T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
TARİH ANABİLİM DALI

135324

ESKİ TÜRKLERDE YEMEK KÜLTÜRÜ

135324

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN
SELMA BEKÇİ
2501980507

DANIŞMAN
PROF. DR. ABDULKADİR DONUK

İSTANBUL - 2002

T.C.
İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

TEZ ONAYI

TARİHBilim Dalı ders dönemindeki Eğitim - Öğretim Programını başarı ile tamamlayan **2501980507** numaralı **SELMA BEKÇİ'NİN** hazırladığı **"ESKİ TÜRKLERDE YEMEK KÜLTÜRÜ"** konulu **YÜKSEK LİSANS–Tezi** ile ilgili **Tez Savunma Sınavı,** Lisansüstü Öğretim Yönetmeliği'nin 28. maddesi uyarınca **26.11.2002 SALI** günü saat **12.00'de** yapılmış; sorulan sorulara alınan cevaplar sonunda adayın tezinin **.....'ne (1) OYBİRLİĞİ / ~~OYÇOKLUĞUYLA~~ karar verilmiştir.**

JÜRİ ÜYESİ	KANAATİ (2)	İMZASI
PROF.DR.ALİ İHSAN GENCER	Kabul	
PROF.DR.ABDÜLKADİR DONUK	Kabul	
PROF.DR.NEZİHİ AYKUT	Kabul	
YRD.DOÇ.DR.ALİ AHMETBEYOĞLU	Kabul	
YRD.DOÇ.DR.MUALLA UYDU YÜCEL	Kabul	

Besim Ömer Paşa Caddesi Beyazıt-34452-İstanbul
Tel:0212 526 13 38 – 0212 514 01 35 Fax: 0212 520 85 04

ÖZ

Çalışmamızda zengin Türk kültürünün önemli bir kısmını kaplayan yemek konusu incelenmiştir. Ayrıca dönemin yaşayış biçimini, coğrafyasını ve inançlarını gözönünde bulundurarak, yeme-içme alanında Türk boylarının farklılıkları, benzerlikleri ve günümüze kadar devam eden özellikleri de incelenmiştir.

Araştırmamızda özellikle Türk kültürü hakkında bir çok araştırmaları bulunan Bahaeddin Ögel ve Abdulkadir İnan'ın eserlerinden yararlanılmıştır. Ayrıca Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri, çeşitli dergi, kitap ve Türkistan yemekleri hakkında yemek kitabı yazmış olan Nurala Göktürk'ün anlatımlarından da faydalanılmıştır.

Tezimizde, Türk yemek kültürünün bilinmeyen bir çok yönü ile birlikte yemek alanındaki zenginlikleri ortaya çıkarılmaya çalışılmıştır.

ABSTRACT

Food, covering a major part of Turkish culture was examined in our work. Differences and similerities between Turkish tribes in terms of eating habits and their specifications lasting today are examined by taking into account of life style, geography and belief of the period.

In this research we benefit from Bahaeddin Ögel and Abdulkadir İnan, who made lots of research especially about Turkish culture. And we also make use of Nurala Göktürk expressions who has a book about Turkish foods, various magazines and manifestos in Turkish Kitchen Symposium.

In our thesis, its tried to be diskovered unknow aspects of Turkish eating culture and richness of Turkish foods.

ÖNSÖZ

Çalışmamızın amacı, kültürün önemli bir parçası olmasına rağmen diğer kültür unsurları kadar önemsenmeyen ve incelenmeyen Eski Türk yemek kültürünü incelemektir. Yeme-içme faaliyetinin incelendiği zaman, insanların sosyal ilişkileri üzerinde de önemli bir etkiye sahip olduğu görülmektedir.

Giriş bölümünde konuya giriş olması açısından yeme-içme alışkanlıklarını etkileyen unsurlar ve en eski dönemlerden günümüze kadar ulaşan bu özelliklerin neler olduğu anlatılmaktadır.

Birinci bölümde, temel geçim kaynağı hayvancılık olan Türkler'in; hangi hayvanlardan nasıl yararlandıkları, etleri pişirme ve saklama teknikleri incelenmiştir. Bütün bunlara ek olarak Türkler'de düzenlenen ziyafet ve toylarda kişilerin oturma (mevkii) ve etten düşen hisse (ülüş) konularına da değinilmiştir.

İkinci bölümde Eski Türklerin yaptıkları ve günümüze kadar ulaşan yemek ve tatlılar tanıtılmakta ve tarifleriyle birlikte verilmektedir.

Üçüncü bölümde Türklerin eskiden olduğu gibi şimdi de sofradan eksik etmedikleri, temel besin kaynağı olan ekmek konusu incelenmiştir.

Dördüncü bölümde hayvancılık alanında çok gelişmiş olan Türklerin; hayvanın etinden sonra yararlandıkları süt konusu incelenmekte, süt ile sütten elde edilen diğer ürünlerin yapılış ve kullanış şekilleri de anlatılmaktadır.

Beşinci bölümde Türk yemek kültürü içinde yemekle ayrılmaz bir bütün olan içecekler konusu incelenmiştir. Ayrıca bu içeceklerin adları, yapılışları ve nerelerde içildikleri de anlatılmıştır.

Altıncı bölümde Türkler'in yetiştirdikleri meyve çeşitleri ve bu meyvelerden yararlanış şekilleri anlatılmaktadır.

Yedinci bölümde Türklerde sosyal ilişkileri geliştiren, birlik ve beraberliği arttıran yemek verme alanları, bunların yapılış amaçları ve özellikleri anlatılmaktadır.

Çalışmamızın son bölümünde araştırmamızın genel bir değerlendirilmesi yapılmıştır.

Türk kültürünün bu zengin ve güzel alanının incelenmesinde ve geliştirilmesinde yardımlarını esirgemeyen değerli danışman hocam Prof. Dr. Abdulkadir DONUK'a teşekkürü borç bilirim.

İÇİNDEKİLER

ÖZ/ABSTRACT.....iii
ÖNSÖZ.....iv
İÇİNDEKİLER.....vi
KISALTMALAR.....ix

GİRİŞ.....1

1. ETİN TÜRK MUTFAĞINDAKİ YERİ VE KULLANIŞ BİÇİMİ.....5

1.1.Türkler'in Etinden Yararlandıkları Hayvanlar.....5

1.1.1. Büyükbaş Hayvanlar.....6

1.1.2. Küçükbaş Hayvanlar.....11

1.1.3. Kümes Hayvanları.....13

1.1.4. Su Ürünleri.....15

1.1.5. Diğer Hayvanlar.....17

1.2. Eti Pişirme Teknikleri.....19

1.3. Eti Saklama Teknikleri.....20

1.3.1. Kavurma.....20

1.3.2. Kurutma.....21

1.3.3. Pastırma.....22

1.3.4. Sucuk.....23

1.4. Türkler'de Orun (Mevki) ve Ülüş (Pay) Meselesi.....25

2. ESKİ TÜRK YEMEKLERİ VE TATLILARI.....29

2.1. Çorbalar.....29

2.2. Sebze Yemekleri.....35

2.3. Diğer Yemekler.....36

2.4. Pilav ve Mantılar.....46

2.5. Tatlılar.....50

3. TÜRK MUTFAĞINDA EKMEK.VE ÇEŞİTLERİ.....57

4. SÜT VE SÜT ÜRÜNLERİ.....62

4.1. Yoğurt.....63

4.2. Ayran.....66

4.3. Peynir.....68

4.4. Yağ.....71

5. TÜRK MUTFAĞINDA İÇECEKLER.....74

5.1. Alkollü İçecekler.....74

5.1.1. Kımız.....74

5.1.1.1. Kımız Mayasının Yapılışı.....75

5.1.1.2. Kımızın Yapılışı.....76

5.1.1.3. Kımızın Kalitesini Etkileyen Unsurlar.....78

5.1.1.3.1. Süt Sağma Zamanı.....78

5.1.1.3.2. Kısrağın Cinsi ve Özellikleri.....78

5.1.1.3.3. Yemlerin Etkisi.....78

5.1.1.4. Kımızın Bozulması.....79

5.1.1.4.1.Sirke Ekşisi Mayalanma.....79

5.1.1.4.2.Yağlı Ekşi Mayalanma.....80

5.1.1.4.2.Yağlı Ekşi Mayalanma.....84
5.1.1.4.3.Salyalaşan Mayalanma.....84
5.1.1.5.Kımızın Tedavi Edici Özellikleri.....84
5.1.1.6. Kımızla Tedavi Edilen Bazı Hastalıklar.....85
5.1.1.6.1.Mide ve Sindirim Hastalıkları.....86
5.1.1.6.2.Kalp Hastalıkları.....87
5.1.1.6.3.Böbrek Hastalıkları.....87
5.1.1.6.4.Sinir Sistemi Hastalıkları.....87
5.1.1.6.5.Karaciğer Hastalıkları.....88
5.1.1.6.6.Verem Tedavisi.....88
5.1.1.6.7.Diğer Hastalıklar.....89
5.1.1.7. Törenlerde Kımız.....89
5.1.1.8. Kımıza Dair Diğer Bilgiler.....91
5.1.2. Diğer Alkollü İçecekler.....92
5.2. Alkolsüz İçecekler.....96

6. TÜRK MUTFAĞINDA MEYVELER.....98

7. TÜRK KÜLTÜRÜNDE YEMEK VERME ALANLARI.....101
7.1.Doğum ve Ad Koyma Toyu.....101
7.2.Nişan ve Düğün Toyu.....102
7.3.Ölü Toyu.....104
7.4.Han Toyu.....109

SONUÇ.....113
BİBLİYOGRAFYA.....114

KISALTMALAR

a.g.e.	Adı geçen eser
a.g.m.	Adı geçen makale
b.s.	Baskı
C.	Cilt
Çev.	Çeviren
D.T.C.F.	Dil-Tarih ve Coğrafya Fakültesi
gös. yer	Gösterilen yer
M.E. B.	Milli Eğitim Basımevi
s.	Sayfa
S.	Sayı
T. D.	Türk Dünyası
T.D.A.V.	Türk Dünyası Araştırma Vakfi
T.D.K.	Türk Dil Kurumu
T.K.A.E.	Türk Kültürünü Araştırma Enstitüsü
T.T.K.	Türk Tarih Kurumu

v.b.	Ve bunun gibi
Yay.	Yayıncılık
y.t.y.	Yayın tarihi yok
y.y.	Yayın yeri yok

GİRİŞ

1. Türklerde Yemek Kültürü

Milletlerin tarihsel zenginliklerini öğrenebilmek için; onların gelenek-göreneklerine, örf- adetlerine yaptıkları savaşlara, aldıkları zaferlere, meydana getirdikleri yeniliklere ve insanlığa yaptıkları hizmetlere bakarız. Milletlerin zenginliğini gösteren bir diğer faktör de kültürel yaşamlarıdır. Bu kültürel yaşam içerisinde folkloru, dili, dini inançları ve yemek yeme alışkanlıkları yer almaktadır.

Her milletin kendine özgü yemek yeme alışkanlıkları vardır. Bu nedenle kültürlerin beslenme üzerindeki etkilerinin incelenmesiyle mutfak kültürü ortaya çıkmıştır.

Her toplumun mutfak kültüründe bazı benzerliklerinin olmasının yanı sıra farklılıklarında olması çok doğaldır. Bu farklılıkların temel nedeni olarak; her toplumun yaşadığı coğrafyada ki şartların, dini inançların, ekonomik faaliyetlerin, iklimin, örf-adetlerin ve daha sayamadığımız pek çok değişiklikleri gösterebiliriz.

İnsanların yaşadığı ortamların, beslenme alışkanlıkları üzerinde etkili olduğu kaçınılmaz bir gerçektir. Bununla birlikte insanların beslenme alışkanlıklarının da yaşama biçimlerini değiştirdiğini görmekteyiz. Örneğin; Uygurların Manizm dinine geçtikten sonra bazı yiyecekleri yememeleri. daha rahat bir yaşam biçimi sürmelerine ve savaşçı ruhlarını kaybetmelerine neden olmuştur.

Türk mutfak kültüründe temel malzemenin, hayvancılıkla uğraşmaları nedeniyle et ve hayvansal ürünler çokça kullanılmıştır. Hayvancılık faaliyetlerinin gelişmiş olması nedeniyle, hayvanın gücünden yararlanan Türkler tarımla uğraşmaya başlamışlardır. Böylece tarıma geçen Türkler; yetiştirdikleri sebze, meyve ve değişik bitkileri de kullanarak Türk mutfak kültürünün daha da zenginleşmesini sağlamışlardır.

Asırların birikimiyle oluşan Türk mutfağı, seyyahların ve elçilerin yazdığı eserler aracılığı ile tanınma fırsatı bulmuştur. Gastronomlar tarafından dünyanın en meşhur üç mutfağı olarak Çin ve Fransız mutfağının yanında Türk mutfağı da gösterilmiştir. Türk mutfağının bu kadar çok beğenilmesinin sebebi sadece yemek çeşitliliği değildir. Yemek pişirme tekniklerinden, yemek saklama tekniklerine ve yemek yeme geleneklerinde ki zenginliklerde de belirleyici olmuştur.

Orta Asya' da yaşayan atalarımızın beslenme ihtiyaçlarını karşılamak için en eski zamanlarda avcılık yaptıklarını ve avladıkları bu hayvanları yiyerek yaşamlarını devam ettiklerini görüyoruz. Hayvanları tanımaya başlayan atalarımız, sürekli beslenme ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla hayvanlarla daha yakından ilgilenmeye ve bazı hayvanları evcilleştirerek büyük sürüler beslemeye başlamışlardır. Hayvanlarla iç içe yaşamayı öğrenen Türkler sadece hayvanların gücünden yararlanmayıp onların etinden, sütünden, yağından, derisinden, yününden ve sakatatlarından da yararlanarak beslenme ihtiyaçlarını karşılamışlardır.

Yerleşik hayata geçen atalarımız bulundukları yerlerdeki iklim şartlarının sert geçmesi nedeniyle buğday ve arpa başta olmak üzere çeşitli tarım ürünleri yetiştirmeye başlamışlardır.

Türklerin yaşam biçimlerinin avcılıktan, hayvancılığa oradan da yerleşik hayata geçmesiyle birlikte yaşamlarının bir çok alanında değişiklikler olmuştur. Bu değişiklikler arasında mutfak kültüründe yani yeme-içme alışkanlıklarında değişikliklerin olması kaçınılmazdır.

Beslenme adetlerindeki bu değişikliklerin diğer bir sebebi de; dini inançlarda ki değişikliklerdir. Asya' da Bozkır kültürünün hakim olduğu bir Türk mutfağı var iken önce Uygurların Manizm dinini kabul etmeleri, daha sonraki dönemlerde de Türklerin topluca İslamiyeti kabul etmeleri; sosyal, iktisadi ve daha pek çok değişikliklerin yanı sıra yeme içme alışkanlıklarının değişmesinde etkili olmuştur. Bazı yiyecek ve

içecekler dinin men etmesi nedeni ile yasaklanmış ve bundan dolayı da yapılmadığı için unutulup gitmiştir.

Gerek yaşam biçiminin, gerek dini inançların ve gerekse başka kültürlerin etkisiyle yemek kültürümüz çok fazla değişmiş pek çok beslenme adetimizde terk edilmiştir.

Türk mutfak kültürünün değişmesinin diğer bir sebebi de gelişen teknoloji ve Türk kadınını iş hayatına atılmasıdır. Günün büyük bir bölümünü çalışarak geçiren Türk kadını gerek zamanın yetersizliği ve gerekse iş yaşamının yarattığı yorgunluk nedeniyle daha çok hazır yiyeceklere yönelmesine neden olmuştur. Bin bir zahmetle yapılan Türk yemeklerin yerini günümüzde fast-foodlar almaktadır. Bu da ayak üstü yeme alışkanlığının yaygınlaşmasına neden olmaktadır. Bu yemek tarzı, milletimiz kadar eski ve zengin Türk yemek kültürümüzden uzaklaşmamıza ve bu yemeklerin unutulmasına neden olmaktadır.

Milletimizin varlığı kadar eski olan mutfak kültürümüzün unutulması ve tüm dünyaya tanıtılmaması insanlık için büyük bir kültürel kayıptır. Zengin Türk yemeklerinin tanıtılmaması ülkemize gelen yabancı turistlerin zengin Türk mutfağımızı denememesine ve tanımamasına neden olmuştur.

Umarız en yakın zamanda bu konuda bilinçli insanlar yetiştirilmek amacıyla kurslar açılır, sempozyumlar ve konferanslar yapılarak dünyanın üç büyük mutfağından biri olarak kabul edilen Türk mutfağı hakkettiği yerine ulaşır.

Her ülkenin kendine özgü bir yemeği veya içkisi vardır. Örneğin; İtalyanların makarnası, İskoçların içkisi onları tanıtan milli yiyecekleridir. Bizim de kımızımız, omacımız, tutmacımız, bumbarımız ve kebabımız gibi daha nice güzel yemeklerimiz varken bunların tanıtımıyla ilgili hiç bir uğraş ve çabamızın olmaması büyük bir eksikliktir. Bu eksikliğin giderilmesinin tek yolu; kaliteli, besleyici, lezzetli ve sağlık açısında faydalı olan yemeklerimizin çok iyi tanıtılmasıdır. Aksi takdirde başka

milletler bu güzel yemeklerimizi kendilerine mal edebilirler. Yunanlıların baklavanın kendilerine ait olduğunu iddia etmeleri gibi.

1. ETİN TÜRK MUTFAĞINDA YERİ VE KULLANIŞ BİÇİMLERİ

1.1. Türkler'in Etinden Yararlandıkları Hayvanlar

İlk çağlardan beri insanlar, beslenme ihtiyacını karşılamak için içinde bulundukları şartlara göre hareket etmek zorunda kalmışlardır. Doğal şartların gereği henüz tarım ve hayvancılığın gelişmediği dönemlerde; insanlar avcılık yaparak beslenme ihtiyaçlarını karşılamışlardır. Hayvanın henüz evcilleştirilmediği bu dönemlerde geyik, tavşan, at, sığır, koyun v.b. hayvanların sıkça avlandığını görmekteyiz. İnsanlar avladıkları bu hayvanların sadece etinden değil, kürkünden, derisinden, kemiğinden ve dişinden de yararlanmışlardır. Bu sayede yiyecek ihtiyaçlarının yanı sıra giysi ve av araç-gereçlerinin yapımında da bunlardan yararlanarak yaşamlarını kolaylaştırmışlardır.

Avcılık döneminin olgunlaşması ve insanların hayvanları daha iyi tanıması sonucu hayvanların evcilleştirilmesi bilinci gelişmiştir. Böylece hayvancılık dönemi başlamıştır. Bu dönemle birlikte insanların beslenme ihtiyacı avcılık dönemine göre daha kolay sağlandığı gibi devamlı hale de gelmiştir. Ayrıca insanlar evcilleştirdikleri hayvanların gücünden de yararlanarak tarıma geçiş döneminin başlamasına yol açmışlardır.

İnsanlar tarıma geçtikleri zaman beslenme biçimlerine arpa, buğday, mercimek gibi bitkisel besinler katılmasına rağmen insan oğlu et ile beslenmeyi hiçbir zaman terk etmemiştir. Hatta özellikle eti diğerlerine göre daha çok tercih etmiştir. Günümüze kadar gelen et ile beslenme alışkanlığı gelişen teknoloji ile birlikte araştırma konusu olmuştur. Yapılan araştırmalar sonucunda da etin, insan beslenmesindeki önemi ortaya çıkmıştır. Ancak kırmızı ete oranla beyaz etin çok daha yararlı olduğu yapılan araştırmalar sonucunda tespit edilmiştir. Bundan dolayı günümüzde beyaz et tüketimi gün geçtikçe artmakta, kırmızı et tüketimi ise

azalmaktadır. Hatta bazı insanlar beslenme tercihlerini etsiz bir beslenme yönünde kullanmaktadır. Vejetaryen denilen bu kesimin de sayısı gün geçtikçe artmaktadır.

Göçebe bir hayat sürdüren ve sürekli hayvancılıkla geçinen Eski Türklerin; hayvan sürülerinin çok olması nedeniyle temel besin maddesi et idi. Sürekli et ile beslendikleri için eti çok değişik biçimlerde işlemeyi de öğrenmişlerdir.

Eski Türkler etten pek çok çeşitte yemek yaptıkları gibi eti kurutarak, sucuk, pastırma v.b. gibi biçimlerde işleyerek de kullanmışlardır.

1.1.1. Büyükbaş Hayvanlar (At, Sığır ve Deve)

İnsanoğlu; en eski zamanlardan günümüze kadar yaşamını daha da kolaylaştırmak için, çevresinde bulunan imkanları en iyi şekilde kullanma yoluna gitmiştir. Türkler yarı göçebe bir yaşam sürdürdüklerinden dolayı, yaşamlarını kolaylaştırmak için özellikle hayvancılık alanında kendilerini geliştirmişlerdir. Türkler bu zor yaşam şartları içerisinde öncelikle at, sığır ve deve gibi büyükbaş hayvanları besleyerek onlardan pek çok alanda yararlanmışlardır. O dönemdeki Türklerin yaşamına baktığımız zaman, atın, onların pek çok ihtiyacını karşılayabilen bir hayvan olduğunu görüyoruz. Çünkü, Türklerin bir yandan sık sık yer değiştirmek zorunda kalmaları ve yeni yer bulabilmek için de sık sık savaşmak zorunda kalmaları nedeniyle güçlü olmaları gerekiyordu. At sayesinde kısa sürede ve yorulmadan düşmanla karşılaştıkları için, bu durum, onların daha üstün olmalarını sağlıyordu. Türklerin yaşam şartlarının zorluğu nedeniyle, onların hayatını kolaylaştıran en önemli vasıta at idi..

Türkler, sadece askeri güç kazanmak için atı kullanmamışlar, aynı zamanda etinden ve sütünden yararlanarak beslenmede, derisinden çeşitli araçlar yapmada, eşyalarını taşımak için gücünü kullanmada ve hatta kurban olarak dini törenlerde attan yararlanmışlardır. Bu sebeplerden dolayı at Türklerin tarihinde çok önemli bir yere sahiptir.

Hayvancılıkla uğraşan Türklerin adına **ilkı (ılkı)**[1] dedikleri büyük at sürülerine sahip olduklarına ve at etinin Hun, Göktürk, Uygur ve daha başka Türkler tarafından çok sevilip yenildiğine kaynaklarda sıkça rastlanmaktadır[2]. Orhun Abidelerinde görülen "... Türk milleti aç idi. O at sürüsünü alıp besledim." cümlesi incelendiği zaman Türklerin at etini yedikleri görülmektedir. Buna göre beslenme işi, at eti ve onun yanında sütü ile olmaktaydı[3]. Hunlar, Göktürkler ve Uygurlar at sürülerinin sayısını azaltmamak amacıyla at etini çok sık yemezler, onun yerine, daha kolay beslenen ve daha az masraflı olan koyun etiyle beslenmeyi tercih ederlerdi. Onlar, kendileri için çok önemli olan atlarını ancak, dini törenlerde kurban ederlerdi[4]. Beyaz atı kurban etme geleneğini; Hunlar'dan önceki Kaoçi Türklerinde de göğe kurban olarak sunulma şeklinde görmekteyiz. Uygurlarda tanrılara kurban sunma dışında üzüntülü bir durum karşısında da özellikle at, sonra sığır kurban ediliyordu[5].

At etini, daha çok zenginlerin yediği, fakirlerin ise daha çok koyun, kaz ve ördek gibi hayvanların etlerini yedikleri tespit edilmektedir. Uygur ülkesine giden Çin'li elçinin söyledikleri buna örnek olarak gösterilebilir. O Uygur ülkesinde gördüklerini "zengin insanlar at (eti) yerler, geri kalanlar ise sığır (eti) ve yaban kazı yerler" şeklinde açıklamıştır[6].

---

[1] Faruk Sümer, **Oğuzlar (Türkmenler) Tarihleri, Boy Teşkilatı, Destanları**, y.y., Ana Yay., Nisan 1965, s. 616.

[2] Özkan İzgi, **Çin Elçisi Wang Yen-te'nin Uygur Seyahatnamesi**, Ankara, T. T. K., 1989, s. 65'te Çin elçisi kendilerine verilen yemekte at ve koyun etinin pişirildiğini ve bunların çok lezzetli olduğunu belirtmektedir; Özkan İzgi, **Kutluk Bilge Kül Kağan, Bögü Kağan ve Uygurlar**, Ankara, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yay., 1986, s. 71; Mehmet Altay Köymen, "Selçuklular Zamanında Beslenme Sistemi", **Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri**, (31 Ekim-1 Kasım 1981), Ankara, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yay., 1982, s. 36; Mehmet Altay Köymen, **Alp Arslan ve Zamanı II**, Ankara, Ankara Üniversitesi D. T. C. F. Yay., 1983, s. 461; Safa Öcal, "Eski Türkler'de Yiyecekler", **Türk Dünyası Araştırmaları Vakfı**, Z. F. Fındıkoğlu'na Armağan, S. 35, Nisan 1985, s. 172; Faruk Sümer, "Türk Kültürüne Genel Bir Bakış, II", **Türk Dünyası**, S. 72, Aralık 1992, s. 9'da Hunlar arasında en kıymetli etin at eti olduğu ve onların bu eti haşlayarak yedikleri belirtilmektedir; Sıdıka Bulduk, "Mutfak Kültürünün ve Türk Mutfağının Tarihi Gelişimi", **Türk Kültürü**, S. 420, Nisan 1998, s. 226'da Türklerin temel besin kaynağı olarak at gösterilmiştir.

[3] Öcal, **a. g. m.**, s. 171, 179.

[4] **gös. yer**, s. 171, 179.

[5] Abdulkerim Rahman, **Uygur Folkloru**, çev. Soner Yalçın- Erkin Emet, Ankara, Kültür Bakanlığı Yay., 1996, s. 110.

[6] İzgi, **Uygur Seyahatnamesi**, s. 57, 66, 67'de ayrıca Türkler'in zayıf ve bakımsız olan atların etlerini yedikleri belirtilmektedir; Öcal, **a. g. m.**, s. 179, 185, 186'da Uygurların at etini çok kıymetli buldukları,

Türklerin en çok sevdikleri etlerden biri de atın karnından elde edilen ve **kazı** denilen yağlı bir ettir[7]. Selçuklular zamanında da Türklerin en çok sevdikleri et; at etidir. At etinin misk gibi koktuğuna dair ifadeler kullanılmıştır[8].

İbn Fazlan'ın belirttiğine göre, Bulgarların en çok yedikleri et at eti olmuştur[9]. Altınordu Türklerinde ise kısrak etinin yenildiği bilinmektedir[10]. Oğuzlar'ın özellikle düğün ve ölümlerde verilen ziyafetlerde at etini normal pişirme teknikleri ile pişirip yediklerini görmekteyiz. Ölen kişi için yapılan yuğ törenlerinde vasiyeti üzerine ölen kişinin atı kesilerek ziyafetler verilirdi[11].

Bunun yanında at etini Türklerin daha çok eski dönemlerde yedikleri, daha sonraki dönemlerde gerek inançlarından gerek ise daha kolay temin edilmesinden dolayı koyun etinin tercih edildiği görülmektedir[12]. Uygurların; manizm ve budizm dinine geçmeleri ve bu dinlerin et yemeyi yasaklaması nedeniyle at etini daha az yediklerini görmekteyiz. Bu dinlerin at etini tamamen yasaklamasına rağmen Uygurların eski atlı göçebe ananelerinden vazgeçemeyip at etini yemeye devam etmeleri, bu anlamda budist olmalarına rağmen et yiyen tek topluluk olmaları açısından dikkat çekicidir[13]. Türklerin İslamiyeti kabulünden sonra at etini yemedikleri görülmektedir. Bunun nedeni de at etinin yenilmesinin dinen mekruh sayılmasıdır[14].

---

bunun için de sadece zenginlerin bu eti yedikleri belirtilir; Bahaeddin Ögel, **Dünden Bugüne Türk Kültünün Gelişme Çağları**, İstanbul, Türk Dünyası Araştırmaları Vakfı, 1988, s. 209.

[7] Reşat Genç, "IX. Yüzyılda Türk Mutfağı", **Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri**, (31 Ekim-1 Kasım 1981), Ankara, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yay., 1982, s. 60; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 36; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 458, 462'de ise bunun atın karnından çıkarılan bir yağ olduğu belirtilmektedir.

[8] Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 36; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 461.

[9] İbn Fazlan, **Seyahatname**, çev. Ramazan Şeşen, İstanbul, Bedir Yay., 1995, s. 57; Öcal, **a. g. m.**, s. 190, 204.

[10] **a. g. m.**, s. 196.

[11] Sümer, **Oğuzlar**, s. 616; Faruk Sümer, **X. Yüzyılda Oğuzlar**, Ankara, T. T. K., 1958, s. 141.

[12] Öcal, **a. g. m.**, s. 172; Sümer, **Oğuzlar**, s. 616.

[13] Bahaeddin Ögel, **Türk Kültür Tarihine Giriş IV**, Ankara, Kültür Bakanlığı Yay., 2000, s. 209; Öcal, **a. g. m.**, s. 165, 185.

[14] Mahmut Tezcan, "Türkler'de Yemek Yeme Alışkanlıkları ve Buna İlişkin Davranış Kalıpları", **Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri**, (31 Ekim-1 Kasım 1981), Ankara, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yay., 1982, s. 119; Ayşe Duvarcı, "Türklerde Yiyecek ve İçecek Kültürü", IV.C., **Türkler**, Ankara, Yeni Türkiye Yay., 2002, s. 233; Yasemin Ersoy, "Türk Mutfak Kültürü",IV.C., **Türkler**, Ankara, Yeni Türkiye Yay., 2002, s. 223.

Türklerin büyükbaş hayvanlar arasında besleyip etini yediği bir hayvan çeşidi de sığır idi. Hun ve Göktürk Devletlerinde sığır etinin yenildiğine ilişkin bilgiler mevcuttur. Hunlar zamanında sığır etinin beslenmede kullanılmakla beraber dini alanlarda da kullanıldığı tespit edilmiştir. Bu dönemde en fazla at eti ve koyun eti tanrılara kurban edilmekle beraber, bazen sığır etinin de kurban olarak sunulduğunu görmekteyiz[15]. Bu konu hakkında diğer bir belge de; Göktürk Devletine ziyarete gelen Çin elçisinin, misafirler için hazırlanan ziyafette dana etinin bulunduğunu belirtmesidir[16].

Uygurlarda ise sığır kutsal bir hayvan olarak görülmüştür. Kutsal olarak kabul ettikleri bu hayvanın etinin yenilip yenilmediği hakkında kesin bir bilgiye rastlanamamıştır[17].

Büyük sürülere sahip olmakla birlikte Türklerin, sığır etini, at ve koyun etine göre daha az yedikleri söylenebilir[18]. Kırgız Türklerinde diğer hayvan etlerinin yanında az da olsa öküz eti yenilmekteydi[19]. Osmanlı döneminde de sığır etinin çok fazla tercih edilmediğini görmekteyiz[20].

Türkler arasında çok az beslenen büyükbaş hayvanlardan deve, daha çok yük hayvanı olarak besleniyordu. Çadırlar ile diğer eşyaların bir yere taşınması gerektiği zaman develerden yararlanılıyordu[21]. Hunlar[22] ve Kırgızlar zamanında deve etinin yenildiğine dair bilgilere rastlamaktayız[23]. İslam dinine göre deve etinin haram olmamasına rağmen, Türkler İslam dinine geçtikten sonra da deve etine çok fazla ilgi göstermemişlerdir[24].

---

[15] Öcal, **a. g. m.**, s. 166, 173.
[16] **a. g.m.**, s. 179, 181.
[17] Rahman, **a. g. e.**, s. 140.
[18] Tezcan, "Türklerde Yemek", s. 117.
[19] Öcal, **a. g. m.**, s. 191.
[20] Mine Arlı, "Türk Mutfağına Genel Bir Bakış", **Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri**, (31 Ekim-1 Kasım 1981), Ankara, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yay., 1982, s. 22.
[21] Sümer, "Türk Kültürü II", s. 10.
[22] Rahman, **a. g. e.**, s. 21.
[23] Öcal, **a. g. m.**, s. 166, 191.
[24] Tezcan, "Türklerde Yemek", s. 119.

Hayvancılıkla uğraştıkları dönemlerde hayvanların bol olması nedeniyle Türkler için et önemli bir yiyecek maddesi olmuş, bu özellik günümüze kadar devam etmiştir. Günümüzde sofralarda et yemeklerinin eksik olmaması eski Türk kültürünün günümüze kadar yansıması olarak değerlendirilebilir. Çok bol olması nedeniyle Türkler eti, yemeklerde ana madde olarak kullanarak çok farklı yemek yapmışlardır. Bundan dolayı da Türk mutfak kültüründeki et yemeklerinin çeşitliliği şaşılacak kadar çoktur.

Türkler hayvan sayılarının çok olmasına rağmen günlük tüketimlerini avladıkları hayvanlardan karşılamışlar, kendi sürülerine kıyamadıkları için kesmemişlerdir. Onlar kışlık erzaklarını avladıkları hayvanların etini kavurma yaparak elde ediyorlardı[25]. Yörükler ise av partilerinden elde ettikleri etlerin yanında sadece hayvanlarını, hastalandığı zaman kesip yiyorlardı. Bir çok destanda Türklerin düzenledikleri av partilerine rastlanmaktadır. Buradan hareketle, büyük ihtimalle kendi sürülerini kesmemek için böyle bir yöntem uyguladıkları fikri ortaya çıkmaktadır. Bu etlerin kısa sürede tüketilmesi mümkün olmadığı zamanlarda - soğutma tekniği henüz keşfedilmediği için- bozulmaması amacıyla, kavurma, sucuk pastırma yaparak veya kurutarak muhafaza ediyorlardı[26].

Türkler kendileri için hayvan sürülerini kesmemelerine rağmen evlerine gelen misafirlere, yılın hangi zamanı olursa olsun kendi hayvanlarından keserek ikram ederlerdi[27].

Türklerdeki bu et yeme alışkanlığı, belli dönemlerde bir takım yasaklamalar doğrultusunda zayıflamakla birlikte, tamamen ortadan kalkmamıştır. Örneğin, Buda dinine giren Uygurlar, bu dinin eti yasaklamasına rağmen at etini yemeyi bırakamamışlardır[28]. Günümüzde de kırmızı etin fazla tüketiminin, sağlık açısından

---

[24] Tezcan, "Türklerde Yemek", s. 119.
[25] Öcal, **a. g. m.**, s. 184; 167'da ise tam tersi Türklerin avladıkları hayvanın etini zorda kalmadıkça yemedikleri, daha çok besledikleri hayvanların etleri ile beslendikleri şeklinde açıklamalar bulunmaktadır.
[26] Ömer Lütfü Mete, "Zamanımızın Fatihi", **Boğaziçi**, S. 16, Ekim 1983, s. 36; Öcal, **a. g. m.**, s. 202'da Kazakların kış başında soğuklara karşı dayanıklı olmayan hayvanlarını keserek sucuk yaptıkları belirtilir.
[27] **gös.yer**, s. 202; Arlı, **a. g. m.**, s. 25.
[28] Ögel, **Gelişme Çağları**, s. 209.

zararlı olabileceği uzmanlar tarafından belirtilmesine rağmen tüketiminde çok fazla bir azalmanın olmadığı tahmin edilmektedir.

1.1.2. Küçükbaş Hayvanlar (Koyun, Kuzu, Keçi ve Oğlak)

Eski Türkler; coğrafi olarak tarıma elverişli olmayan bölgelerde yaşadıkları için bozkır kültürüne uygun bir geçim kaynağı olan hayvancılığa yönelmişlerdir. Bozkırlarda geniş meraların bulunmasından dolayı Türkler, daha çok küçükbaş hayvanları yetiştirmeyi tercih etmişlerdir. Küçükbaş hayvanların beslenmesi ve bakımı daha kolay olduğundan Türkler daha çok koyun sürülerine sahip olmuşlardır. Sahip oldukları bu sürülerin devamını sağlamak ve yemlerini temin etmek için yazın yaylaklarda, kışın hayvanlarını korumak amacıyla kışlaklarda yaşamışlardır. Hatta kuraklık ve meralarının yetmediği zamanlarda da bulundukları yerleri terk etmeyi bile göze alma cesaretini göstermişlerdir. Çünkü Türkler sadece temel besin kaynağı olarak hayvanın etinden, sütünden, sakatatlarından ve yağından yararlanmayıp, hayvanın diğer yan ürünleri olan yününden, giyecek, yatak, konar göçer toplulukların barınmasında önemli yer tutan kıl çadırların ve kilimlerin yapımında da yararlanmışlardır.

Eski Türklerde temel besin kaynağının koyun eti olduğunu pek çok kaynakta görmekteyiz[29]. Ayrıca, kuzu, keçi[30] ve oğlak[31] etinin de yenildiğine rastlanmaktadır.

Hunlar'ın koyun ve sığır etlerini yediklerini görmekle beraber, daha çok koyun ve sığırı kurban ettiklerini görmekteyiz.

---

[29] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 461; İbrahim Kafesoğlu, **Türk Milli Kültürü**, İstanbul, Boğaziçi Yay., 1993, s. 305; Loszlo Rasonyi, **Tarihte Türklük**, Ankara, Türk Kültürünü Araştırma Enstitüsü, 1971, s. 51, 52, 54; Bulduk, **a. g. m.**, s. 226; Genç, **a. g. m.**, s. 60; Mahmut Tezcan, **Türk Yemek Antropolojisi Yazıları**, Ankara, Kültür Bakanlığı Yay., 2000, s. 21; Öcal, **a. g. m.**, s. 171, 204.

[30] İbn Fazlan, **a. g. e.**, s. 90, 92'de Kimaklar'ın erkek koyun ve keçi eti yedikleri belirtilmektedir; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 454, 461; Öcal, **a. g. m.**, s. 204.

[31] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 461; Genç, **a. g. m.**, s. 60'da ayrıca kebap yapmak için yetiştirilen oğlağa **söğüş** denildiği belirtilmektedir.

Tsin Türklerinde de tanrılara kurban edilen hayvanın koyun olduğunu görmekteyiz[32]. Ayrıca onlar daha çok kendi sürülerini yemekte idiler[33]. Koyun Hunlar'ın en çok tükettikleri hayvan olup, koyun ile ilgili pek çok Türkçe kelime bulunmaktadır[34].

Göktürklerde de koyun etinin sıkça yendiğini, hatta bu ülkeye gelen Çin elçisinin kendilerine verilen ziyafette koyun etinin sunulduğunu belirtmektedir[35].

Uygurlarda, zenginlerin daha çok at etini, fakir halkın ise, koyun etini yedikleri kaynaklarda belirtilmektedir[36]. Ayrıca Uygurlar ve diğer Türkler misafirliğe gelen önemli kişiler için günde bir koyun keserlerdi. Yine dini alanda da koyun karşımıza çıkmakta ve Uygurların ölen kişinin mezarına kuzu ve keçi kurban ettiklerini görmekteyiz[37].

