

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>

“tiridine, tiridine, suyuna da bandım...”

*tarihin süzgecinde
yöresel mutfağımız*



deniz gürsoy

Deniz Gürsoy

1949 yılında İstanbul'da doğdu. 1968'de Robert Academy'yi, 1972'de Boğaziçi Üniversitesi İşletme Bölümü'nü bitirdi. Çeşitli şirketlerde üst düzey yöneticilik ve Genel Müdürlük görevlerinde bulundu. 1987'de STFA grubunda, Hizmet ve İşletmecilik AŞ'de Genel Müdürlük görevine getirildi. 1992'den, emekliye ayrıldığı 2007 yılına kadar Sofra Yemek ve Üretim ve Hizmet AŞ'de Genel Müdür olarak çalıştı.

Deniz Gürsoy, Oğlak/Yemek dizisindeki yeme içme kültürüne ait çoksatan kitapları (*Baharat ve Güç, Acı Şeker, Yiyelim İçelim Tarihini Bilelim, Tarihın Süzgecinde Mutfak Kültürümüz, Turkish Cuisine in Historical Perspective, Çilingir Sofrasında Rakı, Çilingir Sofrasında Rakı Mezeleri, İnceliklerin Kadehindeki Şarap, Harcâlem İçki Bira, Demlikten Süzölen Kültür Çay, Sohbetin Bahanesi Kahve, Aşkın İlacı Çikolata, Deniz Tutkunlarına Tekne Sofraları, Denizin Çıtırı Hamsi, Midenin Cilasısı Çorba, Tok Karnına Dokuz Topak Köfte, Yöresel Mutfağımız, Zengin Sofraların Lüks Tatları, Zevk Veren Yemekler, Ramazan Geldi, Hoş Geldi Baklava Tepsisi Boş Gel(me) di*) ile *Tespîh, Parmak Uçlarındaki Huzur, Bir Nefes Keyif, Nargile ve Puro, Mavi Dumandaki Lezzet* adlı kitaplarının yanı sıra yemek sanayiine yönelik *Yemek ve Yemekçiliğin Evrimi* ve *Toplu Yemek Üretimi* gibi kitaplarıyla da tanınıyor.

Deniz Gürsoy'un OĞLAK'taki kitapları

“Tiridine, Tiridine, Suyuna da Bandım...”

Baharat ve Güç

Acı Şeker

Yiyelim İçelim Tarihini Bilelim

Tarihin Süzgecinde Mutfak Kültürümüz

Turkish Cuisine in Historical Perspective

Çilingir Sofrasında Rakı

Çilingir Sofrasında Rakı Mezeleri

İnceliklerin Kadehindeki Şarap

Harcıâlem İçki Bira

Demlikten Süzülen Kültür: Çay

Sohbetin Bahanesi Kahve

Aşkın İlacı Çikolata

Deniz Tutkunlarına Tekne Sofraları

Denizin Çıtırı Hamsi

Midenin Cilasası Çorba

Tok Karnına Dokuz Topak Köfte

Yöresel Mutfağımız

Zengin Sofraların Lüks Tatları

Zevk Veren Yemekler

Ramazan Geldi, Hoş Geldi Baklava Tepsisi Boş Gel(me)di

Tespih, Parmak Uçlarındaki Huzur

Nargile, Bir Nefes Keyif

Puro, Mavi Dumandaki Lezzet

**“tiridine, tiridine,
suyuna da bandım...”**
tarihin süzgecinde
yöresel mutfağımız
deniz gürsoy



OĞLAK /YEMEK/ TARİH

“tiridine, tiridine, suyuna da bandım...”

tarihin süzgecinde yöresel mutfağımız / Deniz Gürsoy

© Deniz Gürsoy, 2013

© Oğlak Yayıncılık ve Reklamcılık Ltd. Şti., 2013

Bu yapının bütün hakları saklıdır. Tanıtım için yapılacak kısa alıntılarının dışında yayımcının yazılı izni olmaksızın hiçbir yolla çoğaltılamaz.

Sertifika No: 12149

Kurumsal kimlik danışmanı: Serdar Benli

Kitap tasarımı: Deniz Çorbacıoğlu

Grafik uygulama: Çiğdem Bakırcıoğlu Arslan

Dizgi düzeni: Goudy, 11 / 15 pt.

Ofset hazırlık: Oğlak Yayınları

Baskı: Oğlak Baskı Hizmetleri

Tel: (0-212) 612 73 05

Sertifika No: 12148

Oğlak Yayıncılık ve Reklamcılık Ltd. Şti.

Genel yayın yönetmeni: Senay Haznedaroğlu

Zambak Sokak 21, Oğlak Binası, 34435 Beyoğlu-İstanbul

Tel: (0-212) 251 71 08-09, Faks: (0-212) 293 65 50

e-posta: info@oglak.com

www.oglakkitap.com

www.twitter.com/oglakkitap

Birinci baskı: 2013

ISBN 978 - 975 -329 - 824 - 7

İÇİNDEKİLER

önsöz / 9

yöre kültürü ve oluşumu / 11

gıda maddelerinin yöre mutfağına etkisi / 13

etnik farklılıkların getirdiği yemek çeşitliliği / 15

inanç farklılıklarının getirdiği yemek çeşitliliği / 23

uygarlıklardan miras kalan pişirme teknikleri / 29

yöresel yemeklerin sınıflandırılması / 35

BÖLGELERİMİZ VE MUTFAK KÜLTÜRLERİ / 37

marmara bölgesi / 39

ege bölgesi / 47

akdeniz bölgesi / 55

güneydoğu anadolu bölgesi / 61

doğu anadolu bölgesi / 71

iç anadolu bölgesi / 79

karadeniz bölgesi / 87

MUTFAKTA UYGULAMA İÇİN SEÇİLMİŞ TARİFLER / 97

marmara bölgesi'nden / 99

Çeneçarpan Çorbası (Tekirdağ) / 99 Balık Çorbası (İstanbul) / 100

Zırz Salatası (Bilecik) / 101 Erdek Havyarı (Balıkesir) / 101

Çiroz Salatası (İstanbul) / 102 Zeytinyağlı Enginar (Bursa) / 103

Tolçka (Tekirdağ) / 103 Kestaneli Lahana Sarma (Bursa) / 104

Kabak Mücveri (İstanbul) / 105 Boşnak Böreği (Sakarya) / 105

Kâğıt Kebabı (İstanbul) / 106 Karides Güveç (İstanbul) / 107

Lor Dolması (Balıkesir) / 108 Mafış (Balıkesir) / 109

Sakızlı Fırın Sütlaç (İstanbul) / 110

ege bölgesi'nden / 111

Avukma (Çingene Salatası) (Aydın) / 111

Bahçe Salatası (Çiporta ya da çipahorta) (İzmir) / 112

Börülce Salatası (İzmir) / 112 Sirkeli Havuç (Manisa) / 113

Zeytinyağlı Taze Sebzeler (Fasulye, Kabak, Yer Elması, Pırasa) (İzmir) / 113

Paşa Böreği (Aydın) / 114 Enginarlı Pilav (İzmir) / 115
Davet Pilavı (Düğün Pilavı) (Denizli) / 116
Patlıcan Pabucakı (Midilli Yemeği) (İzmir) / 117
Çökertme Kebabı (Muğla - Bodrum) / 118 Çöp Kebabı (Aydın) / 119
Selçuk Usulü Soğan (Aydın) / 119 Sütü Balık (İzmir) / 120
Karamelli Portakal (İzmir) / 121 İncir Tatlısı (İzmir) / 121

akdeniz bölgesi'nden / 123

Analı Kızılı (Analı Kuzulu) (Adana) / 123 Dul Avrat Çorbası (Adana) / 124
Ezme Salata (Adana) / 124 Hibeş (Antalya) / 125
Muhammara (Adana) / 125 Antalya Piyazı (Antalya) / 126
Babagannuş (Adana) / 127 Şakşuka (Antalya) / 127
Zeytinyağlı Kırmızı Biber Dolması (Antakya) / 128
Çökelek Böreği (Kahramanmaraş) / 128 Kabune (Isparta) / 129
Sini Köftesi (Adana) / 130 Adana Kebabı (Adana) / 130
Künefe (Antakya) / 131

güneydoğu anadolu bölgesi'nden / 133

Beyran Çorbası (Gaziantep) / 133 Yuvalama Çorbası (Gaziantep) / 134
Ekşili Mahlıta Çorbası (Kilis) / 134
Patlıcan Salatası (Yoğurtlu) (Gaziantep) / 135
Bostana (Şanlıurfa) / 135 Antep Usulü Zeytinyağlı Dolma (Gaziantep) / 136
Perde Pilavı (Siirt) / 137 Müceddere (Kilis) / 138
Maklube (Mardin) / 139 Çiğ köfte (Şanlıurfa) / 140
Ali Nazik Kebabı (Gaziantep) / 141 Kazan Kebabı (Gaziantep) / 142
Ekşili Tarak Kebabı (Gaziantep) / 143 Şıllık (Şanlıurfa) / 143
Gerebiç (Kilis) / 144

doğu anadolu bölgesi'nden / 145

Erzincan Çorbası (Erzincan) / 145 Düğün Çorbası (Erzurum) / 146
Cacık (Bitlis) / 147 Gendime Pilavı (Erzincan) / 147
Lorlu Pazı Sarma (Bayburt) / 148 Bildik Dolması (Malatya) / 149
Glorik (Bingöl) / 149 Sulu Köfte (Kars) / 150
Bozbaş Kebabı (İğdır) / 150 Meftune (Diyarbakır) / 151
Murtağa (Van) / 151 Kadayıf Dolması (Erzurum) / 152
Demir Tatlısı (Erzurum) / 152 Kabuk Kavurma (Kâsefe) (Malatya) / 153

iç anadolu bölgesi'nden / 155

Kuru Bamya Çorbası (Konya) / 155 Keşkek (Çorum) / 156

Ermenek Batırığı (Karaman) / 157 Çiğ Börek (Eskişehir) / 158
Su Mantısı (Kayseri) / 159 Köbete (Göbete) (Eskişehir) / 160
Keşli Cevizli Erişte (Eskişehir) / 161 Mekik Böreği (Ankara) / 162
Ahi Bulgur Pilavı (Kırşehir) / 163 Ankara Tavası (Ankara) / 163
Testi Kebabı (Yozgat) / 164 Karga Beyni (Ankara) / 164
Nevzine (Kayseri) / 165
Kaymaklı Elma Tatlısı (Elmasiye) (Afyonkarahisar) / 165

karadeniz bölgesi'nden / 167

Karalahana Çorbası (Giresun) / 167 Ecevit Çorbası (Kastamonu) / 168
Pallobye (Ordu) / 168 Bat (Tokat) / 169
Sirkeli Pırasa (Sirkeli Cakcak) (Giresun) / 169
Patates Paçası (Kastamonu) / 170 Mıhlama (Rize) / 170
Mengen Pilavı (Bolu) / 171 Hamsili Pilav (Artvin) / 172
Banduma (Kastamonu) / 173 Çerkes Tavuğu (Samsun) / 173
Hamsi Kuşu (Trabzon) / 174 Kiremitte Balık (Rize) / 174
Laz Böreği (Trabzon) / 175

ölçüler / 176

sözlükçe / 177

kaynakça / 183

Fotoğraflar:

İrem Gürsoy: ss. 10, 22, 28, 33, 34, 38, 98, 102, 138, 153, 160, 172.

Senay Haznedaroğlu: ss. 14, 54, 95, 108, 115, 119, 122, 132, 142, 156.

stock.xchnng: ss. 8, 46, 70, 86, 96, 107, 110, 131, 154, 166.



önsöz

İçinde 1073 yöresel tarif bulunan *Yöresel Mutfağımız* adlı kitabım, 2001 yılında yayımlandı. “Kışa Hazırlık” bölümünü çıkartınca 967 tarif kalan 3. baskı, kitabevlerine dağıtıldığında beklenenin üstünde bir ilgiyle karşılandı ve arka arkaya üç baskı daha yaptı. Demek ki, halkımız yöresel yemekleri yapmaya arzulu; tariflerini bulunca, kimi göçle geldiği köydeki lezzeti bir defa daha tatmak için, kimi ise değişiklik olsun diye kolları sıvıyor.

Nitekim, talebin bu yönde geliştiğini akademik hayatı yönetenler de görmüş olmalı ki, aşçı yetiştiren üniversitelerimiz de 2009’dan itibaren ders planlarına, yöresel yemeklerle ilgili dersler koydular.

2000 yılına kadar yöresel kültürümüz ve yemeklerimiz hakkında kaynak bulmak zordu. Bu zorluğun aşılması için çaba gösteren bazı öncü kişiler var ki, burada onların adlarını vermek ve teşekkür etmek boynumun borcu. Özellikle Feyzi Halıcı, Nevin Halıcı, Kâmil Toygar, Nimet Berkok, Musa Dağdeviren ve Nilhan Aras’ın yöresel yemek kültürümüzün önemsinmesi ve irdelenmesi için gösterdikleri çabalara alkış tutmak isterim.

Son on yılda bu konuda çok kitap yazıldı, kapsamlı web siteleri oluşturuldu. Televizyon kanalları ve yemek tariflerine sayfalarında yer ayıran dergiler, yöresel yemek tarifleri vermeye başladı. Özellikle yemekle profesyonel olarak ilgilenenlere hitap eden *Yemek ve Kültür* ve *Gastro* dergileri, yöresel mutfağımızın kültürel yanına da ağırlık verdiler. Yöresel mutfağımızla ilgilenenler için eskiye nazaran kaynaklar çoğalsa da, bu defa da bilgilerin dağınıklığı bir sorun hâline geldi.

Gördüm ki, yöresel yemek kültürümüz konusunda yurdun tamamını kapsayan bir çalışma yok. Böyle bir çalışmanın eksikliğini hissetmem, bu kitabı yazmama neden oldu. Tabii yıllardır biriktirmiş olduğum kaynak kitaplar ve bu arada yapmış

olduğum seyahatler de kitabın hazırlanmasında çok faydalı oldu. Anadolu'nun neresinden olursa olsun, vaktiyle ailesi İstanbul'a göç etmiş kim varsa çevremde, bana yardımcı oldu. Takıldığım yerlerde, Anadolu ve Trakya'daki Rotary Kulüpleri'ndeki dostlarımdan da yardım gördüm.

Kitabın oluşmasında desteğini esirgemeyen herkese teşekkürlerimi sunarım.

Abdullah Deniz Gürsoy
Mayıs 2013, İstanbul



yöre kültürü ve oluşumu

kültürün tarifi Kültürün çok değişik tarifleri var. Kitabın konusuna en uygun olan tarif ise şöyle: “Kültür, insanların nasıl konuştukları, yaradılış ve öteki dünya ile ilgili inanışları ve doğada bulduklarını nasıl değiştirerek kullandıklarıdır.”

İnsanların yiyecek konusundaki kültürünü, yiyecek ve içecekleri doğada buldukları şekliyle değil de, onları nasıl değiştirerek tükettikleri belirler. Bir toplumun yemek kültürü, tükettiği gıdaların ne olduğundan, bunları hangi pişirme tekniklerini kullanarak değişime uğrattıklarına, yeme adabı ve yeme içme hakkındaki inanışlarına kadar pek çok unsuru barındırır.

O toplumun fertleri ne kadar o kültüre uygun davranırsa, o kadar “bizden”; bir başka toplumun üyeleri de ne kadar başka türlü davranırsa, o kadar “öteki” olur. Yani bir toplumun kültürünün ne olduğunu, “neyi nasıl yaptığı” değil de, “neyi nasıl yapmadığı” daha çok belirliyor.

Bir toplumu birbirine bağlayan kültür zamklarının birincisi dil, ikincisi din, üçüncüsü ise yeme içme kültürüdür.

toplumun sosyal katmanları Toplamlar, sosyal tabakalardan oluşur. Bunlardan ikisi “kentli” ve “taşralı” katmanlarıdır. Kentin kendine özgü koşulları, kentliyi ve dolaşısıyla da kent kültürünü yaratmıştır. Kente taşradan gelip yerleşenlerin ihtiyaçları, taşrada yaşayanların ihtiyaçlarına göre farklılaşır. Bu farklılaşma, yeme-içme gereksinimlerinde de görülür.

Kentlerde tüketilen gıda maddeleri, yalnızca kentin civarındaki tarım alanlarından tedarik edilemez. Marketlerde, sadece ülkeden değil, dünyanın her yerinden

getirilmiş gıda maddeleri alıcılarını bekler. Bu arada kentlinin ihtiyaçları da farklılıklar gösterir. Örneğin kentin günlük temposu, yemeğin hızlı yenmesini gerektirdiği için *fast food* tarzı yeni yeme biçimleri ve ürünleri oluşturur. Buna karşın, insanların benzer şeyleri yemekten sıkılmasından kaynaklanan, doğaya karşı çıkışlarla (mavi pilav) ya da yeni arayışlarla (moleküler gastronomi) kendisini gösteren çeşitli akımlara, yeni yaklaşımlara tanık oluruz. Zaman zaman da yeme-içme aktivitesi, sosyalleşmenin aracına da dönüşecek yeni mekânlar yaratır. Sonuçta bu farklılıkların tamamı, kent mutfak kültürünü oluşturur.

İkinci tabaka olan taşra, kırsal kesimin değerlerine sahip çıkarak, "halk kültürü"nü ortaya koyar. Halk mutfacı, yani yöresel mutfak kültürü, halk kültürünün en önemli ögesidir. Bu mutfacın temeli, doğanın insana o yörede sunduğu gıda maddelerinin yemeklerde "olduğu gibi", yani doğal hâliyle kullanılmasıdır. Kentteki gibi doğaya karşı çıkışlar ve yeni arayışlar görülmez. Yöresel mutfakta her şey, yaşamsal ihtiyaçlardan biri olan, yeme-içme ihtiyacının doğal yollarla karşılanmasına yöneliktir.

Bir yöre mutfacının girdilerini o yörenin iklimi, hayvan yetiştiriciliğine uygunluğu, üretilen gıda maddeleri ve av imkânları tayin eder. Yemek tariflerini, pişirme tekniklerini ve yemeğin sunuluş biçimlerini ise, o yörede yaşayan halkların yerel kimlik öğeleri, yani kavmi ve inanç özellikleri biçimlendirir. Dolayısıyla birbirine çok yakın iki köyde, aynı coğrafi koşullar ve aynı gıda maddeleri bulunmasına rağmen, kimlik öğelerinin farklılıklarını yansıtan, çeşitli biçimlerde ve lezzetlerde yemekler ortaya çıkar. Bazen de aynı yemeğe farklı adlar verildiği olur.

Dolayısıyla bir coğrafyada yaşayanların "yöresel mutfak kültürü" aşğıdaki faktörlerin etkisiyle oluşur.

- Yörenin gıda maddesini temin imkânları
- Yöredeki etnik farklılıklar
- Yöredeki inanç farklılıkları
- Yörede uygulanan pişirme teknikleri

gıda maddelerinin yöre mutfağına etkisi

Bir yörenin yeme içme kültürünün biçimlenmesinde en belirleyici faktör, o bölgede hangi gıda maddelerinin bulunduğudır. Zamanımızda gıda maddeleri çok uzaklardan bile getirilip satılsa da, ilave gelen aracı kârları ve nakliye maliyetleri yüzünden, insanlar yine de yörede yetişenleri tercih ediyorlar.

Örnek olarak Konya'yı ele alalım. Konya yöresi, ülkemizin tahıl deposudur. Yöre, aynı zamanda küçükbaş hayvancılıkta da iddialıdır. Nesi meşhurdur? Konya tandır kebabı, etli pidesi ve mantısı... Yani et ve tahıl karışımı yemekler.

Karadeniz Bölgesi'nde bol bulunan ne? Balık, karalahana ve mısır... Peki biz yöreyi hangi yemekleriyle tanıyoruz? Hamsi tava, hamsi kuşu, mihlama, karalahana yemeği ve mısır ekmeği.

bölgelerin ürettiği gıda maddeleri

- **Akdeniz Bölgesi** deniz ürünleri, küçükbaş hayvancılık, zeytinyağı, sebze ve meyve (narenciye).
- **Doğu Anadolu Bölgesi** büyükbaş ve küçükbaş hayvancılık, tahıl, bakliyat, meyve, tatlı su balığı, az da olsa sebze, kökler ve arıcılık.
- **Ege Bölgesi** deniz ürünleri, meyve, sebze, bakliyat, otlar, zeytinyağı, küçükbaş hayvancılık ve tavukçuluk.
- **Güneydoğu Anadolu Bölgesi** tahıl, bakliyat, küçükbaş hayvancılık, kırmızı biber, az da olsa sebze ve tatlı su balığı.
- **İç Anadolu Bölgesi** tahıl, hayvancılık, az da olsa sebze ve meyvecilik.
- **Karadeniz Bölgesi** deniz ürünleri, mısır, fındık, çay, bakliyat, sebze, kökler, otlar, arıcılık, kısıtlı hayvancılık ve tavukçuluk.

- **Marmara Bölgesi** deniz ürünleri, meyve, sebze, küçükbaş hayvancılık, ayçiçeği.

yemek çeşitlerinin çokluğu

Gıda maddesini bulduk, şimdi sıra geldi yemeği pişirmeye. Diğer coğrafyalarda, belirli bir gıda maddesiyle genellikle bir ya da bilemediniz bir kaç yemek yapılır. Yaşadığımız coğrafyadaysa, aynı malzemeler kullanılarak, ufak tefek malzeme ya da baharat eklenmesi ve değişik pişirme teknikleriyle çok değişik yemekler hazırlanır.

300'ün üzerinde çorba tarifinin yer aldığı kitaplar, yalnızca bu coğrafyaya özgüdür. Tahıldan yapılan çorbalar, ülkemizde en çok tüketilen çorbalardır. Tahıldan ya da undan yapılan çorbalardan hemen aklıma gelenlerden aşağıya birkaç örnek aldım.

Kör bellaşı (yarma-Çorum), kaçal (nohut, mısır, mercimek, ceviz-Antalya), sö-belek (un, mercimek-Afyonkarahisar), tırma (süt, un-Rize), yoğurtlu bulgur (Bilecik ve Kütahya), yartmaç (bulgur hâline getirilmiş mısır-Kastamonu), kedibatmaz (mısır, buğday unu-Bolu), hülülük (mısır unu-Samsun), kikirdek (yoğurt, hamur-Konya), hellası (un-Samsun ve Tokat), herle (yağda kavrulmuş un-Tokat ve Giresun), övelemeç (etsuyu, yufka-Antalya), sakala sarkan (uzun kesilmiş hamur, yeşil mercimek-Afyonkarahisar), Toyga (buğday, pirinç, yoğurt-Ankara), gulul (pirinç, bulgur, ayran-Hakkari).



etnik farklılıkların getirdiği yemek çeşitliliği

Yaşadığımız coğrafyada Persler vaktiyle Ege kıyılarına kadar dayanmışlar. Ordu geri çekilirken hastalar, sakatlananlar ve âşık olanlar dönememiş, bulundukları bölgeye yerleşmişler. Büyük İskender, Filistin'den Yahudileri almış İzmir'e, özellikle de Tire'ye yerleştirmiş. Keltler, Avrupa'dan gelip İÖ 300-İS 50 yılları arasında Ankara'yı başkent yapıp Anadolu'nun böğründe 350 yıl imparatorluk kurmuşlar. Sonra da bir yere gitmeyip burada kalmışlar. Torunları hâlâ burada bizlerle. Araplar, Bizans zamanında İstanbul'a kadar gelmiş, fethedemeyip geri dönmüşler. Bu arada yine aralarından kalanlar olmuş. Araplarla Bizans'ın savaşları genellikle Doğu ve Güneydoğu Anadolu'da olmuş. Bölgenin kargaşasından kaçanlar, Anadolu'ya sığınmış. Selahaddin Eyyubi zamanında Mezopotamya'dan Yukarı Fırat ve Güneydoğu Bölgesi'ne Kürt ve Arap aşiretleri göç etmiş.

Türkiye'nin kapladığı coğrafyada bakın tarih boyunca hangi uygarlıklar yaşamış ve yaşamakta:

Asur ticaret kolonileri dönemi	İÖ 1950-İS 1750
Erken ve Orta Hitit dönemi	İÖ 1750-İS1450
Hitit İmparatorluğu	İÖ 1450-İS 1200
Geç Hitit dönemi	İÖ 1200-İS 700
Frig	İÖ 750-İS 300
Lidya	İÖ 900-İS 600
Urartu	İÖ 900-İS 600
Karya/Likya	İÖ 700-İS 300

Helenistik dönem	İÖ 333-İS 30
Galatlar	İÖ 333-İS 55
Roma	İÖ 30-İS 395
Bizans	330-1453
Selçuklu	1077-1308
Osmanlı İmparatorluğu	1299-1920
Cumhuriyet dönemi	1920-

Kaynak: Anadolu Medeniyetleri Müzesi

On birinci yüzyılda Orta Asya'dan göçebe Türk kavimleri buraya göçmüş, ardından da 13. yy'da Moğollar gelmiş. Moğol akınları sonrasındaki otorite boşluğu sırasında, Anadolu içinde beyliklere ait bölgelerde nüfus hareketleri çoğalmış. Orta Asya'da Moğollardan kaçan ve 1217'den itibaren Anadolu'ya gelmeye başlayan Türkmenler, dağlık bölgelere yarı göçer olarak yerleşmeyi 1265'e kadar sürdürmüşler; onların torunlarına şimdi Yörük diyoruz.

Türklerin Anadolu'ya yerleştiği 11. ve 13. yüzyıllar arasında, Anadolu nüfusunun 8-10 milyon arasında olduğuna dair genel bir kabul olmasına karşın, göç yoluyla gelen Türk topluluklarının kaç kişi olduğu konusunda kesin bir kanaat oluşmamıştır. Bir görüşe göre 800 bin ile 1 milyon, diğer bir görüşe göre de 3 milyon kadar Türk gelmiştir. İkinci görüş doğru sayılsa bile, gelen nüfusun Anadolu'daki daha önceki yerleşik nüfusu bütünüyle asimile etmesi olanaksız. Dolayısıyla Anadolu'nun çeşitli yerlerindeki "yöresel mutfak", o yörenin binlerce yıllık kültürüyle Orta Asya göçebe kültürünün karışımı olmalıdır.

Bütün bunlar yetmemiş, 1783-1924 arasında Kafkasya, Balkanlar ve Arap ülkelerinden bu topraklara göç edip yerleşenler olmuş. Daha önce anlattıklarımı anımsarsanız, buranın yerlisi diyebileceğimiz ahalisinin de zaten yeterince karışık kavmi özellikleri vardı. Dolayısıyla bu toplum, tam anlamıyla bir etnik mozaik tablo görünümüne sahiptir. İşte bu nedenle yemek çeşitlerimizin fazlalığını, yalnızca gıda maddeleri ve pişirme tekniklerindeki zenginlikle değil, bu coğrafyada yaşayanların kavmi çeşitliliğinin getirdiği kültürel zenginlikle açıklamak daha doğru olacak.

Şimdi gelelim 1783-1924 arasında buraya kimlerin göç etmiş olduğuna.

- **Tatarlar** Kırım'dan 1783 yılından başlayarak ve de özellikle 1856-1866 arasında göçen Tatarlar, Anadolu ve Balkanlar'a yerleştirilmiş.

- **Çerkesler** Kafkaslar'da 1830'da başlayan Şeyh Şamil İsyanı, 30 yıl sürmüş ve 1859'da Ruslar bu direnişi bastırınca, Çerkesler, Çeçenler ve Abhazaların 1922'ye kadar süren Anadolu ve Rumeli göçü başlamış.
- **Gürcüler** 1828-1829 tarihleri arasında yaşanan Osmanlı Rus savaşı sonrasında başlayan Gürcü göçleri, 1921 yılına kadar sürmüş ve başta Karadeniz Bölgesi olmak üzere İç Anadolu ve Marmara bölgelerine yerleştirilmiş.
- **Arnavutlar** İlk Arnavut göçü 1458'de olmuş, gelenler İstanbul Boğazı'ndaki Arnavutköy semtine; Balkan bozgunu sonrasında gelen Arnavutlar ise Konya, Ankara, Bursa, Maraş ve Sivas'a yerleştirilmiş.
- **Boşnaklar** Yine Balkan savaşları sonrasında Diyarbakır, Sivas, Bursa, Aydın, Ankara ve Sakarya'ya yerleştirilmiş.
- **Çingene**ler Balkan bozgunu sonrasında oralarda yaşamakta olan Müslüman Çingeneleer Trakya, Akdeniz ve Ege bölgelerine dağıtılmış.
- **Araplar** 1916'da Suriye, Hicaz ve Mezopotamya'dan yaklaşık 5000 aile, İç ve Batı Anadolu'ya (İzmir ve civarı) yerleştirilmiş.
- **Azerbaycan / İran** 1905-1906 Rus Devrimi sonrasında, özellikle Kazan ve Azerbaycan'dan; 1917 Devrimi sonrasında ise Kafkas Cumhuriyeti, Ermenistan ve Gürcistan'dan çok sayıda aile Anadolu'ya; Kızıl Ordu önünden kaçan Beyaz Rus ordusu mensubu Ruslar ise İstanbul'a yerleşmiş. Ayrıca I. Dünya Savaşı sırasında Azerbaycan'dan yaklaşık 10 bin kişi göç etmiştir.
- **Lazlar** 1882 yılında Rusların Kafkasya'da topraklarını istila etmeleri sonucunda yaklaşık 40 bin Laz, Doğu Karadeniz Bölgesi'ne yerleştirilmiş.
- **Yunanistan'dan gelenler** 1885-1924 yılları arasında Yunanistan'dan bu topraklara yaklaşık 400 bin kişi göç etti.
- **Kıbrıs'tan gelenler** Kıbrıs'ın Lozan'da İngilizlere bırakılması sonucunda, ada ahalisinin bir kısmı Anadolu'ya göç etti.

- **Bulgaristan'dan gelenler** 1876-1978 arasında 500 bin kişi; 1885-1924 arasında ise ayrıca 500 bin civarında insan, Bulgaristan'dan Anadolu ve Trakya'ya göç etti.
- **Orta Asya'dan gelenler** Türkistan, Çin'in Uygur Bölgesi ve Kazakistan'dan göç edenler ise, daha ziyade İstanbul'un Zeytinburnu semtine göç etti.
- **Afrika kökenli Türkler** Bir kısmı Nijerya, Sudan ve Kenya'dan göç yoluyla gelenler ile Osmanlı ordusundan terhis olan askerler, gerisi de azat edilen köleler olan Afrikalılar, 19. yy'da İzmir, Aydın, Muğla, Adana ve Antalya'ya yerleştirildi.

1783-1924 arasında kimi tarihçilere göre toplamda en az 3 milyon, kimi tarihçilere göre de en az 6 milyon kişi göç yoluyla bu topraklara geldi. Ortalamasını alsak 4,5 milyon kişi eder. 1927 nüfus sayımına göre, Türkiye'nin toplam nüfusu (Antakya ilimiz hariç) 13,6 milyondur.

anadolu ve trakya'da göç alan yerler Anadolu'da kayda geçmiş en büyük kuraklık ve buna bağlı kıtlık, 1873-1875 yılları arasında İç Anadolu'da yaşanmış. Açlık ve tifo hastalığı köyleri kırmış. O yıllarda, esasen tüm ülkede mevsim şartları kötü geçmiş. Örneğin İstanbul'da Haliç, kışın buz tutmuş. İç Anadolu'da kar kalınlığı telgraf direklerinin seviyesini aşmış ve çoğu yerleşim mahalleriyle irtibat kesilmiş. İç Anadolu'da köyler boşaltılmış ve ahali akın akın Ankara, Kastamonu gibi mevsim şartlarından daha az etkilenmiş yerlere göçmüş. Örneğin Ankara'nın nüfusu 15 binden 30 bine yükselmiş. Savaşlarda kaybettiğimiz askerlerden dolayı azalmış olan erkek nüfusu da göz önünde tutulursa, göçler geldiğinde Anadolu ve Trakya'da toprağı işleyecek ilave nüfusa ihtiyaç varmış. İşte o dönemde devlet, Kafkaslar'dan gelen göçmenleri, afet yüzünden boşalan köylere yerleştirmiş.

Bu toprakların ne kadar çok göç almış olduğu ve mutfağımızın aslında ne büyük bir kültür harmanı hâline gelmiş olduğu yeterince anlaşılmış olmalı. Daha da çarpıcı olması için size birkaç örnek daha vereceğim.

Bizans döneminde, Bizans ile İslam Devleti arasında bir kaç defa el değiştirmiş olan Kahramanmaraş, sırasıyla Anadolu Selçukluları, Kilikya Ermeni Krallığı, Memlûkler ve Dulkadiroğulları Beyliği yönetiminde kalmış, sonunda da Osmanlı yönetimine geçmiştir. Osmanlı'nın son zamanlarında, Erzurum ve Kars yöresi Ruslar tarafından işgal edilince, oraların ahalisinin bir kısmı bu ilimize göç etmiş. I.

Dünya Savaşı öncesinde Kafkasya'dan göçen Çerkesler, Çeçenler ve Dağıstanlılar, Göynük, Narlı, Göksun, Andırın ve Afşin'e yerleştirilmiş, savaş sonrasında Muş'tan bir grup buraya gönderilmiş, hemen ardından Suriye'den göç eden Türkmenlerden sonra mübadeleyle Balkanlar'dan gelenler Süleymanlı, Beyoğlu, Narlı, Türkoğlu ve Pazarcık'a bağlı köylere yerleştirilmişler. 1939'daki Erzincan Depremi'nden sonra, depremedelerin büyük bir kısmı bu şehrimizde iskân edilmiş.

Göç almadan evvel, Eskişehir'in yerli ahalisi Manavlardan oluşmaktaydı. Göçler sonrasında Tatarlar, Çerkesler ve Abhazalar nüfusa ağırlığını koydu. Dolayısıyla bugün Eskişehir'de, Kırım ve Kafkas mutfakları ağırlıklarını sürdürüyor.

1859-1860 arasında Kırım'dan Balkanlar'a göç eden Nogaylar ve Kırım Türkleri, oradan alınıp önce Suriye'de Trablusşam'a, sonra da Çukurova'da Yarsuvat Köyü'ne yerleştirildi. Bugün Ceyhan, o köyün büyümüş ve ilçe olmuş hâlidir. Balıkesir'in Manyas, Karaman'ın Ayrancı ilçeleri de Kırım Tatarlarının yerleştirildiği köylerken bugün ilçe olmuşlardır. Tekirdağ Şarköy'ün İğdebağlar Köyü (eski ismi Araplı) Suriye'den göçen Araplar tarafından kurulmuş.

aynı yemeğin değişik adları olmasının nedenleri Aynı coğrafyada bunca değişik kavmin yaşıyor olması, aynı yemeğe değişik kültürlerde farklı adların verilmesine yol açmıştır. Türkiye'de hâlihazırda yapılan 1204 yöresel yemeğin adının etimolojik kökeni, Fırat Üniversitesi'nde yüksek lisans tezi konusu olarak Meliha Kekilli tarafından araştırıldığında sonuç şöyle çıkmış: Yemek adlarının %33,05'i (398) Türkçe kökenli; %27,07'si (326) Türkçe + yabancı kökenli; %22,18'i (267) yabancı kökenli; %17,70'i (213) kökeni tesbit edilemeyen sözcüklerden oluşmaktadır.

Bu yüzden çoğu yemek değişik yörelerde, değişik adlarla anılır. Örneğin yaz aylarında tüketilen, karla karıştırılarak sunulan serinletici tatlıya, birbirine çok yakın iller olmalarına rağmen, Adana'da "bici bici", Antakya'da "haytali", Gaziantep'te "haytalya", Kahramanmaraş'ta "karsambaç" deniyor. Hz. Muhammed'in en sevdiği yemek olan "tirit"e de farklı yörelerde "ekmek aş", "papara", "şermule", "ferfene" ya da "garşo" denir. Birkaç başka örnek daha vereyim.

- **sulu köfte** ekşili köfte, eşkili, sıkıcık çorbası, topalak köfte, gulalik, glorik, klorik.
- **erişteli çorba** sakala çarpan, sakala sünen, kesme aş, kesme çorbası, çeneçarpan, kaşığa binen, haluçka, kesme ibik çorbası, tutmaç çorbası, bacaklı çorba.
- **cevizli sucuk** köme, küme, orcik, orjik, kedi bacağı, Besni sucuğu, sucuk, fitil lokumu, ködür tatlısı, bandırma.

- **keşkek** herise, helise, kamhi, kamh, gendeme.
- **mantı** cimcik aş, cimcik, haluje, hingel.
- **kalbura bastı** kalbur basması, hurma tatlısı, halbur hurma.

Bazı yemekler ise iki komşu yörede, bazen komşu iki ilde ve hatta bazen aynı ilin iki ayrı ilçesinde aynı adı taşımasına rağmen, ufak tefek malzeme farklarıyla yapılmakla kalmaz, o farkın korunması istenir.

Bazen de aynı yemeğin yalnızca birbirinden uzak birkaç yerde yapıldığı görülür.

- **anah kızlı** Malatya-Adana
- **gerdan tatlısı** İzmir-Edirne-Bursa
- **iskilip dolması** Çorum-Üsküp
- **kâğıt kebabı** İstanbul-Antakya-Malatya-Edirne
- **sakala çarpan** Afyonkarahisar-Amasya
- **demir tatlısı** Erzurum-Uşak

yörelere müşterek noktaları Bu coğrafyada yaşayanların, yöresel kültürümüze zenginlik katan farklılıklarını ve nedenlerini anlattım, şimdi de bu toprakları vatan olarak kabul edenlerin millet olmasını sağlayan yeme-içme kültüründeki ortak noktalarına geldi sıra.

- Mümkünse her öğün, fırından yeni çıkmış taze ekmek tercih edilir. Özellikle köfteler ve işkembeciler, halkın bu tercihi yerine getirmek için özel çaba sarfederler.
- En çok sevilerek tüketilen içecek, ayrandır.
- Yoğurt her fırsatta tüketilir. Sofrada salata niyetine olduğu gibi yemeklerin içine, üzerine, yanına bolca konur.
- Çorba ekşi tercih edilir, ekşi değilse içine limon sıkılır. Bazı çorbalarda yoğurt kullanılması kıvam katmak için olduğu kadar, ekşi-kekremsi tadı elde etmek içindir. Bazı çorbalara da sirke katılır.
- Yemekler, bol salçalı ya da domateslidir.
- Sabah kalkınca çorba içmek yaygındır.
- Çorbayı ve sulu yemekleri, sıcakken içmek ve yemek tercih edilir.
- Bazı yemekleri ikili üçlü kombinler hâlinde yeme geleneği vardır. Örneğin

kuru-pilav-turşu, karnıyarık-pilav-cacık, lahmacun-ayran, döner-pilav, köfte-piyaz, Konya kebabı-kuru soğan, gözleme-ayran.

- Düğün yemeğinde ana yemek, mutlaka kırmızı et olmalıdır.
- Izgara et çok pişmiş olmalıdır. Etin içi kırmızı ya da pembe kalırsa yenmez.
- Kıyı şeridimiz dışında balık pek yenmez. Diğer deniz ürünleri ise kıyılarda dahi çok az tüketilir.
- Toz şeker bolluğuna rağmen, büyük miktarda pekmez tüketimi hâlâ devam eder.
- Her türlü helva, baklava, zerde, kabak ve ayva tatlıları çok tüketilir.
- Suyu kutsal nitelikte önem verilir ve suyun mutlaka kaynak suyu ve taze olmasına özen gösterilir.
- Çay çok içilir.
- Pilav çok tüketilir, yanında hoşaf ya da cacık tercih edilir.
- Kışın dondurmaya pek rağbet yoktur.
- Isli et ve isli peynire rağbet yoktur.

Ayrıca toplumumuz, sofrada yemek yerken de her bölgede benzer davranışlar sergiler.

- Yemek çabuk yenir ve hemen sofradan kalkılır.
- Yemeğin çeşidi ne olursa olsun, çatal bıçak yerine kaşıkla yemek istenir.
- Çatalla yense bile, çatal sağ elde tutulduğundan bıçağa yer kalmaz, ama bu defa çatalın kenarı bıçak vazifesi görür.
- Tabaktaki yemeğin hepsi yenir, üstüne de tabağın dibi sıyrılır.
- Akşam yemeğinin ailece evde yenmesi gelenektir.



inanç farklılıklarının getirdiği yemek çeşitliliği

Bu coğrafyada asırlardır bir arada yaşayan etnik gruplar, her zaman etkileşim içinde olmuşlardır. Bu etkileşim, en fazla yeme-içme konusunda görülür. En az etkileşim ise inanç konusunda olmuştur. Dinin yasakladığı bir yemeği yemek zordur. İşte bunun için dinî gereklerle yapılan yemekler, genellikle o cemaate özgü kalır. “Genellikle” sözcüğünü özellikle kullandım, zira istisnalar da vardır.

İslam’ın etkisi Müslümanlarla başlayalım. Müslümanlara, eti yerken kandan arındırılarak yenmesi tebliğ edilmiştir. Yani kan yasaklanmış olduğundan, hayvan kesildikten sonra, kanı iyice akıtılmalı, kalan kansız et yenilmelidir. Denizden tuttuğunuz balığı kesip kanını akıtır, yıkar ve pembeleşen suyla birlikte kanın su tarafından alınıp götürüldüğünü gördükten sonra, balığın kansız olduğundan ve pişirip yiyebileceğinizden emin olursunuz. Oysa denizden tedarik edilen midye, karides, istiridyeye, pavurya, istakoz, kalamar ve daha nice ürünün, kesince kanı akmaz, aksa da kırmızı bir sıvı hâlinde olmadığından biz göremeyiz. İşte bu nedenle mütedeyyin Müslümanlar, balık dışındaki deniz ürünlerinden uzak durur. Bazıları “Orta Asya’da bunlar yoktu da onun için Türkler uzak durur” diye düşünür, bazıları ise “Yahudilerle çok komşuluk yaptıkları içindir” der, ama her iki görüş de yanlıştır.

Diğer taraftan kıyılarda yaşayanlarla iç bölgelerde yaşayanlar arasında, deniz ürünleri konusunda kültür farkı vardır. Kıyılarda yaşayanlar, atalarından aktarılmış deniz bilgileriyle donatılmışlardır. Onlar tarak ile istiridyenin farkını; uskumrudan başka balıktan çiroz, torikten başka balıktan lakerda yapılmayacağını; kolyozun uskumruya çok benzemesine rağmen aynı balık olmadığını; lüfer balığının yağda kı-

zartılmayacağını bilirler. İç bölgelerde yaşayanların bunları bilmesi mümkün değil. Onların babaları, dedeleri de bunları bilmezlerdi ki, onlara aktarmış olsunlar. İşte bu nedenle, kıyılarda da yaşasa Müslüman ahalinin çok azı, balık dışında deniz ürünlerine rağbet gösterir. İç bölgelerde yaşayanlar ise hiç yemezler.

Etin az pişmişinin içi kırmızı, orta pişmişinin içi pembe kalacağından ızgara et, çeşidi ne olursa olsun, Müslümanlar tarafından çok iyi pişmiş olarak tercih edilir. Zira yine ette kan kalmış olacağı kuşkusudur. Oysa et, İslamî usullere göre kesilmiş, yani hayvanın tüm kanı boşaltılmıştır.

Sünni Müslümanların bazıları, bu mezhebi kurmuş olan İmam-ı Âzam'ın bu konudaki tefsirine uyarak, iradeyi etkilemeyecek ölçüde alkol almayı dine uygun bulurlar. Sünnilerin büyük kısmı ise "alkolün Kur'an'da yasaklanmış olduğu" yorumunu yaparak hiç alkol içmez. Bektaşiler ve Aleviler'de alkol yasağı yoktur, onlar içer. Ama Şafi mezhebinden olanlar, alkolün zerresinin dahi yasak olduğuna inanır.

İslam dininin mutfak kültürümüze kazandırmış olduğu yiyecek çeşitlerinden (hurmayı bir kenara bırakırsak) Ramazan pidesi birincisi ise, güllaç da ikincisidir. Güllaç ne Doğu mutfaklarında, ne de Batı mutfaklarında yer alır. Sadece bizde, Suriye'de ve Lübnan'da var. Adı "güllü aş"tan gelir. Ramazan boyunca bu son derece hafif olan tatlıyı, sofrada bulundurmamak bir gelenektir.

Helva, Arapça'da tüm tatlıları ifade eden bir sözcüktür. Bizde ise un, pekmez (bal ya da şeker) ve sade yağla hazırlanan tatlıya denir. Un yerine bazen irmik ve nişasta da kullanıldığı olur.

Türkler bu coğrafyaya gelmeden önce Orta Asya'da bir tatlı yaparlarmış. *Divanü Lügati't-Türk*'te o günkü adı "türmek" olan ve muhtemelen bugünün dürümü sayılabilecek un, bal ve bademle yapılan bir tatlı yer almakta. Kaşgarlı Mahmut Türklerin darıyı kavurup öğütterek un hâline getirdiklerini (kavut), sonra yağ ve pekmezle karıştırarak bir tatlı yaptıklarını kaydeder. Ortaya çıkan tatlıya "helva kavutu", yani darı helvası derler. Ancak bu helvayı yaparken pekmezi katıp da mı pişirdiklerini, yoksa kavut ile yağı karıştırıp hamur hâline getirdikten sonra mı pekmezi kattıklarını belirtmez. Esasen o dönemde her türlü tahılın kavurgasına (kavrulmuşuna) kavut denmekteydi. Her türlü kavuttan da helva yapılmaktaydı. Darıdan yapılan helva özellikle loğusa kadınlara verilirdi, çünkü darı helvasının loğusa kadının sütünü fazlaştıracığına inanılırdı.

Türkler Orta Asya'dayken ölümlerin ardından bir şaman geleneği olarak sofa etrafında toplanıp şölen yaparlarmış. Bu topraklarda Selçuklulardan başlayarak, Osman-

lı ile devam edip bugün de sürdürülen başka bir gelenek oluşmuş: Ölünün ardından helva dağıtmak. Birlikte yaşamının etkileşimiyle, Ortodoks Rumların ölünün ardından dağıttığı *koliva* (bir nevi kuru aşure) Müslüman toplumda helva olmuş. Biri yarma kullanmış, diğeri ise irmik.

aşure *Aşura*, İbranice köklü Arapça bir kelime. Her yıl Hicri takvime göre ilk ay olan Muharrem ayının 10. günü dağıtılan aşurenin, bu topraklarda yaşayan tüm inançlarda yeri vardır. Aleviler, Muharrem ayının başından itibaren oruç tutup 10. gün aşure dağıtırlar. Oruç, Hz. Hüseyin'in Muharrem ayının 10. günü Kerbela'da şehit edilmesinin yasıdır. Sünniler yas tutmazlar ama 10. gün aşure dağıtma ritüeline katılırlar. Bütün dinlerde kabul gören Nuh Peygamber'in, o gün Cudi Dağı'nda karaya çıktığına ve gemide kalan son erzaktan çorba gibi tatlı bir aş yaptırdığına inanılır. Bu yüzden Sünni Müslümanlar da Nuh Peygamber'in gemisinin karaya konmasıyla başlayan yeni hayatı, yani bu vesileyle baharla başlayan, yaşamın yeni döngüsünü, yenilenen takvimi kutlarlar.

Ermeniler, *anuş abur*, yani tatlı çorba dedikleri aşureye buğday, üzüm, kayısı ve badem koyarak yaparlar. Ermeniler için o gün İsa'nın doğuş ve göğe yükseliş günüdür. Ermeniler, ayrıca Yuda'nın İsa'yı ihbar ettiği son gece yemeğini, *Latsi Kişer* denilen ağlama gecesi ile anarlar. O Perşembe akşamı yeşil mercimekle yapılmış, sirke eklenen bir yemek yenir.

Rumlar ise aşureyi (*koliva*'yı) farklı, yani kuru yaparlar (badem, ceviz ve buğday) ve bu kuru aşureyi Ton Psihon gününde mezarlık ziyaretinden sonra ölülerinin ruhu için dağıtırlar.

Ülkemizin bazı yerlerinde aşure yalnızca Muharrem ayında değil, başka önemli günlerde de yapılır. Örneğin Trakya'da gerdeğin ertesi günü, oğlan evinde yemekle birlikte aşure sunulur. Kimi yerde ise aşure şekerli değil, tuzlu yapılır. Örneğin Devrek'te kurban eti atılır içine ve etli yapılır. Çorum'da ise aşure, pekmezle yapılır ve adı değişir, "pekmezli hedik" olur. Sivas-Divriği'de aşureye "tatlı aş" anlamında "dadlaş" denilir. Gaziantep'te anason, Çeşme'de ise damla sakızı katarlar aşureye.

Aşure, Balkanlar'dan Çin'e kadar her yerde ufak tefek farklarla yapılır. Balkanlar'ın aşuresi olan *vareno zhito*, Rum *koliva*'sına benzer, buğday ve kavrulmuş undan yapılır. Çin'de aşureye benzeyen, buğday taneleri yerine pirinç konularak yapılan ve 8 çeşit meyve kurusu ya da şekerlemesi dolu bir tatlı tabağı var; adı *bao bao fan*, yani sekiz mücevherli pirinç tatlısı. Onlar da kendi yılbaşılarında yapıyorlar bu tatlıyı.

nevruz Klasik Türk müziğinin en eski makamlarından biri Nevruz makamı. Ayrıca Osmanlı sarayındaki helvahanede “nevruziye macunu” yapılır, dağıtılmış baharda. Nevruz, Farsça “yeni bir gün” demek. Gün ile gecenin eşitlendiği, baharın başladığı, tabiatın uyandığı zaman. Türklerin Orta Asya’da şamanlık dönemindeki takvimine göre de yılbaşı. Dolayısıyla her yönüyle bayram.

