

**GELENEKSELDEN EVRENSELE KÜLTÜREL BİR OLGU YEMEK: “OSBARDA MİMBAR DOLMASI”**

**FOOD; A CULTURAL FACT FROM TRADITIONAL TO UNIVERSA: “STUFFED MIMBAR COOKED IN OSBAR”**

**Öğr. Gör. İsa Serhan CİHANGİR**

Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Ürgüp Sebahat ve Erol TOKSÖZ Meslek Yüksekokulu,  
iscihangir@nevsehir.edu.tr, Nevşehir/Türkiye

**Öğr. Gör. Fikret GÖKÇE**

İskenderun Teknik Üniversitesi, Turizm İşletmeciliği ve Otelcilik Yüksek Okulu,  
fikretgokce@gmail.com, Hatay/Türkiye

**Bilim Uzmanı Halil SUNAR**

Halil.sunar@windowslive.com, Hatay/Türkiye

**ÖZ**

Yeme-içme insanlığın en temel ihtiyaçlarından biridir. Kültür ise, bireyler arası etkileşim sonucu oluşan ve öğrenilen davranışlar bütünüdür. İlk insan ile başlayan yeme-içme olgusu tarımsal ve coğrafi farklılıklarla birlikte yemek kültürüne dönüşmüştür. Öyle ki toplumlar kültürün bir parçası olarak yüz yılların birikimini ve çeşitliliğini taşıyan yemek kültürünü çağlar boyu yaşayarak ya da nesilden nesle aktararak yaşatmaktadır. Bilindiği gibi Türk kültüründe yemek konusu her zaman özel bir yere sahip olmuştur. Türkler Orta Asya'dan Anadolu'ya, Balkanlar'a, Afrika'ya kadar dağıldıkları dünya coğrafyasında, farklılaştırılmış yiyecek sağlama, pişirme ve saklama usulleri geliştirmiş, eski yemek alışkanlıklarını, yenileriyle birleştirerek geçmişten günümüze ulaştırmıştır.

Kültürel lezzetlerin sürdürülebilirliğinin sağlanmasında ve gelecek kuşaklara ulaşmasında yerel halkın sahip olduğu mutfak kültürünün tanınması son derece önemlidir. Çünkü yemek kültürü bir toplumun kendisini ve yaşam tarzını ifade eder ve diğerlerinden ayıran en önemli özelliklerden biridir. Bu nedenle değişen turizm anlayışı içerisinde insanlar, seyahat ettikleri yerlere özgü yemekleri tadarak farklı lezzetleri tanıma fırsatı yakalama ve otantik bir deneyim yaşama arayışı içerisinde girmektedir. Kendisine özgü yemek kültürü ve damak tadıyla dikkatleri üzerine çeken ve eşsiz deneyimlerin yaşandığı merkezlerden bir tanesi de Kapadokya Bölgesi'dir. Gerek bulunduğu coğrafya, gerekse sosyo-kültürel yapısı ile Kapadokya mutfak kültürü, yöreye özgü araç ve gereçleri ve farklılaştırılmış pişirme usulleriyle kendine özgü lezzetleri bünyesinde barındırmaktadır. Nitekim bu lezzetlerden bir tanesi de yöreye has çamurdan yapılan ve “Osbar” ismiyle anılan çömlerle yine yöreye has üzüm ağaçlarının omçalarıyla zenginleştirilen tandır ateşinde pişirilerek sunumu gerçekleştirilen “Mimbar Dolması”dır.

Bu bağlamda çalışma kapsamında doğal güzellikleri ve tarihi dokusu ile çekici bir turizm destinasyonu olan Kapadokya'nın mutfak kültürü incelenmiş, kaynak kişi görüşleri alınmış ve ikincil verilerden yararlanılarak derlemeler yapılmıştır. Böylece yöreye özgü pişirme usulleriyle önem arz eden “Osbar Mimbar Dolması” üzerine dikkat çekilerek gastronomi turizmine kazandırılması ve yöresel mutfak kültürüne katkı sağlanması amaçlanmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Kapadokya, Yemek Kültürü, Osbar, Mimbar Dolması

**ABSTRACT**

Eating and drinking is one of the most basic needs of human beings. On the other hand, culture arises as a result of the interactions among individuals and it is the combination of behaviors which are learned (Ozankaya, 1983, 6). The eating and drinking phenomenon that started with the first human being has been transformed into food culture with agricultural and geographical differences. So much so that communities sustain the food culture which inholds the accumulation of years and diversity of cultures either by living or by passing down. As it is known, food culture has always been a special place in Turkish social life. The Turks in world geography where they are dispersed from Central Asia to Anatolia, to the Balkans to Africa, have developed distinctive methods of providing food, cooking and storage, maintained the old food habits by combining them with new ones. The reputation of the cuisine the local people have is very important in ensuring the sustainability of cultural tastes and reaching future generations. Because the food is a way of expression of a society and its lifestyle, and the most important feature that separates it from the others. For this reason, within the changing tourism concept,

people are looking for an opportunity to experience authenticity and learn different tastes by tasting the food which is peculiar to the places they travel.

Cappadocia region is one of the centers which draws attention with its unique food culture and the unique experiences. Both the geographical features and socio-cultural structure, Cappadocian cuisine inhods special flavors with local special tools and different cooking methods. As a matter of fact, one of these delicacies is called "Mumbar Dolması", this is cooked in special pottery made from the local mud, locally called "Osbar" and cooked in the tandır fire which is enriched with the omnium of the grape trees. In this study, culinary culture of Cappadocia, an attractive tourist destination with natural beauty and historical scope, is researched, source persons are consulted and compilation is made by benefiting from secondary data.

Thus, it is aimed to contribute to the local culinary culture by taking attention to "Osbar Dolması", which is important with the cooking methods unique to the region, and to gain to the gastronomy tourism.

**Keywords:** Cappadocia, Food Culture, Osbar, Mumbar Dolması

## 1. GİRİŞ

Beslenme insanların vazgeçilmez tabii ve temel ihtiyaçlarından birisi olmakla birlikte varlığını devam ettirebilmesi için göz ardı edilemez bir gerçektir. Nitekim yeme-içme kültürü insanlık tarihinin her evresinde önemli bir yer tutmaktadır. Tarih sahnesine konargöçer bir toplum olarak çıkan Türklere, geçmişten günümüze değin yeme-içmeye büyük önem vermişler ve sosyal hayatlarının önemli bir parçası haline getirmişlerdir. Bu doğrultuda, Türk hakanları, halkını aç ve çıplak bırakmamayı ana ilke olarak görmüşlerdir (Talas, 2005; Gürsoy, 2004; Güler, 2010; Uhri, 2011; Özbek, 2013; Akın vd., 2015; Cihangir, 2017). Bu nedenle göç ettikleri yörelerde diğer kültürlerden de beslenerek, yörede bulunan hayvan ve bitkilerden yararlanmışlar, yöre şartlarına uygun olanları yetiştirerek üretmişlerdir. Bunun yanı sıra gerekli hallerde ürettiklerini işleyerek ihtiyaçlarını karşılamışlardır (Kut, 2006; Solmaz, 2015).

Tarihsel süreç boyunca gerek saray mutfağında keşfedilen lezzetler gerekse Avrupa, Orta Doğu ve Afrika gibi pek çok farklı bölge kültürleriyle yaşanan etkileşimler Türk mutfağının renkliliğini ve zenginliğini de artırmıştır (Baysal, 1993; Akçay vd., 2005). Özellikle ateşin bulunması, yeme-içme araç ve gereçlerini şekillendirdiği gibi pişirme usullerini de çeşitlendirmiştir.

Türklerin İslamiyet'i kabulüyle birlikte mutfak kültürü yeniden şekillenmiş, yasaklardan kaçınılarak helal tarımsal ve hayvansal ürünlere yönelim gerçekleşmiştir (Güler, 2007). İslami anlayışın etkisiyle beraber, Selçuklu dönemi mutfağında geleneksel gıda maddelerinin kullanımı ve israftan kaçınmanın getirdiği bir kısıtlama ve sadelik göze çarpmaktadır (Gürsoy, 2004). Görüldüğü üzere Türk mutfak kültürü, Türklerin tarih sahnesine çıkmalarından günümüze değin birçok etkiye bağlı olarak değişim ve gelişim göstere gelmiştir. Bu görkemli geçmiş sayesinde Türk mutfak kültürü, dünyanın en önemli ve en eski mutfakları arasında önemli bir yer tutmaktadır.

