

Yemek Atlası

Otuz Sekiz Mutfakta Dünya Turu

Mina Holland Yemek yazarı ve *Guardian* gazetesinin yemek sayfasının editörüdür. *Observer Food Monthly* dergisinde de editörlük yapmış olan Holland, dünyanın pek çok ülkesine seyahat ederek insanların yeme içme alışkanlıklarını araştırdı. *Yemek Atlası* ilk kitabıdır.

Saliha Nilüfer 1972, İstanbul doğumlu. İngilizce ve İspanyolcadan çeviri yapıyor. İlk şiirleri *Kitap-lık*, *Ludingirra*'da yayımlandı. İlk romanı *Sebastian Knight Bir Endülüs Hikâyesi* Pan Yayıncılık tarafından 2006'da yayımlandı.

Başlıca çevirileri: *İnsanın Bir Dakikası* (Stanislaw Lem), *Tuhaf Zamanlar* (Eric Hobsbawm), *Nietzsche'nin İdeası* (Fernando Savater), *Gölgedeki Gezgin* (Federico Andahazi), *Dünya ve Ben* (Juan Jose Millas), *Cennet Başka Yerde* (Mario Vargas Llosa), *Dört Ziyafet* (Meir Shalev), *Neden New York Neden İstanbul* (Ahmet Gürsoy), *Yasak Bölge ve Çekişme Diyarında* (Juan Goytisolo).

MINA HOLLAND

Yemek Atlası

Otuz Sekiz Mutfakta Dünya Turu

Çeviren
Saliha Nilüfer

Yapı Kredi Yayınları - 4603
Lezzet Kitapları

Yemek Atlası – Otuz Sekiz Mutfakta Dünya Turu / Mina Holland

Özgün adı: The Edible Atlas – Around the World in Thirty-Nine Cuisines
Çeviren: Saliha Nilüfer

Editör: Darmin Hadzibegović
Düzeltili: Cennet Türker

İllüstrasyonlar: Pete Adlington
Sanat yönetmenliği ve tasarım: Rafaela Romaya
Kapak tasarımı: Nahide Dikel
Grafik uygulama: Hasan Fırat - İlknur Efe

Baskı: Mega Basım Yayın San. ve Tic. A.Ş.
Cihangir Mah. Güvercin Cad. No: 3/1 Baha İş Merkezi
A Blok Kat: 2 34310 Haramidere / İstanbul
Telefon: (0 212) 412 17 00
Sertifika No: 12026

Çeviriye temel alınan baskı: Canongate, Edinburgh, 2014
1. baskı: İstanbul, Nisan 2016
ISBN 978-975-08-3632-9

© Yapı Kredi Kültür Sanat Yayıncılık Ticaret ve Sanayi A.Ş. 2014
Sertifika No: 12334

Copyright © 2014 by Mina Holland
Haritalar © Liane Payne

Bu kitabın telif hakları AnatoliaLit Ajansı aracılığıyla alınmıştır.

Bütün yayın hakları saklıdır.
Kaynak gösterilerek tanıtım için yapılacak kısa alıntılar dışında
yayıncının yazılı izni olmaksızın hiçbir yolla çoğaltılamaz.

Yapı Kredi Kültür Sanat Yayıncılık Ticaret ve Sanayi A.Ş.
Kemeraltı Caddesi Karaköy Palas No: 4 Kat: 2-3 34425 Karaköy / İstanbul
Telefon: (0 212) 252 47 00 (pbx) Faks: (0 212) 293 07 23
<http://www.ykykultur.com.tr>
e-posta: ykykultur@ykykultur.com.tr
İnternet satış adresi: <http://alisveris.yapikredi.com.tr>

İÇİNDEKİLER

Giriş	9
Mutfak Dediğimiz Aslında Nedir?	12
Bu Kitabı Nasıl Kullanmalı?	13
Temel Mutfak Malzemeleri	17

Avrupa

Üzüm Asması	24
Fransa	29
Normandiya	32
Loire Vadisi	38
Rhône-Alpes	45
Provence	53
İspanya	61
Katalonya	65
Kuzey İspanya	73
Orta İspanya	79
Endülüs	85
Portekiz	94
İtalya	103
Lazio	106
Emilia-Romagna	116
Calabria	123
Sicilya	129
Veneto	138
Doğu Avrupa	146
Almanya	156
İskandinavya	165

Ortadoğu

Şeker, Baharat ve Öbür Güzel Şeyler	174
Doğu Akdeniz	178
İsrail	191
İran	199

Asya

Baharat Yolunu Çalkalamak	212
Hindistan	216
Kuzey Hindistan	220
Güney Hindistan	231
Tayland	240
Vietnam	250
Çin	258
Guangdong (Kanton)	264
Siçuan	269
Kore	276
Japonya	283

