

Tarihsel süreç içinde Türk Mutfağı

Doç. Dr. Özge Samancı



Boğaziçi Üniversitesinde tarih eğitimi aldı (1995). 2009'da Fransa'da EHES (Ecole des Hautes Etudes en Sciences Sociales) tarih doktorasını tamamladı. 2017 yılından beri Özyeğin Üniversitesi Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölüm Başkanı olarak görev yapmakta; gastronomi, yemek tarihi ve Osmanlı-Türk mutfak kültürü alanlarındaki çalışmalarını sürdürmektedir.

Türk mutfağı, uzun bir tarihsel süreç içinde yakın ve uzak coğrafyalarda hayat bulmuş olan yemek kültürlerinin birbirleriyle harmanlanarak oluşturduğu; kadim Anadolu uygarlıklarının, Roma ve Bizans mutfak kültürlerinin, Orta Asya Türk boylarının, Orta Çağ Arap-Fars geleneğinin ve 600 yılı aşkın Osmanlı mutfak mirasının izlerini taşıyan zengin bir kültürel mirastır. Geleneksel mutfak kültürümüz yemekler, tatlılar ve içecekler etrafında örülen ritüellerle kuşaklar boyu sürdürülebilir olmuş ve aynı zamanda farklı besin gruplarının aynı yemek veya öğünde bir arada yer aldığı dengeli bir beslenme modeli örneği oluşturmuştur.

Orta Asya'dan Anadolu'ya

11. yüzyıldan itibaren Orta Asya'dan Anadolu'ya göç ederek gelen ve zaman içinde yerleşik hayata geçen Türk boyları günümüze kadar devam eden yeme-içme alışkanlıklarını da beraberlerinde getirmişlerdir. Kaşgarlı Mahmut tarafından yazılan Arapça-Türkçe sözlük Divan-ı Lügat-i Türk eski Türklerin yeme-içme alışkanlıkları hakkında önemli bilgiler içerir. Yoğurt, ayran, kurut (kurutulmuş yoğurt), pekmez, etmek (ekmek), çörek, yufka, ügre (erişte), tutmaç, soktu (sucuk), yazok et (bir tür pastırma), söklüncü (kuru ateşte pişirilmiş et, kebab), yörgemeç (bir tür

bumbar dolması) sözlükte yer alan ve günümüz Türkiye'sinde hâlen yaşayan yemek terimleri ve tekniklerine örneklerdir (1). Orta Asya'dan Anadolu'ya taşınan süt ve et ürünleri, yufka, mantı, erişte gibi teknikler 11. ve 12. yüzyıllarda Doğu Roma geleneğini yansıtan Küçük Asya'da tahıl, sebze, meyveyle zenginleşerek yerleşik halkın yemek alışkanlıklarıyla karşılaşır. Bizans mutfaklarından günümüz Türkiye'sine miras kalan lezzetler arasında lakerda, fava, kurutulmuş balık yumurtası, paskalya çöreği, tarama gibi örnekler yer alır (2). Anadolu Selçuklu Dönemi'nde söz konusu iki yemek geleneği bir üçüncü yemek kültürüyle etkileşime girer: Orta Çağ Arap-Fars mutfağı. Abbasi Dönemi'nde en parlak çağını yaşayan Orta Çağ Arap mutfak geleneği hem Selçuklu hem klasik dönem Osmanlı mutfağını etkilemiştir. Un ve nişasta bazlı helvalar, şerbetler, meyveli ve baharatlı koyun eti yahnileri, tirit, herise (keşkek), pilav (pirinç pilavı), kadayıf (tel ve yası kadayıf), güllaç gibi tatlılar Orta Çağ dönemine ait Arapça yemek yazmalarında yer alan ve Selçuklu Dönemi'nden itibaren mutfak kültürümüze giren örneklerdir (3). Orta Çağ Arap ve Osmanlı mutfak kültürleri arasındaki etkileşimi açık şekilde ortaya koyan bir kaynak 15. yüzyılda yaşamış olan Osmanlı tıp hekimi Şirvani'nin Kitabü't-Tabih adlı yemek kitabıdır. Bu kitap 13. yüzyılda Bağdadi tarafından yazılan Arapça yemek yaz-

masının Türkçe çevirisidir. Şirvani orijinal çeviriye ek olarak verdiği tariflerle birlikte yemeklerin dönemin tıp anlayışına göre özellikleri hakkında da bilgiler vermiştir (4).

