



Türk Mutfağı ve Geleceğine İlişkin Değerlendirmeler (Turkish Cuisine and an assessment on its Future)

*Sibel ÖNÇEL^a

^aAnadolu University, Faculty of Tourism, Department of Gastronomy and Culinary Arts, Eskişehir, Turkey

Makale Geçmişi

Gönderim Tarihi:16.08.2015

Kabul Tarihi:10.11.2015

Anahtar Kelimeler

Türk mutfağı
Türk mutfak kültürü
Beslenme
Tarihsel gelişim
Turizm

Öz

İnsanın yaşamını devam ettirebilmesi için ihtiyaç duyduğu en önemli şey yemektir. Yemek yeme alışkanlıkları toplumdaki farklılıklar göstermektedir. Bir toplumun yaşam şekli o toplumun beslenme kültürünü yansıtmaktadır. Yaşam şeklinin değişmesi, beslenme alışkanlıklarının ve kültürünün değişmesinde önemli bir etkidir. Ateşin bulunuşu, insanlık tarihinin yükselişini gösteren en önemli bulgudur. Ateşin keşfedilmesi ilk yemek pişirme yöntemlerinin de ortaya çıkmasını sağlamıştır. Ateşte pişirilerek dayanıklılığı artırılmış toprak kaplar, ilkel mutfakın ilk insan yapımı gereçleridir. İlk insanlar, madeni işlemeyi öğrendikten sonra madenden yapılmış kapları kullanmaya başlamışlar, yaşadıkları mağaralarda araç gereçlerini ayrı bir yerde saklamışlardır. Araç gereçlerini ayrı bir yerde saklamaları, o dönemlerde bile mutfak düşüncesinin oluştuğunu göstermektedir. Teknolojinin gelişmesi insan hayatını her anlamda kolaylaştırmıştır. Gelişmelerin özellikle yemek hazırlama konusunda hayatı kolaylaştırması, zahmet gerektiren yiyeceklerin zamanla unutulmasına neden olmuştur. Bu bakımdan teknolojik gelişmelerin özellikle yemek kültürüne olumlu etkileri olduğu kadar olumsuz etkileri de olmuştur. Bu çalışmada, Türk mutfak kültürünün tarihsel gelişimi, mizahi yönleri, sağlıklı beslenme içinde Türk mutfak kültürü, turizm işletmelerinde Türk mutfağının tanıtım ve pazarlanmasına ilişkin öneriler sunulmuştur.

Keywords

Turkish cuisine
Turkish food culture
Nutrition
Historical development
Tourism

Abstract

Nutrition is one of the most important things necessary for the survival of human beings. Dining practices vary in different communities all around the world. Life practices of a communities also reflect food culture of that community. Moreover, any changes in the life practices of a community is an important aspect of changes in the nutritional practices and culture. Invention of fire is an important point in the rise of human civilization. This innovation also led to new cooking practices. Pottery, which was strengthened by heat, were the early manmade kitchenware of the history. Further, man started to use metal pots and pans after learning how to process metal, and keep them in a specific area in their caves. This is the proof of a kitchen even in the earlier periods of human history. On the other hand, advances in the technology have facilitated life in every aspect. Although these improvements have resulted in ease of life, they have also caused negligence of food that are difficult to prepare. It can be commented that technology has resulted in both negative and positive impacts on the food culture. This study offers an assessment of the historical development of Turkish cuisine, humorousness of the cuisine, Turkish food culture in terms of healthy nutrition, and proposes suggestions on the promotion and marketing of Turkish cuisine.

*Sorumlu Yazar

sguler@anadolu.edu.tr (S. Önçel)

GİRİŞ

Gastronomi uzmanlarına göre, Türk mutfağı dünyanın önemli mutfakları arasında yer almaktadır. Türk mutfağının çeşit zenginliğini birçok etkene bağlamak mümkündür. Bir çok kültürün bir arada yaşaması kültür mozaigi ve yemek kültürü anlamında çeşit zenginliğini sağlayan etmenler arasında yer almaktadır. Orta Asya'dan günümüze değin kültürlerin bir arada yaşaması sonucu oluşan Türk mutfağı, günümüzde dünya mutfakları arasındaki yerini alabilmesi için doğru bir pazarlama stratejisi, doğru bir konumlandırma ile gastronomi turizmi içinde destinasyonlara çekicilik unsuru kazandırabilecek güce sahiptir (Bucak ve Aracı, 2013, s. 207).

Türk mutfağı ile ilgili çalışmalar incelendiğinde, bu konuya ilişkin çok sayıda çalışmanın alanyazında yer aldığını görebilmek mümkündür. Özdemir ve Kınay (2004), çalışmalarında Türkiye'ye gelen yabancı turistlerin Türk mutfağına ilişkin görüşlerini incelemişlerdir. Kızıldemir, Öztürk ve Sarıışık (2014), Türk mutfak kültürünün tarihsel gelişiminde yaşanan değişimleri ortaya koyan önerilerde bulunmuşlar ve konargöçer bir toplum olan Türklerin tarih sahnesine çıktıkları andan itibaren yeme içmeye önem verdiklerini vurgulamışlardır.

Ertaş ve Karadağ (2013), Türk mutfak kültürünü farklı bir açıdan ele alarak sağlıklı beslenme ile olan ilişkisini ele alan bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Şanlıer, Cömert ve Özkaya (2008), Türk mutfağında geleneksel tatlı ve helvaların gençler tarafından tanınma durumunu incelemişlerdir. Söz konusu çalışmada anket yöntemi kullanılarak 270 öğrenciye ulaşılmıştır. Gençlerin Türk mutfak kültüründeki pek çok tatlı ve helva çeşitlerini tanımadıkları ortaya çıkmıştır.

Sormaz (2015), İstanbul'da yiyecek içecek sektöründe hizmet veren işletmelerin Türk mutfağı uygulamalarına ilişkin bir çalışma gerçekleştirmiştir. Çalışma, 370 yiyecek-içecek işletmesinin yerli ve yabancı misafirlere sundukları Türk Mutfağı uygulamalarını araştırmak amacıyla yapılmıştır. Türk mutfağının tanıtılmasında turizm işletmelerinin menülerinde Türk mutfak kültürü ve yemeklerine daha fazla yer vermesi gerektiği sonucuna ulaşılmıştır.

Türk mutfak kültürü ve Türk mutfağı hakkında yapılmış çalışmalar incelendiğinde mutfak kültüründe yaşanan değişimler ve bu değişimlerin kültürü nasıl etkilediğine yönelik sonuçlar üzerine yapıldığını görebilmek mümkündür. Menülerin özellikle gençler ve Türkiye'yi ziyaret eden yabancı misafirlere tarafından tanınma oranları ve Türk mutfağının tanıtım ve pazarlanmasına ilişkin öneriler getiren çalışmalara da rastlanmaktadır. Son zamanlarda sağlıklı beslenme alışkanlığının daha çok benimsenmesi ile Türk mutfağı sağlıklı beslenme ilişkisini araştıran çalışmalar da yapılmıştır. Türk mutfak kültürü, çeşitliliği ve damak tadına uygunluğu yönünden olduğu kadar pek çok yemek ve yiyecek türü ile sağlıklı ve dengeli beslenmeye ve hatta vejeteryan mutfağına kaynaklık edebilecek örnekleri barındırmaktadır. Bu çalışmada, Türk mutfak kültürünün tarihsel gelişimi, değişim nedenleri ve

sağlıklı mutfak ilişkisi ele alınarak geleceğe ilişkin değerlendirmeler yapılmaya çalışılmıştır.

TÜRK MUTFAĞININ TARİHSEL GELİŞİMİ

Asya ve Anadolu topraklarının sunmuş olduğu ürünlerin çeşitliliği, tarihsel süreç boyunca diğer kültürlerle yaşanan etkileşim, Selçuklu ve Osmanlı saraylarında yeni gelişen tatların varlığı, Mezopotamya'dan kaynaklanan Anadolu mutfağının varlığı gibi etkenler Türk mutfağının renkliliğini ve çeşit zenginliğini sağlayan unsurlardır (Güler, 2010a, s.25).

Türk mutfağının şekillenmesinde Orta Asya Türkleri, Selçuklu ve Osmanlı döneminin etkisi büyüktür. Ayrıca günümüz Türk mutfağının şekillenmesinde ve zenginleşmesinde, Türkiye'de yaşamış olan uygarlıkların da etkisi büyüktür (Güler ve Olgaç 2010, s. 228). Orta Asya'dan Anadolu'ya göçen Türkler, tarihsel geçmişleri nedeniyle zengin bir kültüre sahiptirler. Orta Asya göçebe insanının et ve mayalanmış süt ürünlerini kullanmaları, Mezopotamya'nın tahılları, Akdeniz çevresinin sebze ve meyveleri, Güney Asya'nın baharatı ile birlikte kullanılarak Türk yemek kültürünün zenginleşmesinde etkili olmuştur (Baysal 1993b, s. 12).

