

Subject Area  
CeramicYear: 2022  
Vol: 8 Issue: 105  
PP: 4306-4311Arrival  
05 November 2022  
Published31 December 2022  
Article ID Number  
66806Article Serial Number  
23Doi Number  
<http://dx.doi.org/10.2922/8/ssj.66806>**How to Cite This Article**Gökbel, F. M. &  
Çılğınoğlu, H. (2022).  
“Antik Çağ Mutfak  
Kültürünün Önemli  
Temsilcileri: KilTabletler” International  
Social Sciences Studies  
Journal, (e-ISSN:2587-  
1587) Vol:8, Issue:105;  
pp:4306-4311Social Sciences Studies  
Journal is licensed under  
a Creative Commons  
Attribution-  
NonCommercial 4.0  
International License.**Antik Çağ Mutfak Kültürünün Önemli Temsilcileri: Kil Tabletler****Important Representatives of Ancient Culinary Culture: Clay Tablets**Firdevs Müjde Gökbel<sup>1</sup>  Hakkı Çılğınoğlu<sup>2</sup> <sup>1</sup> Doç. Dr., Kastamonu Üniversitesi, Güzel Sanatlar ve Tasarım Fakültesi, Seramik ve Cam Bölümü, Kastamonu, Türkiye  
<sup>2</sup> Dr. Öğr. Üyesi., Kastamonu Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, Kastamonu, Türkiye**ÖZET**

Uygurluk tarihinde yaşanan en önemli gelişmelerden biri şüphesiz yazının icat edilmesidir. Asırlar boyunca ağızdan ağıza aktarılan birçok değerli bilgi maalesef zamanla yok olmuştur. Yazı icat edilmeden önce insanoğlu, kendini ifade etmek ve günlük yaşamındaki bazı olayları içgüdüsel şekilde kaydetmek için bazı semboller ve resimlere başvurmuştur. Bugün hala birçok ören yerindeki özel sembol ve resimler, o çağın yaşam biçimine ışık tutmak için incelenmektedir. Yazının icadı ile birlikte, medeniyetlere ait kültürel tüm unsurlar kayıt altına alınmaya başlamıştır. Kâğıdın henüz bulunmadığı zamanlarda ise, insanoğlu yazılarını farklı materyaller üzerine yazmıştır. Bunlardan en eski ve en bilineni ise, kil tabletlerdir. Ateşte pişirilerek dayanıklı hale gelen kil tabletler günümüze kadar ulaşabilmiş ve o dönem insanın yaşam şekline ışık tutmuştur. Birçok farklı bilginin not edildiği tabletlerde, antik çağ mutfak kültürüne dair önemli bilgiler de yer almaktadır. İnsanoğlunun yaşam ortalamasının yiyeceklerin pişirilmesi ve farklı şekilde hazırlanmasıyla uzadığı söz konusu çağda, yemek tariflerinin kil tabletler üzerine yazıldığı görülmektedir. Bu çalışma ile antik çağ mutfak kültüründe önemli yere sahip olan besinlerin pişirilmesi, taşınması, servis edilmesi ve muhafazasının yanında eski tarifleri de sunan kil tabletlerin incelenmesi amaçlanmaktadır. Nitel araştırma yönteminin kullanıldığı makale kapsamında bahsi geçen dönemde üretilen tarım ürünlerinin, beslenme tarzının ve özel tariflerin yer aldığı kil tabletler incelenmiştir. Sonuç itibarıyla uygarlık tarihinde insanoğlunun yaşam serüveninin temel bileşenlerinden biri olan antik beslenme kültürü bağlamında kil tabletlere önemli bilgiler yazıldığı ve bu yolla sonraki nesillere aktararak kültürel mirasın devamlılığının sağlandığı görülmüştür.