Osmanlı Mutfağında Tıp ve Yemek ilişkisi

Orta Çağ Arap-Fars mutfak kültürü seçkin Osmanlı çevresi için sadece yemekte sanat değil tıp anlayışında da ilham kaynağını oluşturmuştur. Osmanlılar, Hipokrat ve Galen tıbbına dayanan İslam tıbbını esas almıştır. Humoral teoriye (hıtlar teorisi) dayalı bu tıp anlayışında beslenme önemli bir yere sahiptir. Yiyecek ve içecekler bir anlamda ilaçtır. Farklı insan mizaçlarına göre farklı gıdaların tüketimi önerilir (5). Osmanlı Dönemi'ne ait birçok tıp yazması bu sebeple yiyecek ve içecekler hakkında bilgi ve reçete içerir. Humoral teoriye göre gelişen beslenme anlayışı Osmanlı mutfağındaki yemek pişirme ve hazırlama tekniklerinin özünü oluşturmuştur. Yemeklerde birden fazla baharat ve gül suyu gibi aromaların kullanımı; tatlı, tuzlu veya ekşi gibi tatların bir arada bulunması (örneğin "çeşşidiye" gibi meyveli et yahnileri), şerbetler ve macunlar aslında bu tıp anlayışının sonucudur. 19. yüzyıldan itibaren eski tıp anlayışının yemekle olan ilişkisi zayıflamış ve bu gelenek unutulmuştur. Ancak günümüz Türk mutfağında ya-

şayan birçok yemek veya yeme alışkanlıkları (örneğin yoğurt ve balığın bir arada tüketilmemesi) hâlâ bu anlayışı içinde saklı tutmaktadır.

Klasik Dönem Osmanlı Mutfak Geleneği

15. ve 16. yüzyıllardaki klasik dönem Osmanlı mutfaklarında baharat hem ilaç niyetiyle hem lezzet için kullanılmıştır. Yemeklerde tatlı-tuzlu-ekşi tatlar ayrı ayrı veya bir arada var olmuştur. Bu dönemde henüz domates ve kırmızı biber mutfakta girmemiştir. Osmanlı mutfak geleneğinde et (koyun, kuzu, tavuk, av kuşları, ete nazaran daha az balık), tahıl (buğday, pirinç), baklagil (nohut, mercimek, bakla), yağ (sadeyağ, kuyruk yağı, daha az miktarda susam yağı), süt ürünleri (yoğurt, peynir, süt, kaymak) sebzeler (soğan, sarımsak, lahana, asma kabağı, şalgam, havuç, ıspanak, pazı, pırasa, patlıcan, bamya, asma yaprağı gibi), otlar (maydanoz, nane, tere, kuzu kulağı, mülhihiye gibi), baharat ve taze ve kuru meyveler (elma, üzüm, erik, kavun, karpuz, kaysı, erik, ayva, armut, limon, turunc, şeftali, vişne, badem, ceviz, Şam fıstığı, fındık gibi) dengeli bir şekilde yemek ve içeceklerin hazırlanmasında kullanılmıştır (6). Şeker saray ve çevresine ait bir lüks gıda maddesidir; şeker yerine bal veya pekmez halk mutfaklarında kullanılmıştır. Pastırma, sucuk, peynir çeşitleri, turşu işlenmiş ürünler arasında yer alır. Arşiv belgeleri ve seyahatname gibi kaynakların ışığında Osmanlı Dönemine ait yemek listeleri incelediğinde bir öğünde sunulan yemeklerin bahsedilen besin gruplarının birçoğunu içerdiğini söylemek mümkündür. Örneğin 17. yüzyılda Topkapı Sarayı'nda divan toplantılarından sonra divan üyelerine sunulan sabah yemeklerinde yer alan altı çeşit yemek, bir et yemeği (kebab, yahni, sakatat gibi), etli bir sebze yemeği (dolma, kalye), pilav, bazen börek, tatlı ve çorbadan oluşmaktadır (6). Yemek esnasında sofrada eklemek, turşu, yoğurt veya taze otların da yer aldığı bilinmektedir. Çorba, pilav, börek, kebab, yahni, köfte, paça ve bumbur gibi sakatat yemekleri, dolma, borani, kalye gibi etli sebze yemekleri, baklava, kadayıf, helva gibi unlu tatlılar, aşure, sütlaç gibi hafif tatlılar, turşular, hoşaf, şerbet, şurup, reçel ve lokum hazırlanan yemek, tatlı ve içecek çeşitleridir. Kahve 16. yüzyıl ortalarından itibaren mutfak kültürüne girmiştir.