Orta Asya Türkleri, tarım ve hayvancılıkla uğraşmışlardır. Ancak tarım hayatları göç ettikleri bölgelerdeki yabancı bitkileri işlemekle sınırlıdır (Şavkay 1998, s. 45). Yemeklerde en çok buğday ve buğday unu ile yapılan yağlı hamur işleri daha ön plana çıkmıştır. Özellikle darıdan yapılan boza, Orta Asya Türklerinin ilk gıdaları arasında yer almaktadır. Orta Asya Türkleri için, at hem önemli bir beslenme kaynağı hem de ulaşım aracı olmuştur. Eski çağlardan beri Türklerde, eti yenen hayvanların başında koyun gelmektedir. Koyunu sırasıyla, keçi ve sığır izlemektedir. Bu hayvanlar süt üretimi için kullanılmaktadır. Süt, süt olarak içildiği gibi, yoğurt, kımız, kefir ve peynir yapımında da kullanılmaktadır. Mayalanmış kısrak sütünden elde edilmiş kımız, eski Türklerin en önemli içkileri arasında yer almaktadır (Baysal 1993a, s. 32). Yoğurt, taze olarak tüketilmeyecekse kurutulmuş kışın tüketilmek üzere saklanmaktadır. "Kurut" adı verilen kurutulmuş yoğurt, Anadolu'da bazı yörelerde hala görülmektedir (Yılmaz 2002, s. 52). Yoğurda ılık suyun katılıp, hayvan derilerinden elde edilen tulumlarda çalkalanıp tereyağı çıkartılması, yağı alındıktan sonra tuz konularak kaynatılması ve süzülmesi ile çökelek, keş gibi peynir türlerinin yapılması geleneği hala devam etmektedir (turkoloji.cu.edu.tr).

Türk mutfak kültürü içinde Selçuklular yemek çeşitleri, yemek pişirme ve muhafaza teknikleri ile kendilerine has bir mutfak kültürü oluşturmuşlardır. Et, un ve yağ, Selçuklular döneminde yemek alışkanlığının simgesi olarak görülmektedir. Bu gıda maddelerinin diğer gıda maddeleri ile veya birbirleriyle karıştırılarak çeşitli pişirme teknikleri ile nefis tatlar ortaya çıkarmışlardır (Gülal ve Korzay, 1987, s.103). Paça yemeği, etli pide, tutmaç, hoşmerim, pekmez, boza, sucuk, pastırma gibi yemek isimleri Selçuklular döneminden beri değişmeden günümüze kadar ulaşabilmiştir.

Selçuklularda kuşluk ve akşam (zevale) yemeği adı verilen iki öğün bulunmaktadır. Kuşluk, sabahla öğlen

arasında yapılmaktadır. Bu öğünde özellikle tok tutan yemekler tercih edilmektedir. Akşam (zevale) yemeği hava kararmadan yenmekte ve bu öğünde bol çeşit bulunmaktadır. Günümüzde çok moda olan “brunch” aslında Türklerin yıllar önce uyguladıkları kuşluk yemeğinden başkası değildir (Yılmaz 2002, s.53). Selçuklular döneminde et başlıca yemek malzemesidir. Kuzu, erkeç, keçi, at ve tavuk en çok eti yenen hayvandır. Bunlara kuşlar ve balıklar ilave edilebilir. Kesilen hayvanın sakatatının çok tüketildiği Selçuklularda, sebze yemekleri pek tercih edilmemiştir (Güler, 2010a, s.25).

Türklerin, İslamiyet’i seçmelerinden sonra yiyecek içecek kültürlerinde dinin etkisi görülmektedir. Örneğin, Kuran-ı Kerim’de yasak olan domuz eti Türk mutfağında hiç yer almamıştır. Eşek, at, katır gibi tek tırnaklı hayvanların eti ve sütü de yine dinin etkisiyle Türk mutfağına hiç girmemiştir. Günümüzde de Türk mutfak kültüründe bu tür hayvanlar hala yer almamaktadır (Beşirli, 2010, s.167).

İslam dininde alkolün yasak olmasından dolayı alkol içeren içeceklerden vazgeçilmiştir. İçinde az miktarda alkol bulunan kefir gibi içecekler, bazı bölgelerimizde çok az miktarlarda ve sadece sağlık gerekçeleriyle kullanılmaktadır (Baysal 2002, s.2). İslam dininin etkisiyle Arap mutfağının varlığı Türk mutfağında daha çok hissedilmeye başlanmıştır (Baysal, Merdol, Saçır, Taşçı ve Başoğlu, 1993, s.3). Özellikle Güneydoğu bölgesi yemeklerinde Arap mutfak kültürünün etkisi fazladır. Baharatın fazla kullanılması, örneğin acı biberin kullanımı bu etkinin örneklerindedir (Güler, 2010a,s. 25).

Osmanlı İmparatorluğu’nun gelişmesine paralel olarak Türk mutfağı önemli gelişmeler göstermiştir. 15. yy.’da yemekler çeşit bakımından daha az ve sade iken 16. yy.’da Türk mutfağı en görkemli yıllarını yaşamıştır. Bu zenginlik 17. ve 18. yy.’da devam etmiş, ancak 19. yy.’da Osmanlı İmparatorluğu’nun fakirleşme sürecine girmesi mutfak kültürüne de yansımıştır (Tuncel, 2000, s.50).

Mutfak, saray yaşamının önemli bir parçası haline gelmiştir. Padişah ve erkânı ile soylular bir sofraya etrafında toplanmayı bir sosyal aktivite olarak görmüş bu yüzden de saray mutfağı daima yenilikler arayan, lezzetli ve zengin türler meydana getiren bir yer olmuştur. Padişah erkânının hoşuna giden yemekleri üretmek ve verilen ziyafetleri daha gösterişli yapabilmek için aşçılar birbirleriyle yarışarak Türk mutfağının zenginleşmesine katkıda bulunmuşlardır (Cığırım 2001, s.56). Türk mutfağının Osmanlı İmparatorluğu döneminde gelişmesinin diğer bir nedeni de Osmanlı İmparatorluğu’nun çok geniş coğrafi alana hakim olması ve bunun sonucunda çok farklı kültürlerle tanışması ve etkilenmesidir (Tuncel 2000, s.50).

Osmanlı İmparatorluğu döneminde Türk mutfağı, saray mutfağı ve halk mutfağı olmak üzere ikiye ayrılmaktadır: *Saray mutfağı*, Padişah, Valide Sultan ve Divan halkı için hazırlanmış gösterişli sofralardır. Kalabalık saray çevresini doyurabilmek için aşçılar, yeni yeni yemekler icat etmişlerdir. 1200’e varan kadrosuyla sadece saray çevresine değil, aynı zamanda gelen konukların yemek ihtiyaçlarına da cevap vermeye çalışmışlardır (Yılmaz 2002, s. 53). Tarihsel

olarak Osmanlı başkentleri ve büyük kentlerde saray köşk ve konaklardan kaynaklanan saray mutfağı ve yöresel halk mutfağı biçimindeki ayırım da sosyo-ekonomik farklılaşmayı ifade etmektedir. Özellikle sarayda, konak ve yalılardaki yemek gelenekleri çeşit bakımından son derece zengindir, ziyafetler gibi etkinlikler yoluyla toplumsal bir nitelik taşımaktadır. Buna karşılık yöresel halk mutfağı daha sadedir (tafed.org, 2014). Saray mutfağının gelişimi, Fatih Sultan Mehmet’in 15. yy.’ın ikinci yarısında Topkapı Sarayı’na yeni mutfaklar yaptırmasıyla başlamıştır (Mussmann ve Pahalı 1994, s.17). Marmara Denizi’ne bakan, sayısız kubbe ve bacalarıyla dikkat çeken bu mutfaklara “ Yeni Saray” adı verilmiştir (Gürkan 2007, s.5).

Fatih Sultan Mehmet’in 1453 yılında İstanbul’u fethetmesiyle saraydaki Osmanlı yemeklerinde büyük değişiklikler yaşanmıştır. Deniz ürünlerinin tüketimi bu dönemde oldukça artmıştır. Yine bu dönemde Fatih Kanunnamesi ile Osmanlılarda ilk defa yemek yeme kuralları uygulanmaya başlanmıştır. Fatih Sultan Mehmet döneminde yemeğin çeşitliliğinden çok sade ve doyuruculuğuna önem verilmektedir. Saraydaki görevlilere verilen yemekler arasında, lahana çorbası, baklava, yoğurtlu ve ıspanaklı büryani, pekmezli yoğurt tatlısı, yoğurtlu pazı, ayran ve şerbet yer almaktadır (Ünver 1952, s.42).

Halk mutfağı, Osmanlı İmparatorluğu döneminde, saray mutfağı kadar gösterişli olmasa da lezzet ve çeşit bakımından çok zengindir. Misafirperver bir yapıya sahip olan halk, hazırlanan yemekleri misafirlerine beğendirebilmek için çok çaba göstermişler ve bunun için özel lezzetler ortaya çıkartmışlardır.

Tarihsel birikim ve çeşitlilik, yaşanan coğrafyanın zenginliği, kaliteli ürünler Türk mutfağının temelini oluşturan esas öğelerdir. Bunların getirdiği imkânlar Türk mutfağının özelliklerini geliştirmiştir. Türk mutfak kültürü, çeşitliliği ve damak tadına uygunluğu yönünden olduğu kadar pek çok yemek ve yiyecek türü ile sağlıklı ve dengeli beslenmeye ve hatta vejeteryan mutfağına kaynaklık edebilecek örnekleri barındırmaktadır. Türk mutfağının özelliklerini sıralamak gerekirse;

- Türk mutfağında ana yiyecek maddesi ekmeçtir.
- Türk mutfağında, yemeklerde alışkanlıklar önemli rol oynar.
- Türk mutfağında hamur işleri yemek çeşitleri arasında en önde gelenlerdendir.
- Türk mutfağında sebzelerin etli, soğanlı, domatesli ve salçalı pişirilmesi yaygındır.
- Türk mutfağında özellikle kırsal bölgelerde kendi kendine yetişen otlar, mantar ve köklerden fazlaca yararlanılır.
- Türk mutfağında yağ çok önemlidir. Zeytinyağı çoğunlukla Batı Anadolu mutfağında kullanılır. Sütten elde edilen yağlarla, iç ya da kuyruk yağı ülkemizin her bölgesinde yaygın bir biçimde kullanılır.