Oğuz Destanlarında Koyun etinin yiyecek olarak birinci sırada yer aldığı gibi, Oğuz Boylarının et paylarını koyunun üzerinde paylaştırdıklarından da bahsedilmektedir[38]. XI. yüzyıl Türkleri de en çok koyun eti yemekle birlikte, taze ve semiz kuzunun ilk tercihleri olduğu görülür. Ayrıca Oğuzlar, kebap yapmaya yarar kuzu ve oğlak için söğüş kelimesini kullanmışlardır[39].

Türklerin tamamında koyun genellikle tercih edilmekle birlikte, bazı Türk boylarında; örneğin Çiğillerde yalnızca koyun eti, Karahanlı Türklerinde erkek koyun eti, Kırgız Türklerinde ve Türkmenlerde küçük baş hayvanlardan koyun ve keçi etinin tercih edildiğini görmekteyiz[40].

---

[32] Ziya Gökalp,**Türk Medeniyeti Tarihi I**, İstanbul, Türk Kültür Yay., 1974, s. 103.
[33] Öcal, **a. g. m.**, s. 173.
[34] Sümer, "Türk Kültürü II", s. 10
[35] Öcal, **a. g. m.**, s. 179, 181.
[36] Ögel, **Gelişme Çağları**, s. 209; Öcal, **a. g. m.**, s. 185-186; İzgi, **Uygur Seyahatnamesi**, s. 57.
[37] Rahman, **a. g. e.**, s. 112.
[38] Öcal, **a. g. m.**, s. 186.
[39] Genç, **a. g. m.**, s. 60.
[40] Öcal, **a. g. m.**, s. 191, 204.

Türklerde dini inançlarda da koyuna rastlanmaktadır. Beltir Türklerinde Gök tanrıya sunulan kurbanların genellikle koyun olması ve bunların da özellikle beyaz tüylü ve siyah başlı olanları tercih edilirdi[41].

Eski Türklerin ölüm merasimlerinde de ölen kişinin ardından verilen ziyafetlerde daha çok koyunun kesildiğini görüyoruz[42]. Ayrıca, ölen kişinin öbür dünyada yiyecek ihtiyacını karşılaması için mezarlara da koyunun en değerli yeri olan ucasından konulduğuna kaynaklarda rastlanmaktadır[43].

Selçuklular zamanında Türklerin en çok sevdikleri et; attan sonra erkeç[44] etleridir. Osmanlı döneminde de yine koyun eti tercih edilmekte, özellikle de yağlı yerleri daha lezzetli bulunmaktaydı. Koyun etinin yanı sıra kuzu eti de aranan bir et olmuştur[45].

1.1.3. Kümes Hayvanları (Tavuk, Kaz ve Ördek)

Tarıma geçmeden önce Türklerin hayvancılıkla uğraştıklarından ve bu konuda da gerçekten başarılı olduklarından daha önce bahsedilmişti. Büyük hayvan sürülerine sahip olan Türkler, daha sonra kümes hayvancılığına da yönelmişlerdir. Çünkü kümes hayvancılığı, onların daha hızlı ve kolay bir şekilde et ile beslenme ihtiyacını karşıladığı gibi, ayrıca yumurta ihtiyaçlarını karşılama imkanı da sağlıyordu. Bütün bunların yanında kümes hayvancılığına yönelmelerinin diğer bir nedeni de kümes hayvanının bakım ve beslenmesinin daha zahmetsiz olmasıdır.

---

[41] Abdulkadir İnan, "Beltir Türklerinde Gök Tanrıya Kurban Töreni", **Makaleler ve İncelemeler II**, Ankara, T. T. K., 1991, s. 215.

[42] Abdülkadir İnan, **Tarihte Bugün Şamanizm-Materyaller ve Araştırmalar**, Ankara, T. T. K., 1986, s. 188; Öcal, **a. g. m.**, s. 202.

[43] Bahaeddin Ögel, **Türk Mitolojisi**, Ankara, T. T. K., 1993, s. 371.

[44] Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 36; Orhan Şaik Gökyay, **Dede Korkut Hikayeleri**, İstanbul, Degah Yay., 1974, s. 177'de **erkeç**'i erkek keçi, teke olarak açıklamaktadır. Köymen, **Alp Arslan II**, s. 461'de ise erkeç eti için söylenen "erkeç eti ilaç, keçi eti yel olur" atasözüne dayanarak erkeç etinin yararlı bir et olduğunu, en kötü etin de keçi eti olduğunu belirtmekte ve Türklerin pek tercih etmediğini vurgulamaktadır.

[45] Arlı, **a. g. m.**, 22.

Eski Türkler, kümes hayvanlarından kaz ve ördekten çok daha fazla tavuk beslemişler ve bundan dolayı daha çok tavuk etini tüketmişlerdir[46]. Muhtemelen tavuk etinin daha lezzetli olması, kaz ve ördek etinin lezzetinin ise mevsimlere göre farklılıklar göstermesinden dolayı, kaz ve ördekten daha çok tavuk eti tercih edilmiştir.

Yine kümes hayvanlarından sayılan hindinin Eski Türkler tarafından beslenip yenildiğine dair her hangi bir bilgiye kaynaklarda rastlanmamıştır.

Göktürklere bağlı Kuca Beyliğinde tavuk etinin yanı sıra, burada çok bol bulunan tavus kuşu, ördek gibi hayvanların da eti yeniliyordu[47]. Çin'den gelen elçinin Uygur ülkesinde gördüklerine ve buradaki insanların beslenme biçimleri hakkında verdiği bilgiye dayanarak, Uygur döneminde Türklerin yaban kazı etini yedikleri anlaşılmaktadır. Çin elçisi, kaz etinin özellikle fakirler tarafından yenilen bir et olduğunu vurgulamaktadır[48].

Diğer bütün Türk boylarında görüldüğü gibi Hazar ötesinde bulunan Türkmenlerin de, tavuk etinin yanı sıra yumurtasını da yediklerine kaynaklarda rastlanmaktadır[49].

XI. Yüzyılda Türkler, yumurtayı özellikle kıyma ile birlikte ve ufak parçalara ayrılan yufka ekmeği ile yapılan dürüm şeklinde yiyorlardı[50].

Günümüzde hala tavuk ve piliç eti sevilerek çokça tüketilen bir et olma özelliğini korumaktadır. Yine eski zamanlara paralel olarak tavuk eti, diğer etlere

---

[46] Tezcan, "Türklerde Yemek", s. 117; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 461.
[47] Öcal, **a. g. m.**, s. 183.
[48] İzgi, **Uygur Seyahatnamesi**, s. 57; İzgi, **Bögü Kağan ve Uygurlar**, s. 68; Ögel, **Gelişme Çağları.**, s. 209'da bu elçinin fakir insanların ördek eti yediği belirtilir; Öcal, **a. g. m.**, s. 185'de ise Uygurlar'da fakir insanların ördek ve kaz etiyle beslendiklerini belirtilir.
[49] Öcal, **a. g. m.**, s. 204-205; Genç, **a. g. m.**, s. 61'de IX. yüzyılda tavuk etinin Türklerin beslenmesinde yer aldığı belirtilmektedir; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 461'de yumurtanın; Türkler tarafından eti kadar tüketilmediği belirtilmektedir.
[50] Genç, **a. g. m.**, s. 63.

oranla daha ucuz olması nedeniyle, günümüzde de ekonomik gücü zayıf olan insanlar tarafından tercih edilmektedir. Ayrıca kırmızı ete göre daha sağlıklı olması tavuk etinin daha fazla tüketilmesini sağlayan başka bir unsurdur. Bu doğrultuda meydana gelen yoğun tavuk eti talebi karşısında gelişen teknolojinin de yardımıyla geniş çaplı tavuk yetiştirme çiftlikleri kurulmuş ve gün geçtikçe bu çiftliklerin sayısı çoğalmıştır. Böylece tavuk yetiştirme imkanına sahip olmayan büyük şehir insanı, kurulan bu çiftlikler sayesinde günlük tavuk eti ve yumurtası ihtiyacını karşılama imkanı bulabilmektedir.

1.1.4. Su Ürünleri (Balık)

Türklerin etinden yararlandıkları diğer bir hayvan da balıktır[51]. Balığın deniz, göl ve nehirlerde bulunması nedeniyle, daha çok sahil kıyısında ve kıyısına yakın olan yerlerde balıkçılık faaliyeti yapılmaktadır. Balık, vitamin bakımından zengin olduğu gibi etinin lezzetli olması bakımından da tercih edilen bir et çeşidi olmuştur. İnsanoğlu çevresindeki kaynaklardan yararlanarak ihtiyaçlarını karşılamayı bildiği için, yaşamını daha da kolaylaştırmayı başarmıştır. Balıkçılık ile uğraşan insanlar, balığın sadece lezzetli olan etinden yararlanmayıp onun yağından da yararlanmışlardır.

Denizde yaşayan balık adlarının çoğu Rumca, bunun yanında nehir ve gölde yaşayan balıkların çoğunun adlarının ise Türkçe olduğu bilinmektedir. Nehir ve göl balıklarının isimlerinin Türkçe olduğu bilgisine dayanarak Türklerin tatlı su balıkçılığını çok eski zamanlardan beri bilip bu konuda uzmanlaştıkları tahmin edilmektedir. Deniz balıkçılığı ise Türklerin hayatına daha sonraki dönemlerde girmiştir. Türklerin, deniz balıkçılığını Anadolu'ya yerleştikten sonra öğrenmiş olabilecekleri tahmin edilmektedir[52].

[51] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 461.
[52] Arlı, **a. g. m.**, s. 25.

Özellikle deniz ve göl kıyılarında yaşayan Türklerin, balık avlamayı bildikleri için, bunlarla sadece beslenmedikleri, aynı zamanda geçim kaynağı olarak balıkçılık yaptıklarına rastlamaktayız[53].

Göktürklere bağlı Kuca Beyliğinde balık ticareti yapılmakta doğal olarak da bol miktarda balık tüketilmektedir[54]. Kaynaklarda Hazar ülkesinde bol balık yendiği belirtilmektedir[55]. Hazar denizi kıyısına yakın bir yaşama alanı seçen Hazarların tabi ki Hazar denizinden balık avlamaları çok doğaldır. Abdülkadir İnan da Hazarlarda balık tüketiminin bol olduğunu vurgulamak için daimi gıdalarının balık olduğunu belirtmektedir[56].

Bazı Türklerin balık etine fazla ilgi göstermediklerine de rastlamaktayız. Örneğin, Türkmenlerden yerleşik olanlarının göçebelere oranla daha çok balık yediklerini, göçebelerin pek balık yemediklerini görmekteyiz. Türkmen illerindeki çarşılarda kızartılmış hazır balıklar da satılmaktaydı[57].

Yarı göçebe olan Karakalpaklar ise Aral Gölü çevresinde yaşadıkları için balıkçılığı biliyorlardı. Özellikle halkın fakir olanlarının balıkçılık yaparak ihtiyaçlarını bu şekilde karşıladıkları kaynaklarda belirtilmektedir[58].

Kazakların da balıkçılıkla ilgilendiklerini ve balık eti yediklerini, yaptıkları yemeklerin çok çeşitli olmasından anlamaktayız. Kazak yemekleri hakkında yararlandığımız Kazak Tagamdarı adlı eserde, çok fazla balık türü bulunduğuna ve Kazakların çok fazla balık yemeği bildiklerine rastlanmıştır. Eserde verilen Kazakların yaptıkları balık yemeklerinin isimleri şunlardır: Balık kazı, balık süri, balık sorpası, vıldırık, balık kuvırdağı, balık kokleti, balık tuşparası, unlu balıklar, yağda kızartılan balık, balık salğan samsa, balık belisi, buğda pişen balık, tuzda pişen

[53] Genç, **a. g. m.**, s. 61.
[54] Öcal, **a. g. m.**, s. 183.
[55] **a. g. m.**, s. 190.
[56] Abdülkadir İnan, "IX. ve X. Asırlarda İtil Bulgarlar'ın Tarihi", **Makaleler ve İncelemeler I,** Ankara, T. T. K., 1987, s. 569; Öcal, **a. g. m.**, s. 190.
[57] Öcal, **a. g. m.**, s. 203, 204.
[58] **a. g.m.**, s. 202.

balık, may şabalı, küriş baskan, cumırka koskan balık karması, balık salğan nan, kebep balık, balık mayı...[59].

Türklerin balık dışındaki su ürünlerinden hangilerini yedikleri konusunda herhangi bir kaynağa rastlanamamıştır. İslam dininde balık haricinde diğer su ürünlerinin dine göre uygun kabul edilmemesi nedeniyle, Türklerin İslamiyete geçişten sonra balık dışındaki su ürünlerini hemen hemen hiç kullanmadıklarını görmekteyiz[60].

XV.Yüzyılda Osmanlılar döneminde de su ürünlerinden yararlanıyordu ki bunlar arasından özellkle balık, bunun yanında da istiridye ve karideste kullanılmakta idi[61].

Günümüz Türkiye'si üç tarafı denizlerle çevrili, ayrıca nehir ve göller bakımından da zengin olması avantajına sahip ender ülkelerden biridir. Bu avantajları dolayısıyla ülkemiz insanları başta balık olmak üzere diğer su ürünlerinden geniş çaplı faydalanmaktadır. Balığın yan ürünleri olan yağı ve yumurtası bile işlenerek tüketilmektedir. Bu da ülkemizin balıkçılık alanında zengin bir potansiyele sahip olduğunu göstermektedir. Özellikle Karadeniz bölgemizin balıkçılık alanında diğer bölgelerimize oranla daha gelişmiş olduğunu bilmekteyiz. Karadeniz bölgesinde balığın bol bulunması nedeniyle, balık kültürünün daha gelişmiş olduğu, çok çeşitli balık yemeklerinin yapılmasından anlaşılmaktadır. Bu bölgede balık kızartmalarının yanı sıra, balık çorbası, balık pilavı, balık turşusu, balık kurutması ve daha ismini sayamadığımız pek çok balık yemeği çeşidinin yapıldığı bilinmektedir.

Balık etinin lezzetli olması, insanlar tarafından tercih edilmesi, balık neslinin tükenmemesi ve doğal üretimle tüketimi arasındaki dengenin kurulması gereklilikleri balık üretme çiftliklerinin kurulması ihtiyacını ortaya çıkarmıştır.

---

[59] Sadık Kasimanov, "Kazaktın Ulttık Tağamdarı" (Kazakların Milli Yemekleri), **Türk Kültürü**, S. 342, Ekim 1991, s. 641, 642. Mevcut eserin aslı Rusça olup, Türkçe'ye özet çevirisinde, çok daha geniş konuların eser içerinde yer aldığı belirtilmektedir.

[60] Tezcan, "Türklerde Yemek", s. 119.

[61] Arlı, **a. g. m.**, s. 25.

Ülkemizde balık üretme çiftliklerinin gelişmesi ile bu ihtiyacı karşılamaya yönelik kurulan balık üretme çiftlikleri önemli bir sektör haline gelmiştir. Yine teknolojinin gelişmesiyle birlikte balık konserveciliği de gelişmiş, böylece taze olarak tüketilmesinin yanı sıra, balıkçılık yapılamayan bölgelere de balık konservelerinin ulaştırılması ile ülkemizin her bölgesinde balık tüketiminin sağlanması mümkün olmuştur.

1.1.5. Diğer Hayvanlar

En eski zamanlarda avcılık ile geçinen ve daha sonra hayvancılık faaliyetini benimseyen Türkler; barış zamanlarında sık sık av partileri yaparak çeşitli hayvanlar avlar ve bunların özellikle etinden ve ayrıca kürkünden yararlanırlardı. Daha çok geyik, tavşan ve çeşitli kuşlar avlıyorlardı[62].

Göktürk dönemi hakkında bilgi vererek o dönem hakkında bir çok özelliği açığa çıkaran Orhun Abideleri'nde "... geyik yiyerek, tavşan yiyerek oturuyorduk" cümlesinden de Türklerin tavşan ve geyik avladıklarını ve bunların etlerini yediklerini anlamaktayız[63]. Bunun yanında Eski Türklerin tüm yaşamları hakkında bize bilgi veren ve eski bir kaynak olan Dede Korkut Kitabı'nda da Türklerin avlara çıktığı ve av partilerinde çeşitli av hayvanları ki bunlar arasında da geyiğin olduğuna rastlamaktayız[64].

Eski Türklerin avcılık döneminden kalma diğer bir alışkanlıkları da çeşitli kuşları avlayıp onların etlerinden yararlanmalarıydı. İbni Batuta'nın seyahatinden

---

[62] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 461.

[63] Muharrem Ergin, **Orhun Abideleri**, İstanbul, Boğaziçi Yay., 1992, s. 53; Rasonyi, **a. g. e.**, s. 48; Öcal, **a. g. m.**, s. 179; Genç, **a. g. m.**, s. 61'de bu av partilerinde geyik ve tavşanın yanında sığın avladıkları belirtilmektedir; Gökyay, **a. g. e.**, s. 146; Bahaeddin Ögel, **İslamiyetten Önce Türk Kültür Tarihi,** Ankara, T. T. K., 1962, s. 206; Ersoy, **a. g. m.**, s. 223.

[64] Gökyay, **a. g. e.**, s. 58, 146; Öcal, **a. g. m.**, s. 179.

yararlanan Safa Öcal; Türklerin gelen misafirlerine turna ve güvercin eti sunduğunu belirtmektedir[65]. Yörüklerde yapılan avlarda bilhassa kekliğin avlandığı görülmektedir[66].

Yaptığımız araştırma çerçevesinde bazı hayvanların Türkler tarafından asla yenilmediğine de rastlamış bulunmaktayız. Gerek Türklerin İslamiyeti kabulünden önce, gerekse İslamiyeti kabulünden sonra domuzun hiçbir Türk boyu tarafından yetiştirildiğine, avlandığına ve etinin de yenildiğine dair herhangi bir bilgiye hiçbir kaynakta rastlanmamıştır[67]. Ayrıca Türkler tarafından hiçbir zaman yenilmeyen diğer bir hayvan eti de köpek etidir. Yaptığımız araştırmalar sırasında Türklerin bu eti yediklerine dair hiç bir ipucuna rastlanamamıştır. İbn Fazlan'ın belirttiğine göre Kimaklar deve etini yemiyorlardı[68].

1.2. Eti Pişirme Teknikleri

Eskiden beri eti çok fazla tüketen Türkler onları farklı tekniklerle pişirerek farklı lezzetler yaratmayı bilmişlerdir. Eti, zaman zaman ateşte kızartarak, haşlayarak, yağda kızartarak, kuyular içindeki tandırlarda pişirerek, küle gömerek ve daha pek çok şekilde pişirmişlerdir. Ateşte pişirilen etlerin yağının akmaması için bazen hamur[69] veya deri gibi maddelerle etrafı sarılarak pişirilmiştir[70]. Ayrıca Türklerin konar göçer göçebe yaşayışlarının ve hayvancılıkla uğraşmalarının doğal bir sonucu olan kebap kültürü; dünyaya Türkler vasıtasıyla tanıtılmıştır[71]. Türkler kebaba **söklüncü** diyorlardı[72].

---

[65] **a. g. m.**, s. 199.
[66] Mete, **a. g. m.**, s. 36.
[67] D. W. Eberdard, **Çin'in Şimal Komşuları**, çev. Nimet Uluğtuğ,, Ankara, T. T. K., 1942, s. 94; Sümer, "Türk Kültürü", s. 10; Kafesoğlu, **a. g. e.**, s. 305; Öcal, **a. g. m.**, s. 166; İbn Fazlan, **a. g. e.**, s. 107'de ilk defa Türk boylarından birinde domuz beslenildiği hakkında bir bilgiye rastlanılmıştır. Burada Peçeneklerin domuz yetiştirdikleri belirtilmektedir.
[68] İbn Fazlan, **a. g. e.**, s. 92.
[69] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 466; Genç, **a. g. m.**, s.61.
[70] Arlı, **a. g. m.**, s. 22.
[71] Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 23; Duvarcı, **a. g. m**, s. 233.
[72] Kaşgarlı Mahmut, **Divanü Lügat-it Türk III**, çev. Besim Atalay, Ankara, T. D. K., 1941, s. 242; Öcal, **a. g. m.**, s. 209.

Türkler; eti kullanarak çok çeşitli yemekler yapmayı biliyorlar ve daha çok kebap denilen bir yemek yapıyorlardı. Onların etleri şişlere takarak pişirdiklerine de rastlıyoruz[73]. Ayrıca açtıkları kuyularda eti bütün olarak pişiriyorlardı[74]. Ayrıca kuzu, buğuda da pişirilebiliyordu[75]. Yemek yapılmadan daha önce et hafifçe pişiriliyordu. Et tek başına pişirilmiş ise buna **pışığ et** veya **pişik et** yani pişmiş et deniliyordu. Türkler eti ölgünleşinceye kadar pişirirler ve pişmemiş eti sevmezlerdi[76]. Türklerin eti kızarttıklarına da rastlamaktayız. Bulgar ülkesine giden İbn Fazlan, burada kendisine sunulan yemeğin kızartılmış et olduğunu belirtmektedir[77].

Balık daha çok ızgara da kızartılarak yenir. Bunun yanında yağda kızartma, haşlama, buğulama, tuzlama ve kurutma şekillerinde de yapılarak yenirdi[78]. Bu gün özellikle Karadeniz bölgesinde, ismini sayamadığımız çeşitlilikte ve şekilde balık yemekleri hala yapılmaktadır.

1.3. Eti Saklama Teknikleri

Türkler; kendi hayvan sürülerine kıyamadıkları için sayılarının çok olmasına rağmen kesmemişlerdir. Yörükler ise av partilerinden elde ettikleri etlerin yanında kışın soğuğuna dayanamayacak kadar güçsüz olan hayvanlarını kesip yiyorlardı. Bir çok destanda Türklerin düzenledikleri av partilerine rastlanmaktadır. Buradan hareketle, büyük ihtimalle kendi sürülerini kesmemek için böyle bir yöntem uyguladıkları fikri ortaya çıkmaktadır. Bu etlerin kısa sürede tüketilmesi mümkün olmadığı zamanlarda -soğutma tekniği henüz keşfedilmediği için- bozulmaması amacıyla, kavurma, sucuk, pastırma, kurutma yapılıyordu. Yağda kavrularak yapılan

[73] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 463; Genç, **a. g. m.**, s. 61.
[74] **gös.yer**, s. 61.
[75] Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 36.
[76] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 466-467; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 36.
[77] İbn Fazlan, **a. g. e.**, s. 49; Kafesoğlu, **a. g. e.**, s. 305.
[78] Arlı, **a. g. m.**, s. 24.

et **kavurma** adı ile bilinmektedir[79].

Yine Türklerin; at, sığır ve av hayvanlarının yağsız olan etleri ile yaptıkları et için; **kavurdak** denildiğine de rastlanmıştır[80].

1.3.1. Kavurma

Eti bozmadan saklamanın yolu kavurma tekniğidir. Onlar; günlük et ihtiyaçlarını avladıkları hayvanlardan, kışlık erzaklarını da avladıkları hayvanların etini kavurma yaparak elde ediyorlardı[81]. Kavurma yapılacak et, küçük parçalar halinde yağı ile pişirilerek kaplara dökülür ve soğuk bir yerde korunurdu. Yenileceği zaman, ihtiyaç kadar çıkarılır ve çeşitli yemeklerde kullanılırdı[82]. Ayrıca başka bir saklama yöntemi de parçalara ayrılan etin tuzlanarak fıçı veya başka bir kapta bekletilmesidir. Türkler geliştirdikleri bu farklı yöntemler sayesinde, yazın gürbüz ve yağlı olan hayvanlarını kesip bekletiyor ve kışın taze et kullanma fırsatını buluyorlardı[83]. Kazaklar, hayvanların kol ve boyun etlerinden kavurma yapıyorlar ve ona **kuvırdak** diyorlardı. Bu kuvırdak saklanarak daha sonraki zamanlarda et yerine tüketiliyordu[84].

1.3.2. Kurutma

Hayvancılıkla uğraşan ve çok büyük sürüleri olan Türklerin; et yemekleri ve bu eti kullanma teknikleri, içerisinde bulundukları şartlar değerlendirildiği zaman, insanı hayrete düşürmektedir. Henüz soğutma tekniğinin gelişmediği zamanlarda onlar; avladıkları veya çoğu zaman hastalanan hayvanlarını kesmek zorunda

---

[79] Arlı, **a. g. m.**, s. 23.
[80] Öcal, **a. g. m.**, s. 212.
[81] **a. g. m.**, s. 184.
[82] Duvarcı, **a. g. m.**, s. 233.
[83] Hamit Zübeyir Koşay- Akile Ülkücan, **Anadolu Yemekleri ve Türk Mutfağı,** Ankara, M. E. B., 1961, s. 23.
[84] Bulduk, **a. g. m.**, s. 641.

kaldıklarında, bu etin tamamını bozmadan kullanmaları mümkün olmadığı için, güneşte kurutma tekniğini kullanmışlardır.

Kurutulan et, savaşa katılanların önemli bir azığı olmuştur. Bu yöntemle elde edilen et, Türklerin atın üzerinden hiç inmeden beslenmelerini de sağlayarak onlara rakiplerine göre zaman kazandırmış, ordunun yiyecek ihtiyacını karşılamak için arkadan gelen hayvan sürülerinin ordunun hızını azaltmasını engelleyerek hayvanların yiyecek sorunlarıyla uğraşmayı da ortadan kaldırmıştır. Türkleri atın üzerinde, elinde kurutulmuş etle gören -tabi ki eti bu şekilde kullanma tekniğini henüz bilemeyen- yabancıların Türklerin çiğ et yediklerini ve hatta barbar bir millet olduklarını söylemeleri bu sebepten kaynaklanmaktadır[85].

Bu tekniğin, Eski Türkler tarafından bulunup kullanıldığına dair bilgilere rastlanmaktadır[86]. Eski Türkler kurutulmuş ete de **kak et** derlerdi[87]. Eti kurutma yöntemini Türkler Orta Asya'da yaşadıkları zamanlarda keşfetmişlerdi[88]. Batı Türkleri arasında da kaklama yani eti kurutma geleneği kullanılıyordu. Türkler, eti, bozulmaması için dondurarak veya tuzlayarak muhafaza ediyorlardı[89]. Et, çok fazla bulunmasından dolayı, genellikle, kışlık azık olarak kurutuluyordu[90]. Büyük ihtimalle bu gün olduğu gibi kurutulacak etler, büyük parçalar halinde ip üzerine dizilerek veya sopalar üzerinde tuzlanıp güneşte kurutuluyordu[91]. Koyun eti, yassılaştırılarak ve tuzlanarak ağaçlara asılıyor ve güneşte kurutuluyordu[92]. Günümüzde Anadolu'nun bir çok yerinde eti kurutma tekniği hala uygulanmaktadır.

---

[85] Bahaeddin Ögel, **Türk Mitolojisi II**, İstanbul, Milli Eğitim Basımevi, 1971, s. 9, 53'te Türklerin çiğ et yemedikleri belirtilmektedir. Destanlarda geçen Oğuz Kağan'ın çiğ eti yemesi ise, onu kahramanlaştırmaktan ileri gelmektedir şeklinde açıklanır.

[86] İbn Fazlan, **a. g. e.**, s. 104; Öcal, **a. g. m.**, s. 192'de Kimakların, kışın kurutulmuş etle beslendiklerini belirtir.

[87] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e. II**, s. 282; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 468; Genç, **a. g. m.**, s.61; Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 379. Ayrıca Türklerin kurutulmuş olan her şey için kak dediklerini belirtir; Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 83.

[88] Rasonyi, **a. g. e.**, s. 54.

[89] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 465.

[90] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., II**, s. 252; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 468.

[91] Koşay-Ülkücan, **a. g. e.**, s. 23.

[92] Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 43.

1.3.3. Pastırma

Türklerin eti kurutarak kışa hazırlık olarak yaptıkları başka bir et türü de pastırma olup, onların eskiden beri etten pastırma yapma tekniğini kullandıklarını görmekteyiz. Eski Türkler pişmiş et üzerine baharat dökerek yiyor ve pastırmaya **yazok-et** diyorlardı[93]. Güzün baharatla kurutulan bu et ilkbaharda yemek için bekletilmektedir. Genelde baharda yenildiğinden dolayı da pastırma kelimesi **baharda ye** anlamına gelmektedir[94]. Hayvancılıkla uğraşan Türkler, hayvanların etlerinin ne zaman daha lezzetli olduklarını bildikleri için ilkbaharda zayıf olan hayvanlarını kesmeyip, önceden yaptıkları bu pastırmayı yerlerdi. Bu et onlara göre taze etten daha lezzetli idi[95].

Eski Türklerde hayvanın en değerli yeri sırt kısmı, yani o zamanki deyimiyle uca'sı idi. Pastırmanın yapıldığı hayvanın en iyi yeri de uca'sıdır[96]. Çünkü pastırma yapılmak için büyük et parçalarına -ki bunların kemiklerinin ve sinirlerinin alınması gerekir- ihtiyaç duyulmuştur. Pastırmanın üzerinde bulunan tabaka; çemen tohumu, kırmızı biber ve sarımsağın ezilmesiyle oluşan adına da çemen denen bir tabakadır[97]. Göçebe bir yaşam biçimine sahip olan Türkler bu etleri küçük parçalar halinde güneşte kurutmakta ve savaş azığı olarak kullanmaktadırlar. Savaş sırasında ordunun ihtiyacını karşılamak için sucuk ve pastırmanın yanında kurutulmuş et ve et tozunun da kullanıldığına kaynaklarda rastlamaktayız[98]. Pastırma kurutulmuş bir et türüdür. Bütün bunlara ek olarak Mısır'da pastırma yerine direk **kak** denilmiştir. Osmanlılarda da pastırma yapmak için kaklamak sözü kullanılmakta idi.

---

[93]Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., III.** s. 16; Kaşgarlı'ya göre pastırma; güzün etin karabiberin bulunduğu bazı baharatlarla karıştırılması ve kurutulması ile yapılır; Öcal, **a. g. m.**, s. 209; Genç, **a. g. m.**, s. 61'de pastırma, yazok et olarak geçerken; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 469'da ise bu kelime **yazuk et**; yine Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 43'de **yazak et** olarak verilmiştir.

[94] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 469; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 44.

[95] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 381.

[96] **a. g. e.**, s. 347.

[97] Arlı, **a. g. m.** s. 23.

[98] Rasonyi, **a. g. e.**, s. 54; Tezcan, "Türklerde Yemek", s. 24.

Türklerin çok bol etleri olması nedeniyle bunu uzun süre kullanmak amacıyla konserve tekniğini ortaya çıkarmışlardır. Çin'e ihraç edilen malların başında bu konserve etler gelirdi[99].

Kaynaklarda Karluklar'ın pastırma yaptıkları ve etleri bu şekilde sakladıklarına rastlanmaktadır[100]. Çerkez köylerinde adı pasta olmakla birlikte, bildiğimiz pasta gibi tatlı olmayan ve pastırma ile birlikte yenen meşhur bir yemekleri de var idi[101]. Bu yemeği Tatarlar da bilmektedir. Yalnız onlar bu yemeğe **mamelika** derler ve onlar bu yemeği; haşlanan mısır ununun tepside ortası açılarak ortasına pekmez ve yağ koyarak yaparlardı[102].

Selçuklu döneminde de pastırma yapmak için kurutulmuş koyun eti kullanılıyordu. O zamanlar pastırma yerine **kedhirme** veya **kedhirilmek** sözü kullanılmıştır.

1.3.4. Sucuk

Kısaca sucuk; tamamen Türklerin buluşu olup onların göçebe yaşamlarının ortaya çıkardığı bir yiyecektir. Bu teknik ile et daha uzun süre kullanılabilmiştir[103]. Eski Türklerde sucuk kurutulmuş bir et (kaklama) idi. Etin saklanması esasına dayanan sucuk; kıymanın, çeşitli baharat ve sarımsakla yoğrulup bağırsak içerisine doldurulması ile elde edilen ve Türkler tarafından çok eski zamanlardan beri bilinip uygulanan bir yöntemle elde ediliyordu. Sucuk, çiğ etin tuz ve biberle bekletilmesiyle olmuştur[104].

Orta Asya'da yaşayan Türklerden Kençekler'in **toğrıl** dedikleri; baharat ve etle doldurulan bağırsak dolması var idi. bu yemek hakkında bize bilgi veren

---

[99] Kafesoğlu, **a. g. e.**, s. 305.
[100] Öcal, **a. g. m.**, s. 192.
[101], **a. g. m.**, s. 193.
[102] **gös. yer**, s. 193.
[103] Tezcan, "Türklerde Yemek", s. 117.
[104] Arlı, **a. g. m.**, s. 23.

Kaşgarlı bu dolmasının pişirilip pişirilmediği hakkında bize bir bilgi vermediği için bunun bir sucuk olabileceği fikri ortaya çıkmıştır. Orta Asya'da yine sucuk **sokta** adıyla bilinmektedir[105].

Kazaklarda kışın başlamadan önce dayanıksız hayvanların kesilerek sucuk yapılması yaygındı. Kesilen hayvanın etinin hemen tüketilmesi mümkün olmadığı ve bozulmasının istenmediği için etler, dumanda (ateşe gösterilerek) kurutulup ters çevrilen bağırsakların içerisine doldurulup sucuk yapılırdı[106]. Türkmenlerin attan sucuk yaptıkları bilinmektedir[107].

Orta Asya'da yaşayan Kırgız Türklerinde ise sucuğa; **çuçuk** denilmekle birlikte tay etinden yapılana **tay çuçuğu** denilmiş, bölgede yaşayan Türkler tarafından sevilen bir sucuk türü olmuştur[108]. Altay Türklerinde kan ile doldurulan sucuğa **sokta** deniliyordu. Türkler yaptıkları sucukları pişirdikten sonra rüzgarda da kurutuyorlardı[109]. Kırgız Türklerinde de iki türlü sucuk yapılıyor, ikisine de **bıcı** deniliyordu. Birinci şekilde yapılan sucuk; kıyılmış, kavrulmuş et, pirinç ve un karışımından elde edilmektedir. Bu sucuk daha çok Altay bölgesinde yapılmakta idi. İkinci şekilde yapılan sucuk, Talas vadisinde yapılıp içine, beyin, kuyruk yağı ve kan ile dolduruluyordu. Bu sucukların bir kısmı pişirilerek yenirken bir kısmı kışlık olarak kurutuluyordu. Ancak hangisinin hemen yendiği hangisinin kurutulduğu kesin olarak bilinememektedir[110].

Memlüklerde sucuk için **sucuk, sıcık, suçuk** gibi sözler söylenmiştir. Kuman Türkleri bağırsak için **suçuğ** sözünü kullanırken, Kıpçak Türklerinde koyun sucuğu

---

[105] Ögel, **Türk Kültürü IV,** s. 327; Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I,** s. 416'da soktu adını vererek tarif ettiği bağırsağa doldurulan bu dolmanın, başka kaynaklarda sucuk olabileceği belirtilmektedir; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 468'de de aynı fikir ileri sürülmektedir. Köymen, Beslenme Sistemi", s.37'de Eski Türklerin karaciğere et ve baharat karıştırdıkları ve bağırsağa doldurdukları bu yemeğin bir sucuk olduğunu belirtmektedir; Genç, **a. g. m.**, s. 61.

[106] Öcal, **a. g. m.**, s. 202.

[107] **a. g. m.**, s.204.

[108] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 394.

[109] **gös. yer**, s. 394.

[110] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 395.

için **sucuk** sözü kullanılmıştır. Pişirme şekline göre iki türlü sucuk yapılmakta idi. Selçuklu döneminde sucuğa **soktu** veya **sogut** deniliyordu[111].

Türklerin sucuğu daha çok at etinden yaptıkları[112] ve bu etten yapılan sucuğun daha lezzetli olduğu tahmin edilmektedir. At etinden yapılan sucuğun çok yağlı olması nedeniyle haşlanmış et yemekleri üzerine konularak da yenilebiliyordu. Bu sucuğun yağına **kelde** yani **kelle** deniyordu. At etinden yapılan sucuk genellikle kurutularak yapılırdı[113].

Altaylar'da yaşayan Türkler döneminde Şamanizm inançlarının izlerini görmekteyiz. Tanrılara sundukları kurban törenlerinde kestikleri hayvanların kanından yaptıkları sucukların da, törene katılanlar tarafından yenildiğinden bahsedilmektedir[114].

1.4. Türkler'de Orun (Mevki) ve Ülüş (Et Payı) Meselesi

Eski Türklerde sofrada oturma yeri kişilerin bulunduğu mevkiye göre belirlenirdi. Bundan dolayı gerek meclislerde kurulan sofralarda gerekse sıradan sofralarda oturan herkes kendi mevkisine göre sofradaki yerini alırdı. Ayrıca sofradaki insanların et alma payı da mevkilerine göre değişirdi[115]. Bu orun ve ülüş kaidelerine, boylar ve tüm halk uymak zorunda idi. Bu kaidelere uyulmadığı takdirde kişi kendi hakkını alabilmek için şikayet etme hakkına sahipti. Mesela; Orta Asya Türklerinde hayvanın bağırsakları (güden) çobana ait idi. Çoban, kendisine ait bu payı alamadığı taktirde şikayette bulunarak hakkını talep edebilirdi. Yine Orta Asya

---

[111] **a. g. e.**, s. 394.
[112] Öcal, **a. g. m.**, 204'de Türkmenlerin at etinden çok çeşitli sucuk yaptıkları belirtilir.
[113] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 395.
[114] Abdulkadir, İnan, "Altay Şamanlığına Ait Maddeler", **Makaleler ve İncelemeler I**, Ankara, T. T. K., 1987, s. 435.
[115] Ögel, **Gelişim Çağları**, s. 291; Bahaeddin Ögel, "Türk Mutfağının Gelişmesi ve Türk Tarihi Gelenekleri", **Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri,** (31 Ekim-1 Kasım 1981), Ankara, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yay., 1982, s. 16.

Türklerinde koyunun baş kemiği babaya ait olup, eğer baba sofrada ise onu yeme hakkına hiç kimse sahip değildi[116].

Orun ve ülüş meselesi, büyük Türk Hakanları tarafından belirlenmiş ve bazı kaidelere bağlanmıştır. Toplantılarda her boyun oturacak yeri, damgası, hatta ziyafette kesilen hayvanın etinin paylaşımı Gün Han tarafından belirlenmiştir[117].

