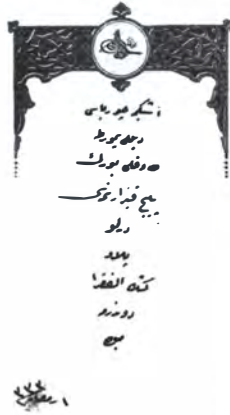
31 Samancı, Özge. "19. Yüzyıl İstanbul Mutfağında Yeni Lezzetler", *Yemek ve Kültür*, Sayı: 6, 2006.

32 Samancı, Özge. "Fransız Üslubu Osmanlı Ziyafetleri 1914-1918, *Yemek ve Kültür*, Sayı: 8, 2007.

SULTAN REŞAT
DAVETİ MÖNÜSÜ

DOLMABAĞÇE SARAYI

1 RAMAZAN 1333 - 13 TEMMUZ 1915 SALI



İşkembe Çorbası

Diili Yumurta

Tavuklu Börek

Piliç Kızartması

Turtlu

Pilav

Keşk-El-Fukara

Dondurma

Meyve

Muhsin Katircioğlu Koleksiyonu'nundan
Sultan Reşat Daveti İçin Hazırlanan Bir Menü

Tablo-2: 19. yüzyılın Osmanlı mutfak kültürünü anlatan kitaplardan ziyafet sofralarında yer alan yemek menüsü örnekleri

	Melceü-t Tabbahin (1844)	A manual of Turkish Cookery (1864)	Ev Kadını (1882-83)	Yeni Yemek Kitabı (1882-83)	Aşçıbaşı (1900)
Çorbalar	Terbiyeli ciğer çorba	İşkembe çorbası Terbiyeli ciğer çorbası	Ciğer çorbası İşkembe çorbası	İşkembe çorbası	İşkembe çorbası Ciğer çorbası
Et yemekleri				Paça Kuzu ciğeri	
Tava yemekleri	Ciğer tavaşı	Ciğer tavaşı	Karaciğer tavaşı	Beyin tavaşı	Beyin tavaşı
Kebaplar		Ciğer kebabı	Under the names of Şişkebablar kokoreç		Ciğer kebabı
Börekler	Paça böreği	Paça böreği	Paça böreği	Paça böreği	Paça böreği
Yumurta yemekleri			İşkembeli yumurta		
Dolmalar	Bumbar ve şirden	Bumbar ve şirden	Paça dolması	Bumbar ve şirden dolması	
Pilavlar	Baş pilavı	Baş pilavı	Baş pilavları Et-tavuk-paça sularından pilav		Kuzu içi pilavı
Yahniler			Paça yahnisi İşkembe yahnisi		İşkembe yahnisi Böbrek yahnisi
Külbastılar			Karaciğer Yürek Böbrek külbastıları		
Pilakiler			Paça pilakisi		

İkinci Bölüm:

SAKATAT HAKKINDA HER ŞEY

Kasaplık Hayvanlar

Sakatat tüketiminden bahsetmek için et, etten bahsetmek için de hayvan hakkında bilgilenmek gerekli. Et, hayvanları avlamayı öğrendiğimizden beri insanoğlunun temel gıda maddelerinden biri olmuştur. MÖ 9000-5000 yılları arasında hayvanları ehlileştiren insanoğlu onların etini, sütünü, yağını, derisini ve yünü kullanarak hayvanlardan pek çok şekilde faydalanmıştır.

Türk ve İstanbul mutfağında tüketilen ve sakatata kullanılan hayvanlar ise büyükbaş, küçükbaş ve bazı kümes hayvanlarıdır. Günümüzün aksine, Osmanlı İmparatorluğu döneminde sığır ve dana eti makbul görülmez, yemeklerde koyun ve kuzu eti tercih edilirdi. Greenwood'un çalışmasında da belirttiği gibi, 16. yüzyıldan itibaren Osmanlı'da et celepkeşanlık sistemi ile temin edilip İstanbul'a getirilmiştir. Getirilen koyunlar, geldikleri mevsimlere göre isimlendirilmişlerdir. Koyunlar büyük çoğunlukla Balkanlar, Trakya ve yakın Karadeniz kıyılarından getirilmektedir.³³ 14, 16 ve 17. yüzyılda koyun temini sadece Balkanlar'dan değil, Anadolu vilayetleri ile İran üzerinden de gerçekleşmiş. Suraiya Faroqhi, Türkmenlerin yetiştirdiği kızıl koyunun aranan bir tür olduğunu belirtir.³⁴

Ülkemiz, doğal koşulları ve tarımın yapısı bakımından hayvancılık için uygundur. Ancak, kurak iklim, zayıf otlak durumu ve hayvanlara uygulanan bakım, besleme yetersizliği yüzünden sığır gibi büyükbaş hayvanlardan çok koyun, keçi gibi küçükbaş hayvanlar daha fazla çoğalma şansı elde etmiştir. Ancak koyun ırklarının da bölgelere göre değiştiği görülür. Genel olarak Anadolu'nun iç kısımlarında yağlı kuyruklular, denize yakın bölgelerde ince kuyruklular yaygındır. Günümüz Türkiye'sinde koyun, keçi ile beraber küçükbaş hayvan kategorisi altında geçmektedir.

Biraz da büyük ve küçükbaş hayvanlara verilen adlar konusunda bilgilerimizi gözden geçirelim...

33 Greenwood, Anthony. Et İşçisi ve Osmanlı Ekonomi İdaresi, *Yemek ve Kültür*, Sayı: 11 s. 49-69.

34 Suraiya Faroqhi, *Osmanlı'da Kentler ve Kentliler (Kent Mekanında Zanaat ve Gıda Üretimi 1550- 1650)*, s: 271-296. Tarih Vakfı Yurt Yayınları, İstanbul, 2011.

Sığır

Büyükbaş hayvanların genel adı sığırdır. Sığının dişisine 'inek', erkeğine 'öküz' ya da 'boğa' denir. Erkek ya da dişi yenidoğan yavruya dört aylık olana kadar 'buzağı', dört ay ile bir yaş arasında 'dana' adı verilir. Bir- iki yaşına basınca erkeğe 'tosun' adı verilir. Tosun yiyim için beslenecekse ya da yük için yetiştirilecekse kısırlaştırılır. Kısırlaştırılan tosunlar 4-5 ay besiyeye çekildikten sonra kesilir.

Çiftleşebilen ve boynuza gelmiş erkeğe ise 'öküz' denir.

Dişi olanlara verilen adları da şöyle sıralayabiliriz... Bir-iki yaşına basmış, doğum yapmamış ya da bu yaşlarda doğumdan kesilmiş, çiftleşmesi engellenmiş olana 'düve' adı verilir. Doğum yapan ve süt veren dişi sığra 'inek' denir. Ülkemizde birçok yerli sığır ırkı vardır (Yerli kara, Doğu Anadolu kırmızısı, Güney Anadolu kırmızısı, Boz ırk, Kırım, Zavot, Maraş). Son yıllarda hayvan ithalatı dolayısıyla 'angus' ırkının eti de ülkemizde satılmaktadır. Ülke sınırları dışında kesilen hayvanların ithalatında, sakatatları kesilen ülkede kaldığından, et ithalatı olduğundan beri sakatat fiyatlarının arttığı saptanmıştır.³⁵ Büyükbaş hayvan kategorisine giren bir diğer hayvan da mandadır (buffalo). Genellikle sütü için yetiştirilen bir hayvandır, eti yöresel olarak tüketilir, kasaplarda satılmamaktadır.

Koyun

Erkek ya da dişi, yeni doğan yavruya dört aylık olana kadar 'kuzu' adı verilir. Sütten kesilene kadarki sürede ise 'süt kuzusu' olarak adlandırılır. Süt kuzuları, mevsimler şaşmaz ise ocak ayından mart ayına kadarki sürede bulunabilir. Bir-iki yaş arasında, yavru yapmamış ya da doğumdan kesilmiş olan dişi kuzuya 'şişek' denir. Doğum yapan ve süt veren dişiye 'koyun' denir. Bir-iki yaş arasında kısırlaştırılan erkeğe 'toklu' adı verilir. Çiftleşebilen, boynuza gelmiş ya da gelmemiş erkeğe ise 'koç' denir. Ülkemizde yerel birçok cins koyun olmakla beraber Mor (kızıl) Karaman, Akkaraman, Dağlıç, Sakız, Kıvrıcık, Karayaka, İvesi, Malya, Gökçeada, Tuj, Herik, Hemşin bölgelerine has ırklar da vardır.

³⁵ <http://www.ntvmsnbc.com/id/25302293/>

Keçi

Yıllardan beri Türkiye'de keçi ırklarında bir azalma olmakla beraber son birkaç yıldır keçi yetiştiriciliği konusunda ilgi artmıştır. Keçinin yavrusuna 'oğlak', erkeğine 'teke', bir yaşındaki erkek ve dişisine 'çebiç' denir. Kısırlaştırılmış erkeğe de 'erkeç' denir. Yöresel deyişle, keçilere 'davar' da denilir. Ülkemizdeki belli başlı türler; Kıl keçisi, Ankara, Damaskus, Norduz, Honamlı, Abaza, Alpin, Saanen'dir.

Yukarıda sayılan büyükbaş ve küçükbaş hayvan kategorisine ek olarak havyanları 'tek tırnaklı' ve 'çift tırnaklı' olarak ayırmak da mümkündür. Çift tırnaklı hayvanlar Müslümanlar için yenilebilir/helal sayılır ancak domuz (haram kılınmıştır), at, eşşek gibi tek tırnaklı hayvanlar ise evcil veya yabani olup olmamasına, mezheplerde mekruh sayılıp sayılmamasına göre değerlendirilir.³⁶ Bu nedenle Türkiye'de temel hayvancılık olarak koyun ve sığır yetiştirilir.

Musa Dağdeviren, bir hayvanın etinin kaliteli ve lezzetli olmasının faktörlerini şöyle aktarmıştır:

*"Etinin kalitesi beslendiği bölge ve meraya göre değişmekle birlikte cinsi de en etken faktördür. Aynı cins iki hayvanı farklı bir bölgede ya da merada yetiştirirsek, hayvanın etinde sütünde lezzet farkı oluşur. Bu nedenle her yörenin hayvanı yaşayıp, beslendiği bölgede tüketildiğinde daha güzeldir. Hayvanların besisinde kullanılan yem de doğal olmalıdır. Suni ve hormonlu yemle beslenmiş hayvanın eti kötü olur. Hayvancılıkta etini yemek için yetiştirilen özel hayvanların eti de lezzetli olur. Kısırlaştırılıp, çiğnemeden doğacak istenmeyen hormonal değişikliklerin önüne geçildiği zaman hayvanın tüm besisi kendinde toplanır ve eti yiyimlik olur. 3 yaşına kadar kesilmesi önerilir."*³⁷

Sonuç olarak günümüzde İstanbul'a ülkenin her bölgesinden hayvan gelmektedir. Ancak sıklıkla tüketilen küçükbaş hayvanlar Marmara, Ege ve İç Anadolu'dan gelmekte, büyükbaş hayvanlar ise bu bölgelere ek olarak Karadeniz ve Doğu Anadolu'dan gelmektedir. İyi bir et ancak meralarda otlatılmış, sağlıklı, doğal ve dengeli beslenmiş hayvanlardan elde edilir.

36 Kur'an-ı Kerim, (Bakara, 2/173, Maide, 5/3; Enam, 6/145).

37 Dağdeviren, Musa. "İstanbul'da Mezbaha ve Et Ticaretinin Bugününe Dair Gözlemler", *Yemek ve Kültür*, Sayı: 11 (2008).

Mezbahalar

Mezbaha ya da eski adıyla salhane, aslında başlı başında bir kitap yazılabilecek kadar geniş bir konu. Öyle ki, kültürel geçmişimizin izlerini mezbahaları inceleyerek bile takip edebiliriz. Sakatatın bir nevi üretimhanesi niteliğinde olduğu için mezbahalardan bahsetmeden sakatatı anlatmanın eksik kalacağını düşündüm.

Eski İstanbul'da mezbahalar, deniz kıyılarında konuşlanırmış; deniz kenarında olmalarının nedeni, kanalizasyon sistemi olmayan yıllarda hayvan kanlarını doğrudan bir suya, yani denize akıtmaları... Osmanlı İmparatorluğu zamanında İstanbul'da ilk mezbaha ve tabakhane Fatih Sultan Mehmet tarafından Haliç kenarında kurdurulmuştur.³⁸

Mütareke döneminde ise 10-15 bölgede, özellikle Tophane, Tavuk Pazarı, Fatih, Bakırköy, Erenköy, Beşiktaş'ta da salhaneler ya da hususi mezbahalar bulunmaktaydı.³⁹

Kültürümüzde mezbaha ile ilgili ilk terim Uygur Türklerince kulanılan 'ölütlük etlik'tir. *Divan-ü Lügati't Türk'te* sığır, koyun, keçi gibi hayvanların kesildiği yere 'ekdi' denilmektedir. Kasap için 'etçi', kesilecek koyun için 'etlik koy', hayvan kesmek için 'tokunmak', kesilen hayvan için 'tugum' deyiimi kullanılmıştır.

Osmanlı İmparatorluğu döneminde bilinen en eski mezbaha 15. yüzyılda işleyen Yedikule mezbahasıdır. Yedikule mezbahası düz bir alanda ve denize yakın olması nedeniyle önemli bir mekân avantajına sahipti. Yedikule'den başka, zamanla artan ihtiyaca bağlı olarak yeni mezbahalar kurulmakla birlikte yeniçeriye et temini için sürekli Yedikule kullanılmıştır. Hayvan kesimi, mezba-

38 Türkhan, Mehmet Sait. 18. Yüzyılın İkinci Yarısında İstanbul'un Et İlaşesinin-Temini, Hassa Kasabbaşılık Kurumu, Basılmamış Yüksek Lisans Tezi, s.59. Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İktisat Ana Bilim Dalı İstanbul 2006.

39 Aydın, Mehmet. "Mütareke Dönemi'nde İstanbul Basınında Karaağaç Mezbahası'na Yönelik Tartışmalar", The Journal of International Social Research, Volume: 3, Issue: 14 Fall, 2010.

halar dışında sadece Atmeydanı'nda bulunan kasaplar tarafından açık havada gerçekleştirilirdi. Bu esnaflar, kestikleri koyun ve keçilerin etlerini burada asıp satarlardı.

Kesilen hayvanların şehrin merkezine getirildiği yol Bizans'tan beri değişmemiş olan ve Yedikule Kapısı'ndan başlayıp Bizans döneminde Forum Bovis olarak bilinen Et Meydanı'nda (Meydan-ı Lahm) sonlanan Kasap Yolu'dur. Bu nakil işi için görevlendirilen yeniçeriler tarafından Et Meydanı'na getirilen etler, yeniçerilere dağıtılırdı.⁴⁰

Yedikule mezbahası şehrin surlarının dışına yapılmıştır, çünkü Fatih Sultan Mehmet'in döneminde sur içinde hayvan kesilmesi kanunlarla yasaklanmıştı, sadece Kurban Bayramı'nda kesim yapılabilirdi. Ancak zamanla bu yasaklar yavaş yavaş delinmeye başlamış! Özellikle Tanzimat döneminde neredeyse tüm deniz kenarlarında hayvan kesimine müsaade edilmiş.

Osmanlı İmparatorluğu döneminde inşa edilmiş, daha sonra Türkiye Cumhuriyeti'nde kullanılmaya devam edilmiş Sötlüce Mezbahası, yakın geçmişe kadar kullanıldığı için mezbaha konusunda ve sakatat teminini aydınlatması yönünden önemlidir. Çünkü Sötlüce sadece bir mezbaha değil, aynı zamanda içindeki buz fabrikasıyla dönemin buz ihtiyacını karşılayan, çevresinde konuşlanmış sokak esnaflarıyla sosyal hayatı etkileyen önemli bir kültürel semboldür.

Anadolu'nun çeşitli yerlerinden gelen büyükbaş ve küçükbaş hayvanlar Sötlüce Mezbahası'nda pazartesi, çarşamba ve cuma günleri erken saatlerde sergilenir ve seçilen hayvanlar aynı gün kesilir.

Bu günlerde ortalama 9-10 bin küçükbaş, 250-300 adet büyükbaş hayvanın taze kesimi yapıp muayene edildikten sonra tüketime arzı sağlanmıştır.

Domuz kesimi de mezbahanın görevleri arasındaydı. Kesiciler ve yardımcılar ise genellikle Rumlardan oluşmuş. Ayrıca mezbahada Museviler kendi usullerince kesimlerini yaparlar. Onların çalışabilmesi için normal kesimlere bir süreliğine ara verilir. Kendi oluşturdukları Musevi ekipleri ve cemaat tarafından görevlendirilmiş hahamın kontrolünde çalışırlar. Bu ete koşer ya da kaşar denir. Eskiden ko-

40Prof. Dr. Mustafa Tayar, <http://www.dunyagida.com.tr/yazar.php?id=12&nid=2935>

şer eti sadece Museviler tarafından alınıp satılırmış, zamanla başka dinlere mensup tüccarlar da koşer eti alıp satar olmuşlar. İstanbul'da günümüzde yaklaşık on adet sadece koşer et satan kasap mevcuttur.

Sütlüce Mezbahası faaliyetlerine devam ederken, uykulukçularıyla ve seyyar et lokantalarıyla Sütlüce bölgesinin sosyal yapısını etkilemiş, İstanbul'un muhtelif yerlerinden insanların bu bölgeye gelerek mutfak kültürünü paylaştığı gözlemlenmiş. Sütlüce mezbahası et kesim ve satış işleminin dışında, buz üretim tesisleri sayesinde İstanbul'un yakın zamana kadar uzunca bir süre buz gereksinimini de karşılamış.

Mezbahaların işleyişine dair

Etin macerasına kısaca bakarsak, önce hayvanı yetiştiren köylüyü, çiftçiyi görüyoruz. Mezbahalar hakkında detaylı araştırmalara imza atan Musa Dağdeviren'den öğreniyoruz ki, yetiştirilen hayvanlar, cambaz denen tüccarlar tarafından köylüden alınıp canlı olarak hayvan borsasına getirilir, ülkenin değişik yerlerinden tır ve kamyonlarla bulundukları yerlerden kontrol edilip alınan hayvanlar, canlı hayvan borsasında Tarım Bakanlığı'nın veterinerleri tarafından muayene edilip belgelenirler. Bu hayvanlar arasında hastalıklı olanları imha odalarına alınır, sağlıklı olan hayvanlar burada çalışan komisyoncular eşliğinde çobanlar tarafından ahırlara alınır, burada birkaç gün bekletildikten sonra komisyoncular hayvanları satış yerlerine getirip toptancı kasaplarla pazarlık yaparlar, satış işlemi tamamlanınca toptancı kasaplar aldıkları hayvanın üzerine başkalarıyla karışmasın diye boya işareti koyarlar. Hayvanlar buradan yaklaşık 1 km mesafedeki kesim yerlerine götürülür, sabahın erken saatlerinde kesim için gruplar halinde sıraya sokulan hayvanlar kesim yerlerini görmezler. Görevliler eşliğinde kesim sırası gelen hayvanlar tünele sokulur, hayvanlar tünelden geçerken üstte yürüyen bir aksama bağlı olan halkalar ayaklardan birine geçirilir, bu halka sıkı şekilde hayvanın ayağını kavrar, tünelden çıkışta hayvanı yan yatmış şekilde kesicinin önüne gelmesini sağlar. Kesiciler tarafından kesilen hayvan, kızaklar yardımıyla şişiricilerin yanına gider, ardından soyucular, sakatatçılar ve bağırsakçılar sırayla görevlerini tamamlar. Hayvanın karkası ayrılır, satış pazarına çıkar-

tılır. Bu alanda önce veterinerler gelip kesilmiş hayvanları kontrol ederler. Kesilmiş hayvanların kontrolünü mezbahada görevli veteriner hekimler yapar. Kontrol sırasında herhangi bir hastalığa ya da tehdit oluşturacak sağlıksız bir duruma rastlanmıyorsa, bu hayvanlar görevlilerce rende odalarında imha edilir.

Sakatatların işleminden geçirildiği, bağırsakların temizlendiği farklı bölümler vardır. Günümüzde İstanbul'un et ihtiyacını karşılayan Tuzla mezbahasında kesim günleri pazartesi ve cuma günleridir.

Mezbaha, kendi bünyesinde kesilen etlerin depolanmasını ücret talep etmeden yapar, ancak dışarıdan kesilmiş halde getirilen etlerin depolanmasından ücret alır. Mezbahada küçükbaş hayvanlar için dört adet, büyükbaş hayvanlar içinse üç adet buzhane mevcuttur.

İstanbul mezbahaları hakkında daha detaylı bilgi edinmek için Musa Dağdeviren'in *Yemek ve Kültür Dergisi*'ndeki 'İstanbul'da Mezbaha ve Et Ticaretinin Bugününe Dair Gözlemler' makalesini muhakkak okuyun derim.

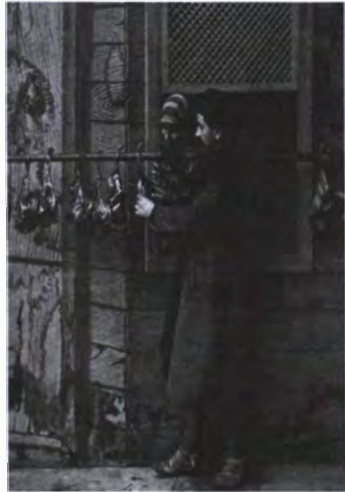
Ciğerciler

Osmanlı döneminde de Müslüman ve gayrimüslimlerin kasapları ayrı tutulmuştur. Bunun dışında Müslüman kasap esnafı, koyun ve sığır kasapları olarak iki farklı gruba ayrılmış, sakatat satan esnaf ise kasap esnafından ayrı tutulmuştur. Evliya Çelebi, zamanında İstanbul'da 999 kasap dükkânı ve çoğu yeniçeri olan 1700 kasap dükkânı olduğunu yazar. Osmanlı döneminde koyun ve sığır eti satışı hem dükkânlarda, hem seyyar kasaplar tarafından sokaklarda gerçekleşirdi. Mezbahadan getirilen yüzülmüş koyunlar, kasaplar tarafından ikiye veya dörde bölünerek satılırdı. Sokak kasaplarına verilen 'çeyrekçi' adı, koyunun çeyrek bölümlere ayrılıp satılmasından kaynaklanıyor olabilir. Bu çeyrek deyimini İtalyanlar'ın sakatatı tanımlarken kullandıkları 'the fifth quarter' kelimesini hatırlatıyor.⁴⁰

Eski dönemlerde 'ciğerci' denildiğinde akla ilk gelen ciğer satılan kasap dükkânıyken, şimdilerde bu özellikle gençler için iyi bir ciğer yemeği restoranı türü olarak algılanıyor. Bu sebeple açıklık getirmek istiyorum ki, bu bölüm ciğerci restoranlarını değil, ciğer satan sakatatçıları tanıtıyor olacak.

Eski İstanbul zamanlarında, ciğer ve diğer sakatatlar mobil satıcılar tarafından satılıyordu. Bu satıcılar, kendi dükkânlarını sırtlarında başka dükkânlara taşırdı. Bu basit dolapların arka tarafı tahta ve çinko ile kaplı, yan duvarları ve kapı çerçeveleri ahşaptı. Sineklerle karşı korunaklıydı. Ciğerler ve kalpler çinko kancalarla dolabın içine asılıydı. Satıcılar mahallede yürürlerken Latince ve Türkçe "ciğer, ciğer....", dil ve beyin için de "linka çervelo" diye bağırırlardı. Yine ev hanımları mahalleden geçen bu satıcılara herhangi bir ilgi göstermezlerdi. Öte yandan mahallede gruplar halinde bulunan kediler sanki ciğercileri kovalayan ev hanımlarına yalvarır gibi miyavlarlardı.

Resim-1: Tarihte Sakatat Satıcılarından Nostaljik Resimler



Maria Yormanidu Loksandra, İstanbul Düşü adlı kitabında 100 yıl önce Frenk mahallelerinden geçerken “lingoğ, çervelo” diye bağırarak mobil ciğercilerden bahsediyor...

Osmanlı döneminden bu yana neredeyse bütün sakatat satıcıları Arnavuttu. Balkan savaşlarında Arnavutlar İstanbul'a göç etti. Sakatat satıcılığına başlamadan önce, Sütlice mezbahasında çalışırlardı. Sakatat işini burada öğrendiler ve zaman geçtikçe sakatat dükkânlarını açtılar. Arnavutların dışında, Bayburt'tan gelenler de bu işi yapıyorlardı. Onlar sakatat satıcısı olmadan önce çoğunlukla hamallık yapıyorlardı. Sakatat satıcılığını öğrendiklerinde, sakatatları Sütlice'den Galata Köprüsü'ne sırtlarında taşıdılar.

Sakatat marketlerini İstanbul'un her yerinde bulabilirsiniz. Be-
yoğlu Balık Pazarı'nda 6 adet sakatat dükkânı bulabilirsiniz. Bunlardan kitabın girişinde bahsettiğim, Recep Ciğercisi'dir.

Ciğercilerden bahseden bir başka kaynak da Reşat Ekrem Koçu'nun İstanbul Ansiklopedisi isimli eseridir. 'Ayak takımı' başlığı altında sokak satıcılarından bahsederken, ciğerci ve sokakta pişmiş ciğer satanları ayrı ayrı anlatmıştır.⁴¹

Sabah oldu mu, sokaklarda ve mahalle aralarında ciğercilerin bağırılanı duyulurmuş. Koçu, eskiden beri bu işi yapanların Arnavut olduğunu yazmış. Arnavut'un omzunda tavan süpürgesi sapı kadar upuzun bir sırık; sırığın iki yanında dengeli biçimde asılmış takım ciğerler, üstlerinde de binlerce sinek... Ciğerci pazarlıktayken dalgınlıkla sırığın bir ucunu eğince, sokağın aç, bir deri bir kemik kedisi sıçrayıp pençesini takarmış ve ciğerci kızıp söylenmeye başlamış... Genelde kızarken sırığın diğer tarafını da aşağı indiren ciğercinin vay haline, diğer açıkgoz bir kedi de hemen alçalan uçtaki ciğerlere pençe takarmış...

Bütün bu yazılardan ciğercilerin sadece takım ciğer sattıklarını anlıyoruz. Peki, hayvanın diğer sakatatı ne oluyordu? Erken dönemde ne olduğunu emin bir dille söylemek mümkün değil, ancak kelcei esnafı, paçacı esnafı veya işkembeci esnafı kendi sattığı ürünü direk mezbahadan temin ediyordu. Her esnaf pazartesi, çarşamba

41 Koçu, Reşad Ekrem. *İstanbul Ansiklopedisi* (İstanbul'un Alfabetik Kütüğü) (Aşiret Mektebi-Baba). Neşriyat Kollektif, İstanbul, 1960.

ve cuma günleri mezbahaya bir adamını yollardı ve sakatatın temini böyle sağlanırdı.⁴²

Çiğerciler daha sonraları sadece takım ciğer değil, her türlü sakatatın (kuzu böbreği ve koç yumurtalığı hariç) satıldığı bir nevi kasap dükkânı halini almışlardır. Kuzu böbreği ve koç yumurtalığı hayvanın karkası içinde yer aldığından, kesimden sonra kasaba ait sayılmışlar. Ancak ciğercilerde dana böbreği ve dana yumurtalığı bulunabiliyormuş. Günümüzde ise bazı ciğercilerde her türlü sakatatı bulmak mümkün...

Recep Çiğercisi

Çiğerciler hakkındaki bilgilerin çoğunu tatlı sohbetler yaptığımız Cevdet Bey'den öğrendiğimi söyleyebilirim. Kitabın sonundaki 'Röportajlar' bölümünde bu sohbetlerden birini detaylı olarak bulabilirsiniz.