Günümüzde Nevruz, daha ziyade Şii kültürünün bir ögesi olarak biliniyor. Nevruz’da beyazlar giyip beyaz yiyecekler yemek çok eski bir gelenek. Bu gelenek özellikle Güneydoğu Anadolu’da yaygın. Maksat yeni yıl ferah geçsin. Beyaz yiyecekler ise yumurta, süt, yoğurt, muhallebi, badem, pilav, sütlaç, zerde, şeker, lokum vs. Bunların arasında yumurtanın (yeni bir hayatı simgelediği için) özel bir yeri var. Örneğin, Bektaşiler Nevruz gününde çok süt içerler, ayrıca yumurta ve iç badem yerler. Bu coğrafyadan Çin’e kadar bütün ülkelerde Nevruz’da yumurtalar haşlanır, tokuşturulur, hatta bazı yerlerde götürülüp aile mezarlarına bırakılır. Beyaz yiyeceklerin yanında yeşillikler yer alır. Bunlar da yeşillenen, yeniden uyanan tabiatın elçileridir sofrada. Güneydoğu illerimizde “nergisleme” yapılıyor Nevruz’da. Yumurta, taze soğan, maydanoz ve yine baharın temsilcisi olarak da erken açan çiçeklerimizden nergis var bu yemekte.

Azerbaycan başta olmak üzere Türk Cumhuriyetleri’nde, Nevruz’da çimlenmiş buğday dövülüp kaynatırlar ve “sümenek” adı verilen özel Nevruz tatlısı yaparlar. Bu tatlıya şeker konulmaz, zira buğday çimlendiğinde zaten şekerlenmiştir. İran’da ise Nevruz’da *sin*, yani “s” harfiyle başlayan yedi çeşidin [sümbül, sumak, sebze (yeşillik), sirke, semek (balık), sir (sarmısak) ve sincid (iğde)] karışımı olan bir macun yerler.

paskalya Paskalya Yortusu, 21 Mart’ı takip eden ilk dolunaydan sonraki ilk Pazar günü hem Ortodokslar, hem de Katolikler tarafından kutlanır. Gregoryen ve Jülyen takvimleri bazen bir kaç gün fark yaratabilir, onun için Rumlarla Ermenilerin Paskalya’sı aynı güne denk düşmeyebilir. Ermeniler *Surp Zadik*, Süryaniler *İdo Dakyomtö* yani kutlu bayram, Rumlar da *Pasha Paskalya* derler bu yortuya. Özel yemekler yapılır o gün için.

Süryaniler, her Paskalya arifesinde yumurta haşlar; dışının kırmızı olması için suyuna soğan kabuğu ya da kırmızı boya atarlar. Bir de özel yemek yaparlar o Pazar günü için. Mönüde bol salçalı bir yemek, içli köfte ya da çiğ köfte, lebniye, (ama bu sıcak yoğurt çorbası değil; içinde yarma bulunan soğuk, kıvamlı yoğurt çorbasının üzerine pekmez dökülerek yapılır) yer alır. Yani bir çeşit “yoğurtlu aşure” diyebiliriz.

Ertesi gün, yani Pazartesi günkü yemekte ise, bir et yemeği olan dobo (kuzu fırın) ya da kaburga dolması yapılır. Paskalya'dan sonraki 15 gün boyunca misafirlere sütlaç, lebeniye, şeker ve klice çörekleri ikram edilir.

Paskalya'da "İsa göğe yükselir ve Tanrı'nın yanına gider." Yumurta, yeniden doğuşu, yumurtanın kırmızılığı ise İsa'nın kanını, yani canını temsil eder. Paskalya töreninde kilisede bağırarak söylenen "*Hristos Anesti!*", Yunanca'dır ve "İsa uçtu!", yani Tanrı'ya kavuştu anlamındadır. Tüm Hristiyanlar, Paskalya Yortusu öncesinde, 40 günlük perhiz dönemi yaşıyorlar. Bu dönemde yumurta, süt ve et, yani tüm hayvansal gıdalar yasaktır. Genellikle Paskalya çöreği ile yılbaşı çöreğinin aynı çörek olduğu düşünülür, oysa yılbaşı çöreği kabarık değil, yassıdır, yani mayasızdır. Paskalya Yortusu'nda yenilen çörek, Anadolu'da kete ya da tuzlu çörekler olarak (örneğin Tokat'ta caş, Diyarbakır'da Diyarbakır çöreği), İstanbul'da ise tatlı çörek, yani Paskalya çöreği diye bildiğimiz çörektir.

fısıh bayramı Yahudiler, Firavun'un ordusu arkalarında, çöle doğru kaçarken, Tanrı onlara bir mucize vermiş ve Firavun'un ordusunu sulara gömmüştür. İşte o gün, Pesah Bayramı'dır. Bu, aslında İsrailoğulları'nın kendi kaderlerini tayin etme inisiyatifi-ni ele almalarının, yani uluslaşmalarının bayramıdır. Bu özelliğiyle, İsrailoğulları'nın İÖ 1300 civarında Mısır esaretinden kurtuluşlarının, tarihteki ilk ulusal kurtuluş savaşı olduğunu da söyleyebiliriz. Fısıh Bayramı'nın İbranice adı Pesah, diğer adı ise "Hamursuz Bayramı"dır. O akşam, sofranın orta yerine konulan bir Seder tabağı hazırlarlar. İçinde üç *Matza*, (Mısır'ı apar topar terkederken ekmeğe maya çalmaya vakit bulamadan yola çıktıkları için hamursuz denilen ama esasında mayasız olan ekmeğe) bulunur. İkisi ekmeğe dua, üçüncüsü ise Mısır'dan çıkışın, köleliğin ve fakirlik döneminin ekmeği olması anısına semboldür. Tabaktaki *Karpas*, kereviz ya da maydanozdur, yanında mutlaka Mısır'da dökülen teri ve gözyaşlarını simgeleyen tuzlu su ya da sirke bulunur. *Maror* denilen acı ot yaprakları, marul yapraklarıyla temsil edilir. *Haroset*, koyu kıvamlı bir tatlıdır; İsrailoğulları'nın köle olarak Firavun'un piramitlerini inşa ederken hazırladıkları inşaat harcını sembolize eder. *Haroset*, tarçın, badem, şarapla hazırlanır ve yemekten önce sembolik olarak yenir. *Korban*, tapınakta kurban olarak sunulan kuzuyu simgeler ve pişirilmiş kemikli kuzu eti parçasıdır. Son olarak da haşlanmış yumurta yer alır tabakta; kimilerine adaklarını hatırlatır, kimine de yas sembolü olur.

Müslümanlar, nasıl oruç tuttıkları ayların özel yiyecekleri olarak Ramazan pidesi

ve güllacı bu toprakların mutfak kültürüne katmışlarsa, Hristiyanlar ve Yahudiler de bu kültüre perhiz yemekleri ile katkıda bulunmuşlardır. Perhiz günlerinde kırmızı et yenmediğinden, zeytinyağlı ve balık yemekleri çeşitlerimizin bu kadar bol çeşitli olmasını ve bazı etli yemeklerin etsizlerinin de yaygın olarak yapılıyor olmasını onlara borçluyuz. Örneğin yaprak sarma, etsiz yapıldığı zaman “yalancı dolma” adını alır ve perhiz yemeği olur. Adana’da vartavit, İstanbul’da topiğe dönüşür ve ikisi de Ermenilerin perhiz yemeğidir. Yahudiler, pırasa köftesi ya da kabak mücveri yaparlar perhiz için. Süryanilerin klıçe çöreği, Kayseri’de illaki peynirli yapılan su böreği, yine illaki peynirli yapılan Giresun Görele’nin pidesi ve çoğu bölgelerimizde yapılan yeşil mercimek salatası, farklı inançların mutfağımızı zenginleştirmek yolundaki katkılarına örneklerdir. Bu liste uzayıp gider ve bu değişik kültür renkleri çoğalır, çoğalır, âdeta bir gökkuşağı olur. Sofraya konulan aşurenin üstünde... Kuru kayısının sarısı, Antep fıstığının yeşili, kuş üzümü tanelerinin karası, nar tanelerinin kıza kaçan kırmızısı... Daha sayayım mı?



uygarlıklardan miras kalan pişirme teknikleri

Bugün Anadolu'nun çeşitli yörelerindeki yöresel mutfak, o coğrafyanın binlerce yıllık kültürünün ürünüdür. Bazı yörelerimiz, yeme içme tarihi ve özellikle de pişirme teknikleri bakımından, âdeta bir açık hava müzesi gibidir.

çiğ yemek Paleolitik Çağ'da (İÖ 600.000-10.000) insanoğlu ateşi keşfetmeden önce, avladıkları hayvanların etlerini çiğ yiyorlardı kuşkusuz. İşte size günümüze kadar gelmiş örneği: Urfa'nın çiğ köftesi.

açık ateşte pişirme Ateş de bu coğrafyada bulunmuş olmalı, zira ateşin bulunuşuna dair efsane kaydı bu coğrafyada ortaya çıktı. Zeus, insanların fazla güçlü olup da Tanrılara karşı gelmesinden korktuğu için, ateşi insanlardan saklar. Prometheus, tanrısal ateşten bir parça çalar ve insanlara verir. Bütün uygarlık bu ateşten doğar. Ama Zeus, Prometheus'u korkunç bir cezaya çarptırır; Kafkas Dağları'nın doruğunda bir kayaya mihlar ve bir akbabaya karaciğerini didiklettirir. Trajik bir son... Evet, Prometheus'a pahalıya mal oldu ama bu arada ateş de insanlığın eline geçti. Sonra, insanlar avını bir kazığa geçirip ateşte çevirmiş. İşte size “kuzu çevirme”.

Biz bu pişirme tekniğini, daha da rafine ederek döner kebab hâline sokmuşuz. Hatta açıkta yanan ateşi, mangala koyup daha da kontrol edilebilir yapmışız. Sonra da mangalın üzerinde sebze ve etleri pişirip bir güzel közleme hazırlamışız. Üzerine ızgarayı yerleştirip etleri serince de ızgara yapmaya başlamışız.

Sonra Mezolitik Çağ'da (İÖ 10.000-8.000) insanoğlu tarım yapmaya başladı.

sac kavurma Artık ateş de var, tahıl da. İnsan, tahılı aldı, yaktığı ateşin yanındaki kızgın taşların üstüne koydu ve bugün Anadolu'da çerez olarak yenilen kavrulmuş tahıl tanelerini üretti. Bugün kavurga deniliyor bu çerezlere. Yine aynı yöntemle, sacın üstünde yufkanın içine kıyma, sebze ya da yabancı otlar koyup gözleme yapmışlar. Bazen de hamuru daha cıvık yapıp aynı sacın üzerinde cızlama ya da akıtma yapmışlar. Aynısını Avrupalı yapınca da, adı krep oluvermiş.

fırında pişirme Dahası var. İnsan, tahıl tanelerini öğüttü, suyla karıştırdı ve o kızgın taşlara yapıştırarak pişirdi. Günümüzde köylerde fırının (tandırın) taşlarına yapıştırılarak pişirilen pide tipi bazlamaların pişirme metodu 12.000 yıldır hep aynı.

az yağda kızartma Sümerlerin meşhur Gılgamış Destanı'nda başkahraman Enkidu'nun en beğendiği yemek, yumurtaya bulanıp susam yağında kızartılmış pidedir. Bugün bu yumurtalı ekmek, ülkemizde farklı adlarla hâlâ yapılır. Ekmek ya da pide dilimleri çırpılmış yumurtaya bulanıp yağda kızartılır, üzerine bal veya toz şeker ekilerek genellikle kahvaltıda yenir. Doğu Anadolu'da cimur ya da cumur, Trabzon'da öğmeç, Batman'da naneheg, Kırklareli'nde ise cici papa diyorlar. Patlıcan, kabak ya da biber kızartmasını da aynı teknikle yapıyoruz.

derin yağda kızartma Bağdat'ta, halifelerin saray mutfağında 10. yüzyılda buğday unu, badem, bal ve gül suyu karıştırılarak yapılan, zülebiye adında bir tatlı vardı. Bugün de Gaziantep'te zülbiye ya da zilbiye denilen bir tatlı var. İnce baklava yufkalarının yağda kızartıldıktan sonra, aralarına kıvamlı bir şeker şerbeti gezdirilerek üst üste konulmasıyla yapılıyor. Lokma tatlısı da bugün aynı yöntemle pişiriliyor.

külde pişirme Yine aynı dönemde, belki hamuru, küllenmiş ateşin ufak kor taneleri üzerine koydular ve pişmesi için sık sık çevirdiler. Bugün Anadolu'da bu biçimde pişirilen ekmeğe herval, kül kömbesi ya da gömeç deniliyor. Ayrıca külde patates, kül üstünde kâğıtta uskumru ve yine kül üstünde uzunca bir sürede pişirdiğimiz Pendik pilakisi var.

ütüleme Gaziantep'de tam olgunlaşmamış, yarı sütlü buğdayın, kabukları içinde alevde kavrulup (ütülenerek) firik yapıldığını biliyor muydunuz? Yörede firik pilavı çok meşhurdur. O da en az 10 bin yıl öncesinden kalma. Bugün yine, tavuğu yol-

duktan sonra alevde ütülüyoruz ve çorbaya paçaları atmadan önce, son kalan kılları yok etmek için aynı metodu kullanıyoruz.

kapalı kapta (güveçte) rosto İÖ 8.000-6.000 arasında Neolitik Çağ'da, insanoğlu köpek koyun ve keşiyi evcilleştirdi. Bir yandan tarım yaparken, diğer yandan da hayvancılıkla uğraştı. Geç Neolitik Çağ'da (İÖ 6.000-5.500) kilden çanak çömlek yapıldı. Nerede mi? Tabii ki burada. İnsanlar artık yemeklerini, bu toprak kapta yapar ve gıda maddelerini de bu kaplarda saklar oldular. Günümüze kadar gelen örnekleri, Anadolu'nun her köşesinde mevcut: Beypazarı'nın güveci, Yozgat'ın testi kebabı, Karaman'ın callası...

kiremitte pişirme Şimdi sıkı durun. Çanakkale'deki Truva harabelerinin ikinci katında bir altın balık oltası iğnesi bulundu. Bu iğne, İÖ 3.000'e tarihlendi. Truvalıların tuttukları balığı, kiremitte pişirip pişirmediklerini bilmiyoruz ama yine ikinci katta bulunan kiremitten yapılmış su ve kanalizasyon künklerinin kalitesi, bugünkü teknolojiyi aratmayacak ölçüde başarılı. Aynı kazıda bulunmuş çömlekler sayılamayacak kadar çok ve daha da ilginç, bulunan çömlekçi çarkı. Anadolu'nun alabalık bulunan akarsularında, bu balığı kiremitte pişirmek bir gelenektir.

kapalı kapta uzun süre pişirme Bizans'ta monokythron dedikleri güveç kabında yapılan bir yemek var ki, bugün hâlâ bazı illerimizde yapılmakta. Şimdiki adı papaz yahnisi. Günümüzde ufak tefek değişikliklerle güveçte değil de, "kulaklı" denilen yayvan tencerede yapılıyor. Söz tencereye gelince size bu topraklara özgü ve tencerde yapılmakta olan yemeklerde kullanılan birkaç özel teknikten bahsetmeliyim.

- **yahni** Et ve sebzeyi birlikte, az suda, kapalı bir kapta pişirmek.
- **pilaki** İçine soğan, sarmısak, maydanoz ve havuç katarak uzun sürede kısık ateşte, zeytinyağlı pişirmek.
- **kalye** Sebzeleri yağda kavurduktan sonra, etsiz olarak kaynatarak pişirmek.
- **borani** Sebzeleri yağda kavurduktan sonra az suda kaynatarak, tercihe göre bir avuç pirinç de katarak pişirmek. Borani, genellikle yanında yoğurtla birlikte, sıcak servis yapılır.
- **dible** Taze ya da salamura sebzeleri ufak doğradıktan ve haşladıktan sonra, soğanla kavurarak pişirmek.

- **çullama** Didilmiş kanatlı hayvan etini (kırmızı et de olabilir) un ve yumurta karışımına bulayarak pişirmek.
- **dizme** Sebzeleri bir kaba düzgünce dizerek pişirmek.
- **silkleme** Sebze ve eti, ya hepten çiğ olarak, ya da ayrı ayrı yağda kızarttıktan sonra aynı tencerede birlikte, arada bir silkeleyerek pişirmek.
- **oturtma** Sebzeleri yağda kızarttıktan sonra üstüne ya da ortasına musakka harcı koyarak pişirmek.
- **bastı** Tencerede sadece sebzeleri ya da bir kat sebze, bir kat et olmak üzere dizdikten sonra, üstüne bir kapak ya da tabak ağırlığı koyarak kendi suyunda pişirmek.
- **terletme** Mangalda pişen sebzeli kebabları, kapaklı bir tencerede en az 10 dakika süreyle bekletmek.
- **demleme** Pişmiş bir pilavı ateşten indirdikten sonra, kapağı kapalı olarak tencerede 15 dakika dinlendirmek.

haşlama ya da buğulama Bodrum doğumlu Yunanlı tarihçi Herodot (İÖ 800 - İS 200), döneminde Çin'den Avusturya'ya kadar Karadeniz'in kuzeyindeki geniş bölgede göçebe yaşamış olan İskitlerden bahsederken, onların bir yemeğine değinmeden edemez. İskitler, koyunun derisini yüzüp eti kemiklerinden ayırdıktan sonra, kalan boşluklara su doldurup postu dikeyyorlarmış. Sonra toprakta açtıkları bir çukurda yaktıkları ateşi, hayvanın kemikleriyle besleyip içi et ve su dolu postu ateşin üstüne yerleştirip pişiriyorlarmış. Bu yemek Kazakistan'da koyun kömbe, sırbaz, cav cumur, yolkazan adlarıyla biliniyor. Kırgızistan'da taş kordo; Gürcistan, Azerbaycan ve bizde ise, haşlama adıyla biliniyor. Ağrı'da bu yemek, bugün aynen Herodot'un anlattığı biçimde yapılarak gösteberg eti ya da gösteberg buğulaması adını alıyor. Biz "söküş" sözcüğünden gelmiş olan "söğüş" adını da bu yemeğin susuz ve kemikleri "sökülmüş" olanına takmışız. Gösteberg, orada yetişen bir yabani ot. İçine bu ottan da koydukları için bu adı takmışlar. Aynı yöntemi kullanarak bugün et kapama ya da et haşlama yemeklerini yapıyoruz.

poşe etme tekniği Kaynama noktasına gelmemiş suda haşlayarak pişirme tekniği, coğrafyamızda yalnızca çılbrı yemeği yapmak için kullanılır. Bu konuda Niğde, Artvin, Edirne ve İstanbul illerimiz başı çeker. Adından da belli olduğu üzere bu coğrafyaya ait olmayıp sonradan getirilmiş bir pişirme tekniğidir. Çılbrı, Farsça bir sözcük olduğuna göre, muhtemelen oradan gelmiştir bu yöreye.

Bu topraklarda islendirerek dumanda pişirme (füme etme) ve limonla pişirme yöntemleri hiç kullanılmazdı. İslı et ve isli peyniri, Kafkasya'dan göçenler getirmiştir. Limonla pişirme yöntemi ise mönülerine ceviche tabağı koyarak fark yaratmak isteyen fine dining restoranlardan öteye kendisine bir yer bulamamıştır.

Ne ilginçtir ki, coğrafyamızda İran ya da Hindistan'dan tandır (tandoor), Kafkaslar'dan kuyu ve Mezopotamya'dan tava (ekmek fırınına gönderilen tepsi yemeği) kültürü, bu coğrafyada yer edinebilmişken, artık her evin mutfağında yer alan fırın, mutfağımızda Batı'daki kullanım yaygınlığına ulaşamamaktadır. Yapılan araştırmalar evdeki fırının daha ziyade börek, fırında makarna ve şerbetli tatlıların yapımında kullanıldığını ortaya koymaktadır.





yöresel yemeklerin sınıflandırılması

1. çorbalar

- a) unlu çorbalar
- b) hamurlu çorbalar
- c) taneli çorbalar
- d) parça etli, köfteli çorbalar
- e) süzme ya da ezme çorbalar

2. et yemekleri

- a) büyükbaş ve küçükbaş hayvan etinden
- b) kümes hayvanı etinden
- c) balık ve diğer deniz ürünlerinden
- d) av etlerinden

3. etli sebze yemekleri

- a) bastılar
- b) oturtma ve musakkalar
- c) kapamalar
- d) haşlamalar
- e) dolma ve sarmalar
- f) yahniler

4. etsiz sebze yemekleri

- a) kalyeler
- b) silkmeler
- c) sade kızartmalar

d) bulamaçlı kızartmalar

e) dibleler

5. etli kurubaklagil yemekleri

6. zeytinyağlı yemekler

a) bastı ve dizmeler

b) dolma ve sarmalar

c) pilakiler

d) ezme zeytinyağlılar (fava, humus vs)

7. yumurtalı yemekler

8. pilavlar

a) pirinçten (kavurma, salma, süzme)

b) bulgurdan

c) arpa şehriyeden

d) kuskustan

9. erişte ve mantılar

10. börekler

a) yağlı hamurdan

b) yufkadan

c) serpme hamurdan

11. ekmek, pide ve çörekler

12. salata ve turşular

13. tatlılar

a) yağlı hamur tatlıları

b) helvalar

c) sütlü tatlılar

d) meyve pelteleri

e) diğer tatlılar (aşure, zerde, gerdaniye vs)

14. içecekler

a) yoğurttan (ayran)

b) meyveden (şıra, vişne şerbeti)

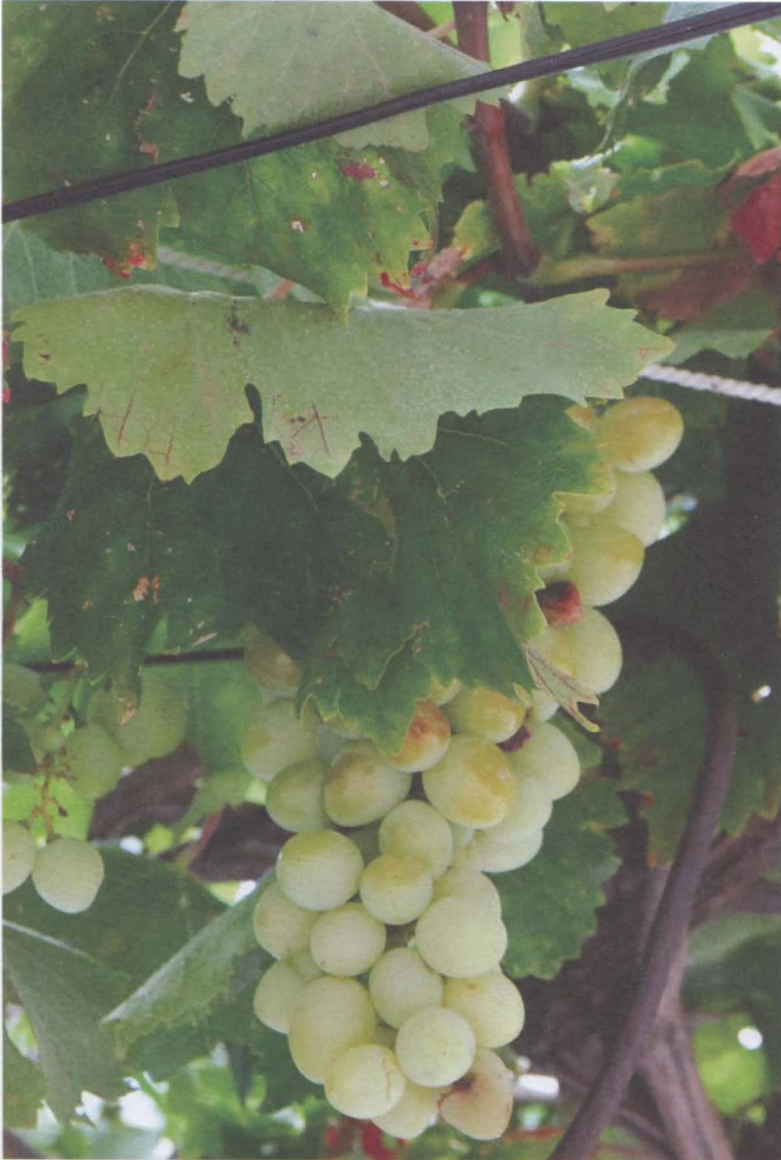
c) tahıldan (boza)

d) kökten (sahlep)

e) ottan, çiçekten, yapraktan (adaçayı, ıhlamur, çay)

f) tohumdan (kahve, menengiç)

bölgelerimiz ve mutfak kültürleri



marmara bölgesi

Marmara Bölgesi, Akdeniz iklimi ile Karadeniz Bölgesi'ni etkileyen iklim tipi arasındaki geçiş kuşağında yer alır. İç kesimleri bozkır ikliminin etkisi altında kalan bölge, zaman zaman Balkanlar ile İç Anadolu Bölgesi'nin kara ikliminden de etkilenir. Bölgede genel olarak yazlar sıcak ve kurak, kışlar soğukça ya da serin ve yağışlı geçer.

Bölgede bir mutfağın ihtiyacı olabilecek hemen hemen her şey yetişir. Yetiştirmeler de dışarıdan getirtilir. Bizans ve Osmanlı'ya başkentlik yapmış İstanbul'un yer aldığı bu bölge, hiçbir zaman mutfağında (savaş yılları dışında) malzeme problemi çekmemiştir.

Bu bölgede bol bulunan sebze, meyve ve kuzuyu, İstanbul'un saray mutfağı ve meyhane kültürüyle bütün bölgelerden biraz ondan biraz bundan alır ve karıştırır, bunun üzerine İstanbul ve Çanakkale boğazlarının eşsiz balıkları ve diğer deniz ürünleri de eklenince zengin ve eşsiz bir münü ortaya çıkar.

Ergene ve Güney Marmara bölümlerinde ayçiçeğı; Ergene bölümünde buğday; Trakya, Güney Marmara ve Adapazarı ovalarında şekerpancarı; Adapazarı ve Bursa'da mısır; Edirne'de pirinç; Bilecik yöresinde şerbetçi otu, Bursa, Balıkesir, Bilecik'te dut; Gemlik ve Mudanya'da sofralık zeytin üretimi yoğunlaşır. Bursa'da şeftali, kiraz, çilek ve kestane; Bursa ve Adapazarı ovalarında ise yoğun olarak domates, patates, sarmısak, soğan, patlıcan, kabak ve biber; Çanakkale'de ise domates ve beyaz nohut yetiştirilir. Şaraplık üzüm bağcılığında Tekirdağ, Kırklareli, Çanakkale, Avşa ve Bozcaada öne çıkar.

Bilecik-Pazaryeri'nin Kınık Köyü'nün güveç kapları ve Edirne'nin çerezlik kavulmuş kabak çekirdeğı çok ünlüdür.

bölgedeki iller Edirne bölümünde Edirne, Kırklareli; Ergene bölümünde Tekirdağ; Çatalca-Kocaeli bölümünde İstanbul, Kocaeli, Sakarya; Güney Marmara bölümünde Balıkesir, Bilecik, Bursa, Çanakkale, Yalova.

pişirme teknikleri Bilinen tüm pişirme teknikleri uygulanır. On dokuzuncu yüzyılın başında gerçekleşen Osmanlı Rus Savaşı'nda ve 19. yy sonunda Kırım Savaşı sırasında ve İstanbul'un işgal yıllarında İstanbul'a gelmiş olan yabancı askerlerle birlikte bu coğrafyaya geldiği düşünülen "kâğıda sarıp pişirme" tekniği de yer etmiştir. 1980'li yıllara kadar kısıtlı ulaşım imkânları olmasına rağmen İstanbullular Yakacık'a, Yakacık'ın meşhur kâğıt kebabını yemeğe giderlerdi.

etnik, inanç ve değişik kültürlerin etkileri Marmara Bölgesi ve daha ziyade de Trakya için yakın tarihimizde üç göç hareketinden söz edebiliriz. Trakya'ya ilk göç edenler, 1877-78 Rus Savaşı'nda kaçıp bu bölgeye yerleşen Pomaklar ve Gacallardır. İkinci göç, Balkan bozgunu ve 1923'teki mübadelede gelip Marmara Bölgesi'nin tarım bölgelerine yerleştirilen Selanik, Serez, Yenice ve Kayalar ahalisidir. Trakya'nın son göçmenleri ise 1930'dan sonraki yıllarda çeşitli zamanlarda Bulgaristan'dan gelip yerleşenlerdir. Örneğin bugün Kırklareli'nde, yöre halkının çoğunluğunu Türkmen Amuca aşireti, Arnavutlar, Boşnaklar, Gacallar, Batı Trakya muhacirleri, Pomaklar ve Tatarlar oluşturuyor. Arnavut ciğeri, Arnavut yahnisi, ciğer sarma, pırasa çorbası, patates çorbası, çılıbr, bakla fava, ayşe fasulye bastı, lorlu biber, Selanik tatlısı, Hayrabolu tatlısı, Kavala kurabiyesi, nişasta helvası, pelte, keten helvası, elbasan tava, ızgara köfteler, Boşnak böreği gibi yemekler, işte bu göçlerle bu yöreye gelmiş olan yemeklerdir.

Trakya'da ayrıca hatırı sayılır Roman nüfusu vardır. Örneğin Kırklareli'nin teneke-de tavuk yemeğini onlara boçluyuz.

İstanbul hem Bizans, hem de Osmanlı zamanında çok göç almıştır. Balkan Savaşı sonrasında milyonlarla ifade edilen sayıda göçmen, Marmara Bölgesi'ne yerleştirilmiştir. Rusya'dan devrim sonrası İstanbul'a yerleşen 200 bin civarında Beyaz Rus'u da unutmayalım. İstanbul'da Rus yemek kültürü ve çay kültürü, onlar tarafından yaygınlaştırılmıştır. Tabii İngiliz işgali altındaki İstanbul'da Avrupalı yemeklerin öne çıkması, beş çayı ve çayla birlikte *charlotte* pastası ya da ekler pastası yenmesi de hayatımıza girmiş oldu.

Bugün İstanbul mutfağında yer alan pırasa köftesi, tarator ve erikli gelincik balığını

Yahudilere; Pendik pilakisi (Ermeni pilakisi), dalak dolması, topik, uskumru dolması, midye dolmasını Ermenilere; geri kalan mezeleri de, örneğin çiroz salatası, midyeli pilav, papaz yahnisi, kalamar dolması, sakızlı ırmik tatlısı, sfilato, fava, tarama ve ançuez ezmesini bölgenin Osmanlı öncesinde de yerleşik unsurları olan Rumlara borçluyuz.

Şimdilerde övünerek yabancı konuklarımıza ana yemek olarak ikram ettiğimiz hünkâr beğendi ya da beğendili kebabın, Osmanlı'nın son zamanlarında kapitülasyonlar ile Fransızların yönetimine geçen Şehir Hatları Vapur İdaresi (Şirket-i Hayriye) Genel Müdürlüğü'nün İstinye koyundaki binasında çalışan bir Fransız aşçının icadı olduğunu biliyor muydunuz? Abdülmecit'in de katıldığı bir davette bu yemek ikram edilir ve Padişah'tan övgü alır. Yemeğin adı hünkâr beğendi olur. Esasen Fransız aşçının yaptığı bir Gaziantep yemeğini (kuzu etli patlıcan söğürtme) alıp onu beşamel soslu hâle getirmekten başka bir şey değildir.

mutfak kültürü Bu bölgede uzunca süre Bizans'a, sonra da Osmanlı'ya başkentlik yapmış İstanbul saray mutfağı var. Edirne, İznik ve Bursa, kısa süreli de olsa başkentlik yapmış illerimiz. Buralarda saray mutfağı bulunmuş olmasının etkileri, bugün de gözlenir. İmparatorluklara başkentlik yapmış kentlerin en önemli özelliği, değişik yöre mutfaklarına ait yemeklerin saray mutfağına taşınarak daha da rafine hâle getirilmiş olmasıdır. Tabii ki yalnızca saray mutfağı değil, saray çevresindeki elitlerin konaklarındaki mutfakları da hesaba katmalıyız. Bu konakların mutfaklarında imparatorluğun değişik yörelerinden gelmiş aşçılar, halayıklar çalışırdı. Onların kendi yörelerinin yemeklerini de arada menü planına katmaları sayesinde yemekler daha da çeşitleniyordu. •

İstanbul'un bir başka özelliği de, 1.500 yıl boyunca deniz ve kara ticaretinin merkezi olmasının getirdiği kozmopolitliktir. Bir liman şehri olarak gerek etnik farklılıklar, gerekse dinî farklılıklar bu kentin mutfak kültürünün hayli zenginleşmesine yol açmıştır. •

Bölgede ilginç gelebilecek bir içecek olan ve en çok Kırklareli'nde yapılan hardaliye, Trakya'da yaz aylarının yerel serinletici meşrubatıdır. Üzüm, vişne yaprağı ve hardalın bir arada, ahşap bir fiçide 20 gün fermantasyona bırakılmasıyla elde edilir.

Kocaeli denilince, akla ilk olarak pişmaniye gelir. Pişmaniyenin kökeni, İran'dır. Orada adı "peşmak" olan bu tatlı, 1601-1611 yılları arasında İran'ın kuzey batısında yaşamakta olan Ermenilerin Kocaeli'ne yerleştirilmeleriyle bu yöreye gelmiştir. İstanbul-Ankara tren seferleri, 19. yy'ın sonunda başladığında Hacı Agop Dolma-

cıyan, yaptığı pişmaniyeleri istasyonda satmaya başlamış ve işi ondan öğrenenler, Dolmacıyan, I. Dünya Savaşı sonrasında yurtdışına göçmesine rağmen devam ettirmişler ve bugüne kadar getirmişlerdir.

Bosna'dan gelenlerin yerleştirildiği Adapazarı'nda, Boşnak mutfağı ağırlığını koymuştur. Bursa'ya ise daha ziyade Batı Trakya ve Bulgaristan'dan göç edenler yerleşmiştir. Dolayısıyla Bursa mutfağında, bu defa Balkanların esintilerini görürüz. Balıkesir'de ise Arnavutluk'tan gelenler damgasını vurur mutfağa. Gemlik ve Bozcaada'da, yazın gelincik şerbetiyle serinlemek bir gelenektir. Balıkesir-Edremit'te 1910'da Yunanistan'dan göç etmiş bir aile tarafından kurulmuş olan Cumhuriyet Lokantası, hâlâ hizmet vermektedir. -

Ayvalık'ta Ocak, Şubat ve Mart ayları, deniz kestanesinin yumurtalı olduğu aylardır. Yöre halkının "karadiken" diye adlandırdığı deniz kestanesini ikiye bölünmüş olarak satıcılardan alanlar, ayak üstü içine zeytinyağı ve limon sıkarak çiğ olarak yerler. Kıyılarımızda bolca bulunan deniz kestanesine, ülkemizde Ayvalık dışında başka bir yerde rağbet pek olmaz.

Bursa İnegöl'ün ilk köftecisi Besler, 1893'te kurulmuştur. Bursa Ankara yolu üzerinde yolculara ekmek arası olarak satılan bu köfte şimdi İnegöl köftesi adı altında çok meşhur olmuştur. Bursa'nın diğer meşhur yemeği ise dönerli pidedir.

Elimizde 1855 tarihli seyyar dönerci kartpostalı bulunduğuna göre, döneri değil ama bu kebabı 1867'de Kebapçı İskender icat etmiş, önce döner kebab, sonra döner kebab olmuş, sonra da kebaba kendi adını vermiş. Kebapçı İskender'in ailesi, sonraki kuşaklarda da bu işi devam ettiriyor. Döner, kuşbaşı kesilmiş tırmak pidesi üzerine yayılır, üzerine domates sosu gezdirilir, tabağın bir ucuna da biraz yoğurt konur. Arzu edenin kebabına masada kızgın tereyağ dökülür.

Bursa'nın bir başka ünlü yiyeceği de kestane şekeridir. Onu da 1930'da Makedonya'nın Manastır şehrinden Bursa'ya göçmüş bir aile başlatmış. Hâlâ o ailenin markalaşmış kestane şekeri, Bursa'da pazarın liderliğini koruyor. '

Osmanlı savaş gemileri, İstanbul'dan Akdeniz'e doğru yola çıktıklarında ilk durakları, Gelibolu olurdu genellikle. Buradan tuzlanmış balık ve peksimet yüklenirdi gemilere.

Gelibolu'da eskiye kıyasla üretim kapasiteleri düşmüş de olsa, hâlâ hatırı sayılır sardalya balığı konserve üretimi vardır.

EDİRNE BÖLÜMÜ YEMEKLERİ

edirne ciğer tava, Keşan satır köftesi, tarhana çorbası, damat paçası, ciğer sarma, elbasan tavaşı, dilber dudağı tatlısı, yırtma (asma yaprağı), kaşık (gaziler) helvası, köbete (av etiyle yapılmış börek), nohutlu paça yahnisi, nohutlu işkembe yahnisi, tenekede tavuk, mamzana, cizleme.

Ünlü mamulleri: Kavala kurabiyesi, badem ezmesi, tarhana, biber cipsi, deva-ı misk, kabak çekirdeği, Edirne koyun beyaz peyniri.

kırklareli etli bezelye, kalle (beyaz lahana yemeği), kenarlar, kalın kıyı, boş mantı, pırasa böreği, sulu kaçamak, kuru kaçamak, kaymakçına, külür, plaska, ısırğanotu çorbası, bildirçin kâğıt kebabı.

Ünlü mamulleri: Hardaliye, Kırklareli kaşar peyniri.

ERGENE BÖLÜMÜ YEMEKLERİ

tekirdağ Tekirdağ köftesi, tolçka, elbasan tava, köpoğlu, çullama, soğan aşı, papaz mancası, Hayrabolu Çerkesmüsellim köftesi.

Ünlü mamulleri: Hayrabolu tatlısı, peynir tatlısı (helvası), Tekirdağ-Bahçeköy manda peyniri.

ÇATALCA - KOCAELİ BÖLÜMÜ YEMEKLERİ

istanbul tavuk suyuna şehriye çorbası, tavuk göğsü, kazan dibi, istavrit tava, imam bayıldı, islim kebabı, Hasan paşa köftesi, Yakacık kâğıt kebabı, hünkâr beğendi, midye tava, torik lakerdası, topik, uskumru dolması, çiroz salatası, vezir parmağı tatlısı, Kürt böreği, Pendik pilakisi (Ermeni pilakisi), dalak dolması, çevirme, Sultanahmet köftesi, Sarıyer böreği, Kanlıca yoğurdu, Silivri yoğurdu, su muhallebisi, Fatih sarımsak tatlısı, talaş böreği.

Sokak lezzetleri: Kâğıt helva, balık-ekmek, midye tava, kokoreç, midye dolma, haşlanmış-közlenmiş mısır.

Ünlü mamulleri: Akide şekeri, badem ezmesi, çiroz, torik lakerdası, anasonlu galleta, Beyoğlu çikolatası.

kocaeli Kandıra yoğurdu, otur Fatma tatlısı (nazlı), malak (kaçamak), etli yaprak sarma, pocuk çorbası, cığceli kavurma.

Ünlü mamulü: Pişmaniye.

sakarya Boşnak böreği (börek-kabaklı / börek-kıymalı), begora (bey çorbası), alişka (hamur parçalı, patatesli çorba), kaymaçına tatlısı, hurmaçça, ıslama köfte, kiremitte alabalık, dartı, çerkes tavuğu, uhut tatlısı, kabak tatlısı.

Ünlü mamulleri: İslı kuru et, Çerkes peyniri, Abaza peyniri, saç örgü peyniri, sütlü erişte, kabak lokumu, ayva lokumu, Neşe gazozu.

GÜNEY MARMARA BÖLÜMÜ YEMEKLERİ

balıkesir hoşmelim (hoşmerim), sura, Balıkesir kaymaklısı, mafiş tatlısı, lor mahlutu, tirit, keşkekli kuzu haşlama, Susurluk ayranı, gelincik şerbeti, çılgır (saçaklı mantı), zeytinyağlı yer elması, elbasan tavası.

ayvalık Ayvalık tostı, papalina tava, lor tatlısı, lor baklavası, kidonya, Cunda cacığı, sübye kavurma, sübye yumurtası, deniz kestanesi söğüş, ahtapot salatası.

Ünlü mamulleri: Domates reçeli, dut kurusu, zeytin, zeytinyağı, Ayvalık sepet lorı ve kirli hanım lorı, Edremit sepet peyniri, Manyas torba peyniri, Manyas kelle peyniri.

bilecik büzme, keklik kebabı, piruhi, dağ eriği ekşili kesme çorbası, yunus erikli (kı-zılıcıklı) dolma, bildircin kebabı, bildircinli mantı, nohutlu tavuklu mantı, samsı, kaçamak, zırz salatası.

Ünlü mamulleri: Pancar pekmezi, köpük helvası, kırırcı helvası.

bursa ekşili baş çorbası, mısır unu sarması, patlıcan silkmesi, Yörük kebabı, yufkalı hindi, yufkalı paça, hamur bamyası, kaymaçına, dızmana, çardak kebabı, İnegöl köftesi, Bursa kebabı (pideli döner kebabı), cantık (ufak kıymalı pide), şipsi (tavuk), kavata (zeytinyağlı yeşil domates), etli gavata, kestaneli lahana sarma, kestaneli pilav, kestaneli gerdan kebabı, sütlü kabak, pideli köfte, yumurta dolması, söble, Keles güveci, etli erik yemeği, dik dik kebabı, dilber dudağı, tahinli pide, cendere baklavası (cennet künkü).

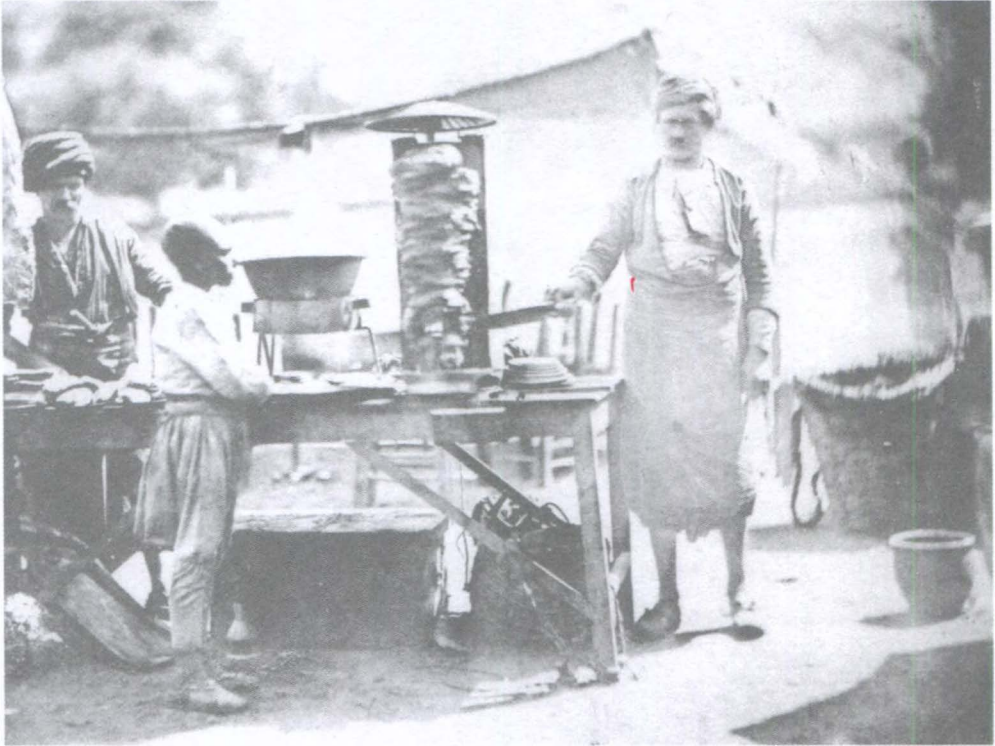
Ünlü mamulleri: Kemalpaşa tatlısı, kestone şekeri, Karacabey Mihaliç peyniri.

çanakkale asma yaprağında sardalya balığı, pohlu (içi ayıklanmamış sardalya tava), kaya barbunyası tava, lüfer pilavı, bakla keşkeği, biber parpullaması, ıspanak sarması, ıspanak çorbası, metez, melki yemeği, börülce köftesi, papaz yahni, tarhanalı patlıcan, tumbi, turpotu salatası, kaçamak (şelame), ahlat suyu, melki, yumurtalı tiken, keçi etli Hıdırellez yahnisi, kötebe tatlısı, avunya mantısı, Bozcaada çiçiryası, Bozcaada vişinada içeceği.

Ünlü mamulleri: Mevlevi tatlısı, tuzlu balık, lakerda, beyaz nohut, erik macunu, badem lokumu, peynir helvası, Gönen baldo pirinci, Bozcaada çavuş üzümü, Ezine keçi ve koyun beyaz peyniri.

yalova Yalova Köftesi, Yalova sütlüsü, pavli, luhu, şuşkey çirbuli, lalanga, çubuyiş gayi, papa, silohto, paponi.

Ünlü mamulleri: Hibiskus çayı, adaçayı.





ege bölgesi

İç Anadolu'dan batıya doğru ilerlediğimizde, Ege'nin ılıman iklimi ve denizi kucaklayan dantel gibi kıyılarını görürüz. Burada doğa, her zaman mülayim, toprak bereketli, hayat kolaydır. Ege denilince akla ilk gelen, bölgenin mutfak kültürüne damgasını vuran zeytin ve zeytinyağıdır. Meyve ve sebze boldur. Meyvelerden üzüm, incir, turunçgiller ve kiraz; sebzelerden domates, biber, salatalık, yeşil salata, patlıcan, enginar, kereviz, pırasa, ayrıca zeytin, pirinç ve yabancı ot bolca yetişir. Sebze bol olunca, tabii bakliyat da bol olur. Bölgenin tamamında börülce yetiştirilir. Uşak, nohut üretiminde iddialıdır.

Ege Bölgesi'nde de durum, Akdeniz Bölgesi'ndekine benzerdir. Kıyı şeridinde Ege adalarının sebze, deniz ürünleri, zeytinyağı ve ot ağırlıklı yemek kültürü batıya, dağlara doğru gidince yerini yamaçlarda karışık bir kültüre, daha da yükseklerde ise Yörüklerin etkisiyle et, süt, tereyağ ve tahıla bırakır.

Akhisar'ın kirazı, Afyon'un kaymaklı lokum ve sucuğu, Ödemiş'in patatesi, Aydın'ın inciri, Muğla'nın pembe domatesi, Uşak Eşme'nin ayvası, Manisa'nın çekirdeksiz kuru üzümü ve zeytini, Bergama'nın Kozak çam fıstığı, Datça'nın sofralık bademi, Manisa Kula ve Kütahya Tavşanlı'nın sarı leblebisi çok meşhurdur. Denizli'nin Tavas ilçesi ise beyaz leblebisiyle meşhur olmuştur. Ege'nin tamamında bağcılık yapılır, şaraplık üzümde Denizli'nin Güney ve Çal ilçeleri, Manisa'nın Salihli, İzmir'in Torbalı ve Urla ilçeleri öne çıkar. Bu bölge, ülke üzümünün %40'ını, şarap üretiminin de %20'sini karşılar. İzmir Çamaltı tuzlası, neredeyse tüm ülkenin deniz tuzu ihtiyacını karşılayacak kadar üretim yapar.

Daha çok, keçi dahil küçükbaş hayvancılık yaygındır.

bölgedeki iller Doğu Ege bölümünde Afyonkarahisar, Kütahya, Uşak; Batı Ege bölümünde Aydın, Denizli, İzmir, Manisa, Muğla.

pişirme teknikleri Bilinen her türlü pişirme tekniği bölgede kullanılır. Hatta bölge, bir de kendine özgü teknik geliştirmiştir. İzmir ve Aydın'da "cızlama" olarak bilinen bu yöntem, daha ziyade tekir ve barbunya balıkları kızartılırken uygulanır. Balıklar tavada piştikten sonra, tavaya bir kahve fincanı soğuk su dökülür, işte o anda "cızzz" diye bir ses çıkar. Ateş söndürülüp tavanın kapağı kapatılır ve 10 dakika demlendirildikten sonra sofraya alınır. Bu yöntemle, balığın derisindeki kaya kokusu yemeğin tamamına yayılmış olur.

etnik, inanç ve değişik kültürlerin etkileri Bölgenin tarihi, Lidyalılara kadar uzanıyor. Lidya için bölgenin önemi büyük, çünkü o dönemin metropollerini diyebileceğimiz Efes ve Sardes kentlerinin arasındaki Efes, Tire, Bozdağ, Sardes hattı, dönemin en önemli ticaret yolunu oluşturuyor. Bu ticari hareketlilik, bölgenin farklı kültürlerle temasını sağlamıştır. Büyük İskender zamanında (İÖ 4. yy) Filistin'den getirilen Yahudiler, başta Tire olmak üzere, bu bölgeye yerleştirilmiş. O günlerden başlayan bu çok kültürlülük, Türklerin bölgeye hâkim olmasından sonra da devam etmiş. II. Mahmut döneminde Bektaşiler; mübadele yıllarında da Girit Adası'ndan gelen Türkler bölgeye yerleşmiş. Yüzyıllar boyu süren göçler ve ticaret, bölgenin zengin yeme içme kültürünün kaynağıdır aynı zamanda.

