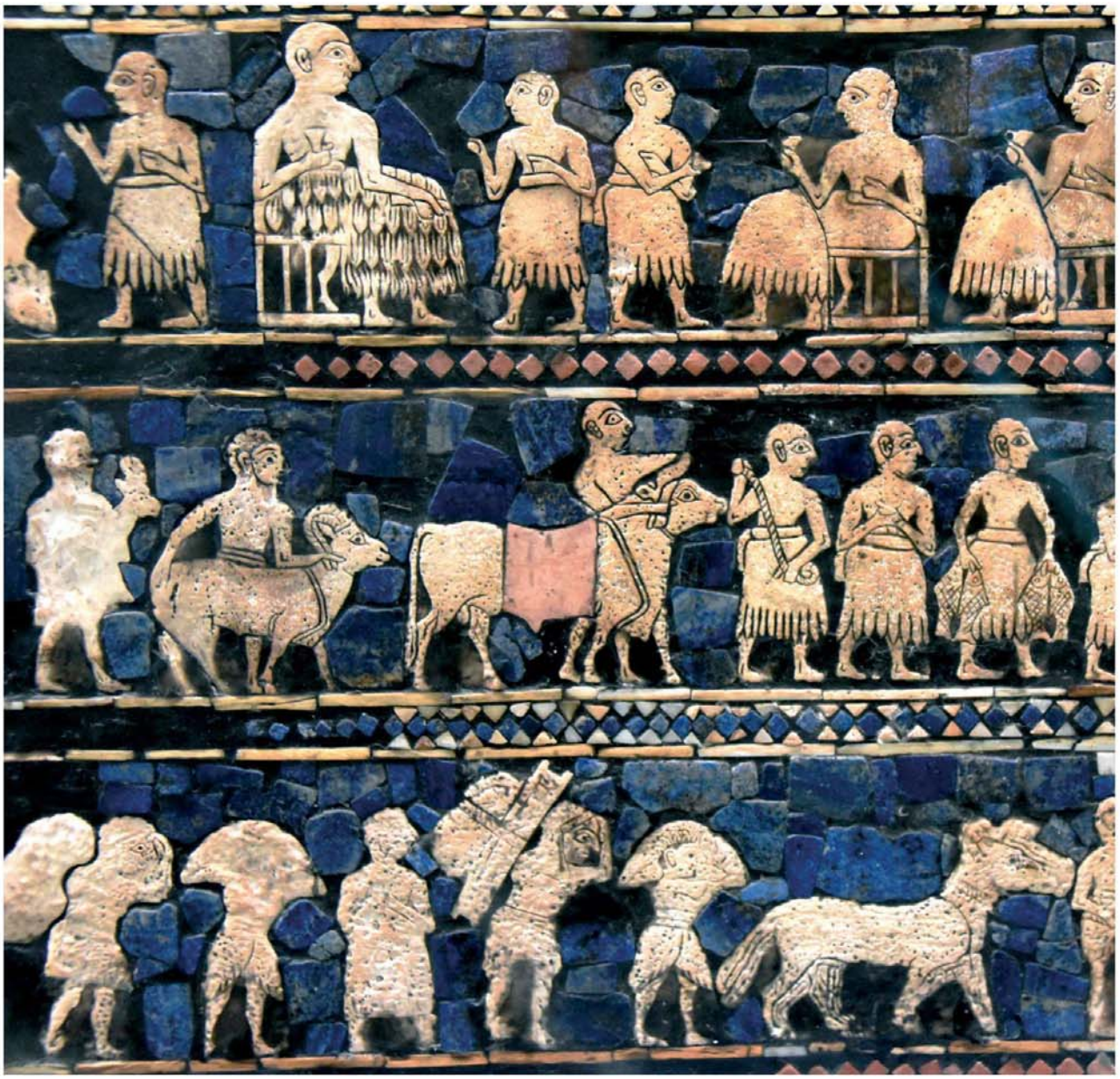

Eski Anadolu'dan boza, Romalılardan lokma, Orta Asya'dan mantı

Türk mutfağı nasıl oluştu?

Sümerler döneminde, muhtemelen barış zamanını gösteren tablette, insanlar erzaklarını taşıyor, sığır ve koyunlarını sürüyor. Antik Ur kenti, İÖ 2500'ler.

İnsanlığın başlangıcından beri süregelen yeme alışkanlıkları aslında toplumların birbiriyle ilişkilerine, kültürel ve ticari faaliyetlerine ışık tutar. İlkçağlarda insanların deneyerek bulduğu zehirli olmayan yiyeceklerin bazıları günümüzde hâlâ tüketilir; buğday, zeytin, yemiş gibi. Sümerlilerden Mısırlılara, Hititlilere, Orta Asya'dan Romalılara, Selçuklulardan Osmanlı ve batı toplumlarına kadar, insanlar benzer yiyecekleri ve içecekleri tüketti, benzer saklama ve pişirme yöntemlerini kullandı. Yemek kültürü tarihi üzerine çalışan ve son kitabı Yapı Kredi Yayınları'ndan *Avcılıktan Gurmeliğe Yemeğin Kültürel Tarihi* adıyla çıkan Priscilla Mary Işın'a bugün yediğimiz yemeklerle geçmiş medeniyetlerin bağlantılarını, farklı kültürlerin birbirine etkilerini, sofra âdetlerini, Osmanlı mutfağını konuştuk.

Paleolitik ve neolitik çağlardan başlayalım. İnsanlar bu dönemde neler yiyor, nasıl yeme alışkanlıkları, pişirme yöntemleri var? Şu anda yediğimiz yiyeceklerle benzerlik var mı?