- Türk mutfağında yoğurt önemli bir gıda kaynağıdır. Yemeklerin üzerine sade ya da sarımsaklı yoğurt dökmek ve serinlemek için ayran tüketimi de oldukça yaygındır.

- Türk mutfağında sos servisi yoktur. Son yıllarda batı mutfaklarının etkisi ile yemeklerin yanında sos servisi yapmak yaygınlaşmaya başlamış olsa da hala eski gelenekler uygulanmaya devam etmektedir.

- Türk mutfağında çeşitli baharatlar kullanılır. Salata, çorba ve yemeklerde, maydanoz ve dereotu ile yaş ve kuru nane kullanımı yaygındır.

- Türk mutfağında yemeklerde süslemeye fazla önem verilmez. Yemeklerin görünüşünden çok lezzetli olmasına özen gösterilir.

Günümüz Türk mutfağı, Türkiye’de yaşamış olan uygarlıkların etkisiyle gelişmiş ve zenginleşmiştir. Türk mutfağı batı mutfaklarından etkilenmiştir ancak diğer mutfak kültürlerini de etkilemiştir. Örneğin, pasta Fransız mutfağından, makarna İtalyan mutfağından Türk mutfağına girmiştir. Bunun yanında, buğday unundan yapılan hamurun açılmasıyla yapılan erişte, eskiden beri kırsal kesimde çok fazla tüketilmektedir. Bu da, makarnanın Anadolu’dan İtalya’ya geçtiğini düşündürmektedir (Baysal 1993a, s.39). Türk mutfağı genel hatlarıyla şu şekilde açıklanabilir;

Türk yemekleri tarım ve hayvansal ürünlere dayanır: Türkler Orta Asya ve Anadolu’ya göç ettikten sonra, tarım ve hayvancılıkla uğraşmışlardır. Tarım ve hayvancılıkla uğraşmaları doğal olarak beslenme biçimlerine de etki etmiştir. Türk yemekleri çoğunlukla hayvani ürünlerden oluşmaktadır. Bu durum, Türk yemeklerinin lezzetini olumlu yönde etkilemiştir (Toygur 1981, s.153).

Türk yemekleri, halkın yaşadığı coğrafi bölgelere göre değişiklik göstermektedir: Türkiye’nin birçok yöresinde değişik yemek çeşitleri bulunmaktadır. Ancak her bölgenin kendine özgü, beslenme kültürü ve pişirme teknikleri vardır (Maviş 2003, s.58). Türkler yaşadıkları yerlerdeki faydalı şeylerden yararlanmasını bilmişlerdir. Yerleşme yerinin fiziki, beşeri ve ekonomik durumu yemeklerin lezzetini ve yaygınlığını etkilemiştir (Maviş, 2003, s.60).

Türk yemekleri tarihi gelişimi içerisinde sosyal yapıya göre de değişiklikler göstermektedir: Anadolu bir kültür mozaiğidir. Farklı yörelerde farklı kültürel özellikler görülmektedir. Türk kültür tarihi incelendiğinde büyük şehirler ve kasabalarda yemek çeşitliliğinin ve zenginliğinin gelişmiş olduğu görülmektedir (Maviş, 2003, s.58, Güler, 2010a, s.29). Zenginlik ve çeşitliliğin en büyük nedenlerinden bir tanesi farklı kültürlerin bir arada yaşamasıdır. Bu mozaik yeme içme kültürünün zenginleşmesini sağlamıştır.

Türk yemekleri özel günler ve törenlere göre değişiklikler göstermektedir: Türk mutfağının gelişmesinde özel günler için hazırlanan yemekler önemli bir yer tutmaktadır. Özel günler her zamanki yaşamdan daha farklı faaliyetler içeren zaman dilimidir. Aileye özgü özel günler ve toplumsal özel günler için hazırlanan yemekler bölgeden bölgeye farklılık göstermektedir. İnsan hayatındaki sevinçli ve acılı günlerin diğer insanlarla paylaşılmasında yemek,

önemli bir yer tutmaktadır. Bu özel günlerde yapılan yemekler Türklerin ikram konusunda ne kadar cömert olduğunu göstermektedir (Halıcı, 1997, s.65).

Gelenek ve görenekler ile dini inanç yemek çeşitlerini etkilemiştir: Bazı yiyeceklerin tercih edilmesi bazılarının da tercih edilmemesinde özellikle dini inançların etkisi görülmektedir (Merdol 1998, s.140). Dinlerin bazı yiyeceklere özel önem vermesinin yanı sıra bazılarında yasaklar getirmesi, farklı kültürel kimliklerin oluşmasında etkilidir. Aynı dinin, farklı mezheplerine mensup bireyler arasında yenilebilecek ve yenilemeyecek yiyecekler konusunda dinin temeliyle çelişmeyecek farkları görmek mümkündür. Bu durum mezhep mensuplarının yaşadığı coğrafya ve beslenme alışkanlıkları ile açıklanabilir. Bu durum sadece farklı mezhepler için geçerli değildir aynı mezhepte yer alan farklı İslam toplulukları için de geçerlidir. Aynı mezhepe ait olanlar için yiyecek olan bir hayvan, kültürel süreçlerin etkisiyle başka bir toplulukta besin olarak kabul görmektedir. Orta Asya coğrafyasında at ve at sütünden elde edilen kırmızın besin olarak tüketilmesi bunun en tipik bir örneği olarak verilebilir (Beşirli, 2010, s.167). Türk mutfak kültüründe sembol yönü olan yiyeceklerden biri de helvadır. Türklerin tatlı veya helva ile tanışmaları İslam’ın kabulü ile başlamıştır. Selçuklu ve Osmanlılar zamanında helvanın sıradan bir besin olmaktan çıkarak sosyolojik bir değer kazanmasıyla helva etrafında zengin, güçlü ve etkileyici bir kültürün oluştuğu görülmektedir. Anadolu Selçukluları zamanında helva yas, sevinç ve manevi bir bereketi paylaşmanın sembolü olarak görülmektedir (Közleme, 2013, s.392)

TÜRK MUTFAK MİMARİSİ, KULLANILAN ARAÇ GEREÇLER

Türk Mutfağı denildiğinde, yiyecek ve içecekler, bu yiyecek ve içeceklerin hazırlanmasında kullanılan araç gereçler ile yemek töresi anlaşılmaktadır. Bir milletin medeniyet seviyesini anlayabilmek için evinde kullandığı araç gereçlere bakmak yeterli olacaktır. VII. yüzyıldan itibaren insanların yaşadıkları yerlerde, yemekte kullanılan araç gereçler için ayrı bir alanı mutfak olarak kullanmaya başladıkları görülmektedir. Beslenme konusunda antik yazarlar ve yazıtların verdiği bilgiler, arkeolojik veriler ile desteklenmekte ve tamamlanmaktadır. En somut ve dolaysız arkeolojik bulgular, besin maddelerinin günümüze ulaşmış kalıntılarıdır (Aksu, 2015).

Eski Türklerde mutfaklar, evin dışında avluda ya da alt katlarda yer almaktaydı. Anadolu’nun birçok yerinde hala bu tip eski mutfaklar kullanılmaktadır. Yörelere ve bölgelere göre mutfak tipleri değişiklik göstermektedir. Bu yüzden tek tip bir mutfaktan bahsetmek doğru değildir. Eski Türklerden günümüze kadar gelebilen araç gereçler arasında yer alan tandırın kullanımı ve mutfak alanı içinde yerleştirilmesi bile yörelere göre farklılık göstermektedir. Bazı yörelerde mutfak içinde, bazı yerlerde ise tandır odası, tandır evi denilen ayrı bir bölümde yer almaktadır (Köşklü, 2005, s.156).

Tandır yere gömülmüş, çömlek biçiminde, Gav denilen yağlı, killi kırmızı topraktan hazırlanan çamur ile yüksek ısıya dayanıklı olan tandır taşlarının örülmesi ile yapılan fırın

olarak tanımlanabilir. Tandır; küçük, orta ve büyük olmak üzere üç çeşittir. Küçük tandır daha çok ocak olarak kullanılır, ekmeğin pişirilmesi için. Orta tandır ise en sık kullanılan çeşittir. Bu tandırda ekmeğin pişirildiği gibi diğer işler için de kullanılmaktadır. Büyük tandır ise iki sıra lavaş ekmeği alabilecek büyüklüktedir. Genelde kalabalık ailelerin tercih ettiği bir çeşittir. Büyük tandırın kullanıldığı yerlerde çoğunlukla küçük ya da orta tandır da bulundurulmaktadır (Güler, 2010b, s. 166).