Recep Çiğercisi'nin 3. kuşak sahibi Cevdet Bey'in dükkânı 1925 senesinden beri Balık Pazarı'nda hizmet veriyor. Cevdet Bey, dükkândan önce dedesinin at sırtında, kafesler içinde sakatat sattığını anlatırken birçok detaydan da bahsetti: "1960 İstanbul doğumluyum ben, Fatih'te büyüdüm, babamın ismi Recep, dedemin ismi Hamit soyismimiz Sertbakan. Dedem Hamit Sertbakan, Balkan Harbi Muhaciri olarak Yugoslavya'nın Manastır kasabasından İstanbul'a göçmüş. Arnavutluk var yani... Bu dükkânı dedem 1925'te açıyor. Aslında tam karşıdaki dükkânı ama bir zaman sonra bu dükkâna geçmiş. Ben babamın adını anı olarak saklıyorum. Babaannemin anlattıklarından, siyah bir atı var ve at sırtında kafesler içinde sakatat satarmış. Siyah bir beygiri varmış, oturdukları evin altında ahır varmış, orada yaşarmış... Siyah beygir öyle güzelmiş ki, herkes nazara gelmesinden korkuyormuş, nitekim 20'li yıllarda bir sabah ahırda ayaklarını havaya dikili şekilde ölü olarak bulmuşlar. Dedem beygiri öldükten sonra 1925'te burayı açıyor ve bugüne kadar geliyor..."

Neden Balık Pazarı'nda açıldığını da "ekalliyeti çok (farklı din ve kültüre mensup insanların fazlalığı) olduğu için, talep çok olduğu için ve burada ciğercilik mesleği oturduğu için ve insanların da ciğeri buradan almaya alıştıkları için" diye açıklıyor.

42 Kostandov, Georgi P. *İstanbullu Bulgarlar ve Eski İstanbul, Geçmişten Günümüze Osmanlı Bakiyesi, Bulgarlar Üzerine Bir Araştırma 1800-2000*. Kreatif Yayınları, İstanbul, 2011.

Günümüz ciğercilerinin rutin işlerine gelince, pazartesi, çarşamba ve cuma günlerinin sabahına karşı mezbahaya giderler ya da mezbahadan belli bir yere sevk edilen mezbaha depolarına gidip temin ettikleri sakatatı dükkânlarına götürüp işlemlere başlarlar. Sakatatla ilgili mezbahanın üstlendiği bazı görevler var. Örneğin işkembeyi kazanlarda bekletmek ya da paçaları suda bekletmek gibi... Ciğercilerin de temin edilen kelleleri yüzmek ve satılır hale getirmek, paçaları su dolu bidonlara koymak görevleri arasında...

Kellelerin yüzülmesi ve beyinlerinin çıkarılması, ciğercinin iş temposuna göre değişmekle birlikte Recep Ciğercisi'nin sahibi Cevdet Bey için, mezbaha deposundan malı temin ettikten sonra sabaha karşı dükkâna geldiğinde başlıyor. Önce kuzu kellerinin bir balta ile kafatası kırılarak beyinlerinin çıkması sağlanıyor. Daha sonra burun kısmından başlayarak derisi yüzülmeye başlanıyor, kulak çevresinden devam ediliyor ve kulaklar kesilip çıkarılıyor.

Cevdet Bey, bu kuzu kulaklarının bazı bölgelerde yendiğini duyduğunu söyledi. Hatta dükkânına gelip kuzu kulağı soranlar da olmuş. Beyinleri çıkarılan, kulak kısımları kesilen ve derisi yüzülerek çengellere asılan kelleler, artık satışa hazır hale gelir. Kelle satılırken de tekrar bir işleminden geçer, kuzunun göz çukuru bölgesinin bıçakla oyulması gerekir, kuzuda bulunan bu göz çukuru keçi kellesinde bulunmaz.

Fiyatı 8-10 TL arası değişen kellelerin çok zahmetli bir hazırlanış süreci olduğu görülüyor.

Bu durumda günümüzde artık bu zahmete katlanmak istemeyen, baba mesleği ile ilgilenmeyen çocukların ya da esnafın bu işi bırakmasıyla, ciğercilik sanatı da kaybolmaya yüz tutacak gibi gözüküyor.

Bir başka ciğerci hikâyesi... Aluş Ailesi

Eskiden ciğercilerin neredeyse hep Arnavut olmalarından bahsetmiştim. Kamil Aluş da onlardan biri. Hikâyesini, torunu Enis Aluş'tan dinleme fırsatına sahip oldum.

Kamil Aluş, Makedonya'nın Manastır şehrinden 1956'da Türkiye göçtükten sonra Sütlice Mezbahası'nda işçi olarak çalışmaya başlar. Kesimhanedeki görevinin yanı sıra işkembe ve paça da satar.

Daha sonra ise sakatat toptancılığına başlar. Dürüstlüğü, ahlaklı iş anlayışı onu kısa sürede ciğerci esnafı arasında hatırı sayılır bir yere getirir. 3 çocuğundan biri olan Şerif Aluş da ciğercilik konusunda baba yanında çok şey öğrenmiş.

İlk dükkânlarını Aksaray Çukurpazar'da Dostlar Ciğercisi adı altında açmışlar.

Resim-2: Dostlar Ciğercisi (1980) - Kamil Aluş



Uzun süre Aksaray ve çevresine hizmet verdikten sonra perakende piyasadan çekilip toptancılığa geçmişler. 2006 yılında ise Türkiye'nin en büyük sakatat entegre tesisine sahip Hacıdan markası ile ortaklıkları başlamış. Merkezi Kayseri'de bulunan Hacıdan firmasının İstanbul'daki operasyonun başında ise Kamil Aluş'un torunu 3. kuşak ciğerci Enis Aluş bulunuyor. Enis'in işine dört elle sarıldığını ve mesleğini çok sevdiğini ve sürekli araştırmalar yaptığını söylemeliyim. Genç yaşında işlerin başına geçmesi tesadüf değil, sürekli bu mesleği daha ileri nasıl taşıyabileceğinin derdinde, bu da onu sakatatla ilgili araştırmalara yöneltmiş. Zaten kendisiyle de bu araştırmaları vesilesi ile tanıştık...

Sakatatların muhafazası

Sakatatların birçoğu organ olduğu için et gibi bekletmeye gelmez, bu nedenle muhafazası önemlidir. Taze taze alınıp hemen tüketilmelidir. Arz ve talepten ötürü kimileri bazı organları dondursa da, bu sektörde dondurmak pek kullanılan bir yöntem değildir. Örneğin paça donduğu zaman süt beyazı rengi gider, yerine daha koyu renkte pembe bir görüntü oluşur. İşkembe donunca yapısı bozulur ve çarşaf gibi olur.

Ciğerci dükkânlarında yerini alan tavuklar

Sırtlarında sınıkla satılan ciğerlerden ötürü ciğercilerle başlayan bu esnaflık kolu, cumhuriyetten günümüze mezbahaların sistemine ayak uydurarak değişim göstermiştir. Arza ve talebe göre değişen ürün yelpazesinden, 1990'lı yıllardan itibaren tavuk sektörü de nasibini almıştır. Zaman içinde bazı sakatatçı dükkânlarında ek iş olarak tavuk da satılır olmuştur. Bu ek iş kolu, bir süre gelirlerde bir yükselmeye neden olsa da, günümüzde kayda değer bir kazanç sağlamamaktadır.

Ciğercilerde fiyat nasıl belirleniyor?

Sakatat fiyatları mevsimlere ve talebe göre şekillenmektedir. En çok rağbet gören sakatat ciğerdir. Öyle çok rağbet görür ki, kimileri ciğerin sakatat olduğunu bilmeden bilinçsizce, et niyetine yer. Talepten ötürü ciğerin fiyatı gittikçe yükselmektedir. Et kategorisinde en makbul sayılan ve pahalı olan bonfile ile fiyatı neredeyse aynıdır!

Aynı tespiti uykuluk için de yapmak mümkündür. Talepten ve mevsimsellikten ötürü uykuluk fiyatları da epey yüksektir.

Tablo-3: 2012 ve 2015 yıllarına ait sakatat fiyatları

	2012 (TL)	2015 (TL)
1 kg kuzu karaciğeri	32.00	38.00
1 kg dana karaciğeri	24.00	30.00
1 adet koyun paçası	2.50	3.50
1 kg koyun içkembesi	6.00	7.00
1 kg dana içkembesi	8.00	11.00
Kuzu kellesi	8.00	10.00
Kuzu beyin	5.00	6.00
1 kg uykuluk	30.00	32.00
1 kg gerdan uykuluğu	24.00	26.00
1 kg fındık uykuluğu	20.00	22.00
1 kg dana kuyruğu	10.00	12.00
1 kg dana yüreği	14.00	16.00
1 adet koyun yüreği	2.50	4.00
1 kg koç yumurtası	8.00	10.00
Şirden (adet)	1.50	1.50
1 kg dana dil	20.00	24.00
1 kg koyun akciğeri	1.50	2.00

A'dan Z'ye Tüm Sakatatlar

Sakat kelimesinin çoğulu sakatat... Tıpkı bahar ve baharat ya da hayvan hayvanat gibi... Arapça'da sonuna gelen et/at takısı kelimeye çoğul anlamı yüklüyor. Türkçe'de de lar takısı ekleyince sakatatlar olarak yazılıp okunur hale geliyor. Kelimeyi iki kere çoğul hale getirdiğimi söyleyip serzeniş eden büyüklerim olabilir ama Türkçe'de artık sakatat ve sakatatlar, yani tekil ve çoğul olarak her iki şekilde de söylendiğini belirtmek isterim.

Gastronomik anlamda sakatat, kasaplık hayvanların (genellikle büyükbaş ve küçükbaş) etleri dışında kalan organ ve diğer uzuvlar olarak özetlenebilir. Sakatat dilimize Arapça'dan girmiş bir kelime. Anlamı, "her nesnenin yaramazı ve kötüsü ve hayvanatın adeten ekl olunmayan [yenilmeyen] yerleri" demek. Düşük kaliteli gibi değersiz bir kelime anlamı taşısa da, yemek kültürümüzdeki yerinin oldukça değerli olduğunu belirtmek gerek. Öyle ki, sakatat yıllar boyu Osmanlı padişahlarının sofrasından eksik olmayan ve esnaf lokantalarında pişirilerek halkı doyuran bir yiyecekmiş.

Bizim sakatat ismini verdiğimiz parçalara, İtalyanlar *il quinto quarto*, İngilizler ise *offal* demişler. İtalyanlar'ın *il quinto quarto* yani beşinci çeyrek demeleri, aslında sakatata verdikleri önemden kaynaklıyor. Çeyrekçi, Osmanlı İmparatorluğu zamanında sokak kasapları için de kullanılan bir deyim. Hayvan kesildikten sonra karkasının dört ana parçaya ayrılmasından dolayı, çeyrek kelimesi ile nitelendirilmiş. İtalyanlar da sakatatı tıpkı et gibi önemli bir kısım olarak görüp onu yüceltmişler ve beşinci çeyrek olarak nitelendirmişler.

Sakatat konusu aslında engin bir deniz. Tarihe baktığımız zaman en fakirin masasından tutun da en zenginin sofrasına kadar sıkça rastlıyoruz. Çeşidi de bol; dil, beyin, yanak, uykuluk, ciğer, yürek, işkembe, bağırsak bunlardan birkaçı. Bu kadar çok çeşide sahip olması, bumar dolması, işkembe çorbası, paça dolması, fûme dil, beyin salatası, kokoreç gibi birçok yemek çeşidini ortaya çıkarmış.

Zengin kültürel geçmişinin yanı sıra, sakatatın bir taraftan yüksek oranda protein ve mineral madde içermesi, diğer taraftan az oranda yağ ihtiva etmesi ise tercih sebebi olmaya yeter de artar bile... Kırmızı ve beyaz ete kıyasla daha ucuz olması da cabası! Ancak her yiyecek maddesinde olduğu gibi, sakatat da ideal zamanında tüketilmeli!

Resim-3: Sakatat çeşitlerine örnek. (Arkada duvarda soldan sağa dil, kelle, akciğer, kesme tahtasında dana kuyruğu, tepside kuzu paçaları)



Akciğer

Günümüzde özellikle ucuz olması sebebiyle kedilere verilmesiyle akla gelse de, aslında eskiden yapılan ama şimdi unutulmuşlar listesindeki pek çok tarifi ana malzemesidir. Arnavut böreği, akciğer yahnisi, karaciğer ile birlikte yapılan sotesi gibi tariflerde ön pişirme yapılırken, oldukça şaşırtıcı bir teknik kullanılır.

Akciğeri satın aldığınızda nefes borusu ile beraber gelmektedir. Tencerede akciğeri pişirirken, bu boruyu dik bir şekilde yerleştirirseniz yemeğin fazla köpüğünün bu borudan yukarıya toplandığına şahit olursunuz. Ben bu tekniği ilk öğrendiğimde itiraf etmeliyim ki, çok şaşırmıştım.

Akciğer nefes alma organı olduğu için yapısı itibariye süngerimsi bir dokuya sahiptir. Çiğ olarak alındığında rengi kırmızı iken, pişmeye başladığı anda griye dönüşür. Fiyatı oldukça ucuzdur. Bir çift akciğeri 2 liraya alabilirsiniz. Arnavutlar akciğerden börek yaparlar. Anadolu'da genelde bulgurla birlikte, 'ciğer taplaması' isimli yemeğin içinde rastlıyoruz.

Osmanlı Mutfak Sözlüğü'nden de akciğerin mumbara, şirden dolmasına ve yalancı ilik ismiyle anılan bir yemeğe konduğunu, ayrıca soğanlı kavurması yapıldığını da öğreniyoruz.⁴³

Bağırsak/bumbar

Küçükbaş ve büyükbaş kasaplık hayvanların incebağırsağı ve kalınbağırsağı bulunur, kalınbağırsak genelde 'bumbar' olarak isimlendirilir. Bumbarla yapılan bir yemeği ilk kez gören biri, haliyle ne olduğunu sorup öğrendiğinde büyük olasılıkla yemek istemeyecektir. Evet, bu kısım genelde çoğumuzun bilerek-isteyerek tercih edeceği türden bir malzeme değil! Ama şunu da hatırlatmamda fayda var, iyi kalite sucuk, sosis yiyen herkes istemeden de olsa bağırsak yemiş oluyor. Kokoreçten ayrıca bahsetmiyorum bile! Hatta eğer başınızdan bir cerrahi ameliyat geçmişse, muhtemelen ameliyat ipliğiniz de bağırsaktan yapılmıştı. Demem o ki, bağırsağın kullanım alanı çok fazla.

Gelelim bu bağırsağın yapısına ve nasıl temin edileceğine... Hayvan kesildiği anda ilk önce bağırsak çıkarılır ve dışkısının bağırsağı

43 Işın, Priscilla Mary. *Osmanlı Mutfak Sözlüğü*. s.24, Kitap Yayınevi, İstanbul, 2010.

yakmaması için hemen bol suyla temizlenmesi gerekir. Bu işlem bağırsağın içine, başlangıç noktasından bir huni yardımıyla su doldurulup tamamıyla arındırılana kadar temizlenmesi şeklinde gerçekleşir. Daha sonra, bağırsaklar çok uzun olduğundan, birbirine dolanmasını engellemek için kelep ya da sarma denilen bir şekle getirilip, daha sonra kullanmak üzere tuza yatırılır. Sarma deyince belki birilerinin gönlünü fethetmiş olabilirim, zira eskiden yapılan, neredeyse kaybolan fırında sarmayı artık bulmak imkânsız!

Bağırsak, kokorecin temel malzemesidir. Her ne kadar almadan önce temizlenmiş de olsa, gene temizlenmesi gerekir, eğer yeterince iyi yıkanmamışsa yemeğinizin 'mundar' olması kaçınılmaz bir sonuç olacaktır. Günümüzde özellikle kokoreç piyasasından ötürü toplu satış yapıldığı için, ciğercilerden bağırsak temin etmek pek mümkün değil. Ancak bir hayvanı kestirdiğiniz zaman bağırsaklarını kendinize ayırabilirsiniz. Öyle hemen bağırsağı yıkayayım, hemen kullanayım diye bir şey de söz konusu değil. Birçok meşakkatli işlemden geçtiği için 'bağırsakçı' olarak ayrı bir meslek kolunun kurulduğu bir sektörden bahsediyoruz. Kısacası, bağırsak temizlemek ayrı bir ustalık ister. Georgi Kostandov'un anlatımına göre, her bağırsak, ucuna azıcık pamuk sarılmış sivri uçlu, keskin ve ince bir bıçakla boydan boya yanılır ve bol suda yıkanır, daha sonra her biri ikiye katlanır ve örgü haline getirilmiştir.

Ayrıca sosis sucuk doldurmak için sadece kurusu da satılmaktadır. Bunu kasaptan ya da ciğerciden değil, Eminönü bölgesinden (Mısır Çarşısı'ndan) satın alabilirsiniz. Kullanmadan önce mutlaka bir huni yardımıyla kaynar sirkeli suda, suyunu birkaç kez değiştirerek, içini dışını iyice temizleyerek tüm pisliklerden arındırmak şarttır.

Dünya yemek kültürlerine baktığımda, aslında bir dışkı organı olmasına karşın neredeyse tüm toplumlarda yendiğini ve halen de yenildiğini söyleyebilirim. Birkaç örnek vermek gerekirse, Güney Amerika'da kokoreçe benzeyen *chinchulines*, İtalya'da daha farklı yapılan *pajata*, Lübnan'da *stuffed* yapılarak, Çin'de kıyılarak *dim sum* olarak kullanılıyor. Avrupa'da bağırsak daha çok 'chitterling' olarak biliniyor. İngiltere, İrlanda ve Amerika mutfaklarında kendine has chitterling tarifleri mevcut. Ayrıca Kuzey Karolayna'da 1965'ten beri 'Chitt'lin Strut' adıyla bir festival yapılıyor.

Resim-4: Tuzda bağırsak



Beyin

Dana ve kuzu beyini olarak yaygın iki çeşidi bulunur. Kuzu beyini ortalama 100 gram civarında gelirken, dana beyini 300-350 gram gelmektedir. Doğası itibariyle çok kırılgan bir yapıya sahiptir. Pişirilmeden önce soğuk suda bekletilirse, hem daha sıkı bir hal alır, hem de bütün kanını suya bırakarak şeffaf ve tertemiz bir görünüme ulaşır. Suyunun buz gibi soğuk olması ve arada bir değiştirilmesi önemlidir.

Geçtiğimiz on yılda deli dana hastalığı dolayısıyla farklı ülkelerde satışı ve tüketimi yasaklanmıştır. Örneğin bir mutfak ansiklopedisi olan *Larousse Gastronomik*'te, Fransa'da hastalık bulaşır endişesiyle yasak olduğu belirtilmektedir.

Alafranga mutfaklarda da tıpkı bizim kültürümüzde olduğu gibi beyinli tarifler benzeşiyor. Pişirme tekniği açısından da oldukça benzerlik söz konusu. Beyin, soğuk su altında iyice yıkanıldıktan sonra 1 saat kadar sirkeli suda bekletilip tekrar yıkanır ve genellikle aromatik suların içinde haşlanarak pişirildikten sonra

farklı soslarla servis edilir. İstanbul mutfağında ise yukarıdaki gibi pişirilmesinin yanı sıra genellikle salatası, tavaşı ve kızartması daha yaygındır.

Türk geleneklerinde en önemli organ olduğu için hatırı sayılır kişilere ikram edildiğini vurgulayan *Osmanlı Mutfak Sözlüğü*'ndeki tanımında da salatası, tavaşı ve ayrıca pilavının yapıldığı belirtilmiştir.

Böbrek

Kuzu/koyun böbreği tıpkı biz insanlarınki gibi görüntüsüyle iri bir kuru fasulyeyi andırırken, dana ve sığırın böbreği çok sayıda lobdan oluşur ve bambaşka bir görüntüdedir. Bunu öğrendiğimde çok şaşırdığımı söylemeliyim! Öyle ki, dana böbreğini ilk gördüğümde sakatat ile bu kadar ilgili olmama karşın, hayvanın neresine ait olduğunu anlamamıştım.

Bir istisna olarak, tıpkı koçyumurtası gibi, ciğercilerde değil kasaplarda satılır. Çünkü kuzunun böbreği, kuzunun (kaburga) kafesine bağlı yağ tabakasının içine gömülü bir halde durur. Önceden çıkarılamaz ve kuzu kafesi ile birlikte kasaba gider. Ancak günümüzde bazı ciğercilerde de bulunduğunu belirtmek gerekir.

Yağ tabakası böbreği korur ve kurumasını engeller ve doğal olarak lezzet verir. Burada konudan biraz uzaklaşıp böbrek üstü yağdan, yani İngilizce ismiyle 'süet'ten bahsetmemek olmaz. İç yağı, kavram yağı, kuyruk yağından farklı olarak sıkı ve sert bir dokusu vardır, yanma derecesinin de yüksekliği sebebiyle özellikle Fransız mutfağında oldukça değer gören süet, birçok ünlü hamur işi ve pate gibi imza yemeklerin olmazsa olmazı haline gelmiştir.

Kuzu böbreğini pişirmeye hazırlarken önce etrafını saran yağ tabakasından ayırmak gerek. Sonra böbreğin çevresini saran şeffaf zar ile sinirlerini ve ortasındaki yağı çıkartmakta fayda var. Dana böbreğinde ise ön hazırlığa pek gerek olmaz, sadece alırken kuru olmamasına, parlak renkte ve canlılıkta olmasına dikkat edin!

Böbrek genellikle soğan veya sarımsakla ve biraz baharatla birlikte sotelenip başlı başına yemek halinde sofraya gelir. Izgarası da makbuldür. Ayrıca kıyma yapılacak et ile birlikte karıştırılıp daha zengin tada sahip bir köfte yapılmasında yardımcı oyuncu rolünü üstlenir.

Dalak

Kanı temizlemekle görevli olan dalak, doğal olarak çok fazla kan ihtiva eder. Rengi çok koyu kırmızıdır. Karaciğerle benzerlik gösterir ama boyut olarak çok daha küçüktür. Dışı tıpkı karaciğerde olduğu gibi bir zarla kaplıdır. Dalağın, Osmanlı döneminde meyhanelerde meze olarak yendiğini biliyoruz. Hatta kebabı da karatavuk adıyla anılmış. Dalak, şekil vermeye uygun bir yapıda olduğundan, doldurularak dalak dolması için de kullanıyor. Dalak dolması, bol soğanlı bir içle doldurulduktan ve dikildikten sonra, haşlandığı su ayrıca dalak çorbası olarak da servis ediliyor. Bir İstanbul Ermeni ailesinin evinde bu tarif haricinde günümüzde dalağa pek rağbet edildiğini söyleyemem.

Bu arada kıymayı daha kırmızı ve albenili hale getirmek için, bazı kasaplar tarafından dalağın kıyma makinesinden etlerle birlikte çekildiğine şahit oldum. Bu durum onayladığım bir durum değil tabii ki, düpedüz hile!

Dalağın, kansızlık çeken anemi hastalarına bir dönem tavsiye edildiğini belirtmekte yarar var, ancak bu konuda bilgim fazla değil, tıp uzmanı olmadığım için sadece belirtmekle yetineyim.

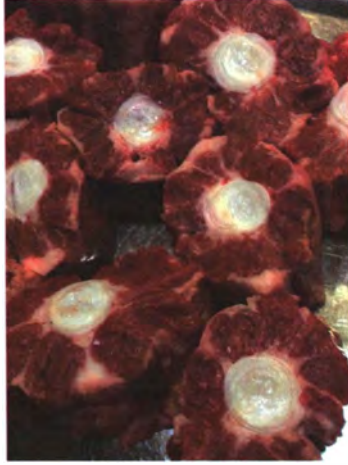
Dana kuyruğu (sığır kuyruğu)

‘Pöç’ ya da ‘pöçük’ adıyla da biliniyor. Bu kısım aslında çoğumuzun bilmediği ama ciğerci vitrinlerinde en sık görünen parçalardan biri. Koyun, keçi gibi küçükbaş hayvanların kuyrukları çoğunlukla yağdan oluştuğundan, sakatat olarak değerlendirilmez ancak dana ve sığır kuyrukları hem et, hem de yağı bir arada bulundurur. Bu nedenle de oldukça lezzetlidir. Kuyruk, kemik dokusu taşıyan bir parçadır ve kesilmesi zordur. Bu nedenle alırken, ciğercinizden onu sizin için parçalamasını isteyebilirsiniz. Üzerinde bulunan kıvrımlı yerleri uzman ciğerciler bilirler ve bıçakla ancak oradan keserlerse düzgünce dilimlenebilir. Kesilmiş hali, tabiri caizse yapraklarını açmış bir çiçeğe benzer.

Dana kuyruğunu pişirirken, bir nevi kuzu incik pişirdiğinizi düşünebilirsiniz. Kemiğe yakın ve oldukça yağlı olduğu için uzunsaatler pişirmek gerekecektir. Basınç kullanarak, düdüklü tencerede ya da ağır ateşte, fırında sebzelerle birlikte pişirebilirsiniz. Piştiğini anlamak için

bir çatal yardımıyla didiklemeye çalışın, eğer et kolayca parçalanıyorsa olmuş demektir. Sofraya getirmeden önce, ortasındaki kemiği ve kıkırdaksı yağ dokusunu temizlerseniz yerken kolaylık olacaktır.

Resim-5: Dana kuyruğu (dilimlenmiş)



Dil

Görüntüsüyle sakatat olduğunu bas bas bağırса da, genelde en son akla gelen sakatat çeşididir. Ciğerci vitrinlerinde çengele asılı halde durarak alıcısını bekler. Osmanlı döneminde, İstanbul'da Edirne usulü füme sığır dili öyle meşhurmuş ki, 18. yüzyılda Marsilya'ya ihraç edilirmiş. Kuzu ve koyunun dilini ayrıca almak mümkün değildir, küçük olduğundan kellenin içinde kalır. Büyükbaş hayvan olarak dana ve sığırnı bulmak mümkündür. Dana ve sığır dili epey cüsseli ve ağır çeker. Yapısı itibariyle aslında bir iskelet kasıdır. Bu nedenle pişmesi zaman alacaktır. Ama piştiğinde lezzetine değeceğinden emin olabilirsiniz. Genellikle haşlama usulü pişirilir. Üzerindeki derisini piştikten sonra soymak gerekir. Bu işlem dil hâlâ ılıkken yapılmalıdır, aksi takdirde deriyi soymak epey zorlaşır. Haşlarken çıkan suyu dil suyuna çorba olarak da değerlendirilir.

İşkembe

Geviş getiren hayvanlarda mide 4 bölümden oluşur. Bu da 4 ayrı işkembe çeşidi olduğu anlamına gelir. Dana işkembesi hem makbul sayılmaz. Ciğercilerde satılanlar koyun ve kuzudan elde edilen işkembelerdir. İşkembe bizim mutfağımızda en çok çorba olarak tercih edilse de yahnisi ve dolması da meşhur tencere yemeklerimizdendir. Şimdi bu işkembenin bölümlerini biraz tanıtmaya çalışayım.

İşkembe; geviş getiren hayvanların 4 bölümden oluşan midesinin ilk ve en büyük olanıdır. Kalın bir yapısı vardır ve diğer bölümlere göre yağ oranı fazladır. Diğer organlara kıyasla daha ağır ve cüsselidir. Bu özelliğinden ötürü battaniyeye benzetilebilir. Kalın olan kısmına damar denir. İşkembe çorbasında damardan tabiri bu kısımdan doğranan parçaları nitelemek için kullanılmaktadır.