Bölgede dört değişik kültürün etkileri görülür. Bunlardan biri, 1916-1924 yılları arasında adalardan gerçekleşen göçlerle oluşan kültürdür. Girit ve Ege adaları kültürü, 1923 yılındaki mübadeleden sonra bölgede yaygınlaşmıştır. 1923-1924 yıllarındaki mübadelede Selanik ve Batı Trakya'daki Türklerin de bölgeye getirilmesiyle, İzmir ve Manisa'da, onların yöreye taşıdığı Batı Trakya kültürünün izlerine rastlanır. Bölgeye Arap yemeklerini, 1916'da yerleştirilmiş Araplar getirmiş olmalı. Yoksa "mukliye" yemeği Ege'de ne arasın?

İkincisi, 1492 yılında İspanya'dan Osmanlı'ya kabul edilmiş olan Safarad Yahudileridir. Bölgede zaten Büyük İskender zamanından beri yerleşik Yahudiler vardı ve yeni gelenler de aynı bölgeye yerleştirildiler. Yeni gelenlerin etkisi daha ziyade İzmir, Manisa, Tire ve Bergama'da hissedilir. Bugün bu bölgede yediğimiz boyoz (bolloz), pandispanya, içtiğimiz sübye (kurutulmuş kavun çekirdeği macun hâline gelinceye kadar ezildikten sonra, sulandırılıp süzülerek yapılan içecek), filiskin (taze

yabani nane ile yapılan içecek), polomis (bitki çayı), pırasa dolması (cufletikos), mücver (kelbaş yalenti) ve Tire köftesi onların kültür etkileridir.

Safarad Yahudilerinin İspanya'dan getirmiş oldukları Yahudi böreğini, İzmir'de Avram Usta meşhur etmiş ve o günden sonra bütün İzmir'e malolmuş boyoz. Yahudilerin İspanya'dan göç ettikleri her ülkede boyoz var. Arjantin, Peru, Meksika, ve Şili'de de boyoz yemeniz mümkün. Yahudi göçü saydıklarımla kalmamış, 17. yy'da Kandiye Savaşları sonrasında birçok Yahudi, Mora ve Selanik'ten İzmir'e göç etmiştir.

Üçüncüsü ise daha ziyade dağlık kesimlerde bulunan Yörük kültürüdür.

Son olarak sayıları az da olsa 1600'lü yıllardan beri İtalya, Fransa, İngiltere ve Hollanda'dan gelip İzmir'e yerleşmiş Doğu-Batı ticaretinin aracısı konumundaki Batılı aileler olan, halk lisanında "tatlı su frengi" diye yer etmiş olan Levantenlerden bahsetmeliyiz. Genellikle Katolik-Hristiyan olan bu aileler, bölgede hâlen ticaretlerini sürdürmektedirler. Levantenlere özgü bazı yemekler ise kuzu pırzola pane, hindi dolması, finikia ve karnaval tatlılarıdır.

Ayrıca İzmir'in Seferihisar ilçesinde ve Aydın'da bir miktar Roman nüfus vardır. Aydın'ın çingene pilavı o kültürün bir katkısıdır. İzmir, 1990 sonrasında Doğu ve Güneydoğu bölgelerinden önemli miktarda Kürt kökenli vatandaş göçü almıştır.

mutfak kültürü Ege sahil şeridinde deniz ürünleri, zeytinyağlılar, sebzelerden özellikle börülce, patlıcan, pırasa ve yabani otlı yemekler, mutfakta ağırlığını korur. Bölgede yabani otlar zaten toplanıp yenilirdi, ancak ot yemekleri Akdeniz ve Ege adalarından mübadele yoluyla 1923 yılında gelenler tarafından daha da yaygınlaştırılmıştır. Arapsaçı, ebegümeci, hardal otu, kuzukulağı, sarmaşık, şevket-i bostan/akkız, turpotu, radika/hindiba, cibez ve labada sevilerek yenir. Bunlardan yalnızca şevket-i bostan ve arapsaçı kuzu etli, diğerleri zeytinyağlı yapılır.

Doğuda dağlara doğru yükseldikçe kıyı-Yörük karışımı mutfak, daha da yükseldikçe et, süt ürünleri ve hamurışı ağırlıklı Yörük mutfağıyla karşılaşırız. Örnek vermek gerekirse, deniz börülcesi salatası kıyı şeridinde zeytinyağı, sirke ve sarmısakla ya da tarator sosla (ceviz, ekmek içi, sarmısak, zeytinyağı ve sirke) yenirken, yükseklerde aynı yemek sarmısaklı yoğurtla yenir.

İzmir'de öyle ilginç bir ramazan tatlısı var ki, bu tatlıyı (Bursa ve Edirne dışında) başka bir yerde bulamazsınız. Etle yapılıyor bu tatlı... Evet, yanlış okumadınız, etle yapılıyor. Kuzunun gerdan etiyle tatlı yapıyorlar, adı da gerdaniye. İzmir'de bay-

ramlarda, sünnetlerde ve ölümlerde, lokma dökmek âdettir. Kapı önlerinde lokma kuyrukları oluşur. Lokmasını alan, üzerine biraz tarçın serper ve lokmayı döktüren ailenin kederini ya da sevincini paylaşır. İzmir'in iklimi müsait olduğundan, dışarıda gezerken ya da piyasa yaparken ayaküstü atıştırmak bir gelenek hâline gelmiş. İçinde domates olmayan, kömürde pişmiş kokoreç, kumru, midye dolma, buzlu badem, darı (İzmirli mısıra darı derler), şambali tatlısı ve kelle söğüş bunlardan bazıları. Haşlanıp soğutulan kelleyi söğüş hâline getirip ince ince doğradıktan sonra soğan, domates, kimyon, pul biber, nane ve maydanozla karıştırıp çift kat lavaşın içine koyarlar. Uykuluğa "badem" diyorlar ve kömürde ızgara yapıyorlar. Şambali tatlısının en iyisini, Hisarönü'nde Bulgaristan göçmenleri yapıyorlar. Boyoz, sabah kahvaltıda yeniyor ve yanında da illaki fırında pişirilmiş katı yumurta olur. İzmir'de simide de simit değil, gevrek diyorlar ve yanında mutlaka tulum peyniri olsun istiyorlar. Gevrek sözcüğünü, Trakya'dan oraya göçenler getirmiş olmalı, zira Trakya'daki eski Osmanlı topraklarında da simide hâlâ gevrek denmekte.

Denizli'de körpe asma yaprakları, kuşbaşı kuzu eti ve pirinçle pişirilerek üzerine sarmısaklı yanık yoğurt dökülerek yenir. Bu yemeğe çaput aş diyorlar. Süller pidesi ise kuşbaşı et, kaşar peyniri, domates, biber, şeker ve balla yapılıyor. Yanık yoğurda da Denizli ve Tire'de rastladım yalnız.

Manisa'nın Salihli ilçesi'nin Gökeyüp Köyü, güveç ve çömlek imalatındaki ustalığıyla tanınıyor. Manisa'da her yıl baharın başlangıcında, merasimle mesir macunu dağıtılıyor. Osmanlı sarayındaki helvahanede, padişaha "nevruziye" denilen, 40 çeşit baharat içeren çok özel bir macun yapılmış. İşte mesir macunu, o macunun biraz değişik formülle yapılanı. Akhisar'da, Kurban Bayramı'nın ikinci günü, öğle yemeğinde mahallenin fırınında pişirilmiş kuzu etli pilav olan "sura" yemek, bir gelenektir. Ayrıca Akhisar'da kokoreçi, alışılagelmiş kor ateş üzerinde çevirerek değil de, tepsiyle mahalle fırınına verip pişirdikten sonra, üzerine kimyon serpip yiyorlar.

Aydın'ın Nazilli ilçesinin pidesi çok meşhurdur. Hamur, alışılagelmiş pide hamurundan daha kalın tutuluyor. İkinci önemli özelliğiye, yanında turunçla sunulması. Peynirli, şekli de ensiz ve çok uzundur. Kaşar peynirlisi ve tahinlisi çok sevilir. Kıymalı da yapılıyor ama onun şekli yuvarlak ve avuç içi kadar, yani fındık lahmacun boyutlarında.

Kütahya'da boğazdan aşağıya kaymak gibi kayarken âdeta çevresini okşayan köpük helvası ve susamlı helva yapıyorlar. Susamlı helvaya çok ilginç bir ad takmışlar: Bitli helva. 1898'den bu yana bu işi yapmakta olan Helvacı Hakkı'da tadabilirsiniz.

Uşak, keşkeği ve tarhanasıyla ünlenmiştir.

Muğla'da düğünlerde keçi etinden yapılan ve okuntu adı verilen yemek ikram edilir. Bodrum yarımadasının yerli halkı satırla parçalanmış tavuk ve dağ mantarından yaptığı kavurmayı (kanlı kavurma) çökelek peynirli yeşil salata eşliğinde yer. Genellikle akşam yemeği için yapılan yumurtalı patlıcan yemeği soğanla domates yağda kavrulduktan sonra içine ince doğranmış patlıcan eklenerek yapılır, üstüne yumurta kırılır ve ateşten alınır. Marmaris ilçesinde ise kahvaltı ve öğle yemekleri arasında yörede bolca bulunan çam balıyla "çıtırmak" denen bir tatlı yapılır. Kaynatılmış bala kavrulmuş susam konur ve kalıp kalıp kesildikten sonra yenir.

Afyon'da yerleşik Türkmenler ve sonradan bölgeye yerleştirilen Kafkasya göçmenleri, Ege'den daha ziyade İç Anadolu'ya benzer iklimi, Afyon'da Ege mutfağından farklılaşan mutfak kültürü oluşturmuştur. Afyon mutfağının temelini et yemekleri, haşhaşla zenginleştirilen hamur işleri ve sebze yemekleri oluşturur. Et yemekleri ızgara yapılmaz, fırında uzun sürede ve kendi yağında pişirilir. Yemeklerde genellikle yağ olarak "don yağı" kullanılır. Yaklaşık 10-15 çeşitten 40 çeşide kadar yemeğin ikram edildiği yemekli toplantılar "sıra yemeği" olarak adlandırılır. Sıra yemeklerinde, yemeklerin sofraya getiriliş sırası önemli olup sindirimi kolaylaştırmak amacıyla yemeğin sonunda bamya çorbası sunulur.

Bölgeye has yemekleri Afyon'da 1881'den beri faaliyette olan Aşçı Bacaksız ve 1922'de kurulmuş İkbâl lokantalarında; Urla'da Beğendik Abi; Çeşme'de İmren; Bodrum Konacık'ta Kısmet; İzmir'de Uğur (Adil Müftüoğlu) ve Kemeraltı'ndaki Kısmet lokantalarında tadabilirsiniz.

DOĞU EGE BÖLÜMÜ YEMEKLERİ

afyonkarahisar sakala çarpan çorbası, çullama/köttü (köfte), şebitle hindi, göce köttüsü (bulgur köftesi), haşhaşlı lokul, kedikülümbe, haşhaşlı bulgur pilavı, afiyan salatası, toyga çorbası, pırasa musakka, zürbiye, sırtsırta, şepit (tavuklu), yanıyarma (karnıyarık), cızdırma, haşhaşlı katmer, cücü kadayıf, kaymaklı ekmek kadayıfı, kaymaklı elma tatlısı (elmasiye).

Ünlü mamulleri: Afyon kaymağı, Afyon sucuğu, Afyon kaymaklı lokumu, Sultandağı sızgıtı (kavurması); Afyon'un köy, küflü ve tulum peynirleri.

kütahya Kütahya küp eti, kızılık tarhana çorbası, çeneçarpan çorbası, tekke çorbası, sıkıcık çorbası, gökçümen hamursuzu, tahinli çörek, zeytinyağlı bamya, dövmeç, namaz lokması, kabak kabuğu kavurması, dolamber böreği, tosunum, zeytinyağlı soğan dolması, sazan balığı, tahinli şıra ve sucuklu ekmek, çömlek eti, muska böreği, Ulubey ebem köftesi, lopça, cimcik, şibit, Tavşanlı güveci, küp eti.

Ünlü mamulleri: Tavşanlı leblebisi, bitli (susamlı) helva, köpük helvası.

uşak alaca tene, haşhaş sürtmesi, ciğerli bulgur, keşkek.

Ünlü mamulleri: Uşak tarhanası, haşhaşpare tatlısı.

BATI EGE BÖLÜMÜ YEMEKLERİ

aydın midye dolmalı lahana böreği, oğlak çevirme, kırılı kızartması, domatesli şehriye çorbası, yaprak enginarı, Salihli odun köftesi, paşa böreği, yuvarlama, ısırganotu böreği, ebegümeci kavurması, arapsaçı, sirkeli havuç, zeytinyağlı kabak silkme, zeytinyağlı kereviz, turpotu salatası, sinkonata, efe sarması, kulak çorbası, çingene pilavı, incir uyutması, kuru incir tatlısı, taze incir kavurması tatlısı, paşa böreği, pancar tatlısı, Selçuk çöp şişi.

Ünlü mamulleri: İncir reçeli, kuru incir, pancar tatlısı, Aydın tulum peyniri.

denizli kaçamak, alaçora, sıyırma, ciğer sarması, gındıra çorbası, yoğurtlu patlıcan gömmesi, Buldan kebabı, davet pilavı, çaput aş, ciğer sarması, süller pidesi, kuzu çevirme, sıvama, sura, tavuk kapama, patlıcan böreği, Tavas güveci, soğan aş, sucuklu un karıştırması, biber tatarı, kuru badılcın dolması.

Ünlü mamulleri: Yanık (isli) yoğurt, beyaz leblebi, Zafer gazozu.

izmir İzmir köfte, İzmir lokması, balık uçu, deniz börülcesi salatası, taze börülce salatası, kuru börülce salatası, domatesli pirinç çorbası, pabucaki, paşa meze, incir lokması, bolama (lık lık pilavı), cibeş salatası, kabak çiçeği dolması, midye pilakisi, zeytinyağlı ebegümeci, kuzu etli şevket-i bostan, Seferhisar usulü ekmek dolması, çipahorta (karışık bahçe salatası), enginar dolması, kokoreç, zeytinyağlı taze bakla, paşa böreği, gerdaniye (kuzu gerdanı tatlısı), şambali tatlısı.

çeşme damla sakızlı kuzu incik kapama, ısırgan otu kavurması, yumurtalı sarmaşık kavurma, kalamar dolması, kumru.

tire patlıcan balığı (börek), okma salatası, şahdutlu (karadutlu) lor tatlısı, me-
lengiç kavurması, Tire köftesi (kebabı), tak tak kebabı (kuzu tandır), sübye (subiya),
filiskin, okma (ısırgan otu yemeği), pırasa dolması, yumurtalı sarmaşık otu.

ödemiş kahrat ekmeği, Töngül pidesi, ekmek dolması, yufka tatlısı, kabak sin-
konta, kelbaş yalenti (mücver), Ödemiş köftesi (kebabı), bulgurlu ot kavurması,
kuzu etli arapsaçı.

seferihisar yuvalaça, samsades tatlısı.

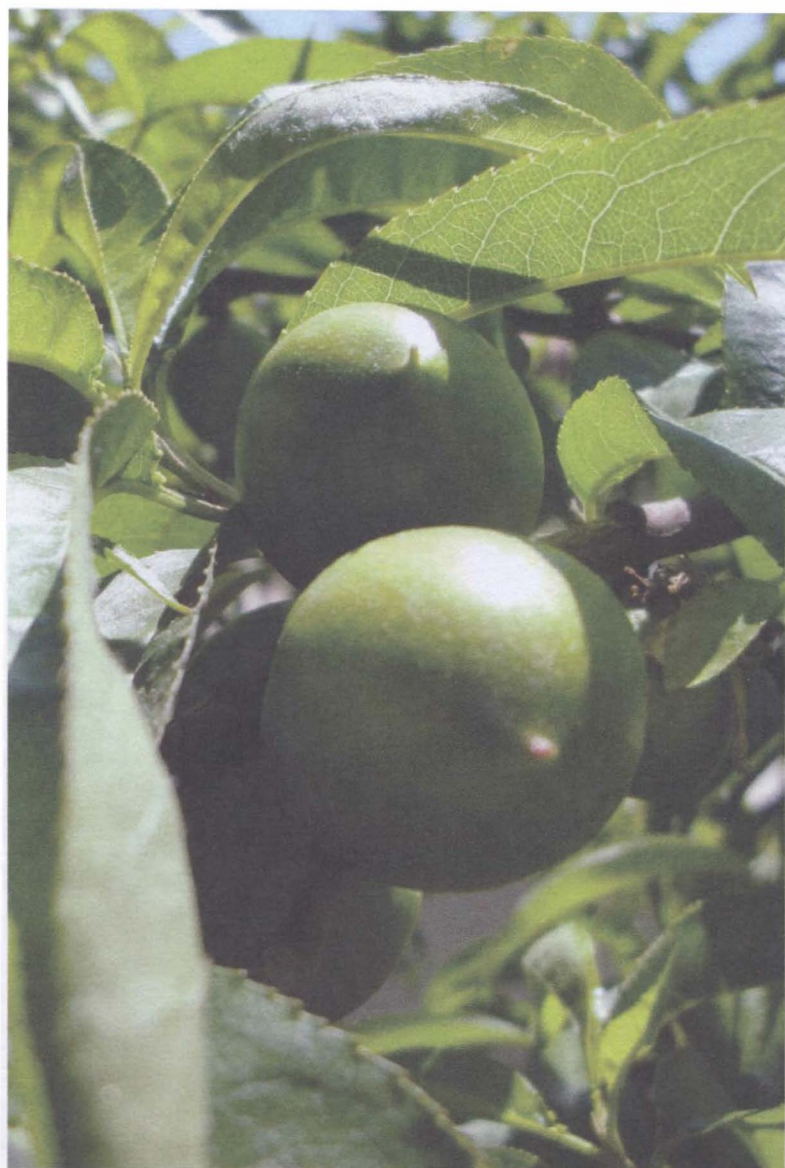
Ünlü mamulleri: Sakız reçeli, Antep fıstığı reçeli, Bergama'nın deri tulum pey-
niri, Tire çamur peyniri, Seferhisar armola peyniri, Karaburun kopanisti ve sepet
peynirleri, İzmir tulum peyniri.

manisa Manisa kebabı, Manisa köftesi, şevket-i bostan, terbiyeli etli kereviz, ciz-
lemeli kebab, simit ekmeği, otlı pide, mantar tatlısı, zerde, sura, çığırtma, galle,
şambali, pırasa dolması, Akhisar tandır kokoreçi.

Ünlü mamulleri: Kırkağaç kavunu, Pirinçunu tarhanası, mesir macunu, sultani
kuru üzüm, Salihli Bozdağ gazozu, Akhisar Dört Mevsim gazozu.

muğla çökertme kebabı (Bodrum), vekilharç böreği, kanlı kavurma, ciğer balıke-
misi, balıklen (soslu ciğer kızartması), ara, dutmaç, çopur, döş dolması, etli bamya,
çıntar kavurması, ot ekşilemesi, galli patlıcan, yalankı, üzüm köftesi, ballı kabak,
bestel, okuntu, ahtapotlu pilav.

Ünlü mamulleri: Datça bademi, çam balı, pembe domates, dülek reçeli, kurutul-
muş yabani otlar.



akdeniz bölgesi

Yazlar sıcak ve kurak, kışlar ılık ve yağışlı olduğundan kıyı şeridinde ve ovalarda pirinç, soya fasulyesi, yer fıstığı, mısır, turunçgiller, muz, zeytin ve üzüm yetişir. İklim şartları bağcılığa izin vermesine rağmen, pamuk daha fazla para getirdiğinden bağcılık alanlarında pamuk ziraati yapılmaktadır. Toroslar'a doğru tırmandıkça, yenilebilir yabani otlar da mutfaktaki konumunu ağırlaştırır, yamaçlarda Türkiye talebinin büyük bir yüzdesini karşılayacak kadar ıhlamur ve susam yetişir. Antalya bölümünün kıyı şeridinde turfanda sebze ve meyve için sera ziraati bolca yapılır. Bolca yetişen keçiboynuzundan pekmez yapılır. Antalya bölümünün tamamında ve Çukurova bölümünde yer alan Antakya ilimizde zeytin ve zeytinyağı üretimi de vardır. Antakya'nın Samandağ ilçesinin acı biberi meşhurdur.

Antalya bölümünde yer alan Burdur ve Isparta'da farklı bir iklim (Göller yöresi) hüküm sürdüğünden, bu iki ilimizde daha ziyade tahıl, haşhaş, şeker pancarı ve gül yetişir. Salep içeceği yapmak ve Maraş dondurması için elzem olan orkide kökü de Antalya ve Kahramanmaraş'ta yetişir.

Çukurova'yı, Ceyhan ve Seyhan nehirleri sular. Verimli ziraat yapılan bu yörede, hemen hemen her şey yetişir. Örneğin Osmaniye ilimiz, ülkenin yer fıstığı ihtiyacının büyük bir bölümünü karşılar, gerisi de Anamur ve Silifke'den tamamlanır. Kahramanmaraş, ülkemizin en büyük, kırmızı biber üreticisidir. Zirai mahsül bolluğu, yörenin mutfağını da çeşitlendirir, zenginleştirir.

Kıyılarında deniz ürünleri avcılığı dolayısıyla balık, sofrada yerini bulur, ancak diğer deniz ürünleri yenmez; dağlık kesimdeyse küçükbaş hayvancılık (keçi dahil) yapıldığından et ve süt ürünleri ağır basar.

bölgedeki iller Antalya bölümünde, Antalya, Burdur, Isparta; Çukurova bölümünde, Adana, Antakya, İçel, Kahramanmaraş, Osmaniye yer alır.

pişirme teknikleri Bölgede bilinen bütün pişirme teknikleri uygulanır. Açık ateşte pişirme, haşlama, fırında kuzu eti (büryan) ve yahni en fazla kullanılan yöntemlerdir. Buna ilave olarak Antakya'da kâğıtta pişirme yöntemi vardır.

etnik, inanç ve başka kültürlerin etkileri Akdeniz Bölgesi'nin Alanya - Mersin arası, tarihin her döneminde dağlar geçit vermediği için bölgeyi ikiye bölmüştür. Bu dağların doğusunda kalan illerimizin yemeklerinde Yörük, Mezopotamya ve Arap mutfakları, âdeti harmanlanır. Bunun iki nedeni vardır. İlk neden, Bağdat Halifeliği mutfağının etkisi, ikincisi ise Osmanlı İmparatorluğu, Arap Yarımadası'ndan ve Kuzey Afrika'dan çekilirken orduyla birlikte oralardan gelen yandaşlarımıza burarlarda ikamet için yer gösterilmiş olmasıdır. Gelenler, mutfaklarını da beraberlerinde getirmişlerdir. Adana, İçel ve Osmaniye illerimizde Yörük ve Arap etkisi görülür. Kuzeydeki Toroslar'a doğru yükseldikçe Yörük kültürü ağır basar. Antakya, Kahramanmaraş ve Kilis'te, Süryani ve Arap mutfağı etkileri sürer. Antakya ilimiz birçok inanç ve kavmi bir arada barındırır. Sünni Türkler, Sünni Araplar, Aleviler (Nusayriler-Samandağ ve Harbiye'de), Ortodoks Araplar, Maronitler, Rum Katolikler, Latin Katolikler ve Protestanlar bir arada yaşar. Antakya'da Ermenilerin topluca yaşamaya devam ettiği köy ise Vakıflı Köyü'dür.

Hristiyanlığın ilk ibadethanesi olan St. Pierre Kilisesi, Hatay'dadır. 1963'te Papalık burayı 29 Haziran günü ziyaret edilmek üzere hac yeri olarak ilan etmiştir. Adana ve İçel'de Kürtler, Araplar ve Romanlar vardır.

Antalya bölümünde ise genel olarak Akdeniz mutfak kültürü, yani deniz ürünleri, sebze yoğun mutfak ağırlığını korur. Ancak dağlık kesimlerde yerleşmiş olan yörüklerin etkisiyle oralarda hayvansal gıdalar ağır basar. Bölgenin bu bölümünde inanç ve kavim farklılığına pek rastlanmaz. Osmanlı zamanında Afrika'dan getirilip bu bölgeye yerleştirilmiş ve daha ziyade zenci kökenli olup da halkın Arap dediği Afro-Türklerin mevcudiyeti, Arap kadayıfı ve şakşuka yemekleriyle kendini gösterir. Şakşuka, Arapça'da "karışık" demektir. Antalya'da 1990 sonrasında turizm inşaatları için çalışmaya gelmiş olup da sonrasında orada kalan Kürtler, hatırı sayılır bir nüfusa erişmişlerdir. Yenikapı ve Zeytinköy'de Roman toplulukları vardır ve yerleşik hâle gelmişlerdir. Antalya'nın dağlık köylerinde Aleviler ve bazı köylerde yaşamakta olan Afro-Türkler (Osmanlı zamanında gelmiş olan Afrika göçmenleri) vardır.

mutfak kültürü Bölgenin önemli özelliği, balıkçıların Akdeniz’de ağlardan ne çıkarsa hepsini balık hâline getirmelerine rağmen, balık dışında deniz ürünlerine bölge sakinlerinin rağbet etmemesidir. 1990’lı yıllarda başlamış olan planlı turizm yatırımları sonucunda, bereket versin turist sayısı artmış ve balıkçılar diğer deniz ürünlerine bu sayede pazar bulabilmişlerdir.

Bölgenin diğer bir özelliği de baharat kullanımında yatar. Çukurova bölümü daha fazla baharat kullanır; ekşi olarak da nar ve sumak ekşisini tercih eder. Buna karşın, Antalya bölümü daha az baharat kullanır ve ekşi ihtiyacını daha ziyade limon ve turunçtan karşılar. Oysa yöredeki antik kent Side’nin şehir amblemi nardır. Yani nar da bolca yetişir o yörede.

Bizim coğrafyaya Halep’ten gelmiş olan lahmacun, Güneydoğu Anadolu Bölgesi’ndeki lahmacunun üçte biri oranında küçültülmüş olarak yapılır Akdeniz Bölgesi’nde. Lahmacun, bölgenin iki ayrı bölümünde, iki ayrı şekilde yapılır. Antakya lahmacunu yuvarlaktır, boyu 10 santim civarındadır ve malzemeleri soğan, salça, biber, nar ekşisi ve koyun kıymasıdır; içinde maydanoz yoktur, yanında verilir. Adana ve Mersin’de ise lahmacunlar biraz daha küçüktür; genişliği 8-9 santimi geçmez (tabak altı) ve hamuru biraz kalın tutulur. İçindeki malzemeler soğan, maydanoz, domates (banadura), biber ve zırh kıymasıdır.

Adana ve İçel illerimizde eskiden çok Ermeni yaşardı. Onlardan kalma vardavit yemeğini örnek olarak gösterebilirim. Eskiden Adana kebabı nohuttan (şimdi fasulyeden) yapılan vardavitle birlikte dürüm yapılarak yenilirdi. Sözcüğün aslı olan “vardabet” Ermenice “rahibin yemeği” demek. Yani bir perhiz yemeği. Çiğ köfte ise Arap kebabıyla birlikte sunulurdu. Şimdi her ikisi de bol yeşillikle sunuluyor. Adana ve Mersin illerimizde çokça tüketilen şalgam suyu esasen Tarsus’dan çıkmadır ve şalgamdan yapılmaz; mor havuç ve bulguru, suyun içinde karıştırıp fermente olması beklenerek yapılır.

İskenderun kebabı da diğer illerin kebabından değişik yapılır ve sunulur. Bu kebapta kimyon, maydanoz, karabiber bulunur ve zırhta diğer illerin kebablarından daha ince çekilir. Diğer iller kebapta yalnızca koyun eti kullanırken, bu kebab, kuzuyla dana eti karışımından yapılır. Kebab tek şişte değil, iki şiş bir porsiyon olarak sunulur. Kebapla birlikte sunulan lavaş ekmeği daha incedir ve bir yüzü mangalda pişerken kebabın üzerine yayılarak yağlandırılır ve üzerine ince kıyım maydanoz serpiştirilerek kebabın altına yatak, üstüne örtü olarak serilir.

Antakya’da keşkeğe Arapça “kamh” ya da “kamhi” derler ve biraz daha sulu kıvam-

da yaparak çorba olarak sunarlar. Çoğu kişi künefeyi Hatay'a özgü bir tatlı olarak tanır. Oysa *Binbir Gece Masalları*'nda (kimine göre Sasaniler zamanında İran'da, kimine göre de Harun Reşit zamanında Bağdat'ta geçer) "Ballı Künefe Öyküsü" diye bir bölüm vardır. Yani bu tatlı yaklaşık 1500 yıl önce doğduğu yer olan İran platosundan Bağdat'a gelmiş ve oradan da bizim coğrafyaya göçmüştür.

Kahramanmaraş'ta mırza pek içilmez. Melengiç ve Türk kahvesi tercih edilir. Maraşlılar kahveyi kavururken içine biraz zeytinyağı katmayı ihmal etmezler. Urfalıların isot dediğine de yanık biber derler. Bu şehrimize özgü ravandi şerbeti, olgunlaşmadan çürümeye yüz tutmuş üzümün suyundan yapılır. İçine şeker katılmaz. Kahramanmaraş'ın tarhanası da özeldir. Güllaç yufkasına benzer yapraklar hâlinindedir ve cips kıtırılığında olduğundan çerez olarak da tüketilir. Maraş dondurmasının en büyük özelliği, çekildiğinde uzamasıdır. Ona bu özelliği veren ise yörede bolca bulunan orkide bitkisinin yumrusundan elde edilen salepteki musilajdır.

Antalya bölümünün yemek kültüründe, özellikle Alanya'da, arada Osmanlı ve Cumhuriyet dönemleri de yaşanmış olmasına rağmen, hâlâ Selçuklu döneminin ağırlıklı etkisi hissedilir. Antalya sokaklarında yazın tirmis satarlar. Acı bakla da deniyor bu çereze. Zaten görünümü de iç baklaya benziyor (Konya'da da gördüm, orada termiye diyorlar). Kabuğu ağızda çıkartıldıktan sonra tükürülüp gerisi yeniyor. Tadı haşlanmış tuzlanmış nohuta benziyor.

Çukurova bölümünün tamamında kaburga dolması olarak bilinen yemek ise Antalya bölümüne geldiğimizde, özellikle de Alanya'da, laba dolması adını alır.

Isparta'da iki restoran var ve bunlar bizim restoran tarihimizin kilometre taşları. Biri Hacibenlioğlu Kebap Salonu'dur ve daha eskisi çıkıncaya kadar, Türkiye'nin hâlâ faaliyette olan en eski lokantası olarak bilinir. Kuruluşu 1833 olduğu söylenir. İkincisi ise 1851'de kurulmuş olduğu söylenen Kebapçı Kadir. Her ikisinde de Isparta kebabı, kabune pilavı, şiş kebabı ve haşhaşlı çakal helvası yerken yanında da üzüm şırası içebilirsiniz.

ANTALYA BÖLÜMÜ YEMEKLERİ

antalya grida balığı buğulama, lagos balığı buğulama, Yörük kebabı, sütlu buğday çorbası, cillincop (tahinli un helvası), mihli (kıymalı yumurta), gazel böreği, holuşka, kokoşka, tarator sosu, hameli tatlısı, Arap kadayıfı, babata, şakşuka, ku-

laklı çorba, Antalya usulü tahinli piyaz, hibeş, lorlu biber dolması, al köz al göz (Toros salatası).

Ünlü mamulleri: Öküz helvası, karpuz kabuğu reçeli, portakal çiçeği reçeli, bergamut kabuğu reçeli, keçiyoynuzu pekmezi, Korkuteli tarhanası, ardıc kahvesi, bamya tohumu kahvesi, çörek otu kahvesi, kenger kahvesi, Akseki çimi peyniri, Korkuteli deri tulumu ve Antalya'nın desti (testi) peynirleri.

burdur testi kebabı, kabak helvası, Burdur muhallebisi (Bağdat muhallebisi), topça, tatar, tavuk dolması, pehle, Dirmil kebabı, yoğurtlu nohut yahnisi, çekme, mısır ekmeği, mürdümek (iri mercimek) aşısı, havuç tatlısı, sülük aşısı, teneke kebabı, sütlü yemiş (incir dolması tatlısı).

Ünlü mamulleri: Ceviz ezmesi, cevizli haşhaş ezmesi, kapari ezmesi, kapari karpuzu, keçi peyniri.

isparta kabune (ya da kabine) pilavı, tahinli pide, miyane, kuyruğu sulu (Borlu böreği -çiğ böreğin fırında yapılmış), pirinçleme, loğusa çorbası, tutmaç, etli senget (senirkent), sac böreği, koruk sulu bamya, biber yemeği, saçma dolma (kabak yemeği), kaçamak, balık salatası, fasulye boranisi, pırasa boranisi, pırasa musakkası, şepit böreği, top tarhana çorbası, yoğurtlu kıymalı tatar, tosmankara, derdimi alan, Uluborlu Banak kebabı, Etli soğan dolması, yoğurt tatlısı, samsa tatlısı.

Ünlü mamulleri: Gül reçeli, gül suyu, haşhaşlı çakal helvası, İslamköy ekmeği.

ÇUKUROVA BÖLÜMÜ YEMEKLERİ

adana Adana kebabı, analı kızlı çorbası, süllüm, babagannuş, açma böreği, vardavit, tahinli turp salatası, sini köftesi, gerdan dolması, acılı ezme salatası, dul avrat çorbası, karakuş tatlısı, fellah köftesi, terbiyeli şiş, şırdan, kırkat, kısır, banduri, mercimek köftesi, haydari, pişmiş soğan salatası, yüksük çorbası, tirşik çorbası.

Sokakta satılanlar: Turşu suyu, şalgam suyu, aşılama (meyan kökü şerbeti), halka tatlısı, bici bici, dikenli incir (Hint inciri -kaktüs meyvesi).

Ünlü mamulleri: Kahvaltılık zahter, şalgam suyu, Zaman ve Bade gazozları.

antakya Antakya kebabı, Belen tavaşı, müşebbek tatlısı, kabak tatlısı, gül tatlısı, kü-

nefe, siresel, semirsek, zahter (taze dağ kekiği) salatası, yumurta öccesi, sini kebabı, vardavit paçası, ayalı çorba, kâğıt kebabı, kömbe (kurabiye), tahinli lahana sarması, şeyh mualla, kaytaz böreği, humus, muhammara, taş kadayıf, kuşgözü, içli köfte, haytali, sarmaiçi (kısır), ıspanak borani, babagannuş, şıh-il mahşi (kabak dolması), mamlube, humus, kesme peynir mezesi, cevizli biber, cercerun, katıklı ekmek, aşur.

Ünlü mamulleri: Zahter (taze dağ kekiği), ceviz reçeli, karadut reçeli, karpuz çekirdeği, Hatay sürk (kuru çökelek) ve örgü peynirleri, Samandağ acı biberi, Cara (küp peyniri).

içel gelin turşusu, kaya kuruğu salatası, yüzük çorbası, kısır, batırık (aynısı Karaman / Ermenek'te de var), kerebiç (kurabiye), susamlı köfte, tantuni kebabı, fındık lahmacun, sarı kabak kompostosu, Kıbrıs-Şeftali kebabı, hellim peyniri ızgara, ceviz macunu (reçel), zeytinli ekmek.

Ünlü mamulleri: Cezerye, kaya kuruğu turşusu, kahvaltılık zahter, Tarsus Topacık beyaz üzümü, lavanta balı, çiçek balı, Ankara gazozu, Mut tulumu, bandırma (cevizli sucuk).

kahramanmaraş dövme dondurma, eli böğründe (yanyana), Maraş tava, irişkit (et sucuğu), Maraş tarhanası çorbası, ekşili köfte, hapısa, ilende, Maraş çöreği, ravanda şerbeti, çullama, sömelek, pıt pıt lapası, Tatar çorbası, şıbsbaste (Çerkes tavuğu), aşboncuk (ziyaret pilavı), Maraş pilavı (havuçlu pilav), tirşik çorbası, leğen çorbası, içli köfte.

Ünlü mamulleri: Maraş tarhanası, Afşin çemeni, bastık, un sucuğu, sumak ekşisi, cips tarhanası, pul biber, Maraş parmak peyniri.

osmaniye tirşik (pancar) yemeği, sahlep, toğga çorbası, çakıldaklı çorba, turunc ekşisi şerbeti, yağlı ballı, mercimekli köfte, ekşili köfte, Zorkun tava, toğgar, çiçcire, etli kömbe, gavurdağı salatası, kadayıf tatlısı.

Ünlü mamulleri: Yer fıstığı, Osmaniye fıstıklı şekeri.

güneydoğu anadolu bölgesi

Bölge, genel olarak ova ve platolarla kaplı olduğundan arazi bozkırdır ama tahıl tarımına elverişlidir. Kışın yağışlı olmasına rağmen, yazları kurak ve çok sıcak olduğundan başka bir şey yetiştirmek için sulama gerekir. Dicle ve Fırat nehirleri üzerinde inşa edilmiş olan onlarca baraj, yaz aylarında sulama için gerekli suyu verir. GAP projesi, henüz bitmemiş olmasına rağmen, şu ana kadar yapılmış olan sulamayla bölgenin tarım mahsullerindeki artış ve çeşitlenme müthiştir. Buğday, pirinç, nohut, kırmızı mercimek, soğan, Antepfıstığı, zeytin ve üzüm, nehir kıyıları ve sulanan ovalarda ise biber, domates ve patlıcan başta olmak üzere sebze ve meyvelerden incir, nar, zerdali, erik ve ceviz yetişir. Tabii bölgede sebze bollaşınca bakliyat da çoğalmıştır. Kebapların yanında bolca tüketilen yeşillikler de sulamanın verdiği imkânla artık bolca yetiştirilmektedir.

Karpuz ve kavun boldur. Diyarbakır, ağırlığı 20 kiloyu bulan büyük karpuzlarıyla ve Karacadağ pirinçleriyle ünlenmiştir. Diyarbakır'da yetişen Boğazkere üzümleri, şarap sanayimizde önemli bir yere sahiptir. Buna ilave olarak, bağcılık ve zeytincilik Gaziantep ve çevresinde yapılır. Kilis ve İslahiye'de de zeytincilik vardır. Siirt Zivzik narı ve Pervari balı ile, Adıyaman'ın Tut ilçesi ise dutu (zaten adını da duttan almıştır) ve dut pekmeziyle ünlenmiştir.

Siirt'te mevcut iyi kalite badem üretiminin yanısıra, çitlenbik ağaçları aşılendirilmiş ve Siirt fıstığı üretimi de çoğaltılmıştır. Bölgede ekşi olarak nar ekşisi (ya da nar pekmezi) veya sumak ekşisi kullanılır. Bir başka bol tüketilen de pul biber ve isottur. Urfa'da kurutulurken fermentasyona tabi tutularak imal edilen bibere, isot denilir. Türkçe "sıcak ot" anlamına gelen "ıssı ot" sözcüğünden türetilmiştir. Urfa'da ayrıca domates ve biber salçaları ve sumak imalatı vardır. Birecik, ülkemizin en fazla

bulgur üretilen yeri olarak bilinir. Birecik'in kebab yapmaya çok elverişli patlıcanı ve domalan (keme) mantarı meşhurdur. Antep fıstığı üretimi de bu bölgenin önemli gelir kaynağıdır.

Dicle ve Fırat nehirleri kıyılarında, tatlı su balığı avlanmasına rağmen, nehir kıyısında oturanların dışında kimse rağbet etmez balığa.

Yemeklerde genellikle tereyağ ve çiçek yağı kullanılır. Akdeniz'e yakın yerlerde ise zeytinyağı kullanılır.

Bölge, dünyanın en eski ve en çok tahıl ziraatinin yapıldığı coğrafyadadır. Dola-
yısıyla bulgur çok üretilir. Küçükbaş hayvancılık da (keçi dahil) çokça yapılır. Bul-
gur ve mercimek bölgede çok tüketilir. Bu durumda mutfak kültüründe et, tahıl,
kurubaklagiller ve etli sebzeli yemekler ağırlıklı olarak yer alır.

bölgedeki iller Dicle bölümünde Batman, Diyarbakır, Mardin, Siirt, Şırnak; Orta
Fırat bölümünde Adıyaman, Şanlıurfa, Gaziantep, Kilis.

pişirme teknikleri En çok kullanılan yöntem açık ateşte pişirmektir. Ardından, bölgede "tava" denilen fakat aslında fırınlama olan yöntem gelir. Tepsiyi yemeği koyup mahalle fırınına göndermek sıkça yapılır. Tencerede yahni olarak yapılan çok sayıda yemek vardır bölgede. Tabii bu arada büryanı da unutmayalım. Tandır tekniğiyle yapılan büryanın doğum yeri, İran platosudur. Arapların, Sasani sarayını ele geçirerek Bağdat sarayına getirdikleri tandırda pişirme yöntemi, yine Araplar tarafından bizim coğrafyaya ve Akdeniz'e yayılmıştır. Diğer yandan, Arapların İran'ı ele geçirmesiyle, asıl yaşadıkları yer olan İran'ın güney doğusundan kalkıp doğuya doğru kaçan Persler, Hindistan'a yerleşmişlerdir. Şu anda bile, Pakistan ve Hin-
distan'da hâlâ hatırı sayılır bir nüfusa sahip Farsi (Persli) denilen bir topluluk var. İşte Hintliler, "tandoori" dedikleri tandır yöntemini, bu Farsilerden öğrenerek yay-
gın bir biçimde kullanır oldular. Bütün dünya, tandırın Hindistan'a özgü olarak bilir ama tandır, aslen İranlı'dır. Tandır, taşınmadığı için yerleşik kavimlerce kullanılır. Tandırın atası olan, kuyuda pişirme tekniği, muhtemelen İpek Yolu'nun kuzeyinde-
ki göçebeler tarafından bulunmuş ve kullanılmış olmalı. Bazıları, bu kebabın Türkçe "biryen"dan geldiğini, İran'da "büryan" şeklinde telaffuz edildiğini ve kuzunun bir yanının kuyuya sallandırıldığı için bu adın verildiğini iddia ederler.

etnik, inanç ve değişik kültürlerin etkileri Bölgede çok çeşitli kavim ve inanç farklılıkları bulunur. Bölge nüfusunun çoğu, Sünni Müslüman'dır. Mardin, Cizre,

Nusaybin'de Süryani ve Durziler de yaşar. Diyarbakır ve Kilis'te 1915 öncesinde çok Ermeni vardı. Diyarbakır'da hâlâ sınırlı sayıda Ermeni yaşıyor. Gaziantep'te eskiden çok Ermeni ve Yahudi vardı, şimdi her iki cemaat de yok denecek kadar azalmış durumda. Ama etkisini, bazı yemek adlarında görebiliriz. Örneğin "hlorik", Ermenice'de "ufak yuvarlak" anlamına gelir ve bölgede bulgur köftesinden yapılan sulu yemeğe "hlorik" ya da "glorik" denir. Tan çorbası da, Ermenice ayran çorbası anlamına gelir.

Siirt'te eskiden merkezde Araplar ve Hristiyanlar, çevresinde ise Kürtler yaşırdı. Şimdi Siirt'te Kürtler, hâkim nüfusu oluşturuyorlar. Batman ve Adıyaman'da Şafiler de yaşar. Sınır illerinde Arap, doğuda İran'ın kültürel etkisi hissedilir. Bu kadar çeşitlilik olmasına rağmen, herkes aynı yemekleri yer. Yalnızca Süryanilerin perhiz günleri için özel pişirdiği yemekler, farklılık arzeder. Süryani cemaati, özgün mutfakıyla olduğu kadar nefis şaraplarıyla da tanınmıştır.

mutfak kültürü Bölgeyi, diğer bölgelerden farklı kılan en önemli özellik yemeklerde acı, ekşi, ve tatlının sürekli yan yana kullanılmasıdır. Bulgur ve mercimek, en çok bu bölgede tüketilir. Kebaplar, acı ve yeşillik sofrada başı çeker. Gaziantep'te içli köfte, gavurdağı salatası, muhammara, patlıcan söğürtme, dolma biberi turşusu, çiğ köfte yanında marullar sofraya zor sığar. Güneydoğu'da mutfakının çeşitliliğiyle öne çıkan Gaziantep, Mardin ve Urfa mutfakları, İslam imparatorluklarının, yani Bağdat mutfakının izlerini taşır; işte size ayva aşısı, memuniye ve borani yemekleri. Halife Mem'un ve onun karısı Boran'ın adları, bu yemeklerle ölümsüzleşmiştir. Mevsiminde, ekşi meyvelerin yemeklerde kullanılması bir gelenektir. Esasında bu kültür, İran platosuna özgüdür. Araplar, oradan alıp İslam İmparatorluğu zamanında Bağdat'ta rafine ederek bu coğrafyaya taşımışlardır. Yenidünya kebabını, ayva aşısını, çağla aşısını, örnek olarak verebiliriz. Bölgede, özel incelikte çekilmiş bulgura simit (ya da sümüt) denir. Mercimek de malhuta olur bölge lisanında. Başağı yeşilken toplanmış buğdayın alevde kurutulmasıyla yapılan bulgura, firik derler. Pilavı nefis olur. Buna kuzu tandır ya da kavurmayı ekleyince de nefis bir düğün yemeği olur. Bahar aylarında yetişen domalan mantarından (yer mantarı) kemeli pilav ya da keme kebabı yapılır. Keme, Arapça "kemü" sözcüğünün çoğuludur. Salataya genellikle zeytinyağı ve nar ekşisi konur. Yemeklerde ise sumak ekşisi ya da koruk ekşisi kullanılır. Türkiye'de en fazla kırmızı biberi Maraş üretir, ardından Gaziantep'in İslahiye kazası gelir.

Bölgeye özgü kübban, halebi, kolori ya da Yahudi ekmeği denilen, Hintlilerin

çapatisine benzeyen ekmek, yaygın olarak tüketilir. Ama bölge halkı, en fazla tırnak pide yemeyi sever.

Bölgede Gaziantep yemek çeşitliliğiyle öne çıkar. Gaziantep mutfağı, yaygın bilinenin aksine kebab ve baklavadan ibaret olmayıp mevsimine göre meyve ve sebzelerin, tahılların, baharatın bir arada kullanıldığı, son derece sağlıklı tencere yemeklerini de içeren zengin bir mutfaktır. Gaziantep'in eski adı, Ayıntap'tır. Arapça "pınarın gözü" anlamına gelir, yani adını bile Araplar koymuş bu şehrin. Gaziantep'te "kiler"e "hazna" derler, yani gıda maddelerini depoladıkları mahal, Gaziantep'li (ve Malatyalılar) için "hazine"dir. Gaziantep'te yeme içme konusuna ilgi ve özen, daha çocuklukta başlar. Çocuklar, iki bakır tas arasına korukları koyup üzerine tuz ve pul biber ekip, tasları bir süre sallayarak korukları sulandırır. Sonra çatlamış, ezilmiş korukları bir tabağa döküp afiyetle yerler. Gaziantep denilince ilk akla gelen baklavadır. Baklava, bu ilimize Şam ve Halep şehirlerinden gelmiştir. Yani ilk Gaziantep'li baklava ustalarımız, işi oralarda öğrenip Gaziantep'e getirmişler ve zaman içinde mükemmelleştirmişlerdir. Zaten, Antep fıstığına da eskiden Şam'dan geldiği için Şamfıstık denirdi. Bizde üretilmeye başladığında da Şamfıstık olarak satılırdı. 1980 sonrasında Antep fıstığı demeye başladık.

Burada, pişirilirken içine yoğurt eklenen yemekler de görürüz; yuvalama, şiveydiz ve çağla aşını örnek olarak verebilirim. Büyük şehirlerimizdeki Gaziantep kebabçılarında çorba olarak sunulmakta olan yuvalama, aslında Gaziantep'te Şeker Bayramı'nda en gözde olan yemektir. Gaziantep'te kurabiyeye "kahke" derler. Nohut mayasıyla yapılır ve fırında çifte kavrularak raf ömrü üç aya yükseltilir. Nemli ortamdan etkilenmez. Kuzunun bonfilesinden küşleme (ya da küşneme) denilen kebab yapılır. Bu ilimizde, yazın bunaltıcı sıcağında en önemli serinletici içecek meyan şerbetidir. Tüm Türkiye'de sevilerek içilen Ezo gelin çorbası, Gaziantep çorbasıdır. Sanılır ki, bu çorba yüzyıllardır bu topraklarda içilmektedir. Oysa bu çorba, ilk defa 1950'li yıllarda yapılmıştır. Çorbaya adını vermiş olan Ezo'nun hüznü dolu bir hayat hikâyesi vardır.