Bu orun ve ülüş meselesinde daima en şerefli yer hanlara ayrılmıştır. Türk boylarında; siyasi toplantılar, eğlenceler, şölenler, ziyafetler ve toylar verilirken en şerefli yerin sağ taraf olduğuna inanılmaktadır. Bundan dolayı bütün bu toplantılarda Boz-Okların sağ tarafta oturduklarını görmekteyiz[118]. Oğuzlarda çadırın en şerefli yerine Gün Han oturtulmuş ve koyunun başı[119], bununla birlikte kuyruklu sağrısı (uca) ve bağrı Han payı olarak ona takdim edilmiştir[120]. Bu ülüş sırasında vezire düşen pay ise hayvanın döş, töş (göğüs) kısmıdır. Yine Oğuzlarda vezir Irkıl Hoca çadırın kapısının önüne oturarak vezir payını almıştır[121]. Gün Han'ın büyük oğlu Kayı ise sağdaki en ön çadırda oturtulup ona da koyunun sağ aşıklı kemiğini (sağ arka bacağı) pay olarak vermişler[122]. İkinci çadırda oturan Alka-Evli 'ye ön sağ ayak kemiği, üçüncü çadırda oturan Ay Han'ın büyük oğlu Yazır'a sağ kalça kemiği, dördüncü çadırda oturan Dodurga'ya ...(hayvanın hangi kısmı verildiğine dair bir bilgiye rastlanamamıştır), beşinci çadırda oturan Yıldız Han'ın oğlu Avşar'a hayvanın but kemiği, altıncı çadırda oturan Bekder'e hayvanın sağ kürek kemiği verilmiştir.

---

[116] Ögel, **Gelişim Çağları**, s. 28; Abdulkadir İnan, "Orun ve Ülüş Meselesi", **Makaleler ve İncelemeler I**, Ankara, T. T. K., 1987, s. 251.

[117] Mehmet Eröz, **Milli Kültürümüz ve Meselemiz,** İstanbul, Doğuş Yayın ve Dağıtım, 1983, s. 117; Mehmet Eröz, **Türk Kültürü Araştırmaları**, İstranbul, Kutluğ Yay., 1977, s. 40.

[118] Faruk Sümer, **Bozoklu Oğuz Boylarına Dair**, Ankara Üniversitesi D.T.C.F. Dergisi, IX. C., S. 1'den ayrı basım, Ankara, T.T. K., 1958, 65.

[119] İnan, " Orun ve Ülüş" s. 241-242.

[120] Ögel, **Gelişme Çağları**, s. 288; Ögel, **Türk Mitolojisi**, s. 371'de "Gün Han'ın hükümdar olması nedeniyle koyunun en iyi yerlerini ve en fazla payı alma hakkına sahip olduğu, ayrıca hükümdarın esas payının koyunun en kıymetli yeri olan sırtı yani **uca'sı** olduğu belirtilmektedir. Koyunun sırt kısmı çıkarılırken, başından kuyruğuna kadar olan üst kısımların da hep beraber kesilip alınmasına bilhassa dikkat ediliyordu. Koyunun bağrı ve ciğeri de hükümdara ait idi" demektedir; İnan, "Orun ve Ülüş Meselesi", III. C., **Türkler**, Ankara, Yeni Türkiye Yay., 2002, 38'de Gün Han'a koyunun başının ve sağrısının verildiğini belirtir.

[121] Ögel, **Gelişme Çağları**, s. 289; İnan, " Orun ve Ülüş", s. 242; Ögel, **Türk Mitolojisi**, s. 372.

[122] İnan, "Orun ve Ülüş"," s. 242; Ögel, **Türk Mitolojisi**, s. 372; İnan, "Orun ve Ülüş" III, s. 38; Ögel, **Gelişme Çağları**, s. 289'da Gün Han'ın büyük oğlu Kayı'nın sol en ön çadırda oturduğunu ve koyun üzerindeki payının sağ arka bacak olduğunu belirtmektedir.

Sol tarafta birinci çadıra Gök Han'ın oğlu Bayındır oturtularak ona sol but kemiği, ikinci çadırda oturan Çavuldur'a sol kalça kemiği, üçüncü çadırda Dağ Han'ın oğlu Salur'a aşıklı but kemiği, dördüncü çadırda oturan Alayuntlu'ya ...(hayvanın hangi kısmı verildiğine dair bir bilgiye rastlanamamıştır), beşinci çadırda oturan Deniz Han'ın oğlu Iğdır'a kol kemiğini, altıncı çadırda oturan Ava'ya sol kürek kemiğini vermişler[123].

Bahaeddin Ögel eserinde et payı konusunu incelerken Oğuz Destanından örnekler vererek Vezir Irkıl Hoca'nın; iki at kestirip on iki parçaya ayrılmasını, ayrılan her parçanın boyların ve Han oğullarının mevkine göre ülüş edilmesini, kimsenin diğerinin payından yeme hakkı kalmamasını emrettiğini belirtir. Bunun yanı sıra Han payını; "boyuna yakın olan bir arka kemiği, arkaya yakın olan sırt omurgası (döş) ve bir sağ kolu" olarak açıklar[124].

Toylarda oturma yerlerinin mevkiye göre belirlendiğini Dede Korkut Hikayelerinde de görmekteyiz. Bayındır Han düzenlediği toyda yüksek mevkiye sahip olanlar için kızıl otağ, düşük mevkiye sahip olanlar için ise kara otağ kurdurup bunlara kara koyun yahnisi verilmesini emretmiştir[125]. Osmanlı döneminde III. Ahmed'in, oğlu için hazırlattığı ve iki hafta süren sünnet düğününde de orun ve ülüş geleneğinin devam ettiği görülmektedir. Padişah her gün mevkine göre önce devlet adamlarından başlamak üzere; sırasıyla bilginlere, din adamlarına, askerlerine mevkilerine göre, ikinci derecede önemli devlet adamlarına ve son olarak ahaliye zengin bir düğün yemeği vermiştir[126].

Zaman zaman orun-mevki meselesinden dolayı kavgalar çıkmakta idi. Kaidelere uyulmadığı durumlarda kabileler arasında savaşlar bile olmakta idi. Bu durum her kabilenin, kendi kabilesinin üstünlüğünü ispatlamaya çalışmasından kaynaklanıyordu[127]. Çünkü orun ve ülüş her kabilenin ve her oymağın toplum

---

[123] İnan, "Orun ve Ülüş", s. 249.
[124] Ögel, **Gelişme Çağları**, s. 287.
[125] Gökyay, **a. g. e.**, s. 32.
[126] Eröz, **Kültür Araştırmaları**, s. 37-39.
[127] İnan, "Orun ve Ülüş" III, s. 41, 42'de bu duruma örnek olarak da Kazak- Kırgızlarında yaşanan ve 19. asırda meydana gelen Tama Maman Muharebesi gösterilmiştir.

içindeki yerini göstermekle birlikte, yayla, av ve savaşta ele geçen ganimetlerin paylaşmasında da kabilenin orun ve ülüşü esas alınıyordu. Bir diğer önemli nokta da orun ve ülüşünü kaybeden kabilenin, diğer haklarını da kaybetme tehlikesiyle karşı karşıya olması durumu idi[128]. Bundan dolayıdır ki Türkler, orun ve ülüş meselesi üzerinde önemle durmuşlar ve bu haklarını kaybetmemek için mücadele etmişlerdir.

Mevki meselesi, bugün bile Anadolu'da bazı değişiklikler göstererek sürmektedir[129]. Mesela, aile büyüklerinin meclislerde ve ziyafetlerde en başta oturtulduklarını görmekteyiz. Güney Altaylar'da da bu eski geleneğin devam ettiği görülmektedir. Onlar, zaman zaman yaptıkları ziyafetlerde gelen kişilerin yaşlarına ve mevkilerine göre oturmakta ve yemek yemektedirler[130].

[128] Ögel, "Türk Mutfağı", s. 16; Eröz, **Kültür Araştırmaları**, s. 40.
[129] İnan, "Orun ve Ülüş", III, s. 41.
[130] Eröz, **Kültür Araştırmaları**, s. 41.

2. ESKİ TÜRK YEMEKLERİ VE TATLILARI

Günümüzde Türk mutfağının dünyanın sayılı mutfakları arasında sayılmasının kuşkusuz pek çok nedeni vardır. Sayısız çeşitte çorbaları, sebze yemekleri, pilav ve mantı türleri, ayrıca tatlılarıyla, yalnızca Türklerin değil pek çok yabancının da damak zevkine hitap etmektedir. Türk mutfağının değişik türde yiyecekleri, ayrı başlıklar halinde aşağıda ele alınmıştır.

2.1.Çorbalar

Türklerin çorbaya genel olarak **mün (men)** dediklerini görmekteyiz[1]. Çorba sözü Farsça'dan Türkçe'ye girmiştir. Türkler çorbayı çok sevdikleri için gerek yapılış gerekse malzeme olarak çok farklı çorbalar yapıyorlardı. Türk çorbalarının ana maddesi daha çok una dayanıyordu. Türklerin adına **to** ve **suma** dedikleri çorbalarının da ana malzemesi un olup bulamaç gibi yapılıyordu[2]. Ayrıca çorbaların çok lezzetli olmasının bir sebebi de çoğunda et suyunun kullanılmasıdır. Un dışında Türkler ayrıca çeşitli sebzeleri kullanarak da çorba yapmışlardır[3].

Kazak Türklerinde çorbaya **sorpa** denilmekte ve çok çeşitli çorbalar yapılmakta idi. Onların, sığır, at, deve ve keçi etinden yapılan çok lezzetli çorbaları vardır. Çorbaların lezzetli olmasında et ile yapılmasının etkili olduğu gibi yapılış tekniğinin de etkili olduğu bir gerçektir. Kırgızlara ait bazı çorba isimleri şunlardır. "cas sorpa, kalaca sorpası, harın sorpa, tuvramış sorpa, kakirim sorpa, ovoşç sorpası...[4].

---

[1] Kaşgarlı Mahmut, **a.g.e. I**, s. 31; Faruk Sümer, "Eski Türklerin Milli Yemeği Tutmaç", **Türk Dünyası**, S. 90, Haziran 1994, s. 13.

[2] Genç, **a. g. m.**, s. 65; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 475'te bunun, kaynatılmış buğdayın ekşitilmesi ile yapıldığı anlatılmaktadır.

[3] Arlı, **a. g. m.**, s. 21.

[4] Kasimanov, "Kazakların Milli Yemekleri, s. 641.

Tutmaç (Dutmaç) Çorbası

Türklerin en eski ve tanınmış yemeklerinden biri tutmaçtır[5]. Tutmaç yemeğinin Zulkarneyn tarafından çıkarıldığı söylenmektedir. Zulkarneyn karanlıklar ülkesinden çıktıktan sonra yiyecekleri azalmış ve kıtlık başlamıştı. Zulkarneyn'in askerleri ona: "bizi tutma aç, yolumuzu aç" demişlerdir. Zulkarneyn bunun üzerine bilginleriyle konuşur ve tutmaç yemeğini çıkarttırır[6]. Türkler, vücudu kuvvetlendiren ve yüze kırmızılık veren,[7] lezzetli ve besleyici bu yemeği görünce adına **tutma aç** yani "nefsini tutma, böyle yemek yap ye" anlamında tutmaç adını vermişlerdir[8].

Türklerin milli yemeği olarak bilinen tutmaç yemeği, Oğuzlar döneminde, çok sevilmekte bundan sonraki zamanlarda Türkiye Selçukluları ve Osmanlı saraylarında da yapılıp yenilmekte idi[9]. Bununla beraber Türklerin hüküm sürdükleri ülkelerde de -İran, Arap- tanınmış bir yemek olup Anadolu'nun pek çok yerinde halen yapılmaktadır[10].

Tutmaç sulu bir yemektir[11]. Sindirimi kolay olmadığından yendikten sonra suyunun içildiği söylenmektedir[12]. Ayrıca tutmacın; içki içildikten sonra meydana

---

[5] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I,** s. 452'de tutmaçla ilgili en eski bilgiye rastlanılmaktadır; Kafesoğlu, **a. g. e.**, s. 305; Sümer, **Oğuzlar**, s. 394; Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 401; Mahmut Tezcan, "Türklerde Yemek" s. 117; Köymen, **Alp Arslan II**, 476, 477; Genç, **a. g. m.**, s. 60; Duvarcı, **a. g. m.**, s. 232'de bu yemeğin bir çeşit tutmaç yemeği olduğu belirtilmektedir.

[6] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I.**, s. 452; Genç, **a. g. m.**, s. 60; Eröz, **Milli Kültür**, s. 109,116; Eröz, **Kültür Araştırmaları**, s. 161.

[7] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 401; Genç, **a. g. m.**, s. 60; Eröz, **Milli Kültür**, s. 109; Eröz, **Kültür Araştırmaları**, s. 161.

[8] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 477; Sümer, "Tuçmaç", s. 11; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 39-40.

[9] Sümer, **X. Yüzyılda Oğuzlar**, s. 143; Genç, **a. g. m.**, s.60.

[10] **gös. yer**, s. 60; Sümer, **Oğuzlar**, s. 394'de tutmacın bugün Tokat, Sivas, Amasya, Çorum, Ankara, Yozgat, bölgeleri ile Avşarlar arasında hala yapılmakta olduğu belirtilmektedir; Eröz, **Milli Kültür**, s. 117.

[11] Sümer, "Tutmaç", s. 11; Ögel, **Türk Kültürü IV**, s 403'de ise pişirilen hamurun suyunun süzülerek tutmaçtan ayrıldığı belirtilmektedir.

[12] Sümer, **Oğuzlar**, s. 394; Genç, **a. g. m.**,s. 60'da içindeki malzemenin çok bol olmasından dolayı besleyici, tok tutucu, hatta tedavi edici bir özelliğe sahip olduğu belirtilmektedir; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 477, 478; Eröz, **Milli Kültür**, s. 109; Eröz, **Kültür Araştırmaları**, s. 161; Müjgan Cunbur,"Mevlana'nın Mesnevi'sinde ve Divan-ı Kebir'inde Yemekler", **Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri,** Ankara, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yay., (31 Ekim-1 Kasım 1981), 1982, s. 75-76'da Türkmenlerin bu çorbanın suyunu içmeyip köpeklere verdikleri belirtilmiştir. Yine aynı eserde bu aş şöyle tarif edilmektedir. Önce un elenerek hamur yapılır ve açılan

gelen baş ağrılarını giderdiği söylenmektedir. Öyle ki Türkiye Selçuklularının yüksek idarecileri içkiden sonraki baş ağrılarını giderdiği için tutmaçla yakından alakadar olmuşlardır[13].

Tutmaç için en gerekli malzemeler, buğday unu ve et idi[14]. Kimi kaynaklar tutmacın yapılışını şöyle tarif ederler: Hamur, yufka gibi hatta biraz kalınca açılıp sacda hafifçe pişirilir. Daha sonra baklava veya üçgen şeklinde kesilen bu hamur parçaları[15] -ki bunlara **tutmaç çöpü**[16] deniliyor- suda haşlandıktan sonra süzülür[17]. Tutmaç, piştikten sonra daha önceden pişirilen mercimek ile karıştırılır. Bunun içine yoğurt[18] ve sarımsak katıldıktan sonra üzerine kızartılmış kıyma ve yağ dökülür. Bütün bu işlemlerden sonra üzerine kuru veya taze nane serpilerek yemek yenilecek hale getirilmiş olur[19]. Tutmaç kaşıkla değil de adına **sış (şiş)** denilen bir çatalla yeniliyordu[20].

Tutmaç yalnız yenileceği gün hazırlanan bir yemek değil idi. Kaynaklarda tutmacın, önceden yapılarak daha sonraki günlerde kullanıldığına rastlamaktayız. Tutmaç; **sış-şış** denilen şişlerde kurutularak saklanıyordu[21].

Cemal Anadol ise tutmacın tarifini şöyle vermektedir: "Mercimek tuz eklenmiş suyla 40 dakika kadar pişirilir. Öte yandan 1/2 çay bardağı un ayrılır; kalan

---

hamurdan yufka açılarak parça suda haşlanır. Daha sonra da üzerine sarımsaklı yoğurt, kırmızı biberli yağ dökülerek yenildiği belirtilir.

[13] Sümer, "Tutmaç", s. 11.

[14] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 477; Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 53'te bu yemeğin, yumurta, et, un ve tereyağından yapılan bir yemek olduğu belirtilmektedir.

[15] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 403'te bu hamur parçalarına eski Türkler'in "çöp" dediklerini belirtmektedir; Eröz, **Milli Kültür**, s. 109.

[16] **Kültür Araştırmaları**, s. 161; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 477'de bu tutmaç çöplerinin içine et parçalarının konulduğu ve mantının yapılışındaki gibi uçları birleştirilerek parçaların kapatıldığı belirtilmektedir.

[17] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 478, 478'de bu suyun dökülmediği belirtilir ki muhtemelen tutmacın suyu, hazımsızlığı giderdiği için dökülmüyordu.

[18] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 478'de belirtildiğine göre; yoğurdun içerisine sirke, adına **tagna** veya **tagna yava** denilen bir ağaç parçası ve **sınçgan katı** denilen bir dikenin meyvesi sıkılıp bu karışıma bir de sarımsak ilave edilerek tutmaca katılır. Ayrıca bu malzemelerin tutmaca renk verdiği belirtilir. Yine tutmaca katılan başka bir bitki ise **avılku** adlı ağacın meyveleridir; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 40.

[19] Sümer, "Tutmaç", s.11, 12, 14, 15; Sümer, **Oğuzlar**, s. 394; Genç, **a. g. m.**, s. 68'de tutmaca sirke konulduğundan bahsetmektedir.

[20] **a. g. m.**, s.60; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 478.

un bir miktar tuzla karıştırılıp yoğrularak 5 dakika dinlendirilir. Hamur 2 parçaya ayrılır ve ince olarak açılır, arasına un serpilerek bu parçalar üst üste konulur ve dörde bölünür. Bir parçası ayrılır, kalanlar ince şeritler halinde erişte gibi kesilir. Bu kesilen hamurlar tencereye ilave edilir ve 10 dakika pişirilir. Onlar pişerken sarımsak ezilir, yoğurtla birlikte çorbaya ilave edilir, ocak kapatılır. Çorbamız hazırdır. Ancak üzerinin terbiyesi yapılmalı; bunun için de yağ eritilir, ayırdığımız bir parça hamur da erişte gibi kesilir ve margarinde kızartılır, nane ve kırmızı biberi de konularak çorbanın üzerine dökülür[22].

Günümüzde de bu tarihi yemeğimiz; Bolu ve çevresinde yaşayan Dodurga, Avşar, Kızık, Kınık, Yuva, Çepni gibi Türk boyları tarafından çokça yapılmaktadır. Bu yöredekiler tutmacı şöyle yapmaktadırlar: Tutmaç için hazırlanan hamurun içine tuz katılır. Hamur su ile yoğrulur. Hamur iyice yoğrulup pazı haline gelince güneşli bir yere veya odaya serilir. (Bundan anlaşılıyor ki sacda az pişirmek yerine tabii olsun diye güneşte kurutuluyor.) Bu ufak parçalar bir tencere suda iyice kaynatılır. Hamurlar pişince tencere ateşten indirilir ve bir miktar karıştırılır. Üzerine kızarmış tereyağı (bu tereyağının içinde kıyma da olabilir) döküldükten sonra yemek servise hazır hale getirilir[23].

Ovmaç, Oğmaç, Omaç, Umaç

Kuzey Türkleri ve Orta Asya Türkleri erişte ve makarna çorbasına **umaç (omaç)** demişlerdir. Orta Asya'da yapılan yemek bir çeşit erişte yemeği olup, yuvarlak açılan hamurun kurutularak kışın yapıldığı, hatta bazı Türklerin bu yemeğe et parçaları koyduklarına da rastlanmaktadır. Anadolu'da ise daha değişik şekillerde unla yapılan bu yemeğe **uğmaç (ovmaç)** denilmekte idi. Çağatay ve Doğu Türkistan bölgesinde un çorbasına bile umaç denilmiştir[24].

---

[21] **gös. yer**, s. 478; Köymen, "Beslanme Sistemi", s. 44.
[22] Anadol, **Türk Yemekleri**, s. 449.
[23] İsmail Hakkı Akyoloğlu, "Bolu Çevresinde Yaşayan Türkmenlerin Milli Yemeği "Tutmaç Çorbası" ve Diğer Tarihi Türk Yemekleri", **Türk Dünyası**, S. 39, Aralık 1985, s. 248, 250.
[24] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 375-377; Ögel'in açıklamasını teyit eden bir durum da Doğu Türkistan'dan Türkiye'ye gelip yerleşen Nurala Göktürk Hanımefendinin evinde yapılan görüşmelerde

Ovmaç (oğmaç) bir hamur yemeğidir. Tepsiye yayılan una su serpilerek avuç içinde ovalanır ve küçük hamur taneleri oluşturulur[25]. Bu hamurdan elekten geçirilen ve aynı boyda olanlar ayrılır. Daha önce haşlanan mercimeğin içine (istenilirse et suyu eklenerek) kıyma konularak kaynatılır. Kaynama sırasında elekten geçirilen hamur parçaları tencereye atılır. İçine tuz, nane (veya maydanoz) ilave edilerek ocaktan indirilir. Elekten geçmeyen büyük taneler ise yağda kızartılıp haşlanan yemeğin üzerine dökülür ve servis yapılır[26].

Tarhana

Bu çorba en yaygın Türk yiyeceği olup besin değeri de çok yüksektir[27]. Kuzey Türklerinden Tatarlar bu çorbaya **tarana** demektedir[28]. Bu yiyecek bozkır kültürü yapısına uygun olmakla birlikte yazın hazırlanıp kışın tüketilen bir yiyecek türüdür. Türk mutfağında önemli bir yeri olan yoğurdun bozulmadan kışa saklanabilmesi için bulunmuş olan bir yöntemdir. Tarhana yazın kurutularak hazırlanan, kışın tüketilen kışlık bir azıktır[29]. Türkler; bozulmayacak şekilde kuruttukları tüm süt ürünlerine kurut dedikleri için tarhana da kurut dedikleri bu kışlık azık grubuna girmektedir. Tarhana, çok çeşitli hayvansal ve bitkisel besinlerin karışımından elde edildiği için yiyecek olarak yüksek protein değerine sahiptir. Farklı bölgelerde içerisine konulan maddeler değişiklik göstermekle birlikte hemen her yerde kullanılan ana madde yoğurt olmuştur. Ayrıca yazın kurutulmakla beraber özellikle gölgede kurutulması

---

tarifini verdiği ve aslında un çorbası olan umacın tarifidir. Bu tarife göre; "Bir tencerede et su ile haşlanır. Mevsime uygun sebze çeşitleri de suda haşlanır ve elekten geçirilir. Daha sonra bir çorba kaşığı buğday unu ilave ettiğimiz 1,5 su bardağı mısır unu kaynayan suya yavaş yavaş karıştırılarak ilave edilir. Şalgam ağırlıklı sebzeli suya ilave edilen un 8-10 dakika kaynatıldıktan sonra ateşten indirilir. Buna 4-5 diş sarımsak doğranarak ve bir tutam ıspanak veya maydanoz ilave edilerek yenilir".

[25] Akyoloğlu, "Tutmaç Çorbası", s. 250; Anadol, **Türk Yemekleri**, s. 50; Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 377'de avuçta ufalanarak yapılan hamur çorbasına uğmaç dendiğini söylemektedir; Tuncer Gülensoy, "Türk Tatar (Kuzey Türkleri) Yemek Adları Üzerine", **Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri,** Ankara, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yay., (31 Ekim-1 Kasım 1981), 1982, s. 201, 209'da Tatar Türkler'inde **omaş** denilen çorbanın tarifini verirken unun elle ovularak yapıldığı oğmaç çorbasının tarifini vermiştir. Ayrıca bu çorbanın üzerine pişirildikten sonra yoğurt ve yağ ilave edildiği belirtilir.

[26] Anadol, **Türk Yemekleri**, s. 50; Gülensoy, **a.g.m.**, s. 201, 209'de verilen tarifte, bu yemeğe mercimek katıldığından bahsedilmemektedir.

[27] Tezcan, "Türklerde Yemek", s. 116.

[28] Gülensoy, **a. g. m.**, s. 201.

[29] Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 45.

onu daha besleyici kılmaktadır[30]. Bu gün Anadolu'da ve kırsal kesimden kentlere göçen halk arasında tarhana yapımı ve tüketimi hala devam etmektedir.

Erişte Çorbası

Ev makarnası olarak bilinen bu hamur parçaları ile yapılan çorba Türkler tarafından sevilen bir çorba çeşidi idi. Erişte Türklerin kışın tüketmek için hazırladıkları kışlık azıklardandır[31]. Erişte; hamur parçalarının ince ve uzun olarak kesilip, güneşte kurutulmasıyla yapılan bir çeşit makarna türüdür. Altınordu döneminde kısrak veya koyun eti ile pişirilen rişte (erişte) denilen şehriyeye benzeyen bir yemekleri var idi. Bu yemek piştikten sonra sütle içilerek yenen bir yemektir[32].

Paşkalı

Tatar Türkleri tarafından bilinerek yapılan bir çorbadır. Kuru fasulye ve evde yapılan şehriye (lakşa) ile pişirilir[33].

Atala

Kırgızların, yoğurt ve undan yaptıkları bir çorbadır[34]. Nasıl yapıldığı hakkında fazla bir bilgiye rastlanılmamıştır.

---

[30] Arlı, **a. g. m.**, s. 21.
[31] Tezcan, "Türklerde Yemek", s. 118; Arlı, **a. g. e.**, s. 27; Koşay-Ülkücan, **a. g. e.**, s. 23; Duvarcı, **a.g. m.**, s. 232'de hamurunu oluşturmak için un ve yumurta ile yoğrularak elde edildiği ve bu hamurun ince şeritler halinde kesildikten sonra kurutulduğu ve kışlık olarak kullanıldığı belirtilmektedir.
[32] Öcal, **a.g.m.**, s. 196.
[33] Gülensoy, **a. g. m.**, s. 201.
[34] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 24.

Yarma Çorbası

Orta Asya'da carma adı verilen arpa ve buğday yarmasının yoğurtla terbiye edilmesi ile yapılan bir çorbadır[35].

Bulgarlar, adını bilmediğimiz ancak arpadan yaptıkları bir çeşit çorbayı yiyorlardı. Bazen buna et de katıyorlar, ancak bu yemeğin etini erkekler yerken kadınlar da arpasını yiyorlardı. Bu çorbanın tekenin başı ile yapılanından kadınlar da yiyebiliyordu[36].

2.2. Sebze Yemekleri

Türkler çoğunlukla hayvansal ürünlerle beslenmelerine rağmen tarımla uğraşmaya başladıktan sonra hayvansal gıdaların yanı sıra bitkilerden de yararlanmışlardır. Özellikle bahar ve yaz aylarında kırlarda yetişen taze ot ve köklerden yararlanarak çeşitli yemekler yapmışlar ayrıca kışın bulunmayan bu bitkileri yazın kurutarak da kışın faydalanmasını bilmişlerdir[37]. Türkler tarıma geçtikten sonra sebze yemeye başlamalarına rağmen fazla tercih etmemişlerdir[38]. Ancak manizme geçen Uygurlar bu dinin et yemeyi yasaklaması nedeniyle sebze türü yiyeceklere ağırlık vermişlerdir[39]. Buna göre Türklerin yararlandıkları sebzelerden bazıları şunlardır.

Hun Türkleri; pirinci Çinlilerden alıp muhtemelen ondan çeşitli yiyecekler yapmışlardır[40]. Hazarlar da pirinçten çeşitli yemekler yapıyorlardı[41].

---

[35] **a. g. e.**, s. 25.
[36] Öcal, **a. g. m.**, s.190.
[37] Kamil Toygar, "Değişen Türk Mutfağı", **Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri**, Ankara, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yay., (31 Ekim-1 Kasım 1981), 1982, s. 156.
[38] Kafesoğlu, **a. g. e.**, s. 305.
[39] Bulduk, **a. g. m.**, s. 35.
[40] Öcal, **a. g. m.**, s. 169.
[41] **a. g. m.**, s. 190.

Uygur ülkesinde, bezelye, bakla, kişniş gibi bitkiler yetiştiriliyordu ki muhtemelen bunlardan yemek yaparak yiyorlardi[42].

Karluklar ise nohuttan ve mercimekten yemek yapıyorlar idi[43]. Kimaklar da nohut ve sebzeden yemek yapıyorlardı[44]. Kırgızlar, darı ve pirinç yiyorlardı[45]. Hitaylar, arpa ve fasulye yiyorlardı[46].

Çiğillerin ülkesinde **kelkan** denen tatlı bir bitki bulunuyordu. Bu bitkinin etle pişirildiğini görmekteyiz. Ayrıca onlar arpa ve fasulyeden yemek yaparak yiyorlardı[47].

Kazak Türkleri; hayvancılığın yanında tarımla da uğraşmışlardır. Bundan dolayı ağaçların yemişlerini alarak çeşitli yemekler de yapmışlardır. Onların sebzeleri kullanarak yaptıkları yemeklere **Ösimdik Tağamdarı (bitki yemekleri)** dediklerini görmekteyiz[48].

Türklerin XI. Yüzyılda; ıspanak, karnabahar, kabak, turp, havuç, sarımsak, patlıcan, hardal, kara pazı ve şalgam[49], kereviz, salatalık, soğan, ıspanak ve turp[50] gibi sebzeleri yetiştirdiklerini bilmekteyiz. Muhtemelen bu sebzeleri yetiştirmekle beraber onları yemek yapmada da kullanıyorlardı[51].

Püstüli: Kara pazı denilen bir ottan yapılan yemektir[52].

---

[42] Ögel, **Gelişme Çağları**, s. 203; Öcal, **a. g. m.**, s. 186.
[43] İbn Fazlan, **a. g. e.**, s. 92; Öcal, **a. g. e.**, s. 191.
[44] İbn Fazlan, **a. g. e.**, s. 90.
[45] **a. g. e.**, s. 92.
[46] **a. g. e.**, s. 95.
[47] İbn Fazlan, **a. g. e.**, s. 88; Öcal, **a. g. m.**, s. 191.
[48] Kasimanov, "Kazakların Milli Yemekleri", s. 642.
[49] Genç, **a. g. m.**, s. 65.
[50] Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 45.
[51] Genç, **a. g. m.**, s. 65.
[52] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 451; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 479'da kara pazı denen bu sebzeye **büsteli** denilmektedir.

2.3. Diğer Yemekler

Zengin bir mutfak kültürüne sahip Türkler, et başta olmak üzere çeşitli malzemelerden yemek yapmakta idiler. Türklerin en çok bilinen yemekleri şunlardır.

Bumbar

Orta Asya'da yaşayan Türklerin bilinen en eski yemeklerinden biri de **bumbar** yemeği idi. Bumbar, bağırsağın içerisine pirinç, kıyma, soğan ve çeşitli baharatlar konularak yapılan bir dolma çeşididir. Türkler bumbara çeşitli isimler vererek değişik şekillerde yapmışlardır.

Kaşgarlı Mahmut eserinde bumbarı farklı isimlerle vermiştir. Bunlardan bazılarının pişirilip pişirilmediği konusunda ayrıntılı bilgiye rastlanmadığı için bazılarının sucuk olabileceği ihtimali de söz konusudur. Mesela Kaşgarlı Mahmut'un sucuk olarak açıkladığı **soktu**[53] karaciğerin, et, baharat karıştırılarak bağırsağa doldurulması ve pişirilmesi ile yapılan bir yemektir. (soktu'nun pişirilmiş olmasından dolayı sucuk değil de bir yemek olması ihtimali söz konusudur). Sokmak sözünden türeyerek bu adı alan bağırsak dolması veya sucuğu, Orta Asya'da bugün sokta adı ile yaygınlaşmıştır[54].

Adı geçen eserde rastlanan diğer bumbar çeşitlerinden **sogut** ise pirinç, et ve baharatın karıştırılarak bağırsağa doldurulmasıyla yapılan bir yemekti[55]. Diğer bumbar çeşitlerinden farklı olarak sogutta pirincin kullanıldığını görmekteyiz.

---

[53] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 416; **Ana Britannica**, "Sucuk", Genel Kültür Ansiklopedisi, XX. C., 1990, s. 103'de sucuk yapımının tarifini verirken çeşitli baharatlar karıştırılan etin bağırsaklara doldurulduğu ve iki tarafının iple bağlandığı ve kaynar suya batırıldıktan sonra da kurutulduğu anlatılmaktadır. Bu açıklama doğrultusunda zaman zaman bağırsağa doldurulan dolmaların ve sucuğun pişirilmesinden dolayı, onların karıştırılmasının doğal olduğu anlaşılmaktadır.

[54] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 327.

[55] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 356; Genç, **a. g. m.**, s.65; Öcal, **a. g. m.**, s. 209, 210'da ise bu kelimenin ayrıca ekşi sütten yapılmış bir peynir için kullanıldığı belirtilir.

Kaşgarlı'nın eserinde geçen **yörgemeç** de bir bumbar dolması idi. Yörgemeç; bağırsakla birlikte işkembe incecik kıyılarak bağırsak içine konur. Daha sonra bu bağırsak kızartılarak veya pişirilerek yenilirdi[56].

Bu eserde geçen bir başka bumbar da **togrıl**'dır. Bu Kençek Türklerinin bağırsağın içerisine et ve baharat koyarak yaptıkları bir bumbar dolmasıdır[57]. Bu yemeğin izahı yapılırken pişirilmesinden söz edilmediği için kurutulan bir et yemeği yani sucuk olabileceği söylenmektedir[58].

Cemal Anadol, bumbarın tarifini şöyle vermektedir: "Kalın bağırsağın yağlarını alıp ters çevirerek kazıma ve temizleme işlemini yaptıktan sonra tuzlayıp 5 dakika bekletilir. Tekrar yıkayıp suyu süzdürülür. Rendelenmiş soğan, kıyma (kıyılmış veya doğranmış karaciğer de olabilir),[59] pirinç (istenilirse bulgur) ve baharat yoğurup iç haline getirilir. Bu hazırlanan iç bağırsağa doldurulur ve ip ile bağırsağın uçları bağlanır. Hazırlanan bağırsak dolması tuzlu suda haşlanır. Hazırlanan bu dolmalar
patlamaması için birkaç yerinden iğne ile delinir. Daha sonra suyunu süzdükten sonra yağda kızartılarak servis yapılır[60]. İsteğe bağlı olarak bumbar dolması, yumurtaya bulanarak da kızartılabilir"[61].

Bu yemek bazı değişikliklerle Kıbrıs Türkleri arasında da yapılmaktadır. Onlar ise bumbarı; kuzu veya oğlağın bağırsağını yıkadıktan sonra, sirke veya limon suyunda bekleterek kokusunu gidermeye çalışırlar. Dolmanın içine konulacak malzeme az sulandırılmış halde huni yardımıyla bağırsağın içerisine doldurulur. Bir iplikle bağırsağın bir ucu doldurulmadan önce bir ucu da doldurulduktan sonra bağlanarak tencerede tuzlu su ile yavaş yavaş haşlanır. Bumbarın patlamaması için

---

[56] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., III**, s. 55; Genç, **a. g. m.**, s. 62.
[57] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 482.
[58] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 327.
[59] Koşay- Ülkücan, **a. g. e.**, s. 91.
[60] Anadol, **Türk Yemekleri**, s. 182.
[61] Koşay - Ülkücan, **a. g. e.**, s. 91.

şişle birkaç yerinden delinir. Pişen bumbar istenilirse yağda kızartılır. Bumbarın suyunda ayrıca pilav veya makarna da pişirilebilir[62].

Kürşek

Türklerin yine darıdan yaptıkları bir yemekleri daha vardı ki adına kürşek diyorlardı. Bu yemeği yapmak için, darı su veya sütle kaynatılır. Yemeğin üzerine yağ dökülerek yenir[63].

Yahni

Türklerin bilinen ve sevilen en eski yemeklerinde biri de yahnidir[64]. Bu yemek; Dede Korkut Kitabında da karşımıza çıkmaktadır[65]. Ana malzemesi et olup içerisine ayrıca soğan ve salça konularak pişirilen bir yemektir. Bu yemek istenilirse başka malzemeler konularak da yapılabilir[66].

Borani (Burhani)

Türklere ait olan bir yemek de; ortalarından bir delik açılan hamur parçalarının, tencerede haşlandıktan sonra üzerine yoğurt dökülerek yenilen **burani-burhani** adındaki yemektir. Altınordu döneminde yapılmıştır[67].

Peremeç

Tatar Türklerine ait olan hamur ve etle yapılan bir yemektir. Hamur yapılarak

---

[62] Mahmut İslamoğlu, "Kıbrıs Türk Mutfağı ve Etkileri", **Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri**, Ankara, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yay., (31 Ekim-1 Kasım 1981), 1982, s. 163.

[63] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 478; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 476.

[64] Kafesoğlu, **a. g. e.**, s. 305; Ögel **Türk Kültürü IV**, s. 403; Tezcan, "Türklerde Yemek", s,117.

[65] Gökyay, **a. g. e.**, s. 31.

[66] Arlı, **a. g. m.**, s. 23.

[67] Öcal, **a. g. m.**, s. 196; Koşay-Ülkücan, **a. g. e.**, s. 114'te ise bu yemeğin adını **borani** olarak belirtip, üzerine yoğurt dökülen bütün etli ve yağlı yemeklerin genel adı olarak açıklamıştır; Cunbur, **a. g. m.**, s. 76'da bu yemekten bahsedilmektedir.

çok ufak olmayacak şekilde açılır. Hamur parçalarının içine kıyma, soğan, tuz, biber karışımı konularak hamurun ağzı büzülür. Daha sonra bu hamur bekletilmek suretiyle dinlendirilir. Dinlenme işi tamamlanan hamurun kızgın yağda iki tarafı da kızartılır. Peremeç sıcak olarak yenen bir yemektir[68]. Ayrıca hamurun içine et, peynir, patates püresi gibi malzemeler konularak da yapılır[69].

Pilmen

Bu da hamurlu bir yemektir. Yemekte kullanılan malzemeler şunlardır. Un, yumurta, yeterince tuz, kıyma, biber ve soğan. Un, yumurta ve ılık su ile yoğrularak hamur elde edilir. Bu hamur parçaları, oklava ile açılarak fincan veya ona benzer bir şey yardımı ile kesilir. Hamur parçalarının içine yapılmış olan bu karışımdan konulur ve kapatılır. Daha sonra da kaynamakta olan et suyuna atılarak pişirilir[70].

Kara Ekmek

Bu yemek için et çok iyi pişinceye kadar haşlanır. Daha sonra üzerine un, yağ ve şeker konulur ve yeniden haşlanılır, bu aşamadan sonra yenmeye hazır hale gelirdi[71].

Ügre

Türkler, hamuru incecik kesip onu kurutuyordu. Daha sonra bu erişte denen hamurdan yemekler yapılıyordu. Bu yemek tutmaca benzeyen bir şehriye çorbasıdır. Yalnız tutmaçtan daha az sulu yapılır[72].

---

[68] Gülensoy, **a. g. m.**, s. 204.
[69] Hamit Zübeyir Koşay, "Eski Türkler'in Anayurdu ve Yemek Adları", **Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri,** Ankara, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yay., (31 Ekim-1 Kasım 1981), 1982, s. 50.
[70] **a. g. m.**, s. 53.
[71] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 474, 475.
[72] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 27; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 475; Genç, **a. g. m.**, s. 65'te yine bir çeşit erişte olan **kıyma ügre** adındaki yemekten bahsetmektedir.