Börkenek, Bal peteği dokusunu andıran, hayvanın midesinin ikinci bölümüdür. Etili ve yumuşak bir dokusu vardır. İkinci bölüm olmasından ötürü sindirimin nispeten başladığı yerdir. Bu nedenle midenin diğer kısımları gibi içi boşaldıktan sonra iyice temizlenir ve bıçak ile kazınarak bol soğuk suda durulanır. En yaygın kullanım alanı işkembe çorbası içindir.

Kırkbayır; hayvanın midesinin üçüncü bölümüdür. Çok fazla katmandan oluştuğu için temizlenmesi çok zordur. Bu nedenle yemek yaparken tercih edilmez. Ne kadar temizlense de kalıntılar kalabileceğinden “kadiya bok yediren” deyişiyle anılır. Katman katman olmasından ötürü İngilizce’de ‘forty leaves, thousand layers’ yani kırk yaprak, bin kat olarak nitelendirilmesi tesadüf değildir.

Şirden; midenin dördüncü ve son sindirimin yapıldığı bölümüdür. Görüntüsü itibariyle pek iştah açıcı olduğu söylenemez. Genç hayvanların şirdeninden bildiğimiz peynir mayası elde edilmektedir. Ülkemizde en çok Adana ili ve çevresinde meşhurdur.

İşkembenin hayvanın karnı boşluğundaki diğer organlara olan cephesi pürüzsüz bir dokuya sahiptir. İç i se katman katman ve dalgalıdır. İşkembe hayvandan çıkarılır çıkarılmaz iç kısmı oksijenle temas ettiğinden, okside olup rengi hemen koyulaşmaktadır. Bu kısım bir kere siyahlaştı mı, el kuvvetiyle temizlemek çok zordur. Bu nedenle genelde 80 derece sıcaklığındaki suda, bu siyah ve kararmış renkli doku yumuşayana kadar bekletilir. Daha sonra bir bıçak yardımıyla ve soğuk suyun altında bu bölgeler kazınır. Bu aşamadan geçmiş işkembe artık

doğal olarak temizlenmiş ve satılmaya hazır hale gelmiştir. Günümüzde bu zahmete katlanmak istemeyen birçok kişi işkembeyi kostik diye tabir edilen seyreltik sudkostik çözeltisi ile yapmaktadır. Böyle temizlenen işkembeler ilaç içerdiğinden tadı ve dokusu da değişir.

Yukarıdaki tüm aşamalardan geçmiş ve satışa hazır hale gelen işkembeyi alırken de ciğerciniz bazı işlemler yaparlar. Önce işkembenin dış yüzeyindeki yağ tabakaları temizlenir ve kalan zarlar bıçakla kazınarak atılır. Çorbalık alınacaksa genelde damardan diye tabir edilen işkembenin pütürsüz kalın kısmı makbul sayılır.

Karaciğer

Sadece ciğer olarak tabir edilmesi de yaygın bir kullanımdır. Ciğerlerde genellikle iki çeşidi bulunur, kuzu/koyun veya dana. Karaciğer dünyada ve özellikle İstanbul mutfağında en çok tüketilen sakatat çeşitlerinden biridir. Dünyada her mutfağın kendi ciğer spesiyalitesi bulunur. Yurtdışında özellikle Fransa'da dana ve kuzu harici kaz ve ördek ciğeri de pek makbuldür ve ayrı bir endüstri kolu oluşturmuştur. Buna karşın ülkemizde kaz ve ördek ciğeri pek değer görmez ve bilinmez.

Karaciğerin görevi kanı temizlemesidir, bu nedenle fazla miktarda kan ihtiva eder. Yaşlı hayvanların ciğerlerini yemek toksin almamıza sebep olabilir, bu yüzden genç hayvanların ciğeri tercih edilmektedir. Satın alırken dikkat edilmesi gereken en önemli husus, renginin parlak olması ve üzerini kaplayan zarın yırtılmamış olmasıdır. Eğer kötü bir koku duyuyorsanız sakın almayın!

Karaciğeri aldıktan sonra maksimum1 gün buzdolabında saklayabilirsiniz daha sonra hemen pişirmelisiniz. Piştikten sonra ise uygun şartlarda 2 gün muhafaza edebilirsiniz. Karaciğer aslında tek parça değildir, iki lobdan oluşur. Biri daha büyüktür, diğeri onun parçasıymış gibi durur ve daha küçüktür. Üzerindeki zar karaciğeri taze ve diri tutar. Ciğerciniz bu üzerindeki zarı dikkatlice soyarak, kan damarlarını ve diğer sinirleri temizledikten sonra genellikle yapacağınız yemeğe göre nasıl kesilmesini istediğinizi sorar. Eğer yaprak ciğer usulü pişirecekseniz, yaprak gibi ince dilimlere, eğer Arnavut ciğeri yapacaksanız, nispeten küçük kuşbaşı şeklinde doğrarlar. Kuzu ciğeri 500 gram ila 1 kg arası gelirken, dana ciğeri büyüklüğüne göre 3-5 kg arası tartmaktadır.

Ciğer, Anadolu'da özellikle Gaziantep ve Adana bölgesinde, sabah kahvaltısında yanında bol baharatlı soğan salatasıyla birlikte sevilerek tüketilir. Ortadoğu'da özellikle Lübnan'da ciğ yenmesi makbuldür, özellikle Kurban Bayramı'nda kesilen hayvanın kendi sıcaklığında yani hâlâ ılıkken üzerine kimyon serpilerek tüketilen ciğeri meşhurdur. İstanbul mutfağında ise genellikle kavurması, kebabçılarda çok rağbet edilen ciğer şişi, bir ara sıcak klasîği Arnavut ciğeri veya yaprak ciğer olarak tüketilmesi daha yaygındır.

Kelle

Baş olarak da bilinir. Kelle dendiğinde kuzu/koyun kellesinden bahsedildiğini vurgulayalım. Çünkü büyükbaş hayvanların kellesi cüssesinin büyüklüğü sebebiyle önceden dil, yanak, beyin, kelle eti gibi parçalarına ayrılır. Bu nedenle dana kellesi ayrıca satılmaz.

Kelle, en çok 'pişmiş kelle' olarak bütün satılır. Büyüklüğü nedeniyle bazen yarım olarak satırla kesilip pişirildiği de olur. Kuzu kellesi olup olmadığını anlamak için, alt çenesinin ucundaki süt dişlerine bakılabilir.

Resim-6: Gerçek kuzu kellesi



Alt çenenin süt dişleri kalıcı olanlarla değişince ortadaki iki diş diğerlerinden çok daha iri, uzun ve belirgin olduğundan rahatlıkla ayırt edilebilir. Sevgili Georgi Kostandov, bana kömür ateşinde pişmiş genç koyunlara ait kellere eskiden 'iki dişli' denildiğini anlatmıştı.

Kellenin söğüş olarak haşlanmış da makbuldür. Kelle eti tek başına olduğu kadar, Osmanlı'da çok sevilen kelle paça çorbasında da kullanılan bir sakatat çeşidiydi. Haşlandığında kalan suyundan çorba ya da pilav yapmak için mutlaka kullanın, çok da şifalı. Pişmiş kelle sipariş edildiğinde genellikle göz, beyin, dil, somak yani, yüz bölümü de üzerinde gelir ve tadımlık da olsa diğer sakatat çeşitlerinden de nasiplenilir.

Belirtmeliyim ki, kelleyi elle yemek hem daha kolay, hem de makbul sayılır. Hatta bununla ilgili meşhur bir atasözümüz de var, bahsetmemek olmaz; "Tavuk, balık, kelle bunlar yenir elle!"

Koç yumurtası

Billur olarak da bilinir. Danaya kıyasla genellikle koçunki tercih edildiği için koç yumurtası yaygın adıdır. Et ile birlikte kasaplara gittiği için, tıpkı böbrek gibi bir istisna olarak eskiden sakatatçılarda pek bulunmazdı. Ciğerciler onun yerine dana yumurtası satarlardı. Ama artık ciğercilerde de koç yumurtası bulunabiliyor.

Tıpkı diğer sakatatlar gibi, alınır alınmaz, tazeyken hazırlanmalıdır. Birçok farklı pişirme tekniğine uygundur. Izgarası, tavası, şişe geçirilerek hazırlanan kebabı bunlardan sadece birkaçı.

Koç yumurtasının kaygan bir yapısı vardır, alırken kasabınızdan/ciğercinizden onu sizin için, yapacağınız yemeğe göre kesmesini isteyerek işinizi kolaylaştırabilirsiniz. Eğer gerçek bir gastronomi meraklısıysanız, emin olun ehil bir el tarafından kesilişini izlerken ciğercilik mesleğine hayran kalacaksınız.

Resim-7: Dilimlenmiş koç yumurtası



Paça

Ayak ya da patik olarak da bilinir. Tüm hayvansal ürünlere kıyasla jelatin bakımından oldukça zengindir. Besleyici özelliği, paçanın pişirme suyunda birikir. Ancak jelatinin açığa çıkması ve bizim sindirimimize geçebilmesi için paçanın uzun saatler pişirilmesi gerekiyor. Özellikle ortopedist doktorlar tarafından kırıklar için reçete yanında sözel olarak paça çorbası önerilmesi işte bu sebeptir.

En çok koyun ve kuzu paçası makbuldür. Dana paçası pek kullanılmaz. Keçi paçasının ünü İstanbul mutfağında pek dile gelmiştir, ancak ne yazık ki günümüzde bulunması çok zor hale geldi.

Paça alırken arka ve ön ayaklar olmak üzere iki seçenek sunulduğu olur. Arka ayaklar biraz daha büyük ve daha etli olur. Ciğer-ciler, üzerindeki tüyleri jilet yardımıyla alırlar. Eğer alınmamışsa ateş üzerinde gezdirerek tüyleri yakabilirsiniz. Bu işlem tütsülemek ya da alazlamak olarak da tabir edilir.

Pişirdikten sonra eğer kısa süre içinde tüketmezseniz ve örneğin ertesı gün yemek isterseniz, donuk bir kıvam aldığını göreceksiniz. Bunun sebebi, içindeki yüksek jelatinin soğudukça katılaşmasıdır.

Ancak günümüzde hayvanların kapalı çiftliklerde yapay yemlerle beslenmeye başlanmasıdan dolayı bazen paça veya kemik suyunun katılaşmadığı görülebilir, bu paçasını/kemiklerini/etini aldığınız hayvanın doğal beslenip beslenmediğinin de ipucudur aslında! Eğer bir hayvan merada otlayıp, doğal beslenip kollajen yapısı tam gelişmişse, ondan elde edilecek ürünlerin suyunda jelatin oranı yüksek olur ve o oranda sizin kollajen yapınıza fayda sağlar.

Resim-8: Temizlenmiş kuzu paçası



Uykuluk

Osmanlı Mutfak Sözlüğü'nde uykuluk, kuzunun timus bezi anlamına gelen 'özden' kelimesi ile açıklanır. Uykuluk aslında tam olarak bir organ değildir. Kimi zaman pankreası olarak bilinse de, çeşitli hormonların salgılandığı bezler olarak ifade etmek daha doğru.

Uykuluk denince akla, uykuluğu ilk satan dükkânları ile meşhur bir İstanbul semti Sötlüce gelir. Uykuluğun burada satılmasının sebebi eskiden mezbanhanın burada olmasından kaynaklanıyor. Ciğercilerde fındık, ciğer ve gerdan uykuluğu olarak birkaç çeşidine rastlayabilirsiniz. Bu çeşitler hayvanın neresinden çıktığına göre isimlendirilir.

Resim-9: Uykuluk



Uykuluk çeşitleri

- Gerdan uykuluk: Gerdan kısmından çıkan
- Ciğer uykuluk: Yürek kısmına yakın yerden çıkan
- Fındık uykuluk: Bumbar kısmından çıkan

Bu parçalar, özellikle mart, nisan ve mayıs aylarında ciğerci vitrinlerini süsler. Çünkü kışın yavruleyen büyükbaş ve küçükbaş hayvanlar, baharda yavrularını sadece sütleri ile beslemektedir. Uykuluk da işte bu süt kuzusu ve süt danalarından elde edilir. Hayvanlar süttten kesildiklerinde uykuluklar da küçülür ve zamanla farklılaşarak kaybolur. En makbulü, süt kuzusundan çıkarılır. Bu parçalar birer zarla kaplıdır ve yağ dokusunu andıran yumuşak bir yapıdadır. Üzerindeki zar piştikten sonra ya da pişmeden önce çıkarılabilir. Çoğu zaman çok işlem gerektirmeden ızgaranın üzerinde pişirilip, kuru kekik ve pul biber ile tatlandırılarak yenir.

Yürek

Restoran menülerinde görmeye alışık olmadığımız bir parça bu. Ah keşke yaygınlaşsa diye iç geçirmemek elde değil. Çünkü yürek

gerçekten çok lezzetli bir sakatat çeşidi, fiyatı da oldukça ekonomik.

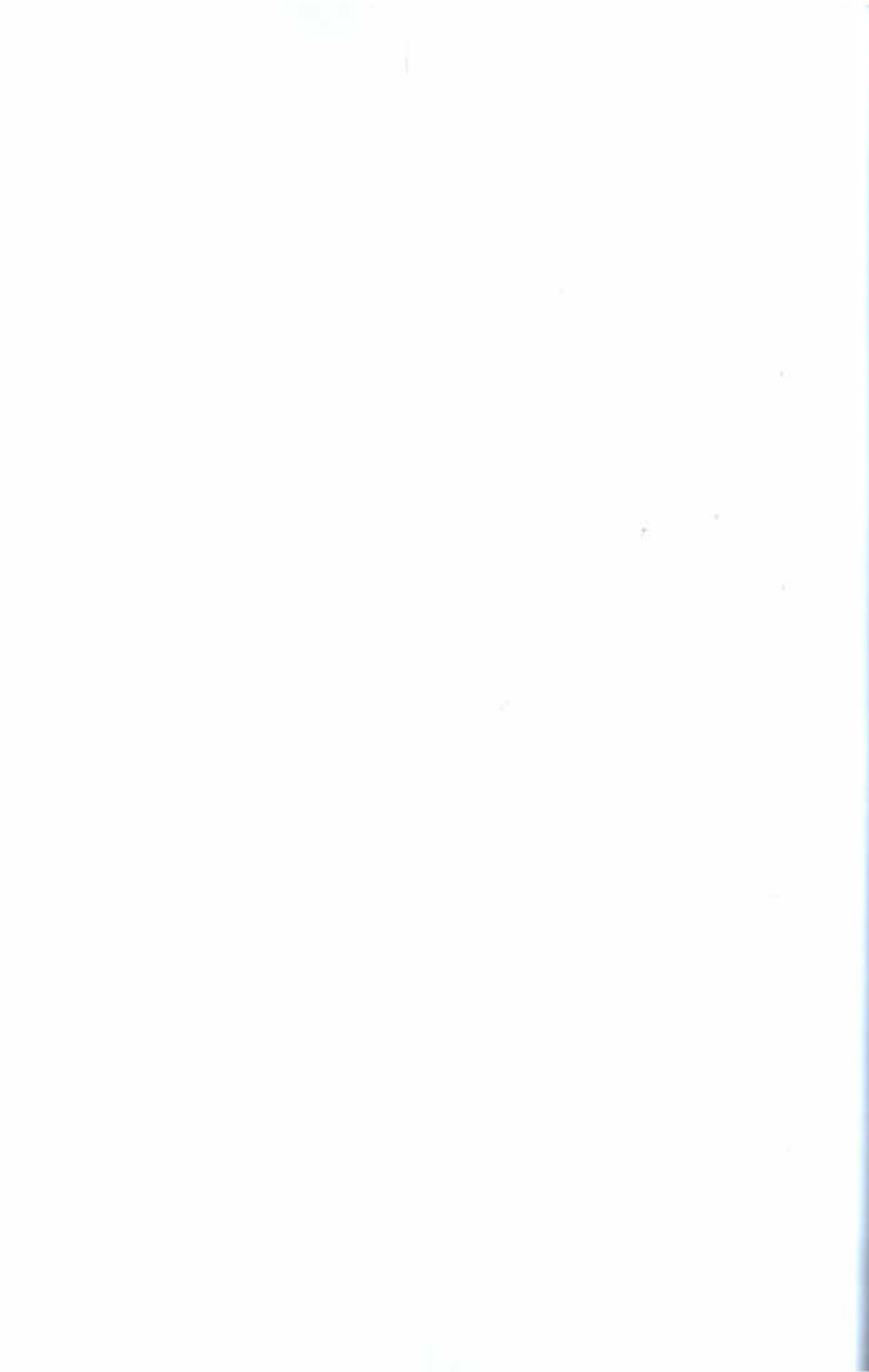
Aslında yapı itibarı ile bir kas ama tadı tamamen ete yakın. Kaslı olduğundan iyi pişirilmesi gerekli, yahnisi yapıldığı gibi biraz marine edip şişe takarak kebab usulü de pişirebilirsiniz ya da soteleyebilirsiniz. Doldurularak dolma yapmaya da uygundur, hani meraklısına benden söylemesi...

Satın alırken yüreğin canlı kırmızı ve sert olmasına dikkat edin. Ayrıca ehil bir ciğercinin onu nasıl işlediğine dikkat etmenizi şiddetle tavsiye ederim. Keskin bir bıçak darbesiyle önce ikiye kesilir, bu şekilde içindeki fazla sinirleri ve istenmeyen parçalar çıkarılır. Daha sonra tıpkı koç yumurtasında olduğu gibi üzerine dikey ve yatay kesikler atılır, bu kesikler yüreğin eşit pişmesini sağlar, ayrıca çok hoş bir motif ortaya çıktığı için görüntüsüyle de sizi şaşırtır.

Ciğercilerde iki çeşidine rastlarsınız; dana ve kuzu yüreği. Kuzununki 100-300 gram gelir, ortalama bir dana yüreği ise 450-800 gram ağırlığındadır. Osmanlı Mutfak Sözlüğü'nde külbastısının yapıldığından bahsedilir, ayrıca kıyılarak bumbara doldurulduğu da belirtiliyor ki bu benim çok ilgimi çeken bir kullanım çeşidi. Sizin de denemenizi tavsiye ederim. Günümüzde yaygın kullanımı ise, kebabçılardaki yürek şişle yapılmış dürüm şeklindedir.

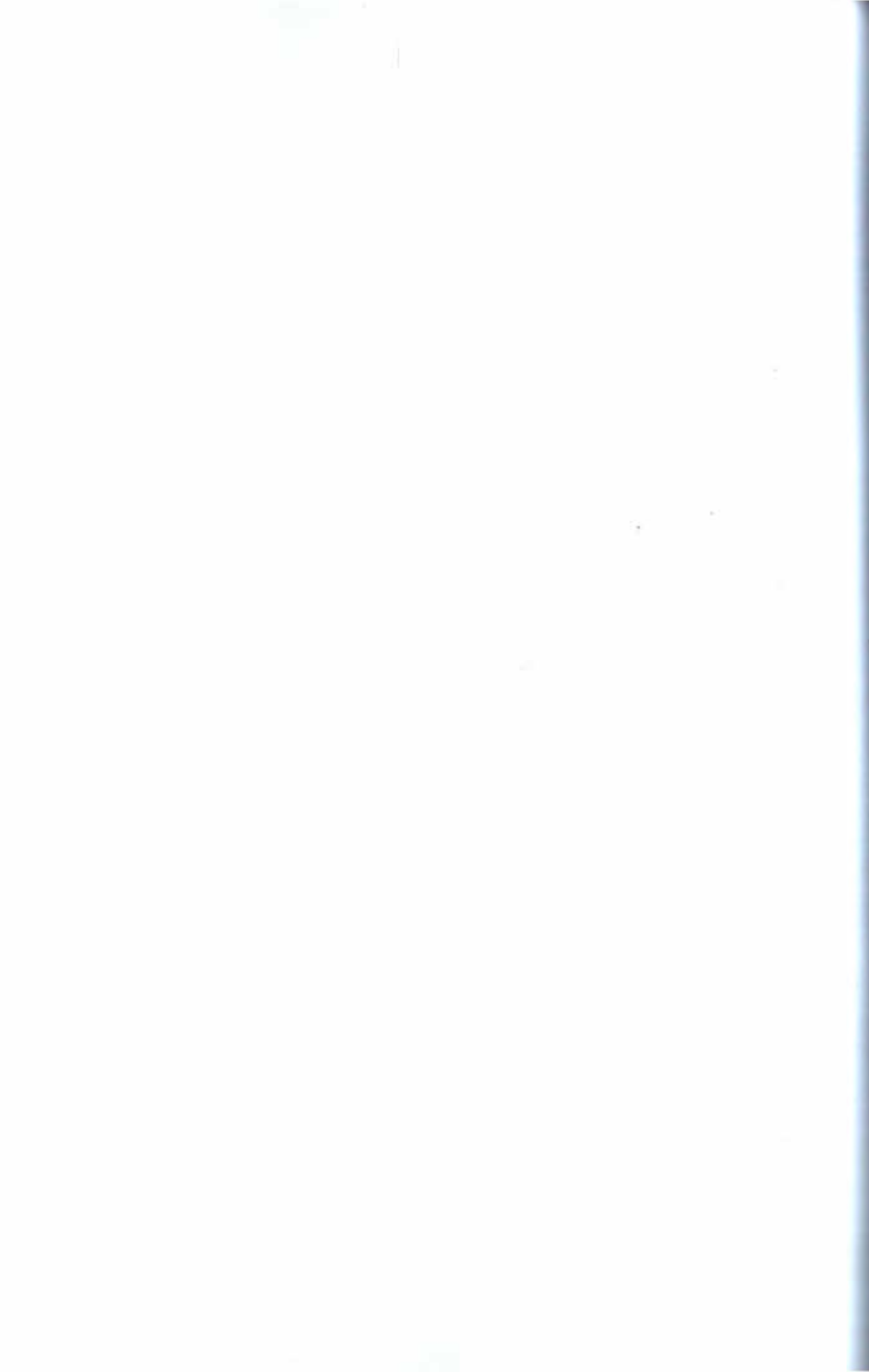
Resim-10: Kuzu yürek





Üçüncü Bölüm:

İSTANBUL MUTFAĞINDA SAKATAT



İstanbul Mutfağı ve Sakatat

İstanbul mutfağı, tarih boyunca ev sahipliği yaptığı imparatorlukların mirasını taşımış ve kendi sınırlarının ötesinde farklı coğrafyaların yemek kültürleriyle yoğrulmuş çok zengin bir mutfak. Bu mutfağın gelişmesinde sarayın ve şehrin elit kesiminin olduğu kadar, İstanbul'a imparatorluğun dört bir tarafından çalışmak için gelen farklı etnik kökenlere sahip halkın da etkisi olmuştur. İstanbul'un, bulunduğu coğrafi bölge nedeniyle zengin hayvancılık ve tarım arazilerine yakın, ticaret yollarının kesiştiği ayrıcalıklı bir konuma sahip olması, imparatorluklara başkentlik yapması ve saray iâşelerinde oynadığı rolü de önemlidir. Çünkü saray mutfağı demek, imparatorluğun her yerinden gelen bolluk ve bereketin toplandığı ve buna paralel gelişen zengin bir mutfak kültürü demektir.

Artun Ünsal'ın İstanbul'un Lezzet Tarihi kitabında dediği gibi; *"Gelgelelim Bizans sonrasında Osmanlı egemenliğine geçen İstanbul mutfagının da, Orta Asya, Ortadoğu ve Anadolu komşu ülkelerin kültürleriyle yoğrulan yeni bir senteze ev sahipliği etmesi kaçınılmazdı..."* İstanbul mutfağı ilk çağlardan Bizans ve Osmanlı İmparatorluğu'na uzanan tarihsel süreç içinde oluşmuş, Hitit, Selçuklu gibi medeniyetlerin ve Orta Asya Türk geleneklerinin izlerini taşımıştır. Ayrıca, üç büyük dinin etkilerini benimsemiş ve Anadolu geleneklerinin izinde gelişmiştir.

İstanbul'un fethinden yaklaşık 400 yıl önce, Horasan ve İran üzerinden Küçük Asya'ya ayak basan göçebe Türk boyları, yerleşik Selçuklular ve ardından Osmanlılar, Asya kökenli kültürlerini, şölen ve toylarda somutlaşan cömertlik, ağırlama ve konukseverlik geleneklerinin yanı sıra yemeklerini de beraberlerinde taşıdılar.

Sakatat da yukarıda saydığımız tüm bu kültürel faktörlerden etkilenmiş, her medeniyetin yemek kültürü içerisinde yoğrularak, başka malzemeler ve geleneklerle harmanlanmış ve günümüze kadar ulaşmayı başarmıştır.

Bugün kullandığımız yemek terminolojisine baktığımız zaman, bazı kelimelerin kökenlerinin Arapça ve Farsça haricinde Orta Asya

Türkçe'sinden de etkilendiğini görebiliriz. Basturma, yoğurt, kavurma, külbastı gibi... Bunların dışında Fransız mutfağından dilimize giren tabldot, antrikot, sote gibi teknik sözcükler ya da pirzola gibi İtalyanca'dan geçen kelimeler, aslında günümüz İstanbul mutfağının ne kadar sentez bir mutfak olduğunun kanıtı.

Şüphesiz ki dinin yemek kültürü üzerindeki etkisi büyük. İstanbul mutfağının İslam, Hristiyan ve Musevi inançları ile Arap-İran, Ermeni, Yahudi ve Rum kültürlerinden de oldukça etkilendiğini söylemek mümkün. Semavi dinlere mensup İstanbullular gündelik hayatları içinde birbirlerinin dini inançlarına, törelerine, geleneklerine anlayış göstermiş, ayrıntılarına pek akılları ermese de oruç, kandil, bayram, sünnet, perhiz, yortu, yılbaşı, noel, hamursuz, karnaval vb gibi kutsal ve özel günleri uzaktan saygılı bir şekilde izlemiş, bazen de katılmışlar. Aslında özünde Müslümanların Ramazan ayı boyunca her gün imsak ile akşam ezanı arasında hiçbir şey yiyip içmedikleri Ramazan orucu, Rum ve Ermeniler'in hayvansal gıdaları yemedikleri 40 günlük perhizleri ve Museviler'in perhiz ve oruçları, her dinin inancına göre hep nefis terbiyesini amaçlar. Bunların etkilerini de İstanbul mutfağında yapılan ve yaratılan yemeklerden görmek mümkün.

Örneğin 1926 yılında Ermeni harfleriyle basılan ve 637 tariftten oluşan Vağınad Pürad'ın yazdığı *Mükemmel Yemek Kitabı*'nda 34 sakatat tarifi göze çarpmaktadır.⁴⁴ Bazı sakatat yemekleri alafranga kategorisi arasında yer alır. Beyinli makarna, Beykoz çorbası, beyinli patates köftesi, kuzu bağırsağından yapılan kuzu sarması ilk kez bu kitapta rastladığımız tarifler arasında dikkat çeker. İşte İstanbul mutfağı dendiğinde akla gelen sokak yemeği kokorecin atası da belki bu bağırsak sarmasının atasıdır.

1914 yılında yine Ermeni harfleriyle basılan ve sonradan Türkçe'ye çevrilen, 243 tariftten oluşan *Aşçının Kitabı*'nda da 8 sakatat tarifi vardır.⁴⁵ *Mükemmel Yemek Kitabı*'na kıyasla daha az sakatat tarifi içermesine karşın, dalak dolması ve koç yumurtası tarifleri ilk kez bu kitapta görülmektedir.

44 Pürad, Vağınag. *Mükemmel Yemek Kitabı* 1926, Aras Yayınları, İstanbul, 2010.

45 Piranyan, Boğos. *Aşçının Kitabı* Merzifon Amerikan Koleji Aşçısı 1914, Çev:Takuhi Tovmasyan, Aras Yayınları, İstanbul, 2008.

