



ISBN - 978-605-69205-4-7

İRÜ

İSTANBUL
RUMELİ
ÜNİVERSİTESİ

1. ULUSAL GASTRONOMİ ÇALIŞMALARI SEMPOZYUMU “Akdeniz Gastronomi Kültürü”

18-19 ŞUBAT 2021
İSTANBUL



1. ULUSAL GASTRONOMİ ÇALIŞMALARI SEMPOZYUMU

“Akdeniz Gastronomi Kültürü”

18-19 ŞUBAT 2021

(Çevrimiçi/Online Sempozyum)

BİLDİRİ KİTABI

Sempozyum Başkanı

Prof. Dr. Hüseyin Hüsnü Gündüz



1. Ulusal Gastronomi Çalışmaları Sempozyumu "Akdeniz Gastronomi Kültürü"
Bildiri Kitabı İstanbul Rumeli Üniversitesi'nin finansal desteği ile hazırlanmıştır.

©2021 Tüm hakları saklıdır.

İstanbul Rumeli Üniversitesi

ISBN - 978-605-69205-4-7

Bu kitabın yayın hakkı ve telif hakkı İstanbul Rumeli Üniversitesi'ne aittir. Kitapta yayımlanan yazıların her türlü sorumluluğu (yasal, etik, bilimsel, şekiller, tablolar, vb.) yazarlara aittir. Telif hakları yasası uyarınca bu kitap kısmen ya da tamamen basılamaz, kopyalanamaz, mikrofilme çekilemez, dolaylı dahi olsa kullanılamaz; ticari amaçla teksir fotokopi veya başka teknikle çoğaltılamaz, bilgisayarda, dizgi makinalarında işlenebilecek bir ortama aktarılamaz. Gerekğinde kaynak gösterilerek alıntı yapılabilir.

YAYINCI:

Baycınar Tıbbi Yayıncılık ve Reklam Hiz. Tic. Ltd. Şti.

Örnek Mah., Dr. Suphi Ezgi Sok., Saray Apt., No: 11, D: 6, 34704 Ataşehir, İstanbul, Turkey

Tel: +90 216 317 41 14

e-posta / e-mail: info@baycinartibbiyayincilik.com

Web: www.baycinartibbiyayincilik.com

Yayıncı Sertifika No: 17557

Basım tarihi:

18 Haziran 2021

DAVET



Değerli Bilim İnsanları;

İstanbul Rumeli Üniversitesi olarak bu yıl birincisini organize ettiğimiz Ulusal Gastronomi alışmaları Sempozyumunun ana temasını Akdeniz Gastronomi Kùltürü olarak belirlemiş bulunmaktayız. Bilindięi gibi, Akdeniz, tarihin ilk dönemlerinden bu yana, çok çeşitli medeniyetlere yerleşke olmuştur. Bu bağlamda bölgede binlerce yıldır var olmuş, Sümerler, Akadlar Asurlular Antik Mısır, Antik Yunan, Antik Roma, Bizans, Osmanlı İmparatorluğu gibi geçmiş medeniyetlerin;

1. Temel gıda ürünlerini,
2. mutfak geleneklerini ve yemeklerini,
3. beslenmede Akdeniz Diyetinin yeri ve önemini,
4. bölge mutfağının geleneksel yemeklerinin yanı sıra günümüz popüler yemeklerini,

sempozyum konuları içerisine aldık. Bölge gastronomi kùltürünün oluşumunda farklı medeniyetlerin etkilerinin de kapsamlı şekilde ele alınacağı bu sempozyumda sizlerle birlikte olmaktan onur duyarız.

Bu sempozyumu özel kılacak olan, siz değerli bilim insanlarının konuya ilişkin farklı disiplinlerdeki çalışmalarının tarihsel süreçlerin de işiğinde bir araya gelerek oluşturacağı mozaik dokudur. Farklı alanlardaki bilimsel çalışmaları bir araya getirip harmanlayarak ortaya çıkarmak amacında olduğumuz Akdeniz Gastronomi Kùltürü mozaiğinin bir taşını da sizlerin çalışmalarının oluşturmasını arzu etmekteyiz. Sizlerin değerli katılımları ile ortaya çıkacak olan çalışmanın zenginleştirilmesine katkıda bulunmak isterseniz 18-19 Şubat 2021'de düzenleyeceğimiz sempozyumda çalışmalarınızla bizlere destek olmaya davet ediyoruz.

Saygılarımızla

Sempozyum Başkanı

Prof. Dr. Hüseyin Hüsnu Gündüz

Onursal Başkan

Prof. Dr. H. Tamer Dodurka

KURULLAR



SEMPOZYUM ONURSAL BAŞKANI

Prof. Dr. H. Tamer Dodurka

SEMPOZYUM BAŞKANI

Prof. Dr. Hüseyin Hüsnü Gündüz

SEMPOZYUM ORGANİZASYON KOMİTESİ

Prof. Dr. Hüseyin Hüsnü Gündüz

Prof. Dr. Osman Çakmak

Prof. Dr. Mustafa Kara

Dr. Öğr. Üyesi Kemal Tokuç

Öğr. Gör. Halil İbrahim Orhan

Öğr. Gör. Haydar Şahin

Öğr. Gör. Saliha Memiş

Öğr. Gör. Mustafa Oğuzhan Ercan

Arş. Gör. Elis Mutlu

Arş. Gör. Gözde Gürsoy Coşkun

SEMPOZYUM SEKRETERYASI

Arş. Gör. Elis Mutlu

Arş. Gör. Gözde Gürsoy Coşkun

SEMPOZYUM BİLİM VE DANIŞMA KURULU

Prof. Dr. Atilla Akbaba, *İzmir Katip Çelebi Üniversitesi*

Prof. Dr. Nilüfer Şahin Perçin, *Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi*

Doç. Dr. Özgür Gölge, *Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi*

Doç. Dr. Seda Genç, *Yaşar Üniversitesi*

Dr. Öğr. Üyesi Aykut Şimşek, *Kastamonu Üniversitesi*

Dr. Öğr. Üyesi Eda Özgül Katlav, *Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi*

Dr. Öğr. Üyesi Hilal Hızlı Güldemir, *Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi*

Dr. Öğr. Üyesi İsmail Hakkı Tekiner, *İstanbul Sebahattin Zaim Üniversitesi*

Dr. Öğr. Üyesi Osman Güldemir, *Anadolu Üniversitesi*

Dr. Öğr. Üyesi Salih Yıldız, *Kastamonu Üniversitesi*

BİLİMSEL PROGRAM



18 Şubat 2021, Perşembe

10:30-11:00

AÇILIŞ KONUŞMALARI

11:15-12:00

Akdeniz Gastronomi Tarihi

Dr. Öğr. Üyesi Osman Çavuş
Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi

12:00-13:15

Ara (Öğle Yemeği)

13:15-14:00

Akdeniz Mutfak Kültüründe Sofra

Dr. Öğr. Üyesi Esat ÖZATA
Beykent Üniversitesi

14:00-14:45

Akdeniz Mutfak Yemekleri

Dr. Öğr. Üyesi Emrah Köksal SEZGİN
Aydın Adnan Menderes Üniversitesi

14:45-15:15

ARA

15:15-16:00

1. OTURUM

Oturum Başkanları:

Prof. Dr. Nilüfer Şahin Perçin
Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi
Dr. Öğr. Üyesi Osman Güldemir
Anadolu Üniversitesi

15:15-15:30

Anadolu Selçuklu Yemeklerinin Akdeniz Diyeti Kapsamında İncelenmesi: İspanaklı Bulgurlu Borani, Sirkencubin, Badem Helvası Üzerine Bir Analiz

- İlke Kalaycı
Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi
- Dr. Öğr. Üyesi Emirhan Yenişehirlioğlu
Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi

15:30-15:45

Yemek, Bellek Kimlik: İmrozlu Rumların Ritüel Yemeği Kourkouta

- Arş. Gör. Hasan Münüsoğlu
Ankara Üniversitesi

15:45-16:00

Osmanlı Dönemi Mutfak Kültürünün Günümüz Türk Akdeniz Mutfak Kültürüne Yansımaları

- Dr. Öğr. Üyesi Songül Özer
Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi
- Ayça Sena Önalın
Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi

16:00-16:45

2. OTURUM

Oturum Başkanları:

- Doç. Dr. Özgür Gölge
Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi
- Dr. Öğr. Üyesi Hilal Hızlı Güldemir
Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi

16:00-16:15

Non-Alkolik Yağlı Karaciğer Hastalığı ve Akdeniz Diyeti

- Arş. Gör. Berrin Baldaş
İstanbul Esenyurt Üniversitesi

16:15-16:30

Akdeniz Diyeti ve Zeytinyağının Kardiyovasküler Hastalıklar Üzerindeki Etkisi

- Selin Gültekin
Sebahattin Zaim Üniversitesi Üniversitesi

16:30-16:45

Akdeniz Diyeti'nin Sürdürülebilir Beslenme Yönüyle İncelenmesi

- Aslıhan Atar
İstanbul Medipol Üniversitesi
- Dr. Öğr. Üyesi Hilal Hızlı Güldemir
Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi

BİLİMSEL PROGRAM



19 Şubat 2021, Cuma

10:30-11:15

3. OTURUM

Oturum Başkanları:

Dr. Öğr. Üyesi Aykut Şimşek
Kastamonu Üniversitesi

10:30-10:45

Yenilebilir Otların Yerel Halk Tarafından Mutfaqlarda Kullanımına İlişkin Bir Çalışma: Manavgat Örneği

Öğr. Gör. Mustafa Oğuzhan Ercan
İstanbul Rumeli Üniversitesi

Öğr. Gör. Dilek Gülcan

Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi

10:45-11:00

Akdeniz Mutfağında Meşe Palamudu Tüketiminin Tarihsel Gelişimi

Şeyma Nur GÜNEŞ
Dokuz Eylül Üniversitesi

Dr. Öğr. Üyesi Tolga AKCAN
Dokuz Eylül Üniversitesi

11:00-11:15

Coğrafi İşaretin Web Siteleri Aracılığıyla Bölgesel Tanıtımda Kullanımı: Akdeniz Bölgesi Örneği

Öğr. Gör. Berkay SEÇUK
Isparta Uygulamalı Bilimler Üniversitesi

Onur TUGAY
Necmettin Erbakan Üniversitesi

11:15-12:00

4. OTURUM

Oturum Başkanları:

Dr. Öğr. Üyesi Salih YILDIZ
Kastamonu Üniversitesi

11:15-11:30

Anadolu'nun Geleneksel Sohbet Toplantılarında Yemek

Dr. Öğr. Üyesi Tolga GÜL
Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi

Dr. Öğr. Üyesi Oğuz NEBİOĞLU
Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi

11:30-11:45

Geleneksel Yemeklerin Mönülerdeki Yeri

Doç. Dr. Serkan Bertan
Pamukkale Üniversitesi

11:45-12:00

"Bir Çay İçelim mi?": Sosyokültürel Açından Çay

Rukiye Erşahin
Eskişehir Osmangazi Üniversitesi

12:00-13:15

ARA (Öğle Yemeği)

13:15 - 14:00

5. OTURUM

Oturum Başkanları:

Prof. Dr. Atilla Akbaba
İzmir Katip Çelebi Üniversitesi

13:15-13:30

Gıda ve Gastronomi Sektörünün 2020 Dersleri

Prof. Dr. Yaşar Birol Saygı
Beykoz Üniversitesi

13:30-13:45

Dijital Gastronomi ve Hijyen

Doç. Dr. Özgür GÖLGE
Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi

Arş. Gör. Gökhan Kürşad İNCİLİ
Fırat Üniversitesi

Özge ORAL
Pamukkale Üniversitesi

Prof. Dr. Ahmet KOLUMAN
Pamukkale Üniversitesi

13:45-14:00

COVID-19 Sonrası Dışarıda Yemek Yeme Alışkanlığı: İzmir Konak Bölgesindeki Sokak Arası İşletmeler Üzerine Bir Değerlendirme

Seda Genç
Dokuz Eylül Üniversitesi

14:00-14:45

6. OTURUM

Oturum Başkanları:

Dr. Öğr. Üyesi İsmail Hakkı TEKİNER
İstanbul Sebahattin Zaim Üniversitesi

14:00-14:15

Diyabetik Çilek Reçeli Üretiminde Keçiboynuzu Unu, Stevia ve Tarçın Kullanımının Ürünün Duyusal Özellikleri Üzerine Etkisi

Elis MUTLU
İstanbul Gedik Üniversitesi

Dr. Öğr. Üyesi Barış YALINKILIÇ
İstanbul Gedik Üniversitesi

Dr. Öğr. Üyesi Hayrettin MUTLU
İstanbul Sağlık ve Teknoloji Üniversitesi

BİLİMSEL PROGRAM



19 Şubat 2021, Cuma

14:15-14:30

Düşük Protein İçerikli Diyetle Beslenen Bireylerin Yemek Hazırlama Süreçlerinde Yaşadıkları Sorunlar: Gastronomi Bağlamında Nitel Bir Araştırma

Mustafa Emrah Fandaklı
İstanbul Gedik Üniversitesi
Dr. Öğr. Üyesi Barış Yalınkılıç
İstanbul Gedik Üniversitesi

14:30-14:45

Farklı Marinasyon Uygulamalarının Sous-Vide Tekniği ile Pişirilen Bifteklerin Duyusal Özellikleri Üzerine Etkisi

Selim Uzun
İstanbul Gedik Üniversitesi
Dr. Öğr. Üyesi Barış Yalınkılıç
İstanbul Gedik Üniversitesi

14:45-15:15

ARA

15:15-16:00

7. OTURUM

Oturum Başkanları:

Doç. Dr. Seda Genç
Yaşar Üniversitesi

15:15-15:30

Sağlıklı Yemek Tarifleri Paylaşımlarına İlişkin Instagram Kullanıcı Yorumları Üzerine Bir Araştırma

Arş. Gör. Aylin Berna Zamandar Başoğlu
İstanbul Rumeli Üniversitesi
Arş. Gör. Gözde Gürsoy Coşkun
İstanbul Rumeli Üniversitesi
Arş. Gör. Elis Mutlu
İstanbul Rumeli Üniversitesi

15:30-15:45

Vakum Altında Pişirme (Sous-Vide) Yöntemiyle Hazırlanan Hamsi Marinatlarının Bazı Duyusal ve Fiziksel Özellikleri

Dr. Öğr. Üyesi Bahar Gümüş
Akdeniz Üniversitesi
Prof. Dr. Nalan Gökoğlu
Akdeniz Üniversitesi
Dr. Öğr. Üyesi Adem Arman
Akdeniz Üniversitesi

15:45-16:00

İstanbul İlindeki Pastanelerde Tüketime Sunulan Glütensiz Ürünlerin Glüten İçeriklerinin Yasal Limitlere Uygunluğunun Araştırılması

Yeliz Miral
İstanbul Gedik Üniversitesi
Dr. Öğr. Üyesi Ayşen Çoban Dinçsoy
İstanbul Gedik Üniversitesi

16:00 TEŞEKKÜR VE KAPANIŞ

BİLDİRİ LİSTESİ



SÖZLÜ BİLDİRİLER - ÖZET METİNLER

Anadolu Selçuklu Yemeklerinin Akdeniz Diyeti Kapsamında İncelenmesi: İspanaklı Bulgurlu Borani, Sirkencubin, Badem Helvası Üzerine Bir Analiz İlke Kalaycı, Emirhan Yenişehirlioğlu	2
Non-Alkolik Yağlı Karaciğer Hastalığı ve Akdeniz Diyeti Berrin Baldaş	3
Akdeniz Diyeti ve Zeytinyağının Kardiyovasküler Hastalıklar Üzerindeki Etkisi Selin Gültekin.....	4
Coğrafi İşaretin Web Siteleri Aracılığıyla Bölgesel Tanıtımda Kullanımı: Akdeniz Bölgesi Örneği Berkay Seçuk, Onur Tugay.....	5
“Bir Çay İçelim mi?”: Sosyokültürel Açından Çay Rukiye Erşahin	6
Diyabetik Çilek Reçeli Üretiminde Keçiboynuzu Unu, Stevia ve Tarçın Kullanımının Ürünün Duyusal Özellikleri Üzerine Etkisi Elis Mutlu, Barış Yalınkılıç, Hayrettin Mutlu	7
Düşük Protein İçerikli Diyetle Beslenen Bireylerin Yemek Hazırlama Süreçlerinde Yaşadıkları Sorunlar: Gastronomi Bağlamında Nitel Bir Araştırma Emrah Fandaklı, Barış Yalınkılıç.....	8
Farklı Marinasyon Uygulamalarının Sous-Vide Tekniği ile Pişirilen Bifteklerin Duyusal Özellikleri Üzerine Etkisi Selim Uzun, Barış Yalınkılıç	10
Sağlıklı Yemek Tarifleri Paylaşımlarına İlişkin Instagram Kullanıcı Yorumları Üzerine Bir Araştırma Aylin Berna Zamandar Başoğlu, Gözde Gürsoy Coşkun, Elis Mutlu	12
Vakum Altında Pişirme (Sous-Vide) Yöntemiyle Hazırlanan Hamsi Marinatlarının Bazı Duyusal ve Fiziksel Özellikleri Bahar Gümüş, Nalan Gökoğlu, Adem Arman.....	13
İstanbul İlindeki Pastanelerde Tüketime Sunulan Glütensiz Ürünlerin Glüten İçeriklerinin Yasal Limitlere Uygunluğunun Araştırılması Yeliz Miral, Ayşen Çoban Dinçsoy.....	14

BİLDİRİ LİSTESİ



SÖZLÜ BİLDİRİLER - TAM METİNLER

Yemek, Bellek Kimlik: İmrozlu Rumların Ritüel Yemeği Kourkouta Hasan Münüsoğlu.....	16
Osmanlı Dönemi Mutfak Kültürünün Günümüz Türk Akdeniz Mutfak Kültürüne Yansımaları Songül Özer, Ayça Sena Önalın.....	21
Akdeniz Diyeti'nin Sürdürülebilir Beslenme Yönüyle İncelenmesi Aslıhan Atar, Hilal Hızlı Güldemir	29
Yenilebilir Otların Yerel Halk Tarafından Mutfaklarda Kullanım Şekilleri: Manavgat Örneği Mustafa Oğuzhan Ercan, Dilek Gülcan.....	34
Akdeniz Mutfağında Meşe Palamudu Tüketiminin Tarihsel Gelişimi Şeyma Nur Güneş, Tolga Akcan.....	41
Anadolu'nun Geleneksel Sohbet Toplantılarında Yemek Tolga Gül, Oğuz Nebioğlu	47
Gıda ve Gastronomi Sektörünün 2020 Dersleri Y. Birol Saygı.....	52
Dijital Gastronomi ve Hijyen Özgür Gölge, Gökhan Kürşad İncili, Özge Oral, Ahmet Koluman.....	65
COVID-19 Sonrası Dışarıda Yemek Yeme Alışkanlığı: İzmir Konak Bölgesindeki Sokak Arası İşletmeler Üzerine Bir Değerlendirme Seda Genç.....	71

SÖZEL SUNUM ÖZET METİNLER

1. ULUSAL GASTRONOMİ ÇALIŞMALARI SEMPOZYUMU

ÇEVİRİMİÇİ/ONLINE

18-19 ŞUBAT 2021

Anadolu Selçuklu Yemeklerinin Akdeniz Diyeti Kapsamında İncelenmesi: Ispanaklı Bulgurlu Borani, Sirkencubin, Badem Helvası Üzerine Bir Analiz

İlke Kalaycı¹, Emirhan Yenişehirlioğlu²

¹Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sağlık Turizmi Yüksek Lisansı, Alanya

²Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, Alanya

Özet

Anadolu Selçuklu imparatorluğu; bulunduğumuz coğrafyanın özellikle kültürel olarak şekillenmesinde önemli rol oynamış medeniyetlerden biridir. Selçuklu mutfak mirasının incelenerek Gastronomi literatürüne kazandırılması Türk mutfak kültürünün korunması ve köklerinin anlaşılması açısından elzemdir. Bu çalışma kapsamında Selçuklu yemek, tatlı ve içeceklerinden seçilmiş birer örneğin Bebis yazılımı ile Diyetetik açıdan incelenerek Enerji ve besin ögesi içerik analizine tabi tutulması ve ardından elde edilen verilerin Akdeniz Diyeti normları ile kıyaslanması amaçlanmıştır. Elde edilen bulgular neticesinde; Sirkencubin şerbetinin ve Badem Helvası'nın yüksek basit şeker içeriklerinden dolayı enerji gereksiniminin arttığı yüksek fiziksel aktivite, kronik böbrek yetmezliği gibi durumlarda kullanılabileceği fakat Akdeniz Diyeti'nin özelliklerini yansıtmadığı, Ispanaklı Bulgurlu Borani'nin ise besin ögesi içeriğinin daha yüksek olup Akdeniz Diyeti'nin temel özelliklerine daha çok uyum gösterdiği tespit edilmiştir.

Anahtar sözcükler: Akdeniz diyeti, Diyetetik, Gastronomi, Selçuklu yemekleri.

Abstract

Anatolian Seljuk Empire is one of the civilizations that played an important role in shaping the cultural geography of Turkey. Examining the Seljuk culinary heritage and combine it into the Gastronomy literature is essential for the preservation of Turkish cuisine culture and understanding its roots. Scope of this study is to examine a selected Seljuk meal, dessert and beverage from a dietetic perspective with BeBis software and analyze those food's nutrients to compare the data with the norms of the Mediterranean Diet. As a result of the findings; Sirkencubin sherbet and Almond Halva can be used in high physical activity because of the high simple sugar content but those foods are not reflect the characteristics of the Mediterranean Diet. Bulgur Borani with Spinach has a higher nutrient content and it has been determined that it is more characteristics example of Mediterranean Diet.

Key Words: Dietetic, Gastronomy, Mediterranean diet, Seljuk empire's food.

Non-Alkolik Yağlı Karaciğer Hastalığı ve Akdeniz Diyeti

Berrin Baldaş

İstanbul Esenyurt Üniversitesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, İstanbul

Özet

Akdeniz diyeti, çevresel etkisi düşük, kültürel olarak kabul edilebilir, erişilebilir, beslenme açısından yeterli, güvenli ve sağlıklı bir diyet modelidir. Akdeniz diyetinde temel yağ olarak sızma zeytinyağı kullanılır. Diyeti, düşük miktarda kırmızı et; bol miktarda taze meyve ve sebze, kuru baklagiller, yağlı tohumlar, tam tahıllar ve balık oluşturur; süt ürünlerinin diyetteki miktarı nispeten daha azdır ve tercihe bağlı olarak ılımlı kırmızı şarap tüketilir. Artan kanıtlar Akdeniz diyetinin zengin besin grubu çeşitliliği, biyoaktif bileşen içeriği, optimal enerji yoğunluğu, dengeli makro ve mikro besin öğeleri sayesinde kardiyovasküler hastalıklar, obezite, tip 2 diyabet ve bazı kanser türleri başta olmak üzere bulaşıcı olmayan birçok hastalık üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. Non-alkolik yağlı karaciğer hastalığı (NAYKH) alkol alımına bağlı olmaksızın basit steatozdan siroza kadar ilerleyebilen, yaygın olarak görülen karaciğer hastalıklarından biridir. Patagonezi tam olarak bilinmemektedir. Diyet, yaşam tarzı ve bazı genler ile ilişkili; obezite, hipertansiyon, insülin direnci ve dislipidemi başta olmak üzere bazı risk faktörleri bildirilmiştir. Çalışmalar Akdeniz diyetinin, trigliserit (TG), düşük yoğunluklu lipoprotein kolesterol (LDL-K) ve yüksek kan basıncı seviyelerinde düşüş, yüksek yoğunluklu lipoprotein kolesterol (HDL-K) seviyelerinde artış, glisemik kontrol ve ağırlık kaybı sağlanmasında etkili olduğunu göstermektedir. NAYKH için etkinliği kanıtlanmış standart bir farmakolojik tedavi bulunmamaktadır. Tedavi, ağırlık kaybını hedefleyen diyet ve fiziksel aktiviteyi kapsayan yaşam tarzı değişikliklerini içerir. Bu çalışmada, olası mekanizmalar ışığında Akdeniz diyetinin NAYKH risk faktörlerinin önlenmesindeki yeri değerlendirilmiştir.

Anahtar sözcükler: Ağırlık kaybı, Akdeniz diyeti, Non-alkolik yağlı karaciğer hastalığı.

Abstract

Mediterranean diet is a diet model with low environmental impact, culturally acceptable, accessible, nutritionally adequate, safe and healthy. Extra virgin olive oil is used as essential oil in the Mediterranean diet. The diet is low in red meat; creates plenty of fresh fruits and vegetables, legumes, oilseeds, whole grains and fish; The amount of dairy products in the diet is relatively low, and moderate red wine is optional. Increasing evidence shows that the Mediterranean diet is effective on many non-communicable diseases, especially cardiovascular diseases, obesity, type 2 diabetes and some types of cancer, thanks to its rich food group diversity, bioactive ingredient content, optimal energy density, balanced macro and micronutrients. Non-alcoholic fatty liver disease (NAFLD) is one of the most common liver diseases that can progress from simple steatosis to cirrhosis regardless of alcohol intake. Patagonesis is not known exactly. Associated with diet, lifestyle and some genes; Some risk factors have been reported, especially obesity, hypertension, insulin resistance and dyslipidemia. Studies show that the Mediterranean diet is effective in achieving a decrease in triglyceride (TG), low-density lipoprotein cholesterol (LDL-C) and high blood pressure levels, an increase in high-density lipoprotein cholesterol (HDL-C) levels, glycemic control and weight loss. There is no standard pharmacological treatment for NAFLD with proven efficacy. Treatment includes lifestyle changes that include diet and physical activity that target weight loss. In this study, the role of the Mediterranean diet in the prevention of NAFLD risk factors was evaluated in the light of possible mechanisms.

Keywords: Mediterranean diet, Non-alcoholic fatty liver disease, Weight loss.

Akdeniz Diyeti ve Zeytinyağının Kardiyovasküler Hastalıklar Üzerindeki Etkisi

Selin Gültekin

Sabahattin Zaim Üniversitesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, İstanbul

Özet

Kardiyovasküler hastalıklar (KVH) gün geçtikçe artış gösteren küresel bir sorun ve yüküdür. Sağlıklı beslenme alışkanlıklarının, kardiyovasküler sonuçları önlemede büyük rol oynadığını gösteren çalışmalar mevcuttur. KVH'nin önlenmesinde yağ oranını düşürmek kadar, diyet yağ içeriğinin tekli doymamış yağ asitlerinden zengin olmasının da etkili olduğu bildirilmiştir. Akdeniz toplumlarında kalp hastalıkları riskinin düşük olduğunun tespit edilmesiyle beraber diğer ülkelerde de Akdeniz diyeti yaygınlık kazanmaya başlamıştır. Akdeniz diyetindeki temel bileşen, tekli doymamış yağ asitlerinin (MUFA) ana kaynağı olan zeytinyağıdır, bu neden ile KVH'nin önlenmesinde en etkin olan diyet türü Akdeniz tipi beslenmedir. Zeytinyağının, farklı işlemlerle elde edilen birkaç türü vardır. Sızma zeytinyağı, polifenol, E vitamini, antioksidan, antiinflamatuvar bileşikler açısından, zengin içeriği ile diğer yöntemlerle elde edilen zeytinyağlarından ayrılır. Yapılan çalışmalarda, sızma zeytinyağının sağlık açısından olumlu etkilere sahip olmasının başlıca nedeni MUFA'lardır, ancak sızma zeytinyağı birçok zengin bileşene de sahiptir. MUFA açısından zengin bir diyet uygulamasının, bireylerin sağlık durumunda belirgin şekilde iyileşme sağladığı ve KVH kaynaklı morbidite ve mortalitede azalma görüldüğü bildirilmiştir bu bağlamda çalışmada zeytinyağının KVH üzerindeki etkileri değerlendirilmiştir.

Anahtar sözcükler: Akdeniz diyeti, Kardiyovasküler hastalıklar, Zeytinyağı.

Abstract

Cardiovascular disease (CVD) is an increasingly global problem and burden. There are studies showing that healthy eating habits play a big role in preventing cardiovascular outcomes. It has been reported that the diet fat content is rich in monounsaturated fatty acids as well as lowering the fat rate in preventing CVD. With the detection of low heart disease risk in Mediterranean societies, the Mediterranean diet has become widespread in other countries. The main ingredient in the Mediterranean diet is olive oil, which is the main source of monounsaturated fatty acids (MUFA), so the most effective diet type in preventing CVD is the Mediterranean type diet. There are several types of olive oil obtained through different processes. Extra virgin olive oil is different from olive oils obtained by other methods with its rich content in terms of polyphenols, vitamin E, antioxidant and anti-inflammatory compounds. In the studies, MUFAs are the main reason why extra virgin olive oil has positive health effects, but extra virgin olive oil also has many rich components. It has been reported that a diet rich in MUFA provides a significant improvement in the health status of individuals and a decrease in CVD-induced morbidity and mortality has been reported.

Keywords: Cardiovascular diseases, Mediterranean diet, Olive oil.

Coğrafi İşaretin Web Siteleri Aracılığıyla Bölgesel Tanıtımda Kullanımı: Akdeniz Bölgesi Örneği

Berkay Seçuk¹, Onur Tugay²

¹Isparta Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Yalvaç Meslek Yüksekokulu, Otel, Lokanta İkram Hizmetleri Bölümü, Aşçılık Programı, Isparta
²Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Ana Bilim Dalı, Konya

Özet

Coğrafi İşaret (Cİ) ve turizm kavramları, güncel ve önemli görülen kavramlar olması sebebiyle son zamanlarda çeşitli kanallar aracılığı ile medyada fazlasıyla yer bulmaktadır. Bir destinasyonun turizm açısından tanıtımı, pazarlanması ve enformasyonun aktarımı için kitle iletişim araçları, medya, web siteleri, broşürler ve kitapçıklar gibi tanıtım materyalleri kullanılmaktadır. Akdeniz Bölgesi'nde yer alan Adana, Antalya, Burdur, Hatay, Isparta, Kahramanmaraş, Mersin ve Osmaniye şehirlerinin İl Kültür ve Turizm Müdürlüklerine ait resmî web sitelerinin içerik analizi yapılarak incelenmesi ve karşılaştırılması çalışmanın ana amacını oluşturmaktadır. Bu amaç kapsamında, web sitelerinde Cİ kavramının kullanımı, Cİ'li yöresel ürünlerin web siteleri üzerinde yer alıp almadığı, bölgesel mutfak ve ürünler üzerine bilgilendirmelerin detaylı bir şekilde yer verilip verilmediği ortaya koyulmaya çalışılmıştır. Çalışmanın alt amacı ise, şehirlerin tescil edilmiş Cİ'li ürünlerinin envanter çıktısının oluşturulmasıdır. Araştırmada nitel veri analizi yöntemlerinden içerik analizinden yararlanılmıştır. Araştırma kapsamında yöntem güvenilirliğinin sağlanması için iki araştırmacı analizlerde görev almış, ortaya konan bulgular kodlanarak karşılaştırılmıştır. Bulgular değerlendirildiğinde envanter analizinin sonucunda 8 ilin toplam 72 adet Cİ tescil edilmiş ürünü bulunmakta, şehirlerinin tamamının (%100) yöresel mutfak içeriği ile ilgili bilgiye web sitelerinin ana sayfasında yer verdiği görülmektedir. Adana, Isparta ve Kahramanmaraş (%37,5) şehirlerinin web sitelerinde Cİ vurgusu yapıldığı tespit edilirken; Antalya, Burdur, Hatay, Mersin ve Osmaniye (%62,5) illerine ait İl Kültür ve Turizm Müdürlüklerinin resmî web sitelerinde bu vurgunun yer almadığı saptanmıştır. Bulgular kapsamında şehirlerin resmî web sitelerinde Cİ ile ilgili etkili bir tanıtım için yeterli düzeyde vurgu yapmadığı ve Cİ'li ürünlerin bilgilerine yer vermediği görülmüştür. Bu bağlamda Cİ kavramının yeni tanıtım stratejileri oluşturulması açısından değerlendirilmesi destinasyon tanıtımı açısından oldukça önemli olacaktır.

Anahtar sözcükler: Coğrafi işaret, Destinasyon, İçerik analizi, Tanıtım, Web site.

Abstract

Geographical Indication (GI) and tourism concepts have recently been found in the media through various channels, as they are considered to be up-to-date and important. Promotional materials such as mass media, media, websites, brochures, and booklets are used for the promotion, marketing of a destination in terms of tourism and for the transmission of information. The main purpose of the study is to analyze and compare the official websites of the Provincial Culture and Tourism Directorates of Adana, Antalya, Burdur, Hatay, Isparta, Kahramanmaraş, Mersin and Osmaniye in the Mediterranean Region. Under this purpose, has been tried to be revealed the use of the concept of GI on websites, whether local products with GI are included in the websites, and whether detailed information on regional cuisine and products are given. Additionally, the sub-purpose of the study is to create an inventory output of registered products of the cities with GI. Content analysis, one of the qualitative data analysis methods, was used in the study. Within the scope of the research, two researchers took part in the analysis to ensure the reliability of the method, and the findings revealed were coded and compared. When the findings are evaluated, as a result of the inventory analysis, there are a total of 72 GI registered products in 8 provinces, and it is seen that all of the cities (100%) give information about the local cuisine content on the homepage of their websites. While it was determined that the websites of Adana, Isparta and Kahramanmaraş (37.5%) cities, GI emphasis was placed; It was found that this emphasis was not included in the official websites of the Provincial Directorate of Culture and Tourism of the provinces of Antalya, Burdur, Hatay, Mersin and Osmaniye (62.5%). Within the scope of the findings, it was seen that the cities did not emphasize enough GI for an effective promotion and did not include information on products with GI on their official websites. In this context, evaluating the concept of GI will be very important in terms of creating new destination promotion strategies.

Keywords: Content analysis, Destination, Geographical indication, Promoting, Website.

“Bir Çay İçelim mi?": Sosyokültürel Açıdan Çay

Rukiye Erşahin

Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Anabilim Dalı, Eskişehir

Özet

Çay, dünyada olduğu gibi ülkemizde de çok tüketilen içeceklerden birisidir. Çay tüketiminin ve bu tüketim sıklığının her geçen gün artması çayın, gündelik hayatta normal işlevinin dışına çıkararak ona bambaşka kültürel işlevler kazandırmıştır. Bireyin yalnızken içebildiği çay, en az iki kişinin etkileşimi ile tanışıklığı, sohbetleri ve bir araya gelmelerinin oluşturduğu atmosferi de değiştirmektedir. Çay, kişiler arası iletişimi geliştirmesi yönünden Türk kültüründe önemli bir role sahiptir. Misafirliklerde, sohbet ortamlarının olduğu çayhanelerde, kafelerde sıklıkla tüketilen, ikram edilen içecek olması, içildiği ortama samimiyet katması, kişileri birleştirici ve bağdaştırıcı bir role sahip olması yönündeki işlevleri çay odaklı çalışmaları önemli kılmaktadır. Bu çalışmada çayın üretimi, özellikleri, Türkiye’de çayın durumu gibi bilgiler akabinde sosyokültürel alandaki rolünün araştırılması amaçlanmaktadır. Çalışmanın amacına bağlı olarak, nitel araştırma yöntemlerinden mülakat tekniği ile 2020 yılı Aralık ayında, İstanbul’da ikamet eden ve Arnavutköy ilçesi, Şehit Demet Sezen Çok Programlı Anadolu Lisesi’nde çalışan öğretmenler ile görüşmeler yapılmıştır. Farklı demografik özelliklere sahip 10 öğretmen ile yüz yüze yapılan mülakatlar ortalama 35 dakika sürmüştür. Her bir mülakat ses kaydına alınmış ve sonrasında deşifre edilerek analiz yöntemine tabii tutulmuştur. Çay ile ilişkili ritüeller, bireylerin çay tüketim amaçları analiz edilen metinler kodlanıp temalandırılarak değerlendirilmiştir. Çay ile ilişkili ritüeller, bireylerin çay tüketim amaçları ve sıklıkları, çay ile alakalı bardak gibi servis aracı ve ortam bilgileri elde edilmiştir. İleriki çalışmalarda farklı sosyoekonomik ve kültürel özelliklerde, daha fazla birey ile derinlemesine mülakatlar ve odak grup görüşmeleri yapılması daha anlamlı bilgiler elde etmeyi olanaklı kılacaktır.

Anahtar sözcükler: Çay, Mutfak kültürü, Sohbet, Türk kültüründe çay.

Abstract

Tea is a kind of drink which was consumed mostly in Turkey. Increase of tea consumption frequency day by day made this drink leave its daily normal function and made it have another cultural function. The tea that is drinkable when somebody is alone changes the atmosphere of conversations and reunions creating the interaction of at least two people or more. Tea has an important role in Turkish culture due to its role in improving interpersonal communication. The aim of this study is to search and gain information about the brewing the tea, specialties of tea, the situation of tea in Turkey and following all this information, exploring its role in socio-cultural area. Depending on the aim of the study, interviews are used as method of qualitative research in December 2020. The name of the High School that the data collected is Şehit Demet Sezen Multi- Program Anatolian High School. The time of interviews done face to face with teachers consisting of different demographical attributes lasted approximately 35 minutes. Every interview was recorded, deciphered and then analyzed. The rituals associated with tea, the purposes of tea consumption of the individuals were evaluated by coding and with thematic analyses and information about their frequency, serving tools such as cups and media related to tea were obtained. In future studies, in depth-interviews and focus group interviews with more individuals with different socioeconomic and cultural characteristics will make it possible to obtain more meaningful information.

Keywords: Conversation, Cusine Culture, Tea in Turkish Culture, Tea.

Diyabetik Çilek Reçeli Üretiminde Keçiboynuzu Unu, Stevya ve Tarçın Kullanımının Ürünün Duyusal Özellikleri Üzerine Etkisi

Elis Mutlu¹, Barış Yalınkılıç², Hayrettin Mutlu³

¹*İstanbul Gedik Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Ana Bilim Dalı, İstanbul, Türkiye*

²*İstanbul Gedik Üniversitesi, Güzel Sanatlar ve Mimarlık Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, İstanbul, Türkiye*

³*İstanbul Sağlık ve Teknoloji Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, İstanbul, Türkiye*

Özet

Reçel; meyve ve sebzelerin bütün veya parça halinde, yardımcı ürünler ile (sakkaroz, kıvam vericiler, asitliği düzenleyiciler vs.) ısıtılarak belirli bir kıvama getirilmesiyle elde edilen, yüksek şeker içeriğine sahip bir üründür. Kahvaltı sofrasının önemli bir bileşeni olan reçel, yüksek şeker içeriği nedeniyle diabetes mellitus tanısı almış hastaların günlük beslenme planlarından uzak tutulmaktadır. Bu sorunu giderme adına gıda endüstrisinin reçel üretiminde yapay tatlandırıcı kullanımına yönelmesi ise tüketici tarafından bir kısım çekincelere yol açmaktadır. Bu çalışmanın amacı, önemli bir kahvaltılık sofraya öğesi olan geleneksel çilek reçeli üretiminde yapay tatlandırıcı yerine alternatif doğal besin unsurlarından (keçiboynuzu unu, stevya ve tarçın) yararlanılarak düşük şeker içerikli geleneksel çilek reçeli üretmek ve elde edilen ürünleri duyusal açıdan incelemektir. Bu bağlamda, düşük şeker içerikli geleneksel çilek reçeli üretiminde yapay tatlandırıcı yerine keçiboynuzu unu, stevya ve tarçın kullanılarak yeni formülasyonlar (keçiboynuzu unu + tarçın; stevya + tarçın; keçiboynuzu unu + stevya + tarçın) denenmiş ve elde edilen ürünlere ait duyusal özellikler ise hedonik tip skala (1-5) kullanılarak eğitimli panelistler tarafından kontrol grubuna (endüstriyel üretim geleneksel çilek reçeli) karşı mukayeseli olarak incelenmiştir. Duyusal analiz sonuçlarına göre lezzet (3,90±0,96) (p<0,05), kıvam (4,40±0,77) (p<0,05), renk (4,10±0,76) (p<0,05), koku (3,83±1,15) (p<0,05), tat (4,63±0,61) (p<0,05) ve genel kabul edilebilirlik (4,00±0,79) (p<0,05) parametreleri bağlamında en yüksek ortalama değerleri kontrol grubu olan endüstriyel üretim geleneksel çilek reçelinin aldığı saptanmıştır. Tüm parametreler açısından kontrol grubuna en yakın ortalama değerler stevya + tarçın kullanılarak üretilen geleneksel çilek reçelinde belirlenirken, en düşük ortalama değerler ise lezzet (1,93±0,83), kıvam (2,40±1,16), renk (2,20±1,30), koku (2,60±1,30), tat (2,20±0,96) ve genel kabul edilebilirlik (2,07±1,09) parametreleri bağlamında keçiboynuzu unu + tarçın içeren geleneksel çilek reçelinde tespit edilmiştir (p<0,05).

Anahtar sözcükler: Diabetes mellitus, Diyabetik reçel, Duyusal özellikler, Keçiboynuzu unu, Stevya, Tarçın.

Abstract

Jam; is a product with high sugar content, obtained by heat treatment of fruits and vegetables in whole or pieced, with auxiliary materials (sucrose, stabilizers, acidity regulators, etc.) to a certain consistency. Jam, which is an important component of the breakfast, is kept away from the daily diet of patients diagnosed with diabetes mellitus due to its high sugar content. In order to solve this problem, while the food industry uses artificial sweeteners in jam production, this situation causes concern for consumers. The aim of this study was to produce traditional strawberry jam with low sugar content by using alternative natural nutrients (carob flour, stevia, and cinnamon) instead of artificial sweeteners in the production of traditional strawberry jam, which is an important breakfast meal item, and to examine the products obtained from a sensory perspective. In this context, new formulations (carob flour + cinnamon; stevia + cinnamon; carob flour + stevia + cinnamon) were tried in the production of low-sugar-containing traditional strawberry jam instead of artificial sweeteners, and the sensory properties of the products were evaluated by trained panelists using a hedonic type scale. Industrially produced traditional strawberry jam was evaluated as the control group. An overall the results of the sensory analysis showed, industrially produced traditional strawberry jam, which was the control group, had the statistically highest mean scores for flavor (3.90±0.96) (p<0.05), consistency (4.40±0.77) (p<0.05), color (4.10±0.76) (p<0.05), odor (3.83±1.15) (p<0.05), taste (4.63±0.61) (p<0.05), and general acceptability (4.00±0.79) (p<0.05) parameters. The closest mean scores to the control group in terms of all parameters were determined in traditional strawberry jam produced using stevia + cinnamon, while the lowest scores were flavor (1.93 ± 0.83), consistency (2.40 ± 1.16), color (2.20 ± 1.30), fragrance (2.60 ± 1.30), taste (2, 20 ± 0.96) and general acceptability (2.07 ± 1.09) parameters were determined in traditional strawberry jam produced with carob flour + cinnamon (p<0.05).

Keywords: Carob flour, Cinnamon, Diabetes mellitus, Diabetic jam, Sensory properties, Stevia.

Düşük Protein İçerikli Diyetle Beslenen Bireylerin Yemek Hazırlama Süreçlerinde Yaşadıkları Sorunlar: Gastronomi Bağlamında Nitel Bir Araştırma

Emrah Fandaklı¹, Barış Yalınkılıç²

¹İstanbul Gedik Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye

²İstanbul Gedik Üniversitesi, Güzel Sanatlar ve Mimarlık Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, İstanbul, Türkiye

Özet

Düşük protein (DP) içeriğine sahip bileşenlerle hazırlanan yiyeceklerle beslenmeye DP içerikli beslenme adı verilmektedir. Amino asit metabolizma bozukluğu başta olmak üzere bir kısım kalıtsal hastalıklara bağlı olarak ömür boyu DP içerikli diyet ile beslenmesi gereken bireyler bulunmaktadır. Bu bireyler, sağlıklı bireylerin aksine her türlü yiyeceği tüketememekte ve yeme-içme sektöründe faaliyet gösteren işletmelerin hizmetlerinden oldukça kısıtlı düzeyde faydalanabilmektedir. Diğer taraftan, DP içerikli yiyeceklerin hazırlanmasına yönelik bilgi ve tariflerin oldukça kısıtlı olmasının yanı sıra gastronomi alanında çoğunlukla sağlıklı bireylerin tüketimine yönelik yiyeceklere odaklanması, düşük proteinli diyet (DPD) ile beslenmesi ile gereken bireylere yönelik tarif ve eğitimlerin yetersiz kalmasına yol açmaktadır. Bu noktadan hareketle DPD ile beslenmek durumunda olan bireylere yönelik özel tarif ve eğitim programlarının geliştirilebilmesi adına mevcut durumun farklı yönleriyle ortaya çıkarılması önem arz etmektedir. Bu araştırmanın amacı, nadir görülen kalıtsal hastalıklara bağlı olarak ömür boyu DP içerikli diyetle beslenmek zorunda olan bireylerin yemek hazırlama süreçlerini farklı yönleriyle ele alarak mevcut sorunları tespit etmek ve bu sorunların çözümlerine yönelik gastronomi alanında öneriler sunmaktır. Araştırma kapsamında Türkiye'nin çeşitli illerinde ikamet eden ve DPD ile beslenmesi gereken kişilere bakmakla yükümlü ebeveynlere yarı yapılandırılmış görüşme formu aracılığı ile demografik bilgilerin yanı sıra DPD ile ilgili toplamda 18 soru sorulmuş ve elde edilen veriler içerik analizine tabi tutulmuştur. Elde edilen verilere göre çoğu ailede DPD ile beslenmesi gereken bireyler ile ailenin sağlıklı bireyleri için farklı yemeklerin hazırlandığı, DP içerikli yemeklerin çoğunlukla katılımcılar tarafından hazırlandığı, dışarıdan DP içerikli yiyecek siparişinin oldukça sınırlı olduğu, seyahat maksatlı yolculuklarda DP içerikli yiyeceklerin önceden hazırlandığı, katılımcıların çoğunun DP içerikli yiyecek hazırlama konusunda herhangi bir bilgilendirici eğitim almadıkları ve eğer sağlansa böyle bir eğitim almak istedikleri tespit edilmiştir. Ayrıca DP içerikli yemek ya da tatlı tariflerinin çoğunlukla sosyal medya üzerinden alındığı, DP içerikli tariflerin hazırlanmasında en sık görülen şikâyetin kullanılan malzeme fiyatlarının yüksek oluşu ve DP içerikli ürün sayısındaki yetersizlik olduğu da katılımcıların vurgu yaptığı hususlar arasında yer almıştır. Diğer taraftan, DPD ile beslenmesi gereken bireylerin diyetlerinde çoğunlukla makarna, pizza, patates, ekme, pilav, DP köfte görmek istedikleri, buna karşın özellikle sebze içerikli yemekleri ise tüketmeyi pek arzulamadıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar sözcükler: Amino asit metabolizma bozukluğu, Düşük proteinli beslenme, Gastronomi.

Abstract

Nutrition with foods prepared with components containing low protein (DP) is called DP content nutrition. There are individuals who need to be fed a lifelong diet containing LP due to some hereditary diseases, especially amino acid metabolism disorders. Unlike healthy individuals, these individuals cannot consume all kinds of food and can benefit from the services of businesses operating in the food and beverage sector to a very limited extent. On the other hand, since the information and recipes for the preparation of DP-containing foods are very limited and the focus on foods in the field of gastronomy is mainly for the consumption of healthy individuals; the recipes and training aimed for the individuals who need to be fed with low protein diet (DPD) have become insufficient. From this point of view, it is important to reveal different aspects of the current situation in order to develop special recipes and training programs for individuals who have to be fed with LPD. The aim of this study was to examine the different aspects of the food preparation processes of individuals who have to be fed a lifelong diet containing DP due to rare hereditary diseases, by identifying the existing problems and offering suggestions in the field of gastronomy for the solutions of these problems. As a part of the research, some parents, responsible for taking care of people who need to be fed DPD, residing in various provinces of Turkey were asked questions (a total of 18 questions about DPD besides demographic

information) through a semi-structured interview form and the data obtained were subjected to content analysis. According to the data obtained; in most families, different meals were prepared for individuals who need to be fed with LPD and healthy members of the family, meals with LP were mostly prepared by the participants, food order with LP content was very limited from outside sources, foods containing DP were prepared in advance for travel purposes. It was found that most participants did not receive any informative training in preparing food with DP content and would like to receive such training if provided. It was also found that recipes for dishes or desserts with DP content were mostly taken over social media. The most common complaints in the preparation of DP content recipes were the high prices of the materials used and the insufficient number of products containing LP. On the other hand, it was concluded that individuals who need to be fed with LPD mostly wanted to see pasta, pizza, potatoes, bread, rice, LP meatballs in their diets, but they didn't want to consume vegetable-based dishes.

Keywords: Disorders of amino acid metabolism, Gastronomy, Low protein diet.

Farklı Marinasyon Uygulamalarının Sous-Vide Tekniği ile Pişirilen Bifteklerin Duyusal Özellikleri Üzerine Etkisi

Selim Uzun¹, Barış Yalınkılıç²

¹Istanbul Gedik Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye

²Istanbul Gedik Üniversitesi, Güzel Sanatlar ve Mimarlık Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, İstanbul, Türkiye

Özet

Sous-vide pişirme tekniği; çiğ gıda maddelerinin ısıya dayanıklı vakum ambalajlarda sirkülasyonlu su içinde kontrollü süre ve sıcaklıkta pişirilmesi işlemine verilen addır. Sous-vide pişirme tekniği uygulanarak pişirilen etlerde gevreklik ve sululuk artışı gibi duyusal açıdan olumlu sonuçlar alınsa da, pişirme esnasında etin sıcak pişirme yüzeyi ya da ateş gibi yüksek ısı kaynağına doğrudan ya da yakından temas etmemesi sebebiyle maillard reaksiyonu gibi pişmiş etin tat ve aromasını zenginleştiren olgular şekillenmemekte ve buna bağlı olarak da sous-vide tekniği ile pişirilen etlerde geleneksel yöntemlerle pişirilmiş etlere nazaran duyusal açıdan bir takım eksiklikler söz konusu olmaktadır.

Bu çalışmanın amacı, sous-vide tekniği ile pişirilen bifteklerin duyusal niteliklerini geliştirmek amacıyla farklı marinasyon uygulamalarının ürünün duyusal özellikleri üzerine etkilerini incelemektir. Bu bağlamda, pişirme öncesi bifteklerle klasik et marinasyonunun (kontrol grubu) yanı sıra ayrı ayrı dört farklı marinasyon muamelesi (teriyaki, barbekü, kahve ve tatlı-ekşi) de uygulanmış ve marinasyon uygulaması sonrası sous-vide tekniği ile pişirilen bifteklerin duyusal nitelikleri hedonik tip skala (1-9) kullanılarak değerlendirilmiştir. Duyusal analiz sonuçlarına göre tat, koku, aroma, tekstür, sululuk ve genel kabul edilebilirlik parametreleri açısından gruplar arasında istatistiki açıdan önemli farklılıklar ($p < 0,05$) saptanmıştır. Tüm parametreler açısından en yüksek ortalama değerler ($p < 0,05$) teriyaki soslu karışım ile marine edilen grupta tespit edilirken bu gruba en yakın tat ve aroma değeri ise barbekü soslu karışım ile marine edilen grupta belirlenmiştir. Tekstür, sululuk ve genel kabul edilebilirlik parametreleri açısından teriyaki soslu karışımından sonra en yüksek ortalama değerleri veren grup ise kontrol grubu olmuştur. Koku parametresinde ise teriyaki soslu marinasyon muamelesi dışında kalan tüm gruplar arasında ise istatistiki açıdan herhangi bir farklılık ($p > 0,05$) saptanmamıştır. Bu sonuçlar ışığında sous-vide tekniği ile pişirilen bifteklerin marinasyonunda teriyaki soslu marinasyon karışımının kullanımının klasik et marinasyonuna nazaran oldukça iyi sonuç verdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar sözcükler: Biftek, Duyusal özellikler, Marinasyon, Sous-vide.

Abstract

Sous-vide cooking technique; is the name given to the process of cooking raw foodstuffs in heat-resistant vacuum packages in circulating water at controlled time and temperature. Although there are positive sensory results such as increased crispness and juiciness in meats cooked by using the sous-vide cooking technique, cases that enrich the taste and aroma of cooked meat, such as the Maillard reaction because the meat does not come into direct or close contact with the high heat source such as the hot cooking surface or fire during cooking and it is not shaped and accordingly, there are some sensory deficiencies in meats cooked with the sous-vide technique compared to meats cooked with traditional methods.