Çoğu kişi, şişe geçirilmiş kıyma kebabının, Adana ya da Gaziantep'in olduğunu sanır, ama öyle değildir. Bu tür kebabın ilk yapıldığı yer, Birecik'tir. On dokuzuncu yüzyılın sonuna kadar Fırat üzerindeki Birecik, Basra Körfezi'nden gelen malların indirildiği son büyük limandı. Buraya inen mallar, Anadolu'nun her yanına sevk edilirdi. Burada nehir gemileri yapımı ve onarımı için bir de büyük tersane olduğundan, geleni gideni çoktu. İşte, Birecik çarşısında Halepli ustalar tarafından, gelene geçene bir nevi *fast food* olarak satılan kebab, gün geldi ortalıkta kimse kalmayınca satılamaz

oldu. Zira, Bağdat demiryolu açılmış ve mallar trenle taşınır olmuştur. Bu güzergâh değişikliğinin üzerine, bir de I. Dünya Savaşı eklenince, savaş sonrasında Birecikli kebab ustalarının büyük kısmı, yeni tren hattının en yoğun istasyonuna ev sahipliği yapan Adana'ya göçtü, gerisi de Urfa ya da Gaziantep'te kaldı. Bugün Urfa, Gaziantep ve Adana'nın en eski kebabçılarına sorduğunuzda, hepsi dedelerinin Birecik'ten geldiğini söyleyeceklerdir. Birecik'in kendine özgü sebze kebabları vardır. Örneğin patlıcanlı kebab dendiği zaman, akla Birecik gelir hemen. Buranın patlıcanı lezzetli, kebaba uygun ve çekirdeksiz olur. Örneğin kazan kebabında, bir patlıcan, bir köfte topalağı tepsiye dizilip fırına verilir. Halifelikler döneminden kalmış bir Bağdat saray yemeğidir. Halifelikler döneminden günümüze gelebilmiş bir başka yemek ise musakkadır. Musakka, Orta Asya yemeğidir. Orada "mağmume" denilen ve bir sıra patlıcan, bir sıra kıyma ve soğan konularak yapılan bu yemek önce İran'a, oradan da İslam İmparatorluğu sırasında Bağdat sarayına taşınmış ve Akdeniz havzasına Araplar tarafından yayılmıştır. Birecik'te "unut beni" adlı bir yemek var. Dövülmüş yağsız çiğ köftelik et, dövülmüş pirinçle (ya da pirinç unuyla) yoğrulduktan sonra nohut büyüklüğünde yuvarlanıp yağda kızartılıyor ve üzerine yoğurt, salça dökülüp yeniyor. Köfteler o kadar ufak yapılıyor ki, yapan kişi uzun bir süre ortadan kaybolduğundan, yemeğin adı "unut beni" olmuş anlaşılan. Malatya ve Adana'da analı kızlı olarak bilinen çorba, burada "şırşırılı" adıyla yapılıyor. Fırat kıyısında "kendin pişir, kendin ye" yapmak isterseniz, arayacağınız tabela, "siye pişir, siye ye" ya da "sen sene pişir, sen sene ye".

Buradan geçelim Şanlıurfa'ya. Sıcak havada koruk şurubu, en önemli serinleticidir. Çiğ köfte ve ona eşlik eden yeşillikler yalnızca sıra gecelerinin değil, gündelik hayatın da vazgeçilmez bir parçasıdır. Urfa'da lahmacuna "kıymalı" diyorlar. Urfa kebabı ve yanında bostana salatası da bir başka lezzet bütünleşmesidir. Bostana salatasına 5 yıldızlı oteller "kaşık salatası" adını takmışlar, Urfa'nın spesiyalitesini sunduklarının farkında değiller.

Bostana, Bağdat sarayından çıkma. Aynı salata, halifelik döneminde İspanya-Endülüs'teki sarayda da yapılmış ve bugün İspanya'da bostananın kardeşi *gazpacho*, Endülüs spesiyalitesi olarak sunuluyor ama adı kaşık salatasına dönüştürülmemiş. Urfa'da ciğer kebabçılarının en önemli özelliği, sabah saat 3.00-4.00 arası işe başlamalarıdır. Saat 8.00-9.00 arasında işleri biter ve ertesi gün için hazırlık yaparlar, öğlen olmadan da kapatırlar. Yani esas itibarıyla kebabçı değil, kahvaltıcıdırlar. Sabah erken saatte kalkanlar, namaz sonrasında ciğırtlak kebabı (şişte kuzu ciğeri) yerler ya da beyran veya kelle paça çorbası içerler.

Kilis kebabçılığının komşu kentlerle benzerlikleri olmasına rağmen, Kilislielerin kendine has kebabları vardır. Bunların içinde ekşili kebab, oruk (ince bulgur ve kıyma karışımı, baharat, sarımsak) kebabı ve kibülmüşviye (et, böbrek yağı, bulgur ve baharat; bir tür közde pişen köfte) öne çıkan özgün tatlar arasında sayılabilir.

Peki, kebab nasıl yapılır? Şimdi de ünlü araştırmacı kebab ustası Musa Dağdeviren'e kulak verelim:

"Kebablarda kullanılacak en uygun et, çiftleşmemiş 1-1,5 yaşlarında dişi (şişek) ya da erkek kuzu (toklu) etidir. Kebab kıyması kuzu kolu, döş eti ve kuyruk yağıyla hazırlanır. Güneydoğu Anadolu Bölgesi'nde kebablarda erkek koyun eti kullanılır ve kebablık et, zırh ile çekilir. Zırh, tek tarafında tahta sapı olan 60 cm'lik yarım ay biçiminde, dövme demirden bir bıçaktır. Bir elle bıçağın sapından, diğer elle sırtından tutarak et üstünde ileri geri hareket ettirerek et kıyma hâline getirilir. Et ezilmeden, buğday tanesi büyüklüğünde çekilir. Sonra kıymanın üstüne tuz serpip ezmeden harmanlanır. Sipariş gelince, kebabçı, dolapta bekleyen kebablık eti çıkarıp şişlere saplar. Kebab şişinin biçimi Adana, Mersin, Tarsus ve Antakya'da yassı; Kilis, Gaziantep, Nizip, Urfa ve Birecik'te yuvarlaktır ve şiş biçimlerine bağlı olarak, kebab kıymaları yassı ya da yuvarlak olarak saplanır. İlk kent grubunda kuşbaşı kebabları dörtgen, ikinci kent grubunda ise altıgen dövme şişlere saplanır. Kebabın yanında yeşillik olarak sumaklı soğan piyazı, maydanoz, tere, turp ve ezme yenir, şalgam suyu içilir. Yeşillikler masaya önceden konur, kebabın yanında ise mutlaka üstüne sıkılması için turunç verilir. Sebzeli kebablar ve keme kebabı, ocaktan indikten sonra kapaklı bir sahan içinde terlemesi için 10-15 dakika bekletilir."

Diyarbakır'da yazları çok bunaltıcı sıcak olur. İşte öyle bir zamanda kocaman Diyarbakır karpuzu ya da sokaklarda satılan meyan şerbeti, serinlemek isteyenlerin imdadına yetişir. Diyarbakır'da düğün yemeği meftunedir. Aslen Musul-Kerkük civarının yemeği olan kaburga dolması, bölgede diğer bazı şehirlerde yapılırsa da Diyarbakır bu yemekle ünlenmiştir. Kuzu ya da oğlağın ön kol ve yanlarından alınan kaburga, iç pilavla doldurulup dikilir ve 5-6 saat buharda pişirilir. Bu yemeğin zorluğu kıvamını tutturmakta... İşler ters gittiğinde ya kaburga patlıyor ya da iç pilav bozuluyor.

Mardinliler çok kuruyemiş tüketirler ve özellikle de leblebi severler. Baharın gelmesi sofralarda, nergis yaprakları, haşlanmış yumurta, yeşil soğan ve maydanozla yapılan bir salata olan nergisiye ve firkiyenin boy göstermesiyle anlaşılır. Firkiye, çağla bademi yahnisidir. Mardin'de yoğurtlu çorba, yazın üzerine üzüm pekmezi dökülerek soğuk, kışın üzerine sokarış dökülerek sıcak içilir. Süryanilere mahsus yemekler ola-

rak hel hel tatlısı, harire, çokat (bumbar dolması), hasse, kiliçe (Diyarbakır'da tuzlu, Mardin'de tatlı yapılır), genedir, belloğ ve doboyu sayabiliriz. Mardin'de 1922'de kurulmuş olan Kebapçı Rıdî hâlâ faaliyettedir.

Siirt, büryan kebabı ve perde pilavıyla ünlenmiştir. Siirt fıstığı, İran fıstığına benzer ama daha dolgun içlidir; çerezlik olarak değerlendirilir, baklavacılıkta pek kullanılmaz. Siirt ve çevresinin ünlü tören yemeği perde pilavı, kendine özgü “fes şeklinde” bakır bir tencerede pişirilir. Yumurta, süt ve yağla yoğrularak hazırlanan hamur, bu özel tencereye yufka şeklinde sıvanır. Önceden keklik ya da tavuk etiyle hafifçe pişirilen pilav, badem içleri ve baharatla tadlandırılarak bu tencereye konur, üzeri aynı hamurla sıvandıktan sonra köz hâlindeki ateşin üzerinde pişirilir. Bir ta-bağa ters olarak alınan perde pilavı lezzetiyle olduğu kadar, görüntüsüyle de dikkat çekicidir. Bu yemeğe yumurtalı hamurun pirinci kaplamasına atfen Diyarbakır'da “duvaklı pilav” adı da verilir.

Bölgenin her yanında sevilerek tüketilen ve Halep kökenli olan lahmacundan söz etmeden geçmemeliyiz. Bu bölgede yapılan lahmacunlar, Akdeniz Bölgesi'nde yapılanlardan daha büyüktür. Gaziantep, Oğuzeli ve Nizip, lahmacunu mutlaka sarmısaklı yapar. Kilis'te domates, soğan, zırh kıyması, kırmızı biber, yeşil biber, salça, karabiber ve nar ekşisi konur. Kilis lahmacununda maydanoz bulunmaz. 30-35 cm çapında, daire şeklinde ya da uzun yapılır. Gaziantep'te domates, taze biber, sarmısak, bol maydanoz, zırh kıyması, pul biber ve karabiberle yapılır; Kilis lahmacunu boyutundadır. Urfa'da ise lahmacun soğanlı yapılır, yani domates, soğan, zırh kıyması, salça, isot, karabiber ve tarçın konur.

Bölgede bildiğimiz Türk kahvesi yerine, Arap kahvesi olan “mırra” içilir. Sevile-rek içilen başka bir kahve de menengiç (çitlenbik) kahvesidir.

DİCLE BÖLÜMÜ YEMEKLERİ

batman bumbar, Şam börek, Batman türlü (tırşık), mehir (ayran çorbası), kütülk (içli köfte), ur u rowi (işkembe dolması).

diyarbakır lebüzünye (badem ezmesi), hilorik (nar eklenince nardan aşı olur), nar-dan aşı, meftune, ekşili güveç, bezirgan aşı, bahçe aşı, ayva aşı, nergisleme, ayvalı kavurma, belluh (mercimekli köfte), pırpar (semizotu salatası), Diyarbakır pastırma-

sı (şırdanlı), Diyarbakır çöreği, kaburga dolması, üsküre (tas) kebabı, halka tatlısı, nuriye tatlısı, halbur lokma (kalbura bastı), zingil (lokma) tatlısı, burma kadayıf, peynirli kadayıf, cevizli kadayıf, yassı kadayıf.

Ünlü mamulleri: Karacadağ pirinci, Diyarbakır örgü peyniri.

mardin sambusek (kapalı lahmacun), semberuk, dagısto, duparso, soğan dizmesi, kaburga dolması, alluciye (kabaklı, ekşi erikli yahnı), incasiye (pekmezli erik tava-sı), ihbezlazmi (patatesli arpacık soğan ve sarmısaklı etsiz yemek), hımmısiye (ek-şili nohut yemeği), fırkiye (çağla bademi yahnisi), kitel raha (Süryani içli köftesi), mahluta (kırmızı mercimek) çorbası, kazan kebabı, kaburga içinde sarmısaklı yaprak sarması, dobo (kuzu budu, sarmısak ve badem), tarçınlı mahlepli patlıcanlı pilav, şiş kebabı, ciğer kebabı, patlıcanlı pilav, ikbeybet (haşlama içli köfte), irok (kızartma içli köfte), harire (üzüm peltesi), kişk çorbası, maklube, zeytinyağlı soğan dolması, küşbeh (işkembe dolması), isfire, imlebes (badem şekeri).

Ünlü mamulleri: Kahiye (kurabiye), kiliçe (tarçınlı kurabiye) cevizli sucuk, ba-dem şekeri.

siirt büryan kebabı (perive), perde pilavı, sac kavurma, ebu gannuç (imam bayıldı), kasabıt hanva (ciğer yahnisi), ismeyket, şişe şirtel (ayranlı yarma), kitel fum (sarmı-saklı köfte), kiftel leben (sarmısaklı yoğurtlu köfte).

Ünlü mamulleri: Zivzik narı, Siirt fıstığı, badem, Pervari balı, Siirt otlu peyniri.

şırnak kutlık, serbıdev, kekeşahandi (pirinçli köfte), şımşıpe (dolma), mumbar, meyre (mehir), bırınzer (zerde benzeri), mahmılalık, fireydin, suryaz, kipe, kadge difse (pekmez tatlısı).

ORTA FIRAT BÖLÜMÜ YEMEKLERİ

adiyaman Adıyaman kebabı, basalla, boş kaburga, yapıştırma, meyir çorbası, pirinç tava-sı, hıtap, kabak aşısı, basala (ekşili köfte), frikli acur dolması, havre (Hızır lok-ması), abuzer kebabı, teneke, Midyat tava-sı, kabak reçeli, hek-mot, manca (domates salatası).

Ünlü mamulü: Besni sucuğu.

şanlıurfa mablube, çiğ köfte, bostana, mercimekli bulgur pilavı, ades (mercimek) çorbası, haburman çorbası (mercimek ve taze nane), küncülü akıt, isot reçeli, külünçe, kübebe, paliza (kıymalı lahmacun), tıklıye (yayla çorbası), çorbası, tiritli köfte, hırtlevik, nazik (acur dolması), tahta piyazı (nar taneli domates salatası), erik tavaşı, şabut (yayın) balığı, masluka köftesi (Yahudi köftesi), but sarması, beli kırık (kazan kebabı), yumurtalı köfte, kel aş (bulgur pilavı), şıllık tatlısı, ağzı yumuk, çağırtlak kebabı, zingil tatlısı, çekçek, kıymalı (lahmacun).

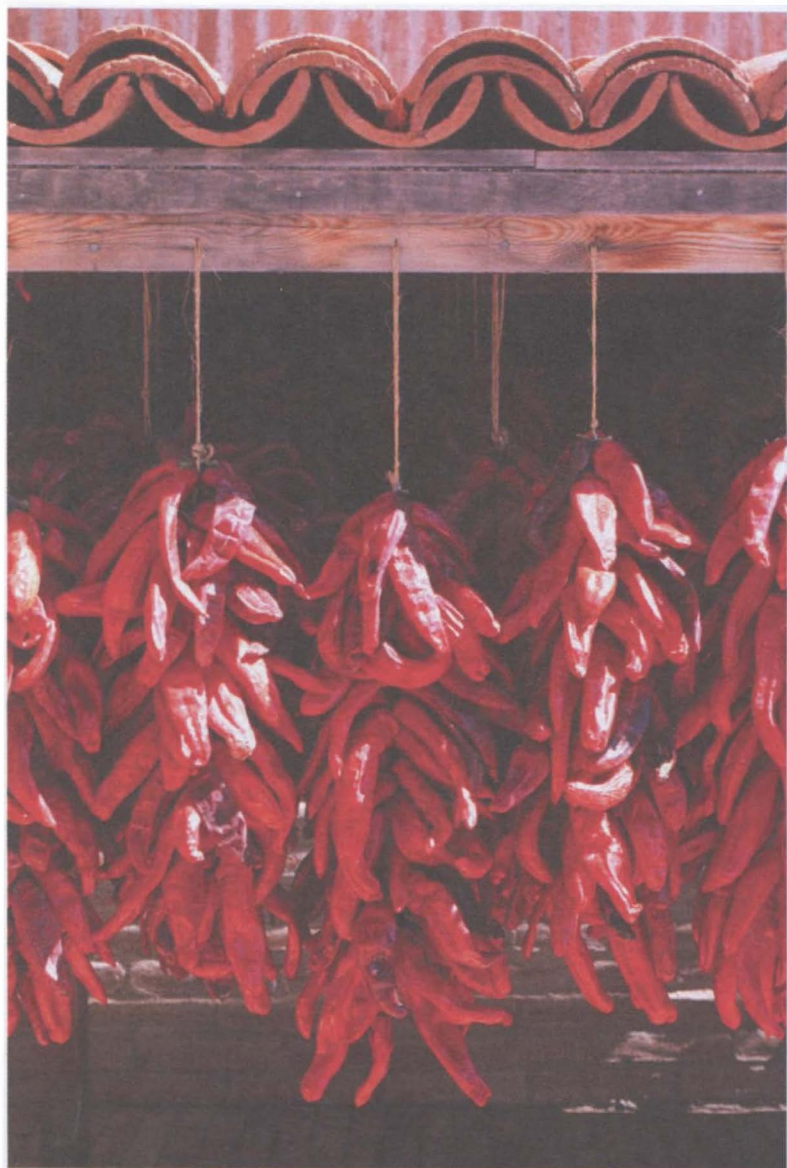
Ünlü mamulleri: Nar pekmezi, isot, salça, sumak, keme (yer mantarı), sefer kitel bulguru, menengiç kahvesi, kimyon, kekik, Çiriş gazozu, Urfa örgü peyniri.

gaziantep ezo gelin çorbası, kelle paça çorbası, iç katması (kısır), haveydi köftesi, öz çorbası, köse sefer kabağı dolması, kuru patlıcan dolması, boğlaz piyazı, nohut dürüm, közde patlıcan salatası, at elması turşusu, çelem turşusu, ali nazik, maş piyazı, lahmacun, lebeniye (köfteli yoğurtlu çorba), ekşili taraklık tavaşı (ayvalı pırzola), yuvalama çorbası, tike kebabı, soğan kebabı, patlıcanlı kebab, simit kebabı, keme kebabı, küşleme, taze sarmısak kebabı, yenidünya kebabı, ağzıaçık böreği, kemeli sac tava, meftune, içli köfte, beyran çorbası, kâğıt kebabı, şiveydiz (yoğurtlu, nohutlu pırasa), baklava, katmer.

Ünlü mamulleri: Antep fıstığı ezmesi, kahke (kurabiye), fıstıklı fitil lokumu, çörekotu, kuru dolmalıklar, cevizli sucuk, pestil, maş fasulyesi, acur ve biber turşuları, Gaziantep peyniri.

kilis kölük (ya da köllük) aşı, Arap tavaşı, çeşitli oruklar, şıh-il mahşi (kabak dolması), kübbülmüşviyye (içli köfte), züngül, belluriye, mayanalı (anasonlu) kahke, sucuk hapıası, Kilis kebabı (patlıcanlı köfteli), müceddere pilavı, firik pilavı, ekşili mahluta, mellubeş, Kilis tava, haytalya, gerebiç.

Ünlü mamulleri: Firik, zeytin.



doğu anadolu bölgesi

Doğu Anadolu, ülkenin en yüksek bölgesidir ve dağlıktır. Kara iklimi hâkimdir. Kışlar uzun ve soğuktur. Dağlık alanların fazlalığı, elverişli tarımsal arazinin azlığı ve elverişsiz mevsim şartlarından tarımla uğraşmanın zor olduğu bir bölgedir. Ekili dikili alanlar, bölgenin yalnızca %10'unu oluşturduğundan ürün çeşitliliği azdır.

Lahana ve patates, Erzurum Pasinler ve Horasan ovalarında yetiştirilir. Kayısı yoğun olarak Malatya'da, özellikle Fırat ve Tohma kıyılarında yetiştirilir. Ayrıca Malatya, Elazığ ve Erzincan'da dut üretimi yapılır. Akarsu boylarında elma bahçeleri bulunur. Meyve yetiştirilen yerlerde bağlar da bulunur. Ezelik bademin iyisi ve en çok bağ, Malatya ve Elazığ'da bulunur. İğdir'ın al elması ve Malatya'nın köhnü üzümü sofralık olarak, Elazığ'ın öküzgözü üzümleri ise şarap sanayimiz için çok aranır. Tunceli'nin Ovacık beldesi dağ sarmısağıyla, Erzurum İspir ve Erzincan, kuru fasulyeleri ile tanınırlar. Erzurum ayrıca çerezlik ayçiçeği çekirdeğiyle de meşhurdur. Erzincan'ın Şavak tulum peyniri, Kars'ın Kağızman ilçesinin narı ve balı, Pülümür'ün balı çok aranır.

Bölgenin geniş yaylalarında hayvancılık yapılır. Erzurum-Kars yöresinde, yaz yağışları ve gür otlaklara bağılı olarak büyükbaş hayvancılık, diğer bölümlerde ise küçükbaş hayvancılık yapılır. Hayvancılık, mera hayvancılığı şeklinde yapılır ve verim azdır. Hakkari ve Kars yörelerinde, arıcılık da önemlidir.

Tereyağ, yoğurt, peynir, bal, et ve tahıl bölge yemeklerinin ana girdilerini oluşturur.

bölgedeki iller Erzurum-Kars bölümünde Ardahan, Erzurum, İğdir, Kars; Van Gölü bölümünde Ağrı, Muş, Van; Yukarı Fırat bölümünde Bingöl, Bitlis, Elazığ, Erzincan, Malatya, Tunceli; Hakkari bölümünde Hakkari.

pişirme teknikleri Diğer bölgelere kıyasla sac üstünde kavurma çok yaygındır. Kuyuda pişirme, fırında pişirme de yaygındır. Ayrıca tarihin bilinen en eski haşlama ya da buğulaması, Homeros'un İÖ 500 civarında İskitlerden görüp bize naklettiğinin aynı şekliyle, gösteberg et buğulama adıyla (kuzuyu postunun içinde pişirme yöntemi) Ağrı'da hâlâ uygulanmaktadır.

etnik, inanç ve değişik kültürlerin etkileri Bu bölgemiz Med, Pers, Abbasi, Selçuklu, Karakoyunlu, Akkoyunlu ve son olarak da Osmanlı yönetiminde kalmış, çok değişik kültürleri harmanlayarak bugüne gelmiştir. Bugün Doğu Anadolu'da Ardahan, Kars ve Erzurum Kafkasya, Iğdır, Ağrı, Muş ve Van İran etkisini taşır. Erzincan, Tunceli, Malatya, Elazığ, Bingöl, Bitlis, Şırnak ve Hakkari'de ise daha fazla Mezopotamya (Arap) etkisini görürüz. Bölgede bugün etnik olarak Kürtler ve Türkler vardır. Geçmişte Ermenilerin de yaşadığı bu bölgede artık Ermeni yok denecek kadar azdır. Ermeni yemeklerinden bazılarına, özellikle Malatya ve Van mutfaklarında rastlayabiliriz.

Bölgede Keldaniler, Ezidiler ve Hakkari ilinde Nasturiler de bulunmaktadır, ancak onların yöre mutfağına etkileri ölçülememiştir. On dokuzuncu yüzyıl sonlarında Rusların bu bölgeyi işgaliyle, Kafkas kökenlilerden bazıları geri dönmeyip bölgenin kuzey kesimlerine yerleşmiştir. 1917 Rus İhtilali sonrasında, Rusya'dan kaçıp Kars ve Van'a yerleşmiş Beyaz Ruslar da mevcuttur. Bölgenin bir süre işgal altında kalmış illerinde, Ruslardan öğrenilen, kıtlama yapılarak çay içmek, gelenekselleşmiştir.

Çok çay içilir. Hatta analar çocuklarının ağzı yanmasın diye çaya soğuk su ilave edip "paşa çayı" yaparlar... Tıpkı bir zamanlar orada hüküm süren Rus paşalarının yaptığı gibi.

Etnik kökeni ne olursa olsun, bölgenin neredeyse tamamı Müslümanlardan oluşur ve Sünnilerin yanı sıra Alevilere de rastlanır.

Etnik köken ve inanç ne olursa olsun, herkes aynı yemekleri yer. Olsa olsa bir yemeğin Türkçe ve Kürtçe olarak iki değişik adı olur.

mutfak kültürü İÖ 1600 civarında Hitit Kralı Hattuşili, kendinden sonra kral olarak oğlunu değil de, torunu Murşili'yi atadığını ilan ettiği vasiyetnamesini halkına şöyle seslenerek bağlar: "Tanrılara boyun eğerek hizmet edeceksiniz. Ekmek ve şarap, etli çorba ve bulgur verdikleri şölene katılınız."

Hattuşili'nin bu vasiyeti ilettiği ve tabletlere kazıttığı yer, Hitit döneminin Kas-

sara şehridir. Bu şehrin kalıntıları bugün, Erzincan'ı Erzurum'a bağlayan yol üzerindedir. Aynı yerdeki yol üstü lokantasına uğrayıp bugün de etli çorba, yani düğün çorbası ve bulgur pilavı yiyebilirsiniz.

Bölgede yemekler, sade yağla yapılır. Zeytinyağı bilinse de kullanılmaz. Zeytinyağlı (soğuk yenen) yemeklere pek talep olmaz. Doğu Anadolu Bölgesi'nin tamamında, çorbalara, piştikten sonra sadeyağda biber, nane yakılıp üstüne dökülerek servise sunulur. Bu sosa "sokarıç" ya da "soharıç" denir. Kış aylarında patates ve beyaz lahana yemekleri çok tüketilir. Evliya Çelebi, seyahatnamesinde 16. yy ortalarında Bitlis'te cacık yediğini aktarır. Cacık ve ayran aşı, bu bölgemizin tüm illerinde çok tüketilir.

Kars mutfağının iki özel ögesinden biri gravyer peyniri, diğeri ise kazdır. Kars gravyeri, 2.200 metre yükseklikteki Doğatepe Köyü'nde üretilir. On dokuzuncu yüzyılın başında Çar Deli Petro tarafından Rusya'dan kovulan, Ortodoksluğun farklı bir yorumuna sahip Malakanlar, önce Kafkasya'da zorunlu ikamete zorlanır. 1876-77 Osmanlı-Rus Savaşı'nda Doğu Anadolu'nun bir bölümünü istila eden Ruslar, Malakanları bu defa da Kafkaslar'dan alıp Kars'a yerleştirir. Bir kısmı, bölgeyi Ruslar terkederken, diğer kısmı da 1921'de ayrılır. Geriye kalanlar ise, 1962'de başka ülkelere göç ederler. Şu anda birkaç aile hâlâ Kars'ta yaşamaktadır.

Kars'ta gravyer ve kaşar peyniri üretiminin, Malakanlardan Beyaz Rus olan Alexander Kaiser adlı biri tarafından başlatıldığı söylenir. Kars gravyeri, gravyer görünümünde, fakat İsviçre'nin bir başka önemli peyniri olan Emmental tadında olmakla da özeldir. Kars'ın ikinci lezzet bombası da kurutulmuş kazdır. Kaz, mevsimin ilk karı yağdığında kesilip salamuraya yatırılır ve ardından üzerine biraz un serpilerek açık havada, rüzgâr yiyecek biçimde askılara asılarak, 30-60 gün kurutulur. Kış boyunca ihtiyaç duyuldukça, muhafaza edildiği kaz ambarından çıkartılıp tandırda kaz çekmesi, kaz güveci, kaz dürüm, kaz beğendi, but dolması, kaz tiridi, kaz ciğeri, kaz kavurma, kaz iç kavurma yemekleri yapılır.

Bölge kuvvetli kahvaltılarıyla da ünlüdür. Kars'ta et kavurması kahvaltı için idealdir. Van ise ülkemizde en çok çeşit barındıran ve şölen havasında yenilen kahvaltısıyla tanınır. Van kahvaltısında bal, kaymak, tereyağ, Van cacığı, kavut (kavrulmuş buğday unu tereyağında kızartılır, içine ceviz içi ve bal ya da gül reçeli eklenir), otlu peynir, kaşar peyniri, jaji (süzme yoğurt içinde dereotu, salatalık, sivri biber, maydanoz), sucuklu yumurta, tahin pekmez ve murtuğa (yağda kavrulmuş buğday unu, yumurta ve bal) sofrada yer alır.

Van'ın otlu peynirini bilmeyen yoktur. Kekik, sirno, heliz ve mendi (mende-mendo) ve yabancı sarmsak, koyun peynirine yapım sırasında karıştırılır ve yılanmaya bırakılır. Van'da keşkek denmez, Farsça etkisiyle, helise denir. Van'da pilav, bulgur yerine İran etkisiyle daha ziyade pirinçten yapılır. İran etkisinde olan illerimizde pilav, pirinci kavurmadan çekme ya da süzme yapılır. Süzme pilav için pirinç önce ıslatılır, sonra haşlanır ve süzülür. Çekme pilav ise pirincin haşlanmasından sonra, kendi suyunu çekmesiyle yapılan pilavdır. Aynı süzme ya da çekme pilav Kars'ta sütlü, üzümlü, hurmalı olarak katkılı yapılır.

Bölge kurutulmuş patlıcan, kabak ve biber cennetidir. Genellikle, kofik dedikleri bu kurutulmuş sebzeleri, özellikle Erzincan'da, kışın sıcak suda yumuşattıktan sonra içlerini doldurup dolma yaparlar. Tarih boyunca Doğu Anadolu mutfağında, kurutulmuş yiyecekler önemli yer tutmuştur. Kuru sebzelerin yanısıra, kuru meyveler de tencere yemeklerinde kış boyunca özellikle de etli yemeklere ekşilik vermesi için kullanılmış. Domatesin henüz bölgeye adım atmadığı günlerde meyveler, yemeklerin yegâne çeşnisi olmuştur.

Agop Mintzuri, 1907'de Erzincan'ın Armudan Köyü'nde neler yediklerini şöyle anlatır: "Dutlardan pekmez, pestil, kuru dut, rakı ve sirke yapardık. Başlıca kayısı armut ve elma da boldu. (...) Hasat zamanı yediğimiz yemekler iki türlüydü: Oruç günleri olan çarşamba ve cuma günleri kahvaltıda pemgi, ceviz ve soğan yerdik. Öğleleri, akşamları fasulye, bakla, mancaydı. Fasulye zeytinyağsız soğanla pişerdi. Çokça kırmızı biberle acı olurdu mutlaka. Bakla yeni mahsüldendi. İç bakla şekerpancarının yaprakları ve saplarıyla pişirilir, dövülmüş ceviz, sarmsak ve kırmızı biberle lezzetlendirilirdi! Manca, salataya derdik. Salatalık, domates, maydanoz, bol sirkeyle karılır; gene dövülmüş ceviz, sarmsak ve kırmızı biberden yapılan 'jur' denilen tatlandırıcı katılırdı. Manca da, salata da İtalyanca olup Roma döneminden kalma sözcüklerdir. Oruç dışındaki günlerde kahvaltı peynir ve soğanla olurdu. Öğleyin ve akşamleyin pilav, tan, tan çorbası (yarma buğday ve ayran karışımı), hıyar salatası ve 'cimur' yerdik. Cimur, tavada ekmek parçaları kızartılır üzerine toz şeker serpilir... Peyniri Eğinliler gibi yerdik, suyun içine doğrayarak. Bu bulamaca ekmeklerimizi banar, su azaldıkça gene eklerdik. Pilav lezzetli olurdu; yağda kavrulmuş soğan ve biberle kaşıklardık... Tan çorbasına ekmek doğrardık. Kaşıklar o kadar çoktu ki kulaklıya (iki kulplu sahan) zor işlerdi. Kulaklı kabın yarısına kadar ekmek doğranır; fasulyeyi, baklayı üstüne boşaltırdık. Ekmekler yumuşar; yanında hıyar salatasıyla yerdik."

Bölgede sabah erken saatte koyun kellesi yeme alışkanlığı vardır. Örneğin Erzincan

can'da sabah kahvaltı niyetine “mor koyun kellesi” mevsiminde, taze cimin üzümü (yöreye has kara üzüm) ile birlikte yenir.

Erzurumluların iftarda en sevdikleri mönü çorba, kavrulmuş kıyma ve kadayıftır. Erzurum Pasinler Yaylası'nın dorak-tomas ya da sertto adı verilen lorlu tulum peynirleri de sevilerek tüketilir. Erzurum'da 1928'den beri faaliyette olan ve yöre yemeklerinin örneklerini tadabileceğiniz Yeşilyurt Restoran'da masaya oturur oturmaz te-reyağ, tulum peyniri ve süzme bal yerini çoktan almıştır bile. Orada rakı içecekseniz dahi, baş mezeleriniz bunlar olacaktır. Tüm bölgede ayran aşı çorbası soğuk içilir, fakat Erzurum'da bu çorba, içinde köfteleriyle, üzerine aşotu dökülerek sıcak içilir.

Erzurum'da (ve Sivas'ta) çok yaygın olan çay içme yöntemi “kıtlama”dır. Bir kesme şeker parçası ağza alınır ve dilin altına ya da yanakla çene arasına hapsedilir. Çay şekersiz olarak yudum yudum içilirken, şeker her yudumla erir, çaya karışır. Maharet, çay bittiğinde şekerin de tamamen eriyip gitmesinde yatar. Erzurum'da yaşayanlar, günde ortalama 20 bardak çay içerler.

Geldi sıra, yatık döner de denilen ve eski adı “bıco” olan cağ kebabına. Cağ kebabını Erzurum'un Oltu ve Tortum ilçeleri, kendilerine mal etmek için bir yarış içindedir. Aynı kebab Artvin'in Yusufeli ilçesinde de yapılır. Kafkasya'da “cağ” şiş demektir. Eskiden ahşap şişler kullanılırken şimdi metal şişler kullanılmaktadır.

Bu illerin arasında en zengin mutfak, Malatya'dadır. Malatya denilince ilk akla gelen köfte, sarma ve bulgurdur. Malatya'da yaklaşık 130 köfte çeşidi olduğu biliniyor. Burada yaprak sarmalara da köfte deniyor. Ayva, kiraz, fasulye yaprakları da sarmalarda kullanılır. Bir yaprağın mevsimi bitince, ötekine geçilir. Bütün köftelerde ana malzeme bulgurdur ve yemekler bol salçalı yapılır. Malatya içli köftesinin hem içinde, hem de dışında et olması, ona farklı bir konum verir. İçli köfte, burada daha ziyade haşlama yapılır. Bir başka özellik ise, çiğ köftenin mercimekli yapılmasıdır. Ekşi için nar ekşisi değil, erik ekşisi kullanılır. Et ızgara yapılarak değil, fırın ya da tandırda pişirilerek yenilir. Malatya, yemek kültüründe kâğıt kebabı yer alan dört ilimizden biridir. Kâğıt kebabı, taraklık ve etevi denilen yağlı kuzu etinin özel bir kâğıt içinde buğulanarak fırında pişirilmesiyle yapılır. Malatya mutfağında bulgur kullanılır, pirince yer kalmaz. Sarmalar, dolmalar, pilavlar, hep bulgurlu yapılır.

Analı kızılı ve yüzük (yüksük) çorbalarını meşhur eden Adana olmasına rağmen, her iki çorbanın da anavatanı Malatya'dır. Bu çorbalar, Adana'ya göç eden Darendeliler tarafından getirilmiş olmalı. Malatya'da kayısı veya zerdaliye Arapça adı olan “mişmiş” de denir. Bölge mutfağındaki Arap etkisine bu adlar örnek olarak gösterilebilir.

Elazığ'da çedene (çitlenbik) kahvesi içme alışkanlığı vardır. Aynı kahveye Güney Doğu Anadolu Bölgesi'nde menengiç kahvesi denilmektedir.

ERZURUM - KARS BÖLÜMÜ YEMEKLERİ

ardahan evelik aşı, elma dolması, ekmek aşı, pişi, hörre aşı, feselli, gevrek, pişi, kete, kuymak.

Ünlü mamulü: Ardahan küflü kaşarı.

erzurum çağ kebabı (yatık döner), Erzurum aşı, kesme aşı, yayla çorbası, düğün çorbası, şile, den çorbası, şalgam dolması, kartol oturtması, kavurma mıhlaması, dut çullaması, kete, dil kebabı, ekşili dolma, çeç pancarı, kıymalı pirpirim, aşmalı yahnı, herle aşı, tamas yahnisi, hingel (mantı), ayva yahnisi, elma dolması, lor dolması, hâlim aşı, evelik aşı, keysefe, patates boranası, demir tatlısı, kadayıf dolması.

Ünlü mamulleri: İspir fasulyesi, ayçiçeği çekirdeği, Karnavas dut pekmezi, Erzurum karın yağı, civil (çeçil) ve Pasinler dorak-tomas-serto, lorlu tulum peynirleri.

ığdır bozbaş (kırık nohut ve kemikli kuzu eti), döşemeli pilav, helise (keşkek), perzana, cızdık, salmanca, fetir, taş köfte, ekşili pilav, etli sarma, katık aşı, gaysafa, süt aşı, şekerbura, revani.

Ünlü mamulü: Patlıcan reçeli.

kars tandırda kaz çekmesi, kavurma, feselli, süzme pirinç pilavı, haşıl, kişnişli sütlü çekme, piti, evelik çekmesi, evelik çorbası, revan dolması (kuru patlıcan dolması), herre (un çorbası), duymeç, hingel (mantı), tencerede şiş kebab, erişte pilavı, ekşili et, Kars böreği, nezik, kete, hasuda, umaç helvası.

Ünlü mamulleri: Gravyer, kaşar, civil (çeçil) peynirleri, Sarıkamış'ın karın kaymağı peyniri, kurutulmuş kaz, bal.

VAN GÖLÜ BÖLÜMÜ YEMEKLERİ

ağrı gösteberg et buğulama, helise, murtuğa, çılбір, girar (ayran aşı), erdek (pişi),

hasede (hasude), haşıl, hengel (mantı), kete, keledoş, Doğubeyazıt Abdigör köftesi, selekeli (sac kavurma).

Ünlü mamulü: Leblebi.

muş Muş köftesi (hafta direği), keşkek, çorti aşı, gulalik (sulu köfte), hengel (kıymasız mantı), hasut dolma (lahana sarması), kaysefi (kayısı tatlısı), çoban kavurması.

Ünlü mamulü: Varto keçi peyniri.

van sengeser (yeşil mercimek), keledoş (akpınar otuyla heliz otundan yapılır), ayva yemeği, inci kefali, şor balık (inci kefalinin tuzlanmış) üzüm aşı, ilitme, belheviz, avanit, kade (çörek), Kürt köftesi (bulgurdan), Acem köftesi (etli köfte), keliselde (sac kavurma), helise (keşkek), şille, erik kızartması.

Ünlü mamulleri: Tuzlanmış inci kefali (şor balık), Van otlu peyniri.

YUKARI FIRAT BÖLÜMÜ YEMEKLERİ

bingöl mastuva, sırın (serina pel), patila, keldoş, tutmaç çorbası, kalbur basması, kuzu kalek, sulu hedik, yoğurtlu klorik (sulu köfte), löl (gömmе).

bitlis büryan kebabı (artık Siirt adına tescilli), şekalok yemeği, has dolması, kükü, keledoş, ciğer taplaması, katıklı dolma, çorti aşı (salamura lahana yemeği) çorti köftesi, gari aşı, glorik (sulu köfte), gebol, çireş pancarı, kengerli pilav.

elazığ Elazığ çorbası, kofik köftesi, sırın, pestilli yumurta, Harput köftesi, fasulye çorbası, lobik çorbası, lobik salatası, işkene, tavuk işkene, dolanger, soğan dolması, mukaşerli erişte çorbası, koruklu yumurta, ayranlı tarhana çorbası, yoğurtlu köfte, anamaşı, kelecoş, küncülü (susamlı) kömbe, taraklık, fındık köfte, tavşan üflemesi, hürriyet kadayıfı.

Ünlü mamulleri: Orcik (cevizli sucuk), orcik şekeri (pekmez yerine şeker şerbeti-ne bulanmış), dut unu, ağır leblebisi, cedene kahvesi, kofik (patlıcan, kabak, biber kurusu), Elazığ şavak tulum peyniri.

erzincan kofik dolması, sac kavurma, güveç, dilber dudağı, tava leblebisi, çiğit, po-

vik turşusu, kesme çorbası, kete, ekşili çorba, lezize çorbası, gasefe (kayısı) tatlısı, etli nohutlu gendime pilavı.

Ünlü mamulleri: Kuru fasulye, cevizli sucuk, Erzincan tulumu ve kaçene otlu küp, avrenç (has çökelek) peynirleri.

malatya ekşili etli yaprak sarma, kayısı dolması, kayısı hoşafı, kâğıt kebabı, kınalı ekmek, pileke, taş küllüğü, gurut çorbası, analı kızlı, kurşun geçmez köftesi, sulu köfte, ekşili patlıcanlı köfte, sıkma köfte, yumru köfte, pırpırım aşısı, gigirikli köfte, keloğlan köftesi, fasulye yaprağı sarması, ayva yaprağı sarması, kiraz yaprağı sarması, kabak çiçeği dolması, soğan dolması, erik ekşili biber dolması, patlıcan dövmesi, yeşil mercimek salatası, bildik dolması (domates dolması), kayısı kavurması tatlısı, yassı kadayıf.

Ünlü mamulleri: Kuru kayısı, Hekimhan cevizi, siyah mercimek, kayısı çekirdeği, Arapgir kavurması, erik ekşisi, dut kurusu, kayısı kola, Malatya peyniri.

tunceli zerefet, sirekurt, sirepati, kavut, patıla.

HAKKARİ BÖLÜMÜ YEMEKLERİ

hakkari Gulul çorbası (ayran içinde bulgur ve pirinç), kris kris (etli nohutlu, üzüm-lü, köfteli sulu yemek), tırşık (pancar yemeği), kapaye (işkembe ve bağırsak dolması), jaji, lalepet tatlısı (lokma), duğeba, kiflik, soğan kebabı.

İç Anadolu Bölgesi

İç Anadolu'ya gelindiğinde kurak tepelerle ve arasıra kıvrım veren tepelerle karşılaşırız. Bölgeye, çevresi yüksek dağlarla çevrili olduğundan, yazları sıcak ve kurak, kışları soğuk ve kar yağışlı karasal iklim hâkimdir.

İç Anadolu, ülkemizin en az yağış alan bölgesidir. Bölge, en fazla yağışı ilkbahar aylarında sağanak hâlinde alır. En kurak mevsim, yazdır. Yazların kurak olması ve yaz kuraklığının erken başlaması, sebze türü bitkiler üzerinde olumsuz etki yapar. İşte bu yüzden İç Anadolu, Türkiye'nin tahıl deposudur. Bölgede daha çok tahıl ve ete yönelik bir mutfak kültürü vardır. Örneğin mantı, etli pide, Konya fırın kebabı...

Bulgur, makarna ve bisküvi imalatı, çok gelişmiştir. Konya, Karaman ve Ak-saray bu konuda başı çekerler. Ankara'nın armudu, yuva kavunu, Kalecik ayvası, Kalecik karası üzümü, Ayaş dutu ve vişnesi meşhurdur. Ankara'da yetişen mısırın kabuğu sert, içi yumuşak olduğu için çerezlik kavurgalık mısır imalatında tercih edilir. Ankara'nın Beypazarı ilçesi, ülkemizin havuç ihtiyacının %70'ini üretir. Çubuk, turşu üretimiyle ünlenmiştir. Nevşehir'deki doğal klimalı mağaralarda Akdeniz Bölgesi'nden getirilen narenciye ve başta Niğde olmak üzere yakın bölgelerden gelen patatesler, kış boyunca depolanır. Konya ve Yozgat başta olmak üzere buğday, arpa, nohut, fasulye, yeşil mercimek; Nevşehir ve Kırşehir'de patates ve şekerpancarı yetiştirilir; kısmen bağcılık yapılırken, meyve olarak da kayısı yetiştirilir. Kayseri çerezlik ayçiçeği çekirdeği, Konya'nın Akşehir kazası ise kirazıyla meşhurdur. Çankırı dağlarından bütün bölgeye yetecek ve geri kalanı diğer bölgelerimize satılacak kadar kaya tuzu çıkartılır. Bölgedeki diğer tuz kaynağı ise Tuz Gölü'dür. Burada, gölden elde edilen tuz, rafine edilip sofraya tuzu olarak tüm yurda sevkedilir.

Bölgede büyükbaş ve küçükbaş hayvancılık yaygın olarak yapılır. Hem mera, hem

de besi yetiştiriciliği mevcuttur. Et işleme tesislerinin kapasitesi büyüktür. Kayseri büyükbaş hayvanların değerlendirilmesinde öne çıkar. Türkiye'nin her tarafına pastırma ve sucuk sevkeder. Toplam 20 çeşit pastırma vardır: Tütünlük, sırt, kuşgözü, mehle, kenar, dilme, eğrice, omuz, şekerpare, kürek, kapak, döş, etek, bacak, orta bez, kavrama, meme, kelle, kanlıbez ve arkadaş.

Kapadokya'daki Avanos, ve Eskişehir Mihalıççık'ın Sorgun Köyü'nde Neolitik Çağ'da yapıldığı gibi güveç ve çömlek hâlâ yapılmakta.

bölgedeki iller Ankara bölümünde Ankara, Eskişehir, Kırıkkale, Kırşehir; Sivas bölümünde Çankırı, Sivas, Yozgat; Konya-Kayseri bölümünde Aksaray, Karaman, Kayseri, Konya, Nevşehir, Niğde.

pişirme teknikleri Mangalda ızgara, sacda kavurma döner, yatay çevirme, ızgara, fırın, güveç, tencere, tas, tepsi, testi, küp, külleme, poşe etme (Niğde'nin çılıbırı) ve kiremitte pişirme yöntemleriyle çeşitli yemekler yapılır.

etnik, inanç ve değişik kültürlerin etkileri Bu bölgede, Osmanlı döneminin sonuna kadar Türkler, Ermeniler ve Rumlar birlikte yaşardı. Bugün bölgede çoğunlukla Sünni ve Alevi Müslümanlar yaşıyor. Kürt nüfus ve Aleviler daha ziyade bölgenin kuzey doğusundadır.

Konya, bir zamanlar Selçukluların başkenti olduğu için burada en eski göçebe yemeklerini, saray mutfağındaki biçimiyle bulmak mümkündür. Konya, aynı zamanda Mevleviliğin de merkezidir. Bu felsefede mutfağa özel önem verilmiş olması nedeniyle, bölgede pişen yemekler ve özellikle de pilavlarda Mevlevi dergâhı mutfağının etkilerini görürüz. Mevlana aşçısına o kadar önem verirmiş ki, 1285 yılında ölmüş olan Aşçı Ateşbaz-ı Veli için türbe yaptırmakla kalmamış, mezarının başına bir de kitabe diktirmiş; 1396 yılında ölmüş olan Fransızların önemli aşçılarından Taillevent'in kabrine dikilmiş olan yazıttan 110 yıl önce. Fransızlar, gastronomi tarihlerinin ne kadar eski olduğunu ve aşçıların saygınlığına ne kadar önem verdiklerini her fırsatta megafonla bağırırken biz hâlâ mışıl mışıl uyumaya devam ediyoruz.

Bizans'ın İstanbul'dan sonra ikinci büyük merkezi olan Kayseri, Selçuklular zamanında da önemini korumuş ve üç yüzyıl Anadolu'nun en önemli kavşağında panayır ve ticaret merkezi olmuştur. Yerleşikliğin ürünü tahıl ile 11. yy'da buraya gelen Orta Asya göçebelerinin kuzu etini, birbirine âdeta nakış işler gibi işlemiştir. Kay-

seri’de eskiden Rum, Ermeni ve Yahudi nüfus daha fazlaydı. Develili Âşık Seyrani, “Ermeni’nin, Rum’un yağlı ketesi / Kaypak Müslüman’ı dinden çıkartır” diyor. Bugün bölgede sevilerek yenilen ketenin kökenini de böylece öğrenmiş oluyoruz. Konya’nın aksine buranın yemeklerinde Rum, Ermeni, Yahudi, İran, Kafkasya ve hatta İtalyan kültürlerinin harmanlanmış tadını bulursunuz. Zira, Kayseri 13. yy’daki Moğol istilasına kadar yüzyıllarca İpek Yolu’nun, Anadolu’daki en önemli mal değiş-tokuşunun yapıldığı ticaret kavşağı görevini yapmış; bu nedenle de diğer kültürlerle teması çevredeki diğer illerden daha yoğun olmuştur.

1923’teki mübadeleye kadar Karaman’da Türkçe konuşan ve Türkçe’yi Rum alfabesiyle yazan Ortodoks inançlı Karamanlılar yaşardı. 1923’tte bu insalara sahip çıkılmayıp sırf Ortodoks olduklarından dolayı Yunanistan’a gönderildiler. Aynı mübadelede Yunanistan’dan da bize hiç Türkçe bilmeyen Müslümanlar geldi.

Bu bölgede İÖ 300 - İS.50 yılları arasında imparatorluk kurmuş olan Galatların (Keltlerin) etkisini de unutmamak gerekir. Başkent yaptıkları Ankara’ya, bugünkü adını (*anchor*, Kelt dilinde “gemi çapası” demek) veren Galatlar (Keltler), Beypazarı kurusunu bize miras bırakmış olmalılar. Zira bu kurabiye benzeri, yani %50’den fazla tereyağ içeren ve iki defa fırınlanmış (çifte kavrulmuş) kurabiye ya da bisküvi, Avrupa’da yalnızca Kelt kökenli şehirlerde var. Örneğin İskoçya’da bu bisküviye, *shortbread* diyorlar.

mutfak kültürü Konya mutfağının en ilgi çekici özelliği, davet yemekleridir. Bu davetlere gidildiğinde hangi yemeklerin hangi sırayla yenileceği önceden bellidir. Düğün pilavı bir yemek adı değil, Konya’da verilen ve çok çeşit yemeklerden oluşan düğün ziyafetinin adıdır. Düğünde yemek verene “pilav döktürdü” ya da “pilav verdi” derler. Gündelik hayatta ise sofrada tandır kebabları, börekler, çörekler ve mantı, başı çeker; sonunda ise tatlılardan helva çok yenir. Konya’nın meşhur fırın kebabı, yanında dörde bölünmüş kuru soğan ve turşuyla yenmeli, yanında da bol köpüklü bir bardak ayran içilmeli. Konya’nın en eski ve tanınmış kebabçısı, 1907’de kurulmuş olan Hacı Şükrü. Bir diğer beğenilen yemek olan çebiç ise bir yaşından gün almamış, “erkeç” tabir edilen keçi etiyle yapılıyor. Konya’da onca hamurışı ve etli yemeği yedikten sonra, sofradan kalkmadan önce yapılacak son iş ise hazmı kolaylaştırmak için bir tas bamya çorbası içmek. Uşak’ta da bu çorba, yemeğin sonunda içiliyor. Konya’nın küflü peynirini tadanların çoğu, Danimarka’nın küflü peynirini bir kenara bırakıyor. Konyalıların lahmacuna, “etli ekmek” demeleri de çok önemlidir. Güneydoğu ve Çukurova,

bu yemeği ve adını Türkçe'ye çevirmeden Araplardan alıp yüzyıllardır kullanırken, Konya ve Karaman çevresi yemeğin öz Türkçe adını kullanmayı tercih etmiştir. Zira, lahmacun Arapça'da "etli hamur", yani etli pide demektir. Konya'da çok ince ktır hamuru olan ve Mevlana denilen bir pide çeşidi vardır.