İstanbul mutfağını, kültürlerin birbirleriyle iç içe geçerek oluşturduğu bir mutfak olarak tanımlarsak, her kültürün kendine has karakteristiklerinin de yeri geldiğinde öne çıktığını kabul etmemiz gerekir. Dalak dolması ve füme dili, bu yemekler içinde öne çıkan ve yemek kitaplarında da kendine yer bulmuş örnekler olarak sayabiliriz.

Bu eski beslenme biçiminden bugüne geçecek olursak, geleneğin ana çizgilerde değişmediği görülür. Bununla birlikte, bariz değişiklikler, yenilikler ve unutulana kimi yiyecek ve içeceklerden de söz etmek gerekir.

1876'larda yemek yeme tarzında yenilik olarak yemeğin artık masada yendiğini, çatal ve bıçağın masaya geldiğini ve bir tabaktan yemek usulünün kalktığını söyleyebiliriz. Bu tabii ki önce saray ve zengin konaklarında uygulanmış, çok sonra halka inmiştir. 1950'li yıllarda bile halk hâlâ yer sofrasında elle yemek yemeye devam ediyordu.

Bugün güzelim şerbetler, evde veya dükkânlarda taze taze yapılan çeşitli meyve sularının birkaçı dışında hepsi unutulmuş, onun yerini asitli içecekler, özellikle kola almıştır. Cumhuriyet dönemi ve sonrasında yeme içme biçiminde Türkiye'de büyük bir değişiklik olmamıştır. Çeşitli değişik lokantaların açılması ve onların bugüne uzanan serüveninde görülen çeşitli ülkelerin yiyecekleri, kimi zaman insanların değişik bir şey yeme arzularını gidermek için çekici olabilir, fakat yine de alışılmış tencere yemekleri, börek ve tatlılar özlenir. Bütün bu tarihsel süreç ele alındığında, Osmanlı İmparatorluğu'nun kanatları altında büyüyen ve özellikle elit mutfakların özelliklerini yansıtan İstanbul mutfağını, 19. yüzyıl Osmanlı elitinin ve sarayın mutfakları olarak tanımlamak da mümkündür. Daha da ileri gidersek, İstanbul mutfağını 3 ana başlıkta toplayabiliriz. Saray mutfakları, elit burjuva mutfakları ve halk mutfakları. Tabii ki kültürler içinde yoğrulmuş sokak lezzetlerini de unutmamak gerek...

İstanbul mutfağının bugünü

Günlük hayatımızın bir parçası olan yemekler ve geleneklerimizin kökeni çok eskilere dayanıyor ve hepsinin bir hikâyesi var.

Bu hikâyeler bazen Bizans'a, bazen Osmanlı'ya bazense Orta Asya Türkleri'nin geleneklerine uzanıyor. Ama günümüzde hepsi aynı kültür mirasının içinde İstanbul mutfağında toplanıyor.

Mesela geç dönem Osmanlı elitinin sofrasında olanlar bugün alelade bir öğle yemeği olarak karşımıza çıkabiliyor. Gelenekleri tutarak ama onları yeni tekniklerle harmanlayarak, kuralları yıkarak...

Bir cümle ile özetleyecek olursam, İstanbul mutfağı, toplumsal, ekonomik ve kültürel yapıyla iç içe geçen muazzam bir mutfak.

Burada şunu vurgulamak isterim ki, son yıllarda yeni nesil İstanbul restoranlarında geleneksel veya doğal adı altında pazarlanan tatsız tuzsuz, yaz kış aynı ürünlerin kullanıldığı mezeler ve yemekler, fast food adıyla sunulan ürünler, süpermarketten aldığımız 'pastörize' ekşiyemeyen yoğurtlar, hazır paket çorbalar, mevsim dışı sebze ve meyveler, çiftlik balıkları ve tavukları, ithal pirinç ve mercimek gibi bakliyatlar, yani kısaca pakete girmiş/endüstriyelleşmiş tüm yiyecekler köklü yemek kültürümüzün dışında kalıyor!

Bir İstanbul mutfağı örneği: Bizim ev

Günümüz İstanbul mutfağında, evde sakatat pişirmek artık unutulmuş bir gelenek. Bunun nedenleri çok çeşitli. İstanbul'un nüfus yapısının yoğun göçler sonucunda değişmesi ya da sakatatın bir dönem sağlıksız olduğu ve kolesterolü yükselttiğinin otoritelerce gündeme getirilmesi... Bu etkilerden dolayı ciğerciler bir dönem sakatat satmakta çok zorlanır hale geldi, birçoğu kapısına çoktan kilit vurdu!

Ancak son yıllarda Prof. Dr. Canan Karatay, Prof. Dr. Ahmet Rasim Küçükusta, Yard. Doç. Dr. Yavuz Dizdar, Dr. Ümit Aktaş ve rahmetli Prof. Dr. Ahmet Aydın'ın kitaplarında yer verdiği bilimsel çalışmalarla sakatatı aklamasının ve sağlık açısından önemini gündeme getirmesinin ardından hem sakatat eski popüler günlerine dönmeye, hem ciğercilerin hem de işkembe, kelle paça çorbası satan esnafın yüzü gülmeye başladı.

İç Hastalıkları ve Kardiyoloji Uzmanı Prof. Dr. Canan Karatay'ın bugüne kadar 6 kitabı yayımlandı ve hepsinde sağlıklı protein ve yağlar arasında 'et ve sakatatlar' yer aldı. Ayrıca kış aylarında televizyonların ana haber bültenlerine verdiği demeçlerde sakatatın bağışıklık açısından faydaları da kendisi tarafından sık sık gündeme getirildi. Prof. Karatay'ın kitapları şunlar: *Karatay Diyeti*, *Karatay Diyeti*'yle Yaşam Boyu Sağlık, *Karatay Mutfağı*, *Karatay Diyeti*'yle Obe-

zite ve Diyabete Çözüm Var, Karatay Diyeti'yle Beslenme Tuzaklarından Kurtuluş Rehberi, Anne Adayları ve Hamileler İçin Karatay Diyeti.

Göğüs Hastalıkları Uzmanı Prof. Dr. Ahmet Rasim Küçükusta da sakatatın sağlık açısından faydalarını savunan ve gençlik yıllarından beri sık sık Lale İşkembecisi'ne uğradığını dile getiren hocalarımızdan... Prof. Küçükusta'nın Büyük Kolesterol Yalanları kitabı da sakatatları korkuyla değil iştahla yemeye teşvik ediyor.

Cerrahpaşa Tıp Fakültesi'nde uzun yıllar Çocuk Metabolizma ve Beslenme Bilim Dalı Başkanlığı yapan, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı Rahmetli Prof. Dr. Ahmet Aydın, hayatta olduğu sürede açıklamaları ile hep gündemde oldu. Sağlıklı yaşam için birikimini cömertçe paylaştı. Halen yayında olan ve onunla aynı ekolde hekim arkadaşları tarafından güncellenen www.beslenmebulteni.com sitesinden ve 7'den 70'e Taş Devri Diyeti kitabında et ve sakatatların hücre gelişimimiz, bağışıklık sistemimiz ve sağlıklı bir yaşam sürmemiz açısından önemini öğrenebilirsiniz.

Radyasyon Onkolojisi Uzmanı Yard. Doç. Dr. Yavuz Dizdar, sağlıklı ve sağlıksız yiyecekler arasındaki farkı bize anlatan değerli hekimlerimizden... Basın açıklamalarında ve köşe yazılarında, et, sakatat, süt, yoğurt, peynir, tereyağı gibi hayvansal gıdaların sağlığımız açısından öneminden de sık sık bahseder. Dr. Dizdar, bilimsel verilerle gıda-hastalık ilişkisini anlattığı Yemezler adlı kitabında 'gerçek' gıda konusunda farkındalık kazanmamızı sağlıyor.

Türkiye'nin ilk fitoterapi uzmanı doktorlarından olan Ümit Aktaş da İlaçsız Yaşam ve Bitkisel Kürlerle İlaçsız Tedavi kitaplarında, gazete ve televizyonlara yaptığı açıklamalarda sakatatların önemini sıkça gündeme getiriyor.

Özellikle sonbahar/kış aylarında soğuk algınlıklarında uzmanların ilk önerilerden biri kelle paça çorbası, demir eksikliğine karşı ise eski günlerdeki gibi haftada bir ciğer ve yürek yahnisisi...

Kimi evlerde sakatatın pişme sıklığı epey azalsa da, İstanbul nüfusunu oluşturan diğer kültürlerin yoğun yaşadığı bölgelerde halen varlığını sürdürdüğünü unutmayalım. Örneğin Rum ve Ermeniler'in ağırlıklı olarak bir arada oturduğu Pangaltı, Kurtuluş ve Balık Pazarı civarında geçmişten bugüne baba oğul geleneği ile devam eden sakatatçı dükkânları bulunmaktadır. Ayrıca uzmanla-

rın önerilerinin ardından sakatata talep artınca İstanbul'un birçok semtinde mahalle aralarında eskisi gibi ciğerciler, işkembeciler yer almaya başlamaktadır.

Benim büyüdüğüm evde pişen yemeklerde de sakatat sıklıkla kullanılan bir malzemeydi. Bu nedenle İstanbullu bir ailenin mutfağında ne piştiğini öncelikle kendi ailemden örnek vererek anlatmak istiyorum.

Büyük dedelerimin celep ve kasap olduğu, Çorum, Selanik, Susurluk ve Erzincan kökleri taşıyan bir ailede büyüdüm. Celep olan büyük dedemin mesleki donanımı ve hikâyesi hakkında maalesef çok fazla bilgiye sahip değiliz. Ancak ailemizde kasap ve celep olması, etten iyi anlayan, mutfağında bol bol et ve sakatat pişen bir aile geleneğinin oluşmasına yardımcı olduğundan kendimi şanslı sayıyorum.

Evde yenilen yemekleri genel olarak özetlemek gerekirse, öğün çorba ile başlar, etli ya da kıymalı bir ana yemek ve yanında pilav veya makarna ve salata ile devam eder. Etten kastım, kimi zaman dana eti, kimi zaman sakatat, bazen de tavuk olur. Tatlı, her zaman sofrada olmaz. Ancak birinin canı tatlı çektiğinde tatlı yapılırdı. Evde bir şey kalmamışsa hemen en güzelinden bir yumurta kırılır, yanında da hemen bir tarhana çorbası kaynatılırsa o yemek bir ziyafete dönüşürdü.

Annem de bu âdetleri büyüklerinden öğrenmiş ve kendisi aile kurduğu zaman bizi de aynı şekilde beslemeye devam etmiş. Ancak ben ne yediğimi hatırlar yaşı geldiğimde, anneannemin şekeri, dedemin de kolesterolü çıktı, bu nedenle evdeki diyet biraz değişti! Otoriteler kolesterole sebep olduğundan sakatatın zararlı olduğunu öne sürmüşler, böylece sakatatla pişen çorbalar, ciğerli yemekler, anneannemin tavada çevirdiği yürekler, beyin salataları yerini daha sade yemeklere bıraktı. Damak tadımız yavaş yavaş değişmeye başlamıştı. Ancak yine de bayramlarda ve özel günlerde ne olursa olsun sakatat pişerdi, çünkü tüm ailenin bir araya geldiği o günde en sevilen yemeklerin pişmesi icap ediyordu.

Merak ediyorum, eğer bizim evde sakatat pişmeseydi, o bayram sofralarında işkembe çorbasının üzerine konan sirkeli sarımsak sos kapışılmasaydı, acaba ben de içer miydim? Bilemiyorum, ama bence kültürün devam edebilmesi için gençlere örnek olması gere-

ken durumların da oluşturulması gerekiyor. Yoksa kimsenin “Aaa işkembe de neymiş dur bir içeyim...” diyeceğini sanmıyorum.

Sakatatın tadına, lezzetine alışmış ve onu arayan aile büyüklerinin azalması bence evde sakatat pişirilmesinin unutulmasına yol açıyor.

Sokakta sakatat

Dışarıda yemek yemek, özellikle de sokakta yemek, kültürümüzün bir parçası olarak günümüze kadar ulaşmıştır. Neden dışarıda yemek yenildiğini İlhan Eksen şöyle açıklamıştır: “Dışarıda yiyeceğin ya evi yoktur, ya da barınabileceği bir yeri vardır ama yemek pişireni yoktur. Veyahut kendisi de yemek pişirmesini bilmiyordur. Evinde yemeği vardır belki ama her karnı acıktığında evine ulaşması zor oluyor da olabilir. Bazen de olur ya, canı evde pişmeyen bir yemeği çeker...”⁴⁶

Yukarıdaki sebepler geçerli olsun olmasın, insanoğlu sokakta yemek yer. Bu kültür, bin yıldan fazla bir geçmişe sahip... İstanbul’da sokak satıcıları Bizans zamanında bile vardı.⁴⁷ Daha yakın geçmişe bakacak olursak, özellikle 19. yüzyılda sokaktan yemek yemek veya yiyecek alıp eve götürmek İstanbul kültürünün önemli bir parçasıydı. Neredeyse her tür gıda ürünü, çeşitli giysiler, tuhafiye ürünleri sokakta satılırdı. İstanbul’da 19. yüzyılın ilk yarısında piyasada satılan ve ‘narh’, yani yetkili makamlarca tespit edilen fiyatlarla belirtilen bazı temel gıda maddeleri arasında suda pişmiş, ütülenmiş koyun ve keçi paçaları, kelleleri bulunuyor.⁴⁸ Bu bilgi 19. yüzyılda sakatatın çok rağbet gördüğünün önemli bir göstergesidir.

Reşat Ekrem Koçu, 1944-1971 yılları arasında sokak satıcılarını kaleme aldığı İstanbul Ansiklopedisi’nde, ayak esnafı maddesinde konuyu detaylıca anlatır.⁴⁹ Koçu’ya göre sokak satıcıları Anadolu’dan ya da imparatorluğun diğer vilayetlerinden İstanbul’a

46 Eksen, İlhan. *İstanbul’un Tadı Tuzu Saray Sofralarından Sokak Yemeklerine*, s.71, Everest Yayınevi, İstanbul, 2008.

47 Bozis, Sula. *İstanbul Lezzeti, İstanbullu Rumların Mutfak Kültürü*, s.27, Tarih Vakfı Yurt Yayınları, İstanbul, 2000.

48 Samancı, Özge. 1835 Yılına Ait Bir Narh Defterine Göre İstanbul’da Bazı Gıdaların Fiyatları, *Yemek ve Kültür*, Sayı: 17, 2009.

49 Koçu, Reşat Ekrem. *İstanbul Ansiklopedisi* (İstanbul’un Alfabetik Kütüğü) Cilt: III (Aşiret Mektebi-Baba). Neşriyat Kollektif, İstanbul, 1960.

para kazanmak için gelen bekâr erkeklerdir. 19. yüzyıl sonlarında İstanbul'u ziyaret eden İngiliz seyyah Marie Adelaide Walker, bu sokak satıcılarının sayısını 60.000 -70.000 olarak vermektedir.⁵⁰

Eski İstanbul'da sokakta satılan sakatat çeşitlerini kokoreç, baş pilavı, ciğer, söğüş ve paça olarak saymak mümkündür. Baş suyuyla pişmiş pilav satanlar genellikle Karamanlılardan oluşurdu ve Galata, Perşembe Pazarı, Yeni Cami ve Unkapanı çevresinde özellikle geceleri satışa çıkarlardı. Bu pilavcılar tablalarının etrafına baş ve beyinleri dizerek süslerler, kaşıkla tablanın kenarına vurup ses çıkararak müşteri çekerlerdi.⁵¹

Ciğer kebabı satanlar Arnavutlar'dan, Safranbolulular'dan veya Karamanlılar'dan oluşurdu. Karaciğer ve akciğeri birlikte doğrayarak bol miktarda tuz ve kırmızıbiber ile tatlandırıp una buladıktan sonra yağ içinde kavururlardı. Soğan ve maydanozdan garnitür yapıp ciğerin üzerinde servis ederlerdi. Biraz daha zahmete katlanmayı seçen esnaf ise, ciğeri kısa bir süre karbonatlı suda beklettikten sonra pişirirdi. Koçu, ciğerin çok sevilen bir yiyecek olduğunu, "Dişleri sağlam olupta ciğer kebabı yemeyeni görmedim" diyerek anlatır.⁵²

Ciğer kebabını yoğun olarak Arnavut kökenli esnafın satmasıyla, zaman içinde bu yemek 'Arnavut ciğeri' olarak ünlenmiştir.

İstanbul esnaflarının anlatıldığı bir diğer kaynak da İstanbul'un 100 Esnafı'dır. Ciğerciler için Arnavut asıllı ailelerde mesleğin babadan oğula geçerek devam ettirildiği belirtilmiş ve bugün kimi semtlerde ve kahvehanelerde hâlâ ekmek arası ciğer satanlara rastlandığından bahsedilmiştir.⁵³

Etimolojik kökeni Yunanca ve Arnavut ağzında mısır koçanı olarak geçen *kokorótsi*'den gelen kokorece, bu isim sargı şeklinden ötürü verilmiş olmalıdır.⁵⁴ Türk edebiyatında ilk kez Ömer Seyfettin'in *Lokanta Esrarı* adlı hikâyesinde (Atinalı bir Rum'un lokantasında yer almasıyla) bahsedilir.

50 Walker, Marie Adelaide. "Seyahatnamelerden Seçmeler-3: Pera'da Sokak Satıcıları", (çev. Aslı Kutay), *Yemek ve Kültür*, Sayı: 11, 2008.

51 Koçu, Reşad Ekrem. *İstanbul Ansiklopedisi* (İstanbul'un Alfabetik Kütüğü) Cilt: III (Aşiret Mektebi-Baba), s.1414, Neşriyat Kollektif, İstanbul, 1960.

52 Tatlı, Nilgün. *İstanbul'un 100 Lezzeti*, s.54, Kültür A.Ş., İstanbul, 2010.

53 <http://www.nisanyansozluk.com/>

Kokoreç, günümüzde sakatatın sokakta satılan versiyonu olarak en bilinenidir. Osmanlı döneminde sokakta satıldığına yönelik bir bilgi bulunamamıştır, ancak hangi yılda olduğunu söyleyemsek de Yunanistan'dan gelip, İstanbul ve İzmir gibi şehirlerin mut-fak kültürlerinin bir parçası haline geldiğini söylemek mümkündür. Sokakta satılan kokoreç, onun için özel hazırlanmış mangallı tezgâhlarda, kömür ateşinde, şişler mangalın üzerinde yatay bir konumda asılı bir şekilde ve döndürülerek pişirilir. Kızartmadan sonra kesit kesit alınarak bol baharatlanır ve bıçakla minik küp şeklinde doğranır. Küçük küp kesilmiş domates, sivribiber, kimyon, kekik ve acı pulbiber ile tatlandırılarak servis edilir. Ayaküstü yendiğinden, genellikle ekmek arası olarak tüketilir.

Gerçek müdavimleri bu lezzete domates ve biber karıştırmak istemezler, satırla kıyılmış kokorecin üzerine biraz kimyon ekerek keyfine varırlar.

Son 10 yılda kokoreçe rağbetin artmasından ötürü 'kokoreç piyasası' denilen bir alan meydana gelmiştir. Bir şekilde kendiniz yapmak ya da restoranınızda hazırlamak isterseniz, kokoreçe uygun bağırsak bulmakta güçlük çekebilirsiniz! Çünkü restoranlar ile ilgili kıysımda bahsedeceğim üzere, kokoreç bir piyasa haline gelmiştir ve özellikle Şampiyon, Mercan gibi şubeleri olan kokoreç restoranlarının tekelinde dönmektedir.

İstenirse hazır sarılmış ve dondurulmuş, rulo şeklinde, pişirmeye uygun kokoreçi sakatat satan ciğerci esnafından temin etmek mümkündür. Seyyar kokoreççiler de genelde bu tarz donmuş kokoreci tercih etmektedir.

Sakatat satan sokak esnafında son olarak seyyar söğüş kellecilerden de bahsetmek gerekir. İstanbul'da gözlemlediğim kadınlarla biri Dolapdere'de biri de Ömer Hayyam yokuşunda olmak üzere iki söğüşçü bulunmaktadır. Haşladıkları kuzu ve koyun kellelerinin beynini, dilini ve etlerini ayırıp seyyar tezgâhının camekânına dizerek, yanında baharatlar ve fırından yeni çıkmış pide veya ekmek eşliğinde müşterilerinin beğenisine sunarlar. Genellikle pide arasında karışık ya da müşterinin isteği üzere beyinsiz olarak sadece kelle eti ile üzerinde kimyon ve kekik, isteyene de acı pul biberle servis edilir.

Günümüzde seyyar yiyecek satıcıları hâlâ İstanbul kültürünün bir parçasını oluşturmaktadır. Reşat Ekrem Koçu'nun tek tek maddelediği birçok esnaflık kolu kalmamışsa da kokoreç, kestane, simit, nohutlu pilav, midye dolma gibi örnekleriyle bir şekilde yaşamaya devam etmektedir.

Restoranlar/ Esnaf lokantaları

Seyyar satıcılar haricinde, dönemin aşevleri sonrasında esnaf lokantası niteliği taşıyan çorbacılar ve kebabçılarda, sakatat en çok rağbet edilen yiyecek maddelerinden biri olmuştur. Eski İstanbul'da her nevi kebabın servis edildiği kebabçılar dışında başçılar, paçacılar ve işkembeciler zamana direnir günümüze kadar var olmaya çalışmıştır. Ancak bunu başaranın birkaç paçacı haricinde işkembeciler olduğu söylenebilse de şimdi onlar da günümüz fast food rüzgârına direnmeyi sürdürmektedirler.

Paça, İstanbul mutfağında çok itibar görmüş bir yemektir, öyle ki, Mısır Çarşısı'nın bir kapısına 'paçacılar kapısı' denilmiştir.⁵⁴ 17. yüzyıl esnafı hakkında önemli bilgiler veren Evliya Çelebi, 300 paçacı, 90 kelleci olduğunu yazmıştır.⁵⁵ Paçacılar günümüzde kelle paçacı olarak da bilinmektedir. Bu sallaş lokantalar, eskiden genellikle her semtte bulunur ve müdavimleri arasında talebeler ve semt esnafı olurdu. Bunların dışında paçacıların müşterileri, kemik kırığı sebebiyle çabuk iyileşmek isteyenlerdir. Günümüzde her semtte olmasa bile işlek merkezlerde halen bulunmaktadır. Genel deyişle kelle paçacılar 'kelle paça' çorbası haricinde, tıpkı işkembecilerde olduğu gibi yan yemekler de bulunur.

Çorba haricinde sipariş edeceğiniz tandır ya da haşlanıp söğüş olarak pişirilmiş kuzu, koyun kelleleridir. Kelle paça dışında beyin salatası, ciğer ya da tatlı olarak zerde yemek de mümkündür. Günümüzde ayakta kalmayı başaran paçacılar, talepten olsa gerek, işkembe çorbası bulunabilir. Ancak kimi paçacılar işkembe çorbası istendiğinde ters bakışlarla karşılaşılmaması da mümkündür ki, bu tecrübeyle sabittir.

İşkembeci ve kelle paçacı esnafı her ne kadar aynı meslek kolunda olsalar da bazen birbirlerini sevmez tavırları gözlemlenebilir, bu

54 Tatlu, Nilgün. *İstanbul'un 100 Lezzeti*, Kültür A.Ş., İstanbul, 2010.

55 Yerasimos, Marianna. *Evliya Çelebi Seyahatnamesinde Yemek Kültürü* (Yorumlar ve Sistematik Dizin), s.113, Kitap Yayınevi, İstanbul 2011.

nedenle paçacıda işkembe çorbası istemek ayıp karşılanabilir, ancak bu bir genelleme olarak görülmemelidir.

Paça çorbası (kimileri paça çorbasını çorba kategorisinde saymaz, sulu yemek olarak nitelendirir), esnaf jargonunda 'patik' olarak bilinir. Özellikle müdavimler, paça çorbasını patik diye ısmarlarlar. Kelle ile birlikte karışık geldiği gibi, sadece paça çorbası olarak da servis edilir. Kelle paça karışık versiyonunda ise aksini belirtmedikçe kellenin tüm uzuvları (beyin, dil, yanak) çorbanın içine didilmiş halde servis edilir. Bir de yemek kitaplarında sıkça karşımıza çıkan, 'Beykoz paçası' adıyla anılan versiyonu vardır. Bu yemek, Rum şef Eftim usta tarafından 1900'lerde meşhur edilmiştir. Dükkânını Eftim ustadan devralan ve şimdilerde 'Tolon İşkembe Salonu' olarak hizmet veren müessesin sahibi, Eftim usta ve Beykoz paçası ile ilgili bir gazeteye verdiği demeçte şöyle anlatıyor:⁵⁶ "Eftim Usta 1900'lü yılların başında yaşamış. Ustanın namı saraya kadar ulaşmış. Abdülhamit paçayı özellikle Beykoz'dan getirtir, Eftim Usta'nın elinden yapılmış olmasını istemiş. O tarihlerde paça çorbası Beykoz çayırılarında otlayan keçilerin ayaklarından yapılırmış. Keçiler doğal ortamda yetiştikleri için çorba daha da lezzetli olurmuş. Eftim Usta, 1933 yılında Türkiye'den göç etmek zorunda kalmış. Giderken de o sıralar köftçilik yapan dedeme dükkânını devretmiş..."

İstanbul'da çorbacı denildiğinde akla ilk işkembeciler gelir. Eski İstanbul'da özellikle Ramazan ayında oruç tutan halk için önemli bir yer tutardı, öyle ki, top atılmadan önce ellerine kâselerini, tencerelerini alan halk bu çorbacıların önünde sırada beklerlermiş.⁵⁷

17. yüzyılda Evliya Çelebi, işkembecilerin 800 çalışanının olduğundan bahseder, sadece rakamsal bilgiler vermekle kalmaz, aynı zamanda işkembe çorbasının yapımından da detaylı olarak bahseder. Örneğin Seyahatname'den, dönemin aşçı esnaflarına ilişkin önemli bilgiler ediniyoruz. Evliya Çelebi, 300 işkembeci dükkânının ve buralarda çalışan 800 kişinin olduğunu, ayrıca 90 başçı dükkânının ve 500 çalışanın olduğunu belirtiyor.⁵⁸

56 <http://arama.hurriyet.com.tr/arsivnews.aspx?id=-73800>

57 Eksen, İlhan. *İstanbul'un Tadı Tuzu, Saray Sofralarından Sokak Yemeklerine*, s.95, Everest Yayınevi, İstanbul, 2008.

58 Yerasimos, Marianna. *Evliya Çelebi Seyahatnamesinde Yemek Kültürü* (Yorumlar ve Sistematik Dizin), s.113, Kitap Yayınevi, İstanbul 2011.

Çelebi'nin, İstanbul'daki işkembeci dükkânları ile ilgili verdiği bilgiler bununla da kalmaz. Rum dükkân sahiplerini, müdavimlerini, hatta işkembeleri taşıyan ünlü eşekleri de anlatır... Müdavimlerin genelde fakir ve sarhoşlar olduğundan, sarhoşların içki sersemliğini def etmek için sabah erkenden işkembe ve paça yediğinden bahseder. Hazırlanışı konusunda da detaylı bilgiler verir. İşkembe kancasıyla, kazanlar içinden pişmiş işkembe, kırkbayır, şirden, döşbaşları ve yutak yerleri çıkarılıp bıçaklar ile doğrandıktan sonra kâseye konularak üzerine maydanoz, biber, tarçın, karanfil ekildiğini yazar. İşkembecilerden ayrı bir esnaf kolu olan başçıları da anlatır ve kelle paçayı 'ta'am-ı atik' olarak tanımlar. Hz. Peygamber'e sunulan yemek olduğunu belirtir. Ayrıca Kütahya'nın ilik gibi paçasını, Ankara'nın paçasını över. Adından fukara ta'amı olarak da bahsedilse, işkembe ve paçanın, hanedan ve saray mensupları dâhil, tüm Osmanlılar'ın sevdiği ve ziyafet ikramlarından eksik etmediği yiyecek olduğunu anlatır.