Afrika	
Acı Şeyler	294
Etiyopya	298
Batı Afrika	306
Fas	313
Kuzey ve Güney Amerika	
Erime Potaları.	324
California.	327
Louisiana	334
Meksika	343
Karayipler (Jamaika).	352
Peru	361
Brezilya.	369
Arjantin	378
Ek Başvuru Kaynakları	387
Stokçular.	394
Katkıda Bulunanlar	397
Teşekkürler	400
Dizin	402

Büyükkannelerim için

Yayın Notu: Kitabın İngilizce baskısında yer alan Türkiye mutfağı bölümü Türkçe baskıya dahil edilmemiştir.

Giriş

Bir kültürü oluşturan, salt insanlığın büyük eserleri değildir. Aynı zamanda insanların yemek yeme ve onu sunma tarzları gibi gündelik şeylerdir.
Laurie Colwin, *Home Cooking*

Yemek yediğimizde seyahat ederiz.

En son çıktığımız seyahati getirin aklınıza. Öne çıkan anılar nelerdi? Eğer biraz olsun benim gibiyse, geçmişte yaptığımız seyahatlere dair anılarınızı anlatırken yediğiniz yemekler zihninizde ön safları tutacaktır. Madrid’de aylaklık ettiğimiz bir gün altın sarısı ve bol yağlı bir *tortilla*; Tel Aviv’de dumanları tüten bir şakşuka; Whitstable çatılarının altında kabuklarının içinden çıkarılıp yutulan midyeler... Tüm bu yerlerde gördüğüm şeylere dair anılarım gel zaman git zaman puslu, sepya tonlara dönüşmüş olsa da o yemekleri tüm renkleriyle anımsıyorum.

Proust’un çayın yanında *petit madeleine*¹ yediğinden söz etmesi gibi, biz de geçmişe giderken yemek bize eşlik eder ve belleğimizi şekillendirir. Başka başka zaman ve mekânlarda tadına vardığımız farklı lezzetler, malzemeler ve pişirme yöntemleri aynı zamanda söz konusu kültüre de bir giriş kapısıdır. Belli bir yerde ne yediğimiz de en az orada yaptığımız diğer şeyler kadar –müze ve galerilere yapılan ziyaretler, yürüyüşler ve turlar kadar– önemlidir, zira yemek bize kelimenin tam manasıyla gündelik yaşamdan bir tat sunar.

1 Yazarlar, Proust’un *Kayıp Zamanın İzinde* adlı eserinde, genç Marcel’in tadın geçmişe geri getirme gücünü fark ettiği o ana atıfta bulunmayı sever. Belki de bu sahne, yiyeceği salt duygusal dünyaya ait bir hayal olmaktan çıkarıp edebiyatta kabul edilmiş gerçek, somut bir “nesne” haline getirdiği için bu kadar sevilir. Alıntı şöyle: “Bu yoğun mutluluk nereden gelmiş olabilirdi bana? Çayın ve kekin tadıyla bir bağlantısı olduğunu, ama onu kat kat aştığını, farklı bir niteliği olması gerektiğini seziyordum.” (Marcel Proust, *Guermites Tarafı*, Çev. Roza Hakmen, YKY)

Ne zaman yurtdışına seyahat edecek olsam bulunduğum yer neresiyse oraya has yemekleri ve bunların da en iyi örneklerini araştırmak önceliğimi oluşturur. Yemek, bir başka kültürde farklı olan ne varsa hepsini simgeler ve insanların nasıl yaşadığına dair en esaslı kavrayışı sunar. Herkes yemek yemek zorundadır ve yemek ortak dildir.

Büyük Amerikan romancısı ve ev aşçısı merhum Laurie Colwin günlük yemek alışkanlığını bir kültürün var edilmesinde “insanlığın büyük eserleri”nin yanına koymuştur. Buna katılmadan edemem. Bir baget ekmeği, yani eşsiz Fransız baton ekmeği, (peynirden şarküteriye ve daha fazlasına) Fransa’ya özgü emsalsiz lezzetlerin bileşiminde bir tuval görevi görür. Tarihin akışı içinde demlenmiştir² ve Fransız kültürüne dair Monet’in zambaklarından muhtemelen daha fazlasını anlatır. Fas yemekleri uzmanı, 1960’ların *beatnik*’lerinden, Jack Kerouac ve Paul Bowles gibileriyle Paris’e ve Tanca’ya gitmiş olan Paula Wolfert de Colwin’in sözlerine yakın şeyler söyler: Bir keresinde bana, “Yemek, halkı görmenin bir yoludur” demişti. Basit ama bir o kadar doğru bir ifade. Rehber kitapçıklar ve otobüs turlarından farklı olarak yemek, halkların yaşarken, nefes alıp verirken tabandan bir görünümünü sağlar. Başka bir kültüre ait bir yemeği yediğimizde ağızımıza aldığımız her lokma o kültürün nasıl olduğunu anlamamızı sağlar.