**Anahtar Kelimeler:** Antik Çağ, Mutfak Kültürü, Kil Tablet, Yemek Tarifi**ABSTRACT**

One of the most important products in the history of civilization is the future of writing. A grind of knowledge that has been used orally for centuries has been destroyed. Before the invention of writing, human beings used some symbols and pictures to express themselves and to be used in relation to the current events in the diary. Special symbols and images, which are still found in many places today, are being developed to be in the lights for the life of that age. With the invention of writing, all elements belonging to civilizations began to be taken into account. Their useful appearance is designed by human beings. The oldest and the oldest are the Clay tablets. It was able to reach as much as the clay tablets that were baked in the fire and shed light on the way of going in that period. These are the places where the dairy information belonging to the ancient cuisines is located on the tablets of which the old dates are not clear. The recipes seem to have been written on clay tablets when the habitat of the human being was extended by the preparation and detailed completion of the enlargement. Within the scope of the article in which the qualitative research method was used, the clay tablets containing the agricultural products, nutrition style and special recipes produced in the mentioned period were examined. As a result, it is seen that important information was written on clay tablets in the context of ancient nutrition culture, which is one of the main components of the life adventure of human beings in the history of civilization, and that the continuity of the cultural heritage is ensured by transferring it to the next generations.

**Keywords:** Antiquity, Culinary Culture, Clay Tablet, Recipe**1. GİRİŞ**

Antik çağ, yüzyıllardır birçok araştırmacının üzerinde çalıştığı, ancak halen gizli kalmış ayrıntıları aydınlatılmaya çalışılan bir dönemdir. Yazı icat edilene değin geçen süreçte insanoğlunun nasıl yaşadığı, hangi besini nasıl tükettiği genel hatlarıyla bilinse de bahsi geçen konu üzerindeki araştırmalar sürdürülmektedir. Bu noktada özellikle yazının icadı ile birlikte antik çağ insanının yaşam biçimi hakkında daha ayrıntılı bilgilere ulaşılabilmektedir. Dil, dinleme, konuşma, okuma ve yazma olarak tanımlanan dört temel beceri, insanoğlunun hayatını son derece kolaylaştırmış olup bunlar arasında yer alan yazma becerisi, insanın hem kendini hem de çevresini ifade etmesinde büyük bir öneme sahip olmuştur. Yazının icadıyla birlikte insanlar kendini daha iyi bir şekilde ifade etmeye başlamıştır. Bununla birlikte özellikle Doğu Akdeniz kıyılarında alfabenin ve Çin'de kâğıdın icat edilmesiyle insanlık tarihinde yazıyla iletişim daha da kolay hale gelmiştir (Özbay, 2005: 67-68).

Yazı; ağızdan çıkan seslerin (sözcüklerin) görme ve dokunma duyusu ile algılanabilen işaretler şeklinde biçime dönüştürülmesidir. Daha detaylı bir ifade ile kulak ve jest yardımı olmadan belirli değerdeki şekiller vasıtasıyla dilin anlatımını mümkün kılan yegâne bir araçtır. Bu yönüyle kültürlerin korunmasında, sahip olunan tecrübelerin kaydedilmesinde ve gelecek nesillere ulaştırılmasında önemli bir etkiye sahiptir. Yazı, ilk defa Fırat ve Dicle Nehirleri arasında yer alan Helenistik dönemdeki adıyla “Mezopotamya” da icat edilmiştir (Görsel 1.) (Kılıç, 2009: 123).



Görsel 1. Sümer Çivi Yazısı (Kil Tablet)

Kaynak: <https://tarihportali.net/yazinin-icadi-ve-onemi>

Yazı icat edilmeden önceki süreçte Mezopotamya coğrafyası incelendiğinde söz konusu bölgede fikir yazısını çağrıştıran, “token” veya “calculi” şeklinde adlandırılan hesap taşları ile karşılaşılacaktır. Bu taşlar, Sümer çivi yazısına geçişin ilk izleri olarak kabul görmektedir. Mezopotamya’da MÖ. 4. binden itibaren genel olarak “bulla” adıyla anılan kilden (topraktan) yapılmış topçuklar içine konulan ve özellikle hesaplamada kullanılan nesnelere benzerdir. Bahsi geçen kil topçuklar içine yerleştirilen hesap taşları, belirli bir malı temsil etmekteydiler (Görsel 2). Bununla beraber hesap taşlarının üzerinde yer alan çeşitli çizikler ve delikler ise doğrudan form olarak temsil ettiği nesneye benzetilmektedirler (Pulhan, 2003’ten akt. Albayrak, 2016: 19).