Kuzine, altında odun ateşinin yakılabileceği, üzerinde fırın ve yüzeyde ocak yeri bulunan basit ocaklı bir fırındır. Yakılan odunun veya kömürün dumanı, boru aracılığı ile bacaya verilir. Kapalı sistem olarak hem pişirme hem de ısınma aracı olarak kullanıldığından, tandıra göre enerji yönünden daha ekonomiktir (www.ascilik.net, 1999).

Eski Türk Mutfağında modern mutfak dolapları yerine araç gereçleri (kapları) koymak için "terek" denilen raflar kullanılmakta, bakırdan yapılmış kalaylanmış tabak ve tencereler, tahta kaşıklar, toprak tencereler, küpler, mangallar, ibrikler mutfağın vazgeçilmez araç gereçleri arasında yer almaktadır. Güveç, sırlı toprak kaplar arasında yer almaktadır, ancak günümüzde kullanımı oldukça azdır. Paslanmaz çelikten yapılmış tencereler ve tavalar daha çok tercih edilmeye başlanmıştır. Bunun yanında kalaylı bakır tencere ve tavalar hala kullanılmaktadır. Son yıllarda teflon tencere ve tavaların kullanımı da artmıştır. Sac, genelde üzerinde yufka (ekmek) yapmak için kullanılır. Ayrıca tek kat açılmış börek (sac böreği), etli ekmeğin, gözleme, pide ve katmer yapmak için de kullanılmaktadır (Koca ve Yazıcı, 2014, s.39). Sacın iç yüzeyi sac kebabı yapımında da kullanılmaktadır.

Ceviz, susam, sarımsak ezmek için havan kullanılmaktadır. Fındık, ufak el değirmeninde çekilmektedir. Ancak son dönemde elektrikli karıştırıcılar, sebze doğrayıcılar mutfaklarda daha çok kullanılmaya başlanmıştır (Güler, 2010b, s.166).

Gıdaların saklanması, tahtadan yapılmış sandık ve kutular, sırlı topraktan yapılmış küpler, cam kavanozlar, bez torbalar, plastik bidon ve kaplar kullanılmaktadır. Sap siniler, metal siniler masa yerine kullanılmaktadır. Kırsal kesimde sini üzerinde yemek yeme alışkanlığı devam etmektedir. Sini üzerine herkes için bir kaşık konulmakta, tek bir tabaktan herkes yemeğini yemektedir. Şehirde ise bu alışkanlık neredeyse yok olmuş durumdadır. Artık yemeklerin masaya servis edilmesi ve tüketilmesi alışkanlığı yerleşmiştir. Sazlardan, ince ağaç dallarından yapılmış sepet ve selevler, meyve ve sebzelerin taşınmasında, kurutulmuş sebze ve meyvelerin muhafaza edilmesinde kullanılmaktadır. Türkiye'de yerel mutfakların özgün etkilerini içinde barındıran köklü ve çok yönlü bir mutfak kültürü yaşamaktadır (Güler, 2010b, s.166).

TÜRK MUTFAK KÜLTÜRÜNÜN MİZAHİ YÖNLERİ

Türk Mutfak kültürü incelendiğinde sadece yemeğin yapılmasına ilişkin öğelerden oluşmadığı görülmektedir. Yemek yemeye ilişkin pek çok tutumlar ve davranışlar bulunmaktadır. Bu özellikler Türk mutfak kültürünün gelişmesinde önemli unsurlardır.

Anadolu'da insanlar birbirlerine yemek yerken şaka yaparak kültürümüzün mizahî yönlerini de ortaya koymuşlardır. Bu mizahî yönleri ortaya koyacak örnekler vermek mümkündür (Tezcan, 1996):

Av Çöreğinde Osmanlı Parmağı: Türklerin 1683 yılında Viyana'yı kuşatmaları esnasında Türk toplarının çıkarttığı seslerden korkmuş olan bir fırıncı, elindeki hamuru yere düşürmüştür. Yere düşen hamur yarım ay biçimini almış ve (kuruvasan) ay çöreği bu şekilde doğmuştur. Daha sonra Avusturyalı bir kişi bu hamurun tanınmasında öncülük etmiştir.

Fıstıksız olsun: Devletin ileri gelenlerinden birisinin Gaziantep'e yaptığı bir ziyaret sırasında, yörenin en güzel yemekleri ikram edilmiştir. Ancak gelen her yemek fıstıklı olduğundan "Kahveniz nasıl olsun?" diye sorulduğunda, konuk "Fıstıksız olsun" demiştir.

Nefis öldürme: İki Bektaşî yemeğe gitmiş ve bol bol yiyip içmişler. Yemek yiyenlerden birisi yere düşüp ölmüş. Öteki ise yarı baygın bir haldeymiş. Ev sahibi "Ey Erenler doydunuz mu?" diye sormuş. Yarı baygın olan, "Merhum doydum, ama ben nefis öldürüyorum" demiş.

Arkası Yufka: Anadolu'da ev sahibi, konuklarına yemek ikram edeceği sırada, "Arkası yufka, bu yüzden karnınızı iyice doyurun" demiştir. İlk ikram edilen yemekten sonra "Başka güzel bir yemeğim yok" diyerek şaka yapmıştır. Konuklar da buna inanarak yufkadan fazlaca yemeğe başlamışlar. Ancak ilk yemekten sonra pek çok ikramlar gelince, "Arkası yufka dediğin bu muydu?" diye sorarak gülmüşlerdir.

Burada verilen örnekler Türk konukseverliğinin mizahî yönünü ortaya koymaktadır. Türk mutfak kültürü içinde yemek yeme alışkanlıkları ile birlikte mizahî yönünün de gelişmiş olduğunu göstermektedir.

VEJETERYAN TÜRK MUTFAĞI

Yiyecekler, etler ve sebzeler olarak ikiye ayrılmaktadır. Bu ayrım uzun yıllardan beri mevcuttur. Kimileri et yemeği tercih ederken, kimileri de sebze yemeği tercih etmektedir. Vejeteryanlık (etyemezlik), sağlıklı beslenme kavramının daha da önem kazanmasıyla daha çok tercih edilmeye başlanmıştır. Bazı kişiler sağlık nedeniyle, dinsel nedenlerle ve felsefi nedenlerle vejeteryanlığı tercih etmektedirler (Tezcan, 1999, s. 217). Vejeteryanlık, çeşitli motiflere dayanarak, balık ve kanatlılar dahil, hiçbir et türünü tüketmeden yaşamın sürdürülmesidir. Sadece, sebze, meyve, tahıl ve kabuklu yemişlerle beslenmek ana ilke olarak kabul edilmektedir. Ancak bazı vejeteryanlar, süt ve süt ürünleri ile yumurta yemektirler.

Türk mutfağı genelde, şiş-kebab, döner, lahmacun üçlüsünden oluşmuş gibi bir imaja sahiptir. Turistlerin Türkiye'ye geldiklerinde en çok tercih ettikleri hatta ettirildikleri çeşitler bunlardır. Ancak Türk mutfağı, zengin çeşitleri, sağlıklı bir mutfak oluşuyla vejeteryan mutfağına öncülük edecek özelliklere sahiptir (Tamkoç, 2006).

Eski Türklerde et yemeklerinin çok fazla tüketiliyor olması, üzerinde yaşanan coğrafyanın etkisiyle oluşmuş bir

özelliğidir. Ancak Türk mutfağı sebze yemekleri, börekleri, hoşafı, çorbaları ve diğer çeşitleri ile de zengin bir çeşitliliğe sahiptir. Dolayısıyla vejeteryan mutfağını tercih eden kişilerin de tercih edeceği bir mutfak kültürüdür (Güler, 2010b, s. 167).

Türk mutfağında bitkilerle çeşitlendirilmiş ve lezzetlendirilmiş birçok yemek mevcuttur. Bunlardan bir tanesi de dolmadır. Dolma kelime anlamı olarak içi doldurulmuş demektir. Türkiye’de özellikle yaz aylarının vazgeçilmez yemeklerinden bir tanesidir. Dolma etle birlikte hazırlanan yemek çeşidi olarak çok lezzetlidir, ancak aynı zamanda pirinç, fıstık, zeytinyağı ve bitkilerle lezzetlendirilerek de hazırlanmaktadır. Domates, kabak, patlıcan, enginar, yumuşatılmış asma yaprağı, lahanadan dolma yapma geleneği çok yaygındır (Tamkoç, 2006). Bu tür sebze dolmaları ne çok sıcak ne de çok soğuk olarak servis edilerek sofralarda yer almaktadır.

Börek, Türk mutfağının vazgeçilmezleri arasında yer almaktadır. Böreğin değişik hazırlama ve pişirilme biçimleri vardır. Kimi çeşit börek kızartılarak hazırlanırken, kimisi de fırında pişirilmektedir (Güler, 2010b, s. 168). Bazı çeşitlerine kıyma konulmaktadır ama börek içlerinin büyük bir kısmı beyaz peynirle karıştırılmış çiğ yumurta ile hazırlanmaktadır. Vejeteryan olan kişilere peynir ve yumurta konmadan da bu börekleri hazırlamak mümkündür (Tamkoç, 2006). Hafif ateşte kavrulmuş hazırlanmış pazı, ıspanak ve bol kıyılmış soğan ile de aynı lezzeti yakalamak mümkündür.