Karaman'ın özel ekmeğine "şebit" (yufka ekmeği); güveç yemeğine de, içine koydukları toprak kaba da aynı adı verdiklerinden, "calla" diyorlar. Karaman, domalan mantarı bakımından da zengin bir ilimizdir. Bahar aylarında bu yer mantarından özel yemekler yapılır.

Kayseri'de 30 çeşit mantı yiyebilirsiniz. Bamya çorbası, bu ilimizde de çok tüketilir ancak, Konya'da yemeğin sonunda içilen bu çorba, Kayseri'de yemeğin ilk tabağı olarak sunulur.

Bamya çorbası, çiçek bamyasından yapılır ve bu bamya çeşidi ne Konya'da yetişir, ne de Kayseri'de. Her iki ilimiz de çiçek bamyası ihtiyaçlarını Balıkesir ve Amasya'dan karşılar. Kayseri'de etli yaprak sarma da çok yapılır. Bu yemekte yaprak olarak, farklı bir lezzet kattığından Erkilet'in körpe bağ yaprakları tercih edilir. Bayramlarda nohut yahnisi pişirmek bir gelenektir. Kayseri'nin yerlileri pastırmaya "etlik" derler. Mutlaka peynirli olması beklenen su böreği ile et piştikten sonra sebze eklenerek tekrar pişirilmesiyle hazırlanan pehli yemeği iki önemli yemekleridir.

Ankara, başkentimiz olmasından dolayı doğal olarak ülkenin her yanından göç almış ve değişik yörelerde görev yapmış devlet görevlilerinin taşıdıkları ile yemek çeşitlerini fazlalaştırmıştır. Ankara tava ve tamamı kuzu etinden yapılan yaprak döneri ülke çapında meşhurdur. Hamur işlerinin tamamı sofrada büyük yer tutar ama gözlemeye rağbet büyüktür. Toyga çorbası, ay çöreği (mekik böreği) ve süzme yoğurt ve pekmezle yapılan karga beyni adlı tatlı Ankara'ya özgü yemeklerdir. Ankara'nın Beypazarı ilçesinde yapılan Beypazarı Kuruşu, çok özel bir yiyecektir. Sabahları fırından ilk çıktığında "yaş kuru" olarak kahvaltıda yeniyor. Sonra bir defa daha fırınlanıyor ve tamamen kuru olarak çıkıyor.

Eskişehir, ortasından geçen Porsuk Çayı'nın verdiği güzellik ve binlerce üniversiteli gençle, hayli dinamik bir ilimiz. Kafkasya ve de özellikle Kırım göçmenleri, kendi kültürlerini Eskişehir'de yaşatmaya devam ediyorlar. Tatar mutfağında, içlerine bol et ya da peynir katılsa da hamur işlerinin büyük ağırlığı vardır: Çiğ börek, pilmen (kıymalı mantı), ırımşık börek (ekşimikli mantı), oğuzbörek, tabakbörek, cantık (kıymalı börek), kobete (içine pirinç, tavuk konulan börek), peremeç (kıyma ya da parça etle yapılan börek) büdene (süt, yumurta, yağ ve haşlanmış pirinçle

yapılan börek), çoban katlaması vb. Şi börek, içine kıymalı karışım çiğden konulduğundan olsa gerek çoğu zaman “çiğ” börek olarak biliniyor. Oysa bu yanlış. Zira “şi” Çağatay lehçesinde “leziz, enfes” demek. Yani şi börek, nefis börek demek. Çiğ böreğin yanında ayran içebileceğiniz gibi, isterseniz ata içkimiz olan kıymız da içebilirsiniz, çünkü İzmir’in biraz ilerisindeki Alaz çiftliğinde üretilen kıymız şişelenmiş, burada alıcı buluyor. Sivrihisar ilçesinin met (değnek) oyunundan adını alan met helvası aslında çubuk şekline getirilmiş pişmaniye. Bu geleneksel oyunda yenilen takım, yenen takım oyuncularına bu helvayı çeker ve sunar. Tükürük köftesi, Eskişehir garında icat edilmiştir. Orada bir süre mola veren İstanbul-Ankara tren yolcularına, başta seyyar satıcılar tarafından ekmek arası satılan bu köfte, şimdi garın karşısında yan yana dükkanlarda müşteri beklemekte. En eskisi, 1932’de kurulmuş olan Tatlıdil Köftecisi’dir.

Sivas kebabı, artık tescilli olan Tokat kebabına çok benziyor, ancak tek farkı Tokat kebabında bulunan patates dilimleri Sivas kebabında yok.

Yozgat, testi kebabının yanı sıra tandır kebabında da iddialı. Orta yağlı kuzu eti bol tuzda 24 saat bekletilip kanı alınıyor ve terbiye ediliyor. Sonra 1-1,5 kiloluk et parçaları, demir şişlere geçirilip bir saat askıda dinlendiriliyor, meşe odunu ile ısıtılmış tandıra konuluyor. 1,5 saat tandırda kaldıktan sonra çıkartılıp bakır kapaklı bir kaptan yarım saat dinlendiriliyor.

Nevşehir’in Hacıbektaş ilçesinde, Hacı Bektaş-ı Veli Müzesi’nde Bektaşilerin meşhur Büyük Kara Kazan’ı vardır. İşte bu kazanda her yıl, Muharrem ayının 9. gününün akşamı başlayan, koşuşturmalı faaliyet seremonisiyle pişirilen aşure, ertesi gün (Muharrem ayının 10. günü) geniş halk kitlelerine dağıtılırdı.

ANKARA BÖLÜMÜ YEMEKLERİ

ankara Ankara tavası, ilişik, toyga çorbası, patlatma (közlenmiş patlıcan, biber ve domates salatası), çalma aşı, erişteli yeşil mercimek çorbası, çökel (kemikli et güveci), kol böreği, homaça (etli patates), sırım (kuzu eti ızgara), helep (kuru patlıcan) dolması, bici aşı (asma yaprağı, bulgur, yoğurt), ballı tirit (kıyma ve sucuk), kapama pilav, Yabanabat pidesi, siyel, altüst böreği, papaç, yalkı, havuç lokumu, testi pilavı, carcıran, köremez, tamtak tiridi, birtlak, bezdirme, gizleme, kartalaç, saçkıran, vişneli ekmek tatlısı, kol böreği, öllüğün körü, karga beyni, şibit (şebit) tatlısı, ay çöreği (midye-mekik böreği), Beypazarı güveci, Beypazarı Uruş kapaması, Beypazarı etli yaprak sarması, Beypazarı ev baklavası.

Sokak lezzetleri: Goralı sandviç, gobit sandviç, halka tatlısı, alıç gerdanlığı, Ankara simidi.

Ünlü mamulleri: Çubuk turşusu, Beypazarı Kuruşu, Ayaş dutu, Ayaş küpecik, kırkbiyık (pişmaniye), Mersin gazozu, Ankara ovma ve basma peynirleri.

eskişehir haşhaşlı ekmek, haşhaşlı dolama, çi börek, abısta, harşıl, yufkada büryan, peynirli su böreği, sorpa çorbası, katlama böreği, düğün pilavı, tutmaç, bıt-bıtı çorbası, acı-gıcı (ısırgan) dolması, haşhaşlı gözleme, pasa, yuvarlak pul böreği, kıymalı erişte, Arabaşı çorbası, çakmak dolması, göbete (Tatar böreği).

Sokak lezzetleri: Tükürük köftesi.

Ünlü mamulleri: Nuga helva, met helvası (pişmaniye), Eskişehir Abaza peyniri, isli Çerkes peyniri.

kırıkkale alazlama, kömbe, külleme, gölleme, tuvalak, dönderme, keskin tava, battal aş, ekmek aş, sarığı burma.

kırşehir keykef, temal, ayva boranisi, keşkek, çullama, içli sac böreği, kuru patlıcan yemeği, kedi batmaz.

Ünlü mamulü: Özbağ gazozu.

SIVAS BÖLÜMÜ YEMEKLERİ

çankırı yaren güveci, mıkla, tutmaç, ıspanaklı göbü (ya da pişi), sarmısaklı et, yazma çöreği, ince ekmek muskası, yumurta tatlısı.

sivas Sivas kebabı, Sivas köftesi, peskütan çorbası, madımak kavurması, madımak yemeği, pezik turşusu, çirli et (kayısı et), baca pilavı, yufkalı çiftlik kebabı, hıngel, kelle fırın, kesme aş, Zara kelle tatlısı, sini hurması tatlısı (kalbura bastı), ezentereli (anasonlu) çörek, sübüra, kırdök.

Ünlü mamulleri: Pezik turşusu, kara fasulye, madımak konservesi, Sivas-Kazan simidi, Sivas'ın kúp ya da çömlek peyniri, Zara'nın mağara peyniri.

yozgat Yozgat testi kebabı, tandır kebabı, arabaşı, gınnıç, çiğdem pilavı, sulu köfte, parmak çöreği, yumurta tatlısı.

KONYA - KAYSERİ BÖLÜMÜ YEMEKLERİ

aksaray soğanlama, bamya çorbası, çiğleme, kadınbudu köftesi, sıkma, pelte, arabaşı, kuskus pilavı, arpa şehriye pilavı, mantarlı bulgur pilavı, şepe, papara, dolaz.

karaman arabaşı çorbası, sulu diri bulgur çorbası, sulu pilav, tarhanabaşı, düğürcük çorbası, calla, Ermenek batırığı, bıldırcın dolması, piliç dolması, domalan yemeği, eğey (kaburga) dolması, töğmeken (semizotu), mıkla, paraköfte, bidik, cibe dolması (bumbar), ilisıra (kuru patlıcan) dolması, kıymalı rulo köfte, kayısı musakka, üzüm helvası, paliza (pekmezli tatlı).

Ünlü mamulleri: Ermenek pekmezli helvası (Toros helva), Ermenek tak tak helvası, Karaman tulum, Ermenek tulum peynirleri.

kayseri Kayseri mantısı, evlik sucuk (irişkrik), karın (işkembe) dolması, maramisa, Kurşun aşı, Rum ketesi, süt aşuresi, bamya çorbası, yoğurt çorbası, gül baklava, fırın ağzı, Kayseri yağlaması, gelin boğan, peremeç (su böreği), pehli, yağbari, kovalama, üzüm yemeği, fincan ağzı, pöç (kuyruk sokumu), şaştım aşı, aside, nevzine tatlısı.

Ünlü mamulleri: Pastırma (etlik), sucuk, gilaburu suyu, Erkilet asma yaprağı, gilaburu şurubu, telteli (pişmaniye), Kayseri tulum, tel ve çömlek peynirleri.

konya Konya mantısı, Konya fırın kebabı, etli pide, ekşili bamya çorbası, tutmaç, mantı, arabaşı çorbası, ayva dolması, kayısı yahnisi, terhun çorbası, çebiç, düğün yemeği, topalak köfte, zülbiye (papaz yahnisi), Seydişehir ortası, Develi cıvıklısı, Konya tiridi, buğu kebabı, Seydişehir badem şurubu, Seydişehir keçiyoynuzu şurubu, süzme yoğurt, sac arası.

Ünlü mamulleri: Konya gevreği, Mevlana şekeri, çikolata kaplı hurma, süzme yoğurt, hurma kahvesi, Konya-Cihanbeyli tulum, Konya-Seydişehir Akçabelen Çepni tulum, Konya küflü peynirleri.

nevşehir düğü, kesme, katma aşı, ağpakla (akbakla-fasulyeli et), dıvıl, ayva dolması, Nevşehir tavası, sızgıt (kavurma), testi kebabı, dolaz, zerde pilavı, zerde.

Ünlü mamulü: Köftür.

niğde mangır çorbası, Niğde tavası, pirinçli elma dolması, söğürme, soğan yahnisi, üzüm boranası, ditme, unlu söğürtme, hoşmeri (güllü), papara, çılbrı, halveter, kaşık kayganası, paluza, beyaz kiraz reçeli.

Ünlü mamulü: Niğde gazozu.



karadeniz bölgesi

Bölgenin kıyı kesiminde iklim her mevsim yağışlı ve ılımandır. En fazla yağışı sonbaharda, en azını yazın alır. Bitki örtüsünü orman oluşturur. En fazla yağış alan bölgemizdir. Karadeniz'e paralel dağların güney yamaçlarında, yazları sıcak ve kurak, kışları soğuk ve kar yağışlı bir iklim görülür. Bitki örtüsü ise buralarda bozkırdır.

Karadeniz Bölgesi, kuzeyde Kafkaslar ve güneyde dağlarla korunduğu için tarıma uygun olsa da ancak dağlık ve engebeli olduğu için tarıma uygun arazi azdır.

Kıyı şeridinde balık, karalahana ve mısır, en önemli üç mutfak girdisidir. Mısır, kıyı şeridinde buğday yerine ekilir. Ziraat çoğunlukla yamaçlarda, teraslanarak yapılır. Doğuya gittikçe, yamaçlar zaman zaman o kadar dikleşir ki, mahsülün teleferikle aşağıya indirildiği olur. Karadeniz kıyı şeridi, Akdeniz'deki gibi değildir, birden bire sarp dağ yamaçları belirir. Doğu Karadeniz'de yapılan fındık ve çay ziraati, bölgeye büyük para akıtırken fındık mutfakta da yer alır. Batı bölümünde kestane, ceviz çok yetişir ve patates çok ekilir. Tosya, Boyabat ve Çarşamba ovalarında pirinç ziraati yapılır. Ordu-Bulancak ve Giresun'un fındığı meşhurdur. Fındık yetiştirilen yörelerde baklava, ceviz yerine fındıklı yapılır, Hamsiköy sütlacına fındık kırığı dökülerek yenir. Karadeniz dağ kitlesinin güneydoğusunda kalan Amasya ile Tokat, sebze ve meyve bakımından zengindir. Amasya'nın elması, Kastamonu'nun siyez bulguru, üryanı eriği. Bafra'nın karpuzu ve Tokat'ın üzümü, domatesi meşhurdur. Yörede kaya tuzu da fazlaca bulunur. Etin ve tuzun bol olduğu bu yörede Kastamonu pastırmasıyla, Tokat ise bezli sucuğuyla tanınır. Salep içeceği ve Maraş dondurması için gerekli olan orkide yumrusu bu bölgede Safranbolu ve Doğu Karadeniz'de yetişir.

Dağlarda çeşit çeşit ot biter ve bunlar mevsiminde sofrada yerini aldığı gibi kış için de kurutulur. Tabii yabani ot ve çiçek olunca arıcılık da yaygındır. Doğu

Karadeniz, bal deryası olarak bilinmekle kalmaz, aynı zamanda balının kalitesiyle de ünlüdür.

Bölge, büyükbaş hayvancılığa elverişlidir.

Trabzon'da "pileki taşı" denilen özel taştan pileki güveci yapılır. Gümüşhane'nin Dölek Köyü'nde de "gudi" ya da "gudu" olarak bilinen güveç kaplarını bu konuda uzmanlaşmış kadınlar yapıyor.

bölgedeki iller Batı bölümünde Bartın, Bolu, Düzce, Karabük, Kastamonu, Sinop, Zonguldak; Orta bölümde Amasya, Çorum, Ordu, Samsun, Tokat; Doğu bölümünde Artvin, Bayburt, Giresun, Gümüşhane, Rize, Trabzon.

pişirme teknikleri Az yağda kızartma, sacda kavurma, fırınlama, yahni ve tandır teknikleri yaygın olarak kullanılır. Bölgeye özgü "dible" ise, küçük doğranmış taze ya da salamura sebzelerin az haşlandıktan sonra soğanla az yağda sote yapılarak hazırlanan bir yemektir. Sebzeyi haşladıktan sonra kavurma yöntemi, başka bölgelerimizde pek görülmez.

etnik, inanç ve değişik kültürlerin etkileri Karadeniz'de dağların kuzeyi ile güneyinin mutfak kültürleri tamamen birbirinden farklıdır. Bu fark hem iki ayrı iklim şartlarına hem de kültür farkına bağlanabilir. Esas fark kültür farkıdır. Yörede uzunca bir süre Pontus medeniyeti hüküm sürmüştü ve izlerini bırakmıştır. Hâlâ kıyı şeridinde o yemekler hâkimdir. Batı Karadeniz'de Marmara bölgesinin, Doğu Karadeniz'de ise Kafkaslar'ın etkisi görülür mutfaklarda. Karadeniz kıyı şeridi, dağlar güneye çok az geçit verdiği için, kültür ilişkisini ya Karadeniz'in diğer kıyıları ile deniz yoluyla, ya da Kafkaslar'dan karayolu bağlantısıyla kurmuştur. Örneğin bu bölge Gürcistan'dan çok göç almıştır. Bu kıyıların uzun yıllar Ceneviz ve Venedik ticaret kolonileri olarak kalmasından dolayı, İtalyan kültür etkisini de unutmamamız gerekir. Laz böreğinin aynısı olan tatlı, İtalya'da *sphogliotella* adıyla yapılıyor. Sakın mıhlama da İtalyanların *polenta*'sının ya da İsviçrelilerin fondüsünün atası olmasın? Bir zamanlar Trabzon limanı ile Cenova ve Venedik arasında yoğun bir gemi trafiği vardı. Oraya taşınıp oradan da kuzeye gitmiş ya da oralardan buralara gelmiş olabilir. Mıhlama-dan söz etmişken, bu sözcüğün Arapça olduğunu ve Arapça bir sözcüğün Karadeniz Bölgesi'nin en ünlü yemeğine nasıl ve neden verilmiş olduğunu anlayamadığımı da belirtmeden geçemeyeceğim.

Dağların kuzeyinde İskitler (Sakalar) ve sonrasında da Pontus Medeniyeti, toplamda yaklaşık 2000 yıl hüküm sürerken, aynı dağların güneyinde Hitit, Frig, Galat, Roma ve Selçuklu medeniyetleri yaşamıştır. Bu kültürlerin hepsi, oraların mutfağına bir şeyler katmış olmalı. Bugün bölgede Türkler, Çerkesler, Abhazalar, Tatarlar, Gürcüler ve daha ziyade Pazar, Ardeşen, Fındıklı, Arhavi, Hopa ve Borçka'nın bir kısmında Lazlar yaşamaktadır. Biz hepsine Karadenizli diyoruz.

Bölgede yakın zamana kadar çok sayıda Ortodoks Hristiyan yaşardı. Örneğin Safranbolu'da Rum; Kastamonu'da hem Rum, hem de Ermeni vardı. Şimdi kalmamıştır. Dağların kuzeyinde kalan kıyı şeridi tamamen Sünni Müslüman'dır. Dağların güneyinde Alevilere rastlanır. Düzce'de çok sayıda Çerkes yaşamaktadır. Bölgede Kürt nüfus azdır.

mutfak kültürü Karadeniz kıyı şeridinde ideal sabah kahvaltısı, sıcak süte bandırılmış mısır ekmeğidir.

Mısır ekmeğine Karadeniz'in balığı da eklenince, karşımıza yaklaşık 40 tane hamsili yemek tarifi çıkar. Bu bölgenin tamamında, yağı alınmış koyun yoğurdunun kurutulmasıyla yapılmış olan "keş", baş mezedir. Sabun gibi topak hâlinde muhafaza edilir, yeneceği zaman ufacık parçalara bölünür. Safranbolu'da parmak şeklinde yapılır. Karadenizliler karalahanaya pancar, mısıra darı, pazıya da pezük derler.

Bolu'nun Mengen kazası, oradan yetişen kişilerin genellikle aşçı olmasıyla ünlü. Osmanlı sarayının aşçıları çok uzunca bir süre hep Mengenli olmuştur. Zira, Fatih Sultan Mehmet zamanında Bolulu Yakup Ağa aşçıbaşı yapılmış, o da güvenlik nedeniyle olsa gerek tüm personelini kendi köyünden getirmiş ve bu gelenek sürüp gitmiştir. Bir ara Eğinli, Karamanlı ve Nevşehirli de sarayda aşçılık yaptılar ama en uzun süre, Mengenlilere ait.

Bartın'da kuru tatlı adını verdikleri baklavayı 60 katlı yapıyorlar. Burada düğünlerde tavukla yaptıkları okuntu yemeği veriyorlar. Aynı yemek, aynı isimle Muğla'da da düğün yemeği ama onu keçi etiyle yapıyorlar. Amasra bir tavada balık ve salata cenneti. Benzerine zor rastlayabileceğiniz 22 çeşit ot ve kökten salata yapıyorlar ve meyve ağacından oyularak yapılmış bir kâse içinde sunuyorlar. Salata sofrada, üzerindeki şekil verilmiş turp ve havuçlarla, âdeta bir tablo gibi duruyor.

Safranbolu'da ev baklavası 45 kat yapılıyor ve mutlaka yuvarlak tepsilerde yapıp ortadaki yıldız deseninden etrafa yayılan ışıltı hüzmeleri etkisini verecek biçimde kesiliyor. Ayrıca burada yapılan etli yaprak sarma sunulurken üstüne kırmızı biberle kızdırılmış tereyağ dökülüyor.

Kastamonu'nun tamamen kuzu etinden yapılan ve ilk defa 1820 yılında Sineğin Hafız adlı bir ustanın yaptığı söylenen döneri çok meşhur. Kastamonu'daki en eski dönerci Naila ise 1944'ten bu yana döner çeviriyor. Taşköprü ilçesinin ise sarmisakları çok meşhurdur. Kastamonulular pişmaniyeye "çekme helva" diyorlar. İnebolu ilçesinde ise çok farklı bir gelenek var. Güveç, sabah kahvaltıda yeniyor. Paça denilince genellikle akla hayvan ayağından yapılan kıvamlı paça çorbası gelir. Oysa Kastamonu'da tavuk paçası, patates paçası ve patlıcan paçası yapılıyor. Patates ve patlıcan paçaları etsiz yemekler ve üçüne de sirke ve sarmısak ilave edilerek yoğurtlu ya da sade olarak tüketiliyor. Kastamonu tarhanasıyla da ünlü. Gerek geleneksel tarhana, gerekse kızılıcak tarhanası yörede sevilerek tüketiliyor. Ormanlarla çevrili olan bu ilimizde mantarlı yemekler de çok yaygındır.

Çorum'un İskilip ilçesi, İskilip dolmasıyla bilinir. Aslında bu düğün yemeği dolma değil, etli pilavdır, ama dolma diye bilinir. Yanında mutlaka bol sirkeli cacık içmek gibi bir gelenek vardır. Haşlanmış Osmancık akçeltik pirinci, patiska torbalara doldurulur. Bir kazanın dibine iki üç sıra porsiyonlanmış kuzu eti parçaları döşenir ve üzerine bir sacayak yerleştirilir. Pirinç dolu torbalar, sacayağın üstüne yığılır ve kazanın kapağı kapatılıp kenarları hava sızdırmaması için hamurla sıvanır. Kapağın üzerine kocaman iki taş konur, altındaki ateş arada bir odunla beslenerek kuzunun yaşına göre 8-12 saat pişirilir. Bu dolmayı yemek isteyenler aşçıya bahşiş vermezlerse, kazanın hamurla sıvanarak kapatılmış kapağı açılmaz.

Samsun mutfağı, ağırlıklı olarak mısır, lahana, fasulye ve hamur işlerinden oluşur. Yörede tavuk, kaz ve ördek çok beslendiğinden bu kanatlılarla yapılan yemekler de mutfakta ağırlığını koyar. Düğünlerde genellikle keşkek ve yahni sunulur. Pazar sabahları pide yemek gelenektir. En meşhur yemeği tirittir. Samsun'da başka bir yerde eşine rastlayamayacağınız, haşlanmış yeşil fasulyenin ceviz, sarmısak ve yeşil biberle karışımından yapılan bir meze olan "yena" var. Bafra'da pidenin eni 4-5 cm, boyu ise 1 metre; ince uzun ve kapalı. Kıymalı, pastırmalı ve peynirli var. Peynirli olanı açık yapılı ki, peynir eriyince taşmasın. Kullanılan tereyağ mutlaka Vakfikebir tereyağıdır.

Tokat'ta honça denilen, altında altı tane yarım küre şeklinde oyuk bulunan bakır tepsi var. Honça Türkmen dilinde "çukur kap" anlamına geliyor. Tokat'ta honçanın her oyuğuna birer çeşit yemek konularak önünüze getiriliyor. Tokat yöresindeki düğünlerde, gelinle damadın, içinde yemek yedikleri bu çok gözlü bakır servis tabağı, çiftin yemekle yeni hayatlarına başladıkları bir ritüele adını veriyor aynı zamanda.

Tokat'ın Erbaa ilçesinin ince, damarı az asma yaprağı sarma yapmak için büyük şehirlerimizde en çok talep edilen yapraktır. Tokat son yıllarda üzüm üretiminin yanısıra domates üretimiyle de öne çıktı. Tokat'ın tescilli kebabının yanısıra bir başka yemeği de Hititler'den miras olduğu söyleniyor. Bu yemek "but yarması"dır. Hitit yemekleri üzerine araştırma yapmış bir akademisyen ekip bu yemeğin, Hitit kraliçesi Puduheadpa'nın yemeği olduğunu iddia ettiler. Diğer bazı akademisyenler karşı görüşte olsalar bile yemek Hitit yemeği oldu çıktı. Hitit zamanında but yarmasının içine kuzunun yüreği, ciğeri ve nar taneleri de konulmuş.

Evliya Çelebi, 16. yy ortasında Karadeniz kıyılarına yaptığı ziyaretini anlatırken, orada yediği bir hamsi yemeğinin tarifini verir:

"Temizlenen hamsiler onar onar şişe dizilir, maydanoz, kereviz, soğan ve pırasa karıştırılır ve bu karışımın içine karabiber ve tarçın atılır. Sonra tavaya, ilk sırası balıkla başlamak üzere üst üste sebze ve balıklar dizilir. Üzerine zeytinyağı dökülür ve hafif ateşte birbuçuk saat kadar pişirilir." Bugün bu yemek, kerevizin yerine havuç konularak Trabzon ve civarında yapılmaktadır. Trabzon yakınında Pileki mağarası var ve özel bir taş çıkartılıyor bu mağaradan. İşte bu taştan güvece benzer bir kap yapıyorlar ve ona da pileki diyorlar. Pilekide pişen ekmek ve yemeklerin tadı bir başka güzel oluyor. Örneğin içine hamsi koyuyor, üzerini taze incir yapraklarıyla kapatıp fırına gönderiyorlar ve bu yemeğe çıtma ya da çıtlama diyorlar. İncir yapraklarının lezzeti hamsiye bulaşıyor ve ortaya bambaşka bir lezzet harmonisi çıkıyor. Trabzon'da 4 çeşit ekmek var: Gömme, pileki, bazlama ve tava pidesi. Burada orma, golot (kolot), kurut ve imansız peynirleri çok tüketiliyor. Kalkanoglu pilavcısı Trabzon'un merkezinde, çarşı içinde 1856'dan bu yana hizmet vermekte. Akçay Lokantası ise 1954 yılından beri Trabzon döneri yapıyor. Trabzon'da iki şekil pide var. Tırnaklı ve kapalı. Pide çeşitleri bu ilk ayırım yapıldıktan sonra sayılmaya başlanıyor: Kıymalı, peynirli ve sade. Pidenin hamuru biraz kalın tutuluyor. Trabzon pidesinin eni 7-8 cm, uzunluğu ise 30 cm. Kıymalı pide illaki yuvarlak olacak ama iki şekilde de yapılabiliyor: Kapalı ve açık. Kullanılan yağ ise Akçaabat tereyağıdır.

Giresun, kirazıyla meşhur. Lüks sözcüğünü adına borçlu olduğumuz meşhur Romalı General Lucullus, İS 50 yılı civarında, Giresun'dan ayrılıp Roma'ya dönerken yanına birkaç kiraz çubuğu almayı ihmal etmemiş. Anlaşılan arka bahçesindeki ağacı bunlarla aşılayınca tutmuş olmalı ki, şu anda Roma'da kiraz yetişmekte. Giresunlular, mevsiminde kirazları tuzlayıp kışlık olarak ayırıyorlar. Giresun-Görelé'nin pidesi meşhur. Bu pidenin özelliği çok ince, çıtır çıtır olmasıdır. Peynirlisi çok sevilir.

Yöre halkı buna "yağlı" der. Yuvarlak ve kenarları açık olur. Kenarları biraz daha kalındır. Kıymalı ise kapalı şekilde yapılır.

BATI BÖLÜMÜ YEMEKLERİ

bartın kuru tatlı, tuzlu sütlaç, çöven ekmeği, tavuklu börek, halışka, kaha tatlısı, gıcır, döşemeli mancar, maydanoz köftesi, Amasra salatası, mezzit tava, ballı cevizli manda yoğurdu, pum pum çorbası, yumurtalı isbut, kabak burması, şap şap köftesi.

bolu Mengen pilavı, hoşmerim, köfter, kedibatmaz, kaldırık sarması, kıymalı kömbe, fındık reçeli, şak şak helvası, uhut (buğday tatlısı), haluçka (çeneçarpan çorbası), oğmaç çorbası, kızılçık tarhana çorbası, imaret çorbası, orman kebabı, paşa pilavı, Abant kebabı, kabak hoşafı, yoğurtlu bakla çorbası, kaşık sapı, keşli cevizli erişte, karavı (kızılçık) şurubu, patates çorbası, coş, cincile, Bolu beyi tatlısı, uğut tatlısı, çukundur (şekerpancarı) hoşafı.

Ünlü mamulleri: Boz armut turşusu, Mudurnu saray helvası (Depme helvası), bolçi (çikolata kaplı lokum), Mengen keşi.

düzce lepsi, haluj, Çerkes tavuğu, haluve, libje-lebje basta, abaza salçası, göbete, psı-halive, Akçakoca melengüççeği tatlısı, Amavut böreği, mamursa, şıl böreği, kaldırık yemeği.

Ünlü mamulü: Cevizli acuka.

karabük cevizli ev baklavası, cevizli keşli erişte, bükme, göbü, kuru mancar, katlaç, malak, perohi, saptak, cevizli çörek, halmaka, bandurma (hindi etli), lokma, sütlü pişi ekmek, mayalı cıvık çörek, cizleme, cimitli ekmek, mısır helvası, cevizli salata (hamurişi), zerde, su böreği, etli yaprak sarma, susamsız simit, Safranbolu bükmesi, Yörük köyü köz böreği (tatlısı).

Ünlü mamulleri: Lokum, safran, fındıklı lokum (lokul), cevizli yaprak helva, Bağlar gazozu.

kastamonu Kastamonu kuyu kebabı (biryan), etli ekmek, siyez bulgurlu eğşili pilav, Kastamonu pastırması, mantarlı et kavurması, köl hamuru, Ecevit çorbası, cırık

tatlısı (lokma), deli oğlan sarığı, banduma, patates salatası, fincan böreği, haluçka, avuz, şurra, ala pilav, köle hamuru, susamsız simit, simit tiridi, patates paçası, patlıcan paçası, üryani eriği hoşafı, eğişi içeceği (hüryimez elmasından yapılan pelverde ezmesi), Tosya'nın aygut içeceği (sulandırılmış unsuz yaş tarhana).

Ünlü mamulleri: Çekme helva, beyaz helva, pastırma, kestane balı, cincile mantarı, Taşköprü sarmısağı, siyez bulguru, üryani eriği, İnebolu süt çökeleği.

sinop mısır çorbası, lokul, içli tavas, Sinop mantısı, mamalika, kestaneli iç pilav, tavuklu tirit, nokul, köle hamuru.

Ünlü mamulü: Kestane.

zonguldak beyaz baklava, uskumru buğulaması, kaygana, cevizli dolma, uğmaç çorbası, gendime çorbası, Devrek simidi.

Ünlü mamulleri: Kızılık peltesi, çilek reçeli (Karadeniz Ereğlisi), Çaycuma cevizli kaşar peyniri.

ORTA BÖLÜM YEMEKLERİ

amasya çatal çorbası, kesme ibik çorbası, göbek dolması, patlıcan pehli, pastırma gâğallemesi, dene hasudası, ayva gallesi, gelin parmağı, gömlek kadayfı, peluza, unutma beni tatlısı, vişneli ekmek, vişneli yaprak sarması, bakla dolması, erişteli pilav, cırıktı (akıtma) işkefe böreği, yoka tatlısı, şingır kebabı, yoğurtlu akciğer kavurma, eli böğründe, yakasal böreği, pazı kubbesinde isfitbaç aşısı, kaypak, yanıuç.

Ünlü mamulü: Elma reçeli.

çorum cazlak kebabı, mayalı (sac ve tava), yanıç, kömbe, sırık kebabı, çatal aşısı, çullama, karaçuval helvası (leblebi unu / yağ / pekmez), has baklava, İskilip dolması, gül burma baklava, Çorum mantısı.

Ünlü mamulleri: Tel tel helvası (pişmaniye), Çorum leblebisi, Çorum tarhanası, Osmancık pirinci, Kargı tulum peyniri.

ordu fasulye diblesi, tirmit (mantar), galdirik kavurması, karalahana yemeği, sakarca mıhlaması (sebzeli omlet), ısırgan yağlaşısı, mısır yağlaşısı, hoşgıran kavurması, kabak muhallebisi, pallabye.

Ünlü mamulleri: Fındık, Ufuk gazozu.

samsun sebze çorbası (karalahanalı), kabak tatlısı, kocakarı gerdanı tatlısı (burma), tirit, yena, (meze tabağı), pazılı hamsi, baklalı yaprak sarma, hamsi köftesi, fırında palamut, mısır çorbası, laz böreği (tatlı), Bafra pidesi, Çakallı menemeni.

Ünlü mamulleri: Samsun kesik peyniri, Bafra camış peyniri. Bafra lokumu, Samsun simidi.

tokat Tokat kebabı, honça köftesi, pehli (düğün pilavı), madımak, pırasa dolması, pancar çorbası, bütün çorba, bacaklı çorba, zoğallı çorba, baklalı sarma, asma yaprağında cevizli bat, but yarması, Çerkes hıçını, haluj, nivik, korkota çorbası, çalma pekmezli tavuk, fındıklı muhallebi, fındık dolması, kaçamak, çaplı, leylek giliği, patlıcan kabuğu kavurması, ferefe (tirit), tırtıl tatlısı, cevizli erik çiri.

Ünlü mamulleri: Tokat bez sucuğu, Tokat çemeni, beyaz Zile pekmezi, Erbaa asma yaprağı, mürver çiçeği reçeli, haşhaş ezmesi, elma reçeli, Tokat tulum peyniri.

DOĞU BÖLÜMÜ YEMEKLERİ

artvin Laz böreği, çılıbr, et haşlama, hınkal, bulgurlu taze fasulye, silor, irsa böreği, puçuko, erişte tatlısı, kağ (kuru meyve hoşafı), kada, çergebaz, gendima, hinlek, cergebaz, herisa, şilav, hasuta, keysefe, zurbiyet, püsürük çorbası, soğan harşosu, çinçar çorbası.

Ünlü mamulleri: Bal, ceviz, Kafkasör çayı, Artvin imansız peyniri, Yusufeli külek peyniri, Şavşat gorcola ve kurtlu peynirleri.

bayburt tel helvası (pişmaniye), lor dolması, süt böreği, tatlı çorba, galacoş, ekşi lahana, yalancı dolma.

Ünlü mamulleri: Bayburt kaşar ve örme peynirleri.

giresun alı çiçeği çorbası, mendek çorbası, yarmalı lahana sarma, fırın kurusu fasulyesi, yoğurtlu mısır sarması, yağlaş, haşıl, siron, merevcen (diken ucu kavurması), sakarca mücveri, samaksa, hamsi böreği (hamsili pilav), fasulye diblesi, hamsili mısır ekmeği, daphne (taflan tuzlusu kavurması), darı (mısır) çorbası, kabalak yoğurtlaması, gücükdene çorbası, kiraz tuzlusu kavurması, fındıklı badem, tel kadayıf.

Ünlü mamulleri: Kiraz turşusu, kiraz tuzlaması, Şebinkarahisar dut pekmezi, Giresun çökelek, imansız peynirleri ve Yağlıdere küflü tulum peyniri.

gümüşhane köme, haşıl, lemis, kanzili börek, siron, su böreği, borani, fasulye bulgurlusu, kuymak, dilber dudağı, un helvası, fışkıl tatlısı, burma tatlısı.

Ünlü mamulleri: Kuşburnu marmelatı, alıç marmelatı, dut pekmezi, fıstıklı-cevizli pestil, köme (cevizli sucuk).

rize Anzer balı, Rize simidi, hamsi çığırtması, hamsikoli, kocakarı gerdanı, kelecş, korkota çorbası, mıhlama, cumur, pepeçura (mısır unlu siyah üzüm peltesi), enişte lokumu, Hamsiköy sütlacı, Çayeli kuru fasulyesi.

Ünlü mamulleri: Çay, Rize et kavurması, Rize ayran, kurç, kadina peynirleri ve Çamlıhemşin minzi peynirleri.

trabzon Trabzon döneri, hamsi böreği (pilavı), çıtlama, pilekide hamsi, hamsi koli, hamsi kuşu, karalahana çorbası, kaygana, fasulye turşusu diblesi (kavurması), Kalkançoğlu pilavı, Akçaabat köftesi, Vakfıkebir pidesi, kuymak.

Ünlü mamulleri: Vakfıkebir ekmeği, fasulye turşusu, bal, Trabzon tereyağı, korkota (çorbalık mısır unu), beton helva, dökme helva, Trabzon aho, minzi çökeleği, tel karışık ve otlı peynirleri, Akçaabat tel, kolete peynirleri.





mutfakta uygulama için seçilmiş tarifler

Bazı tariflerin uygulanabilmesi için gerekli olanlar:

- Perde pilavı için, fes biçiminde, içi kalaylı bakır kalıp
- Kerebiç için, ahşap kerebiç kalıbı
- Güveç yemekleri için, güveç
- Fırında sütlaç için, porsiyonluk sütlaç çömlekleri
- Karides güveç için, porsiyonluk çömlekler
- Adana kebabı için, kebablık yassı şiş
- Testi kebabı için, testi
- Künefe için, metal künefe kabı
- Erzurum'un demir tatlısı için, demir kalıp ve kolu
- Kiremitte balık için, dört adet Marsilya tipi çatı kiremiti



marmara bölgesi'nden

ÇENEÇARPAN ÇORBASI (TEKİRDAĞ)

1 yumurta	4 bardak su
4 kaşık limon suyu	Yarım kaşık kuru nane
4 bardak süt	2 kaşık tereyağ
Hamuru için:	2/5 bardak su
1 ³ / ₅ bardak un	Tuz

Yumurtaı limon suyuyla birlikte çırparak karıştırın.

Unu tuz ve suyla yoğurup yumuşak ve pürüzsüz bir hamur hazırlayın. Unlayarak oklava ile yarım santim kalınlığında açın. Açılan hamuru oklavaya dolayın. Hamuru oklavadan sıyırarak çıkarıp parmak kalınlığında kesin.

Su ile sütü tencerede bir taşım kaynatın. Çorbanın suyundan biraz katarak terbiyeyi ılıtın. Yumurtalı terbiyeyi ve hamurları çorbaya ekleyip karıştırın. Çorbayı kısık ateşte 15-20 dakika pişirin. Tereyağda kavurduğunuz naneyi üzerine döktükten sonra, ateşten alarak sıcak servis yapın.

BALIK ÇORBASI (İSTANBUL)

Yarım kilo lipsos ya da iskorpit	Yarım demet maydanoz
Yarım kilo kırlangıç	2 diş sarmsak
15 bardak su	1 kaşık sirke
1 büyük soğan	1 limon
1 ufak boy saplı kereviz	3 tane karabiber
1 ufak patates	1 tatlı kaşığı tuz
1 ufak havuç	

Lipsos ya da iskorpitin derilerini çıkarıp fileto kestirin. Geriye kalan baş ve kılçık kısmını da saklayın. Kırlangıçtan da yarım kiloluk bir parça kestirin ve bundan, derisi temizlenmiş bir fileto çıkarttırın. Her iki balığın filetoalarını ve deri dışında balığın kalan parçalarını tencereye koyup 15 bardak suda, kapağı açık olarak kaynatın. İçine kabuğu soyulmuş bir bütün soğanı ilave edin, yaklaşık 10 dakika daha, suyun üstündeki köpükleri kaşıkla alarak kaynatın. Ateşten alın ve suyunu başka bir tencerenin içine süzün.

Haşlanmış balıklar soğuyunca filetoları ayırın, diğer kısımları atın. Filetoları ufak ufak doğrayın. Hiç kılçık olmamasına dikkat edin. Sebzelerin kabuklarını soyup küp doğrayın. Patates ve kerevizi kararmaması için suya basın. Kerevizin sapındaki düzgün yaprakları ayıklayıp ince ince kıyın. Maydanozu ayıklayıp yapraklarını kıyın.

Süzdüğünüz balık suyunu ateşe koyun, doğranmış havuçları içine atıp 5 dakika kaynattıktan sonra, doğranmış patates ve kerevizleri de ilave edin. Tencerenin kapağı kapalı olarak biraz kaynatın. Kıyılmış kereviz saplarını da katın. Sebzeler iyice pişince doğranmış balıkları ve ortadan ikiye kesilmiş tane karabiberleri de ilave edin. Balıkları 5 dakika böylece pişirin, kıyılmış maydanozu, tuzu ezilmiş sarmsak ve sirkeyi de katıp bir kere daha karıştırın. Yemek sırasında isterseniz limon suyu ilave edebilirsiniz.

ZIRZ SALATASI (BİLECİK)

Yarım kilo ıspanak

1 kaşık zeytinyağı

Yarım demet taze soğan

1 çay kaşığı kişniş

2 diş sarımsak

Yarım kilo süzme yoğurt

2 haşlanmış yumurta

Maydanoz

1 çay kaşığı pul biber

Tuz

İspanağı ince ince doğrayarak haşlayın. Yağ ve soğanla kavurun. Tuz, kişniş, sarımsak ve yoğurdu karıştırın. Soğumuş ıspanağı yoğurda ilave edin. Bu karışımı servis tabağına alın, üstüne yumurtayı dilimleyerek koyun. Maydanoz ve pul biber ekin.

ERDEK HAVYARI (BALIKESİR)

250 g tuzlu sardalya

100 g Antep fıstığı

1 dilim ekmek içi

250 g siyah zeytin

Yarım bardak zeytinyağı

1 limon suyu

Kılçıklarını ayıkladığınız balıkları havanda dövün. İçine çekilmiş fıstık içi, ufalanmış ekmek ve çekirdekleri çıkarılmış zeytinin yarısını katın, yarım saat döverek macun hâline getirin, porselen bir kâseye alın. Bir çatalla çırparak, önce azar azar akıttığınız zeytinyağını yedirin, çırpmaya devam ederek limon suyunu da azar azar katarak yedirin. Hazırladığınız salatanın az bir kısmını çekirdeklerini çıkarttığınız, kalan zeytinlere doldurun. Salatayı kayık tabağına koyun, üzerini çatalla düzeltin, etrafına doldurulmuş zeytinleri dizerek servis yapın.

ÇİROZ SALATASI (İSTANBUL)

6 çiroz balığı

1 bardak sirke

3 kaşık zeytinyağı

1 demet dereotu

15 siyah zeytin

Çirozları döverek kemiklerini kırın, sonra kuvvetli bir ateşte, üzerleri hafif bir renk alıncaya kadar pişirin. Pişen her balığı hemen bir beze sarın, balıkların üzerlerini iyice silerek yanmış kabukları temizleyin. Sonra her balığı kemiklerinden ayırın, küçük parçalar hâlinde bir tabağa dizin.

Bir cezveye sirkenin dörtte üçünü koyun, kaynatın, balıkların üzerine gezdirerek dökün. Üzerini örterek yarım saat bekletin. Yarım saat sonra balıkların sirkesini süzün, sonra üzerine zeytinyağıyla tekrar sirke dökün, ince kıyılmış dereotu serpin ve zeytinlerle süsleyerek sofraya getirin.



ZEYTİNYAĞLI ENGİRAR (BURSA)

6 enginar	300 g havuç
Un	1 tatlı kaşığı şeker
1 limon suyu	1 demet dereotu
Yarım bardak su	Bezelye
200 g zeytinyağı	Maydanoz
400 g arpacık soğan	Tuz

Enginarları temizledikten sonra saplarını kesin. Un, limon suyu ve suyla bulamaç yapın, enginarları ve saplarını içine atın. Tencereye koyuncaya kadar bekletin.

Bir tencereye zeytinyağı koyun, arpacık soğanları ve ufak küp doğranmış havuçları beş dakika kavurun. Enginarları içinde bulunduğu bulamaçla birlikte yeni bir tencereye boşaltın. Üzerine hazır olan kavrulmuş malzemeyi koyun. Üzerine tuz ve şeker ilave edin. Suyu az geliyorsa enginarları örtmeye yarım parmak kalıncaya kadar su ilave edin, Üzerine yağlı kâğıt, porselen bir tabak ve tencerenin kapağını kapayıp bir kaynattıktan sonra ağır ateşe alın.

25 dakika pişirdikten sonra tadını kontrol edin. Soğuyana kadar kapağı açmayın, soğuduktan sonra servise verirken, dereotu, bezelye ve maydanozla süsleyin.

Not: Tarifte patates yoktur, çünkü orijinal tariflerde patates yoktur. Maliyet düşürücü unsur ya da nişastasından istifade için sonradan ilave edildiği düşünülmektedir.

TOLÇA (TEKİRDAĞ)

1 kg patlıcan	Yarım bardak zeytinyağı
3 yeşil biber	Yarım bardak sirke
3 közlenmiş kırmızı biber	Tuz
4 diş sarımsak	

Patlıcanları közleyin, kabuklarını soyun ve kıyın. Yeşil biberleri iyice yıkayın. Közlenmiş kırmızı biberlerle birlikte incecik doğrayın. Sarımsağı ayıklayarak tuzla birlikte havanda dövün. Bütün malzemeyi karıştırdıktan sonra üzerine zeytinyağı ve sirke ekleyin. Yarım saat buzdolabında beklettikten sonra servis yapın.

KESTANELİ LAHANA SARMA (BURSA)

1 büyük lahana	40 g dolmalık fıstık
Yarım kilo kestane	2 çay kaşığı yenibahar
4 soğan	1 çay kaşığı tarçın
250 g sıvı yağ	1 kaşık toz şeker
450 g pirinç	Tuz
20 g kuşüzümü	

Lahananın kök kısmını bıçakla oyarak çıkarın. Yaprakları tek tek ayırarak yıkayın. Kaynamakta olan suya atın, iki dakika tutup çıkarın ve süzölmeye bırakın.

Kestanelerin üzerini bıçakla çizin, bir saat suda bekletin. Elektrikli ocakta ya da fırında kebab yapın, kabuklarını soyun. Her kestaneyi üçe bölün.

Soğanları kıyın. Tencereye yağı koyun, soğanları ekleyerek rengi pembeleşinceye kadar kavurun. Sonra pirinci ilave edin ve onu da üç dört dakika kavurarak içine üzümleri ve kestaneleri katın. Fıstıkları teflon tavada yağsız olarak kavurduktan sonra bir bardak sıcak suyla birlikte pirinçli harca katarak pişirin, demlenmeye bırakın. Demlenen harca yenibahar, tarçın, tuz ve toz şekeri ekleyin.

Hafifçe haşlamış olduğunuz lahana yapraklarının ortasındaki kalın damarlı kısmı bıçakla keserek çıkarın. Büyüklüğüne göre yaprakları bir tatlı tabağı boyutunda ikiye ya da dörde bölün. Her yaprağın ortasına, içinde iki üç parça kestane olacak biçimde harç koyarak sarın. İki bardak sıcak suyla kısık ateşte suyunu çekinceye kadar pişirin. Soğuyunca, servis tabağına dizin.

KABAK MÜCVERİ (İSTANBUL)

3 orta boy kabak
 5-6 sap taze soğan (ya da bir kuru soğan)
 1 sivri biber
 Yarım demet maydanoz
 Yarım demet dereotu
 3 yumurta
 3-4 kaşık un
 Kızartmak için 1 bardak zeytinyağı ya da ayçiçek yağı
 Yarım çay kaşığı karabiber
 Tuz

Kabağı kazıyıp ince rendeleyin. Küçük doğranmış soğan, biber, maydanoz, dereotu, tuz, karabiber, yumurta ve unu koyup karıştırın. Kızgın yağa kaşık kaşık dökerek iki tarafını da kızartın. Fazla yağı çekmemesi için kâğıt üzerine çıkarın. Mücveri kabak yerine patates ve ince doğranarak az haşlanmış pırasayla da yapabilirsiniz.

BOŞNAK BÖREĞİ (SAKARYA)

1 yufka	100 g margarin ya da tereyağ
1 bardak süt	1 yumurta

Harcı için:

150 g kıyma	1 orta boy patates
1 küçük soğan	Karabiber, tuz

Kıymayı, çok ince doğranmış soğan, rendelenmiş patates, yumurta, biraz tuz ve karabiberle karıştırarak harcı hazırlayın.

