



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

## AYAKÜSTÜ BESLENME (FAST FOOD) VE ÜLKEMİZ

Kültür ve Turizm Bakanlığı

Ülkemizde toplumsal değişimler sonucu kentleşme artmış ve yemek alışkanlıklarını değiştirmiştir.Çalışan insanlar uzun uzun yemek hazırlama zamanı bulamadıkları için kısa zamanda hazırlanan yiyecekleri tercih eder duruma düşmüşlerdir.Fast-food, ayaküstü beslenmeyi ifade etmektedir.Başka bir deyimle, hızlı ve hazır beslenme sistemi anlamındadır.

Çalışan insanın saatlerce yemek yiyecek zamanı yoktur.Bu nedenle kısa zamanda, ayaküstü bir şeyler yiyip işine gitmesi gerekmektedir. Böylece büyük kentlerimizin özellikle merkezi kısımlarında ayak üstü yiyecek dükkanları açılmıştır.Buralarda dönerciler, köfteciler, balıkçılar, sandviç ve poğaçacılar vs. bol miktarda bulunmaktadır.

Geleneksel Yemek Kültürümüzde Ayaküstü Yemekler

Ülkemiz, sanayileşmeden önce, çok eski yıllara dayanan, tarım kültürünün oluşturduğu, geleneksel bir ayaküstü hazır yiyecek kültürüne sahiptir.Bunlar, halkın büyük kentlere gelişi ile yeniden canlanmıştır.Bunlardan bazı örnekler:

a)Dürüm

Kırsal kesimde, yufka arasına çökelek, peynir, yeşil soğan, haşlanmış yumurta, kavurma, ceviz ve bal konarak yenen bir türdür.Özellikle hamur işlerinin yaygın olduğu İç Anadolu yöresinde bu gelenek vardır.Özellikle Kırşehir’de dürüm çok yaygın bir gelenektir.

b)Döner Kebap

Ekmek arası döner kebab, yine kentlerimizdeki geleneksel ayaküstü yiyeceklerdir.

c)Pideciler

Yine bazı pideci lokantaları aynı niteliktedir.Konya’da pideye ‘Etili ekmek’ denir.Kıymalı, kuşbaşı, yumurtalı, sucuklu olarak hazırlanmaktadır.

d)Köfteciler

Ekmek arasına köfte konularak tüketilmektedir.Bunlar seyyar satıcılar biçiminde de kent sokaklarında yaygındır.

e)Tost

Arasına peynir, sucuk, salam konularak yapılan bir tür yiyecektir.

f)Sandviç, Poğaç

Pastaneler başta olmak üzere bu tür yiyecekleri satarlar.

g)Lahmacun

Güneydoğu’da yaygın bir yiyecek türüdür. Bugün büyük kentlerimizde çok popüler olmuştur. Ayrıla birlikte tüketilen bir yemek kültürüdür.

h)Simit

Kentlerde en yaygın ayaküstü tüketilen geleneksel, ekonomik bir yiyecektir.

ı)Kumpir

İri patates közlenmiş olup, içine çeşitli soslar katılan geleneksel bir ayaküstü yiyecek türüdür.

i)Ciğer Kavrurma , Et Kavrurma

Seyyar ya da sabit satılır.Urfa’da çok popülerdir.

j) Çiğ köfte

Güneydoğunun meşhur köftesi, yeşillikle birlikte satılmaktadır.

Modern Ayaküstü Yiyecekler

Bunlar dışarıdan gelen fast food dükkanlarında tüketilenlerdir.Mc Donald’s bunlardan birisidir.Burada çeşitli hamburgerler var.Cheese burger, chicken burger, kızarmış patates, kola tüketilir.Şimdi de yine Amerikan tatlı türü olarak tarçın ve çikolata soslu donat’lar da satılmaktadır.

Kentucky Fried Chicken - Tavuk burger ve kızartılmış tavuk satan yabancı firmadır.Yine dışarıdan alınan Pizzacılar da yaygınlaşmaktadır.Pizza Hut gibi.Ayrıca, yine hamburger satan Burger King de yaygınlaşmaktadır.Ayaküstü Yiyeceklerin (Fast Food) Genel Değerlendirilmesi , bunların genel

değerlendirilmesi, daha çok, bu tür yiyeceklerin tercih nedenleri biçimindedir.Özellikle:

- a)Genelde gençler ve çocukların tercih ettiği bir türdür.Bu da ülkemizde toplumun nüfusunun yapısal değişikliğinin bir ürünüdür.
- b)Ekonomiktir, lokantalarda yemek pahalıdır.
- c)Az zaman harcanarak türetilir.
- d)Çalışanlar için kolaylıktır.
- e)Yeni kentsel yemek kültürünün bir simgesidir.
- f)Yiyecek kültürünün bir modasıdır.
- g)Fast food ürünleri, besin teknolojisinin bir yeniliğidir.

Ayaküstü yiyecekler (fast food) küreselleşmenin kültürel boyutunu ifade eden bir kavramdır.Bunların yaygınlaşması, modern yaşamın kaçınılmaz bir sonucudur.Fakat bu süreçte ülkemizin geleneksel fastfood'unu da yaygınlaştırmak bir politika olmalıdır.Nitekim Döner dünyada hamburger ile rekabet edecek duruma gelmiştir.Fakat bu yiyeceği bütün dünyaya tanıtıcı bir politikamız olması gerekmektedir. Aynı şeyi lahmacun için de söyleyebiliriz.O da hamburgerle yarışacak nitelikte özgün ve geleneksel bir yiyecektir.Ayrıca sokaklarda seyyar olarak satılan fast food yiyecekler de var. Köfteciler, kokoreçciler, gibi. Fakat bunların sağlık açısından nitelikli oldukları söylenemez.