Ankara Ticaret Odası ve Ankara Patent Bürosu tarafından yapılan ve 81 ili kapsayan bir araştırma ile "Türkiye'nin Lezzet Haritası" belirlenmiş ve Türk mutfağına özgü 2205 çeşit yöresel yiyecek-içecek tespit edilmiştir. Bu araştırmaya göre, bölgesel kategoride İç Anadolu Bölgesi 455 çeşit lezzet ile ilk sırada yer almaktadır (Cömert ve Özkaya, 2014; Şahin ve Ünver, 2015). İç Anadolu Bölgesi'nde yer alan Kapadokya ise, 5000 yıllık bir tarihi geçmişe sahip bulunmaktadır. Göçlere dayalı, farklı dinler ve kültürlerin bir arada yaşamalarına olanak sağlayan 5000 yıllık geçmişin izleri (Türk, Helen, Rumlar ve Ermenilerin yaşam tarzları ve değerleri); destinasyonu tarih, inanç ve kültür bağlamında turistik bir cazibe merkezi haline dönüştürmüştür (Bucak ve Ateş, 2014; Yetiş, 2015). Dolayısıyla birçok kültürün etkisinde kalan Kapadokya mutfağı, kendine özgü besin malzemeleri, yemek pişirme yöntemleri ve kullanılan araç-gereçler bakımından diğer mutfaklarından ayrı bir özellik göstermektedir. Bu özellikler, birçok araştırmacı ve turistlerin dikkatini çekmekte ve bölgeye ziyaretler gerçekleştirilmektedir. Özellikle farklı bölgelere seyahat eden turistler tarafından gittikleri bölgenin kendisine has yiyecek ve içecekleri turistlerin tatil deneyimlerinin önemli bir parçasını oluşturmaktadır (McKecheer vd., 2008). Bunun yanı sıra turistler gidecekleri destinasyona karar verme konusunda destinasyon mutfağı, belirleyici bir faktör olabilmektedir (Hall ve Mitchell, 2005; Albayrak, 2013).

Son dönemlerde gelişen bu seyahat motifi, Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinde ilk basamağı oluşturan yeme-içme olgusunu fizyolojik bir ihtiyaç olmaktan çıkarmış, günümüz dünyasında rekreatif bir faaliyete dönüşmüştür. Böylece yerel yemek kültürü, bir destinasyonun tanınması ve tercih edilmesi sürecinde sahip olabileceği en değerli varlıklardan birisine dönüşüvermiştir (Tikkanen, 2007; Aymankuy ve Sarıoğlu, 2007; Yüncü, 2010; Bucak ve Ateş, 2014; Birdir ve Akgöl, 2015; Düzgün ve Durlu-Özkaya, 2015). Başka bir ifadeyle yöresel yemekler, farklı kültürlerle özgü bireyler tarafından yerel kültürün yerinde keşfine fırsat tanır hale gelmiştir (Kastenholz vd., 1999; Gyimothy vd., 2000; Joppe vd., 2001; Birdir ve Akgöl, 2015).

Kapadokya Bölgesi'nin kendine has üzümlerinden üretilen şaraplarının yanı sıra, keşfedilmeyi bekleyen lezzetlerinden biriside yöresel ziyafetlere özgü tandır menülerinin vazgeçilmezi olan "Mimbar Dolması" dir. "Mimbar Dolması", Kapadokya insanının maharetli ellerinde, yörede yaygın olarak bulunan kırmızı çamurdan yapılan ve "Osbar" ismiyle nam yapmış çömlerle, yöreye has üzüm ağaçlarının omçalarıyla harlanan ve geleneksel bir pişirme yöntemi olan tandır ateşiyle ağır ağır pişen yöresel bir lezzettir.

## 2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

### 2.1. Kültür ve Yemek İlişkisi

Kültür, toplumun bir üyesi olarak bireylerin gelişim sürecinde kazandığı biyolojik ihtiyaçlar sonucu ortaya çıkan, toplumsal ilişkiler ile sürdürülen ve öğrenme yoluyla gelecek nesillere aktarılan bir yaşam tarzı ve evrimsel bir adaptasyon aracıdır (Türk, 2002:6). Bir toplumun yemek kültürü ise, o toplumu ve yaşamsal geçmişini ifade etmektedir. Bu nedenle toplumların edindikleri yeme-içme alışkanlıkları, maddi ve manevi değerlerin oluşmasında kültürel yaklaşımlardan birisini oluşturmaktadır (Oğuz, 1990; Tekgül ve Baykan, 1993; Baysal, 1993; Şanlıer ve Arıkan, 2001; Du Rand ve Health, 2006; Şanlıer vd., 2013; Cömert, 2014; Birdir ve Akgöl, 2014; Bucak ve Ateş, 2015).

İlk çağlardan günümüze değin uygarlıkların temeli olan bireyler yaşadıkları coğrafyanın toprak ve iklim şartlarına uygun yöresel lezzetler keşfetmiş ve her dönemin öznel değerlerine (göç, savaş, düşün, sınır komşuluğu vb. nedenlerle) uygun olarak lezzetlerini çeşitlendirmişlerdir. Nitekim çeşitlenen yemek kültürünün özünde coğrafi etmenler aktif rol oynamış, her uygarlığın kendine özgü yöresel "mutfak" kültürü şekillenmiştir. Toplumları oluşturan bireyler tarafından şekillendirilen yöresel mutfaklar sayesinde ise, düşüncesele algılara uygun lezzetler sunulmaya değer hale gelmiştir. (Jerome vd., 1987; Çetin, 2006; Deveci vd., 2013; Aksoy ve Sezgi, 2015; Karaca ve Karacaoğlu, 2016). Dolayısıyla yöresel lezzetlerin üretiminden-taşınmasına, saklanmasından-kullanımına kadar süre gelen eylemler bütünü, yeme içme olgusunu "kültürel" kavram içerisinde irdelememizi zorunlu hale getirmektedir. Tezcan, 2001; Beşerli, 2010; Üner, 2014; Aksoy ve Sezgi, 2015bu durumu şöyle ifade etmektedirler. Kültür;

- ✓ Ne yiyeceğimizin, nasıl yiyeceğimizin ve ne şekilde yiyeceğimizin temel belirtisidir,
- ✓ Yeme-içme alışkanlıkları kültürden etkilendiği ve beslendiği için, küçük yaşlarda öğrenilir ve uzun süre değişim göstermez.
- ✓ Yeme-içme alışkanlıkları, kültürün önemli bir parçası, bileşeni ve bütünleyicisidir.

Netice itibariyle bireyler, anatomik ve fizyolojik ihtiyaçları dâhilinde vazgeçilmez bir kültürel öge olan yeme-içme aktiviteleriyle doğrudan ilgili olup, faal oldukları kültürün mutfak yapılarını da zenginleştirebilmektedirler. Hakeza, yemek kültürü, bireyin ve toplumun kendi öz benliğini oluşturan önemli bir faktör olarak algılanmaktadır.

### 2.2. Yemek ve Turizm İlişkisi

Yiyecek ve içecek tüketimi insanlığın varoluşuyla birlikte başlamıştır. Bireylerin ihtiyaçlarına bağlı tüketim arayışı, farklı alanlara yapılan besinsel öğelerin keşfine dayalı seyahatleri de beraberinde getirmiştir. Böylece, beslenme ve besin seyahatin en önemli unsurlarından birisine dönüşmüştür. Nitekim beslenme (yemek); bir bölge için etkin bir çekicilik özelliği taşımakta, ziyaretçiler için bölgesel tercih nedenleri arasında yer almakta ve tatil seçimlerinde başrol oynamaktadır (Kesici, 2012: 35). Bir ülkeyi veya bölgeyi ziyaret eden turistlerin beklentileri arasında yeni yerler görmenin ve yeni kültürleri tanımanın yanı sıra ziyaret edilen alana özgü yemeklerin yerinde tadımı ve üretim aşamalarının gözlemlene veya deneyimleme arzusu da yatmaktadır. Bu nedenle yemek olgusu, günümüz dünyasında turistlerin tatil yerini seçmesi noktasında temel motivasyon faktörlerinden biridir (Kastenholz ve Davis, 1999; Gyimanthi vd., 2000; Joppe vd., 2001; Fields, 2002; Hall vd., 2003; Shenov vd., 2005; Ryu ve Jang, 2006; Sparks, 2007; McKercher vd., 2008; Küçükaltan, 2009; Yüncü, 2010; Doğdubay vd., 2011; Kodaş ve Dikici, 2012; Kesici, 2012; Birdir ve Akgöl, 2014; Gökdeniz vd., 2015).