Sarmaşuk

Türklerin yaptıkları başka bir çeşit şehriye çorbasıdır. Bu çorba için hamur, nohut büyüklüğünde kesilir ve pişirildikten sonra hastalara verilirdi[73].

Akıtmaç

Bu bir hamur yemeği olup, Yörük ve Türkmenler bu yemeği sac üzerinde yapmaktadırlar. Bu yemek deve veya koyunun doğumdan sonraki ilk sütünden yapılmaktadır. Bu süt un ile karıştırılır ve sac üzerinde kızartılır[74].

Bulamaç

Bu yemekte kullanılan malzemeler; un, yağ ve yoğurttur[75]. Yemeğin nasıl yapıldığı hakkında fazla bir bilgiye rastlanamamıştır.

Keşkek

Bu yemek, iyi buğday unu ve etle yapılır. Tüm malzeme delikanlılar tarafından lastik gibi oluncaya kadar iyice dövülür ve üzerine kırmızı biberle eritilmiş yağ dökülür. Bu yemek özellikle düğünlerde yenilen zerde ve pilavla birlikte sunulan değerli bir yemektir[76].

---

[73] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 475; Genç, **a. g. m.**, s. 65'te bu çorbanın adının **sarmaçuk** olduğu ve iştah açıcı özelliğe sahip olduğu belirtilmektedir; Eröz, **Milli Kültür**, s. 108; Eröz, **Kültür Araştırmaları**, s. 160'da yumuşak olmasından dolayı yaşlılara da verildiği belirtilmektedir; Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 53.

[74] Eröz, **Milli Kültür**, s. 108; Eröz, **Kültür Araştırmaları**, s. 160; Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 53.

[75] Eröz, **Milli Kültür**, s. 108; Eröz, **Kültür Araştırmaları**, s. 160; Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 53; Cunbur, **a. g. m.**, s. 77'de bu yemekten bahsedilmektedir.

[76] Eröz, **Milli Kültür**, s. 108; Eröz, **Kültür Araştırmaları**, s. 160'da özel günlerde yapılan bir yemek olduğu belirtilmektedir; Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 53.

Gübediye

Hamurlu olan bu yemek; kıyma, pirinç, soğan, tuz ve tereyağı ile yağlanmış tavaya açılan hamurun içine haşlanmış pirinç konularak yapılır. Bunun üzerine de soğan, tuz, biber ile kavrulan kıyma konulur. Üzeri iyice yağla kapatılan gübediye, orta hararetli fırında pişirilerek sıcak servis yapılır[77].

Samsa

Bu yemek de hamurla yapılmaktadır. Uygur Türkleri, kuru boğaça şeklindeki bu yemeğe bu ismi vermişlerdir[78]. Yemeğin malzemesi ve yapılışı hakkında ayrıntılı bilgiye rastlanamamıştır.

Narin Çöp

Bu, Doğu Türkistan Türkleri tarafından bilinen, hamur ve etten yapılan bir yemektir. Yemekte kullanılan malzemeler şunlardır. Et, un, yumurta, tuz, havuç, yeşil soğan ve çeşitli baharatlar.

Hamurunun yapılışı; un, yumurta, tuz ve su ile yoğrularak sert bir hamur elde edilir. Bu hamur parçaları küçük yuvarlak şeklinde açıldıktan sonra 1 cm şeritler halinde kesilir ve sıcak suda haşlanır. Süzülen hamurun üzerine daha önceden haşlanan ve daha sonra da ezilen; et, havuç, yeşil soğan, tuz ve değişik baharatların karışımı dökülür ve servis yapılır[79].

---

[77] Gülensoy, **a. g. m.**, s. 205.
[78] Eröz, **Milli Kültür**, s. 108; Eröz, **Kültür Araştırmaları**, s. 160; Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 52.
[79] Doğu Türkistan'dan yurdumuza göç eden Nurala Göktürk hanımefendi ile evinde yapılan görüşmeden yararlanılmıştır.

Buxsı

Bu yemekte kullanılan malzemeler, buğday, badem, bal ve süttür. Pişirilen buğdayın üzerine buğday taneleri atılır. Süt ve bal ile yapılan bulamaç buğdayların üzerine dökülür ve ekşimeye bırakılır. Ekşime işi tamamlandıktan sonra buğdayları yenirken suyu da içilir[80].

Karma Çay

Yağda kızartılan un, suyla karıştırılır daha sonra bunun üzerine suyu süzülmüş çay katılır. Salep kıvamında olan bu yemek yolculuk sırasında yeniliyordu[81].

Beş Parmak

Haşlanmış etin üzerine hamur örtülerek pişirilen bir yemektir[82].

Kaktagan Et

Şişlere takılan biftek şeklindeki etler, kor ateşte pişirilerek yemek yapılır[83].

Kavucu

Yağlanmış vèya sade olarak kavrulan buğdaya denir. Bu eğlencelik şeklinde olup özellikle yolculuk sırasında yenilir[84].

---

[80] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 423.
[81] Öcal, **a. g. m.**, s. 213.
[82] **a. g. m.**, s. 212.
[83] Öcal, **a. g. m.**, s. 212.
[84] **gös yer**, s. 212.

Doğalatba

Kaynayan yağa un katılarak yapılır[85].

Buğday Köce veya Kesbe Köce

Kavrulmuş etle buğday çorbası veya makarna ilave edilerek yapılır[86].

Uwzurı

Buğday, arpa unu gibi şeyler karıştırılarak yapılan karışık bir yemektir[87].

Türkler; XI. Yüzyılda etten kadınbudu köfteye benzeyen bir yemek yapıyorlardı[88]. Bu yemeğin ana malzemesinin et olduğunu bilmekle beraber başka hangi malzemelerin konduğu ve nasıl pişirildiği hakkında fazla bir bilgiye sahip değiliz.

XI. Yüzyılda Türklerin; darı özünü sütle kaynatıp üzerine de yağ döküp yedikleri bir darı yemeği vardı. Yine darıdan yapılan yalnız sütten başka kaymakla pişirdikleri bir yemekleri vardı[89].

Türkler, et çok bol olduğu için en fazla kebap yapıyorlardı. Kebap için **söklünçü** veya **süklünçü** ismini kullanmışlardır[90]. Kebap için daha çok kuzu ve oğlak eti tercih ediliyordu. Yerde açılan çukur içinde muhtemelen bütün olarak et kızartılıyordu[91].

---

[85] **a. g. m.**, s. 213.
[86] **a. g. m.**, s. 212.
[87] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e.**, **I**, s. 145; Öcal, **a. g. m.**, s. 209'da **avzure** olarak verilmiştir.
[88] Genç, **a. g. m.**, s. 62.
[89] Genç, **a. g. m.**, s. 65.
[90] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e.**, **II**, s. 309, **III**, s. 242.
[91] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 466.

Davkı

Altınordu döneminde darıdan yapılan ve adına davkı denilen bir yemek pişirirlerdi. Önce suyu kaynattıktan sonra davkıdan bir parça bunun içine atıp içine ayrıca lime edilmiş et parçaları da katarak hepsini birlikte pişirirlerdi. Yemek hazır olduktan sonra üzerine yoğurt dökülerek yenilirdi[92].

Yukarıda sıralanan bu yemeklerin yanı sıra, hayvancılıkla uğraşan eski Türkler bol hayvan sürülerine sahip olmalarına rağmen hayvanın her yerinden yararlanmışlardır. Hayvan, onların tek geçim kaynağı olduğu için hiçbir parçası ziyan edilmemiş, gerek büyükbaş olsun ve gerek küçükbaş olsun hayvanın başı, işkembesi, ciğerleri, dili, yağı, paçası, beyni, bağırsakları değişik yemekler yapılarak değerlendirilmiştir. Türkler hayvan kestikleri zaman onun etinden sonra en çok beynini ve ciğerini yemeyi seviyorlardı. Ayrıca ciğer yemeği yapacakları zaman daha iyi pişmesi için onun üzerine sirke ve hardal da döküyorlardı[93]. Türklerin, ciğerden yaptıkları bir çok yemekleri vardır.

Türklerin işkembe yemeğini çok eski zamanlardan beri bildikleri muhakkaktır. Ancak işkembe kelimesi Türkçeye Farsça'dan girmiştir. XI. Yüzyılda Türklerin yaptıkları bir çeşit işkembe yemeği vardı ki bu yemeğe **yörgemeç** adını vermişlerdi. Bu yemeğin yapılışı; işkembe ve bağırsak, ince olarak kıyılarak bağırsağın içine doldurulur. Bu aşamadan sonra kızartılarak veya pişirilerek yenir[94]. Altay Türkleri'nin yine işkembeden farklı bir şekilde yaptıkları ve adına **yörgem** dedikleri bir yemekleri daha vardı[95]. Kaynaklarda çok eski bir Türkçe söz olan **çöz**'ün işkembe yağı anlamında kullanıldığına rastlanılmıştır[96]. Türkler de hayvanın karnı ile ilgili fazla bilgiye rastlanılamamıştır. Bunun için, karın denilince daha çok

---

[92] Öcal, **a. g. m.**, s. 196.
[93] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 467; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 37; Genç, **a. g. m.**, s. 61.
[94] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., III**, s. 55; Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 328, 344; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 468; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 37; Duvarcı, **a. g. m.**, s. 233.
[95] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 328, 344.
[96] **a. g. e.**, s. 344.

mide ve işkembe akla gelmektedir[97].

Eski Türkler hayvanın her yerinden yararlandıkları için, bu etlerin pişirilme tekniklerinde yaptıkları değişiklikler sayesinde farklı yemekler meydana getirmişlerdir. IX. yüzyılda Türkler beyne **mingi** demişlerdir. Türkler için hayvanın en değerli yeri beyni idi ve onlar bundan yapılan yemekleri çok seviyorlardı. Ayrıca beyin yeme Türkler arasında zenginliğin ve güçlülüğün de bir sembolü idi[98]. Türklerin beyinle yaptıkları bazı yemekler vardı ki bunlardan en çok hakkında bilgi bulunan yemek de sımsımrak adındaki yemektir.

Sımsımrak

Baş pişirildikten ve ufak parçalar halinde doğrandıktan sonra güveçte pişirilir. Buna baharat karıştırılıp üzerine yoğurt dökülür ve dinlendirildikten sonra yenilir. Ayrıca sımsımrak kelimesi Çiğilce bir kelime olmasından dolayı bu, Çiğil Türkleri tarafından bilinen ve yenilen bir yemektir[99].

Türkler, hayvanın başından da farklı yemekler yapabiliyorlardı. Onlar kelle ve paça suyuna **sorpa**[100] diyorlardı. Pişirilen baş parçalara ayrılarak güveçte pişirilmektedir. Bu malzemenin içine baharat ve ekşi yoğurt konulur ve bir süre daha bekletildikten sonra yenilirdi[101]. Oğuzlarda koyun kellesi gibi at kellesinden de çeşitli yemekler yapılıyordu[102].

---

[97] **a. g. e**, s. 347.
[98] **a. g. e.**, s. 328-329; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 468; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 37; Arlı, **a. g. m.**, s. 24; Genç, **a. g. m.**, s. 62; Duvarcı, **a. g. m.**, s. 233.
[99] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., II**, s. 136; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 467; Öcal, **a. g. m.**, s. 209'da bu yemeğin adı **sımsırak** olarak verilmiştir; Genç, **a. g. m.**, s. 61'de ise yemeğin tarifinde fark olmamakla birlikte ismi, **sımsamrak** olarak verilmiştir.
[100] Öcal, **a. g. m.**, s. 212.
[101] Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 37.
[102] Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 24.

Paça

Türkler hayvanın topuk kemiğinden paça yemeği yapmasını biliyorlardı[103]. Türklerin, adına **topık süngük** dedikleri ve topuktan yaptıkları bir çorbaları vardı[104]. Tüyleri ateş üzerinde temizlenen paça bol suya konularak haşlanır. Su kaynamaya başlayınca paçalar çıkarılarak bir bıçak yardımı ile kazınarak paçada yenilemeyecek yerler çıkarılır. Daha sonra parçalanarak temizce yıkanır ve tekrar kaynamaya bırakılır. Haşlanan bu suya soğan, sarımsak ve limon suyu ilave edilir. Haşlama işi bittikten sonra parçalara ayrılarak istenildiği gibi yenilir[105].

2.4. Pilav ve Mantılar

Türkler arasında pilav, en kıymetli yemek olup çok fazla çeşidi ve yapılış şekli vardı. Türkmenler için en önemli yemek pilav idi. Doğu Türkistan'da pilav, sofraların vazgeçilmez yemeğidir. Onlar pilava; **palu, pola** demekte ve havuçlu, etli, patatesli, yumurtalı, kabaklı, lahanalı, nohutlu v.b. daha pek çok sebzeden yararlanarak değişik pilav yapmaktadırlar[106].

Türkmenlerin vahalarında yaşayanlar için pilav en temel yemekti. Onlar pilavı pirinç yerine arpa ile yaparlar ve içine yabani havuç koyarlardı. Özel durumlarda konulan malzemenin çeşidi arttırılır ve bunlara ek olarak; et ve kurutulmuş erik de ilave edilirdi[107].

Çinli bir rahip, Göktürk kağanına yaptığı ziyarette kendisine sunulan yemekte pirinç pilavının üzerine et konulduğunu belirtmektedir. Biz de buna dayanarak

---

[103] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 468; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 37; Genç, **a. g. m.**, s. 62.
[104] Duvarcı, **a. g. m.**, s. 233.
[105] Gülsev Yıldız, **Türk Mutfağından Yemek ve Tatlı Kitabı,** İstanbul, Şenyıldız Yay., 1981, s. 147.
[106] Doğu Türkistan'dan yurdumuza göç eden, Nurala Göktürk hanımefendi ile evinde yapılan görüşmeden yararlanılmıştır.
[107] Öcal, **a. g. m.**, s. 203, 204.

Göktürkler zamanında pirinç pilavının yenilen bir yemek olduğunu söyleyebiliriz[108].

Örneğin Bulgar Türkleri'nde çok sevilen bir yemek vardı ki bu yemeğin ana malzemesi; pirinç ve yağ idi. Bunun içine ayrıca havuç, çeşitli kurutulmuş meyve ve et konularak pilav yapılıyordu. Pilavın çok sık yenmeyen bir yemek olması ve zenginlerin bile her gün pilav yiyememesinden, Bulgar ülkesinde fazla pirinç bulunmadığı anlaşılmaktadır[109].

Türkler daha çok pirinç bunun yanında arpa ve darıyı da kullanarak pilav yapıyorlardı. Pirinç aynı zamanda hamurlu yiyeceklerle birlikte de kullanılmıştır. Örneğin, Göktürk ülkesine ziyarete gelen budist elçiye et yemediği için bazı tatlı yiyeceklerle birlikte, pirinçten yapılan poğoça da ikram edilmiştir[110].

Balav

İç pilavı olup, bu pilav içinde bulunan malzemelerden et, havuç ve baharat bol olarak konulur[111].

Çok eski bir Türk yemeği olarak bilinen mantıya, Orta Asya'da yaşayan Türkler özellikle Kazak ve Uygur Türkleri; **menti** demektedir. Bir çok çeşidi olan mantı aynı zamanda **Tatar böreği** olarak da tanınmaktadır[112]. Kayseri, mantıları ile ünlü olup çeşitli malzemelerden mantıların yapıldığı bilinmektedir.

Türk mutfağında, eskiden beri hamur işi yiyecekler çok kullanılmıştır. Hamurlu yiyecekler denilince akla ilk gelen yiyecek de mantı olmaktadır. Bu yemeğin ana malzemesi; hamur, et, yoğurt ve yağdır[113]. Günümüzde de mantı sevilen

---

[108] Tahsin Ünal, "İslamiyetten Önce Türk Medeniyeti", **Tarih Mecmuası**, S. 3, Nisan 1967, s. 43.
[109] Öcal, **a. g. m.**, s. 203-205.
[110] **a. g. m.**, s. 181.
[111] **a. g. m.**, s. 212.
[112] Eröz, **Milli Kültür**, s. 108; Eröz, **Kültür Araştırmaları**, s. 160; Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 52.
[113] Tezcan, **a. g. m.**, s. 116.

sevilen ancak çok zahmetli olduğu için özel günlerde yapılan bir hamur yemeğidir. Mantı içerisine kıyma (veya et parçaları) konularak yapılır piştikten sonra da suyu ile birlikte yenilir[114].

Mantının genel olarak bilinen ve yapılan şekli şöyledir. Dört köşe kesilen orta kalınlıktaki yufka parçaları içine kıyma konularak bohça biçiminde kapatılır. Suda haşlanan bu hamur parçaları üzerine eritilmiş tereyağı, yoğurt ve isteğe bağlı olarak salça ve baharatlar dökülür. Mantının çok çeşidi vardır. Doğu Türkistan'da yaşayan Uygurlar'ın değişik isimlerde ve farklı malzemeler kullanarak mantı yaptıklarını görmekteyiz. Bunlardan bazıları aşağıda yer almaktadır.

Mayasız hamurdan yapılan mantıya, **petir mantu**, mayalı hamurdan yapılana **bolak mantu**, içine bal kabağı ve şeker konulana **kava mantu**, içine şeker ve ceviz konulana **şeker mantu**, ayvadan yapılana **biye mantu**, ilk çıkan goncadan yapılana **bede kökü mantu**, içine sebze konularak yapılana da **otıyas mantu** isimleri verilmektedir[115]. Tatarlar; kıymalı mantıya (pilmen), içine ekşimik konularak yapılan mantıya (ırımşık börek), bir çeşit mantıya (oğuz börek), kıymasız mantıya (salma), bir çeşit mantıya (tabakbörek) v.b. çeşitli isimler vermişler ve ismini sayamadığımız kadar çok çeşitte mantı yapmışlardır.

Pilmen Mantı

Kullanılan malzemeler; un, kıyma, havuç, soğan, maydanoz, tuz ve biberdir. Un, yumurta, su ve tuz karışımından hamur elde edilir. Tercihen et suyunun içinde havuç, tuz, biber, maydanoz kaynatılır. Kıyma kaynayan bu malzeme ile iyice yoğrulur. Hazırlanan hamur küçük yuvarlak şeklinde açılarak içerisine bu malzemeden konulur ve hamurun ağzı kapatılır. Hazırlanan hamur kaynayan suyun

[114] Arlı, **a. g. m.**, s. 27.
[115] Şekür Turan, "Doğu Türkistan'da Uygur Yemekleri", **Türk Yurdu**, VIII C., S. 2, Mart 1987, s. 58.

yoğrulur. Hazırlanan hamur küçük yuvarlak şeklinde açılarak içerisine bu malzemeden konulur ve hamurun ağzı kapatılır. Hazırlanan hamur kaynayan suyun içine atılarak iyiye haşlanır ve suyu ile birlikte servis yapılır[116].

Irımşık Börek

Hamur yapmak için un, tuz, su ve yumurta iyice yoğrulur. Açılan hamur parçalarının içine ekşimik konulduktan sonra ağzı dörtgen şeklinde kapatılır. Bol suda haşlanan bu hamurlar süzülür ve üzerine kızdırılmış tereyağı ve arzuya göre sarımsaklı veya sarımsaksız yoğurt dökülerek servis yapılır[117].

Oğuz Börek

Normal mantı hamuru hazırlanır ve yuvarlak parçalara ayrılır. Hamurun içine kıyma, soğan, tuz karışımı kızartıldıktan sonra konur. Hamurun ağzı yarım ay şeklinde bastırılarak kapatılır. Hazırlanan hamur, diğer mantılarda olduğu gibi suda haşlanır, suyu süzülür ve üzerine kızarmış tereyağı ile yoğurt ilave edilerek servis yapılır[118].

Salma (Belikme)

Diğer tarif edilen mantıların hamurunun aynısı hazırlanır ve açılan küçük yuvarlak hamur parçaları 4-5 cm kalınlığında şeritler halinde kesilir . Bunlar daha sonra yan yana getirilerek baklava şeklinde kesilir. Bu hamurlar büzgü yapılırcasına bağlanan kordela biçimine getirilir. Yine diğerlerinde olduğu gibi üzerine kızdırılmış tereyağı dökülür ve istenirse üzerine yoğurt dökülerek yenilir[119].

---

[116] Gülensoy, **a. g. m.**, s. 206.
[117] Gülensoy, **a. g. m.**, s. 210.
[118] **gös. yer**, s. 210.
[119] **a. g. m.**, s. 211.

Tabak Börek

Mantı hamuru hazırlandıktan sonra kare şeklinde kesilir. Hamurun içine kıyma, rendelenmiş soğan ve tuz karışımı konulur. Daha sonra bu hamur parçaları bohça şeklinde katlanarak bastırılır ve diğerleri gibi suda haşlanır. Süzülen hamurun üzerine kızgın tereyağı ve yoğurt ilave edilerek servis yapılır[120].

Aş Mantu (Pilav)

Doğu Türkistan'da sıkça yapılan ve çok beğenilen bu yemekte, mantı ile pilavın karıştırıldığı görülmektedir. Pilav yapmak için; pirinç, soğan, yağ, havuç, bir miktar şeker, bir çay kaşığı zerdaça (bir tür baharat) gibi malzemeler kullanılmaktadır.

Hamuru için gerekli olan malzemeler; un, tuz, yağ, yumurta ve sudur. Bu malzemeler karıştırılarak sert bir hamur elde edilir daha sonra bu hamur bir süre dinlendirilir. Bu hamurun içine konulacak malzemeler ise; et, soğan, tuz, değişik baharatlar olup bu malzemelerin tümü iyice karıştırılır. Dinlenmiş olan hamur küçük yuvarlaklar olarak açılarak içerisine bu malzemelerden konulur ve aynı mantıdaki gibi ağzı kapatılır.

Önce pirinç sıcak suda yıkanarak suyu süzdürülür. Kızdırılmış yağda soğan ve havuç pembeleşene kadar kızartılır, bu karışıma şeker ve zerdaça ilave edilir. Pirincin pişmesi için gerekli suyu da ekledikten sonra suyunu çekmeye yakın önceden hazırlanan hamur parçaları ilave edilir ve birlikte dinlenmeye bırakılır[121].

Safa Öcal, mantının açıklamasını; sebze, soğan, karabiber ve et birlikte karıştırılır ve bu iç, yufkaların içine konularak haşlanır şeklinde yapmıştır[122].

---

[120] **gös. yer**, s. 211.
[121] Doğu Türkistan'dan yurdumuza göç eden, Nurala Göktürk hanımefendi ile evinde yapılan görüşmeden yararlanılmıştır.
[122] Öcal, **a. g. m.**, s. 212.

2.5. Tatlılar

Türk mutfağında; tatlılar önemli bir yer kaplıyordu. Tatlının ana malzemesini; tatlandırıcı olarak kullanılan bal, pekmez ve şeker başta olmak üzere un ve yağ gibi malzemeler oluşturuyordu. Unun yanında süt, yağ, çeşitli meyveler de tatlı için kullanılan malzemelerdir. Onların şeker veya tatlı maddeleri kullanarak yaptıkları, bazı tatlı türleri vardı. Ayrıca çeşitli meyvelerin haşlandıktan sonra gerek şurup şekliyle ve gerekse komposto şekliyle tüketilmesi daha Eski Türkler döneminde bilinen yöntemlerdi[123]. Tatlılardan bazıları sadece özel günler için yapılıyor idi. Türkmenlerde tatlı lüks olduğu için yalnız zenginler tarafından bol olarak tüketilmiş, fakirler ise ancak özel günlerde tatlı yiyebilmişlerdir[124].

Bal

Bal, Türk mutfağında sade olarak yenilerek değil, tatlandırıcı olarak ve çeşitli tatlı ve içeceklerde kullanılarak tüketilmiştir. Göktürk ülkesine gelen elçinin anlattıklarına göre budist elçinin et yememesinden dolayı, ona bazı yiyeceklerin yanında kaymak, şeker, bal gibi yiyecekler verilmişti. Göktürkler zamanında; bal, kaymak ve diğer tatlılar gözde yiyeceklerdi[125]. Yörüklerdeki Türkler balı çokça tüketirlerdi. Ancak onlar bal üretme işini doğal ortamdan sağlıyorlardı. Bu sayede balı, dağ yarıklarından veya ağaç kovuklarından temin ediyorlardı[126]. Oğuz, Kıpçak ve Suvarlar; arıdan elde edilen tatlı besin maddesine **bal,** bunların dışındaki Türkler ise bal için **arı yağı** sözünü kullanıyorlardı[127].

Hazarlar balı, Rus ve Bulgar ülkelerinden alıyorlardı[128]. Bulgar ülkesinde, arılar çok bol olup onlar, balları ormandan alıyorlardı.

---

[123] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s., 122'de kayısının suyunun sıkılması ile elde edilen şerbet, **uxak** ismiyle açıklamaktadır; Genç, **a. g. m.**, s. 68'de ise şerbet veya şurup yapımında kullandıkları bir meyve suyu olup, adının da **uhak** olduğu belirtilmektedir.
[124] Öcal, **a. g. m.**, s. 181, 204.
[125] **a. g. m**, s. 181.
[126] Mete, **a. g. m.**, s. 36.
[127] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 458, 460.
[128] Öcal, **a. g. m.**, s. 190.

Pekmez

Türkler, eski dönemlerde yetiştirdikleri üzümlerden pekmez yapmayı da biliyorlardı. Uygurların pekmez ürettiklerine dair bilgiler bulunmaktadır[129]. Ürettikleri pekmezi aynı zamanda tatlandırıcı olarak da kullanmışlardır[130]. Onlar yaş üzümden yaptıkları pekmeze, **bekmes** diyorlar ve kavut veya talkan denilen yiyeceklere katarak yiyorlardı[131]. XI. Yüzyılda yaşayan Türkler de pekmez yapıp yiyorlardı[132].

Talkan

Bu arpa veya buğday unundan yapılan bir çeşit tatlıdır. Tahin pekmezine benzeyen bu tatlı pekmez karıştırılarak da yeniliyordu[133].

Türmek

Türklerin en sevdikleri tatlıları olup adına türmek dedikleri bu tatlı kadın budu idi. Bu tatlı; un, bal ve bademden yapılıyordu[134].

Buhsı

Türkler, sade olarak yemekle beraber, balı bazı yemeklerde kullanarak da tatlı yemekleri yapıyorlardı. Bu yemek; pişirilen buğdayın içine badem atılarak,

---

[129] Kafesoğlu, **a. g. e.**, s. 306.
[130] Arlı, **a. g. e.**, s. 32.
[131] Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 43.
[132] Genç, **a. g. m.**, s. 65'de yine bu dönemde de kavrulmuş arpa ve buğday unundan yapılan ve pekmezle yenilen karışıma talkan denildiği belirtilir. Yine aynı eserin s. 214'te Tatar Türklerinin yaptıkları bir çeşit tatlı olduğu belirtilmekle birlikte **talkanın** tarifini şöyle vermektedir. "Buğday öğütülmeden önce iyice kavrulur. Kavrulmuş olan buğday un gibi iyice öğütülür. Bu un üzerine şeker katılır ve su ile karıştırılır. Muhallebi kıvamında yenilir".
[133] Genç, **a. g. m.**, s. 65; Gülensoy, **a. g. m.**, s. 214.
[134] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 477, **II**, s. 106; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 480; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 40, 41.

üzerine bal ve sütle yapılan bulamaç dökülerek yapılıyordu. Ekşidikten sonra yenilen bu yemeğin sütü de içilir[135].

Kuluça

İbni Batuta'nın Seyahati'nden yararlanan Safa Öcal; Ural nehri kıyısında yaşayan Türklerin tereyağı ile yaptıkları ve adına kuluça dedikleri bir pastalarının olduğundan bahsetmektedir[136].

Buldunı (Hoşmerim)

Kençekçe olan bu isim Türklere ait bir tatlı adıdır. Un, ekşi süt ile yoğrulur ve içerisine yaş ya da kuru üzüm konulur. Bu tatlının ismini veren Kaşgarlı Mahmut, tatlının tarifi hakkında fazla bilgi vermemektedir[137]. Bu tatlı aynı zamanda Yörüklerin meşhur peynir tatlısı olup yağ ve şekerle yapılmaktadır[138].

Kagut (Kavut)

Darı kaynatıldıktan sonra kurutularak dövülür. Un gibi inceltilerek buna yağ ve şeker karıştırılır. Bu yemek tatlı olup, daha çok yeni doğum yapan kadınlara yedirilirdi[139]. Bu yemekte, yağın bol kullanıldığını görmekteyiz[140].

Uwa

Pişirilen pirinç soğuk suya konur. Suyu süzüldükten sonra içine şeker atılır bu

---

[135] Genç, **a. g. m.**, s. 63.
[136] Öcal, **a. g. m.**, s. 199.
[137] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e. I**, s. 492.
[138] Eröz, **Kültür Araştırmaları**, s. 160; Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 53; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 480; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 41.
[139] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 406; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 476; Öcal, **a. g. m.**, s. 209. Bu yemekte şeker kullanılması nedeniyle tatlılar kısmında incelenmiştir.
[140] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 459.

bir çeşit tatlı olup soğuk olarak yenir[141].

Buxsi

Bu da tatlı bir yemektir. Buğday pişirildikten sonra içerisine badem taneleri atılır. Bu malzemenin üzerine bal ve süt ile pişirilen bulamaç dökülür ve ekşiyen yemeğin buğdayları yenilir, suyu da ayrı olarak içilir[142].

Çekçek

Bu yemek için kullanılan malzemeler; yumurta, biraz tuz, un, süt, bal, şeker ve yağdır. Un, yumurta, süt ve tuz karıştırılarak yumuşak bir hamur elde edilir. Elde edilen hamur ince ve küçük parçalar halinde kesilir. Hamur parçaları kızgın yağda sık sık karıştırarak pembeleşinceye kadar kızartılır. Başka bir kapta şeker ve bal kaynatılarak kızartılan hamur parçaları bu kaynayan karışıma değdirilir. Bal hazır olduktan sonra tepsiye dizilen hamur parçalarının üzerine yavaş yavaş dökülür. Ballı hamur isteğe bağlı olarak elle şekilden şekile sokulabilir[143].

Kuş Tili

Bu tatlı için gereken malzemeler; yumurta, un, süt veya kaymak, şeker, yağ ve biraz tuz. Yumurtanın beyazı ile şeker bir kapta köpürünceye kadar karıştırılır. Süt ve tuz bu karışıma katılarak hamur haline getirilir. Hamur işi tamamlandıktan sonra yufka gibi açılır ve bunlar 1-2 cm genişliğinde boylamasına kesilir. Bu uzun parçalar da 4-5 cm kesildikten sonra yağda kızartılır. Soğuma aşamasında üzerine pudra şekeri dökülerek yenir[144].

---

[141] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 90; Genç, **a. g. m.**, s. 65; Öcal, **a. g. m.**, s. 208'de yemeğin ismini **uva** olarak vermektedir. Ayrıca uva'nın bir yemek olduğunu bilmekle beraber içinde şeker bulunduğu için tatlılar kısmında işlemeyi daha uygun bulduk.
[142] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 423; Öcal, **a. g. m.**, s. 209.
[143] Koşay, **a. g. m.**, s. 51, 52.
[144] **a. g. m.**, s. 52.

Kuymak

İçerisinde bulunan malzemeler şunlardır: un, süt veya yoğurt, yumurta, şeker, yağ, karbonat ve az miktarda tuz. Bir kapta; yumurta ve şeker çırpılır Bu malzeme üzerine konan süt (veya yoğurt), tuz, un ve karbonat iyice karıştırılır. Elde edilen malzeme bol yağ içerisinde azar azar konularak iki tarafı da kızartılır[145]. Yumuşak olduğu için daha çok yaşlılar yemektedir[146].

Kuyma

Bu yemeği yapmak için önce hamur ince kesilerek kaynamakta olan yağın içine atılarak kızartılır. Kaynayan bu yemeğin üzerine şeker dökülerek yeniliyordu[147].

Katlama

Bu tatlıyı yapmak için önce un, yağ, yumurta, şeker ve karbonat gibi malzemeler kullanılarak hamur elde edilir. Sonra da bu hamur; açılarak arasına yağ konur ve kızartılır[148].

Kazan Kabartması

Mayalı bir hamur hazırlanır. Hamura şeker ve yumurta katılır. Hamurlar 50 veya 60 gram olacak şekilde ayrılarak yoğrulur. Parmakla 1-1,5 cm kalınlığa ulaşıncaya kadar inceltilerek kabarması için bir kenara bırakılır. Hamurlar kabarınca kızgın yağda kızartılır ve sıcak olarak servis yapılır. İstenirse bu tatlının üstüne reçel

---

[145] **a. g. m.**, s. 53.
[146] Öcal, **a. g. m.**, s. 212, 213.
[147] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., III**, s. 173'de tarifini vermekle birlikte yağlı ekmek olarak geçen kuyma, tatlı bir yemektir; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 474; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 39.
[148] Koşay, **a. g. m.**, s. 53.

gibi tatlılar da sürülerek yenebilir[149].

Kadayıf

Eski Türklerin kadayıftan tatlı yaptıklarına rastlamaktayız[150].

Cent

Öğütülmüş irimşik talkan, darı, şeker ve tereyağı ile karıştırılıp yapılır[151].

Türkler pirinçten bir çeşit sütlaç da yapıyorlardı[152]. Onların darı unundan yaptıkları bir irmik helvaları da vardı ki, bu helva daha çok loğusa kadınlara yediriliyordu. Bu irmik; darı kaynatılıp kurutularak un gibi inceltilir. Daha sonra bu malzeme yağ ve şeker ile karıştırılarak yapılırdı[153].

---

[149] **a. g. m.**, s. 54.
[150] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 480; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 41.
[151] Öcal, **a. g. m.**, s. 212.
[152] Genç, **a. g. m.**, s. 65.
[153] **a. g. m.**, s. 66.

3. TÜRK MUTFAĞINDA EKMEK VE ÇEŞİTLERİ

Türklerin beslenmesinde önemli bir yer kaplayan ana yiyecek maddesi un olup bununla yapılan ekmekler sofradan eksik edilmezdi. Diğer yiyecekler hep ona katıktı. Türklerin eskiden beri çok fazla ekmek tükettiklerini görmekteyiz. Bozkır kültüründe yaşayan Türklerin, yağ ile birlikte un, başlangıçtan beri en önemli yiyeceklerini teşkil ediyordu. Türkler bunlara farklı malzemeler karıştırarak değişik şekilde ve hatta ekmek yapıyorlardı. Ekmeklerin bir kısmı, somun şeklinde yapılırken bir kısmı da yufka gibi açılma yoluyla yapılmıştır.

Türkler'de ekmek sözünün söylenişi bakımından çok fazla değişiklik göstermemekle birlikte bazı farklılıklara da rastlanmıştır. Ekmek yerine kullanılan sözlerden bazıları **epmek**[1], **etmek**[2], **ötmek**[3], olarak karşımıza çıkmaktadır. Uygur, Harzemşah ve Çağatay Türkçesinde ekmek **ötmek** şeklinde söylenmiştir. Yine Uygur metinlerinde, Dede Korkut Kitabı'nda ve Kıpçaklar'da **etmek** olarak karşımıza çıkmaktadır[4]. Kullanılan malzeme ve yapılışa göre Türk mutfağında yapılan diğer ekmekler ise **yufka (yupka)**[5], **suma**[6], **büskeç**[7], **aşgör**[8], **kevşem etmek**[9], **sinçü**[10],

---

[1] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 101'de Yağma, Toxsi, Oğuz ve Kıpçak boylarında ekmek yerine kullanıldığı belirtilmektedir.
[2] **a. g. e., I**, s. 102.
[3] **a. g. e., I**, s.102; Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 36.
[4] **a. g. e., IV**, s. 36, 37.
[5] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., III.**, s. 34'te bir çeşit ekmek olarak açıklanmıştır.
[6] **a. g. e., III**, s. 234-235'te **Suma**nın ıslanmış buğdayın kurutularak öğütüldüğü ve onunla bulamaç, ekmek gibi şeylerin yapıldığı, ayrıca şerbet hamuru yapılan ıslatılmış arpa için de böyle denildiği belirtilmektedir.
[7] **a. g. e., I**, s. 452'de **büskeç**'in bir çörek türü olduğu belirtilmektedir.
[8] **a. g. e., I**, s. 141'de külde pişirilen bu ekmeğin içine yağ ve şeker katılarak yenildiği belirtilmektedir; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 474'te bu ekmeğin ismi **aşpöri** olarak verilmiştir; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 39; Öcal, **a. g. m.**, s. 206.
[9] Genç, **a. g. m.**, s.64'te somuna benzer bir ekmek olduğu belirtilmektedir.
[10] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s 417'de **sinçü**'nün somunla yufka arası bir ekmek olduğu belirtilmektedir; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 473; Genç, **a. g. m.**, s. 64; Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 50; Öcal, **a. g. m.**, s. 209'da bu ekmeğin ismi **sınçü** olarak verilmiştir.

kakurgan[11], **püşkel**[12], **küwşek**[13], **çukmını**[14], **tandır (tamdır), gözleme**[15], **gözlemeç**[16], **gömeç**[17], **gömme, kömeç**[18], **közmen**[19], **bazlama, pidedir**[20].

Türklerde dayanıklı bir ekmek türü olan **yufka (yuga)**[21] ekmeği, çok yaygındır[22]. Sac üzerinde mayalı veya mayasız olarak yapılan bu ekmek, daha çok Yörüklerin ve Türkmenlerin yedikleri bir ekmektir[23]. Yufka ekmeğinin hamuru biraz daha cıvıktır. Ekmek tahtası üzerinde oklava ile açılır. Saç üzerinde her iki yüzü de pişirilir. Bu çeşit ekmeğin ömrü azami 20 gündür. Kullanılacağı zaman hafif ıslatılarak yumuşatılır. Yufka ekmeği iki tür olup; birincisi ince açılan ve çabuk kırılan **yalaçı,** ikincisi ise daha kalın olan **yarmadır**[24]. Ağır işleri olduğu için her zaman ekmek yapamayan Türkler, uzun süre dayanıklı olan bu ekmeği diğer ekmeklere göre daha çok tercih etmişlerdir. Mevlana'nın Mesnevi'sinde de yufka ekmeğinden bahsedilmekte ve bu ekmeğin daha çok yoksul insanlar tarafından tercih edildiği ve bu ekmeğin kuşluk vaktinde yenildiği belirtilmektedir[25].

---

[11] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s.518'de fırın veya tandırda yapılan yağlı hamur ekmeği olarak açıklanmıştır.

[12] **a. g. e., I**, s. 481'de Hakanlı dilinde yufka veya pide türü ince ekmekler için kullanıldığı belirtilmektedir.

[13] **a. g. e., I**, s. 479'da iyi hamurdan yapılan bir ekmek olarak açıklanmıştır.