Evliya Çelebi Seyahatname'sini sistematik bir dizine koyarak yorumlayan Marianna Yerasimos'a göre, bu çorbaların 21. yüzyıla dek süregelmesi, ortak bir damak tadının, değişen beslenme alışkanlıklarına direnişinin bir örneği sayılabilir.

Günümüzde, bir işkembe çorbacısında genelde servis edilenler pilav, kuzu kelle, beyin salatası, kokoreç ve tatlı olarak da zerde şeklinde sıralanabilir. Paça çorbası, bir istisna olarak her işkembecide bulunmaz.

İşkembe salonları da diğer sakatat esnafı dükkânları gibi salaştır. Esnafa yönelik olmasından ötürü kimilerince erkek dünyasına ait mekânlar olarak algılanır. Bu önyargıyı kıran işkembecilerden biri de İstanbul'da işkembe çorbası deyince akla ilk gelen 'Lale İşkembecisi'dir.

1960 yılında modern, temiz ve az kokulu bir ortamda sunulmak üzere Büyükparmakkapı Sokağı'nda ilk Lale İşkembecisi açılır.⁵⁹ Hem de dönemin en moda gece kulübünün yanı başında, Kulüp Reşat'ın yanında... İstanbul sosyetesı böylece artık geceleri eğlence dönüşü işkembe çorbası içebiliyordu.

59 Eksen, İlhan. *İstanbul'un Tadı Tuzu, Saray Sofralarından Sokak Yemeklerine*, s.95, Everest Yayınevi, İstanbul, 2008.

Çorba kazanının dükkânın girişinde yer aldığı bol kokulu işkembecilerin hoş bir yanı da ustanın pişen işkembecileri çorba ya da tuzlama olmak üzere maşa ile çıkartıp doğrarken, satın hem tahtaya hem de bir maşaya vurup çıkardığı, kendine özgü doğaçlama ritimler taşıyan seslerdi. Başka sesler de vardı! Değişik bir müziği andıran, garsonların müşteriden aldığı siparişleri kazanın başındaki şefe iletmede ahenkle bağırarak kullandıkları özel deyişler...

Kokoreç isteyeninin siparişi “Kes biiiiir”, tandır baş isteyeninin “Yarım ayıkla”, çorba için ise müşterinin talebine göre “Şirdenden bir tuzlama çek, sarımsağı sirkesi bol olsun...” yaygın kullanılan deyişlerdir.

Mahmutpaşa Yokuşu’nda, 1951 yılından 1964 yılında kadar aile meslekleri işkembeciliği icra eden ve anılarını İstanbullu Bulgarlar ve Eski İstanbul adlı kitapta toplayan Georgi P. Kostandov, dönemin işkembe dükkânlarını detayları ile bize şöyle anlatır: “Günümüzde gazlı tesisatla yapılmış güvenli bir şekilde kaynayan kazanlar, eskiden meşe odunları yakılıp alevleri kontrol edilerek zahmetli bir şekilde kaynardı. Zorluğu bir yana, dalgınlığa mahal verilmeyecek kadar riskli bir meslekti aynı zamanda. Her işkembecinin kalfa adı verilen maaşlı bir personeli olur ve gerekli sakatatı mezbahadan temin ettikten sonra, işkembecilerin sıcak su kazanlarında işlem görmesini sağlayarak dükkâna ulaştırırdı. Sakatat küçük kasalı kamyonların devreye girmesinden önce at arabasında taşınırdı. Temin edilen işkembeciler 70-75 santigrat derecedeki kazanlarda bekletilerek kazanır, dış yüzeyindeki iç yağları alınır, bıçakla tekrar kazanır ve temiz su havuzunda bekletilirdi. Çorba için işkembe haricinde, hayvanın 4. midesi şirden ve sarma bağırsaklar da kazana konularak pişirilirdi. İşkembeci kazanında bir kerede ortalama 150 litre su eşliğinde 10 adet dana işkembesi ve 80 adet koyun takımı pişirebilir. Üzerindeki yağlar ve köpükler alınarak 3 ayrı kademede pişirildikten sonra, işkembe çorbası servis edilebilirdi. Yanında usule uygun olarak sarımsaklı sirke veya sadece limonla tatlandırıldı. İşkembe çorbası ile birlikte kelle tandır ve kokoreç de servis eden dükkânımız 16:30’da servisi durdurur ve ertesi gününün hazırlıklarına geçilirdi. Babam 1964’te ölene kadar dükkânımız bu şekilde çalıştı...”

İşkembe çorbasının da kendi jargonu ve buna bağlı çeşitleri vardır. Tuzlama, iri kıyım kesilmiş işkembe çorbasına denir. Damardan veya damar tuzlama işkembenin en makbul sayılan bölümünü, ka-

lın tarafını niteler. Bunların dışında satırla kıyılan çeşitleri orta kıyım veya ince kıyım işkembe olarak da ısmarlanabilir. Midenin 4. bölümü olan şirdenden de işkembe çorbası yapılır. Şirden işkembe çorbası için kimi yerlerde şirden ya da şirdan demek yeterlidir. Bazı müdavimler makbul saydıkları için şifreli konuşmayı tercih eder ve 'ondan' diyerek ısmarlarlar.

Bu kitabı yazma sürecimde geleneksel işkembe ve paçacıların sayıları azaldı ve azalıyor, yerine yenileri açılmıyor derken ne mutlu ki, Prof. Dr. Canan Karatay, rahmetli Prof. Dr. Ahmet Aydın, Prof. Dr. Ahmet Rasim Küçükusta, Yard. Doç. Dr. Yavuz Dizdar ve Dr. Ümit Aktaş gibi değerli uzmanların kitaplarında, medya ve basın organlarında gündeme gelen tavsiyelerinden sonra özellikle son birkaç yılda işkembe, kelle paça, ciğer, yani sakatat yine revaçta.

İstanbul'da özellikle Taksim ve Bağdat Caddesi şubeleri ile hizmet veren ünlü Lale İşkembecisi; Beyoğlu Balık Pazarı'ndaki Cumhuriyet İşkembecisi; Aksaray'da hizmet veren Paçacı Hasan Usta; Şişli, Fındıkzade, Fatih, Zeytinburnu, Ümraniye, Etiler, Gültepe, Esenyurt, E5 şubeleri ile hizmet veren Sarhan İşkembecisi; Bahçelievler ve Bağcılar'da hizmet veren VIP İşkembe; Balat'ta hizmet veren Tarihi Haliç İşkembecisi; Bahçeşehir'de hizmet veren Tarihi Rumeli Üsküp İşkembecisi popüler mekânların başında geliyor.

İşkembeciler haricinde sakatat kategorisinde hizmet veren ve kültürümüzde önemli bir yere sahip kokoreççiler de var pek tabii. Özellikle Şampiyon ve Mercan gibi kokoreç piyasasını ellerinde tutan büyük zincirler açılmaya başlandı. Bu salaş restoranların büyümesi ise 1990'lı yıllara dayanıyor. Şampiyon ve Mercan gibi kokoreç zincirleri olmadan önce işkembecilerin bir spesiyalitesi olarak servis edilirdi. Makedonya kökenli Bulgar Georgi P. Kostandov, baba mesleği işkembeciliği anlattığı kitabında, bize sadece 1950'li yıllarda İstanbul'da bu esnafılık kolunu anlatmakla kalmaz, ayrıca menülerindeki kelle, kokoreç gibi diğer yemeklerin hazırlanışı hakkında çok önemli bilgileri aktarır:⁶⁰ "Önce malzeme olarak gerekli olan ince ve orta kalınlıkta yağlı bağırsakların tamamı, ucu pamuklu ince ve sivri bir

60 Kostandov, Georgi P. "Baba Mesleği İşkembeciliğin İncelikleri", *Yemek ve Kültür*, Sayı:26, 2011.

bıçakla yarılr, temizlenir ve su havuzunda iyice yıkanırdr. İkinci işlem olarak uykuluklar kokoreçler için kullanılan bir ucu genişçe halkalı ince şişe, boydan boya sıkıca geçirildikten sonra, yedi-sekiz adet yağlı bağırsak, uykulukların üstünü örtecek biçimde halkanın içinden geçirilirdi. Son olarak yere dik şekilde tutulan şiş, kendi eksenini etrafında döndürölür böylece şişe takılı malzeme incebağırsakla sarılmış olurdu. İncebağırsak, şiş istenen kalınlığa gelinceye kadar sıkıca sarılır. Çiğ kokorecin ideal kalınlığı, maksimum çap olarak 11-12 cm kadardır. Kokoreçler tandırda pişirildi, orta bölüme yerleştirilen uykuluklarla yağlı bağırsaklar kokorecin kuru-madan, sulu kalarak pişmesini sağlar ve ona çok ayrı bir lezzet verirdi...”

Kostandov’un anlattığı üzere yapılan kokoreç günümüzde malesef eskiye uygun yapılmamaktadır. O da tüketim toplumunun azizliğine uğrayarak daha ucuz malzemelere, bağırsaklar yağlı olmadığı zamanlarda işkemenin artık yağlarıyla sarılmaya başlamıştır. Uykuluk ise artık hiç kullanılmamaktadır.

Kokoreç kadar yaygın olmasa da bazılarının tadını kokorece benzettiği uykuluk da sakatat deyince akla gelen yiyeceklerdendir. Uykuluk denince özellikle akla gelen ilk yer Sötlöce’dir. Uykuluğun, Sötlöce’de var olmasının sebebi zamanında mezbahanın orada konuşlanmasındandır.

Kesilen hayvanların sakatatı taze taze temin edilip kayıklarla Haliç’ten karşıya geçirilirdi ve bu nedenle Sötlöce bölgesi küçük bir ticaret merkezi haline dönmüştü. Zamanla seyyar esnaflar türemiş ve mezbaha sadece hayvanların kesildiği yer olarak değil, çevresindeki hareketle, esnafların ekmek parasını kazandıkları bir bölgeye dönmüştür. Sötlöce mezbahası kapanana kadar seyyar uykulukçuların ünü devam etmiştir. Mezbaha kapandıktan sonra da restoranlarda devam etmeye çalışılmaktadır. Bugün bölgede irili ufaklı otuza yakın uykuluk lokantası ve tek tük de olsa seyyar uykulukçu bulunmakta. Bahar aylarında kuzu mevsimi geldiğinden dolayı bu mekânlarda hareketlilik artar. Bu restoranlarda uykuluk önce haşlanır, ardından soğuk suya tabi tutularak zarından sıyrılıp mangalın üstünde pişer ve baharatlandırılıp servis edilir. Uykuluk, her kuzudan en çok 100 gram kadar çıkar ve nadir bulunduğu için, esnafın bir kısmının işin üçkâğıdına kaçtığı söylenir. Baharatlardan dolayı tadı tam seçmeden yutulan, çoğu zaman uykuluk de-

ğil inek memesi olabilir. Uykuluğun dört mevsim zor bulunması, her hayvandan az miktarda çıkması ve tekstürü bakımından yağı andırmasından ötürü bu iddianın yabana atılmaması gerektiği düşüncesindeyim!

Dördüncü Bölüm:
GEÇMİŞTEN GÜNÜMÜZE
YEMEK KİTAPLARINDA
SAKATAT



Bu bölüm, sakatatla ilgili daha fazla bilgiye doymak isteyenler için 'bonus' özelliği taşıyor! Eski yemek kitaplarına ulaşmak isteyenlere de büyük kolaylık sağlıyor.

Yemek kitapları tarihsel ve kültürel olarak yemeğe olan bakış açısını yansıtan önemli birincil kaynaklardır. Bu kitapları incelemek sadece yemek konusunda bizi aydınlatmakla kalmaz, zamanın sosyolojik yapısı hakkında da bilgiler verir.

İstanbul mutfağı, yemek kitapları aracılığı ile 19. yüzyılda kısmen yazıya dökülmeye başlanır. Bu dönemde yazılan kitaplar çoğunlukla elit mutfak kültürünü yansıtmakta, geleneksel yemek hazırlama usulleriyle birlikte alafranga usulde yemekler ve yeni teknikleri de anlatmaktadır.⁶¹

Harf devrimi öncesi yazılmış yemek kitapları, sonrasındaki değişiklikleri anlamak için çok önemlidir. Bu nedenle konuyu temelden ele alıp önce kısaca 1844-1900 arasında basılmış yemek kitaplarındaki sakatat çeşitlerine göz atmak yararlı olacaktır. Bu kitaplar aşağıdaki tablo ile özetlenmiştir. Bahsi geçen kitaplar, bu konuda detaylı bibliyografik çalışma yapan Turgut Kut'un *Eski Harfli Yazma ve Basma Eserler* isimli kitabından derlenmiştir.⁶²

61 Samancı, Özge. "19. Yüzyıl İstanbul Mutfağında Yeni Lezzetler", *Yemek ve Kültür*, Sayı:6, 2006.

62 Kut, Turgut. *Açıklamalı Yemek Kitapları Bibliyografisi (Eski Harfli Yazma ve Basma Eserler)*, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları:67, Ankara, 1985.

Tablo-4: 1844-1900 arasında basılmış yemek kitapları ve sakatatla yapılan yemekler

	Melceü-t Tabbahin (1844)	A Manual of Turkish Cookery (1864)	Ev kadını (1882-83)	Yeni Yemek Kitabı (1882-83)	Aşçıbaşı (1900)
Çorbalar	Terbiyeli ciğer çorbası	İşkembe çorbası, terbiyeli ciğer çorbası	Ciğer çorbası, işkembe çorbası	İşkembe çorbası	İşkembe çorbası, ciğer çorbası
Et yemekleri				Paça, kuzu ciğeri	
Kızartmalar	Ciğer tavası	Ciğer tavası	Karaciğer tavası	Beyin tavası	Beyin tavası
Kebaplar		Ciğer kebabı	Kokoreç		Ciğer kebabı
Börekler	Paça	Paça	Paça, kuzu ciğeri	Paça	Paça
Yumurta yemekleri			İşkembe yumurta		
Dolmalar	Bumbar ve şirden	Bumbar ve şirden	Paça dolması	Bumbar ve şirden dolması	
Tuzlu ve ekşi yemekler			Ciğerlisi, ciğer kavurması, terbiyeli paçalar, terbiyesiz paçalar, paça terbiyesi, donma paça		
Pilavlar	Baş pilavı	Baş pilavı	Baş pilavı		Kuzu içi pilavı
Yahniler			Paça yahnisi, işkembe yahnisi		İşkembe yahnisi, böbrek yahnisi,
Pilakiler			Paça pilakisi		
Külbastılar			Karaciğer, yürek, böbrek		
Diğer			Bumbar ve şirdenin envai, yalancı ilik		

Tablonun sonucunu özetleyecek olursam, toplam 267 reçeteden oluşan ilk basılı Türkçe yemek kitabı *Melceüt- Tabbahin*'in yüzde 2'lik kısmının sakatatlı reçeteleri kapsadığı görülüyor. Mehmed Kamil tarafından yazılmış *Aşçıların Sığınağı*'nın İngilizce çevirisi olduğu düşünülen ve toplamda 253 reçeteden oluşan *A Manual of Turkish Cookery*'nin de yüzde 2'si sakatatlı yemek tariflerinden oluşmakta.⁶³

İstanbul mutfağının 1850 ve 1880'ler arasındaki değişimlerini görebileceğimiz, toplamda 164 reçeteyi kapsayan *Yeni Yemek Kitabı*'ndaki tariflerin yüzde 4'ü ile toplamda 802 reçeteden oluşan *Ev Kadını* kitabındaki tariflerin yüzde 1,3'ü sakatatlı reçetelere işaret etmektedir. Son olarak 304 reçete içeren Mehmed Tosun'un kaleme aldığı *Aşçı Başı*'nın yüzde 3'lük kısmını sakatat yemeklerinin oluşturduğu şeklinde özetlenebilir.

Sakatatla hazırlanan yemeklere ek olarak *Ev Kadını* isimli eserde mutfakta olması gereken alet edevattan da bahsedilmesi önemli bir ayrıntıdır. Bu alet edevatın kitabın sonunda ayrıca bir ek liste ile belirtildiği görülmekte. Buna göre Ayşe Fahriye, mutfakta üç adet kesme tahtası bulunmasını, birinin et, diğerinin sebze ve sonuncusunun da işkembe kıymak için ayrılması gerektiğini ifade etmiştir. Mutfakta olması gerektiği detaylıca açıklanan bir diğer malzeme de hunidir. Hunilerden birinin bumar dolması, diğerinin de sucuk için bulundurulması gerektiği belirtilmiştir.

Bu örneklerin ışığında evde işkembe ve bağırsağın yapıldığını sadece tariflerinin verilmesi ile değil, o dönemde evde bulunan kapacak bilgisi ile de desteklendiğini söyleyebiliriz.

Türkiye Cumhuriyeti'nin ilanından sonra, 1928 yılında yapılan harf devrimi ile birlikte basılmaya başlanan yemek kitapları, günümüze kadar olan yemek alışkanlıklarındaki değişiklikleri anlamamızda önemli referanslardır.

Bu kitapta 1923-2013 arasında takriben on yılda bire tekabül edecek şekilde en çok baskı yapmış yemek kitapları arasından birer kitap belirlenmiştir. Buradaki asıl amacım yemek kitaplarındaki sakatat tariflerini irdeleyip, günümüze kadar geçen süre içinde oluşan yeniliklere ve değişimlere bakmak oldu. Bu yemek kitaplarının tespitinde *Geleneksel Türk Mutfağı Bibliyografyası Üzerine Bir Deneme* isimli kitaptan yararlandım.

Sakatat tariflerinin irdelenmesine, ilk basım yılı 1933 olan Fahriye Nedim'in, *Alaturka ve Alafranga Mükemmel Yemek ve Tatlı Kitabı* ile başlamak doğru olacak. Kitabın 1933'ten yakın tarihimize kadar yaptığı baskıları toplarsak 133 baskı yapmış olduğu görülmektedir. Kitaptaki toplam 935 tarifi 50 adedini sakatat yemekleri oluşturmaktadır. Kitabın yazılım amacı, ev hanımlarına yönelik alaturka ve alafranga usuldeki tarifleri, hem yemek hem de tatlı üzerine geniş bir yelpazede sunmak. Fahriye Nedim, giriş yazısında kitabını, yaptığı yemeklerle ve hazırladığı güzel sofralarla eşini, dostunu mutlu etmeyi amaçlayan ev hanımlarına büyük bir yardımcı olması maksadıyla yazdığını anlatır. Ayrıca kitabında, mevsimlere uygun olarak hangi yemeklerin yapılabileceğini, aylara bölerek bir liste altında toplamıştır. Bu listede sakatatın genellikle kış aylarında önerildiğini görürüz. Verilen 50 tarif, kendi aralarında çorbalar, sığır eti, dana eti, koyun eti, tiritler, pilav ve makarnalar gibi kategorilerde verilmiştir. Kitapta, sakatatlar isimli ayrı bir başlık olmaması bu yiyeceklerin ayrıca sınıflandırıldığı izlenimi vermemekle birlikte, dana, sığır ve koyun eti bölümlerinin altında verilerek, et ile aynı değeri taşımakta olduğunu düşündürür. Tarifler arasından ilik, paçalı, ciğerli ve işkembeli tiritler ile dilin farklı kullanıldığı yemekler dikkat çeker. *Bağırsak sarması*, fırında *bumbar* tariflerindeki bağırsakların kullanımı, *paça böreğindeki* paçadan hazırlanan börek içi ve Edirne şehri ile ünlenen *Edirne dili* tarifleri, daha önce karşılaştığımız tarifler ve bundan sonra inceleyeceğimiz diğer yemek kitaplarındaki tarifler arasında öne çıkmaktadır.

Bir sonraki on yıl için seçilen yemek kitabı, 1946 yılındaki basımından yararlanılan Ekrem Muhittin Yeğen'in, *Alaturka ve Alafranga Yemek Öğretimi* kitabıdır. Bu, Türk mutfağının klasik yemek kitaplarından biridir. Kitabın ilk baskısı 1945 yılına dayanmaktadır ve 1945-1984 arasında toplamda 100'ün üzerinde baskı yapmıştır. Bugüne kadar baskısı yenilenerek gelmiştir ve günümüzde satılan yemek kitapları arasında da popüler bir yere sahiptir. Kitabın yazarı Yeğen, aynı zamanda akşam kız sanat okulu öğretmenidir ve yemek yapmayı bilmeyenlerin bile, mutfağa girdiklerinde bu kitaptan öğrendiği bilgileri kolayca uygulayarak yemek yapabilmelerini sağlamayı amaçlamıştır. Kitap ayrıca ders kitabı olarak da okutulmaktadır. Kitapta sakatat kullanılarak hazırlanmış toplam 27 tarif bulunmaktadır. Bunlar

arasında İstanbul mutfağında görülen klasik sakatat yemeklerinden İşkembe Çorbası, Çarşı Usulü İşkembe Çorbası, Nohutlu İşkembe, Beykoz Paçası gibi tarifler ile alafranga usulden esinlenmiş Kâğıtta Süt Kuzusu Başı, Venedik Usulü İşkembe, Milano Usulü Beyin Tavası, Böbrekli Omlet gibi tarifler dikkat çekmektedir. Sakatatlı yemek tarifleri genel olarak koyun eti ile sığır eti kategorileri altında verilmiştir.

1943 yılında yazıldıktan sonra, 1950'li ve 1960'lı yıllarda birçok kez yeniden baskıya giren Bahri Özdeniz'in 500 Yemek ve Tatlı Reçeteleri isimli kitabı da sakatat hakkında önemli bilgiler verir.

Fransızca öğretmeni olan Özdeniz'in kaleme aldığı kitabın dikkat çeken bir özelliği, alafranga kültür ile Türk kültürünü kıyaslayıp, her ikisinin nasıl harmanlanabileceği üzerine örneklerle tarifler vermesidir. Kitapta toplam 24 tarif sakatat kullanılarak hazırlanmıştır. Türk usulü bir yemek çeşidi olan tirit, uzun yıllardan sonra yeniden belirmiştir. Paça Tiridi ve Paça Peltesi gibi tarifler ile Koyun Bumbarı Kızartması, diğer sakatat tarifleri arasında öne çıkmaktadır. Sakatat kategorisi olarak ayrı bir bölüm, önceki kitaplar gibi bu kitapta da yoktur. Verilen tarifler koyun aksamı haşlamaları, koyun aksamı soteleri gibi kategoriler altında toplanmış, böylece hem hayvanın cinsi hem de pişirme yöntemi ile birlikte anılmıştır. Bu kitaptaki dikkat çekici bir diğer tarif de Paça Dolması'dır. Cumhuriyet öncesi yazılan yemek kitaplarından Ev Kadını'nda da paça dolması tarifi aynı şekilde verilmiştir.

Tarifin 1882 yılından sonra 1950'lerde yeniden belirmesi, kaybolan lezzetlerin tekrar ortaya çıkabileceğinin önemli bir göstergesi sayılabilir.

Paça Dolması

Haşlanmış paçaları, mafsallarını kesip etleri üstüvane (boru) şeklindeki çıkarmalı. Kalan yumuşak etleri de iyice ve ince kıymalıdır. Bermutat, dolma içi için soğan doğramalı. Tuz, biberini ve tarçınını serpererek paça kıymasına katmalıdır. Bu harcı, az yağda, tencerede pembe oluncaya kadar kavurup indirmeli. Ve mücefe (içleri boşaltılmış) ayak etlerini doldurmalı. Tencerenin alt kısmına da ayak kemiklerini kafes yapıp üzerlerine dolmaları dizmeli. Ve et suyu yerine paça suyundan koyarak kıvamlı pişinceyedek beklemelidir.

(Bahri Özdeniz, 500 Yemek ve Tatlı Reçeteler, Sayfa 124, İkbâl Yayıncılık, İstanbul, 1961.)

1970'li yıllara gelindiğinde, Türkiye'de gelişen turizm sektörünün ve otelciliğin, uluslararası anlamda büyümesinin etkilerini yazılan yemek kitaplarında görmeye başlıyoruz. Necip Ertürk, 1970'li yıllarda dönemin önemli bir açığını kapatarak, 5 yıldızlı bir otel şefinin yurt dışında edindiği tecrübelerle Türk mutfağı konusundaki bilgilerini birleştirmiş ve *Türk Mutfak Sanatı* isimli kitabı hazırlamıştır.⁶³ Kitap, 1979 yılında 10. baskısına ulaşmıştır. Kitapta, Türkiye'de bulunan hayvan ırklarından başlayarak, başta et ve balık olmak üzere temel malzemeler hakkında bilgiler verilmiştir. Ayrıca sakatat konusunda da oldukça zengin bir içeriğe sahiptir, toplamda 34 tarifte sakatat kullanıldığı göze çarpar. Kitabın büyük çoğunluğunda alafranga etki görülmekle birlikte, sakatat tarifleri için daha yerel odaklı kalındığını ve Türk kültürünü temsil ettiklerini söyleyebiliriz. *Antakya Usulü Cartlak (Gırtlak) Kebabı*, *Uykuluk Sotesi Trakya*, *Terbiyeli Beykoz Paçası* bunlara örnektir. Özellikle *Kuzu Sarması* tarifi daha önceki yıllarda yayınlananlara kıyasla oldukça detaylıdır. Ayrıntılı bir fotoğrafı dahi gösterilmiştir. 34 tarifi yaklaşık 25'i sakatat kategorisinde verilmiştir. Ayrıca alevli yemekler ve soğuk mutfak gibi kategoriler altında *Alevli Dana Böbreği*, *Süslenmiş Bütün Dil* gibi tarifler dikkat çekmektedir.

İlk baskısı 1976 olan İlyas İmer'in hazırladığı *Türk Sofrası* da yukarıda saydığımız alafranga etkilerden nasibini alır.⁶⁴ Kitap, 1970'li yıllarda 8 kez, 1980'li yıllarda ise 11 kez baskı yapmıştır. Kitabın adının *Türk Sofrası* olması ve ardından gelen açıklamada alaturka ve alafranga tarifler ibaresinin geçmesi aslında bu değişimin ne kadar iç içe olduğunu da açıklamaktadır. Nitekim daha önce karşımıza genellikle haşlanmış veya füme şeklinde çıkan sığır diline, ayrıca *Sığır Dili Sote* ve *Salçalı Sığır Dili* tarifleri de eklenmiş böylece sakatat alafranga etkisiyle yeni pişirme teknikleri ile buluşmuştur. Bunun yanı sıra kitapta bugüne dek ilk kez karşılaştırdığımız bazı tarifler de göze çarpmaktadır; *Pastırmalı Ciğer*, *Üzümlü Ciğer*, *Ekmekli Beyin* bunlara örnek olarak verilebilir. Bu yemeklere bakıldığında tariflerin alafranga usulle alaturkanın bir sentezi olduğunu söyleyebiliriz.

63 Ertürk, Necip. (Necip Usta) *Türk Mutfak Sanatı*, Kırıl Matbaası, İstanbul, 1978.

64 İmer, İlyas. *Tatlıdan Tuzluya Türk Sofrası Alaturka - Alafranga Yemekler ve Tatlılar*, Geçit Kitabevi, İstanbul, 1979.