Özellikle Avrupa kıtasında yıldızlı Michelin restoranlarında tanınmış bir şefin yemeğinin yapılışını yerinde görmek, yabancı bir coğrafyaya ait yerel bir lezzeti deneyimlemek isteyen turistlerin sayısı her geçen gün artış göstermektedir. Bunun bir sonucu olarak, yöresel ürünlere harcanan para bölgesel ekonomiye katkı sağladığı gibi turizm sektörünün gelişimini de desteklemektedir (Tikkanen, 2007; Yüncü, 2010; Birdir ve Akgöl, 2014; Bucak ve Ateş, 2014; Uyar ve Zengin, 2015). Son dönemlerde ülkelerin ve bölgelerin turizm gelirlerini arttırmaya yönelik çabaları göz önünde bulundurulduğunda, bölgelerin destinasyon bazında pazarlanabilmesi için yemek ve turizm arasındaki ilişki geleneksel misafirperverlik, mutfakta ve damakta yenilikçilik gibi sebeplerle bir çok turizm çeşidi ile entegre edilebilecek "gastronomi turizmi" kavramının önemini

artırmaktadır (Kivela ve Crotts, 2005; Denizer, 2008; Amira, 2009;Şahin ve Ünver, 2015; Uyar ve Zengin, 2015). Dolayısıyla gastronomik değerler turizmi üretim ve tüketim boyutlarıyla dikkatleri üzerine çeker bir hal almıştır.

Gastronomik değerlerin tüketim boyutu; bireylerin varlığını sürdürebilmek, beslenmek ve yiyip içmek zorunda olmasıyla ilgiliyken, üretim boyutu ise; yiyecek ve içeceklerin hammadde olarak kullanımı ve çeşitli gıda maddelerinin işlenerek tüketilebilir hale getirilmesiyle ilgilidir (Küçükaslan ve Baysal, 2009; Uyar ve Zengin, 2015). Bu bağlamda, Gastronomi bilimi, tüm sanatsal ve bilimsel unsurlarla birlikte bünyesinde barındırdığı yiyecek-içeceklerin tarihsel gelişim süreci ve özellikleriyle anlaşılması, uygulanması ve geliştirerek günümüz şartlarına göre dizaynı çalışmalarını kapsamaktadır (Deveci vd., 2013:30; Hatipoğlu, 2010: 4; Uyar ve Zengin, 2015:357; Aksoy ve Sezgi,2015:80). Gastronomi Turizmi ise, turistlerin yerel yiyecek ve içeceklerin olduğu destinasyonlara yaptıkları gezilerdir şeklinde ifade edilmektedir (Gökdeniz vd., 2015).Tüm bu tanımlamalar neticesinde yiyecek ve içecekler, her yönüyle turizm etkinlikleri açısından bir çekicilik unsuru oluşturmaktadır.

### 2.3. Türk Yemek Kültürü

Bir ülke ya da bölgesel toplumun sahip olduğu kültürel değerler, o toplumların yaşam biçimleri üzerinde olduğu kadar yeme-içme alışkanlıkları üzerinde de etkilidir. Bu nedenle her toplumun kendine özgü değer yargıları ve yeme-içme alışkanlıkları söz konusudur. Bu alışkanlıklar, içinde bulunulan kültürel, coğrafi, ekonomik, ekolojik yapıya ve tarihsel sürece göre değişim göstermekle birlikte, gelenek-görenek, örf ve adetlere uygun olarak şekillenmektedir (Arılı, 1982; Mehmet, 1992; Avcıkurt, 2007; Kesici, 2012; Albayrak, 2013; Serçeoğlu, 2014). Söz konusu yapı Türk kültürü açısından incelendiğinde, Orta Asya'dan Anadolu'ya göçler nedeniyle uzun tarihsel geçmişe dayalı çok zengin bir mutfak kültürünün varlığı yadsınamaz bir gerçekliktir. Öyle ki, yapılan araştırmalar bir çok medeniyete ev sahipliği yapmış olan Anadolu'nun kültürel geçmişine bağlı olarak 2205 çeşit yemeği bünyesinde barındırması Türk mutfağının, dünyanın en zengin üç mutfağı arasına girmesini sağladığı gibi, dünyanın en besleyici mutfağı olma özelliğini de beraberinde getirmiştir (Arlı, 1982;19; El vd., 2009; Urbaş ve Akman, 2009; Kan ve Kaynakçı, 2009; Özmen vd., 2010; Güler ve Olgaç, 2010; Şanlıher vd., 2010; Serçeoğlu, 2014; Öncel, 2015; Karaca ve Karacaoğlu, 2016). Nitekim Orta Asya göçebe insanının et ve mayalanmış süt ürünleri, Mezopotamya'nın tahılları, Akdeniz kültürünün sebze ve meyveleri, Güney Asya'nın baharatları Türk yemek kültürünün gelişmesinde ve zenginleşmesinde önemli roller üstlendikleri söylenebilir (Baysal, 1993: 12; Güler, 2010; Karaca ve Karacaoğlu, 2016).

Türk göçebe hayatının beraberinde getirdiği kültürel etkileşimlere bağlı olarak yeme-içme uygulamalarıyla yakından ilgilenen gastronomi uzmanları, Türk mutfak kültürünün diğer tüm mutfaklardan farklı özellikler de gösterdiğini ifade etmektedirler. Türk mutfağına ait bahse konu olan bu ayıt edici özellikler uzun bir tarihsel süreci kapsamakta olup, diğer mutfaklardan farklılık arz eden faktörü de bünyesinde barındırmaktadır. Bu faktörler genel hatlarıyla şu şekilde sıralanabilir (Güler, 2007; Kesici, 2012);

- ✓ Türk yemekleri tarım ve hayvansal ürünlere dayanır,
- ✓ Yemeklerimiz halkımızın yaşadığı coğrafi bölgelere göre değişiklik göstermektedir,
- ✓ Türk yemekleri tarihi gelişimi içerisinde sosyal yapıya göre de değişiklikler göstermektedir,,
- ✓ Türk yemekleri özel günler ve törenlere göre değişiklikler göstermektedir,
- ✓ Gelenek ve görenekler ile dini inanç yemek çeşitlerini etkilemiştir.

Orta Asya'ya kadar uzanan Türk yemek kültüründe, tarım ve hayvancılığa ilişkin ürünler ön planda olup, yemeklerde en çok buğday ve buğday unundan yapılan hamur işleri dikkat çekmektedir. Darıdan yapılan "Boza" ise Orta Asya Türklerinin ilk besin maddesi olarak bilinmektedir. Yine Türklerin vazgeçilmez at, hem ulaşım noktasında hem de ete yönelik tüketim noktasında önemli bir yiyecek ve içecek olarak tercih edilmek de, at sütünden Türklerin Milli içeceği olan "Kımız"ın elde edildiği görülmektedir(Baysal, 1993; Şavkay, 1998; Ağrılı, 2005; Kesici, 2012; Öncel, 2015; Karaca ve Karacaoğlu, 2016). Diğer gıda maddeleri olarak, koyun, keçi, sığır ve bunların sütünden elde edilen yoğurt, peynir, tere yağ, ayran, çökelek gibi ürünler ile sütlü-yoğurtlu yemek ve tatlılar gibi lezzetlerinde yer aldığı söylenebilir (Arlı, 1982; Baysal, 1993; Çiğirim, 2001; Nuhoğlu, 2005; Güler, 2010; Albayrak, 2013; Öncel, 2015; Karaca ve Karacaoğlu, 2016).

Türk mutfağının şekillenmesinde Orta Asya Türkleri kadar, Selçuklu ve Osmanlı Türklerinin de rolü büyüktür. Selçuklu Türkleri yemek çeşitleri, yemek pişirme ve muhafaza teknikleri ile kendine has bir mutfak kültürüne sahip olup et, un ve yağ üçlüsü bu toplumun yemek yeme tercihi açısından ilk sırada yer almaktadır (Gülal ve Korzay, 1987; Serçeoğlu, 2014; Öncel, 2015).Kesilen hayvan sakatatlarının çokça tüketildiği Selçuklu Türklerinde, sebze yemekleri çok fazla tercih edilmemiş, tuzla et saklama yöntemleri ilk kez uygulanarak sucuk, pastırma, kuru et gibi gıdalar uzun süre saklanarak sıkça tüketilmiştir (Tezcan, 1997; Yılmaz, 2002; Toygar ve Toygar, 2005; Güler, 2010; Öz ve Şahin, 2014; Serçeoğlu, 2014; Karaca ve Karacaoğlu, 2016). Bu

döneme ait yemek kültürüne özgü değerlerden bir tanesi de, yemeklerin kuşluk ve zevale olmak üzere iki öğünde tüketiliyor olmasıdır. Kuşluk; sabah ile öğlen arasındaki yenilen yemekler olup bu öğünde özellikle tokluk verici yemekler tercih edilmiştir. Son dönemlerde batıcılık akımıyla moda olan “Brunch” aslında Selçuklu Türklerinin kültüründe yer alan Kuşluk öğünüdür. Zevale ise; Bol çeşidin yer aldığı ve hava kararmadan hemen önce yemeklerin yenildiği sofralar olarak ifade edilmektedir. Ayrıca, günümüz Fransız patentiyile satılan birbirinden lezzetli meyve ve sebzelerle yapılan şerbetlerde Selçuklu Türklerinin sofralarında özel bir yere haiz olup aynı zamanda bir geçim kaynağı olarak kullanılmıştır (Yılmaz, 2002; Şahin, 2008; Serçeoğlu, 2014; Önçel, 2015).