Görsel 2. Kil Hesap Taşları

Kaynak: <https://aktuelarkeoloji.com.tr/kategori/arkeoloji/mo-1-binyilin-idari-kil-hesap-taslari>

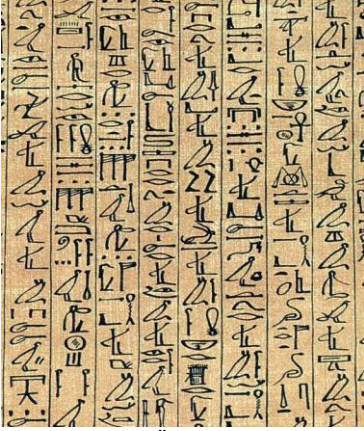
İletişim ve ticaretteki güvenilirliğin sağlanması bakımından zamanla kil topçukların üzerine sahipliği simgeleyen ve bir çeşit imza olarak adlandırılacak “silindir mühür baskıları” uygulanmıştır (Görsel 3). Bir süre sonra ise kil topçukların içine yerleştirilen ve belli bir ürünün temsili olan üzeri çizili nesnelere, benzer biçimde ilgili kil topçukların dış yüzeyine de çizilmeye başlamıştır. Daha sonra söz konusu küçük topçukların içine bir şey konulmaksızın yalnızca dış yüzeyine çizimler yapılması suretiyle haberleşme ve ticaretteki işlevsellik sürdürülmüştür. Zamanla Sümerliler muhtemelen her eşyayı tek tek silindirik bir yüzeye resmetmekten düz bir yüzeye uygulamanın daha kolay olduğunu keşfederek hesap taşlarının üzerine çizdikleri resimleri “kil tablet” olarak adlandırılan yüzeylere taşımışlardır (Alparslan, 2009’dan akt. Albayrak, 2016: 19-20).



Görsel 3. “Bulla” (Kilden Topçuk) içine yerleştirilmiş 1 adet “token” (hesaplama taşı), Yaklaşık MÖ. 3700 – 3200, Yakın Doğu, (Suriye / Sümer / İran’ın Yüksek Kesimi)

Kaynak: <https://www.schoyencollection.com/mathematics-collection/pre-literate-counting/bulla-envelope-ms-4638>

Bilindiği üzere, sözlü anlatım biçimi, yazılı ifade kadar kalıcı nitelikte olamamıştır. Öte yandan yazılı kültürel kalıntılar aracılığıyla birçok medeniyet hakkında fikir sahibi olunabilmektedir. Yazının gelişmesinde, toplumların mevcut kayıt sisteminin yetersiz olmasının etkisi olduğu bilinmektedir. Yazılı belgeler sadece toplumların ihtiyaçlarını karşılamakla kalmamış, aynı zamanda gelecek nesillere söz konusu kültürel mirası iletmesi bakımından önemli bir araç olmuştur (Altınkılıç, 2020: 2). Sümerlerle eşzamanlı olarak Eski Mısır’da, hiyeroglif (kutsal yazı) adı verilen resim yazısı kullanılmıştır. Tapınak duvarlarında ve ölü mezarlarında yer alan bu yazıların, Mısırlı yazıcılar tarafından tomar şeklinde taşınabilen ince ve esnek papirüs kâğıtlarına yazıldığı görülmektedir (Görsel 4). Asya’ya bakıldığında ise; modern basım tekniği geliştirilene kadar Çinli ustaların metrelerce uzunluktaki rulo kâğıtlara ahşap kalıplar vasıtasıyla (yüksek baskı tekniğinde) kitap ve sayfa örneklerini taşıdıkları görülmektedir (Meggs ve Purvis, 2012’den akt. Tunçel, 2020: 307-308).