[14] **a. g. e., I**, s. 444'te **çukmını** çömlekte su buharı buğusunda pişirilen ve kurabiye biçiminde yapılan bir ekmek olarak açıklamıştır. Bunun ayrıca sindiriminin de kolay olduğu belirtilir; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 473'te ise aynı şekilde yapılan bu kurabiyeye **çukmın** adı verilmektedir; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 38; Genç, **a. g. m.**, s. 64; Öcal, **a. g. m.**, s. 209'da bu ekmeğin ismi **çakmır** olarak geçmektedir.

[15] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 53'te sacda pişirilen yağlı ve ince ekmek olarak anlatılmaktadır.

[16] Akyoloğlu, "Tutmaç Çorbası" s. 247'de yufka kalınlığında açılan hamurun dört parçaya ayrıldığı daha sonra da yağlanarak sac üzerinde pişirildiği belirtilmektedir.

[17] Gökyay, **a. g. e.**, s. 74'de külde pi°irilen bu ekmekten bahsedilmektedir; Ersoy, **a. g. m.**, s. 223.

[18] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 360'da küle gömülerek yapılan çörek türü olarak verilmiştir; Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 49'da ise gömeç, gömme, kömeç külde yapılan ekmek olarak verilmiştir; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 38'te bu ekmeklerin külde pişirildiği ve bunlara ilave olarak lezzetli bir ekmek olan **kömbe**den bahsedilmektedir; Genç, **a. g. m.**, s. 64; Akyoloğlu, **a. g. m.**, s. 251'de kömeç hamurunun kızgın odun külünde pişirilen bir ekmek olduğu belirtilmektedir; Öcal, **a. g.m.**, s. 209; Duvarcı, **a. g. m.**, s. 232'de külde pişirilen bu ekmeğin Oğuzlardan beri yapılan bir ekmek olduğu belirtilmektedir.

[19] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s 444'de külde pişirilen közleme olarak geçmektedir; Öcal, **a. g. m.**, s. 210.

[20]. Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 37.

[21] Öcal, **a. g. m.**, s. 209'da katmerli yuka olarak verilmiştir.

[22] Arlı, **a. g. m.**, s. 28; Mete, **a. g. m.**, s. 36'da yörüklerin bu yufka (yufa) ekmeklerini yediklerinden bahsedilmektedir; Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 51; Öcal, **a. g. m.**, s. 203; Duvarcı, **a. g. m.**, s. 232.

[23] Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 51.

[24] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 473, Köymen, Beslenme Sistemi", s. 38.

[25] Cunbur, **a. g. m.**, s.74.

Ekmekte kullanılan malzemeler, ekmeğin rengini değiştirdiği gibi şeklini de birbirinden farklı kılıyordu. En çok tercih edilen ve buğdayla yapılanlara; **ak ekmek, has ekmek**[26], **ırşık**[27] **kalaç**[28], **ak-nan**[29] denirken arpa ve darı unundan yapılan ekmeğe de **kara ekmek** veya **darı ekmeği** denilirdi[30]. Arpa ve darıdan yapılan ekmekler genellikle fakir halk tarafından yenilen ekmeklerdir[31]. Ekmeğin yapımına göre de isim veriliyordu.

Türk mutfağında sofradan eksik olmayan ekmek, türlü metodlarla yapıldığı için her ekmek pişirme tekniğine göre isimlerle anılıyordu. Pişirme, en çok, saç üzerinde, tandırda, köy fırınlarında yeni kuzinelerde yapılırdı. Ekmek günlük yapıldığı gibi, haftalık yoğun işlerinin olması nedeniyle de genellikle aylık yapılırdı. Bu aylık olarak yapılan ekmeğin hamurunun daha farklı yapıldığını tahmin etmekteyiz. Nitekim çok fazla yapılan bu ekmeklerin uzun süre dayanıklı olması gerekiyordu.

Türkler; ekmeği çoğunlukla fırında, tandırda ve külde yapıyorlardı[32]. Tandıra eski zamanlarda **tamdır** denildiği için bu ekmek **tandır ekmeği** ismini almıştır. Külde pişirilen ekmeklere **közleme, gözleme, gömeç, gömme, kömeç** gibi isimler verilmiştir. Düğün ve şölenlerde yapılan büyük şölen gömeçleri de sıcak külün ortasına gömülerek yapılıyordu. Orta Asya kökenli olan ve kızgın tuğla üzerinde kıyma ve soğanla yapılan ekmeğe bazı yerlerde gömme adını vermişlerdir[33].

---

[26] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 39'da iyi elenen buğday unundan yapılan ekmeğe **ak** veye **has ekmek** denildiği belirtilmektedir; Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 50.

[27] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 39'da Kıpçak ve Mısır Memlüker'inde has ekmeğe bu isim verildiği belirtilmektedir.

[28] **gös. yer**, s. 39'da Orta Asya'da daha sonraki dönemlerde has ekmek için kullanılan bir kelime olduğu belirtilir.

[29] **gös. yer**, s. 39'da yarı Türkçe yarı Farsça olan ve genellikle yerli halk tarafından kullanılan bir deyim olduğu belirtilmektedir.

[30] **a. g. e.**, s. 41; Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 50.

[31] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 41; Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 50.

[32] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 472; Köymen, " Beslenme Sistemi", s. 38; Öcal, **a. g. m.**, s. 205'te Türkmenlerin ekmeklerini tandırda yaptıkları belirtilmektedir.

[33] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 45, 49, 51; Bulduk, **a. g. m.**, 642'de Kazaklar'ın yol için yaptıkları bir tür hamur için **kömbe** dedikleri belirtilmektedir; Koşay-Ülkücan, **a. g. e.**, s. 36'da **kömmenin**, külün içinde pişirilen ekmek türü olduğu belirtilir.

Tandır ekmeğini yapmak için önce un, su, tuz ve maya karıştırılarak yoğrulur ve hamur elde edilir. Ekmek tahtası yardımı ile ekşimiş olan hamur yuvarlak bir biçimde açılır. Ateşe gelecek kısmı su ile ıslatılır. Tandıra yapıştırılır. Pişirildikten sonra altı ay ile bir sene arasında saklanır. Yeneceği zaman ıslatılarak gevrek halde ve bohçalarda saklanmak suretiyle yumuşak olarak yenir.

Günümüzde sacda pişirilen ve adına gözleme denilen ekmekler hala yapılmaktadır. Selçuklu zamanında da görülen bu ekmeğe o zamanlarda **özleme** denilmiştir. Bir de külde pişirilen yağlı ve şekerli bir börek veya kurabiye olan **kete** vardır[34].

Çörek bu günkü bazlama karşılığında kullanıldığı için ikisini birlikte ele almaya karar verdik. Eskiden çörek içine yağ ile birlikte pek çok malzeme karıştırılarak yapılıyordu[35]. Türkiye'de çok tüketilen bir diğer ekmek türü de bazlamadır. Bazlama ve benzeri şekilde adlandırılan bu tür genellikle saç üzerinde ve çoğunlukla mayalı olarak pişirilir.

Kullanılan unun cinsi, randımanı, mayalı olup olmaması, içine yağ, yumurta, et, peynir, çeşitli sebze ve otlar katılıp katılmaması, yapılan ekmeğin tadını değiştiren önemli unsurlardır. Bu arada hamuru ekmeklere göre daha yumuşak yoğrulan üzerine ya da içine peynir, kıyma, yumurta, sucuk, pastırma, ıspanak ve benzerleri gibi değeri yüksek besinler konularak, bir parmak kadar kalınlıktaki hamurdan pişirilen yassı ekmek türü pideleri de Türk mutfağının önemli yiyeceklerinden saymak gerekir.

Türklerdeki başlıca köy ekmek tipleri, yufka, ev ekmeği, saç ekmeği, iki saç arası ekmeği, mayalı tepsi ekmeği, tandır ekmeği, taşlı fırın ekmeği, ekşili ekmek, ebeleme, ekmek benzerleri olarak; mısır ekmeği, cadi, pide, bazlama, gözleme, cızlama, kete, çörek, kurabiye, börek.

---

[34] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 53.

[35] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 473, Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 38; Duvarcı, **a. g. m.**, s. 232'de bu ekmeğin mayalı olduğu ve açılınca biraz kalınca olup sacda veya tandırda pişirildiği belirtilmektedir.

Altınordu Türklerinde ekmek ve bunun gibi katı yiyeceklerin yenmediğini görmekteyiz[36]. Türkmenlerin temel gıdaları ve her yemeğin yanında yedikleri yufka ekmeği idi. Bu ekmek mayalı veya mayasız yapılır ancak fırından çıkar çıkmaz yenirdi[37].

Kazaklar ekmekten değişik yemek de yapıyorlardı ki **canışkan darı, tarı şucık, talkan, çöp bulamık, may şurkan, şiy bavırsak, ak bavırsak, aşığan barırsağı, barmak bavır** bunlardan bazılarıdır[38].

Türkler, undan sadece ekmek yapmayıp, ondan değişik yemekler de yapmışlardır. Bunlardan bazıları şunlardır: Hamur ince ince kesilerek tencerede bulunan yağda kızartılır ve üzerine şeker dökülerek yenir. Türkler bu yemeğe, **kuyma** adını vermişlerdir[39]. Yine hamur kullanılarak yapılan bir yemek vardı onun adı da **kara ekmek**tir. Bu yemek için et iyice pişene kadar haşlanır sonra üzerine un, yağ ve şeker eklenerek yemek pişene kadar kaynatmaya devam edilir[40].

Günümüzde de sofralardan eksik olmayan ekmek çeşitli malzemelerden yapıldığı gibi çeşitli şekillerde de yapılmaktadır. Büyük şehirlerde evlerde ekmek pişirme imkanının bulunmaması nedeniyle hemen her mahallede bulunan fırınlar insanların günlük ekmek ihtiyacını karşılamaktadır. Yine eski Türk mutfağı alışkanlıklarının bir devamı olan gözlemeler, dürümler, pideler hala sevilerek yenen ekmek türleridir. Özellikle büyük kentlerde bu yiyecekleri yapan dükkanlara pek sıklıkla rastlanmaktadır.

---

[36] Öcal, **a. g.m.**, s. 196.
[37] **a. g. m.**, s. 203.
[38] Bulduk, **a. g. m.**, s. 642.
[39] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., III**, s. 173'de tarifini vermekle birlikte yağlı ekmek olarak geçen kuyma, tatlı bir yemektir; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 474; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 39; Öcal, **a. g. m.**, s. 209.
[40] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 474, 475; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 39.

4. SÜT VE SÜT ÜRÜNLERİ

Eski Türklerin genel geçim kaynakları -hatta zaman zaman tek geçim kaynakları-hayvancılık idi. Hayvancılık ile geçinen Türkler, temel ekonomik kaynaklarının hayvancılığa dayanması sebebi ile, çoğu zaman hayvanlarının beslenebilmesi için otlak bulmak amacıyla yurtlarını bile terk etmişlerdir. Bu sebeple hayvancılığı çok iyi bilen Türkler hayvansal gıdalardan faydalanma konusunda da neredeyse uzmanlaşmış sayılırlardı. Türkler, hayvanın her şeyinden faydalandıkları gibi sütünden de geniş biçimde faydalanmışlardır. At, sığır, koyun-keçi sürülerine sahip olan Türler her zaman ve kolaylıkla süt temin edebildikleri için, süt onların en temel besin kaynağı haline gelmişti. Sütü değişik biçimlerde işleyerek çok çeşitli süt ürünleri elde etmişlerdir. Sütten elde edilen ürünleri sıralayacak olursak; at sütünden yapılan kımız, inek ve koyun sütünden yapılan yoğurt, yoğurttan (sulandırılarak) elde edilen ayran, tereyağı, hayvanın her doğumdan sonra verdiği ilk süt olan **ağız (ağuz, aguz)**[1], peynir ve peynir türleridir.

Türkler, süte genel olarak süt demişlerdir[2]. Ancak Yakut Türklerinin süte **üt** dediklerini görüyoruz[3]. Ayrıca koyulaştırılmış süte de Türklerin **tarak-turak** dediklerini görüyoruz[4]. Selçuklular zamanında yine süt denildiği gibi ondan elde edilen diğer ürünler de aynı isimlerle -yoğurt, kaymak, peynir- biliniyordu[5].

Hunlar, Göktürkler ve Uygurlar beslenmede at etinden daha çok at sütünden faydalanmışlardır[6]. Ancak Uygurlar mani dinine geçtikten sonra, dini inançları gereği süt içmeyi bırakmışlardır[7]. Kazak Türkleri yaz mevsiminde daha çok süt ve süt ürünleriyle beslenirlerdi. Deve, kısrak, koyun-keçi ve sığır sütlerinden yapılan

---

[1] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s., 55'te inek veya koyunun doğumdan sonraki ilk sütü için **aguj** kelimesi kullanılmıştır. Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 9'da ise bu sütün ismi **ağuz** veya **avuz** olarak geçmektedir; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 455'de ise bu ilk süt **ağız** olarak verilmiştir; Genç, **a. g. m.**, s. 62.

[2] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., II**, s.37. Buradan, sütün eski Türkler tarafından kullanıldığını ve içildiğini tahmin etmek çok zor olmasa gerek.

[3] A.İnan, "Yakut Türkleri", **Makaleler ve İncelemeler I**, Ankara, T. T. K., 1987, s. 27.

[4] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 11.

[5] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 454.

[6] Öcal, **a. g. m.**, s. 169.

[7] Ögel, **İslamiyetten Önce Türk Kültür Tarihi**, s. 350; Öcal, **a. g. m.**, s. 179, 185.

yemekler onların asli yemekleri idi. Kazak Türkleri; sütten "**katık**[8], **süzbe, ayranköce, koyırtpak, ayran-şalap, boza, irkit, bırşıma, kaymak, kaspak, uvız, kök süt, katırğan süt, maydın süti, turniyaz, ecegey, aşıtkı, akirim, akirimşik**[9], **kurt, aklak, ak tuşpara, uvız irimçik**[10], **köpirşik, cent**... gibi ürünler elde etmişlerdir[11]. Kırgızlar ise, bir çok süt ürünü elde ettikleri gibi sütten rakı bile yapmışlardır[12]. Türklerin sütten elde ettikleri başlıca ürünler aşağıda ele alınmıştır.

4.1. Yoğurt

Sütün, kaynatıldıktan sonra mayalanması ile elde edilen ve tamamıyla Türklerin buluşu olan bir besin maddesidir. Günümüzde bile dünyanın bir çok dilinde yoğurt olarak bilinmektedir. Kaşgarlı Mahmut'un eserinde de yoğurt olarak geçer[13]. Koyu kıvamlı, hafif ekşi ve kolay hazmedilen bir süt ürünü olan yoğurt, bozkır kültürünün sonucunda ortaya çıkmıştır[14].

Genellikle yoğurt diye bilinen bu besin maddesi; Yakut Türklerinde **sourat,** Sagay Türklerinde **çoort**[15], diğer bazı Türk boylarında ise **yağurt** veya **yavırt** gibi isimlerle anılmaktadır[16]. Harzemşahlar çağında **yugrat,** Kıpçak ve Memlük Türklerinde **yugrat** veya **cugrat** denildiğini görmekteyiz[17].

---

[8] Koşay, **a. g. m.**, s. 54'de katık (yoğurt) tarifi verilir. Tarife göre; süt kaynatıldıktan sonra kaymağı alınmaz. Süt ılıyınca, daha önce hazırlanan katık mayası bu süte katılır. İyice karıştırıp üzeri örtülerek, sarsmadan bekletilerek yapılır.

[9] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 31'de Orta Asya'da yaşayan Türklerin beyaz peynire **agrumşık** veya **akerimşik** denildiğini belirtmektedir.

[10] **gös.yer**, s. 31'de bu sözün Orta Asya'da peynir yerine kullanıldığı belirtilmektedir; Rahman, **a. g. e.**, s. 21'de Hunların sütten yaptıkları bir ürün olduğu belirtilmektedir; Duvarcı, **a. g. m.**, s. 234.

[11] Kasimanov, "Kazakların Milli Yemekleri", s. 640.

[12] Öcal, **a. g. m.**, s. 191.

[13] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 182, 208, **II**, s. 189, **III**, s. 164, 190.

[14] Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 25; Tezcan, "Türkler'de Yemek", s. 118; Kafesoğlu, **a. g. e.**, s. 305-306.

[15] İnan, "Yakut Türkleri", s. 27, 53.

[16] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 20.

[17] **a. g. e.**, s. 21.

Besleyici bir özelliğe sahip olan yoğurt aynı zamanda tedavi amacıyla da kullanılmaktadır. Özellikle sindirim bozukluklarının tedavisinde kullanıldığı gibi zehirlenmelere karşı da yoğurt veya ayranın kullanıldığı bilinmektedir. Günümüzde güneş yanıkları ve uykusuzluk halinde halk arasında yoğurt kullanılmaktadır[18].

Eski Türklerin yoğurt mayasını, nasıl elde ettiklerine veya nasıl yaptıklarına dair çok fazla bir bilgiye ulaşılamamıştır. Ancak ilgi çekici ve oldukça farklı olan bir yöntemle yörüklerin yoğurt mayaladıkları görülmektedir. Yörükler; maya için yoğurt bulunmadığı zamanlarda daha farklı yöntemlerle yoğurt elde etmişlerdir. Onlar yoğurt mayası elde etmek için taş altında bulunan karıncaların yumurtasını avuçları içinde ezilip mayalanacak sütün içine atarak bir çeşit yoğurt mayası elde edebiliyorlardı[19].

Yoğun ve yağlı sütün yoğurt yapımında tercih edilmesinin yanı sıra manda ve koyun sütünün de yoğurt yapımında tercihi söz konusudur. İnek sütünü kaynattıktan sonra fazla suyunu gidermek için savrulması durumunda ve inek sütünün koyun sütüyle karıştırılması durumunda kaliteli yoğurt elde edilir. Kaliteli yoğurt elde edilmesinin en önemli şartı tabi ki sütün yapımında temizliğine dikkat edilmesidir. Sütün kaynatılması ile; sütün içindeki mikropların ortadan kaldırılması, mayalanmanın daha kolay sağlanması, süt içinde bulunan gereksiz fazla suyun uçurulması ve mayalanmaya uygun sıcaklığın sağlanması gerçekleşmiş olmaktadır.

Yoğurt yapmak için maya olarak eski yoğurt kullanılmaktadır. Mayanın süte karışıp mayalanmasını hızlandırmak ve kolaylaştırmak için bir miktar süt ile karıştırılır, hatta ezilerek ılık süte yavaş yavaş karıştırılır. Mayalanma, işleminin tamamlanabilmesi için ayrıca sütün mayalanma sırasında ısısını koruyarak mayalanmanın tamamlanması gerekmektedir[20]. Türklerin yoğurt mayası için **kor**

[18] Yoğurt, Peynir, Tereyağı Yapımı, y.y., **Akbank Köy Yayınları**, y.z.y., s. 6.
[19] Koşay-Ülkücan, **a. g. e.**, s. 29.
[20] Yoğurt, Peynir, Tereyağı Yapımı, s. 6-10.

dediklerini görüyoruz. Kor; gelişmiş yoğurdun bir parçasıdır. Kapta kalan bu parçaya süt eklenerek yoğurt elde edilir[21].

Yoğurt zengin bir besin maddesi olarak kullanılmasının yanı sıra Türkler tarafından içki ve yemek azığı olarak da kullanılmıştır. Hunların adına **lo** dedikleri, yoğurda kiraz ve kayısı katarak tatlandırdıkları bir içkileri var idi[22]. Oğuzların da **kakırım** dedikleri yoğurt ve kımızın karışımı ile elde edilen ekşi bir içkilerinin olduğunu bilmekle beraber Oğuzların, İslam dinine geçtikten sonra bu içkiyi içmeye son verdiklerini görmekteyiz[23].

Türk mutfağının önemli unsurlarından olan yoğurt bir çok yemekte de kullanılmıştır. Özellikle bir çok yemeğin terbiye edilmesi için kullanılmıştır. (Bu terbiyeleme işlemi günümüzde tüm dünya mutfaklarında kullanılan bir işlemdir.) Sofradaki yerinin doldurulamayacak kadar önemli olması sebebiyle yemeklere katılan yoğurda Türkler **tuzluk** adını vermişler. Aynı zamanda yoğurt; pek çok yemeğe katıldığından dolayı **katık** olarak da bilinmektedir[24].

Kırgızların yoğurt ve un karışımından yaptıkları ve adına "**atala**"dedikleri bir çorbalarının olduğunu görmekteyiz[25]. Türklere ait olan bir yemek de; ortalarından bir delik açılan hamur parçalarının tencerede haşlandıktan sonra üzerine yoğurt dökülerek yenilen **burani-burhani** adındaki yemektir[26].

Yoğurt ile yapılan yemeklerden bir tanesi yoğurtlu yarma çorbası idi. Bu çorba; arpa ve buğday yarmasına yoğurt katılarak yapılan bir çorba idi. Orta Asya

---

[21] Kaşgarlı Mahmut **a. g. e., III**, s. 122'de kımız mayası için de kor kelimesi kullanılmıştır; Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 23; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 456; Genç, **a. g. m.**, s. 63; Duvarcı, **a. g. m.**, s. 234.

[22] Kafesoğlu, **a. g. e.**, s. 305, 306; Eberhard, **a. g. e.**, s. 92'de **"Lo"** yahut **"Nay-lo"** yu kımız olarak açıklamaktan başka yoğurt cinsinden diğer maddelerin de anlaşılabileceğini ve Çin kaynaklarında bu içkinin yalnız Türk boyları ve onların yakın çevresinde ki komşularının bildiklerini belirtilmektedir; Ayrıca Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 25;Tezcan, "Türklerde Yemek", s. 118'deki eserinde yoğurda çeşitli meyveler konularak yapılan bu içkinin, adını **Li** olarak vermektedir.

[23] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 24.

[24] **gös. yer**, s. 24.

[25] **a. g. e.**, s. 25.

[26] Öcal, **a. g. m.**, s. 196; Koşay-Ülkücan, **a. g. e.**, s. 114'te ise bu yemeğin adını **borani** olarak belirtip, üzerine yoğurt dökülen bütün etli ve yağlı yemeklerin genel adı olarak açıklamıştır.

Türkleri bu çorbaya **carma** (yarma) diyorlardı[27]. Türklerin; kışlık azık olarak yaptıkları ve adına **kurut** dedikleri tarhana da yoğurt katılarak yapılan bir başka yemektir[28].

Yoğurt, yapıldıktan sonra da farklı işlemlerden geçirilerek değişik yoğurt çeşitleri elde ediliyordu. Bunlardan bir tanesi de süzme yoğurt idi. Eski Türklerin **süzmeli** adını verdikleri süzme yoğurt; koyu kıvamdaki bir yoğurttu[29]. Günümüzde tülbent içerisine yoğurt konulup, süzülmesi sonucu süzme yoğurt elde edilir. Eski Türklerin de büyük bir ihtimalle bu veya buna yakın yöntemlerle süzme yoğurdu elde ettiklerini tahmin etmekteyiz. Türkler koyulaştırılmış yoğurda **turak** demişlerdir[30]. Süzme yoğurdun yanı sıra Türklerin yaptıkları ve adına yağlı yoğurt, yağsız yoğurt, acı yoğurt, ekşi yoğurt dedikleri yoğurt çeşitleri de var idi. Bunlardan yağı alınmış yoğurda Türkler **uygan yoğurt** demişlerdir[31].

Bu gün Türkler arasında yoğurt ve onun yan ürünleri hala sofralarda önemini korumaktadır. Hala Türk yemeklerinin çoğu, üzerine sarımsak veya sade yoğurt dökülerek tüketilmektedir. Yoğurt aynı zamanda sirke ile karıştırılarak da yeniliyordu[32]. Bazen yoğurda süt katarak adına **ikdük** denilen bir yiyecek elde ediliyordu[33].

4.2. Ayran

Türklerin önemli bir içeceği de -sütün mayalanması sonucunda elde edilen yoğurdun içine su katılarak yapılan- ayrandır. İlk defa Kaşgarlı Mahmut'un eserinde

---

[27] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 25; Ko°ay-Ülkücan, **a. g. e.**, s. 51; Gökyay, **a. g. e.**, s. 22, 72'de de yoğurt ve ayran ismi geçmektedir.
[28] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 26; Duvarcı, **a. g. m.**, s. 234.
[29] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 21.
[30] **a. g. e.**, s. 23.
[31] **a. g. e.**, s. 20-21.
[32] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 457; Genç, **a. g. m.**, s. 63.
[33] **gös. yer**, s. 63.

geçen bu ürün yine dünyanın her yerinde aynı isimle anılmaktadır[34]. Ayran, Türk sofralarında çoğu zaman sudan daha çok tercih edilen, vazgeçilmez bir içecektir. Aynı zamanda ayran Anadolu insanının, evine gelen misafirine çaydan ve kahveden daha makbul gördüğü bir ikramıdır. Şehirlerde yaşayan insanlarımızın köye olan özlemini "ah! köpüklü soğuk bir tas köy ayranı olsa da içsek" gibi ifadelerle dile getirdiklerini hemen hemen hepimiz duymuşuzdur. Köye duyulan özlemin bir tas ayran ile ifade edilmesi, ayranın günlük hayatımızda ne kadar geniş bir yere sahip olduğunu da göstermektedir. Ayranın bu önemini fark eden sanayicilerimiz, teknolojiden de yararlanarak şehirlerde yaşayan insanlarımızın bu ihtiyaçlarını karşılamak için günlük ayran üreten tesisler kurmuşlardır.

Ayran bir çok Türk lehçesinde söyleniş bakımından çok büyük farklılıklar göstermemektedir. Ancak Çuvaş lehçesinde **oyran** veya **oren**[35] gibi değişik şekillerde söylenebilmiştir. Yoğurdun içine katılan su miktarına göre ayran çeşitleri oluşmuştur. Sulandırılan yoğurda **cıvık** veya **sıvık** denilmektedir[36]. Kırgızlar genellikle ayran kelimesini kullanmakla birlikte bazen **çalap**[37], fazla sulandırılmış ayran için de **çangğit**[38] derken, Harzemşahlar devrinde sulu yoğurt için **uyup**[39] denilmiştir. Selçuklu devrinde ise fazla sulu olan ayrana **suvsuş**[40] denilirken Anadolu'da daha farklı isimler ayran yerine kullanılmıştır. **Ak**, **akçakatık**[41], **çalkama**, **çalkamak**, **gövertmeç**, **katık**, **tutma** gibi isimler bunlardan bazılarıdır[42].

Türkler ayrandan rakı bile yapmışlardır. Altay dağlarının kuzeyinde bulunan Türkler, ayranı tulum içinde bekleterek ayran rakısı elde etmişlerdir. Bu rakının tadı ve yapımı ile ilgili ayrıntılar hakkında fazla bir bilgiye rastlanılamamıştır. Ancak bu

---

[34] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 120. Ayran adının geçtiği kitaplardan biri de Rasonyi, **a. g. e.**, s. 54.
[35] Ögel, **Türk Kültürü**, s. 27.
[36] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 456.
[37] Ögel, **Türk Kültürü**, s. 28.
[38] **gös.yer**, s. 28.
[39] **a. g. e.**, s. 21.
[40] **a. g. e.**, s. 28.
[41] **gös.yer**, s. 28; Koşay-Ülkücan, **a. g. e.**, s. 19'da bunun, yoğurttan yapılan bir peynir olduğu ve deri içinde bekletilen yoğurdun su ile çalkalanarak üzerinde biriken yağın alındığı, kalan kısmın süzüldüğü ve içine tuz ile karanfil katılarak derinin içinde bekletilerek elde edildiği belirtilmektedir.
[42] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 28.

rakıyı yapan Türkler'in adına **ayran arağası** (ayran rakısı) dediklerini görmekteyiz[43]. Bütün bunların yanı sıra Türkler; ekşi ayranın içine yaş veya kuru üzüm katarak yiyorlar ve yaptıkları bu yiyeceğe **buldunı** diyorlardı[44].

4.3. Peynir

Türkler'in yaşamı gereği hazır yiyecekler ve kurutmalar beslenmelerinde önemli bir yer kaplamaktadır. Peynir, bozkır yemek yapısına uygunluğu nedeniyle her zaman tercih edilmiştir. Peynir yapımında çeşitli sütlerin kullanılmasının yanı sıra koyun sütü kaliteli peynir için tercih sebebi olmaktadır. Bilinen şekliyle peynir, yalnızca sütten veya yoğurttan yapılmıyordu bunun yanında ayrandan da yapılıyordu. Buna da **süzme** peynir deniyordu.[45].

Sütün farklı bir mayalanması ile peynir yapılıyordu. Tabi ki peynir yapımında en önemli unsur temizliğine dikkat edilmesidir Süt, iyice kaynatıldıktan sonra mayalanmaya uygun ısıya kadar soğutulur. Bu süt daha sonra peynir mayası ile mayalanır ve bu yöntem sayesinde peynir elde edilirdi. Sütün yağlı olup olmaması da peynirin farklı olmasını sağlar. Kaynamış ve belli oranda soğumuş süte maya, yavaş yavaş aktarılır. Mayalanma işleminin tamamlanması için kap ağzı iyice kapatılarak uygun sıcaklıkta bekletilir[46].

Peynir mayasının içinde neler olduğu hakkında kesin bir bilgiye rastlamamıza rağmen Türkmen oymaklarında, mayanın çeşitli bitkisel madde veya hayvanın midesinden yapıldığına rastladık. Bitkilerden elde edilene **yapma,** hayvanın midesini kullanarak yapılana **mal** mayası deniliyordu. Yapma mayalarda incir südü denilen ve incir ağacının kırılan dalından elde edilen tadı acı olan sıvı kullanılmaktadır. Peynir yapılacak sütün içerisine bu sıvıdan birkaç damla konulması halinde peynir mayası

---

[43] **a. g. e.**, s. 29.
[44] Genç, **a. g. m.**, s. 63.
[45] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 456.
[46] Yoğurt, Peynir, Tereyağı Yapımı, s. 11-14.

elde ediliyordu. Başka bir maya elde etme yönteminde de olgunlaşan incir kullanılır. İncire ilave harnup ve şap konularak bu maddeler dövülür ve hamur haline getirilerek maya olarak kullanılırdı. Bu iki maya da tabi mayanın olmadığı durumlarda kullanılmıştır.

Yörükler, daha çok mayayı hayvanın ki bu daha çok koyun ve kuzuların- midesinde bulunan maddelerden elde etmişlerdir. Yörüklerde ölen koyun veya kuzuların mideleri tuzlanarak saklanır ve midede bulunan maddeler maya yapımında kullanılırdı. Bu arada tercihen, süt emen ve henüz ot yemeğe başlamamış olan kuzu veya keçinin midesi -ki buna kursak denilir- alınır. Çünkü bunların mayası henüz süt durumundadır. Özellikle tercih edilen ise oğlak kursağı olup nedeni de bu mayanın peynire ayrı bir tat vermesinden kaynaklanmaktadır. Sığır sarkanağının[47] da peynir mayalanması için kullanılması için içine biraz nohut ve incir katılmalıdır. Bu farklı yöntemlerle elde edilen peynir mayalarının ne kadar konulması gerektiği kesin olmayıp herkes kendi belirlediği ölçülerde kullanmaktadır.

Türkler; ihtiyaçtan fazla peynirlerini uzun süre taze olarak koruyabilmek için, suyunu süzüp hava almayacak şekilde kaplara koymak suretiyle saklıyorlardı[48]. Bu gün Anadolu'da yapıldığı gibi kısa sürede tüketilmesi mümkün olmayacak kadar çok olan peynirin bozulmaması için eskiden de tuzlanarak kaplara basıldığını tahmin etmek zor olmasa gerek. Sütün farklı mayalanması yöntemiyle elde edilen bir başka ürün; eski metinlerde kurut ve lor olarak geçmektedir. Bunlardan hariç peynir olarak bilinen en eski kelimenin **bışlak**[49] olduğu, bu kelimenin piş-biş kökünden gelip Anadolu ağzında da hala kullanılmakta olduğu görülmektedir. Peynir sözünün Türkçe olmayıp Türkçe'ye Farsça'dan girdiğini görüyoruz. Orta Asya lehçelerinde **irimçik**[50] kelimesinin de peynir manasında kullanıldığını görmekteyiz. Bütün bunların yanında **çıkıt, çiet, agrımşık** (akerimşik yani beyaz peynir), **udıtma,**

---

[47] Koşay-Ülkücan, **a. g. e.**, s. 28'de ölen kuzu veya koyunun midesi alınarak mayalanma yapıldığı ve buna da **sarkanak** denildiği belirtilmektedir.
[48] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 457.
[49] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 30.
[50] **gös. yer**, s. 30'da **irimçik** Batı Türkler'inde bu peynir olarak değil daha çok yoğurt yapmak için kaynatılırken kesilmiş olan süte bu ad verilmektedir şeklinde açıklanmıştır; Öcal, **a. g. m.**, s. 211-212'de ise bunun Türkistanda peynir olarak bilindiğini, süte mayanın pişirilmeden katıldığını ve yapılış şekilleri farklı olan bu peynirin **ak irimşik** gibi çeşitlerinin olduğu belirtilmektedir.

udhıtma[51] gibi farklı isimlerle karşımıza çıkmaktadır. Yapılışındaki farklılıklar nedeniyle peynirin çeşitleri bulunmaktadır[52].

Peynir çeşitlerinden bazıları ise aşağıda sırasıyla ayrı başlıklar altında ele alınmıştır.

İkdük: Bu azık, süt ve yoğurttan yapılıp peynir gibi yenilmektedir[53].

Udhıtma: Taze peynire denir[54].

Soğut: Karluklar'ın ekşi sütten yaptıkları bir peynirdir[55].

Süzme: Keş de denilen yağsız bir kuru peynirdir [56]. Bu peynir türü, ayranın suyunun süzülmesi yoluyla yapılıyordu[57].

Süzbe: Bu peynir, yoğurdun suyunun süzülerek tuzlanması ve sonra da işkembelere doldurularak saklanılması yoluyla yapılır. Ancak çok fazla bekletilemeyen bir peynir türüdür[58].

Kızıl Ecgey: Bu da farklı bir peynir türüdür[59].

Kurt: Bu peynir; yazın kurutulur kışın sıcak suda ezilerek yenir[60].

---

[51] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 30-31'de bu sözün Orta Asya Türkler'inin **agrımşık** sözünü yaş yani taze peynir için söyledikleri belirtilmektedir. Mayalandırma yolu ile bekletildiği için bu isim verilmektedir.
[52] **a. g. e.**, s. 29-31.
[53] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 105; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 457.
[54] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 143; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 457'de Türklerin yaptığı taze peyrire **uzıtma** dediklerini belirtir.
[55] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 356; Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 327; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 457; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 36'da sogut kelimesinin çökelek anlamına geldiği belirtilmektedir.
[56] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 433; Genç, **a. g. m.**, s. 63.
[57] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 456,457; Öcal, **a. g. m.**, s. 210.
[58] **a. g. m.**, s. 212'de bu peynirin de süzme peynirden ayrı bir başlıkla yazılması nedeniyle farklı bir peynir olduğu anlaşılmaktadır.
[59] **a. g. m.**, s. 212.
[60] **gös. yer**, s. 212'de açıklanan bu peynirin daha önce anlatılan kuruttan farklı bir başlıkla yazması nedeniyle kuruttan ayrı bir peynir olduğunu söyleyebiliriz.

Kurut (kuru yoğurt): Bozkırlarda; yarı göçebe olarak hayvan sürüleriyle yaşayan Türkler; süt, peynir, yoğurt gibi bol olan ve çabuk bozulma özelliğine sahip bu süt ürünlerini bozmadan tüketmek için kendilerine göre değişik teknikler bulmuşlardır. Kurut; yoğurdun suyunun çektirilmesi, güneşte kurutulması yoluyla yapılan bir peynir türüdür[61]. Kurut için en uygun yoğurt, koyun yoğurdu idi[62]. Kışlık azık anlamında kullanılan bu kelime, bazı kaynaklarda yağı alınmış yoğurttan yapılan bir çeşit peynir için de kullanılmıştır. (Bu kelime, bozulmaması için kurutulmuş tüm süt çeşitlerini de kapsamaktadır.) Süzülen yoğurt içerisine bol miktarda tuz konularak yoğrulur. Küçük toplar yapılarak kurutulur. Kurutulan bu küçük toplar çorbalarda ve bazı yemeklerde kullanılır. Harzemşahlar zamanında kuru peynir için kurut, siyah peynir için ise kara-kurut ismi kullanılmaktaydı. Kurut daha çok koyun sütünden yapılmaktadır[63]. Kaşgarlı Mahmut ise kurutu "yağı alınmış yoğurttan yapılan lor peyniri, çökelek" olarak açıklamıştır[64]. Kazak Türkler'inde sert peynir olarak bilinen kurut, kesilmiş sütün sert kısmının pişirildikten sonra değişik şekillerde güneşte kurutulup sertleştirilmesiyle elde edilen bir peynir türü olduğu belirtilmektedir. Kışlık olarak kullanılan bu azığın, kullanılacağı zaman dövülerek su ve sütle yumuşatıldığı ve böyle yenildiği belirtilmektedir[65].

Türkmenlerin de kesilmiş deve ve koyun sütünden (gaksuk) yaptıkları bir çeşit peynirlerinin olduğu ve tuzlanmış peynir yediklerine rastlıyoruz[66].

---

[61] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 456, 457'de bu peynir hakkında, Kaşgarlı Mahmut'un eserinde geçen bazı cümlelere dayanarak; sevilen aranan bir peynir olduğu belirtilmiştir; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 43; Genç, **a. g. m.**, s. 63'te kuru yoğurt için kurut denildiği belirtilmektedir; Duvarcı, **a. g. m.**, s. 234.

[62] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 457.

[63] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 32-34; yine aynı eserin s. 30'da peynirin çeşitlerine kurut ve çökelek denildiği belirtilmektedir.

[64] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 357; **II**, s.15.

[65] Öcal, **a. g. m.**, s. 202'de Kazakların yaptıkları peyniri anlatmakta ve diğer Türk boylarının da muhtemelen aynı yöntemi kullanarak kurutu yaptıklarını belirtmektedir.

4.4. Yağ

Türkler; hayvanlarının çok bol olması nedeniyle onların her şeyinden yararlanmışlardır. Hayvansal ürünlerden bir tanesi de yağdır. Yağ; gerek direkt hayvandan (kuyrukyağı olarak) ve gerek sütün farklı bir işlenişi sonunda elde ediliyordu. Türkler yağı sütten değil de çoğu zaman yoğurttan çıkarıyorlardı[67].

Kazakar; yağı, **iş may, mal mayı, may kospa, sarı may ve ösimdik mayı**[68] olarak sınıflara ayırarak, koyunların kuyruklarını eriterek elde ettikleri yağı da kışın yenilmesi için deri tulumlar içerisinde saklarlardı. Konar göçer Türkmenler de koyunların kuyruk yağını eriterek yerler ve bu yağda kızarttıkları eti yemeyi çok severlerdi[69]. Eski Türklerde yağ sözü her ikisini de kapsıyordu. Yağ, sütle birlikte yoğurdun sulandırılarak çalkalanması yoluyla elde ediliyordu. Oğuzlar'da iç yağının da yemeklerde kullanıldığını görmekteyiz. Türkler; iç yağı için **sağ yağ** derlerdi[70]. Susam yağını ve balık yağını[71] da yemeklerde kullandıklarını görmekteyiz. Türkler susamdan çıkan yağa, **küç yağı**[72], dedikleri gibi Uygurlar ise içyağına **yağrı** diyorlardı[73].