1980'li yıllara gelindiğinde sakatatın artık ayrı bir kategori altına girdiğini görüyoruz. Bu dönem için beslenme ve ev ekonomisi öğretmeni olan Sevim Tanör'ün yazdığı *Ağız Tadı* kitabı seçilmiştir.⁶⁵ Sevim Tanör de kitabını, Yeğen'inki gibi benzer sebeplerle yazmıştır. Kitabında, 400'den fazla yemek tarifi barındıran kapsamlı ve geleneksel Türk mutfağına özgü tarifler haricinde, birçok yabancı mutfakların seçkin ve değişik örneklerini vermeye dikkat etmiş ve öğrencilerine olduğu kadar yemek konusuyla ilgilenen ağız tadı meraklıları ve genç ev hanımlarına yönelik olarak hazırlamıştır. Sevim Tanör'ün kitabındaki sakatat reçeteleri, toplam 442 tarifi içinde 20'yi geçmemektedir. 1980'li yıllarda kitabın 3 baskıya ulaşması ve sakatatın yazarın deyimiyle seçkin ve değişik bir içerikle 20 tarifli yer alması önemlidir. Kitapta verilen Kuzu Ciğeri Çorbası ile İskembe Çorbası alaturka tariflere örnek olarak gösterilen tarifler, İtalyan Usulü İskembe Çorbası da alafranga usulde verilen tariflere örnektir. Ayrıca bir diğer dikkat çekici tarif de *Beyin Çorbası*'dır. Bu tarife İstanbul mutfakları kapsamında ilk kez rastlanılmıştır. Yapılış tekniğine baktığımızda da klasik İstanbul çorbalarının temelinde yapılan kavrulmuş un ve tereyağı karışımına, et suyu ve zarlara çıkarıldıktan sonra kesilen beyin eklendiğini görürüz. Son olarak da terbiyesi için çırpılmış yumurta sarısı ve limon katılması bu tarifi bir İstanbul geleneği olabileceği izlenimini verir. Kitaptaki beyinli tarifler sadece çorba ile kalmamıştır. *Ispanaklı ve Pürelili Beyin, Beyinli Sufle, Beyin Tava, Beyin Graten, Beyin Lokması, Beyinli Patates Köftesi ve Pürelili Beyin Salatası* da diğer örnekler olarak sıralanabilir. 20 sakatatlı tariften 8'inin beyinle hazırlanmış olması dikkat çekicidir. Sufle, graten gibi tekniklerin alafranga usulden geldiği belirgindir. Diğer örnekler de geleneksel olan tariflere işaret etmektedir. Alafranga usulü örnek olarak verilebilecek diğer tariflere de Ciğer Rostosu ile yine ilk kez karşımıza çıkan Ciğer Pudingi örnek olarak verilebilir.

Buraya kadar değerlendirdiğimizde sakatatlı reçete sayısının 1980'li yıllarda azalmaya başladığını söyleyebiliriz. Ancak yine de çorbadan ana yemeğe, pilavdan çeşitli beyinli tariflere kadar hem alaturka hem de alafranga örneklerinin korunduğunu belirtmek gerekir.

65 Tanör, Sevim. *Ağız Tadı*, Sistem Yayıncılık, İstanbul, 1985.

1990'lı yıllar için seçilen kaynak 1992 yılındaki ilk baskısının ardından 2011'e kadar 13 kez tekrar basılan Leman Cılızoğlu'nun *Kolay ve Ekonomik Yemekler* adlı kitabıdır.⁶⁶ Kitap artık günümüze yaklaşıırken sakatatın azaldığını destekleyen bir kaynaktır. Öyle ki, sakatat, çorbalar kategorisinden tamamen çıkarılmış ve tavuk derisiyle hazırlanmış *Tavuk Derisinden İşkembe Çorbası* adlı bir tarif verilmiştir. Kitabın başlığı olarak konan 'kolay' ibaresi doğrultusunda işkembenin evde hazırlanması zor olduğundan böyle bir tarif verildiği sonucu çıkmaktadır. 1990'lı yıllardan itibaren kendi ailemin de nasibini aldığı kolesterol ve sağlık sorunları sebebiyle, o dönemdeki uzmanların önerilerine istinaden sakatat kullanımının azaldığı farz edilse de işkembe yerine 'gayet yağlı tavuk derisi' kullanılmasının önerilmesi düşündürücüdür. 406 tarif içeren kitabın sadece 6 tarifini oluşturan sakatatlı reçetelerin diğerleri, bugün varlığını zor da olsa sürdüren *Arnavut Ciğeri*, *Böbrek Izgarası*, *Beyin Haşlaması*, *Beyin Tavaşı* ve paça ile hazırlanan yemeklerdir. Bu durum 1990'lı yıllardan itibaren sakatatlı yeni tariflerin geliştirilmemesi ve geleneksel tariflerin günümüze kadar azalarak gelmesine bir açıklama sunmaktadır.

2000'li yıllara gelindiğinde geleneksel tarifleri de barındıran bir yemek kitabı bulunmasında zorluk çekilmiştir. Değişen yemek akımları ile birlikte İstanbul'da farklı mutfaklara olan ilgi artmış, geleneksel mutfak, halk mutfağı kitaplarında bahsedilir hale gelmiştir. İstanbul mutfağına has lezzetler de bu durumdan nasibini almış ve giderek kaybolmuştur. 2000'li yıllar için yararlanılan kitap Bolulu aşçı Aydın Yılmaz'a aittir ve *İşyerimiz Mutfak Sanatımız Pişirmek*⁶⁷ adını taşımaktadır.

Aydın Yılmaz, ömrünü mutfağı adanmış, birçok derneğin ve aşçılık eğitimi veren okulun kurulmasına ön ayak olmuştur. Kitabın 2000'li yıllarda yazılması, yazıldığı yıla ışık tutsa da 1950'li yıllardan itibaren öğrendiği ve uyguladıklarının birikimini simgelediğini de belirtmek gerekir. Bu nedenle, kitabın içinde verilen bilgilerin 1950'den 2000 yıllarına kadar olan dönemi yansıttığını söyleyebiliriz. Aydın Yılmaz, kitabında 11 adet detaylı sakatat tarifi verse de aslında konu hakkında

66 Eryılmaz, Leman Cılızoğlu. *Kolay ve Ekonomik Yemekler*, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2011.
67 Yılmaz, Aydın. *Aşçının El Kitabı, İşyerimiz Mutfak, Mesleğimiz Aşçılık, Sanatımız Pişirmek*, Öztiryakiler Endüstriyel Mutfak Kültürü Yayınları, İstanbul, 2000.

bilgisi çok daha fazladır. Sakatatlar ile ilgili hem detaylı bilgi, hem de hangi tariflerin yapılabileceği konusunda ayrıca üç-dört sayfalık zengin bilgi vermiştir. Verdiği 11 adet tarif, aslında 70'in üzerinde tarif arasından seçtikleridir. Uzun yıllar hem Türk hem de yabancı otel ve restoranlarda çalışmasının bir sonucu olarak verdiği tarifler, her iki kültürden de örnekler taşımaktadır. Soğanlı Dana İşkembesi, Böbrekli Mantarlı Sote ile Beyinli Beykoz Kebabı bunlara örnektir.

2000'li yıllar için seçilen bu kaynaktan sonra günümüze geldiğimizde yemek kitaplarının daha tema odaklı yazıldığı görülmektedir. İstanbul mutfağını ya da Türk damak tadını yansıtan kitaplardan çok, yurtdışında yazılmış ve popülerleşmiş kitapların Türk toplumuna uyarlanmış halleri oldukları söylenebilir. Bu şartlarda günümüz için kitap seçmekte zorluk yaşanmıştır. Bu nedenle ev mutfağını daha çok yansıtan ve uzun yıllardır televizyonda ev hanımlarına hitap eden bir yemek programı sunan Oktay Aymelek'in (Oktay Usta) kitapları uygun bir seçenek olarak belirmiştir. 2006 yılında basılan Oktay Usta'yla Lezzet Yolculuğu kitabında, et yemekleri içinde Söğüt Yaprığı Ciğer Sote adlı bir adet sakatat tarifi bulunmaktadır. Ancak 2012 yılında basılan yeni kitabında maalesef sakatat içeren hiçbir tarife rastlanmamıştır.^{68,69} Bu, yukarıda da bahsedilen sebeplerle artık sakatatla olan ilginin kaybolmasına bağlanabilir.

Ancak Mayıs 2012'de İç Hastalıkları ve Kardiyoloji Uzmanı Prof. Dr. Canan Karatay ve Sağlık-Beslenme Editörü Nihal Doğan tarafından yazılan ve yayınlandığı günden itibaren yemek kitapları satış listesinde ilk sırada kalan Karatay Mutfak kitabı, hem geleneksel Anadolu mutfağını, hem İstanbul mutfağını hem de sakatatları gündeme getirmiştir.⁷⁰ Karatay Diyeti'nin pratik uygulama kitabı olarak okuyucuya sunulan Karatay Mutfak kitabının bu kadar ilgi görmesinin sebebi, Türk halkına özel hazırlanmış olmasına bağlanabilir. Kitap 2015 Ağustos döneminde 28. baskısına ulaşmıştır.

Toplamda 182 tarifi yer aldığı Karatay Mutfak kitabında çorbalar bölümünde iki, et yemekleri bölümünde dört olmak üzere

68 Aymelek, Oktay. Oktay Usta ile Lezzet Yolculuğu, Yakamoz Yayıncılık, İstanbul, 2006.

69 Aymelek, Oktay. Oktay Usta ile Mutfak Keyfi, Yakamoz Yayıncılık, İstanbul, 2012.

70 Prof. Dr. Karatay, M. Canan Efendigil. - Doğan, Nihal. Karatay Mutfak, Kalıcı Kilo Verdiren Yemek Tarifleri, Hayykitap, İstanbul, Mayıs 2012 (ilk baskı).

toplam 6 adet sakatatlı tarif yer almaktadır. Paça Çorbası, Kelle Paça Çorbası, Ciğer Kebabı, Ciğer ve Yürek Yahnisi, Söğüş Dil, Tereyağlı Kuzu Böbrek bunlara örnektir.

Son yıllarda yemek sektöründe meydana gelen büyüme ve gastronomi alanındaki gelişmelerle, yemeğe ve yemek kültürüne olan ilginin artmakta olması, yakın zamanda kitaplarda sakatatın daha çok var olacağı, hatta füzyon mutfağının etkisiyle yeni reçetelerinin geliştirileceği kanısını uyandırmaktadır.

Ancak alafranga yemek pişirme şekilleri bir anlamda İstanbul mutfağını zenginleştirirken bazı lezzetlerin de kaybolmasına yol açmıştır. Bu değişime en güzel örnek 'tirit' olacaktır. Et suyu ile ıslatılan ekmeklerin değerlendirilmesiyle hazırlanan bu tarifi, Fahriye Nedim'in kitabında ciğer, işkembe veya paça ile hazırlanan çeşitleri varken, bugün bu tarifler İstanbul mutfağında neredeyse tamamen unutulmuştur.

Yemek kitapları incelemesi sonucunda tespit edilen diğer önemli nokta da yüzyıllar önce ortaya çıkan Arnavut Ciğeri, Paça Çorbası, Nohutlu İşkembe Yahnisi, İşkembe Çorbası gibi tariflerin bugünkü İstanbul mutfağındaki varlığıdır. Bu tarifler İstanbul damak zevkinin bir parçası olarak günümüze gelmeyi başarmış ve zor da olsa varlıklarını korumuşlardır.

Türk mutfağında 19. yüzyılda başlayan Avrupalı etkiden sakatat tarifleri de nasiplenmiştir. Bu alafranga etki Kâğıtta Süt Kuzusu Baş, Venedik Usulü İşkembe, Milano Usulü Beyin Tavas, Böbrekli Omlet gibi tariflerle karşımıza çıkmıştır. Ayrıca pilavlar çok çeşitli sakatatlar ile birlikte yapılırken, 1980'den itibaren sadece Ciğerli Pilav tarifine rastlanmıştır. Bu kitapları kıyaslarken unutilan ve neredeyse hiç kullanılmayan sakatatlar da vardır; şirden, akciğer, uykuluk, dana kuyruğu bunlardandır. Özellikle uykuluğa, Sütlüce bölgesinde bir klasik olmasına rağmen yemek kitaplarında hiç değinilmemesi şaşırtıcıdır.

Özetle, erken cumhuriyet döneminde (1950'lere kadar), sakatatın yemek tarifleri içerisinde hatırı sayılır bir yer oluşturduğu söylenebilir. Cumhuriyetten günümüze yemek kitaplarındaki sakatatlı reçetelere baktığımızda ise hem çeşit olarak hem de tarif sayısı bakımından sakatatın özellikle 1950 sonrası azaldığı, 1980'lerden itibaren günümüze yaklaşırken de hızla kaybolmaya başladığı görülmektedir.

Tablo-5: Cumhuriyet sonrası dönemde yayınlanan yemek kitapları ve içerikleri (özet tablolar)

Kitap adı, yazarı, yayınevi, basım yeri ve yılı		Alaturka ve Alafranga Mükemmel Yemek, Tath, Pasta Kitabı, Fahriye Nedim, İnkılap Kitabevi, İstanbul, 1939.
Toplam reçete sayısı		935
Sakatatlı reçete sayısı		50
Kitapta adı geçen kategori	Çorbalar	İşkembe çorbası, ciğer çorbası, baş çorbası, çarşı işkembe çorbası
	Tiritler	Terbiyeli paça tiriti, ciğerli tirit, işkembe tirit
	Garnitürler	Beyin garnitür
	Sığır eti	Soğanlı sığır dili yahnisi, sığır dili sote, sığır beyni yahnisi, sığır beyni tavası, sığır başı yahnisi, sığır böbreği sotesi, sığır karaciğer tavası, sığır karaciğer ızgarası, sığır işkembe yahnisi
	Dana eti	İlik tavası, ilik yahnisi, terbiyeli dana paça yahnisi, nohutlu dana paça yahnisi, dana beyin haşlaması
	Koyun eti	Paça yahnisi, işkembe yahnisi, ciğer yahnisi, ciğer yahnisi, baş yahnisi, terbiyeli paça, sirkeli sarımsaklı paça, paça dondurması, böbrek ızgarası, yürek ızgarası, taşak (koç yumurtası) ızgarası, böbrek sote, ciğer sote, diğer ciğer sote, ciğer tavası, diğer ciğer tavası, beyin haşlaması, beyin tavası, bumar, bumar fırında, bağirsak sarması, kuzu ciğer tavası
	Kebaplar	Ciğer tavası
	Sakatat yemekleri	Beyinli pilav, başlı pilav, kuzu başlı pilav, ciğerli pilav
	Yumurta yemekleri	Edirne dili
	Pilav ve makarnalar	Paça böreği

Tablo-6

Kitap adı, yazarı, yayınevi, basım yeri ve yılı		Alaturka ve Alafranga Yemek Öğretimi, Ekrem Muhittin Yeğen, Güler Basımevi, İstanbul, 1946.
Toplam reçete sayısı		339
Sakatathı reçete sayısı		27
Kitapta adı geçen kategori	Çorbalar	İşkembe çorbası, işkembe çorbası (çarşı usulü)
	Sığır eti	Beyin haşlaması, beyin tavası, beyin tavası (Milano usulü), sığır dili haşlaması, sığır dili rostosu, böbrek sotesi
	Koyun eti	Kuzu sarması, kâğıtta süt kuzusu başı, beyin haşlaması (koyun), beyin tavası (koyun), beyin mornay salçalı, böbrek ızgarası, ciğer tavası, kuzu ciğer ızgarası (Özkam usulü), Arnavut ciğeri, akciğer yahnisi, nohutlu işkembe, Venedik usulü işkembe, paça haşlaması, yoğurtlu paça, terbiyeli paça (Beykoz paçası), nohutlu paça, paça donması, paça donması (Köseoğlu usulü)
	Yumurta yemekleri	Böbrekli omlet

Tablo-7

5Kitap adı, yazarı, yayınevi, basım yeri ve yılı		500 Yemek ve Tatlı Reçeteleri, Bahri Özdeniz, İkbâl Yayıncılık, İstanbul, 1961.
Toplam reçete sayısı		500
Sakatathı reçete sayısı		24
Kitapta adı geçen kategori	Çorbalar	İşkembe çorbası, ciğer çorbası, baş çorbası
	Salata ve mezeler	Baş pilavı ve beyinli pilav
	Hamur işleri ve börekler	Sığır dili
	Et yemekleri	Kuzu ciğer tavası
	Koyun aksamı soteleri	Beyin tavası, böbrek ve yürek ızgaraları, yürek ızgarası, koyun ciğer tavası, husiye ızgaraları (koç yumurtası), böbrek sotesi, ciğer sotesi, muhtelif ciğer sotesi
	Koyun aksamı haşlamaları	Beyin haşlaması, sade paça, paça tiridi, hafif terbiyeli paça, tam tertip paça, paça peltesi
	Koyun etiyle dolmalar	Paça dolması
	Yahniler	Ciğer yahnisi, paça yahnisi
	Tencere kebabları	Koyun bumar kızartması

Tablo-8

Kitap adı, yazarı, yayınevi, basım yeri ve yılı		Türk Mutfak Sanatı, Necip Usta (Ertürk), Kıral Matbaası, İstanbul, 1978.
Toplam reçete sayısı		1034
Sakatatlı reçete sayısı		34
Kitapta adı geçen kategori	Çorbalar	İşkembe çorbası, terbiyeli (yumurtalı) işkembe çorbası
	Sakatat yemekleri	Bumbar dolması, kuzu sarması, kuzu ciğer yahnisi, kuzu ciğer dilimi tava, kuzu ciğer dilimi ızgara, kuzu ciğeri cartlak kebabı (Antakya usulü), beyin haşlaması, uykuluk tava, beyin tavası, uykulukdomatesvemantarlı, uykuluk sotesi (Trakya usulü), çilavlı uykuluk sarması, paça haşlama, terbiyeli beykoz paçası, işkembe haşlama, sebzeli işkembe yahnisi, nohutlu işkembe yahnisi, dana ciğeri sote güzelbahçe, dana ciğeri meyhane sotesi, kuzu başı tandır, kuzu böbreği şişte, kuzu böbreği küçük, dana böbreği sote dağ kraliçesi.
	Salata ve mezeler	Arnavut ciğer, beyin salatası
	Hamur işleri ve börekler	Beyinli börek içi
	Fümler	Beyinli Beykoz kebabı, çilavlı ve gömlekli kavurma
	Alevli yemekler	Dil füme
	Soğuk mutfak	Alevli dana böbreği
	Sote yemekler	Süslenmiş bütün dil
	Kanepeler	Dana böbreği sote

Tablo-9

Kitap adı, yazarı, yayınevi, basım yeri ve yılı		Tatlıdan Tuzluya Türk Sofrası Alaturka ve Alafranga Yemekler ve Tatlılar, İlyas İmer, Geçit Kitabevi, İstanbul, 1979.
Toplam reçete sayısı		650
Sakatatlı reçete sayısı		32
Kitapta adı geçen kategori	Çorbalar	İşkembe çorbası, imer usulü işkembe çorbası.
	Kebaplar	Gömlek kebabı (koyun eti).
	Sakatat yemekleri	Sığır dili panesi, sığır dili fırında, sığır dili sote, sığır dili salçalı, sebzeli böbrek, soslu böbrek, böbrek sote, sığır beyin tavası, beyin yahnisi, salçalı sığır beyni, ekmekli beyin, beyin haşlaması, ciğer tavası, ciğer yahnisi, ciğer sotesi, İtalyan usulü şişte mantarlı ciğer, üzümlü ciğer, pastırmalı dana ciğeri, nohutlu paça, nohutlu işkembe, bumar, bumar fırında, koç yumurtası.
	Yumurta yemekleri	İşkembeli yumurta.
	Pilav ve makarnalar	Böbrekli makarna.
	Salata ve mezeler	Beyin salatası, ciğerli yumurta.
	Hamur işleri ve börekler	Beyinli-tavuklu börek.
	Kanepeler	Dilli kanape.

Tablo-10

Kitap adı, yazarı, yayınevi, basım yeri ve yılı		Ağız Tadı, Sevim Tanör, Sistem Yayıncılık, İstanbul, 1985.
Toplam reçete sayısı		442
Sakatath reçete sayısı		20
Kitapta adı geçen kategori	Çorbalar	Kuzu ciğeri çorbası, beyin çorbası, işkembe çorbası, İtalyan usulü işkembe çorbası
	Garnitürler	Pürelı beyin salatası
	Pilav ve makarnalar	İç pilav, ciğerli pilav
	Et yemekleri	Beyin tavası, beyin graten, ıspanaklı purely beyin, beyin lokması, beyinli sufle, ciğer tava, ciğer sarması, ciğer rostosu, ciğer pudingi, terbiyeli paça, paça dondurması, nohutlu işkembe yahnisi, beyinli patates köftesi

Tablo-11

Kitap adı, yazarı, yayınevi, basım yeri ve yılı		Kolay ve Ekonomik Yemekler, Leman Cılızoğlu Eryılmaz, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1992.
Toplam reçete sayısı		406
Sakatath reçete sayısı		6
Kitapta adı geçen kategori	Çorbalar	Tavuk derisinden işkembe çorbası
	Sakatat yemekleri	Karaciğer tavası (Arnavut ciğeri), böbrek ızgarası, böbrek sotesi, beyin haşlama, beyin tavası, paça, terbiyeli paça (Beykoz paçası)

Tablo-12

Kitap adı, yazarı, yayınevi, basım yeri ve yılı		Aşçının El Kitabı İşyerimiz Mutfak, Mesleğimiz Aşçılık, Sanatımız Pişirmek, Aydın Yılmaz, Öztiryakiler Endüstriyel Mutfak Kültürü Yayınları, İstanbul, 2000.
Toplam reçete sayısı		415
Sakatatlı reçete sayısı		11
Kitapta adı geçen kategori	Çorbalar	Taze baharatlı işkembe çorbası, kuzu başı paça çorbası
	Sakatat yemekleri	Arnavut ciğeri, dondurulmuş paça (jelatinli paça), böbrekli mantar sote, beyin ezmesi, beyin tavası, soğanlı dana işkembesi
	Et yemekleri	Ciğer sarma, beyinli Beykoz kebabı
	Yahniler	Nohutlu işkembe yahnisi

Tablo-13

Kitap adı, yazarı, yayınevi, basım yeri ve yılı		Karatay Mutfağı Kahçı Kilo Verdiren Yemek Tarifleri, Prof. Dr. M. Canan Efendioğlu Karatay - Nihal Doğan, Hayyikitap, İstanbul, Mayıs 2012 (ilk baskı).
Toplam reçete sayısı		182
Sakatatlı reçete sayısı		6
Kitapta adı geçen kategori	Çorbalar	Paça çorbası, kelle paça çorbası
	Et yemekleri	Ciğer kebabı, ciğer ve yürek yahnisi, sığır dil, tereyağlı kuzu böbrek

Beşinci Bölüm:
TARİFLER



Sakatat Alırken, Muhafaza Ederken ve Pişirirken Dikkat Edilecek Noktalar

Alırken nelere dikkat edilmeli?

- Sakatatı alacağınız esnafla iyi ilişkiler içinde olun. Bol bol soru sorun. Hiçbir esnaf sürekli müşterisine kötü mal vermez.
- Etin dinlenmiş, sakatatın ise tazesı makbuldür.
- Ciğer, dalak, yürek gibi kanlı organlarda taze kan kokusu olmalı, koku ağırlaşmamalı, renk parlak olmalı.
- Temizlenmiş işkembe alırken fazla beyaz görünenlere yaklaşmayın. Temizlemek için kullanılan kostik adlı kimyasal maddenin oranı fazla kaçmıştır ve bu da sağlığa zararlıdır.
- Beyaz sakatatlar (paça, işkembe, kuzu beyin gibi) dondurulmuş halde alınmasında sakınca yoktur.
- Kan içeriği yüksek kırmızı renkli sakatatları ise donmuş halde almamaya özen gösterin. Kandaki su donunca genişler ve bu da çözdürürken hücrelerin içinden daha fazla su çıkmasına, yani lezzet kaybına neden olur.
- Bakteri oluşumu en çok sıcak havalarda etkisini arttıracak için, yazın sakatat alırken yukarıdaki tüm maddelere daha çok dikkat etmek gereklidir. Bahar ve kış aylarında ise sakatatı bol bol tüketmek için sebebiniz çok...

Muhafazası için ipuçları

- Tüm sakatatlar için unutulmaması gereken bir şey var o da etin dinlenmişinin sakatatın ise tazesinin makbul olduğu. Bu öneriyi dikkate almanız birinci şarttır.
- Karaciğeri aldıktan sonra maksimum1 gün buzdolabında saklayabilirsiniz daha sonra hemen pişirmelisiniz. Piştikten sonra ise uygun şartlarda en fazla 2 gün muhafaza edebilirsiniz.
- Buzdolabında çapraz bulaşmayı engellemek için mümkün olduğunca en alt rafta tutmanızda fayda vardır.

- Paça, kelle, işkembe ve dana kuyruğunu aldığınız zaman hemen tüketmekte zorlanırsanız bu parçaları dondurabilirsiniz. Ancak gene de dondurucuda 2 aydan fazla bekletmemenizi öneririm.

Piştirirken nelere dikkat edilmeli?

- Beyin pişirilmeden önce soğuk suda bekletilirse, hem daha sıkı bir hal alır, hem de bütün kanını suya bırakarak şeffaf ve tertemiz bir görünüme ulaşır.
- Akciğeri satın aldığınızda aksini belirtmediğiniz sürece nefes borusu üzerinde gelir. Tencerede akciğeri piştirirken, bu boruyu dik bir şekilde yerleştirirseniz yemeğin fazla köpüğünün bu borudan yukarıya toplandığına şahit olursunuz.
- Kuru ya da tuzda fark etmez, her ne kadar almadan önce temizlenmiş de olsa, gene de bağırsağın temizlenmesi gerekir. Eğer yeterince iyi yıkanmamışsa yemeğinizin 'mundar' olması kaçınılmaz bir sonuç olacaktır. Kullanmadan önce mutlaka bir huni yardımıyla kaynar sirkeli suda, suyunu birkaç kez değiştirerek, içini dışını iyice temizleyerek, tüm pisliklerden arındırmak şarttır.
- Dana kuyruğunu piştirirken, bir nevi kuzu incik pişirdiğinizi düşünebilirsiniz. Kemiğe yakın ve oldukça yağlı olduğu için uzun saatler pişirmek gerekecektir.
- Dil, yapısı itibarıyla aslında bir iskelet kasıdır. Bu nedenle pişmesi zaman alacaktır. Ama piştiğinde lezzetine değeceğinden emin olabilirsiniz. Genellikle haşlama usulü pişirilir. Üzerindeki derisini piştikten sonra soymak gerekir. Bu işlem dil hâlâ ılıkken yapılmalıdır, aksi takdirde deriyi soymak epey zorlaşır.
- Paça, tüm hayvansal ürünlere kıyasla jelatin bakımından oldukça zengindir. Besleyici özelliği, paçanın pişirme suyunda birikir. Ancak jelatinin açığa çıkması ve bizim sindirimimize geçebilmesi için uzun saatler pişirilmesi gerekiyor.
- Belki hijyenik nedenlerle karaciğeri pişirmeden önce yıkamak isteyebilirsiniz ancak bunu kesinlikle yapmamanızı tavsiye ederim! Çünkü ciğer yıkandığında kanı da gideceğinden, hem besleyicilik hem de lezzet olarak geriye pek bir şey kalmaz, pişince karaciğer posaya döner. İslami usul, helal kesimlerde zaten hayvanın kanı yeterince akıtılıyor, herhangi bir çekinceniz olmasın.