Görsel 4. Mısır Ölüler Kitabı’nın bir örneği olan Ani Papirüsü’nden el yazısı hiyeroglifleri

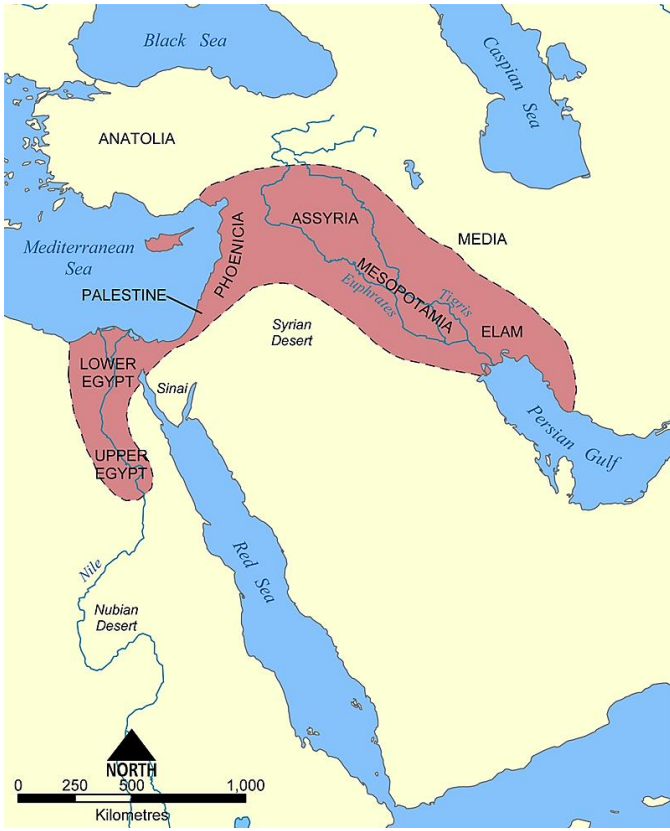
Kaynak: [https://tr.wikipedia.org/wiki/M%C4%B1s%C4%B1r\\_hiyeroglifleri](https://tr.wikipedia.org/wiki/M%C4%B1s%C4%B1r_hiyeroglifleri)

Yerleşik yaşam düzeni ile tarıma başlayan insanoğlu, hem beslenmek için hem de birtakım hastalıklara iyi gelmesi bakımından yetiştirdiği ve doğadan topladığı bitkileri kullanmıştır. Hangi ürünü nasıl kullandıklarını ise farklı materyallere not etmiştir. Bunlar arasında kil tabletler dayanıklı olmaları sebebiyle ayrı bir öneme sahiptir. Bu tabletler yüksek dayanım sergileyen olumlu karakterizasyonu ile asırlarca varlıklarını koruyabilmiş ve günümüze kadar ulaşabilmişlerdir. Çalışmanın izleyen bölümünde söz konusu tabletler daha ayrıntılı şekilde ele alınacak olup antik çağ beslenme kültürüne olan etkisi incelenecektir.

## 2. TABLETLER VE MUTFAK KÜLTÜRÜ İLE İLİŞKİSİ

Arkeolojik kazılar neticesinde gün ışığına çıkarılan mutfığa dair araç-gereç ve mimari kalıntılar, freskler, evcilleştirilen hayvanların fosilleri, keramikler, bitki tohumlarının yanında kil tabletler ve yazıtlarla beraber mitos ve efsane gibi anlatı metinleri; eskiçağın yemek, kültür ve din ilişkisini anlama ve yorumlamada yardımcı olan önemli bulgularlardır. Eskiçağ’a ait ilgili metinler, dinsel, kültürel, çevresel ve iktisadi yaşam ile yeme-içme kültürü arasındaki ilişkileri anlamak ve açıklamak bakımından önemli metinler olarak görülmektedir (Anderson’dan akt. Ay ve Şahin, 2014: 335-336).

Bir düzen içerisinde beslenme alışkanlıkları ilk kez Mezopotamya’da (Görsel 5.) ortaya çıkmıştır. MÖ. 3200 civarlarında yazının icat edilmesiyle birlikte yemek tariflerinin yer aldığı kitaplar olarak tanımlanabilecek kil tabletler ele geçmiştir. O dönem insanının ham haldeki besin maddelerini kendi tadım istekleri doğrultusunda karıştırıp harmanlayarak pişirdikleri, öte yandan mutfak geleneklerini oluşturan yemekler ve yöntemler söz konusu tabletlerden anlaşılmaktadır (Bottero’dan akt. Soğandereli, 2020: 1312).