Bir yufkayı, sigara böreği yapar gibi sekiz parçaya kesin. Süt ve erimiş yağ karışımıyla ıslatın. Hazırladığınız harcı yufkanın geniş tarafına koyarak sigara böreği gibi rulo yapın. Sonra gül biçiminde sararak yağlanmış tepsiye dizin. Fırında pembeleşinceye kadar pişirin.

KÂĞIT KEBABİ (İSTANBUL)

1 kg kuşbaşı koyun eti	2 domates
2 havuç	1 kaşık sirke
2 patates	1 bardak sıcak su
1 bardak sıvı yağ	1 tatlı kaşığı kekik
1 bardak iç bezelye	1 tatlı kaşığı karabiber
1 demet dereotu	1 tatlı kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı tereyağ	Yarım demet maydanoz
2 soğan	2 yağlı kâğıt

Havuçları temizleyip haşlayın. Ceviz büyüklüğünde doğrayın. Patatesleri fındık büyüklüğünde doğrayın. Sıvı yağda önce patatesleri sonra havuçları kızartın. Bezelyeleri aynı yağda bir kere çevirip hemen çıkartın. Hepsinin yağını süzüp üzerine dereotunu doğrayın.

Bir tencerede tereyağda, ince doğranmış soğanları çevirin. Etleri ve domatesleri ince doğrayıp tencereye atın, soğanlarla birlikte tereyağda kavurun. Sirke, sıcak su ve baharatı ilave edin. Etler pişene kadar kaynatın. Etler pişince salçayı süzüp etleri tencereden alın.

25 cm kare kâğıtlara önce et, üzerlerine hazırladığınız sebzeleri koyun, çok az salça dökün ve en üstüne maydanoz serpin. Kâğıtları sarıp fırın tepsisine yerleştirin. Üzerine su sürüp 10 dakika pişirin. Sıcak servis yapın.

KARİDES GÜVEÇ (İSTANBUL)

Yarım kilo karides	2 defne yaprağı
1 çay bardağı zeytinyağı	1 çay bardağı kaşar peyniri
1 baş soğan	1 çay kaşığı pul biber
2 sarmısak	Yarım çay kaşığı karabiber
2 domates	Tuz
1 kaşık un	

Karideslerin kabuklarını ayıklayın. Bir tencereye yağı koyun, ince doğranmış soğanları ve sarmısağı hafifçe öldürün, küçük doğranmış domatesleri ekleyin, hafif pişirin. İçine suda ezilmiş unu koyup karıştırın, tuzunu, karabiberini ekleyin.

Bu karışımı ısıya dayanıklı bir kaba koyduğunuz karideslerin üzerine dökün, defne yapraklarını yerleştirin, üzerine rendelenmiş kaşar peynirini koyun, pul biber serpin ve fırında yarım saat pişirin. Sıcakken servis yapın.

Bu tarif mantarlı da yapılabilir. O takdirde domateslerle birlikte zar doğranmış 10 mantar ilave edilir.



LOR DOLAMASI (BALIKESİR)

2 yaprak baklavalık yufka

2 kahve fincanı eritilmiş tereyağ

2 kahve fincanı tatlı lor peyniri

2 kaşık şeker

Şurubu için:

12 iri çilek

2 çay bardağı şeker

Şurubunu hazırlamak için çileklerin üzerine şekeri dökün, kısık ateşte şurup kıvamına gelene kadar pişirin. Çilekleri içinden ayırın.

Baklavalık yufkayı yaklaşık 15x30 cm kesin. Erimiş tereyağı sürün. Alt kısmına lor ince parmak kalınlığında, boylamasına koyun ve üzerine şekeri serpin. Yarıya kadar rulo yapıp salyangoz gibi dolayın. Tepsiye koyup üzerine kâğıt örtün. Önceden 180°C ısıtılmış fırında pişirin. Sonra kâğıdı alın ve üstü kızarıncaya kadar biraz daha pişirin.

Pişen dolamanın üzerine şurubu gezdirin ve üstünü daha önce şuruptan ayırdığınız çileklerle süsleyin.



MAFİŞ (BALIKESİR)

2 bardak un

3 yumurta

1,5 bardak ayçiçek yağı

Şurubu için:

3 bardak toz şeker

4 bardak su

Elenmiş unun ortasını havuz biçiminde açarak yumurtaları kırın. Yumurtaları parmak uçlarınızla una yedin, yoğurarak yumuşak ve pürüzsüz bir hamur hazırlayın.

Hamuru ceviz iriliğinde parçalara bölün, yuvarlayarak topak hâline getirin. Hamurları unlanmış tezgâhta merdaneyle 15 santim çapında açın. Bir bıçakla ortadan başlayarak, kenara iki santim kalıncaya kadar eşit aralıklarla üç kesik atın, kenarlarından kopmamasına özen gösterin. Kesikleri izleyerek ortadan kenara doğru üç parçayı elinizle büzün, üç yerden boğumlanmış halkalar hazırlayın.

Şurubu hazırlamak için şekerle suyu bir tencereye koyun, orta hararetli ateşte şeker eriyinceye kadar karıştırın. Bir taşım kaynattıktan sonra kısık ateşte sıcak tutun.

Yağı bir tavada kızdırın. Hazırladığınız hamurları tavaya yerleştirin, her iki yanı altın sarısı renk alıncaya kadar kızartın. Kızaran hamurları yağdan çıkararak kaynamakta olan şuruba atın. Şurubun içinde iki üç dakika pişirdikten sonra süzerek alın ve bir tabağa dizin. Soğuyunca servis yapın.

SAKIZLI FIRIN SÜTLAÇ (İSTANBUL)

1 kâse pirinç	1 parça çam sakızı
1 kâse su	Vanilya
4 bardak süt	2 kaşık nişasta
1 bardak toz şeker	1 yumurta sarısı

Pirinci yıkayıp süzün. Bir tencerede pirinci 1 kâse suyla, pirinçler yumuşayana kadar arada bir karıştırarak haşlayın.

Süt, toz şeker, çam sakızı ve vanilyayı bir başka tencerede orta ateşte birlikte kaynatın. Sütlü karışım kaynayınca haşlanmış pirince ilave ederek karıştırın.

Nişasta ve bir yumurta sarısını az miktarda suyla çırpıp eritin. Nişastalı karışım kaynamakta olan malzemeye, tel süzgeçten geçirerek karıştırın ve bir taşım kaynatıldıktan sonra ocaktan alın.

Isıya dayanıklı kâselere ya da güveçlere paylaşın. Su doldurulmuş derin bir tepsiye kâseleri koyup fırına verin. Sütlaçların üzeri kızarıncaya kadar yüksek ısıda fırınlayın. Soğuk olarak servis yapın.



ege bölgesi'nden

AVUKMA (Çingene Salatası) (AYDIN)

2 kuru soğan

2 domates

1 salatalık

2 taze biber

Yarım demet maydanoz

Çeyrek demet taze nane

50 g çökelek ya da beyaz peynir veya yoğurt

Sıvı yağ

Tuz

Bir tabak içine iki soğanı doğrayın, tuzla oarak acısını giderin. Üzerine birkaç domates, salatalık ve iki taze biber, maydanoz ve nane doğradıktan sonra bol çökelek ya da beyaz peynirle kaplayın. Arzu ettiğiniz kadar yağ dökerek iyice karıştırın. Peynir ve çökelek yerine katı yoğurt da koyabilirsiniz.

BAHÇE SALATASI (Çiporta ya da çipahorta) (İZMİR)

1 demet yeşil soğan	1 demet roka
2 göbek salata	2 portakalın kabuğu
3 salatalık	1 çavdar ekmeği
1 demet pazı	

Ekmek dışında diğer malzemeleri makarna kalınlığında ince ve uzun doğrayın. Portakal kabuğunu haşlayın ve diğer malzemelerin içine katın. Çavdar ekmeğini küçük parçalar hâlinde kızartın, sonra aşağıdaki sosu salatanın üzerine döküp en üste çavdar ekmeklerini koyarak servis yapın.

Sosunu hazırlamak için, bir ölçü limon suyu ya da sirkeye iki ölçü zeytinyağı, tuz ve karabiber ekleyerek karıştırın.

BÖRÜLCE SALATASI (İZMİR)

2 bardak kuru börülce	1/3 demet maydanoz
1 kuru soğan	2 kaşık limon suyu
1 limon	10 siyah zeytin
3 kaşık zeytinyağı	2 sivri biber
2 domates	Tuz
4 taze soğan	

Börülceleri bir gece önceden soğuk suyla ıslatın, süzüp bir tencereye koyun. İki-üç parmak geçecek kadar soğuk su ilave edin, kabukları soyulmuş bir soğan, ikiye bölünmüş bir limon ile bir kaşık tuz ekleyin, yaklaşık 1 saat kaynatın. Sıcakken, delikli kepçeyle salata kabına alın, üzerine zeytinyağını dökün ve iyice karıştırın.

Diğer yandan domatesin kabuklarını soyun ve küp doğrayın. Taze soğanın dış kabuklarını soyun, beyaz kısımlarını ince halkalar hâlinde doğrayın. Sivri biberleri küçük küçük doğrayın. Maydanozu ince kıyın. Sofraya getirmeden önce, hazırladığınız sebzeleri salata kabındaki yağlı börülceye katın, limon suyunu ekleyin ve iyice karıştırın, üzerini siyah zeytinle süsleyin.

SİRKELİ HAVUÇ (MANİSA)

6 soğan	1,5 kaşık domates salçası
4 havuç	2,5 bardak su
5/9 bardak pirinç	3 kaşık sirke
3 kaşık katı yağ	1 çay kaşığı karabiber
150 g kıyma	Tuz

Soğanları ikiye bölün, ince ince dilimleyerek piyaz doğrayın. Havuçları kazıyıp uzunlamasına ikiye ayırın ve yarım santim kalınlığında dilimleyin. Pirinci yıkayıp süzün. Tencerede yağı kızdırın, kıymayı rengi dönene kadar kavurun. Salçayı katıp karıştırın. Havuçları ekleyip 2-3 dakika kavurmayı sürdürün. Soğanları da katın. Soğanlar verdiği suyu çekince pirinci ve suyu ekleyip bir taşım kaynatın. Tuzunu ve karabiberini ayarladıktan sonra ateşi kısın. Kapağını kapatarak yaklaşık 20 dakika pişirin. İster ateşten almadan önce, ister yiyeceğiniz zaman sirkeyi katıp servis yapın.

ZEYTİNYAĞLI TAZE SEBZELER (FASULYE, KABAK, YER ELMASI, PIRASA) (İZMİR)

1 kg sebze	5 domates
2 soğan	1-2 çay kaşığı şeker
Yarım bardak zeytinyağı	Tuz

Sebzeleri yıkayıp ayıklayın, doğrayın. İnce doğranmış soğanı bir tencereye koyduğunuz zeytinyağında hafif pembe kavurun. Kabuğunu soyup doğranmış olduğunuz domatesi katın. Sebzeleri, şeker ve tuz ilave ederek karıştırın. Kapağı kapalı olarak 5-10 dakika kavurun. Sonra orta ateşte pişirin. (Domatesin bol suyuyla pişeceğinden ayrıca su koymaya gerek yoktur.) Yemek pişince, kapağı açmadan kendi hâlinde soğumaya bırakın. Kapağı açarsanız rengi kararır.

Not: 1. Kabak pişirirken, sarmısak, maydanoz ve dereotu koyun.

2. Pırasa ve yer elması pişirirken, soğanla birlikte 1-2 doğranmış havucu kavurun. Sebzeyi ilave edince de yarım kahve fincanı yıkanmış pirinç koyun.

PAŞA BÖREĞİ (AYDIN)

Hamuru için:

Aldığı kadar un

3 yumurta

Tuz

Harcı için:

Yarım kilo yağsız dana kıyması

2 kaşık sıvı yağ

1 kahve fincanı kabuksuz badem

Yarım demet maydanoz

Karabiber, tuz

Böreğin arasına ve üzerine:

Yarım bardak erimiş tereyağ

1 çay kaşığı pul biber

2 bardak yoğurt

Kızartmak için 1,5 bardak sıvı yağ

Bir tencerede üç yumurtayı, iki çay kaşığı tuzla birlikte elinizle ezin. Yarım kahve fincanı su koyun, karıştırın. Aldığı kadar elenmiş unla kulak memesi yumuşaklığında bir hamur yapın. İyice yoğurarak özleştirin. Altı parçaya ayırın. Üzerini örterek 15-20 dakika dinlendirin.

Kıymayı, iki kaşık sıvı yağla kavurun. Kabuğu çıkarılmış bademle yaklaşık beş dakika kavurduktan sonra kıyılmış maydanoz, tuz ve karabiber serpin ve ateşten alın. Bu harcı iki kısma ayırın.

Dinlenen hamurları oklavayla bir milim inceliğinde açın. Yufkaları büyük bir tavada ya da tepsi içinde yağda kızartın. Sonra birer birer kaynar suya bırakın ve hemen dikkatlice çıkarın. Üç tanesinin aralarına pul biberli tereyağ gezdirerek üst üste koyun. Üzerine kıymalı harcın yarısını yayın. Sonra da üzerine, karıştırılmış bir bardak yoğurt ve pul biberli tereyağ gezdirin. Geriye kalan üç yufkayı da aralarını yağlayarak üstlerine koyun. Böylece börek altı kat olacaktır. En üste kıymalı harcın ikinci yarısını, sonra yoğurdu, en son pul biberli tereyağ dökün ve servis yapın.

ENGİNARLI PİLAV (İZMİR)

2 enginar	150 g su
4 yeşil soğan	1/4 demet dereotu
Limon	45 ml zeytinyağı
150 g pirinç	Karabiber, tuz

Bir tencerede taze soğanların beyaz kısımlarını ince doğrayın ve zeytinyağında kavurun.

Enginarları büyüklüğüne göre 4 ya da 6 parçaya kesin ve içine katın. Üzerlerine limon sıkın ve tencerenin kapağını kapatın. Kısık ateşte suyunu çekene kadar pişirin.

Tencereye pirinci ekleyin ve enginarlarla kavurun. Önceden ısıtılmış suyunu ekleyin, tuz ve karabiber ayarını yapın. Kapağı kapalı olarak, pilavın üstü göz göz oluncaya kadar pişirin. Daha sonra, kapakla tencere arasına temiz bir kâğıt havlu koyarak, 5 dakika çok kısık ateşte pişirin.

Dereotunu ve taze soğanın yeşil kısımlarını ince doğrayın, pilava sıcakken ekleyin, karıştırın. Kapağı kapalı olarak 15 20 dakika dinlendirin.



DAVET PİLAVI (Düğün Pilavı) (DENİZLİ)

1 bardak nohut	Yarım kilo kuzu eti
2 bardak pirinç	3 kaşık katı yağ
2 soğan	3 bardak et suyu
3 domates	1 bardak ayçiçek yağı
3 sivri biber	Karabiber, tuz
4 patlıcan	

Nohutu bir gece öncesinden (ya da en az altı saat önceden) bol soğuk suyla ıslatarak şişmeye bırakın. Üzerini iki parmak geçecek kadar suyla tencereye koyun. Bir taşım kaynatın, köpüğünü alarak yumuşayınca kadar haşlayın ve süzün.

Pirinci ılık suda 15 dakika bekletin. Nişastası akıp suyu durulaşınca kadar yıkayın ve bir süzgece çıkarın. Soğanları ince ince kıyın. Domateslerin altlarına artı (+) biçiminde birer kesik atın. Kaynar suya batırıp çıkararak kabuklarını soyun. Küçük küpler hâlinde doğrayın.

Biberleri, saplarıyla tohumlarını temizledikten sonra ince ince doğrayın. Patlıcanları, sap kısımlarını aldıktan sonra yarım santim kalınlığında uzunlamasına dilimleyin. Üzerlerine tuz ve biraz su serpin, süzgece koyarak 20 dakika acı suyunu atması için bekletin. Yıkayın ve süzün.

Eti iki bardak suyla birlikte başka bir tencereye koyun. Bir taşım kaynatarak köpüğünü alın. Ateşi kısın, tencerenin kapağını kapayın, etler suyunu çekip yumuşayınca kadar pişirin.

Katı yağ ayrı bir tencerede kızdırın, soğanları içinde pembeleşinceye kadar kavurun. Biberleri ve domatesleri ekleyerek üç dört dakika daha kavurmayı sürdürün. Etleri ve nohutları da katın, karıştırın. Tuzunu ve biberini ayarlayın. Ateşi kısın, tencerenin kapağını kapayarak yaklaşık on dakika pişirin.

Et suyunu bir tencerede kaynatın. Tuzunu ayarlayarak pirinci salın. Yeniden kaynatın, ateşi kısın. Tencerenin kapağını kapayarak pirinçler suyunu çekinceye kadar, yaklaşık 15-20 dakika pişirin. Ocaktan indirin.

Ayçiçek yağını tavada kızdırın. Patlıcanları tavaya yerleştirerek her iki yanı altın sarısı renk alıncaya kadar kızartın. Süzdürerek yağdan çıkarın, üzerine kâğıt havlu serilmiş bir tabağa aktarın. Tencerenin ağzına da bir kâğıt havlu yerleştirin, kapağını kapayarak yaklaşık on dakika dinlenmeye bırakın.

Derin ve genişçe bir kâsenin içine patlıcan dilimlerini uzunlamasına yan yana dizin. Üstüne nohutlu, etli pilavı bastırarak doldurun. Bir fırın tepsisine ters çevirin. Tepsiyi önceden 180° C ısıttığınız fırına sürün, yaklaşık 15 dakika pişirin. Fırından alarak sıcak olarak servis yapın.

PATLICAN PABUCAKİ (Midilli yemeği) (İZMİR)

5 iri patlıcan	1 kibrit kutusu kadar lor peyniri
1 soğan	1,5 tatlı kaşığı şeker
2 çay bardağı zeytinyağı	1 yumurta
3-4 domates	Un
1 kibrit kutusu kadar beyaz peynir	Tuz

Patlıcanları diklemesine ortadan ikiye kesin, bir süre tuzlu suda beklettikten sonra hafifçe sıkarak tuzlu suda haşlayın. Pişince yağlanmış bir tepsiye dizerek küçük bir kaşık yardımıyla içlerini çıkarın, bir tahta üzerinde bıçakla ufalayın.

Rendelenmiş soğanları yağda kavurun. Patlıcan içlerini ilave edin ve iyice kavurarak pişirin. Sırasıyla küçük doğranmış domatesleri, beyaz peynir ve lor peyniri karışımını, şeker ve tuzu ilave ederek bir süre pişirin. Ocağı kapayın, yumurtaları tek tek bulamaca yedin.

Bu harcı tepside kayık biçiminde bekleyen patlıcanların içine yerleştirin. Üzerine biraz un serpin, fırınlayın. Soğuk ya da sıcak servis yapın. “Kabak Pabucakı”yi, aynı tarifi kabakla uygulayarak hazırlayabilirsiniz.

ÇÖKERTME KEBABI (MUĞLA / BODRUM)

Yarım kilo dilim et (bonfile, antrikot ya da kontrfile)

1 bardak yoğurt

1 kahve fincanı zeytinyağı

2-3 diş sarmısak

5 patates

1 bardak kızartma yağı

2 kaşık tereyağ

1 tatlı kaşığı pul biber

Yarım demet roka

Domates dilimleri

Dinlendirme malzemeleri:

1 tatlı kaşığı karabiber

1 tatlı kaşığı kimyon

1 soğan

1 bardak süt

1 şişe maden sodası

1 kaşık kekik

2 kaşık zeytinyağı

Dilimlenmiş etleri parmak gibi doğrayın, çukur bir kaba koyun. Üzerine, dinlendirme malzemelerini katıp karıştırın. Buzdolabında en az 6 saat dinlendirmeye bırakın. Yoğurdu az tuz, zeytinyağı ve ezilmiş sarmısak dişleriyle çırpın, bir kenarda bekletin. Patatesleri ayıklayıp rendeleyin ve tuzlu suda biraz bekletin, sonra bol kızgın yağda sararınca kadar parti parti kızartın. Kızaranları, yağını süzdürerek servis kabının dibine döşeyin. Üzerlerine sarmısaklı yoğurdu gezdirin. Dinlenmiş şerit etleri ızgara ya da tavada pişirin. Servis tabağına yoğurdun üzerine döşeyin. Etlerin üzerine pul biberli kızgın tereyağı gezdirin. Roka, domates gibi malzemelerle süsleyerek servis yapın.

ÇÖP KEBABI (AYDIN)

Zar büyüklüğünde doğradığınız kuzu ya da keçi etlerini kargıdan yapılmış ince çöple re, üç ete bir iç yağ gelecek biçimde dizin. Izgarada pişirin. Yanında kimyon ve piyaz doğranmış, ızgara üzerinde öldürülmüş soğan ve iki dilim domatesle servis yapın.

SELÇUK USULÜ SOĞAN (AYDIN)

2 kuru soğan

2 kaşık sıvı yağ

1 tatlı kaşığı pul biber

1 domates

1 tatlı kaşığı kimyon

Soğanları ayıkladıktan sonra dikine on iki parçaya (kalın piyaz) doğrayın. Tencere ye yağı koyup soğanları 5 dakika soteleyin. Sonra önce pul biberi dökün, 1 dakika daha kızartın. Domateslerin kabuğunu soyun, küp doğrayıp içine atın. Kimyonu da boca edin. Tencerenin kapağını kapatın, kısık ateşe alıp 20 dakika pişirin. Ancak, beş dakikada bir kapağı açıp karıştırmayı unutmayın.

Selçuk'ta bu soğan soteyi çöp şiş yanına gamitür olarak veriyorlar.



SÜTLÜ BALIK (İZMİR)

750 g levrek, trança ya da orfoz balığı	3 kaşık tereyağ
2 orta boy havuç	6 kaşık un
300 g mantar	3 bardak ılık süt
1 soğan	50 g rendelenmiş kaşar peynir
3/5 bardak su	Tuz
2 defne yaprağı	

Balıkları yıkayıp bir süzgece çıkarın. Havucu kazıyın. Havuç ve mantarları ince ince doğrayın. Soğanı ikiye bölün.

Tencerede suyu kaynatın, tuz ekleyin. İçine balığı, soğan, mantar, havuç ve defne yapraklarını koyun, bir taşım kaynatın. Köpüğünü alıp 5 dakika pişirin. Bir kevgirle içindeki malzemeleri süzdürerek bir kaba aktarın.

Bir başka tencerede yağı eritin, unu biraz kavurun. Bir çırpma teliyle karıştırarak ılık sütü kavrulmuş una azar azar yedirin. Tuzunu ayarlayın, bir taşım kaynatın ve ateşten alın.

Balığı bir tencereye yerleştirin, üzerine havuç ve mantarları koyun. Hazırladığınız sosu balığın üzerine gezdirin, kaşarı serpiştirin. Tencerenin kapağı kapalı olarak, orta ateşte yaklaşık 40 dakika pişirin. Sıcak servis yapın.

KARAMELİ PORTAKAL (İZMİR)

1 kg portakal
600 g toz şeker

1 çay kaşığı tarçın
1/4 demet nane yaprağı

Portakalların kabuklarını soyduktan ve çekirdeklerini ayırdıktan sonra ince ince doğrayın, içi yağlanmış tepsiye yerleştirin. Üzerlerine 300 gram şekeri eşit miktarlarda serpererek 150° C ısıtılmış fırında 10 dakika pişirin.

Ayrı bir yerde 300 gram şekerle hazırladığınız karameli üzerine dökün. Tarçın ve nane yaprağıyla süsleyerek servis yapın (karamelin sıvılığını garantilemek için kanyak ilave edebilirsiniz).

İNCİR TATLISI (İZMİR)

20 kuru incir
Yarım kilo toz şeker
50 g su

1/4 limon
20 bütün ceviz
250 g kaymak

İncirleri 3 saat suda ıslatın, sonra şeker ve su ilave ederek bir saat pişirin. Pişmesine yakın çeyrek limon atın. Soğuduktan sonra incirlerin arasına ceviz koyun, kaymakla servis yapın.



akdeniz bölgesi'nden

ANALI KIZLI (Analı Kuzulu) (ADANA)

Yarım kilo ince bulgur
Yarım bardak un
1 yumurta
2-3 soğan
250 g kıyma
2 kaşık yağ
2 kaşık salça

Yarım demet maydanoz
1 bardak haşlanmış nohut
Kuru nane
Limon
Kırmızıbiber
Tuz

Bulgurun içine un, yumurta, tuz ve kırmızıbiberi koyun, su ilavesiyle yoğurun. Soğanları ince ince kıyın, kıymayla karıştırarak yağda kavurun. Kavrulmuş kıymaya salça ve maydanoz ilave edin, soğumaya bırakın.

Daha önce yoğurduğunuz bulgurdan küçük yuvarlak parçalar koparın, iri ceviz büyüklüğünde köfte biçimi verin. Bulgur köftelerinin içini oyun, hazırladığınız kıymalı karışımı doldurun.

Bulgurun bir kısmından içi boş küçük yuvarlaklar yapın. Hazırladığınız köfteleri ve bulgur toplarını kaynamış suda haşlayın. Haşlanmış nohutunu, kızgın yağ ve salçayı ilave ederek pişirin. Üzerine kuru nane serpin, yanında limonla servis yapın.

DUL AVRAT ÇORBASI (ADANA)

2 bardak un	2 kaşık tereyağ
3/4 bardak mercimek	1 kaşık biber salçası
1 limonun suyu	1 kaşık kuru nane

Unu bir tepsi içine eleyin. Tuz ve su karışımıyla yoğurarak kulak memesi yumuşaklığında bir hamur yapın. Bir süre beklettikten sonra oklavayla üç milim kalınlığında yufkalar açın. Yufkaları uzun şeritlere kesin. Bu şeritleri üst üste koyarak, küçük küçük kıyın. Hamurların birbirine yapışmaması için yufkaların üzerine un serpin. Bütün hamuru bu biçimde, küçük kareler hâlinde pul pul keserek bir kenara ayırın.

Öte yandan mercimeği suda haşlayın. Bir iki taşım kaynatın. Haşlanmış mercimeğin içine kestiğiniz hamurları atın, tuzlayın.

Hamurlar pişince bir limonun suyunu sıkın, ateşten indirin. Bir tavada erittiğiniz yağa biber salçası ve nane karıştırarak çorbanın üzerine dökün. Sıcak sıcak ikram edin.

EZME SALATA (ADANA)

5 domates	Yarım demet maydanoz
5 soğan	1 tatlı kaşığı sumak
Pul biber	Yarım çay bardağı zeytinyağı
Tuz	Nane
3 yeşil biber	1 limon suyu

Bütün malzemeleri iyice yıkayın. Domatesleri soyduktan sonra ufak ufak doğrayın. Soğanları küçük kareler hâlinde doğradıktan sonra tuz ve pul biberle ovun. Temizlediğiniz biberleri, maydanoz ve naneyi ince ince kıyın. Bütün malzemeleri iyice karıştırdıktan sonra üzerine sumak, yağ ve limon suyu gezdirerek servis yapın.

Not: Domates ve biberler közlendikten sonra doğranırsa ezmenin tadı daha güzel olur.

HİBEŞ (ANTALYA)

1 bardak tahin	Yarım kahve fincanı sıvı yağ
2 çay kaşığı kimyon	2-3 diş sarmısak
1 çay kaşığı pul biber	Zeytin
2 limon suyu	1-2 salatalık turşusu

Bir kâseye tahin, kimyon ve pul biberi koyun. Limon suyunu ve sıvı yağı azar azar dökerek karıştırın. Sertleşmemesi için tuzla dövülmüş sarmısağı en son ilave edin. Salata tabağına alın, zeytin ve salatalık turşusuyla süsleyin. (Talip Dede)

MUHAMMARA (ADANA)

2 soğan	2 kaşık biber salçası
200 gr tahin	2 diş sarmısak
200 gr ceviz	1 limon suyu
Pul biber	1 çay bardağı zeytinyağı
Yarım bayat ekmek içi	Tuz

Soğanları ince ince kıyın. Tahin, dövülmüş ceviz içi, bol miktarda pul biber, ufalanmış bayat ekmek içi, biber salçası, dövülmüş sarmısak, limon suyu ve tuz ekleyerek iyice karıştırın. Bu karışımın üzerine kızdırılmış zeytinyağı gezdirerek servis yapın.

ANTALYA PİYAZI (ANTALYA)

2 bardak kuru fasulye	2 limon suyu
4 diş ezilmiş sarımsak	2 kaşık sirke
2-3 kaşık tahin	2 kahve fincanı zeytinyağı
1 çay kaşığı kimyon	Tuz
Üst malzemeleri:	2 tatlı kaşığı pul biber
1 demet kıyılmış taze soğan	2 domates
Yarım demet maydanoz	2 haşlanmış yumurta

Fasulyeleri akşamdan tuzlu su içinde bekletin, şişsinler. Fasulyeleri fazla bekletmeden pişirmek istiyorsanız, tuzlu su içinde beş dakika kaynatın. Kaynama suyunun içinde bir saat bekletin.

Şişmiş fasulyeleri orta ateşte tuzlu su içinde yaklaşık 20-25 dakika ön haşlamaya tabi tutun. Haşlama suyunu dökün, fasulyeleri yıkadıktan sonra tekrar tencereye koyun. Fasulyeleri ikinci kez, yarı yarıya olup iyice pişinceye, tencerede çok az haşlama suyu kalıncaya kadar haşlayın ve soğumaya bırakın.

Pişmiş fasulyelerden iki üç kaşık kadarını alın, çukur bir kaba koyun. Çatalla iyice ezin ve üzerine sarımsak, tahin, kimyon, limon suyu, sirke, zeytinyağı ve tuz katın.

Bütün malzemeleri iyice karıştırarak tenceredeki fasulyelerin üzerine dökün, harmanlayın.

Fasulyeleri çukurca bir servis tabağına aktarın. Kıyılmış taze soğan, kıyılmış maydanoz, pulbiber katarak karıştırın. Üzerini domates dilimleri ve ikiye bölünmüş haşlanmış yumurtayla süsleyerek servis yapın.

BABAGANNUŞ (ADANA)

4 iri patlıcan	1 domates
2 soğan	1 limonun suyu
1 kaşık salça	karabiber, tuz
1 kaşık yağ	

Patlıcanları iyice közledikten sonra soyun ve dövün. Halkalara doğradığınız soğanı yağ ve salçayla kavurun. Dövdüğünüz patlıcanı da bu karışıma ekleyerek bir süre daha kavurun. Ocaktan indirin, servis tabağına alın, üzerine ince doğranmış domates, baharat ve limon suyu ilave ederek servis yapın.

ŞAKŞUKA (ANTALYA)

1 patlıcan	1 soğan
1 kabak	1 diş sarımsak
1 patates	1 çay kaşığı sirke
Kızartmak için sıvıyağ	2 biber
2 domates	Tuz
1 kahve fincanı zeytinyağı	

Patlıcan, kabak ve patatesin kabuklarını soyup küp doğrayın. Patlıcanları tuzlayıp yarım saat beklettikten sonra yıkayın, suyunu süzün. Tavadaki sıvı yağ kızdırın, önce patatesi sonra kabak ve patlıcanı kızartın. Servis tabağına alın.

Sosunu hazırlamak için, domateslerin kabuklarını soyup çekirdeklerini alın, küçük küçük doğrayın. Tavadaki zeytinyağında yemeklik doğradığınız soğanları kavurun. Domatesleri ilave edin. Domates suyunu çekene kadar bekletin. Ezilmiş sarımsak ve sirkeyi ekleyin. Tuzunu ayarlayın.

Biberleri küp biçiminde doğrayın, sıvı yağda kızartın. Yemeğin üzerine koyup servis yapın.

ZEYTİNYAĞLI KIRMIZI BİBER DOLMASI (ANTAKYA)

10 kırmızı kapya biberi	3 kaşık zeytinyağı
2 kuru soğan	1 kaşık kuru nane
1 bardak pirinç	Kırmızıbiber
1 kaşık domates salçası	Karabiber, tuz
1 kaşık toz şeker	

Biberlerin tohumlarını çıkarıp yıkayın. Soğanı yemeklik doğrayıp büyük bir kâseye alın. İçine yıkanmış, süzölmüş pirinç, salça, şeker, tuz, baharat ve zeytinyağını koyun, iyice karıştırın. Biberlerin içini bir parmak eninde boşluk kalacak biçimde doldurun ve dik olarak tencerenize dizin. İki bardak kaynar su ve biraz tuz koyun, kapağını kapatın ve kısık ateşte pişirin. Soğuyunca servis tabaklarına alın.

ÇÖKELEK BÖREĞİ (KAHRAMANMARAŞ)

Hamuru için:	1 yumurta
4 bardak un	3 kaşık yoğurt
Yarım kaşık kabartma tozu	Tuz
Harcı için:	
250 g soğan	2 çay kaşığı pul biber
Yarım demet maydanoz	Yarım kilo çökelek peyniri
2 kaşık katı yağ	1 bardak zeytinyağı

Soğanları ve maydanozları ince ince kıyın. Katı yağı tavada eritin, yağ kızınca soğanları pembeleşinceye kadar kavurun. Pul biberi katın, karıştırarak ateşten alın. Çökeleği ve maydanozu ekleyin, soğanlarla karıştırarak harcı tamamlayın.

Unla kabartma tozunu ve tuzu bir kaba ekleyin. Ortasını havuz biçiminde açarak yumurta, yoğurt ve su koyun. Parmak uçlarınızla suyu una yedirerek yoğurun, yumuşak bir hamur hazırlayın.

Hamuru 30 parçaya ayırın, yuvarlayarak topak yapın. Topakları birer birer önünüze alın, unlanmış tezgâhta merdaneyle 15 santim çapında açın. Hamurların bir

yarısına harcı bölüştürün. Hamurun öteki yarısını üzerine kapayın, açılmaması için kenarlarına bastırın.

Zeytinyağını tavada kızdırın. Hazırladığınız gözlemeleri tavaya yerleştirerek her iki yanı da altın sarısı renk alıncaya kadar kızartın. Süzdürerek yağdan alın, üzerine kâğıt havlu serilmiş bir tabağa çıkarın. Bütün börekleri böylece kızartın, bir tabağa aktararak servis yapın.

KABUNE (ISPARTA)

*Yarım kilo koyun eti
2 küçük soğan
2 bardak pirinç*

*2 kaşık katı yağ
Karabiber, tuz*

Bir tencerede orta yağlı, kuşbaşı kemiksiz koyun etini beş bardak suda haşlayın. İyice piştikten sonra etleri ufak ufak didin.

Diğer tarafta soğanları rendeleyin. Tuz ve biberle oarak bir tencerenin dibine yayın.

Pirinci suda iyice yıkayarak elinizle ovun, pirincin ununu tamamen alın. Pirinci soğanların üzerine koyun. Pirinçlerin üzerine didiklenen etleri güzelce dizin. Etleri haşladığınız et suyunu, etleri iyice örtecek biçimde tencereye dökün. Yağ ve tuz ilave edin. Orta hararetle ateşte, tencerenin ağzını iyice kapayarak pişirin. Pirinç tamamen pişince tahta kaşıkla tencerenin dibinden alarak servis yapın.

SİNİ KÖFTESİ (ADANA)

<i>1 kg kıyma</i>	<i>1 avuç un</i>
<i>Yarım kilo dövülmüş et</i>	<i>Zeytinyağı</i>
<i>1,5 kg bulgur</i>	<i>Biber salçası</i>
<i>3 soğan</i>	<i>Ceviz</i>
<i>1 kaşık yağ</i>	

Bir tencerede kıymayı ince doğranmış soğan ve yağla birlikte kavurun. Yarım saat önceden ıslattığınız bulguru dövülmüş etle iyice yoğurun, un ilave edin.

Bir fırın tepsisini zeytinyağla yağlayın. Önceden yoğurduğunuz bulgurdan bir kat yayın, sonra bir kat kavrulmuş kıyma döşeyerek üstünü bulgurlu hamurla kapayın. En üstünü yağlanmış bıçakla karelere kesin. Biber salçasını sulandırarak üzerine gezdirin. Fırında pişirin. Arzuya göre kıymanın içine ceviz de koyabilirsiniz.

ADANA KEBABI (ADANA)

<i>1 kg orta yağlı koyun kıyması</i>	<i>1 kaşık pul biber</i>
<i>100 g kuyruk yağı</i>	<i>Tuz</i>

Kıymayı, çekilmiş kuyruk yağı, tuz ve biber ekledikten sonra iyice yoğurun. Kıyma parçaları birbirini tutunca on iki eşit parçaya ayırın. Elinizi ıslatarak enli kebab şişine yayın.

Mangal üzerinde her iki tarafı da kızarıncaya kadar pişirin. Pişen kebabı pide ekmek arasına koyarak servis yapın.

KÜNEFE (ANTAKYA)

Yarım kilo tel kadayıf	5 bardak şeker
Yarım kilo tuzsuz beyaz peynir	3,5 bardak su
4 kaşık tereyağ	1 tatlı kaşığı limon suyu

Kadayıfları ufak ufak koparın. Altı hafif yağlanmış tepsiye kadayıfın yarısını bastırarak yerleştirin. Üzerine peyniri rendeleyerek serpin. Geriye kalan kadayıfı tepsinin üzerine serpererek güzelce bastırın. Bir tavada erittiğiniz tereyağı kadayıfın üzerine gezdirin. Kadayıfı fırında altı ve üstü kızarıncaya kadar pişirin.

Diğer tarafta şekerle suyu, limon suyu ilavesiyle kaynatarak şurup hâline getirin. Şurubu soğuttuktan sonra sıcak kadayıfın üzerine dökerek sıcak sıcak servis yapın.





güneydoğu anadolu bölgesi'nden

BEYRAN ÇORBASI (GAZİANTEP)

<i>1 kg kemikli kuzu gerdan</i>	<i>50 g karabiber</i>
<i>300 g pirinç</i>	<i>50 g tuz</i>
<i>10 diş havanda ezilmiş sarımsak</i>	<i>Limon</i>
<i>100 g pul biber</i>	

Bir tencerede, yüksek ateşte eti suyla kaynatın, kaynarken oluşan kefi alın. Kaynama noktasına gelince ateşi kısın ve haşlanıncaya kadar pişirmeye devam edin.

Başka bir tencerede pirinci 15 dakika haşlayın. Haşlanmış pirinci beş porsiyon olacak biçimde (ısıya dayanıklı çukur) tabaklara koyun. Pirincin üzerine 200 gram et, bol et suyu, sarımsak, pul biber, tuz, karabiber koyup limon sıkın. Hazırladığınız çorbaları tekrar ateşe koyun, kaynayıncaya kadar ısıttıktan sonra servise sunun.

YUVALAMA ÇORBASI (GAZİANTEP)

2 bardak pirinç	1 kg yoğurt
100 g çiğ köftelik kıyma	Tereyağ
Sıvı yağ	Kuru nane
1 bardak nohut	1 çay kaşığı karabiber
1 yumurta	Tuz

Pirinci ıslatıp yıkadıktan sonra kıyma makinesi ya da robotta çekin. İncelttiğiniz pirinci çiğ köftelik kıyma, tuz ve karabiberle iyice yoğurun. Yuvarlanabilecek bir hamur elde edince ellerinizi sıvı yağa batırıp hamurdan küçük parçalar kopararak nohut iriliğinde yuvarlayın. Bunları kaynayan tuzlu suya atıp bir iki taşım kaynatıp kevgire alın.

Bir tencereye haşlanmış nohutu ve kevgirdekileri katın. Mikserde bir yumurta ile çırtığınız yoğurdu yavaş yavaş ekleyin, üzerine kızgın tereyağı ve nane ekleyerek servis yapın.

EKŞİLİ MAHLITA ÇORBASI (KİLİS)

2 bardak kırmızı mercimek	6 kaşık sızman zeytinyağı
5 diş sarımsak	1 kaşık kırmızıbiber
1 orta boy patlıcan	2 kaşık kuru nane
8 bardak su	Tuz
2 limonun suyu	

Mercimeği, nişastası akıp suyu durulaşınca kadar yıkayın ve süzdürün. Sarımsakları dövün. Patlıcanı, kabuklarını almalı soyup bir santimlik küçük küpler biçiminde doğrayın.

Mercimeği bir tencereye koyun, üzerine suyu ekleyerek bir taşım kaynatıp köpüğünü alın. İçine patlıcanları atıp ateşi kısın. Mercimek ve patlıcanlar yumuşayınca kadar, yaklaşık 15 dakika pişirin. Sarımsağı, limon suyunu ve tuzu katıp karıştırın.

Zeytinyağını, kırmızıbiber ve nane ile bir tavada kızdırıp çorbaya ilave edin, karıştırın, sıcak servis yapın.

PATLICAN SALATASI (Yoğurtlu) (GAZİANTEP)

<i>1 kg patlıcan</i>	<i>10 yeşil biber</i>
<i>3/4 fincan zeytinyağı</i>	<i>5 diş sarımsak</i>
<i>Yarım limonun suyu</i>	<i>Tuz</i>
<i>250 g yoğurt</i>	

Patlıcanları kuvvetli ateşte kabukları yanıncaya kadar közleyin, sonra kabuklarını soyarak temizleyin. Patlıcanları içinde zeytinyağı bulunan bir kâseye koyun, üzerine tuz serpin, limon suyu sıkın, çatalla karıştırarak zeytinyağı patlıcanlara yedirin. İyice ezip macun hâline getirince içine yoğurt katın ve iyice birbirine yedin.

Dört yeşil biberi ateşte közleyin, kabuklarını soyun ve içlerini çıkarın. Biberleri iyice yıkadıktan sonra sarımsak ve tuzla havanda dövün. Patlıcanlı karışıma ilave edin ve bir salata tabağına alın.

Ateşte közlenmiş, kabukları soyulmuş ve iyice yıkanmış 6 yeşil biberle süsleyerek servis yapın.

BOSTANA (ŞANLIURFA)

<i>3 iri domates</i>	<i>2 kaşık kırılmış maydanoz</i>
<i>2 kaşık kırılmış semizotu</i>	<i>1 tatlı kaşığı nar pekmezi</i>
<i>1 soğan</i>	<i>Kırmızıbiber</i>
<i>1 kaşık kırılmış nane</i>	<i>Tuz</i>
<i>1 salatalık</i>	

Bütün sebzeleri keskin bir bıçakla, ince ve küçücük doğrayın. Tuz, kırmızıbiber ve nar pekmeziyle karıştırın. Kaşıkla yenecek kıvamda sulu bırakın. Buzdolabında soğuttuktan sonra servis yapın.

ANTEP USULÜ ZEYTİNYAĞLI DOLMA (GAZİANTEP)

25 kurutulmuş dolmalık patlıcan	2 bardak pirinç
15 kurutulmuş biber	2 çay kaşığı yenibahar
1,5 çay bardağı zeytinyağı	1 tatlı kaşığı kırmızıbiber
4-5 kuru soğan	1 kaşık toz şeker
3 sarımsak	2 limon suyu (ya da limon tozu)
2 kaşık domates salçası	Karabiber, tuz
2 kaşık biber salçası	

Kuru patlıcanları, gecedan kaynar suya koyun, ertesi gün, çatal batacak kadar haşlayın. Biberleri ise kaynar suda en fazla beş dakika kaynatın. Her ikisinin de sularını iki ya da üç defa değıştirin.

Dolma harcını hazırlamak için önce zeytinyağında, kıyılmış soğan ve sarımsağı hafif kavurun, salçaları ilave ederek iyice karıştırın. Yıkamış pirinci bu karışımın içine koyun ve hafifçe kavurun. İki bardak sıcak suyla, baharat ve şeker katarak suyunu çekene kadar pişirin.

Hazırladığınız bu karışımı, patlıcanların içine bir parmak eksik olacak biçimde doldurun. Tencereye, birinin ağız diğerinin dibine gelecek biçimde, düzgün ve sık olarak dizin. Üzerine biberleri aynı biçimde dizin. Dizme işlemi bittikten sonra biraz tuz serpin ve en üste dolma taşı koyun. Dolma taşının bir parmak altında kalacak biçimde kaynar su katın. Dolma kaynamaya başladıktan sonra ocağı kısın. Pişmesine yakın limon suyu ilave ederek, 10-15 dakika daha pişirin ve ocaktan indirin. Dolmanız servise hazırdır.

PERDE PİLAVI (SİİRT)

400 g pirinç	1 kaşık sıvıyağ
50 g çiğ badem	1 tavuk (ciğeriyle birlikte 1200 g)
300 g un	50 g dolmalık fıstık
2 yumurta	70 g tereyağ
40 g yoğurt	

Pirinci ayıklayın, sıcak suda ıslatın. Bademleri sıcak su içinde bekletip kabuklarını soyun. Unu bir kaba koyup ortasını çukurlaştırın. Yumurta, yoğurt, sıvıyağ ve 3 kaşık su ekleyip hamur yapın. Hamuru unlanmış tezgâhta 15 dakika yoğurun ve dinlenmeye bırakın.

Tavuğu 3 bardak su ve tuz ile haşlayın. Kabuğunu soyduğunuz bademlerin birazını süslemek için ayırıp kalanını fıstıklarla birlikte yağda kavurun.

Tavuğun etlerini kemik ve derilerinden ayırıp küçük küçük doğrayın. Süzdüğünüz pirinç ile birlikte tavuk suyuna katıp çok kısık ateşte, suyunu çektirip demlendirin.

Fırın kabını yağlayın. Kavurduğunuz fıstık ve bademleri (ortadan ikiye ayırıp) kabın içine dizin. Yağın sertleşmesi, böylece bademlerin düşmemesi için kabı buzdolabında bekletin.

Dinlenmeye bıraktığınız hamurdan kabınızı kaplayacak ve kenarlardan taşacak büyüklükte bir yufka açın. Hamurunuz ne kadar çok dinlenirse o kadar kolay açılacaktır. Kolayca esneyen ve yırtılmayan bu hamuru elle çekerek kolayca istediğiniz büyüklüğe getirebilirsiniz. Kabın içine yufkayı yerleştirin, kenarları dışarı sarkıtın. Pilavı ılık hâldeyken yufkanın içine hafifçe bastırarak yerleştirin. Sarkan kenarları pilavın üstünü tamamen kapatacak biçimde toplayın. 200° C ısıtılmış fırında 25 dakika pişirin. 10 dakika kabında bekletip servis tabağına tersyüz edin.

Not: Perde pilavı yapmak için, bakırdan yapılmış fes biçiminde özel kalıp kabı gerekir. Böyle bir kalıbınız yoksa, epeyce derin, herhangi bir metal ya da fırına dayanıklı cam kap kullanabilirsiniz.

MÜCEDDERE (KİLİS)

1 bardak yeşil mercimek
1 bardak pilavlık bulgur
1 büyük soğan
2/3 bardak zeytinyağı

2/3 kaşık kırmızıbiber
3,5 bardak su
Tuz

Mercimeği akşam suya yatırdıktan sonra üzerini iki parmak geçecek kadar su koyup 20 dakika haşlayın. Suyu azaldığında tuz ve kırmızıbiber atarak karıştırın. İçine bulguru döküp gerektiği kadar sıcak su ekleyin. Hafif ateşte pilav kıvama gelinceye kadar pişirin. Soğanı ince halka doğrayın. Kızdırılmış yağda kızartın, pilavın üzerine döküp karıştırın ve servise sunun.



MAKLUBE (MARDİN)

1 kg kuşbaşı et

5 patlıcan

Kızartma için sıvıyağ

3 bardak pirinç

3 soğan

6 bardak (su ya da etsuyu)

Karabiber, tuz

Eti, üzerini 3-4 parmak geçecek kadar su ilave ederek tencereye koyun ve kapağını kapatmadan biraz haşlayın. Üzerinde biriken kefini alın, sonra kapağı kapatarak pişirin. Patlıcanları alacalı soyarak uzunlamasına kesin ve kızgın yağda kızartın. Kâğıt havlu üzerine alın.

Pirinci sıcak suyla ıslatarak 30-35 dakika bekletin. Haşlanan etleri bir süzgece alarak suyunu süzün. Suyu pilav için kullanmak üzere ayırın.

Yemeklik doğradığınız soğanları biraz kavurun, pembeleşince etleri de ekleyerek biraz da etlerle birlikte kavurun ve ocaktan alın.

Pilav tenceresinin dibine patlıcanların yarısı dışarı sarkacak şekilde dizin (tencerenin ortası boş kalacak). Ortada oluşan boşluğa etleri düzgünce yayın ve yıkayıp süzdüğünüz pirinçleri koyun. Tencereye dengeli dağılımı sağlayın ve patlıcanların sarkan kısımlarını pirincin üstüne kapatın. Ayrılan etsuyu yeterli olamayabilir, su ilavesiyle miktar ayarlayıp içine tuz ve karabiber ilave edin. Tencerenin kenarından yavaş yavaş şekli bozulmayacak biçimde suyu koyarak normal pilav pişirir gibi ocağa koyun. Pişme işlemi bitip 10 dakika demlendirdikten sonra tencerenin ağzına bir servis tabağı koyarak, tencereyi ters yüz edin ve servise sunun.

ÇİĞ KÖFTE (ŞANLIURFA)

1 kg koyun eti	200 g taze soğan
2 kg çiğ köftelik bulgur	200 g kırmızıbiber
2 kuru soğan	1 tatlı kaşığı köfte baharı
1 domates	3 kaşık biber salçası
1 demet taze nane	Birkaç marul yaprağı
4 demet maydanoz	Karabiber, tuz

Bulgurun kepeğini eleyerek alın ve bir tepsiye yayın. Kuru soğanları ince ince kıyın, bir kaba koyun. Kabuğunu soyduğunuz domatesi ezin ya da domates salçasına biraz su katarak sulandırın. Nane ve maydanoz yapraklarını temizleyin, yıkayın ve suları süzülünce ince ince kıyın. Taze soğanı ince ince doğrayın.