Türk mutfağında sebzeler hem taze hem de kurutulmuş olarak kullanılmaktadır. Özellikle zeytinyağı ile pişirilmiş sebze yemeklerinin vejeteryan mutfağında önemli bir yeri bulunmaktadır. Sebze yemekleri bol domates ve kıyılmış soğan, maydanoz, dereotu gibi baharatlarla zenginleştirilerek pişirilmektedir. Sebze yemeklerinin istenilen lezzette olabilmesi için hem yumuşak hem de iyi pişmiş olması gerekmektedir.

Türk mutfak kültüründe pilav, çeşitleri ve lezzeti ile ayrı bir öneme sahiptir. Değişik otlar, baharatlar, tahıllar, baklagiller eklenerek değişik türleri elde edilmiş ve lezzeti arttırılmıştır. Türk kültüründe pirinçle hazırlanan pilav “milli yemek” olarak görülmektedir. Kuru fasulyenin yanında pilav tüketmeyen neredeyse yok gibidir. Gençler askerlik dönemlerinden bahsederken ne kadar kuru fasulye ve pilav yediklerinden muhakkak bahsetmektedirler. Pirinç taze sebze, çeşitli bitki ve baharatlarla karıştırıldıktan sonra dolma ya da sarma malzemesi olarak da kullanılmaktadır (Güler, 2010b, s. 168).

Vejeteryan mutfağında önemli bir yeri olan çorbalar, Türk mutfak kültüründe önemli bir yere sahiptir. Ana yemekten önce muhakkak çorba içilmektedir. Türk mutfak kültüründe çorba hem damak tadına uygunluğu hem de sağlıkla ilgili bir misyonu üstlenmiş durumdadır. Üşütmeye, depresyona, mide bozukluklarını iyileştirmeye yönelik hazırlanan çorba çeşitleri bulunmaktadır. Yoğurt çorbası bunlardan bir tanesidir. Damak zevkine hitap edecek şekilde hazırlanacaksa, pirinçli, yoğurtlu, bol naneli ve yağlı olarak; ancak hasta bir kimse için ilaç niyetine hazırlanacaksa yağ

ilave edilmeden sıcak sıcak içilmelidir. Mercimek çorbası, tarhana çorbası, un çorbası gibi çeşitler, günümüzde en çok tüketilen çorbalar arasında yer almaktadır (Güler, 2010b, s.168).

TÜRK MUTFAĞININ DEĞİŞİM NEDENLERİ

Toplumların beslenme kültüründe yaşadığı çevrenin çok önemli bir etkisi bulunmaktadır. Ticaret, savaşlar, göçler ve teknolojik gelişmeler yeni yiyecek çeşitlerinin yayılmasında ve tanınmasında çok etkili olmuştur. Bu etkileşim toplumların yemek kültürlerinde de değişikliğe yol açmıştır. Eğitim seviyesinin yükselmesi ile birlikte, diğer dünya mutfakları hakkında yayınlanmış olan kitap ve dergiler daha çok okunmaya başlanmış ve bu sayede geleneksel yemeklerimiz ve pişirme yöntemlerimiz de değişime uğramıştır. Özellikle kadının çalışma yaşamına girmesi, kentleşme, nüfus artışı, teknolojinin gelişmesi, okur-yazarlık oranındaki artış, fast food ve turizm olayı Türk mutfağının değişmesinde rol oynayan faktörler arasında sayılabilir (Aktaş ve Özdemir 2005, s. 27).

Batı Kültürünün Etkisi

Türk mutfağının Batı mutfak kültürüyle ilişkisi 19. yy.’da Tanzimat Fermanı ile başlamıştır. Bu dönemde Türk mutfak gelenek ve göreneklerinde ve sofrada adabında büyük değişiklikler meydana gelmiştir (Maviş 2003, s. 63). En önemli değişiklik, masada yemek yeme alışkanlığının başlamasıdır. Bu geleneğin II. Mahmut döneminde başladığı, ancak bu tür uygulamaların daha çok Sultan Abdülmecid döneminde yaygınlaştığı görülmektedir (Maviş 2003, s.64).

İstanbul’da açılan Pera Palas, Sümerpalas, Tokatlıyan gibi otel restoranlarında alafranga yemekler yapılarak, Türk mutfağı ilk önce Fransız mutfağı ve sonrasında Rus mutfağı ile tanışmıştır (Toygar 1993, s. 88). Batı mutfağı yemek sisteminin etkisi; pizza, hamburger ve sandviç gibi yiyeceklerin Türk yemek kültürüne girmesinden anlaşılabilir.

Göç ve Kentleşme

Bir toplumun beslenme alışkanlıklarını ve gıdaların tüketimindeki değişimleri etkileyen pek çok faktör bulunmaktadır. Nüfusun artması, göç ve kentleşme, beslenme alışkanlıkları ve gıdaların tüketimindeki değişimlerle çok yakından ilişkilidir (Yücesan 1999, s. 235). Tarım ekonomisinden sanayi ekonomisine geçiş, göçün artmasına ve kentleşme olgusunun değişmesine neden olmuştur.

Ekonomik gelişmeler ve diğer nedenler kadının çalışma yaşamına katılmasını sağlarken, yemek yeme alışkanlıklarının ev dışına taşması, daha kısa sürede yemek ihtiyacını giderme zorunluluğu gibi sonuçlar doğurmuştur. Hızlı nüfus artışı ve kentleşme, sosyo-ekonomik tabakalaşmayı çarpıcı bir biçimde ortaya koymaktadır. Özellikle gecekondu yaşamı, köy ile şehir hayatı arasında sıkışıp kalmış durumdadır. Gecekondu bölgesinde, tarhana, pekmez, erişte, peynir, turşu, kuru sebze ve meyveler, bulgur gibi yiyeceklerin hala köyden hazırlanıp getirildiği görülmektedir. Ancak kentleşmenin de bir sonucu olarak büyük marketlerde her çeşit yiyecek ve içeceğe ulaşmak mümkündür. Bölgesel yemek kültürü aile içinde devam

ederken bu ihtiyaçlar yeni bir pazarın oluşmasına fırsat tanımıştır. Özellikle büyük kentlerde yöresel Türk mutfaklarını yansıtan (Karadeniz mutfağı, Antep mutfağı, Mantıcılar vb.) küçük işletmelerin sayısı artmıştır. Bu gelişmeler Türk mutfağı adına sevindiricidir. Ancak zincir işletmelerin kendi menülerini uygulamaya devam etmeleri ve pek çok hazır yemeğin tercih edilmeye başlanması, Türk mutfağına olan ilginin azalmasına neden olmaktadır (Çiğirim 2001, s. 59). Türk yemek kültüründe ayaküstü yenilebilen kebabın yerini hamburger, pide ve lahmacunun yerini pizza almıştır.

Kadının Çalışma Yaşamına Girmesi

Kadınlar tüm dünyada olduğu gibi ekonomik ve sosyo-kültürel nedenlerden dolayı çalışma yaşamı içinde yer almak zorunda kalmışlardır. Eski çağlardan beri kadının aile içindeki görevi, çocuk bakımı ve doğurganlık ile ele alınmışsa da günümüzde kadınlar artık farklı rolleri üstlenmişlerdir. Toplumun gelişmişlik düzeyi ile birlikte, kadının rolü değişmiş olsa da en önemli geleneksel rolü aile içindeki kişilerin beslenme ihtiyacını karşılamaktır (Bulduk ve Demirel 1998, s. 67).

Kadının çalışma yaşamına girmesi, onun yükünü hafifletmemiş tam tersine daha da ağırlaştırmıştır. Kırsal alanda kadın işçilerin en çok tarım alanında yoğunlaştığı görülmektedir (Sürücüoğlu ve Akman 1998, s. 47). Kentte ise kadın, zaman darlığı ve yorgunluktan dolayı ailesine yeterince zaman ayıramamaktadır. İzmir’de yapılan bir araştırmada, kadınlara evlendikleri zaman işten ayrılıp ayrılmama konusunda ne düşündükleri sorulduğunda; %50,8’i ev işleri nedeniyle, %28,8’i eşi uygun görürse, %6,8’i ise çocukları olursa işten ayrılacaklarını ifade etmişlerdir (Sürücüoğlu ve Akman 1998, s. 47). Evine daha geç gelen, eve iş getirmek zorunda kalan kadın, zaman darlığından dolayı daha hızlı ve pratik çözümler üretmek zorunda kalmaktadır. Teknolojik gelişmelerle birlikte; tereyağın yerini margarinin alması, işlenmiş hazır gıdaların mutfakta yer almaya başlaması, mutfakta kullanılan araç ve gereçlerin değişmesi gibi sonuçlar, yemeklerin lezzetinin ve tatların değişmesine neden olmuştur (Baysal 1993a, s. 39). Evde tencere yemeği yerine dışarıda yemek yemek ya da hazır gıdalar tüketmek, zaman darlığı sorununu çözmek için tercih edilmeye başlanmıştır. Bu da giderek Türk mutfağının zahmet gerektiren yemeklerinden uzaklaşmasına neden olmuştur.

Kitle İletişim Araçlarının Etkisi

Son yıllarda küreselleşme ile birlikte insanlar, yazılı ve görsel basının da etkisiyle farklı kültürleri tanımak ve yaşamak istemektedirler. Türkiye’ye gelen konukların Türk mutfağını tanımak istemeleri, yerel halkın da diğer mutfakları ve kültürleri tanımak istemeleri özellikle okuryazarlık oranının artmasına paralel olarak daha da artmıştır (Çiğirim 2001, s. 58). Özellikle dergi, gazete ve kitapların bölgeler arası kültürel farklılıkları ve beslenme alışkanlıklarını tanıtmaları, yemek kültüründe değişikliklere yol açmıştır.