This study aims to examine the effects of different marination applications on the sensory properties of the product to improve the sensory qualities of steaks cooked with the sous-vide technique. In this context, four different marination treatments (teriyaki, barbecue, coffee, and sweet-sour) were applied to the steaks before cooking besides the classical meat marination (control group). The sensory properties of the steaks cooked with the sous-vide technique after marination was determined with the use of a hedonic type scale (1-9). According to the results of the sensory analysis, statistically significant differences ($p < 0.05$) were found between the groups in terms of taste, odor, aroma, texture, juiciness, and general acceptability parameters. The highest average values ($p < 0.05$) in terms of all parameters were found in the group marinated with teriyaki sauce mixture, while the closest taste and aroma values to this group was determined in the group marinated with barbecue sauce mixture. In terms of texture, juiciness, and general acceptability parameters, the group with the highest average values after mixture with teriyaki sauce was the control

group. In the odor parameter, there was no statistically significant difference ($p > 0.05$) between all groups except the marination treatment with teriyaki sauce. In the light of these results, it was concluded that the use of marination mixture with teriyaki sauce in the marination of the steaks cooked with sous-vide technique gave better results compared to classical meat marination.

Keywords: Marination, Sensory properties, Sous-vide, Steak.

Sağlıklı Yemek Tarifleri Paylaşımlarına İlişkin Instagram Kullanıcı Yorumları Üzerine Bir Araştırma

Aylin Berna Zamandar Başoğlu¹, Gözde Gürsoy Coşkun², Elis Mutlu²

¹Istanbul Rumeli Üniversitesi, Sanat ve Tasarım Fakültesi, Radyo, Televizyon ve Sinema Bölümü, İstanbul, Türkiye

²Istanbul Rumeli Üniversitesi, Sanat ve Tasarım Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, İstanbul, Türkiye

Özet

Tüm dünyada hızla artan teknolojik gelişmeler ile gıda endüstrisinde, hem üretim hem de pazarlama kısmında dijitalleşme ön plana çıkmıştır. Toplumun kitle iletişim araçlarını kullanımında meydana gelen değişim neticesinde yemek tarif kitaplarının yerini sosyal medya hesapları almaya başlamıştır. Günümüzde sağlıklı beslenme ve bununla ilgili trendler, ilkeler, tartışmalar her mecrada güncelliğini korurken; dijital medyada da sağlıklı beslenme hem diyetisyenler hem de kamuoyu tarafından bilgi paylaşma/edinme merkezine dönüşmüştür. Ana akım medyadaki yemek programları; Youtube, Instagram, Facebook gibi sosyal mecralarda süre, bütçe, sansür gibi kısıtlamalar olmadan üretilebilmektedir. Bu üretim sürecinde mecrasal özellikleri (IGTV, Reels, ana sayfa gönderisi) göz önüne alındığında yemek gönderilerinin en çok yayınlandığı ve geniş kitlelere ulaştığı dijital platform Instagram'dır. Media Monitoring Made Simple'in 2020 raporuna göre Instagram'da en çok aratılan etiketler arasında "#food" kategorisi 7. sırada yer almaktadır.

Bu çalışmanın amacı sağlıklı ve besleyici olduğu düşüncesiyle özgün yemek tarifleri paylaşan sağlıklı yemek bloggerlarının ve diyetisyenlerin Instagram hesapları incelenerek etkileşim oranlarının karşılaştırılması ve her iki grubun yemek tariflerini takipçilerinin deneme/uygulama oranlarının belirlenmesidir. Literatür taraması yapıldığında alana yönelik çalışmaların, sosyal medyada sağlıklı yemek üreticilerine ilişkin; pazarlama, reklam stratejileri ve etik konuları ile sınırlı olduğu gözlemlenmiştir. Bu çalışma, kullanıcı deneyimlerini göz önünde bulundurarak, takipçiler tarafından tariflerin uygulanma pratiklerini araştırmayı hedeflemektedir. Çalışma kapsamında, 100.000 ve üzeri takipçisi olan, Türkçe dilinde paylaşım yapan, her hafta "sağlıklı yemek tarifi" kategorisinde en az 1 gönderi paylaşan diyetisyen ve sağlıklı yemek bloggerlarının Instagram hesapları içerik analizi yöntemi ile karşılaştırmalı olarak incelenmiştir. Analiz bölümünün temelini, gönderilere yapılan takipçi yorumları oluşturmaktadır.

Anahtar sözcükler: Diyet, Instagram, Sağlıklı beslenme, Sosyal medya, Yemek.

Abstract

With the rapidly increasing technological developments all over the world, digitalization has come to the fore in both production and marketing in the food industry. As a result of the change in society's use of mass media, social media accounts began to replace recipe books. At the present time, while healthy eating and related trends, principles and discussions are kept up-to-date in every area; in the digital media, healthy eating has turned into a center for sharing/information by both dietitians and the the community. Cooking shows in mainstream media can be produced in social media such as Youtube, Instagram, Facebook without restrictions such as time, budget, censorship. In this production process, considering the media features (IGTV, Reels, posts), Instagram is the digital platform where food shipments are broadcast most and reach large audiences. According to the 2020 report of Media Monitoring Made Simple, the "#food" category is among the most searched tags on Instagram.

The aim of this study is healthy food bloggers and dietitians who share original recipes with the idea that they are healthy and nutritious, examining the Instagram accounts, comparing the interaction rates and determining the rate of try/practice of the followers of the recipes of both groups. When the literature is reviewed, the studies on the field regarding healthy food producers in social media; it has been observed to be limited to marketing, advertising strategies and ethical issues. This study aims to investigate the application experiences of the recipes by the followers, considering the user experiences. Within the scope of the study, the Instagram accounts of dietitians and healthy food bloggers who have 100,000 or more followers, share in Turkish language, and share weekly at least 1 post in the "healthy food recipe" category were analyzed comparatively with content analysis method. Follower comments on posts have forming the basis of the analysis part.

Keywords: Diet, Food, Healthy eating, Instagram, Social media.

Vakum Altında Pişirme (Sous-Vide) Yöntemiyle Hazırlanan Hamsi Marinatlarının Bazı Duyusal ve Fiziksel Özellikleri

Bahar Gümüüş¹, Nalan Gökoğlu², Adem Arman¹

¹Akdeniz Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, Antalya

²Akdeniz Üniversitesi, Su Ürünleri Fakültesi, Su Ürünleri Avlama ve İşleme Bölümü, Antalya

Özet

Bu çalışmada, vakum altında pişirme yöntemi (Sous-vide) ve marinat teknolojisi bir arada kullanılarak yeni bir ürün tipi elde edilmesi amaçlanmıştır. Özellikle otel restoranlarında soğuk büfelerde sunulan hamsi marinatları materyal olarak seçilmiştir. Geleneksel yöntemlere göre daha kısa sürede hazırlanabilmesi ve ürünün gıda güvenliğinin artırılması amacıyla, yeni bir pişirme yönteminin uygulanabilirliği araştırılmıştır. Vakum altında pişirme yöntemi ve marinat teknolojisinde önemli olan 4 parametre (asetik asit oranı, tuz oranı, vakum altında pişirme sıcaklığı ve süre) belirlenmiştir. Bu parametrelerin vakum altında pişirilen hamsi balığı marinat koşullarına etkisi incelenmiştir. Hazırlanacak ürünlerin sayısını azaltmak amacıyla hamsi filetoları cevap-yüzey metodu Box-Behnken deneme desenine göre belirlenen 29 farklı gruba ayrılmıştır. Çalışmada, %2, %4, %6 asetik asit, %4, %8, %12 oranlarında tuz ile hazırlanan marinasyon solüsyonları kullanılmıştır. Marinasyon işleminde balık: solüsyon oranı (kg/L) 1:1 oranında uygulanmıştır. Çalışmada hamsi balığı filetoları her biri 100 gram olmak üzere vakum paketler içerisine koyulduktan sonra üzerine hazırlanan marinasyon solüsyonu eklenerek vakum paketlenme işlemi yapılmış ve farklı tank sıcaklığı (70°C, 75°C ve 80°C) ve sürelerde (10, 15 ve 20 dakika) vakum altında pişirme işlemi gerçekleştirilmiştir. Daha sonra pişirilen hamsi marinatlarının marinasyon suları süzülmuştür. Belirlenen parametrelerin, ürünün duyusal özellik, tekstür (sertlik, yapışkanlık, esneklik, bağlılık, sakızimsılık ve çiğnenebilirlik), pH, renk, üründe asitlik ve tuzluluk oranı ve pişirme kaybı özellikleri üzerine etkileri belirlenmiştir. Yapılan analizler sonucunda, vakum altında pişirme yöntemi ile hazırlanan hamsi marinatlarının yeni bir ürün tipi olarak beğenilerek tüketilebileceği görüşündeyiz.

Anahtar sözcükler: Duyusal analiz, Hamsi, Marinat, Sous-vide, Tekstür.

Abstract

The objective of this study was to obtain a new product type by combining sous-vide and marinade technologies. The anchovy marinades served in cold buffets in hotel restaurants were specifically chosen as materials. The applicability of a new cooking method has been investigated in order to reduce the preparation time of traditional methods and to increase the safety of the product. Four parameters (acetic acid ratio, salt ratio, temperature and time) that are important in sous vide and marinade technologies have been determined. The effects of these parameters on sous vide cooked anchovy marinade conditions were studied. In order to reduce the number of samples to be prepared, anchovy fillets were divided into 29 different groups determined according to the response-surface method of Box-Behnken experimental design. In the study, marinade solutions prepared with 2%, 4%, 6% acetic acid, 4%, 8% and 12% salt were used. In the marination process, fish: solution ratio (kg / L) was applied at a ratio of 1: 1. In the study, after 100g anchovy fillets were packed in packages, vacuum packaging was performed after adding the prepared marination solution, and sous vide cooking was carried out at different tank temperatures (70 ° C, 75 ° C and 80 ° C) and times (10, 15 and 20 minutes). After sous vide cooking, anchovy fillets were removed from the marinating solutions. The effects of the process parameters on the sensory properties of the product, texture (hardness, adhesiveness, springiness, cohesiveness, gumminess and chewiness), pH, color, acidity and salinity of the product and loss of cooking were determined. As a result of the analyses, we have confidence that anchovy marinades prepared with the sous vide cooking can be well accepted and consumed as a new product type.

Keywords: Anchovy, Marinade, Sensory analysis, Sous-vide, Texture.

İstanbul İlindeki Pastanelerde Tüketime Sunulan Glütensiz Ürünlerin Glüten İçeriklerinin Yasal Limitlere Uygunluğunun Araştırılması

Yeliz Miral, Ayşen Çoban Dinçsoy

İstanbul Gedik Üniversitesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, İstanbul

Tahıllar, geçmişten günümüze insan beslenmesinde temel besin unsurları arasındadır. Özellikle buğday ve türevlerinde geniş ölçüde bulunan gluten, ekmeğin üretiminde sıklıkla kullanılmaktadır. Suda çözünmeyen protein grubunun içinde yer alan gliadinin ise sindirimi oldukça güçtür. Bu nedenle bazı bireylerde ciddi sindirim problemleri oluşabilmektedir.

Bu çalışmada, İstanbul ilinde pastane ve fırınlarda glutensiz olarak satışa sunulan etiketsiz ürünlerin gluten varlığının yasal limitlere uygunluğunun araştırılmasıdır. Ekim - Ocak 2020 tarihleri arasında İstanbul ilinin farklı ilçelerinden glutensiz içerikli ekmeğin, kek, kurabiye, atıştırmalık ve gevrek olmak üzere 90 adet örnek toplanmıştır. Elde edilen örnekler, gluten varlığı yönünden ELISA (Enzyme-Linked Immunosorbent Assay) ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda, gluten varlığı 61 (%67.7) adedinde 5 ppm'den düşük, 8 (%8.8) adedinde 5-20 ppm arasında ve 21 (%23) adedinde yasal limit kabul edilen 20 ppm ve üzerinde saptanmıştır. Bu durum, gluten hassasiyeti olan bireyler için halk sağlığı yönünden riskli bulunmuştur. Pastane ve fırınlarda glutensiz olarak tüketime sunulan ürünlerin 29960 sayılı Türk Gıda Kodeksi Gıda Etiketleme ve Tüketicileri Bilgilendirme Yönetmeliği kapsamına uygun olmadığı belirlenmiştir.

Sonuç olarak, gıda personelin hijyen ve sanitasyon konularında eğitim alması, pastacılık-fırın ürünleri üretim ve satış yerlerinde modern üretim teknolojilerinin kullanılması, glutensiz ürünlerin hammaddelerinin çapraz kontaminasyonu engellenmesi ve hammadde ile nihai ürün başta olmak üzere diğer kritik noktalarda gluten varlığı ölçümünün sağlanması riski en aza indirebileceği ön görülmektedir. Diğer taraftan, resmi otoriteler tarafından belirli aralıklarla işletmelerin mevzuata uygun olarak faaliyet alanları kontrol edilmesi ve uygun olmayan durumlarda gerekli önlemlerin uygulanması hayati önem arz etmektedir.

Anahtar sözcükler: ELISA, Glüten intoleransı, Glüten, Glütensiz gıda, İstanbul.

SÖZEL SUNUM TAM METİNLER

1. ULUSAL GASTRONOMİ ÇALIŞMALARI SEMPOZYUMU

ÇEVİRİMİÇİ/ONLINE

18-19 ŞUBAT 2021

Yemek, Bellek Kimlik: İmrozlu Rumların Ritüel Yemeği Kourkouta

Hasan Münisoğlu

Ankara Üniversitesi, Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi, Halkbilimi Bölümü, Ankara

Özet

Ortodoks inancının önemli bayramlarından birisi 15 Ağustos tarihinde gerçekleşen Meryem Ana Yortusu olarak da bilinen Panagia'dır. 15 Ağustos Meryem Ana'nın Tanrı'ya kavuştuğu gün olarak kutlanır. Nüfusunun büyük kısmı, başta Yunanistan olmak üzere dünyanın çeşitli yerlerine dağılmış olan İmrozlu (Gökçeada) Rumlar açısından bu kutsal dönem memleketleri olan adada hemşerileriyle buluşmak için bir vesile olmaktadır. 15 Ağustos'ta bir araya gelen insanlar ritüeli icra ederek grup aidiyetini tazelemektedirler. Bu ritüelin ve birlikteliğin göstergesi ise kourkouta'dır.

Kourkouta (κουρκούτα), yarma ve boğa etinden yapılan bir tür keşektir. İnsanların bağışlarıyla alınan boğa/boğalar, bu ritüel için kurban (κουρπιάνι/θύμα) olarak isimlendirilir. Papaz eşliğinde kesilen kurbanın etleri 14 Ağustos akşamı kazanlara konular ve bütün gece pişirilir. 15 Ağustos sabahı kilisede düzenlenen ayinin ardından hazır olan yemek bütün katılımcılara ve ziyaretçilere dağıtılmaktadır. Kilise ayinin ardından gerçekleştirilen mezarlık ziyareti sonrasında insanlar aileleriyle bu yemekleri yemektedirler.

Antropolojik açıdan ritüel yemekleri grup birlikteliğini, belleğini ve grubun sürekliliğini sağlayan, dinsel inanca eklenmiş, dolayısıyla kutsal ile ilişkisi olan pratiklerdir. Bu yemekler, sadece özel günlerde ve belirli kurallara uyularak yapılmaktadır. Bu da onları zamana bağımlı kimliksel göstergelere dönüştürmektedir.

Yukarıda çerçeveselenen konulardan hareketle, bu bildiride İmroz/Gökçeada Agridia/Tepeköy'de gerçekleştirilen alan araştırması ekseninde bir ritüel yemeği olan kourkouta, toplumsal ve kültürel bağlamda ele alınacaktır. Böylelikle yemek, bellek ve kimlik ilişkisi için somut bir örnek gösterilmiş olacaktır.

Anahtar sözcükler: Bellek, İmroz (Gökçeada), Keşek, Kimlik, Kourkuta, Ritüel Rumlar.

Giriş

Toplumsal kurumlar ve kültürel uygulamalar yalnızca tek bir anlam ya da bağlam içerisinde bulunmazlar. Bunların birbirleriyle olan ilişkileri nedeniyle, bütüncül bir hal göstermektedirler. Kültürel-evrensel olan din kurumunun temel aktörlerinden olan ritüel ve içerdiği uygulamalar sosyal bilimciler tarafından bu şekilde ele alınmaktadır. Dinsel, toplumsal, simgesel, cinsiyet, ekonomik, toplumlar arası ilişki ve benzeri pek çok bağlam aynı konuya farklı pencereler açılmasını sağlamıştır. Sosyal bilimlerin tarihçesine göz atıldığında dahi Auguste Comte'tan Max Weber'e, antropolog Edward Brunette Taylor'dan Claude Levi-Strauss'a ve alanlarına öncülük etmiş ve hala etkisini sürdüren bir çok bilim insanının din, ritüel ve ilişkili örüntüleri farklı yaklaşımlarla inceleyen eserler bıraktıkları kolaylıkla görülebilmektedir (Morris, 2004). Çünkü insandan (human being) meydana gelen toplum, kurumlarıyla bireyi, ilişkilerini, davranışlarını biçimlendirmektedir. Bu bütünselliği ise antropoloji "kültür" kavramı ile karşılamaktadır.¹

Kültürel pratiklerin bir unsuru olarak ritüeller toplumsal bağlamda ele alındığında, toplum kurucu, bellek oluşturu ve kültür taşıyıcıdır. Ritüeller zaman ve mekân bağımlıdır. Uygulamalarının aynı zamanda, mekân ve şekilde gerçekleşmesi beklenir. Bu da bir bakıma toplum için kültürel uygulamanın zamanın yarattığı dönüşümü aşkın hale gelmesi ve döngüsellik hissedilmesini sağlamaktadır. Bunu "gelenek" olarak görmek de mümkündür.

Ritüeller dinsel yönü yanında toplumsal ve kültürel alanları da kapsayıcıdır. Başka bir ifadeyle ritüeller toplumların dışavurumu, ilişkilerin düzenleyicisidirler. Günümüz şehirlî toplumları için ise bir bakıma toplumsal birlikteliğin toplanma vesilesi gibi bir işleve de sahiptirler.

Bu nedenle, ritüel incelenirken onun ilişkili olduğu uygulamalar, bağlamından koparılmadan ele alınabilir. Bu bildiriye konusu olan "kourkouta"nın konumu da yukarıda özetlenen arka plana yaslanmaktadır.

¹Kavramsal olarak kültür pek çok şekilde tanımlanmış ve tanımlanmaktadır. Kavramın kullanımlarına yönelik bir çalışma için bkz. Cuche, 2013.

Amaç ve Kapsam

Bu bildiri ritüel yemeği olan “kourkouta”nın bellek ve kimlik açısından simgeselliğinin İmrozlu kimliği kapsamında ifade edilmesi amaçlanmaktadır. Kourkouta üzerine geliştirilen düşünceler bütün İmroz/Gökçeada için genellenebilir durumdadır.

Yöntem

Araştırma 2010-2014 yılları arasında 15 Ağustos Panagia (Meryem Ana Yortusu) ritüellerinin gözlemlenmesinde elde edilen veriler kullanılmıştır. Bu gözlemler katılarak gözlem tekniğinin uygulandığı etnografik bir araştırmanın içerisinde derlenmiştir. Burada “etnografik” ifadesi son dönemlerde “nitel araştırma metodolojisi” içerisinde değerlendirilen bir yöntemi değil, bunu kapsayan ve aşan şekilde, antropolojinin belirlediği gibi bir süreci ve perspektifi de ifade etmektedir. Bu da metodolojik olarak etnografiye yüklenen “kültürel bir konu üzerine yapılan alan çalışması” dar anlamından farklıdır.

Kourkota, Panagia, İmrozlular

Etimolojik olarak “kourkouta” net olarak bilinmemektedir. Giorgios Babinigiotis’in hazırladığı Yunanca etimoloji sözlüğünde, çok bilinmeyen olarak tanımladığı “kourkouti”yi Türkçe “kükürt”ün rengi ile ilişkilendirmektedir. (Babiniotis, 2010: 722). İmrozlu Rumların isimlendirmesiyle ise 15 Ağustos Meryem Ana Yortusu için hazırlanan buğdayın et suyuyla kaynatılan keşkeğin adıdır (Tzavaras, 2011: 304- Fotoğraf 1).²

15 Ağustos Meryem Ana Yortusu (Παναγία), Meryem Ana’nın Tanrı’ya kavuştuğu bir gün olarak kutlanmaktadır. Bu nedenle “ölmek” ifadesi yerine “uyumak” ifadesi kullanılmaktadır (Κοίμηση της Θεοτόκου/Tanrıdoğan’ın Uykusu). İnanca göre bu bir son değil, yeni bir başlangıçtır. Dinsel bir nedenle düzenlenen ve 14-16 Ağustos tarihlerine yayılan bu ritüel, aynı zamanda adalı Rumların memleketleri, hemşerileri ve kimlikleriyle de kavuştukları bir günü de ifade etmektedir. Ayin ve kutlamalar için “boğa kurban” edilmesi ise onu benzerlerinden ayıran, grup kimliğini özgüleştiren bir unsur olmaktadır.

Boğa Antik Yunan’ın önemli figürleri arasında yer almaktadır. O dönemlerde kanlı kurban geleneği içerisinde kullanımına sıkça rastlanmaktadır (Psychogiou, 1991). Ancak Hıristiyanlıkla birlikte kilisenin, İsa peygamberin “nihai kurban” olarak görmesi nedeniyle kurban geleneği teolojik olarak kalkmıştır (Oymak, 2002: 172). Bu törenlerin “paganist” olduğu iddiası nedeniyle çoğu yerde terkedildiği bilinmektedir.³ İmroz da ise bu uygulama Hıristiyan inançlarına eklenerek ama kiliseye rağmen sürdürülmüştür. Neticede, boğa kurbanı kilise tarafından bir gelenek olduğu kabul edilmiştir.⁴

Kurbanın ve kourkoutanın hazırlanması şu şekildedir: Köylüler tarafından ortak alınan ya da bir bireyin adağı olan kurbanlar 14 Ağustos günü papazın kutsamasının ardından kesilmekte ve kilise bahçesine kurulan kazanlarda ertesi sabaha kadar pişirilmektedir (Fotoğraf: 2). 15 Ağustos sabahı Meryem Ana Kilisesinde düzenlenen ayinin ardından, bahçede ayini yöneten din adamının yemeği dualaması ve ilk lokmalarını yemesinin ardından katılımcılara dağıtılmaktadır. Bir bakıma bu, bayramın başladığı andır ve yemeğin adı kourkouta olmaktadır (Fotoğraf: 3, 4, 5, 6).

Kourkoutadan paylarını alanların bir kısmı kilise bahçesinde birlikte bu yemeği tüketmekte bir kısmı ise evlerine götürerek aile eşrafiyla yemektedir. Çünkü kourkoutanın dağıtılmasının hemen ardından, Papaz ve yanındakiler köy mezarlığına giderek orada ölen yakınlar için bir dua ayini düzenlemektedirler. Papaz kendisine verilen bütün isimleri tek tek okuyarak ve onlar için dua ederek grubun geçmiş ve şimdiki üyelerini “bellek mekânı” denilebilecek ortamda bir araya getirmektedir (Fotoğraf 7). Böylelikle grubun hem dinsel hem de etnik olarak sürekliliği dile gelmiş olmaktadır. Bu kourkoutanın hazırlığındaki ortak kurban alımıyla paralellik gösterir bir davranış olarak görülebilir.

²Samos adasında ise kourkouta, muhallebi benzeri yerel bir tatlının adı olarak geçmektedir (Ikariou, 2019)

³Tarihçi ve folklorcu Evy Johanne Håland, Eleni Psychogiou’dan bu uygulamanın İmroz’da uygulandığını öğrenmesi ve bunu meinde aktarması, boğa kurbanı uygulamasının artık bilinir olmadığını göstermektedir (Håland, 2014: 411).

⁴Kurban ile ilgili başka bir tartışma hala devam etmektedir. Atina’ya yakın Salamina adasında bulunan İmvriotissa Kilisesi yönetimi Çarşamba ve Cuma günlerine gelmesi halinde Meryem Ana Yortusu için kanlı kurban ritüeli uygulamamakta bunun yerine balık yenilmektedir. 2014 yılı törenleri Cuma gününe geldiğinde bir İmrozlu bana o gün Salamina’da balık ikram edildiğini şikayet ederek aktarmıştı.

Mezarlık ziyareti sonrasında evlerine dağılan köylüler, akşam vaktinde köy meydanında buluşarak geç saate kadar eğlenmekte ve bayramlarını kutlamaktadırlar (Fotoğraf: 8) Ertesi gün son bir ayın için bir dağ yamacında bulunan Yamalı Meryem /Panagia Balomeni Kilisesi'nde buluşmakta ve burada da küçük baş hayvan kurban edilerek ritüel dönemi tamamlanmaktadır.

Yukarıda aktarılanlardan hareketle kourkoutanın simgesel değeri birbiriyle ilişkili üç bakımdan değerlendirilebilir: dinsel, belleksel ve kimliksel. Bu durumlar iç içedir, çünkü bağlamsal olarak her bir unsur merkezi konumda değerlendirilebilir. Kourkouta, bir ritüel yemeği olması, adak etinden, kutsal bir günde yapılıp, din adamı tarafından kutsanmasıyla dinseldir. Kesilen adağın türünde ısrarcı olunması, heteredoks bir inancın göstergesi ve grupla özdeşleşmesi bakımından kimlikseldir. Ritüelin hem sürekliliğinin vurgulanması, İsa peygamberin, azizlerin ve toplumun ölmüş bireylerinin anılmasıyla bellekseldir.

Ölmüş bireylerin toplumsal olarak hatırlanması ve toplumsal olarak, aynı cemaat mensuplarının bir araya gelmesi Emile Durkheim'ın yaklaşımıyla toplumsallık tazelenmektedir (Durkheim, 2010).

Kimliksel anlamda ise İmrozluluğun simgesel bir parçası haline gelen boğa kurbanı ve kourkouta ile etno-kültürel sınırlar yenilenmektedir. Dinsel olarak ortodoks hıristiyan ortaklığında ancak kanlı kurban geleneğinin ayrımıyla sağlanmaktadır. Böylelikle kadim bir gelenek ile kimliğin "ilkçiliği" (primordialism) ve sürekliliği gösterilmektedir.

İmrozlu Rumların kourkouta yemeği son dönemlerde oldukça ilgi çekici bir alan olan "kültürel miras" kapsamında değerlendirilebilir. Yerel bir kültürel uygulama olarak, Çünkü bu gelenek işlevsel olarak sadece İmrozlu Rumlarla sınırlı kalmayıp adanın ve farklı kültürden insanların etkileşimini sağlayan bir hale de gelmiştir.

Sonuç

Bir ritüel yemeği ne kadar sade olursa olsun, ifade ettiği anlam görünürün ötesindedir. Pişirilmesinden dağıtılmasına ve tüketilmesine kadar her aşamasında kolektif bir üründür. Ayrıca bir dönemden bir başka döneme geçişi içeren ritüel süreçlerinde önceki dönemin son, yeni dönemin ilk yemeği olarak simgesel bir anlam taşıyabilir. Bu bildiriye konu olan kourkouta da bu özellikleri bünyesinde barındırmaktadır. İmrozluların özgün 15 Ağustos törenlerinin kimliksel bir yemeği olmasının yanında, çoğunluğu farklı coğrafyalarda yaşayan toplum üyelerinin aidiyetlerini hissettiren, memlekette olma halini somutlayan ve grup kimliğini tazeleyen bir kültürel pratiktir. Bu bakımdan onu son dönemlerde çok ilgi gören ve kullanılan kavram ile, kültürel miras olarak değerlendirmek mümkündür. Ayrıca 15 Ağustos ritüelinin ve eğlencesinin adaya olan ilgiyi artırıcı bir faktör olduğunu da belirtmek gerekir. Otantikleştirme, turistikleştirme, biblolaştırma gibi sorunlar yaratabilmekle birlikte, bu konu, Türkiye'nin kültürel çeşitliliğinin tanınmasına, farklı kimliklerden insanların bu kültürü görenek aşinalık kazanmasına, dışardan gelenlerin dağıtılan kourkoutadan pay alıp temasın mümkün olmasına katkı sunmaktadır. Sonuç olarak kourkوتا, bir keşkek türü olmasıyla paylaşılan, ismiyle özel, dokusuyla kültürel bir ritüel yemeğidir.

Kaynaklar

- Babiniotis, G. (2010). *Ετυμολογικό Λεξικό τής Νέας Ελληνικής Γλώσσας, Κέντρο Λεξικολογίας*: Atina.
- Cuche, D. (2013). *Sosyal Bilimlerde Kültür Kavramı*, çev. Turgut Arnas, Bağlam Yayınları: İstanbul.
- Durkheim, E. (2010). *Dinsel Yaşamın İlk Biçimleri*, çev. Özer Ozankaya, Cem Yayınevi: İstanbul.
- Håland, E. J. (2014). *Rituals of Death and Dying in Modern and Ancient Greece: Writing History from a Female Perspective*, Cambridge Scholars Publishing: Newcastle.
- Ikariou, M. (2019). "Κουρκούτα: Η σαμιώτικη μουσταλευριά". <https://www.olivemagazine.gr/χρήσιμα/θέματα-χρήσιμα/κουρκούτα-η-σαμιώτικη-μουσταλευριά/> (E.T.: 19.02.2021)
- Morris, B. (2004). *Din Üzerine Antropolojik İncelemeler- Bir Giriş Metni*, çev. Tayfun Atay, İmge Kitabevi: Ankara.
- Oymak, İ. (2002) "Gökçeada Hıristiyanlarında Kurban Geleneği" *Dini Araştırmalar*, 4(12): 169-180.
- Psychogiou, E. (1991). "Θυσία ταύρων και νεκρικά έθιμα στ' αγρίδια της 'Ιμβρου". *Αρχαιολογία*, (41): 83-91.

Fotoğraflar⁵



Fotoğraf 1. Kilisedeki ayin sonrasında dağıtılan Kourkouta, Tepeköy/Agria.



Fotoğraf 2. 15 Ağustos ritüeli adak etlerinin kourkouta için hazırlanması, Tepeköy/Agria.



Fotoğraf 3. 15 Ağustos Panagia/Meryem Ana Yortusu Kilise Ayini, Tepeköy/Agria.

⁵Metinde kullanılan bütün fotoğraflar yazara aittir.



Fotoğraf 4. Ayin sonrası Kilise bahçesi.



Fotoğraf 5. Ayin sonrası, Metropolitan kourkotayı dualaması ve ilk lokmayı yemesi.



Fotoğraf 6. Kourkoutanın dağıtımı, Tepeköy/Agridia.



Fotoğraf 7. Kilise sonrası mezarlık ayini, Tepeköy/Agridia.



Fotoğraf 8. 15 Ağustos, Köy meydanında akşam eğlencesi, Tepeköy/Agridia.

Osmanlı Dönemi Mutfak Kültürünün Günümüz Türk Akdeniz Mutfak Kültürüne Yansımaları

Songül Özer¹, Ayça Sena Önalın²

¹Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Rekreasyon Yönetimi Bölümü, Van

²Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Turizm İşletmeciliği Anabilim Dalı, Van

Özet

Dünyanın pek çok yerinde sosyal, kültürel, ekonomik ve inanç bakımından çok sayıda farklı toplum bulunmaktadır. Milletler bahsi geçen farklılıklarından dolayı değişik kültürel birikimlere sahip olurken bu kültürel birikimleri etkileyen bileşenler de farklılıklar göstermektedir. Kültürel özelliklerin oluşumunu etkileyen en önemli bileşenlerden biri de yeme içme alışkanlıklarıdır. Çeşitli faktörlerden etkilenerek meydana gelen yemek yeme alışkanlıkları, buldukları bölgenin mutfak kültürünü oluşturmaktadır. Mutfak kültürü, toplumların kültürel bileşenlerinin önemli bir parçası olduğundan ne ifade ettiği ve nasıl yansıtıldığı üzerinde durulması gereken konulardandır. Bu doğrultuda çalışma kapsamında Osmanlı mutfak kültürü ve Akdeniz mutfak kültürü ele alınmaktadır. İkincil verilerden yararlanılarak yürütülen çalışmada ilgili alan yazın incelenmiştir. Osmanlı mutfağının dünyada sayılı mutfaklar arasında yer aldığı, Akdeniz mutfağının ise köklü bir geçmişe ve sağlıklı bir beslenme diyetine sahip olduğu elde edilen sonuçlar arasındadır. Bunun yanı sıra çalışmanın amaçları arasında yer alan Osmanlı mutfağı ile Akdeniz mutfak kültürü arasındaki benzerlikler ve farklılıklar çalışma kapsamında irdelenmiş olup Osmanlı Dönemi mutfak kültüründen Akdeniz-Türk mutfağına olan yansımalar da çalışmanın sonuç kısmında sunulmuştur.

Anahtar sözcükler: Akdeniz mutfağı, Kültür, Mutfak kültürü, Osmanlı mutfağı.

Giriş

Kültür, toplumların varlıklarını sürdürebilmeleri ve kendilerine has özelliklerini gelecek kuşaklara da yansıtılmalarını sağlayan ve çeşitli unsurlardan oluşan bir öğreti olma özelliği taşımaktadır. Kültür aynı zamanda, insanı ve insana ait olan davranışları, tavrı, dili, dini, alışkanlıkları ilgilendiren ve yaşamın kendisi olarak ifade edilen bir öge olduğundan sosyal bir niteliğe sahiptir. Hangi alanda olursa olsun bir toplumun geçmişini ve bugünü geleceğe yansıtmak noktasında milletler için önemli bir değerdir. Yemek kültürü ise toplumlar için varoluşun bir işareti olarak kabul edilen kültürel değerlerin en önemli bileşenlerindedir. Kurallaşmış toplumsal öğretileri ve toplumun kendine has özelliklerini, bölgelerin coğrafi şartlarını yansıtan yeme içme alışkanlıkları kültürel bir elemandır. Mutfak kültürü ait olduğu toplumun kültürel özelliklerini yaşatma ve geliştirme anlamında oldukça belirleyicidir (Haydaroğlu, 2003: 2). Ayrıca bir toplumun yaşam şekli, barınması ve günlük hayatında gerçekleşen tüm olaylar, mutfak kültürünün oluşmasını etkilemektedir. İnsanların gün geçtikçe değişen yaşam koşullarına göre yaşam tarzlarını değiştirmesinin bir sonucu olarak beslenme alışkanlıkları da değişiklik gösterebilmektedir. Değişen yeme alışkanlıkları toplumun kültüründe de değişiklik olduğunun bir işaretidir (Güler, 2010: 25).

Sosyal bir olgu olan insanların yeme içme alışkanlıkları, üyesi oldukları toplumlara belli başlı özellikler edindirmekte olup, bu özelliklerin bir araya gelmesi ile de mutfak kültürleri oluşmaktadır. İnsanoğlunun varoluşundan günümüze kadar ortaya çıkmış belli başlı mutfaklar arasında gösterilen Osmanlı mutfağı 600 yıl hüküm sürmüş bir imparatorluğun izlerini taşımakta olup Türk toplumunun mutfak kültürünün temellerini oluşturmaktadır. Günümüz Akdeniz mutfak kültürü ise, ülkenin tanınırlığı ve kültürünü yansıtmak anlamında önemli bir figür olma özelliği taşımaktadır. Zira Akdeniz mutfak kültürünün yaşatıldığı Akdeniz bölgesi, diğer toplumların birbirlerinin kültürlerini tanımaları noktasında önemli bir role sahip olan turizmin, ülkede en çok faaliyet gösterdiği bölgelerdendir. Bu çalışmada, mutfak kültürü çerçevesinde Osmanlı mutfak kültürü ve Akdeniz mutfak kültürü ele alınmıştır. Özellikle geçmişten günümüze Osmanlı mutfak kültüründe ne gibi değişikliklerin olduğu ve bu değişimlerin Akdeniz mutfak kültürüne ne gibi yansımalarının olduğu çalışma kapsamında ele alınmıştır. Öncelikle çalışmada konu ile ilgili temel kavramlar açıklanmış olup devamında Osmanlı mutfak kültürü

ve Akdeniz mutfak kültürü konuları ele alınmıştır. Osmanlı mutfak kültürünün günümüz Akdeniz mutfak kültürüne yansımaları, etkileri ve taşıdıkları benzerlikler ortaya konmuştur.

Yöntem

Çalışma kapsamında Osmanlı mutfak kültürü ve Türk Akdeniz mutfak kültürü ele alınarak bu iki mutfak kültürünün benzerlik ve farklılıkları açısından incelenmesi amaçlanmaktadır. Aynı zamanda Türk mutfak kültürünün en zengin ve sınırlarının en geniş olduğu dönem olan Osmanlı dönemi mutfak kültürünün Akdeniz mutfak kültürüne olan yansımalarının da çalışma kapsamında irdelenmesi amaçlanmaktadır. Akdeniz mutfağı denilince dünya genelinde Akdeniz'e sınırı olan başka ülke mutfakları da akla gelmektedir. Çalışma da ise Türk Akdeniz mutfağı ele alınmış olup veriler bu çerçevede incelenmiştir. Çalışma; amaç, içerik ve sınırlar göz önünde bulundurularak nitel olarak tasarlanmış, ikincil verilerden yararlanılmıştır. Öncelikli olarak konu ile ilgili kavramsal yaklaşımlar incelenmiştir. Aynı ayrı ele alınmış olan bu konuların birlikte incelenmesi noktasında yeterince çalışma bulunmaması yürütülen çalışmanın gerekliliği ve önemini vurgulamaktadır.

Kavramsal Çerçeve

Kültür kelimesinin Latince toprak kültürü olarak ifade edilen "cultura" kelimesinden türetilmiş olduğu ileri sürülmektedir. Anlam olarak kökenine bakıldığında ise bu kelimenin ikamet, yetiştirmek, korumak vb. anlamlar taşıdığı görülmektedir. "Cultura" kelimesi ayrıca ilk olarak tarım faaliyetlerini ifade etmek için kullanılmıştır. Romalılar ise "cultura" kelimesini insan emeği ile yetiştirilen bitkileri ifade etmek için kullanmışlardır. Buna benzer olarak günümüzde de sera ve laboratuvar ortamında yetiştirilen bitkiler kültür bitkisi olarak ifade edilmektedir. Türkçede ise kültür kelimesi aynı şekilde "cultura" sözcüğünden türetilmiştir (Oğuz, 2011: 125). Ayrıca kültür kavramının dilimize Osmanlı devletinin batılılaşması ile birlikte girdiği de ifade edilmektedir (Arslanoğlu, 2000: 1). Özkan, (2006: 30) kültürü, toplumu oluşturan üyelerin yaşam boyunca öğrendiği her şeyi içine alan ve bilim tarafından incelenebilen bir olgu olduğunu ifade etmektedir. Zira kültür doğuştan kazanılan değil insan emeği ile elde edilen, sonradan kazanılan özellikler olarak vurgulanmaktadır. Türk dil kurumunda ise kültür kavramı "Tarihsel, toplumsal gelişme süreci içinde yaratılan bütün maddi ve manevi değerler ile bunları yaratmada, sonraki nesillere iletmede kullanılan, insanın doğal ve toplumsal çevresine egemenliğinin ölçüsünü gösteren araçların bütünü" olarak tanımlanmaktadır (sozluk.gov.tr). Yaşamsal deneyimlerin ve tecrübelerin nasıl üretildiği ve günümüze ulaşan halini de ifade etmek için yine kültür kelimesi kullanılmaktadır. İnsanoğlunun ürettiği her olgu aynı zamanda kültürü oluşturan bir öge olup, ortaya çıktığı yerin yapısına göre özellikler edinmektedir. Bu durum farklı kültürlerin ortaya çıkmasının öncüllerindedir. Zira kültür, belli bir toplumun belli bir zaman diliminde ve şartlarda ortaya çıkagelmiş özelliklerdir (Özkan, 2006: 30).

Milletlerin kültürlerini oluşturan ve kültürel birçok kodu içinde bulunduran en önemli unsurlardan biri insanların yeme içme alışkanlıklarıdır. İnsanların farklı yeme içme alışkanlıkları içinde buldukları yörenin mutfak kültürünü yansıtmaktadır. Diğer bir ifade ile kişilerin neyi yedikleri veya neyi yemedikleri, üyesi oldukları toplumun kültürel özelliklerini ortaya koymaktadır. İnsanlar bir şekilde beslenir ancak neyi nasıl tükettikleri önemlidir. Örneğin, et türleri, içecek türleri, vejetaryenlik ya da veganlık toplumların mutfak kültürlerinin sınırlarını belirlemektedir (Közleme, 2012: 8-9). Köklü toplumlar her konuda geçmişini yaşayan ve geleceğe aktaran bir kültür bilinciyle varlıklarını sürdürmektedirler. Mutfak kültürü de bu kültür birikiminin bir elemanıdır ve toplumların sahip oldukları değerlerdir (Haydaroğlu, 2003: 9). Sağır (2012: 2680) toplumların geleneklerini yansıttıkları araçlardan biri olan mutfak kültürünü kavramsal olarak, insanların beslenme ihtiyaçlarını gidermek için tükettikleri yiyeceklerin hazırlanması, pişirilmesi ve servis edilmesi süreçlerini kapsayan aynı zamanda bu süreçte kullanılan araç-gereçleri ve mekân da içinde barındıran, bulunduğu çeyreye göre de gelişim gösteren kültürel birikim olarak ifade etmektedir. "Bir toplumun mutfak kültürü o toplumun beslenmesini sağlayan yiyecek ve içecekleri hazırlama, pişirme, sunma teknikleri ile bu işlemler sırasında kullanılan araç ve gereçleri kapsamaktadır" (Arlı ve Gümüş, 2007: 146) şeklinde benzer tanımlamalar da mevcuttur.

Mutfağın kültürel bir kimlik haline gelmesine yönelik hareketlenmeler, Orta Asya'da göçebe bir yaşam tarzına sahip Türk topluluklarının tükettiği süt, tahıl ve et mamulleri; Akdeniz ve çevresinde bulunan sebze ve meyve ürünleri; Güney Asya'da kullanılan baharat ürünlerinin bir araya gelmesi ve zenginleşmesiyle hız kazanmıştır. Bu durum

giderek daha da zenginleşen özgün bir mutfak kültürü olgusunun ortaya çıkmasına önyak olmuştur. İnsanlar da yaşadıkları bölge ve o bölgede bulunan halk ile özdeşleşmiş besinler hazırlarken özgün pişirme teknikleri ve yeme yöntemleriyle kendilerine has mutfak kültürleri meydana getirmişlerdir (Düzgün ve Özkaya, 2015: 42).

Osmanlı Dönemi Mutfak Kültürü

İnsanoğlunun varoluşuyla birlikte ortaya çıkan ve hayatın devam edebilmesi için zorunlu gereksinimlerden olan yeme içme ihtiyacı ve bu ihtiyaca binaen gelişen mutfak kavramı çeşitli dönemler ve farklı kültürlerden etkilenerek bazı evrelerden geçmiştir. Türk mutfağı da geçmişten günümüze gelinceye kadar, Orta Asya dönemi, Beylikler dönemi, Osmanlı dönemi ve Cumhuriyet dönemi olarak farklı evrelerden meydana gelmiştir. Türk yemek kültürü bahsedilen bu dönemlerle sınırlandırılmamalıdır. Zira tarihsel süreç içerisinde ilk çağlarda göçebe bir yaşam tarzı olan Türk toplumunun farklı kültürlerden etkilenmesi de kaçınılmaz olmuştur. Türk toplumunun etkileşim içinde olduğu topluluklara ise Evliya Çelebi Seyahatnamesi, Orhun Yazıtları, Kanunnameler gibi Türk tarihinin önemli eserlerinde rastlamak mümkündür (Toygar, 2001: 54-55). Örnek olarak ünlü gezgin İbn-i Batuta'nın 14. yüzyılda Orta Asya'yı gezip Seyahatnamesinde Türklerin yeme alışkanlıkları ile ilgili ekme yediklerini onun yerine bulgur adında bir darı yemeği yediklerine dair olan ifadesi verilebilir (Gürsoy, 2004: 83).

Türk toplumları milli kültürlerini korumakta ve sürdürmekte çok hassas topluluklar olma niteliği taşımaktadır. Karahanlı ve Selçuklu dönemlerinden başlayan bu özelliklerini sonraki dönemlerde daha da benimseyip birçok alanda olduğu gibi mutfakta da zengin bir kültürün ortaya çıkmasına yol açmışlardır. Osmanlı döneminde ise geliştirilmiş bu zengin mutfak kültürünün özgünleştirilmesi ve eşsiz tatlar ile seçkin lezzetlerin keşfinin yaşandığı altı asırlık bir devir temsil edilmiştir (Közleme, 2012: 113). Osmanlı mutfağı, dünya genelinde üç büyük mutfaktan biri olarak kabul edilmektedir. Bunlardan biri Çin mutfağı, diğeri ise Fransız mutfağı olarak belirtilmektedir. Osmanlı mutfak kültürü dönemin beslenme kültürü ve lezzeti bakımından hem en iyilerden olma hem de günümüze kadar gelebilme özelliğine sahiptir (Belge, 2001: 142). Osmanlı mutfağı aynı zamanda geniş bir bölgenin mutfak kültürlerinin birleşiminin hassasiyetle yorumlanması olarak ifade edilebilir. Zira, Arap dünyası, Balkanlar, Afrika, Anadolu, Kafkasya gibi birçok yerin hakimiyeti Osmanlı devletine ait idi. Dolayısıyla Osmanlı mutfak kültürü de bu geniş coğrafya da oluşturulmuştur.

Osmanlı mutfak kültürünün gelişimi Osmanlı İmparatorluğunun 1299 yıllarında kuruluş aşamasından, Türkiye Cumhuriyeti'nin 1923 yılında kuruluşuna kadar olan süreci kapsamaktadır. Mutfak kültürünün oldukça geliştiği Osmanlı döneminde mutfak, aşçıların yaptıkları yemekleri ve ziyafetleri gösterişli ve lezzetli hale getirdikleri bunun için rekabet içine girdikleri anlamlı bir mekânı ifade etmektedir. Osmanlı mutfağı özellikle Fatih döneminde saray halkı ve elçilere verilen yemeklerde etli ürünler tercih edilmekte olup bunun yanı sıra pilav, sebze yemekleri, terbiyeli çorbalar, kebab çeşitleri, enginar yahnisi, dolmalar, peynirli börek, baklava, kayısılı hoşaf, aşure ve çeşitli şerbetler de verilmiş (Galip vd, 2015: 43). Osmanlı mutfağına dair Haydaroğlu, (2003: 6) da benzer ifadeler kullanmış olup, Osmanlı mutfağında hazırlanan yemeklerin şölen niteliğinde olduğunu belirtmektedir. Ekşili tavuk, piliç, güvercin, börek çeşitleri, kebab çeşitleri, kefal çorbası, tarhana çorbası, baklava, bulgur pilavı, yahni ve paça yemekleri, erişte, ördek ve aşure de yine Osmanlı mutfak kültürüne göre hazırlanan yemekler arasındadır. Osmanlı mutfağında deniz mahsulleri de büyük önem taşımaktadır. Dönemin mutfak kültürüne göre deniz mahsullerinden ıstakoz, havyar gibi rünler sofralara konulmakta olup yalnızca bu ürünleri saray erkânının değil yerel halkında tükettiği ifade edilmektedir. Osmanlı mutfak kültürünün en zengin halini aldığı Fatih Sultan Mehmet döneminde, Ege'nin fethinin de etkisi ile mutfakta deniz ürünlerinin kullanımı daha da artmıştır. Bunun yanı sıra yemeklerde zeytinyağı kullanımı yaygınlaşırken et yemekleri ve pilavlar da dönemin en çok tercih edilen yemekleri arasında yer almaktadır. Osmanlı mutfak kültüründe ekme de yemeklerin yanında bolca servis edilip ayrıca kutsal bir anlam taşımaktadır. Sadakat ve kültürel devamlılığın simgesi olarak görülen ekme, sarayda kişilerin statülerine göre hazırlanmaktaymış (Neumann ve Faroqhi, 2006).

Osmanlı mutfak kültürünü dönemlerine göre inceleyecek olursak, Kuruluş döneminde mutfağın sadeliği ile öne çıkması göze çarparken bu sadeliğin 15. yüzyıla kadar devam ettiği görülmektedir. 16. yüzyıl ile 19. yüzyıl dönemleri arasında ise Osmanlı mutfak kültürünün görkemli bir hal aldığı söylemek mümkündür. Bu dönemlerde sunulan yemeklerin niteliğinin yanında sayısında da artışlar olmuştur. Yeni fetihlerin yapılması ile de yeni pişirme teknikleri ve mutfak gereçleri de Osmanlı mutfak kültürüne dâhil olmuştur. Örneğin Mısır'ın fethi ile mutfakta baharat

kullanımı daha da artmış; tatlı, ekşi ve tuzlu tatlar yemeklerde bir arada kullanılmaya başlanmıştır. Yine bu dönemde kırmızı et bolca kullanılırken deniz ürünleri pek tercih edilmemiştir. Pirinç bu dönemde çokça kullanılan besinler arasında yer almaktadır. 18 ve 19. yüzyıllar arasında ise batılılaşmanın etkisi mutfağa yansımıştır. Bu dönemde tatlı, tuzlu, ekşinin bir arada kullanımı azalmıştır. Bunun yanı sıra deniz ürünleri daha çok kullanılmaya başlanmış ve batı kökenli sebze ve meyvelerin kullanımı da yaygınlaşmıştır (Şimşek vd., 2020: 498). Örneğin, domates, patates, sivribiber batılılaşmanın etkisiyle mutfağa daha sık giren yiyecekler arasındadır. Türk toplumları yeni yiyecekleri kullanma noktasında tarihin her döneminde mutfak kültürüne yararlı davranışlar sergilemişlerdir.

Osmanlı İmparatorluğunun sahip olduğu zengin mutfak kültürünün önemli bir parçasını da çorbalar oluşturmaktadır. Yaklaşık 30-40 çorba çeşidinin pişirildiği öne sürülen Osmanlı mutfağında belli başlı çorbalar şu şekilde sıralanabilir: tavuklu çorbalar, pirinç ve nohutlu çorbalar, baklalı çorbalar, işkembe, koruk, tarhana çorbası. Osmanlı mutfağında pişirilen çorbaların büyük bir kısmının ham maddesi et ve tavuk suyudur. Baklalı veya tahıllı olsun tüm çorbalarda pişirilen kemik ve et suları kullanılmaktadır (Yerasimos, 2014: 60-61). Yoğurt da Osmanlı mutfağı için önemli bir yere sahip besindir. Yoğurt, yaygın olarak birçok yemekle birlikte kullanılmaktadır. Yoğurtlu pazı yemeği, mantı, ıspanak, pekmez, tutmaç gibi yemekler dönemin yoğurtla birlikte tüketilen yemeklerine örnek olarak verilebilir (Seçim, 2018: 127). Bununla birlikte Osmanlı mutfağında yemeklerden önce iştah açıcı olarak ve mideyi yemeğe hazırlayan yiyecekler de mevcuttur. Bunlar soğuk ya da sıcak servis edilenler olarak gruplandırılır. Vişneli yaprak sarma, kadriye pilakisi, kalamar dolması, humus, fava, babagannuş (yoğurt, sarımsak ile harmanlanmış köz patlıcan) soğuk atıştırmalıklara örnek olarak verilebilir. Sıcak olanlar ise, ızgara çeşitleri, ballı börek, nohutlu ve safranlı pilav olarak sıralanabilir. Osmanlı mutfak kültüründe ana yemeklerde ağırlıklı olarak sığır ve koyun etinin tercih edilmesinden bahsedilmiştir. Bunun yanı sıra hazırlanan çeşitli ana yemekler mevcuttur. Bunların çoğunun ana maddesi yine kuzu ve koyun etinden oluşmakta olup, pirinç, çeşitli baharatlar, badem, fıstık, yufka ve sebzelerde yemeklerde kullanılan diğer malzemelerdir. Örneğin, kavun dolması, Osmanlı mutfağında yer alan kuzu eti, pirinç, kuş üzümü gibi malzemeler ile hazırlanıp fırında pişirilen bir dolma yemeğidir. Erikli kuzu gerdanı; bir tencere yemeği olup içerisinde mürdüm eriği, kayısı ve çeşitli baharatlar kullanılmaktadır. “Kebab-i Makiyan” olarak Osmanlı mutfağında yer alan bir diğer yemek ise tavuk kebabıdır. İlaveten ana maddesi patlıcan ve kuzu incik olan ve Osmanlı mutfağının tam anlamıyla yansıtıldığı başrolünde kırmızı et ve sebzelerin közlenmesiyle hazırlanan yemeklerde mevcuttur. Bunlardan biri yufakada kuzu inciktir. Ana malzemelerinin kişniş, tarçın, zencefil ve yine kuzu eti olduğu “nırbaç” da Osmanlı mutfağını yansıtan bir tencere yemeğidir. Dönemin mutfak kültürüne bakıldığında kebabların da büyük bir yeri olduğu görülmektedir. Buna kirde kebabı, kuzu kebabı, tavuk kebabı, kuzu pizolası gibi örnekler vermek mümkündür. Deniz mahsullerinin de Osmanlı sofralarında önemli bir yeri vardır. Deniz levreği, çupra ve kılıç balığı tercih edilen deniz mahsullerinden bazılarıdır (docplayer.biz.tr). Klasik Osmanlı dönemi yemeklerinden biri de “mahmudiyye” ballı tavuk yemeğidir. Ana malzemeleri, tavuk, soğan, bal, kayısı, badem, tereyağı olan bu yemek meyveli ve hamurlu olduğundan bazı kaynaklarda kayısılu un helvası olarak da anılmaktadır (Arıkan, 2018: 3).