Hazırlık işleri sona erince hemen köftenin yapımına geçin. Koyun budunun gülle karası denilen siyah etinden bir kilo alın, tahta tokmakla taştta döverek macun kıvamına getirin. Bu işlem sırasında beyaz beyaz ayrılan sinirlerini ayıklayın. Bu ayıklama işini beceremeyenler eti üç defa makineden geçirerek kıyma hâline getirebilirler, ancak makbul olanı, dövülerek macun kıvamına getirilmiş olanıdır.

Eti iyice döverek macun hâline getirince tuzlayın ve bir tepsiye alarak yoğurmaya başlayın. Bu işlemi yaparken kıyılmış kuru soğan, kırmızıbiber, köfte baharı, karabiber ve biber salçasını (ya da güneşte yapılmış domates salçasını) azar azar katarak iyice yedin. Bir süre azar azar elle su verin ve bunu da ete yedin.

Biraz daha yoğurduktan sonra temizlenmiş bulguru katmaya başlayın. Bulguru tamamen ete karıştırdıktan sonra bir süre su almadan ve bulguru bulgura sürerek karışımı kuvvetle ve iki elinizle yoğurun. Bulgur, etin ve evvelce katılmış suyun nemıyla yumuşayacaktır. Kıvama gelince azar azar ve elle serpmek suretiyle yoğurmakta olduğunuz karışıma su, ezilmiş domates ya da sulandırılmış domates salçası katın. Çiğ köftenin arada sırada tuzuna ve kıvamına bakın. Uygun kıvama gelince, yani ağıza alınan bulgur dağılınca kıyılmış taze soğanla nane ve maydanoz ekleyin ve biraz daha su katın. Birkaç defa daha karıştırın.

Sonra köfteleri, küçük lokmalar (sıkımlar) hâlinde marul (ya da yeşil salata) yaprakları döşenmiş tabaklara sıralayın. Üzerlerine bir iki maydanoz yaprağı serpiştirdikten sonra bir sürahi ayrılarla birlikte sofraya götürerek servis yapın.

Çiğ köfte, yapılıp yapılmaz tüketilmelidir, yoksa şişer ve lezzeti kaybolur. Genel-

likle, çiğ köfteyle birlikte içecek olarak ayran tercih edilir. (Çiğ köfteyi sıcak havada yapıyorsanız harca aralıklarla su değil buz katın. Böylece bulgurun çabuk şişmesini engellersiniz.)

ALİ NAZİK KEBABI (GAZİANTEP)

1 kg kemer patlıcan

4 diş sarımsak

1 domates

2 yeşil dolmalık biber

Yarım demet maydanoz

2 kaşık zeytinyağı

Yarım kilo az yağlı iri çekilmiş kıyma

2 çay kaşığı kırmızıbiber

4 bardak süzme yoğurt

Yarım bardak domates suyu

3 sivri biber

1 tatlı kaşığı karabiber

Tuz

Patlıcanları yıkayıp süzdürün. Birkaç yerinden bıçak ucuyla delin. Izgaranızda ya da ocak üzerinde, kabukları yanıncaya kadar közleyin. Sarımsakları biraz tuzla birlikte dövün. Domatesleri dörde bölün. Dolmalık biberlerin saplarıyla tohumlarını temizledikten sonra çok ince kıyın. Maydanozları yapraklarına ayırın.

Yağı tavada kızdırın. Kıymayı, verdiği suyu çekinceye kadar yağda kavurun. Tuz, kırmızıbiber ve karabiberi katarak karıştırın.

Közlenmiş patlıcanların baş kısımlarını kesip kabuklarını soyduktan sonra bir doğrama tahtası üzerinde bıçakla çok ince kıyın. Kıyılmış patlıcanları süzme yoğurt ile karıştırın, dövülmüş sarımsakları ekleyin, bir tavaya koyup ateş üzerinde karıştırarak iyice ısıtın.

Domates sosunu da ısıtın. Patlıcanı bir servis tabağına koyun, üzerine domates sosunu gezdirin. Kavrulmuş kıymayı yayın. Doğranmış biberleri serpiştirin. Maydanoz yapraklarını, domates dilimlerini ve sivri biberleri üzerine yerleştirin, sıcak servis yapın.

Not: Dileyen kıyma yerine kuşbaşı kuzu eti de kullanabilir.

KAZAN KEBABI (GAZİANTEP)

6 kemer patlıcanı

4 yeşil dolmalık biber

2 soğan

4 domates

Yarım kg az yağlı kıyma

1,5 çay kaşığı karabiber

Yarım çay kaşığı yenibahar

Yarım kaşık biber salçası

Yarım kaşık domates salçası

3 bardak su

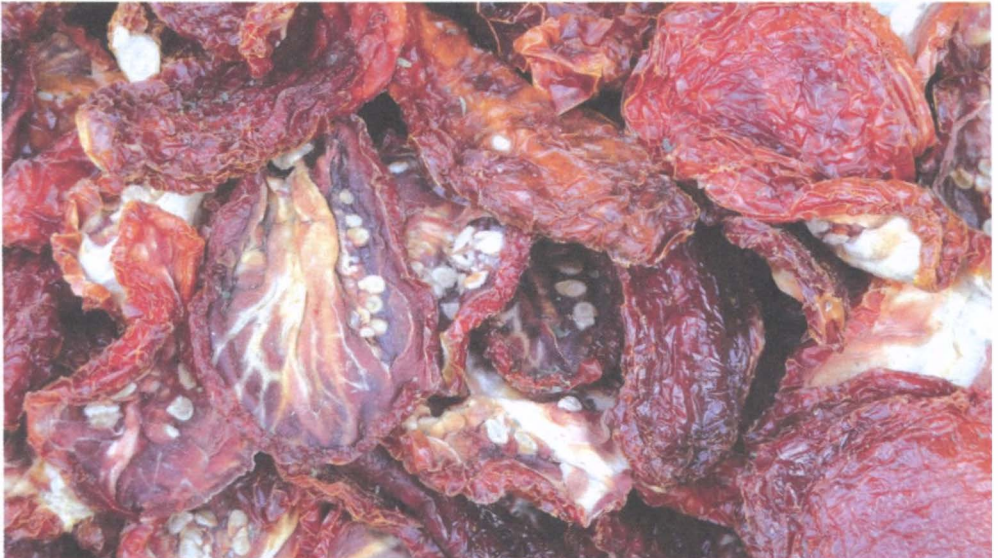
2 kaşık zeytinyağı

Tuz

Patlıcanları alacalı soyup enlemesine 2'ye ya da 3'e bölün. Her bir parçayı tam koparmadan, 2 ya da 3 dilime ayırın. Biberlerin saplarıyla tohumlarını temizleyin, soğanlarla birlikte ince ince kıyın. Domatesleri küçük küp doğrayın.

Kıymayı bir kaba koyun, biberlerin yarısı, soğan, tuz, karabiber, yenibahar ve salçaların yarısıyla yoğurarak bir harç hazırlayın. Bu harcı avcunuzun içinde yuvarlayarak patlıcanların yardığınız kısımlarına doldurun.

Patlıcanları bir tencereye dizin. Üzerine domatesleri ve kalan biberleri yayın. Suyu, kalan salçaları ve tuzu ekleyin, zeytinyağı gezdirerek bir taşım kaynatın. Ateşi kısın, kapağını kapatarak, yaklaşık 35 dakika pişirin. Pişen yemeği ateşten alın, sıcak olarak servis yapın.



EKŞİLİ TARAK KEBABI (GAZİANTEP)

<i>1 kg açılmış pirzola et</i>	<i>Yarım çay bardağı nar pekmezi</i>
<i>250 g tereyağ</i>	<i>Yarım çay bardağı limon suyu</i>
<i>100 g kuru soğan</i>	<i>Pul biber</i>
<i>Domates salçası</i>	<i>Karabiber</i>
<i>150 g rendelenmiş domates</i>	<i>1 ayva</i>
<i>4 bardak su</i>	<i>250 g domates</i>
<i>10 g tuz</i>	<i>50 g yeşil sivri biber</i>

Bir tencereye eti ve tereyağı koyun. Eti biraz kavurduktan sonra halka doğranmış soğanı ekleyin. Soğan pembeleşince salçayı ilave edip rendelenmiş domatesi koyun ve karıştırın. Karışıma 4 bardak su ve tuz ilave edin, kefini alıp kapağı kapatın ve ateşi biraz kısın.

Bir kâseye nar pekmezi, limon suyu ve baharat koyup karıştırın. Bu karışımı etin üzerine dökün. Ayvanın kabuğunu soyup dörde bölerek yemeğin üzerine koyun ve pişirmeye devam edin. Domates ve biberleri de doğrayıp yemeğin üzerine koyun, 3 dakika daha pişirdikten sonra servis yapın.

ŞILLIK (ŞANLIURFA)

<i>1,5 bardak un</i>	<i>2,5 bardak ceviz içi</i>
<i>Yağ</i>	
<i>Şurubu için:</i>	
<i>1 bardak şeker</i>	<i>Yarım bardak su</i>

Krep hazırlamak için unu yarım litre suyla bir kapta iyice çırpın, sonra tel süzgeçten geçirin. Tavayı çok az yağlayın, orta büyüklükteki kepeyle unlu karışımından dökün.

Hazırladığınız bu krepler soğuduktan sonra, her birinin arasına dövülmüş ceviz serperek üst üste dizin.

Şurubunu hazırlamak için suyu ve şekerini kaynatın. Kıvama geldikten sonra tencereyi ateşten indirin. Hafif ılındıktan sonra şurubu kreplerin üzerine dökün, krepleri dilimleyerek servis yapın.

GEREBİÇ (KİLİS)

2 bardak un

2 ²/₃ bardak irmik

125 gr katı yağ

3/4 bardak zeytinyağı

Çeyrek kaşık toz mahlep

1,5 bardak ceviz içi ya da Antep fıstığı

3/5 bardak pudra şekeri

1 çay kaşığı tarçın

Yarım çay kaşığı toz karanfil

Gerebiç, yaklaşık beş ay saklanabilen dayanıklı bir kurabiye çeşididir. Gerebiç kalıbı ise tahtadan yapılma içi oyuk bir kalıptır.

Unu ve irmiği bir yoğurma kabına koyun. Katı yağ eriterek zeytinyağıyla birlikte unlu irmiğe karıştırın. Mahlebi de katarak yoğurmaya başlayın. Bu malzemeler birbirine karışınca azar azar su ekleyin, yoğurmaya sürdürerek yumuşak bir hamur elde edin. Üzerini streç filmle kapayın, bir saat dinlenmeye bırakın.

Cevizi ya da Antep fıstığını robottan geçirerek ince çekilmiş duruma getirin. Bir kaba koyun, iki kaşık pudra şekeri, tarçın ve karanfille karıştırarak hamurun harcını hazırlayın.

Dinlenen hamuru ceviz iriliğinde parçalara ayırın, her bir parçayı yuvarlayarak topak yapın. Bir tanesini elinize alın, ortasına parmağınızla bastırarak çukurlaştırın. İçine cevizli harçtan koyarak kapayın ve yeniden yuvarlayarak top hâline getirin. Cevizli iç ve hamurlar bitinceye kadar bu işlemi tekrarlayarak bütün parçaları doldurun. Topakları gerebiç kalıbına koyarak bastırın ve üzerine bir tahta ile vurarak kalıbın biçimini almasını sağlayın. Kalıptan çıkarın, yağlanmış bir fırın tepsisine dizin. Tepsiyi önceden 200° C ısıttığınız fırına sürerek yaklaşık 45 dakika, altı ve üstü kızarıncaya kadar pişirin. Fırından çıkararak soğumaya bırakın, üzerine kalan pudra şekerini serperek servis yapın.

Not: Bu tarif için tahta kerebiç kalıbı mutlaka gerekir.

doğu anadolu bölgesi'nden

ERZİNCAN ÇORBASI (ERZİNCAN)

100 g kıyma	10 sap maydanoz
1 kaşık salça	50 g yoğurt
150 g taze fasulye	1 kaşık tereyağ
50 g erişte	Yarım kaşık nane
1 diş sarımsak	Karabiber, tuz
10 sap dereotu	

Kıymayı yalnızca karabiber ve tuz ile karıştırarak minik köfteler hazırlayın, bir tencerede kaynayan salçalı suya atın. Fasulyeleri ince ince kıyarak tencereye ilave edin. Erişteyi ve dövülmüş sarımsağı da koyduktan sonra fasulyeler pişinceye kadar, orta ateşte tutun. Piştikten sonra, dereotu ve maydanozu ince ince kıyarak üzerine serpiştirin, Çorbanın suyuyla sulandırdığınız yoğurdu ilave edin. Erittiğiniz bir kaşık tereyağın içinde, naneyi bir iki kere çevirdikten sonra çorbanın üzerine dökün..

DÜĞÜN ÇORBASI (ERZURUM)

750 g kuzu gerdanı

12 bardak su

1 tatlı kaşığı tuz

2 kaşık tereyağ

1 çay kaşığı kırmızıbiber

Terbiye için:

4 kaşık un (tepeleme)

4 kaşık süzme yoğurt

1 yumurta

Yarım limonun suyu

Eti ve 10 bardak suyu bir tencerede kaynamaya bırakın, suyun üstünde oluşan kefi bir kepçe ya da kaşıkla alın. Su kaynayınca ateşi kısın ve orta ateşte, kapağı kapalı olarak pişmeye bırakın. Etler yumuşamaya başlayınca tuzunu ilave edin. İyice pişince, tel süzgeçte süzün, suyunu bir kapta saklayın. Etleri soğutup kemiklerini temizleyin ve küçük parçalar hâlinde didikleyin ya da bıçakla ince ince doğrayın.

Et suyunu tekrar ateşe koyup kaynatın. Bir kapta un, yumurta, limon suyu ile suyu ve kaymağı alınmış yoğurdu çırpın. İki bardak suyu azar azar içine katın ve pütürsüz bir sıvı hâline gelene kadar karıştırın. Kaynamakta olan et suyuna bu karışımı yavaş yavaş ilave edin ve bir taşım kaynatın. Sonra bunu tel süzgeçten süzerek başka bir tencereye alın. Böylece oluşabilecek hamur topaklarını ayırmış olursunuz. Sonra etleri çorbaya ekleyin, karıştırın ve tencereyi ateşe koyun, kaynayınca ateşten alın. Bir tavada erittiğiniz tereyağa kırmızıbiberi katın ve çorbanın üstüne gezdirip sofraya getirin.

Not: Gerdan eti yerine kemikli kuzu eti de kullanabilirsiniz. Yoğurdun ekşi olmasına dikkat edilmelidir. Süzme yoğurt kullanırsanız daha iyi olur.

CACIK (BİTLİS)

2 iri salatalık	1 kaşık zeytinyağı
1 25 g torba yoğurdu	Çeyrek demet dereotu
1 25 g yoğurt	4 sap nane
2 diş sarımsak	Tuz
1 kaşık sirke	

Salatalıkların kabuklarını soyduktan sonra ufak ufak doğrayın, tuzlayarak bekletin. İki çeşit yoğurdu karıştırdıktan sonra bir yandan bir bardak su katarken çatalla dövün. Dibinde toplanmış suyuyla birlikte salatalıkları ve ezilmiş sarımsağı ilave edin, sonra tekrar karıştırın. Sirkeyle zeytinyağını da katın, üzerine kıyılmış dereotu ve kıyılmış taze nane serpin, servis yapın.

GENDİME PİLAVI (ERZİNCAN)

1 bardak nohut	3 kaşık katı yağ
1 bardak dövme	2 kaşık kavurma
3 soğan	Tuz

Nohutu bir gece öncesinden bol soğuk suyla ıslatarak şişmeye bırakın. Dövmeyi yıkayarak süzün. Soğanları ince ince dilimleyerek halkalarına ayırın.

Dövmeyi ve nohutu üzerlerini iki parmak geçecek kadar suyla tencereye koyun, bir taşım kaynatarak köpüğünü alın. Orta ateşte, kapağı kapalı olarak on dakika pişmeye bırakın. Ateşten alarak suyunu süzün, temiz bir tencereye aktarın.

Bir kaşık yağı tavada kızdırın, soğan ve kavurmayı, soğanlar pembeleşinceye kadar birlikte kavurun, ocaktan indirin. Tenceredeki buğday ve nohutun üzerine boşaltın, su katarak tencereyi bir taşım kaynatın. Tuzunu ayarlayın. Kapağını kapayın, ateşi kısarak bütün suyunu çekinceye kadar, yaklaşık yarım saat pişirin, ocaktan indirin.

Kalan yağı tavada kızdırın, pilavın üzerine gezdirin. Tahta bir kaşıkla pilavı ezmemeye özen göstererek karıştırın, sıcak olarak servis yapın.

LORLU PAZI SARMA (BAYBURT)

40-45 pazı yaprağı
2 bardak süt

2 kaşık tereyağ
Yarım limon

Harç malzemeleri:

2 bardak ince bulgur

2 soğan

1,5 çay bardağı zeytinyağı

1 kaşık salça

1 tatlı kaşığı pul biber

1 çay bardağı maydanoz

2 bardak lor peyniri

Tuz

Pazı yapraklarının saplarını ve ortasındaki sert damarlarını kesin. Harlı ateşte kaynayan, tuzlu bol suda parti parti 10-20 saniye haşlayarak soğuk sudan geçirin.

Bulguru çukur bir kaba koyun. Üzerine bir buçuk bardak tuzlu sıcak su dökün. Şişerek suyunu çekmesini bekleyin. Diş diş doğranmış soğanları tenceredeki kızgın zeytinyağında karıştırarak sararıncaya kadar, altı yedi dakika kavurun. Üzerine sulandırılmış salçayı dökün. Birkaç dakika daha kavurduktan sonra tencereye bulguru, tuz, pul biber ve maydanozu katarak ocağı kapayın. Ilımış bulgura lor peynirini ekleyerek karıştırın. Bu harcı bir kenara koyun.

Güveç kabının dibini yırtık pazı yapraklarıyla döşeyin. Bir pazı yaprağını düz bir zemine koyun. Yaprığın alt kısmına tepeleme dolu bir kaşık harç koyarak boru biçimi verin. Yaprığın yanlarını harcın üzerine kapayın, alttan başlayarak rulo yapın, ruloyu güveç kabına koyun. Aynı işlemlere devam ederek sarmaları güveç kabına yan yana ve kat kat döşeyin. Sarma işlemleri bitince sütü gezdirin. Üzerlerini haşlanmış pazı yapraklarıyla örtün. Güvecin kapağını kapayarak, önceden 200° C ısıttığınız fırına verin, yaklaşık 40-50 dakika pişirin. Sarmaları servis tabağına çıkarın. Üzerlerine limon sıkarak kızgın tereyağ gezdirin. Sıcak sıcak servis yapın.

BİLDİK DOLMASI (MALATYA)

<i>Yarım kilo yarım yağlı koyun kıyması</i>	<i>1 kâse pirinç</i>
<i>Yarım kilo kemikli koyun eti</i>	<i>1 kaşık kırılmış maydanoz</i>
<i>1,5 kg sert küçük domates</i>	<i>1 kaşık salça</i>
<i>1 soğan</i>	<i>Karabiber, tuz</i>

Domateslerin içini oyarak dolma yapımına hazırlayın. Kıymayı, rendelenmiş soğan, pirinç, maydanoz, karabiber, tuz ve salçayla karıştırarak dolmanın harcını hazırlayın. Hazırladığınız bu harcı domateslere doldurun.

Tencerenin dibine kemikli et parçalarını dizin, üzerine domateslerden çıkardığınız iç kısımları koyun. Onun üzerine de dolmaları dizerek bir kaşık yağ ve su ilavesiyle pişirin.

GLORİK (BİNGÖL)

<i>250 g yağsız kıyma</i>	<i>2 sivri biber</i>
<i>2 bardak köftelik bulgur</i>	<i>1 kaşık salça</i>
<i>1 kuru soğan</i>	<i>1 bardak haşlanmış nohut</i>
<i>1 çay bardağı sıvıyağ</i>	<i>Pul biber</i>
<i>2 domates</i>	<i>Tuz</i>

Kıymayı tuz ekleyerek biraz yoğurun, daha sonra bulguru ilave edin ve yaklaşık 10 dakika iyice yoğurun. Hazırladığınız hamurdan küçük parçalar alın. Hamurla minik yuvarlak köfteler yapın.

Kuru soğanı sıvıyağda kavurun, içine rendelenmiş domates, küçük doğranmış sivri biber ve salça ilave edin. Üzerine kaynamış su ekleyerek biraz pişirin. Daha sonra hazırladığınız köfteleri ve haşlanmış nohutları da ilave edin. Üzerini kapatacak kadar su koyun, köfteler pişinceye kadar kaynatın, ateşten almaya yakın tuzunu ve biberi ilave edin.

SULU KÖFTE (KARS)

2 soğan	1,5 çay kaşığı pul biber
2 havuç	4 kaşık un
2 patates	1 kaşık tereyağ
Yarım demet maydanoz	1 kaşık domates salçası
Yarım kilo dana kıyması	8 bardak et suyu
1 bardak ince bulgur	1 çay kaşığı karabiber
1 yumurta	Tuz
1,5 çay kaşığı kuru nane	

Soğanların birini rendeleyin, diğerini ince kıyın. Havuçları kazıyarak ince ince dilimleyin. Patatesleri soyun, 2 cm'lik küp iriliğinde doğrayın. Maydanozu ince kıyın.

Kıymayı bir kaba koyun, bulgur, rendelenmiş soğan, yumurta, nane, tuz, karabiber ve pul biberle birlikte yoğurarak köfte harcını hazırlayın. Fındık büyüklüğünde parçalar koparın, avcunuzun içinde yuvarlayarak, top biçiminde küçük köfteler hazırlayın. Bir tepsiye koyarak üzerlerine un serpin, tepsiyi sallayarak köftelerin una bulanmalarını sağlayın.

Yağı tencerede kızdırın, kıyılmış soğanı pembeleşinceye kadar kavurun. Salçayı katarak bir dakika daha kavurmayı sürdürün. Tencereye önce et suyunu, bir taşıma kaynattıktan sonra da tuzunu ayarlayıp patates ve havuçları birlikte ekleyin. Yaklaşık 15 dakika, orta ateşte pişmeye bırakın. Köfteleri tenceredeki malzemeye katarak, 10 dakika daha pişirin. Maydanozu serpin, ateşten alın ve sıcak olarak servis yapın.

BOZBAŞ KEBABI (İĞDIR)

1 bardak nohut	4 yufka
Yarım kilo kuşbaşı koyun eti	Karabiber, tuz

Akşamdan ıslattığınız nohutun suyunu süzdükten sonra bol suda, yaklaşık yarım saat, iyice pişirin. Suyunu süzün, kabuklarını çıkarın. Kuşbaşı etlerin üzerine karabiber ve tuz serpin, az su ilave ederek iyice pişirin. Yufkaları sac üzerinde kızartın. Arzu edilen büyüklükte parçalara ayırın. Üstlerine nohutlu et suyunu dökün. Yufkalar suyu iyice çektikten sonra, üstlerine susuz etli nohut koyarak servis yapın.

MEFTUNE (DİYARBAKIR)

1 bardak sumaklı su	2-3 diş sarımsak
Yarım kilo patlıcan	2 kaşık sade yağ
Yarım kilo koyun eti	2 bardak su
2 iri domates	Tuz
2-4 sivri biber	

Sumaklı suyun içine bir tatlı kaşığı tuz atarak 15 dakika bekletin. Patlıcanları alaca soyup ceviz büyüklüğünde kuşbaşı doğrayın, tuzlu suda acısını çıkarın.

Kol kürek tarafından aldığınız koyun eti parçalarını yıkayın. Bir tencereye yerleştirin, üzerine kuşbaşı doğradığınız patlıcanları yerleştirin. Domatesin kabuğunu soyun, dilim dilim doğrayın, patlıcanların üzerine koyun. Sivri biberleri kuşbaşı doğrayıp ilave edin.

Sarımsağı ayıklayıp dövün, sumaklı suyla karıştırıp tencereye ilave edin. Katı yağı parça parça aralara yerleştirin, su ekleyerek tencerenin kapağını örtün. Çok hafif ateşte, 1-1,5 saat, etler yumuşayınca kadar pişirin. Servis sırasında, tenceredeki sarımsaklı sumaklı suyu tabaklardaki yemeğin üzerine dökün.

Not: Sumaklı suyu, sumak tanelerini akşamdan ılık suya atıp sabah süzerek hazırlayabilirsiniz.

MURTAĞA (VAN)

Yarım bardak sıvı yağ	2 yumurta
2 bardak un	3 kaşık süzme bal

Yağı unla orta hararetili ateşte karıştırarak pembeleştirin. Sıcakken üzerine iyice çırpılmış yumurta ilave edin, parçalamadan karıştırın. Tabağa alarak üzerine kaşıkla bal gezdirin.

KADAYIF DOLMASI (ERZURUM)

250 g tel kadayıf

152 g ceviz içi

2 yumurta

Kızartmak için yağ

Şurubu için:

3 bardak şeker

2,5 bardak su

1 kaşık limon suyu

Su ve şekeri tencereye koyarak on dakika kaynatın, limon suyunu ekleyin ve ocağın altını kapayın. Kadayıftan parçalar alarak 15 x 15 santimlik düz ve çok kalın olmayan kareler hazırlayın. Her yanının eşit kalınlıkta olmasına özen gösterin.

Cevizleri elinizle parçalayarak karelerin bir kenarına dizin, dolma gibi sıkı sıkı sarın. Bu biçimde altı tane hazırlayın.

Yumurtaları çatalla karıştırın. Kadayıf dolmalarını yumurtaya hızla batırın, elinizden bırakmadan yumurtada çevirin. Aksi hâlde çok yumurta çeker. Kızgın yağa atın, nar gibi kızarıncı da şuruba koyun. On dakika sonra şuruptan çıkararak servis yapın.

DEMİR TATLISI (ERZURUM)

1 kâse yoğurt

1 yumurta

Un

2 bardak sıvı yağ

Şurubu için:

4 bardak şeker

Yarım limonun suyu

4 bardak su

Yoğurt ve yumurtayı aldığı kadar unla karıştırın, kek hamuru kıvamında hamur hazırlayın. Şekilli demir kalıbı kızgın yağda biraz ısıtın, yarısına kadar hamura batırın (eğer tamamını hamurla kaplarsanız, yağda kızarıncı hamur demirden ayrılıp düşmez), tekrar yağda bırakarak hamuru düşürün. Kızarıncı yağdan alın, soğuk şuruba atın.

KABUK KAVURMA (Kâsefe) (MALATYA)

Yarım kilo kuru kayısı
3 kaşık tereyağ

250 g ceviz içi

Şurubu için:
1,5 bardak toz şeker
1,5 bardak su

1 parça tarçın kabuğu
2 karanfil
1 kaşık limon suyu

Toz şeker ve suyu tencereye koyun içine tarçın kabuğu ve karanfili atarak beş dakika kaynatın ve limonla kestirin. Kayısıları çukur bir kaba koyun, üzerine kaynar su dökerek karıştırın, 15 20 dakika beklettikten sonra güzelce yıkayın.

Geniş yüzeyli derince bir tavayı orta hararetle ateşte kızdırın. İçine tereyağ koyarak eritin. Kuruladığınız kayısıları kızgın yağlı tavada parti parti kızartın. Kızaranları yağın süzerek alın. Bütün kızartma işlemi bitince, önceden kızartılmış kayısıları tekrar tavaya koyun ve üzerine şurubu dökün. Birkaç taşım kaynattıktan sonra ocağın altını kısıp, yaklaşık 20 25 dakika pişirmeyi sürdürerek tatlıya kıvam tutturun.

Ilımlı tatlıyı servis kabına çıkarın, üzerine kabaca dövülmüş cevizleri gezdirin. Ilık olarak servis yapın. Ceviz yerine kabaca dövülmüş tuzsuz Antep fıstığı kullanabilirsiniz. Soğuk yüzey üzerine damlattığınız bir damla şurup toplaşıyorsa, iki parmak arasına alıp parmaklarınızı açtığınızda iplik gibi uzuyorsa kıvam tutmuş demektir.





İç Anadolu Bölgesi'nden

KURU BAMYA ÇORBASI (KONYA)

25 g kuru banya (çiçek bamyası)	1 tatlı kaşığı salça (arzuya göre)
100 g küçük doğranmış koyun eti	2 bardak et suyu
1 orta boy soğan	1 limon
1,5 kaşık tereyağ	1 tatlı kaşığı tuz

Kılçıklarından arındırmak için bamyaları bir peçete arasında ovun. Tencereye, iple dizili bamyaların üzerine çıkacak kadar su koyun. Bir tutam tuz atıp 5 dakika haşlayın. yumuşayan bamyaları iplerinden sıyrıp hazırlayın.

Kuşbaşından küçük, sotelik boyutta doğranmış etleri ayrı bir kapta haşlayın. Bir başka tencerede soğanı yağda pembeleştirin, sulandırılmış salçayı ilave edin, bir taşım kaynatıp et suyunu dökün, kaynamaya başlayınca limon suyunu ekleyin. Haşlanmış bamyayı ve etleri de ilave edin. Tuz koyup yarım saat pişirin, servise sunun.

Limonu az gelirse kişinin arzusuna göre ilave edilebilir.

KEŞKEK (ÇORUM)

1 bardak dövme

1 gerdan

10 bardak su

3 soğan

4 kaşık tereyağ

1 kaşık kırmızıbiber

Kimyon

Kara biber, tuz

Dövmeyi ayıklayın, yıkayın, akşamdan ıslatın. Gerdanı yıkadıktan sonra dövmeyle birlikte bir tencereye koyun. Üstüne su ilave ederek, orta ateşte, et ve buğday iyice yumuşayınca kadar pişirin. Eti tencereden alın, soğutmadan kemiğinden didikle-yip ayırın, tencereye ilave edin.

Ayrı bir yerde soğanı ince ince doğrayıp yağda pembeleştirin. Kara biber ilave ederek kaynayan buğday ve etin içine karıştırın. Ateş üzerinde tahta kaşıkla döverek iyice karıştırın, boza kıvamına getirin.

Keşkeği servis tabaklarına düzelterek koyun. Üzerine kırmızıbiberli kızgın tereyağ ve kimyon serpererek ikram edin. Keşkeği pişirirken su ilave etmek gerekirse sıcak su ilave edin.



ERMENEK BATIRIĞI (KARAMAN)

1,5 kg domates	1 bardak ceviz içi
3 bardak ince bulgur	Yarım kaşık acı kırmızıbiber
2 sivri biber	Marul, domates, salatalık, turşu
2 soğan	250 gr lahana yaprağı
Yarım demet maydanoz	250 gr asma yaprağı
1 dal reyhan	Tuz

Domatesleri derince bir kaba rendeleyin, bulguru içine boşaltın ve yaklaşık yarım saat şişmeye bırakın. Sivri biberlerin saplarıyla tohumlarını temizleyin. Biberleri, bir soğan, maydanoz ve reyhanla birlikte ince ince kıyın, ayrı bir kapta tuzla oarak karıştırın.

Ceviz içini robottan geçirerek ince çekilmiş duruma getirin. Domatesin içindeki bulgur hazır olunca, çekilmiş ceviz içini, tuz ve soğanlı taze ot karışımını katın. Elinizle yoğurarak ceviz büyüklüğünde parçalar koparın. Avcunuzun içinde yuvarlayın, hafifçe sıkarak köfteler hazırlayın. Bu işlemi harcın yarısı tükeninceye kadar tekrarlayarak köfteleri hazırlayın.

Kalan malzemeye yarım bardak su katarak çorba kıvamına gelinceye kadar karıştırın. Tuzunu ayarlayın, kırmızıbiber serpin, biraz kıyılmış maydanoz ve çekilmiş ceviz serpiştirin.

Köfteleri marul yaprakları, domates, salatalık, biber ve turşuyla; çorba kıvamındaki karışımı ise lahana yaprakları, asma yaprakları, soğan, domates ve salatalıkla servis yapın.

ÇİĞ BÖREK (ESKİŞEHİR)

Hamuru için:

4 bardak un

1 kaşık yoğurt

1 bardak ayçiçek yağı

Tuz

Harcı için:

125 g yağsız kıyma

Karabiber, tuz

Bir kapta kıyma, tuz ve kara biberi karıştırarak harcı hazırlayın.

Unu eleyin, yoğurt, tuz ve bir bardak su katın, yoğurarak bir hamur hazırlayın. Hazırladığınız hamuru ceviz büyüklüğünde 30 eşit parçaya bölün, yuvarlayarak to-pak hâline getirin. Her birini, unlanmış tezgâhta merdaneyle 15 santim çapında açın. Açtığınız hamurların ortalarına harcı paylaştırın. Yarım ay biçiminde kapayın, uçlarını, ister kenarlarına bastırarak, ister bir hamur keseceğiyle keserek sıkıca bir-leştirin.

Ayçiçek yağın tavadaki kızdırın. Hazırladığınız börekleri tavaya yerleştirerek her iki yanı da altın sarısı renk alıncaya kadar kızartın. Süzdürerek yağdan alın, üzerine kâğıt havlu serilmiş bir tabağa çıkarın. Bütün börekleri böyle kızarttıktan sonra servis yapın.

Geleneksel tarifte soğan yoktur ama derseniz kıymaya bir soğan doğrayabilirsiniz. Domatesli istenirse iki domates ekleyebilirsiniz.

SU MANTISI (KAYSERİ)

6 bardak un
1 yumurta

Tuz

Harcı için:

250-300 g kıyma
1 soğan

1 çay kaşığı kırmızıbiber
Tuz

Domates sosu için:

60 g tereyağ
1 kaşık biber salçası
1 domates

1 et suyu tableti
Yoğurt
Sarmısak

Unu yumurta, su ve tuzla birlikte sert bir hamur olacak biçimde yoğurun. Küçük bezelere ayırın, yaklaşık yarım saat dinlendirin. Bezeleri ince yufkalar hâlinde açın, küçük karelere kesin.

Kıyma, kırmızıbiber, tuz ve rendelenmiş soğanı karıştırarak harcını hazırlayın. Kestiğiniz karelerin içine bu harçtan çok az koyun. Bohça biçiminde kapayın.

Hazırladığınız mantıları yumuşayıncaya kadar tuzlu suda pişirin. Suyunu süzün. Biraz su ayırın.

Sosunu hazırlamak için tereyağı tavada eritin. Üzerine salçayı ve küçük doğradığınız domatesi koyarak biraz kavurun. Et suyunu bir çay bardağında eriterek içine atın ve biraz karıştırın. Ocaktan indirin.

Mantıyı tabaklara alın, ilk önce ayırdığınız suyundan, daha sonra domates sosundan dökün. Sarmısaklı yoğurtla servis yapın.

KÖBETE (Göbete) (ESKİŞEHİR)

2 bardak un
300 g kıyma
2 soğan

2 kaşık katı yağ
Tuz

Unun alacağı kadar soğuk su ekleyerek hamur yoğurun, iki yumurta büyüklüğünde yuvarlaklar yapın. İnce yufkalar açarak tepsiye döşeyin. Katlar arasını yağlayın, tam ortasına bol soğanlı kıymalı harcı koyarak kalan yufkaları yerleştirin. Üzerini yağlayarak biçim verin, orta hararetli fırında pişirin.

Harcı hazırlamak için soğanları rendeleyin, bir tavada kızdırılmış katı yağın içinde kıymayla birlikte biraz tuzlayarak kavurun. (Bu harca patates rendesi eklerseniz bu yemeğin Tatar versiyonu olur.)



KEŞLİ CEVİZLİ ERİŞTE (ESKİŞEHİR)

3 bardak un	1 bardak keş
2 yumurta	1 bardak iri çekilmiş ceviz içi
50 ml su	5 kaşık tereyağ
1 tatlı kaşığı tuz	1 tatlı kaşığı pul biber
Yarım bardak su (açmak için)	

Erişteyi hazırlamak için unu tezgâhın üzerine eleyin, ortasına bir çukur açın, içine yumurtaları kırın, tuz ve su ilave edin. Unu sıvıya yavaş yavaş yedirerek katı bir hamur oluşturun.

Hamuru 4 bezeye bölün ve nemli bir bezin altında yarım saat dinlendirin.

Bezelerin her birini yufkadan biraz daha kalın olacak biçimde açın ve biraz kurutun. Sonra bıçak yardımıyla ince şeritler kesin, şeritleri üst üste koyarak, ince ince kesin ve biraz unlayarak bir tepsiye yayın, kurutun.

Derin bir tencereye 2/3 oranında su koyup kaynamaya bırakın. Kaynayan suya bir tutam tuz atıp erişmeleri ilave edin. Erişteler yumuşayınca kadar, yaklaşık 10-12 dakika pişirin, suyu süzün.

Keşi rendeleyip ceviz içiyle karıştırın. Karışımdan 4 kaşık bir kenara ayırın. Servis kabına keş-ceviz karışımından serpin. Erişteleri 3-4 aşamada, bir kat erişte, bir kat keş-ceviz karışımı olacak biçimde servis kabına dizin. En üste, kalan keş-ceviz karışımını serpin.

Tereyağı tavada eritin, ayırdığınız keş-ceviz karışımını ve pul biberi içine katarak açık pembe kızartın. Karışımı sıcak sıcak eriştelerin üzerine serpin ve sıcak olarak servis yapın.

MEKİK BÖREĞİ (ANKARA)

1 yumurta

1 çay bardağı süt

Yarım çay bardağı sıvıyağ

100 g tereyağ

1 tatlı kaşığı tuz

2 tatlı kaşığı şeker

Yarım paket yaş maya

Alabildiğince un

Harcı için:

250 g kıyma

1 kuru soğan

2 kaşık tereyağ

2 haşlanmış patates

Yarım çay kaşığı müskat

Karabiber, tuz

Hamuru açmak için:

3 kaşık nişasta

100 g tereyağ (üzerine sürmek için)

Hamurunu hazırlamak için, un dışında diğer malzemeleri karıştırın, unu azar azar ekleyerek poğaca hamuru kıvamında bir hamur hazırlayın.

Hamur dinlenirken harcını hazırlamak için, soğanla kıymayı tereyağda kavurun. Haşlanmış patates ilave ederek karıştırın. Tuz, karabiber ve müskatı ekleyip soğumaya bırakın.

Hamuru önce ikiye, daha sonra her bir parçayı 8 bezeye ayırıp nişastayla tabak boyutunda açın. 8'er 8'er üstüste koyun ve tüm hamuru merdaneyle inceltin. Kare şeklinde yaparsanız daha kolay olur. Sonra hamuru bir ucundan kıvrıp rulo yapın. Her bir ruloyu yaklaşık 2 santim kalınlığında kesin. Kestiğiniz parçaların iç yüzü spiral şeklinde olmalıdır.

Elinizle ya da merdaneyle parçaları inceltin. Harcını koyup uçları yapıştırın. Yayılan kısım alta gelecek biçimde tepsiye dizin. Tereyağı eritip her bir mekiğin üzerine birer kaşık dökün, 200° C ısıda fırına verin. Çabuk pişeceği için arada kontrol etmenizi öneririm.

AHI BULGUR PİLAVI (KIRŞEHİR)*50 g sivri biber**250 g taze mantar**100 g domates**400 g bulgur**70 g tereyağ**Tuz*

Küçük doğranmış biber ve domatesi yağda hafif pişirin, taze mantarı ilave edin ve biraz öldürün. Üzerine bulgur, 4 bardak su ve tuz ilave ederek, 20 - 25 dakika pişirin. Ateşten hafif sulu indirin, sıcak ikram edin.

ANKARA TAVASI (ANKARA)*2 kg yağlı koyun-kuzu eti**2 bardak arpa şehriyesi**Tuz*

Eti yıkayın, yumruk büyüklüğünde parçalara ayırın. Bir tencerede biraz tuzlayarak kavurun, üzerine su ilave edin, kısık ateşte pişirin. Et piştiğinde sudan çıkarın.

Kalan et suyuna, yıkanmış, tuzlu suda bekletilmiş arpa şehriyesini koyun, pişirin.

Pilavın üzerine etleri tepsinin üstünü tamamen kapayacak biçimde yerleştirin. Etler kızarıncaya kadar fırında pişirin.

TESTİ KEBABI (YOZGAT)

3 kg kuşbaşı et	200 g tereyağ
1 kg domates	Karabiber, tuz
200 g sivri biber	Testi
300 g sarımsak	Yarım bardak sirke

Kuşbaşı ete doğranmış domates, sivri biber ve sarımsağı katarak, ezmeden iyice karıştırın. Tuz ilave edin.

Testinin içini iyice yıkadıktan sonra yarım bardak sirkeyle iyice çalkalayın ve bir saat bekletin, sonra sirkeyi döküp testinin içini iyice yıkayın.

Karıştırdığınız sebzeleri testinin içine doldurun, en üste tereyağ koyun. Testinin ağzını hamurla kapatın ve ortasını hafif açın.

Genellikle açık havada odun ya da meşe kömürü yakılmış bir ateşte pişirilmesi tercih edilir. İki saate yakın bir zamanda pişen yemeği ilk defa yapanlara meşe kömürüyle yapmaları tavsiye edilir.

Yemek piştikten sonra testiye kırarak yemeği testinin içinden servis yapın.

Testi Kebabı, Yozgat Belediyesi tarafından Türk Patent Enstitüsüne, “Yozgat Yöresi Yemeğidir” diye tescil ettirilmiştir.

KARGA BEYNİ (ANKARA)

Yarım bardak pekmez
1 bardak yoğurt

Yoğurt ve pekmezi karıştırarak servis yapın.

NEVZİNE (KAYSERİ)

Hamuru için:

Yarım kilo un

1 paket kabartma tozu

1 paket margarin

1 yumurta

2-3 kaşık tahin

3 kaşık yoğurt

Yarım çay bardağı sıvı yağ

2 çay bardağı dövülmüş ceviz

Şerbeti için:

3 bardak şeker

3,5 bardak su

Çeyrek limon suyu

Bir kabın içine unu ve kabartma tozunu koyun, içine diğer malzemeleri de karıştırarak yumuşak bir hamur yapın. Elde ettiğiniz hamuru hafifçe bastırarak yağlanmış bir tepsinin içine yayın, kare kare kesin, üzerini çatalla ezerek biçim verin. Önceden ısıtılmış fırına sürün. Yaklaşık kırk dakika ya da hamurun üzeri pembeleşene kadar pişirin. Fırından alın, soğumaya bırakın.

Bu arada şerbeti hazırlamak için su, şeker ve çeyrek limon suyunu kaynatın. Tatlı soğuduktan sonra şerbeti üzerine sıcak sıcak dökün.

KAYMAKLI ELMA TATLISI (ELMASİYE) (AFYONKARAHİSAR)

6 elma

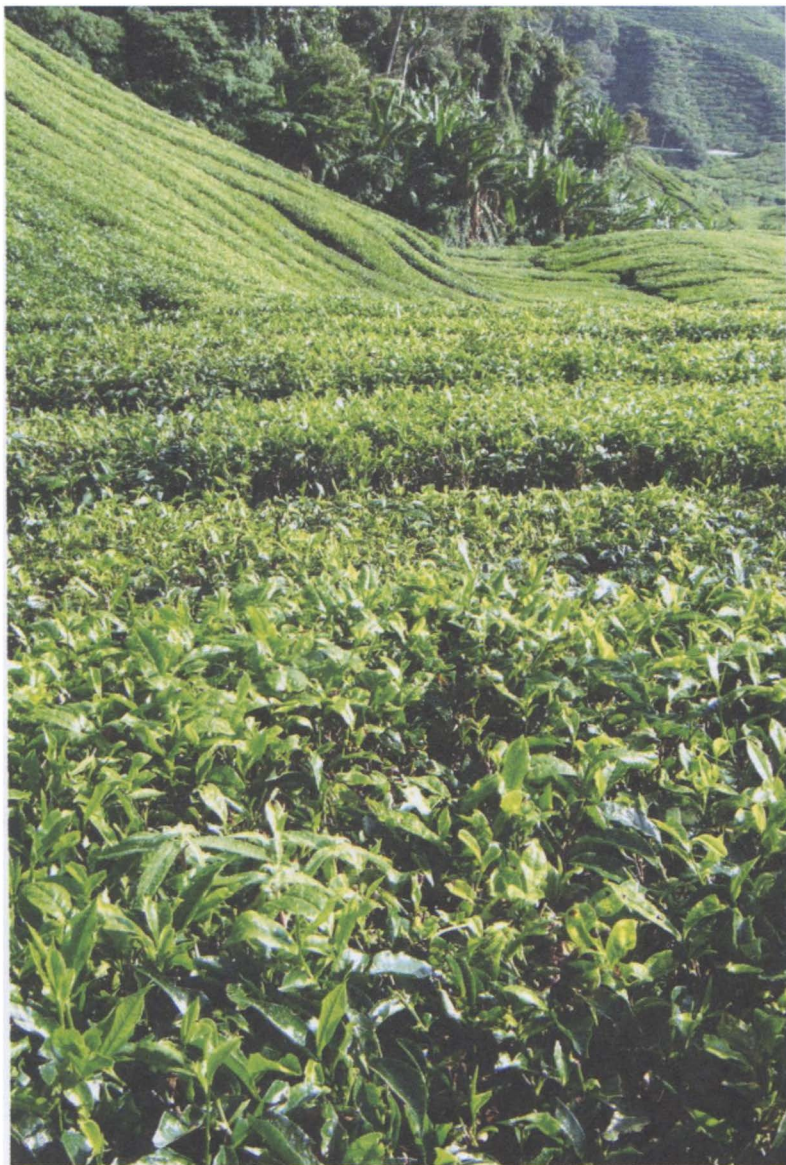
3 bardak su

1 bardak şeker

2 rulo kaymak

Elmaların kabukları soyun, ikiye bölmeden her iki tarafı da delik olacak biçimde ortasını çıkarın.

Su ve şeker kaynatarak şerbet hazırlayın. Elmaları kaynayan şerbete atın ve yumuşayınca kadar pişirin. Bir kevgirde suyunu süzdükten sonra üzerlerinin kızarması için 10 dakika fırınlayın. Soğuduktan sonra içlerine kaymak doldurarak servis yapın.



karadeniz bölgesi'nden

KARALAHANA ÇORBASI (GİRESUN)

1 demet karalahana

2 tablet et suyu

7-8 kaşık mısır unu

2 orta boy kuru soğan

2 kaşık tereyağ

Yarım tatlı kaşığı içyağ (arzuya göre)

1 kâse haşlanmış kuru fasulye

Yarım kâse pirinç

Tuz

Bir tencere suyun içine et suyu ve tuz koyarak kaynatın. Karalahanayı ince ince (kaşıktan sarkmayacak minik kareler biçiminde) doğrayın ve kaynayan suya atın. Lahana kaynarken, mısır ununu yavaş yavaş karıştırarak yedirin. Kuşbaşı doğradığınız soğanı ekleyin. Tereyağı, arzuya göre içyağı ve haşlanmış kuru fasulyeyi de ilave edin, hızlı ateşte kaynatın. Karalahanalar ezilmeye başlayınca pirinci ekleyin ve on dakika daha kaynatın. Servis yapılana kadar tencere kapağını kapalı tutun.

ECEVİT ÇORBASI (KASTAMONU)

100 g pirinç	200 g yoğurt
2,5 lt tavuk suyu	1 yumurta
1 demet taze nane	Karabiber, tuz
80 g tereyağ	

Pirinci temizleyip yarım bardak ılık suda ıslatın, süzün. Tavuk suyu, su ya da ikisinin karışımını ve tuz ilave ederek ağır ateşte 10 dakika kaynatın. İri doğranmış taze nane ekleyerek 10 dakika daha kaynatın. (Arzu edilirse yarımşar demet nane ve maydanoz karışımı kullanılabilir, ıspanak da olabilir).

Tereyağı eritin, çorbaya ilave edin. Tuzunu ve karabiberini ayarlayın.

Yoğurt ve yumurtayı karıştırın (çırpmayın yalnızca karıştırın) ve kaynar çorbaya ilave ederek 10 dakika daha kaynatın.

PALLOBYE (ORDU)

Yarım kilo kuru fasulye	1 baş sarımsak
1,5 kg karalahana	200 g mısır unu
Ceviz	Karabiber, tuz
1 kahve kaşığı kişniş tohumu (kinzi)	

Kuru fasulyeleri gecedan ıslatıp sabah yarım saat kaynatın. Karalahanayı temizleyip yıkayın ve burkarak elle parçalayın. Ayrı bir kapta suyu kaynatın. Karalahanayı kaynayan suyun içine atın, yarı pişince suyunu değiştirip tekrar kaynar su ilave edin. Daha sonra haşlanmış kuru fasulyeyi karalahananın içine katın. Ceviz, kişniş ve sarımsağı havanda dövün, tuz ve karabiberle birlikte kaynamakta olan karalahana fasulye karışımına katın. Piştikten sonra yemeği ateşten indirin. İçine mısır unu katarak dövme tahtasıyla iyice dövün. Tekrar ateşte koyup bir süre daha kaynatın. Sonra ateşten alıp sıcak olarak servise sunun.

BAT (TOKAT)

1 1/4 bardak yeşil mercimek	Yarım demet maydanoz
1/8 bardak ince bulgur	Yarım demet dereotu
1,5 bardak ceviz içi	Yarım demet reyhan
2 siyah biber	Yarım demet nane
1 domates	Yarım kaşık pul biber
2 soğan	Asma yaprağı
2 kaşık domates salçası	Tuz

Mercimeği yıkayarak süzün, bir tencerede iki buçuk bardak suyla bir taşım kaynatarak köpüğünü alın. Ocağı kısın, mercimekleri yumuşayınca kadar haşlayın. İçine bulguru katın, karıştırarak soğumaya bırakın.