Türkler yağ kelimesinin yerine **çir**[74], **öz**[75] ve **yinçi**[76] sözlerini kullanmışlardır. Çinlilerin yağı tanımayıp bunu komşuları olan Türkler aracılığı ile zamanla tanıdıkları belirtilir[77]. Uygurlar dinlerini değiştirmeden önce süt ve süt ürünlerinden yapılan yiyecekleri tüketmekte iken mani dinine geçtikten sonra yasaklanan yiyecekler

---

[66] Öcal, **a. g. m.**, s. 204.
[67] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s.20.
[68] Bulduk, **a. g. m.**, s. 641.
[69] Öcal, **a. g. m.**, s. 202.
[70] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 182; Genç, **a. g. m.**, s.62'de ise tereyağına ve sütten elde edilen yağa bu isim verilmekte deniliyor; Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 14'te eritilmiş veya taze inek yağına **sarı yağ** denildiğini belirtmektedir.
[71] İbn Fazlan, **a. g. e.**, s. 58'de Bulgarlar'ın yemeklerde balık yağı kullandıkları belirtilmektedir.
[72] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 458; Genç, **a. g. m.**, s.62.
[73] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 14; Genç, **a. g. m.**, s. 62'de Türklerin don yağına **yakrı** sözünü kullandıkları belirtilir; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 458'de ise Oğuzlarda iç yağına da yağ denildiği belirtilmektedir.
[74] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 323, Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 369'da yağa Türkler'in çir, yine aynı eserin s. 15'de Başkırtlar'ın da yağ için **cır** dedikleri belirtilir.
[75] **a. g. e.**, s. 15.
[76] **a. g. e.**, s. 35.

arasında tereyağı da bulunmakta idi[78]. Kazak Türklerinde süt kaynatılıp elde edilen kaymak çok sevilmekte idi[79]. Yine Kazaklarda, kış başlamadan kesilen hayvanın kuyruk yağı, kışın yemeklerde kullanılmak için deri tulum içinde saklanırdı[80]. Türkmenler iri kuyruklu koyunların kuyruk yağını eriterek bu yağda et kızartmayı çok seviyorlar idi[81]. Türkmenler; tereyağını sevmekle birlikte tabii ki buldukları zaman yemeklerini bu yağla yapmaktadırlar. Bunun yanında kuyruk yağı da yemeklere tat vermesi için kullanılmakta idi. Türkmenlerin çoğu susam ve diğer bitki yağlarını daha fazla kullanmakta idiler[82]. Yörükler, hayvancılıkla geçimlerinin doğal sonucu olarak; hayvansal gıdalardan yağ ve kaymağı sıkça kullanmışlardır[83]. Türklerin çok sevdikleri ve atın karnından elde edilen, adına **kazı** dedikleri bir yağları daha var idi[84].

Türkler daha çok sütten elde ettikleri yağı kullanmakla beraber, kuyrukyağı da kullanmışlardır[85]. Yağ, Türkler için önemli bir yiyecek maddesi olmuştur. Kaşgarlı Mahmut'un eserinde geçen "iç yağı, yağ yerinin tutmaz" atasözü yağ ve tere yağının Türkler arasında değerli bir yiyecek olduğunun ifadesidir[86]. Kaşgarlı Mahmut'un eserinde, yağın sütten çıkarıldığına dair bilgilere rastlanmakla beraber, yapılışı hakkında ayrıntılı bilgiye rastlanılamamıştır.

Türkler; yağı sade olarak yediği gibi, yemeklerde ve özellikle de hamurlu yiyeceklerde fazlaca kullanmışlardır. Bütün bunların yanı sıra onlar yağı deriyi yumuşatmada da kullanmışlardır[87]. Yağsız yemek Türkler tarafından hemen hemen

---

[77] Kafesoğlu, **a. g. e.**, s. 306; Tezcan, "Türklerde Yemek", s. 118.
[78] Öcal, **a. g. m.**, s. 185.
[79] **a. g.m.**, s. 202.
[80] **gös. yer**, s. 202.
[81] **a. g. m.**, s. 203.
[82] Öcal, **a. g. m** , s. 204.
[83] Mete, **a. g. m.**, s. 36.
[84] Genç, **a. g. m.**, s. 60'da yağlı bir et olarak verilmesine rağmen; Köymen, "Beslenme Sistemi" s. 36'da ve Köymen, **Alp Arslan II**, s. 458'de bunun bir yağ olduğu belirtilir.
[85] Arlı, **a. g. m.**, s. 31.
[86] Kaşgarlı Mahmut, **a.g. e.**, **III**, s. 305, 306; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 459; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 36.
[87] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e.**, **II**, s. 229; **III**, s 319; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 460; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 36.

yapılmıyordu. Yağı az olan yemek için **yavan aş** deniliyordu[88]. Yalnız Bulgarların zeytinyağı, susamyağı ve tereyağı kullanmayıp bunun yerine balıkyağını kullandıklarına rastlamaktayız[89]. Kısaca yağ, özellikle beslenmede vazgeçilmez bir ürün olmakla birlikte; diğer işlerde kullanıldığını da gözönünde bulundurursak Türk yaşamında önemli bir yer kaplamaktadır.

[88] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 20; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 45.
[89] İbn Fazlan, **a. g. e**, s. 58; Öcal, **a. g. m.**, s. 190.

5. TÜRK MUTFAĞINDA İÇECEKLER

5.1. Alkolü içecekler

Türkler; farklı maddelerden yaptıkları ve insanı sarhoş eden tüm içeceklere genel isim olarak **içkü (içki)** demişlerdir[1]. Uygur ve Karahan Türklerinde şaraba **bor** denilmekte idi[2]. Çagır veya çakır Türkler'de şarap sözü için kullanılan kelime idi[3]. Alkollü içeceklerin başında Türkler'in milli içkisi olan kımız gelmektedir.

5.1.1. Kımız

Türk tarihinde at; geniş ve önemli bir yer kaplamaktadır. Orta Asya'da yaşayan göçebe Türkler; günlük işlerinde, savaşlarda ve sporda atın gücünden yararlandıkları gibi etinden ve sütünden de yararlanmışlardır. Türklerin at sütünden ürettikleri kımız içkisi, Türklere has bir içki olup Türk tarihinde ve Türk yemek kültüründe önemli bir yere sahiptir. Günümüzde bile kımız yapımı devam etmektedir. Orta Asya'dan İran yolu ile Anadolu'ya gelen Türkmen toplulukları da kımız yapar ve içerlerdi. Günümüzde bile bu gelenek; Orta Asya bozkır halkları[4] ile Türkistan'dan ülkemize gelen Afgan göçmenler arasında sürmektedir. Ayrıca Almanya gibi Avrupa ülkelerinde kımız üreten işletmeler mevcut olup; ülkemizde de İzmir'in Kemalpaşa ilçesinde kısrak sütü ve kımız üretmek amacıyla kurulmuş olan çiftlikler bulunmaktadır[5].

---

[1] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 128; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 41; Genç, **a. g. m.**, s. 66; Duvarcı, **a. g. m.**, s. 234.
[2] Genç, **a. g. m.**, s. 67.
[3] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 363.
[4] Bulduk, **a. g. m.**, s. 35.
[5] **Ana Britannica**, "Kımız", XIII. C., İstanbul, Ana Yay., 1990, s. 252-253; Hasan Yaygın, "Kımızın Nitelikleri ve Sağlıkla İlgili Özellikleri", **Türk Dünyası**, S. 67, Temmuz 1992, s. 22.

Kısrak sütünden yapılan kımız, Hunlar'dan beri yapılan ünlü bir Türk içkisidir. Bu içki az da olsa inek, deve ve eşek sütünden de yapılmıştır[6]. Türklere ait olduğu bilinen kımız ile ilgili bilgilere Türk kaynaklarında, Çin Yıllıklarında[7] ve batı kaynaklarında rastlanmaktadır[8].

Kımızın, besleyici bir özelliğe sahip olmamakla beraber içerisinde bulunan az miktardaki alkol ile rahatlatıcı ve açlık giderici bir özelliğe sahip olduğu da tespit edilmekle beraber yüksek kalori içerdiği ve bir çok hastalığı tedavi edici özelliğe sahip olduğu araştırmalar sonucu ortaya çıkmıştır[9]. Kımızın özellikleri ile ilgili bilgiler ve araştırmalar konu başlıkları ile birlikte daha ayrıntılı bir şekilde ele alınacaktır.

5.1.1.1. Kımız Mayası ve Yapılışı

Yapılan araştırmalar sonucunda kımız yapma tekniğinin büyük farklılıklar göstermediği ortaya çıkmıştır. Ancak kaliteli bir kımızın elde edilmesi için; atın sağılma zamanı, yaşı, yediği yemler, bakımı ve kımızın bekletilme zamanı önemli rol oynamaktadır.

Kımızın yapılışında en önemli etken mayasıdır. Aynı yoğurt mayası için söylenen **kor** kelimesi, kımız mayası için de söyleniyordu[10]. Mayası şöyle hazırlanmaktadır[11]; yapılan darı mayası ılıklaştıktan sonra buna iki veya üç kaşık bal

---

[6] **Ana Britannica**, "Kımız", XIII, C., s. 252; Öcal, **a. g. m.**, s. 202'de Kazaklar'da fakir insanların, koyun sütünden kımıza benzer bir içki yaptıklarını belirtir; **a. g. m.**, s. 203'te ise Türkmenler'den durumu iyi olanların deve sütünden içki yaptıklarını belirtir.

[7] Nimet Uluğtuğ, **Kımız**, Ankara, Ankara Halkevi, Dil -Tarih ve Edebiyat Şubesi, 1939, s. 2-3'de Çin kaynaklarında Hunların içkisi olarak kımızın adının geçtiği belirtilmektedir.

[8] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e.**, I, s., 365; Gökyay, **a. g. e.**, s. 22, 33; Eberhard; **a. g. e.**, s. 65, 69, 72, 74, 76, 87.

[9] Rasonyi, **a. g. e.**, s. 54; Wilhelm Baur, "Yağ Metabolizması Bozuklukları ve Kronik Karaciğer Hastalıklarının Kısrak Sütü (Kımız) İle Tedavi Denemeleri", çev. Yaşar Küçüksümer, **Türk Dünyası Araştırmaları**, S. 28, Şubat 1984, s. 31'de ise kısrak sütünde kalori miktarının az olduğundan bahsedilmektedir.

[10] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e.**, **III**, s. 122; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 483'de Kımızlı kısrak sütünün içine meyve de konulabildiğinden bahsedilmektedir.

[11] Uluğtuğ, **Kımız**, s. 6'da Başkırtların kımız mayasını ekşitilmiş inek sütünden yaptıkları ve maya bulamadıkları zaman ilk mayayı bozadan yaptıkları belirtilmektedir. Buna göre, ekşi boza dinlenmiş süt ile karıştırılır ılık süt dinlenmeye bırakılır ve elde edilen ilk kımız ve ikinci kımız içilmez ve maya olarak

ve bir miktar bira mayası eklenerek hamur haline getirilir. Hazırlanan bu hamur karışımı ılık bir yerde bekletilerek dinlenmeye bırakılır. Dinlenen hamur kabarmaya başlayınca tülbentten bir kese içine konularak maya yapılacak sütün içine bırakılır. Süt ekşimeye başlayınca kese sütün içinden çıkarılır ve böylece maya elde etme işlemi tamamlanmış olurdu. Maya yapılırken sütün yarım saatte bir karıştırılması gerekmektedir. Yazın kımız çalma zamanı gelinceye kadar bu kımız mayası, ağzı iyice kapalı olan şişeler içinde ve serin bir yerde bekletilirdi[12]. Bu mayanın laktik asitle üreyen bir basilin ürünü olduğu yapılan araştırmalar sonucu ortaya çıkmıştır[13].

Kuru Kımız; Kuru mayayı elde etmek için kımız, düz tabaklara dökülerek güneşte kurutulur. Şişede bekletilen bu kımız tozu, yazın taze kısrak sütü ile tazelenir. Bununla birlikte bazen kımız tozundaki mayanın istendiği gibi olması sağlanamamaktadır[14].

Sanatoryumlarda ise, maya olarak kışın bekletilen kımız, birkaç defa inek sütü ile ekşitilerek bir karışım elde edilirdi. Bu karışıma **katık** adı verilirdi. Yazın kımız mayasını çalma zamanı gelince; kısrak sütü ile karıştırılan bu maya çalkalanarak ılık bir yerde dinlenmeye bırakılırdı. Bu maya dört beş gün içinde gaz haline dönüştükten sonra kullanıma hazır hale gelirdi[15].

---

alınır üçüncüsü ancak kımız sayılırdı. Yine aynı eserde, Fergana Türklerinin de maya olarak inek sütünün yağını alıp ona kokulu olan bir bitki karıştırarak ve bekleterek bunu maya olarak kullandıkları belirtilmektedir.

[12] V.N. Markov- V. K. Orodnikov-F. O. [a]uey, **Kımız, Tedavi Edici ve Hastalıklardan Koruyucu Hassaları,** çev. F. Laçınay, Işık Matbaası, İstanbul, 1945, s. 16, 18,'de kımız mayasının farklı bekletme yöntemlerinin olduğu; bazı yerlerde açık kaplarda yapılırken bazı yerlerde şişelerde bekletildiği Kazak ve Kırgızlar'da ise deri kaplar içerisinde bekletildiği belirtilmektedir; Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 55; Azmi Güleç, "Eski Türk Hayatında Kımız ve Sağlıktaki Önemi", **Türk Kültürü**, S. 95, Eylül 1970, s. 808; **Ana Britannica**, "Kımız", XIII. C., s. 252'de en iyi mayanın, at derisinden yapılmış torbalarda saklanan eski kımız olduğu belirtilmektedir.

[13] **a. g. m.**, XIII, C., s. 252.

[14] Markov, **Kımız**, s. 17; Güleç, "Kımız ve Sağlıktaki Önemi", s. 808.

[15] Markov, **Kımız**, s. 17; Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 55; Güleç, "Kımız ve Sağlıktaki Önemi", s. 808.

5.1.1.2. Kımızın Yapılışı

Bozkırda yaşayan Kazak ve Başkırt Türkleri; kımız yapabilmek için eski mayayı kullanmışlardır. Sonbaharda hazırlanan kımız mayası, kımız çalma zamanı gelince kullanılarak taze kımız elde edilirdi[16].

Türkler, kımız yapmak için kullandıkları bir veya iki at derisinden yapılan büyük tulumlara "**saba**"[17] adını vermişlerdir. Bu tulumlar içerisine taze kısrak sütü ve sütün üçte biri oranında daha önceden hazırlanan kurutulmuş kımız mayası konulurdu. Ilık bir yerde tutulan mayalı süt, bir sopa[18] ile tulumun ağzından belli aralıklarla dövüldükten sonra yirmi dört saat dinlenmeye bırakılırdı. Bu dinlenme sonunda sütün yüzünü kaplayan kabarcıklar mayalanmanın başladığını gösterir ve ikinci gün buna iki misli taze süt daha katılıp kuvvetli bir biçimde karıştırılarak dinlenmeye bırakılırdı. Bu dinlendirme ve taze kısrak sütü ekleyip karıştırma işlemi birkaç kez yinelenirdi. Dinlendirme işlemleri sırasında kımızın tadına sık sık bakılmalı ve ekşime oranının normal olup olmadığı kontrol edilmelidir. Ekşime oranının normal seyrinde olması kaliteli bir kımızın elde edileceğinin işaretidir. Dinlendirmeler dışında yapılan karıştırma işlemine ara verilmez ise süt iyice mayalanır, alkolleşme artar ve yapılan kımız içilecek duruma gelir. En hafif kımız en az yirmi dört saat bekletilmelidir. Kımızın bekletilmesi ile alkol miktarı ve ekşilik

---

[16] Markov, **Kımız**, s. 17.

[17] **a. g. e.**, s. 18; Uluğtuğ, **Kımız**, s. 7'de Kırgızların, saba denilen bu tulumları tütsülenmiş at derisinden yapıyorlar, bunun bulunmadığı durumlarda da kayın ağacından yapılan kütüklerin kullanıldığı belirtilmektedir; Güleç, "Kımız ve Sağlıktaki Önemi", s. 807; Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 5; **Ana Britannica**, "Kımız", XIII,.C., s. 252; Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 377'de İçerisine kımız ve kımıza benzer şeylerin konulduğu ve atın ayak derisinden yapılan tulumlara "**butık**, aynı eserin s. 382'de at derisinden yapılarak içinde süt veya kımız bekletilen tulumlara "**kasuk (basuk)**" denildiği belirtilir. Yine Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 473'te ise kımız biriktirilen küçük testiye "**kurluk**" denildiğini belirtir; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 42'de ise günlük kımız ihtiyacını karşılamak için yapılmış testilere bu adın verildiğini belirtir; Öcal, **a. g. m.**, s, 210'de bu tulumlara **basuk** denildiğini belirtilir; İnan, "Altay Şamanlığı", s. 433'te saba kelimesini; kayın ağacı kabuğundan yapılan büyük bir kap olarak açıklar. Yine saba adlı arpadan yapılan bir içki çeşidinin olduğundan da bahsetmektedir. Bu içkinin ıslatılmış arpa, kavrulmuş un ve su ile karıştırılması sonucunda elde edildiğini belirtir.

[18] Uluğtuğ, **Kımız**, s. 7'de kımız mayasının miktarını verirken bir hisse mayaya beş hisse taze süt konulduğunu ve **bışlak** adı verilen bir sopa ile çalkalandığını belirtmektedir; Markov, **Kımız**, s. 18; Güleç, "Kımızın Sağlıktaki Önemi", s. 808'de saba'daki taze kımızın, başında delikli topuzu olan oklava ile sık sık çalkalandığını belirtir.

derecesinin arttığı görülmüştür[19]. Bundan sonra kısrağın her sağılışında kımızın bir bölümü deri torba içinde maya olarak bırakılır ve üzeri de taze süt ile tamamlanırdı[20].

Ufa ve Belebey kentleri çevresindeki sanatoryumlarda ise kımız şöyle yapılırdı. 25° lik sıcaklıkta bekletilen hazır kımız; üçte iki oranında taze kısrak sütü ile birlikte ıhlamur ağacından yapılmış fıçılarda ucu topuzlu sopalarla 15 - 20 dakika iyice dövüldükten sonra ılık bir yerde dinlenmeye bırakılırdı. Bu şekilde elde edilen kımızın buzluklarda saklanılması da gerekiyordu[21].

En iyi kımız veren usul Başkırdistan'da bulunan sanatoryumlarda tatbik edilen usuldür. Orenburg vilayetinde kımız yüksek derece ile yapıldığı için çok ekşi olmaktadır[22].

5.1.1.3. Kımızın Kalitesini Etkileyen Unsurlar

5.1.1.3.1. Süt Sağma Zamanı

Sütü kımız yapımında kullanılacak olan kısrağın; doğurduktan iki ay sonra sütü sağılmalıdır[23]. Kımız yapılacak sütün sağılma zamanı, kımız kalitesi üzerinde önemli etkiye sahiptir. Çünkü her sağımın sütü, aynı yağ oranına sahip değildir. Mesela, sabah sağılan süt öğle sağılan sütten daha az yağlı olup, öğle sağılan süt ise akşamkinden daha az yağlıdır[24]. Bundan dolayı kısrak sabahleyin gün doğmadan ve akşamleyin gün batarken olmak üzere iki defa sağılmalı ve sağma işlemi yapılmadan önce hayvan iki saatten fazla dinlendirilmelidir[25].

---

[19] Uluğtuğ, **Kımız**, s. 7.
[20] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 56.
[21] Markov, **Kımız**, s. 18; Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 56.
[22] Markov, **a. g. e.**, s. 19.
[23] Uluğtuğ, **Kımız**, s.9.
[24] Markov, **Kımız**, s. 11; Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 57; Güleç, "Kımız ve Sağlıktaki Önemi", s. 95.
[25] Uluğtuğ, **Kımız**, s. 10.

5.1.1.3.2.Kısrağın Cinsi ve Özellikler

Kımızın ana maddesi kısrak sütü olduğuna göre, kaliteli süt veren kısrağa ihtiyaç duyulmuştur. Kaliteli kımız üretmeye önem veren Kırgızlar ve Başkırtların en iyi kımız sütü veren kısraklara sahip oldukları, bunları yalnız süt hayvanı olarak yetiştirdikleri belirtilmektedir[26]. Ayrıca bozkırda yetiştirilen kısrakların sadece kımız üretmek için beslendikleri, bu kısraklara kesinlikle yük taşıtılmadığı, bozkırda yetişen tabii bitkilerle beslendiği, süt bezlerinin gelişmesi için en az iki yavru doğurtulduğu, temiz ve bakımlı olmasına dikkat edildiği görülmektedir[27].

5.1.1.3.3. Yemlerin Etkisi

Kımız üreticileri, kısrağın cinsine ve bakımına önem verdikleri kadar yedikleri yemlere de dikkat etmişlerdir. Çünkü kısrağın yediği yem; verdiği sütün kalitesini direkt olarak etkilemektedir. Kısrak sütü diğer sütlere oranla daha az yağlı, şeker oranı ise daha yüksektir[28]. Bundan dolayı özellikle yayla ve bozkırda tabii ortamda yetişen bitkilerle kısraklar beslenmiştir[29]. Çünkü tabii ortamda yetişen bitkilerle beslenen kısrak, diğer ortamlarda yetişen bitkilerle beslenen kısraklardan şeker oranı daha yüksek süt vermektedir. Şeker oranının yüksek olması ise kaliteli kımız için en önemli etkendir[30]. Sadece kımız için yetiştirilen kısraklara, en iyi kımız

[26] Markov, **Kımız**, s. 10'da ayrıca Rus ve Kalmukların da bu amaçla besledikleri kısraklarının olabileceği belirtilmektedir; Uluğtuğ, **Kımız**, s. 9; Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 57.
[27] Uluğtuğ, **Kımız**, s. 9; Ana **Britannica**, "Kımız", XIII,.C., s. 252-253.
[28] Markov, **Kımız**, s. 10, 12; Uluğtuğ, **Kımız**, s. 19; Güleç, "Kımız ve Sağlıktaki Önemi", s. 807; Baur, "Yağ Metabolizması", s. 31.
[29] Ana Britannica". **Kımız**", XIII,.C., s. 252-253.
[30] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 57.

sütü vermeleri için, **step otu** (spita), **triticum repens**[31], **karamuk** ve **delice buğdayı** verilirdi[32].

5.1.1.4. Kımızın Bozulması

Her zaman istenildiği gibi kımız elde etmek mümkün değildir. Kımız yapılırken istenildiği gibi kımız elde etmek için dikkat edilmesi gereken en önemli unsur, temizliğidir. Kımızın bozulmasını sağlayan en önemli unsur temizliğine dikkat edilmemesidir. Temizliğine dikkat edilmediği taktirde mayalanmayı engelleyen mikroplar karışarak kımızın bozulmasına sebebiyet verir. Kımızın bozulmasına sebep olan diğer durumlar; sütü sağan kişinin temizliğine dikkat etmemesi, süt sağılan kabın temiz olmamasıdır[33].

5.1.1.4.1. Sirke Ekşisi Mayalanma

Yapım sırasında dikkat edilmesi gereken hususlar harfiyen uygulanmazsa, yapılan kımıza sirke ekşisi mikroplar karışır. Bu durumda kımız, tiksindirici, ekşi ve hoş olmayan bir kokuda olup üzerinde yağ parçaları yüzer. Ayrıca dibinde de tortular oluşur. Bu kımızın bozulduğunun ifadesidir. Bu haliyle kımız içildiğinde bazı rahatsızlıklar meydana gelir. Mesela; mide bulantısı ve mide ağrıları hissedilir. Böyle bir kımızın düzeltilmesi mümkün olmadığı için dökülmeli ve kap iyice temizlenmelidir[34].

---

[31] Güleç, "Kımız ve Sağlıktaki Önemi", s. 809'da ise **Triticum Repars** olarak geçmektedir; Rasonyi, **a. g. e.**, s. 52'de triticum dicoccum'un çift taneli bir buğday olduğunu belirtmiştir; Uluğtuğ, **Kımız**, s. 10'da Haziran ve Temmuz aylarında bozkırlarda kokulu ve şekerli bitkilerin çoğalması nedeniyle kısrak sütünün kımız yapmaya çok uygun olduğu belirtilmektedir. Burada ayrıca kımız otu denen bir bitkinin varolduğu belirtilmiş ve hayvanın beslenmesini sağlayan bazı bozkır otlarının yerli isimleri verilmiştir. Bunların isimleri **ak kuyruk, acırı, ak diken** olarak belirtilmektedir.

[32] Markov, **Kımız**, s. 11; Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 57; Güleç, "Kımız ve Sağlıktaki Önemi", s. 809.

[33] Markov, **Kımız**, s. 20.

[34] **a. g. e.**, s. 21.

5.1.1.4.2. Yağlı Ekşi Mayalanma

Kımızın çok sıcak ortamda mayalanması ve kapalı şişelerde bekletilmesinden dolayı kımıza yağlı ekşi mikroplar karışır. Böylece kımız bozulur[35].

5.1.1.4.3.Salyalaşan Mayalanma

Bu tür bozulma sadece taze kımızda görülür. Salya yapan bakterilerin süte karışması ile kımız salyalı bir hale gelir, bozulur ve bu kımız içilmez[36]. Kımızın bozulmasının bir nedeni de kımızın, uzun süre ılık bir yerde bekletilmesidir. Bunlardan başka kımız, başka nedenlerden dolayı da bozulma gösterebilir. Örneğin kımızın düşük ısıda yapılması yine kımızın bozulmasını sağlar[37].

5.1.1.5. Kımızın Tedavi Edici Özellikleri

Türklerin milli içkisi olan kımız ile ilgili verdiğimiz bilgilerin yanı sıra, tedavi edici özelliklerinin bu bilgiler içerisinde en önemlisi olduğunu belirtmek gerekir. Atalarımızın içkisi olan kımızın sağlık üzerinde çok büyük menfaatler sağladığını bilen Altay Türkleri (Kazak-Kırgız) kımızı sadece bir içki olarak kullanmayıp aynı zamanda tedavi maksadıyla da kullanmışlardır. O dönemin hekimleri, kımızı kendilerine özgü usullerle tedavide kullanmışlardır[38]. Yaptığımız araştırmalarda (üzülerek belirtmemiz gerekir ki) kımızın tedavi amacıyla kullanılması hakkında Türklerden çok yabancı araştırmacılar ve sağlıkçıların incelemeler yapmış olduklarını görmüş bulunuyoruz.

Kımız ile ilgili ilk ilmi açıklamayı, Rus ordusunda görev yapan ve aslen İskoçyalı olan Dr. Con Griv'in yaptığı belirtilmektedir. Dr. Griv'in bu açıklamasında

---

[35] **gös. yer**, s. 21.
[36] Markov, **Kımız**, s. 21; Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 58; Sedat Veyis Örnek, **Anadolu Folklorunda Ölüm,** Ankara, Ankara Üniversitesi D. T. C. F., 1971, s. 7.
[37] Markov, **Kımız**, s. 22.
[38] **a. g. e.**, s. 7; Güleç, "Kımız ve Sağlıktaki Önemi", s. 809.

kımızın bir çok hastalığı iyileştirdiği gibi halsizlik ve veremin tedavisinde de etkili olduğunu aynı zamanda iştah açıcı bir özellik taşıdığını belirttiği söylenmektedir. Dr. Griv'in bu açıklaması tıp camiası tarafından büyük bir ilgi görmüş ve daha sonra kımızın tedavi edici özelliklerine dair araştırmalar hız kazanmıştır[39]. Hız kazanan bu araştırmalar sonucunda kımızın bir takım hastalıkları tedavi edici özelliğe sahip olduğunu tesbit eden Dr. Ponnikov 1858 yılında kımızla tedavi yapılacak ilk hastaneyi Rusya'da açmıştır[40]. Bu gün halen Rusya'da sadece kımızla verem tedavisi yapan prevantoryumlar ve sanatoryumlar bulunmaktadır[41].

Yakın zamanlarda ise kımızın tedavide kullanılması amacıyla kımız üretme çiftlikleri ve sağlık merkezlerinin kurulduğunu görmekteyiz. Bu konuda Almanya'da, Rusya'da[42], İngiltere'de, Amerika'da ve Türkistan'ın Çimkent şehrinde[43] kımız üretme çiftlikleri ve kımızı tedavide kullanma merkezleri bulunmaktadır.

Kımızın tedavi maksadıyla kullanıldığı alanlar epeyce bir genişliğe sahiptir. Kımız aynı zamanda vitamin bakımından da çok zengindir[44]. Kımızın içerisinde A, B[45], B1, B2, B6 ve bunların yanı sıra yüksek oranda C vitamini mevcuttur. Kımızda diğer sütlere oranla daha fazla demir bulunduğu için demir eksikliği anemisi olan hastaların tedavisinde de kımız kullanılmıştır[46].

5.1.1.6. Kımızla Tedavi Edilen Bazı Hastalıklar

Yapılan araştırmalarda; kımızın hastalıklardan koruyucu bir ilaç (antibiyotik kadar etkili)[47] özelliğine sahip olduğu görülmüştür[48]. Bundan dolayı kımız; birçok hastalığın tedavisinde kullanılmıştır. Kımız kullanan kişinin kilo alması, vücudundaki

---

[39] Markov, **Kımız**, s. 7; Yaygın, "Kımızın Nitelikleri", s. 21; Güleç, "Kımız ve Sağlıktaki Önemi", s. 807; Uluğtuğ, **Kımız**, s. 5'te kımız ile ilgili ilk araştırmanın tahminen Strahlenburg olduğu belirtilmektedir.
[40] Markov, **Kımız**, s. 7; Yaygın, "Kımızın Nitelikleri", s. 23.
[41] Eröz, **Milli Kültür**, s. 114.
[42] Hayrani Ilgar, "Kımız", **Orkun**, S. 10, Aralık, 1988, s. 20; Baur, "Yağ Metabolizması", s. 29.
[43] Güleç, "Kımız ve Sağlıktaki Önemi", s. 810.
[44] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 60; **Ana Britannica**, "Kımız", XIII,.C., s. 253.
[45] Markov, **Kımız**, s. 24; Ögel, **Türk Kültürü IV** , s. 60.
[46] Baur, "Yağ Metabolizması", s. 31.
[47] Ilgar, **a. g. m.**, s. 20.

dayanıklılığın ve enerjinin artması, içen kişinin kendini gençleşmiş gibi enerjik hissetmesine neden olmuş bundan dolayı da hasta olmayan insanların da kımız içme ihtiyacı duyduğu görülmüştür. Kımızın tedavi amacıyla kullanıldığı belli başlı bazı hastalıklar, konu başlıkları halinde aşağıda ele alınmıştır.

5.1.1.6.1. Mide ve Sindirim Hastalıkları

Kımız, besleyici bir alkol olup mayalanma sonucu içinde bulunan kimyevi maddelerden, mide ve bağırsak hastalıklarında tedavi edici özelliğe sahip olduğu görülmüştür. Kımızda bulunan şeker; asitlaktik (süt asidi), alkol ve asitkarbona ayrılır. Bunun sonucunda, hazım bezlerinin salyalı tabakalarını harekete geçirir[49]. Kımız, mide öz sularının salgısını arttırdığı için mide ve bağırsak hareketlerini hızlandırdığı[50] buna bağlı olarak da harekete geçen hazım bezleri sayesinde hazımsızlığın ortadan kalktığı görülmüştür[51]. Kımızı içen hastanın, iştahı açıldığı için beslenme durumu iyileşir; buna bağlı olarak mide ve bağırsaklarda yorulma ve yıpranma görülmez[52]. Mide salgılarının düşük olduğu supasif hastalarında kımız içmeleri durumunda salgının arttığı, salgıların anormal yüksek olduğu hastalarda ise kımız içildiğinde salgının düştüğü görülmüştür. Böylece kımızın mide salgısını dengeleyici bir özelliğe sahip olduğu anlaşılmaktadır[53]. Ayrıca kımızda bulunan süt ekşisi florü sayesinde mide ve bağırsak zehirlenmelerinde tedavi amaçlı kullanıldığı görülmüştür[54]. Kımızda bulunan asitlaktik; insan vücuduna, zehirleme yaparak zarar veren bağırsak mikropları dökümtülerinin, zararsız hale getirilmesini sağlar. Vücudumuz tarafından emilen gıda maddelerinin işe yaramayan artıklarından oluşan zararlı maddelerinin temizlenmesi tedavisinde kımızdan yararlanılır[55]. Ayrıca bozulan bağırsak florasını düzene sokan kımız, buna bağlı olan hastalıkların da tedavisinde

---

[48] **Ana Britannica**, "Kımız", XIII, C., s. 253.
[49] Markov, **Kımız**, s. 9; Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 60.
[50] Uluğtuğ, **Kımız**, s. 21; Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 60; Yaygın, "Kımızın Nitelikleri", s. 23.
[51] Güleç, "Kımız ve Sağlıktaki Önemi", s. 808-809.
[52] Markov, **Kımız**, s. 9; Güleç, "Kımız ve Sağlıktaki Önemi", s. 808-809; Yaygın, "Kımızın Nitelikleri", s. 21.
[53] Markov, **Kımız**, s. 25.
[54] **a. g. e.**, s.9; Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 60.
[55] **gös. yer**, s. 60; Güleç, "Kımız ve Sağlıktaki Önemi", s. 809.

kullanılmıştır[56]. Gastrit, mide iltihaplanması[57] ve mide hastalıklarına yol açan asit ve tuz asitlerinin azalması durumlarında da kımız kullanılmıştır[58]. Mide bulantısına[59] son veren kımızın çeşitliliği, değişik mide ve bağırsak hastalıklarının tedavisinde etkilidir. Mesela; tatlı kımız ishale yol açarken sert kımız ise ishali durdurma özelliğine sahiptir[60].

5.1.1.6.2. Kalp Hastalıkları

Kalp ve damar sisteminde meydana gelen rahatsızlıklarda da kımız kullanılmıştır[61]. Kımız, kalp damarları sistemini güçlendirir. Kımız içen hastanın kalp atışları hızlanır ve nabız çevresi genişler[62]. Belli bir süre sonra kalp atışlarının normalleştiği görülür. Ancak eğer hasta ağır bir kalp ve damar hastası ise kımız içmemesi tavsiye edilir[63].

5.1.1.6.3. Böbrek Hastalıkları

Kımız, böbrek sisteminde de etkili olup hafif böbrek yetmezliklerinin tedavisinde kullanılmıştır[64]. İdrar sökücü[65] bir özelliğe sahip olan kımız ile hastanın idrar miktarının arttığı ve sık sık tuvalete gitme ihtiyacı duyduğu, bu sayede de vücudun temizlendiği görülmüştür[66].

5.1.1.6.4. Sinir Sistemi Hastalıkları

---

[56] Yaygın, "Kımızın Nitelikleri", s. 24.
[57] Uluğtuğ, **Kımız**, s. 24; Yaygın, , "Kımızın Nitelikleri", s. 24.
[58] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 60.
[59] Uluğtuğ, **Kımız**, s. 21.
[60] Yaygın, "Kımızın Nitelikleri", s. 24.
[61] Markov, **Kımız**, s. 24; **Ana Britannica**, "Kımız", XIII,. C., s. 253.
[62] Markov, **Kımız**, s. 25; Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 61.
[63] Yaygın, "Kımızın Nİtelİklerİ", s. 24.
[64] Baur, "Yağ Metabolizması", s. 36.
[65] Markov, **Kımız**, s. 10; Uluğtuğ, **Kımız**, s. 21; Yaygın, "Kımızın Nİtelİklerİ", s. 21.
[66] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 61; Güleç, "Kımız ve Sağlıktaki Önemi", s. 809.

Sinir sistemi üzerinde kımızın etkili olduğu ve kımız içen kişinin sinir sisteminin sağlamlaştığı[67], bunun yanı sıra içicide, hafif sarhoşluk ve uyku hali görüldüğü söylenmektedir[68].

5.1.1.6.5. Karaciğer Hastalıkları

Kısrak sütünün az yağlı ve düşük kaloriye sahip olması nedeniyle, kronik karaciğer hastalıkları ve yağ metabolizması bozukluklarında tedavi amacıyla kullanılmıştır. Kımızla tedavi sayesinde yağ miktarının düştüğü ve karaciğer yağlanmasının önlendiği görülmüştür[69].

5.1.1.6.6. Verem Tedavisi

Kımız; birçok hastalığın tedavisinde kullanılır. Fakat en yaygın olarak verem tedavisinde kullanılır[70]. Kısrak; vücut yapısı itibariyle vitamin C sentezlemesi yapmaktadır. Bu özelliğinden dolayı vereme karşı olan bağışıklık maddeleri, kısraktan süte dolayısıyla da kımıza geçmektedir. Bu sebeple kısrak sütü verem mikrobu barındırmayıp çoğalmasını da engelleyen bir yapıya sahiptir. Özellikle akciğer vereminin tedavisinde kullanılan kımız, iyileştirici özelliği itibariyle antibiyotikten daha tesirlidir[71]. Verem (tüberküloz) tedavisinde kımız kullanıldığı vakit hastanın öksürüğünün azaldığı, balgamının söküldüğü, ateşinin düştüğü, gece terlemelerinin son bulduğu ve iştahının arttığı görülür[72].

Kemik ve mafsal vereminde hastalık ileri bir boyutta değil ise kımız tedavisi uygulanır ve olumlu bir netice alınır. Şayet hastalık ilerlemiş bir durumda ise kımız

---

[67] Markov, **Kımız**, s. 10, 24; Yaygın, "Kımızın Nitelikleri", s. 23'da kımız içen hastanın gevşediği ve rahatladığı belirtilmektedir.
[68] Güleç, "Kımız ve Sağlıktaki Önemi", s. 809; Uluğtuğ, **Kımız**, s. 11.
[69] Baur, "Yağ Metabolizması", s. 29, 31, 32, 33.
[70] Markov, **Kımız**,.s. 28; Uluğtuğ, **Kımız**, s 22; Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 61; Güleç, "Kımız ve Sağlıktaki Önemi", s. 809; Yaygın, "Kımızın Nitelikleri", s. 22-25; **Ana Britannica**, "Kımız", XIII,. C., s. 253; Baur, "Yağ Metabolizması", s. 31; Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 26.
[71] Yaygın, "Kımızın Nİteİkleri", s. 22-25.
[72] Güleç, "Kımız ve Sağlıktaki Önemi", s. 809.

tedavi maksadıyla kullanılamaz. Kullanıldığı taktirde hasta üzerinde olumsuz etki meydana getirir[73].