Türklerin İslamiyet’i kabul etmesiyle birlikte yiyecek-içecek kültüründe bir takım değişimler yaşanmıştır. İslamiyet’in kabulüyle birlikte bireyler, dininin rehberi olan Kuran-ı Kerimde yasaklanan ve haram kılınan yiyecek ve içeceklerden kaçınmış, helal kıldıklarını ise yiyip-içmeye devam etmişlerdir (Baysal, 1993; Tezcan, 1997; Merdol, 1998; Hatipoğlu ve Batman, 2009; Beşirli, 2010; Acun ve Gül, 2012; Albayrak, 2013; Seyioğlu ve Çalışkan, 2014; Önçel, 2015; Karaca ve Karacaoğlu, 2016).

Üç kıtaya hâkim olan Osmanlı İmparatorluğuyla birlikte Türk mutfağı gelişerek özellikle 16. Yy’da (Fatih Sultan Mehmet Han Döneminde, Topkapı Sarayı’na yeni mutfak yaptırılması) en şaşalı dönemini yaşamış, deniz ürünlerinin de Türk mutfağına kazandırılmasıyla birlikte dünyanın üç önemli mutfağından birisi olmuştur (Mussmann ve Pahalı, 1994; Tuncel, 2000; Gürkan, 2007; Kökten vd., 2010; Serçeoğlu, 2014; Karaca ve Karacaoğlu, 2016). Bu dönem itibariyle Mutfak, saray yaşamının önemli bir parçası haline dönüşmüş, Padişah öncülüğünde, padişaha yakın isimler ve soylular bir sofraya etrafında toplanmayı sosyal aktivite olarak görmeye başlamışlardır. Padişah ve misafirlerinin ağırlandığına yönelik aşçılar tarafından yeni lezzetler ve tatlar keşfedilmiştir. Böylece bir taraftan Türk yemek kültürü zenginleştirilirken, bir taraftan da yabancı misafirlere Türk yemek kültürü tanıtılmaya başlanmıştır. Ayrıca, Fatih Kanunnamesi ile ilk defa bu dönemde yemek yeme kuralları uygulamaya başlanmış ve yemeğin çeşitliliğinden daha çok doyuruculuğu üzerine yoğunlaşmıştır (Ünver, 1952; Ciğerim, 2001; Yar, 2008; Güler, 2010; Albayrak, 2013; Önçel, 2015).

Günümüz Türk mutfağı ise, Anadolu coğrafyasında yaşamış olan uygarlıklar ve toplumların etkisiyle gelişmeye ve farklı lezzetleri sunmaya devam etmektedir. Bu nedenle Türk mutfak kültüründe yer alan bazı yiyecek-içeceklerin diğer kültürlerden etkilendiği göz ardı edilemez. Ancak, Türk mutfak kültürünün de diğer ülke mutfaklarını da etkilediği aşikârdır. Örneğin, pasta, Fransız mutfağından; tavukgöğsü ve kazandibi, Roma mutfağından; balık, zeytin ve zeytinyağlıların bir kısmı Bizans mutfağından; makarna, İtalyan mutfağından, Türk mutfağına aktarılmış yiyeceklerdir. Ancak, buğday unundan elde edilen hamurun açılmasıyla yapılan erişte, özellikle kırsal alanlarda Türk tarihinde sık kullanılan bir yiyecek türü olduğundan makarnanın İtalyan mutfağına Anadolu mutfağının bir armağanı olduğunu düşündürmektedir (Baysal, 1993; Kültür ve Turizm Bakanlığı, 2008; Albayrak, 2013).

Sonuç olarak, Türk mutfağı iklimsel ve coğrafi koşullara bağlı olarak yetiştirilen tarımsal ve hayvansal besinlerden olduğu kadar, diğer ülkelerin mutfaklarından ve kabul etmiş olduğu İslam dininin söylemlerinden etkilenen bir mutfak kültürüdür. Ayrıca, kullanılan malzemeler ve pişirme yöntemleri açısından da diğer milletlerin mutfaklarına göre önemli farklılıkları olan bir mutfak kültürüne sahiptir.

#### 2.4. Kapadokya Yemek Kültürü ve Özellikleri

Tarihi ve mistik havasının yanı sıra Peri Bacaları ile ön plana çıkan Kapadokya’nın görüntüsü ne kadar büyüleyici ve doyumsuzsa, yemek kültürü de bir o kadar lezzetli ve ilgi uyandırıcıdır. Yöreye özgü yemek çeşitleri ve mutfak kültürü üzerinde iklim, coğrafi etmenler, göçler, ekonomik koşullar ve etnik yapı büyük bir etkiye sahiptir. Geçmişten günümüze aktarılan üretim ve tüketim alışkanlıkları Kapadokya bölgesi için yerleşiklik kazanmış bir mutfak kültürünü ön plana çıkarmaktadır.

Karasal iklimin hâkim olduğu Kapadokya’da, bölgede yiyecek olarak üretilen ürünler, iklim biçimi ve şartlarına göre gelişen yaşam tarzı ile yakın ilişki içindedir. Soğuk ve uzun süren kış ayları, yiyecek depolanmasına neden olurken, enerji verecek besinlerin de yazdan hazırlanmasını gerekli kılmaktadır. Yaz aylarında üretilen çeşitli ürünler, kışın kullanılacak biçime getirebilmek için Eylül ve Ekim aylarında hazırlıklar yapmaktadırlar. Bu dönemde yörede yetişen ürünlerden faydalanılarak pekmezler kaynatılmakta, reçeller yapılmakta, üzümler ve diğer meyveler kurutulmakta, salçalar ve turşular yapılmaktadır. Bu ürünlerin dışında Tarhanalar hazırlanmakta bulgurlar kaynatılmaktadır. Tüm bu faaliyetler Anadolu’ya özgü yardımlaşma geleneği olan “İmece Usulü” ile gerçekleştirilmekte, yöre kadınları her gün bir araya gelerek bir ailenin kışlık bütün ihtiyaçlarını hazır hale getirme görevini üstlenmektedirler.

Kapadokya geleneksel mutfak kültüründe işler yöre halkı tarafından “Tafana” olarak isimlendirilen bir biri içerisine geçmiş iki mekânda gerçekleştirilmektedir. Bunlardan birincisi tandır ve ocağın bulunduğu alan, ikincisi ise kullanılacak olan malzemelerin yer aldığı “kayıt damı” (kiler) dir. Kapadokya’ya özgü yemeklerin yapımında kullanılan araç ve gereçlerden çömlek ve tandır Kapadokya Mutfak Kültürü açısından yeri doldurulamaz bir öneme sahiptir. Kapadokya mutfağının en önemli özelliği 2500 yıl öncesinden günümüze kadar gelen bir pişirme usulü olan tandır geleneğini halen devam ettirmesidir. Tandır geleneği, Anadolu’nun Arkaik dönemden kalma eski mutfak geleneklerinden birisi olup, bu gelenek günümüz bölge insanı tarafından da kullanılmaktadır (Yaşın, 2008). Kapadokya’da genellikle kaya olan evlerin tabanında tandır çukurları oyulmaktadır. Hazırlanan tandır çukurunun içine, Kızılırmak çamurundan hazırlanarak pişirilip kurutulmuş bir iç bölüm yerleştirilmesiyle tandır ocağı hazırlanmaktadır. Hazırlanan tandırın içerisinde genellikle çevrede yaygın olarak bulunan bağlardaki üzüm omçaları veya odun yakılır ve yemekler bu ateşin közü üzerinde pişirilmektedir. Tandır ısıtıldıktan sonra, iç çeperlerine ekmekler yapıştırılarak fırın gibi kullanılabilir. Tandırın diğer önemli bir işlevi de odanın ısıtılması kullanılmasıdır. Kış aylarında tandır odası aynı zamanda evin oturma ve sohbet bölümü olarak kullanılmaktadır. Yöre evlerinde tandırın bulunduğu bölüme “tandır evi” adı verilir. Tandır evine özgü yöresel bir tandır menüsü;

Tandır çorbası ile başlatılmalıdır. Bulgur, mercimek, nohut ve kıyma karışımıyla yapılan tandır çorbası özel toprak kaplarda ağzı hamurla kapatılarak pişirilir. Tandır çorbasını, yörede çok ünlü olan ve “Osbar” namıyla anılan çömlerle/Yatık desti aynı şekilde pişirilen “Mimbar Dolması” takip edebilir. Mimbar dolması yerine, “Testi kebabı” ve kuzu etili fasulye yemeği olan “Ağ pakla” da denenebilir. Bu lezzetlerin yanında sıcak servis edilen tandır ekmeğini, yöre salatalarını ve ayrıntı da unutmamak gerekir. Ayrıca, menüye yöresel tatlılar olarak bilinen, yöreye özgü ayvalardan elde edilen “Ayva Dolması”, pekmez ve kaysı ile yapılan ve üzerinde dövülmüş ceviz ile sunulan “Bitirgen” kayısı tatlısı ya da üzüm şirasından elde edilen “Köftür”de çok iyi uyum sağlayacaktır.