Ceviz içini robottan hafif irice çekin. Biberlerin saplarıyla tohumlarını temizleyin. Biberleri ve taze otları ince ince kıyın. Domatesleri küçük küplere doğrayın. Soğuyan mercimeğin içine salça, tuz, biber, soğan, domates ve yeşillikleri katın, karıştırın. Ceviz içini serpin, karıştırın, haşlanmış asma yaprağıyla servis yapın.

SİRKELİ PIRASA (Sirkeli Cakcak) (GİRESUN)

2 kg pırasa	1 fincan sirke
Un	Yarım fincan sıvı yağ
5 diş sarımsak	

Pırasanın beyaz kısımlarını uzun uzun doğrayın, haşlayın ve süzerek soğumaya bırakın. Sonra una bulayın, tavaya uzunlamasına (bir tarafı tavanın ortasında olmak üzere) dizin. Alt üst kızartın, bir tepsiye koyun. Dövülmüş sarımsak, sirke ve bir fincan su karıştırın. Kızartılmış pırasanın üstüne dökün, yaklaşık on dakika pişirin.

PATATES PAÇASI (KASTAMONU)

<i>Yarım kilo patates</i>	<i>1 kâse yoğurt</i>
<i>1 kaşık buğday nişastası</i>	<i>1 kaşık tereyağ</i>
<i>2 yumurta</i>	<i>1 kaşık salça</i>
<i>3 diş sarımsak</i>	<i>Tuz</i>

Patatesleri haşlayın, sonra her birini rendeleyip derin bir tencereye koyun.

Başka bir kabin içinde buğday nişastasını, bir çay bardağı suyla ezin. Yumurtaları çırpın. Sarımsakları dövün. Bu karışımı yoğurtla karıştırın, tuz ilave edin, patateslerin üzerine dökün ve ocakta tüm malzemeleri birbirine iyice yedirene kadar pişirin. Tereyağını eritip salçayla karıştırın, ocaktan aldığınız patateslerin üzerine bu sostan dökün.

MIHLAMA (RİZE)

<i>1 ölçek mısır unu</i>	<i>Yarım ölçek tereyağ</i>
<i>4 ölçek keçi peyniri (telli peynir)</i>	<i>Tuz</i>

Mısır ununu bir kâsede su ve tuzla karıştırarak bulamaç hâline getirin. İçine peyniri küçük küçük doğrayın (eğer çökelek de koyacaksanız iki ölçek koyun). İyice karıştırarak tavada kızdırılmış tereyağın içine dökün. On dakika devamlı karıştırarak pişirin sakız kıvamına gelince servis yapın.

MENGEN PİLAVI (BOLU)

2 bardak pirinç	Yarım kilo kuzu eti
3 soğan	5 bardak su
3 domates	2 çay kaşığı toz şeker
300 g mantar	2 çay kaşığı kekik
1 bardak ceviz içi	1 çay kaşığı karabiber
1 demet dereotu	Tuz
200 g tereyağ	

Pirinci ılık tuzlu suda 15 dakika bekletin. Nişastası akıp suyu durulaşınca kadar yıkayın ve bir süzgece çıkarın. Soğanları ince ince kıyın. Domatesleri, kabuklarını soyduktan sonra küçük küp doğrayın. Mantarları yıkayıp ince ince dilimleyin. Ceviz içini robotta iri parçalar hâlinde çekin. Dereotunu ince ince kıyın.

Yağın yarısını bir tencerede eritin. Yağ kızınca soğan ve eti, et verdiği suyu çekinceye kadar pişirin. Mantarları ve domatesleri katın, karıştırarak 5 dakika pişmeye bırakın. Suyu ekleyerek bir taşım kaynatın. Köpüğünü alın, ateşi kısarak eti yarım saat pişirin. Tuz, biber ve şekerini ayarlayın, pirinci salın. Tekrar kaynatıp kapağını kapatın. Ateşi kısarak pilavı 15 dakika pişmeye bırakın.

Kalan yağı kızdırın, pişen pilavın üzerine gezdirin. Ateşten alın. Tencerenin ağzına bir kâğıt havlu yerleştirin. Kapağını kapatarak, yaklaşık 10 dakika dinlenmeye bırakın. Üzerine dereotu, kekik ve ceviz içini serpiştirin.

HAMSİLİ PİLAV (ARTVİN)

1 kg hamsi	2 havuç
4 bardak pirinç	2 bardak ayçiçek yağı
2 soğan	2 çay kaşığı pul biber
1 demet maydanoz	2 çay kaşığı kuru nane
2 patates	Karabiber, tuz

Pirinci ılık tuzlu suda 15 dakika bekletin. Nişastası akıp suyu durulaşınca kadar yıkayın ve bir süzgece çıkarın. Hamsileri yıkayarak süzgece alın ve tuzlayın. Soğan ve maydanozu ince ince kıyın. Patates ve havuçları rendeleyin. Dört bardak suyu bir taşım kaynatın, sıcak tutun.

Yağı tencerede kızdırın, soğanları pembeleşinceye kadar kavurun. Pirinci katarak soğanlarla birlikte üç dakika daha kavurmayı sürdürün. Patates, havuç, tuz, karabiber, pul biber, nane ve maydanozu ekleyin, beş dakika karıştırarak pişirin.

Fırınızı 180° C'ye getirerek ısıtın. Yuvarlak ve kenarlı bir tepsiyi yağlayın, hamsileri sırt kısımları alta gelecek biçimde tepsiye dizin. Üzerine hazırladığınız pirinçli harcı yayın. Pirincin üzerini kalan hamsilerle kapayın. Sıcak suyu gezdirerek tepsiyi fırına sürün. Pilavı, üzeri altın sarısı renk alıncaya kadar yaklaşık 45 dakika pişirin. Fırından çıkarın, sıcak olarak servis yapın.



BANDUMA (KASTAMONU)*4 ev yufkası**2 tavuğun göğüs eti**12 bardak tavuk suyu**100 g dövülmüş ceviz içi*

Tavuk etini haşlayıp suyunu ayırın. Tavuk etlerini elinizle diderek ufak parçalara ayırın.

Yufkaların her birini sekiz parçaya kesin. Uzun kenarlarına tavuk etinden yerleştirip sigara böreği gibi sarın. Malzeme bitinceye kadar işlemi sürdürün.

Tereyağı eritin. Tavuk suyunu kaynatın. Yufkaları tavuk suyuna batırıp birbirinin üzerine gelecek biçimde servis tabaklarına dizin. Üzerlerine tereyağ gezdirip dövülmüş ceviz içi serpin. İkinci sırayı da aynı biçimde hazırlayın. En üste gelen yufkaları taç şeklinde yerleştirip haşlama suyundan bir kepçe gezdirin. Kalan tavuk etlerini üzerlerine yerleştirin. Ceviz içi serpererek sıcak servis yapın.

ÇERKES TAVUĞU (SAMSUN)*1 kg tavuk göğsü**Yarım bayat ekmeğin içi**1 bardak süt**1 bardak tavuk suyu**250 g ceviz içi**Yarım tatlı kaşığı karabiber**Yarım tatlı kaşığı kırmızıbiber**Tuz*

Etleri haşlayıp didikleyin. Ekmeğin süt ve tavuk suyuyla ıslatıp ezin, tuz, karabiber ve eti ilave edin, robotta çekin. Yağı çıkarılmış cevizleri katarak iyice harmanlayın, servis tabağına alın. Ceviz yağın, kırmızıbiberle karıştırarak üzerine gezdirin.

HAMSİ KUŞU (TRABZON)

<i>Yarım kilo hamsi</i>	<i>1/4 bardak un</i>
<i>1/4 demet maydanoz</i>	<i>2 yumurta</i>
<i>2-3 taze soğan</i>	<i>Kızartma yağı</i>
<i>1/4 bardak mısır unu</i>	<i>Karabiber, tuz</i>
<i>1/4 demet nane</i>	

Hamsilerin kılçıklarını ve kafalarını alın. Kuyruklarını koparmadan fileto yapın.

Maydanoz, soğan ve mısır ununu geniş bir tabakta karıştırın, kıyılmış nane, tuz ve karabiber ekleyin.

Hamsileri üçer üçer alarak parlak taraflarını una bulayın. İki tanesini yanyana koyup içine karışımdan koyun ve üçüncüyle kapayıp sıkıştırın. Gerekirse una bulayın.

Yumurtaya batırarak yağda kızartın.

KİREMİTTE BALIK (RİZE)

<i>1 kg hamsi</i>
<i>8 karalahana yaprağı</i>
<i>Tuz</i>

Balıkları yıkayın, süzün ve tuzlayın.

Ateşe dayanıklı dört oluklu kiremit alın. İkisinin üzerine, hafifçe üst üste bindirerek ikişer lahana yaprağı yerleştirin. Balıkları birbirine bitiştirerek bu iki kiremite sıralayın. Diğer yaprakları balıkların üzerine kapayın. Kalan iki kiremidi de kapak olarak kullanın.

Kiremitleri, önceden 180° C ısıttığınız fırına sürün, yaklaşık 20 dakika pişirin. Fırından alarak sıcak olarak servis yapın.

LAZ BÖREĞİ (TRABZON)

Hamuru için:

1 kg un	1 limon
100 g margarin	1 litre su
3 yumurta	Tuz

Muhallebisi için:

250 g un	1 paket vanilya
1,5 litre süt	Kıyılmış fındık
450 g şeker	Pudra şekeri
5 yumurta sarısı	

Margarin dışında diğer hamur malzemelerini yoğurun. Hamura yuvarlak biçim verin, üzerini "x" biçiminde keserek zarf yapın. Yarım saat dinlendirin. Margarini kare biçiminde keserek hamurun içine koyun, hamuru tekrar kıvırın. İçindeki yağın çık-maması için hamuru merdaneyle açın. Açılan hamuru dörde katlayın. Yarım saat arayla hamuru açma ve katlama işlemini üç kere tekrar edin.

Bir saat sonra yağlanmış tepsiye (ya da tepsilere) bir santim kalınlığında olacak biçimde bu hamuru yerleştirin. Üzerini çeşitli yerlerden çatalla delin. Fırına vererek pişirin.

Başka bir tencerede, muhallebisini hazırlamak için un, süt, şeker, yumurta sarısı ve vanilyayı karıştırın ve ateşte pişirin. Börek fırından çıktığı zaman üzerine bu muhallebiyi dökerek yayın. Soğutun ve üzerine kıyılmış fındık ve pudra şekeri serperek servis yapın.

Börek kısmını beş kat hazır yufkanın her katını yağlayıp sererek de yapabilirsiniz. Bu durumda, kremasını ekledikten sonra yufkalara, aynı miktar su ve şeker kaynatıp içine biraz limon sıktığınız şerbeti çektin.

ölçüler

Kitapta verilen "bardak" ölçüsü, 200 ml'lik su bardağıdır. "Kaşık" çorba kaşığı, "fincan" ise kahve fincanıdır. Miktarı belirtilmeyen "karabiber, tuz" genellikle bir çay kaşığıdır. Ağzınızın tadına ve diyetinizin gereklerine göre ayarlanabilir. Aynı biçimde ve nedenle, seyrek de olsa yağ, un ve bazı tatlandırıcı otlar için de miktar verilmediği durumlarda kişisel ayarlamalar kolaylıkla yapılabilir.

1 BARDAK

Sıvı 200 ml
Un, pudra şekeri 100 g
Tozşeker, pirinç, kırmızı mercimek 200 g
İrmik 165 g
Buğday, nohut 180 g
Nişasta 120 g
Bulgur, yeşil mercimek 175 g
Kuru bakla 150 g
Kuru fasulye 170 g

1 KASIK

(Bu kitapta kaşık ölçüsü hep silme olarak verilmiştir.)

Tereyağ 15-20 g
Pirinç 15 g
Un 7,5 g
İrmik 12 g
Toz şeker 15 g
Pudra şekeri 8 g
Tuz 18 g
Nişasta 6,5 g

1 KÂSE

Sıvı 1,5 bardak
Katı 275 g

sözlükçe

acebek Börülce.

acur (*Cucumis flexuous*) Kabakgillerden, kabuğu çizgili ve tüylü, irice bir çeşit hıyar, salatalık.

ağpahlı Kuru fasulye.

afiyan Afyon.

ambalez Mersin ağacının meyvesi.

amofta Dağ çileği.

anık Nane

arapsaçı Ege ve Marmara bölgelerinde yenilebilir bir çayır bitkisi.

aş otu Taze kişniş.

avcarlamak Genellikle kebab yaparken, eti ezmeden diğer malzemeleri kıymaya yedirmek.

bahdeniz Maydanoz.

banadura Domates

beze Hamur parçası, pazı.

bico Çağ kebabının eski adı.

bullez Turba benzer bir bitki.

bumbar Büyükbaş ve küçükbaş hayvanların kalın barsağı.

cacık 1. Kırlardan toplanan otlar. 2. Sulandırılmış yoğurda genellikle salatalık doğranarak hazırlanan yiyecek.

cimur Mısır ekmeği içi ezmesi.

corti Özel surette Bitlis'te yapılan lahana turşusu.

culuk Hindi.

cüccem (cütcam) Konya Karaman yöresinde çörekotuna (çöreotu) verilen ad.

çelem 1. Lahana. 2. Şalgam.

çemiş Dut kurusu.

çetene Yozgat bölgesine özgü, hoş kokulu bir bitki tohumu.

çimen otu Çemen otu.

çipahorta Bahçe otu.

çir Zerdali kurusu.

çortutu Şalgam.

çör Kuyruk sokumu.

çükündür Pancar.

daraklık Pirzolaklık et.

den Yarma buğday.

darı (*Panicum miliaceum*) Buğdaygillerden, tohumu için yetiştirilen bir bitki

dalgan Isırgan otu.

dolas Helva.

dolma taşı Dolmalar tencereye dizildikten sonra üzerine ağırlık olarak konulan taş.

domat Domates.

dövme (döğme) Kabuğu ayıklanmış, dövülmüş, kurutulmuş buğday.

du İnce bulgur.

düğü İnce bulgur.

düğülcek Toz bulgur.

düğürçük Bulgur tozu.

ebegümeci İlkbahar ve yaz aylarında kırlarda biten, çiçekleri ilaç, yaprakları da sebze olarak kullanılan bir bitki.

erişki Et sucuğu.

eşbabiye Zerdali kurusu.

eşki Salça, domates, erik, koruk.

eşki su Maden suyu.

evelik otu Labada.

eya Kasap hayvanlarının kaburga kısmı.

firenk Domates.

fırık Sertleşmeden toplanan yeşil buğday: Başaklar tarlada saman alevinde yakılarak kurutulur, dövülür ve çekilir.

gabuklu guru Yeşilken kabuğuyla kurutulmuş taze fasulye.

galle Çavdarlı mısır unu.

gavut Patlamış mısırın un hâli.

gendime Aşurelik buğday, yarma.

giçil Uzayan.

gilgil Mısır.

göce 1. İnce bulgur ya da keşkeklik buğday; dövülmüş ve kabuğu çıkarılmış buğday; bu buğdaydan yapılmış yemek. 2. El değirmeninde öğütülmüş buğdayın unu.

göğermiş Küflü.

gresta Pileki taşından yapılmış pişirme kabı.

gülgas Kıbrıs'ta yetişen bir bitki.

hambalez Mersin ağacının meyvesi.

haraba Kabak.

hasbir (haspir, aspir) (*Carthamus tinctorius*) Yalancı safran.

haylan kabağı Asma kabağı.

helise (herise, herse) 1. Keşkek. 2. Yağlı et.

hışik Dut kurusu.

hızına Kiler.

hodan otu Kaldırık otu.

horta Ot.

irinti Bulgur ya da dövmenin elek üstünde kalan en irileri.

irişkik Kayseri ev sucuğu.

ilabada Labada.

kaliva Suda pişmiş mısır.

kakule (*Elettaria cardamom*) Zencefiller ailesinden bir bahar.

kara yemiş (*Laurocerasus officinalis*) Taflan.

karnıkara Börülce.

katık 1. Yağı alınmış yoğurt veya ayran.

kaya koruğu Etli yapraklı yenebilir bir bitki.

kedirgen Yabani kuşkonmaz.

kef 1. Et haşlanırken suyunda oluşan köpükler, köpük. 2. Yağda kavrulmuş soğan, salça vs ile hazırlanan sos. 3. Yağda kavrulmuş un ve tuz.

keme Yer mantarı.

kelem Beyaz, top lahana.

kestane kabağı Bir çeşit kabak, helvacı kabağı.

keş Yağı alınmış süttten ya da yoğurttan yapılmış peynir; kış için kurutulan yağsız, tuzsuz yoğurt.

keyveni (kevani) Aşçı, düğün aşçısı (genellikle kadın olur).

kıkırdak 1. Kemik kadar sert olmayan, dayanıklı, esnek ve bükülebilir damarsız doku. 2. Sığır ve danada hayvanın göğüs boşluğunun arka tarafının alt kısmında bulunan parça. 3. Kuyruğun eritilerek alındıktan sonra arta kalan posası.

kirtiç Kurumuş tandır ekmeği.

koliva Haşlanmış kuru mısır taneleri.

korkota İri öğütölmüş mısır unu, mısır yarması.

kömeç (gömeç) Ebegümeci.

kulaklı Derin olmayan iki saplı tencere.

kuru zahter Tarsus'ta kahvaltı için baharatla karıştırılmış ve dövölmüş karpuz çekirdeğı.

kurut Yoğurt ya da çökeleğın kurutulmuşu. Kaynatılıp suyu alındıktan sonra kurutulmuş süt ürünü.

kuşburnu Yabani gül ağacı ve bunun meyvesi.

küncü Susam.

labada İlkbahar ve yaz aylarında, dere kenarlarında, sulak çayırlarda kendiliğinden yetişen ve yaprakları sebze olarak kullanılan ıspanağı benzer bir yeşillik türü.

lak Kayısı kurusu.

leben Yoğurt sözcüğünün Arapça'sı.

lebeniye Yoğurtlu çorba.

lepe Kırık nohut ya da nohutun ıslatılıp kurutulması ve dövölmesinden elde edilen un.

lobiye Fasulye.

lolaz Börölce.

mancar Karalahana.

masluka Yahudi köftesi.

melevcen dikenucu.

mıcırk Ezik (patlıcan içi).

mıkşer Kırık nohut.

mırmirik Yeşil mercimek.

minci Çökelek.

miyane Yağla unun kavrulması.

murt Mersin ağacının meyvesi.

mücirim (tavası) Ankara ve çevresinde kullanılan, içinde köfte büyüklüğünde 4-5 çukuru olan bir tava.

mukasser İkiye ayrılmış nohut.

mukaşşer Kabukları soyulmuş nohut.

paçık Paça.

payam Badem.

papon Laz böreği.

pazı 1. Bir ekmeklik hamur topağı, beze. 2. Yabani ıspanak.

pesküten 1. Taze kurut. 2. Süzölmüş torba yoğurdunun tuzlanmış hâli.

pezik 1. Pazı bitkisi. 2. Nane.

pezük Pancar sapı.

pileki Trabzon ve yöresinde yemek ve ekmek pişirmek için taştan yapılmış kap.

pirpir Semizotu kuruşu.

pirpirim Semizotu.

pürçük Mor havuç.

revak Şeker şerbeti.

samut Taze ya da tuzla salamura edilmiş dereotu.

sızgıt Kavrulmuş kuşbaşı et.

simit (sümüt) İnce bulgur.

sokarıç Yağda kavrulmuş soğan, kıyma, salça, nane vs karışımı sos.

soymaca Elma kuruşu.

söğürme Közlenmiş.

şahtere Zahter.

şemşamer Ayçiçeği çekirdeği.

şiveydiz Taze sarmısak.

şevketi bostan Rezene kökü.

şor balık Tuzlu balık.

tahrin Ankara civarında yetişen bir ot, tarhun otu.

tan Ayrar.

tandır Bir buçuk metre derinliğinde, kesik huni biçiminde kırmızı topraktan yapılmış bir ocaktır. İçinde odun yakılarak kızdırılır, ekmek ve yemek yapımında kullanıldığı gibi bazı evlerde ısınma amaçlı da kullanılmaktadır.

tike Kuşbaşı büyüklüğünde et parçası.

tirşik Pancar.

tomari (*Borago officinalis*) Hodan.

tomara Karalahana.

tulkuk Tulum peynirinin içine konulduğu tulum.

yarma Buğday kırığı. Değirmende her tanesi birkaç parçaya ayrılacak biçimde, iri öğütülmüş tahıl.

yarmaca Küçük nohutun ikiye bölünmüş hâli.

yarpuz Yabani nane

yayım Ev erişttesi.

yonuz eriği Yabani ekşi erik.

yeni dünya Malta eriği.

zahter (*Thymbra spicata*) Taze kekik.

zılbıt otu (*Borago officinalis*) Hodan otu.

kaynakça

- Achaya K.T., *Indian Food, A Historical Companion*, Oxford University Press, 1994.
- Adar Gökçen, *Toroslar'dan Akdeniz'e Antalya Lezzetleri*, Antalya Tanıtım Vakfı, 2004.
- _____, *Ege Lezzetleri, Yemek Tarifleri*, Nurettin Çelik (ed), Komili Yayını, Promat Matbaası, İstanbul, 2003.
- _____, *Ege Lezzetleri*, Komili Yayınları, İzmir, 1999.
- Akalınlar Erhan, *Diyarbakır Mutfağı*, Diyarbakır Kültür ve Tanıtma Vakfı Yay., İstanbul, 2003.
- Akgül Hüseyin, *Manisa Folkloru*, Şafak Basımevi, Manisa.
- Akkaya Ayşe, *Eğirdir'den Derlemeler ve Kültür Değişmesi*, Etal A.Ş. Matbaa Tesisleri, Eskişehir, 1997.
- Akkor Ömür, *Bursa Mutfağı*, T. İş Bankası Yayınları, İstanbul, 2011.
- Aktaş Ayşe Önder, *Geleneksel Kırım-Türk Yemeklerinden Örnekler*, Siyasal Kitabevi, Ankara, 1999.
- Albayrak Asuman, Ülkü M. Solak, Ahmet Uhri, *Deneyisel Bir Arkeoloji Çalışması Olarak Hitit Mutfağı*, Metro Kültür Yayınları, İstanbul, 2008.
- Albrecht Misli, *Turkish Cypriot and Mediterranean Cookery*, Havellia, London, 1994.
- Algın (Akıl) Semra, *Yöremizden Sofranıza Urfa Mutfağı*, Şanlıurfa Belediyesi, Şanlıurfa, 2006.
- Alphan Deniz, *Dina'nın Mutfağı: Türk Sefarad Yemekleri*, Doğan Kitap, İstanbul, 2005.
- Anonim, *Bölgesel Yemekleri ile Türk Mutfağı*, Turizm ve Tanıtma Bakanlığı Tanıtma Genel Müdürlüğü Dokümantasyon Şubesi yay., Ankara, 1981.
- Anonim, *Türk Halk Kültürü Araştırmaları (Türk Mutfağı Özel Sayısı)*, Kültür Bakan-

- lıği Halk Kùltürünü Araştırma Dairesi Yayınları, Ankara, 1990.
- Anonim, *Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri*, Ankara 31 Ekim-1 Kasım 1981, Kùltür Bakanlığı MİFAD Yayınları, Ankara, 1982
- Anonim, *Antalya İl Yıllığı* 1973, Duran Ofset Basımevi.
- Anonim, *Çorum İl Yıllığı* 1973, Ay yıldız Matbaası A.Ş., Ankara, 1973.
- Anonim *Elazığ İl Yıllığı* 1973, Bingöl Matbaası, Elazığ, 1973.
- Anonim, *Hakkâri İl Yıllığı* 1973.
- Anonim, *Kahraman Maraş İl Yıllığı* 1973, Kemal Matbaası, Adana, 1973.
- Anonim, *Kastamonu İl Yıllığı* 1973, Yarı Açık Cezaevi Matbaası, 1973.
- Anonim, *Mardin İl Yıllığı*, Kendi Yayını, 1973.
- Anonim, *Muğla İl Yıllığı* 1973, Ticaret Matbaacılık T.A.Ş., İzmir, 1973.
- Anonim, *Niğde İl Yıllığı* 1973, Ajans-Türk Matbaacılık Sanayi, Ankara, 1973.
- Anonim, *Ordu İl Yıllığı* 1973, Ay yıldız Matbaası A.Ş., Ankara, 1973.
- Antakya Rotary Ann'leri (haz.), *Antakya Mutfağı*, Antakya Rotary, Antakya, 1990.
- Armağan A. Munis, *Anadolu Tarihinde Tire Yahudileri*, Bilge Karınca, 2005.
- Arpacı Hamdi, "Kebabın Tarihçesi ve Birecik", *Dünya*, 28.12.2005.
- Artun Erman, *Adana Mutfak Kùltürü ve Adana Yemekleri*, ÇUKTOB Yayınları, Adana, 1998.
- Arvaş Abdüsselam "Geçmişten Bugüne Gelenekesel Bir Lezzet: İskilip Dolması", *The Journal of Academic Social Science Studies*, c. 6, sayı. 1, ss. 229-239, Ocak 2003.
- Atilla A. Nedim ve Nezih Öztüre, *Alaçatı, Agrilia'dan Günümüze Bir Mübadele Kasabası*, Öztüre A.Ş. Kùltür Yayınları, İzmir, 2005.
- Atilla Nedim, *Tarihten Günümüze İzmir Mutfağı*, İzmir Yayıncılık, 2001.
- Avşar M. Emin, *Geleneksel Yemekleri ile Manisa*, Emek Matbaacılık ve Ticaret A.Ş., Manisa, 1989.
- Aydın Turgay, *Aydın Sofrası. Yöresel Yemekler. Ege Bölgesi'nin Geleneksel Mutfak Kùltürü*, Deniz Basım Yayın San. Tic. Ltd. Şti., Aydın, 2000.
- Azatoğlu Sema İskender, *Kazdağı/İda Doğa ve Kùltür Gezi Rehberi İdaköy Çiftlik Evi* Yayını, Balıkesir, 2005.
- Baytok Ahmet (haz.), *Afyonkarahisar Mutfağı*, Afyonkarahisar Kocatepe Üniversitesi Yay., Ankara, 2001.
- Bender Cemşid, *Kürt Mutfak Kùltürü ve Kürt Yemekleri*, Melsa Yayınları, İstanbul, 1992.
- Berk Edibe, *Ege Mutfağı. Doğası, Otları ve Ot Yemekleriyle Bodrum*, Troya Yayıncılık, İzmir, 2005.

- Berkok Nimet ve Kâmil Toygar; *Ankara Mutfak Kültürü ve Yemekleri*, VEKAM (Vehbi Koç ve Ankara Araştırmaları Merkezi), İstanbul, 1999.
- Bernard Lewis, *Uygurluk Tarihinde Araçlar*, Pegasus Yayınları, İstanbul, 2006.
- Beşe M. Enver, *Safranbolu'da Bir Köyün Hayatı, Bu da Bizim Köy*, Ankara Kitabevi, Bursa-Gemlik, 1950.
- Bozis Sula, *Kapadokya Lezzeti: Kapadokyalı Rumların Yemek Kültürü*, Katerina Proku Türker (çev.), Tarih Vakfı Yurt Yayınları, İstanbul, 2004.
- _____, *İstanbul Lezzeti: İstanbullu Rumların Mutfak Kültürü*, Foti Benlisoy-Stefo Benlisoy (çev.), Tarih Vakfı Yurt Yayınları, İstanbul, 2000.
- Bozkurt Hikmet, *Ege Kültüründen Yapraklar*, Teknik, İzmir, 1952.
- Bulut Ahmet (haz.), *Elazığ-Harpur Yemekleri*, Elazığ Kültür ve Yardımlaşma Derneği Yayınları, İstanbul, 2001.
- Canalioğlu M. Volkan, vd. (haz.), *Trabzon Yöresel Yemekleri*, Trabzon Valiliği İl Kültür Müdürlüğü Yayınları, Trabzon, 1998.
- Cantürk Cengiz, Durmuş Doğan ve Bedriye Başaranlar (haz.), *Malatya'nın Mahalli Yemekleri*, Malatya Valiliği Yayınları, Ankara, 1996.
- Civelek, Hülya, *Karadenizde Lezzet Yolculuğu*, İnkılâp Kitabevi Yayınları, İstanbul, 2006.
- Çelebi Cesim, *Vadideki Güzel Şehir Bitlis*, Bitlis Eğitim ve Tanıtma Yayınları, Ankara, 1999.
- Çelik Ali, *Trabzon-Şalpaazarı Çepni Kültürü*, Trabzon Valiliği İl Kültür Müdürlüğü Yayınları, Trabzon, 1999.
- Çıkla Fatma, *Çukurova Yemekleri*, İnkılâp Kitabevi, İstanbul, 1998.
- Çimrin Hüseyin, *Antalya Folkloru. Gelenekler – Görenekler*, 1. Kitap, Akdeniz Kitabevi Araştırma Dizisi, İstanbul, 1984.
- Çine Hamit, *Burdur'dan Damalalar Folklor (Halkbilim)*, Uyan Matbaası, İzmir 1989.
- Çomaklı Zekiye, *Karlar Ülkesinin Damak Tadı: Erzurum Yöre Yemekleri*, Aktif Yayınevi, Ankara, 2003.
- Deniz Nur Sözmen, *Birecik Yöresel Yemekleri*, Birecik Kültür ve Dayanışma Derneği. Direktör Şevket, *Kıbrıs Türk Mutfağı*, Galerî Kültür Yayınları, Lefkoşa, 1998.
- Doğanay Filiz, *Türkiye'ye Göçmen Olarak Gelenlerin Yerleşimi*, 2. Ulusal Sosyoloji Kongresi Bildirisi, Devlet Planlama Teşkilatı, Ankara, 1996.

Eksen İlhan, *Çokkültürlü İstanbul Mutfağı. Rumlar, Ermeniler, Museviler, Türkler*, Sel Yayıncılık, İstanbul, 2001.

Ersal Yavi, *Tokat (Komana): Niksar (Neocaesarea), Zile (Zela), Artova, Erbaa (Erek), Turhal (Talaura), Reşadiye, Tokat Otelcilik Turizm, Tokat*, 1986.

Es Selçuk, *Konya Yemekleri*, Yıldız Basımevi, Konya, 1965.

Evcî İsmail, *Kayseri Sofrası*, KAYSAY Vakfı Yayınları: 5, Kayseri.

Ghanoonparvar M. R., *Persian Cuisine*, Mazdâ Publishers, Lexington, KY, 1982-1984.
Gizerler Müşerref, *Türk Mutfağı ve Edirne'den Yemek Kültürümüz*, Edirne Valiliği Yayınları, İstanbul, 2004.

Gül Sema, *Türklerin Kültür Tarihi*, Nokta Kitap, İstanbul, 2007.

Güler İbrahim, "18. Yüzyılda Osmanlı Devletinde Nüfus Hareketleri Olarak İç Göçler", *Tarih Dergisi*, s. 36, 1995.

Gür Şengül Özmen, *Trabzon ve Yakın Yöresinin Geleneksel Yemekleri*, Trabzonlu Dernek Başkanları Derneği Yayını, İstanbul, 1997.

Gürsel Selma, *Çorum Yemekleri*, Gürsel Yayınevi, Çorum, 2004.

Güvenç Bozkurt, *Türk Kimliği*, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1995.

Halıcı Feyzi (haz.), *Beşinci Milletlerarası Yemek Kongresi. [BMYK] - Türkiye 1-3 Eylül 1994, [Bildiriler]*, Atatürk Kültür Merkezi Başkanlığı Yayınları, Ankara, 1999.

_____ (haz.), *Dördüncü Milletlerarası Yemek Kongresi [DMYK] - Türkiye 3-6 Eylül 1992 [Bildiriler]*, Konya Kültür ve Turizm Vakfı Yayınları, Ankara, 1993.

_____ (haz.), *Üçüncü Milletlerarası Yemek Kongresi [ÜMYK] - Türkiye 7-12 Eylül 1990 [Bildiriler]*, Konya Kültür ve Turizm Vakfı Yayınları, Ankara, 1991.

_____ (haz.), *İkinci Milletlerarası Yemek Kongresi [İMYK] - Türkiye 3-10 Eylül 1988 [Bildiriler]*, Konya Kültür ve Turizm Vakfı Yayınları, Ankara, 1989.

_____ (haz.), *Birinci Milletlerarası Yemek Kongresi. [BMYK] - Türkiye, 25-30 Eylül 1986.*

_____ (haz.), *Geleneksel Türk Yemekleri ve Beslenme, Geleneksel Türk Mutfağı Sempozyumu Konya 10-11 Eylül 1982*, Konya Turizm Derneği Yayınları, Konya, 1982.

Halıcı Nevin, *Sufi Cuisine*, Saqi Books, Londra, UK, 2005.

_____, *Konya Yemek Kültürü ve Konya Yemekleri*, Rûmî Yayınları, Konya, 2005.

_____, *Karadeniz Bölgesi Yemekleri*, Gür-Ay Ofset, Konya, 2001.

_____, *Siniden Tepsie*, Gategourmet Yay, İstanbul, 1999.

- _____, *Güneydoğu Anadolu Bölgesi Yemekleri*, Arı Ofset, Konya, 1992.
- _____, *Akdeniz Bölgesi Yemekleri*, Konya Turizm Derneği Yayınları, Konya, 1983.
- _____, *Ege Bölgesi Yemekleri*, Konya Kültür ve Turizm Vakfı, Ankara, 1981.
- _____, *Geleneksel Konya Yemekleri*, Ankara, 1979.
- Hamlacıbaşı Ümit, *Kala-afiyet: Bozcaada'nın 500 yıllık Türk-Rum Mutfağından Seçmeler*, Troya Yayıncılık, İstanbul, 2004.
- Herodotos, *Herodot Tarihi*, T. İş Bankası Kültür Yayınları, İstanbul, 2002.
- Horváth Béla, *Anadolu 1913*, Türkiye Ekonomik ve Toplumsal Tarih Vakfı, İstanbul, 1996.
- Horuloğlu Şamil, *Trabzon ve Çevresine Özgü Yemekler*, Akçaabat, Top-Kar Matbaacılık.
- İzmen Ekrem ve Nesrin Kaptan, *Anadolu Peynirciliğinin Önemli Bir Alanı: Doğu Peynirleri*, AÜ. Ziraat Fakültesi Yay., Ankara, 1966.
- Kamber Ufuk, *Geleneksel Anadolu Peynirleri*, Kars, 2005.
- Kara Gülhan, *Kapadokya Mutfağı ve Yöresel Yemekleri*, Ank Uluslararası Yapım ve Yayın, İstanbul, 2003.
- Kara Tuncay, *Safranbolu Yörük Köyü. Köyümüzde Geleneksel Yaşam Örf ve Âdetlerimiz*, Grafiker Yayınları, Ankara.
- Kartal Numan, *İnegöl Folkloru*, Köseleciler Kitap Kirtasiye Yay., İnegöl, 1998.
- Kazmaz Süleyman, *Rize Yemekleri ve Yemek Kültürü*, THKATV Yay, Ankara, 1992.
- Kekilli Meliha, "Türkiye Türkçesi Ağzlarında Yemek İsimleri" (Yüksek Lisans Tezi), Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Türk Dili ve Edebiyatı Ana Bilim Dalı, Elazığ, 2008.
- Koşay Hamit Zübeyr, *Ankara Budun Bilgisi*, Ulus Basımevi, Ankara 1935.
- Koşay Hamit Zübeyr ve Akile Ülkücan, *Anadolu Yemekleri ve Türk Mutfağı*, Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları, Ankara, 1961.
- Koronyo Viki ve Ovadya Şima, *Sefarad Yemekleri*, Gözlem Gazetecilik, 2012.
- Koz Sabri, *Yemek Kitabı*, Kitabevi, İstanbul, 2008
- Kudat Ayşe, *Kürt Mutfağında Ne Pişiyor*, Doğan Kitap, İstanbul, 2010.
- Kuneralp Sinan, "Orta Anadolu'da Kıtılık", *Tarih ve Toplum*, s. 76, Nisan 1990.
- Kütahya Valiliği ve İl Turizm Müdürlüğü (haz.), *Kütahya ve Yöresel Yemekleri*, Ekspres Matbaası, Kütahya, 2000.
- Kütelikiliç Sabahat, *Kahramanmaraş Mutfak Kültürü ve Yöresel Lezzetler*, Kahramanmaraş Ticaret Borsası Yayını, 2012.

Lévi-Strauss Claude, *İrk, Tarih ve Kültür*, Metis, İstanbul, 1995.

Lequenne Fernand, *Galat'lar*, Türk Tarih Kurumu, Ankara, 1979.

Marin Manuela, *Ortaçağ Arap Mutfak Geleneğinde Renk ve Doku*, Tarih Vakfı Yurt Yayınları, İstanbul, 2000.

Mazda Maideh, *In a Persian kitchen: favorite recipes from the Near East*, Tuttle Co, Rutland, Vt. 1960.

Nasrattınoğlu İrfan Ünver, *Anamın Yemekleri (Afyonkarahisar)*, Nasrattınoğlu Yayınları, Ankara, 1974.

Nimetoğlu Saime, *Saime Hanım'ın Mutfağından Urfa Yemekleri*, Oğlak Yayınları, İstanbul, 2007.

Ocak Sermin, *Gaziantep Yemekleri ve Muhtelif Yemekler*, Demirkardeşler Ofset Matbaacılık, Gaziantep.

Odabaşı A. Sefa, *Konya Mutfak Kültürü*, Konya Ticaret Odası Kültür ve Eğitim Yayınları, Konya, 2001.

Oğuz Burhan, *Türkiye Halkının Kültür Kökenleri*, Anadolu Aydınlanma Vakfı Yayınları, İstanbul, 2002.

Öcal M. H., E. Güler ve R. Mızrak (haz.), *Şanlıurfa Kültürü Sözlüğü*, Şarkav Yay., Şanlıurfa, 2001.

Ögel Bahaeddin, *Türk Kültür Tarihine Giriş*, c. 4, Kültür Bakanlığı Yayınları, Ankara, 1991.

Özsabuncuoğlu Özden, *Dört Mevsim Gaziantep Yemekleri*, Gaziantep Üniversitesi Vakfı Yayınları, Gaziantep.

Özçelik Fethi, *Gök Peynir (küflü peynir)*, Konya, 2004.

Özdemir Mustafa, *Kayseri'de Pastırmacılık*, Kayseri Ticaret Odası Yayınları, Kayseri.

Pembecioğlu Ayhan (haz.), *Malatya Mutfağından*, Malatya Rotary Kulübü Yayınları, İnönü Üniversitesi Basımevi, Malatya, 1990.

Reşadiye Kaymakamlığı (haz.), *Dünden Bugüne Reşadiye*, Ankara, 1998.

Rotary Kulüpleri Ann'leri 242. Bölge, *Rotary Sofrasından*, Rotary Kulübü, İstanbul, 1991.

- Schivelbush Wolfgang, *Keyif Verici Maddelerin Tarihi*, Dost Yayınları, Ankara, 2000.
- Serez Mehmet, *Tekirdağ ve Çevresi Mutfağı*, Tekirdağ Valiliği Yayınları, Ankara, 1997.
- Serkant Ahmet, *Annemin Kilis Yemekleri*, Birsan Yayınevi, İstanbul, 1990.
- Sezen Lütfü, *Erzurum Şehir Folkloru*, Er-Vak Yay., Erzurum, 1994.
- Swan Suzanna, *Türkiye'nin Peynir Hazineleeri*, Orhan Duru-Sezer Duru (çev.), Boyut Yayınları, İstanbul, 2005.
- Sönmez Olcay, *Ben Küçüktüm Karadeniz*, İnkılap Yayınevi, İstanbul, 2010.

- Şahin Adnan, "Kiler", içinde *Tokat Bölge Mutfağı*, Ankara, 2003.
- Şavkay Tuğrul, *Halk Mutfağımız / Geleneksel Tatlarımızdan Seçmeler*, Şekerbank, İstanbul, 2000.

- Tan Aylin Öney, *Güneşin ve Ateşin Tadı Gaziantep Mutfağı*, YKY, İstanbul, 2012.
- Tekin Mehmet (haz.), *II. Hatay Mutfağı Sempozyumu Bildirileri*, Antakya, 21-22 Temmuz 1996, Hatay Folklor Araştırmaları Derneği Yayınları, Antakya, 2004.
- Tekinşen O. Cenap ve Yusuf Doğruer, *Her Yönüyle Pastırma*, Konya, Selçuk Üniversitesi Basımevi, 2000.
- Tokdemir Hayrettin, *Artvin Yöresi Folkloru*, Ankara, 1993.
- Toklu Gürkan (haz.), *Ankara İli Beslenme Alışkanlıkları ve Mutfak Kültürü*, Sempozyum Bildirileri ve Katalog, Vehbi Koç ve Ankara Araştırmaları Merkezi, Ankara, 1999.
- Tokuz Gonca, *Gaziantep ve Kilis Mutfak Kültürü*, Gaziantep Üniversitesi Vakfı Yayınları, Gaziantep, 2002.
- _____, *Gaziantep Yemekleri*, Gaziantep Üniversitesi Vakfı, Gaziantep, 1993.
- _____, *Gaziantep Tatlıları*, Gaziantep Üniversitesi Vakfı, Gaziantep, 1993.
- Turan Osman, *Doğu Anadolu Türk Devletleri Tarihi*, Turan Neşriyat Yurdu, İstanbul, 1973.
- Toygar Kamil ve Nimet Berkok, *Ramazan Yemekleri ve Mutfak Kültürü*, Volkan Matbaacılık, Ankara, 1996.
- Toygar Kâmil (haz.), *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar* 2006, c. 11, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları, Ankara, 2006.
- _____, *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar* 2005, c. 12, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları, Ankara, 2005.
- _____, *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar* 2004, c 11, , Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları, No: 33, Ankara, 2004.
- _____, *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar* 2003, c. 10. Dr. Tuğrul

- Şavkay'a Armağan, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı, Ankara, 2003.
- _____, *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar 2002*, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları, Ankara, 2002.
- _____, *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar 2000*, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları, Ankara, 2001.
- _____, *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar 2001*, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları, Ankara, 2001.
- _____, *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar 1999–Osmanlı İmparatorluğu'nun Kuruluşunun 700. Yıldönümüne Armağan*, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları, Ankara, 1999.
- _____, *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar 1998*, Kâmil Toygar (haz.), Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları, Ankara, 1998.
- _____, *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar 1997*, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları, Ankara, 1997.
- _____, *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar 1995-1996*, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları, Ankara, 1996.
- _____, *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar 1994 Geleneksel Ekmekçilik ve Hamurışı Yemekleri*, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları, Ankara, 1994.
- _____, *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar 1993*, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları, Ankara, 1993.
- Türkân–Gürkan, Olcay, *Yöresel Türk Mutfağı*, Yaylın Yayıncılık, İstanbul, 2001.
- Uğurȯl Barlas, *Safranbolu Halk Bilgisi*, Karabük, 1982.
- Uslu İsmail, *Bodrum Ev Yemekleri, Faydalı Bitkiler, Şifalı Çaylar*, Bodrum Belediye-si'nin katkılarıyla, İzmir, 2003.
- Üçer Müjgân ve Fatma Pekşen, *Divriği'de Mutfak Kültürü. Yemekler, Gelenekler, İnançlar, Atasözleri*, Sivas Hizmet Vakfı Yayınları, Sivas, 2001.
- Üçer Müjgân, *Anamın Aşı Tandırın Başı. Sivas Mutfağı, İl Merkezi ve İlçe Yemekleri. Kitabevi Yayınları, Sivas Kitaplığı: 4*, İstanbul, 2006.
- _____, *Sivas Halk Mutfağı*, Esnaf Matbaası, Sivas, 1992.
- Ünal Ahmet, *Anadolu'nun En Eski Yemekleri*, Homer Kitabevi, İstanbul, 2007.

- Ünsal Ayfer T., *Ayıntab'dan Gaziantep'e Yeme İçme*, İletişim Yayınları, İstanbul, 2002.
- _____, *Doğu Akdeniz Mutfağında Gaziantep Yemekleri*, c. 1-2, Gaziyurt Matbaası, Gaziantep, 1994.
- Yaman Zühtü, *Kastamonu, Dönence*, İstanbul, 2006.
- Yardımcı Saime, *Konya Mutfağı/Bağ Evinin Asırlık Sırları*, T. İş Bankası Yayınları, İstanbul, 2012.
- Yenici Gülten, *Geçmişten Günümüze Yöresel Türk Mutfağı*, Yenici Kitabevi, İstanbul, 1997.
- Zauali Lilia, *Medieval Cuisine of the Islamic World*, University of California Press, Berkeley, 2007.
- Zubaida Sami, Richard Tapper, *Ortadoğu Mutfak Kültürleri*, Türkiye Ekonomik ve Toplumsal Tarih Vakfı, İstanbul, 2000.

OĞLAK / YEMEK / ANI / TARİH

Dave DeWitt Leonardo da Vinci'nin Sofrası **Joël Robuchon** Larousse Gastronomique
Paul Freedman Yemek, Damak Tadının Tarihi **Thomas Mario** Playboy, Barmenin Rehberi
Deniz Gürsoy "Tirdine, Tirdine, Suyuna da Bandım..." • Baharat ve Güç • Acı Şeker •
Yiyelim İçelim Tarihini Bilelim • Tarihin Süzgecinde Mutfak Kültürümüz • Turkish Cuisine
in Historical Perspective • Çilingir Sofrasında Rakı • Çilingir Sofrasında Rakı Mezeleri •
İnceliklerin Kadehindeki Şarap • Harcâlem İçki Bira • Demlikten Süzülen Kültür: Çay •
Sohbetin Bahanesi Kahve • Aşkın İlacı Çikolata • Deniz Tutkunlarına Tekne Sofraları •
Denizin Çıtın Hamsi • Midenin Cılası Çorba • Tok Kamına Dokuz Topak Köfte • Yöresel
Mutfağımız • Zengin Sofraların Lüks Tatları • Zevk Veren Yemekler • Ramazan Geldi, Hoş
Geldi Baklava Tepsisi Boş Gel(me)di • **Ayşe Kilimci** Ot Var Çiçek Var Sevdalığa Çare
Var • Meğer Mutfak Bir Masalmış • Fattan Vişne Günahkâr Elma **Nevin Halıcı** Türk Mutfağı
Saime Nimetoğlu Saime Hanım'ın 5 Çayı • Saime Hanım'ın Mutfağından Urfa Yemekleri
Ahmet Örs Lezzetli Sohbetler **Hülya Elşigil** Dilim Gülümsüyo! **İşık Polater** Leziz
Sırlar **Mahmut Boynudelik-Zerrin İren Boynudelik** Zeytin Kitabı **Tijen İnaltong**
Turunç Kokulu Düşler • Tak Koluna Sepeti • Mevsimlerle Gelen Lezzetler **Candan Turhan**
Dumanı Üstünde Doyurucu Çorbalar, Kolay Ekmekler **Esin Eden** Neler Yedim Neler,
Maydanozlu Köfteler • Annemin Yemek Defteri **Sevim Tanör** Sevim Tanör Hoca'nın Yemek
Kitabı **Alice B. Toklas** Yemek Kitabı **Anthony Bourdain** Mutfak Sırları **Craig Boreth**
Hemingway'le Yemek Bir Şenliktir **Rozanne Gold** Üç Malzemeli Beş Yıldızlı Yemekler **Eser**
Tutel Şükür ki Gurme Dediklerinden Değilim **Colette Rossant** Tadı Damağımda Kalan Ülke:
Mısır **Derleme** Cocina Casera Turca

"İnsanların yiyecek konusundaki kültürünü, yiyecek ve içecekleri doğada buldukları şekliyle değil de, onları nasıl değiştirerek tükettikleri belirler. Bir toplumun yemek kültürü, tükettiği gıdaların ne olduğundan, bunları hangi pişirme tekniklerini kullanarak değişime uğrattıklarına, yeme adabı ve yeme içme hakkındaki inanışlarına kadar pek çok unsuru barındırır.

O toplumun fertleri ne kadar o kültüre uygun davranırsa, o kadar 'bizden'; bir başka toplumun üyeleri de ne kadar başka türlü davranırsa, o kadar 'öteki' olur. Yani bir toplumun kültürünün ne olduğunu, 'neyi nasıl yaptığı' değil de, 'neyi nasıl yapmadığı' daha çok belirliyor.

Bir toplumu birbirine bağlayan kültür zamkalarının birincisi dil, ikincisi din, üçüncüsü ise yeme içme kültürüdür. ... Bu coğrafyada asırlardır bir arada yaşayan etnik gruplar, her zaman etkileşim içinde olmuşlardır. Bu etkileşim en fazla yeme-içme konusunda görülür.

Bugün Anadolu'nun çeşitli yörelerindeki yöresel mutfak, o coğrafyanın binlerce yıllık kültürünün ürünüdür. Bazı yörelerimiz, yeme içme tarihi ve özellikle de pişirme teknikleri bakımından, âdeta bir açık hava müzesi gibidir."



Deniz Gürsoy, *tiridine, tiridine, suyuna da bandım...*'da yüzyıllar boyu çeşitli kültürlerin zenginliğini barındıran yöresel mutfağımızı bölge bölge inceliyor ve 7 bölgeden 101 tarif de içeren yepyeni bir kaynak oluşturuyor.

ISBN 978-975-329-824-7



9 789753 298247

TV'de şiddete hayır!

Şiddet öğeleri içeren TV programlarını reklamlarıyla destekleyen şirketlerin ürünlerini satın alma.

TV'de şiddete sen de hayır de.