Osmanlı dönemi mutfak kültüründe sofraya düzen ve adabı da önemli bir yer teşkil edip, belli bir düzene göre hazırlanmış. Sofra için temiz bir örtü yere serilip az yükseklikte bir sehpa üzerine konurmuş. Sehpanın üzerine “sini” adı verilen büyükçe bir tepsi yerleştirdikten sonra yemek ve yemek ile ilgili gereçler (çatal, kaşık vs.) sofraya getirilmiştir. Sofra hazırlanırken kullanılan örtü, sini ve sofraya gereçleri yemeğe oturacak kişilerin statusüne göre farklılık göstermektedir. Ziyafetler, protokol için düzenlenen şölenler ve halk için hazırlanan şenlikler şeklinde yapılmaktaymış. (Seçim, 2018: 126). Osmanlı mutfak kültüründe sofraya, kuşluk ve akşam yemeği olmak üzere günde iki kere hazırlanmış. Genelde sofralarda sade bir düzen hakim olup, saray erkani dahil özel gün ve geceler dışında insanlar, sofralarında sadelikten yana olmuşlardır. Dışardan gelen misafirin kabulünde yemek olarak pilav ve kuzu eti ikram edilmiştir. Sofrada padişah dışında her dört misafire bir tabak verilmiştir. Bu durum o dönemde tüm Avrupa’da uygulanan bir kültür olduğu ifade edilmektedir. Sofralarda kaşık ve bıçak kullanılıp, kişiler kendilerine yakın taraftan yemeklerini alıp ekmek ile birlikte tüketirlermiş. Ayrıca Osmanlı kültürüne göre, yemek sırasında müzik dinlenmez yemekten önce ya da sonra dinlenirmiş (Seçim, 2018: 128).

Türk mutfak kültürünün en zengin noktalara ulaştığı Osmanlı döneminde birbirinden farklı birçok kültürün geniş bir coğrafyada bir arada yaşamasının etkisi büyüktür. Işın, (2014:7) bu zengin mutfak kültürünü, Osmanlı

imparatorluğunun birçok kültürü bir arada barındırmasına ve geniş coğrafyada farklı iklimlerin yaşanıp farklı bitki örtülerinin bulunmasına, ticaret yelpazesinin genişliğine ve devletin idare edicilerinin yeni tatlara açık olup damak zevklerinin gelişmiş olmasına bağlamaktadır.

Akdeniz Mutfak Kültürü

Akdeniz Bölgesi, ülkemizdeki en önemli destinasyon merkezlerinin bulunduğu ve ülkenin kültürel özelliklerinin de bu sayede tanıtıldığı önemli bölgelerdendir. Turizm, toplumların kültürel özelliklerini yansıtmada önemli bir paya sahip olup, bu özelliği ile toplumlar arası kaynaşmaları ve kültürel etkileşimleri de pekiştirmektedir. Bir ulusun kültürel özellikleri denildiğinde akla gelenlerin başında o toplumun mutfağı, yeme alışkanlıkları ve yöresel unsurları yer almaktadır. Toplumun yöresel unsurları, o bölgede yaşayan farklı kültürlerden etkilenebildiği gibi bölgenin sahip olduğu iklim, coğrafya vb. faktörlerden de etkilenmektedir. Bir bölgenin yöresel unsurları, o yörenin kültürünü, insanını, yeme içme alışkanlıklarını, yemek pişirme tarzlarını kapsayan ve toplumun kültürel özellikleri ile bütünleştiren öğelerdir (Şengül ve Türkay, 2014: 2).

Toplumların sahip olduğu yeme içme alışkanlıkları ve yemek kültürü, seçmiş oldukları coğrafyadan etkilenmektedir. Ülkemizde Akdeniz Bölgesi yemek kültürümüzün önemli bir parçasını oluşturmaktadır. Bulunduğu yörenin coğrafya ve iklim özelliklerinden etkilenerek ortaya çıkmış kültürel özellikler Akdeniz mutfağının şekillenmesinde büyük rol oynamaktadır.

Akdeniz yeme içme kültürünün geçmiş dönemlerine bakacak olursak, milattan önce, Akdeniz bölgesinde yaşayan halkın et ve tahıl tükettikleri bilgisine ulaşmak mümkündür. Bunların yanında ton balığı ve yunus etiyle de beslendikleri edinilen bilgiler arasındadır. Dönemin Akdeniz mutfağına kaplumbağa eti de girmiş olup devam eden yıllarda sığır eti daha çok tercih edilmiştir. Yine bu dönemde Akdeniz mutfağında yiyecekleri muhafaza etmek için büyükçe kavanozların üretildiği söylenmektedir. Hızlanan bir ticaret ağı sayesinde ise Akdeniz mutfak kültüründe değişiklikler yaşanıp yemek çeşitliliği artmıştır. Yiyecek içecek ticaretinde başlarda sığır eti alışverişi hakim iken sonralarda tahıl ve zeytinyağının öne çıktığı gözlemlenmiştir (Abulafia, 2012: 47-48). İlerleyen dönemlerde (2000'li yıllar) Akdeniz mutfak kültürünün temel maddesi olarak gösterilen zeytinyağı aynı zamanda Akdeniz kültürünün evrensel bir besini olma özelliği taşımaktadır. Akdeniz mutfak kültürü kapsamında en çok kullanılan besinler arasında gösterilen taze sebzeler de farklı pişirme ve sunum yöntemleriyle kullanılmaktadır. Bazı sebzeler pişirip, kızartılırken bazıları püre, salata ve ızgara olarak da tüketilmektedir. Et ise Akdeniz mutfağında az tercih edilip, genellikle ızgara yapılarak tüketilmektedir. Deniz ürünleri ise çokça tercih edilen besinlerden olmuştur.

Akdeniz bölgesi coğrafi olarak hem Güneydoğu hem de Ege'ye olan yakınlığından dolayı mutfak kültürü de bu bölgelerden etkilenmiştir. Doğuya olan yakınlığından Doğu Akdeniz tarafında acılı, etli ve bulgurlu yemekler tercih edilebilirken Ege'ye yakınlığından dolayı Batı Akdenizde daha çok sebze ve otlu yemekler tercih edilmektedir (Şimşek vd., 2020:498). Doğu Akdeniz mutfağında önemli bir yiyecek olan yoğurdun tüketimi de oldukça yaygındır. Benzer şekilde beyaz peynir, maydanoz, nane, limon gibi tatlar da yine Doğu Akdeniz mutfağında kullanılan yiyeceklerdendir (<http://www.arcadium.com.tr>). Günümüzde de doğu Akdeniz bölgesinin doğu mutfağına yakınlığı münasebetiyle et tüketiminin batı Akdeniz mutfağına nazaran daha çok olduğu görülmektedir. Ayrıca geçmiş dönemlere ait olan av kültürü ve av etine olan ihtiyacın da gün geçtikçe azalması ve avcılığın da eskisi kadar tercih edilmeyişi Akdeniz mutfağında et kullanımının azalmasına yol açan nedenlerdendir. Yine coğrafi ve iklimsel şartlar Batı Akdeniz'de tarımsal gıdaların tüketimine yönlendirirken doğu Akdeniz iklim şartları ve coğrafi özellikleri mutfak kültürünün hayvansal tüketime daha elverişli olmasını sağlamaktadır. Bunların yanı sıra Akdeniz halkı diğer bölge yörelerden aldıkları tohumlar ile verimli toprakları değerlendirip meyve ve sebze yetiştiriciliğinde önemli bir rol kat edip mutfak kültürlerini de bu yönde geliştirmişlerdir. Deniz ürünleri de Akdeniz mutfak kültüründe önemli bir rol oynamaktadır. Gün geçtikçe Akdeniz mutfak kültürü, deniz ürünleri, zeytinyağı ve tahıl ağırlıklı beslenme ön plana çıkmıştır. Günümüze kadar olan süreçte zengin bir mutfak haline gelen Akdeniz mutfağı Kuzey Avrupa beslenme şekillerinden daha sağlıklı olduğu öngörülmüş ve dünya çapında ilgi duyulmuştur (Kaya ve Yaman, 2018). İnsanların sağlıklı yaşama verdikleri önemin artması ile Akdeniz kültürüne uygun beslenme alışkanlıkları da artmıştır. Zira Akdeniz mutfağı yabani otlar ve ot yemeklerinden oluşmasının yanı sıra, insan sağlığı açısından önemli olan zengin karbonhidrat kaynaklı tahıllar ile de ön plana çıkmaktadır (Kılıç, 2010: 1).

Genel hatları ile Akdeniz beslenme şekli zeytinyağı ve tahıl dışında; su ürünleri, süt ve türevleri ve baharatlara dayandırılmaktadır. En çok tüketilen buğday ise tarihin ilk dönemlerinden bu yana Akdeniz bölgesinde yetişmektedir. Buğdayın türevlerinden olan; kuskus, yarma, bulgur, ise Güney Akdeniz mutfağında yaygın olarak kullanılmaktadır. Ana malzemesi tahıl olan yemekler ise; çorbalardan: analıkızlı, ekşili ve yüksük çorbasıdır. Dolmalardan daha çok patlıcan, biber, kabak ve asma yaprağı ile olanlardır; ekşili köfte, sarımsaklı köfte ve mercimek köftesi de yine tahılla yapılan yemeklerdendir. (Ertaş ve Gezmen-Karadağ, 2013: 124). Akdeniz mutfağında önemli yere sahip ot ve bitki türleri kullanılarak yapılan yemeklere örnek olarak ise; eşek marulu salatası, serçe dili katmeri, nar ekşili ebegümece salatası, kuzu kabağı, semizotu çorbası, sirken böreği, turp kavurması ve susamlı turp salatası verilebilmektedir (Karaca, Yıldırım ve Çakıcı: 2015: 34). Bunlara ek olarak Akdeniz mutfağına girmiş olan patlıcan, turuncgiller, salatalık, ıspanak ve şeker kamışı gibi yiyecekler ve bunların yetiştirilme teknikleri Akdeniz kültürüne Arap kültüründen geçmiş olup günümüzde de tüketilen Akdeniz mutfak kültürünün önemli besinleri arasında yer almaktadır (Işın, 2018: 152-153). Soğan, sarımsak, pırasa ve anavatanı Akdeniz olan beyaz ve kırmızı pancar da bölgede çokça tüketilen yiyecekler arasında yer almaktadır (gulhankaya.com). Ana maddesi zeytinyağı olan Akdeniz mutfağında hazırlanan yemekler genel olarak soğuk tüketilmekte olup çiğ ve pişmiş hazırlanan sebze salatalarda ise bol miktarda limon ve sirke kullanılmaktadır (Ertaş ve Gezmen-Karadağ, 2013: 121).

Akdeniz mutfağının yeme içme alışkanlıklarını yansıtan yiyeceklerin içerikleri farklı ve sağlıklı bir beslenme diyeti niteliği taşımaktadır. Bölgeye özgü ve ana maddesi kırmızı mercimek olan mahluta çorbası bu lezzetlere örnek olarak verilebilir. Kırmızı mercimeğin yanı sıra Akdeniz bölgesine özgü nar ekşili sos ile hazırlanan bu yemek yörenin mutfağını yansıtmaktadır. Bir başka örnek ise “babagannuş” yemeğidir ki bu yemek Osmanlı mutfağından da izler taşımaktadır. Ana maddesi yörede yetiştirilen patlıcan sebzesi olan babagannuşun içeriğinde yörenin has mamullerinden zeytinyağı, soğan ve farklı baharatlar da yer almaktadır. Sarımsak, limon suyu ve dövülmüş ceviz sosu ile lezzetlendirilen ve ana maddesi beyaz fasulye olan taratorlu piyaz da Akdeniz mutfağına girmiş yiyeceklerdendir. Akdeniz mutfağında nadir kullanılan kırmızı et “laba” yemeğinin ana malzemelerindedir. Kaburga kemiklerinin haşlanması ve suyunda pirinç pilavının pişirilmesi yemeğe lezzet veren tekniğidir. Daha sonra etlerin kızartılıp bu pilav ile servis edilmesi laba yemeğinin son halini oluşturmaktadır (blog.biletall.com).

Sonuç ve Öneriler

Kültürel birikimlerin, toplanan veriler ışığında, gerek gelecek kuşaklara aktarılması gerekse başka toplumlara tanıtılması ve en önemlisi toplumların varlıklarını sürdürülebilir kılması açısından büyük önem arz ettiğini söylemek mümkündür. Mutfak kültürleri ise insanlık var oldukça var olan beslenme ihtiyacının bir ürünü ve de kültürlerin yansıtılması noktasında kilit bir rol üstlenmektedir. Elde edilen verilere göre mutfak kültürleri kapsamında Türk mutfağının dünyada en fazla çeşide sahip farklı coğrafyalarla sınırları bulunmasından dolayı zengin ve farklı besinler üretilip tüketilen mutfaklar arasında yer aldığı ve köklü bir geçmişe sahip olduğu anlaşılmaktadır. Osmanlı döneminde çok geniş coğrafyalara ulaşılmış pek çok kültür ile etkileşim halinde olunmuştur. Bu durum karışık bir mutfağın ortaya çıkmasına değil bilakis bu çeşitliliğin değerlendirilmesiyle Osmanlı mutfak kültürünün dünyanın sayılı mutfaklarından biri olması sağlanmıştır. Akdeniz bölgesine bakıldığında bir iç deniz ile çevrelediğinden ve iklimsel koşullardan dolayı bölgede kullanılan besin maddelerinin günümüze kadar bazı değişiklikler göstermiş olsa da genel hatlarıyla hemen hemen aynı kaldığı görülmektedir. Zira Akdeniz mutfak kültürü incelendiğinde temel olarak, hamur işleri, tahıl, ekme ve zeytinyağının ağırlıklı kullanıldığı sonucuna varılmaktadır. Osmanlı mutfağına nazaran daha az kırmızı et tüketilen günümüz Akdeniz mutfağının geçmiş dönemlerine bakıldığında etin önemli bir yer tuttuğu görülmektedir. Özellikle doğu Akdeniz bölgesinin doğuya yakınlığından kaynaklı kırmızı et kullanımının daha yaygın olduğu saptanmaktadır. Bunun dışında günümüz Akdeniz mutfağında önemli bir yere sahip olan deniz ürünlerinin Osmanlı döneminde özellikle saray erkânı tarafından çokça tüketildiği bilgilerine ulaşılmıştır. Ancak 15 ve 16. yüzyıllara bakıldığında Osmanlı mutfağında deniz ürünleri daha az tercih edilirken Akdeniz mutfağında deniz ürünlerinin tüketiminde azalma görülmemektedir. Osmanlı mutfak kültüründe 18 ve 19. yüzyıllarda batıya olan yakınlık münasebetiyle batı kökenli sebze ve meyve kullanımı artmış bu da mutfak kültüründe sebze ve meyve kullanımının sürekli hale gelmesi sonucunu doğurmuştur. Günümüz Akdeniz mutfağı ile örtüşen bu yönünün yanı sıra Osmanlı mutfak kültüründen Akdeniz mutfağına yansıyan yemekler olduğu da toplanan verilerden elde edilen sonuçlar arasındadır. Örneğin “babagannuş” yemeği Osmanlı mutfağında yeri olan yemeklerden olup günümüz Akdeniz mutfağının da yöresel yemekleri arasında gösterilmektedir. Genel hatlarıyla incelendiğinde temelde farklılıkların

göze çarptığı Osmanlı ve Akdeniz mutfak kültürlerinde benzerliklerde görülmektedir. Aynı geçmiş ve köklere sahip iki mutfak kültürü arasında oluşan farklılıkların ise genel nedenlerinin, tabiat şekilleri, coğrafi ve iklimsel şartlar, bölgelerde yetiştirilen ot ve bitkiler yaşam tarzı haline gelmiş hayvancılık ve tarım gibi faktörlerden kaynaklandığı görülmektedir.

Sadece dünya mutfakları arasında değil aynı ülke sınırlarında bölgelere göre farklılık gösteren mutfak kültürleri ülkelerin ana değerleri olma özelliği taşımaktadır. Günümüze kadar özgünlüğünü ve kültürel değerini koruyarak çeşitlenen mutfak kültürümüz birçok açıdan olduğu gibi turizm açısından da büyük öneme sahiptir. Zira toplumlar arası ziyaretlerin kanalı olan turizm hareketleri, destinasyonların cazibesi haline gelen ve yörelerin kendine has özelliklerini içinde barındıran mutfakları ile de yön bulmaktadır.

Ülkenin tanıtımı ve kültürel değerlerin devamlılığının sağlanabilmesi açısından mutfak kültürü gereken hassasiyetle korunmalıdır. Ülkelerin kültürel değerleri ne kadar doğru ve kalıcı bir şekilde gelecek kuşaklara aktarılırsa bir o kadar da ekonomik, sosyal ve kültürel anlamda ülke ileriye taşınmış olur. Zira kültür milletleri bir arada tutan içinde buldukları toplumun bir nevi kimliğini yansıtan yadsınamaz bir değerdir. Oldukça köklü bir geçmişe sahip olan Türk mutfağının, günümüze kadar gelmiş olması ve ülkenin her bir bölgesinde belli koşullar dâhilinde yer edinmiş olması kültürel öğelere verilen önemin ve sadakatin bir göstergesidir. Bu doğrultuda çalışmaya da konu olan Akdeniz bölgesi mutfak kültürü de Osmanlı mutfağının yansımalarını taşımasıyla ve sağlıklı bir beslenme diyetine sahip olması ile önemli bir yere sahiptir. Akdeniz (Türk) mutfağına özgü yemekler de kalitesinden ve özgünlüğünden ödün verilmeden geleneksel özellikleriyle de ön planda tutulmalı, ülkenin kültürel özelliklerinin de bu sayede tanıtımının yapılması sağlanmalıdır. Kültürel bir miras olma niteliği taşıyan Akdeniz mutfak kültürü gerek çeşitlilik anlamında gerekse besin değeri anlamında zengin bir mutfağına sahiptir. Bulduğu bölge ve coğrafi konumu açısından da değerli bir destinasyon olması ülkenin kültürel tanınırlığına olan katkısının yanında turizm girdisi olarak da ekonomik fayda sağlamaktadır.

Kaynaklar

- Abulafia, D. (2012). Büyük deniz: Akdeniz'de insanlık tarihi. İstanbul: Alfa.
- Arıkan, M. (2018). Osmanlı Saray Düğünlerinde Yemekler. http://turkoloji.cu.edu.tr/GENEL/murat_arikan_osmanli_saray_yemek.pdf (E.T.: 08.02.2021).
- Arlı, M., ve Gümüş, H. (2007). Türk mutfak kültüründe çorbalar. ICANAS, Uluslararası Asya ve Kuzey Afrika Çalışmaları Kongresi, 10-15.
- Arslanoğlu, İ. (2000). Kültür Ve Medeniyet Kavramları. Türk Kültürü ve Hacı Bektaş Velî Araştırma Dergisi, (15).
- Baykan, E. (2007). Kültür Turizmi ve Turizmin Kültürel Varlıklar Üzerindeki Etkileri. Gazi Üniversitesi Ticaret ve Turizm Eğitim Fakültesi Dergisi, (2), 30-49
- Belge, M. (2001). Food Culture Throughout History (Tarih Boyunca Yemek Kültürü). İstanbul: İletişim Yayınları.
- Düzgün, E., ve Özkaya, F. D. (2015). Mezopotamya'dan Günümüze Mutfak Kültürü (Culinary Culture from Mesopotamia to). Journal of Tourism and Gastronomy Studies, 41, 27.
- Ertaş, Y., ve Gezmen-Karadağ, M. (2013). Sağlıklı Beslenmede Türk Mutfak Kültürünün Yeri. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 2(1), 117-136.
- Galip, A., Özkoçak, V., ve Gültekin, T. (2015). Geçmişten Günümüze Geleneksel Anadolu Mutfak Kültürünün Gelişimi. Antropoloji, (30), 33-52.
- Güler, S. (2010). Türk Mutfak Kültürü ve Yeme İçme Alışkanlıkları. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 26(1), 24-30.
- Gürsoy, D. (2004). Tarihin Süzgecinde Mutfak Kültürümüz. İstanbul: Oğlak Yayıncılık.
- Gürsoy, D. (2014). Deniz Gürsoy'un Gastronomi Tarihi. İstanbul: Oğlak Yayıncılık ve Reklamcılık.
- Haydaroğlu, İ. (2003). Osmanlı Saray Mutfağından Notlar. Tarih Araştırmaları Dergisi, 22(34), 1-10. <http://gulhankaya.com/2017/05/25/akdeniz-mutfagi/> (E.T.: 03.01.2021).
- <http://www.arcadium.com.tr/Blog/meshur-akdeniz-mutfagi-hakkinda-bilmeniz-gerekenler/> (E.T.: 15.12.2020)
- <https://blog.biletall.com/akdenizin-en-cok-sevilen-10-yoresel-lezzeti> (E.T.: 02.01.2021).
- <https://docplayer.biz.tr/11436091-Osmanli-saray-mutfagi.html> (E. T.: 07.01.2021)
- <https://sozluk.gov.tr/>
- <https://tr.wikipedia.org/wiki/K%C3%BCt%C3%BCr> (E.T.: 15.12.2020)
- Işın, P. M. (2014). Osmanlı mutfak imparatorluğu. Kitap Yayınevi.
- Işın, P. M. (2018). Avcılıktan gurmeliğe yemeğin kültürel tarihi. Yapı Kredi Yayınları.
- Karaca, O. B., Yıldırım, O., ve Çakıcı, C. (2015). Gastronomi Turizminde Otlar, Ot Yemekleri ve Sağlıkla Gelişimi Üzerine Bir Değerlendirme. Journal of Tourism and Gastronomy Studies, 3(3), 27-42.
- Kaya, Ü.C ve Yaman, M. (2018). Akdeniz Mutfak Kültürünün Tarihsel gelişimi. Atlas International Refereed Journal On Social Sciences, 4(13), 1117-1123.

- Kılıç, N. (2010). Türk Mutfağının Ege-Akdeniz Karakterinin Kültürel ve Turistik Açısından İncelenmesi: Ayvalık Örneği. Uzmanlık Tezi.
- Közleme, O. (2012). Türk Mutfak Kültürü ve Din. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Felsefe Ve Din Bilimleri Anabilim Dalı. İstanbul. Doktora tezi.
- Mejuyev, V. (1987). Kültür ve Tarih (Çev. Suat H. Yokova). Ankara: Başak Yayınevi.
- Neumann, C. K., ve Faroqi, S. (2006). Osmanlı Maddi Kültüründe Yemek ve Barınak: Soframız Nur Hanemiz Mamur. Çev: Zeynep Yelçe, Kitap Yayınevi, 188.
- Oğuz, E. S. (2011). Toplum Bilimlerinde Kültür Kavramı. Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi, 28(2).
- Özkan, H. H. (2006). Popüler Kültür ve Eğitim. Kastamonu Eğitim Dergisi, 14(1), 29-38.
- Sağır, A. (2012). Bir Yemek Sosyolojisi Denemesi Örneği Olarak Tokat Mutfağı. Electronic Turkish Studies, 7(4).
- Seçim, Y. (2018). Selçuklu ve Osmanlı Mutfağının Gastronomi Açısından Değerlendirilmesi. Journal of Tourism Theory and Research, 4(2), 122-132.
- Smircich, L. (1983). Concepts of Culture and Organizational Analysis. Administrative science quarterly, 339-358.
- Şengül S. ve Türkay, O. (2014). "Yöresel Mutfaklar" Eğitimi Üzerinden Kimlik, Mutfak Kültürü ve Turizm Gelişimine Dair Çıkarımlar: Mudurnu Örneği. Citta Slow Eko-Gastronomi Kongresi.
- Şengül, S., ve Türkay, O. (2016). Akdeniz Mutfak Kültürünün Gastronomi Turizmi Bağlamında Değerlendirilmesi. Journal of Tourism and Gastronomy Studies, 4(1), 86-99.
- Şimşek, N., Soylu, A. G., ve Özkaya, F. (2020). Osmanlı İmparatorluğu'ndan İtibaren Anadolu ve Arap Yarımadası'nın Mutfak Etkileşimleri. Seyahat Ve Otel İşletmeciliği Dergisi, 17(3), 496-508.
- Toygar, K. (2001). Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar. Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı. Ankara, 29.
- Yerasimos, M. (2014). 500 Yıllık Osmanlı Mutfağı (13. Baskı). İstanbul, Boyut Yayın Grubu.

Akdeniz Diyeti'nin Sürdürülebilir Beslenme Yönüyle İncelenmesi

Aslıhan Atar¹, Hilal Hızlı Güldemir²

¹*İstanbul Medipol Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, İstanbul, Türkiye*

²*Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü, Kütahya, Türkiye*

Özet

Dünya çapında hızla artan dünya nüfusunun ihtiyaçlarının karşılanması ve gelecek nesillerin yeterli ve sağlıklı besine ulaşabilmesi için çalışmalar yapılmaktadır. Besin üretim ve tüketim sistemlerinde değişiklikler yaparak yeterli besin öğelerine sahip ve çevresel etkileri az beslenme sistemleri oluşturulabilir. Bu çalışmada kültürel bir miras olan Akdeniz Diyeti sürdürülebilir beslenme kapsamında incelemek amacıyla literatür taraması yapılmış ve son 13 yılda yapılan çalışmalar incelenmiştir. Beslenme alışkanlıklarının ötesinde kültürel bir yöne sahip Akdeniz Diyeti, yeterli ve dengeli beslenmeyi sağlayan düşük çevresel etkilere sahip bir diyet modeli olarak sürdürülebilir beslenme çalışmalarında odak nokta olmuştur. Akdeniz Diyeti, yoğun miktarda bitkisel ve sınırlı miktarda hayvansal besinleri içermektedir. Beslenmedeki hayvansal besinlerin tüketiminin azaltılması ve bitkisel besinlerin tüketiminin artırılması sera gazı emisyonlarının azalmasına katkı sağlamaktadır. Akdeniz Diyeti, batı tarzı beslenme modelleri gibi diğer diyetlerle karşılaştırıldığında ekolojik etkilerinin daha düşük olduğu görülmüştür. Akdeniz Diyeti, Birleşmiş Milletler'in (BM) çağrıda bulunduğu Sürdürülebilir Kalkınma Amaçlarıyla uyumlu, sürdürülebilir beslenme tanımıyla örtüşen, sağlıklı ve dengeli bir diyettir.

Anahtar sözcükler: Akdeniz diyeti, Çevresel etki, Sürdürülebilirlik, Sürdürülebilir beslenme.

Abstract

Studies are carried out to meet the needs of the increasing world population worldwide and to ensure that future generations can reach sufficient and healthy food. By making changes in food production and consumption systems, can create nutrition methods with sufficient nutrients and reduced environmental effects. Having a cultural aspect beyond nutritional habits, the Mediterranean Diet has been the focus of sustainable diet studies as a diet model with low environmental effects that provides adequate and balanced nutrition. The Mediterranean Diet includes dense amounts of plant-based foods and limited amounts of animal-based foods. Reducing the consumption of animal-based foods and increasing the consumption of plant-based foods contribute to the reduction of greenhouse gas emissions. In this study, literature review has been made in order to examine the Mediterranean Diet, which is a cultural heritage, within the scope of sustainable diet and the studies conducted in the last 13 years have been examined. The Mediterranean Diet has been found to have lower ecological effects compared to other diets, such as western-style dietary models. Although the environmental effects of the vegan diet are lower than those of the Mediterranean Diet, vegan diet has been noted that it can lead to vitamin and mineral deficiencies. The Mediterranean Diet is healthy and balanced diet that aligns with the definition of sustainable diet and also with the United Nations's (UN) "Sustainable Development Goals".

Keywords: Environmental impact, Mediterranean diet, Sustainability, Sustainable diet.

Giriş

Gün geçtikçe artan dünya nüfusu, gelecek nesillerin yeterli ve sağlıklı besine ulaşip ulaşamayacağı konusunda büyük bir kaygı yaratmaktadır. Verilere göre nüfusun 2050 yılında 9,7 milyara ulaşması beklenmektedir (Smith & Gregory, 2013; UN, 2019). Gıda ve Tarım Örgütü (FAO), nüfusun çoğalmasıyla beraber hayvansal besinlerin tüketiminin arttığını ve besin ihtiyaçlarının karşılanması için üretim sistemlerinin %60 oranında büyümesi gerektiğini belirtmektedir (Alexandratos, Nikos ; Bruinsma, 2012). Besin öğeleri açısından yeterli ve çevresel etkileri az besinlere duyulan ihtiyacın artması, besin üretim ve tüketim sistemlerinde değişiklikler yapılmasını zorunlu kılmaktadır (Freibauer et al., 2011; Smith & Gregory, 2013).

Besin sistemleri değerlendirilirken sağlık etkilerinin yanı sıra çevresel etkilerinin değerlendirilmesi de söz konusudur (Aboussaleh et al., 2017). Birleşmiş Milletler (BM), Dünya Sağlık Örgütü (WHO) ve FAO, sağlıklı ve yeterli beslenmeyi destekleyen sürdürülebilir beslenmenin uygulanmasını önermektedir (Petkoska, 2020). Gıda ve Tarım Örgütü, sürdürülebilir beslenmeyi şöyle tanımlamaktadır: *Sürdürülebilir beslenme, besin ve beslenme güvenliğine ve günümüz ve gelecek nesiller için sağlıklı yaşama katkıda bulunan, çevresel etkileri düşük olan beslenme şeklidir. Sürdürülebilir beslenme koruyucudur ve biyolojik çeşitlilik ve ekosistemlere saygılıdır, kültürel olarak kabul edilebilir, erişilebilir, ekonomik olarak adil ve karşılanabilir; beslenme açısından yeterli, güvenli, sağlıklıdır; doğal kaynakları ve insan haklarını optimize eder* (FAO, 2010).

Beslenme alışkanlıklarındaki değişiklikler sadece insan sağlığını etkilemekle kalmamakta aynı zamanda iklim değişiklikleri için de önemli bir rol oynamaktadır. Sera gazı emisyonlarının %20'sinin insan kaynaklı olduğu bilinmektedir (Lluís Serra-Majem et al., 2011). İşlenmiş ve paketli ürünlerin tüketiminin alt sınırlarda olduğu, yerel besinlerin tercih edildiği ve bitkisel besinlerin daha fazla tüketildiği beslenme alışkanlıkları sağlıklı ve sürdürülebilir olarak tanımlanabilir (De Boer et al., 2014; Hoek et al., 2017). Beslenme ve çevresel etki açısından diyetler incelendiğinde Akdeniz Diyeti'nin; düşük çevresel etkilerle ilişkili, yeterli ve dengeli beslemeyi sağlayan sürdürülebilir beslenme ilkelerine uygun bir diyet olduğu görülmüştür (Aleksandrowicz et al., 2016; Burlingame & Dernini, 2011).

Akdeniz Diyeti, beslenme alışkanlıklarının ötesinde, kültürel değerleri yansıtan bir mirastır. Asırlar boyunca bir nesilden diğerine aktarılan Akdeniz Diyeti, Akdeniz bölgesinde yaşayan halkların yaşantılarının ve alışkanlıklarının bugünlere taşınmasını sağlayan; tarihi, sosyal ve kültürel bir köprüdür. Bu mirası korumak ve değerlerin önemini dünya çapında anlatmak amacıyla Birleşmiş Milletler Eğitim, Bilim ve Kültür Örgütü (UNESCO), 2010 yılında 'İnsanlığın Somut Olmayan Kültürel Mirasının Temsili Listesi'ne Akdeniz Diyeti'ni de eklemiştir (Bach-Faig et al., 2011; Lluís Serra-Majem et al., 2012).

Bitkisel bazı besinlerin daha çok yer aldığı Akdeniz Diyeti; tahıllar, baklagiller, yağlı tohumlar, meyve ve sebzeler yönünden oldukça zengindir. Orta düzeyde balık, deniz ürünleri, tavuk, yumurta ve süt ürünleri; çok düşük düzeyde kırmızı et ve işlenmiş et ürünleri içermektedir. Temel yağ kaynağı zeytinyağıdır (Bach-Faig et al., 2011). Akdeniz Diyeti, yeterli ve dengeli bir beslenme sağlamasıyla beraber vücudun ihtiyacı olan vitaminler, mineraller, lifler, probiyotikler ve polifenoller de yüksek miktarda içerir (Aboussaleh et al., 2017). Akdeniz Diyeti'nin olumlu sağlık etkileri; 1960lı yıllarda Dr. Keys'in çalışmaları sonucu koroner kalp hastalıklarına karşı koruyucu olduğunun keşfedilmesiyle ortaya çıkmıştır. O dönemden itibaren artan çalışmalar ve kanıtlar Akdeniz Diyeti'nin genel ölüm oranları dahil kardiyovasküler hastalıklar, kanser, metabolik sendrom ve diyabet gibi hastalık risklerinin azalmasıyla ilişkili olduğu bulunmuştur (Lăcătuşu et al., 2019; Mantzioris & Villani, 2019; L. Serra-Majem et al., 2019).

Akdeniz Diyeti'nin odak noktası olduğu birçok çalışma; diğer diyet modelleriyle karşılaştırıldığında Akdeniz Diyeti'nin çevresel etkilerinin daha düşük düzeyde olduğunu belirtmiştir. Sağlıklı bir diyet modeli olan Akdeniz Diyeti, sürdürülebilir kalkınma hedefleriyle uyumlu bir diyetir (Heller et al., 2013; Meybeck & Gitz, 2017; Sáez-Almendros et al., 2013).

Amaç ve Kapsam

Bu çalışmanın amacı yüzyıllardır süre gelen ve kültürel miras niteliğindeki Akdeniz Diyeti'ni sürdürülebilir beslenme kapsamında incelemektir. Çalışmada, sürdürülebilir beslenme ve Akdeniz Diyeti üzerine genel bilgilerin yanı sıra Akdeniz Diyeti ve sürdürülebilir beslenme arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalara da yer verilmiştir.

Yöntem

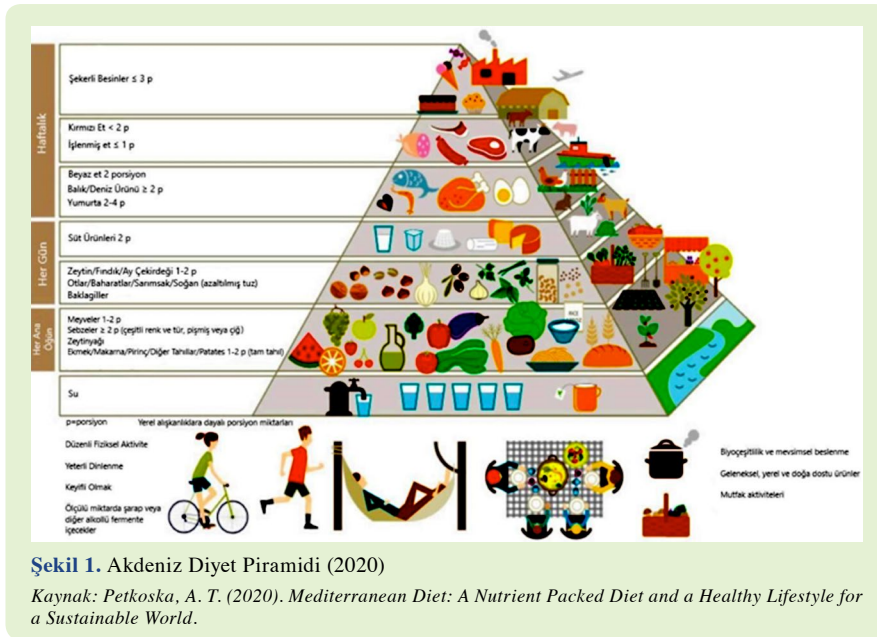
Bu çalışmada sürdürülebilir beslenme örneği olan Akdeniz Diyeti'ni araştırmak için literatür taraması yapılmıştır. Son 13 yılda yapılan çalışmalar incelenmiş ve uygun çalışmaların sonuçları kullanılmıştır. Literatür taraması ScienceDirect.com ve PubMed.gov siteleri üzerinden yapılmıştır.

Bulgular

Sürdürülebilir beslenme çerçevesinde geliştirilen Akdeniz Diyet Piramidi, 2009 yılından sonra ilk kez 2020 yılında güncellenmiştir. Yeni piramit, Akdeniz bölgesinde bulunan farklı kültürlerin kendi özelliklerine ve

beslenme ihtiyaçlarına göre basitleştirilerek düzenlenmiştir. Piramitte, sağlıklı yetişkinler üzerinden öneri sunulmaktadır ve risk grubundaki bireyler için ihtiyaçları doğrultusunda değişiklikler yapılmaktadır. Piramidin en üst noktasında nadiren tüketilmesi önerilen şeker, kırmızı et ve işlenmiş et ürünleri bulunmaktadır. Yeni piramit, hayvansal besinlerin tüketim sıklıklarını azaltacak şekilde düzenlenmiştir. Yerel, mevsime uygun, çevre dostu ve geleneksel besinlerin tüketimi desteklenmektedir. Piramidin üç boyutlu yapısı piramitte yer alan besinlerin sürdürülebilirlik durumlarını ve üretim süreçlerini temsil etmektedir (Lluís Serra-Majem et al., 2020).

Akdeniz Diyeti, Birleşmiş Milletler'in üye ülkelere eylem çağrısında bulunduğu Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları (SKA) ile uyumludur (Petkoska, 2020). Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları, 'yoksulluğu ortadan kaldırmak, gezegenimizi korumak ve tüm insanların barış ve refah içinde yaşamasını sağlamak için' 2030 sonuna kadar ulaşılabilecek hedeflerdir (UN, 2015). Akdeniz Diyeti bitkisel temelli bir beslenme modeli olduğu için diyetle tüketilen besinlerin su, hava ve toprak kirliliğine katkısı daha az olacaktır (SKA 3,6,14,15. maddeler). Akdeniz Diyet Piramidi'nde de önerilen mevsimsel besinleri tüketmek ve doğal saklama yöntemlerini kullanmak doğal kaynakların ve enerjinin fazla tüketilmesini önleyecektir (SKA 7. madde). Çevreye duyarlı bir beslenme modeli olan Akdeniz Diyeti, küresel iklim değişikliklerine hayvansal besinlerden yoğun beslenme modelleri kadar katkıda bulunmamakta (SKA 13. madde) ve besinlerin üretim süreçlerinde toprak, su ve havanın kirlenme oranı diğer diyetlere kıyasla daha az olmaktadır (SKA 6,13,14,15. maddeler).



Şekil 1. Akdeniz Diyet Piramidi (2020)

Kaynak: Petkoska, A. T. (2020). *Mediterranean Diet: A Nutrient Packed Diet and a Healthy Lifestyle for a Sustainable World.*

Akdeniz Diyeti; doğal kaynakların kirlenmesini ve aşırı kullanılmasını önleyen, çevresel etkileri az olan bir diyettir (Serra-majem & Medina, 2020).

Akdeniz Diyeti'nin çevresel etkileri diğer diyetlerle karşılaştırıldığında arazi ve doğal kaynak kullanımı ile sera gazı etkisi en düşük diyetlerden biri olmuştur (Fresán et al., 2018; Sáez-Almendros et al., 2013). Batı tipi beslenme alışkanlıklarıyla Akdeniz Diyeti'ni karşılaştıran bir çalışmada Akdeniz Diyeti en düşük ekolojik ayak izine sahipken batı tipi beslenme alışkanlıkları en yüksek ekolojik ayak izine sahip olmuşlardır. Geleneksel İspanyol Diyeti ise Akdeniz Diyeti'ne kıyasla sera gazı emisyonlarına iki kat daha fazla katkıda bulunmaktadır. Çalışmanın sonuçlarına göre İspanya'da Akdeniz Diyeti uygulanması sonucu, ekolojik ayak izi %72, arazi kullanımını %58, enerji kullanımını %52 ve su tüketiminin %33 oranında azalacağı belirtilmiştir (Sáez-Almendros et al., 2013). İtalya'da yapılan bir çalışmada

ise Geleneksel İtalyan Diyeti ile Akdeniz Diyeti'nin çevresel etkilerini karşılaştırılmış ve Akdeniz Diyeti'nin İtalya halkının geleneksel beslenme alışkanlıklarına göre çok daha düşük çevresel etkileri olduğu görülmüştür (Germani et al., 2014).



Şekil 2. Sürdürülebilir kalkınma amaçları.

Tablo 1. Akdeniz Diyeti, Geleneksel İspanyol Diyeti ve Batı tipi beslenme alışkanlıklarının ekolojik ayak izleri			
	Akdeniz Diyeti	Geleneksel İspanyol Diyeti	Batı tipi beslenme
Arazi kullanımı (103 Ha yıl ⁻¹)	8.365	19.874	33.162
Enerji tüketimi (TJ yıl ⁻¹)	239.042	493.829	611.314
Su tüketimi (Km ³ yıl ⁻¹)	132	197	220
Sera gazı emisyonları (Gg CO ₂ -eq yıl ⁻¹)	35.510	125.913	217.128

Kaynak: Sáez-Almendros, S., Obrador, B., Bach-Faig, A., & Serra-Majem, L. (2013). Environmental footprints of Mediterranean versus Western dietary patterns: Beyond the health benefits of the Mediterranean diet.

Bitkisel beslenme temelli bir diyet olan Vegan Diyet ile Akdeniz Diyeti'nin çevresel etkileri karşılaştırılan bir çalışmada Akdeniz Diyeti'nin iklim değişimine etkisi Vegan Diyet'in iki katı daha fazla olduğu görülmüştür. Bunun nedeninin Akdeniz Diyeti'nde az miktarlarda da olsa kırmızı et ve tavuk, balık, peynir, yumurta, süt ürünleri gibi hayvansal besinlerin tüketilmesi olduğu belirtilmiştir. Çalışmada vitaminler ve mineraller gibi mikro besin öğelerinin değerlendirmeye alınmamıştır ancak Vegan Diyet'in mikro besin öğeleri açısından eksikliklere neden olacağı tahmin edilmektedir (Castañé & Antón, 2017). Tüm besin öğelerinin önerilen porsiyonlarda tüketildiği; tavuk, balık, süt, yoğurt, yumurta gibi kaliteli protein içeren ancak çevresel etkileri diğer hayvansal besinlere göre daha az olan besinlerin tercih edildiği, sera gazı emisyonlarının azalmasına destek olan ve diyabet, obezite, kalp hastalıkları, kanser gibi hastalıklara karşı koruyucu sağlıklı ve sürdürülebilir bir beslenme modeli hem dünya hem de kendi sağlığımız için en iyi seçim olabilir.

Sonuç

Kültürel bir miras olan Akdeniz Diyeti'nin, yaşam için temel gereksim olan besin öğelerini sağladığı ve birçok hastalığa karşı koruyucu olduğu bilinmektedir. Son yıllarda sürdürülebilir bir beslenme modeli olarak da incelenmeye başlanmıştır. Akdeniz Diyeti; beslenme açısından yeterli, güvenli ve sağlıklı olmasının yanı sıra çevresel etkileri düşük, zengin biyolojik çeşitliliğe sahip, kültürel olarak kabul edilebilir, kolay ulaşılabilir, doğal kaynaklara saygılı bir diyetir.

Kaynaklar

- Aboussaleh, Y., Capone, R., & Bilali, H. El. (2017). Mediterranean food consumption patterns: Low environmental impacts and significant health-nutrition benefits. *Proceedings of the Nutrition Society*.
- Aleksandrowicz, L., Green, R., Joy, E. J. M., Smith, P., & Haines, A. (2016). The impacts of dietary change on greenhouse gas emissions, land use, water use, and health: A systematic review. In *PLoS ONE*.
- Alexandratos, Nikos; Bruinsma, J. F. (2012). World Agriculture Towards 2030/2015: The 2012 Revision. In *ESA Working Paper*.
- Bach-Faig, A., Berry, E. M., Lairon, D., Reguant, J., Trichopoulou, A., Dernini, S., Medina, F. X., Battino, M., Belahsen, R., Miranda, G., Serra-Majem, L., Aranceta, J., Atinmo, T., Barros, J. M.,
- Benjelloun, S., Bertomeu-Galindo, I., Burlingame, B., Caballero-Bartolí, M., Clapés-Badrinas, C., ... Padulosi, S. (2011). Mediterranean diet pyramid today. *Science and cultural updates. Public Health Nutrition*. Burlingame, B., & Dernini, S. (2011). Sustainable diets: the Mediterranean diet as an example. *Public Health Nutrition*.
- Castañe, S., & Antón, A. (2017). Assessment of the nutritional quality and environmental impact of two food diets: A Mediterranean and a vegan diet. *Journal of Cleaner Production*.
- De Boer, J., Schösler, H., & Aiking, H. (2014). "Meatless days" or "less but better"? Exploring strategies to adapt Western meat consumption to health and sustainability challenges. *Appetite*.
- FAO. (2010). Sustainable diets and biodiversity. In *Biodiversity and sustainable diets united against hunger*.
- Freibauer, A., Mathijs, E., Brunori, G., Damianova, Z., Faroult, E., Gomis, J. G., O'Brien, L., & Treyer, S. (2011). Sustainable Food Consumption and Production in a Resource-constrained World. *EuroChoices*.
- Fresán, U., Martínez-Gonzalez, M. A., Sabaté, J., & Bes-Rastrollo, M. (2018). The Mediterranean diet, an environmentally friendly option: Evidence from the Seguimiento Universidad de Navarra (SUN) cohort. *Public Health Nutrition*.
- Germani, A., Vitiello, V., Giusti, A. M., Pinto, A., Donini, L. M., & Del Balzo, V. (2014). Environmental and economic sustainability of the Mediterranean diet. *International Journal of Food Sciences and Nutrition*.
- Heller, M. C., Keoleian, G. A., & Willett, W. C. (2013). Toward a life cycle-based, diet-level framework for food environmental impact and nutritional quality assessment: A critical review. *Environmental Science and Technology*.
- Hoek, A. C., Pearson, D., James, S. W., Lawrence, M. A., & Friel, S. (2017). Healthy and environmentally sustainable food choices: Consumer responses to point-of-purchase actions. *Food Quality and Preference*.
- Lăcătușu, C. M., Grigorescu, E. D., Floria, M., Onofriescu, A., & Mihai, B. M. (2019). The mediterranean diet: From an environment-driven food culture to an emerging medical prescription. In *International Journal of Environmental Research and Public Health*.
- Mantzioris, E., & Villani, A. (2019). Translation of a mediterranean-style diet into the australian dietary guidelines: A nutritional, ecological and environmental perspective. In *Nutrients*.
- Meybeck, A., & Gitz, V. (2017). Sustainable diets within sustainable food systems. *Proceedings of the Nutrition Society*.
- Petkoska, A. T. (2020). Mediterranean Diet: A Nutrient Packed Diet and a Healthy Lifestyle for a Sustainable World. *Journal of the Science of Food and Agriculture*.
- Sáez-Almendros, S., Obrador, B., Bach-Faig, A., & Serra-Majem, L. (2013). Environmental footprints of Mediterranean versus Western dietary patterns: Beyond the health benefits of the Mediterranean diet. *Environmental Health: A Global Access Science Source*.
- Serra-majem, L., & Medina, F. X. (2020). Mediterranean diet : A long journey toward intangible cultural heritage and sustainability *International Centre for Advanced Mediterranean Agronomic Studies*. In *The Mediterranean Diet (Second Edi)*. Elsevier Inc.
- Serra-Majem, L., Román-Viñas, B., Sanchez-Villegas, A., Guasch-Ferré, M., Corella, D., & La Vecchia, C. (2019). Benefits of the Mediterranean diet: Epidemiological and molecular aspects. In *Molecular Aspects of Medicine*.
- Serra-Majem, Lluís, Bach-Faig, A., Miranda, G., & Clapes-Badrinas, C. (2011). Foreword: Mediterranean diet and climatic change. In *Public health nutrition*.
- Serra-Majem, Lluís, Bach-Faig, A., & Raidó-Quintana, B. (2012). Nutritional and cultural aspects of the mediterranean diet. *International Journal for Vitamin and Nutrition Research*.
- Serra-Majem, Lluís, Tomaino, L., Dernini, S., Berry, E. M., Lairon, D., de la Cruz, J. N., Bach-Faig, A., Donini, L. M., Medina, F. X., Belahsen, R., Piscopo, S., Capone, R., Aranceta-Bartrina, J., Vecchia, C. La, & Trichopoulou, A. (2020). Updating the mediterranean diet pyramid towards sustainability: Focus on environmental concerns. *International Journal of Environmental Research and Public Health*.
- Smith, P., & Gregory, P. J. (2013). Climate change and sustainable food production. *Proceedings of the Nutrition Society*.
- UN. (2015). About the Sustainable Development Goals - United Nations Sustainable Development. In *Sustainable Development Goals*.
- UN. (2019). World population prospects 2019. In *Department of Economic and Social Affairs. World Population Prospects 2019*.

Yenilebilir Otların Yerel Halk Tarafından Mutfaklarda Kullanım Şekilleri: Manavgat Örneği

Mustafa Oğuzhan Ercan¹, Dilek Gülcan²

¹Istanbul Rumeli Üniversitesi Meslek Yüksekokulu Otel, Lokanta ve İkram Hizmetleri Bölümü Aşçılık Programı, İstanbul

²Neşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Gastronomi ve Mutfak Sanatları Anabilim Dalı, İstanbul

Özet

Bu çalışma gastronomi turizmi bakış açısıyla Akdeniz bölgesinde yer alan zengin bir bitki çeşitliliğine sahip Manavgat (Antalya) ilçesinin yenilebilir otlarının mutfaklarda kullanım şekillerinin belirlenmesini amaçlamaktadır. Bu amaca yönelik araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden görüşme tekniğinden yararlanılmıştır. Görüşmeler yarı-yapılandırılmış görüşme formu vasıtasıyla gerçekleştirilmiş ve veri analiz yöntemi olarak betimsel analizden yararlanılmıştır. Araştırma evrenini Manavgat ilçesinde ikamet eden, yenilebilir otları tüketenler ve pazar satıcıları oluşturmaktadır. Görüşmeler mülakat yapmayı kabul eden 50 yaş ve üzeri 18 kişi ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda tespit edilen otların pazarlarda yeteri kadar satışa sunulmadığı ve genel anlamda yiyecek olarak tüketildiği saptanmıştır.

Anahtar sözcükler: Gastronomi turizmi, Manavgat, Mutfak, Yenilebilir ot.

Giriş

Beslenme, canlıların yaşamsal faaliyetlerini verimli bir şekilde sürdürebilmeleri için gereksinim duydukları enerji ve besin maddelerinin karşılanması zorunlu olan temel fizyolojik ihtiyaçlardan biridir (Baysal, 2016; Kahraman, 2018). İnsanların beslenme tarzları; sosyal ve psikolojik isteklerin tatminine, gelenek ve göreneklere, coğrafi şartlara, eğitim durumlarına ve ekonomik durumlarına göre değişiklik göstermektedir (Baysal, 2016; Mangır, 1987). Yaşadığı doğal ortama uyum sağlamaya çalışan bireyler çevre faktörünü göz önünde bulundurarak kendilerine has mutfak kültürünü şekillendirmiştir (Önay, Bayrak ve Akman, 2007; Yılmaz ve Akman, 2018).

Toplumların tarih öncesi dönemlerde yaban hayvanlarını avlayarak, yabani bitki çeşitlerini de deneme-yanılma yöntemi ile besin ihtiyaçlarını karşılamak ve hastalıkları tedavi etmek amacıyla kullandıklarını söylemek mümkündür (Aydeniz, 2018; Kendir ve Güvenç, 2010; Badayman, Dinçel ve Ünver, 2018). Tarımsal üretimin beraberinde getirdiği değişim ile birlikte hayvansal ürünlere bağlı olarak gerçekleşen tüketimde ve bitkisel ürünlerin tüketiminde yenilebilir otlar değer kazanmaya başlamıştır (Şimşek, Durmuş ve Çakmak, 2020). Farklı amaçlarla kullanılan yenilebilir otlar nesilden nesile aktararak çağımıza kadar ulaşan gıda ürünleri arasındadır (Ceylan ve Şahingöz, 2019).