Geçmişten Günümüze, Unutulmuş Bazı Sakatatlı Tarifler

PAÇA DOLMASI

Bahri Özdeniz'in Alaturka-Alafranga 500 Yemek ve Tatlı Reçeteleri kitabından...

"Haşlanmış paçaları, mafsallarını kesip etlerini üstüvane (boru şeklinde) çıkarmalı. Kalan yumuşak etleri de iyice ve ince kıymalıdır. Bermutat, dolma içi için soğanı doğramalı. Tuzunu, biberini ve tarçınını serperek paça kıymasına katmalıdır.

Bu harcı, az yağda, tencerede, pembe oluncaya kadar kavurup indir-meli, içleri boşaltılmış ayak etlerini doldurmalı. Tencerenin alt kısmına da ayak kemiklerini kafes yapıp üzerlerine dolmaları dizmelidir. Ve et suyu yerine paça suyundan koyarak kıvamlı pişinceye dek beklemelidir..."

PAÇA BÖREĞİ

Melceü't- Tabbâhîn (Aşçıların Sığınağı) kitabının orijinali 1844 yılında Mehmet Kâmil tarafından yazılmış. Türkçesi ise 1947 yılında Fahriye Nedim tarafından Alaturka Alafranga Yemek, Tatlı ve Pastalar kitabında kullanılmıştır.

"Su böreği yufkası gibi 20 kadar yufka açınız. Kenarlı tepside birer birer te-reyağı ile kızartıp kevgire alınız. Süzdükten sonra, yarısını, aralarına koyu paça suyu serperek kenarlı tepsiye kat kat istif ediniz. Gayet iyi pişmiş paçaları kemik-lerinden ayırıp üzerine bolca döşeyiniz. Kalan yufkaların aralarına paça suyu serperek istif edip fırına sürünüz. İyice pişince üzerine limon suyu gezdiriniz..."

TERBİYESİZ PAÇA

Ayşe Fahriye'nin Ev Kadını kitabından...

"(325) numarada beyan olduğu üzere, francalayı lokma lokma kesüp, tabağa istif edüp, üzerine paçaları dizüp sıcak sıcak suyunu gezdürüp süze süze yumuşadıktan sonra, sarımsaklı sirkeyi gezdirmeli ve üzerine keza ya biber yağı veyahut et yağı geçirmeli. Bir de paçaları tabağa ko-

yup, yağlıca sıcak suyunu ilave ile sirkeyi, sarımsağı gezdürüp veyahut yalnız limon sıkup, üzerine keza biber veya et yağını geçirmeli...”

“**Tembih:** Paçalar fırına verildiği vakit suyu çekilir ise, meşin gibi olacağından, tencerenin lâyıkiyle hamurlanmasına ve üzerine ağır bir şey vaz'ına dikkat olunmak veyahut vida kapaklı tencere ile fırına verilmek lazım gelir. Fırından gelince, tuzunu koyup, birkaç taşım kaynatılmalıdır. Zira fırına verileceği vakit konulmuş olsa parçalar pişmez!”

KARACİĞER TAVASI

Ayşe Fahriye'nin Ev Kadını kitabından... 1883'te zeytinyağının ciğer ile kullanımına güzel bir örnek.

“Kuzu veya koyunun iletmez ciğerini haşlayup ufak lokmala gibi doğrayup yıkamalı. Muahharen, bir temiz bez ile üzerinden suyunu almalı ve tuzlamalı. Dakik-i hassa (una) bulayup rugan-ı zeyt (zeytinyağı) ile tava-da kavurmalı. Tabağa kubbeleyüp, üzerine karabiber ekmeli, yeşil soğan ve dereotunu ince doğrayup ve karıştırıp serpmeli...”

İŞKEMBELİ YUMURTA

İlyas İmer'in Tatlıdan Tuzluya Türk Softası Alaturka Alafranga Yemekler ve Tatlılar kitabından...

MALZEME:

- 6 yumurta
- Yeteri kadar işkembe
- 3 soğan
- 1 kaşık kuyruk yağı, 1 kepçe et suyu
- 1 fincan sirke
- Tuz, biber

HAZIRLAMA:

Temiz işkembeyi haşlayıp süzüp ince kıyınız. Bir tencereye iki üç soğanı ince çentip bir kaşık kuyruk yağıyla hızlı ateşte pembeleşinceye kadar çeviriniz. Sonra kıymayı koyup tuz ve biber serpip yarım kepçe et suyu, bir fincan sirke ekleyip pişiriniz. Sonra yumurta sahanına çekip yuvarlak açıp yumurtaları bu yuvalara kırıncı, katılaşıncaya kadar pişirip servis yapın.





IZGARA KOÇ YUMURTASI (TAŞAK ISKARASI)

Fahriye Nedim'in Alaturka Alafranga Yemek, Tatlı ve Pastalar Kitabı'ndan...

"Taşağı külbastı gibi açınız. Soğan suyu serpiniz, tuz ve biberleyiniz. Bir saat böylece bırakınız. Dört tarafına zeytinyağı sürüp ıskarada pişiriniz. Sarımsak ezmesiyle sofraya veriniz..."

KOSTANDOV ABİ'DEN İŞKEMBE SÖĞÜŞ

"Kullanılan işkembe mümkün olduğunca damar, yani kalın kısmından olacak. Üzerine sirke, sarımsak, karabiber, tuz, kırmızıbiber serpilip, yanında da yeşil sivribiber... Hatta bir de peynir oldu mu gerçekten lezzetli olur. Kimileri üzerine biraz da yağsız işkembe suyundan koydururdu. Gerçekten çok lezzetli bir yemek idi, eskide kaldı bu lezzet..."

MALZEME:

500 gr dana işkembesi

8-10 diş sarımsak

1 ay bardağı üzüm sirkesi
1 tatlı kaşığı kırmızı pulbiber
4-5 bardak su
Zeytinyağı
Tuz
Servisi için sivri biber ve beyaz beynir

HAZIRLAMA:

Bütün işkembeyi el kadar parçalara bölüp yıkadıktan sonra 1 saat kadar soğuk suda bekletin. Sonra düdüklü tencereye alıp üzerine gelecek kadar içme suyu koyun, üzerine ağız tadınıza göre tuz ilave edin. Yaklaşık 30-40 dakika pişirip kendi suyu içinde soğutun.

İşkembe soğuduktan sonra lokmalık parçalar halinde kesin.

Servis tabağına almadan önce sarımsakları iyice dövüp sirke ile karıştırın ve zeytinyağı ile beraber işkembelerin üzerine gezdirin. Kırmızı pulbiber ile de tatlandırın. Yanında Kostandov abinin tavsiyesine uyup sivribiber ve beyaz peynir de yerseniz, tarifi tam hakkını vermiş olursunuz.



AKCİĞER YAHNİSİ

Ekrem Muhittin Yeğen'in Alaturka ve Alafranga Yemek Öğretimi kitabından...

MALZEME:

- 2 adet koyun akciğeri
- 500 gr soğan (4 büyükbaş)
- 180 gr sadeyağ (3/4 bardak)
- 1 çorba kaşığı domates salçası
- 1 çorba kaşığı kekik
- 2 kahve kaşığı karabiber
- 2 demet tereotu
- 6 bardak su
- 1 miktar tuz

HAZIRLAMA:

Bir tencereye fındık büyüklüğünde parçalara kesilmiş ve iyice yıkanmış 2 adet koyun akciğerini koyduktan sonra üstünü su ile doldurmalı ve tencerenin kapağı kapatılmış olarak, orta hararetteki ateşte ciğerleri yarım saat kadar haşlamalı sonra da ciğerleri süzmek suretiyle suyunu döktükten sonra bir tarafa bırakmalıdır.

Diğer taraftan başka bir tencereye, yarım ay şeklinde ince doğranmış 4 büyükçe soğan ile 3/4 bardak sadeyağının yarısını koymalı ve soğanlar sarımsı renk alıncaya kadar aşağı yukarı yarım saat karıştırarak kavurmalı. Sonra soğanlara mütebaki yağ ve haşlayarak bir tarafa bırakmış olduğumuz ciğerleri de ilave ederek, bunları da soğanlarla 10 dakika kavurmalı ve bunlara 1 çorba kaşığı domates salçası, 1 çorba kaşığı kekik, 2 kahve kaşığı karabiber, 6 bardak su ile 1 miktar da tuz ilave etmeli. Ciğerleri pişmiş bir hal alıncaya kadar orta hararetteki ateşte, aşağı yukarı 2 saat pişmeye bırakmalıdır.

Ciğer pişince tencereye kıyılmış 2 demet tereotu katmalı ve bir karıştırdıktan sonra ateşten alarak servis yapılmalıdır.

Klasik Olmuş Sakatatlı Yemek Tarifleri

ARNAVUT CİĞERİ

MALZEME:

- 700 gr kuzu karaciğeri (zarı temizlenmiş, iri küp doğranmış)
- 1 çay bardağı un
- 1,5 tatlı kaşığı tuz (kristal kaya tuzu)
- 1 adet kuru soğan (piyazlık doğranmış ve tuz ile ovulmuş)
- 1 tatlı kaşığı toz veya pulbiber
- 1 büyük adet patates (küçük doğranmış ve kızartılmış)
- Yarım demet maydanoz (ince kıyılmış)
- Kimyon
- Kızartma için sıзма zeytinyağı



HAZIRLAMA:

Zarı temizlenmiş ve küp doğranmış ciğeri tel süzgece alın, varsa fazla kanı süzülecektir, ancak ciğeri asla yıkamayın!

Kızartma yağını, derin çelik tencereye alıp kızmasını beklerken derin bir kapta un, tuz ve kırmızıbiberi karıştırın. Ciğerleri bu karışıma alıp harmanlayın ve kızgın yağa bırakın. Tencerenizin genişliğine göre hareket edin, aynı anda yağın alabileceği miktardan fazla ciğeri tavaya koymayın, yoksa karıştırmakta zorlanırsınız. İçlerini kurutmadan toplamda 3-4 dakika bir iki kez karıştırarak pişirin. Daha sonra pişmiş ciğerleri patates, soğan ve maydanozun üzerine alın. Dilerseniz üzerine kızartma yağından 2-3 çorba kaşığı gezdirin. Eğer hemen yemeyecekseniz, üzerini kapatarak dinlendirin. Bu şekilde Arnavurt ciğeriniz yumuşacık olacaktır. Servis etmeden önce kimyon ve dilediğiniz baharatlarla tatlandırabilirsiniz.

EDİRNE TAVA CİĞERİ

MALZEME:

500 gr kuzu karaciğeri

Un

Tuz (kristal kaya tuzu)

Kızartma için sızma zeytinyağı

HAZIRLAMA:

Kuzu ciğeri buzlukta hafif katılaşana kadar bekletin, böylece daha rahat kesilecektir. Daha sonra yaprak şeklinde yaklaşık 1 cm inceliğinde dilimleyin. Un ve tuzu karıştırın, dilimlenmiş ciğerleri bu karışıma bulayın ve fazla ununu silkeleyin.

Kızgın tavada, dış kısmı çıtır çıtır olana dek 2 dakika kızartın. Bekletmeden direk servis edin. Sofraya kimyon ile kuru kırmızıbiber de getirirseniz, ciğerin yanında iyi bir eşlikçi olacaktır.



Temizlenmiş çiğ işkembe

İŞKEMBE ÇORBASI

MALZEME:

- 1 kg dana işkembe (temizlenmiş)
- 2 çorba kaşığı un
- 2 yumurta sarısı
- 1 limon suyu
- 1 fincan sirke
- 3-5 diş sarımsak
- Tuz, kırmızıbiber
- 2 çorba kaşığı tereyağı
- 4 diş sarımsak (haşlarken kullanmak için)
- Servis için 3 diş sarımsak (dövlümüş) ve 1 fincan üzüm sirkesi

HAZIRLAMA:

Temizlenmiş işkembeyi bol suda birkaç su yıkayın. Tencereye alıp üzerine üç parmak çıkacak kadar su ilave edin, yarım limonun

suyunu ve doğranmış sarımsakları ekleyerek işkembeyi yumuşayana kadar haşlayın.

Haşlanan işkembeyi delikli kepçe ile tenceren çıkarın ve dilediğiniz küçüklükte doğrayın. Tuzlama usulü isterseniz kesme şeker büyüklüğünde, klasik işkembe çorbası usulü isterseniz de ince kıyım şeklinde doğrayın. İşkembenin suyunu tel süzgeçten geçirip, bir başka tencereye alarak kaynatın.

Bu arada terbiyeyi hazırlayın. İki kaşık una, bir limon suyu, iki yumurta sarısını ve 1-2 fincan su ilave ederek pürüzsüz ve topaksız kıvama gelene dek çırpın. Kaynamakta olan işkembe suyuna azar azar ve sürekli karıştırarak dökün.

Doğranan işkembeleri de ekleyerek tuzunu ayarlayıp 5 dakika kaynattıktan sonra çorba servise hazır. Üzerine sirkeli sarımsak ve dilediğiniz baharatları ilave ederek afiyetle için.





KELLE PAÇA ÇORBASI

MALZEME:

- 1 adet koyun ya da kuzu kellesi
- 4 adet koyun ya da kuzu paçası
- 2 litre su
- 2 çorba kaşığı un
- 1 adet yumurta sarısı
- 1 tatlı kaşığı kırmızı toz biber
- Tuz (kristal kaya tuzu)
- Servis için 3 diş sarımsak (dövülmüş) ve 1 fincan üzüm sirkesi

HAZIRLAMA:

İyice yıkanmış kelle ve paçaları düdüklü tencereye alın. Üzerine 1 adet soğan ve 2 litre su ilave ederek yaklaşık 40 dakika haşlayın. Düdüklü tencereniz yoksa yaklaşık 2 saat boyunca ara ara soğuk su ilave ederek haşlayın.

Pişen kelle ve paçaları tencereden alın, biraz soğumasını bekledikten sonra üzerindeki etleri kemiklerinden ayırın ve küpler ha-

linde doğrayın. Tencerede kalan haşlama suyunu süzerek başka bir tencereye aktarın. Üzerine doğranmış kelle paça etini ilave edin ve altını açıp tekrar kaynamaya bırakın.

Kaynamaya başlayan sudan 1 kepçe alın ve terbiyesi için, 2 çorba kaşığı un, 1 yumurta sarısı, 1 tatlı kaşığı kırmızıbiber, ağız tadınıza göre tuz ile iyice karıştırın. Bu terbiye sosunu tencereye yavaş yavaş ilave edin. 5 dakika süre ile tekrar kaynattıktan sonra çorbanız servise hazır.

Ezilmiş sarımsak ve sirke karışımını çorbanın servisi sırasında kullanabilirsiniz.

BEYİN SALATASI

MALZEME:

3 adet koyun beyni
1 litre su
1 çorba kaşığı üzüm sirkesi
Tuz (kristal kaya tuzu)
1/4 demet maydanoz
Yarım limonun suyu
Zeytinyağı

HAZIRLAMA:

Koyun beyinlerini önce buzlu suyun içinde bekletin, böylece daha iyi temizlersiniz ve oluşan kan pıhtılarını da ayırabilirsiniz.

Daha sonra beyinleri 1 litre suyu koyarak kaynattığınız tencereye alın. Üzerine bir tutam tuz ve sirke ekleyip orta ateşte 20 dakika kadar haşlayın.

Bir kâsede içine birkaç parça buz atarak soğuk su hazırlayın. Haşlanan beyinleri süzüp hemen soğuk suyun içine atın. Böylece zarnı daha rahat soyabilirsiniz. Soğuyan beyinleri dilimleyin ve maydanoz serpiştirdiğiniz servis tabağına dilimleyerek servis edin. Üzerine limon suyu ve zeytinyağı gezdirin.

Sakatatla Hazırladığım Özel Tariflerim

FIRINDA DANA KUYRUĞU YAHNİSİ VE ERİŞTE

MALZEME:

- 1 kg dana kuyruğu (4-5 parçaya bölünmüş)
- Yarım çay bardağı kırmızı üzüm sirkesi
- 3 çorba kaşığı zeytinyağı
- 2 adet soğan
- 1 adet büyük havuç
- 1 adet saplı kereviz
- 2 adet defne yaprağı
- 1 bağ maydanoz
- 1 baş sarımsak
- 3-4 dal biberiye
- Taze çekilmiş karabiber
- Tuz (kristal kaya tuzu)

Erişte için:

- 2 su bardağı erişte
- 4 çorba kaşığı zeytinyağı
- 10 dal taze kekik
- Taze çekilmiş karabiber
- Tuz (kristal kaya tuzu)
- Didilmiş dana kuyruğu parçaları

HAZIRLAMA:

Dana kuyruğunu yıkayıp havlu kâğıt ile kurulayın.

Geniş bir tavayı ocağa alın, altını açıp ısınmasını sağlayın. Isınmış tavaya zeytinyağını ekleyerek dana kuyruğunu 3-4 dakika mühürleyin. Mühürleme, yüksek ateşte etin dışının kısmen pişirilmesi demek. Bu şekilde dış tabakası pişme belirtileri gösterirken, etin lezzetli suyu içinde kalır. Kuyrukların her tarafının eşit mühürlenmesi için arada çevirmeyi ihmal etmeyin. Sonra kuyrukları alarak bir fırın tepsisine yerleştirin.

Üzerine sirke, kabaca doğranmış soğan, havuç ve saplarıyla birlikte kerevizi ilave edin.

1 baş sarımsağı ortadan ikiye kesip kapaklı bir cam veya porselen tepsiye koyun, defneyaprağı, tuz, taze çekilmiş karabiber, biberiye ve maydanozları da ekleyip tepsinin kapağını kapatın. Önceden ısıtılmış 220 derecelik fırının orta katında yaklaşık 2 saat pişirin.

Son 15 dakikasında kapağını açarak üzerinin çıtırlaşmasını sağlayın. Piştiğini anlamak için bir çatalı batırın, eğer et kemiklerden kolayca ayrılıyorsa pişmiş demektir. Dana kuyruğunu yahni olarak bu şekilde tüketebilirsiniz.

Biraz daha lezzet katayım diyorsanız erişteyle birlikte deneyin. Bunun için tepsiyi fırından çıkarın ve soğumasını bekleyin. Daha sonra kuyrukların kemik ve yağlarını temizleyin.

Tepsideki lezzetli suyu bir kaba alıp, dana kuyruklarının etlerini didikleyip kendi suyunun içine koyun.

Yaklaşık 2 litre kaynar tuzlu suya erişteleri ekleyip 4-5 dakika haşlayın. Erişterin hamurlaşmaması için fazla pişirmemeye özen gösterin.

Sonra eriştenin suyundan 1 bardak ayırarak suyunu süzün. Tencereye zeytinyağı ilave edip, erişteleri ekleyip karıştırın.

Daha sonra kuyruk etlerini ve lezzetli suyunu ekleyin. Suyunu çekerse, ayırdığınız erişte suyundan ilave edebilirsiniz. Taze çekilmiş karabiber ve taze kekikle servis yapın.



DANA KUYRUKLU DEV MANTI

MALZEME:

1 kg dana kuyruğu (4-5 parçaya bölünmüş)
Yarım çay bardağı kırmızı üzüm sirkesi
3 çorba kaşığı zeytinyağı
2 adet soğan
1 adet büyük havuç
1 adet saplı kereviz
2 adet defne yaprağı
1 bağ maydanoz
1 baş sarımsak
3-4 dal biberiye
Taze çekilmiş karabiber
Tuz (kristal kaya tuzu)

Harç için

Pişmiş dana kuyruğu (dana kuyrukları ve beraberindeki malzemeler, dana kuyruğu yahnisi tarifindeki gibi pişirilir, soğuduktan sonra etler kemiklerinden ayrılır ve ince ince kıyılır)

Yarım çay bardağı dana kuyruğu yahnisinin suyu
2 diş sarımsak (ince kıyılmış)
2 dal biberiye (dallarından ayrılarak ince kıyılmış)
Tuz (kristal kaya tuzu)
Karabiber

Manti (ravioli) hamuru için

260 gram un
40 gram irmik
3 adet yumurta
1 çorba kaşığı tuz
1-2 çorba kaşığı zeytinyağı

Servis için, üzerine oda sıcaklığında sarımsaklı yoğurt ve tereyağında kızdırılmış kırmızıbiber

HAZIRLAMA:

Önce dana kuyruklarını, dana kuyruğu yahnisi tarifindeki gibi pişirin. Soğuduktan sonra etleri kemiklerinden ayırıp ince ince kıyın.



Aynı bir kapta harç malzemelerini bir araya getirin ve iyice karıştırın.

Sonra hamur için tüm malzemeleri karıştırın ve hafif sert bir hamur elde edin. Kullanmadan önce en az 1 saat dinlendirin. Hamuru tezgâha alıp ceviz büyüklüğünde bezeler koparıp ve bir yemek tabağı gibi yuvarlak olarak merdane ile açın.

Açılan yuvarlakların ortasına hazırladığınız harçtan koyun ve yarım ay olacak şekilde kapatın. Kenarlarını biraz su ile ıslatırsanız daha rahat kapanacaklardır. Bir çatal yardımıyla kenarlara bastırarak şekil verin. Böylece pişerken de açılmayacaklardır.

Geniş tabanlı bir tencereye kaynar su ekleyin, makarna pişirir gibi 4-5 dakika haşlayın. Üzerine oda sıcaklığında sarımsaklı yoğurt gezdirip tereyağında kızdırılmış kırmızıbiber ilave edin.

UYKULUK KAVURMASI

MALZEME:

- 250 gr uykuluk
- 3 çorba kaşığı zeytinyağı
- 1 tatlı kaşığı kekik
- 1 tatlı kaşığı toz kırmızıbiber
- 1 çay kaşığı tuz (kristal kaya tuzu)
- 1 çay kaşığı karabiber
- Servisi için lavaş

HAZIRLAMA:

Uykulukları soğuk suda yıkayıp dikkatlice zarlarını soyun.

Tüm suyunu süzmesi için bir mutfak bezi ya da havlu kâğıt ile narince kurulaşın.

Tavayı kızdırın, hiç yağ koymayın. Uykulukları ilave edip, ara karıştırarak dışının güzel bir renk almasını sağlayın.

Renk aldıktan sonra, zeytinyağı ve baharatları serpererek ekleyin. 1-2 dakika daha sürekli karıştırmaya devam edin.

Tavanın altını kapatın, üzerine lavaşları yerleştirin, soğutmadan afiyetle yiyin.

SAKATAT GÜZELLEMEŞİ

MALZEME:

1 adet kuzu ciğer (Arnavut ciğerlik doğranmış, zarı alınmış, yıkanmamış)

2 adet kuzu yürek (temizlenmiş, yaklaşık 1,5 cm'lik parçalara doğranmış ve ılık suda bekletilmiş)

2 adet kuzu böbrek (temizlenmiş, yaklaşık 1,5 cm'lik parçalara doğranmış ve ılık suda bekletilmiş)

Defne yaprağı

HAZIRLAMA:

Önceden suda bekletilmiş çöp şişlere sırasıyla sakatatları dizin, aralarına defne yaprağı da ekleyin. Izgarada yaklaşık 8 dakika pişirin, yanında ayrı minik kâselerde kimyon, kekik, kırmızı pulbiber ile servis ederseniz hoş bir sunum olur.

KOKOREÇ BURGER

MALZEME:

Önceden pişmiş sarma kokoreç dilimleri (yaklaşık 1,5 cm kalınlığında)

Önceden hazırlanmış çiğ hamburger köftesi (mümkünse tek çekim antrikot kıymanın tuz ve karabiber ile yoğrulmasıyla hazırlanmış)

Mini hamburger ekmeği (tam buğday ekmeğinden evde hazırlanmış)

Kekik, pulbiber, kimyon

HAZIRLAMA:

Sarma kokoreç diliminin ortasındaki yağ tabakası çıkartın. Oluşan boşluğa hamburger köftesini yerleştirin. Ne çok fazla köfte harcı koyup bastırın, ne de boşluk bırakın. Eğer fazla koyarsanız pişerken içi çiğ kalacaktır, az koyarsanız da boşluk oluşup kokorecin arasından çıkacaktır. Hazırladığınızı kokoreç burgeri kızgın tava ya da ızgarada önlü arkalı pişirin. Çıkan yağlarına ikiye kesilmiş hamburger ekmekleri bandırın ve içine damak tadınıza göre baharatlar serpin. Ben kekik, pulbiber ve kimyonu tercih ediyorum.

İŞKEMBE SCHNITZEL

MALZEME:

500 gr dana işkembe (damar kısmı)

1 su bardağı un

2 adet yumurta

1 su bardağı galeta unu

Yarın çay bardağı zeytinyağı

Servisi için isteğe bağlı patates kızartması ve limon dilimi

HAZIRLAMA:

Temizlenmiş işkembeyi bol suda birkaç su yıkayın. İster düdüklü tencerede, isterseniz tencereye alıp üzerine üç parmak çıkacak kadar su ilave ederek işkembe yumuşayana kadar haşlayın. Haşlanan işkembeyi delikli kepçe ile tencereden çıkarın ve süzün. Dilediğiniz büyüklükte, tercihen el kadar parçalar halinde doğrayın.

İyice süzüldükten sonra fazla suyunu havlu peçete ile alın. Un, çırpılmış yumurta ve galeta ununu ayrı kaplara koyun.

İşkembeleri sırasıyla un, yumurta ve galeta ununa bulayın. Fırın tepsisi, ya da borcama yerleştirip üzerine zeytinyağını gezdirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırına koyup 15-20 dakika kızarana kadar pişirin. Servis ederken üzerine 1 dilim limon ve yanına patates kızartması koyabilirsiniz.



DİL SÖĞÜŞ

MALZEME:

1 adet soğan

1 adet büyük havuç

1-1,5 kg dana dili

Maydanoz sapları

Tane karabiber

Defne yaprağı

Tuz (kristal kaya tuzu)

Servisi için soğan piyazı (maydanozlu soğan), kekik, kimyon, pulbiber

HAZIRLAMA:

Dili iyice yıkayarak pişirmeden önce en az yarım saat soğuk suda bekletin.

Tencereye dilikoyup üzerine kabaca doğranmış soğan, havuç, defne yaprağı, tane karabiber, maydanoz sapı ve az tuz ekleyin. Üzerine çıkacak kadar su koyup kaynayınca altını kısarak 2 saat haşlayın.

Dili, ılınması için tencereden çıkartın. Suyunu dökmeyin, süzerek ayrıca başka yemeklerde kullanabilir, mesela dil suyuna pilav yapabilirsiniz.

Dil henüz ılıkken, üstündeki derisini soyun. Dilimlere ayırın.

Yanında maydanozlu soğan, kekik, kimyon ve pulbiber ile servis edin.

Dilerseniz pide içinde sandviç gibi ya da pilavın üzerinde ana yemek olarak çeşitli şekillerde servis edebilir, üretkenliğinizi kullanarak farklı tatlarla da harmanlayabilirsiniz.



SİYEZ BULGURLU KUZU KELLE TANDIR

MALZEME:

Pilav için

- 1 su bardağı siyez bulguru
- 2 su bardağı su
- 1 adet soğan (yemeklik doğranmış)
- 1 çorba kaşığı tereyağı

Tandır için

- 1 adet kuzu kellesi
- 2 diş sarımsak (ince kıyılmış)
- 1 çorba kaşığı toz kırmızıbiber
- 1 tatlı kaşığı tuz (kristal kaya tuzu)
- 2 çorba kaşığı zeytinyağı

HAZIRLAMA:

Kelle tandır için tüm baharatları, sarımsak ve zeytinyağı ile karıştırıp, iyice yıkanmış ve havlu kâğıt ile kurulanmış kellenin her yerine yedirerek sürün.

Kapaklı bir fırın tepsisine yerleştirip, 160 derecelik fırında önce 1 saat pişirin. Ardından kapağını çıkarıp 1 saat daha pişirin. Son yarım saatte fırın tepsisinin içinde biriken kellenin suyunu dikkatlice ayırın. Bu suyu pilav için kullanacağız.