Başka kültürlerin yemeklerinden tatmak salt insanları anlamamanın bir yolu değildir: Yemeğin kendisine dair de farklı bir bakış açısı sunabilir aynı zamanda. On iki yıl boyunca (sadece balık yiyen) bir vejetaryen olduktan sonra birkaç yıl önce yeniden et yemeye başladım. Etin her bölümünü ve her tür sakatatı denememe rağmen kuzu etiyle başım hâlâ dertteydi. Çocukluğumdan beri, iğrenç, yağlı kızarmış kuzu eti kokusundan nefret ederdim – neredeyse hastalıklı bir tiksintiydi bu. İlk kez, Lübnanlı aşçı Anissa Helou’yla tanıştığımda, sohbet sırasında kuzu etinden hoşlanmadığımı tesadüfen söyleyiverdim. Ağızı açık kaldı. Kuzu etinin lezzetini bilmeden dünya mutfağı hakkında bir kitap yazmamın imkânsız olduğunu söyledi. Birkaç ay sonra Anissa’nın Shoreditch’teki dairesinde çiğ kuzu etinden yapılmış *kibbeh* (bakınız s. 194) yiyordum, hem de son lokmasına

2 Doğruluğu epeyce şüphe götüren bir söylentiye bakılırsa baget ekmeği Napoléon Savaşları sırasında ortaya çıkmış ve askerlerin pantolonlarına sığacak ve sırt çantalarını doldurmayacak şekilde tasarlanmıştı. Aslına bakılırsa ince uzun ekmeğin somunları yüzlerce yıldır Fransız mutfağının bir özelliği olmakla birlikte şu anda standartlaşmış baget ekmeği muhtemelen 20. yüzyıl başlarının ürünüdür.

kadar yalayıp yutarak. Lezzeti özenle dengelenmiş ev yapımı *sabe'bhawat* (yedi baharat karışımı), yanında *tabule* ile yediğimiz çiğ etin yoğun tadını bastırmaktan çok tamamlamıştı. Dedemlerin mutfağından çoğu pazar günü yayılan kızarmış kuzu eti kokusunu sevmesem de Doğu Akdeniz mutfağına uygun olarak hazırlanmış çiğ kuzu tadına bayıldım. Bir İran yemeği olan *ghormeh sabzi* (otlarla ve fasulyeyle pişirilmiş etli yahni; bakınız s. 203) de benim için bir başka büyük keşifti. Başka başka mutfaklarda malzemeler farklı kılıklara girer ve bu, onlara yönelik algımızı da dönüştürebilir.

Son zamanlarda Britanya'da yemek, popüler kültürde, tıpkı film, edebiyat ve müzik gibi, toplumun dönemsel zevklerini yansıtan bir konum elde etti. Yemek, zamanın ruhunu yansıtır oldu. Yemek konusunda küresel eğilimler söz konusu şimdi. Londra'dan New York'a, Tokyo'dan Melbourne'e kozmopolit şehirlerde, insanlar artık mütevazı bir dekorun önünde paylaşmalık tabaklarda sunulan yemekler yedikleri, rezervasyon gerektirmeyen lokantalara ya da kızarmış gevrek abur cuburlar satan seyyar satıcılara akın ediyor. Çok sayıda Michelin yıldızı sahibi René Redzepi'den yeni Ortadoğu hamur işi ustası Yotam Ottolenghi'ye ve televizyon aşçısı Nigella Lawson'a varana dek günümüzün en meşhur yemek profesyonelleri, ünlüler dünyasının bir başka cephesini oluşturuyor. Pek çok farklı kültürün ve mutfak âdetinin etkilerini kullanarak, toplumdaki yemekseverlerin ciddi bir iştahla baktıkları emsalsiz yemekler hazırlamak için mutfakta yaratıcılığa önem veriyorlar.