Televizyon, radyo, gazete gibi görsel ve yazılı basında yer alan reklamlar ve bu reklamlardaki sloganlar özellikle

çocuklar olmak üzere pek çok kişinin beslenme alışkanlıklarını değiştirmiştir. Bu sloganlar, insanların tüketim alışkanlıklarını belirlemeye başlamıştır. “Mc Donald’s gibisi yok” gibi sloganlar tek yönlü ve hazır yiyeceklerle beslenmeye doğru teşvik etmektedir. Bu sloganlar ve reklamlar Türk mutfağının esas tatlarından uzak kalınmasına ve neredeyse hiç tadılmamasına neden olmaktadır. Gıda sektörünün gelişmesi, beraberinde rekabet olgusunu da getirdiği için bu tür reklamların sayısının çoğalmasına neden olmuştur.

Yapılan bir araştırmada, ilkokul öğrencilerinin cep harçlıklarıyla neler aldığı sorulduğunda; %49,4 gibi bir oranla çikolata ilk sırada yer alırken, şeker-sakız %20,8 ile ikinci sırada yer almaktadır. Süt-ayran tüketiminin ise çok düşük oranlarda (%2,4) olduğu görülmektedir (Sürücüoğlu ve Akman 1998, s. 50). Görüldüğü gibi daha sağlıklı ve lezzetli olan süt-ayran çok fazla tercih edilmemiştir. Bunu önlemek için özellikle yazılı ve görsel basında Türk mutfağı ile ilgili tanıtımların yapılması ve tüketicilerin tercih etmesini sağlayacak teşviklerin oluşturulması gerekmektedir.

Gıda Endüstrisindeki Gelişmelerin Etkisi

Gıda endüstrisinin gelişimi, hızlı kentleşme sonucu evden uzakta yemek yemek zorunda kalan kişilerin tercihleri, kadının ev dışında çalışma zorunluluğu yüzünden yemek hazırlama zamanının daralması, toplumda yalnız yaşayan insanların sayısındaki artış, kitle iletişim araçlarının etkisi gibi nedenlerden dolayı, hazır ve yarı hazır hale getirilmiş yemeklerin tüketiminde her geçen gün artış görülmektedir (Baysal 1993b, s. 15). Özellikle son yıllarda gıda endüstrisindeki gelişmeler ve yeniliklerin sağladığı kolaylıklar, hem yiyecek-içecek sektöründe faaliyet gösteren işletmelere hem de ev hayatına girmiş durumdadır. Gıda sanayisinin gelişmesiyle beraber eski dönemlerde sadece zengin ailelerin yiyebildiği ya da sadece özel günlerde bulunabilecek gıdalara ulaşım imkânı arttı. Aynı zamanda seri üretimlerle fiyatlarında düşmesiyle beraber herkes tarafından kolaylıkla ulaşılabilecek bir durum ortaya çıktı (Yıldız, 2015,s.17).

Türk mutfak kültürünün geçmişine bakıldığında göçebe insanların, gıda maddelerin bol bulunduğu yerlere göç ettiği görülmektedir. Gıda maddelerinin zor bulunduğu dönemlerde ise kendi buldukları saklama ve depolama yöntemlerini uygulamışlardır. Gıda endüstrisinde meydana gelen gelişmeler gıda maddelerinin her yerde ve her zaman bulunmasını sağlamıştır.

Katkı maddelerinin gıda endüstrisindeki kullanımı teknolojik gereksinimlerden kaynaklanmaktadır. Dünya nüfusunun artması, hammadde kaynaklarındaki azalmalar, yaşam standartlarının yükselmesi gibi etmenler, teknolojik buluşları ve fikirleri yönlendirmiştir. Gıdanın üretiminde ve uzun süre saklanabilmesinde, gıda katkı maddelerinin büyük oranda kullanıldığı, bunun sonucunda mutfaklarda alışık olduğumuz lezzet ve tatlar yerine katkı maddeli yeni ürünlerin kullanıldığı görülmektedir (Sürücüoğlu ve Akman 1998, s. 48). Doğal ürünler yerine, sanayide üretilen katkı maddeli yeni ürünler tüketilmeye başlanmıştır. Bu da mutfakta geleneksel Türk yiyecek hazırlama ve pişirme

yöntemlerini, beslenme alışkanlıklarını, kısaca beslenme kültürünü değiştirmiştir.

Fast Food (Ayaküstü Beslenme)

Fransız mutfağı başta olmak üzere Batı mutfağının Türk mutfağına etkileri, Osmanlı İmparatorluğu döneminde başlamıştır. Cumhuriyetin ilan edilmesiyle birlikte batılılaşmanın hızlanması, yemek kültüründe de kendini göstermiştir. Fast food sistemi, insanın zamanla yarışmasından dolayı, hızlı ve pratik yemek yeme ihtiyacını karşılamak amacıyla ortaya çıkan bir değişimin sonucudur (Arslan 1997, s. 29). Aslında eskiden beri Türk yemek kültüründe ayaküstü beslenme geleneği önemli bir yer tutmaktadır. Yufka arasına konulan peynir, çökelek, haşlanmış yumurta, ekmek ve ekmek arası yiyecekler özellikle çalışanların zamandan tasarruf edebilmelerini sağlamaktadır. Bunun yanında pideciler, kebabçılar, muhallebici gibi küçük işletmeler de kişilerin karınlarını ayaküstü doyurabilecekleri yerler arasında sayılabilir. Ama son yıllarda Fast food sisteminin etkisi ile kebabın yerini hamburger, pide-lahmacunun yerini pizza, süt tatlılarının yerini pasta almaya başlamıştır (Baysal 1993b, s. 16).

1980'li yıllarda yaşanan ekonomik reformlar, sosyal, ekonomik ve kültürel değişimlerin etkisi ile özellikle büyük kentlerde Fast food türü yemek kültürüne olan talep artmıştır. Fast food ürünlerin kolay tüketilebilir ve pratik olması kişileri etkilerken, gıda değeri yüksek ve lezzetli geleneksel Türk yemeklerinin unutulmasına ve ihmal edilmesine de neden olmaktadır. Çünkü Türk yemeklerinin birçoğunun hazırlanması uzun ve zahmet gerektiren bir süreçtir. Ancak yerli Fast food türü işletmelerin standart prosedürlerle üretilen alternatif Türk mutfağı ürünlerini tüketicilere sunmaları gerekmektedir. Ancak bu şekilde yabancı Fast food işletmeleri ve ürünleri ile rekabet edebilmek mümkün olacaktır.

Turizmin Etkisi

"Bacasız Sanayi" olarak adlandırılan turizm, ülkenin tanıtımında ve gelir elde etmesinde önemli bir sektördür. Ayrıca turizm sektörü, ülkeleri birbirlerine yaklaştırır. Bu yakınlaşmada yemekler bir araç olmaktadır. Bazı işletmeciler gelen konukları memnun edebilmek için onların mutfaklarından örnekler sunmanın daha doğru bir davranış olacağı konusunda emindirler. Oysa ki turizm sektöründe konaklama faaliyetlerinin tamamlayıcısı olarak yiyecek-içecek faaliyetlerinin iyi bir şekilde yerine getirilebilmesi için, Türk mutfak kültürünü gelen turistlere en iyi şekilde tanıtmak gerekmektedir. Seçkin Türk yemeklerini tatmak, geleneksel misafirperverlik anlayışıyla hizmet etmek, Türk mutfağının tanıtılması açısından önemlidir.

Türkiye'ye gelen yabancı konukların tatil yöresi ile ilgili beklentilerine yönelik yapılan bir araştırmada; "Türk Mutfak Kültürü"nü tanımak istedikleri açıkça ortaya konmaktadır (Sürücüoğlu ve Akman 1998, s. 52). Ancak, Türkiye'deki konaklama işletmelerinde Türk mutfağına verilen önem oldukça azdır. Turizm Bakanlığı'nın 93/4811 no'lu "Turizm Yatırımları ve İşletmelerinin Nitelikleri Yönetmeliği"ne göre 1. sınıf restoran işletmeleri ile lüks restoranlar, menülerinde Türk mutfağına ait yemek bulundurmamak zorundadırlar. Buna

rağmen bu işletmelerin menülerine bakıldığında Türk yemekleri arasında genelde döner, kebab ve pide görülebilmektedir.

Konaklama işletmelerinde Türk yemeklerinin yeterince yer almamasının nedenlerini kısaca şu şekilde açıklamak mümkündür (Ciğerim 2001, s. 59):

1. Batılılaşmanın etkisinin hala devam etmesi,
2. Uluslararası zincir işletmelerin kendi menülerini uygulamak istemeleri ve bu tür işletmelerin sayısının gün geçtikçe artması,
3. Türk yemeklerinin hazırlanması ve pişirilmesinin zaman alması, deneyim ve fazla işgücü gerektirmesi,
4. Tencere yemeklerinin önceden tüketime hazır durumda olamaması ve sipariş anında hazırlanmasının güç olması,
5. Yemeklerin tüketime hazır bir biçimde bekletilmesi durumunda lezzet ve görüntü olarak bozulmaların meydana gelmesi
6. İnsanların farklı lezzetleri ev dışında tatmak istemeleridir.