Görsel 5. Bereketli Hilal'in büyüklüğünü gösteren harita (Mezopotamya)  
Kaynak: [https://tr.wikipedia.org/wiki/Bereketli\\_Hilal](https://tr.wikipedia.org/wiki/Bereketli_Hilal)

Mezopotamya ve Mısır'da ekmek ve bira arasındaki bağlantı açık ve doğrudandı. Ekmek genellikle biraya dönüştürülürdü. Her durumda aynı başlangıçlar sıklıkla kullanılırdı. Eski bölgede Sümer, MÖ. 2500-2000 civarında Babil (bir Sami dili) tarafından değiştirildi. Sümer öğrenilmiş bir dil olarak Ortaçağ Avrupa'sındaki Latince gibi hayatta kaldı. Bu durum ise parçaları çivi yazılı tabletlerde hayatta kalan birçok sözlüğün üretilmesine yol açmıştır. Söz konusu tabletlerden örneğin “emmer birası, mükemmel ulushin birası, kırmızımsı bira” gibi ezoterik terimleri bilinmektedir. Aynı tablet, “ufalanmış bira-ekmek, ortaya konmuş bira-ekmek, ekmek için un, ezilmiş arpa unu” diğer çeşitli unlar ve hamurlara işaret etmektedir. Diğer tabletler ise sayısız ekmek çeşidini listelemektedir (Hartman ve Oppenheim 1950, Kramer, 1955’den akt. Anderson, 2005: 178).

Her toplumda önemli bir yere sahip olan süt, Sümerler’de keçi ve inek sütü şeklinde yer almakta idi. Bahsi geçen sütlerden farklı türde peynirler üretilerek kraliyet masalarında sunulmuştur. Söz konusu beyaz peynirden tabletlerde “taze” olarak söz edilmiş ve diğer peynir türlerinden daha kaliteli olduğu söylenmiştir (Limet, 1987’den akt. Yalçın ve Yaman, 2019: 539).

Hititler’de 180’den fazla ekmek çeşidi veya unlu mamul ürün üretilmekteydi.. Ayrıca yağ ve bal onlar için çok özel bir yere sahipti. İnanışlarına göre Tanrı heykellerinin ağızlarına sürüldüğü zaman Tanrılar’ın ağızlarından bal ve yağ akacağı düşünülürdü. Hububat taneleri kızartılarak yenir, mısır gevreği gibi çorbalara eklenir, ekmekler ocağın etrafına dizilmek suretiyle kızartılırdı. Başka bir deyişle bir nevi tost yapılır, buğday kavrulur ve tıpkı patlamış mısır gibi yenirdi. Hititler hayvanların sütünden oldukça fazla faydalanmış; peynir, tereyağı, içyağı ve lor gibi farklı ürünler elde etmişlerdir. Hitit metinleri incelendiğinde şarabın yüksek tabakadaki kişiler tarafından içildiği, buna karşın halkın ise bira, su ve süt tükettiği anlaşılmaktadır. Örneğin bir tablette sulandırılmış süttten yapılan “halantiya” bulamacı “kraliyet yemeği” olarak tanıtılmıştır. Metinlerden aktarılmış en detaylı yemek tarifi ise; “Kurban edilen koyunun uzuvlarının dilim dilim parçalanıp ciğer ve yüreğinin açık ateşte kızartıldığı, koyunun kesilmiş budunun nar taneleri ve ufak ufak kesilmiş et parçaları ile doldurulduğu, ayrıca ciğer, yürek ve bütün koyun etinin pişirildiğinde Tanrılar’ın huzuruna getirildiği” şeklindedir. Benzer şekilde örneğin bir yaban keçisi ciğerinden, yüreğinden ve boyun kısmından şiş kebab yapıldığı; başka bir metinde ise kurbanlık hayvanın dokuz

uzvunun şiş kebab şeklinde pişirildiği yer almaktadır. Metinlerde sıklıkla rastlanan bir yemekte, “şaramna” adı verilen ekmeklerin bir şişe dizilerek aralarına pişmiş hayvan yağı konduğu aktarılmaktadır (Ünal, 2007; Şensoy, 2012’den akt. Şensoy ve Tiritoglu, 2018: 215).