Pilav için, geniş bir tencereye soğanları ve tereyağını ekleyip hafif ateşte kavurun. Üzerine siyez bulgurunu da ekleyip 2 dakika daha kavurun. Sonra 1 bardak kaynar su ve kellenin çıkan suyundan ilave edin ve kısık ateşte bulgurlar diriliğini kaybedene kadar pişirin. Daha sonra demlendirin.

Kelle fırından çıktığında 5 dakika dinlendirin ve pilavın üzerine yerleştirerek servis edin.





Altıncı Bölüm:
RÖPORTAJLAR



Dedem, Hamit Vecdet Özkan ile 10 Ocak 2013'te yaptığım röportaj

Dedem Hamit Vecdet Özkan, bu röportajı yaptıktan 2 sene sonra, 10 Şubat 2015'te aramızdan ayrılmıştır. Her fırsatta okuyan bir insandı. Bu kitabı ve yayınlanan bu röportajını okumasını çok isterdim, çok üzgünüm ve içim biraz buruk... Ruhun şad olsun dedeciğim!

Pelin Dumanlı: Dedeciğim sizinle tezimin konusu sakatat ile ilgili biraz sohbet edebilir miyiz?

Hamit Vecdet Özkan: Tabii. Sorunuz efendim.

O zaman şöyle başlayayım, sakatat deyince aklınıza ilk ne geliyor? Nedir sakatat?

Hayvanın eti dışındaki yenilebilen şeyler.

Peki, ilk sakatat yediğiniz günü hatırlıyor musunuz?

Yediğim ilk sakatat, öyle hatırlıyorum ki işkembe çorbasıydı. Bir de kelle. Çocukluğumda da yemişimdir muhakkak ama 14 yaşından sonramı daha iyi hatırlıyorum. 1938'lerde 14 yaşında olduğuma göre 75 yıldır yiyorum denebilir.

İlk evde mi yemiştiniz yoksa dışarıda mı?

Onu hatırlamıyorum tam. Ama evde de sıkça pişerdi. Arnavut ciğeri, işkembe çorbası, paça ve beyin salatası bunları evde yapardık. Daha zahmetli olanları, tencereye sığmayacak kadar büyük kelleleri dışarıda yerdik.

Peki, evlendikten sonra anneannem yapmaya devam etti mi? Sakatat evinizde pişti mi?

Evlendikten sonra sakatatçıdan ciğer, paça, uykuluk, işkembe ve beyin aldığım oldu. Hâlâ da alıyorum ama nadir artık.

Benim gözlemlediğim kadarıyla ailemizde Arnavut ciğeri çok sık yapılan bir tarif. Ama evde kedilere verilmesi haricinde hiç akciğer piştiğini görmedim. Eskiden akciğer pişer miydi?

Bizim çocukluğumuzda Arnavut ciğere, akciğer konurdu. Sonraları akciğer konmamaya başladı. Bir de dediler ki keleş hastalığı, akciğerden insana geçebilir. Tüberküloz olmamak için akciğerin yenmemeye başladığını hatırlıyorum.

Peki, bizim kültürümüzde yani İstanbul ve Türk mutfağında sakatatın sık sık tüketilmesini, yaygın olmasını neye bağlıyorsunuz?

Biz yemek kültürü zengin bir milletiz. Doğal olarak ağız tadımız da var. Ama onun da ötesinde hayvanın hiçbir şeyini atmıyoruz. Değerlendiriyoruz, bundan dolayı olsa gerek.

Son zamanlarda çok meşhur olan işkembe dükkânları var. Mesela Lale İşkembecisi ya da Apik gibi...

Eskiden hemen hemen her semtte işkembeciler vardı ve bu dükkânlarda daha ziyade paça ve işkembe çorbası ile kelle satılırdı. Daha çok fakir halkın uğrak yeri idi. İçine bol bol ekmek doğrayarak yerlerdi. Böylece karınlarını doyurmak ucuza gelirdi.

Şu anda Apik'te 1 kâse çorba 20-25 liradan satılıyor. Hiç de fakir yemeği gibi değil.

Evet. Şimdi bu yerler de yerine göre fiyat çekiyorlar. Mesela eskiden meşhur Vangel vardı. İşkembe çorbası meşhurdur. Aksaray'da idi. Bir de Sirkeci'de çok büyük bir yer vardı. Kapıda

kuyruk olurdu. Bir kere hiç unutmuyorum, yanlarında yanım ekmek getirdiklerini görmüştüm. Öyle sırada bekliyorlardı. Oranın verdiği ekmek dışında bir de kendi ekmeklerini çorbaya doğrarlardı. Çok ucuza mideleri dolardı. Ben de çok gidip içerdim bu çorbacılar da. Ama şimdi, sosyete girdi bazı yerlere. Mesela Beyoğlu'nda Küçükparmakkapı Sokak'ta bir yer vardı. Eskiden çok mütevazıydı, sonraları meşhur olmaya başladı, sebebi de çevredeki eğlence yerlerinden çıkanların gece eve gitmeden önce uğramasıydı. Özellikle fazla içki içenler, midelerini düzeltsin diye sarımsaklı işkembe çorbası içerlerdi. Sonraları gece kulüpleri Beyoğlu civarında olduğu için meyhane ve eğlence yerlerinin çevresinde çokça çorbacı açıldı. Müdavimleri de genelde sosyetarydi, fiyatlar da bunla oranla pahalandı.

Dedeciğim, sizce sakatat mide bulandırıcı mı? Olumsuz ve kötü bir tarafı var mı?

Hayır, en kötü tarafı kolesterolü yükseltir diye biliniyor. O kadar.

En son ne zaman yediniz?

Bize dokunmasıyla beraber, senede 1-2 kere işkembe çorbası ve Arnavut ciğeri olarak kaçamak yaparız. Anneannen güzel yapar. Herhalde 2-3 ay olmuştur. En son ciğeri Beşiktaş'taki Akkoyunlular Ciğercisi'nden aldım. Oranın malı güzeldi. Artık çok dışarıya çıkamıyorum. Bazen işte torunum, yani sen getiriyorsun, anneannen pişiriyor. Geçenlerde teyzen bir uykuluk getirdi, anneannen yapamadı, çok kötü kokuyormuş, tuhaf gelmiş gözüne, bu uykuluk değil dedi attı.

Bazı uykulukların inek memesi olduğu söyleniyor, belki o denk gelmiştir.

Olabilir, zaten nereden aldığına da dikkat etmemiş. Sakatatı iyi yerden, bildiğin bir yerden alacaksın.

Ciğercilerde hep koyun, kuzu, dana ve sığır satılıyor. Hiç keçi sakatatı yedin mi dedeciğim?

Keçinin en makbul sakatatı paçasıdır. Tadına doyum olmazdı. Ama artık nerede bulacaksın. Paça haricinde, hayır. Ama hatırlıyorum, biz askeriyede haftada 1 gün keçi eti verirdik. Azaltmak için. Çünkü keçi aslında doğaya zarar veren, yeni sürgünleri yiyen bir hayvan. Bir ara çok çoğalmışlardı.

Peki, askeriyede yemek olarak sakatat çıkar mıydı?

Ciğerin çıktığını ve yediğimizi hatırlıyorum.

Siz çorbacılar ya da lokantalar haricinde, sokaktaki seyyar satıcılardan hiç sakatat yediniz mi? Mesela ciğer ya da söğüş.

Ciğer çok yedim. Söğüş ne ama onu bilmiyorum.

En meşhurunun İzmir’de Kızlarağası Hamamı’nda olduğunu öğrenmiştim. Gidip orada yeme fırsatım da oldu. Kelleyi haşlayıp, ayıklayıp söğüş olarak satıyorlar. Dil, yanak, beyin ve kelle etini pidenin arasına koyup üzerine kimyon ve soğan ekleyip veriyorlar. Çok lezzetli idi. Bir de öğrendim ki söğüşçülerin hepsi Niğdeliymiş. İstanbul’da da, Dolapdere’de bir söğüşçü duruyor, arabada satıyor.

Bunların hepsi işkembe dükkânlarıydı. Çorbacılar da satılan işkembe çorbası dışında, yarım baş ya da bütün kelle yenirdi. Beyinli mi olsun, beyinsiz mi olsun diye sorardı garson. Mesela yarım baş için kafanın yansını böler, gözü de gelir hatta yansında, yarım dil ve beyinle servis ederlerdi. Yanında kekik olurdu muhakkak. Onu yersin, aşağı yukarı doyarsın. Ben bunu biliyorum. Diğer söğüş arabasını duymadım. Ama lokantada verilen söğüşlerin de devamlı hastaları vardır, yani müdavimleri. Çok lezzetlidir. Ben bile fabrikadayken, yani 1990 senesine kadar, haftada bir canım çekerdi ve yediğim olurdu. Çağlayan tarafındaydı dükkân.

Bence biz çok şanslı bir aileyiz, anneannem evde çok sakatat pişirirdi, dolayısıyla annem de bize yedirdi. Ama bakıyorum da birçok arkadaşım arasında kimse sakatat yemiyor.

Herkesin, her ailenin bir yemek kültürü vardır. Ağız tadı vardır. Gurme mi deniyor şimdi sen daha iyi biliyorsun. Bir kere yiyip de tiksinti duyan olursa, onun için sakatat bir daha yenmez olur. Hele de evinde pişmiyorsa, dışarıda da aramaz. Ama evde yapılan her şeyi, insan dışarıda da tatmayı ister.

Sağ olun dedeciğim. Sizi yordum bugün.

Olur mu hiç, bir sorun olursa gene emrindeyim. Ne zaman istersen, senden ücret de almam. (Gülüşmeler...)

Tamam, teşekkür ederim. (Gülüşmeler...)

Recep Ciğercisi'nin üçüncü kuşak sahibi Cevdet Sertbakan ile 7 Nisan 2010'da, yaptığım röportaj

Mekân, Beyoğlu Balık Pazarı'nda yer alan Recep Ciğercisi.

Pelin Dumanlı: Sohbetlerimiz sırasında her şeyden konuştuk ama aileniz hakkında hiç konuşmadık, kendinizden başlayarak biraz onlardan bahseder misin?

Cevdet Sertbakan: 1960 İstanbul doğumluyum, Fatih'te büyüdüm, babamın ismi Recep, dedemin ismi Hamit, soy ismimiz Sertbakan. Dedem Hamit Sertbakan, Balkan Harbi muhaciri olarak Yugoslavya'nın Manastır kasabasından İstanbul'a göçmüş. Arnavutluk var yani... Bu dükkânı dedem 1925'te açıyor. Aslında tam karşıdaki dükkânmış ama bir zaman sonra bu dükkâna geçmiş. Ben babamın adını anı olarak saklıyorum.

Dedeniz bu dükkânı açmadan önce ne yapıyordu?

Babaannemin anlattıkları, siyah bir atı var ve at sırtında kafesler içinde sakatat satarmış. Siyah bir beygiri varmış, oturdukları evin altında ahır varmış, orada yaşarmış, öyle güzelmiş ki herkes nazara gelmesinden korkuyormuş, nitekim 1920'li yıllarda bir sabah ahırda ayaklarını havaya dikerek ölü olarak bulmuşlar. Dedem beygiri öldükten sonra 1925'te burayı açmış.

Balık Pazarı'nın konumunun özel bir yeri mi var? Demek istediğim, bu bölgede 5'ten fazla ciğerci var, bunun sebebi nedir?

Ekalliyeti çok olduğu için, talep çok olduğu için Balık Pazarı'nda ciğercilik mesleği oturmuş, insanlar da ciğeri buradan alır olmuşlar.

Siz bu mesleğe ne zaman başladınız?

Ben de babam sayesinde başladım. Babamlar 6 kardeşler, 3 er-

kek 3 kız. Dedem, ilkokuldan sonra bu mesleğe en yakın babamı görmüş ve 1946'da buraya yanına almış. 1974 yılında dedem vefat ediyor, ben o zaman 10 yaşlarındaydım. Benim buraya girmem de, 89-90'lı yıllar. Babam da beni dedemin kendisini aldığı gibi yanına aldı. Hiç unutmadığım bir sözle işe başladım ben: "Tencerede pişireceksiniz, kapağında yiyeceksiniz". Sen tencerede pişirip tabakta yersen lüks olur ama kapağında yersen mütevazı olursun. Bu da meslekte çok önemlidir.

Çiğercilik mesleğini babadan oğula bu yıllara kadar taşımışsınız. Siz de oğlunuzun bu mesleği devam ettirmesini istiyor musunuz?

Tabii ki. Oğlum şu an liseye gidiyor, benim temennim önce okuması. Okumuş insan olmasını, terbiyeli, eğitilmiş biri olmasını istiyorum. Ve tabii ki mesleği devam ettirmesinden yana gönlüm ama tercih etmez ise de, onun kararı. Gerçi ilgisi çok, yaz tatillerinde dükkâna getiriyorum bazen onu. Hoşuna gidiyor.

Biraz da teknik kısımlara girelim. Sakatatı nereden temin ediyorsunuz? Tuzla mezbahasından mı?

Hayır. Ben Susurluk'taki dört mevsim et entegre tesisleri ile çalışıyorum. Eskiden Sütlüce mezbahasından gelirdi ama Sütlüce kapandıktan sonra Susurluk'la çalışmaya başladım. Dedemin zamanında mezbaha Tophane'deymiş, oradan Sütlüce'ye taşıyor, Sütlüce'den de Tuzla'ya. Ama Sütlüce'nin kapanması, birçok kişinin ekmek kapısının da kapanması anlamına geldi. Et için iyi olmuş olabilir ama sakatat için öyle değil. Sütlüce'de taze taze uykuluk satan seyyarlar, çiğerciler hepsi kayboldu.

Uykuluk'un Sütlüce'de meşhur olmasının sebebi, bu anlattığınız sebepten ötürü olsa gerek.

Tabii, Pelin Hanım. Uykuluk her mevsim bulunan bir şey değil, süt kuzusu mevsimi geçince uykuluk da Allah tarafından kaybolur, hayvan da. Fındık, gerdan ve uykuluk diye 3'e ayrılıyor.

Bu kelleler kuzu kellesi sanıyorum. Dana kellesi de satıyor musunuz?

Büyükbaş hayvanda kelle o vaziyette satılamaz çok büyük ve ağırdır, 9-12 kilo arasında değişir. Mezbahada kelleler ayrılıyor ve baş eti çıkartılıyor, dana dilini biz satıyoruz ama baş eti bize ait olmasına rağmen k fteciler genelde alıyorlar lezzet artırmak için.

Demin takım ciğerden bahsetmiştiniz?

Takım ciğer, biz sakatat ıların kullandığı bir terim. Mezbahada sakatatlar çıkarıldıktan sonra takım ciğer olarak kancaya asılıyorlar, akciğer, yürek, karaciğer, dalak, gırtlak ve bunları bir arada tutan, kırıntı et dediğimiz et takım ciğeri oluşturuyor. Bakın burada vitrinde de asılı duruyorlar.

**İtalyan Lisesi Müdürlerinden, Kimya Öğretmeni
Georgi P. Kostandov ile baba mesleği ciğerciliği de
anlattığı, İstanbul'lu Bulgarlar ve Eski İstanbul kitabı
vesilesiyle 18 Ocak 2013'te yaptığım röportaj**

Mekân, Georgi P. Kostandov'un Bomonti, Şişli'deki evi.

Pelin Dumanlı: Kitabınızı bir çırpıda ve heyecanla okudum, işkembecilik ve sakatat ile ilgili birçok şeyi detaylarıyla yazmışsınız. Kitabınızda bahsetmediğiniz sakatatla ilintili başka neler söyleyebilirsiniz?

Georgi P. Kostandov: Teşekkür ederim. Her şeyi yazmaya çalıştım. Detaylarıyla aktarmaya gayret ettim.

Mesela benim yaşımla dolayısıyla bilemeyeceğim, tecrübe etmediğim bir bilgi var mı?

Eskiden buzdolabı yoktu. En azından bizim dükkânda yoktu. Yaz aylarında, araya bayram ya da tatil girdiğinde, çorbayı, işkembeyi, bağırsağı kokutmadan muhafaza etmek zordu.

Peki ne yapıyordunuz?

Kademeli olarak, parti parti sürekli kaynatıyorduk. Diyelim ki işkembenin 3 saat mi kaynaması lazım; önce yarım saat, kırk beş dakika kaynatıyorduk. Ertesi gün bir kırk beş dakika daha kaynatılırdı ve bu böyle devam ederdi. Aslında bu yöntem eskiden evlerde yemeğin ekşimemesi için kullanılırdı. Mutlaka yemeği kaynatmak lazım gelirdi. Biz de bu usulü kullanırdık.

İşkembenin iç yağı ile ilgili de bir şey ekleyebilirim. İşkembe alırken dikkat edilen bir husus vardı. O da işkembeyi alırken yağlı almak. Çünkü yağı ayrıca değerlendiriliyordu. Özellikle sığır

işkembesi çok büyük ve yağlı olurdu. Alınan işkembe kazanlarda kaynatılmaya başlanır. Daha sonra hangisi hangi kıvamda olacaksa işkembe ona göre çıkarılır ve sonra geriye kalan yağ yüzeyden toplanırdı. Ama yağ çok fazla miktar olduğu için tavalara dökülürdü. Bahsettiğim tavalar çinkoydu ve en az 10 kg ağırlığındaydı. Bayağı büyüklerdi yani. Bu yağ donduktan sonra, ters çevrilirdi. Dibinde toplanan tortuyu sıyırıp, ortaya çıkan saf yağ kullanılırdı. Çok değerliydi ve yedek yağ olarak biz işkembe dükkânımızda kullanırdık. Eğer çok fazla yağ çıkmışsa, tenekelere basılırdı ve sabunculara satılırdı. İmkân olursa kuzu ve koyun ayrı, dana yağı ayrı olarak biriktirilirdi. Kuzunun rengi hafif filizi yeşilimsi olur. Buna mukabil, dana işkembesi bembeyazdır. Eskiden Vita yağları ortaya çıkmadan önce 50'li yıllardan önce bu işkembe yağları kullanılırdı. Tortusu sıyrılmış, halis yağ haline gelmiş malzeme tenekelere doldurulurdu, eve gelirdi. Bir kazana dökülürdü ve kaynatılarak tortusu tekrar toplanırdı. Yemek yapmak için kullanılacaksa, içine kabukları soyulmuş ve ikiye bölünmüş soğan atılırdı.

Neden içine soğan atılıyor?

Bunun sebebi, tüm yemeklerin temelinde soğan olması. Hem de hoş ve lezzetli bir tat katardı.

Peki yemeğe koymayacaksak? Tatlı yapacaksak?

Eğer bu yağı tatlı yapmak için kullanacaksak içine elma, karanfil atılırdı. Bu şekilde beslenen insanlar, 80 yaşına kadar turp gibi yaşıyor... Benim dedem 90 küsur yaşına kadar geldi.

Eskiden hakiki işkembe yağı bulamayanlar hangi yağlara rağbet ederlerdi?

Bu şekilde yağ yapma ve alma imkânı yoksa, kuyruk yağı veya iç yağı kullanılırdı. Pazarlarda da Trabzon yağı satılırdı ki, bu da tereyağı gibi bir yağdır.

İşkembe yağı çok ilginç bir bilgiymiş. Daha önce hiç duymamıştım. Teşekkürler. Bir sorum daha olacak. İşkembeleri çamaşır suyu ya da sudkostik çözeltisi ile yıkıyorlarmış. Bu doğru mu?

Doğrudur. Ama işkembeleri sudkostiğe batırdıktan sonra bıçak ile iyice kazımak lazım gelir. Kazıdıkça o gider, zaten elinizle de anlarsanız, yağlı bir doku bırakır his olarak. Sudkostik aslında organik dokuyu yakıp sıvılaştırmaya yarar. Sağlığa zararı vardır diyemem, sonuçta zarar alan dokuyu kazıdıktan sonra defalarca suya sokaarak yıkıyorlar ve sonuçta işkembe temizlenmiş oluyor. Zaten çorba yaparken, kaynatırken de köpük oluşturur ve o köpüğü de alırsın.

Kitabınızda kuzuları iki dişli olarak tabir ettiğinizi okudum. Bu da çok ilgimi çekti. Biraz daha açar mısınız?

Evet, süt dişleri belirgin olur. Hayvan büyüdükçe diğer dişlerle arasındaki bu belirgin fark kapanmaya başlar ve yüz de kurumaya başlar. Tıpkı insandaki gibi. Dişler yaşlandıkça da tersine aşınmaya başlar. Artık o ihtiyar koyunun kellesinden hayır gelmez. (Gülüşmeler)

Bir diğer bilgi de koyunların dişleri ile ilgili. Mezbahadan gelen altın kaplamalı dişli koyunlar vardı. İçtikleri sudan olduğunu söylediler. Ben kimyager olduğum halde tam anlam veremedim ama gözümle altın dişli koyun gördüm. Neyle besleniyorsa, altın ile dişleri kaplanmış.

Aaa çok ilginçmiş. Acaba geviş getiriyor diye mi?

Hayır, altının dişlerin üzerine tutunmasını sağlayacak bir madde olmalı. Ben tam anlam veremedim. Nedenini bilemiyorum.

Peki, keçi ile koyun kellesini nasıl ayırabiliriz? Belirgin bir farklılık var mıdır?

Keçi etinin kokusu ve tadı daha ekşidir. Ayrıca keçinin eti ve sütü de farklıdır. Alışık değilseniz bağırsaklarınızı bozabilir. Kafataslarında da çok belirgin fark olur. Koyunun alnı düzken, buna mukabil keçilerde alnı yuvarlak oluyor ve tosladıkları için kemikleri de kalın oluyor.

Beykoz paçası ya da kebabı hakkında sizin bir bilginiz var mı? Keçiden yapıldığı söyleniyor...

Eskiden Beykoz ve Riva doğa olarak fevkalade bir yerdi. Herhalde bundandır. Tarif özel olduğundan değil, hayvanın kaliteli yerde otlamasındandır.

Paçaya patik dendiğini duydum. Özellikle eski usul paça çorbası yapan esnaf lokantalarında patik çorbası diye geçiyormuş. Siz de bu tabiri kullanır mıydınız?

Tabii. Bir de topuk derdik. Bu arada aşık kemiğini bilir misiniz? Hani benimle aşık atamazsın derler...

Hayır? Bilmiyordum. Çok ilginç? Bu sözü hep duyarım, hep merak etmiştim ama hiç araştırmamıştım.

Sen benimle aşık atamazsın derler. Hayvanın aşık kemiğinden bir de oyun türetilmiştir Karşılıklı oynanan bir oyun bu. Mesela kemiği havaya atıyorsun. Bu kemik dikdörtgen prizması gibidir ama kenarları yuvarlaktır makara gibi bir nevi. Bunu havaya atarsın, nasıl düşerse ona göre oyunda kazanır ya da kaybedersin. İşte aşık atmak buradan türemiştir.

Aşık atmanın buradan türediğini bilmiyordum. Çok ilginçmiş. Peki, tekrar işkembeye dönecek olursak, işkembe çorbasının, içeriğindeki ‘pepsin’ denen bir madde sayesinde mideyi rahatlatmış ve özellikle içkiden sonra iyi geldiği biliniyor. Siz bu konuda ne düşünüyorsunuz?

Yani doğru olabilir. Pepsin aslında proteinleri parçalayan bir yapıya sahiptir. Eğer öğünden önce çok et tüketmişseniz, pepsinin etkisi de olabilir. Ama sıcak bir sıvı her zaman mideye iyi gelir.

İşkembenin bölümlerinden birine kırkbayır diyorlar. Çok fazla katmanlı olduğundan ötürü. Çok katlı olduğu için de iyi temizlenemiyormuş ve hatta içinde pislik kaldığı söyleniyor. Siz çorba yaparken bu kısmı kullanır mıydınız?

Dana ve sığırlarda top denilen bir organ da vardır. Sindirim sisteminin bir bölümü. Aslında içindeki pislik değil. Sizin dediğiniz gibi çok katmanlı, sanki plise elbise gibi üst üste katmanlardan oluşur. Hayvandan alındığında ters çevrildiği zaman oksitlenme yapar ve renk değişikliği meydana gelir. Siyahlaşan tarafları kazımak girintili çıkıntılı yapıdan dolayı çok mümkün olmadığı için çok zahmetlidir. Ancak bu parça çorbacılar da kullanılırdı. Satış olarak değersiz olsa da, özellikle çorbacılar da kullanımı yaygındı. Biz de kullanırdık.

Son bir sorum daha olacak. Kitabınızda en çok dikkat ettiğim ve bugün keşke olsaydı diye düşündüğüm bir tarif var. İşkembe-yi haşlayıp, söğüş niyetine meze sofrasında yeşilbiberle servis ettiğinizi yazmışsınız? Biraz daha detay verebilir misiniz?

Beğendiğinize sevindim. Gerçekten çok lezzetli bir yemekti, yalnız, kullanılan işkembe mümkün olduğunca damar, yani kalın kısmından olacak. Üzerine sirke, sarımsak, karabiber, tuz, kırmızıbiber serpilip, yanında da yeşil sivri biber... Hatta bir de peynir oldu mu gerçekten lezzetli olurdu. Kimileri üzerine biraz da yağsız işkembe suyundan koydururdu. Eskide kaldı bu lezzetler.



Pelin Dumanlı Sakatat

Çocukluğunda sakatatların piştiği bir evde büyüyen ve o günlerden itibaren sakatata ilgi duyan ünlü genç şef Pelin Dumanlı, üniversite yıllarında da konunun ne kadar derin ve daha önce hiç çalışılmamış olduğunu fark etti. Bir de yemek tarihi alanında yaptığı araştırmaların tadına varınca, gastronomiden mezun olduktan sonra yüksek lisans tez konusu olarak sakatatı seçti.

İki yıl boyunca çeşitli röportajlar, mezbaha ve ciğerci ziyaretleri, kaynak taramaları sonunda kendine çok geniş bir çalışma alanı oluşturdu ve sonunda ortaya Türkiye’de sakatat ile ilgili yazılmış en kapsamlı bu kitap çıktı.

Bu kitap sakatat ile ilgili yazılmış dünyada dördüncü, ülkemizde ise ilk olma özelliği taşıyor. Bu kitabı okuyunca, sakatat yemek tariflerini zevkle uygulayıp afiyetle yiyeceksiniz. Sakatatın sağlığınıza faydasını göreceksiniz.

“Prof. Dr. Canan Karatay, senelerdir bu gerçeği kafamıza çakıyor, istediğiniz kadar yumurta, pırzola, tereyağı yiyin diyor. Ben de ekliyorum: Sakatat yiyin, sakata gelmeyin!”

Prof. Dr. Ahmet Rasim Küçükusta

“Kolesterolün yükselme mantığını algılayamayacak kadar körelmiş bilimsel zekâ, meseleyi sakatata bağlayarak sonlandırmaya çalışırken, National Geographic belgesellerinde ceylanı avlayan aslanın önce nereyi yediğini algılamakta elbette zorlanır!”

Yard. Doç. Dr. Yavuz Dizdar

“Bugün ülkemizde yaşayan insanların %90’ından fazlasında D vitamini eksikliği var maalesef. D vitaminini bolca alabilmek için bol bol ciğer ve sakatat yiyin.”

Dr. Ümit Aktaş

“Bu kitap, eğer et yemeyi seçtiyseniz, o etin her bir parçasının geldiği hayvanı kutsamanız, varlığına şükretmeniz için pusula olsun. Dalak, kuyruk, yürek ve böbrek deyip geçmeyin. Ötesini bilmeniz için, tanımanız lazım.”

Defne Koryürek

hayykitap