Yiyeceğe yönelik bu hevesin ve mutfak kültüründeki eğilimlere (iki yılda bir değişen moda takvimi kadar sıklıkla değişir gibidir bunlar da) giderek artan ilginin ortasında “safkan” mutfak kültürlerine dair bilgilerimizde gedikler var. Kendini “gurme” ilan etmiş kimileri David Chang'in³ kim olduğunu biliyor olabilir, lokantalarda sakatat tabakları ısmarlayabilir ya da pastörize edilmiş süte karşı çiğ sütü savunabilirler, ancak bir bölgesel ya da ulusal mutfak ayırt eden özellikleri sahiden belirtebilirler mi? Söz gelişi, Lübnan veya İran mutfaklarını nasıl tanımlarsınız? Bu iki mut-

3 Kore asıllı Amerikalı şef ve Momofuku restoran zincirinin sahibi. Chang'in kendi adına iki Michelin yıldızı bulunmakta, aynı zamanda *Lucky Peach* dergisinin de yardımcı editörü. Üç ayda bir çıkan ve zamanın ruhunu yansıtan derginin her bir sayısı, “Ramen”, “Amerikan Yemeği” ve “Felaketten Önce ve Sonra” gibi başlıklarla çıkmaktadır.

fağı birbirinden ayıran noktalar nelerdir? Asli tatlar, pişirme teknikleri ve her birine damgasını vuran ana yemek nedir sözgelışı? Kısacası, dünyanın farklı yerlerinde insanlar neyi, neden yer?

Sizi dünyanın otuz sekiz farklı mutfağına doğru bir yolculuğı çıkarırken amacım onların asli özelliklerinin sırrına erebilmek ve sizin de bu mutfaklardaki bazı yemekleri yapabilmeyi sağlamak. Hatırlamakta fayda var, yemek yediğimizde seyahat etmiş oluruz. Bu kitabı söz konusu yerlerden herhangi birine bir giriş vizesi ve lezzetlerinden bir örnek tatma fırsatı olarak düşünün – hepsi de sizin kendi mutfağınızın içinde gerçekleştirmek üzere...

Mutfak Dediğimiz Aslında Nedir?

Amerikalı bir akademisyen ve aynı zamanda bir çiftçi olan Wendell Berry bir seferinde “Yemek yemek tarımla ilgili bir eylemdir” demişti: Böyle söylerken, yediğimiz şeyin, yerli ürünlerin yaşayıp yetiştığı yerin iklimini ve arazisini yansıttığı gerçeğine dikkat çekiyordu... Ancak bu, salt coğrafyayı dikkate alan bir indirgemedir.

Aslında mutfak, coğrafyayla tarihin evliliğinden doğmuş, yenebilir bir aşk çocuğudur. İşgaller, emperyalizm ve göçler insanların hareketlerinden doğan etkileri coğrafyayla harmanlar; öyle ki neticede o yere özgü , ancak tanım itibarıyla melez mutfaklar çıkar ortaya – tıpkı, sırayla Yunanlıların, Romalıların, Normanların, Arapların, İspanyol ve Fransızların ve son olarak da İtalyanların hükmettiği Sicilya’da olduğu gibi. Günümüzde Sicilya yemekleri hem adada yaşamış olan halkların hem de orada mevcut zengin Akdeniz ürünlerinin ifadesidir.

Öğrendiğim kadarıyla hiçbir mutfak safkan değildir; tıpkı barınakta bulacağınız alelade bir kırma av köpeğı gibi melezdir hepsi de. İçlerinde en ayırt edici bölgesel ve ulusal özelliklerle yüklü olanlar bile fiziksel coğrafyanın ve o coğrafyanın verdiği ürünlerle insanların birbirinden farklı geleneklerinin kaynaşmasının bir neticesidir.⁴ Kimi mut-

4 Fakat bu süreçle –yani coğrafyayla tarihin bir mutfağı oluşturmak için zaman içinde harmanlanmasıyla– günümüzde belli bir şefin bilinçli olarak yarattığı “füzyon yemekleri” arasında ciddi bir fark vardır.

faklar –sözgeşi Yeni Dünya'nın mutfakları– ötekilerden daha gençtir, ancak bu mutfakların şekillendiği yakın tarihlere dair öğrendiklerimiz, bir mutfağın nasıl geliştiğine ilişkin hayranlık uyandıran dersler sunar.

Örneğin California'ya yolculuk edeceğiz (bakınız s. 327); sırf tabiri caizse benim buraya olan aleni duygusal bağlılığımın otürü değil, yeme içmeye olan bakışımızı değiştirdiğine inandığım için de. Son yıllarda Birleşik Krallık'ta gerçekleşen yeme içme devriminin izi, kaynak olarak California eyaletine ve buradaki, daha önce edinilmiş muhtelif aşçılık geleneklerini kaynaştıran ayırt edici yaklaşıma dek sürülebilir. Tüm o gelenekler büsbütün yeni olan bir şeyin –türetilmiş ama yine de otantik bir şeyin– yapıtaşını oluşturmaktadır.