Görsel 6. 4000 yıllık Mezopotamya Yemek Tarifleri, Yale Üniversitesi  
Kaynak: <https://bilimsel.club/4000-yillik-yani-tarifi.html>

Görsel 6’da belirtilen Mezopotamya’da bulunan dört adet tablet, yaklaşık 4000 yıl önce var olmuş olup Babilliler’e aittir. Söz konusu tabletler en eski yemek tariflerini içermektedir. Yale Üniversitesi Babil Koleksiyonu’nda yer alan bu tabletlerde yazan tarifler birçok kez denenmiştir. İçeriğinin çok detaylı olmaması ile birlikte yapılan denemelerin ardından Babilliler’in güveç yemeklerinin tadına ulaşılabilmektedir. Bahsi geçen tabletlerin üç tanesi MÖ. 1730’a, Eski Babil dönemine, diğer 4. tablet ise bin yıl sonrasına, başka bir ifadeyle Yeni Babil dönemine aittir. Tabletlerde yemeklerin nasıl hazırlanacağı ile ilgili kısa talimatlar bulunmaktadır. Tabletlerin büyük çoğunluğunda ise yahni ve et yemekleri tarifleri mevcuttur. Tariflere daha ayrıntılı şekilde bakıldığında ilk vejetaryen yemek şu şekilde tarif edilmektedir;

“Paşrütum: Et kullanılmaz. Suyu hazırla, yağı ekle. İçine pırasayı, kişnişi, tuzu sarımsağı ekle. Kuru ekşi mayayı ez ve yemeğe ekle.”

Mezopotamya’da muhakkak pişirilen bir kuzu yahnisinin tarifi şu şekildedir;

“M. puhādi: (Kuzu Yahnisi): Et kullanılır. Suyu hazırla. Yağı ekle. İnce çekilmiş tuzu, kurutulmuş arpa keklerini, soğanı, arpacık soğanını ve sütü ekle. Pırasa ve sarımsağı ezip ekle.”

İçinde kan bulunan ve orijinal adı “Zukanda” olan diğer bir yemek tarifi ise şu şekildedir;

“M. elamütum: (Elamlılara ait olan bir çeşit et suyu): Et kullanılmaz. Suyu hazırla, yağı ekle. Dereotunu, kurratı (iri çiçek soğanı ve yeşilimsi mor renkli çiçekleri olan çok yıllık bir ot), kişnişi, pırasayı, sarımsağı koy. Kanla bağla. Bir miktar ekşi süt ve biraz daha sarımsak ekle.”

Aralarındaki en meşhur tarif ise şu şekildedir;

“Tuh’u: Bacak eti kullanılır. Suyu hazırla, yağı ekle. Eti kızart (kavur). İçine tuz, bira, soğan, roka, kişniş, arpacık soğan, kimyon ve kırmızı pancar ekle. Pırasa ve soğanı ezip ekle. En üstüne kişniş (tohumu) serp. Ayrıca kurrat ve taze kişniş ekleyebilirsiniz.”

Antik Çağ yemek kültürünün en nadide örnekleri olan söz konusu kil tabletler, içerdikleri ürünler ve tarifler ile eşi benzeri bulunmayan en önemli yazılı kaynaklardır (Tarih ve Tarif, 2021). Kâğıdın icadına değin Antik dönemde sıklıkla kullanılan kil tabletler, söz konusu çağda kullanılan gastronomi ürünlerinin ve tariflerinin günümüze ulaşmasını sağlamıştır.

### 3. SONUÇ

Beslenme insanoğlunun doğumuyla birlikte hayatta kalabilmesi için yerine getirmesi gerekli olan zorunlu bir eylemdir. Uzun ve sağlıklı bir hayat sürmesi de yine tükettiği besinlerin sağlıklı ve dengeli olmasına bağlıdır. İlk insan yediği şeylerin vücuda zarar verip vermediğine ya da herhangi bir hastalıkta fayda sağlayıp sağlamadığına şüphesiz deneme yanılma yoluyla karar vermiştir. İnsanlığın edindiği deneyimler, yazının icadına kadar sözlü bir şekilde aktarılmıştır. Aktarılan bilgilerin bir kısmı bu nedenle tarih sahnesinden silinmiştir.