19. Yüzyıldan Günümüze Osmanlı-Türk Mutfak Geleneği

15. ve 16. yüzyıllara kıyasla 19. yüzyıl Osmanlı mutfaklarında yemeklerde tatlı, tuzlu ve ekşi tatların birbirinden gitgide ayrılması ve yemeklerde kullanılan baharatların sadeleşmesi görülmektedir. Amerika kökenli fasulye, domates, patates, mısır, sakız kabağı, yer elması, yenibahar, yeşil ve kırmızıbiber, vanilya Osmanlı mutfaklarına bu dönemde entegre olmuştur. Ayrıca İstanbul merkezli Osmanlı seçkin mutfaklarında balık, deniz ürünleri ve zeytinyağı tüketimi de artmıştır. Salata, zeytinyağlı sebzeler, ceviz, fındık gibi kuru yemişlerle hazırlanan tarator, balık pilaki, balık külbastı ve balık kebabları bu dönemde seçkin Osmanlı mutfaklarında tüketimi artan yemeklerdir. 19. yüzyılda Osmanlı saray mutfakları alafranga ve alaturka mutfak sentezini yansıtan bir kimliğine bürünmüştür. Tanzimat'tan itibaren Dolmabahçe ve Yıldız saraylarında alafranga usulde sofraya düzeni (masada, çatal, bıçak eşliğinde) uygulanmaya başlanmıştır. Bu dönemde ayrıca biftek gibi dana etiyle hazırlanan yemekler, şarlot, pasta, krema gibi tatlılar, patates, kuşkonmaz gibi sebzelerle hazırlanan garnitürler mutfaklara giren alafranga lezzetlerdir (8). Alafranga etkilerine rağmen 19. yüzyıla ait Osmanlı Türkçesi yemek kitaplarında yer alan yemek teknikleri günümüz Türk mutfaklarıyla hemen hemen aynıdır: çorbalar, pilavlar, börekler, pide gibi hamur işleri, kebab, yahni, külbastı, köfte gibi kırmızı et, kümes hayvanı, av eti ve balıkla hazırlanan yemekler, sakatat, yumurtalı yemekler, dolma, sarma, kalye, silkme, musakka gibi etli sebze yemekleri, zeytinyağlı sebzeler ve dolmalar, salata, turşu gibi iştah açıcılar, sütlü tatlılar, hamur işi şerbetli tatlılar, helvalar, aşure, meyve tatlıları, şerbet, hoşaf ve şuruplar, lokum, akide şekeri gibi şekerlemeler (9).

Günümüzde Osmanlı mutfak geleneği sadece Türkiye'de değil eski Osmanlı coğrafyasında (Balkanlar, Orta Doğu) yaşamaya devam etmektedir. 1940'lerden günümüze Türk mutfaklarında birçok yenilik gerçekleşmiştir. Domates ve biber salçası, kırmızıbiber, margarin, Ayçiçek yağı gibi geçmişe göre yeni malzemeler geleneksel mutfakta yaygın şekilde kullanılmaktadır. Çay en çok tüketilen sıcak içecektir. Şerbet ve hoşaf geleneği neredeyse unutulmuştur. Biftek, makarna, beşamel gibi sos-

lar; profiterol, kek, pasta gibi yabancı, Avrupa kökenli alafranga tatlılar Türk yemek alışkanlıklarının bir parçası haline gelmiştir. Hamburger, pizza, patates kızartması, soslu sandviç gibi Batı kökenli *fast food* yiyeceklerin de tüketimi yaygınlaşmıştır. Mutfaklarımız yörelerde daha geleneksel çizgilerini muhafaza etmekte ancak büyük kentlerde alaturka-alafranga sentezinin devamı olarak değişime uğrayarak yaşamaktadır.

Kaynaklar

1) Çetin, E., *Divanü Lügati't- Türkteki Yiyecek ve İçecek Adları ve Bu Adların Türkiye Türkçesindeki Görünümleri*, Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 2005; Cilt 14, Sayı 2, 185-200.

2) Dalby, A., *Bizansın Damak Tadı*, Alfa Yayınları, 2014.

3) Samancı, Ö., "Orta Çağ ve Rönesans Dönemlerinde Mutfak Kültürü", *Gastronomi Tarihi, Anadolu Üniversitesi Yayınları*, 2015; 118.

4) Argunşah, M., Çakır, M., "15. Yüzyıl Osmanlı Mutfakları: Muhammed Bin Mahmud Şirvani", *İstanbul: Gökkuşbuğu*, 2005.

5) Sarı, N., "Osmanlı Tıbbında Besinlerle Tedavi ve Sağlıklı Yaşam", *Türk Mutfakları*, (ed). Ö. Samancı, A. Bilgin; Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları, 2008, 137-151.

6) Bilgin, A., "Osmanlı İstanbul'unda Yemek Kültürü", *Büyük İstanbul Tarihi*, cilt 4, <https://istanbultarihi.ist/113-osmanli-istanbulunda-yemek-kulturu> (Erişim Tarihi: 15.04.2022).

7) Faroqi S., Neumann, K. C., "Soframız Nur Hanemiz Mamur: Osmanlı Maddi Kültüründe Yemek ve Bannak", 2006, 55-109.

8) Samancı, Ö., "Yenileşme ve Cumhuriyet Dönemlerinde İstanbul Mutfak Kültürü", *Büyük İstanbul Tarihi*, <https://istanbultarihi.ist/115-yenilesme-ve-cumhuriyet-donemlerinde-istanbul-mutfak-kulturu> (Erişim Tarihi: 15.04.2022).

9) Samancı, Ö., "Yemekler: Genel Özellikler, Pişirme Teknikleri ve Uygulamalar", *Osmanlı Mutfakları*, *Anadolu Üniversitesi Yayınları*, 73-92.