Dünya mutfaklarını birer güveç yemeği olarak düşünme eğilimindeyim, genellikle birbiriyle aynı ya da benzer malzemelere sahip olmakla beraber tamamen farklı neticeler çıkarırlar ortaya. Pek çok temel benzerliklerine rağmen Hint ve Fas yemeklerinin ne kadar farklı olduğunu düşünün: Toprak kapta pişirmeye, yahniye ve daha önemlisi ortak kullanılan baharatlara, kimyon, tarçın, zerdeçal ve bunların harmanlanmasından elde edilen sayısız benzer baharata rağmen... 174. ve 175. sayfalardaki Baharat Yolu haritasında göreceğiniz gibi, topraklar ve insanlar –coğrafya ve tarih– arasındaki etkileşim bu kitapta incelediğim her bir dünya mutfağına emsalsiz bir kimya ve kendine has bir sihir vermektedir.

Bu Kitabı Nasıl Kullanmalı?

Dünyanın otuz dokuz mutfağına ilişkin kapsamlı bir DNA çıkarmak zorlu ve maharet isteyen bir iş olurdu. Bu kitap sadece bir giriş noktası, dünyanın en önemli mutfaklarını oluşturan yapıtaşlarına dair acemice bir merak duyanlar için zor durumlarda başvurulması bir rehber. Malzemeleri ve tatları kapsıyor içinde; sözgeşi hangi baharatların kullanıldığını, zeytinyağının mı yoksa tereyağının mı (yoksa hiç yağ kullanmanın mı) tercih edildiğini, aynı zamanda yemeklerin nasıl pişirildiğini ve sunulduğunu anlatıyor. Her bir mutfağın kilit özelliklerini “kiler” listelerinde vurguladım; yolculuğumuz boyunca ziyaret edeceğimiz her

bir mutfak için gerekli alışveriş listesini burada bulabilirsiniz. Her yerden yine birkaç tipik tarif de verdim. Daha fazlasına merak duyuyorsanız, uzmanlarının ayrı ayrı mutfaklar üzerine kaleme aldığı ve tavsiye ettiğim kitaplar için 394. sayfadaki “Ek Başvuru Kaynakları” bölümüne bakın.

Kiler listelerini kati birer katalog olarak düşünmedim, daha ziyade belli bir mutfak kültürüne ait yemekleri pişirirken elinizin altında bulunmasını isteyeceğiniz türde malzemelerin birer listesi bunlar (hemen aşağıda sözü edilen, mutfağın olmazsa olmazları listelerinin yanı sıra). Kiler listeleri, belli yerlere has, yerel ya da özgün bulduğum malzemeleri içeriyor, söz gelişi Çin’in Siçuan eyaletine özgü Siçuan biberleri, İran’ın kuru-tulmuş misket limonu ya da İspanya’dan *pimentón* gibi; bu listelerin mutfak yolculuğunuza başlamadan önce size ilgili bölümü okuma konusunda esin vereceğini umuyorum. Kiler listeleri, –söz gelişi Akdeniz’de nohut ya da Doğu Akdeniz ve İsrail’de tahin gibi– belli bir coğrafyadaki yaygınlığına bağlı olarak özellikle vurgulanmayı gerektirmediği müddetçe, temel mutfak malzemeleri listesine aldığım malzemeleri içermiyor. Bir dünya mutfağı için ne kadar önemli olursa olsun ekstra sızma zeytinyağı veya sarmısak kiler listelerinde yer almıyor: Hangi dünya mutfağını ele alırsanız alın bu malzemeler her zengin mutfakta bulunması gereken olmazsa olmazlardır.

Tariflere yönelik daima rahat bir yaklaşımım olmuştur. Bir yemeğe hayat verirken muazzam yardımları olmakla birlikte, yemek tarifinin birtakım kurallardan oluştuğu fikriyle çoğumuzun eli kolu bağlanır ki bu, felaket sonuçlar verir. Benim tavsiyem içinizden geldiği gibi yapmanızdır. Damak tadınıza öylesi hitap ediyorsa yemeği biraz daha tuzlamakta ya da taze kişnişi dahil etmemekte tereddüt etmeyin; hoşunuza öylesi gidiyorsa bifeği ya da omleti birkaç dakika daha fazla veya daha az kızartın... Kimse sizin damak tadınızı ve tencere tavalarınızı sizin kadar iyi bilemez, dolayısıyla kendinizi biraz da yaratıcılığa teslim edin.

Aynı mantıktan hareketle, eğer bu tariflerden birini yapmak istiyorsanız ve malzemeniz ya da gerekli bir gereciniz yoksa bunun gözünüzü korkutmasına izin vermeyin. Onun yerine en yakın malzeme ya da araç gereci kullanın. Herkesin Doğu Londra’daki Türk dükkânlarına ulaşma

imkânı olmayabilir ya da elinin altında bir Fas güveci (*tajin*) bulunmayabilir ama ben bir tarifi harfiyen takip etmeden de otantik lezzetlerin yakalanabileceğine inanıyorum.