Son dönemde çok popüler bir kavram olan füzyon mutfağı alanyazında ilgi çeken konu başlıkları arasında yer almaktadır. Özellikle Gurme dünyasında çok tartışılan ve hala bir fikir birliğine varılmamış olan füzyon mutfak konusunda söylenecek çok söz vardır.

Gastronomi turistleri için gidilen destinasyon kültürüne ilişkin yiyecek ve içecekleri deneyimlemek önemlidir. Gidilen destinasyonda yeni, farklı ve özgün tatları deneyimlemek de oldukça önemlidir. Füzyon mutfak uygulamaları, günümüzde gastronomi turistlerini destinasyona çekebilmek için çekicilik unsurunun başında gelmektedir.

Füzyon mutfağı, değişik bölgelerin ve yörelerin yemek pişirme ve tekniklerinin bilinçli olarak aynı tabakta sunulması, birleşmesi kuralına dayanan, özgün, yaratıcı ve yenilikçi bir teknik olarak tanımlanabilir (Sandıkçı ve Çelik, s. 2007). 1980'li yıllarda popüler olmaya başlamış olan bu akım globalleşmenin etkisi, seyahatlerin artması, turizm olgusu ile birlikte daha güncel bir hal almıştır. Füzyon sözcüğü; birleşme, erime, bir araya gelme, birleştirme anlamına gelmektedir (tdk.gov.tr)..

Füzyon mutfak adı altında ortaya çıkan bu yeni akım mutfak şeflerini ikiye bölmüştür. Gelenekselci ve yaratıcı (yenilikçi) olarak nitelendirilebilecek bu aşçılar kendi aralarında kıyasıya bir rekabete girmiş durumdadırlar. Bulgur pilavının içine karides koyan yaratıcı şefler bunun adına "karidesli bulgur pilavı" adını vererek Türk mutfak kültürüne yenilik kattıklarını düşünmektedirler. Geleneksel şefler ise "Bulgur pilavı, bulgur pilavıdır yeniliğe ihtiyacı yok" diyerek bu oluşuma karşı çıkmaktadırlar. Tarhanayla kaplanmış kalkan balığı, kırmızıbiber tatlısı, baklava hamurunda levrek filetosu gibi örnekler yaratıcı şeflerin mutfağımıza kattığı örnekler arasında sayılabilir (Hatipoğlu, 2008). Türk mutfak kültürünün daha iyi tanıtılmasında bir takım yeniliklerin

yapılması gerektiği ortadadır. Bu yenilikler, yaratıcılığı ortaya çıkarmak, değişik pişirme yöntemlerini denemek, süslemeye önem vermek olarak sayılabilirken, gelenekselci şefler kültürümüzü korumak adına bu tür değişikliklerin gereksiz olduğunu savunmaktadırlar.

Türk mutfak kültürü aslında füzyon mutfak olarak nitelendirilebilir. Türk mutfağı, farklı kültürlerin etkisinin görüldüğü bir mutfak kültürüne sahiptir. Osmanlı mutfağı buna en güzel örnektir. Osmanlı topraklarında yaşamış farklı kültürlerin (Türk, Kürt, Arap, Ermeni, Yahudi gibi) etkisi Türk mutfağında hissedilmektedir. Dolayısıyla farklı arayışlar içine girmenin doğruluğu halen tartışılmaktadır. Ancak globalleşme, farklı kültürlerle yaklaşma, kaynaşmanın bir sonucu olarak bu gelişmeleri görmek ve Türk mutfak kültürünün özünü bozmadan korumaya çalışmak, yenilikleri de görmezden gelmemek gerekmektedir.

SONUÇ

Türk mutfağının kökleri çok eskilere dayanmaktadır. Bu uzun süreçte Türk mutfağının çeşitli biçimlerde geliştiği ve yenilediği görülmektedir.

Osmanlılardan itibaren batılılaşmanın etkisi, kadının çalışma yaşamında daha fazla yer alması, kitle iletişim araçlarındaki gelişme, gıda sektöründeki gelişmeler, fast food akımı ve turizm sektörünün etkisi gibi nedenlerden dolayı Türk mutfağının değişimlere uğradığı görülmektedir. Bunda Türk toplumunun kendi kültürüne, kendi mutfağına ve yemeklerine yabancılaşmasının payı büyüktür (Sürücüoğlu ve Akman 1998, s. 52). Önemli olan Türk mutfağına ait lezzet ve tatların unutulmasını önleyecek çalışmaların yapılmasını sağlamaktır. Bunun için;

1. Türk mutfağını araştıran ve uygulama yapma imkânı tanıyan birimlerin açılmasını sağlamak,
2. Aşçılık okullarında Türk mutfağını tanıyan ve pişirme yöntemlerini profesyonel bir biçimde öğrenen nitelikli aşçıların yetişmesini sağlamak,
3. Turizm sektöründe faaliyet gösteren işletmeleri, Türk mutfağı ile ilgili uzman aşçıların istihdam edilmeleri konusunda teşvik etmek,
4. Farklı lezzetleri barındıran yemeklerle klasik yemekleri de farklılaştırarak alternatif lezzetlerin yaratılmasını sağlamak,
5. Yerli ve yabancı basında Türk mutfağı ile ilgili reklam ve tanıtım çalışmalarında bulunmak,
6. Türk mutfağının gelişmesini sağlayacak ve tanıtılmasına katkıda bulunacak uluslararası nitelikte yarışmalar düzenlemek,
7. Konsolosluklar aracılığıyla Türk Mutfağı Haftası etkinlikleri düzenleyerek tanıtım etkinliklerinde bulunmak,
8. Özellikle son yıllarda çok sayıda kişiyi etkisi altına alan Fast Food akımına karşı ayak üstü yenilebilen, hız, teknoloji ve hijyen kurallarına uyularak üretilen Türk mutfağından örnekler sunabilmek,

9. Sağlıklı beslenme olgusunun gün geçtikçe bireyler tarafından daha çok kabul görmeye başlaması ile birlikte özellikle vejeteryan mutfağının yeme içme işletmelerinde daha fazla yer almasını sağlamak; tanıtım ve pazarlama faaliyetlerinin sağlıklı mutfak, sağlıklı beslenme faktörü üzerinden yapılmasına çalışmak, Türk mutfağının gelişimi açısından yararlı olacaktır.

Alanyazında, Türk mutfağı ve Türk mutfak kültürüne ilişkin yapılacak olan çalışmalarda, tanıtım ve pazarlama faaliyetleri konusunda neler yapılabileceğine ilişkin çalışmaların yer alması önemlidir. Buna yönelik çalışmaların yapılması, Türk mutfağının tanıtılmasına ve dünya tarafından kabul görmüş mutfaklarla yarışabilir düzeye gelmesine olanak tanıyacaktır

KAYNAKÇA

- Aksu, Harun. (2015). Gıda ve Beslenme Kültürü - Antikçağ'da Mutfak Kültürü, <http://veteriner.istanbul.edu.tr/wp-content/uploads/2015/04/03-GIDA-VE-BESLENME-KÜLTÜRÜ-Antik-Çağda-Mutfak-Kültürü1.pdf> (Erişim tarihi:15.12.2015)
- Aktaş, A. ve Özdemir, B. (2005). *Otel İşletmelerinde Mutfak Yönetimi*, Detay Yayıncılık, Ankara.
- Arslan, P. (1997).” Toplumun geleneksel yemek kültürünün değişimi-hızlı hazır yemek sistemine (fast food) geçiş”, *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları*, Yayın No: 20. 1997, 29-34, Ankara.
- Baysal, A. (1993a). *Beslenme Kültürümüz*, Kültür Bakanlığı Yayınları:1230, Ankara.
- Baysal, A. (1993b). “Türk yemek kültüründe değişimler, beslenme ve sağlı yönünden değişimler”, *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları*, Yayın No:3, 12-20, Ankara.
- Baysal, A; Merdol, T. K.; Saçır, H.; Taşçı, N.C. ve Başoğlu, S. (1996). *Türk Mutfağından Örnekler*, Kültür Bakanlığı Yayınları:1570, Ankara.
- Baysal, A. (2002). “Yoğurt: Küreselleşen türk besini”, *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları*, Yayın No:30, 1-8. Ankara.
- Beşirli, H. (2010). Yemek Kültür ve Toplum, *Milli Folklor Dergisi*, Yıl: 22,Sayı: 87, s.159-169. (http://www.millifolklor.com/tr/sayfalar/87/16_.pdf). (Erişim tarihi: 14.1.2015)
- Bingöl, R. (2005). *Restoran İşletmeciliği, Restoranlar ve Lokantalar Nasıl Yönetilir?* Timaş Yayınları, İstanbul.
- Bucak, T. ve Aracı, Ü.E. (2013). Türkiye’de gastronomi turizm üzerine genel bir değerlendirme, *Balıkesir Üniversitesi Journal of Social Sciences Institute*, Cilt:16, Sayı: 30, s.203-216.