51.1.6.7. Diğer Hastalıklar

Kımız, yukarıda saydığımız hastalıkların dışında; dizanteri, tifo, paratifo[74], bronşit[75], anemi (kansızlık)[76], şeker hastalığı, akciğer[77], rahitis (bir çeşit kemik hastalığı), şişmanlık[78] gibi hastalıkların da tedavisinde kullanılmıştır.

Kımızın bir çok hastalığın tedavisinde kullanıldığını görmekle beraber, bazı hastalıklara iyi gelmediği hatta olumsuz etkilediği görülmektedir[79]. İlerlemiş mide, kalp, karaciğer, safra kesesi ve safra yollarında, fazla hassas olan sinir yolları bozukluklarında, şeker hastaları ve şişmanlama vakalarında kımız tedavi amacıyla kullanılmamalıdır. Aksi taktirde hasta için istenilmeyen sonuçlar olabilmektedir.

5.1.1.7. Törenlerde Kımız

Türk'ün tarihi kadar eski olan kımız; şölenlerde, milli ve dini törenlerde de karşımıza çıkmaktadır. Birlik ve bütünlük maksadıyla padişahın, devletin ileri gelenlerinin ve halkın bir araya geldiği **umumi kabul günleri**nde merhamet ve ikram sofrası hazırlanırdı. Çok zengin yemek çeşitlerinin bulunduğu bu sofrada kımızın ayrı bir yeri vardı. Temizliği ve saflığı temsil eden kımız, töreye uygun olarak ilk padişaha sunulur, padişah kımızın bir kısmını içtikten sonra en güvendiği devlet adamına ikram eder, bu devlet adamı kendisine sunulan kımız kasesinin tamamını içerdi. Kımız içimini

---

[73] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 61; Güleç, "Kımız ve Sağlıktaki Önemi", s. 810.
[74] Yaygın, "Kımızın Nitelikleri", s. 24.
[75] Uluğtuğ, **Kımız**, s. 22; Markov, **Kımız**, s. 28.
[76] Markov, **Kımız**, s. 28; Uluğtuğ, **Kımız**., s. 23; Yaygın, "Kımızın Nitelikleri", s. 24; Güleç, "Kımızın Sağlıktaki Önemi", s. 809.
[77] Baur, "Yağ Metabolizması", s. 31-33.
[78] Uluğtuğ, **Kımız**, s. 23.
[79] Markov, **Kımız**, s.10.

beyler, komutanlar ve askerler takip ederlerdi. Kımız içme töresinin de kendine has bazı kaideleri vardı. Bu kaidelere uymayanlar kapıda bekletilerek cezalandırılırlardı[80].

Eski Türklerin düzenledikleri dini ayinlerde şamanlar mutlaka kımız içerlerdi. Tanrılara ve ruhlara da kımız sunarlardı[81]. Yakut Türkleri ise kurban ayinlerinde kımız içerlerdi[82]. Yakutların en büyük mabudu Art Toyon Ağa kendisi için kurban kesilmesini istemezdi. O, gençlerin kendi şerefine dokuz bardak kımızı dokuz kere içmesini isterdi. Yakutlar; Ar ve Ayığtoyon şerefine ilkbaharda yaptıkları bayrama **ayığ ısıah**, sonbaharda yaptıkları bayrama da **abağsı ısıah** adını vermişlerdir. On gün süren bu bayram kımızın ateşe serpilmesi ile başlardı ki bu bayrama ayrıca **kısrak sütü** bayramı da denirdi[83]. Gençler kımız içtikten sonra çeşitli oyunlar oynarlardı[84].

Göktürkler senenin beşinci ayında festival yapmakta ve bu festivalde çok kımız içmekteydiler[85]. Orta Asya'da yaşayan Kırgız, Kazak ve Özbek gibi Türk boyları her sene haziran ayında kımız bayramı[86] (kımız murunduk) yapmakta idiler. Bu gelenek günümüzde bile devam etmektedir. Kımız bayramında en önemli bölüm "en iyi kımız" yarışmasının yapılmasıdır. Farklı yerlerde yaşayan Türkler, birbirlerine deriden torbalar[87] içinde kımız ikram ederler. Bu bayramda çeşitli oyunlar oynanmakta, gösteriler yapılmakta ve yarışmalar düzenlenmektedir[88].

Eski Türklerin milli ve insani yardımlaşmayı arttırmak maksadıyla düzenledikleri ziyafetlerde (şölenlerde) bol miktarda kımız kullanıldığını görmekteyiz.

---

[80] Ögel, **Gelişme Çağları**, s. 297; Bahaeddin Ögel, "Toy ve Sofra Üzerine", **Türk Dünyası**, S. 2, Şubat, 1987, s. 15.

[81] Uluğtuğ, **Kımız**, s. 1'de bu içkinin Türkler arasında kutsal kabul edilip tanrılara sunulduğu belirtilmektedir; **Ana Britannica**, "Kımız", XIII, C., s. 253.

[82] Güleç, "Kımız ve Sağlıktaki Önemi", s. 806.

[83] Uluğtuğ, **Kımız**, s.14.

[84] Gökalp, **Türk Medeniyeti Tarihi I**, s. 105.

[85] Özkan İzgi, "Hunlar, Göktürkler ve Uygurlar'da Geleneksel Festival ve Eğlenceler", İstanbul, **Tarih Dergisi**, S. XXXI, Edebiyat Fakültesi Basımevi, 1978, s. 32.

[86] Abdülkadir İnan, ""Kazak-Kırgızlar'da "Yeğenlik Hakkı" ve "Konuk Aşı" Meseleleri"", **Makaleler ve İncelemeler I**, Ankara, T. T. K. 1987, s. 289'da Kazak-Kırgızlarının bu bayrama Kımız murunduk dedikleri belirtilmektedir; Uluğtuğ, **Kımız**, s. 12'de ise bu bayramın mayıs sonlarında yapıldığı ve bir hafta sürdüğü belirtilmektedir.

[87] Uluğtuğ, **Kımız**, s. 13'te bu torbalara **kumgan** denildiği belirtilmektedir.

[88] **Ana Britannica**, "Kımız", XIII,. C., s. 253; Uluğtuğ, **Kımız**, s. 12, 13.

Mesela Kitab-ı Dede Korkut'ta; "... tepe gibi et yığdı. Göl gibi kımız sağdırdı" gibi mısralara sıkça rastlamaktayız[89].

5.1.1.8. Kımıza Dair Diğer Bilgiler

Türklere has bir içki olan kımız; kısrak sütünden yapılan ve alkol miktarı az, kalori derecesi yüksek olan bir içkidir[90]. Tadı az olgunlaşmış kızılcık tadında (mayhoş) olup, dilde kekremsi bir tat bırakır[91] ve hafif alkol kokusu gelir[92]. Bu özelliklerinin yanı sıra hoş kokulu ve içildiğinde insana keyif veren[93] hafif ayran tadında bir içkidir[94]. İyi bir kımız renginden de belli olur. Eğer kımız köpüklü ve açık mavi renkte ise bu kaliteli bir kımızdır. Bu kımızdan içildiğinde dilde ve damakta serin ve hoş bir tat bırakır. Kımızı az içen bir kişinin rahatladığı, daha neşeli olduğu ve kendinde canlılık hissettiği görülür. Çok içen kişide ise uyku ve dinlenme hali görülür[95].

Kımızın bekletilme süresine göre alkolleşme miktarı artar. Bu alkolleşme miktarına göre hafif, orta ve kuvvetli olmak üzere üç ayrı derecede kımız elde edilir[96]. Hafif derecede olan kımız; yeni mayalandırılmış ve en fazla bir günlük kımızdır. **Sağmal kımız**[97] adı verilen bu kımızı, alkol derecesi yüksek olmadığı için kadınlar, yaşlılar ve hatta çocuklar bile içerlerdi. Orta derecedeki kımız; sertleştirilmiş olan kımıza süt karıştırılarak yumuşatılmasıyla elde edilen kımızdır. Bu kımıza **erek kımız**[98] adı verilirdi. Kuvvetli derecedeki kımız ise; mayalandıktan sonra üç-dört gün bekletilen, böylece alkol derecesi yükselen ve içimi çok sert olan kımızdır. Kırgızlar

---

[89] Gökyay, **a. g. e.**, s. 33.
[90] Rasonyi, **a. g. e.**, s. 54; Ilgar, **a. g. m.**, s. 20; Baur, "Yağ Metabolizması", s. 31'de ise kısrak sütünün düşük değerde kaloriye sahip olduğundan bahsedilmektedir.
[91] Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 26; Tezcan, "Türklerde Yemek", s. 120; **Ana Britannica**, "Kımız", XIII,. C., s. 253.
[92] Uluğtuğ, **Kımız**, s. 11.
[93] Markov, **Kımız**, s. 9.
[94] Ilgar, **a. g. m.**, s. 20.
[95] Uluğtuğ, **Kımız**, s 11; **Ana Britannica**, "Kımız", XIII,.C., s. 253.
[96] Markov, **Kımız**, s. 16, 24; Güleç, "Kımız ve Sağlıktaki Önemi", s. 809; Yaygın, "Kımızın Nitelikleri", s. 23'te kımız derecelerini tatlı kımız, orta sertlikte kımız ve sert kımız olarak sınıflandırmaktadır.
[97] Markov, **Kımız**, s. 16; Uluğtuğ, **Kımız**, s.10'da bu kımıza **savmal** kımız denildiği ve taze kımız olduğu belirtilmektedir.
[98] Markov, **Kımız**, s. 16; Uluğtuğ, **Kımız**, s.10'da bu kımızın kara kımıza savmal kımız karıştırılarak yapıldığı ve konuklara ikram edildiği belirtilmektedir.

sadece yetişkin erkeklerin içebileceği bu kuvvetli kımıza **kara kımız**[99] adını vermişlerdir.

Kımızın sertlik derecelerinin haricinde yirmi beş ayrı çeşidinin bulunduğu belirtilmektedir. **Uvız kımız, sarı kımız, tünemel kımız, kunan kımız, karabalı kımız, bal kımız** ve **sirge cuyar kımızı** bunlardan bazılarıdır[100].

Dinar Türkmenleri, Horzumlar ve Bekdikler'in ise; inek ve koyunun doğumdan hemen sonra verdikleri ve adına ağız denilen ilk süt ile normal sütü karıştırarak elde ettikleri içkiye kımız dediklerini görmekteyiz[101]. Anadolu'da ise kımıza; bazı yerlerde **Türkistan bozası** veya **kumus** denilmiştir[102].

Türklerin ata içkisi olan kımızın dini inançlardan dolayı içilmediğini görmekteyiz. Mesela Uygurlar Manizm'e geçtikten sonra kımız içmeyi bırakmışlardır[103]. Daha sonraki dönemlerde de İslam dininin at etini yemeyi doğru kabul etmemesi ve alkolü yasaklaması sebebiyle İslamiyet'e geçen Türkler, kımız içmeyi ve üretmeyi hemen hemen terk etmişlerdir[104]. Bunun yanında içki içmeyi tamamen terk edemeyen Türkler'in hayatında kımızın yerini İslamiyete girişten sonra şarap almıştır[105].

5.1.2. Diğer Alkollü İçkiler

Süçik (süçük)

Türklere göre asıl şarap; süçik veya süçük ismiyle anılan, diğer boylardan Yağma Toksi ve Çiğillerin ise renginden dolayı kızıl süçik dedikleri şaraptır. Bunun

---

[99] Markov, **Kımız**, s.16; Uluğtuğ, **Kımız**, s.10'da bu kımıza eski kımız da denildiği belirtilmekte ve adına kara kımız denilmesinin nedeni olarak çok sert oluşu gösterilmektedir; **Ana Britannica**, "Kımız", XIII,. C., s. 252.
[100] Kasimanov, "Kazakların Milli Yemekleri", s. 640.
[101] Eröz, **Milli Kültür**, s. 114.
[102] **Yeni Cımhuriyet Ansiklopedisi**, "Kımız" VI, C., İstanbul, 1991, s. 1015.
[103] Eberhard, **a. g. e.**, s. 74; Öcal, **a. g. m.**, s. 165.
[104] Ilgar, **a. g. m.**, s. 20; Buldık, **a. g. m.**, s. 230.
[105] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 483.

kızıl şarap anlamında kullanıldığı görülmüştür[106]. Bu içkinin nasıl elde edildiği hakkında detaylı bir bilgiye sahip olmamakla beraber şarabın; üzümden yapıldığı ve insanı sarhoş edici bir özelliğe sahip olduğu görülmüştür. Ayrıca şarap yapıldıktan sonra soğuk bir yerde ve tulumlarda bekletilmektedir[107].

Begni

Türkler darıdan ve buğdaydan da içki üretmişlerdir. Göktürklerde bu içkiye begni denilmiştir[108]. Türk boylarından Karlukların da darıdan bir çeşit içki yaptıkları belirtilmektedir[109].

Ugut

Buğday içkisidir. Ayrıntılı olarak hangi ilaçların konulduğu belirtilmeyen bazı ilaçlar[110] bir araya toplanılarak ıslatılır ve arpa unu ile karıştırılır. Hamur haline getirilen bu karışımdan küçük toplar yapılır ve bunlar kurutulur. Pişirilen arpa ve buğday, ezilen bu yuvarlak toplar üzerine dökülür. Bu buğdaylı hamur, temiz bir beze sarılıp olgunlaşması için üç gün dinlenmeye bırakılır. Üç gün dolduktan sonra ise küpe doldurarak daha iyi olgunlaşması için, on gün de küp içinde dinlendirilir. Bu süre dolduktan sonra dinlenen malzemenin üzerine su dökülüp bekletilir ve süzülür böylece buğday içkisi olarak bilinen içki elde edilir[111].

---

[106] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 408; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 482; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 41; Duvarcı, **a. g. m.**, s. 234; Genç, **a. g. m.**, s. 66'da bu kelimenin içki için kullanılmasının yanı sıra şıra veya meyve suları için de kullanıldığını belirtilmektedir.

[107] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 481, 483.

[108] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 434; Kafesoğlu, **a. g. e.**, s. 305; Öcal, **a. g. m.**, s. 210; Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 26; Tezcan, "Türklerde Yemek", s. 120 'deki eserinde Göktürklere ait bu içkinin ismini **beğni** olarak vermektedir. Köymen, **Alp Arslan II**, s. 480'de ise bunun ismi **bekni** olarak verilmiş ve bu içki boza olarak anlatılmıştır; Genç, **a. g. m.**, s. 67'de begni bir çeşit boza olarak verilmiştir.

[109] İbn Fazlan, **a. g. e.**, s. 93; Öcal, **a. g. m.**, s. 165, 191'de Türk kavimlerinden Cye Gu'ların da darıyı şarap yapımında kullandıkları belirtilmektedir.

[110] Öcal, **a. g. m.**, s. 210'da bu ilaçların baharat olabileceğini belirtmektedir; Genç, **a. g. m.**, s. 67'de ise bunların bazı bitki ve meyve püreleri olduğunu belirtmektedir.

[111] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 50; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 481; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 41; Öcal, **a. g. m.**, s. 210; Genç, **a. g. m.**, s. 67.

Kumlak

Kıpçak illerinde yetişen, fasulye yaprağına benzeyen ve sarmaşık şeklinde olan bir ottur. Bu ot bal ile karıştırılarak şarap elde edilirdi[112].

Kakırım

Türklerin yoğurt ve kımızı karıştırarak yaptıkları bir içki çeşididir. Türkler İslamiyeti kabul ettikten sonra bu içkiyi artık yapmamış ve içmemiştir[113].

Nebiz (Şıra)

Bulgar Türklerinde görülen bir içkidir. Bunun yanında eski Müslüman Türkler; bal ve darı ile hafifletilmiş kımıza da şıra demişlerdir[114].

Buzu

Kara-Kırgızların arpadan yaptıkları bir tür bira. Bu bira kaynatılarak, kışın içmek üzere rakı elde edilirdi[115].

Süt rakısı

Kara-Kırgızların yazın içmek üzere yaptıkları bir tür içki[116].

Ayran Rakısı

Altay dağlarının kuzeyindeki Türklerin **ayran arağası** (ayran rakısı) dedikleri bu içki; ayranın bir tulum içinde bekletilmesi ile elde edilirdi. Ayranın bekletilme

[112] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 475; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 42; Genç, **a. g. m.**, s. 63, 67.
[113] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 24; Bulduk, **a. g. m.**, s. 230.
[114] Öcal, **a. g. m.**, s. 190.
[115] Öcal, **a. g. m.**, s. 191.
[116] **gös. yer**, s. 191.

süresi ve tadının nasıl olduğu konusunda bir bilgi bulunmamaktadır[117].

Agartgu

Buğdaydan yapılan ve şerbet gibi olan bir şaraptır[118].

Beza

Altınordu Devletinde de davkıdan (darıdan) yapılan bir içki türüdür[119].

Rakı (arakı)

Bu içki geleneksel bir Türk içkisidir[120]. Bu içkinin bazı dini törenlerde içildiğini görmekteyiz[121].

Kumran

Türklerin deve sütüne kısrak sütü karıştırarak yaptıkları bir kımız türü idi. Buna aynı zamanda **kımran** da deniliyordu[122].

Buhsum

Bu içki, darıdan yapılan şarap veya bira türündeki içkidir[123].

Bütün bunlardan ayrı olarak, Çiğillerin, buğday birasına kan karıştırarak yaptıkları ve bu içkinin sarhoş edici bir özelliğe sahip olduğundan bahsedilmektedir[124].

---

[117] Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 29.
[118] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., II**, s. 442; Köymen, **Alp Arslan II**, s. 481; Öcal, **a. g. m.**, s. 210; Genç, **a. g. m.**, s. 67.
[119] Öcal, **a. g. m.**, s. 197-198.
[120] Tezcan, ""Türklerde Yemek", s. 120.
[121] Abdulkadir İnan, "Beltir Türklerinde Gök Tanrıya Kurban Töreni", **Makaleler ve İncelemeler II**, Ankara, T. T. K., 1991, s. 215.
[122] Uluğtuğ, **Kımız**, s. 8.
[123] Köymen, **Alp ArslanII**, s. 481; Köymen, "Beslenme Sistemi", 41; Genç, **a. g. m.**, s. 67.
[124] İbn Fazlan, **a. g. e.**, s. 88; Öcal, **a. g. m.**, s. 191.

5.2. Alkolsüz İçecekler

Türklerin, alkollü içeceklerinin yanı sıra alkolsüz içecekleri de bulunuyordu. Özellikle İslamiyete geçtikten sonra alkollü içkileri içmeyi bırakarak, özellikle meyve sularından yapılan içecekleri ve ayranı içmişlerdir. Kazaklar ferahlamak için içtikleri tüm içeceklere **saksın as** adını vermişlerdir. Bu içeceklerin bir kısmı süt ile yapılırken bir kısmı da çeşitli meyvelerden yapılıyordu. Kazakların içeceklerinden bazılarının isimlerini sıralayacak olursak; "nan, bavırsak, külşe, kuvırğan dender, carma, kurt, makta, sarı may, kaymak, kımız, şubat, ayran, irkit, katık, süt, süzbe v.b [125].

Ayran

Bu konuya süt ve süt ürünleri bölümünde ayrıntılı olarak yer verilmiştir.

Sücüvv

Bir gün ve bir gece bekletilen bal şerbeti[126].

Boza

Oğuzlar boza yapıp içiyorlardı. Türklerin en fazla sevip içtikleri içki bozadır. Kaşgarlı Mahmut'un eserinde **bekni** adıyla verilen bu içki, başta darıdan olmak üzere buğday veya arpadan da yapılabiliyordu[127]. Boza yapıldıktan sonra testide muhafaza edilip içileceği zaman, testinin ağzından akıtılarak içiliyordu

Şehriyenin suyunun kar veya buz yardımı ile soğutulması sonucunda bu suyun içine baharat konulur içilirdi[128].

---

[125] Kasimanov, "Kazakların Milli Yemekleri", s. 642.
[126] İbn Fazlan, **a. g. e.**, s. 50; Öcal, **a. g. m.**, s. 189.
[127] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 480'de ise bunun ismi **bekni** olarak verilmiş ve bu içki boza olarak anlatılmıştır; Genç, **a. g. m.**, s. 67'de de begni bir çeşit boza olarak verilmiştir; Duvarcı, **a. g. m.**, s. 234'te Türklerin en çok sevdikleri içecek olduğu belirtilmektedir.
[128] Köymen, **Alp Arslan II**, s. 475.

Türklerin arpa unundan yaptıkları sarhoş edici olmayan başka bir içkileri de bulunuyordu[129].

[129] **a. g. e.**, s. 481.

6. TÜRK MUTFAĞINDA MEYVELER

Türkler, özellikle tarımla uğraşmaya başladıktan sonra çeşitli meyveler üretmişler ve bunları meyve olarak yemenin dışında suyunu içerek, yemeklerde ve tatlılarda kullanarak tüketmişlerdir. Türklerin en fazla yetiştirdiği meyveler, üzüm, elma, armut, şeftali, erik, ayva, dut, iğde, fıstık ve ceviz gibi meyvelerdir. Bunları taze olarak tükettikleri gibi kurutarak kışa saklıyorlardı[1]. Meyveler arasında en çok kurutulan üzüm, erik ve kayısı idi. Kurutulan her şeye olduğu gibi kurutulmuş meyvelere de **kak** [2] denilmekte idi. Meyveler yaz aylarında bol olarak yenildiği gibi kurutup kış aylarına da saklanırdı.

Türkler bazı meyveleri yemeğin içinde de kullanmışlardır. Örneğin Bulgar Türkleri'nde çok sevilen bir yemek vardı ki bu yemeğin ana malzemesi; pirinç ve yağ idi. Bunun içine ayrıca havuç, çeşitli kurutulmuş meyve ve et konuluyor ve bir çeşit pilav yapılıyordu[3].

Göktürk ve onlara bağlı olan Turfan, Karaşar, Kuça Beyliklerinde de üzüm yetiştiriliyor hatta Turfan'da üzümden şarap bile yapılıyordu. Çin'den gelen elçi de Göktürklerin üzüm suyu içtiklerini söylemektedir[4].

Uygurlarda üzüm yetiştirme işi ve buna bağlı olarak da şarapçılık çok yaygınlaşmış idi[5]. Çinliler üzüm yetiştirmeyi Türklerden öğrenmişlerdir. Oğuzların kuru üzüm ve ceviz yetiştirdiklerini, Müslüman ülkelerden geçerken bunları hediye ettiklerini görmekteyiz[6]. Uygur ülkesinde yetiştirilen başka bir meyve de nar olup bu meyve Uygur Türkleri arasında kutsal olarak görülmüştür. Hasta olan kişinin ağzına

---

[1] Genç, **a. g. m.**, s. 67.
[2] Öcal, **a. g. m.**, s. 204; Köymen, "Beslenme Sistemi", s. 44; Genç, **a. g. m.**, s. 67'de kurutulan meyve kurusuna **kak veya gak** denildiği belirtilir; Duvarcı, **a. g. m.**, s. 232.
[3] Öcal, **a. g. m.**, s. 203-205.
[4] **a. g. m.**, 180, 181, 183; Rahman, **a. g. e.**, s. 124-125'de Orta Asya'da üzüm yetiştiriciliğinin çok gelişmiş olduğu hatta üzümün ilk defa Orta Asya'da yetiştiği ve buradan yaygınlaştığı ileri sürülmektedir.
[5] Öcal, **a. g. m.**, s. 186, 187.
[6] **a. g. m.**, s. 187.

nar damlatarak iyileşmesi, düğünlerde çiftin mutlu olup çok çocuklarının olması için gelinin eteğinin içine nar sarılarak damat evine gönderilmesi bu inançtan kaynaklanmaktadır[7].

Uygurlar, karpuz ve kavun yetiştirmeyi de çok eski zamanlardan beri biliyorlardı. Konar göçer olan Türkmenlerin ülkesinde kavun, karpuz gibi meyveler bol yetişmekte idi. Onlarda bu meyveler çok bol bulunduğu için, Kavun ve karpuz dilimlere ayrılarak kurutulur ve tüm yıl boyunca yenilirdi[8]. Uygurlar, kavun toplama zamanı olan sonbaharda kavun bayramını kutluyorlardı[9]. Türkler'in yetiştiği meyvelerden bazıları şunlardır.

Limgen: Sarı erik[10]

Amşuy: Sarı erik[11]

Erük: Şeftali, kayısı, erik gibi meyvelere verilen genel bir addır. Araları bir sıfatla ayrılır[12].

Tülüğ erük: Şeftali
Sarığ erük: Kayısı, zerdali
Kara erük: Erik

Üzüm: Üzüm[13]

---

[7] Rahman, **a. g. e.**, s. 9.
[8] Öcal, **a. g. m.**, s. 203.
[9] Rahman, **a. g. e.**, s. 128.
[10] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 444.
[11] **a. g. e., I**, s. 115.
[12] **a. g. e., I**, s. 69.
[13] **a. g. e., I**, s. 75; İbn Fazlan, **a. g. e.**, s. 90'da Kimak ilinde yarısı siyah yarısı beyaz olan bir çeşit üzümün varlığından bahsetmektedir; Ögel, **Gelişme Çağları**, s. 203'de Tufan ovasının üzüm bağları ile ünlü olduğu ve Çin'e üzüm teveğinin buradan gittiği belirtilmektedir.

Meşiç: Kara üzüm[14]

Çaxşak: Karlukça kurutulmuş şeftali ve üzüme denir[15].

Armut : Armut[16]

Awya: Ayva[17]

Büken: Karpuz[18]

Kagun: Kavun[19]

Alma : Elma, bu kelime Oğuzca'dır, öbür Türkler elmaya almıla derlerdi[20].

Senkeç: Fındık küçüklüğünde bir elma; tatlı olup, ak ve kırmızı çeşitleri vardır[21].

---

[14] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I,** s. 360.
[15] **a. g. e., I,** s. 469.
[16] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e.**, s. 95; Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 45.
[17] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I,** s. 114; Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 45'de Türklerin ayva yetiştirdikleri anlatılmaktadır.
[18] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I,** s. 399.
[19] **a. g. e., I,** s. 410; Ögel, **Gelişme Çağları**, s. 203'de kavun ve karpuz üretiminde Uygurların çok gelişmiş olduğu hatta Çin'e kavun ve karpuzun buradan gittiği belirtilmektedir; Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 45'de Türklerin yetiştirdiği meyvelerden birinin de kavun olduğu belirtilmektedir.
[20]Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I,** s. 130; Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 45'de Türklerin elma yetiştirdikleri belirtilmektedir.
[21] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I,** s. 455.

7. TÜRK MUTFAK KÜLTÜRÜNDE YEMEK VERME ALANLARI

Çok köklü bir kültüre sahip olan Türklerin, tarihleri boyunca birlik ve beraberlik içerisinde tekilatlanarak bir çok devlet kurduklarını bilmekteyiz. Birlik ve beraberliğin sağlanabilmesi için insanların sık sık bir araya gelmesi gerekmektedir. Türkler, insanları bir araya getirecek zengin bir geleneğe sahiptirler. Bunların başında doğum, ad koyma, nişan ve düğün, ölüm gibi gelenekler gelmektedir. Bu saydığımız özel günlerde sofralar hazırlanarak yemekler çıkarılırdı. Bütün oymak, boy veya halk birlikte yer, birlikte eğlenir veya acılarını paylaşırdı[1]. Bu gelenekler öylesine köklü olmuştur ki günümüzde bile yukarıda saydığımız bütün durumlarda insanlar bir araya toplanmaktadır. Bu bir araya gelme durumlarında kaynaşmayı sağlayacak önemli etkenlerden bir tanesi de verilen yemekler olup, Türkler bu yeme- içme geleneğine toy adını vermişlerdir. Toylarda yeme-içmenin yanı sıra eğlenceler de geniş yer almaktadır.

Eski Türklere ait olan bu çeşitli nedenlerle yemek verme gelenekleri daha sonra Türklerin yaşayışlarının ve dininin değişmesine rağmen devam etmiştir. Hatta daha farklı yer ve zamanlarda yemek verme alanları da ortaya çıkmıştır. Bunlara örnek olarak: çeşitli dini bayramlar, sünnet düğünleri, mevlitler, gelin hamamı, yağmur duası v.b. pek çok özel gün daha sayılabilir[2].

Bu bölümde; insanları bir araya getiren ve kaynaşmayı sağlayan toplantılarda verilen yemeklerin ne maksatla ve nasıl verildiğini ele alacağız.

7.1. Doğum ve Ad Koyma Toyu

Türklerde özellikle erkek çocukların doğumundan sonra toylar verilirdi. Bunu ad koyma toyu takip ederdi[3]. Doğu Türkistan (Uygur) Türklerinde çocuk doğduktan

---

[1] Eröz, **Milli Kültür**, s. 106; Mehmet Eröz, **Kültür Araştırmaları**, s. 158.
[2] Zümrüt Nahya, "Özel Gün Yemekleri", **Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri**, (31 Ekim-1 Kasım 1981), Ankara, Kültür ve Turizm Bakanlığı Yay., 1982, s. 194-197; Eröz, **Kültür Araştırmaları**, s. 159.
[3] Ögel, **Gelişme Çağları**, s. 280.

sonra yakınları kırk gün boyunca göz aydın ziyaretlerine gelirler. Ziyarete katılanlar evde yaptıkları ve adına **dosturgan** dedikleri yiyeceklerden getirirler. Kırkıncı günde ise ad toyu (isim düğünü) yapılır. Bu toy için büyük hazırlıklar yapılarak kurbanlar kesilir. Toy günü büyük kazanlarda yemekler yapılır. Özellikle patatesli ve salçalı bir yemek olan adına da **kebab** denilen yemek yapılır. Bu yemeğin yanında parça etler ve pilav pişirilir. Hazırlanan sofralarda önce kebab, sonra pilav (bu pilav havuçlu, salçalı ve etlidir), ondan sonra da meyveler yenilir. Bütün bunlardan sonra tatlı ve çay ikram edilerek toy eğlencesine geçilir[4]. Uygurlarda bu eski Türk geleneği hala bazı farklılıklar olmasına rağmen hala yapılmaktadır. Ad koyma toyu, çocuk doğduktan üç gün (bazı yerlerde ise yedi gün) sonra yapılırken kırkıncı gün de kırkını kutlama veya beşik düğünü töreni yapılır.

7.2. Nişan ve Düğün Toyu

Bütün alanlarda kendilerine has zengin gelenek ve göreneklere sahip olan Türkler, nişan ve düğün törenlerini de kendi gelenek ve göreneklerine göre düzenlemişlerdir. İnsanları birbirleriyle kaynaştıran, birlik ve beraberliği sağlayan nişan ve düğün törenlerine katılan misafirler bu sayede evlenecek çiftin ve yakınlarının sevincine de ortak olmuşlardır.

Günümüze kadar gelen bu geleneğin bir şenlik havası içerisinde geçmesinin yanı sıra düğün sahipleri gelen misafirlerine zengin sofralar hazırlayarak ağırlamaya çalışmışlardır. Nişan ve düğün merasimlerinde hangi yemeklerin yapıldığına dair detaylı bir bilginin bulunmamasına rağmen bu törenlerde zengin sofraların hazırlandığını görmekteyiz.

Uygurlarda hala eski geleneklerden kalma düğün yemekleri yapılmakta bu yemeklere **aşsüyü** denilmektedir. Bu yemek çoğu zaman, pirinç, yağ, et çay, taze

---

[4]Celalettin Batur, "Doğu Türkistan (Uygur) Türklerinde Ad Toyu", **Gökbayrak**, S. 21, IV.C., Mayıs- Haziran, 1997, s. 10-11; Murat Penciev, "Lebablı (Çarcov) Türkmenlerin Toy Dessurları (Düğün, Örf ve Adetleri) Ona Değişli (Ait) Adalgalar (Adetleri), **Türk Kültürü**, S. 404, Aralık 1996, s.749-750'de yapılan toyu; "**azan toyi-ad toyi**" olarak işlemiş ve bu toyda bir- iki kurban kesildiğinden bahsetmiştir.

sebze gibi yiyeceklerdi. Ayrıca düğün günü kız evine koç göndermek ve büyükbaş hayvan kesmek adettendi[5].

Kazaklar, nişan ve düğünün her aşamasında farklı isimler altında ziyafetler vermişlerdir. Bu ziyafetlerde hayvanın etleri kısımlara ayrılarak gelen misafirin mevkisine göre ikram ediliyordu. Bu kurala çok dikkat ediliyordu bir yanlışlık olur ise gelen misafir küsebilirdi[6]. Nişan ziyafetine **öltiri toy**, bol et yenilen ve kımız içilen düğün ziyafetine **cırtıs toy**, güveyin ilk gelişi nedeniyle yapılan ziyafete **urın toy,** kızın gideceği gün yapılan ziyafete **kız uzatatın toy**, gelinin şerefine verilen ziyafete **kelin tüsken toy** denilmiştir[7]. Düğün aşına **küdenke**[8], **küdenke aş**[9], Dede Korkut Hikayelerinde ise nian toyuna **küçük toy**, evlenme toyuna **büyük toy** denilmiştir[10]. Nişan ve düğün toylarının ayrılmaz bir parçası da yapılan güreşler, yarışlar ve diğer eğlencelerdir[11].

Avrupa Hunlarında da bu gelenek karşımıza çıkmaktadır. Hun Hakanı Attilla, kendi düğünü için çok uzaklardan gelip düğüne katılan misafirlerine altın tabaklardaki et parçalarını ikram etmişti[12].

Altay Türklerinde nişan töreni öncesi damat evi gelin evine gönderdikleri hediyelerin arasına, koyunun sırt etlerinden yapılan kızartmaları da katardı. Altayların **uça** adını verdileri bu hediye, çok önemli adetlerden bir tanesiydi[13].Türk kavimlerinden Gav-Çiğ'lerin düğünde çiğ et yedikleri ve kımız içtikleri, düğün hediyesi olarak da at ve sığır eti götürmenin önemli bir adet olduğu belirtilir[14].

---

[5] Rahman, **a. g. e.**, s. 178.
[6] Öcal, **a. g. m.**, s. 206
[7] **a. g. m.**, s. 206-207.
[8] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e., I**, s. 404 ve **III**, s. 428'de ise hanların düğün ve bayramlarda yaptırdıkları otuz arşın yükseklikteki yemek için **kenç liyü** denilmektedir; Öcal, **a. g. m.**, s. 211.
[9] Ögel, **Gelişme Çağları**, s. 283; Öcal, **a. g. m.**, s. 205'de Türkmenlerin de düğünlerde ziyafet verdiklerinden bahsedilmektedir.
[10] Gökyay, **a. g. e.**, s. 65; Ögel, **Gelişme Çağları**, s. 283.
[11] **a. g. e.**, s. 269.
[12] Öcal, **a. g. m.**, s. 205.
[13] Ögel, **Türk Mitolojisi**, s. 371; Ögel, **Türk Kültürü IV**, s. 345'te bütün bu bilgilerin yanı sıra oğlan evinde gelen bu hediye kebabın, sözün kesinleşmesini sağlayan bir kaide olduğunu belirtir.
[14] Eberhard, **a. g. e.**, s. 72; Öcal, **a. g. m.**, s. 165.

Azerbaycan Türkleri arasında yağılan nişan merasimlerinde, nişan günü damadın evi gelinin evine çeşitli erzakların yanı sıra et, şeker ve çeşitli tatlılar gönderirdi[15].

Lebablı (Çarcov) Türkmenleri adetlerinde ise, ailelerin birbirlerini daha iyi tanıması ve kaynaşması için karşılıklı birbirlerini yemekli ziyafetlere davet etmek vardı. Düğün günü gelin evden çıkmadan önce annesi tarafından ona son bir yemek verilirdi. Nikah kıyıldıktan sonra gelinin evinden gelen ve **rızık sofrası** adı verilen sofraya gelin ve damat oturtulup yedirilir, onlar yedikten sonra etraflarında oturanlara bu yemekten verilirdi. Düğünden sonra gelin tarafının ailesi, damatları ve kızlarını davet ederler. Bu davete damat, bir koyun ve bir çuval un götürerek katılırdı[16].

Ayrıca eski Türklerin düğün törenlerinde çiğ et yiyip, kısrak kımızı içtiklerine dair bilgilere de rastlanmaktadır[17].

Günümüzde söz, nişan, kına gecesi, düğün gibi iki çiftin birleşmesinin her aşamasında kurulan zengin sofralar ile bu gelenek devam etmektedir.

7.3. Ölü Toyu

Türkler inançları gereği ölen kişinin ardından bir araya gelerek törenler düzenlerlerdi ki buna **yuğ (yoğ)** törenleri denirdi[18]. Bu gelenek atalar kültü ile ilgili olup inanca göre ölen kişi de bu törene katılmakta ve ev halkı bu kişinin kendilerini koruyacağına inanmaktaydı[19]. Yapılan bu törenler, sadece yas tutmak amacıyla yapılmamış, bunun yanında çeşitli yarışların yapıldığı, türkülerin söylendiği ve gerek

---

[15] Nergiz Melik, "Azerbaycan'da Düğün Merasimi Üzerine", **Türk Kültürü**, S. 444, Nisan 2000, s. 247.

[16] Pencıev, **a. g. m.**, s. 753-756.

[17] Eberhard, **a. g. e.**, s. 72; Öcal, **a. g. m.**, s. 165'de çiğ et yenildiği belirtilmekte, muhtemelen Türklerin eti kurutarak yeme tekniğini bilmediklerinden bu yorum yapılmaktadır.

[18] Ögel **Gelişme Çağları**, s. 760; İnan, **Materyaller ve Araştırmalar**, s. 192'de **yoğ** sözünün Türkçe olup Kırgız Türkler'inde hem aş hem de matem anlamında kullanıldığı belirtilir. Bu geleneği devam ettiren Kırgız-Kazaklar bu törene ve ağıt'a **coktav (yoğlama)** demektedirler; Gökalp, **Türk Medeniyeti Tarihi I**, s. 104.

[19] Rasonyi, **a. g. e.**, s. 27.

ölen kişinin anısına gerek gelen misafirlere çeşitli yemeklerin verildiği bir ziyafet halini almıştır[20].

Ölüler için aş verme geleneği, Hunlarda, Göktürklerde, Uygurlarda ve Oğuz Türklerinde uygulanıp, günümüze kadar Türklerin İslam dinine girmelerine rağmen devam edegelen bir gelenek olmuştur[21]. Dede Korkut kitabında da Türklerin bu geleneğinden bahis olunur[22]. Kaynaklarda ölünün ardından verilen bu ziyafette ölen kişinin atının, kurban edilerek yenildiğine rastlıyoruz[23]. Bunun yanı sıra, ruhunun canlanacağı inancı nedeniyle de mezara ölen kişi ile birlikte, onun bazı eşyaları, atı, koyun eti, v.b. şeyler konulması yine eski Türkler'de görülen eski bir gelenek idi.

Verilen yemekler değişik yerlerde farklı isimlerle anılmıştır. Mesela Kaşgarlı Mahmut eserinde ölü gömüldükten sonra verilen yemeği **basan**[24] adıyla açıklarken, bazı araştırmacılar da bu yemeği **aş**[25], **yog (yoğ)**[26], **saçı**[27], **üzüt aşı**[28], **yoğ-aş**[29] gibi isimlerle açıklamışlardır.