Türkiye'nin farklı coğrafi bölgelerinde doğal olarak yetişebilen yenilebilir otların zenginliğinden bahsetmek mümkündür. Yenilebilir otların bölgelerin değişiklik gösteren ekosistemlerine göre kullanım amaçları değişiklik göstermektedir. Bu değişim bölgelerin mutfak kültürü özellikleri ile ilişkilendirilmektedir. Bu durum yemek ile kültür ve beslenme alışkanlıkları arasında bir ilişki olduğunun göstergesidir ve gastronomi biliminin ilgi alanına dikkat çekmektedir (Eren, 2007). Gastronominin gelişim göstermesiyle birlikte bir yörenin mutfak kültürü unsurlarının değer kazanmaya başladığından bahsedilmektedir (Şimşek, Durmuş ve Çakmak, 2020).

Gastronomi turizmi bağlamında incelendiğinde yenilebilir otlar ve bu otlar baz alınarak hazırlanan yiyecek-icecek ürünleri aynı zamanda bir bölgenin gastronomik kimliğini ortaya çıkardığı için büyük önem taşımaktadır (Apuhan ve Beyazkaya, 2019). Yenilebilir yabani otlar ile ilgili yazın incelendiğinde yapılan araştırmaların çoğunlukla insan sağlığı üzerindeki etkilerine (Aksoy vd., 1988; Bulut, 2005; Bordoloi, Vishwakarma ve Dubey, 2011; Volpe vd., 2015; Yamamoto vd., 2000) besin yapılarının tespit edilmesine yönelik (İnce ve Ünal, 2012; Sofowora, 1982; Polat ve Satıl, 2012; Ceylan ve Yücel, 2015) olduğu göze çarpmaktadır. Yenilebilir yabani otların bölgelere göre gastronomi turizmi bağlamında değerlendirilmesine yönelik (Apuhan ve Beyazkaya, 2018; Keleş ve Demirdağ, 2019; Karaca, Yıldırım ve Çakıcı, 2015; Şimşek, Durmuş ve Çakmak, 2020) çalışmaların kısıtlılığı araştırmanın problem konusunu

kapsamaktadır. Bu noktadan hareketle gastronomi turizmi bakış açısıyla Manavgat İlçesi'nde yetişen yenilebilir otların belirlenmesi ve yerel halk tarafından mutfaklarda kullanım şekillerinin tespiti araştırmanın amacını oluşturmaktadır. Manavgat İlçesine yönelik ilgili alan yazında yer alan çalışmaların sınırlılığı aynı zamanda bu araştırmanın önemini vurgulamaktadır.

Yenilebilir Ot Kavramı ve Mutfaklarda Kullanımına İlişkin Literatür

Ot, Türk Dil Kurumu (2020), sözlüğüne göre şu biçimde tanımlanmıştır:

'Toprak üstündeki bölümleri odunlaşmayıp yumuşak kalan, ilkbaharda bitip bir iki mevsim sonra kuruyan küçük bitkilerdir'. Ot genel bir ifadeyle doğal olarak, insan müdahalesine gerek duymadan yetişen bitkiler şeklinde tanımlanmaktadır (Şimşek, Durmuş ve Çakmak, 2020). Yenilebilir otlar yeterli erişkinliğe ulaşmış ve yöntemine uygun bir şekilde toplanan, mutfaklarda kullanılan gıda ürünlerini ifade etmektedir (Kallas, 1996).

Türkiye, coğrafi konum, iklim ve toprak yapısı özellikleri nedeniyle çeşitli bitki türlerinin doğal olarak yetişebilmesine olanak sağlaması açısından dünyada en zengin ülkelerden biridir ve kendiliğinden yetişebilen 12,000'in üzerinde bitki taksonu mevcuttur. Bu bitkilerin yaklaşık 3649'u endemik türdedir (Güner vd., 2012). Yenilebilir otlar Türk kültüründe geçmişten itibaren tüketilen bir yiyecek ürünü olmuştur (Faydaoğlu ve Sürücüoğlu 2011). Bu tüketim alışkanlığı nesilden nesile aktarılarak alışkanlık haline gelmiştir.

Günümüzde gastronomi turizmine olan talebin değer kazanması ülkelerin yerel mutfak kültürü unsurlarına verdikleri önemin artması sonucunu doğurmuştur (Kök vd., 2020). Yenilebilir otların türleri ve tüketim şekilleri belirli bir bölgeye has özellik gösterdiğinden o bölgenin ziyaret edilmesinde etkili bir unsur olabilmektedir (Karaca, Yıldırım ve Çakıcı, 2015). Akdeniz Bölgesi de kendine ait bitki türü çeşitliliği bakımından büyük bir öneme sahiptir ve Antalya 3250 bitki taksonunu içinde barındırmaktadır. Bitki taksonunun 773'ü endemik bitkileri kapsamaktadır ve bunların 244'ü Antalya ilinde yetişmektedir. Bu durum Antalya ilinin yenilebilir ot türleri bakımından zengin bir bölge olduğunun göstergesidir (Deniz vd., 2016).

Yenilebilir otlar bölgelerin yeme-içme alışkanlıklarına bağlı olarak hazırlanış biçimleri farklılık göstermektedir (Ceylan ve Şahingöz, 2019). Salata, yemek ve baharat olarak kullanımının yanı sıra içecek olarak da tüketilebilmektedir (Aksoy, Çelik ve Tunay, 2016). Yenilebilir otlar ile ilgili literatür incelendiğinde turistlerin bahsedilen gıda ürünleri ile ilgili yemeklere ve yerel ölçekte yapılan festivallere yöneltileri belirtilmektedir (Karaca, Yıldırım ve Çakıcı, 2015). Yenilebilir otların mutfaklarda kullanım şekilleri, gastronomi turizmi açısından değerlendirilmesi, bir bölgeye ait yenilebilir otların tespiti ve yerel halk tarafından tüketim alışkanlıkları gibi konuların incelendiği görülmektedir (Apuhan ve Beyazkaya, 2018; Çetinkaya ve Yıldız, 2018; Kök vd., 2020).

Yöntem

Manavgat ilçesi (Antalya) ve çevresi Akdeniz ikliminin etkisi altında olan bir bölgedir. Yaz mevsimi sıcak ve kurak; kış aylarında ise ılık ve yağışlıdır. Yüksek kesimlerde kuraklığın azaldığı ancak yağışların artış gösterdiği görülmektedir. Rakımı düşük alanlarda ise nem oranı artmaktadır (Özçelik vd., 2015). Toprak yapısı bakımından zengin alanlar rakımı düşük yerlerde bulunmaktadır. İlçe merkezinin sahip olduğu coğrafi konum, bölgenin yenilebilir ot türü bakımından zengin olmasına imkân tanımaktadır (Bulut, 2006). Bu kapsamda Manavgat ilçesinde yetişen yenilebilir otların belirlenmesi ve bölge halkı tarafından mutfaklarda kullanım durumunun tespit edilmesi araştırmanın amacını oluşturmaktadır. Araştırmanın amacına uygun olarak nitel araştırma yöntemlerinden görüşme tekniği tercih edilmiştir. Araştırma kapsamında elde edilen veriler yarı yapılandırılmış görüşme formu vasıtasıyla tespit edilmiştir. Yarı yapılandırılmış görüşmeler standart ve esnek özelliklere sahip olması nedeniyle anketlerdeki belirli bir duruma dışına çıkmayan düşünce yapısının aksine belirli bir konu hakkında detaylı bilgiye ulaşılması açısından sıklıkla kullanılan bir veri toplama aracıdır (Yıldırım ve Şimşek, 2003).

Araştırma evreni Antalya iline bağlı Manavgat ilçesinde ikamet eden yenilebilir ot tüketim alışkanlığına sahip kişiler olarak belirlenmiştir. Bu bağlamda araştırma örneklemini 18 gönüllü katılımcıdan oluşmaktadır. Bu kişiler, genel olarak bölgedeki yenilebilir otlar ve ne şekilde tüketilmesi gerektiği hususunda bilgili, bu otları toplayan, tüketimini gerçekleştiren ve yaşları itibarıyla bilgi sahibi olduğu belirlenen 40 yaş ve üzerindeki kişilerdir. Katılımcıların 13'ü kadın 5'i erkeklerden oluşmaktadır.

Nitel araştırmalarda gerçekleştirilen görüşmelerde benzer yanıtlar alınmaya başladığında ve elde edilen veriler yeterli tatmin düzeyine ulaştığında katılımcı sayısını artırmaya ihtiyaç yoktur. (Miles ve Huberman, 1994; akt. Katlav vd., 2019). Görüşmelerde alınan yanıtlar birbirini tekrar etmeye başladığından dolayı araştırma 18 kişi ile sınırlı tutulmuştur.

Görüşmeler 03.08.2020 – 23.08.2020 tarihleri aralığında gerçekleştirilmiştir. Görüşmeler yukarıda verilen bilgilere göre Manavgat ilçesinde rakımın düşük olduğu yerlerde toprak yapısının ve bitki çeşitliliğinin fazla olması nedeniyle ile merkezindeki halk pazarları ve turistlere yönelik kurulan pazarlarda gerçekleştirilmiştir. Araştırma verilerini elde etmek amacıyla Şimşek, Durmuş ve akmak (2020)'in çalışmalarından yararlanılarak aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır;

1. Manavgat'ta hangi yenilebilir otlar yetişmektedir?
2. Yetişen bu yabancı otları tüketiciler musunuz?
3. Bu otları nereden temin ediyorsunuz?
4. Yenilebilir otların hangi kısımlarını ne Şekilde tüketiciler musunuz?
5. Yenilebilir otları ne amaçla kullanıyorsunuz?

Katılımcılar ile gerçekleştirilen görüşmelerde, araştırmanın geçerliliği ve güvenirliği açısından izinleri alınarak ses kaydı yapılmıştır. Görüşmeler 25-35 dakika arasında srmuştur. Araştırmacı verilen cevapları görüşme formuna yazmış, daha sonra veriler kodlanarak analize tabi tutulmuştur. Elde edilen veriler nitel araştırma yöntemleri kapsamında betimsel analiz kullanılarak değerlendirilmiştir. Betimsel analiz, bir araştırma erevesi oluşturma, buna göre verilerin toplanması, bulguların tanımlanması ve yorumlanması esasına dayanan bir analiz yöntemidir. (Altunışık, Coşkun, Yıldırım ve Bayraktaroğlu, 2010).

Bulgular

Elde edilen veriler kapsamında Manavgat ilçesi'nde yetişen yenilebilir otlara dair bilgiler Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1. Manavgat'da yetişen yenilebilir otlar			
Labada	Kuş otu	Kaya koruğu	ıtlık otu
Su teresi	Adaçayı	Sinir otu	kse otu
Arapsaçı otu	Kekik	Kum kekiği	Kabalak otu
Sarmaşık otu	Asma yaprağı	Yarpuz	iğer otu
Sütleğen otu	Yabancı sarımsak	Deniz börülcesi	
Gelincik otu	Kuzukulağı	Pazı	
İğnelik otu	Hatmi ieği	Kuşkonmaz	
Kenger	Mersin	iriş otu	
Yabancı turp	İhlamur	Kırkilit otu	
Yılan burağı	Karpuz otu	Hindiba	
Katırtırnağı	Biberiye	Şevketibostan	
Kazayağı	Beşparmak otu	Gveyfeneri	
Ebegümeci	Semizotu	Ayrık otu	
Isırgan otu	Mercanköşk	Madımak	
Gelin otu	Andızotu	Bozotu	

Tablo 1’de belirtildiği üzere katılımcılardan alınan bilgiler doğrultusunda Manavgat ilçesinde yetişen 49 adet yabancı ot türü tespit edilmiştir. Yapılan görüşmeler çerçevesinde yenilebilir otların farklı isimlerle adlandırıldıkları çıkarımında bulunulmuştur. Bu duruma örnek olarak labada otu; libada, sarmaşık otu; arnavuz, iğnelik otu; karacaoğlan, katırtırnağı; katırsırnağı şeklinde bilinmektedir.

Tablo 2. Pazarlarda satışa sunulan yabancı otlar	
Su teresi	İhlamur
Arapsaçı otu	Biberiye
Yabancı turp	Pazı
Ebegümeci	Deniz börülcesi
Ciğer otu	Kum kekiği
Isırgan otu	Labada
Adaçayı	Gelincik otu
Kekik	
Asma yaprağı	
Yabancı sarımsak	
Semizotu	
Kuzu kulağı	

Tablo 2’de yenilebilir otların %38,3’ünün pazarlarda satışa sunulduğu tespit edilmiştir. Geriye kalan %61,2’lik dilimin satışının neden yapılmadığına dair farklı açıklamalar mevcuttur. Bu çalışmanın zaman aralıklarının yaz ayını kapsamaması kış ve bahar aylarında yetişen farklı ot türlerinin hangilerinin pazarlarda satışa sunulduğunun tespitine dair kısıtlılıkları oluşturmaktadır.

Tablo 3. Yenilebilir otların mutfaklarda kullanımına ilişkin bilgiler			
Yenilebilir Ot	Otların Kullanılan Kısımları	Kullanım Şekli	Kullanım Amacı
Labada	Yaprakları	Yemek	Yiyecek
Su teresi	Yaprakları	Yemek	Yiyecek
Arapsaçı otu	Yaprakları	Yemek, salata	Yiyecek
Sarmaşık otu	Tamamı	İçecek, yemek, salata	Sağlık, yiyecek
Sütleğen otu	Tamamı	Yemek, salata	Yiyecek
Gelincik otu	Çiçeği	İçecek, yemek, salata	Sağlık, yiyecek
İğnelik otu	Gövde ve yaprakları	Yemek, salata	Yiyecek
Kenger	Gövde ve yaprakları	Yemek	Yiyecek
Yabancı turp	Tamamı	Yemek, salata	Yiyecek
Yılan burçağı	Tamamı	İçecek	Sağlık
Katırtırnağı	Çiçekleri	İçecek	Sağlık
Kazayağı	Yaprakları	Yemek	Sağlık, yiyecek
Ebegümeci	Yaprakları	Salata, yemek	Yiyecek
Isırgan otu	Yaprakları	İçecek, salata, yemek	Sağlık, yiyecek
Kuş otu	Tamamı	İçecek, salata, yemek	Sağlık, yiyecek
Adaçayı	Çiçekleri	İçecek	Sağlık
Kekik	Yaprakları	Baharat, içecek	Sağlık, yiyecek
Asma yaprağı	Yaprakları	Yemek	Yiyecek
Yabancı sarımsak	Tamamı	Salata, yemek	Yiyecek

Tablo 3. Devamı			
Yenilebilir Ot	Otların Kullanılan Kısımları	Kullanım Şekli	Kullanım Amacı
Kuzukulağı	Tamamı	Salata, yemek	Yiyecek
Hatmi çiçeği	Çiçekleri	İçecek	Sağlık
Mersin otu	Yaprakları	İçecek	Sağlık
İhlamur	Çiçekleri	İçecek	Sağlık
Karpuz otu	Tamamı	Salata, yemek	Yiyecek
Biberiye	Yaprakları	Baharat	Yiyecek
Beşparmak otu	Çiçekleri	İçecek	Sağlık
Ciğer otu	Yaprakları	Salata	Yiyecek
Semizotu	Tamamı	Salata, yemek	Yiyecek
Mercanköşk	Yaprakları	Baharat	Yiyecek
Andızotu	Çiçekleri, yaprakları	İçecek, yemek	Sağlık, yiyecek
Kaya koruğu	Tamamı	Salata, yemek	Yiyecek
Sinir otu	Yaprakları	Salata, içecek	Sağlık, yiyecek
Kum kekiği	Çiçekleri	Baharat, içecek	Sağlık, yiyecek
Yarpuz	Yaprakları	Baharat, salata	Yiyecek
Deniz börülcesi	Tamamı	Salata, yemek	Yiyecek
Pazı	Yaprakları	Yemek	Yiyecek
Kuşkonmaz	Tamamı	Salata, yemek	Yiyecek
Çiriş otu	Yaprakları	Yemek	Yiyecek
Kırkkilit otu	Yaprakları	İçecek	Sağlık
Hindiba	Tamamı	Yemek	Yiyecek
Şevketibostan	Tamamı	Yemek	Yiyecek
Güveyfeneri	Yaprakları	İçecek	Sağlık
Ayrık otu	Yaprakları	Salata	Yiyecek
Madımak	Yaprakları	Salata, yemek	Yiyecek
Bozotu	Yaprakları	İçecek	Sağlık
Çıtlık otu	Yaprakları	İçecek, salata, yemek	Sağlık, yiyecek
Ökse otu	Tamamı	Yemek	Yiyecek
Kabalak otu	Tamamı	İçecek, yemek	Sağlık, yiyecek

Tartışma ve Sonuç

Gastronomi turizminin gelişimi ile birlikte yöresel yemek unsurları ön plana çıkmaya başlamıştır. Yöresel yemek unsurları içerisinde herhangi bir bölgeye ait yenilebilir otlar da büyük öneme sahiptir (Çetinkaya ve Yıldız, 2018). İlgili yazında genel olarak gastronomi turizmi kapsamında yenilebilir otlar ile ilgili çalışmaların kısıtlılığı bir problemin varlığını ortaya koymaktadır. Bu kapsamda, Manavgat ilçesinde doğal olarak yetişen yenilebilir otların tespiti ve mutfaklarda kullanım şekillerinin belirlenmesi araştırmanın amacını oluşturmaktadır. Konu ile ilgili 03.08.2020 - 20.03.2020 tarihleri aralığında pazar satıcıları ve yenilebilir otları satın alma niyetinde bulunan yerel halk ile izinleri alınarak görüşmeler gerçekleştirilmiştir.

Elde edilen bilgiler doğrultusunda Manavgat ilçesinde yetişen ve mutfaklarda belirli bir amaca yönelik kullanılan 49 yenilebilir ot türü tespit edilmiştir. Mevsimsel faktörlerden dolayı bu otların yalnızca 19'unun pazarlarda satışa sunulduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yenilebilir otların ağırlıklı olarak yemeklerde kullanıldığı tespit edilmiştir. Bu sonuç Ceylan ve Şahingöz (2019) ve Şimşek, Durmuş ve Çakmak (2020)'in çalışmalarının sonuçları ile benzerlik göstermektedir. Bu çalışmalardan farklı olarak sağlık amaçlı tüketilen daha fazla ot türünün kullanıldığı belirlenmiştir.

Biberiye, mercanköşk, yarpuz, kekik ve kum kekiği taze veya kurutulularak baharat amacıyla kullanılmaktadır. Kekik bitkisinin dalları, kum kekiğinin ise çiçekleri kullanılmaktadır. Aynı zamanda bahsedilen baharatların sadece

yemeklerde değil, içecek olarak insan sağlığına faydası olduğu düşüncesiyle tüketilmesi ulaşılan farklı bir sonuçtur. Genel olarak otların yemek ve salatalarda kullanıldığı tespit edilmiştir. Bu durum yenilebilir otların gastronomi kapsamında ele alındığı çalışmaların sonuçları ile paralellik göstermektedir. Sağlık açısından ise çay ve macun olarak tüketildiği görülmektedir (Aygün, 2019; Aydeniz, 2018; Ceylan ve Yücel, 2015; Ceylan, 2019; Şimşek, Durmuş ve Çakmak; 2020).

Bu çalışma ile birlikte yenilebilir otların gastronomi turizmi bakış açısıyla tespiti ve mutfaklarda kullanım durumunun belirlenmesi yönünden alan yazına bazı katkılar sağlayacağı öngörülmektedir. Antalya ilinin 2015 yılı turist verileri incelendiğinde yaklaşık 37 milyon kişinin destinasyonu ziyaret ettiği göze çarpmaktadır. Aynı yıl için Manavgat ilini ziyaret eden turist sayısı yaklaşık 3,5 milyon civarındadır. Bu rakamların özellikleri yaz aylarında yoğunluk gösterdiğinden bahsetmek mümkündür (Matso, 2016). Gastronomi turizmi yılın her gününe yayılma özelliği gösteren bir turizm çeşididir (Kivela ve Crotts, 2005). Gastronomi turizmi içerisinde yenilebilir otların önemli bir yere sahip olması bu turizm türünün gelişimine katkı sağlayabilir. Yenilebilir otların tanıtılması amacıyla konaklama işletmeleri ile yerel paydaşların eş zamanlı çalışmaları ile turist sayılarının düşük potansiyele sahip zamanlara yönelik ot festivalleri düzenlenebilir. Konaklama işletmeleri turistlere bölgedeki otların tanıtımını içeren kataloglar dağıtarak bilinirliğinin artırılmasına yönelik çalışmalarda bulunabilir. Bölgede faaliyet gösteren yiyecek-içecek işletmeleri de menülerinde yenilebilir otları içeren ürünlere yer verebilir. Çalışma zaman kısıtı dolayısıyla Manavgat ilçesinin belirli bölgelerde ve tarihlerde gerçekleştirilmiştir. Bir sonraki çalışmalar da yenilebilir otlar Akdeniz bölgesinin farklı yörelerinde ve tarihlerde ele alınabilir. Yenilebilir otların mutfaklar kullanımının tespit edilmesi haricinde bu otlar ile yapılan yemeklerin hangileri olduğuna dair bir araştırma yürütülebilir. Aynı zamanda gastronomi turizmi kapsamında ilgili yiyecek - içecek işletmelerinin yenilebilir otlara menülerinde yer verilme durumunun tespiti konusunda farklı çalışmalar yapılabilir.

Kaynaklar

- Akar-Şahingöz, S., & Ceylan, F. (2019). Yenilebilir Otlar Tüketim Alışkanlığı: Düziçi Örneği. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 7(3), 2204-2225.
- Aksoy, C., Yücecan, S., Çiftçi, N., Tayfur, M., Akgün, B., & Taşçı, N. (1988). Kanser Hastalığında Tedavi Amacıyla Kullanılan Yöresel Bitkiler. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 17, 111-120.
- Apuhan, A. K., & Beyazkaya, T. (2019). Bingöl'ün Yenilebilir Yabani Bitkilerinin Gastronomi Turizmine Etkisi. *Tourism and Recreation*, 1(1), 31-37.
- Altunışık, R., Coşkun, R., Yıldırım, E., & Bayraktaroğlu, S. (2010). Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri. Sakarya: Sakarya Kitabevi.
- Aydeniz, F. (2018). Kaz Dağları'ndaki Yenilebilir Bitkiler ve Reçeteleri. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Okan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gastronomi Anabilim Dalı, İstanbul.
- Badayman, M., Dinçel, E., & Alçay, A. Ü. (2018). Çiriş Otu ve Türk Mutfağında Kullanımı. *Aydın Gastronomi*, 2(1), 51-55.
- Baysal, A. (2016). Genel Beslenme. Ankara: Ankara: Hatiboğlu Basım Ve Yayın San.Tic.Ltd.Şti.
- Berkay-Karaca, O., & Çakıcı, C. (2015). Gastronomi Turizminde Otlar, Ot Yemekleri ve Sağlıkla İlişkisi Üzerine Bir Değerlendirme. *Journal of Gastronomy and Gastronomy Studies*, 3(3), 27-42.
- Bordoloi, M., Bordoloi, P. K., Dutta, P. P., Singh, V., Nath, S., Narzary, B., Barua, I. C. (2016). Studies On Some Edible Herbs: Antioxidant Activity, Phenolic Content, Mineral Content And Antifungal Properties. *Journal Of Functional Foods*, 23, 220-229.
- Bulut, Y. (2006). Manavgat(Antalya) Yöresinin Faydalı Bitkileri. Yüksek Lisans Tezi, Isparta Süleyman Demirel Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Biyoloji Anabilim Dalı, Isparta.
- Ceylan, F., & Yücel, E. (2015). Düzce Ve Çevresinde Gıda Olarak Tüketilen Yabani Bitkilerin Tüketim Biçimleri Ve Besin Ögesi Değerleri. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Fen ve Mühendislik Bilimleri Dergisi*, 15(3), 1-17.
- Çakır-Keleş, M., & Demirbağ, Ş. A. (2019). Samsun Yöresel Ot Yemek Festivaline Katılım Motivasyonları. IV. Uluslararası Gastronomi Araştırmaları Kongresi, 19-21. Eylül, Nevşehir, Ankara.
- Çetinkaya, N., & Yıldız, S. (2018). Erzurum'un Yenilebilir Otları ve Yemeklerde Kullanım Şekillerine Yönelik Bir Araştırma. *Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 482-503.
- Deniz, İ. G., Aykurt, C., Genç, İ., & Aksoy, A. (2016). A new species of *Dianthus* (Caryophyllaceae) from Antalya. *South Anatolia, Turkey*, 63, 1-12.
- Eren, S. (2007). Türk Mutfağı ve Haccp Sistemi; Mutfak Profesyonellerinin Haccp Bilgilerinin Ölçülmesi. I. Ulusal Gastronomi Sempozyumu, 4-5. Mart, Antalya.
- Faydaoğlu, E., & Sürücüoğlu, M. (2011). Geçmişten günümüze tıbbi ve aromatik bitkilerin kullanılması ve ekonomik önemi. *Kastamonu Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi*, 11(1), 52-67.
- Güner, A., Aslan, S., Ekim, T., Vural, M., & Babaç, M. (2012). Türkiye Bitkileri Listesi Damarlı Bitkiler. Nezahat Gökyiğit Botanik Bahçesi Botanik Bahçesi ve Flora Araştırmalı Derneği Yayın, Flora Dizisi 1, İstanbul.

- İnce, O., & Ünal, İ. (2012). Tunceli Yöresinde Doğal Olarak Yetişen Çiriş Otuunun Mineral Madde İçeriği ve Antioksidan Aktivite Tayini. VI. Ulusal Analitik Kimya Kongresi, Mustafa Kemal Üniversitesi, 3-7. Eylül, Hatay, Türkiye.
- Kahraman, Ç. (2018). Üniversite Öğrencilerinde Beslenme Alışkanlıkları ve Obezite Riski: Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi Örneği. Yüksek Lisans Tezi, Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sağlık Yönetimi Anabilim Dalı, Tekirdağ.
- Kallas, J. (1996). Edible Wild plants from neighborhood to wilderness: A catalyst for experiential education. In 1996 Association for Experiential Education 24th Annual International Conference Proceedings. 26-29. Spokane, WA.
- Kendir, G., & Güvenç, A. (2010). Etnobotanik ve Türkiye’de Yapılmış Etnobotanik Çalışmalara Genel Bir Bakış. Hacettepe Üniversitesi Eczacılık Fakültesi Dergisi, 30(1), 49-80.
- Kivela, J., & Crotts, J. (2005). Gastronomy Tourism. Journal of Clunary Science & Technology, 4(2-3), 39-55.
- Kök, A., Kurnaz, A., Akyurt-Kurnaz, H., & Karahan, S. (2020). Ege Otlarının Yöresel Mutfaklarda Kullanımı. Journal of Tourism Intelligence and Smartness, 3(2), 152-168.
- Mangır, M. (1987). Yiyecek Alışkanlıkları. Ankara Üniversitesi, Ziraat Fakültesi, Ev Ekonomisi Yüksekokulu, 12(1), 55-59.
- Manavgat Sanayi ve Ticaret Odası (2016). Turizm ve Manavgat İçin Acil Önlemler Raporu. <https://www.matso.org.tr/> Erişim Tarihi:30.12.2020.
- Önay, D., Bayrak, E., & Akman, M. (2007). Silifke Yöresi Mutfağındaki Geleneksel Ürünlerin Özellikleri ve Beslenmedeki Fonksiyonel Önemi, ICANAS 38 Uluslararası Asya ve Kuzey Afrika Çalışmaları Kongresi, 10-15. Eylül, Ankara, Türkiye.
- Özgül-Katlav, E., Yönet-Eren, F., & Tuna, M. (2019). Kapadokya’da Bağcılığın Gastronomi Turizmi Açısından Değerlendirilmesi. Journal of Tourism and Gastronomy Studies, 7(3), 2167-2186.
- Polat, R., & Satıl, F. (2012). An Ethnobotanical Survey Of Medicinal Plantns İn Edremit Gulf. Journal Of Ethnopharmacology, 139(2), 626-642.
- Sofowora, A. (1982). Medicinal Plants And Traditional Medicine İn Africa. USA.: Willy and Son, NY.
- Şimşek, A., Durmaz, E. N., & Dilekci-Çakmak, S. (2020). Yenilebilir Otlar ve Mutfaklarda Kullanım Şekilleri: Kastamonu örneği. Tourism and Recreation, 2(1), 8-12.
- Türk Dil Kurumu (2020). <https://sozluk.gov.tr/> Erişim Tarihi: 20.12.2020.
- Vishwakarma, K. L., & Dubey, V. (2011). Nutritional Analysis Of Indigeneous Wild Edible Herbs Used Ineastern Chhatisgars,Indian. Emirates Journal of Food and Agriculture, 23(6), 554-60.
- Volpe, M. G., Nazzaro, M., Stasio, M. D., Siano, F., Coppola, R., & Marco, A. D. (2015). Content Of Micronutrients, Mineral And Trace Elements İn Some Mediterranean Spontaneous Edible Herbs. Chemistry Central Journal, 9, 57.
- Yamamoto, M., Shimura, S., Itoh, Y., Ohsaka, T., Egawa, M., & Inoue, S. (2000). Anti-Obesity Effects Of Lipase İnhibitor CT-II, An Extract From Edible Herbs, Nomame Herba, On Rats Fed A High-Fat Diet. International Journal of Obesity, 24, 758-764.
- Yılmaz, G., & Akman, S. (2018). Sürdürülebilir Gastronomi Çerçevesinde Edremit Körfezi Yöresel Mutfakları. Journal of Tourism and Gastronomy Studies, 6(4), 852-872.

Akdeniz Mutfağında Meşe Palamudu Tüketiminin Tarihsel Gelişimi

Şeyma Nur Güneş¹, Tolga Akcan^{1,2}

¹Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Anabilim Dalı, İzmir

²Dokuz Eylül Üniversitesi, Efes Meslek Yüksekokulu, Gıda İşleme Bölümü Gıda Teknolojisi Programı, İzmir

Özet

2010 yılında UNESCO tarafından Somut Olmayan Kültürel Miras Listesi'ne eklenen Akdeniz Diyeti, bir beslenme eyleminin yanı sıra sosyal yaşamı, kültürel çeşitliliği, kaliteyi ve sürdürülebilirliği de içerisinde barındırmaktadır. Günümüzde özellikle sağlık etkisiyle ön plana çıkan Akdeniz mutfağının uzun bir ömre katkı sağladığı bilinmektedir. Meşelerin Akdeniz bölgesinde geniş bir alana yayılmış olması, tarih boyunca Akdeniz ülkelerinde çeşitli amaçlarla meşe kullanımına neden olmuştur. Tazelik, sağlık, kalite ve çeşitliliği temsil eden Akdeniz mutfağı için meşe palamutları önemli besin kaynağı olmuştur. Sahip olduğu yüksek besin değeri ve biyoaktif bileşikler nedeniyle fonksiyonel gıda olarak da tanımlanan meşe palamutları tarihte pek çok toplum için hem değerli bir besin kaynağı olarak hem de bazı kültürel unsurların bir parçası olarak yer almıştır. Tarih boyunca hem insanlar için hem de hayvanlar için önemli bir besin kaynağı olan meşe palamutlarının tüketimi günümüzde azalmış durumdadır. Geçmiş dönemlerde meşe palamutları çeşitli Akdeniz ülkelerinde başta un halinde olmak üzere yağı çıkartılarak veya doğrudan meyve olarak farklı şekillerde tüketilmiştir. Meşe palamutları günümüzde ise tahıl ve yağ kaynağından ziyade, alternatif ucuz yem kaynağı olarak hayvan beslenmesinde kullanılmaktadır. Günümüzde kaliteli ve sağlıklı et üretmek amacıyla da meşe palamutları sıklıkla kullanılmaktadır. Tarihte meşe palamudu kullanılarak hazırlanan çeşitli yiyecek ve içeceklerin günümüzde neredeyse tamamen unutulmak üzere olduğu görülmektedir. İnsan sağlığına önemli katkıları olan meşe palamutlarının günümüzdeki kullanımına ilaveten geçmiş topluluklardaki kullanımının yeniden tanıtılması kültürel mirasın korunması açısından önemlidir.

Anahtar sözcükler: Akdeniz diyeti, Besin, Kültür, Meşe palamudu, Sağlık.

Giriş

Bir beslenme eyleminin yanı sıra sosyal ve kültürel çeşitlilikleri de barındıran Akdeniz diyeti UNESCO tarafından 2010 yılında Somut Olmayan Kültürel Miras Listesi'ne dahil olmuştur. Akdeniz diyeti ayrıca biyoçeşitlilik, sürdürülebilirlik, kalite, sağlık ve kültürel miras kavramlarını da içerisinde barındırmaktadır (González Turmo, 2012). Günümüzde özellikle sağlık etkisiyle öne çıkan Akdeniz diyetinin uzun bir ömre katkı sağladığı bilinmektedir. Çoğunlukla kalp hastalığı, yüksek tansiyon ve yüksek kolesterol hastaları için önerilen Akdeniz diyeti aynı zamanda kilo verdirici özelliğiyle de tanınmakta ve belirli kanser türlerini önlediği düşünülmektedir (Helstosky, 2009).

Toplumların yeme-içme eylemini belirleyen faktörlerden biri de coğrafi durumdur ve Akdeniz mutfağının oluşmasında da bölgenin coğrafi özellikleri etkili olmuştur. Bölgede geniş bir alana yayılmış olan meşeler tarih boyunca çeşitli amaçlar için kullanılmış ve toplumun beslenme kültüründe önemli bir yer edinmiştir. Fagaceae ailesinden Quercus cinsine ait ağaçlarda yetişen meyve olarak tanımlanan meşe palamudu (Vinha et al., 2020), tarihte özellikle Akdeniz bölgesi için uzun yıllar hem insanlar hem de hayvanlar açısından önemli bir besin kaynağı olmuştur (Gasmi-Boubaker et al., 2011). Araştırmacılar meşe palamutlarının tarihte acil durum gıdası olarak tüketiminin yanı sıra günlük tüketimde de kullanıldığını belirtmişlerdir (Šáľková et al., 2011). Sağlıklı bir beslenme biçimi olan Akdeniz diyetinde binlere yıllık geçmişe sahip olan meşe palamutları, içeriğindeki biyoaktif bileşenler ve yüksek besin değeri nedeniyle tüketiciler için fonksiyonel gıda olarak tanımlanmaktadır (Pereira & Oliveira, 2018). Günümüzde asıl olarak hayvan yemi işleviyle bilinen meşe palamutları hem zengin besin içeriği hem de tarih boyunca gıdalarda çeşitli şekillerde kullanılmış olması nedeniyle bulunduğu bölgelerin gastronomik ve tıbbi folklorunun önemli bir parçasıdır (Silva et al., 2016). Tarihte ekme, çorba, kek veya kahve olarak çeşitli şekillerde tüketilen meşe palamutlarının (Rakić et al., 2006), çeşitli Akdeniz ülkelerinde yenilebilir meyve olarak tatlı, dondurma ve likör yapımında kullanıldığı bilinmektedir (Korus et al., 2015). Ayrıca gastronomide kestane ve kuru meyvelerin yerine, un formunda ekme ve kek gibi ürünlerin üretiminde ve sağlıklı içeceklerin hazırlanmasında da

kullanılabilen meşe palamutlarının (Silva et al., 2016), yağının çıkartılarak tüketilmesi de dünyanın pek çok yerinde uzun bir geçmişe sahiptir (Makhlouf et al. 2020).

Bu çalışmada meşe palamutlarının gıdalarda potansiyel kullanım alanları da ele alınarak, tarihte hangi Akdeniz ülkeleri tarafından ne şekilde kullanıldığı, bu tüketim alışkanlığının günümüze yansımaları ve eski gelenekler doğrultusunda meşe palamudu tüketiminin tanıtılıp yaygınlaştırılmasının günümüzdeki önemi ele alınmıştır.

Amaç ve Kapsam

Yüzlerce yıllık bir tarih üzerine inşa edilmiş olan Akdeniz diyeti, 2010 yılında UNESCO tarafından koruma altına alınmıştır. Ancak tehdit altında olan bu kültürel mirasın korunması noktasında daha fazla girişime ihtiyaç vardır (González Turmo, 2012). Bu çalışmada Akdeniz mutfak kültüründe çağlar boyunca geniş yer edinmiş meşe palamutlarının farklı toplumlarda ne şekilde tüketildiği araştırılmıştır. Bununla birlikte günümüz Akdeniz ülkelerinde neredeyse yok olmuş geleneksel meşe palamudu tüketim alışkanlıklarının yeniden tanıtılıp canlandırılmasının önemi ele alınmıştır. Çalışmada, son dönemlerde meşe palamutlarının gıdalardaki kullanımına ilişkin araştırmalara da yer verilerek, meşe palamudu tüketiminin yeniden yaygınlaşmasının Akdeniz ülkelerine sağlayacağı katkılar ve kültürel mirasın korunması noktasında sağlayacağı katkıların ele alınması amaçlanmıştır.

Yöntem

Çalışmadaki veriler literatürde bulunan çeşitli kitap, makale ve bildiri kaynaklarının incelenmesiyle elde edilmiştir. Bu kapsamda meşe palamutlarının tarihteki tüketim alışkanlıklarına ilişkin literatürdeki bilgiler ve gıdalarda çeşitli şekillerde kullanılabilirliğine ilişkin güncel araştırmalar ele alınmıştır. Sonuç olarak meşe palamudu tüketiminin ekonomi, sağlık ve sürdürülebilirlik açısından günümüzde sağlayacağı potansiyel katkılar, literatürdeki veriler doğrultusunda tartışılmıştır.

Bulgular

Toplamda yaklaşık 600 türü tanımlanmış olan meşeler neredeyse dünyanın her yerine yayılmış durumdadır (Rosenberg, 2008). Akdeniz bölgesinin karakteristik bir bileşeni olarak meşeler tarih boyunca Akdeniz toplumları tarafından mobilya, yalıtım malzemeleri, odun ve mantar üretimi vb. gibi çeşitli amaçlar için kullanılmıştır (Pignone & Laghetti, 2010). Ayrıca meşe ağacının meyvesi olarak tanımlanan meşe palamutlarının antik çağlardan beri hem insanlar hem de hayvanlar için gıda kaynağı olarak kullanıldığı ortaya konmuş durumdadır (Karaman & Kamal Mohammed Azize, 2019). Binlerce yıldır insanlar tarafından çeşitli şekillerde yiyecek olarak tüketilen meşe palamutlarının bazı çeşitleri doğrudan diğer kabuklu yemişlerin yerine kullanılabilir (Salih et al., 2013). Ancak içeriğinde çok düşük miktarda tanen bulunan birkaç Güney Avrupa türü haricindeki meşe palamudu türlerinin gıdalarda oluşturduğu acı tat, doğrudan tüketimi mümkün kılmamaktadır (Deforce et al. 2009). Bu nedenle ham meşe palamudu lezzetli bir yiyeceğe dönüştürülmek üzere kimyasal ve mekanik yöntemlerle işlenmektedir (Rosenberg, 2008). Bu yöntemler soyma, kavurma ve/veya kaynatma gibi işlemleri içermektedir (Deforce et al. 2009).

İçeriğinde yağ, karbonhidrat, protein, başta A ve C olmak üzere çeşitli vitaminler, birçok temel amino asit ve bol miktarda nişasta bulunan meşe palamutlarının (Bainbridge 1985), geçmiş toplumlar tarafından özellikle kıtlık dönemlerinde yüksek enerjili bir besin kaynağı olarak tüketildiği bilinmektedir (Pasqualone et al., 2019). Sağlık etkilerinin çok eski dönemlerde keşfedildiği bir besin olarak meşe palamutları, Anadolu halk tıbbında hemoroit, diyabet ve böbrek taşlarına karşı ilaç olarak kullanılmıştır (Gezici & Sekeroglu, 2019). Bununla birlikte Avrupa çapında geleneksel tıpta özellikle kavrulmuş meşe palamutlarının kullanıldığı bilinmektedir (Vinha et al., 2020). Günümüzdeki araştırmalar meşe palamutlarının kemik hasarını önlemede, beyin fonksiyonlarını iyileştirmede, HDL-kolesterol seviyelerini artırmada, antimikrobiyal ve antioksidan aktivite sağlamada, kolesterol ve glikoz metabolizmasını kontrol etmede etkili olduğunu göstermiştir (Pereira & Oliveira 2018). Ayrıca meşe palamutlarının kanser ve Alzheimer hastalığının tedavisinde yeni bitkisel ürünlerin hammaddesi olarak kullanılabilirliği bildirilmiştir (Gezici & Sekeroglu, 2019).

İçeriğindeki sağlık etkileriyle Akdeniz diyetinin bir parçası olan meşe palamudu tüketiminin tarihi incelendiğinde, meşe palamutlarını yaygın olarak tüketen Akdeniz ülkelerinden birinin İtalya olduğu görülmektedir. İtalya'nın Sardunya bölgesinde çağlar boyu bölge halkının önemli bir besin kaynağı olan "Pan'İspeli" adındaki sıra dışı ekmek

buna önemli bir örnektir. Kül, kil, meşe palamudu unu ve su kullanılarak yapılan bu ekmeğin geçmiş dönemlerde buğday ekmeğinden daha değerli görülerek daha yüksek fiyatlara satılmıştır. Günümüzde ise sadece bölgedeki bazı yaşlı insanlar tarafından bilinmekte ve zaman zaman şenlikler için hazırlanmaktadır (Claudia, 2013). “Pane di ghiande” ismiyle de bilinen bu meşe palamudu ekmeği, günümüzde İtalya’nın Urzulai bölgesinde yaşlı bir kadın tarafından hala hazırlanmaktadır. Ancak İtalyan kültüründe geçmişte yaygın olan meşe palamudunun insan beslenmesinde kullanımını günümüzde ortadan kalkmış durumdadır (Pignone & Laghetti, 2010). Günümüz İspanya’sında esas olarak hayvan beslenmesinde kullanılan meşe palamutlarının çeşitli geleneksel gıdaların hazırlanmasında da kullanıldığı bilinmektedir. İspanya’nın Batı Pireneler bölgesinde yapılan “Talo” adındaki yiyecek; meşe palamudu unu ve suyla hazırlanan, ızgara üzerinde pişirilen ve genellikle etli yemeklerle birlikte servis edilen kek benzeri bir yiyecektir. Günümüzde ise bölge halkı tarafından geleneksel olarak yapımı devam etmektedir (Ayerdi et al., 2016). Günümüzde meşe palamutları çoğunlukla kaliteli ve ticari değeri yüksek et üretmek amacıyla İberya domuzlarının beslenmesinde kullanılmaktadır (Akcan et al., 2017).

İspanya ve Portekiz’e özgü önemli bir gastronomik ürün olan İberya jambonu “jamon İberico”, bunun en önemli örneklerindedir. İberya’daki meşe palamutlarıyla beslenen domuzlardan elde edilen bu jambon türüne uluslararası bir talep -kalitesi ve lezzeti nedeniyle- gittikçe artmaktadır. (Cava Jiménez et al., 2019) İberya domuzlarından elde edilen bu et ürünleri, kalite standartlarına göre dört kategoriye ayrılmaktadır. %100 İberya domuzlarının “dehesa” adı verilen meşe ağaçlarının bulunduğu ormanlık alanda serbestçe dolaşarak beslenmesiyle elde edilen et ürünleri en kaliteli ve en pahalı olarak siyah etiket sahibidir. Aynı şekilde meşe palamutlarıyla beslenen ancak %75 ve %50 İberya domuzlarından elde edilen et ürünleri kırmızı etiket sahibidir. %100, %75 ve %50 İberya domuzlarının, meşe palamudunun yanı sıra yem de verilerek karışık şekilde beslenmesiyle elde edilen et ürünleri yeşil etiket sahibidir. Son olarak %100, %75 ve %50 İberya domuzlarının, tahıl bazlı yemlerle beslenmesi sonucu elde edilen et ürünleri ise beyaz etiket sahibidir (Díaz-caro et al., 2019). Etin kalitesi ve fiyatlandırılması bu etiket sistemine göre yapılmaktadır. Sağlıklı bileşenlere sahip bu jambon türünü düzenli tüketmenin kardiyovasküler sağlık üzerinde yararlı etkilerinin olduğu düşünülmektedir (Márquez Contreras et al., 2018). Benzer şekilde Yunanistan’da da meşe palamutları ucuz ve alternatif yem kaynağı olarak kullanılmaktadır (Roukos et al., 2017). Günümüzde meşe palamutlarının hayvan besin kaynağı olarak öne çıktığı diğer bir ülke olan Portekiz’de ise meşe palamuduyla hazırlanan geleneksel alkollü bir içecek olarak “Licor de Bolota”nın tüketimi hala devam etmektedir (Silva et al., 2016). Ayrıca günümüzde meşe palamudu yağı Portekiz mevzuatının besleyici yağlar kategorisinde yerini almış durumdadır (Bernardo-gil et al., 2007). Doğu Akdeniz bölgesinin bir parçası olan Ürdün ormanlarında bol miktarlarda bulunan meşe ağaçları ekonomik anlamda büyük bir potansiyele sahiptir. Ekonomik ve ekolojik öneme sahip meşeler, kullanım alanları nedeniyle Ürdün’ün ulusal ağacı olarak belirlenmiştir (Ajo et al., 2020). Ürdün’ün bazı bölgelerinde meşe palamutlarının doğrudan tüketildiği veya kavrulduktan sonra kahve ikamesi olarak tüketildiği bilinmektedir (Rababah et al., 2008). Ürdün’ün tarihinde ise meşe palamudunun yerel halk tarafından tüketildiği ve yerel yem kaynağı olarak kullanıldığı bildirilmiştir (Ajo et al., 2020). Bunun yanı sıra Ürdün’deki meşe palamudu türlerinin insan diyetinde kullanımına ilişkin yeteri kadar araştırma olmadığı belirtilmiştir (Ajo et al., 2020). Türkiye’nin Çatalhöyük bölgesindeki arkeolojik bulgular meşe palamutlarının çok eski dönemlerde Türkiye’de gıda olarak tüketilmiş olduğunu göstermektedir (Polimac et al., 2015). Meşe palamuduyla yapılan sıcak çikolataya benzer popüler bir Türk içeceği olan “Raccahout” Türklerin tarihteki meşe palamudu tüketimine bir örnektir (Silva et al., 2016). Günümüzde ise bu içeceğin tüketimi devam etmemektedir. Bosna-Hersek, Sırbistan ve Karadağ’da geçmiş dönemlerde tanınan ve kullanılan meşe palamudu unu, İkinci Dünya Savaşı sırasında bazı Hırvat adalarında da ekmeğin yapılarak tüketilmiştir. Benzer şekilde Makedonya’nın bazı bölgelerinde Birinci Dünya Savaşı’na kadar meşe palamuduyla hazırlanan ekmeğin yoksul nüfus için gıda kaynağı olmuştur (Polimac et al., 2015). Meşe palamutlarının tüketildiği diğer bir Akdeniz ülkesi olan Sırbistan’da ise ucuz ve kolay bulunabilen geleneksel bir kahve ikamesi olarak kavrulmuş ve öğütülmüş meşe palamudu kullanıldığı bilinmektedir (Rakic et al., 2018).

Hem yeni gıda kaynakları sağlamak amacıyla hem de bileşenlerindeki zengin içerikten dolayı yabancı gıdaların tüketiminin artırılması önemlidir (Vinha et al., 2016). Bu durum son zamanlarda meşe palamutlarının yeniden keşfedilerek özellikle fonksiyonel gıda bileşeni olarak değerlendirilmesine yönelik araştırmaların artmasına neden olmuştur. Günümüzde çoğunlukla hayvan beslenmesinde kullanılan meşe palamutlarının gıdalarda çeşitli şekillerde kullanımına yönelik araştırmalar artış göstermiş durumdadır. Literatürde son zamanlarda meşe

palamudu ununun glutensiz olması nedeniyle çölyak hastalarına yönelik yeni, sağlıklı ve lezzetli bir gıda bileşeni olarak kullanımına ilişkin çeşitli çalışmalar bulunmaktadır (Beltrão Martins et al. 2020a; Beltrão Martins et al. 2020b; Korus et al. 2015; Skendi et al. 2018;). Bunun yanı sıra unlu mamullerdeki besin değerini artırmak amacıyla buğday ununa ilave olarak meşe palamudu ununun kullanıldığı çeşitli araştırmalar da yapılmıştır (Gonzaga et al. 2015; Hoeche et al. 2014; Molavi et al. 2015; Parsaei et al., 2018; Pasqualone et al. 2019; Šáľková et al. 2011). Literatürde meşe palamutlarının kolay ulaşılabilir, sağlıklı ve besleyici bir yağ kaynağı olarak kullanımına ilişkin araştırmalar da son dönemlerde artmış durumdadır (Al-rousan et al., 2013; León-camacho et al., 2004; Makhlof et al., 2021). Meşe palamutlarının içeceklerde ise genellikle sağlıklı ve kafeinsiz kahve ikamesi olarak kullanımına ilişkin araştırmalara yer verilmiştir (Coelho et al. 2018; Díaz-Rojas et al. 2019; Rakic et al. 2018; Sekeroglu et al. 2017).

Tartışma ve Sonuç

Akdeniz ormanlarında en fazla yetişen ağaçlardan birisi olan meşeler (Grigg, 1999), yıllık hektar başına 120 ila 700 kg arasında meşe palamudu üretmektedir (Rosenberg, 2008). Yapılan araştırmalar doğru bir şekilde işlendiğinde ve tanelerinden ayrıştırıldığında tüm meşe palamutlarının yenilebilir olduğunu göstermiştir. Ayrıca kolaylıkla bulunabilen ve ucuz bir odunsu bitki olan meşeler (Mekki et al., 2019), çeşitli iklim koşullarına kolay adapte olarak özellikle tahıl hasadının zayıf olduğu kuraklık dönemlerinde alternatif bir besin kaynağı oluşturabilir (Özcan, 2006). Bu durum sürdürülebilir yeni gıda kaynağı sağlamanın yanı sıra meşe palamutlarının başta fonksiyonel gıda bileşeni olmak üzere gıda endüstrisinde çeşitli şekillerde kullanılabilmesinin önemini göstermektedir. Ancak ekonomik ve sürdürülebilir açıdan bu denli büyük bir potansiyele sahip olan meşe palamutlarının değeri günümüzde pek çok Akdeniz ülkesi tarafından bilinmemekte ve gıdalara dahil edilmemektedir. Günümüzde bazı Akdeniz ülkeleri tarafından kaliteli ve ticari değeri yüksek et üretimi amacıyla hayvan beslenmesinde kullanılmasının dışında her yıl meşe palamutlarının önemli bir kısmı ziyan olmaktadır.

Günümüze kıyasla meşe palamutları tarihte daha yaygın kullanılmış ve Akdeniz toplumları için değerli bir gıda kaynağı olarak tüketilmiştir. Bu durum kültürel bir miras olan Akdeniz diyetinde meşe palamutlarının önemli bir yer edinmesine neden olmuştur. Meşe palamuduyla hazırlanan yiyecek ve içecekler nesiller boyunca Akdeniz toplumlarının kültürlerinde ve geleneklerinde yer almış, çeşitli şenliklerde tüketilmiştir. Ancak bu geleneksel tüketim alışkanlıkları günümüzde neredeyse tamamen unutulmuş durumdadır. Bu bağlamda Akdeniz beslenme kültürünün bir parçası olan sosyal ve kültürel alışkanlıkların incelenip günümüze dahil edilmesi, bu kültürün devamlılığı ve korunması açısından büyük önem taşır (González Turmo, 2012).

Meşe palamutlarının gıdalara dahil edilmesinin sağlayacağı diğer önemli bir katkı ise sağlık etkisidir. Meşe palamudu unu glutensiz olması sebebiyle sınırlı tüketim alternatifi olan çölyak hastaları için kaliteli ve sağlıklı bir alternatif sağlayabilmektedir. Ayrıca zengin besin içeriği sebebiyle unlu mamullerde besin değerini arttırıcı olarak da kullanılabilir. Zengin kimyasal bileşim nedeniyle ilaç endüstrisinde de umut verici bir bileşen olarak kullanılabilen meşe palamudu yağı ise (León-camacho et al., 2004), içeriğindeki bileşikler nedeniyle fonksiyonel bir gıda olarak yemeklerin hazırlanmasında kullanılabilir (Al-rousan et al., 2013). Ayrıca meşe palamudu yağının Akdeniz mutfağının temsilcisi zeytinyağına benzer özelliklere sahip olması (Bainbridge, 1985), yüksek hasat maliyetine sahip olan ve son dönemlerde tüketim artışının düştüğü zeytinyağına da (Grigg, 1999) bir alternatif sağlamaktadır. Bunların yanı sıra araştırmalar meşe palamutlarının cips, TV atıştırma malzemeleri, kek, bisküvi, kahve, dondurma, tatlı çeşitleri ve likör gibi farklı gıda ürünlerinde de kullanılabilme potansiyelini bildirmiştir (Ajo et al., 2020).