Bu bölümden hemen sonra “Temel Mutfak Malzemeleri” listesini bulacaksınız. Bunlar mutfağında mutlaka olmasını istediğim malzeme ve araç gereçler. Böylesi bir liste kişiden kişiye değişir ve benim listemin sizin yemek yeme tarzınızı yansıtmadığını da görebilirsiniz, ama deneyimlerime göre bu listeye dahil ettiklerim bir dizi farklı mutfak kültürüne ait yemeği çabucak hazırlamamı sağlıyor.

Yemek Atlası bir nevi başvuru kitabı olsa da mutfakla ilgili benim özel ilgi ve deneyimlerimi yansıttığından aynı zamanda son derece kişisel de. Bulduğum yerleri, sohbet ettiğim insanları ve hoşlandığım yemekleri de yansıtıyor aynı zamanda. Dünyanın sayısız mutfağının arasından otuz dokuz mutfağı seçtim, dolayısıyla elbette eksiklikler vardır, ancak günümüzde yeme alışkanlıklarımıza özellikle şekil verdiğini düşündüklerimi dahil ettim. (Pers mutfağının ya da bugün İran olarak bilinen ülkenin kadim yemek pişirme yöntemlerinin günümüzde Türk, Hint, Akdeniz ve Doğu Akdeniz gibi bilinen ve sevilen ana mutfaklara nasıl nüfuz ettiğini fark etmek benim için keşfedilen dikkate değer bilgilerden biri oldu. Bu Pers etkilerinin kitap boyunca kendini göstermeye devam ettiğini siz de göreceksiniz.) Üç büyük Avrupa ülkesi (İspanya, İtalya ve Fransa) için, Çin, Hindistan ve ABD için birden fazla bölgeyi dahil ettim. Gösterdikleri bölgesel farklılıklar bana, muhtelif yerleşim bölgelerine ait mutfak kültürlerini tek bir isim altında toplayamayacağım kadar fazla gibi göründü.

Bu kitabın başucunuzda okunma rahatlığı sunduğu kadar ocağınızın yanında kullanım rahatlığı da sunmasını isterim. Bir yemek gazetecisi olarak mesleğim sayesinde, hepsinden de eşit oranda ilham ve pratik ipuçları aldığım muazzam yetenekli şefler, yemek uzmanları ve yazarlar tanıma fırsatım oldu. Her bölümde, ilgili mutfak kültürünün bir uzmanıyla tanışacaksınız. Burada isimlerini sayamayacağım kadar çok sayıdalar ama hepsi de gerek zaman, gerek bilgi, gerek pişirme yöntemleri açısından bana son derece cömert davrandılar. (Bu kitabı kaleme alırken aynı zamanda çok iyi de beslendim.)

Umarım *Yemek Atlası*'nı okumayı ve onun eşliğinde yemek pişirmeyi seversiniz. Umarım bu kitabın yardımıyla mutfağınızdan uluslararası yol-

culuklara çıkar, halihazırda ziyaret ettiğiniz yerlere dair hatıralarınızı canlandırır ve yeni yolculuklar için hevesle dolarsınız.

İyi yolculuklar ve şimdiden afiyet olsun!



Temel Mutfak Malzemeleri

Araç Gereçler

Temel malzemeler derken gerçekten temel olanları kastediyorum. Bir özel sebze dilimleyiciniz, mikseriniz, hatta *sous vide*'iniz¹ olması gerektiğini söyleyen yemek kitapları okuduğum oldu. Bu araçların hepsinin de mutfakta yeri vardır ama hiçbirini “temel” olarak sınıflamazdım. Bu sayfalarda yer alan tariflerin çoğu için öyle çok özel şeylere ihtiyacınız olmayacak. Buradaki yemeklerin dünyanın dört bir tarafında evlerde pişen yemekler olduğunu ve sadece, işleyen bir ev mutfağında kullanılan en gelişmemiş teçhizatı gerektireceğini unutmayalım.

İtiraf etmeliyim ki fazla sayıdaki pişirme aletinin işleri karıştırdığını düşünürüm ve kişisel olarak parmaklarımı tehlikeye sokabilecek elektronik bıçaklı şeylerden de, zahmetli temizlik gerektiren aletlerden de uzak dururum. Ancak bunun tersine, dipsoslar, soslar, çorbalar ve benzerlerini hazırlamak için blender kesinlikle faydalı bir alettir, bundan ötürü de listemde yeri var.