### 3. ÇALIŞMANIN METODOLOJİSİ

Araştırmanın amacı; çeşitli lezzetlere sahip Türk mutfak kültürü içerisinde yer alan ve Kapadokya bölgesine özgü bir yemek olan “Mimbar Dolması”nı turizme kazandırabilmek ve yöresel mutfak kültürüne katkı sağlamaktır.

Araştırmanın önemi ise; yapılan bu araştırma birçok turizm faaliyetinin yer aldığı Kapadokya’da yerel mutfaka özgü yemeklerin sunulması açısından ilk olması münasebetiyle önem taşımaktadır. Yörede faaliyet gösteren turistik işletmelerin menüsünde dahi bu yemek yer almamaktadır. Bu nedenle bölge ziyaretçileri, yöreye has yemekleri tatmak yerine farklı kültürlere ait yemekleri tüketmektedir. Ayrıca bu konuda çalışacak araştırmacılar için kaynak özelliği taşıması ve gastronomi turizminin paydaşları için öneriler sunması çalışmanın önemini artırmaktadır.

Çalışmanın varsayımları; bu araştırma, aşağıdaki varsayımlardan yola çıkarak gerçekleştirilmiştir;

- ✓ Kapadokya’da kültürel ve turistik değer taşıyan yiyecekler ve içecekler bulunmaktadır,
- ✓ Kapadokya’da birçok turistik etkinlik bulunmaktadır ve bu etkinliklere katılan turist sayısı da oldukça fazladır. Ancak, yöresel yemek kültürüne özgü bu lezzete, turizm faaliyetleri içerisinde gereken ilgi ve değer gösterilmemiştir,
- ✓ Yöresel bir lezzeti, Kapadokya turizm potansiyelinin geliştirilmesinde ve yerel halk gelirlerinin artırılmasında önemli bir potansiyele sahip olabileceği ön görülmektedir.
- ✓ Kapadokya turizm faaliyetlerinde yerel kültüre ait yemek olgusunun yer alması destinasyon rekabet gücünün artırılması ve sürdürülebilirliğin sağlanmasında etkin rol oynayabileceği düşünülmektedir.
- ✓ Yöre ziyaretçilerinin deneyimledikleri olumlu yemek tecrübesi ile destinasyon marka kimliğinin oluşmasına katkı sağlayabileceği çalışmanın varsayımlarıdır.

Çalışmanın Yöntemi; çalışma kapsamında birincil ve ikincil verilerden yararlanılmıştır. Öncelikle literatür taraması gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda çalışma konusuna özgü kültür, yemek, turizm, Türk yemek kültürü, Kapadokya yemek kültürü ve yöresel yemekler üzerine hazırlanan alan yazın (araştırmalar, kitaplar, ulusal ve uluslararası dergilerde yayınlanan makaleler, kongre ve sempozyumlar da sunulan tebliğler, sosyal medya ağları)taranmış, çalışmayı etkin kılan veriler kayıt altına alınmıştır. Daha sonra yöre halkı ile iletişime geçilerek, yöreye has lezzet olan “Mimbar Dolması” hakkında (temizlenmesi, malzemeleri, iç harcı, doldurulması ve pişirme usulleri) kaynak kişi görüşleri alınmıştır. Elde edilen veriler derlenerek çalışma tamamlanmıştır.

## 4. KÜLTÜREL BİR YEMEK OSBAR'DA MİMBAR DOLMASI

### 4.1. Genel Özellikleri

Birçok yörede "Mimbar Dolması" olarak bilinen ve sakatatlar gurubu içerisinde yer alan bağırsağın temizlenerek içinin doldurulmasıyla elde edilen bu lezzet, yöreye özgü şive ile "Mimbar Dolması" olarak isimlendirilmektedir. Yöreye özgü bir yemek türü olan "Mimbar Dolması", Selçuklular döneminden günümüze kuzu sakatatın kullanımı ile elde edilen önemli bir lezzettir. Bu lezzet Osmanlı Türk mutfağı döneminde de Kapadokya bölgesinin yöresel yiyecekleri arasında yerini almıştır. Mahmud Nedim Bin Tosun 1900 yılında yayınlamış olduğu "Aşçıbaşı" isimli eserinde bu lezzetin tarifine yer vermiştir. Bu yemek türü Çerkez mutfağında da "Tobar" olarak bilinmektedir (Yılmaz, 2017:168).

Bu yöresel değer en önemli özelliği, yöreye özgü tandırlarda pişirilmesi olup, tandırın ateşlenmesinde yörede yetişen üzüm bağlarının omçalarının kullanılmasıdır. Kısık ateşte pişirilen "Mimbar Dolması"na asıl lezzeti veren unsur ise, yöreye özgü kırmızı çamurdan imal edilmiş olan "Osbar" isimli çömlekler/testilerdir. Genellikle bu yemek türü ziyafet sofraların önemli bir değeri olup, Kurban Bayramı sofralarının vazgeçilmez lezzetidir.

Yöre kadınları, kurban bayramlarında kesilen hayvanların bağırsaklarını değerlendirerek kendi marifetleriyle harmanlamışlar ve bu farklılaştırılmış lezzeti Kapadokya mutfak kültürüne kazandırmışlardır.

### 4.2. Reçete

<http://www.nefisyemektarifleri.com>, 2017).

2 adet mimbar

250 gr. kıyma

Yarım kilo bulgur

Yarım kilo soğan

1 yemek kaşığı biber salçası

1 tatlı kaşığı tuz

1 tatlı kaşığı karabiber



### 4.3. Mimbar'ın Temizlenmesi

Mimbar'ın bir ucu musluğa tutularak, ilk önce kaba pisliğinden arındırılır. Bir kebab şişi (veya normal örgü şişi olabilir) yardımı ile mimbar "ters-yüz" edilir. Mimbar, kesme tahtasının üzerine konur, bıçağın tersi ile üzeri kazınarak iyice temizlenir. Bu işlem sırasında sık sık suya tutulur ve kazınan ince pislikler yıkanır. Mimbarlar, bir kaba konur ve tuz ile 2-3 dk ovulur. Son olarak mimbarlar, soğuk su ile iyice durulanır, bu işlem 2-3 kez tekrar edilir. Temizliği oldukça uzun ve zahmetlidir (<http://www.nefisyemektarifleri.com>, 2017).

### 4.4. İç Harcın Hazırlanması

İç harcın hazırlanma süresi yaklaşık olarak 10 dk sürmektedir. Bu sürenin ilk beş dakikasında soğanlar ince ince (Brunoise) doğranır. Bulgur, kıyma, tuz ve karabiber yöresel kırmızı çamurdan yapılmış çukur bir kabın içerisinde iyice birbirine karıştırılır. Daha sonraki beş dakikalık süreçte ise karışım soğuk bir alanda bekletilerek doldurulmaya hazır hale getirilir (<http://www.nefisyemektarifleri.com>, 2017).

### 4.5. Mimbarın Doldurulması ve Pişirilmesi

Mimbar'ın bir ucu hafifçe içeri kıvrılır, kabak oyacağının iç kısmına harc konur ve Mimbar'ın içi çok sıkı olmayacak şekilde ve arada boşluklar bırakılarak doldurulur (Çok sıkı doldurulduğunda pişirim esnasında Mimbar yırtılmaktadır). Doldurma işlemi bitince, iki ucu birleştirilerek ipe bağlanmaktadır. Mimbarlar, Osbar adı verilen tandırlara konularak ve üzerini 3cm geçecek kadar su ve tuz eklenmektedir. Bir şiş ya da çatal yardımı ile üzerine delikler açılır. Kaynadıktan sonra, ağır ateşte pirinçler yumuşayınca kadar yaklaşık olarak 40 dakika pişirilmektedir. Ayrıca pirinçler şiştikçe zaman zaman Mimbarlarda çatal ile yeni delikler açılmalıdır. Piştikten sonra bir kevgire alınır ve suyu süzdürülür. (Bu şekilde buzlukta uzun süre saklanabilmektedir) (<http://www.nefisyemektarifleri.com>, 2017)

#### 4.6. Servisi

Mimbar Dolması servisi edilirken, özgünlüğünün bozulmaması için farklı bir kaba alınma gerekli görülmektedir. İçerisindeki suyuyla birlikte üzerine bir miktar kimyon atılarak pişirildiği kap olan Osbar'da servisi gerçekleştirilir. (Ospar kişiye özel hazırlandığı için kişi sayısına bağlı büyüklüklerde de bulunabilmektedir). Ancak, sonradan servisi söz konusu ise, servis edileceği zaman, süzölmüş "Mimbar Dolması" zeytinyağında kızartılmalı, üzerine sosuyla birlikte bolca kimyon dökülerek ve mutlaka sıcak servis edilmelidir (<http://www.nefisyemektarifleri.com>, 2017).