Yazının icadı ile birlikte insanlık tarihi için çok önemli bir adım atılmıştır. İnsanoğlu, hangi ürünün nasıl yetiştirilmesi gerektiğinden nasıl tüketilmesi gerektiğine, hangi miktarlarda ve ne şekilde hazırlanmasına kadar pek

çok değerli bilgiyi ardından gelen nesillere yazı yolu ile aktarmıştır. Bu noktada kil tabletler ise önemli bir rol üstlenmiştir. Lif bazlı (yaprak, post vb.) organik malzemeler yağmur, yangın vb. doğa olayları ile yok olup giderken ateşin icadıyla daha dayanıklı hale gelen kil tabletler asırlar boyunca insanlık tarihine ışık tutmuştur. İçinde yemek hazırlanan, sunulan, taşınan ve muhafaza edilen seramik malzeme sadece bu yönüyle değil, kalıcı yazılı bir belge olması bakımından da antik dönem mutfak kültüründe önemli bir yere sahiptir.

Yapılan söz konusu çalışma ile seramik ve gastronomi alanındaki kültürel etkileşime dikkat çekilmesi amaçlanırken olumlu karakterizasyonu ile kil malzemenin öneminin vurgulanması gerektiği düşünülmektedir. Sonuç itibarıyla uygarlık tarihinde insanoğlunun yaşam serüveninin zorunlu ihtiyaçlarından beslenme kültürü bağlamında, antik dönemde kil tabletlere önemli bilgilerin yazıldığı, böylelikle sonraki nesillere birçok kıymetli tecrübe ve bilginin aktarılacak kültürel mirasın devamlılığının sağlandığı izlenmektedir.

#### KAYNAKÇA

1. Albayrak, İ. (2016). "Sembollerden Çiviyazısına Geçiş ve Yazının Anadolu'ya Gelişi", *Archivum Anatolicum-Anadolu Arşivleri* 10(2), 15-26.
2. Altıncılık, A.E. (2020). "Kil Tabletler ve Plastik Unsurlar", *Premium E-Journal of Social Sciences (PEJOSS)*, 4(4), 01-12.
3. Anderson, E.N. (2005). *Everyone Eats Understanding Food And Culture*, Basım Yeri: New York University Press New York And London, Edition: 1/30/05, ISBN-13: 978-0814704967.
4. Ay, Ş. Şahin, K. (2014). "Eski Yakındoğu'da Yemek Simgeselliği Üzerine Bir Değerlendirme", *Tarihin Peşinde -Uluslararası Tarih ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, Yıl: 2014(12), 331-358.
5. Bozkurt, C. (2021, 8 Ağustos). *Yazılı İlk Yemek Tabletleri: 4000 Yıllık Yemek Tarifleri*. Tarih ve Tarif. <https://tarihvetarif.com/yazili-ilk-yemek-tabletleri-4000-yillik-yemek-tarifleri/> [Erişim Tarihi: 24.06.2022].
6. Kılıç, Y. (2009). "Eski Ön Asya Toplumları Arasında Yazı ve Dil Etkileşimi", *Pamukkale University Journal of Social Institute*, July(4), 122-151.
7. Özbay, M. (2005). "Bilim ve Kültür Aktarıcısı Olarak Yazı", *Hacettepe Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları (HÜTAD)*, (2) , 67-74.
8. Soğandereli, F. (2020). "Eski Mezopotamya ve Anadolu'da Mutfak Kültürü", *Akademik Tarih ve Düşünce Dergisi*, 7(2), 1308-1342.
9. Şensoy, F. Tiritöglü, S. (2018). "Beslenme Arkeolojisi: Günümüz Ankara Yemeklerinde Geçmişin İzleri", *Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi*, 2(Ek.1, Bahar), 209-233.
10. Tunçel, O. (2020). *Kitabın İlk Formu: Eski Mezopotamya'nın Kil Tabletleri*. STD, 2020 Haziran, 305-321.
11. Yalçın, E. Yaman, M. (2019). "Yazılı Kaynaklara Göre Sümer Mutfağının Günümüze Yansımaları", *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12(67), 536-542.