



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## AKÇAKOCA YEMEK KÜLTÜRÜ

Düzce İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

Akçakoca'da yemek kültürü oldukça zengin sayılır. Genel olarak üç guruba ayrılabilir. Çerkez ve Abhaza Kültürü, Karadeniz Kültürü ve Manav Türkleri Kültürüne ait yemekler ağırlıklı olarak yapılıyor. Genel olarak bakıldığında kolay ve basit yemeklerin yapıldığı görülmektedir. Coğrafi şartların zorluğu ve tarımsal özellikler yemek kültürünün oluşmasında büyük rol oynamış. Eskiden kadınların tarlalarda çok çalışıyor olması basit ve kolay yemeklerin ortaya çıkmasına yol açmış.

### 1. ÇERKEZ VE ABHAZA YEMEK KÜLTÜRÜ

Çerkez ve Abhaza köylerinde Kafkasya'dan getirilen kültürün etkisi görülüyor. Abhaza otu olarak bilinen ot hemen her yemeklerinde kullanılıyor. Bu otu göç sırasında beraberlerinde getirmişler ve sonrasında burada yetiştirmişler. Abhaza tuzu denilen ve yemeklere katılan bir çeşit salçalı tuzlu ve Abhaza otu katkılı sos neredeyse tüm yemeklere, özellikle tavuk yemeklerine katılıyor.

Çerkez ve Abhaza peyniri eski üretim usulünde olmasa dahi geleneksel bir peynir çeşidi olarak günümüzde hala üretiliyor.

Yemekler genellikle susuz, meze usulünde yapılıyor.

Çerkez mantısı (haluj- suda pişen irice bir mantı çeşidi), çiğ börek, mısır unundan yaptıkları ve ekmek yerine yedikleri mamursa (üzerine sıcak haldeyken peynir batırıyorlar) en önde gelen yemekler arasında.

Bunun yanında Çerkez tavuğu, lepsi (tavuk yemeği) mutlaka bulunuyor. Neredeyse her yemekte ceviz kullanıyorlar. Eskiden ceviz yağını da kullanıyorlarmış ancak günümüzde bulunması güç olduğundan artık kullanmıyorlar.

### 2. KARADENİZ YEMEK KÜLTÜRÜ

Karadeniz kültürünün yöreye kazandırdığı mancar (karalahana) yöreyi sarmış durumda. Tüm köylerde mancar baş tacı edilmiş. Mısır, mancar ve fasulye Karadeniz kültürü geleneksel mutfağının baş malzemeleri arasında sayılıyor. Geleneksel yemeklerde malzeme çeşidi az. Bu durum Karadeniz kadınının eski zor koşullar nedeniyle pratik yemeklere yöneldiğini de gösteriyor. Karadenizli bir kadının şu söylemi durumu özetliyor; "Bahçende mancar, selenderde (ahşap mısır deposu) mısırın varsa aç kalmazsın" Mancarlı pide, fasulye içi ile pişirdikleri mancar tepelemesi, mancar dolması, yöreye özgü bir bitki çeşidi olan kaldirik kavurması, fasulye yemeği ve mısır ekmeği başlıca yemekleri. Taze fasulyeden kurdukları turşuyu kışın soğanla kavurup yemek olarak tüketiyorlar. Mısırı taze iken toplayıp kurutup çekiyorlar. Bu mısırı yemeklerde kullanıyorlar. "Hitir" mısır çorbası da bir başka geleneksel yemekleri.

### 3. MANAV TÜRKLERİ YEMEK KÜLTÜRÜ

Manav Türkleri kültürü yemeklerinde ise hamur işinin ağırlıkta olduğu görülüyor. Hamur tatlısı olan Melengüççeği tatlısı bu köylerde çok yapılıyor. Misafir geldiğinde yapılan "Höşmelim veya hoşmerim" un,su ve tereyağı ile yapılan bir çeşit tava böreği. "Dartı veya tartı" denilen süt kaymağı ile yapılan kahvaltılık da geleneksel yemek kültüründe yer alıyor.