### 5. SONUÇ VE ÖNERİLER

Küreselleşme ve yoğun rekabet destinasyonların pazarlanmasında yöreye özgü değerlerin etkin bir şekilde ön plana çıkarılmasını gerekli kılmaktadır Bu çerçevede yöresel yemek kültürü, rekabet yoğunluğunun yaşandığı pazarda turistik destinasyonlar için tercih edilebilir bir cazibe ve önemli bir çekim unsuru oluşturabilmektedir. Ayrıca, turistik destinasyonların sürdürülebilirliği noktasında üstlendiği etkin rol ile kurtarıcı bir faktör olarak değerlendirilebilir (Okumuş vd, 2007; Pekiyan, 2008; Deveci vd., 2013; Cömert, 2014; Şahin ve Ünver, 2015). Biz zati, yerli ve yabancı turistlerin, ziyaret ettikleri turistik destinasyonlardan beklentileri arasında, tarihi dokuların görülmesi ve farklı kültürlerin keşfedilmesi olduğu kadar yeni lezzetler ile tanışma ve farklı tecrübeler edinme arzusu da yatmaktadır. Bu bağlamda yöresel yemek kültürü bir birinden farklı yeni ve egzotik lezzetlerin keşfedilmesi için en akılcı yollardan birisidir. Aynı zamanda, birçok turizm çeşidine entegre olarak tüm yıl boyunca uygulanabilir bir özelliğinin bulunması, yerel halkın ekonomik büyümesine katkı sağlayacak bir çarpan etkisi de yaratabilmektedir. Sebep o ki, yöreye özgü bir birinden orijinal lezzetler derlenmeli ve bir bütünlük halinde gerek butik işletmelerde gerekse büyük işletmelerde yöre ziyaretçilerinin damak tatlarına sunulabilmelidir.

Bu bağlamda, yöreye özgü farklılaştırılmış bu değerden aktif bir şekilde faydalanabilmek için bir takım öneriler geliştirilmiştir. Yöresel kazanımlar ve rekabet üstünlüğünün sağlanabilmesi için geliştirilen öneriler;

- ✓ Kapadokya bölgesinin yeme-içme envanteri çıkarılmalıdır (Kültür Turizm Bakanlığı koordinatörlüğünde Türkologlar ve yerel bazda İl Kültür ve Turizm Müdürlüklerinin desteği ile geçmişten günümüze o yöreye özgü yemekler, bu yemeklerin hangi maddeleriyle hazırlandığı, pişirme yöntemleri ve sunum tekniklerini içeren detaylı bir envanter çıkarılmalıdır).
- ✓ Bölgesel Restoranlarda yöresel yemeklerin özüne uygun hazırlanması ve sunumu ile ilgili eğitimler verilmeli, standartlar geliştirilmesi ve gerekli tedbirler alınmalıdır.
- ✓ Seyahat acenteleri ve tur operatörleri, hazırladıkları turlarda Kapadokya yerel yiyecek ve içecekleri konusunda bilgili tur rehberleri ile çalışmalı ve turistlerin yerel yiyecek ve içecekleri tatmaları sağlanmalıdır.
- ✓ Kapadokya'nın tanıtılması için gidilen fuarlarda yöresel yemekler daha fazla teşhir edilmeli, stantlarda yöresel yemek kültürü "yerel gastronomi" temasına daha fazla değinilmelidir.
- ✓ Üniversitelerin gastronomi ve aşçılık bölümlerinin son dönemlerde büyük ilgi gördüğü açıktır. Bu bölümlerde gerçekleştirilen mutfak uygulamaları derslerinde unutulmaya yüz tutmuş yöresel yemeklerin yapımına ve tadımına yer verilmelidir.
- ✓ Yöresel yemekler ve Gastronomi konusunda yapılan çalışmalar yeterli seviyede değildir. Bu doğrultuda çalışma sayısının artırılmasına yönelik teşvikler gerçekleştirilmelidir.
- ✓ Bu alanda yüksek lisans ve doktora seviyesinde programların artırılması gerekmektedir.
- ✓ Yerel yemekler sahip olduğu kültürü yansıtır ve kültür bütünlük içinde birbirinden ayrılmayacak unsurları bir arada oluşturan bir form sergilemektedir. İşletmelerin sahip olduğu mimari yapılar, tasarım ve renkler hatta çalan fon müziği bile yerel mutfak kültürünü etkilemektedir. Bu noktada işletmeler kültürel bütünlük ve uyum olayına dikkat etmelidir.
- ✓ Yerel yemeklerin kültürel öğeleri sergilenirken, evrensel yaklaşım ile hazırlanmalıdır.
- ✓ Kültür ve Turizm Bakanlığı, İl Kültür ve Turizm Müdürlükleri, Bölgesel Aşçılar derneklerinin web sitelerinde yörenin mutfak kültürünü yansıtan daha detaylı bilgiler verilmeli, yörenin başlıca yemeklerinin tarifleri olmalı ve resimlerin görselliği nitelikli olmalıdır, şeklinde sıralanabilir.



Netice itibariyle Kapadokya, yöresel rekabet üstünlükler açısından en önemli silah olarak eşsiz ve tadı doyumsuz bir yerel yemek kültürüne sahiptir. Bu sembolik ve kültürel olgu yöreselden evrensel bir boyuta taşınabilirse Kapadokya turizmi ve yerel halk kazanımlarına büyük avantaj sağlayacağı ifade edilebilir.

## KAYNAKÇA

- Acun, S., ve Gül, H. (2012). “Günümüze Değişmeden Gelen Bir Lezzet: Peksimet” III. Geleneksel Gıdalar Sempozyumu, 10-12 Mayıs, 687-689. Konya.
- Akın, G., Özkoçak, V. ve T., Gültekin (2015). “Geçmişten Günümüze Anadolu Mutfak Kültürünün Gelişimi”, <http://dergiler.ankara.edu.tr/dergiler/71/2037/21170.pdf>, Erişim Tarihi: 12.11.2017.
- Aksoy, M., ve Sezgi, G. (2015), “Gastronomi Turizmi ve Güneydoğu Anadolu Bölgesi Gastronomik Unsurları”, *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 3/3, 79-89.
- Albayrak, A. (2013). “Farklı Milletlerden Turistlerin Türk Mutfağına ilişkin Görüşlerinin Saptanması Üzerine Bir Çalışma.” *Journal of Yaşar University*. 30(8), 5049-5069.
- Amira F. (2009). *The Role of Local Food in Maldives Tourism: A Focus on Promotion and Economic Development*, New Zealand Tourism Research Institute
- Arlı, M. (1982), “Türk Mutfağına Genel Bir Bakış”, *Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri, Kültür ve Turizm Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları*, 41, 1982, S.19-33.
- Aymankuy, Y. ve Sarioğlan, M. (2007). “Yiyecek-içecek felsefesi ve beslenme alışkanlığının geliştirilmesine yönelik bir model önerisi”, 1. Ulusal Gastronomi Sempozyumu. Antalya, 31-33.
- Avcıkurt C., Sarioğlan M. ve Girgin, G.K. (2007). “Yiyecek-İçecek Olgusuna Sosyolojik Bir Bakış”, 1. Ulusal Gastronomi Sempozyumu ve Sanatsal Etkinlikler, 2007 Antalya.
- Baysal, A. (1993). “Beslenme Kültürümüz”, *Kültür Bakanlığı Yayınları:1230*, Ankara.
- Baysal, A. (1993). “Türk Yemek Kültüründe Değişmeler, Beslenme ve Sağlık Yönünden Değerlendirme”, *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayını*, No 3, s.12.
- Beşerli, H. (2010), “Yemek, Kültür ve Kimlik”, *Milli Folklor Dergisi*, (22) 87, 159-169.
- Birdir, K. Ve Akgöl, Y. (2015). “Gastronomi Turizmi ve Türkiye’yi Ziyaret Eden Yabancı Turistlerin Gastronomi Deneyimlerinin Değerlendirilmesi”, *İşletme ve İktisat Çalışmaları Dergisi*, 3(2), 57-68.
- Bucak, T, ve Ateş, U. (2014). “Gastronomi Turizminin İl Turizmine Etkisi: Çanakkale Örneği”, *The Journal of Academic Social Science Studies*, 28, 315-328.
- Ciğirim, N. (2001), “Batı ve Türk Mutfağının gelişimi, etkileşimi ve yiyecek-içecek hizmetlerinde Türk mutfaklarının yerine bir bakış”, *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları, Yayın No:28*, 49-61, Ankara.
- Cömert, M. (2014). “Turizm Pazarlamasında Yöresel Mutfakların Önemi ve Hatay Mutfağı Örneği”, *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 2/1, 64-70.
- Cömert, M. ve Özkaya, F.D. (2014), “Gastronomi Turizminde Türk Mutfağının Önemi”, *Journal of Tourism and Gastronomy Studies* 2/2 (2014) 62-66.
- Cihangir, İ.S. (2017). “Helal Gıda Dairesinde Karşılaştırmalı Analiz: Türklerin Milli İçecekleri Kımız ve Boza”, *I. Uluslararası İpek Yolu Akademik Çalışmalar Sempozyumu*, 21-23 Eylül 2017, Nevşehir.
- Çetin, A. (2006). “Memluk Devletinde Yemek Kültürüne Genel Bir Bakış”, *Milli Folklor, Geleneksel Yayıncılık Yıl 18. sayı.72. s-107-117*.
- Denizer, D. (2008). “Türk Turizminin Gelişmesinde Türk Mutfağının Önemi ve Bugün İçin Yapılması Gerekenler”, 3. Balıkesir Ulusal Turizm Kongresi’nde sunuldu, Balıkesir.
- Deveci, B. , Türkmen, S. ve Avcıkurt, C. (2013) “Kırsal Turizm ile Gastronomi Turizmi İlişkisi: Bigadiç Örneği”, *Uluslararası Sosyal ve Ekonomik Bilimler Dergisi*, 3 (2), 30-31.
- Doğdubay M., Sarioğlan M., Saatçi G., ve Erozu, S. (2011). “Destinasyon Pazarlamasında Yerel Yönetimlerin Gastronomik Öğeleri Kullanma Eğilimlerinin Ölçülmesine Yönelik Bir Araştırma” V. Ulusal Gastronomi Sempozyumu 2011, Antalya.