- Bulduk, S ve Demirel N. Y. (1998). "Antalya ili merkez ilçelerinde farklı sosyo-ekonomik düzeydeki kadınların yiyecek hazırlamada uyguladıkları yöntemlerin saptanması", *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları*, Yayın No: 22, 67-75, Ankara.
- Ciğirim, N.(2001). "Batı ve türk mutfağı'nın gelişimi, etkileşimi ve yiyecek-içecek hizmetlerinde türk mutfağının yerine bir bakış", *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları*, Yayın No:28, 49-61, Ankara.
- Ertaş, Y. ve Gezmen-Karadağ, M. (2013). Sağlıklı beslenmede türk mutfak kültürünün yeri, *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2 (1), 117-136, Gümüşhane.
- Gülal, M. ve Meral K. (1987). *Yemek Pişirme*, MEG ve Spor Bakanlığı Yayınları: 762. Ders Kitapları Dizisi: 284, İstanbul.
- Güler, S. (2010a). "Türk mutfak kültürü ve yeme içme alışkanlıkları", *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 26, 24-30, Kütahya.
- Güler, S. (2010b). "Türk Mutfak Kültürü ve Tarihsel Gelişimi", *Kültürel Miras Yönetimi içinde: Anadolu Üniversitesi Yayın No: 2126, 162-181, Eskişehir*.
- Güler, S. ve Olgaç, S. (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: Yayılım Yayıncılık.
- Halıcı, N (1997). "Anadolu bayramlarında beyaz renkler", *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı yayınları*, Yayın No: 20, s.65-67.
- Hatipoğlu, A. (2008). Gastronomide Yeni Eğilimler ve Konseptler, *Yiydergi F&B Gastronomi Platformu Dergisi*, Kasım-Aralık, s.
- Kızıldemir, Ö. ve Öztürk, E; Sarıışık, M. (2014). "Türk mutfak kültürünün tarihsel gelişiminde yaşanan değişimler", *AİBÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Cilt:14, Yıl:14, Sayı:3, s. 191-210, Bolu.
- Koca, N. ve Yazıcı, H. (2014). "Coğrafi faktörlerin türkiye ekmek kültürü üzerindeki etkileri", *International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, Volume 9/8, s. 35-45.
- Köşklü Z. (2005). "Eski erzurum mutfağında tandır: yapılışı, kullanımı ve doğu anadolu'daki yeri üzerine". *Sosyal Bilimler Dergisi* 2005/2, s.155-178.
- Maviş, F. (2003). *Endüstriyel Yiyecek Üretimi*, Detay Yayıncılık, 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.
- Musmann, K. D. ve Can P. (1994). *Mutfak Hizmetleri*, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayınları Yayın No: 397, Eskişehir.
- Özdemir B. ve Kınay F. (2004). "Yabancı ziyaretçilerin türk mutfağına ilişkin görüşleri: Antalya'yı ziyaret eden alman ve rus turistler üzerine bir araştırma", *Gazi Üniversitesi Ticaret ve Turizm Eğitim Fakültesi Dergisi*, Sayı:2, s.1-34, Ankara.
- Sandıkçı, M. ve Çelik, S. (2007). "Füzyon mutfak uygulamaları ve misafir memnuniyeti açısından önemi", *I. Ulusal Gastronomi Sempozyumu ve Sanatsal Etkinlikler*, 4-5 Nisan, Antalya.
- Sormaz, Ü. (2015). "İstanbul'da yiyecek içecek sektöründe hizmet veren işletmelerin türk mutfağı uygulamaları", *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 3/1, 48-54. www.jotags.org (Erişim tarihi: 07.09.2015)
- Sürücüoğlu, M.S. ve Akman M. (1998). "Türk mutfağının tarihsel gelişimi ve bugünkü değişim nedenleri", *Standart Dergisi*, Sayı: 439, 42-53.
- Şavkay, T. (1998). Mutfağımız Büyük Bir Kültürel Renkliliğe Sahip. *Türsab Dergisi*, Sayı: 71, 44-46.
- Tamkoç, G. (2000). *Vejeteryan Türk Mutfağı*, Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları No: 2516.
- Tezcan, M. (1996). "Mutfak kültürümüzün mizahi yönleri", *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları*, Yayın No:17,78-81, Ankara.
- Tezcan, M. (1999). "Etyemezlik - vejeteryanlık tercihinin kültürel boyutları", *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları*, Yayın No: 23, 217-221, Ankara.
- Toygar, K. (1993). "Hızlı Hazır Yemek Fast Food Sisteminin Geleneksel Türk Mutfağına Etkisi", Hizmet İçi Eğitim Semineri Konuşması, 17-18 Kasım, Ankara.
- Toygar, K. (1981). "Değişen türk mutfağı", *Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri*, Ankara Üniversitesi Basımevi, Ankara.
- Tuncel, M. (2000). *Fast Food (Hızlı Yemek) Sisteminin Türk Mutfağına Uyarlanması ve Bir Uygulama*, Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Turizm ve Otel İşletmeciliği Anabilim Dalı Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Eskişehir.
- Şanlıer, N. ve Cömert, M; Durlu-Özkaya, F. (2008). "Türk mutfağındaki geleneksel tatlı ve helvaları gençlerin tanıma durumu", *Türkiye 10. Gıda Kongresi*, 21-23 Mayıs Erzurum. <http://www.gidaderneği.org/TR/Genel> (Erişim tarihi:07.09.2015)
- Ünver, S. (1952). *Fatih Devri Yemekleri*, İstanbul Üniversitesi Tıp Tarihi Enstitüsü, İstanbul.

Yıldız, F. (2015). Mutfak kültürünü tarihsel gelişiminde slow food ve günümüz tüketim kültüründe slow food'un algılanması, *Eko-Gastronomi Dergisi*, Yıl:1,Sayı:2, s.9-26.

Yılmaz, A. (2002). *İşyerimiz Mutfak, Mesleğimiz Aşçılık, Sanatımız Pişirmek*, İstanbul.

Yücesan, S. (1999). "Besin tüketimindeki değişimler ve yeni eğilimler", *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar, Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları*, Yayın No: 23, 235-244, Ankara.

<http://turk-mutfagi.ascilik.net/yutk-mutfaginda-kullanilan-arac-gerecler> (Erişim tarihi:15.09.09)

<http://turkoloji.cu.edu.tr/HALKBILIM/mutfakkulturu.pdf> (Erişim tarihi: 1.12.2015)

<http://tafed.org.tr/tr-tr/haberler/356/gecmisten-gunumuze-turk-mutfagi> (Erişim tarihi: 07.09.2015)

http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gt_s&guid=TDK. (Erişim tarihi: 15.12.2015)

Extensive Summary

Turkish Cuisine and an Assessment on Its Future

Nutrition is one of the most important things necessary for the survival of human beings. Dining practices vary in different communities all around the world. Life practices of a communities also reflect food culture of that community. Moreover, any changes in the life practices of a community is an important aspect of changes in the nutritional practices and culture.

Invention of fire is an important point in the rise of human civilization. This innovation also led to new cooking practices. Pottery, which was strengthened by heat, were the early manmade kitchenware of the history. Further, man started to use metal pots and pans after learning how to process metal, and keep them in a specific area in their caves. This is the proof of a kitchen even in the earlier periods of human history. On the other hand, advances in the technology have facilitated life in every aspect. Although these improvements have resulted in ease of life, they have also caused negligence of food that are difficult to prepare. It can be commented that technology has resulted in both negative and positive impacts on the food culture.

According to the gastronomy experts, Turkish cuisine is one of the most important cuisines of the world. Diversity of the Turkish cuisine can be attributed to several factors such as variety of crops and products in Asia and Anatolia, entry of new tastes in Seljuk and Ottoman palaces, and the impact of Mesopotamia.

General characteristics of the Turkish cuisine can be listed as follows:

- Basic food in Turkish cuisine is bread.
- Habitude plays an important role.
- Pastries are very important.
- It is common to cook vegetables with meat, onion, tomato and tomato paste.
- Self-growing vegetation, mushroom and roots are frequently used in the rural areas.
- Oil is very important. Olive oil is mostly used in western Anatolian cuisine. Dairy oil and fat is also highly used.
- Yoghurt is an important component of the Turkish cuisine. It is common to put plain or garlic yoghurt on top of the meals and to drink *ayran* as a freshener.
- Sauces are not served. Although it is spreading due to the impact of western cuisines, old traditions are still prevailing.
- Spices have a widespread use. It is also common to dress salads, soups and meals with parsley, dill and green or dried mint.
- Dressing and decorating is not important. The taste of the meals is important rather than the decoration.

Turkish cuisine has been changing due to the impacts of westernization since the latest era of Ottomans, women's increasing role in the labor markets, advances in mass media and communication technologies, developments in food sector and the fast-food sector. This is mostly due to alienation of Turkish people to their own culture, cuisine and their meals (Surucuoglu and Akman 1998, 52). As such, it is important to take necessary steps to prevent extinction of tastes and flavors specific to Turkish cuisine. In order to achieve this, it will be beneficial to:

- Open research units that will research and practice Turkish cuisine,
- Educate and train professional cooks on the Turkish cuisine in vocational schools,
- Promote tourism businesses to employ professional cooks trained in Turkish cuisine,
- Create opportunities to produce new tastes and flavors pertaining the classical recipes,
- Promote Turkish cuisine in national and international media,
- Organize international competitions to promote and develop Turkish cuisine,
- Organize Turkish Cuisine Weeks by the participation of consulates, embassies and foreign delegation,
- Offer fast produced Turkish tastes for fast consumption as in the case of fast-food restaurants,

- Focus on healthy and hygienic food as a result of increasing interest in healthy food, such as inclusion of vegetarian menus, and

Promote and foster healthy and nutritious aspects of Turkish cuisine.