Günümüz Akdeniz ülkeleri için meşe palamutları ucuz, sağlıklı ve alternatif bir yem kaynağı olarak büyük önem taşır (Rababah et al., 2008). Ancak sahip olduğu potansiyel katkılara rağmen meşe palamutlarının büyük bir kısmı değerlendirilmemektedir. Son zamanlarda meşe palamutlarının gıdalarda kullanımına yönelik araştırmalar artış göstermiş olsa da günümüzde meşe palamutları gıdalarda aktif olarak kullanılmamaktadır. Bu nedenle sürdürülebilir, sağlıklı ve kültürel zenginliğe sahip Akdeniz diyetinde değerli bir ürün olan meşe palamutlarının tarihteki alışkanlıklar doğrultusunda yeniden canlandırılıp yaygınlaştırılması için daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır.

Kaynaklar

- Ajo, R.Y., Al-Rousan, W.M., Rababah T., Maghaydah, S., Angor, M.M., Alomari, D.Z. & Bartkute-Norkūniene, V. (2020). Physiochemical Properties and Nutritional Profile of Mediterranean Oak Acorn. *Afr. J. Food Agric. Nutr. Dev.* 20(5):16371-16385 <https://doi.org/10.18697/ajfand.93.19170>
- Akcan, T., Gökçe, R., Asensio, M., Estévez, M., & Morcuende, D. (2017). Acorn (*Quercus* spp.) as a novel source of oleic acid and tocopherols for livestock and humans: discrimination of selected species from Mediterranean forest. *Journal of Food Science and Technology*, 54(10), 3050–3057. <https://doi.org/10.1007/s13197-017-2740-3>
- Al-rousan, W. M., Ajo, R. Y., Al-Ismaïl, K.M., Attlee, A., Shaker, R.R. & Osaili T.M. (2013). Characterization of Acorn Fruit Oils Extracted from Selected Mediterranean *Quercus* Species. *grasas y aceites*, 64 (5), 554-560, doi: 10.3989/gya.023313
- Ayerdi, M., Echazarreta-Gallego, A., de Francisco-Rodríguez, S., Hernández, H. H., & Sarasketa-Gartzia, I. (2016). Acorn cake during the Holocene: experimental reconstruction of its preparation in the western Pyrenees, Iberia. *Vegetation History and Archaeobotany*, 25(5), 443–457. <https://doi.org/10.1007/s00334-016-0563-1>
- Bainbridge, D.A. (1985). *Acorns as Food: history, use, recipes, and bibliography*. Sierra Nature Prints, 1-32.
- Beltrão Martins, R., Gouvinhas, I., Nunes, M.C., Peres, J.A., Raymundo, A. & I. R. N. A. Barros, A. (2020). Acorn Flour as a Source of Bioactive Compounds in Gluten-Free Bread. *Molecules* 25(16):1–19.
- Beltrão Martins, R., Nunes, M.C., Ferreira, L.M.M., Peres, J.A., Barros, A. I. R. N. A. & Raymundo, A. (2020). Impact of Acorn Flour on Gluten-Free Dough Rheology Properties. *Foods* 9(5).
- Bernardo-gil, M. G., Lopes, I. M. G., Casquilho, M., Ribeiro, M. A., Esquívela, M. M. & Empis J. (2007). Supercritical carbon dioxide extraction of acorn oil. *The journal of supercritical fluids* 40, 344–348. <https://doi.org/10.1016/j.supflu.2006.07.026>
- Cava Jiménez JA, Millán Vázquez de la Torre MG & Hernández Rojas R. (2019). Analysis of the Tourism Demand for Iberian Ham Routes in Andalusia (Southern Spain): Tourist Profile. *Sustainability*. 11(16):4278. <https://doi.org/10.3390/su11164278>
- Claudia, P. (2013). Acorn bread: A traditional food of the past in Sardinia (Italy). *Journal of Cultural Heritage*, 14(3 SUPPL), S71–S74. <https://doi.org/10.1016/j.culher.2012.11.012>
- Coelho, M., Silva, S., Rodríguez-Alcalá, L. M., Oliveira, A., Costa, E. M., Borges, A., Martins, C., Rodrigues, A. S., & Pintado, M. M. E. (2018). Quercus based coffee-like beverage: effect of roasting process and functional characterization. *Journal of Food Measurement and Characterization*, 12(1), 471–479. <https://doi.org/10.1007/s11694-017-9660-9>
- Deforce, Koen, Jan Bastiaens, Hans Van Calster & Sofie Vanhoutte 2009. Iron Age Acorns From Boezinge (Belgium). *Archäologisches Korrespondenzblatt* 39, 381–92.
- Díaz-caro, C., García-torres, S., Elghannam, A., Tejerina, D., Mesias, F. J., & Ortiz, A. (2019). Is production system a relevant attribute in consumers ' food preferences ? The case of Iberian dry-cured ham in Spain. *Meat Science*, 158(July), 107908. <https://doi.org/10.1016/j.meatsci.2019.107908>
- Díaz-Rojas, L., Galán-Bernal, N., Forero, D. P., Linares, E. L., Marín-Loaiza, J. C., & Osorio, C. (2019). Characterization of odour-active volatiles and sensory analyses of roasted oak (*Quercus humboldtii* bonpl.) acorns, a coffee substitute. *Vitae*, 26(1), 44–50. <https://doi.org/10.17533/udea.vitae.v26n1a05>
- Gasmi-Boubaker, A., Mosquera Losada, R., Abdouli, H. & Rigueir A. (2011). Importance of Mediterranean forest products as food resource of domestic herbivores : the case of oak acorn. R. Bouchet, A. Derkimba, & F. Casabianca (Der.), *New trends for innovation in the Mediterranean animal production içinde* (ss.123-126) EAAP publication No. 129, DOI 10.3920/978-90-8686-726-4_16.
- Gezici, S., & Sekeroglu, N. (2019). Neuroprotective potential and phytochemical composition of acorn fruits. *Industrial Crops and Products*, 128(July 2018), 13–17. <https://doi.org/10.1016/j.indcrop.2018.10.082>
- Gonzaga, M., Miguel Batista, M., Guiné, R. P. F. & Correia, P. (2015). Development and Characterization of Wheat Breads with Acorn Flour. *International Conference On Engineering 2015 – 2-4 Dec 2015 – University of Beira Interior – Covilhã, Portugal*.
- González Turmo, I. (2012). *The Mediterranean Diet: Consumption, Cuisine and Food Habits*. Presses de Sciences Po (Der.), *MediTERRA 2012 (english): The mediterranean diet for sustainable regional development içinde* (115-132). Paris: Presses de Sciences Po.
- Grigg, D. (1999). Food Consumption In The Mediterranean Region. *Tijdschrift voor Economische en Sociale Geografie*, Vol. 90, No. 4, pp. 391-409.
- Helstosky, C. (2009). *Food Culture in the Mediterranean*. Greenwood Press. 159-178.
- Hoeche, U., Kelly, A. & Noci, F. (2014). Acorn: staple food from the past or novel food for the future? - An investigation into the desirability and acceptability of acorn flour products. <http://arrow.dit.ie/cgi/viewcontent.cgi?article=1035&context=dgs>
- Karaman, M. & Kamal Mohammed Azize, T. 2019. Meşe Palamudunun Hayvan Beslemede Kullanımı Black Sea Journal of Agriculture 2(4): 230-232
- Korus, J., Witeczak, M., Ziobro, R., & Juszczak, L. (2015). The influence of acorn flour on rheological properties of gluten-free dough and physical characteristics of the bread. *European Food Research and Technology*, 240(6), 1135–1143. <https://doi.org/10.1007/s00217-015-2417-y>
- León-camacho, M., Viera-alcaide, I., & Vicario, I. M. (2004). Acorn (*Quercus* spp) Fruit Lipids : Saponifiable and Unsaponifiable Fractions : A Detailed Study. *JAOCS*, Vol. 81, no. 5, 447-453.
- Makhlouf, F. Z., Squeo, G., Difonzo, G., Faccia, M., Pasqualone, A., Summo, C., Barkat, M., & Caponio, F. (2021). Effects of storage on the oxidative stability of acorn oils extracted from three different *Quercus* species. *Journal of the Science of Food and Agriculture*, 101(1), 131–138. <https://doi.org/10.1002/jsfa.10623>

- Márquez Contreras, E., Vázquez-Rico, I., Baldonado-Suárez, A., Márquez-Rivero, S., Jiménez, J., Machancoses, F., Morano-Báez, R., & León-Justel, A. (2018). Effect of moderate and regular consumption of Cinco Jotas acorn-fed 100% Iberian ham on overall cardiovascular risk: A cohort study. *Food Science and Nutrition*, 6(8), 2553–2559. <https://doi.org/10.1002/fsn3.869>
- Mekki, I., Smeti, S., Hajji, H., Yagoubi, Y., Mahouachi, M. & Attil, N. (2019). Effect of oak acorn (*Quercus ilex*) intake during suckling and fattening of Barbarine lambs on growth , meat quality and fatty acid profile. *Journal of Animal and Feed Sciences*, 28, 22–30. <https://doi.org/10.22358/jafs/102757/2019>
- Molavi, H., Keramat, J. & Raisee., B. (2015). Evaluation of the Cake Quality Made from Acorn-Wheat Flour Blends as a Functional Food *Journal of Food Biosciences and Technology, Islamic Azad University, Science and Research Branch*, Vol. 5, No. 2, 53-60.
- Özcan, T. (2006). Total protein and amino acid compositions in the acorns of Turkish *Quercus L . taxa*. *Genetic Resources and Crop Evolution* 53: 419–429. <https://doi.org/10.1007/s10722-004-1337-7>
- Parsaei, M., Goli, M., & Abbasi, H. (2018). Oak flour as a replacement of wheat and corn flour to improve biscuit antioxidant activity. *Food Science and Nutrition*, 6(2), 253–258. <https://doi.org/10.1002/fsn3.524>
- Pasqualone, A., Makhlof, F. Z., Barkat, M., Difonzo, G., Summo, C., Squeo, G., & Caponio, F. (2019). Effect of acorn flour on the physicochemical and sensory properties of biscuits. *Heliyon*, 5(8), e02242. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2019.e02242>
- Pereira, M. P., Oliveira, L. (2018). Acorn: A devalued food with health benefits.
- Pignone, D., & Laghetti, G. (2010). On sweet acorn (*Quercus* spp.) cake tradition in Italian cultural and ethnic islands. *Genetic Resources and Crop Evolution*, 57(8), 1261–1266. <https://doi.org/10.1007/s10722-010-9625-x>
- Polimac, M., Komlenić, D. K., & Lukinac, J. (2015). Possibilities of using acorn flour in products based on flour. *Proceedings of the 8th International Congress FLOUR-BREAD 2015 - 10th Croatian Congress of Cereal Technologists*, 33–48.
- Rababah, T., Ereifej, K., Al-mahasneh, M., & Alhamad, M. N. (2008). The Physicochemical Composition of Acorns for Two Mediterranean *Quercus* Species. *Jordan Journal of Agricultural Sciences*, Volume 4, No.2, 131-137.
- Rakic, S., Kukic-Markovic, J., Petrovic, S., Tešević, V., Jankovic, S., & Povrenovic, D. (2018). Oak Kernels—Volatile Constituents and Coffee-Like Beverages. *Journal of Agricultural Science*, 10(5), 117. <https://doi.org/10.5539/jas.v10n5p117>
- Rakić, S., Povrenović, D., Tešević, V., Simić, M., & Maletić, R. (2006). Oak acorn, polyphenols and antioxidant activity in functional food. *Journal of Food Engineering*, 74(3), 416–423. <https://doi.org/10.1016/j.jfoodeng.2005.03.057>
- Rosenberg, D. (2008). The possible use of acorns in past economies of the Southern Levant: A staple food or a negligible food source? *Council for British Research in the Levant*, 40(2), 167–175. <https://doi.org/10.1179/175638008X348025>
- Roukos, C., Parissi, Z., Kyriazopoulos, A. P., & Abraham, E. M. (2017). Nutritional quality of kermes oak (*Quercus coccifera L .*) acorns as affected by altitude in a typical Mediterranean area. *Arch. Anim. Breed.*, 60, 71–78. <https://doi.org/10.5194/aab-60-71-2017>
- Salih, R. M., Sabir, D. A., & Hawramee, O. K. (2013). Effect of sweet acorn flour of common oak (*Quercus aegilops L.*) on locally Iraqi pastry (kulicha) products. *Journal of Zankoy Sulaimani - Part A*, 16(special), 244–249. <https://doi.org/10.17656/jzs.10327>
- Šálková, T., Divišová, M., Kadochová, Š., Beneš, J., Delawská, K., Kadlčková, E., Němečková, L., Pokorná, K., Voska, V., & Žemličková, A. (2011). Acorns as a Food Resource. An Experiment with Acorn Preparation and Taste. *Interdisciplinaria Archaeologica - Natural Sciences in Archaeology*, II(2/2011), 139–147. <https://doi.org/10.24916/iansa.2011.2.6>
- Sekeroglu, N., Ozkutlu, F., & Kilic, E. (2017). Mineral composition of acorn coffees. *Indian Journal of Pharmaceutical Education and Research*, 51(3), S504–S507. <https://doi.org/10.5530/ijper.51.3s.75>
- Silva, S., Costa, E. M., Borges, A., Carvalho, A. P., Monteiro, M. J., & Pintado, M. M. E. (2016). Nutritional characterization of acorn flour (a traditional component of the Mediterranean gastronomic folklore). *Journal of Food Measurement and Characterization*, 10(3), 584–588. <https://doi.org/10.1007/s11694-016-9340-1>
- Skendi, A., Mouselimidou, P., Papageorgiou, M., & Papastergiadis, E. (2018). Effect of acorn meal-water combinations on technological properties and fine structure of gluten-free bread. *Food Chemistry*, 253(March 2017), 119–126. <https://doi.org/10.1016/j.foodchem.2018.01.144>
- Vinha, A. F., Barreira, J. C. M., Costa, A. S. G., & Oliveira, M. B. P. P. (2016). A New Age for *Quercus* spp. Fruits: Review on Nutritional and Phytochemical Composition and Related Biological Activities of Acorns. *Comprehensive Reviews in Food Science and Food Safety*, 15(6), 947–981. <https://doi.org/10.1111/1541-4337.12220>
- Vinha, A. F., Barreira, J. C. M., Ferreira, I. C. F. R., & Oliveira, M. B. P. P. (2020). Therapeutic, Phytochemistry, and Pharmacology of Acorns (*Quercus* Nuts): A Review. 1–15. https://doi.org/10.1007/978-3-030-06120-3_46-1

Anadolu'nun Geleneksel Sohbet Toplantılarında Yemek

Tolga Gül¹, Oğuz Nebioğlu²

¹Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Turizm İşletmeciliği Bölümü, Antalya

²Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Turizm Rehberliği Bölümü, Antalya

Özet

Yemek tüm kültürler için fizyolojik, sosyokültürel, ekonomik ve psikolojik açıdan pek çok farklı şey ifade eder. Yemeğin ifade ettiği bu farklı anlamlar insan yaşamının her anında kendine yer bulur. Bu mevcudiyet Anadolu gibi binlerce yıldır farklı topluluklara ev sahipliği yapmış bir coğrafyanın şarkılarında, ağıtlarında, düğünlerinde, ölümlerinde ve eğlencelerinde yoğun biçimde bulunur. Yemeğin kendine yer bulduğu tarihi olgulardan biri de Anadolu'nun geleneksel sohbet toplantılarıdır. Bu araştırma, yemeğin anlamlarını sohbet toplantıları kapsamında anlamayı amaçlamaktadır. Bu bağlamda alanyazında Anadolu'nun farklı şehirlerinde geleneksel sohbet toplantılarını inceleyen araştırmalara ulaşılmış, söz konusu araştırmalar içerik analizine tabi tutulmuştur. Bulgular bu toplantılarda yemeğin ilişkilendirildiği yedi ana tema belirlemiştir. Bu temalar gecelerin düzenlenme zamanları ve nedenleri, yemeklerin hazırlanma şekilleri, yemeklerin sunum zamanı ve özellikleri, toplantılarda tüketilen içecekler ile yemeğin sembolik yanları olarak adlandırılmıştır. Bu toplantılarda yemek sadece fizyolojik nedenlerle değil, birlik ve beraberlik gibi manevi amaçlarla da tüketilmektedir. Hiyerarşik yapının belirginleşmesinde yemeğin rolü bulunmaktadır. Yemekler düzenleyenler tarafından bir statü göstergesi olmaktadır ve yemeklerin eğitimsel yönü de bulunmaktadır.

Anahtar sözcükler: Anadolu, Gastronomi, Geleneksel sohbet toplantıları, Yemek.

Abstract

Food means many different things, physiologically, sociocultural, economically, and psychologically, for all cultures. These different meanings expressed by food find a place in every moment of human life. This presence is intensely found in the songs, laments, weddings, deaths and entertainments of a geography like Anatolia that has hosted different communities for thousands of years. One of the historical facts where food finds its place is the traditional conversation (sohbet) meetings of Anatolia. This research aims to understand the meanings of food within the context of conversation meetings. In this context, researches examining traditional conversation meetings in different cities of Anatolia have been reached in the literature, and these studies have been subjected to content analysis. The findings identified seven main themes to which food was associated in these meetings. These themes are named as the time and reasons of the arrangement of the nights, the way the meals are prepared, the time and characteristics of the meals, the drinks consumed in the meetings and the symbolic aspects of the food. In these meetings, food is consumed not only for physiological reasons but also for spiritual purposes such as unity and togetherness. Food plays a role in the clarification of the hierarchical structure. Meals are a status indicator by the organizers, and meals also have an educational aspect.

Keywords: Anatolia, Food, Gastronomy, Traditional conversation (sohbet) meetings.

Giriş

Anadolu coğrafi olarak kuzeyde Karadeniz, güneyde yukarı Mezopotamya ve Levant coğrafyası, güney ve güney doğuda Toros sıra dağları ile doğuda Kafkas, Zagros ve Elbruz sıradağlarının bir araya geldiği dağlık bölge (Gür, 2017) ile batıda Ege denizi arasında yer alan kara parçasıdır. Bu kara parçası konumu itibarıyla tarihöncesi ve sonrası dönemlerde, tüm canlılar için kıtalar arası yolculuklarda doğal yaya geçiş yolu olmuştur. Bu özelliğinden ötürü Anadolu karası binlerce yıldır göçler ile birlikte ikamet edilen, savaşılan, fetih edilen, devlet kurulan önemli medeniyetlerin kurulmasına ev sahipliği yapmış bu bakımdan batı ve doğu kültür mirası izlerinin bir arada görüldüğü bir coğrafyadır. Bu kültürel çeşitliliğin en temel kaynağı ve başlangıcı sayılan M.Ö. 13. yüzyılın sonları ile 12. yüzyılın başlarında şiddetli bir kuraklıktan sonra meydana gelen kıtlık ile başlayan Ege göçleri, ardından Pers akınları, Büyük İskender'in Asya Seferi, Roma Hâkimiyeti, Hun akınları, Türk göçü ve Haçlı seferleri Asya minör olarak bilinen bu coğrafyayı siyasi, toplumsal ve etnik olarak yeniden şekillendirerek karma milletlerin oluşmasına neden olmuştur (Çetin, 2017).

Bugün “Anadolu” olarak bilinen coğrafyanın ismi etimolojik olarak incelendiğinde, kökeni antik yunan dilinde “ανατέλλω” olarak kullanılan kelime olduğu görülmektedir. Antik yunan dilinde “τέλλω, tol- τέλλω, τολ” "kalkmak, kaldırmak" fiiline “ana” önekiyle türetilen sözcük metinlerinde sıklıkla kullanılan “ανάτέλλω ανατέλλω” "güneşin doğuşu” anlamında kullanıldığı bilinmektedir (Türkçe Bilgi, 2019). Muhtemelen ege göçlerinin bir sloganı olan Anadolu kelimesi yüzyıllardan beri karma milletlerden oluşan bir coğrafyayı tanımlamak üzere kullanılmaktadır.

Harrington’a (2005) göre mutfak kültürünü zenginleştiren önemli konulardan biri de tarih, etnik çeşitlilik, gelenekler, din, değerler gibi kültürel olaylardır. Anadolu yukarıda açıklanan çevresel ve kültürel etmenlerin etkisiyle Antik çağlardan günümüze pek çok farklı etnik grubun etkileşime girdiği bu topraklarda böylesine yoğun bir etkileşimin sonuçlarından biri de zengin bir mutfak kültürünün ortaya çıkmasıdır.

Böylesine yoğun bir etkileşim sadece karakteristik yemekleri değil aynı zamanda da farklı tüketim şekillerini de ortaya çıkarabilmektedir. Yemek sadece fizyolojik bir gereksinim değil aynı zamanda toplumsal bütünleşmenin ve dayanışmanın bir aracı olarak dost sohbetleri, oturaklar, gezekler, misafir ağırlama, adak, bayramları, dini törenler gibi sosyal olgular, yemek kültürü ile paralel olarak toplumda bir iletişim zincirinin oluşmasını sağlamıştır (Sağır, 2012). Yemekle ilgili bu toplumsal izlerin görüldüğü yerlerden biri de geleneksel sohbet toplantıdır. Bu toplantılar farklı isimlerle anılsalar da genel olarak günün, haftanın, ayın veya yılın belirli bir zamanı seçilerek, tasarlanan kapalı bir mekân içerisinde eğlenmek ve neşelenmek amacıyla yemek-içecek eşliğinde sohbet edilip ve şarkı söylenerek yapılan faaliyetler olarak tanımlanmaktadır. Bu toplantılar aynı zamanda Unesco Somut Olmayan Kültürel Miras listesinde yer alan tarihi, sosyokültürel etkinliklerdir. Yemek de bu toplantıların önemli bir parçasını oluşturmaktadır (Sağır 2012).

Bu bağlamda bu araştırma, Anadolu’nun geleneksel sohbet toplantılarında yemeğin izlerini araştırmış; bu toplantılarda yemeğin ne tür simgesel anlamlara geldiğini anlamaya odaklanmıştır.

Amaç ve Kapsam

Yemeğin sadece fizyolojik değil sosyokültürel, ekonomik, psikolojik pek çok farklı yönü bulunmaktadır. Bu araştırma da yemeğin farklı yönlerini geleneksel sohbet toplantıları kapsamında incelemeye odaklanmıştır. Bu kapsamda Anadolu’nun pek çok yerinde farklı isimler ile anılan “Geleneksel Sohbet Toplantıları” çerçevesinde yemeğin rolünü araştırmıştır. Bunu da “Leyli Gecesi”, “Yaren Gecesi”, “Gezek Geceleri”, “Kürsübaşı Eğlenceleri”, “Barana Geceleri”, “Oturma Gecesi”, “Sıra Gecesi”, “Ateş Gezmesi”, “Helebiş Gezmesi” ve “Velime Geceleri” olarak adlandırılan on geleneksel sohbet toplantısını araştırma kapsamına dahil ederek yapmaktadır.

Yöntem

Araştırmada nitel araştırma yöntemi tercih edilmiştir. Araştırma verileri Anadolu’nun geleneksel sohbet toplantılarını inceleyen çalışmalardan toplanmıştır. Alanyazında bir bölgenin mutfak kültürünü dokümanlar yoluyla inceleyen araştırmalar bulunmaktadır (Nebioğlu 2017). Bu araştırma da benzer biçimde Anadolu’nun sohbet toplantılarında yemeğin izlerini bu bağlamda yürütülen çalışma bulgularından sürmüştür. Verilerin toplanması, analiz edilmesi ve sunumu aşamalarında Creswell (2013) tarafından belirtilen adımlara dikkat edilmiştir. Araştırma amacı doğrultusunda yerli yazın taraması yapılmış; Anadolu’nun geleneksel sohbet toplantılarını inceleyen araştırmalara ulaşılmıştır. Bunun neticesinde söz konusu toplantılar, düzenledikleri bölge, zaman, düzenlenme nedeni, sunulan yiyecekler ve yemeğin sembolize ettiği konular bağlamında ele alınmıştır. Bunu yaparken içerik analizi kullanılmış, analiz iki farklı araştırmacı tarafından ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Sonrasında araştırmacılar inceledikleri çalışmalardan elde ettikleri bulguları karşılaştırarak uygun temalar altında toplamışlardır.

Bulgular

Bulgular toplantıları düzenledikleri yerler ve sohbet toplantılarının yerel isimleri, toplantıların düzenlenme zamanları, yemeklerin sunum zamanları ve sunulan yemekler ile yemeğin sembolik anlamları olmak üzere üç ana başlık altında toplanmıştır.

Toplantıların düzenlendiği yerler ve sohbet toplantılarının yerel isimleri

Doküman analizi sonuçları Anadolu’nun çeşitli bölgelerinde düzenlenen geleneksel sohbet toplantılarının farklı şekillerde adlandırıldıklarını göstermektedir. Söz konusu toplantılar, Mardin’de “Leyli Gecesi” (Uygur 2014); Afyon,

Çankırı, Manisa, Kütahya, Kastamonu'da "Yaren Gecesi" (KTB, 2019); Isparta, Burdur, Sandıklı'da "Gezek Geceleri" (Özeski 2011); Elazığ'da "Kürsübaşı Eğlenceleri" (Taşbilek 2012); Van'da "Oturma Gecesi" (Kali 2007); Şanlıurfa'da "Sıra Gecesi" (Akbiyık 2006); Bolu'da "Ateş Gecesi" (Akay 2011); Kırşehir'de "Helebiş Gecesi" (Merdin 2016); Diyarbakır'da "Velime Gecesi" (Atlı 2016) şeklinde adlandırılmaktadır.

Geleneksel sohbet toplantılarının düzenlenme zamanları

Bu tür toplantıların genellikle kış aylarında düzenlendiği anlaşılmaktadır. Bu tarz eğlenceler kışın hem havaların soğuk olmasından hem de akşamların uzun olmasından dolayı gerçekleşen eğlence temalı etkinlikler olarak tanımlanmaktadır (Taşbilek 2012). Anadolu'da kış aylarının çetin geçmesinden ötürü komşuluk ilişkilerini canlı tutmak ve birbirlerinden haberdar olmak üzere iletişimin canlı tutulduğu, yemekli etkinliklerdir (Kali, 2007). Özellikle Güneydoğu Anadolu bölgesinde kış aylarında tarımsal çalışma ve faaliyetlerin çok yoğun olmadığı zamanlarda birbirini tanıyan arkadaş gruplarının haftada bir gün, sırayla birinin evinde ya da ortak bir mekân içerisinde yaptıkları sazlı sözlü, yemekli sohbet toplantılarıdır. Sıra gecesi icrası bakımından akşam saatlerinde başlayıp sabahın ilk ışıklarına kadar devam etmesinden ötürü "gece" ismiyle anılmaktadır (Akbiyık, 2006; Aslan, 2014; Atlı, 2016).

Yemeğin hazırlanış biçimi

Yemekler hazırlanış biçimleri bakımından da farklılık göstermektedir. Bazı toplantılarda yemekler sadece ev sahibinin sorumluluğundayken; bazı toplantılarda ise yemekler imece usulü hazırlanmakta (Örn: Helebiş Gecesi, Velime Gecesi, Oturma Gecesi) ve konuklar aralarında bir görev paylaşımı yaparak evlerinden getirdikleri yemeklerle toplantılara katkı sunmaktadırlar. Böylelikle imece usulü "gönlü zengin" sofralar kurulmaktadır (Göktürk, 2006). Yemeklerin sunum zamanları ve sunulan yemekler.

Bazı gecelerde yemek sohbetten önce (Leyli Gecesi, Oturma Gecesi, Ateş Gecesi ve Velime Gecesi), bazılarında sohbetten sonra (Gezek Gecesi ve Sıra Gecesi) sunulmaktadır. Örneğin;

Oturma Gecesinde (Van) misafirler tamamlandıktan sonra öncelikle yemek ikramı başlar. Sohbet ve müzik bölümüne yemekten sonra başlanır. Bu toplantılarda çoğunlukla yöreye özgü yemek kültürünün temsil edildiği görülmektedir. Örneğin Leyli gecelerinde Çiğköfte, İçli Köfte, Bumbar, İhbeyz, Lahme, Senbusek, İkbet ve Ciğer Sote, Allüciye, Döboy, Firkiye Hamis, İncasiye, Kibe, Kaliye, Meftune, Pekmezli Kuzu İnciğe, Selcemiye, Irok, cevizli sucuk, üzüm, pestil, bittim, ceviz, badem, pekmez helvaları, meyveler ve çerez olarak badem sunulur (Uygur, 2014).

Helebiş gecelerinde (Kırşehir) genellikle çökelek peyniri, yufka ekmeği, Ara sıcak olarak; mor pürçüklü kavurması, ayva borani, su böreği, ana yemek olarak; sızgıt, mantı, köğtür (köftür) ve çirleme, tatlı olarak; ayva tatlısı, kedi batmaz ve hoşmerim başlıca yöresel yiyeceklerdir (Merdin, 2016; Güner, 2017).

Gezek gecelerinde bamya çorbası, toyga çorbası, kaymaklı pirinç çorbası veya talaş çorbası, ara sıcak olarak; börek, kalem dolması veya biber dolması, ana yemek olarak; koruk ekşili bamya yemeği, kuzu güveç, tiftik kebabı, son olarak sütlaç, tatlı olarak, kuru üzüm, 52 katlı kaymaklı baklava sunulduğu bilinir (Özeski, 2011).

Ateş gezmelerinde ise menü genellikle; "Kızılıçık tarhanası ve Uhut Çorbası" ardından ana yemek olarak genellikle "Keşkek" yardımcı yemek olarak "Keş" ve tatlı olarak Saray helvası sunumu yapılır (Mudurnu Belediyesi, 2019).

Velime Gecesinde (Diyarbakır) ise çiğköfte hazırlanıp ve ikram edildikten sonra mevsimine göre ana yemek olarak; meftune, dizme (pür lezzet), duvaklı pilav ve beli bağlı gibi yemekler yenir, tatlı olarak; dilberdudağı, künefe (peynirli kadayıf), lebzuniye (Leb-zuniye: dudakta eriyen) gibi tatlılar ikram edilir (Doru, 2013).

Oturma gecelerinde (Van) genellikle başlangıçta; sıcak tandır ekmeği ve taptapa yanında kekik, yabani sarımsak, mendo, çaşur ve dağ nanesi katılarak hazırlanan otlu peynir ikram edilir. Ara sıcak olarak, Çirişli, Murtuga, Cılbır, İlitme, Ana yemek olarak; Ayva Yemeği, Keledoş, Tandırda inci Kefali, Şille, Mıhla, Kürt Köftesi, Helise (Keşkek) ve tatlı olarak Erik kızartması sunulur. Yemek sonrası başlayan sohbet ve müzik eşliğinde özellikle semaverde demlenmiş çay, gece boyu ikram edilir (Tan ve Turhan, 2001).

Yukarıdaki örneklerden anlaşılacağı üzere bu toplantılarda çoğunlukla yöresel mutfak kültürünü temsil eden yemeklerin sunuldukları anlaşılmaktadır. Bunların dışında bazı yemeklerde daha hafif, aperatif yiyeceklerin sunuldukları görülmektedir.

Örneğin Kürsübaşı eğlenceleri (Elazığ), yemek servisinin çok nadir görüldüğü eğlencelerdir (Atlı 2016). Bu eğlencelerde çoğunlukla çiğköfte ve patlı ekmeği, orcık ve pestil ikram edilir (Çetintaş 2019).

Elazığ kürsübaşı eğlencelerinde olduğu gibi Urfa sıra gecelerinde de ağır yemeklere yer verilmez. Çiğköfte genellikle merkezdedir. Çiğköftenin yanında mevsimine göre marul, salatalık, nane, pırpırım (semizotu) ve kuzukulağı, siyarpızı, tere gibi otlar ikram edilir. Ayran da, çiğköftenin yanında isteyenlere sunulur. Çiğköftenin yanında cacık, koruk salatası, çoban salatası, zeytin bostanası ikram edilir. Çiğköftenin ardından tatlı olarak kadayıf, katmer, şıllık (Şekerli su ile ıslatılmış lavaş ekmeği), daş ekmeği, küncülü akıt, palıza, baklava ve şire gibi mahalli tatlılardan ikram edilir (Can, 2010).

Bu gecelerde tüketilen bazı içecekler öne çıkmaktadır. Bunlardan ilki kahvedir. Türk kültüründe önemli bir yer tutan kahve geleneksel sohbet toplantılarının da ayrılmaz bir parçasıdır. Örneğin Gezek gecelerinde Türk kahvesi yemekler tüketilmeden önce içilen bir içecektir. Yemekler kahveden sonra gelir. Urfa sıra gecelerinde mirra sunulur. Bu sert kahve sıra gecesinin başlangıcında ve bitiminde gelen misafirlere ağırlama ve uğurlama aşamasında ikram edilir. Yapılması, sunumu ve içimi, belirli geleneksel kurallara bağlı olan kahve, bakır ibrikte iyice kaynatılarak hazırlanır. Kahve küçük kulpsuz fincanlara bir yudum kadar konularak sıra katılımcılarına ikram edilir. Kahve sunumunda sadece bir fincan gezdirilir (Varlı ve Çılgın 2019).

Bu gecelerde tüketilen bir diğer içecek ise çaydır. Çay bu geleneksel toplantıların bazılarında (Örn: Oturma gecesini – Van) gece boyunca tüketilen önemli bir içecektir.

Bu gecelerde dikkat çeken bir diğer içecek ise hoşaftır. Bu toplantılardan biri için hoşafın önemi çok daha büyüktür. Bolu'da düzenlenen ateş gezmelerinin bir diğer adı Hoşaf gezmeleridir. Bu toplantılarda gece boyunca hem yemekte hem de sohbet esnasında yörenin en meşhur hoşafı (Erik hoşafı, Armut hoşafı katılan misafirlere sunulur (Mudurnu Belediyesi, 2019).

Bu toplantılardaki yemek olgusunun fizyolojik yanlarına ek olarak bir takım sembolik yönlerinin olduğu da görülmektedir. Söz gelimi sıra gecelerinde (Şanlıurfa) sunulan mirranın tüm misafirlere tek fincanda sunulması birlik ve beraberliği işaret eder (Varlı ve Çılgın 2019). Buna ek olarak bu toplantılarda sofraların genç erkekler tarafından hazırlanması (Okay 2011; Varlı ve Çılgın 2019); misafirlerin sosyal durumları ve musiki bilgilerine göre uygun yerlere oturtulmaları da bu yemeklerde belirli bir hiyerarşinin bulunduğunu gösterir. Aynı zamanda yemeğin Başağa unvanıyla tanınan kişinin kaşığı eline almasıyla yemeğin başlaması ise yemeğin statü simgesi yanına işaret etmektedir (KTB 2019).

Yemeğin bu yönlerine ek olarak bu toplantıların insanları cemiyet hayatına hazırlayan ve onlara toplum içinde nasıl davranmaları gerektiğini öğreten eğitici ve öğretici bir yanı daha vardır (Can 2010).

Sonuç

Bu çalışma, Anadolu'nun önemli bir somut olmayan kültürel mirası Geleneksel Sohbet

Toplantılarında yemeğin konumunu araştırmıştır. Bunu yaparken alanyazındaki makaleler, bildirimler, tezler gibi akademik yayınlardan yararlanmıştır. Doküman taraması sonucunda Anadolu'nun farklı yerlerinde düzenlenen 10 geleneksel sohbet toplantısı araştırma kapsamına alınmış; bu toplantılarda yemek olgusu incelenmiştir. Tablo 1'de bu toplantılardaki yemeğe ilişkin bulgular gösterilmiştir.

Bulgulara göre bu sohbet toplantıları sosyalleşme, eğlence ve eğitim gibi nedenlerle çoğunlukla kış aylarında düzenlenmektedir. Yemekler bazen ev sahibinin sorumluluğunda sadece ev sahibi tarafından hazırlanırken, bazı toplantılarda ise tüm katılımcıların katkılarıyla imece usulü gerçekleşir. Yemeklerin sunum zamanları da sohbetten önce ya da sonra olabilmektedir. Sunulan yemeklerin çoğunlukla yöresel mutfağı yansıttıkları, bazı yemeklerde ise akşamın geç vakitlerinde düzenlenmelerinden dolayı ağır olmayan aperatif ürünler sunulduğu görülmektedir. Toplantılarda bazı içeceklerin önemli yer vardır. Türk kahvesi, çay gibi ürünler bu toplantıların en çok tüketilen içecekleridir. Bazı gecelerde ise hoşaf tüketilmektedir. Bunlara ek olarak bu toplantılarda yemeğin bir takım farklı anlamları olduğunu da görürüz. Mirranın birlik ve beraberliği simgelemesi, sofradaki oturma düzeni ve sofranın gençler tarafından hazırlanması, insanların sofradaki konumları hiyerarşik yapıyı, yemeklerin insanlara toplum hayatını öğretmesi bu yemekleri eğitimsel yanını ve yemeğe lider başlamadan başlanamaması ise statüyü simgelemektedir.

Tablo 1. Anadolu'nun geleneksel sohbet toplantılarında yemek olgusuna ilişkin bulgular	
Ana Temalar	Temalara İlişkin Kısa Açıklamalar
Gecelerin düzenlenme zamanları	Kış aylarında
Gecelerin düzenlenme nedenleri	Sosyalleşme, eğlence ve eğitim
Yemeklerin hazırlanma şekilleri	Ev sahiplerinin sorumluluğu İmece usulü, katılımcıların desteği
Yemeklerin sunum zamanı	Sohbetten önce Sohbetten sonra
Yemeklerin özellikleri	Yöresel mutfakçı yansımaları Bazı yemeklerde ağır olmayan aperatif yiyeceklerin sunulması
Toplantılarda Tüketilen İçecekler	Bazı toplantılarda kahvenin önemli bir unsur olarak ortaya çıkışı (Örn: Urfa Gecesi - Mirra, Gezek Geceleri, Ateş Gezmeleri - Türk kahvesi - Gece boyunca çay tüketilmesi)
Yemeğin sembolik yanları	Birlik ve beraberliğin simgelemesi (mirra tüketiminin tek fincanla yapılması)
	Sofradaki hiyerarşik yapı (sofranın gençler tarafından hazırlanması ve insanların sofradaki yerlerinin sosyal konumlarına göre belirlenmesi)
	Eğitimsel yanı (Bu yemeklerin gençlere cemiyet hayatını öğreten bir ders niteliği taşıması)
	Statü simgesi olması (Yemeğe en saygı duyulan, lider olarak görülen kişi başlamadan başlanamaması)

Tablo 1'de de görüldüğü gibi bu toplantılarda yemek sadece insanların karnını doyuran fizyolojik bir etmen değil, pek çok farklı anlama gelebilen oldukça önemli bir sosyokültürel olgudur. Bu araştırma alanyazındaki akademik araştırmaların bulgularından yararlanarak yemeğin farklı yanlarını ortaya çıkarmayı hedeflemiştir. Buna rağmen araştırmanın bir takım sınırlılıkları bulunmaktadır. Bu sınırlılıklardan ilki araştırmanın yalnızca doküman incelemesi yoluyla gerçekleştirilmiş olmasıdır. Bir diğer sınırlılık ise bu toplantılardan 10 tanesine odaklanmış olmasıdır. Gelecekteki araştırmaların kapsamı daha fazla genişletilebilir ve daha fazla geleneksel sohbet toplantısı birlikte incelenebilir. Gelecekteki araştırmalar bu toplantıları düzenleyenlerle yapılacak görüşmelerle daha da zenginleştirilebilir.

Kaynaklar

- Akbıyık, A. (2006). Şanlıurfa Sıra Gecesi, Şanlıurfa; Elif Matbaası.
- Aslan, E. (2014). Ahi Örgütlerinden Urfa Sıra Gecesine Uzanan Bir Kültür Geleneği. Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 1(1), 5-15.
- Atlı, S. (2016). Türkiye'deki Geleneksel Sohbet Toplantıları Üzerine Bir İnceleme, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Celal Bayar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Manisa.
- Can, M. (2010). Şanlıurfa Sıra Gecesi Geleneği, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Türk Musikisi Ana Sanat Dalı, İstanbul.
- Creswell, J. W. (2013). Nitel Araştırma Yöntemleri, Beş Yaklaşımına Göre Nitel Araştırma ve Araştırma Deseni . (S. B. Bütün, M. Demir, Ed.). Ankara: Siyasal Yayın Dağıtım.
- Çetin, E. (2017). Yazılı Kaynaklara Göre Ege Göçleri'ne Katılan Kavimler. Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 14(2), 501-521.
- Çetintaş, A. (2019). Kürsübaşı Sohbetlerinde ikramlıklar, Röportaj, 1981 doğumlu Elazığ Zenteric (Değirmendere) nüfusuna kayıtlı, 20.12.2019 tarihli yapılan görüşme.
- Doru, A. (2013) Tarihte Diyarbakır'da Mutfak Kültürüyle Nostalji, İçinde; Diyarbakır Sosyo kültürel Tarihi 3, Edt; Hamidi, N., İstanbul: Uzman Matbaacılık ve Ciltleme.
- Göktürk, M. (2006). Türkiye'de Görülecek Çok Yer Var; Kırşehir, http://www.tursab.org.tr/dosya/1045/kirsehir_1045_3194187.pdf
- Güner, Ş. (2007). Kırşehir Kültüründe Unutulmaya Yüz Tutmuş Bir Gelenek: Helebişçiler Gecesi, <http://kirsehircigdem.net/kirsehir-kulturunde-unutulmaya-yuz-tutmus-bir-gelenekhelebisciler-gecesi/>
- Gür, H. (2017). Anadolu Diyagonalı: Bir Biyocoğrafı Sınırın Anatomisi. Kebikec: İnsan Bilimleri İçin Kaynak Araştırmalı Dergisi, (43).
- Harrington, R. J. (2005). Defining gastronomic identity: The impact of environment and culture on prevailing components, texture and flavors in wine and food. Journal of culinary science & technology, 4(2-3), 129-152.

- Kali, İ. (2007). Van Oturma Gecesi, <http://blog.milliyet.com.tr/van-oturmagecesi/Blog/?BlogNo=48595>
- KTB (2019). Somut Olmayan Kültürel Miras, <https://antalya.ktb.gov.tr/TR-175921/somutolmayan-kulturel-miras.html>
- Merdin, A.Ö. (2016). Ahilikten Kaynaklanan Kırşehir Sohbet Toplantıları, Anadolu Sohbet Gelenekleri ve Yaren Sempozyumu, 227-237.
- Mudurnu Belediyesi (2019). <http://mudurnu.bel.tr/mudurnu/mudurnu-kulturu>
- Okay, Y. (2011). Bolu Halkevi Dergisi Abant'ın Halkbilim Açısından İncelenmesi. ODÜ Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi (ODÜSOBİAD), 2(4), 96-113.
- Özeski, Ali, (2011) Sandıklı Gezeklerinin Dünü Bugünü, Sandıklı Araştırmaları Sempozyum Bildirisi, http://www.sandiklikultur.org.tr/yaren-sandikli_gezekleri#_ftn2
- Sağır, A. (2012). Bir Yemek Sosyolojisi Denemesi Örneği Olarak Tokat Mutfağı. Electronic Turkish Studies, 7(4).2675-2696
- Tan, N. ve Turhan, S. (2001). Van Halk Müziğine Giriş, Sözlü ve Sözsüz Ezgiler, Ankara: Van Valiliği Kültür Yayınları.
- Taşbilek, Ş. (2012), Bize Harputlu Derler Elazığ Müzik Kültürü C.I-II, Bursa: Başarı Dergisi Yayınları.
- TürkçeBilgi, (2019). Anadolu Kelimesi, <https://www.turkcebilgi.com/anadolu>
- Uygur, H. K. (2014). Mardin'in Geleneksel Eğlencesi: Leyli Gecesi, Milli Folklor Dergisi, 26(102) 86-98
- Varlı, Ö.D. ve Çılgın, S. (2019). Bursa Gezek Geleneğinde Kültürel Kimlik Unsurları, https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/54335299/Bursa_Gezek_Geleneginde_Kulture

Gıda ve Gastronomi Sektörünün 2020 Dersleri

Y. Birol Saygı

Beykoz Üniversitesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, İstanbul

Özet

İnsan yaşamı boyunca ortalama 70 bin kez yemek yemek, bu da yaklaşık 30-40 ton gıda tüketmek demektir. Bu miktardaki gıdanın büyük bir kısmı beslenmek yani gıdaların içerisinde bulunan besin öğelerinden yararlanmak amacıyla tüketilir. Gıda, insanların günlük yaşamlarının ayrılmaz bir parçasıdır. Gıda, basit bir günlük fonksiyon olmanın ötesinde, insan sağlığı ve mutluluğu için önem taşımaktadır. Beslenme, insanın büyümesi ve gelişmesi, dokuların yenilenmesi ve çalışması için gerekli olan enerji ve besin öğelerinin her birinin yeterli ve dengeli miktarlarda alınması ve vücutta uygun şekilde kullanılmasıdır. Gıda yapısal olarak karmaşık bir yapıya sahip olup tüketici tercihleri ön plandadır. Fizyolojik, Psikolojik, Sosyal ve Ekonomik faktörler olarak gruplandırılan tüketici tercihleri bu faktörler ve alt kırılımlarının bir araya gelmesi ile oluşan bir kesişimdir. Tüketicilerin seçimlerini etkileyen bu karmaşık yapının faktörlerini incelemek başarılı bir ürün yaratmak ve sürdürülebilir bir başarı için çok önemlidir. Tüketicinin seçimleri kadar eğilimlerindeki değişimleri incelemek gıda ve gastronomi konularını anlamak ve geleceğe yönelik davranış modellerini geliştirmek için çok önemlidir. Salgınlar siyaseti, devrimleri, yerleşik ırksal ve ekonomik ayrımcılığı ve yayıldıkları toplumları değiştirerek kişisel ilişkileri, insan yapımı ve doğal ortamları etkilemiştir. Salgın hastalıkları incelemek toplumun yapısını, yaşam standardını ve politik önceliklerini anlamaktır. Salgın hastalıklar, gerçekte kim olduğumuza dair insanlara ayna tutan bir hastalık kategorisidir. İnsanlık, tarih boyunca yaşadığı pandemilerin hepsini yendi ve insan ırkı her zamankinden daha güçlü hale geldi. Pandemi geçirdiğimiz 2020, insanlığın ileriye dönük planlama ve hatta gıda üretimi hakkında bildiğimizi sandığımız her şeyi unutup yeni bir dünya yaratmamız gerektiğini göstermiştir. 2020 yılındaki gelişmeler kural kitabını yakmıştır. Gıda ve Gastronomi sektörü şiddetli baskı altında olmasına rağmen üretimini sürdürmüştür. Bununla birlikte, endüstri 2021'de dirençli kalacaksa, baskılara rağmen, hazırlıklı olmak için gözlerin ufku taramaya devam etmesi ve 2020 derslerini doğru alması gerekmektedir. Bu amaçla, gıda ve gastronomi sektörüne gelecek için bir miktar iç görü sunarak ileriye bakmaları için bu çalışma yapılmıştır.

Anahtar sözcükler: Pandemi, Tüketici eğilimleri, Tüketici seçimleri.

Abstract

A person consumes an average of 70 thousand meals in his life, which refers to 30-40 tons of food. A large part of this amount of food is consumed for nourishment to benefit from the nutrients contained in foods. Food is an integral part of people's daily lives. Apart from being a simple daily function, food is also important for human health and happiness. Nutrition is the intake of the energy and nutrients required for human growth and development, tissue regeneration and functioning in sufficient and balanced amounts and used in the body properly. Food is something structurally complex which mainly determined by the consumer preferences. Consumer preferences, which are grouped as Physiological, Psychological, Social and Economic factors, are an intersection formed by the combination of these factors and their sub-groups. Examining the components of this complex structure that influences consumers' choices is crucial to creating a successful and sustainable product. Moreover, examining changes in consumer trends as well as choices is very important to understand food and gastronomy related issues and to develop future behavioral models. Epidemics have changed politics, revolutions, established racial and economic discrimination, and the societies in which they spread, affecting personal relationships, artificial and natural environments. Examining epidemics is to understand the structure of society, standard of living and political priorities. Epidemics are a category of illness that holds the mirror to people of who we really are. Humanity has beaten all the epidemics it has experienced throughout history, and the human race has become stronger than ever. The pandemic of 2020 showed that humanity should forget everything we thought we knew about planning and even food production and accordingly creating new world from the start. Developments of 2020 have changed the rules. Although the increasing pressure over the food and gastronomy sector, it has continued to the production. However, if the industry wants to remain resilient in 2021, despite pressures, it should have its eyes open to the future, besides

getting the right lessons from the year of 2020. For this purpose, this study was conducted to provide some insight to the food and gastronomy industry to put their focus onto future.

Keywords: Pandemic, Consumer trends, Consumer choices.

Giriş

Gıda ve içecek endüstrisi, harcamalarına daha dikkatli bir yaklaşım arayan günümüz tüketicileri için gıda içecek trendlerini doğru ve detaylı değerlendirerek, yaratılan inovatif ortamın katkıları ile sert rekabetten kurtulmak ve sürdürülebilir olmak için çok önemlidir. Günümüzde, trend olan ürünler, büyük fırsatlar ve sektörü sallayan paradigma değiştiren yenilikler olmaktadır. Ancak sektördeki ana trend çizgilerinin hepsi her yıl büyümeye ve gelişmeye devam etmektedir.

Sağlıklı beslenme tüketicilerin zihninde giderek daha önemli hale gelmektedir. İnsanlar sağlık sorunlarının modern yaşam tarzlarıyla ilişkili olduğunun farkına vardıkça, sağlıklı beslenmeye olan ilgiler artmaktadır. Son on yılda ortaya çıkan trendlerden bazıları, organik gıdaya ve yerel gıda tüketimine artan ilgidir. Bu eğilimler, yemek hizmeti operasyonları üzerinde etkili olmuştur. Yerel olarak üretilen ve organik yiyecekler sunmasıyla tanınmak, pazarda önemli bir farklılaşma noktası olabilir ve restorana rekabet avantajı sağlayabilir. Ayrıca, fonksiyonel gıdalar daha rafine ve popüler hale gelmektedir. Ambalaj ve üretim daha dünya dostu olmaya devam edecek ve şirketler sürdürülebilirlik taahhütlerini yerine getirmeye yaklaşacaklardır. Ürünler tüketicilerin sağlık ve zindelik isteklerini karşılamak için piyasaya sürülmeye devam edecek ve bitki bazlı gıdalar pazarda daha etkin olacaktır. Gıda trendlerini yönlendiren, Demografi, Yaşam Şekli, Ekonomi, Teknoloji ve Tüketici davranışları olmak üzere beş önemli dış kuvvet bulunmaktadır.

Tüketici Davranışları

İnsan yaşamı boyunca ortalama 70 bin kez yemek yemek, bu da yaklaşık 30-40 ton gıda demektir. Bu miktardaki gıdanın büyük bir kısmı beslenmek yani gıdaların içerisinde bulunan besin öğelerinden yararlanmak amacıyla tüketilir. Gıda, insanların günlük yaşamlarının ayrılmaz bir parçasıdır. Gıda, basit bir günlük fonksiyon olmanın ötesinde, insan sağlığı ve mutluluğu için önem taşımaktadır. Beslenme, insanın büyümesi ve gelişmesi, dokuların yenilenmesi ve çalışması için gerekli olan enerji ve besin öğelerinin her birinin yeterli ve dengeli miktarlarda alınması ve vücutta uygun şekilde kullanılmasıdır. Gıda işleme tarih öncesi dönemde başlamıştır. Tarım ve hayvan yetiştiriciliğinin artmasına paralel gıdaların bozulma nedeniyle kayıplarını azaltmak ve kıtlık dönemlerinde hayatta kalmak için gıdalarımızı korumak kaçınılmaz bir olgu olmuştur. Gıda bilimi multidisipliner bir bilim dalıdır. Gıda yapısal olarak karmaşık bir yapıya sahip olup tüketici tercihleri ön plandadır. Tüketici tercihleri ise birçok faktörün bir araya gelmesi ile oluşan bir kesişimdir. Tüketicilerin seçimlerini etkileyen bu karmaşık yapının faktörlerini incelemek başarılı bir ürün yaratmak ve sürdürülebilir bir başarı için çok önemlidir (Reel ve Ark., 2008; Anon, 2012b; Tudoron ve Ark., 2012a; 2017a; 2017b; Shepherd, 2017; Cairins ve Ark., 2018; Melovic ve Ark., 2020).

Fizyolojik faktörler: Fizyolojik faktörler vücudun ihtiyacını ve besin arzusunu etkiler. Vücudun sağlıklı kalması ve doğru bir şekilde çalışması için gerekli besin maddelerini yeterli miktarda içermelidir (Roinien ve Ark., 2001; Hunter, 2010; Vesela ve Grebenove, 2010; Annunziata ve Vecchion, 2012a; Anon, 2013; Razali ve Ark., 2014; Thiruselvakumar ve Ark., 2014; Zielinska, 2016).