- Du Rand G, ve E., (2006). "Towards A Framework For Food Tourism As An Element Of Destination Marketing", *Current Issues In Tourism*, 9: 206–34.
- Düzgün, F., ve Durlu-Özkaya, F. (2015). "Mezopotamya'dan Günümüze Mutfak Kültürü", *Journal of Tourism and Gastronomy Studies* 3/1 (2015) 41-47
- El, S.N., Köstekli, M., İlyasoğlu, H., Girgin, N., Baş, N., ve Parsa, A.F. (2009). "Batı Anadolu'ya Özgü Bazı Geleneksel Gıdalar", II. Geleneksel Gıdalar Sempozyumu, 27-29 Mayıs 2009, (ss. 180-184). Van.
- Fields, K., (2002). "Demand for the Gastronomy Tourism Product: Motivational Factors, in: Hjalager", A.M. and Richards, G. (Eds.), *Tourism ve Gastronomy*, London: Routledge, pp. 36 – 51.
- Gökdeniz, A, Erdem, B., Dinç, Y. ve Çelik-Uğuz, S. (2015). "Gastronomi Turizmi: Ayvalık'ta Yerli Turistler Üzerinde Görgül Bir Araştırma", *Journal of Tourism and Gastronomy Studies* 3/1 (2015) 14-29.
- Gülal, M. ve Korzay, M. (1987). "Yemek Pişirme", Milli Eğitim Basımevi.
- Güler, S. (2007). "Türk Mutfağının Değişim Nedenleri Üzerine Genel bir Değerlendirme", I. Ulusal Gastronomi Sempozyumu ve Sanatsal Etkinlikler, 4-5 Mayıs 2007,(ss.18-28), Antalya.
- Güler, S. (2010). "Türk Mutfak Kültürü ve Yeme İçme Alışkanlıkları", *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, cilt 26, S.1, ss.24-30.
- Güler, S. ve S., Olgaç (2010), "Lisans düzeyinde eğitim gören öğrencilerin Türk mutfağının tanıtım ve pazarlanmasına ilişkin görüşleri (Anadolu Üniversitesi Turizm ve Otel İşletmeciliği Yüksekokulu örneği)", *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 28, 227-238, Kütahya.
- Gürkan, O.T. (2007). "Yöresel Türk Mutfağı", İstanbul: Yaylım Yayıncılık.
- Gürsoy, D. (2004). "Tarih Süzgecinde Mutfak Kültürümüz", (1.Baskı), İstanbul: Oğlak Yayınevi.
- Gyimothy, S, Rassing C, ve Wanhill, S. (2000). "Marketing works: a study of restaurants on Bornholm. Denmark", *International Journal Of Contemporary Hospitality Management*,12, 371–379.
- Hall. M. C., Sharples, L., Mitchell R., Macionis, N. ve Cambourne, B. (2003). "Food tourism around the world: development, management and markets", Butterworth-Heinemann: Elsevier.
- Hall, C. M., ve Mitchell, R. (2005). "Gastronomic Tourism: Comparing Food And Wine Tourism Experiences" In M. Novelli (Ed.), *Niche Tourism: Contemporary Issues, Trends And Cases*. Oxford: Elsevier Butterworth-Heinemann. pp. 73-88.
- [Http://www.nefisyemektarifleri.com](http://www.nefisyemektarifleri.com), (2017), Erişim:23.11.2017
- Hatipoğlu, A., ve Batman, O. (2009), "Türk Mutfak Kültüründe Geleneksel Gıdaların Tüketimi ve İnançların Rolü", II. Geleneksel Gıdalar Sempozyumu, 27-29 Mayıs 2009, (ss. 34-37). Van.
- Hatipoğlu, A. (2010). "İnançların gastronomi üzerine etkileri: Bodrum'daki beş yıldızlı otellerin mutfak yöneticilerinin görüşlerinin belirlenmesine yönelik bir araştırma", *Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi*, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Jerome, W. N., Pelto, H.G., ve Kandel, F.R. (1987). "An Ecological Approach to Nutritional Antropoloav", *Nutritional Antropology*, America, Redgrave Pubishing Company.
- Joppe, M., Martin Dw, ve Waalen, J. (2001). "Toronto's image as a destination: a comparative importance satisfaction analysis by origin of visitor", *Journal of Travel Research*, 39, 252–260.
- Kan, M.H., ve Kaynakçı, E.C. (2009). "Antik Çağdan Bugüne Anadolu Yemekleri", II. Geleneksel Gıdalar Sempozyumu, 27-29 Mayıs 2009, (268). Van.
- Karaca, B.O. ve Karacaoğlu, S. (2016). "Kültür, Din ve Yemek Etkileşimi Çerçevesinde Arap Mutfağının Kavramsal Olarak İncelenmesi: Adana İli Örneği", *Hitit University Journal of Social Sciences Institute*, Year 9, Issue 2, December 2016, ss. 561-584.
- Kastenholz, E., Davis, D. ve Paul, G. (1999). "Segmenting Tourism in Rural Areas: The Case of North and Central Portugal", *Journal of Travel Research*, (37): 353 – 363.
- Kesici, M. (2012). "Kırsal Turizme Olan Talepte Yöresel Yiyecek ve İçecek Kültürünün Rolü", *KM Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 14 (23): 33 – 37.