Ben tarihçi ya da arkeolog değilim, ama okudum o kaynaklardan. Mutfağın temeli o insanlar. Onlar zehirli yiyecekleri deniyorlar, hangisi yenilebilir buluyorlar, bedel ödeyerek. Ölen ve hastalanan onlar. Bademlerin çoğu acı, hangisi tatlıydı bulan onlar. O denemelerle, yaşama mücadelesi içinde bunları keşfediyorlar. Tabii çok yiyecek kaldı onlardan günümüze. Arkeologlar eskiden çok ilgilenmezmiş, ama şimdi çok ilginç kaynaklar buldum. Kazılarda bu bitkileri, tohumları çok detaylı inceleyenler var. Zeytin, üzüm, incir, ceviz, fındık, tabii ki buğday →

Son kitabı *Avcılıktan Gurmeliğe Yemeğin Kültürel Tarihi*'nde yemeklerin, pişirme ve saklama yöntemlerinin, sofra alışkanlıklarının toplumdan topluma nasıl değişiğini ve bunlar arasındaki bağları anlatan Priscilla Mary Işın, *Atlas Tarih* okurlarına binlerce yıl önce insanların neler yediğini, ilk yemek tariflerini kimlerin yazdığını, herkesin sahiplendiği baklava gibi yiyeceklerin kökenini anlattı.

Röportaj: Günce Akpamuk
gakpamuk@doganburda.com

ve çeşitli otlar var o dönemde yenen. Şimdi çok değişmiş insanların pişirme yöntemleri tabii. Ezerek de yiyorlar. Yabani buğday ve arpa orakla kesiliyor, dibekle dövüp kabuklarını çıkartıyorlar. Öğütülüp un yapılıyor mesela. Meşe palamudu da kaynatılıyor, un haline getiriliyor, ekmek yapılıyor. Ateşin bulunmasıyla, o şekilde pişirmenin faydaları görülüyor. Daha kolay hazmediliyor. Kaynatılarak zehri atılıyor, bunu görüyorlar. Hâlâ Bodrum'da favayı yaptıkları gambille yani mürdümük o zamanlarda da yeniliyor. Küçük mercimeğe benzeyen sarı bir yiyecek. O zehirliymiş mesela, bütün baklagiller gibi. Çiğ yenilemezmiş. Çok tazeyken belki fasulye, bezelye yeniliyor, ama bir kısmı zehirli. Bunları pişirmeyi o insanlar öğrendi. Ben kitapta bu bağları kurmaya çalıştım. Yabani böğürtlen mesela hâlâ toplanır, o dönemde de var bu toplama faaliyetleri. Bir de yiyecekleri sadece doymak için yemiyorlar diyor arkeolog ve gıda mühendisi Ahmet Uhri. O da enteresan, Eski taş çağında (paleolitik dönem) bile yemek sadece aç kalmamak için değil, haz için de yeniliyor, lezzeti için yeniliyor diyor. Bence de seçmişlerdir, hangisi lezzetliyse onu daha çok yemişlerdir.

Buğdayın ayrı bir önemi var ilkçağlardan beri değil mi?

Buğday her zaman çok önemli. İlkçağlardan başlar bu. Siyez buğdayı da neolitik çağda var mesela. Haşlanır, öğütülür, sonra mayasız ekmek yapımında kullanılır. Kastamonu'da hiç bırakılmamış siyez buğdayı. Son dönemde de meşhur oldu tekrardan. İtalya'da da varmış siyez. Ki biraz zordur kabuğunu çıkarmak. Glutenli buğday geliştirildikten sonra tabii yufka, mantı, makarna, iyi kabaran mayalı ekmek yapılmaya başlanıyor. Amerikalı bitki genetikçisi Jack Harlan mesela 1960'larda Diyarbakır'a gelerek deniyor yabani buğday toplamayı. Ve fark ediyor ki üç hafta çalışarak bir aileye bir yıl yetecek buğdayı toplayabiliyorsun. Besin değeri de son derece fazla. Eskiden yenilen firik bulguru mesela Türkiye'nin güneydoğusunda, Gaziantep, Şanlıurfa, Kahramanmaraş, Antakya gibi yerlerde yapılır. Sonraki toplumlarda da hep kutsal kabul ediliyor buğday. İngiltere'de de kuzeyde o kadar az buğday varmış ki onu Noel için saklıyorlarmış. Orada yulaf var daha çok. Darı Orta Asya'da çok var. Aynı zamanda arpa da var tabii ama, ekmek yapılsa da herkes tercih etmez. Ben yedim, hâlâ yapılıyor ama o kadar lezzetli bir şey değil. Ekmek deyince şimdiki gibi kabarmış mayalı ekmek anlaşılmamalı. Sac üstünde yapılan yufka gibi ekmekler var eski dönemlerde. Mısır'da fırın da var, ama ekmek daha çok ateşin üzerinde yapılıyor.

Bal da yeniliyor, bu oldukça ilginç değil mi?

Evet karakovan balı deniliyor ona. Taş devri insanlarının doğadan topladıkları bir gıda da baldı. Sonraki çağlarda da sadece toplamakla kalmıyor, bal arılarının çürük ağaç kovuklarına yaptıkları yuvaya benzer kovanları yapıyorlar. İnsanlar bu evcil olmayan arıları kontrol altına almayı öğreniyorlar.

Taş devrinde bile yemek sadece aç kalmamak için değil, lezzeti için de yeniliyor.

Priscilla Mary Işın'ın (solda) kaleme aldığı *Avcılıktan Gurmeliğe Yemeğin Kültürel Tarihi* (üstte) kitabı geçtiğimiz Şubat ayında Yapı Kredi Yayınları'ndan çıktı.