Açlık düzeyi: Açlık, yiyecek eksikliğinden kaynaklanan boşluk, güçsüzlük veya acı duygusu olarak tanımlanabilir. Zaman geçtikçe, daha az yiyecek düşünene kadar daha da yoğunlaşır. Açlık, beyindeki hipotalamus adı verilen küçük bir bezle kontrol edilir. Hipotalamus vücutta önemli işlevlere sahip olup, hipofiz bezi ile koordineli çalışır. Vücut sıcaklığını kontrol etmek, iştah, susuzluk ve vücut sıvılarını düzenlemek, uyku ve uyanıklık dengesini kurmak ile büyüme ve vücuttaki çeşitli bezler ile cinsiyet hormonlarını kontrol etmek görevleridir.

İştah: İştah, vücut aç olmadığı zaman bile yiyeceğe duyulan arzudur. İştah, gıdaların görünüşü, hazırlanan gıdaların aroması, konuşma ve düşünce sırasında gıda kelimesi ile tetiklenebilir. Hipotalamus bezi bu ipuçlarını duyu yoluyla kaydeder ve kişiyi yiyecek hakkında düşünmeye teşvik eden mesajlar gönderir. Tükürük bezleri uyarılır, fazladan sıvı üretir ve ağızda sulanma başlar. Açlığın aksine, eğer iştah memnun değilse, sonunda vücuttan yok olacaktır.

Beslenme gereksinimleri: Tüketiciler sağlıklı kalmak ve kendilerini sağlıklı hissetmeleri için gıda seçimlerini yaparlar. Gıdalarımız, metabolizma için gerekli temel besin maddelerini sağlamalıdır. Beslenme gereksinimleri için vücut boyutu/türü, yaşı, aktivite düzeyi, cinsiyet ve sağlık durumu olmak üzere beş farklı kategori vardır.

Vücudun boyutu/türü: Farklı büyüklükteki insan vücudunun beslenme gereksinimleri doğrultusunda farklılık gösterir. Daha büyük yapılara sahip bireylerin vücutlarını korumak ve çalıştırmak için daha fazla besleyici madde gerekir. Aynı şekilde, vücut kütlesi daha küçük olduğu için vücut dokularının bakım ve onarımı için daha az protein gerektiren daha küçük vücut boyuna sahip olan insanlar da vardır.

Yaş: Alıcı kararları, kişilerin yaş aile yaşam dönemi içindeki buldukları aşamalar, yaşam stili, kişilik gibi dışa dönük özelliklerinden etkilenir. Her yaş grubunun gereksinimine ve ilgi duyduğu gıdaları ayımlanabilir belirli karakteristikleri vardır. Örneğin yaşlılar için sağlıklı yaşam ve diyet ürünleri gibi. Yaşam dönemleri de satın alım kararlarını etkileyen faktörlerindendir. İnsan vücudu, hayatı boyunca belirli büyüme aşamaları geçirir. Bebeklikten ergenliğe kadar vücut oranlarında dramatik değişiklikler görülür. Kollar, daha fazla harekete ve koordinasyona izin veren uzunluk ve kas oranı yükselir; vücut yüksekliğinin yarısını tamamlamak için bacakları uzar. Büyüme ve gelişme dönemi, ergenlik boyunca vücut daha erişkin bir form elde edilinceye kadar devam eder. Besinler vücut içerisinde özel işlevler yürüttüklerinden, bir bireyin ihtiyaç duyduğu besin maddelerinin miktarı büyüme süreçleri tarafından düzenlenir.

Etkinlik düzeyi: Fiziksel olarak aktif olan bir kişinin daha çok enerji veren besinler tüketme gerekliliği, daha az aktif yaşam süren şahsa göre fazladır. Sedarer bir kişi, aktif bir kişiden daha az miktarda besleyici madde ister. Bir kişi büyük miktarda enerji tüketir fakat fazla dolaşmazsa vücut fazlasını yağ dokusu olarak depolar.

Cinsiyet: Bireyin cinsiyeti de besin madde gereksinimlerini belirler. Menstruasyon ve doğum gibi biyolojik aktiviteler, kadınların demir ve kalsiyum alımında daha yüksek içerikli bir diyet alması gerektiği anlamına gelir. Erkekler vücutlarındaki kas dokusunun daha yüksek profilli bir bölümüne sahiptir. Bu nedenle kadınlardan daha yüksek miktarda protein almaları gerekmektedir. Cinsiyet, yağ dokusunun depolandığı vücudun bölümlerini de etkiler. Kadınların üst kollarında, göğüslerinde, bellerinde, kalçalarında ve uyluklarında ekstra yağ dokusu bulunma olasılığı daha yüksektir.

Sağlık durumu: Bir kişinin sağlık durumu, kişiyi belirli yiyecek çeşitlerini ve/veya diğer gıdalardan daha az tüketmesini sağlayabilir. Örneğin, bir kişide yüksek kolesterol (sonuç olarak kalp hastalığına neden olabilir) varsa, diyetinde doymuş yağlarının miktarını azaltmalıdır. Kötü beslenme ile ilişkili olabilecek bazı hastalıklar arasında beriberi, pellagra, raşitizm, iskorbit, osteoporoz ve anemi bulunur.

Kişisel yeme-içme reaksiyonları: Kişisel algılarımız gıda seçimimiz üzerinde büyük bir etkiye sahiptir. Bireyler, gıdanın fiziksel görünümüne, sunumuna, kokusuna ve dokusuna tepkilerini temel alarak yiyeceklerini seçerler veya reddederler. Gıdaların kalitesini ölçmek için duyularımızı kullanırız. Bu reaksiyonlara dayalı yargılara duysal algılamalar denir. Çekici renkler ve yaratıcı sunumlar, iştahımızı uyarır. Yemek hazırlayıcıları yemeklerin estetik görünüşü ile yemeklerin sunulduğu kişilerin iştahlarını artırabileceğinin veya geciktirebileceğinin farkındadır. Çünkü yiyeceklerin tabağa yerleştirilmesine iştah artırmak için özen gösterilir. Bazı insanların yiyecek seçenekleri sınırlıdır, çünkü fiziksel bir reaksiyona sahiptirler. Tepkiler bireyler arasında değişken olup karın şişmesi, kusma, kaşıntı ve deri döküntüleri, hırıltılı solunum, baş ağrısı ve rahatsız edici uyku şeklinde görülebilir.

Psikolojik faktörler: Psikolojik faktörler zihin ve duygularla ilgilidir. Yaşam tarzlarına ve kişinin yetiştirilmesine bağlı olarak kişiden kişiye farklılık gösterirler. Bunları tanımlamak zordur. Duyguların, kendine güvenin ve tutumların sonucunda yapılan seçimler gün geçtikçe değişebilirken, inanç, alışkanlık, değerler ve yiyeceklerle geçmiş deneyimler gibi bazı psikolojik faktörler seçilen gıdalar üzerinde sürekli bir etkiye sahiptir. Gıda seçimlerimizde psikolojik faktörler diğer faktörlere göre daha baskın rol oynayabilmektedir (Lau ve Ark., 1984; Kaya, 2016; Anon, 2013).

Değerler: Değer, neyin önemli olduğuna dair derin kişisel bir duyumdur. Değerler, davranışı etkilemek ve eylemi motive etmek için yeterince güçlüdür. Bir kişinin değerleri, yetiştirildikleri ailenin ve kültürün değerlerini yansıtabilir veya yaşam boyunca karşılaşılan deneyimler üzerine kişisel bir yanıt olabilir. Gıda seçimi; seçimleri etkilemesi

muhtemel değerler, besin kaynakları ve sağlığın korunması ile ilgilidir. Örneğin, vejeteryanlık, gıda seçiminin bir yansımasıdır.

İnançlar ve tutumlar: İnsanlar yapmak ve öğrenmekle inanç ve tutumların sahipleri olurlar. İnançlar ve tutumlarda insanların satın alma davranışlarını etkilerler. Bir inanç bir kimsenin bir şey hakkındaki tanımlayıcı bir düşüncedir. İnançlar bilgi, kanaat ve itikat üzerinde kurulabilir. İnançlarda hissiyatın rolü olabilirde olmayabilirde. Üreticiler, tüketicilerin, ürünleri ve servisleri hakkındaki inançları ile çok ilgilidirler. İnançlar, ürün ve marka imajlarını yaratır ve insanlarda ürünlerin ve markaların imajlarına göre hareket ederler. Tüketicilere bir ürünü, reklamı, markayı sevip sevmedikleri sorulduğunda gerçekte kendilerinden tutumlarını ifade etmeleri istenmektedir (Vyas ve Ark., 2016). Tutumlar iç duyguların dış savunmasıdır ve kişilerin objelere karşı eğilimlerini yansıtır. İnanç ve tutumlar idrak ve motivasyonel süreçleriyle öğrenme sürecinin en son neticeleri olarak birbirine benzemekle beraber, aralarında önemli farklar vardır. Bunlar davranış bakımından farklı vasıflar ve sonuçları içerirler. Bu yüzden her iki kavramında sağlam bir bilimsel mana kazanması için farklı şekilde belirtmek çok önemlidir. Gıda için kabul edilebilir olana ilişkin inançlar dünyada çeşitlilik gösterir ve genellikle din ve kültürel mirasa bağlıdır. Bir inanç, pozitif bilimsel kanıta dayalı olması gerekmeyen bir görüştür. Dayanıklı olan değerlerin aksine, inançlara meydan okunur ve değiştirilebilir. Birçok din gıda geleneklerine sahiptir ve takipçilerinin yediklerine kısıtlamalar getirirler. Dini geleneklerin yanı sıra, bazı sosyal gruplar ve kültürlerin yiyecek hakkında belirli inançları vardır. Bu inançların çoğunun doğrulanması mümkün değildir. Bazı kültürel inançlar genellikle belirli gıdaların yemeyi yasaklar ve yiyecek tabularına yol açar. Bu tabular ilkel kültürlerde daha yaygındır.

Alışkanlıklar: Gıda seçimleri genelde rutindir. Bir alışkanlık, düzenli olarak düşünmeden yapılan bir olgudur. Beslenme alışkanlıkları ayındır ve tüm alışkanlıklar gibi değiştirmek kolay değildir. Gıda alışkanlıklarımız, bazen sağlıksızdır. Kişisel diyeti değiştirmek kolay değildir.

Benlik: Benlik, kendimiz hakkında nasıl hissettiğimizi ve vücudumuzun ebatları, şekli ve ağırlığı (vücut imajı) dahil olmak üzere kişisel görünümümüzü tanımlama biçimimizi ifade etmektedir. Her birimizin fiziksel olarak nasıl görüldüğümüz (güçlü ve zayıf yönlerimiz), ne kadar iyi koordineli olduğumuz ne kadar akıllıyız ne kadar utangaç veya girişken, paramızı ne kadar iyi yönettiğimiz, nasıl giyiniyoruz, sanat, müzik, dansa ne kadar yetenekliyiz, kardeş, oğul veya kız olarak ailede önemimiz gibi aklında bir resim vardır. Benlik saygısı çocukluk döneminde gelişir. Beden imajından duyulan memnuniyetsizlik başta hanımlar olmak üzere 11 yaşından başlayarak orta yaşlara doğru artmaktadır. Ayrıca, benlik durağan olmayıp zaman içinde hatta günde birkaç kez değişebilir.

Motivasyon: Bir kimsenin herhangi bir zamanda pek çok ihtiyacı vardır. Bazı ihtiyaçlar biyolojiktir. Bu ihtiyaçlar açlık, susuzluk, huzursuzluk gibi fizyolojik gerginlik hallerinden doğar. Diğer ihtiyaçlar psikojeniktir. Yani tanınmak, şahsına saygı göstermek veya bir yere ait olmak gibi psikolojik hallerden doğar. Bir ihtiyaç yeterli bir seviyede zorlayıcılığa ve şiddetli isteğe ulaştırıldığı zaman bir motif olur. Bu motif bir kimseyi harekete geçmesi için yeterince zorlayan bir ihtiyaçtır.

Sezgi: Sezgi, bir kimsenin dünyanın anlamlı bir manzarasını yaratması için enformasyon verilerini seçmesi, organize etmesi ve yorumlamasıdır. Sezgi sadece fiziki dürtüleri değil, dürtünün çevresindeki saha ile olan ilişkilerine ve ferdin kendisi içindeki koşullara bağlıdır. Sezginin tarifindeki anahtar kelime, bireydir. İnsanların aynı obje karşısındaki sezgileri farklıdır.

Öğrenme: Öğrenme bireylerin gelecekteki benzer davranışlarını yönlendiren, satın alma ve tüketime ilişkin bilgileri ve deneyimleri kazandıkları bir süreçtir. Diğer bir deyişle öğrenme süresi boyunca elde edilen tüketim bilgileri ve deneyimleri satın alma davranışına yön vermesidir. Kişinin kendisine ya da çevresine ilişkin tutumları ve yargıları belirlemesindeki gereksinimlerin giderilmesinde deneyimlerden yararlanılır ki bu da öğrenmenin sonucudur. Öğrenme biçimi içeriği ve nitelikleriyle insan davranışını etkileyen etkenlerin en başında gelir. İnsan ihtiyaçlarını gidermede sorunlarını çözümlenmede kendi varlığına ve çevresine ilişkin algılar ve kavramlar oluşturmada öğrenmeden ve geçirdiği deneyimlerden yararlanır. Genel olarak gereksinim ve isteklerini özel olarak fiziksel ve içgüdüsel ihtiyaçlarını insan yine öğrenme yoluyla belirler.

Algı: Algılama duyu organlarının yardımı ile çevreden gelen uyarılara göre nesnelere, olaylar ve ilişkiler hakkında bilgi edinmektir. Ancak algılamak sadece fizyolojik bir olay değil, aynı zaman da bireyin inançlarından, tutumlarından,

kişilik özelliklerinden etkilenen subjektif bir durumdur. Birey kendi görüşüne inançlarına, değer yargılarına göre algılamaktadır. Pazarlama yöneticisinin sunduğu pazarlama bileşenleri ile hedef tüketicinin algıladığı bileşen birbirlerinden farklı olabilir. Hedef tüketicinin yeni pazarlama bileşenlerini farklı bir şekilde ve görmek istedikleri bir biçimde yorumlamaları pazarlama programının uygulanmasında bazı güçlüklerle yol açabilir. Algılama fiilin fiziksel ve fizyolojik yanlarıdır. Duyumlar, bağımsız olaylar değildir. Hemen her duyumla birlikte bir algılama yapılır. Böylece, psikolojik olayların en yalın öğeleri, duyumlar değil algılardır. Algılama ile son bulmayan bir duyum yok gibidir. Çevreden gelen etkiler duyu organlarını uyarır, böylece meydana gelen sinir akımı beyine ulaşır ulaşmaz duyum olayı ile bir algılamada meydana gelir.

Tavır: Tavırdan maksat bir gıda hakkındaki olumlu bilgi ve olumlu veya olumsuz duygulardır. Tavırlar deney ve başka kişilerle temas sonucu öğrenilebilir. Tavırlar genellikle sık sık değişmez çok defa olduğu gibi kalır. Tavırların bazen kuvvetli bazen zayıf etkisi olur. Tüketicilerin bir gıdaya veya bir firmaya olan tavırları stratejinin başarılı veya başarısız olmasını etkiler. Nitekim tüketici işletmenin pazarlama stratejisi üzerinde olumsuz etkiye sahip ise gıdayı bizzat kendisi almakla kalmaz etrafındaki çevreye de etki yapar.

Kişilik: Her insanın satın alımını etkileyen farklı bir kişiliği vardır. Kişilik, insanın çevresine karşı tutarlı ve sürekli tepkiler vermesine yol açan belirgin karakteristiklerdir. Kişilik tipleri sınıflandırılabilir ve belirli bazı kişilik tipleri ile gıda ve markalar arasında güçlü korelasyonların incelenmesi, tüketici davranışını çözümlemede önemli bir değişkendir. Herkesin kendine ait bir kişiliği bir içyapısı vardır. Bu kişiliği çözmek her zaman mümkün değildir. Bu tecrübe ve tavırların belirlenebilmesi ile mümkün olabilir. Buna göre her tüketicinin de tüketileceği ürün ve tercih edeceği markalar farklı olacaktır. Pazarlamacılar genellikle tüketim mallarının reklamını yaparken herkesin olumlu bulabileceği özellikler üzerinde dururlar.

Sosyal faktörler: İnsanların yaşadığı kültürler ya da toplumlar, bireylerin birbirleriyle (sosyal faktörler) sahip olduğu temasa birlikte, gıda seçimlerini etkiler. İnançların, geleneklerin ve tabular etkili faktörlerdir. Ayrıca, günlük yaşamın bir parçası olan medyanın kişileri belirli gıda tercihlerini yapmasında etkinliği tartışılmaz. Yiyecek seçimi yaparken yaşam tarzı, iş ve eğitim, ailenin büyüklüğü ve misafirperverliğin toplumsal grup içindeki önemi ve yeri de önemlidir (Nestle ve Ark., 1998; Anon, 2013; Bleich, 2012; Higgs ve Thomas, 2016; Nurumi ve Ark., 2016; Souter, 2017; Melovic ve Ark., 2020).

Kültür, alt kültür ve gelenekler: Kültür her toplum üyesi olarak insanoğlunun yaşam biçimini belirler. Toplumun tüketim biçimleri, ihtiyaçları, ihtiyaçların öncelik sırası ve ihtiyaçların tatmin şekilleri kültürün bir işlevidir. Kültürel değerler tüketici davranışını dolayısıyla tüketimi etkilemektedir. Kültürel değerler sosyal etkileşim yoluyla ailede, okulda ve işyerinde öğrenilir ve birey davranışını kuvvetli bir şekilde etkiler. Bir kimsenin arzu ve davranışlarını en esaslı belirleyicisi kültürdür. Her kültür, mensuplarının daha özel olarak belirlenmesini ve sosyolojisini anlatan daha küçük alt kültürlerden oluşur. Milliyetler, dinler, ırki gruplar ve coğrafi bölgeler alt kültürü oluşturur. Alt kültür dinsel, ırksal, ulusal, yöresel ve bunun gibi ortak özellikler taşıyan gruplar alt kültürleri oluşturur. Gelenekler, bir grup veya toplum üyeleri tarafından belirli zamanlarda tekrarlanan olgulardır. Özel günler birçok geleneksel ve özel gıdaları içerir. Aile gelenekleri, çoğu toplumda önemli toplumsal ve kültürel geleneklerin olduğu gibi, genellikle gıda etrafında döner.

Yaşam tarzı: Aynı sosyal sınıf, alt kültür ve hatta aynı meslekte olan insanlar bile çok farklı hayat tarzlarına sahip olabilirler. Kişinin yaşam sistemi, onun faaliyet, ilgi ve fikirlerinde ifadesini bulan yaşam tarzıdır. Yaşam stili, kişinin sosyal sınıfı ve kişiliğinden daha fazla şeyleri içerebilir. Bir kişinin sosyal sınıfı bilinirse, onun olası davranışları hakkında bazı spekülasyonlar veya yorumlar yapılabilir ama bu durum o kişiyi tam olarak görme olanağı vermeyebilir. Yaşam stilleri de satın alma davranışlarını etkileyebilir (Chovanová ve Ark., 2015). Genel olarak, gıda seçimini etkileyen yaşam tarzı faktörleri şunlardır.

Meslek: Tüketicinin mesleği, öncelikle gelirini belirler. Ayrıca çalışma süresi, yine işe gidip gelmek için harcadığı zaman ile boş zaman süresi ve değerlendirme biçimi bireyin gıda tüketimi açısından önemlidir. Ne yemeyi seçtiğiniz, işinizin fiziksel taleplerine bağlı olabilir. Aktif işler, çalışanın enerjisi artırmak için daha fazla karbonhidratlı yemeyi gerektirirken, az bedensel hareketi gerektiren görev yapan kişiler aşırı yememeye dikkat etmelidir.

Eğitim: Akıllı seçenekler opsiyonlar hakkında daha fazla bilgiye sahip olmaktan kaynaklanmaktadır. Her türlü iletişim gıdalarımız hakkında daha iyi bilgi sahibi olmamıza yardımcı olur bu da seçimlerimizi belirler. Bir kişinin

gıdaların besin içeriği, beslenme gereksinimleri ve besin hazırlığı hakkında daha iyi bilgi sahibi olması, akıllı gıda seçimleri olasılığını arttırır.

Coğrafi konum (Ekoloji): Bir ülkenin temel gıda maddeleri coğrafyaya ve iklim koşullarına göre yetiştirilebilmesine bağlıdır. İklim tropikal ise, şeker kamışı, ananas, muz ve Hindistan cevizi gibi gıdalar, Akdeniz ise bitkisel, kırsal kara içi yüksek soğuk bölgeler et ağırlıklı olacak bu gıdalar daha ucuz, daha bol olduğundan çoğunlukla çeşitli mutfak usullerinde kullanılacaktır. İklim, sadece bir bölgede yetiştirilen yiyecek türlerini değil yiyecek seçimlerini de etkiler. Yaz, taze meyve ve sebze, dondurma ve hafif yemekler arzusunu getirirken, kış ise çorbalar, sıcak içecekler ve sıcak tatlıların mevsimidir.

Sosyal etkileşim: Küreselleşmenin sonucu herkes her yere gidiyor, internet uzak yerlerden alışveriş yapmamıza izin veriyor ve ülkeler arasındaki ticari anlaşmalar ile dünyanın uzak köşesindeki bir olay dünyanın geri kalanında hissedilebileceği anlamına gelmektedir. Seyahat ederken, hoşlandığımız ve dönüşte aramaya başlayacağımız geniş bir yelpazede yemeklerle tanışıyoruz. Kişisel ve yakın arkadaşların ilgileri, yiyecek tercihlerini etkilemektedir.

Aile, hane halkı yapıları ve rolleri: Alıcılar üzerinde aile üyelerinin etkisi çok güçlüdür. Aile en önemli tüketici alım örgütüdür. Pazarlama yöneticileri eşler ve çocukların çeşitli ürün ve hizmetlerin alımındaki etki ve rolleri ile yakından ilgilidir. Bu roller fikir vericiler, etkileyciler, karar vericiler, fiilen satın alımı yapanlar ve kullanıcılar olmak üzere beş gruba ayrılabilir. Bazen bu rollerin tümü veya birkaçı bir kişiyle birleşebilir. Aile üyelerine toplumun kültürel değerlerini ileten bir alt kültür olan hizmet etmektedir. Çocuk, sosyal ve kültürel değerlerini, tüketim alışkanlıklarını aileden kazanır ve yaşamı boyunca onların izlerini taşır. Bu nedenle tüketim alışkanlıklarını ailenin yaşam eğrisi ile açıklamak mümkündür. Aile birliğinin yapısı, bir yemekte tüketilen gıdanın çeşidini, kalitesini ve miktarını belirler. Örneğin, çok hassas tat tomurcuklarına sahip küçük çocuklar, daha az baharatlı gıdaları tercih ederken, yaşlılar hafif bir lezzet hissi gösterebilir ve daha çok aromalı (özellikle tuzlu ve tatlı) gıdaları tercih ederler.

Hane halkı içinde kişisel olarak beğenilen kişiler, çoğunlukla yiyecek seçiminde en önemli faktördür. Ailenin farklı diyet gereksinimlerini karşılamak için gıdayı cazip ve keyifli bir şekilde hazırlanmasında daha fazla dikkat edilmesi gerekmektedir.

Roller ve statüler: Kişilerin katıldıkları aile, kulüp, dernek gibi grupların her birindeki konumu rol ve statü açısından ele alınabilir. Rollerin her biri satın alma davranışlarını etkiler. Her rolün toplumda belirli bir statüsü vardır. Ürünler sosyal sınıflara coğrafi duruma ve hatta zamana göre statü sembolü olarak görev yapabilirler. Bir kimsenin şahsi özelliklerinde, onun satın alma kararını etkiler. Bu özellikler arasında yaşı, yaşam dönemi, mesleği, ekonomik durumu, hayat tarzı ve şahsiyeti ile kendisi hakkındaki kendisinin ne düşündüğü vardır.

Sosyal sınıf ve sosyal etkileşim: Tüketicinin algılarına ve satın alma davranışlarına etkileyen sosyokültürel etkenlerden biri de tüketicilerin içinde yer aldığı sosyal sınıftır. Sosyal sınıf kavramı gerçekleri karmaşık bir kavramdır. Çeşitli açılardan toplumun sınıflandırılması yapılar ve sınıflara birbirinden değişik roller ve ödüller öngörülür. Roller ve ödüller arasındaki değişiklikler belirlenir. Örneğin yöneten ve yöneticilerle ölçütüne, gelir ölçütüne, yapılan işin türüne göre toplum sınıflara ayrılır. Söz konusu sınıflaşma alt, orta ve üst sınıflar biçiminde toplumun dikeyine gruplaşmasıdır. Gerçekte bu sınıflar arasında kesin bir sınır yoktur. Ayrıca, sınıfları oluşturan kişiler ya sınıf içerisinde yerlerini değiştiremezler ya da alt sınıftakiler üst sınıfa geçme çabası gösterirler. Yemek uzun zamandır dostluk ve misafirperverlik sembolü olmuştur. Misafirleriniz evinize geldiklerinde yaptığımız ilk şeylerden biri onlara yemek ve içmek için bir şeyler sunmaktır. Yemekler, utangaç bir kişinin bile yemek hazırlayarak veya sunarak kendilerini meşgul ederek grubun bir parçası olabileceği rahat bir ortam oluşturmaya yardımcı olur.

Referans grupları: Referans grupları, değerleri tutum ve davranışların oluşmasında kıyaslamak noktası olarak hizmet gören kişi ya da gruplardır. Referans kavramı grup boyutu ve üyeliği ile sınırlı değildir ve bir grupla özdeşleşme koşulu içermez. Başka bir anlatımla grup ünlü iş adamları, pop müzik yıldızları veya spor kahramanları gibi sembolik olabilir. Özellikle tutum ve davranışlar için kullanılan referans grupları kıyaslamalı referans grupları olarak adlandırılır. Bu gruplar yaşam biçimleri ev düzenleri, mobilya ve otomobil seçimleri hayranlık uyandıran ve taklide değer görülen komşular olabilir. Aynı olgu yiyecek içinde geçerlidir.

Medya: Yaptığımız yiyecek seçimlerinde medya büyük bir rol oynamaktadır. Gıdaların reklamı her yerde, her gün binlerce reklam metninden, dergilerden, billboardlardan, radyo, sinema, internet ve televizyondan gelen gürültü içinde yaşıyoruz. Medyayla reklamı yapılan gıdaların çoğu, işlenmemiş veya daha az rafine edilmiş alternatiflerinden beslenme değerleri açısından daha düşüktür. Bununla birlikte, bu ürünler sağlıklı ve mutlu bir yaşam tarzının temelini oluşturmuş gibi sunulmaktadır.

Arkadaş çevresi ve akran gruplar: Kişinin satın alma davranışlarını ve satın alma sürecindeki en büyük etkenlerden birisi de arkadaş çevresidir. Arkadaş çevresi bilgi arayışında ürün ve hizmetin seçiminde tutumların farklılaştırılmasında önemli bir etken olmaktadır. Bir bireyin akranları, aynı sosyal statüdeki kabaca aynı yaş grubundaki insanlardır. Akran grubunun etkisi, ergenlik çağında en güçlüdür. Kabullenmeye duyulan ihtiyaç gençleri, ebeveynlerinin ne yemeleri gerektiğini ve neyin besleyici olarak neyin iyi olduğunu düşünenlerin yerine arkadaşlarının yemek yerken ne yediğini gerçekleştirirler. Bir akran grubunda yeni şeyler denemek daha güvenli ve yiyecek paylaşımı insanları tanımak ve arkadaşlıklarını geliştirmek için iyi bir yoldur.

Evde misafirperverlik: Ev ortamında eğlenen aile daha gayri resmi durumdadır. Tüketicilerin yaşamları yoğunluğu çerçevesinde hazır tüketime yönelik günlük yaşamda başkalarına evde pişirmek önemli bir sosyal aktivitedir. Çalışan ebeveynlerin akşam yemeği partisi için alışveriş yapmaları ve yemek yapmaları için zamanları yoktur. Paket servisi olan yemekleri kullanmak veya başkaları tarafından masa hazırlamanın yapıldığı bir restorana gitmek daha kolaydır.

Ekonomik faktörler: Gıda seçimi, insanların hangi ürünleri satın alıp yedikleri ve buna nasıl karar verdikleridir. Belirli bütçe sınırlarında kalmak seçimlerimizi etkilemektedir (Anon, 2013; Nguyen ve Gizaw, 2014).

Ekonomik koşullar: Global tüketici pazarların demografik boyutlarında incelendiği gibi, kişinin ekonomik durumu, ürünü ve marka seçimini etkileyen başlıca faktörlerdendir. Ekonomik durum, harcanabilir gelirin düzeyine, istikrarına, ele geçiş zamanına, tasarruflarına ve likiditeye, aktif değerlerine, kredisine ve harcama ile tasarruf arasındaki tercihlerine bağlıdır. Özellikle gelire karşı duyarlı olan gıdaların üretici ve satıcıları bu göstergeleri yakından izlerler. Örneğin, durgunluk söz konusu ise, gıdaları yeniden tanımlayıp, konumlar, fiyatlar, üretim ve stokları azaltırlar. Tüketici pazarını etkileyen ekonomik etkenler iki yönden incelenir. Önce tüm nüfusun satın alma gücünü saptamak için, ülke ekonomisi ve ekonomideki eğilimler, sonra da kişilere ve ailelere ilişkin veriler incelenir. Genel ekonomik durum ve ekonomideki değişimler, tüketicilerin satın alma ve tüketim eğilimini etkiler. Arz ve talebin dengesizliği, enflasyon ve faiz oranları tüketici kararlarını etkileyen ekonomik etkenlerdir. Bu etkenlerdeki dalgalanmalar tanınmalı, nedenleri saptanmalı ve devletin ilgili ekonomik politikası ve para politikası gözden geçirilmelidir.

Gıdanın maliyeti: Maliyet, yiyecek seçerken en önemli faktörlerden biridir. Özellikle dar gelirli aileler, öğrenciler ve yaşlılar için önemlidir. Bu grupların toplam geliri içinde gıdaya harcamalarının oranı önemlidir. Gıdaların maliyetleri çeşitli faktörlerle değişmektedir. Bir seferde ne kadar satın alınması (depolama alanı varsa, büyük miktarlar ile daha ekonomik bir satın alım yapılabilir), gıdanın mevsimlik mi yerel üretim mi olduğu, gıdaların ne kadar işleme tabi tutulduğu (marine edilmiş et ürünleri veya hazır salatalar, birçok durumda az işlenmiş gıdalar, örneğin, taze sıkılmış meyve suları ve meyve salataları normal ürüne göre daha pahalı satılmaktadır), satın alma yeri dikkatle seçilirse, bir pazarda veya yol kenarından alımda tasarruf edebilir. Ancak, genellikle geri ödeme garantisi yoktur, mağaza özel ürünler ve genel markaların satın alınması (büyük süpermarketlerin kendi etiketleri ile ürettikleri).

Mevcut kaynaklar: Zaman, pişirme becerilerini kullanmadıkça yitirilen ve yemek için gerekli malzemelerin alımı ile hazırlanması için sınırlı bir kaynaktır. Kaynaklar birbirinin yerine kullanılabilir. Paranız varsa, ev dışında yemek yemeği seçebilirsiniz, ancak ekonomik olarak gücünüz sınırlı ise bir yemek yapmak için becerilerinizi, bilginizi ve yiyecek bileşenlerini kullanabilirsiniz. Zaman ve para, mevsiminde, satışta olan veya hemen kullanılabilir olanlardan daha büyük miktarlarda gıdaları güvenle depolayarak akıllıca kullanılabilir.

Pazar yeri: Pazar, tüketicilerin yiyecek satın aldığı yeri ifade eder. Genellikle, satış yeri ne kadar küçükse, gıda maddeleri o kadar pahalı olur. Küçük mağazalar gıda ürünlerini daha büyük mağazalardan veya toptancılardan satın alır ve satış fiyatını masraflarını karşılamak için artırır.

Meslek ve finans gücü: Bir kişinin yaptığı iş seçimi, yemek seçimini etkiler. İşin fiziksel talepleri ve sosyal beklentileri besin seçeneklerine yansımaktadır. İstihdamdan sağlanan gelir de seçilen gıdaların kalitesini ve miktarını belirler. Herkes için, ekonomik faktörler gıda satın alırken en önemli noktadır.

Bu çerçevede günümüz gıda ve içecek dünyasında önemli trendleri aşağıdaki başlıklarda toplayabiliriz;

1. **Kelimelerle Kazanmak:** Gıda ve içecek ürünlerinin ardındaki hikâyelere artan tüketici ilgisi ve satın alma kararları üzerindeki dikkate değer etkileri, şirketlerin markalaşma stratejilerinde hikâye anlatıcılığına giderek daha fazla önem vermesine neden olmuştur. Dünyadaki çeşitli ülkelerden tüketicilerin %56'sının, markaların etrafındaki hikâyelerin gıda alım kararlarını etkilediğini söylemektedir. Yani tüketiciler gıdaların arkasındaki hikâyeyi ve nasıl üretildiklerini keşfetmeye olan ilgisini daha da artırmıştır. Bu olgu satın alma kararlarını gittikçe daha fazla etkilemekte ve markaya çok önemli bir güven kazandırılmasına yardımcı olmaktadır.
2. **Bitkisel Devrim:** Gıda ve içeceklerde bitki temelli yenilik, tüketici yaşam tarzı trendine bağlanan sağlık, sürdürülebilirlik ve etik konusundaki tüketici ilgisinin bir sonucu olarak gelişmeye devam etmektedir. “Bitki temelli” teriminin kullanımı ana akıma daha fazla girdikçe, özellikle gıda ve içecek sanayi gelişmiş beslenme profillerine sahip daha temiz etiketli et ve süt alternatifleri sunmakta zorluk çekmektedir. Bitki bazlı ürünler günümüzde ana akım adımlarını gerçekten atmaktadır. Yükselen bitkisel krallık değişen küresel gıda pazarı ve gıda değer zinciri boyunca tüm paydaşlara yeni zorluklar sunmaktadır. En güçlü itici güçlerden biri, hayvansal proteinlere alternatifler için tüketici talebidir. Bitkisel üretim bazlı pazar son dört yılda ortalama %30 büyüme kaydetmiş olup yavaşlama belirtisi göstermemektedir.
3. **Sürdürülebilirlik:** Tüketiciler gittikçe artan bir şekilde şirketlerin sürdürülebilirliğe yatırım yapmasını beklemektedir, ABD ve İngiltere'deki tüketiciler 2018'de %64 olan şirketlerin sürdürülebilirlik için yatırım yapma beklentilerini 2019 yılında %85 düzeyine çıkarmıştır. Gıda atıklarının geri dönüşümü alanında, şirketler yan ürünlerden değer yaratarak sıfır atık yaklaşımı izlemeye çalıştıkları için yeni geri dönüşüm yöntemleri önem kazanacaktır. Ambalajlamada odak, sürdürülebilir alternatifler geliştirmenin yanı sıra daha azını kullanmaktır. Tüketicilerin %50'sinin daha az plastik ambalajlı ürünlerin yanı sıra gıda atıklarıyla mücadeleyle yönelik ürünler için daha fazla para ödemek istedikleri belirlenmiştir.
4. **Doğru Lokma veya Yudum:** Stres ve kaygı hem fiziksel hem de zihinsel olarak sağlıklı yaşam tarzları sürdürmeye çalışırken tüketicilerin kariyerleri, aileleri ve sosyal yaşamları yönetmesi nedeniyle modern yaşamdaki kilit kaygılardır. Tüketicilerin çoğunluğu, yoğun yaşam tarzlarının faydalarını ve maliyetlerini dengelemeyi amaçlasa da çok fazla değiştirememektedir. Bu da hazırlaması kolay, rahat ve taşınabilir besleyici gıdalara olan talebi artırmaktadır. Anlayışlı yaklaşım, gevşeme ve keyif almada önemli bir rol oynamaktadır. Hem fiziksel hem de duygusal refahı destekleyen beslenme gelişmektedir. Bireyler, sadece bedeni değil aynı zamanda biliş ve duygusal refahı da göz önünde bulundurarak sağlığı yönetmek için daha bütünsel yollar aramaktadır. İnsan mikrobiyomu çevresinde fiziksel ve zihinsel sağlığımız için muazzam potansiyeline yanıt olarak, prebiyotik ve probiyotik takviyeleri ve içeceklerin bolluğu aşıkardır.
5. **Dokunmak:** 2019 yılının önde gelen trendi “Keşif: maceracı tüketici” davranışı çerçevesinde dokusal taleplerle daha fazla ürün lansmanına yansıtılan bu olgu tüketici talebiyle hala öne çıkmaktadır. Tüketiciler, tekstürel özelliklerin gıda ve içecekler üzerindeki etkisini giderek artan bir şekilde algılayıp, daha yüksek bir duygusal deneyim yaşamak istemektedir. ABD ve İngiltere'deki tüketicilerin ortalama %45'i gıda ve içecek alırken tekstürden etkilenirken, %68'i de ürün tekstürünün gıda ve içecek deneyimine katkıda bulunduğunu düşünmektedir.
6. **Makrobesin görünümünü değiştirme:** Bu trend etiketlerde bileşen iddialarına ve bilimsel yeni bilgilere dayanarak zaman içinde giderek gelişmektedir. Bu çerçevede; gıda ve içeceklerde büyük düşman olarak görülen şeker ve tuzu azaltmanın yanı sıra diyet lif kullanımını giderek önemsenmektedir.
7. **Merhaba melezler (Hibridler):** Melezler, tüm tüketicilere trende katılmaları için bir yol sunmaktadır. Gıda ve içeceklerde, hibrid eğilimi, tüketicilerin gerçekten yeni ve farklı bir şeyler denemelerine izin veren ürünleri ifade etmektedir.

8. Bir yıldız doğuyor: İçerik provenansı tüketicilerle rezonans yapan önemli bir hikayedir. Bu trend özellikle ürün platformu, içerikler, özellikle yeni ürünler olarak temelinde alışılmadık içeriklerin yaygınlaştırılması için tüketicinin yakınlığı ve kabulü çok önemlidir. Daha tanıdık ve kabul görmüş olanların probiyotikler ve giderek önem kazanan CBD içecekler örnek olarak verilebilir. Bazı besin bileşenlerinden arındırılmış olmak giderek daha popüler bir kategori haline gelmektedir. Avrupa'da tüm yeni gıdaların 2018'de %23'ü bu segmentte üretilmiş olup tüm ürünlerin %58'i glütensizdir.
9. Düşünmeden güzel yemek ve maceracı gıda ve içecekler: Tüketiciler farklı lezzetler ve çok sensörlü gıda deneyimlerini keşfetmek için kendi rahat bölgelerinden uzaklaşmaktadırlar. Buna karşılık, markalar duyuşsal teslimiyet, hikâye anlatımı ve diğer kültürlerden gelen lezzetler gibi konular üzerine çalışarak daha ilgi çekici deneyimler yaratmaktadır. Tüketiciler, diğer kültürler hakkında bilgi edinmek istemektedir ve ürünlerin menşei, "keşif" iddiasıyla izlenen yeni yiyecek ve içecek satışlarında yıllık ortalama %17'lik bir büyümeye katkıda bulunmuştur.
10. Markalar artık sınırsız olup gelecek kişiseldir: Marka şemsiyesi altında sınırsız ürün çeşitliliği eğilimi artmaktadır. Markaların altında artık çok çeşitli ürün segmentleri yer almaktadır. Ayrıca, her beş tüketiciden ikisinin kendi sınırlı ürünlerini "tasarlamayı sevdiğini" söylemektedir. Tüketiciler, "herkese uyan tek beden" çözümlerinden artık memnun değil. Giderek artan bir şekilde, yeni teknolojiler bu ihtiyacı karşılamaktadır. Üretimdeki gelişmeler daha farklı ve hedeflenmiş ürün yeniliklerine olanak vermektedir.

Gastronomide Trendler

Gastronomi dinamik bir yapıya sahiptir. Günümüzün yiyecek ve içecek endüstrisini etkilemesi muhtemel tüketici tercihlerini incelemek işletmelerin başarısı için çok önemlidir (Dahbi, 2015; Gagic ve Ark., 2015; Caporaso ve Formisano, 2016; James ve Mannide, 2017; Katerina ve Stancova, 2017; Anon, 2018; Hallaran ve Ark., 2019).

Gastrofiziğe artan ilgi: Gastrofizik ilk olarak 2020'de sahnede görünmese de bu yıl için birçok yiyecek ve içecek trendi tahmininde yer almaktadır. Gastrofizik, tadın yanı sıra birçok faktörün insanların yiyecek ve içecekleri nasıl deneyimlediğini ve hatta ruh halini etkileyebileceği fikridir. Restoran aydınlatmasından bir tabak rengine kadar her şey bir faktör olabilir.

Restoranınızın özellikle yemekle ilgili olmayan yönlerini dikkate alarak bu trendden yararlanılmalıdır. İnsanların doyurucu yemekler yemelerini ve geri dönmek istemelerini nasıl sağlayabilecekleri düşünülmelidir.

Bitki bazlı seçenekleri seçen tüketiciler artacaktır: Sağlık ve gezegene yardım etmek için hayvan hakları endişesi nedeniyle daha fazla insan bitki bazlı diyetlere yönelmektedir. Pek çok vejeteryan ve vegan, başlangıçta kendilerine hizmet veren restoranları bulmak için mücadele etmiştir. Ancak artık kolay bulunabilmektedir. Şimdi, birçok fast-food restoranında vegan yemekler bulunabilmekte ve daha fazla et içermeyen gıdalar raflarda bulunabilmektedir.

Tüketiciler bu tip ürünlere güvenmek istiyorlar. Restoranların, sundukları yemeklerde yerel çiftliklerden gelen malzemeleri içerdiklerini ve et dışı seçenekler sunmaları önem kazanmaktadır.

Ambalajla ilgili endişeler: İnsanlar atıklarını azaltma konusunda daha kararlılar ve birçoğu geri dönüşümün yeterli olmadığını bilmektedir. Bu nedenle yenilebilir ambalajlar 2020'de izlenmesi gereken bir trenddir. Araştırmacılar biyolojik olarak parçalanabilen ve yenilebilir gıda ambalajı geliştirme konusunda yoğun olarak çalışmaktadır. Yapılacak en iyi şey, yeni gelişmelerden haberdar olmaktır. Daha sonra, işletme yiyecek ve içecekler için farklı ambalajlar kullanmaya başlayıp başlamayacağına karar verilmelidir.

Alkol tüketiminden kaçınmayı veya azaltmayı seçen daha fazla kişi gözlenmektedir: Analistler, içecek üreticilerinin 2020'de daha düşük veya alkolsüz seçenekler sunmaya devam etmesini beklemektedir. Gen-Z'nin sosyal medyada alkol içmeyi diğer gruplara göre daha az tartıştığı bildirilmektedir. Ayrıca, alkol bağımlısı olmanın sonuçları hakkında daha genel bir farkındalık vardır. Daha fazla bar ve restoran, menülerinde alkolsüz seçenekler sunarak bu olguya yanıt vermektedir. Aynı şeyi yapabilir, ayrıca alkol tüketimini yaşı yeterince büyük olan herkesin keyif aldığı bir eğlence olarak konumlandırmaktan kaçınabilirsiniz.

Sorunsuz sağlıklı seçenekleri seçme arzusu: Son yapılan anketlerde Amerikalıların %95'inin alışveriş yaparken sağlıklı seçenekler aradığını ortaya koymaktadır. Ayrıca, insanlar seçimlerini yönlendirmek için sık sık etiketlere ve özellikle içerik listelerine baksalar da ankete katılanların çoğu evrensel bir "sağlıklı gıda" sembolünün yardımcı olacağı konusunda hemfikirdir. Bazı gıdaları ölçülü olarak yemek uzun bir yol kat edecektir. Örneğin Amerikalıların yediği sodyumun neredeyse yarısı sadece 10 gıdadan gelmektedir. Kanada'daki araştırmacılar, bir "trafik ışığı" etiketleme sisteminin, tüketicilere hangi yiyeceklerin aşırı yağ, kalori veya sodyum içerdiğini göstererek erken ölümleri önleyebileceğini bulmuşlardır. Şekerli içecekler için de benzer bir yaklaşım geçerli olabilir. Bir etiket, beslenme bilgilerini kırmızı veya sarı olarak gösteriyorsa, tüketiciler dikkatli olmaları ve alımlarını izlemeleri gerektiğini bilirler. Sunulan her şey için beslenme bilgileri hakkında daha şeffaf olarak bu trendden yararlanılmalıdır. İçeriği, isteyen kişilerin talep etmesine gerek kalmaması için üretilen gıda ve yemekler hazır hale getirilmelidir.

Daha fazlasını yapan içecekler: Mordor Intelligence, fonksiyonel içecek endüstrisinin 2019 ve 2024 arasında %8,66 birleşik yıllık büyüme oranı göstermesini beklemektedir. Ayrıca, insanların bu kategorideki içecekler için daha fazla ödeme yapmaya istekli oldukları da belirtilmektedir. Bu tür içecekler vitaminler, şifalı otlar ve hidrasyonun ötesinde sağlık yararları sunduğunu iddia eden diğer bileşenleri de içermektedir. Başlangıçta yiyecek ve içecek işletmeleri yalnızca birkaç işlevsel içecek sunmayı düşünmeli ve ardından, müşteri geri bildirimleri ve satışlar gerektiriyorsa ölçek büyütülmelidir.

Çocuklar için daha sağlıklı yemek isteyen tüketiciler: Yetişkinler, önceki cinslere kıyasla abur cubur yemeye aşına olmayan çocuklar yetiştirmek istemektedir. Bu, çocuklar için menülerin daha az işlenmiş yiyecek ve daha fazla çeşitlilik içerebileceği anlamına gelmektedir. Yiyecek ve içecek işletmelerinin çocuklar için potansiyel değişimi önceden tahmin edip pozisyon almak önemlidir. Seçici yemek yiyenlere yemek verirken ebeveynlerin beklentilerini nasıl karşılayacağı düşünülmelidir.

Dışarıda tek başına yemek daha popüler olmaktadır: İnsanların restoranlarda daha sık yalnız yemek yedikleri gerçektir. Servis yapan personelin yemek yiyenlere keyifli deneyimler sunması önemlidir. Aile kadar harcama yapmazlar ancak genellikle deneyimlerini sosyal medyada paylaşmaya isteklidirler, bu da restoranın itibarı için iyiye işaret olabilir.

Evde lüks yemek yemeye açık insanlar: Restoran yapımı yiyecekler sunan ve yalnızca teslimat modelini çalıştıran "hayalet mutfakların" yükselişi gözlenmektedir. Analistler, düşük genel giderler ve yeni yiyecekleri müşterilere nispeten kolay bir şekilde getirme yeteneği nedeniyle trendin 2020'de ivme kazanacağına inanmaktadır. Bu trend özellikle büyümek isteyen ancak bunu kademeli olarak yapan markalar için uygundur. Ancak her şeye girmeden önce, pazarın sunduğunuz şeyi istediğinden emin olmak için araştırma yapılmalıdır.

Bu liste, toplumsal tercihlerin yiyecek ve içecek sektöründe olanları güçlü bir şekilde etkileyeceğini göstermektedir. Farkındalık göstererek ve burada bahsedilen ipuçlarını dikkate alarak yiyecek ve içecek işletmelerinin hazırlıklı olunmalıdır.

2020 Dersleri

İleriye dönük planlama ve hatta gıda üretimi hakkında bildiğimizi sandığımız her şeyi unuttun. 2020 yılındaki gelişmeler kural kitabını yakmıştır. Bu yıl ortaya çıkan en cesaret verici şeylerden biri, yiyecek ve içecek tedarik zincirinin büyük bir kısmının çalıştığı sıkı teslim tarihlerine rağmen, üreticiler bir bütün olarak zorlukları aşmasıdır. Gıda endüstrisi ya geleneksel yollarla ya da doğrudan çevrimiçi sipariş yoluyla hammadde aldılar. Gıda sektörü şiddetli baskı altında olmasına rağmen üretimini sürdürmekte ve bu olgu devam etmektedir. Bununla birlikte, endüstri 2021'e kadar dirençli kalacaksa, acil baskılara rağmen, hazırlıklı olmak için gözleri ufku taramaya devam etmelidir. Bu amaçla, gıda sektörüne gelecek için bir miktar iç görü sunmak ve ileriye bakmalarını sağlamak için bu çalışma yapılmıştır.

Gıda endüstrisi pandemi sürecinde çok yoğun ve canlı kalmıştır. Karantinanın başlangıcındaki ana mesaj, işlerin normale döndüğü bir an olması gerektiğinden, tüketiciler ve ürün geliştiricilerinin işlerine devam etmeleri gerekeceğinden, şirketlerin inovasyona devam etmeleri idi. İnovasyon yapmayan şirketler, bu noktada perakendeciler tarafından dövülecek ve ardından proaktif bir boru hattı yerine reaktif bir dizi sarsıntısı geçireceklerdir. Yeni ürünleri piyasaya

sürmek isteyen markalar ve tedarikçiler için en zor olan konu, perakendecilere ürünlerini sergileyememeleriydi. Bu olgu hem perakendeci hem de tedarikçi için ciddi fırsat kayıpları yaratmıştır.

Krizin çok erken dönemlerinde, dünya zaten bildiğimiz bir şeyi fark etmiştir. Gıda sektöründe çalışan insanların kilit çalışanlar olup toplumda oynadığı rolün önemidir. Bu süreçte, kaliteli yiyecek ve içecekleri en güvenli şekilde üretmeye ve dağıtmaya devam edilmesi hayati önem taşımaktadır. İnsanları, karantınanın başından itibaren güvende tutacak doğru önlemleri almak için hükümetler yoğun bir şekilde çalıştı. Üreticiler ve perakendeciler, daha katı hijyen önlemleri alarak gıda üretim tesislerinde fiziksel mesafe, daha sık el yıkama ve sanitasyon ile maske kullanımı gibi ek sıkı kontrol önlemlerini uyguladılar. Üretim ve dağıtımda dönem boyunca devam edilebildiği kadar ve çoğu durumda öngörülemeyen bir talebi karşılamak için üretimlerini artırdılar ve hızlandırdılar.

Gıda hakkı: Herkesin gıda hakkı vardır. Hükümetlerin bunu gerçekleştirmesi en önemli görevidir. Savunmasız kişilerin gıdaya erişimini iyileştirmeye yatırım yapılmalıdır. Küresel olarak insanların bir kısmı gıdaya fazla ve kolay ulaşırken bir kısmının aç kalması uygun değildir. Gıda sektörü bu konuda fark yaratacak sektördür. Tartışmasız bu zor dönem boyunca yapılanlardan ve başarılarından gurur duyulmalıdır. Ancak iyileşme ve normalleşme merkezine yiyecek ve içecek koymak için gerçek bir şans vardır. Gıda sektörünün bu yüzden pozisyon alacağı en güzel zamandır.

Trendlere uyum sağlamak: Açık olan şu ki, gıda sektörü ürünlerini her koşulda tedarik etme şeklinde daha hızlı, daha duyarlı ve daha çevik olması gerekmektedir. Dijital dağıtım depoları bunu yapma esnekliğinin yanı sıra müşterilerin sipariş ve kişiselleştirilmiş bir hizmet sunma esnekliği sağlamaktadır. Tüketicilerin online alışverişe olan talebi açıkça artmıştır. Önceki beş yıla göre 2020'de daha fazla çevrimiçi alışveriş yapan yeni tüketici kitlesi oluşmuştur. Altmış beş yaş üstü bireylerin, çevrimiçi alışveriş miktarı bir yıl öncesine göre neredeyse iki kat artmıştır. Tüketicilere artık fiziksel olarak bir mağazayı ziyaret etmelerine gerek kalmadan tercihlerini seçme ve karşılaştırma, ayrıca ürünleri kişiselleştirme şansı sunan web mağazası uygulamaları öne çıkmıştır. Örneğin kahvede COVID-19'un patlak vermesinden bu yana doğrudan tüketiciye yönelik olarak iş hacminin önemli ölçüde büyüdüğü gözlemlendi. Birçok insan evden çalışmakta ve kendi mutfaklarında barista tarzı bir deneyim yaratmak istemektedir.