- Kivela, J. and Crofts, J.C. (2005). "Gastronomy Tourism: A Meaningful Travel Market Segment", *Journal of Culinary Science & Technology*, 4 (2/3): 39 – 55.
- Kökten M., Ünsal, A.S., ve Atılı, A. (2010). "Gaziantep Köy Kahkesi", 1. Uluslararası Adriyatik'ten Kafkaslara Geleneksel Gıdalar Sempozyumu". 15-17 Nisan 2010, (ss. 522-523). Tekirdağ.
- Kut, G., (2006). "Türklerde Beslenme Biçimi Dünü-Bugünü" [turkoloji.cu.edu.tr/ HALKBILIM/51.php](http://turkoloji.cu.edu.tr/ HALKBILIM/51.php) - Erişim Tarihi:10.11.2017.
- Kültür ve Turizm Bakanlığı Resmi İnternet Sitesi, İnternet Adresi: [http://www.kulturturizm.gov.tr/portal/kultur\\_tr.asp?belgeno=40910](http://www.kulturturizm.gov.tr/portal/kultur_tr.asp?belgeno=40910)(Alındığı tarih: 11.11.2017).
- Küçükaltan, G. (2009). "Küreselleşme Sürecinde Gastronomide Yöresel Tatların Turistlerin Destinasyon Tercihlerine ve Ülke Ekonomilerine Etkileri", III. Ulusal Gastronomi Sempozyumu ve Sanatsal Etkinlikler, 17 – 18 Nisan, Antalya.
- Küçükaslan, N. ve Baysal, A. (2009). "Beslenme İlkeleri ve Menü Planlaması", İzmir: Ekin Basım Yayın Dağıtım.
- Mehmet, M.A. (1992). "Romanya'da yaşayan Türk Mutfağı" IV. Milletlerarası Türk Halk Kültürü Kongresi Bildirileri V. Cilt Maddi Kültür, Feryal Matbaası, Ankara.
- Merdol, T.K. (1998). "Tarihten günümüze toplumlar ve beslenme alışkanlıkları", Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları, Yayın No:22, 135-143, Ankara.
- Mckercher, B., Okumuş, F. ve Okumuş, B. (2008). "Food tourism as a viable market segment: it's all how you cook the numbers", *Journal Of Travel & Tourism Marketing*, 25(2): 137 - 148.
- Musmann, K. D. ve Can, P. (1994). "Mutfak Hizmetleri", Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açık öğretim Fakültesi Yayınları Yayın No: 397, Eskişehir.
- Nuhoğlu, F. (2005). "Türk mutfağından Yedi Renk". İstanbul: Pozitif Yayıncılık.
- Oğuz, O. (1990). "Üçüncü Milletlerarası Yemek Kongresi Açılış Konuşması", Ankara, Konya Kültür ve Turizm Vakfı Yayını Bildiri Kitabı 7-12 Eylül.
- Okumuş, B., Okumuş, F. and McKercher, B. (2007). "Incorporating Local and International Cuisines in The Marketing of Tourism Destinations: The Cases of Hong Kong and Turkey". *Tourism Management*, (28): 253 – 261.
- Öncel, S. (2015). "Türk Mutfağı ve Geleceğine İlişkin Değerlendirmeler", *Journal of Tourism and Gastronomy Studies* 3/4 (2015) 33-44.
- Öz, T.A. ve Şahin, T. (2014). "Bir Mersin Yöresi Lezzeti: Batırık", 4. Geleneksel Gıdalar Sempozyumu, 17-19 Nisan 2014, (ss. 207-210). Adana.
- Özbek, M. (2013). "Beslenme Kültürü Ve İnsan", Alter Yay. Rek. Org. Tic. LTD. ŞTİ., Ankara.
- Özmen, E., Özer, C.O., ve Kılıç, B. (2010). "Göller Bölgesinden Geleneksel Bir Gıda: Burdur Şiş Köfte", "1. Uluslararası Adriyatik'ten Kafkaslara Geleneksel Gıdalar Sempozyumu". 15-17 Nisan 2010, (ss. 364-366). Tekirdağ.
- Pekyaman, A. (2008). "Turistik Satın alma Davranışında Destinasyon İmajının Rolü Afyonkarahisar Bölgesinde Bir Araştırma", Yayımlanmamış Doktora Tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Afyonkarahisar.
- Ryu, K. and Jang, S., (2006). "Intention to Experience Local Cuisine in a Travel Destination: The Modified Theory of Reasonable Action", *Journal of Hospitality and Tourism Research*, 30 (4): 507 – 516.
- Shenoy, S., (2005). "Food tourism and the culinary tourist. Clemson University", Unpublished Ph.D. Doctoral Thesis.
- Serçoğlu, N., (2014). "Yöre Halkının Mutfak Kültürünü Tanıma Durumunun Tespit Edilmesi: Erzurum İli Örneği", *Journal of Tourism and Gastronomy Studies* 2/4 (2014) 36-46.
- Seyitoğlu F., ve Çalışkan, O. (2014). "Turizm Literatüründe Türk Mutfağı Üzerine Yapılan Araştırmaların Değerlendirilmesi", *Journal of Tourism and Gastronomy Studies* 2/4 (2014) 23-35.

- Sormaz, Ü. (2015). "İstanbul'da Yiyecek İçecek Sektöründe Hizmet Veren İşletmelerin Türk Mutfağı Uygulamaları", *Journal of Tourism and Gastronomy Studies* 3/1 (2015) 48-54.
- Şahin, H. (2008). "Türkiye Selçuklu ve Beylikler Dönemi Mutfağı", Bilgin, A. ve Samancı, Ö. (Ed.) *Türk Mutfağı, Kültür ve Turizm Bakanlığı Sanat Eserleri Dizisi* 476, Ankara.
- Şahin, Güzel G., ve Ünver, G. (2015). "Destinasyon Pazarlama Aracı Olarak "Gastronomi Turizmi": İstanbul'un Gastronomi Turizmi Potansiyeli Üzerine Bir Araştırma", *Journal of Tourism and Gastronomy Studies* 3/2 (2015) 63-73.
- Şanlıer, N, Cömert, M. ve Duru-Özkaya, F. (2012). "Gençlerin Türk Mutfağına Bakış Açısı", *Milli Folklor*, (21)94, 152-161.
- Şanlıer, N. ve Arıkan, B. (2001). "Elazığ Mutfağından Unutulmak Üzere Olan Birkaç Yemek", *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar, Türk Halk Kültürü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları Yayın*, No:29, 167-175.
- Şanlıer, N., Hassan, A.T., Özkaya, F., Pelit, E., Güçer, E., Cömert, M., ve, Konaklıoğlu, E. (2010). "Geleneksel Et ve Etli Yemeklerin Üniversite Gençleri Tarafından Bilinme Durumu", 1. Uluslararası Adriyatik'ten Kafkaslara Geleneksel Gıdalar Sempozyumu". 15-17 Nisan 2010, (ss. 374-376). Tekirdağ.
- Şavkay, T. (1998). "Mutfağımız Büyük Bir Kültürel Renkliliğe Sahip", *Türsab Dergisi*, 71, 44-46.
- Talas, M. (2005). "Tarihi Süreçte Türk Beslenme Kültürü ve Mehmet Eröz'e Göre Türk Yemekleri", *Selçuk Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Dergisi*, 18, s.273-283, Konya.
- Tekgül, N. ve Baykan, S. (1993). "Evlerimizde Pişirilen Pilav Çeşitleri", *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları*, No:3, 1-11, Ankara.
- Tezcan, M. (2001). "Türk Yemek Antropolojisi Yazıları", T.C. Kültür Bakanlığı Yayınları, Ankara.
- Tikkanen, I. (2007). "Maslow's Hierarchy and Food Tourism in Finland Five Cases", *British Food Journal*, Vol:1009, No:9.
- Toygar, K. ve Toygar, N.B. (2005). "Eski Türk Besinleri ve Yemekleri", *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar*, Cilt:12, Ankara.
- Tuncel, M. (2000). "Fast Food (Hızlı Yemek) Sisteminin Türk Mutfağına Uyarlanması ve Bir Uygulama", Yüksek Lisans Tezi, Eskişehir.
- Türk, H. (2002). "Nusavrilik ( Arap Aleviliği) ve Nusayrilerde Hızır İnanıcı", Ankara, Ütopya Yayınevi.
- Uhri, A. (2011). "Boğaz Derdi, Arkeolojik, Arkeo-botanik, Tarihsel ve Etimolojik Veriler Işığında Tarım ve Beslenmenin Kültür Tarihi", Ege Yayınları, Kitap Matbaacılık San. Tic. LTD. ŞTİ., İstanbul.
- Urbaş, C., ve Akman, M. (2009). "Silifke Yöresinde Yetişen Bazı Yöresel Ürünlerin Geleneksel Hazırlama ve Saklama Şekillerinin Saptanması", II. Geleneksel Gıdalar Sempozyumu, 27-29 Mayıs 2009, (ss: 227-230). Van.
- Uyar, H., ve Zengin, B. (2015). "Gastronomi Turizminin Alternatif Turizm Çeşidi Olarak Değerlendirilmesi Bağlamında Gastronomi Turizm İndeksinin Oluşturulması", *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, Yıl: 3, Sayı: 17, Eylül 2015, 355-376.
- Üner, E.H. (2014). "Her Şey Dahil Sistemde Türkiye Gastronomi Turizmi Potansiyelinin Değerlendirilmesi" Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Atılım Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Ünver, S. (1952). "Fatih Devri Yemekleri", İstanbul Üniversitesi Tıp Tarihi Enstitüsü, İstanbul.
- Yar, H.S. (2008). "Osmanlı Sarayında Mutfak Kültürü ve Sofra Gelenekleri", Yüksek Lisans Tezi, İstanbul
- Yetiş-Ardıç, Ş. (2015). "Kapadokya Yemek Kültürü ve Mustafapaşa Beldesi (Sinassos) Örneği", *Journal of Tourism and Gastronomy Studies* 3/2 (2015) 12-19.
- Yılmaz, A. (2002). "İş Yerimiz Mutfak, Mesleğimiz Aşçılık, Sanatımız Pişirmek", Boyut Yayınevi, İstanbul.
- Yılmaz, K. (2017). "Çerkez Mutfak Kültürü, yemek Gelenek ve Görenekleri", Tunç Yayıncılık, İstanbul.
- Yüncü, H.R. (2010). "Sürdürülebilir Turizm Açısından Gastronomi Turizmi ve Perşembe Yaylası". 11. Aybastı-Kabataş Kurultayı, Ankara.