



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

EKMEK

Kuzey Anadolu Kalkınma Ajansı

Türklerin ilk besinleri arasında et ve tahıllar büyük bir yer tutmaktadır.

Bu nedenle, buğday Türk Boyları ekonomilerinin temel direklerinden biri olmuştur.

Buğdaydan elde edilen unlardan çok çeşitli ekmekler yapılmış ve Türklerin çok sevdikleri gıda maddelerinden biri haline gelerek adeta kutsanmıştır.

Günümüzde de "ekmeksiz sofranın doyuramaz" inancı ülkemizde hâlâ yaygındır.

Ekmek bu kutsallığından dolayı yere atılmaz, yere düşürülmez, yere düşen ekmek üç kez öpülerek bir kenara kaldırılır "yemekte ekmek bırakılmaz" gibi inançlar hâlâ sürmektedir.

Nitekim Dünya ölçeğindeki ilk ekmek müzesinin Azerbaycan'ın Karabağ Bölgesi'ndeki Ağdam şehrinde açılmış olmasının bu yargıyı destekleyen en önemli göstergelerden biri olduğuna inanılmaktadır.