Çok eski bir gelenek olan bu ölü aşı töreninin en eski şekli, Altay Türklerinde görülmüştür. İlk başlarda bu tören ölünün kendisine verilen aş (yemek) şeklinde iken

---

[20] İnan, "Orun ve Ülüş" III, s. 47.

[21] Öcal, **a. g. m.**, s. 205'de yas töreni **yoğ** olarak geçmektedir.

[22] Gökyay, **a. g. e.**, s. 21.

[23] Sümer, **X. Yüzyılda Oğuzlar**, s. 141; Öcal, **a. g. m.**, s. 206'da kesilen bu kurbanların etlerinden yemenin sevap olduğuna inanıldığı belirtilmektedir; Kocasavaş, **a. g. m.**, s. 72.

[24] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e.**, **I**, s. 398; Eröz, **Milli Kültür**, s. 107'de ise ölü gömüldükten sonra üçüncü veya yedinci güne kadar verilen yemeği basan veya yoğ basan olarak açıklamaktadır; Kocasavaş, **a. g. m**, s. 71.

[25] İnan, "Manas Destanı", s. 122'de Kazaklarda ölünün hatırası için yapılan büyük ziyafetlere denildiğini belirtir. Yine aynı yazar "Yeğenlik Hakkı" adlı eserinin 282. sayfasında zengin kişilerin düğünlerinde verilen yemeğe de aş denildiğini belirtmektedir.

[26] Kaşgarlı Mahmut, **a. g. e.**, **III**, s. 105'te ölü gömüldükten sonra üç ay yedi güne kadar gömmeden dönenlere verilen yemek olarak açıklamıştır; Ögel, **Gelişme Çağları**, s. 285'te ölü adına yapılan yemek olarak açıklamıştır; Öcal, **a. g. m.**, s. 205; Kocasavaş, **a. g. m.**, s. 71'de Kırgız-Kazaklar'da aş ve matem anlamını taşıdığı belirtilmektedir; Alim Karamürsel, "Türklerde Mezar Geleneği" **Türkler**, III.C., Ankara, Yeni Türkiye Yay., 2002, s. 77.

[27] İbn Fazlan, **a. g. e.**, s. 132'de ölüye takdim edilen yiyecek ve içecek olarak açıklamıştır.

[28] İnan, "Manas Destanı", s. 122'de Uygurlarda ölü merasiminde verilen yemeğin ismi olarak açıklanmıştır. Uygurların dinini değiştirmelerine rağmen hala bu geleneği devam ettirdikleri belirtilir.

[29] Ögel, **Gelişme Çağları**, s. 283; Sümer, **Oğuzlar**, s. 141'de eski Türk topluluklarında yuğ aşı veya ölü aşının eski bir gelenek olduğu belirtilir.

zamanla değişikliğe uğrayıp, ölünün ruhunun da katıldığı ziyafet şeklini almış ve genellikle ölümün birinci yıldönümüne rastlayan yaz aylarında yapılmıştır[30].

Eski Türkler; ruhun ölmezliğine inandıkları için ölen kişinin mezarına atını, giyeceklerini ve bunların yanında onun yiyecek ihtiyacını karşılamak için yemekler koymuşlardır[31]. Ayrıca ilk başlarda yemeğin ölüye sunulması söz konusu iken daha sonralarda gelen misafirlere verilen bir ziyafet halini almıştır. Türkler ölüye sunulan bu yemekle, onların zararlarından kendilerini de koruduklarına inanıyorlardı. Orta Asya Türklerinin bu geleneğine; Hunlar, Kırgızlar, Bulgarlar, Macarlar, Kıpçak ve Kumanlara ait mezarlarda yapılan kazılar sonucunda ortaya çıkan yemek kalıntıları delil olarak gösterilebilir[32].

Hiyong-nular (Uygur), hükümdarlarının cenazelerine şarap ve pirinç sunmuşlardır[33]. Sarı Uygurlar'da yas tutma süresi üç yıl sürmektedir. Ayrıca defin merasimine katılanlara koyun keserek ziyafet verme de dönemin adetlerinden biri idi[34]. Altaylılar bir torbanın içerisine yiyecekler koyarak ölünün mezarına koymuşlar, Abakan Tatarları; rakı, peynir, et, tereyağı gibi yiyecek ve içecekleri ölünün ayaklarının dibine yerleştirerek ölüyü gömmüşlerdir[35]. Kıpçaklar ölü ile birlikte mezara kımız ve et koymuşlardır. Oğuzlar, ölülerini gömdükten sonra o kişinin ne kadar hayvanı varsa ona göre kurban olarak bu hayvanlardan bir kısmını öldürmüşler, etlerini yedikten sonra ise hayvanların başlarını, ayaklarını, derilerini ve kuyruklarını alıp kesilmiş ağaçların üzerine asmışlardır[36]. Oğuzlar ise ölüyü elinde içki dolu ağaçtan yapılma kadeh ile birlikte gömmüşler ve önüne de içki dolu bir kap koymuşlardır[37]. Rubruck'tan yararlanan İbn Fazlan; Tatarların ölen kişinin mezarına içmesi için kımız, yemesi için de yiyecekler konulduğunu söylemektedir[38]. Ölünün mezarına yiyecek

---

[30] İnan, **Materyaller ve Araştırmalar**, s. 193; Jean Paul Roux, **Altay Türklerinde Ölüm**, İstanbul, Kabalcı Yay., 1999, s. 240'da Attila'nın ölüm töreninde ona yemek sunulduğunu belirtmektedir; Kocasavaş, **a. g. m.**, s. 71.

[31] İbn Fazlan, **a. g. e.**, s. 133; Kocasavaş, **a. g. m.**, s. 70; Karamürsel, **a. g. m.**., s. 78.

[32] Ögel, **İslamiyetten Önce Türk Kültür Tarihi,** s. 94, 209, 265, 287, 296.

[33] İbn Fazlan, **a. g. e.**, s. 132-133.

[34] Kocasavaş, **a. g. m.**, s. 70.

[35] **a. g. m.**, s. 71.

[36] Öcal, **a. g. m.**, s. 206.

[37] Mehmet Eröz, "Türk Topluluklarının Ölüm Adetleri Üzerine Bir Deneme", **Türk Dünyası Araştırmaları Vakfı,** Zeki Fındıkoğlu'na Armağan, S. 35, Nisan 1985, s. 63; Sümer, **Oğuzlar**, s. 140.

[38] İbn Fazlan, **a. g. e.**, s. 132.

konulduğunu belirten başka bir kaynak ise Bahaeddin Ögel'dir. Ögel; ölünün mezarına, ölüye duyulan saygıyı göstermek için koyunun sırt kısmına ait olan etlerden konulduğuna, bu etlerin hayvanın en kıymetli bölgesi olan uca (sırt) etlerinden olduğuna dikkat çekmiştir[39].

Beltir Türklerinde de ölünün ardından verilen ziyafetler genellikle definin üçüncü günü verilir. Burada hazırlanan yemeğin yarısı, ölünün ruhu için kurban edilir. Yedinci günü tüm halk mezarlığa gidip yanlarında getirdikleri yiyecekleri ölünün ruhuna kurban ettikten sonra kendileri de bu yiyeceklerden yerler. Definin yirminci günü evde, kırkıncı günü mezarlıkta yine aş verilir. Beltir Türklerinde en büyük aş töreni ölünün birinci yılında yapılır. Bu tören tüm akrabaların mezarda yiyip içmesi ile yapılır. Altaylarda ve Yenisey şaman inancına sahip olan tüm Türk boylarında aş töreni buna benzer özelliklerle yapılmaktadır[40].

Verilen yemekte yapılan masrafların büyüklüğü, ölünün ve yakınlarının itibarını gösterirdi. Şayet ölen kişi varlıklı ve tanınan bir zat ise verilen ölü yemeğinde çok büyük masraflar yapılır, ölen kişi varlıklı ve tanınan bir zat değil ise verilen yemek de ona göre daha az masraflı olurdu[41].

Türk hakanlarının cenaze törenlerinde başka ülkelerden gelen elçilerin de katılımıyla büyük yoğ törenlerinin yapıldığını görüyoruz. Orhun yazıtlarından da görüldüğü gibi kahraman kişiler için yapılan yoğ törenine bütün imparatorluklarda bulunan kişilerin katılımı olmuştur[42]. Manas destanında da; yuğ törenlerinden bahsedilir ve komşu ülkelerden temsilcilerin çağrıldığı görülür[43]. Oğuz destanında anlatılan Kayı İnal Han'ın ölümünden sonra hazırlattığı aşta (ölük aşı) iki göl yaptırarak birini yoğurtla diğerini kımızla doldurtmuştu. Ayrıca at sığır ve koyun etlerini tepe gibi yığdırtmıştı. Pek çok ülkeden de bu törene insanlar katılmıştı. Bu ölü toyuna katılmayanlar ise düşman olarak ilan edilmiştir. Manas destanında Bok-

---

[39] Ögel, **Türk Mitolojisi**, s. 371.

[40] İnan, **Materyaller ve Araştırmalar**, s. 190-191. Eserde ayrıca bu aş yoğ töreninin İskitler zamanında da yapıldığı belirtilmektedir.

[41] İnan, "Manas Destanı", s. 121-122.

[42] Ergin, **a. g. e.**, s. 20; İnan, **Materyaller ve Araştırmalar**, s. 193, 194. Ayrıca Orhun Anıtlarının olduğu yerde bir mezara rastlanılmaması nedeniyle bu anıtların yoğ-aşı yapılan yer olarak oraya dikildiği fikrinin ortaya çıktığını belirtmektedir.

[43] Mehmet Necati Sepetçioğlu, **Türk Destanları**, İstanbul, Toker Yay., 1986, s. 139-141.

Murum'un babasının ölü aşına gelmeyenleri tehdit etmesi buna örnek gösterilebilir[44]. Oğuzların da yaptıkları büyük yoğ törenlerinde yüzlerce hatta binlerce at kurban ederek yoğ aşı yapmalarından, bu törene katılan insanların sayısının çok olduğu tahmininin yapılması yanlış olmasa gerek[45].

Kırgız (Kazak) Türklerinde verilen aş yemeği, bir matem havasından ziyade eğlence ve şölen havası taşımakta olup haftalarca sürmektedir[46]. Bu yemeğe gelen davetliler yanlarında kımız ve yiyecek getirerek bu merasime katılırlardı. Böylece bu merasim bir ziyafete dönüşürdü. Ziyafet boyunca çeşitli yarışmalar, güreşler, koşular ve oyunlar düzenlenirdi[47]. Bütün bunların yanı sıra Kazaklar'da ölü çıkan çadıra kara bayrak asılırdı. Aslında bu gelenek diğer Türk boylarında da uygulanıp iki yıl süren matem boyunca bayrak asılı kalırdı. Kazaklarda bayrağın renginin kara olması diğer Türklerden farklı bir özellik olup matemi ifade eder[48]. Matemli evde misafire daima yemek verildiği için "karnı acıkan, karalı eve koşar" atasözü Kazaklar arasında ünlü bir sözdür[49].

Ölünün mezarına eşya, hediye, yiyecek-içecek, para v.b. koyma çok eski bir Türk geleneği olup Türklerin din değiştirmeleri ve yaşam biçimlerinin değişmesine rağmen bu gelenek günümüze kadar süregelmiştir. Bu gelenek değişik yörelerde değişik biçimlerde sürdürülmektedir. Mesela, İslam'dan sonra Uygurlar, kişinin ölümünün üçüncü gününde **üç nezir** denen bir yemek yapmaktadırlar. Bu gün paşkal denen yağda kızartılmış hamur, pide ve yemek yapılır. Bunlardan başka Uygurlar, yedinci ve kırkıncı gün de çeşitli yemekler yaparlar. Yedinci gün yapılan yemeğe, **yette nezir,** kırkıncı günkü yemeğe **kırkı** denir. Bir yılı dolan ölünün **yıllık neziresi** verilirdi[50]. Sivas'ın İmranlı ilçesine bağlı Kevenli köyünde ölü saati, sigara tabakası gibi eşyalarla gömülürken, Urfa'da kadın ziynet eşyaları ile gömülmüştür. Ölünün ardından

---

[44] Ögel, **Gelişme Çağları**, s. 769-770; İnan, **Materyaller ve Araştırmalar**, s. 195.
[45] Eröz, "Ölüm Adetleri", s. 67; İnan, **Materyaller ve Araştırmalar** , s. 193.
[46] İnan, **Materyaller ve Araştırmalar**, s. 191, 194; Ögel, **İslamiyetten Önce Türk Kültür Tarihi,** s. 209; Öcal, **a. g. m.**, s. 205.
[47] İnan, "Manas Destanı", s. 121; İnan, **Materyaller ve Araştırmalar**, s. 194'te Kırgız-Kazak beylerinden özellikle zengin olanlarının yaptıkları ölü aşının dillere destan güzellikte olduğu belirtilmektedir. Sayfa 195'te Kırgızların ölü aşı töreninde yüzlerce atın katıldığı yarışlardan ve Çin, Kalmuk ve Rus pehlivanların yaptıkları güreşlerden bahsedilir.
[48] Kocasavaş, **a. g. m.**, s. 71.
[49] Öcal, **a. g. m.**, s. 68; İnan, **Materyaller ve Araştırmalar** , s. 189.
[50] Rahman, **a. g. e.**, s. 115.

ölü aşı verme geleneği de Türkler arasında devam etmektedir. İster köyde, ister şehirde olsun belirli günlerde ölünün ardından yemek verme ve mezarına yiyecek içecek koyma devam etmektedir. Mesela, Tahtacılarda mezarın başucuna bir testi su ile bir bardak koymuşlardır. Ünye'de mezara yemek bırakılırken Tortum'da cuma günleri mezara yem dökülmektedir[51]. Yörükler ve alevi Türkmenleri ölünün arkasından üçüncü gün verilen yemeğe **üç hayrı**, yedinci gün verilen yemeğe **yedi hayrı,** kırkıncı gün verilen yemeğe **kırk hayrı** ve birinci yıl dönümünde verdikleri yemeğe de **yıl hayrı** derler[52]. Anadolu'da ölü için verilen yemeğe çeşitli adlar verilmiştir. Bunlardan bazıları şunlardır; **kı, kırk ekmeği, kazma takırtısı, ölünün kırkı, kırk yemeği, can aşı, zıkkım yemeği, can helvası, hayır, ölü ekmeği, kazma-kürek helvası, hayrat yemeği, ölü aşı, yiyeceğini etmek, hayırlı vermek**[53].

Bu yemekte hangi yemeklerin verildiğine dair çok ayrıntılı bir bilgiye rastlanamamıştır. Ancak bu yemeklerin verilişinde; ölen kişinin ailesinin ekonomik durumu, dönemin alışkanlıkları, mevsim, ölen kişinin vasiyeti gibi unsurlar göz önünde bulundurularak yapıldığı tahmin edilmektedir[54].

7.4. Han Toyu

Eski Türk geleneklerinden bir tanesi de hanların verdikleri toylardır. Bu toylar; halkın bir araya gelmesi, birlik ve beraberliğin sağlanması ve Han'a karşı halkın güveninin, saygısının ve bağlılığının arttırılması amacıyla verilen ziyafetlerdir[55]. Hanların veya beylerin halka yemek yedirme yani ziyafet çekme zorunluluğu vardı, eğer hanlar veya beyler ziyafet vermez ise halkın şikayet etme hakkı olurdu[56].

---

[51] Sedat Veyis Örnek, **Anadolu Folklorunda Ölüm**, Ankara, Ankara Üniversitesi D.T.C.F., Yay., 1971, s. 73.

[52] Eröz, **Milli Kültü**, s. 107; Eröz, **Kültür Araştırmaları**, s. 159; Öcal, **a. g. m.**, s. 68; Mahmut Tezcan, **Yemek Antropolojisi**, s. 117'de ölen kişinin ardından verilen bu yemeklerin yedinci, kırkıncı ve elli ikinci günü verildiğini, ayrıca ölüm yıl dönümü için verilen mevlitlerde de çeşitli yemekler hazırlandığını belirtmektedir; Örnek, **a. g. e.**, s. 91'de bu yemeklerin günümüzde üçüncü, yedinci, kırkıncı, elli ikinci günlerinde ve yıl dönümlerinde verildiği belirtilmektedir.

[53] **a. g. e.**, s. 88-89.

[54] **a. g. e.**, s. 90.

[55] Ögel, **Gelişim Çağları**, s. 206.

[56] Ögel, "Türk Mutfağı", s. 16.

Bunun yanında hanın düzenlediği toya katılma Han'a bağlılığı ifade ederken, katılmama ise başkaldırı olarak değerlendirilirdi[57]. Bu toy geleneğinin çok eski bir gelenek olduğunu bilmekteyiz. Bu adetin amacı; gösteriş yapmaktan ziyade servet birikimini önleme, özel mülkiyete sahip olmanın gereği olarak fakirleri doyurmadır[58]. Bu tür toyların Hun Hakanı Attila döneminde de düzenlendiği görülmektedir[59]. Uygurlarda da hakan tarafından büyük şenlikler düzenlenerek ziyafetler veriliyordu. Hatta Çin'den gelen elçi için düzenlenen toya Uygur Hakanının, tüm halkı davet ettiği, gelen elçinin gördükleri karşısında hayran kaldığı belirtilmektedir[60].

Bu ziyafetler; toy, şölen, kimi yerde de halkın Han'ın hazırlattığı sofradaki yiyecekleri kapışması nedeniyle han-ı yağma deyimiyle açıklanmıştır[61].

Salur Kazan'ın yılda bir yaptığı ve kendine tabii olanlara divanına geldikleri zaman yağmalı bir toy verip toydan sonra da beylerin onu selamlayarak yurtlarına döndükleri hakkında bilgilere rastlamaktayız. Han-ı Yağma toyuna örnek olarak; Kazan Han'ın yaptığı bir toya yalnız Üç-Okları çağırınca bu duruma bozulan Boz-Oklar'ın hepsi en çok da bu kolun başı olan Uruz bu nedenle Kazan Han'ı kendisine düşman ilan etmişti. Kazan Han'ın düşmanına karşı savaşmak için yaptığı çağrıya da bunu bahane ederek katılmamıştır[62].

Bütün halkın davetli olduğu bu ziyafetler büyük masraflar yapılarak hazırlanmakta idi[63]. Mesela Oğuz Han'ı Gün Han; kendinden önceki atalarının yaptığı gibi düzenlediği toyda 900 at, 9000 koyun kestirip, deriden yapılmış 9 havuza rakı (arak) doldurtarak aynı zamanda 90 deri havuza da kımız doldurtarak 40 gün 40 gece toyunu sürdürmüştür[64]. Bu ziyafetlerdeki masrafların büyüklüğünü teyit eden bir diğer kaynak Dede Korkut Hikayelerinde görülür. Oğuz Han'ı Bayındır Han'ın yılda bir kez düzenlediği toyda attan aygır, deveden buğra, koyundan koç kırdırdığı, Dirse Han'ın

---

[57] Ögel, **Gelişme Çağları**, s. 602.
[58] Eröz, **Kültür Araştırmaları**, s. 29.
[59] Ögel, **Gelişme Çağları**, s. 293.
[60] Öcal, **a. g. m.**, s. 185-186.
[61] Abdulkadir İnan, "Han-ı Yağma Deyiminin Kökeni", **Makaleler ve İncelemeler I**, Ankara, T. T. K., 1987, s. 646; Eröz, **Milli Kültür**, s. 106.
[62] Sümer, **Oğuzlar**, s. 395.
[63] İnan, "Han-ı Yağma", s. 646; Ziya Gökalp, **Türk Medeniyeti Tarihi**, s. 645.
[64] Ögel, **Gelişme Çağları**, s. 602; Mustafa Uslu, "Ahmet Yesevi Dervişlerinin Sosyal Felsefesi, **Türk Dünyası**, S. 67, Temmuz 1992, s. 53.

düzenlediği toyda da attan aygır, deveden buğra, koyundan koç kırdırılıp, tepe gibi et yığdığı; göl gibi kımız sağdığından sıkça söz edilmektedir[65]. Herkesin doyurulduğu bu şölenlerde yemek yemenin yanında, güreşler, yarışlar ve çeşitli eğlenceler de düzenlenirdi[66].

Hanların ziyafet verme geleneği, Bulgar Hanlarında, diğer adıyla Han-ı Yağma geleneği, Osmanlılar döneminde de görülmüştür. Fatih Sultan Mehmed'in İstanbul'u fethinden sonra büyük toy (han-ı yağma) hazırlattığı belirtilmektedir[67]. Yine Osmanlı padişahlarından II. Mustafa'nın cirit oyunu için hazırlattığı ve içine 400 okka şeker konulan kırmızı şerbet, köşkteki havuz içine konulmuştu. Padişahın hazırlattığı bu şerbetten herkes içme fırsatı bulmuştu[68]. Ayrıca yeniçerilerin ulufe aldıkları günde han-ı yağmaya benzeyen sofralar kurulurdu[69].

Türk hanları; tahta çıkma, akınlardan zaferle dönme, felaketten kurtulma ve bey oğlunun ilk avı gibi değişik nedenlerle toylar düzenlemişlerdir[70]. Oğuz Han akından sağ salim dönüşünde 900 at ve 9000 koyun kestirerek, 99 havuzun 9'una rakı (arak), 90'ına da kımız doldurarak beylerini toya davet etmiştir[71].

Yine eski Oğuzlarda görülen bir diğer toy şekli ise sadece hanın, beylerbeyinin ve diğer beylerin katıldığı toydur. Han'ın hazırlattığı toya ulu toy, beylerinin yaptırdıkları toya ise küçük toy denilmekte idi[72]. Bu toylar; divanın kurulduğu gün beylerin otağında düzenlenen toylardır. Ziya Gökalp bu toylara ziyafetli senato demektedir[73].

---

[65] Gökyay, **a. g. e.**, s. 31, 33; Sümer, **Oğuzlar**, s. 395; Kaşgarlı Mahmut , **a. g. e., III**, s. 428'de ise hakanların düğünlerinde otuz arşın yüksekliği olan ve yağmalanmak için hazırlanan sofralarını "**Kenç Liyü**"adıyla açıklamaktadır.

[66] Eröz, **Milli Kültürü**, s. 106-107; Eröz, **Kültür Araştırmaları**, s. 158.

[67] Eröz, **Milli Kültür**, s. 138

[68] Eröz, **Kültür Araştırmaları**, s. 36.

[69] İnan, "Han-ı Yağma", s. 647; Duvarcı, **a. g. m.**, s. 231.

[70] Özkan İzgi, "Hunlar, Göktürkler ve Uygurlar'da Geleneksel Festival ve Eğlenceler", **Tarih Dergisi,** S. XXXI, Edebiyat Fakültesi Basımevi, İstanbul 1978, s. 36.

[71] Ögel, **Gelişme Çağları**, s. 352, 601, 603, 779.

[72] Ögel, **Gelişme Çağları**, s. 772.

[73] Gökalp ,**Türk Medeniyeti Tarihi**, s. 353.

Bu toyların yanında Türklerin sugdıç dedikleri, kışın dostların sırayla yaptıkları ziyafetleri **(gözek şöleni)** de var idi[74].

[74] Kaşgarlı Mahmut, **a.g.e., I**, s. 455; Ögel, **Gelişme Çağları**, s.780; Öcal, **a. g. m.**, s. 211.

SONUÇ

Çalışmamızda Türk kültürünün çok geniş bir parçası olan yemek konusunu çeşitli yönleriyle incelemeye çalıştık.

Yaptığımız araştırma sayesinde yeme-içme faaliyetinin yalnızca fizyolojik bir ihtiyaç olmadığını, sosyal ilişkileri geliştirmede de çok etkili olduğunu gördük. Bu sebeple tezimizde yalnızca Türk yemeklerini, tatlılarını ve içeceklerini incelemeyi yeterli bulmadık. Bu saydıklarımızla beraber; yemek verme alanlarını, ziyafetlerde orun ve mevki meselesini, çok eski zamanlarda olmasına rağmen çok akıllıca olan eti pişirme ve bozmadan saklama tekniklerini, dini inançların yeme-içme faaliyetinde yaptığı değişiklikler ile en eski yemek alışkanlıklarından günümüze kadar devam eden özellikleri de incelemeye çalıştık.

Yaptığımız araştırmalar sonucunda bu konunun; henüz büyük kısmının su üzerine çıkmamış bir buz dağı olduğunu gördük. Bu zenginliğin ortaya çıkarılması için önce eksik olan kısımların tespit edilmesi ve bu alanda yapılan akademik çalışmaların arttırılması gerekmektedir. Bu alanda daha geniş araştırmalar yapmak üzere en yakın zamanda Türk Mutfağı Araştırma Enstitüsü kurulmalı, Türk mutfağının zenginliklerini tüm dünyaya duyurmak için ulusal ve uluslararası sempozyumlar, kongreler düzenlenmeli ve yemek alanında araştırmaları tespit için Türk Mutfağı Bibliyografyası hazırlanmalıdır.

Biz yaptığımız bu araştırma ile Türk yemek kültürünün zenginliğinin ortaya çıkarılmasına bir nebze de olsa katkıda bulunmuş olduğumuzu düşünüyoruz.

BİBLİYOGRAFYA

Akyoloğlu, İ.Hakkı: "Bolu Çevresinde Yaşayan Türkmenlerin Milli Yemeği "Tutmaç Çorbası" ve Diğer Tarihi Türk Yemekleri", **Türk Dünyası Araştırmaları Vakfı,** S. 39, Aralık 1985, s. 247-251.

Anadol, Cemal: **Tarihten Günümüze Kadar Türk Yemekleri Ansiklopedisi**, İstanbul, Türkmen Kitapevi, 1995.

Arlı, Mine: "Türk Mutfağına Genel Bir Bakış", **Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri,** Ankara, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırmaları Dairesi Yay., 1982, s.19-33.

Batur, Celalettin: "Doğu Türkistan (Uygur) Türklerinde Ad Toyu", **Gök Bayrak,** IV. C., S.21, Mayıs- Haziran 1997, s.10-11.

Baur, Wilhelm: "Yağ Metabolizması Bozuklukları ve Kronik Karaciğer Hastalıklarının Kısrak Sütü (Kımız) ile Tedavi Edilmeleri," Çev. Yaşar Küçüksümer, **Türk Dünyası Araştırmaları Vakfı**, S. 28, Şubat 1984, s. 29-37.

Bulduk, Sıdıka: "Mutfak Kültürünün ve Türk Mutfağının Tarihi Gelişimi", **Türk Kültürünü** , S. 420, Nisan 1998, s. 221-231.

Cunbur, Müjgan: "Mevlana'nın Mesnevisi'nde ve Divan-ı Kebir'inde Yemekler", **Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri,** Ankara, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yay., Ankara 1982, s. 70-85.

Duvarcı, Ayşe: "Türklerde Yiyecek ve İçecek Kültürü", **Türkler,** IV.C., Ankara, Yeni Türkiye Yay., 2002, s. 230-235.

Eberhard, W: **Çin'in Şimal Komşuları,** Çev. Nimet Ulutuğ, Ankara, T.T. K., 1942.

Ergin, Muharrem: **Orhun Abideleri,** 16. bs., İstanbul, Boğaziçi Yay., 1992.

Eröz, Mehmet: "Türk Topluluklarının Ölüm Adetleri Üzerine Bir Deneme," **Türk Dünyası Araştırmaları Vakfı**, Z.F. Fındıklıoğlu'na Armağan, S. 35, Nisan, 1985, s. 60-67.

Eröz, Mehmet: **Türk Kültürü Araştırmaları,** İstanbul, Kutluğ Yay., 1977.

Eröz, Mehmet: **Milli Kültürümüz ve Meselelerimiz,** İstanbul, Doğuş Yayın ve Dağıtım, 1983.

Ersoy, Yasemin: "Türk, Mutfak Kültürü", **Türkler**, IV.C., Ankara, Yeni Türkiye Yay., 2002, s. 222-229..

Genç, Reşat: "IX. Yüzyılda Türk Mutfağı", **Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri,** Ankara, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yay., 1982, s. 60-67

Gökalp, Ziya: **Türk Medeniyeti Tarihi**, İstanbul, Kültür Bakanlığı, 1976.

Gökalp, Ziya: **Türk Medeniyeti Tarihi I,** İstanbul, Türk Kültür Yay., y.y., 1974.

Gökyay, Ö Şaik: **Dede Korkut Hikayeleri**, Dergah Yay., İstanbul, 1974.

Güleç, Azmi: "Eski Türk Hayatında "Kımız" ve Sağlıktaki Önemi", **T. K.,** S. 95, Eylül 1970, s. 806-810.

Gülensoy, Tuncer: "Türk-Tatar (Kuzey Türkleri) Yemek Adları Üzerine", **Türk Mutfak Sempozyumu Bildirileri**, Ankara, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yay., 1982, s. 199-214.

Ilgar, Hayrani: "Kımız", **Orkun ,** S. 20, 1988, s. 20.

İbn Fazlan: **Seyahatname**, Çev. Ramazan Şeşen İstanbul, Bedir Yay., 1995.

İnan, Abdulkadir: "Beltir Türklerinde Gök Tanrıya Kurban Töreni", **Makaleler ve İncelemeler II,** Ankara, T.T.K., 1991, s. 215-221..

İnan, Abdulkadir: "Han-ı Yağma Deyiminin Kökeni", **Makaleler ve İncelemeler I,** 2. bs., Ankara, T.T.K., 1987, s. 645-648.

İnan, Abdulkadir: "Manas Destanında Aş-yog Merasimi", **Makaleler ve İncelemeler I,** Ankara, T. T. K., 1987, s. 121-124.

İnan, Abdulkadir: "Orun ve Ülüş Meselesi, **Makaleler ve İncelemeler I,** 2. bs., Ankara, T.T.K., 1987, s. 241-254.

İnan, Abdulkadir: **Tarihte ve Bugün Şamanizm-Materyaller ve Araştırmalar,** Ankara, T.T.K., 1986.

İnan, Abdulkadir: "Altay Şamanlığına Ait Maddeler", **Makaleler ve İncelemeler I**, 2. bs., Ankara, T.T.K., 1987, s. 401-453.

İnan, Abdülkadir: "IX. ve X. Asırda İtil ve Bulgarlar'ın Tarihi", 2. bs., **Makaleler ve İncelemeler I,** Ankara, T.T.K., 1987, s. 586-562.

İnan, Abdülkadir ""Kazak Kırgızlar'da "Yeğenlik Hakkı" ve "Konuk Aşı" Meseleleri", **Makaleler ve İncelemeler I,** 2. bs., Ankara, T.T.K., 1987, s. 281-291

İnan, Abdülkadir "Yakut (Saxa) Türkleri", 2. b.s. **Makaleler ve İncelemeler I**, Ankara, T.T.K., 1987, s. 24-28.

İnan, Abdulkadir: "Orun ve Ülüş Meselesi", **Türkler**, III. C., Ankara, Yeni Türkiye Yay., 2002, s. 38-42.

İslamoğlu. Mahmut: "Kıbrıs Türk Mutfağı ve Etkileri", **Türk Mutfak Sempozyumu Bildirileri**, Ankara, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yay., 1982, s. 163-170.

İzgi, Özkan: **Çin Elçisi Wang Yen-te'nin Uygur Seyahatnamesi**, Ankara, T.T.K., 1989.

İzgi, Özkan: **Kutluk Bilge Kül Kağan, Bögü Kağan ve Uygurlar**, Ankara, Kültür ve Turizm Bakanlığı, 1986.

İzgi, Özkan: "Hunlar, Göktürkler ve Uygurlar'da Geleneksel Festival ve Eğlenceler", İstanbul, **Tarih,** S. XXXI, 1978, s. 28-36..

Kafesoğlu, İbrahim: **Türk Milli Kültürü**, 9. bs. İstanbul, Boğaziçi Yay., 1993.

Karamürsel, Alim: "Türklerde Mezar Geleneği", **Türkler**, III.C., Ankara, Yeni Türkiye Yay., 2002, s. 76-79.

Kasimanov, Sadık. "Kazaktın Ulttık Tağamdarı (Kazakların Milli Yemekleri)," **Türk Kültürünü**, S. 342, Ekim 1991, s. 640-645.

Kaşgarlı Mahmut: **Divanü Lügat-it- Türk Tercümesi,** Çev. Besim Atalay, I., II., III., Ankara, T.D.K., 1939, 1940, 1941.

..... "Kımız", **Ana Britannica**, XIII. C., İstanbul, Ana Yay., 1990, s. 252-253.

..... "Kımız", **Yeni Cumhuriyet Ansiklopedisi**, VI. C., İstanbul, 1991, s. 1015.

Kocasavaş Yıldız: "Eski Türklerde Yas ve Ölü Gömme Adetleri", **Türkler**, III.C., Ankara, Yeni Türkiye Yay., 2002, s. 67-75.

Koşay, H. Zübeyr: "Eski Türklerin Anayurdu ve Yemek Adları", **Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri,** Ankara, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yay., 1982, s. 47-56.

Koşay, Z., Hamit-Ülkücan Akile: **Anadolu Yemekleri ve Türk Mutfağı,** Ankara, M.E.B., 1961.

Köymen, M. Altay: **Alp Arslan ve Zamanı**, Ankara, Ankara Üniversitesi D. T. C. F. Yay., 1983.

Köymen, M. Altay: "Selçuklular Zamanında Beslenme Sistemi",**Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri**, Ankara, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yay., 1982, s.36-40.

Kut, Günay: "Türklerde Yemek Kültürü", **Türkler**, IV. C.,Ankara, Yeni Türkiye Yay., 2002, s. 215-221.

Rasonyi, Laszlo: **Tarihte Türklük**, Ankara, Türk Kültürü Araştırma Enstitüsü, 1971.

Markov,V.N., Ogorodnikov,V.K., Şuey, F.O.: **Kımız, Tedavi Edici ve Hastalıklardan Koruyucu Hassaları**, Çev. F. Laçınay, İstanbul, Işık Matbaası, 1945.

Melik, Nergiz: "Azerbaycan'da Düğün Merasimi Üzerine",**Türk Kültürü**, S. 444, Nisan 2000, s. 246-249.

Mete, Ö. Lütfü: "Zamanımızın Fatihi", **Boğaziçi**, S. 16, Ekim 1983, s.36.

Nahya, Zümrüt: "Özel Gün Yemekleri", **Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri**, Ankara, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yay., 1982, s.189-197.

Öcal, Safa: "Eski Türkler'de Yiyecekler", **Türk Dünyası Araştırmaları Vakfı**, Z. F. Fındıkoğlu'na Armağan, S. 35, Nisan 1985, s.161-213.

Ögel, Bahaeddin: **Türk Mitolojisi**, İstanbul, M. E. B.,1971.

Ögel, Bahaeddin: **Dünden Bu Güne Türk Kültürünün Gelişme Çağları**, 3.bs., İstanbul, Türk Dünyası Araştırmaları Vakfi, 1988.

Ögel, Bahaeddin: "Toy ve Sofra Üzerine", **Türk Dünyası**, S. 2, Şubat 1987, s. 15.

Ögel, Bahaeddin: **Türk Kültür Tarihine Giriş**, IV, 4. bs., Ankara, Kültür Bakanlığı Yay., 2000.

Ögel, Bahaeddin: **İslamiyetten Önce Türk Kültür Tarihi,** Ankara, T.T.K., 1962.

Ögel, Bahaeddin: **Türk Mitolojisi**, Ankara, T.T.K., 1993.

Ögel, Bahaeddin: "Türk Mutfağının Gelişmesi ve Türk Tarihi Gelenekleri", **Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri,** Ankara, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yay., 1982, s. 15-18.

Örnek, S. Veyis. **Anadolu Folklorunda Ölüm,** Ankara, Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Yay., 1971.

Penciev, Murat: "Lebablı (Çarcov) Türkmenlerin Toy Dessurları" (Düğün, Örf ve Adetleri) Ona Değişli (Ait) Adalgalar (Adetler), **Türk Kültürü,** S. 404, Aralık, 1996, s. 749-756.

Rahman, Abdulkerim: **Uygur Folkloru,** Çev. Soner Yalçın-Erkin Emet, Ankara, Kültür Bakanlığı, 1996.

Roux, P. Jean: **Altay Türkleri'nde Ölüm,** İstanbul, Kabalcı Yay., Kasım 1999.

Sepetçioğlu, Necati: M: **Türk Destanları,** 3. bs., İstanbul, Toker Yay., 1986.

"Sucuk", **Ana Britannica**, XX. C., İstanbul, Ana Yay., 1990, s. 103.

Sümer, Faruk: "Eski Türkler'in Milli Yemeği Tutmaç," **Türk Dünyası,** S. 90, Haziran 1994, s. 11-15.

Sümer, Faruk: **Oğuzlar (Türkmenler) Tarihleri, Boy Teşkilatı, Destanları,** 3. bs., Ana Yay., Nisan 1965, s. 394-395, 616.

Sümer, Faruk: **Boz-oklu Oğuz Boylarına Dair,** Ankara, Ankara Üniversitesi DTCF Dergisi, XI. C., S. 1'den ayrı Basım, T. T.K., 1958.

Sümer, Faruk: **X. Yüzyılda Oğuzlar,** Ankara, Türk Tarih Kurumu Basımevi, 1958.

Sümer, Faruk: "Türk Kültürüne Genel Bir Bakış II", **Türk Dünyası,** S.72, Aralık, 1992, s. 9-10.

Tezcan, Mahmut: **Türk Yemek Antropolojisi Yazıları**, Ankara, Kültür Bakanlığı, 2000.

Tezcan, Mahmut: "Türkler'de Yemek Yeme Alışkanlıkları ve Buna İlişkin Kalıpları", **Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri,** Ankara, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yay., 1982, s. 113-121.

Toygar, Kamil: "Değişen Türk Mutfağı", **Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri,** Ankara, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yay., Ankara, 1982, s. 153, 160.

Turan, A. [a]ekür: "Doğu Türkistan'da Uygur Yemekleri", **Türk Yurdu**, C. 8, S.2, Mart 1987, s. 58.

Uluğtuğ, Nimet: **Kımız**, Ankara Halkevi Dil-Tarih ve Edebiyat Şubesi, Ankara, 1939.

Uslu, Mustafa: "Ahmet Yesevi Dervişlerinin Sosyal Felsefesi", **Türk Dünyası,** S. 67, Temmuz 1992, s. 53.

Ünal, Tahsin: "İslamiyetten Önce Türk Medeniyeti", **Tarih Mecmuası**, S. 3, Nisan 1967, s. 43.

Yaygın, Hasan: "Kımızın Nitelikleri ve Sağlıkla İlgili Özellikleri", **Türk Dünyası,** S. 67, Temmuz 1992, s. 21-25.

Yıldız, Gülsev: **Türk Mutfağından Yemek ve Tatlı Kitabı,** İstanbul, Şenyıldız Yay., 1981.

..... Yoğurt, Peynir, Tereyağı Yapımı, y.y., **Akbank Köy Yay.,** 1990, s. 6, 11, 14.