



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BAT (TOKAT)

Gazi Üniversitesi Türk Halkbilimi Araştırma ve Uygulama Merkezi

2 su bardağı mercimek
1 su bardağı düğü (ince bulgur)
4 kaşık salça
2 adet domates
1 adet kuru soğan
4 dal yeşil soğan
100 gram ceviz
1 çorba kaşığı reyhan
1 demet dereotu
1 demet maydanoz
5 bardak su
Tuz
Biber
200 gram bağ yaprağı

Mercimek bir tencerede haşlanır ve soğuması için bekletilir. Düğü sıcak su ile ıslatılır. Daha sonra mercimek ve düğü, salça ve suyla karıştırılır. Bu karışım çorba kıvamındadır. Bir tarafta domatesler küçük küçük doğranır, diğer yandan cevizler bir havanda dövülür, soğan, maydanoz, dere otu, reyhan ince ince kıyılır. Tüm malzemeler salça ile karıştırılır. Son olarak tuz ve biber eklenir. Bağ yaprağı ve köy ekmeğiyle servis yapılır.

Not: Tokat'ın yöresel yemeklerinden biri olan bat, adını yeniliş şeklinden almıştır. Bat yemeğinin sulu olması ve içine ekme batırılıp yenmesi isminin bat olarak anılmasına bağlıdır. (F:3) Kimi ilçelerde yemek 'bad' şeklinde söylenmektedir. Yemeğin nasıl oluştuğu hakkında çeşitli rivayetler vardır. Bir rivayete göre hamile bir kadın mercimekli, salçalı, yeşillikli, baharatlı bir şeyler yemek istemiş ve sonra o an evinde ne varsa hazırlamış. Bat yemeği de o günden bu güne yapılagelmektedir. Yemek ilk olarak hanımlar arasında yayılma alanı bulmuştur. Bat hanımların sohbet, altın günlerinde vazgeçilmez yemek çeşitlerindedir. Daha sonra ise yayılma alanı genişlemiş düğünlerde erkek evinin hayırlı olsun gelenlere ikram ettiği bir yemek halini almıştır. Tokat'ın kültürel zenginliklerine eklenerek mani ve türkülerinde de hayat bulmuştur.



Fotoğraf "semra baci" tarafından gönderildi. 06.11.2020