Temel mutfak araç gereçleri listeleri içinde en gözde listem Laurie Colwin'in *Home Cooking* kitabındaki “Teknoloji Özürlülerin *Batterie de Cuisine* Listesi” dir (yiyecekler hakkında okumayı yemek pişirmeyi sevdiğiniz kadar seviyorsanız ve yemek yazılarının alaycı ve bazen biraz iğneliyici olmasından hoşlanıyorsanız bu kitabı edinmenizi öneririm). Colwin'in tavsiyelerini büyük oranda tekrarlardım, gerçi Colwin pek çok durumda gereçlerin (spatuların ve hatta büyük çorba tencerelerinin bile)

1 *Sous vide*: Malzemelerin hava geçirmeyen naylon torbalarda, düşük ısıda kaynar su içinde pişirilmesini sağlayan aygıt. (ç. n.)

çifter çifter bulunmasından yana. Bu bana göre muhakkak gerekli değil, hele de siz yemek pişirirken bir yandan bulaşığı yıkamaya gönüllü bir sevgiliniz, ev arkadaşınız, ebeveyniniz ya da benzeri bir ortağınız varsa.

İşte bu kitapta verdiğim tariflerden herhangi birini gerçekleştirmek ve buraya dahil ettiğim dünya mutfaklarının herhangi birinden kendi dilediğinizce bir şeyler ortaya çıkarmak için size lazım olduğunu düşündüklerimin kısa bir listesi. Tirbuşon ve radyo elbette tercihe göre değişir ama siz de benim gibiyseniz belli olmaz...

- **Geniş, Yapışmaz Kaplama Kızartma Tavası:** Çok pahalı bir şey olmasına gerek yok, benimkini süpermarketten on dolara satın aldım.
- **Sos Tavaları:** Le Creuset tarzı, ağır tabanlı ama aynı zamanda fırına da girebilecek türde bir sos tavasıyla, hafif ve orta boy bir sos tavası (yine ucuza alınabilecek, süpermarkette satılan türlerinden). Elinizin altında iki adet olmasında fayda var.
- **Vok:** 1998 civarında öğrenci mutfaklarının vazgeçilmez aksesuarlarından biriydi; kızartılmaya uygun malzemelerin gevrekliğini ve tazeliğini kaybetmeden etkin ve çabuk kızartılabilmesi için hâlâ da işe yarar.
- **Derin Fırın Tepsisi / Fırın Izgara Tepsisi**
- **Güveç**
- **Düdüklü Tencere:** Tartışmasız, temel gereçlerden biri değildir ancak yahni yapmaya meraklıysanız ya da malzemeleri kısacık zamanda yumuşatmak istiyorsanız faydalıdır. Düdüklü tencereler için genellikle daha az su kullanılır ve malzemeler daha kısa süre pişirildiğinden (etler) yumuşak, (sebzeler) ktır ktır ve (alelade haşlanmaya nazaran) besin değerleri bakımından daha yüksek olurlar.
- **Süzgeç**
- **Büyük Karıştırma Kâsesi:** İster cam, ister plastik, ister metal olsun, fark etmez ama elinizin altında birkaç adet bulunmalı.
- **İyi Kalite Keskin Bir Bıçak**
- **Uzun Çatal / Sivri Uçlu Kesme Çatalı**
- **Sağlam Bir Kesme Tahtası:** Sağlam olması önemli. Çalışırken elinizin altından kayıp giden bir tahta kadar kötüsü yoktur (elbette

bıçaklar söz konusu olduğunda aynı zamanda tehlikelidir de bu durum). Mümkünse dayanıklı ve ağır bir ahşap kesme tahtası edinin.

- **Mutfak Robotu ya da Blender**
- **Havan:** Tabanı ağır bir havan tercih edin (benimki granittir). Bana kalırsa esaslı bir neandertal ürpertisi yaşamak için en iyisi kendi baharatlarınızı kendiniz öğütmektir.
- **İyi Bir Rende**
- **Kabuk Soyucu**
- **Tahta Kaşık**
- **Spatula:** Bu tür aletlerin karışımları kâsenin dibinden *son damlasına kadar* kazımakta ne kadar yararlı olduklarını görmek beni daima keyiflendirmiştir.
- **Servis Tabakları / Kâseleri:** Servis yaparken ve yemek yerken büyük kâselerden ve tahta düz tabaklardan hoşlanırım. Bu gereçlerin, servis tabağına konmadan önce ne denli yavan görünürse görünsün, yiyeceği güzel göstermenin basit bir yolu olduğunu düşünüyorum. Sözgelisi humus ilk karıştırıldığında bayağı bej görünür (komik bir şey). Ama hoş bir seramik kâseye boşaltıp üstüne iyi kalite zeytinyağı döktükten ve zahter serptikten sonra (s. 214) güzel görünecektir.
- **Ölçü Kabı**
- **Mutfak Tartısı**
- **Çırpıcı:** Elektrikli bir çırpıcınızın olması iyidir ama doğrusunu isterseniz olmazsa olmaz değildir.
- **İyi, Geniş Bir Kevgir**
- **Kek Kalıbı:** Kelepçeli olanlar tercihen daha iyidir.
- **Turta Kalıbı (Tabanı Gevşek Olanlar)**
- **Bir Dizi Saklama Kabı:** Sadece 70'lerin ev hanımlarının gözdesi değil bunlar. Daha sonra kullanmak veya sunmak üzere bir şeyler pişirmek için de, yenmeyip kalanları saklamak için de çok faydalıdır.
- **Streç Film ve Yanmaz Fırın Kâğıdı**
- **Tirbuşon**
- **Mutfak Radyosu**