Bitki bazlı trendler: Gıda sistemi değişmektedir. Gıda sektörü insanlık tarihi boyunca her zaman vardı. Ancak atıkları azaltmak ve bitki proteinlerinin kullanımını optimize etmek için değiştirilmesi gerekiyor. Artan tüketici talebine yanıt olarak portföylerde daha fazla bitki bazlı ürün eklenmelidir. Tüketicilere daha lezzetli ve sağlıklı seçenekler sunma çabaları önem kazanmıştır. Gıda endüstrisindeki bizler için bu zorluk basittir. Bitki proteinine dayalı yemekler her zaman her yerde et yemekleri kadar kolay hazırlanması gerekmektedir. Bunun sonucu, olarak daha sağlıklı popülasyonlar, daha iyi hayvan refahı ve gezegen üzerindeki daha düşük etki olacaktır. Küresel olarak, bitki bazlı ürünlerin araştırma ve geliştirmesi için gıda endüstrisi, dahili yeteneklerini tamamlamak için ürün geliştiricileri, tedarikçileri ve çeşitli inovasyon ortaklarıyla stratejik olarak iş birliği yapmalıdır.

Yeni ürün geliştirme eğilimleri: Pandemide mutfakta ev şefliğinin yükselişi açıkça görülmektedir. Evlerimizde kısıtlanmak, normalde kendi mutfaklarında deneyecek zamanları olmayan ve daha fazla hazır yemek satın alacak olanlar tarafından hazırlanan harika yemeklerle patladığı yeni nesil ev fırıncıları ve aşçıları yaratmıştır.

Yıl boyunca kişisel sağlık bilincinin artışı öne çıkmıştır. Bu olgu önümüzdeki yıl çok daha güçlü olacaktır. Bununla birlikte, sürdürülebilirlik ve özellikle bitki bazlı ürünler, sektörde temel itici güç olarak sağlığı hızla yakalamaktadır. Vitamin, mineral, probiyotik veya antioksidan gibi takviyeler, tüketiciler için önem kazanmıştır. 2020'nin yarattığı bu olguya iştah, doyumsuz görünümdedir. Fiziksel aktivitenin azaldığı yeni yaşam tarzına zıtlık yaratmadan evden yemek hazırlamanın ve yemenin kaçınılmaz tepkisi, insanların nasıl ve ne yediklerini biraz daha düşünmelerine neden olacaktır. Bu nedenle bu dönem mikro öğünlerin başlangıcını oluşturacaktır. Bu, evde ana tabak yemek yerine atıştırılabilir olarak yenen küçük tabakların olacağıdır. "Az ve sık" öğünler çoğalmaya başlayacaktır.

Diyetler kesinlikle değişecektir. Hamburgerler, sosisler ve benzerleri azalacak ve bu ürünleri raflarında SKU [stok tutma birimi] düşüşleri göreceğiz. Daha yenilikçi ürünler ortaya çıkmaya başlayacaktır. Gıda endüstrisinde üretim hatlarındaki sınırlamalar nedeniyle perakendeciler tarafından kapatılmayan net boşluklar marketlerde görülmektedir. Ortalıkta ki toz bulutu çöktüğünde bunun değişebileceği de şüphelidir.

Gıda endüstrisinde çalışanlar: 2020'de gıda sanayi, işine bağlı ve motive edilmiş bir iş gücüne sahip olmanın önemini öğrenmiştir. Ekibin, karantinanın tetiklediği artan talebe tepki göstermesi önem kazanmıştır. Pozitiflere odaklanarak çalışmanın önemi ortaya çıkmıştır. İşe gitmek ve insanları görmek için araba kullanarak toplu taşıma kullanmadan yaşamayı ve işimizi evden yürütmenin mümkün olduğunu kanıtladık.

Denetimler: Üreticiler akreditasyonlara sahip olmasına rağmen, normalde müşteriler tarafından ürünleri ile her gün yeniden denetlenir. Geçtiğimiz yıl boyunca işletmeler, otomasyon ve beceri geliştirme işlerine odaklanmıştır. Bu geliştirmeler, çok daha etkili bir şekilde sosyal mesafe ve yüksek üretim seviyeleri korunabilir. Sadece perakende satışta değil, aynı zamanda coğrafi olarak çeşitli bir temele sahip farklı bir müşteri tabanına sahip olmanın faydaları da öğrenildi. Besin zinciri için dersler: Zayıf, stresli veya sınırda olan herhangi bir şey anında COVID tarafından açığa çıkarıldı. Sektör, yalın üretim ve "tam zamanında" yönetimin, sorun olması durumunda sektörü sınırlamalara karşı savunmasız bıraktığını öğrendi. Geçen yıl ülkelerin viral bir enfeksiyon nedeniyle kapatılabileceğini ve insanların sadece yiyecek satın almalarına izin verileceğini kim hayal edebildi. Bazen modellenen bu tuhaf senaryoların bize gerçekte gerçekleştiği ve oluştuğunda, yiyecek kıtlıklarına ve sivil kargaşaya ne kadar yakın hale geldiğimizi öğretti.

Yeşildeki iyileşme: Gezegenimize karşı önemli yükümlülüklerimizi unutmamalıyız. Yiyecek ve içeceğin gerçek anlamda yeşil bir iyileşmenin parçası olabileceğine, ambalaj seçimlerinde iklim değişikliği ve bileşenlerinden sorumlu bir şekilde tedarik edilmesi gibi alanlarda ortak çabaların her zamankinden daha önemli olacağı gerçektir. Gıda kıtlığının düzeyini artan dünya nüfusu zemininde gerçekleşen iklim "olayları" belirleyecektir. Daha fazla iklime dayanıklı gıda sistemleri geliştirilmeli ve tedarik zincirinin kırılabilirliği azaltılmalıdır.

Gıda endüstrisi öz eleştirel olmalı ve çevresel kimlik bilgilerini güçlendirmelidir. Tarımsal üretimin karbon ayak izini azaltmak için yeni üretim teknolojileri benimsemelidir. Çevre üzerinde net bir olumlu etki yaratacak şekilde hayvansal ürünlerin üretimi araştırılmalıdır. Bu bakımdan, tüm gıda üreticileri için zorluk aynıdır. 2050 yılında 10 milyar olacak insan nüfusunun çevreye zarar vermeden beslenmesinde, gıda sanayinin rolü ve önemi çok büyüktür.

Küresel iklim değişikliği, gıda endüstrisi için en büyük risk olmaya devam etmektedir. Dünya nüfusu arttıkça olayın etkisi artacaktır. Bu çerçevede, daha dayanıklı, daha sağlam gıda tedarik zincirleri oluşturulmalıdır. Gıda sistemlerimizin iklim değişikliğine daha dayanıklı olması gerekmektedir. İklim değişikliğini tolere etmek için mümkün olan her şey yapılmalıdır. Bu nedenle, yerli tarımsal üretim artırılmalı, dışa bağımlılık azaltılmalı ve temel ürünlerin stoklanması önem kazanmıştır.

Aşı nasıl değiştirecek: Görünüşe göre aşıya yakınlık. Bu bir oyun değiştirici olacaktır. Arkasına yaslanıp olanları izleyen şirketler geride kalacaktır. Bu süreç bizlere, evden çalışmayı, fiziksel bir ürün sunmadığımız sürece işe gitmemeyi ve çalışma alanlarını nasıl kullandığımız hakkında genel olarak düşünmemizi sağladı. Geleceğin ofisi olacağını düşünerek ofisler büyütüldü. Gerçek şu ki, geçmişte daha fazlası düşünülemezdi. Ama bugün her şey farklı.

Pandemi sonrası: Nasıl ki kriz tepkisi için yiyecek ve içecek hayati önem taşıyorsa, iyileşme için de temel olacaktır. Gıda sektörü, çalışanlar için esnek koşullar ve istihdam yaratmak için bu yıl öğrendiklerimizi kullanarak işleri nasıl farklı şekilde yapabileceğimizin gerçekleştirmesini göstermiştir. Ofislerimizin, fabrikalarımızın ve depolarımızın duvarlarının ötesinde dikkatimizi çeken acil toplumsal kaygılar bulunmaktadır. Kariyerlerinin başında olanların fırsatlarının sınırlı olduğu görülmektedir. Enerji, taze düşünme ve yeni becerilerin karışımı olan gençleri desteklemenin ve işletmelere ne getirdiklerini hatırlamanın zamanı gelmiştir.

Bilgisayar yazılımları insanlar için çok önem kazanmıştır. Artık her zamankinden daha iyi iletişim kuruyoruz. İnsanlar yılda binlerce kilometre yol kat etmeden, kaza riski daha az olan yaşamı öğrendi. Aileleriyle daha fazla zaman geçirebildiklerini öğrendi. COVID sonrası bu iyi şeylerin bazılarını elimizde tutmalı ve eski yöntemlere dönmemeliyiz. Merkez ofis artık, herkesin her gün belli bir saatte gitmek zorunda olduğu ve bunu yaparken trafik karmaşasından ve şehrin yollarında hızla belli bir saatte çıkılması gereken bir yer olmayacaktır. Yazılımların, ev çalışmasına yardımcı olan ve ekibi ortak hedefler etrafında harekete geçiren iletişim merkezi haline gelmesi gerekir.

Kaynaklar

Anon, (2012a). Factors affecting food choice, www.meatandeducation.com , 12 s.

Anon, (2012b). Eating in 2030: Trends and Perspectives, Barilla Center For Food and Nutrition, 52 s.

- Anon, (2013). Influencing Consumer Behavior: Improving Regulatory Design, Australian Government, Department of Finance and Deregulation, Office of Best Practice Regulation, 73s.
- Anon, (2017a). Factors Affecting Food Selection, <http://factorsaffectingfoodselection.weebly.com/index.html>
- Anon, (2017). Influences on Food Choices and Food Patterns, MHR Unit 1, 22s. https://www.mheducation.ca/web_resources/sch/mhr_ffl_sample_ch01.pdf
- Anon, (2018). Key trends in culinary tourism, GlobalData, 24 s.
- Annunziata, A. ve Vecchio, R. 2012: Factors affecting use and understanding of nutrition information on food labels: evidence from consumers, *Agriculture Economics Review*, Vol 13, No 2, s. 103-116.
- Cairns, A., Lopez, P., Meyer zum Felde, A. ve Pralle, A. (2018). Consumption Behavior and Trends: Understanding the shift required towards healthy, sustainable and enjoyable diets, FReSH insight report, World Business Council for Sustainable Development, 48 s.
- Caporaso, N. ve Formisano, D. (2016), Developments, applications, and trends of molecular gastronomy among food scientists and innovative chefs, *Food Reviews International*, 32 (4):417–435
- Dahbi, R. (2015). The cultural development of gastronomy Culinary art versus future trends, MODUL University Vienna, 76 s.
- Gagić, S., Erdeji, I., Mikšić, D., ve Petrović, M. D. (2015). New Trends in Restaurant Industry: Serving Locally Produced and Organic Food, *Research Gate*, 6 s.
- Gheorghie, G., Tudorache, P. ve Nistoreanu, P. (2014). Gastronomic Tourism, A New Tren for Contemporary Tourism, *Cactus Tourism Journal* Vol. 9, Issue 1/2014, s. 12-21
- Halloran, A., Persson, M. ve FischerMøller, M. F. (2019). Healthy and Sustainable Gastronomy Initiatives in Action: A deep dive into five successful gastronomy initiatives, *Nordic Food Policy Lab*, 22 s.
- Hunter, C. 2010: Nutrition Matters: Trends Affecting Food Choices, *Nutrition File for Health Educators*, 9s.
- James, L. ve Manniche, J. (2017). Food Tourism and Gastronomic Trends, Innocoast WP3 Report, March, Innovationsfonden, 15 s.
- Katerina, A. C. ve Stancova, C. (2016). Food and gastronomy as elements of regional innovation strategies, *European Commission*, 41 s.
- Kaya, I.H. 2016: Motivation Factors of Consumers' Food Choice, *Food and Nutrition Sciences*, 2016, 7, 149-154.
- Labine-Romain, A., Terrill, D., Mizrahi, J., Smith, X. ve Yetsenga, R. (2019). Future of food How technology and global trends are transforming the food industry, *Deloitte*, 24 s.
- Lau, D., Krondl, M. ve Coleman, P. 1984: Psychological Factors Affecting Food Selection, J. R. Galler (ed.), *Nutrition and Behavior* © Plenum Press, New York,
- Mehmeti, G. ve Xhoxhi, O. (2014). Future Food Trends, *Annals. Food Science and Technology*, Volume 15, Issue 2, s. 392-400
- Melovic, B., Cirovic, D., Dudic, B., Vulic, T. B. ve Gregus, M. 2020: The Analysis of Marketing Factors Influencing Consumers' Preferences and Acceptance of Organic Food Products—Recommendations for the Optimization of the Offer in a Developing Market, *MDPI, Foods* (9),25 s.
- Nguyen, T. H. ve Gizaw, A. 2014: Factors that influence consumer purchasing decisions of Private Label Food Products, A case study of ICA Basic, School of Business, Society and Engineering, Bachelor thesis in in Business Administration FOA214, 92 s.
- Reel, V., Riediger, N. ve Moghadasian, M.H. 2008: Factors affecting food selection in Canadian population, *European Journal of Clinical Nutrition* 62, 1255–1262; published online 1 August 2007
- Razali I, M.A., Zainol, N., Rezo, K.H., Tazijan, F.N., Ahmad, M.A. Ab. Rahim, S. ve Nordin, N, 2014: Psychological Factors Affecting Universities' Students Food Choice, *ETAR-2014*, Vol. 1, 384-390.
- Roininen, K. 2001: Evaluation of Food Choice Behavior: Development and Validation of Health and Taste Attitude Scales, University of Helsinki Department of Food Technology, To be presented, with the permission of the Faculty of Agriculture and Forestry of the University of Helsinki, for public criticism in lecture hall B2, Viikki on May 11th, 55 s.
- Saygı, Y. B. 2017: Gıda seçimini etkileyen faktörler I, *Dünya Gıda Dergisi*, Kasım, Sayı: 2017.11, s. 76-81.
- Saygı, Y. B. 2017: Gıda seçimini etkileyen faktörler II, *Dünya Gıda Dergisi*, Aralık, Sayı: 2017.12, s. 78-83.
- Shepherd, R. 2017: Influences on Food Choice and Dietary Behavior, University of Surrey, UK, 68 s.
- Thiruselvakumar D., Sinuvasan K., Sibi Chakravarthy R. ve Venkatesh E. 2014: Factors affecting food choice and attitude of choosing food items among adolescents in South India. *International Journal of Scientific and Research Publications*, Volume 4, Issue 4, 3s.
- Tudoran A. A., Fischer A. R. H., van Trijp H. C., Grunert K., Krystallis A. ve Esbjerg L. (2012). Overview of Consumer Trends in Food Industry, FP7-289755 RECAPT Retailer and Consumer Acceptance of Promising Novel Technologies and Collaborative Innovation Management Deliverable D2.1 [Overview of Consumer Trends in Food Industry], 27 s.
- Vesela, J. ve Grebenova, S. 2010: The Influence of Psychological and Social Aspects on the Eating Habits of Primary School Children, *School and Health* 21, 2010, Health Education: Contexts and Inspiration, S. 271-284.
- Zielinska, E. B. 2006: Role of Psychological Factors in Food Choice – A Review, *Polish Journal of Food and Nutrition Sciences*, Vol. 15/56, No 4, pp. 379–384

Dijital Gastronomi ve Hijyen

Özgür Gölge¹, Gökhan Kürşad İncili², Özge Oral³, Ahmet Koluman³

¹Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, Alanya, Antalya, Türkiye

²Fırat Üniversitesi, Veteriner Fakültesi, Besin Hijyeni ve Teknolojisi Bölümü, Elazığ, Türkiye

³Pamukkale Üniversitesi, Teknoloji Fakültesi, Biyomedikal Mühendisliği Bölümü, Denizli, Türkiye

Özet

Evlerinde daha az yemek hazırlayan endüstriyel devrim toplumlarının beslenmesi için daha fazla üretim yapma hedefi olan gıda endüstrisi 20. yüzyılın son yarısında teknolojiyi aktif olarak kullanmıştır. Buna bağlı olarak; mutfaklar daha dijital ve daha teknolojik cihazlarla donatılmaya başlamıştır. Ancak dijital kelimesinin karşılığını ve hakkını verebilmek için özellikle 21. yüzyılın ilk on yılında hayatımıza aktif olarak giren bilgisayarlar ve yazılımlar ile pişirme, tasarlama kavramlarını incelemek gerekir. Dijital gastronomi; dijital üretim teknolojilerinin hazırlama, sunum aşamalarına entegrasyonu ile farklı yaklaşımlar elde edilmesi prensibine dayanmaktadır. Dijital üretim; üründen çıkartma işlemleri veya ürüne ekleme işlemleri olmak üzere iki farklı şekilde yapılmaktadır. Üründen çıkartma işlemleri farklı kesiciler ile üç boyutlu (3D) ürünün oluşturulması hedefine hizmet ederken, ürüne ekleme işlemleri tabakalar şeklinde ürüne farklı katmanlar eklenmesini hedefler. Çıkartma işlemine örnek olarak; CNC (Computer Numerical Control) lazer kesim cihazları, ekleme işlemine ise 3D yazıcılar verilebilir. Dijital gastronomi kültürü; otonom cihazlarla ürün üretilmesinden çok şeflerin ürünlere yaklaşımında yaratıcılığı destekleyecek sunumlara odaklanmıştır. Teknik sadece görsel olarak değil; aynı zamanda tat, aroma, yapı ve tekstür farklılıkları ile sunumun zenginleştirilmesini hedeflemektedir. Dijital gastronomide hijyenik kalitenin sağlanması halk sağlığı açısından önem arz etmektedir. Bu çalışmada amaç, dijital gastronomi yaygınlaşırken hijyenik ürün kalitesi üzerine etkisi olan kriterlerin belirlenmesi ve buna uygun izleme prosedürlerinin oluşturulmasıdır. Geleneksel üretim yöntemlerinde olduğu gibi dijital üretimde de hijyen açısından sadece ham maddenin değil, üretim sürecinde her aşamanın kritik kontrol noktaları ve tehlike analizi prensibi ile değerlendirilmesi toplam üretim kalitesi üzerine etkili olduğu kadar halk sağlığı açısından da katma değer sağlayacaktır.

Anahtar sözcükler: 3D yazıcı, CNC lazer kesim cihazları, Gastronomi, Gıda, Hijyen.

Abstract

In the last half of the twentieth century; the industrialization of society triggered less demand on house preparation of foods and food industry used technology actively to satisfy this demand. Consequently; kitchens became more digitalized and technological. But to support the term digital by 21st century not only the computers but also software used for cooking and designation should be taken into account. Digital gastronomy is standing on digital processing technologies applied to preparation to presentation where presentation includes two aspects as adding or subtraction of ingredients. Subtraction includes; cutting using different blades to form three dimension (3D) structures using CNC (Computer Numerical Control) and adding includes; layering of different substituent to form 3D forms using 3D printers. CNC cutting systems consist of steel wire, steel saw or water jet. In 3D printers; The food is produced by laying the edible and meltable materials in the form of layers. These printers are mostly used in writing process with starch and fat rich products. Digital gastronomy is mainly focused on innovative presentations. Technique is not only focused on visual but also gustatory details. Ensuring hygienic quality in digital gastronomy is important for public health. The aim of this study is to determine the criteria that have an effect on hygienic quality while digital gastronomy becomes widespread and to establish appropriate monitoring procedures. In terms of food hygiene; not only the raw material but also the critical control points and risk analysis principle of each stage in the production process will provide added value in terms of public health as well as affecting the total quality of production.

Keywords: Food, Gastronomy, Hygiene, 3D printer, CNC laser cutting devices.

Giriş

Dijital gastronomi

Sanayi devriminden etkilenen beslenme kültürü; teknoloji devrimi ile bir aşama daha kaydederek gıda yazıcıları, robotik pişiriciler ve tarif formülasyon yazılımları ile farklı bakış açılarını ve tüketim alışkanlıklarında yeni yaklaşımları tetiklemiştir (Bell ve Kaye, 2002; Fukuchi ve Jo, 2011).

Dijital gastronomi kavramı yeni olmamasına karşılık; kullanımı henüz istenen seviyeye ulaşmadığından, yeni bir kavram olarak algılanmaktadır. Oysa evlerinde daha az yemek hazırlayan endüstriyel devrim toplumlarının beslenmesi için daha fazla üretim yapma hedefi olan gıda endüstrisi 20. Yüzyılın son yarısında teknolojiyi aktif kullanmıştır. Ancak dijital kelimesinin karşılığını ve hakkını verebilmek için özellikle 21. Yüzyılın ilk on yılında hayatımıza aktif olarak giren bilgisayarlar ve yazılımlar ile pişirme, tasarlama kavramlarını incelemek gerekir. Dijital gastronomi; dijital üretim teknolojilerinin hazırlama, sunum aşamalarına entegrasyonu ile farklı yaklaşımlar elde edilmesi prensibine dayanmaktadır. Hedef olan tat, koku duyularının uyarılmasına görselliğin de katıldığı bir alan olarak tanımlanabilmektedir (Zoran ve Coelho, 2011).

Dijital üretim; üründen çıkartma işlemleri veya ürüne ekleme işlemleri olmak üzere iki farklı şekilde yapılmaktadır. Üründen çıkartma işlemleri farklı kesiciler ile üç boyutlu (3D) ürünün oluşturulması hedefine hizmet ederken, ürüne ekleme işlemleri tabakalar şeklinde ürüne farklı katmanlar eklenmesini hedefler. Ürünlerde kesme ve çıkartma işlemleri daha yaygın ve daha kolay uygulanabilir olmasına karşılık ekleme işlemleri halihazırda deneysel olarak yürütülmektedir. Çıkartma işlemine örnek olarak; CNC (Computer Numerical Control) lazer kesim cihazları, ekleme işlemine ise 3D yazıcılar verilebilir. CNC Kesim Sistemleri; çelik tel, çelik testere veya su jetinden oluşur. 3D yazıcılar ise; yazıcının haznesine yüklenen yenilebilir ve sıcaklıkla eriyebilir materyalin tabakalar şeklinde döşenmesi ile ürünü oluşturur. Daha çok nişasta ve yağ açısından zengin ürünlerle yazım işlemi yapılmaktadır. Yazım işlemi 98-130°C'de yapılır (Gershenfeld, 2005; Cohen et al., 2009).

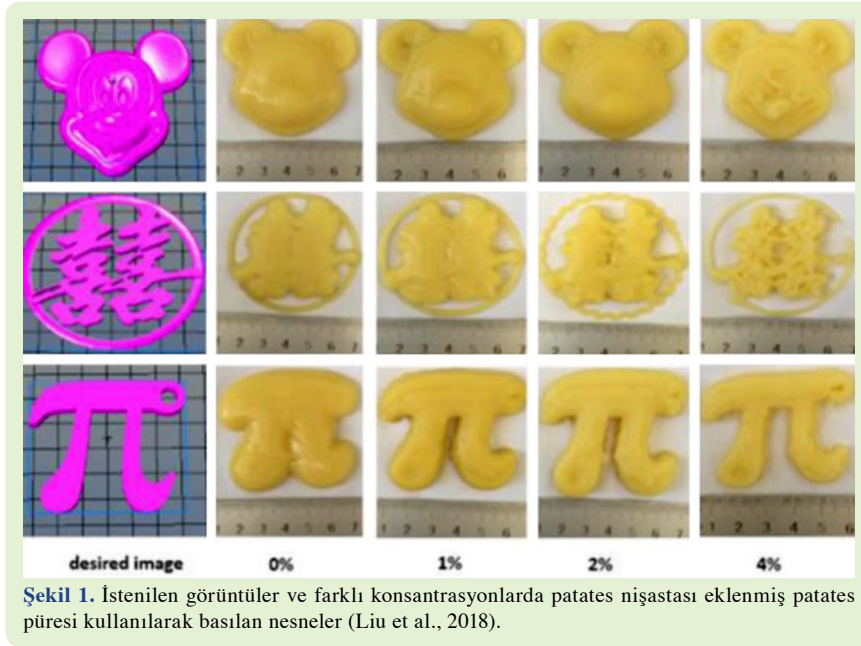
3D Yazdırma Teknolojisi

Üç boyutlu yazdırma teknolojisi ile nesnelere toz, sıvı veya katı hammaddelerin katman katman işlenmesiyle üretilir. Bu teknik; biriktirme suretiyle alt katmandan başlayarak, her yeni oluşturulmuş katmanın önceki katmana yapışmasını tetikler dolayısıyla iki boyutlu (2D) katmanların ardışık olarak birleştirilmesi ile 3D model elde edilmiş olur. Üç boyutlu yazdırılan bir nesnenin tasarımı; 3D yazıcıya yüklenen bilgisayar destekli tasarım (CAD) programları (SolidWorks, AutoCad vb.) ile yapılır. Oluşturulan 3D CAD model dilimlenerek makinayı kontrol edecek G-kodlarına çevrilir. G kodu ile baskı hızı, katman yüksekliği, baskı kafası sıcaklığı ve basıncı gibi parametrelerin tümü optimize edilebilir. (Turnbull et al., 2018)

Gıda sektörüne uygulanan 3D baskı teknolojisinin, özel gıda tasarımları, kişiselleştirilmiş ve dijital beslenme, tedarik zincirini basitleştirme ve mevcut gıda malzemesi kaynağını genişletme gibi birçok avantajı vardır. El emeği veya geleneksel kalıpla elde edilemeyen bazı karmaşık ve fantastik gıda tasarımları, mutfak bilgisi ve sanatsal becerileri içeren önceden belirlenmiş veri dosyalarına dayanarak kolay bir şekilde üretilebilir (Sun et al., 2015). Buna ek olarak 3D gıda baskısı; bir bireyin beslenme ve enerji gereksinimlerini fiziksel ve beslenme durumlarına göre dijitalleştirmeye ve kişiselleştirmeye olanak sağlar (Wegrzyn et al., 2012, Sun et al., 2015c, Yang et al., 2015, Severini ve Derossi, 2016). Gıda sektöründe halen mevcut olan üç tip 3D baskı teknikleri vardır: Ekstrüzyona dayalı baskı, seçici sinterleme baskı (SLS) ve mürekkep püskürtmeli baskı (Liu et al., 2017).

1. Ekstrüzyona dayalı baskı

Eriyik yığma ile modelleme (FDM) olarak da bilinen bu yöntem 3D bir yapı oluşturmak için termoplastik malzemeyi bir tabaka üzerinde katman katman biriktirmek için sıcaklık kontrollü bir baskı kafası kullanır. Termoplastik bir filament ısıtılmış baskı kafasına itilir. Bu durum filamentin kontrollü bir şekilde erimesini sağlar. Erimiş filament, baskı ortamının havasında soğur. Bu sayede filamentler hızlı bir şekilde kaynaşarak 3D bir yapı oluşturur. (Zein et al., 2002). Yiyecek baskı işlemi sırasında erimiş malzeme veya macun benzeri bulamaç sürekli bir hareketli nozülünden sıkılır ve soğuma üzerine önceki katmanlara kaynak yapar. Ekstrüzyona dayalı baskı; çikolata baskısına ve hamur, patates püresi, peynir ve et ezmesi gibi yumuşak malzeme baskısına uygulanır (Periard et al., 2007, Lipton et al., 2010).



Şekil 1. İstenilen görüntüler ve farklı konsantrasyonlarda patates nişastası eklenmiş patates püresi kullanılarak basılan nesnelar (Liu et al., 2018).

2. Seçici lazer sinterleme esaslı baskı (SLS)

Seçici lazer sinterleme (SLS); toz parçacıklarını seçici olarak bir tabaka halinde katman halinde bir 3D yapıya birleştiren bir güç lazeri uygulayan teknolojidir. Lazer, her katmanın yüzeyindeki enine kesitleri tarar ve seçici olarak tozu birleştirir. Her bir kesiti taradıktan sonra, toz yatağı düşürülür ve üstüne yeni bir toz tabakası kaplanır. Bu işlem istenen yapı bitene kadar tekrar edilir. Son olarak, kaynaşmamış toz çıkarılır ve bir sonraki baskı için geri kazanılır. (Noort et al., 2016). Genel olarak SLS; yüksek çözünürlükle serbest duran kompleks üç boyutlu yapıların üretilmesine izin verir. Ancak mevcut malzeme; şeker, yağ veya nişasta granülü gibi toz malzemelerle sınırlıdır (Shirazi et al., 2015).

3. Mürekkep püskürtmeli baskı

Kurabiye, kek ve pizza gibi gıda yüzeylerinde yüzey dolgusu veya görüntü dekorasyonu için kullanılan bu baskı yöntemi; termal veya piezoelektrik kafasından belirli bölgelere damlacıklar dağıtır (Kruth et al., 2007). Sürekli yazdırma ve isteğe bağlı yazdırma olmak üzere iki tip yazdırma yöntemi vardır. Sürekli bir jet yazıcıda, mürekkep sabit bir frekansta titreşen bir piezoelektrik kristal içinden sürekli olarak püskürtülür. İsteğe bağlı yazıcıda, bir vana tarafından uygulanan baskı altındaki kafalardan mürekkep püskürtülür (Willcocks et al., 2011). Genel olarak mürekkep püskürtmeli baskı; 3D yapıyı tutmak için yeterli mekanik güce sahip olmayan düşük viskoziteli malzemeleri kullanır. Bu nedenle, genellikle 2D görüntüleri basmak için kullanılır (Liu et al., 2017).

Tehlike Analizi ve Kritik Kontrol Noktaları Konsepti

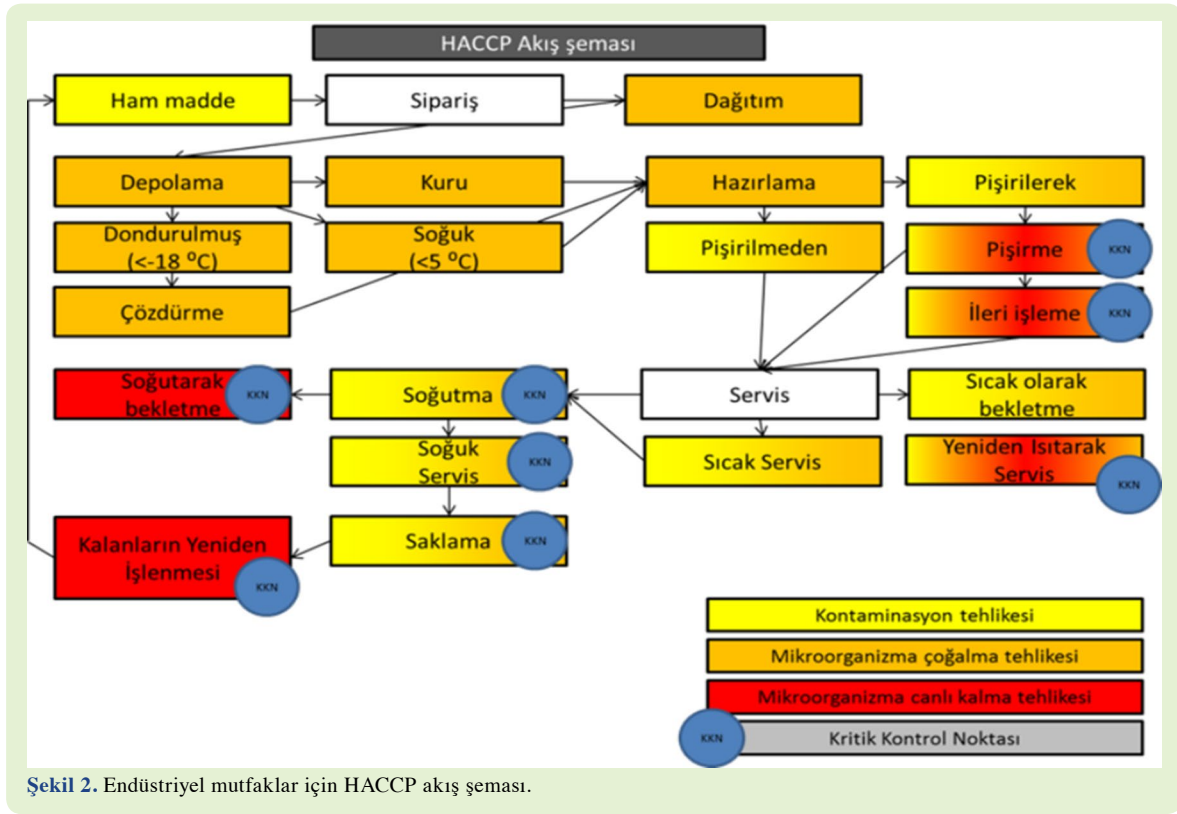
Gıda üretim sürecinde toplam kalite ve güvenliğin sağlanması amacıyla yaygın olarak uygulanan Tehlike Analizi ve Kritik Kontrol Noktaları Konsepti (Hazard Analyzes Critical Control Points-HACCP) tehlikenin kontrolüne odaklı bir sistemdir. HACCP; üretim sürecini bütünsel olarak alır ve riskleri sınıflandırarak bunların kontrolünü, düzeltici tedbirlerini ve geri beslemelerle yeniden düzenlenmesini içermektedir. HACCP süreç odaklı olup ham maddenin sisteme girdiği yerden başlar. Bu kapsamda ham madde deposundan sunuma kadar olan süreç içerisinde kritik kontrol noktaları oluşturularak söz konusu risklerin limitleri ve tolerans düzeylerinin belirlenmesi ve önleyici/düzenleyici faaliyetler yürütülmesini hedefler. Bu amaçla; çevresel sürece bağlı faktörlerde üç farklı tehlike tanımlanmaktadır: Bunlardan ilki fiziksel tehlikeler olup; ham madde içerisinde

yabancı madde miktarının çok olması, kullanılan donanımların bakım eksikliğinden kaynaklanan donanım parçalarının ürüne bulaşması, çevresel ve personel kaynaklı fiziksel bulaşmalar (toz, kir, saç, kıl v.b.), ambalaj materyalinden kaynaklı parçaların üründe bulunması gibi tanımlanabilir. Kimyasal tehlikeler içerisinde ise; özellikle temizlik ve sanitasyon amaçlı kullanılan kimyasal kalıntılarının giderilememesi sonrasında ürüne bulaşma, üretim alanı ve çevresinde yapılan pest mücadelesine konu kimyasalların ürüne bulaşması, kullanım suyunun klor seviyesi, ham maddede bulunan çeşitli kalıntıların (toksinler, pestisit, herbisit, ağır metaller, polisiklik aromatik hidrokarbonlar, poliklorlu aromatik bifeniller v.b.) ürüne bulaşması sayılabilir. Tehlikeler arasında son olarak yer alan mikrobiyolojik riskler ise; ham madde toplam mikrobiyolojik kalitesinin düşük olması, üretim ortamında uygulanan sanitasyonun yetersizliğine bağlı olarak oluşan mikrobiyal kirliliğin ürüne bulaşması ve aynı anda farklı ürünlerin üretim sürecinin bir arada olmasına bağlı olarak ürünler arasında çapraz bulaşma olması şeklinde tanımlanabilir (Karaali, 2003; Kayaardı 2004).

HACCP sistemi uygulanmasında öncelikle sistem işletme dokümanları oluşturularak süreç ayrıntılı şekilde kayıt altına alınmalı ve HACCP kritik kontrol noktaları belirleme yöntemi kullanılarak kritik kontrol noktaları tanımlanmalıdır. Bu tanımlamayı takiben bu aşamalarda meydana gelecek risklerin azaltılabilir veya tamamen kontrol altına alınabilir olduğu değerlendirilerek sistem içerisinde kayıt altına alınmalıdır (Halkman, 2002).

Dijital gastronomi her ne kadar ileri seviye ekipmanlar ile yürütülüyorsa da; burada kullanılan donanımın da hijyenik açıdan değerlendirilmesi önemlidir. Bu kapsamda kullanılan kesim sistemlerinin tipi büyük önem arz etmektedir. CNC kesim sistemi çelik tel veya çelik testere tipindeyse kesimi takiben kesilen her ürünün temizliği ve sanitasyonu yapılmalıdır. Uygun sanitasyon işleminin yapılmaması halinde çapraz bulaşma ile bir sonraki ürüne bulaşma olabileceği göz önüne alınmalıdır. Sanitasyon işleminde korozif deterjan ve dezenfektanların kullanımı önlenerek hem korozyona bağlı paslanmaların önüne geçilmeli hem de cihaz ömrü uzatılmalıdır. Su jetleri ile kesim yapan CNC cihazlarında ise; su temas yüzeyi kaynaklı sıçramalara bağlı olarak çevresel kirlenme tetiklenebilmektedir. Bu kapsamda; su jet motoru içeren CNC kesim sistemlerinde bariyerlerin düzenli kontrolü ve temizliği sağlanarak çevresel bulaşma en aza indirilmelidir. Üç boyutlu yazılım işlemlerinde ise kritik aşamalar daha değişkendir. Öncelikle yazım işleminde kullanılacak ham maddenin cihazda konulduğu alan göz önüne alınmalıdır. Bu alanda bir önceki yazım işleminde kalan malzemelerin iyice temizlenmiş, herhangi bir mikrobiyolojik bulaşmaya izin vermeyecek şekilde korunmuş olması önemlidir. Yazım işlemini yapan probun temiz ve herhangi bir sanitasyon işlemi kalıntısı içermediğinden emin olunmalıdır. Yazım işleminin ham maddeye özgü uygun sıcaklıkta yapılması; akrilamid, polisiklikaromatik hidrokarbon oluşumunu engellemek açısından önemlidir. Ham maddeye akışkanlık veya donma özelliklerini kazandırmak için eklenen katkı maddelerinin sıcaklıkla zararlı radikallere dönüşmeyecek şekilde seçiminin yapılması önemlidir. Aynı zamanda yazım işleminin duyuşsal açıdan meydana getireceği sorunların engellenmesi için kapalı ortamda, toz ve kirden arındırılmış şekilde yapılması donma öncesi ürüne toz ve kir yapışmalarının önüne geçilmesi gerekmektedir. Yazım işlemi sonrasında ürünlerin hızlı biçimde servis edilmesi veya ürünün doğasına uygun olarak uygun saklama koşullarında depolanması gerekmektedir (Moy et al., 1994; Mortimore ve Wallace, 1998; Yang et al., 2001; Periard, 2007; Hao et al., 2010; Wegryz, 2012; Luimstra, 2014). Endüstriyel mutfaklar için akış şeması ISO 22002-2'den adapte edilerek Şekil 2'de özetlenmiştir.

Dijital gastronominin şimdilik kapsamına giren CNC kesim aşaması Şekil 2'de hazırlama ve soğuk servis alanlarına girmektedir. Bu kapsamda hazırlama aşamasında mikroorganizma çoğalması meydana gelebileceği için gerekli sıcaklık kontrolleri, hijyen ve sanitasyon prensipleri uygulanmalıdır. Benzer şekilde; 3D yazılımı yapılacak ürünler ileri işleme aşamasına girmektedir. Bu aşamada kontaminasyon riski, mikroorganizmaların canlı kalma ve çoğalma riski mevcuttur. Buna bağlı olarak bu aşamada yapılacak işlemlerin hijyenik açıdan güvenliğinin sağlanması için kontrollü ve kayıtlı sanitasyon programlarına ihtiyaç duyulmaktadır. Ürünlerin hazırlanmasını takiben, servise verilmeden soğuk koşullarda bekletilmesi; mikroorganizmalar için yeniden çoğalma imkanı sağlayabileceğinden, kontrollü üretim prensipleri uygulanması aynı zamanda sıcaklık kayıt ve kontrolünün yapılması önem arz etmektedir (ISO, 2005; ISO, 2013).



Sonuç

Sanayi devrimi ile yaygınlaşan ev dışında yeme kültürünün, endüstriyel devrim ile daha da hız kazanarak teknoloji devriminden pay aldığı şüphesizdir. Modern dünya; tüm kültürlerinin tek potada erimeye başladığı, kişiselleştirilmiş, butik ürünlere talebin arttığı gastronomik eğilimleri tartışmaya başlamıştır. Bu kapsamda gastronomi içerisinde yer almaya başlayan dijital gastronomi yepyeni ufuklara yol alma umudu içermektedir. Ancak tüm gıda üretim süreçlerinde mevcut hijyenik kriterlerin uygulanması; toplam kalite ve marka yönetimi açısından önemli olduğu kadar halk sağlığı açısından da son derece önemlidir. Bu amaçla tüm dünya için yeni olan dijital gastronominin yaygınlaşması aşamasında uygun sistem dokümanlarının hazırlanması ve düzenli kritik kontrol noktaları denetlemeleri önem arz edecektir.

Kaynaklar

- Fukuchi, K., Jo, K., (2011). Laser Cooking: An Automated Cooking Technique Using Laser Cutter. Proc. 5th Int. Conf: Tangible Embedded and Embodied Interaction (TEI 11), ACM Press, 163–168p.
- Bell, G., Kaye, J.J., (2002). Designing Technology for Domestic Spaces: A Kitchen Manifesto. *Gastronomica* 2 (2): 42–62.
- Zoran, A., Coelho, M., (2011). Cornucopia: The Concept of Digital Gastronomy. *Leonardo J Arts, Sci Technol* 44 (5): 425-431.
- Gershenfeld, N., (2005). FAB: The Coming Revolution on Your Desktop-From Personal Computers To Personal Fabrication. Basic Books, 3–27p.
- Cohen, D.L., Lipton, J.I., Cutler, M., Coulter, D., Vesco, A., Lipson, H., (2009). Hydrocolloid Printing: A Novel Platform for Customized Food Production. *Solid Free Form Fabrication Symposium (SFF'09)*, 3–5 August 2009, Austin, TX, USA.
- Karaali, A., (2003). Gıda İşletmelerinde HACCP Uygulamaları ve Denetimi. T.C. Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü, Ankara.
- Kayaardı, S., (2004). Gıda Hijyeni ve Sanitasyonu. Sidas Yayıncılık, İzmir.
- Halkman, K., (2002). Tehlike Analizleri ve Kritik Kontrol Noktaları (HACCP), Afyon Ticaret Odası Eğitim Seminerleri, Afyon.
- Moy, G., Kaferstein, F., Motarjemi, Y., (1994). Application of HACCP to Food Manufacturing: Some Considerations on Harmonisation. *Food Control*, 5: 185-246.

- Mortimore, S.E., Wallace, C., (1998). HACCP: A Practical Approach, A Chapman&Hall Food Science Book, Aspen Publications, London, UK.
- Yang, J., Wu, L.W., Liu, J., (2001). Rapid Prototyping and Fabrication Method for 3-D Food Objects: Google Patents.
- Periard, D., Schaal, N., Schaal, M., Malone, E., Lipson, H., (2007). Printing Food. Proceedings of the 18th Solid Free Form Fabrication Symposium, Austin TX.
- Haol Mellor, S., Seaman, O., Henderson, J., Sewell, N., Sloan, M., (2010). Material Characterisation and Process Development for Chocolate Additive Layer Manufacturing. *Virtual Phys Prototyp*, 5(2): 57-64.
- Wegrzyn, T.F., Golding, M., Archer, R.H., (2012). Food Layered Manufacture: A New Process for Constructing Solid Foods. *Trends Food Sci Technol*, 27 (2): 66-72.
- Luimstra, J., (2014). EU Works on Food Printer to Create Personalized Meals for Theelderly. 3D Printing.com. <https://3dprinting.com/news/eufoodprinter> (E.T: 15.02.2017).
- ISO (International Organization for Standardization), (2005) ISO 22000-Food Safety Management.
- ISO (International Organization for Standardization), (2013). ISO 22000-2-Food Safety Management, Contains Specific Prerequisites for Catering.
- Turnbull, G., Clarke, J., Picard, F., Riches, P., Jia, L., Han, F., Shu, W., (2018). 3D Bioactive Composite Scaffolds for Bone Tissue Engineering, *Bioactive Materials*, 3(3): 278-314.
- Sun, J., Zhou, W., Huang, D., Fuh, J.Y.H., Hong, G.S., (2015). An Overview of 3D Printing Technologies for Food Fabrication, *Food and Bioprocess Technology*, 8: 1605-1615.
- Severini, C., Derossi, A., (2016). Could the 3D Printing Technology be a Useful Strategy to Obtain Customized Nutrition? *Journal of Clinical Gastroenterology*, 50: 175-178.
- Wegrzyn, T.F., Golding, M., Archer, R.H., (2012). Food Layered Manufacture: A New Process for Constructing Solid Foods, *Trends in Food Science & Technology*, 27: 66-72.
- Yang, F., Zhang, M., Bhandari, B., (2017). Recent Development in 3D Food Printing, *Critical Reviews in Food Science and Nutrition*. 57(14): 3145-3153.
- Liu, Z., Zhang, M., Bhandari, B., & Wang, Y., (2017). 3D Printing: Printing Precision and Application in Food Sector, *Trends in Food Science & Technology*, 69: 83-94.
- Zein, I., Hutmacher, D. W., Tan, K. C., Teoh, S. H., (2002). Fused Deposition Modelling of Novel Scaffold Architectures for Tissue Engineering Applications, *Biomaterials*, 23(4): 1169-1185.
- Lipton, J., Arnold, D., Nigl, F., Lopez, N., Cohen, D., Norén, N., Lipson, H., (2010). Multi-Material Food Printing with Complex Internal Structure Suitable for Conventional Post-Processing. *Citeseer*, 809-815.
- Periard, D., Schaal, N., Schaal, M., Malone, E., Lipson, H., (2007). Printing Food Proceedings of the 18th Solid Freeform Fabrication Symposium, *Citeseer*, 564-574.
- Liu, Z., Zhang, M., Bhandari, B., Yang, C., (2018). Impact of Rheological Properties of Mashed Potatoes on 3D Printing. *Journal of Food Engineering*, 220: 76-82.
- Noort, M.W.J., Diaz, J.V., Van, B.K.J.C., Renzetti, S., J. Henket, M.B., Hoppenbrouwers (2017). Method for the Production of an Edible Object Using SIs: Google Patents
- Shirazi, S.F.S., Gharekhani, S., Mehrali, M., Yarmand, H., Metselaar, H.S.C., N. Adib Kadri, N.A., Osman, N.A.A., (2015). A Review On Powder-Based Additive Manufacturing For Tissue Engineering: Selective Laser Sintering And Inkjet 3D Printing *Science and Technology of Advanced Materials*, 16(3): 033502.
- Kruth, J.P., Levy, G., Klocke, F., Childs, T.H.C., (2007). Consolidation Phenomena in Laser and Powder-Bed Based Layered Manufacturing, *CIRP Annals-Manufacturing Technology*, 56: 730-759.
- Willcocks, N.A., Shastry, A., Collins, T.M., Camporini, A.V., Suttle, J.M., (2011). High Resolution Ink-Jet Printing on Edibles and Products Made: Google Patents.

COVID-19 Sonrası Dışarıda Yemek Yeme Alışkanlığı: İzmir Konak Bölgesindeki Sokak Arası İşletmeler Üzerine Bir Değerlendirme

Seda Genç

Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, İzmir

Özet

Tüm dünyayı etkileyen pandemi sürecinde, devlet eliyle uygulanan kısıtlamalar ve yasaklar turizmi ve gıda sektörünü de etkilemiştir. Pandemi etkilerinin yiyecek-içecek işletmeleri açısından değerlendirmesini yapabilmek adına İzmir'in Konak ilçesindeki işletme sahipleri ile görüşmeler yapılmıştır. Çalışma alanı olarak İzmir Gourmet Guide tarafından belirlenen "Sokak Arası Mekanlarım" listesinde yer alan işletmeler tercih edilmiştir. Salgının devam etmesi nedeniyle görüşmeler telefonla ve/veya mesafeli görüşme şeklinde gerçekleştirilmiştir. Görüşmelerde işletmelerin yaşadıkları sorunlar, aldıkları önlemler, yeni uygulamalar ve gelecek beklentileri konuları ele alınmıştır. Derleme makale olarak hazırlanan bu çalışmada işletmelerin sorunlarına dikkat çekilerek olası tedbirler için önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar sözcükler: COVID-19, Gastronomi, Lokal yiyecek işletmeleri.

Abstract

During the pandemic times that affected the whole world, restrictions and prohibitions imposed by the state also affected tourism and the hospitality sector. In order to evaluate the effects of the pandemic, there has been interviews with the fast food store owners and other F&B service providers in Konak district of İzmir. As the study area places has chosen from "Street Food Places" lists which chosen by İzmir Gourmet Guide were preferred. Due to the pandemic restrictions, interviews were made by phone or as distance interview. In this interviews, we discussed about the issues enterprises are facing, pre-cautions they have taken, new practices they have to follow and their expectations from future. In this study, which was prepared as a review article, the problems of the enterprises were pointed out and suggestions for possible measures were made.

Keywords: Covid-19, Gastronomy, Local food businesses.

Giriş

Fizyolojik bir ihtiyaç olan yemek yemek günümüzde gastronomi ile birlikte farklı bir konuma ulaşmıştır. Gastronomi, yemek yaparken kullanılan malzemelerden hazırlanan sunumlara kadar bir sanat ve/veya bilim faaliyeti hâline dönüşerek günümüzün en popüler alanlarından biri olmuştur (Yiğitler, 2018). Gastronomide yaşanan bu gelişim gastronomi ürünlerini de daha ulaşılabilir kılmıştır. Bir yörenin mutfağını ve kendine has gastronomi değerlerini keşfetmenin en kolay yollarından biri de oradaki yerel lokantaları tecrübe etmektir (Özdemir & Erdoğan, 2018).

Tüm dünyayı etkisi altına alan ve küresel boyutlarda bir pandemi oluşturan Yeni Koronavirüs Hastalığı (COVID-19) sadece sağlığımıza değil ekonomik ve sosyal hayatımıza da etkilemiştir. Dünyanın farklı coğrafyalarında yıllar için çeşitli salgınlar meydana gelmiştir. Okat ve ark.nın salgınların neden olduğu ekonomik krizlerle ilgili yaptığı çalışmada 2003 yılındaki SARS salgınında Hong Kong'da, 2009 yılındaki domuz gribi salgınında Meksika'da, 2015 yılındaki MERS salgınında Güney Kore'de yiyecek-içecek sektörünün milyon dolarlık maddi zarar ve iş kayıpları yaşandığı sonucuna ulaşılmıştır (Okat vd., 2020). 2019 yılında başlayan COVID-19 salgınında ise Çin'le başlayan ve neredeyse dünya üzerindeki tüm ülkelere yayılan bu kriz meydana gelmiştir.

Ülkemizde de etkileri görülen bu kriz yaşam standartlarımızda maddi ve manevi değişimlere neden olmuştur. Bu değişimlerden biri de dışarıda yemek yeme alışkanlığımız olmuştur. Sosyalleşmek, mecburiyet, gereksinim vb. pek çok nedenle dışarıda yemek yemeyi tercih ederken şu anda İçişleri Bakanlığı tarafından yayımlanan genelgeler kapsamında kısıtlamaya maruz kalmıştır.

Türkiye Odalar ve Borsalar Birliği verilerine göre 2020 yılında ülkemizde yiyecek hizmeti faaliyetinde bulunan işletmelerden toplam 2430 tanesi kapanmıştır. Aynı veriler üzerinden lokanta ve yemek hizmeti faaliyetlerinin 2020 yılında en çok şirket kapanışı yapan ilk 5 faaliyet kolu içinde yer aldığı görülmektedir (<https://www.tobb.org.tr/BilgiErisimMudurlugu/Sayfalar/KurulanKapananSirketistatistikleri.php>). Salgına ve onun neden olduğu yasal düzenlemeler karşın faaliyetlerini sürdürmeye çalışan işletmeler yeni yöntemler ve çözüm arayışlarına gitmek zorunda kalmıştır. Bu noktadan hareketle bu çalışmada pandemi ile birlikte yiyecek-içecek işletmelerinde ne gibi değişimler yaşandığı, yaşanan sorunların neler olduğu ile ilgili sektörün mevcut durumuna ışık tutmak amaçlanmaktadır.

Öncelikle İzmir'in gastronomi değerleri ve faaliyetleri hakkında bilgi verilmiştir. Sonrasında yine İzmir menşeli olan İzmir Gourmet Guide kitabından, araştırmaya konu olan işletmeler ile yapılan görüşmelerden bahsedilmiştir. COVID-19'un etkilerine, alınan tedbirlere, yapılan yardımlara ve yaşanan sorunlara değinilmiştir. Çalışma, araştırma sonucu elde edilen bulguların aktarımı ve buna istinaden sunulan öneriler ile sonlandırılmıştır.

Gastronomi Açısından İzmir

Ege Denizi kıyısında yer alan İzmir tarihsel geçmişi ve coğrafi özelliklerinin etkisiyle kendine has bir mutfak kültürüne sahiptir. Bu kültürün oluşmasında elbette bu topraklar üzerinden gelip geçen her bir halk ve buradaki çok kültürlü, bir arada yaşam etkili olmuştur (Yıldız, 2019). Rumlar, Boşnaklar, Makedonlar, Arnavutlar, Ermeniler, Sefarad Yahudileri, Levantenler ve dahası İzmir Mutfağını oluşturan önemli değerlerdendir (Altıntaş & Hazarhun, 2020).

