



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

EKMEKLER

Asırlık Tariflerle Türk Mutfağı

Türk mutfağının omurgası ekmektir. Ekmek, Türk mutfağında kutsallık atfedilen bir önemdedir. Hayatın her anında ekmek ile ilgili bir deyiş vardır. Hayatını kazanmak ekmek parası kazanmaktır, ekmek tuz hakkı deyişi vefa borcunu ifade eder. Ekmek nimettir. Ziyarı atılması en büyük günah olarak görülür. Türk mutfağında kahvaltıdan meze sofrasına, tencere yemeğinden kebaba, her durum için uygun bir ekmek vardır. Ekmeksiz sofraya oturulmaz.

Ekmek türleri çok çeşitlidir. Mayalı veya mayasız hamurdan yapılabilir, incecik yufka gibi olanından devasa boyutta olan fırın ekmeklerine kadar uzanan pek çok farklı çeşidi vardır.

Çoğunlukla buğday unu kullanılmakla beraber mısır, çavdar gibi tahıl unlarından da ekmek yapılır. Ekmek yapımında kullanılan mayalar çok çeşitlidir. Yöreye göre her bölgenin mayası o yörenin havasının suyunun, doğasının tadını taşır.

Ekşi maya, nohut mayası, çiçek mayaları gibi farklı mayalar yöresel ekmeklere özgün tadını verir.

Ekmek, Anadolu'da tarihin ilk dönemlerinden itibaren önemli olmuştur. Buğdayın ilk yetiştirildiği yer olan Yukarı Mezopotamya Türkiye sınırları içinde yer alır. Bu sebeple siyez buğdayı gibi en eski buğday türleri bu coğrafyada yetişir. Anadolu'da ekmek neolitik dönemde önemli olduğu gibi Hitit uygarlığında da son derece önemlidir. Milattan önce 2000'lerin başından itibaren Anadolu'ya hakim olan Hitit döneminde toplum için ekmek son derece önemli bir gıda maddesidir. Döneme ait çivi yazılı kaynaklarda yaklaşık 180 çeşit ekmek türü yer almaktadır. Ekmek, Orta Asya'dan Anadolu'ya göç eden Türklerin kültüründe de başat bir öneme sahiptir. Göçebe Yörük kültüründe en önemli mutfak araçları yufka ekmek ve gözleme yapmak için oklava, hamur tahtası ve sac olmuştur. Bu kültürün devamı olarak Anadolu mutfağında sac üstünde pişen mayasız hamurlu düz ekmek türleri son derece gelişmiştir. Bunun da uzantısı olarak yufka veya lavaş ekmeğe sarılarak yenen dürüm başlı başına bir kültürdür. Kırsalda biraz katıkla, bazen peynir, çökelek, tereyağı ve yeşillik otlarla kahvaltılık veya öğün olabilir dürüm, bugün sokak yemeklerinin de önemli bir parçasıdır.

Ekmek gerek Selçuklu ve gerek Osmanlı dönemlerinde herkes için en önemli gıda tüketim maddesidir. Osmanlı döneminde kentlerde ekmek üretimi sıkı kurallarla denetlenirdi. Dünyanın ilk gıda standardı kabul edilen yüzyıl Bursa nizamnamesinde ekmek ile pek çok tanım bulunmaktadır. Fırınlara çok çeşitli ekmekler çıkarır, çarşıda ve sokakta simit, poğaçaya gibi fırın ürünleri seyyar satıcılar tarafından satılırdı. Osmanlı ordusunun gizli bir gücü de orduya yiyecek iaşesini ustaca idare etmekten gelirdi. Ordu lojistiğinde en önemli unsurlardan biri orduya taze ekmek temini olmuştur. 17. yüzyılda tüm Osmanlı coğrafyasını gezerek günümüze zengin bir yazılı literatür bırakan Evliya Çelebi'nin Seyahatnamesinde bazlama, çavdar ekmeği, darı ekmeği, lavaşa, somun, yulaf ekmeği anasonlu, çörekotlu, susamlı, haşhaşlı, rezeneli ekmekler, pişi, bazlama, gibi çok zengin bir ekmek çeşitliliği yer alır. Bu ekmeklerin içinde saray için en has beyaz undan hazırlanan has ekmek (nan-ı hass) en kıymetli ekmektir.

Türkiye'de ekmek yemeklere eşlik ettiği gibi, kimi zaman kendisi bir yemeğin malzemesi olur. Ekmeğe atfedilen kutsallıktan ötürü ekmek asla ziyan edilmez, bayat ekmek türlü şekillerde değerlendirilir. Bu yüzden bayat veya kuru ekmekle yapılan tirit, papara, bandırma gibi yemekler Türk mutfağında çok yaygındır.



© lezzetler.com tarif no:172298 • adi:EkmeKler • gönderen:Selver Somuncu • indirme tarihi:01.04.2025 - 14:46