Malzemeler

Canım çektiği zaman Büyük Britanya'dan uzaklaşıp –yemek vasıtasıyla– yola çıkabilmek için her zaman bulduğum malzemelerin listesi bu. Bunların elinizin altında bulunması, ister hindistancevizli köri, ister makarna sosu, ister Doğu Akdeniz mezesi olsun, daima ilginç, uluslararası ve aynı zamanda orijinal bir şeyleri çarçabuk hazırlayabilmenizi sağlar.

Her zaman olduğu gibi, bu, benim yemekten hoşlandığım yiyecekler üstüne kurulu kişisel bir liste. Sözgelisi, önceden planlamamışsam, sadece kendim için ya da bir başkası için yemek pişirdiğim zamanlarda nadiren et kullanırım. Benden daha etçil biriyseniz size tavsiyem buzdolabınızda makarna soslarına ya da çorbalara katmak üzere *chorizo* ve/veya *pancetta* buldurmanız. Aynı zamanda buzlüğünüzde kıyma buldurmanız da köfte, makarna sosu ya da kolay Doğu Asya menüleri hazırlamak için iyi olabilir. Bir rica: Mümkün merteye organik et kullanmaya çalışın. Tadı çok daha iyidir, hem sizin için hem de dünya için daha iyi olması bir yana.

Size kendi otlarınızı yetiştirmenizi tavsiye edeceğim. Önceden toplanmış olanlarını süpermarketlerden almaktan daha ekolojik bir yaklaşım olur bu, ayrıca naylon torbalarda duran otlar çok kısa sürede bayatlar. Ancak bunun da ötesinde kendi yiyeceklerimizi yetiştirmek; denemeye değer, az bir bakımla kendi malzemelerimizi ve bir yemeği dönüştürecek gıdaları yetiştirebileceğimiz bir deneyimdir. Tek yapmanız gereken cam önünde duracak bir çiçeklik satın almak ve işe kekik, nane, maydanoz ve fesleğenle başlayarak tohum ekmek. Bitkilerin tek istediği, iyi gün ışığı ve düzenli sulamadır. Yeri gelmişken söyleyeyim, aksi belirtilmediği müddetçe tariflerdeki otların tümü taze kullanılmalıdır.

- **Tazeler:** İster kırmızı ister beyaz kuru soğan, taze soğan, sarımsak, zencefil, limon, misket limonu, patlıcan, sakızkabağı, ıspanak, domates, taze otlar (maydanoz, kişniş, fesleğen, nane, kekik), iyi bir somun ekmek.
- **Buzdolabı:** Tuzsuz tereyağı, yumurta, süt, süzme yoğurt, parmesan peyniri, tahin, limon.

- **Buzluk:** Fasulye, ekmek kırıntısı, doğranmış maydanoz ve pita ekmeği.
- **Mutfak Dolabı:** Makarna ve erişte, *basmati* pirinci, kuskus, beyaz un, toz şeker, kabartma tozu, kakao, vanilya esansı, acı çikolata, iyi kalite sızma zeytinyağı, susam yağı, balzamik sirke (yine iyi kalite olmalı; çok değişebiliyor), beyaz şarap sirkesi, soya sosu, balık sosu, konserve domates, domates püresi, konserve nohut, konserve hindistancevizi sütü, kuru pul acı biber, kuru baharatlar (tarçın, kimyon, rezene tohumu, kırmızıbiber, öğütölmüş kişniş, kimyon tohumu, *garam masala*, karanfil), kurutulmuş otlar (tarhun otu, oregano, biberiye), karabiber, deniz tuzu, kırmızı mercimek, salamura hamsi, bir kavanoz kapari turşusu, zeytin, bal, Marmite².



2 Pekâlâ, bunun isteğe bağlı olduğunu belirteyim. Bu kitapta bulamayacaksınız ama benim dolabımdan Marmite eksik olmamıştır. Tereyağlı, Marmite'lı, karabiberli makarna boş bir buzdolabına (ve akşamdan kalmalığa) karşı her zaman önerdiğim özömdür.