İzmir sahip olduğu iklim, bitki örtüsü ve bereketli tarım arazileriyle pek çok ürünün yetişmesine olanak sağlamaktadır. Zeytinyağının bolca kullanıldığı yörede otlar, sebzeler ve deniz ürünleri en çok tüketilen ürünler arasındadır. Bu ürünlerden bazıları Tarım ve Orman Bakanlığı'nın Yöresel Ürünler ve Coğrafi İşaretli Ürünler Listesinde de yer almaktadır. Bornova Kınalı Bamyası, Bozdağ Kestane Şekeri, Çeşme Kavunu, Gümüldür Mandalinası, Kavacık Üzümü, Ödemiş Patatesi, Urla Sakız Enginarı gibi. Gastronomi ürünleri arasından ise İzmir Boyozu, İzmir Kumrusu, İzmir Lokması, İzmir Şambalisi seçilmiştir (<https://www.ci.gov.tr/cografi-isaretler/liste?i=35&tur=&urunGrubu=&adi=>).

Günümüzde gastronomiye verilen değerin ve gösterilen ilginin artması şehirlerin de bu konudaki faaliyetlere yönelmesini sağlamaktadır. İzmir de gastronomi açısından pek çok alanda aktif bir şekilde varlığını sürdürmektedir. İzmir, 2007 yılında Fransa'nın Lyon şehrinde kurulan Délice Network yani Dünya Gurme Kentler Ağının 2015 yılından beri Türkiye'deki ilk ve tek üyesidir (<https://www.izmir.bel.tr/tr/Yayin/157/227#dergi/sayfa20-sayfa21>). Dört kitadan üyeleri bulunan bu ağda İzmir'den sağlıklı ve lezzetli yemeklerin mutfağı olarak bahsedilmektedir (<https://www.delice-network.com/Delice-member-cities/Izmir>). Bir diğer uluslararası kuruluş olan ve slow food yani yavaş yemek felsefesinin yerel yönetimlerdeki yansıması olan Cittaslow yani Sakin Şehir Birliğine üye olan ilk sakin şehir de yine İzmir'den, Seferihisar olmuştur (<https://www.cittaslow.org/network/seferihisar>).

İzmir'de İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü Konak'ın tarihi çarşısı Kemeraltı için 2019 yılında bir proje başlatmıştır. "Selluka Belgesi ve Plaketi" olarak tanıtılan projede işletmelerin yöresel lezzet, servis kalitesi, memnuniyet ve gastronomik kıstaslar bakımından değerlendirilerek ödüllendirilmesi amacını taşımaktadır (<https://izmir.ktb.gov.tr/TR-248575/selluka--plaketi-ve-belgesi.html>). İzmir İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü Proje Şube Müdürlüğü ile görüşmemize istinaden 2020 yılında bu ödüle hak kazanan toplam sekiz işletme bulunmakta olup COVID-19 nedeniyle ödüller henüz sahiplerine ulaştırılamamıştır. Araştırmaya katılan 24 işletmeden ikisi de bu ödüle hak kazanan işletmeler arasındadır. Ödül kazanan işletmelerin tam listesi Tablo 1'de verilmiştir:

COVID-19 salgını gerekçesiyle İzmir'de hayata geçirilen bir diğer proje de İzmir Büyükşehir Belediyesi tarafından yürütülen ve bir hijyen sertifikası niteliğindeki "Turuncu Çember Projesi" olmuştur. Proje kapsamında yeme-içme ve konaklama olarak İzmir'in tüm ilçelerinden başvuru alınmış olup Konak ilçesi yiyecek-içecek işletmeleri arasında 2021 yılı itibarıyla turuncu çemberli toplam 59 işletme bulunmaktadır. Bu işletmelerin isimlerinin yer aldığı tam liste EK 1'de verilmiştir (<https://www.turuncuceberizmir.com/tr/FirmaHaritasi/1>). Araştırmaya katılan 24 işletmeden 4 tanesi turuncu çember sertifikası almış, 12 tanesi başvurmamış, 8 tanesi ise turuncu çember uygulaması hakkında bilgi sahibi değildi.

Tablo 1. Selluka belgesi ve plaketi almaya hak kazanan işletmeler	
#	İşletme Adı
1	Ay İpek & Kafe Gıda
2	Ayşe Boşnak Börekçisi ve Ev Yemekleri
3	Bolulu Hasan Usta Süt Tatlıları, Kemeraltı Şubesi
4	Elgani Ezmecizade
5	Lagora Old Town Hotel
6	Numan Pide
7	Süt Çiçeği Süt Tatlıları
8	Yolo Art / Loungene

Kaynak: İzmir İl Kültür ve Turizm Müdürlüğünden alınan bilgilere göre tarafınca hazırlanmıştır.

Dışarıda Yemek Yemek ve Sokak Arası Mekânlar

Mutfak kültürü ziyaretçiler için bir çekim unsuru olmaya devam etmekte ve gastronomi destinasyon tercihinde etkin bir rol oynamaktadır (Zağralı & Akbaba, 2015). Bölgenin kendine özgü yeme-içme kültürü, alışkanlıklar ve ürünler bir bölgenin gastronomik kimliğini meydana getirmektedir (Yıldız, 2020). Özgün tatlarla ulaşmak için “artisan” olarak bilinen esnaf lokantalarının tercih edilmektedir (Şen Negizözen & Yılmaz, 2020). Bir şehri iyi tanımak için sokaklarında dolaşmak, daha iyi tanımak içinse bu sokak aralarında oturup yerel halkın tercih ettiği noktalardaki yeme-içme deneyimini yaşamak gerekmektedir. Zira bu deneyimi sunan yiyecek-içecek işletmeleri kent kimliğini yansıtan birer kültürel miras örneğidir ve bu sizi kültürün özelliklerini öğrenmeye (Bayraktar & Zencir, 2019) yöneltir. Lezzet, sunum, misafirperverlik, hayat tarzı gibi çeşitli unsurları barındıran yiyecek-içecek işletmeleri (Aldemir & Sormaz, 2021) gastronomi turizminin uygulamalı olarak sürdürülebilmesini sağlayan bir çeşit gastronomi kaleleridir. Nişancı ve ark.nın İzmir’de yapmış olduğu araştırmada katılımcıların neredeyse yarısının haftada en az 1-2 kez dışarıda yemek yediği sonucuna ulaşılmıştır (Nişancı vd., 2018). Ağlamaz ve Öncüer Çivici’nin İzmir’de yaşayanlarla yapmış olduğu araştırmada ise İzmirliler gözünden İzmir’in imza yemekleri ve yiyecek-içecek ürünleri sorulmuştur. Buna göre boyoz, kumru gibi fırın ürünleri; rakı-balık, bira-midye gibi eşleştirme ürünleri; enginar, şevketi bostan ve genel olarak otlardan oluşan zeytinyağlı ürünleri; kokoreç, söğüş gibi sakatat ürünleri ve son olarak da Tire, Ödemiş, İzmir köfteleri en çok tercih edilen ve tavsiye edilen ürünler olarak belirlenmiştir (Ağlamaz & Öncüer Çivici, 2018).

2010 yılında Mandal Ajans tarafından İzmir’de kurulan ve Türkiye’nin ilk interaktif yeme-içme ve eğlence rehberi olma özelliği taşıyan İzmir Gourmet Guide (İGG), İzmir için bu gibi işletmeleri ve daha fazlasını bir araya getirmiştir. Başlangıçta sadece İzmir’e özel oluşturulan içerikler, 2017 yılı itibarıyla İstanbul’u da içine alarak İstanbul Gourmet Guide olarak da ayrıca hazırlanmaktadır. İngilizce “gourmet” yani gurme, tatbilir ve “guide” yani rehber kelimelerinin birleşiminden oluşmaktadır. Sadece kitap olarak değil aynı zamanda youtube üzerinden videolar ve yazılım uygulaması aracılığıyla mekânlar hakkında bilgi vermektedir. Ayrıca her yıl “Bir Adım Öne Çıkanlar” ve “Altın Tabak Ödülleri” adı altında mekân sahiplerine ödüller vermektedir. Ödüller seçici okul tarafından belirlenmektedir. Bu süreçte aynı zamanda halk oylamasına da başvurulmaktadır. Kitapta “İzmir’in Simgesel Lezzetleri”, “Alışveriş Duraklarım”, merkezden uzak ama İzmir sınırları içinde kalan ya da İzmir’e komşu olan yerlerdeki mekânlardan bahsedilen “Az Uzaktakiler” gibi başlıklar altında içerikler üretilerek bölge gastronomisi hakkında bilgiler verilmektedir. Bu çalışmada ise kitap bölümünde yer alan “Sokak Arası Mekânlarım” üzerinden ilenmiştir.

Bir restoranda yemek yemek çoğunlukla belli bir bütçeye sahip olmayı gerektirmektedir. Ancak bir sokak arası mekân daima farklı kimliklerin, her bütçeden yemek severin buluşma noktası olmaktadır. Sokak arası mekânlar yerel hayatı anlatan birleşme noktaları, yaşayan kültürel değerlerdir. Kendi müdavimleri olan, daimi müşterileri bulunan bu

işletmeleri en iyi o şehrin gerçek damak düşkünleri bilmektedir. Bu lezzete erişmek için ayakta sıra beklemekten de uzak yolları yürümekten de çekinmezler.

Yiyecek-İçecek İşletmeleri Açısından COVID-19 Uygulamaları

Koronavirüs salgını ile mücadele kapsamında alınan kısıtlamalar ve yasaklar pek çok iş kolu ve işyerini etkilese de bundan en çok zarar gören ve bu yasaklara en uzun süreli maruz kalanlar yiyecek-içecek işletmeleri olmuştur. İçişleri Bakanlığı tarafından yayımlanan genelgelerin kronolojik olarak incelenmesi ile pandemi sürecinde sektörün çalışma koşullarında sıklıkla değişim yaşandığı görülmüştür.

16.03.2020 tarihinde yayımlanan ilk genelge ile işletmelerin belirsiz süreyle faaliyetlerini durdurma kararı verilmiştir (<https://www.icisleri.gov.tr/81-il-valiligine-koronavirus-tedbirleri-konulu-ek-genelge-gonderildi>). Bunu takiben 21.03.2020 tarihindeki ek genelgede tüm lokanta ve restoran benzeri işyerlerinde masa servisi yapılması yasaklanmıştır (<https://www.icisleri.gov.tr/koronavirus-salgini-ile-mucadele-kapsaminda-lokantalarla-ilgili-ek-genelge>). Vaka sayılarının artmasıyla gelen 23.04.2020 tarihi itibarıyla belirli şehirleri kapsayarak başlayan hafta sonu, resmî tatil vb. günlerdeki sokağa çıkma yasaklarında lokanta ve restoran tarzı işyerlerinin evlere paket servis yapabilmelerine müsaade edilmiştir (<http://www.izmir.gov.tr/arama/ara/genelge>). 28.05.2020 tarihli Cumhurbaşkanlığı Kabine toplantısı ile kısıtlamaların belli kurallar çerçevesinde kaldırılması karar verilmiş ve 01.06.2020 tarihinde tüm yiyecek-içecek işletmeleri belirlenen saat aralıklarında yeniden faaliyete geçebilmiştir (<https://www.icisleri.gov.tr/81-il-valiligine-lokanta-restoran-kafe-vb-isyerleri-park-piknik-alanlari-mesire-yerleri-ve-giyim-pazarlari-genelgesi>). 21.07.2020 tarihinden itibaren ise bu saat sınırlaması da kaldırılarak işletmeler ruhsatlarında yer aldığı gibi faaliyetlerini sürdürebilme olanağı bulmuştur (<https://www.icisleri.gov.tr/81-il-valiligine-lokanta-restoran-kafe-kiraathane-vb-is-yerlerinin-calisma-saatleri-hakkinda-genelge-gonderildi>). İşletmelerin açık olduğu süre zarfında kamu kurumları, yerel yönetimler, kolluk kuvvetleri tarafından oluşturulan denetim ekipleri tarafından sürekli denetimler yapılacağı hususunda ek genelgeler yayımlanmıştır (<http://www.izmir.gov.tr/arama/ara/genelge>). Salgının devam etmesiyle 04.11.2020 tarihinden itibaren yeniden saat sınırlaması getirilmiştir. Buna göre saat 22:00'de paket servis hariç olmak üzere tüm yeme içme yerleri kapanmış olacağı belirtilmiştir (<https://www.icisleri.gov.tr/koronavirus-ek-tedbirleri-genelgesi>). Çok geçmeden gelen yeni tedbirler ile 20.11.2020 tarihinden itibaren yeme içme yerlerinin 10:00-20:00 saatleri arasında ve sadece paket servis, gel-al servis hizmeti verebileceği açıklanmıştır (<https://www.icisleri.gov.tr/koronavirus-salgini-yeni-tedbirler>). Ancak burada konaklama işletmelerindeki restoranlar istisna kapsamına alınmıştır (<https://www.icisleri.gov.tr/konaklama-tesislerindeki-restoranlar-konulu-genelge>).

Süregelen kapatma, kısıtlama ve yasaklama uygulamalarının neden olduğu ekonomik zararlar karşısında hükümet, belediye ve/veya odalar tarafından birtakım destek ve yardım kampanyaları yürütülmüştür. Çalışmanın bu bölümünde sadece Türkiye genelinde ve İzmir özelinde yapılan yardımlara yer verilmiştir.

Pandemi döneminde sektörü ilgilendiren ve ülke genelinde uygulanabilecek duyurular Resmî Gazete'de Cumhurbaşkanlığı Kararı olarak yayımlanmaktadır. Örneğin Hazine ve Maliye Bakanlığı faiz destekli kredilerin faizsiz olarak üç ay süreyle ertelenmesine karar verilmiştir (<https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2020/03/20200325.pdf>). Ekonomik İstikrar Kalkanı kapsamında Esnaf Destek Paketi ile esnaf odalarına bağlı üye işyerlerine Halk Bankası üzerinden kredi desteği sunulmuştur. Paket içeriğine göre krediler 36 aya kadar vadeli ve yıllık %4,5 faiz oranıyla 25.000 TL nakit işletme kredisi ve 25.000,00 TL esnaf kredi kartı sunulmuştur. Kredilerin ödenme şekli ise aylık, üç ayda bir ya da altı ayda bir olarak belirlenmiştir (<https://www.halkbankkobi.com.tr/channels/Esnaf-ve-Sanatkarlara-Ozel/Esnaf-ve-Sanatkarlarimiza-Ozel-Krediler/Esnaf-Destek-Paketi/1783>). Alınan bu kredi taksitlerinin ödemesinde sıkıntı yaşayan esnaf için 01.01.2021-30.06.2021 tarihleri arasında ödenmesi gereken taksitlerin erteleneceği duyurusu yapılmıştır (<https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2021/02/20210204-10.pdf>). 01.03.2020-30.06.2020 tarihleri arasında işyeri kirasını ödeyemeyenler için bu durum tahliye ya da sözleşme feshi nedeni olmaktan çıkarılmıştır (<https://www.iesob.org.tr/uploads/dosyalar/genelgeler/241.pdf>). Kapanan işyeri sahipleri için 23.03.2020 itibarıyla getirilen (<https://www.iskur.gov.tr/duyurular/kisa-calisma-odenegi-hakkinda/>) Kısa Çalışma Ödeneği (KÇÖ) uygulaması günümüzde hâlen devam etmekte olup 17 Mart tarihinde sona erecektir (<https://www.aa.com.tr/tr/turkiye/cumhurbaskani-erdogan-mart-basi-itibariyla-kademeli-normallesme-surecini-baslatiyoruz/2148369>). Cumhurbaşkanlığı kararı ile belirlenen kurallar çerçevesinde lokanta vb. yerlerde verilen hizmetin Katma Değer

Vergisi (KDV) oranı %8'den %1'e düşürülmüştür (<https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2020/07/20200731-4.pdf>). Karar ilk önce 31.07.2020-31.12.2020 tarihler için alınmıştı ancak daha sonra 30.06.2021 tarihine kadar uzatılmıştır (<https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2020/12/20201223-18.pdf>). Cumhurbaşkanlığı tarafından duyurulan bir diğer karar da pandemide zarara uğrayan işletmelere belirlenen sınırlar aralığında ciro kaybı desteği verilecektir (<https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2021/02/20210206-8.pdf>).

İzmir Büyükşehir Belediyesi tarafından da bu süreçte esnafa destek amaçlı ayni ve nakdi yardımlarda bulunulmuştur. Tarihi Kemeraltı Esnaf Derneği ile birlikte Konak/Kemeraltı bölgesindeki gıda işletmelerine Belediye tarafından siperlik dağılmıştır (<https://www.izmir.bel.tr/tr/Haberler/buyuksehir-den-kemeralti-esnafina-koruyucu-ekipman-destegi/43703/156>). Belediye'nin sağladığı bir diğer kolaylık ise işyerlerinden alınan ilan ve reklam vergileri ile ilgilidir. 17.03.2020-01.06.2020 tarihlerinde faaliyette bulunmayan işyerlerinden alınan vergiler iade edilmiştir (<https://www.izmir.bel.tr/tr/Haberler/koronavirus-nedeniyle-faaliyette-bulunamayan-isletmelerin-ilan-ve-reklam-vergileri-iade-edilecek/44112/156>). Aynı zamanda Belediye kendi mülkleri için 01.03.2020-31.05.2020 tarihleri arasında alacağı kiraları ertelemiştir (https://www.izmir.bel.tr/CKYuklenen/Covid19DirencililikEylemPlani_TR.pdf). 01.12.2020-28.02.2021 tarihleri arasında alınacak kiraları da ertelediğini duyurmuştur (<https://www.izmir.bel.tr/tr/Haberler/baskan-soyer-den-belediyenin-kiracilarina-kriz-destegi/44420/156>). 01.01.2021-31.03.2021 tarihleri arasında faaliyeti duran ve/veya kısıtlanan esnafa su ve atık su bedellerinde %50 indirim yapacağını, lokanta vb. işyerlerinde katı atık bertaraf bedellerini de almayacağını açıklamıştır (<https://www.izmir.bel.tr/tr/Haberler/baskan-soyer-den-esnafa-yilsonu-mujdesi/44510/156>). Son ödeme tarihi 31.01.2021 olan vergi borçlarının ödeme tarihi ise 01.03.2021 tarihine kadar uzatılmıştır (<https://www.izmir.bel.tr/tr/Duyurular/12126/159>).

Araştırmaya katılan işletmeler ya İzmir Ticaret Odası (İZTO) ya da İzmir Esnaf ve Sanatkarlar Odası'na (İESOB) bağlı odaların üyesidir. Bu odalara üye olan işletmelere özel Ticaret Bakanlığı tarafından 2021 yılı Ocak, Şubat, Mart aylarında üç eşit miktarda kira geliri desteği verileceği Cumhurbaşkanlığı Kararnamesi ile açıklanmıştır. Destek kapsamında 1.000,00 TL doğrudan destek ve işyeri kira olanlara büyükşehirlerde 750,00 TL, diğer illerde 500,00 TL kira desteği verileceği belirlenmiştir (<https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2020/12/20201223-23.pdf>).

Yöntem

Bu araştırmada ana amaç yiyecek-içecek işletmelerinin pandemi sürecinde yaşadıkları sıkıntı ve zorluklara dikkat çekmektir. Bu noktada araştırmanın temel sorusu; pandemi döneminde yiyecek-içecek işletmelerinin yaşadığı sorunlar nelerdir? Araştırma evreni olarak İzmir'in Konak ilçe merkezi başta olmak üzere Kemeraltı, Kemer, Yenışehir, Basmane, Çankaya, Pasaport, Alsancak semt sınırları içinde kalınmıştır. Bu semtler içinde yer alan ve İGG kitabında, kitabın editörü ve gastronomi danışmanı şef Ahmet Güzelyağdöken'in 2010-2020 yılları arasında oluşturduğu "Sokak Arası Mekanlarımız" bölümünde yer verdiği işletmeler araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır. İşletme sahiplerinin iletişim bilgilerine İGG kitabından ulaşılmış olup kapalı olan işletmelerin sahiplerine ise Güzelyağdöken aracılığıyla ulaşılarak görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Planlanan görüşme sayısı 35 olup vefat, sağlık sorunu, işletme devri, şehir dışında olma gibi nedenlerle 11 işletme sahibi ile görüşme gerçekleştirilememiştir. Kalan 24 işletme ile 01-17 Şubat 2021 tarihleri arasında yüz yüze ve telefonla görüşmeler yapılandırılmış mülakat tekniği kullanılarak sağlanmıştır. Görüşme yapılan 24 kişiden ikisi işletmenin ustası, 13'ü işletmenin sahibi, dokuzu ise işletmenin hem sahibi hem de ustası konumundadır. Görüşme sorularının hazırlanması sürecinde geçmiş alan araştırmaları incelenmiş olup güncel sorunlar çerçevesinde oluşturulmuştur. Araştırmadan elde edilen veriler nitel araştırma yöntemlerinden içerik analizi yöntemi kullanılarak sunulmuştur. Görüşme dökümanlarında katılımcılar K1, K2 şeklinde K24'e kadar sıralanarak kodlanmıştır.

Bulgular

Araştırma verileri dört kısımda toplanmıştır. İlk kısımda katılımcıların demografik özelliklerinden, ikinci kısımda işletmelerin genel özelliklerinden, üçüncü kısımda pandemi öncesi ve mevcut durum karşılaştırmalarından bahsedilmektedir. Son kısımda ise katılımcılara sorulan özel sorulardan ve kişisel yorumları ile ilgili bilgilere yer verilmektedir.

Araştırmaya katılan katılımcıların demografik özelliklerine Tablo 2'de yer verilmiştir. Buna göre 24 katılımcıdan 3'ü kadın 21'i erkektir. Yaş aralığına göre katılımcılardan dokuzu 25-40 yaşları arasında, 10'u 41-60 yaş arasında, beşi ise 61-75 yaş arasındadır. Katılımcıların son mezun oldukları okul bakımından dağılımları ise yedisi

ilkokul veya ortaokul mezunu, dokuzu lise veya ön lisans mezunu, beşi ise lisans veya yüksek lisans mezunudur. Katılımcılardan biri mezun olduğu okulu söylemek istememiştir. Sektörde çalışma sürelerine göre katılımcılar; 10-19 yıl arasında tecrübesi olan 10 kişi, 20-35 yıl arasında tecrübesi olan 10 kişi, 36-50 yıl arasında tecrübesi olan dört kişi bulunmaktadır.

Tablo 2. Katılımcıların demografik dağılımı		
Cinsiyete Göre Dağılım	f	%
Kadın	3	12,50
Erkek	21	87,50
Yaşa Göre Dağılım (yıl)		
25-40	9	37,50
41-60	10	41,67
61-75	5	20,83
Eğitime Göre Dağılım		
İlk ve Orta Öğretim	7	29,17
Lise ve Ön Lisans	9	37,50
Üniversite ve Yüksek Lisans	7	29,17
Sektördeki Tecrübesi (yıl)		
10-19	10	41,67
20-35	10	41,67
36-50	4	16,67

Araştırmanın konusunu oluşturan yiyecek-içecek işletmelerinin genel özellikleriyle ilgili bilgiler Tablo 3'te verilmiştir. Buna göre 24 işletmeden 14'ü İzmir Esnaf ve Sanatkarlar Odası'nda ilgili iş koluna bağlı odaya üye, yedisi İzmir Ticaret Odası'na üyedir. İşletmelerin kuruluş yıllarına göre dağılımı incelendiğinde 4 ilâ 20 yıldır faaliyetini sürdüren işletme sayısı 7, 21 ilâ 41 yıldır faaliyetini sürdüren işletme sayısı 7, 42-72 yıldır faaliyetini sürdüren işletme sayısı ise 10'dur. Bu işletmelerin büyüklüklerine göre dağılımı ise 8-100 m² alana sahip 12, 101-200 m² alana sahip 10, 201-450 m² alana sahip iki işletme bulunmaktadır. İşletmelerin bu büyüklüklerinin yanı sıra 24 işletmeden 21'inin servis yapabileceği bir açık alanı bulunmakta, üçünün bulunmamaktadır. Bununla birlikte normal dönemde tek seferde en fazla müşteri ağırlayabildikleri hizmet kapasitesi dağılımı da şu şekildedir; 12-49 kişi arasında hizmet verebilen işletme sayısı dokuz, 50-80 kişi arasında dokuz, 81-110 kişi arasında ise altı işletmedir. Bazı işletmelerin aynı zamanda farklı bölgelerde kendilerine ait şubeleri de bulunmaktadır. Şube sayısına göre 24 işletmeden dört tanesinin en az bir şubesi bulunmaktadır. Bu işletmelerden 17 tanesi bugüne kadar hiç şube açmamış, üç tanesi ise açtığı şubeyi kapatmış.

Tablo 3. Katılımcı işletmelerin genel özellikleri		
Bağlı Olduğu Oda	f	%
İESOB	14	58,33
İZTO	7	29,17
Kuruluş Yılına Göre		
1949-1979 Yılları	10	41,67
1980-2000 Yılları	7	29,17
2001-2017 Yılları	7	29,17
Büyüklüğüne Göre		
8-100 m ²	12	50,00
101-200 m ²	10	41,67
201-450 m ²	2	8,33
Açık Alanı Olmasına Göre		
Var	21	87,50
Yok	3	12,50
Müşteri Kapasitesine Göre		
12-49	9	37,50
50-80	9	37,50
81-110	6	25,00
Şube Sayısına Göre		
Hiç Olmayanlar	17	70,83
En Az 1 Tane Olanlar	4	16,67
Şubesi Olup Pandemiye Kapatılanlar	3	12,50

Çalışmaya katılan işletmelerin sunduğu hizmet alanlarıyla ilgili bulgular ise Tablo 4'te verilmiştir. Buna göre işletmelerden sekizi ev yemeği, tencere yemeği, zeytinyağlı yemekler ve çorba türünde yemek çıkarmaktadır. Diğer dağılımlara baktığımızda ise sekizi et ve kebab türü; dördü pide, fırın, kahvaltı türünde; ikisi sakatat ürünleri; biri de deniz ürünleri olarak hizmet vermektedir. Ayrıca katılımcı işletmelerden üçü alkol satışı yapabilen, 21'i ise alkol ruhsatı bulunmayan işletmedir.

Tablo 4. Katılımcı işletmelerin hizmet türü hakkında veriler		
	f	%
Yemek Türüne Göre		
Ev Yemeği / Tencere Yemeği	8	33,33
Et-Kebab	8	33,33
Pide-Fırın-Kahvaltı	4	16,67
Sakatat	2	8,33
Deniz Ürünü	1	4,17
Alkol Ruhsatı		
Var	3	12,50
Yok	21	87,50

Araştırmanın bu kısmında katılımcılara pandemi öncesi ve sonrası karşılaştırma yapılabilecek sorular yöneltilmiştir. Karşılaştırmaya göre şu andaki mevcut durumu anlatan veriler Tablo 5'te verilmiştir. Pandemiden önceki çalışan sayısı ile pandemi dönemindeki çalışan sayısı aynı kalan 11 işletme bulunmaktadır. Çalışan sayısında azalış olan 13 işletme bulunmakta olup azalış oranları %33 ilâ %86 arasında değişiklik göstermektedir. Çalışma günleri bakımından kimi işletme tamamen kapatma kararı alırken kimisi mevcut kurallara göre faaliyetine devam etmiştir. Araştırmaya katılan işletmelerden dördü şu anda kapalı, 16'sı normal döneme göre daha az gün sayısında hizmet veriyor, dördü ise normal dönemle aynı gün sayısında hizmet vermeye devam etmektedir. Bu süreçte artan maliyetlere ve azalan gelirlere rağmen işletmelerden bazıları ürün fiyatlarına zam yapmamayı tercih etmiştir. Araştırmaya katılan işletmelerden 11'i fiyatlarına zam yapmadığını beyan etmiştir, 12'si cüzi bir zam yaptıklarını belirtirken sadece bir işletme %50 oranında zam yaptığını iletmiştir. Bu işletmelerdeki en düşük fiyatlı ürünün pandemiden önceki fiyat aralığı 7-25 TL iken şu anda 7-30 TL arasındadır. Aslında yüzdesel olarak hesaplandığında yüksek zam oranları uygulanmış gibi görünse de ürün fiyatlarının piyasa koşullarına göre makul olması yapılan zamların fiyatları çok da yükseltmediğini göstermektedir. Ödeme şekli olarak nakit, kredi kartı ve Sodexo, Multinet gibi yemek kartları kabul eden işletmelerin karşılaştırmasına baktığımızda iki işletme sadece nakit olarak çalıştığını, 14 işletme sadece nakit ve kredi kartı kabul ettiğini, sekiz işletme ise tüm ödeme şekillerini kabul ettiğini belirtmiştir. Ancak yemek kartlarının vadeli ve komisyonlu olması nedeniyle pandemiden önce yemek kartı kabul eden üç işletme pandemi döneminde bu uygulamayı kaldırdığını belirtmiştir. Aynı durum servis şekilleri için de geçerli olmaktadır. Pandemiden önce çevrimiçi yemek kanallarını kullanan bir işletme, komisyon vermemek için şu anda bu kanallardaki aboneliğini kaldırdığını belirtmiştir. Buna karşılık diğer bir işletme ise normal dönemde çevrimiçi kanalları kullanmazken satış yapabilmek adına şu anda çevrimiçi olarak da hizmet vermeye çalışmaktadır. Araştırmaya katılan işletmelerin şu anki servis şekillerine göre işletmelerden biri sadece gel-al şeklinde, 20'si gel-al ve/veya yakın çevresine kendi imkânlarıyla paket servis yaparak, üçü ise bu iki servis şekli ile beraber Yemek Sepeti, Getir vb. çevrimiçi yemek siparişi kanallarını da kullanarak servis sağlamaktadır.

Tablo 5. Pandemi öncesi ve sonrası karşılaştırma verileri		
	f	%
Personel Sayısına Göre		
Azalış Gösterenler	13	54,17
Değişmeyenler	11	45,83
Artış Gösterenler	1	4,17
Açık Olduğu Günlere Göre		
Kapalı Olan İşletmeler	4	16,67
Çalışma Günleri Azalan İşletmeler	16	66,67
Çalışma Günleri Aynı Kalan İşletmeler	4	16,67
Ürün Fiyatlarına Göre		
Fiyatlarını Değiştirmeyenler	11	45,83
%10-25 Oranında Zam Yapanlar	12	50,00
%26-50 Otranda Zam Yapanlar	1	4,17
Ödeme Şekline Göre		
Sadece Nakit Geçerli	2	8,33
Nakit ve Kredi Kartı Geçerli	14	58,33
Nakit, Kredi Kartı, Yemek Kartları	8	33,33
Servis Şekline Göre		
Sadece Gel-Al Servis	1	4,17
Gel-Al ve Paket Servis	20	83,33
Gel-Al, Paket, Online Yemek Kanalları Dahil	3	12,50

Görüşmelerin son bölümünde katılımcılara pandemi sürecinde yaşadıkları gelir kayıpları ve sürecin gidişatı ile ilgili kişisel görüşleri hakkında aşağıda yer alan açık uçlu sorular yöneltilmiştir. Sorular aşağıdaki sıralamaya göre yöneltilmiş olup görüşmenin seyrine göre ilave sorular ve örneklerle desteklenmiştir.

1. İzmir’de gastronomiye verilen değer ve bu işletmenin bölge gastronomisine katkısı nedir?
2. Dışarıda yemek yeme alışkanlığının gidişatı hakkındaki görüşleriniz nelerdir?
3. Sektörde en çok yaşadığınız sorunlar nelerdir?
4. COVID-19 salgını kapsamında getirilen yasaklar ve uygulamalar hakkında ne düşünüyorsunuz?

Yüz yüze ve telefonla yapılan görüşmelerde soruların yanıtları not kâğıdına yazılarak kaydedilmiştir. Yanıtlardan elde edilen bulgular değerlendirilerek yorumlanmıştır. İlk soruya verilen yanıtlar üç ayrı görüşte toplanmaktadır. Katılımcılardan sekizi gastronominin yükselen bir değer olduğunu, halkın ilgisinden ve gelişmelerden memnun olduğunu belirtmiştir. On katılımcı ise halkın gastronomiye duyduğu ilgiye karşılık, idari birimler tarafından yeterince desteklenmediği yönünde görüş bildirmiştir. Kalan altı katılımcı ise İzmir’de gastronominin hak ettiği değeri bulmadığı, ilgi ve desteğin yeterli olmadığı yönünde yanıtlar vermiştir. İkinci soruya verilen yanıtlarda da yine üç ayrı görüş üzerinde durulmaktadır. Katılımcılardan 10’u pandemi biter bitmez piyasanın açılacağı, eski sisteme döneceği ve insanların aynı alışkanlıklarla tüketim yapacakları yönündedir. Buna benzer düşünen dokuz katılımcı başlangıçta daha temkinli ve dikkatli davranılacağı ancak arkasından eskisi gibi dışarıda yemek yemeye yönelim olacağı görüşündedir. İnsanların dışarıda yemek yeme alışkanlığından vazgeçmemesi konusundaki en büyük gerekçe sosyalleşme ihtiyacı olarak değerlendirilmiştir. Buna karşılık beş katılımcı pandemi bittiğinde hiçbir şeyin eskisi gibi olmayacağını, bunun neden olarak ise hijyenden ziyade maddi zorlukları öne sürmüşlerdir. Üçüncü soruya ilişkin yanıtlarda üç katılımcı normal dönemde bir sorunları olmadığı ve mevcut düzenden memnun olduklarını söylemiştir. Diğer katılımcılar ise yüksek kiralardan, artan maliyetlerden, vergi dilimlerinden, kullanılan ham maddeye yıl içinde gelen birden fazla zam, maruz kalınan bu fiyat artışlarına karşılık satış fiyatlarına yansıtılmaması gibi malî sorunlar normal dönemde sektörde en çok yaşanan sorunlar olarak sıralanmıştır. Pandemi ile birlikte bu sorunlara işletmelerin kapatılması durumu eklenmiş ve tüm katılımcılar tarafından en önemli sorun olarak dile getirilmiştir. Bu sorunun devamı niteliğindeki dördüncü sorunun yanıtlarında da lokanta vb. işletmelerin kapatılmasına tüm katılımcılar tepki göstermektedir. Pandeminin getirmiş olduğu gelir kaybını yansıtan veriler ise Tablo 6’da verilmiştir. Buna göre gelir kaybına uğramayan hiçbir işletme olmamıştır.

Tablo 6. 2019-2020 yıllık ciro kaybı		
	f	%
Ciro Kaybına Göre		
Ciroda %30-50 Oranında Azalış	11	45,83
Ciroda %51-80 Oranında Azalış	7	29,17
Ciroda Azalış Var, Rakam Vermek İstemiyor	4	16,67

Sonuç ve Öneriler

Yükselen değer gastronominin yanında pandeminin etkileriyle kapanan, zarar eden, zorlanan işletmelerin sayısı her geçen gün artmaktadır. Bu araştırma İzmir’in Konak ilçesindeki lokantalar üzerinden COVID-19 salgınının doğurduğu ekonomik sorunlar incelenmiştir. Çalışmaya katılan işletme sahipleriyle yapılan görüşmeler neticesinde elde edilen bulgularda ortak nokta lokanta, restoran vb. işletmelerin aktif olarak çalışmaya dönmesi, kapatmaya yönelik yasakların kaldırılması ve denetimlerin sıkılaştırılması yönündedir. Özellikle vurgulanan noktalar ise pandemi sürecinin idari birimler tarafından iyi yönetilmediği, adaletli kararlar alınmadığı, yasakların herkes için geçerli olmadığı yönündedir. Bugün hâlâ yasakların kalkmasını ve faaliyete geçmeyi bekleyen pek çok işyeri sahibi bulunmaktadır. Çalışmanın ortaya koyduğu bilgiler ışığında şu öneriler sıralanabilir:

- İşletmelerin kapalı kaldığı süreler boyunca kira, kredi, vergi vb. borçları olan işletmelere kamu eliyle finansal destek verilmelidir. Ertelemeler sonradan daha büyük borç birikimlerine neden olmaktadır. Ayrıca yapılan yardımlardan yararlanamayanlar için alternatif çözüm önerileri sunulmalıdır.
- Çevrim içi uygulamalar üzerinden verilen yemek siparişlerinde komisyon almayan firmalara vergi indirimi sağlayacak yasal düzenlemeler oluşturulmalıdır.
- Haksız rekabeti önlemek ve halk sağlığını korumak amacıyla haberli ve habersiz düzenli ve sık denetimler yapılmalıdır. Bu süreçte işletmelerini kapatan esnafın hakkı da korunmalıdır.
- Kent kimliğini oluşturan bu gibi işletmelerin turistik ve gastronomik değerleri bağlı buldukları odalar tarafından korunmalı ve hakları savunulmalıdır. Görüşmeler esnasında bu durumdan muzdarip olduklarını belirten katılımcılar ilgi ve destek beklemediklerini dile getirmişlerdir.
- Gastronomi danışmanlarıyla birlikte gününbirlik gastronomi ve kültür turları düzenlenerek seçilmiş işletmelerin tanıtımına katkı sağlanmalıdır.
- Sektörde belli bir yıl, örneğin 25 yıl, çalışmış ustalar onurlandırılabilir ve belli bir süredir hizmet veren, örneğin 50 yıldır açık, işletmeler ödüllendirilmelidir.
- İzmir'deki gastronomi okullarından bu işletmelerin ustaların, işletmelerinin, lezzetlerinin tanıtılması amacıyla bir ders ayrılmalı ve uygulamalı olarak bu ustalar akademik hayata dahil edilmelidir.
- Her lokantanın kendine has bir lezzeti var ve bu özel tariflerin yer aldığı bir kitap oluşturulabilir. Bunun yanı sıra İzmir'de gastronomi ile ilgili yapılan kitap, makale, proje gibi çalışmalar yerel yönetimler tarafından destek verilmeli ve tanıtımına katkı sağlanmalıdır.
- Valilik, belediyeler, odalar ile ilgili protokol yemeklerinde İzmir'e has gurme lezzetlerden ve yerel işletmelerin mutfaklarından yararlanmalıdır. Resmî internet sayfalarında İzmir'in yemek kültüründen, rotalarından, gastronomi ürünlerinden, ödüllü işletmelerinden daha sık söz edilerek bir haritalı bir kitapçık oluşturulmalıdır.

17 Şubat tarihinde gerçekleştirilen Kabine Toplantısı sonucu Mart ayı itibarıyla lokanta, restoran vb. işletmeleri rahatlatarak adımlar atılacağı açıklanmıştır (<https://www.aa.com.tr/tr/turkiye/cumhurbaskani-erdogan-mart-basi-ibariyla-kademeli-normallesme-surecini-baslatiyoruz/2148369>).

Bu çalışma sektörün sorunlarını ele almak amacıyla hazırlanmıştır. İzmir'in merkez işletmelerinin yer aldığı araştırma her bir şehir için ayrı ayrı değerlendirilerek geniş kapsamlı bir rapor ve araştırma olarak hazırlanabilir.

Kaynaklar

- Ağlamaz, E., & Öncüer Çivici, M. E. (2018). Yerel Halkın Gözünden İzmir'in Simge Yemeklerinin Belirlenmesi Üzerine Bir Araştırma. *Journal of Travel and Tourism Research*, 13(2018), 50–69.
- Aldemir, N., & Sormaz, Ü. (2021). Sürdürülebilir Turizm Kapsamında Bir Asrı Aşan Tecrübe: Asırlık Restoranlarımız. *Aydın Gastronomy*, 5(1), 71–80.
- Altıntaş, V., & Hazarhun, E. (2020). İzmir'in Gastronomi Turizmi Potansiyeline Turist Rehberlerinin Bakış Açılı. *International Journal of Applied Economic and Finance Studies*, 5(2), 13–36.
- Bayraktar, G., & Zencir, E. (2019). Sokak Satıcılarının Gözünden Sokak Lezzetleri: İzmir Örneği. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 7(2), 1367–1382. <https://doi.org/10.21325/jotags.2019.425>
- Nişancı, Z. N., Özdoğan, Y., & Bölüktepe, F. E. (2018). Dışarıda Yemek Yeme Davranışının Nedenlerini Belirlemeye Yönelik İzmir İlinde Bir Araştırma. *İzmir Katip Çelebi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 1(1), 60–71.
- Okat, Ç., Bahçeci, V., & Ocak, E. (2020). COVID-19 (Yeni Koronavirüs) Salgının Neden Olduğu Krizin Yiyecek İçecek İşletmeleri Üzerindeki Etkisinin Değerlendirilmesi. *International Journal of Contemporary Tourism Research*, 4(2), 201–218. <https://doi.org/10.30625/ijctr.819732>
- Özdemir, G., & Erdoğan, S. (2018). İzmir Destinasyonu'nda Gastronomi Turizmi Üzerine Bir Araştırma. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 6(3), 249–272. <https://doi.org/10.21325/jotags.2018.281>
- Şen Negizözen, F. N., & Yılmaz, İ. (2020). Artisan Yemekler ve Gıdalar. *Aydın Gastronomy*, 4(2), 101–111.
- Yiğitler, Ş. Ş. (2018). Mutfak Çıkmazı'nda Felsefi Bir Eylem Olarak Yemek Yapmak ve Yemek Yemek. *Dil ve Edebiyat Araştırmaları/Journal of Language and Literature Studies*, 18(18), 169–197. <https://doi.org/10.30767/diledeara.472569>
- Yıldız, E. (2019). İzmir Destinasyonunun Gastronomik Kimliğinin Oluşmasında Etnik Mutfakların Rolü: Musevi (Sefarad) Mutfağı. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(39), 140–149.
- Yıldız, E. (2020). Gastronomik Ürün Olarak Sokak Lezzetleri: İzmir Sokak Lezzetleri Üzerine Bir Araştırma. *The Journal of Academic Social Sciences*, 8(104), 353–366. <https://doi.org/10.29228/asos.42846>
- Zağralı, E., & Akbaba, A. (2015). Turistlerin Destinasyon Seçiminde Yöresel Yemeklerin Rolü: İzmir Yarımadası'nı Ziyaret Eden Turistlerin Görüşleri Üzerine Bir Araştırma. *Journal of Yasar University*, 10(40), 6633–6644.

- <https://www.aa.com.tr/tr/turkiye/cumhurbaskani-erdogan-mart-basi-itibariyla-kademeli-normallesme-surecini-baslatiyoruz/2148369> (Erişim Tarihi: 18.02.2021)
- <https://www.ci.gov.tr/cografi-isaretler/liste?il=35&tur=&urunGrubu=&adi=> (Erişim Tarihi: 01.02.2021)
- <https://www.cittaslow.org/network/seferihisar> (Erişim Tarihi: 01.02.2021)
- <https://www.delice-network.com/Delice-member-cities/Izmir> (Erişim Tarihi: 01.02.2021)
- <https://www.halkbankkobi.com.tr/channels/Esnaf-ve-Sanatkarlara-Ozel/Esnaf-ve-Sanatkarlarimiza-Ozel-Krediler/Esnaf-Destek-Paketi/1783> (Erişim Tarihi: 22.01.2021)
- <https://www.icisleri.gov.tr/81-il-valiligine-koronavirus-tedbirleri-konulu-ek-genelge-gonderildi> (Erişim Tarihi: 15.02.2021)
- <https://www.icisleri.gov.tr/koronavirus-salgini-ile-mucadele-kapsaminda-lokantalarla-ilgili-ek-genelge> (Erişim Tarihi: 15.02.2021)
- <https://www.icisleri.gov.tr/81-il-valiligine-lokanta-restoran-kafe-vb-isyerleri-park-piknik-alanlari-mesire-yerleri-ve-giyim-pazarlari-genelgesi> (Erişim Tarihi: 15.02.2021)
- <https://www.icisleri.gov.tr/81-il-valiligine-lokanta-restoran-kafe-kiraathane-vb-is-yerlerinin-calisma-saatleri-hakkinda-genelge-gonderildi> (Erişim Tarihi: 15.02.2021)
- <https://www.icisleri.gov.tr/koronavirus-ek-tedbirleri-genelgesi> (Erişim Tarihi: 15.02.2021)
- <https://www.icisleri.gov.tr/koronavirus-salgini-yeni-tedbirler> (Erişim Tarihi: 15.02.2021)
- <https://www.icisleri.gov.tr/konaklama-tesislerindeki-restoranlar-konulu-genelge> (Erişim Tarihi: 15.02.2021)
- <https://www.iesob.org.tr/uploads/dosyalar/genelgeler/241.pdf> (Erişim Tarihi: 15.02.2021)
- <https://www.iskur.gov.tr/duyurular/kisa-calisma-odeneği-hakkında/> (Erişim Tarihi: 15.02.2021)
- <https://www.izmir.bel.tr/tr/Yayin/157/227#dergi/sayfa20-sayfa21> (Erişim Tarihi: 01.02.2021)
- <https://www.izmir.bel.tr/tr/Haberler/buyuksehir-den-kemeralti-esnafina-koruyucu-ekipman-destegi/43703/156> (Erişim Tarihi: 15.02.2021)
- <https://www.izmir.bel.tr/tr/Haberler/koronavirus-nedeniyle-faaliyette-bulunamayan-isletmelerin-ilan-ve-reklam-vergileri-iade-edilecek/44112/156> (Erişim Tarihi: 15.02.2021)
- https://www.izmir.bel.tr/CKYuklenen/Covid19DirencilikEylemPlani_TR.pdf (Erişim Tarihi: 15.02.2021)
- <https://www.izmir.bel.tr/tr/Haberler/baskan-soyer-den-belediyeinin-kiracilarina-kriz-destegi/44420/156> (Erişim Tarihi: 15.02.2021)
- <https://www.izmir.bel.tr/tr/Haberler/baskan-soyer-den-esnafa-yilonu-mujdesi/44510/156> (Erişim Tarihi: 15.02.2021)
- <https://www.izmir.bel.tr/tr/Duyurular/12126/159> (Erişim Tarihi: 15.02.2021)
- <http://www.izmir.gov.tr/arama/ara/genelge> (Erişim Tarihi: 15.02.2021)
- <https://izmir.ktb.gov.tr/TR-248575/selluka--plaketi-ve-belgesi.html> (Erişim Tarihi: 01.02.2021)
- <https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2020/03/20200325.pdf> (Erişim Tarihi: 15.02.2021)
- <https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2021/02/20210204-10.pdf> (Erişim Tarihi: 15.02.2021)
- <https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2020/07/20200731-4.pdf> (Erişim Tarihi: 15.02.2021)
- <https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2020/12/20201223-18.pdf> (Erişim Tarihi: 15.02.2021)
- <https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2021/02/20210206-8.pdf> (Erişim Tarihi: 15.02.2021)
- <https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2020/12/20201223-23.pdf> (Erişim Tarihi: 15.02.2021)
- <https://www.tobb.org.tr/BilgiErisimMudurlugu/Sayfalar/KurulanKapananSirketistatistikleri.php> (Erişim Tarihi: 01.02.2021)
- <https://www.turuncucemberizmir.com/tr/FirmaHaritasi/1> (Erişim Tarihi: 01.02.2021)

EKLER EK 1 KONAK - TURUNCU ÇEMBER SERTİFİKASI ALAN İŞLETMELER	
İşletme Adı	Adresi
1453 Osmanlı	Alsancak Mah. Atatürk Cad. No 288/a Konak-İzmir
Abbas'ın Yeri	902 Sok. No:24 Hisarönü Konak-İzmir
Altın Manisalı	929. sk. No.13 Konak-İzmir
Altın Ayı	1453 Sok. 5 – 1/A Alsancak Konak-İzmir
Altın Kapı Döner Kebap	1444. Sok. No:14/A Konak-İzmir
Ay İpek	853 Sok No:11 KEMERALTI Konak-İzmir
Ayşa	Alsancak Mah. 1437. Sok. 11/A, 35220 Konak-İzmir
Ayşa Boşnak Börekçisi	Anafartalar Cad. No:228/z.15 Konak-İzmir
Balıkçı Hasan	Atatürk Cad. No 186/A Kordon Konak-İzmir
Billur Et Lokantası	874 Sok. No:10/a Kemeralı Konak-İzmir

EKLER	
EK 1 - Devamı	
KONAK - TURUNCU ÇEMBER SERTİFİKASI ALAN İŞLETMELER	
İşletme Adı	Adresi
Burgerillas Alsancak	Kültür Mah. Nevvar Salih İşgören Sok No:4B/0
By Melly	Nevvar Salih İşgören Sok. NO.6/A Konak-İzmir
Cupcake	Kültür Mah. Şevket Özçelik Sok. No 18/d Alsancak
Çankaya Lokantası	1370 Sok. No: 7/a Çankaya Konak-İzmir
Daft Coffee	Kültür Mah. İtalya Sok. No:2/A Konak-İzmir
Dimos Kafe Bar	Anafartalar Cad. No 228/ Z / 8 Abacıoğlu Han
Either Or Restaurant	Akdeniz Mah. Atatürk Cad. No:19/F Konak Pier Avm
Favino	Kültür Mah. Dr. Mustafa Enver Bey Cad. No 11\A
Halkın Bakkalı	Konak Mah. 874 Sok., No: 1 A Konak-İzmir
Halkın Bakkalı Gültepe Şubesi	Millet Mah. Samsun Cad. No: 23 Konak-İzmir
Hayal Kahvesi	Ege Perla Çınarlı Mah. Ozan Abay Cad. No:8/201
İncir Evi	Halit Ziya Bul. No: 72 Konak-İzmir
İzmir Sanat Kafe	Mimar Sinan Mah. 9 Eylül Meydanı No: 9/37A
Kahve Aşkına	Atatürk Cad. 328/a Alsancak. Konak-İzmir
Kahve Diyarı	Konak-İzmir
Kahve Diyarı Ykm Konak	Merkez Mah. Ssk Sitesi E Blok No:9B Konak-İzmir
Katina Meyhane	Ege Perla Çınarlı Mah. Ozan Abay Cad. No:8/207
Kemeraltı Mutfak	Anafartalar Cad. No: 228 Z:19 Konak-İzmir
Kısmet Lokantası	1140 Sok. No:6 Zeytinlik Konak-İzmir
Kulüp Ali Restoran	1469 Sok. No:35 Alsancak Konak-İzmir
Léone Patisserie Boulangerie	Vasif Çınar Bul. No:29/A-b-c Konak-İzmir
Mado Pasaport	Konak-İzmir
Mavi Yengeç Restoran	Cumhuriyet Bulvarı no:26/D Konak-İzmir
Mengoli	Akdeniz Mah. Vali Kazım Dirik Cad. No 34-44 A
Meşhur Peynircilik	929. Sk. No:74 Kemeraltı Konak-İzmir
Murano's	Çınarlı Mah. Ozan Abay Cad. No 8 126 Ege Perla
Numan	Konak Mah. 876 Sok. No. 8 Konak-İzmir
Ot Cafe	Kıbrıs Şehitleri Cad. No:167/A Alsancak Konak-İzmir
Pizza Locale	M.Kemal Sahil Bul. No:351 Konak-İzmir
Poka Coffee Roasters	Kıbrıs Şehitleri Cad. No:171 Alsancak Mah. Konak
Punta Izmir	Gazi Kadınlar Sok. No.7 Alsancak Konak-İzmir
Reyhan Pastanesi	Mustafa Bey Cad. No:24/A Alsancak Konak-İzmir
Sardine Çarşısı Restaurant	Konak Mah. 874 Sok.No:1 İç Kapı No:Z4 Konak
Sardunya	1482 Sok. No 11 Alsancak Konak-İzmir
Sardunyas Brasserie	1453 Sok. No 12 Alsancak Konak-İzmir
Selluka Cafe Restaurant	Kahramanlar Mah.1416 Sok. No:23/27/a Konak-İzmir
Sevinç Pastacılık	1082 Sok.12/A Gıda Çarşısı Konak-İzmir
Sevinç Pastanesi	Ali Çetinkaya Bulvarı 27/C Alsancak / Konak-İzmir
Soirée Restaurant	Akdeniz Mah. Atatürk Cad. No:19/L Konak Pier Avm
Tarihi Asansör Rest. Cafe Bar	Turgut Reis Mah. Şehit Nihat Bey Cad. No: 76/A
Tarihi Havagazı Sanat Kafe	Umurbey Mah. Liman Cad. No:16/1 Konak-İzmir
Teras 1885	Kültür Mah. Atatürk Cad. No:190/Z1 Konak-İzmir
Tuzu Biberi	Göztepe Mah. Mithatpaşa Cad. No:888/A Konak
Tuzu Biberi	Atatürk Cad. No:326 D:1 Alsancak Konak-İzmir
Veysi's Döner	Mithatpaşa Cad No 933 Güzelyalı Konak-İzmir
Yolo Art&Lounge	Anafartalar Cad.No:228 z/16 Kemeraltı Konak-İzmir
Zaferin Yeri Restaurant	Kültür, Atatürk Cad. No: 184 / B, 35220 Konak-İzmir

