



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## GÜNEY MARMARA MUTFAK KÜLTÜRÜ

Marmara ile Ege arasındaki geçiş bölgesini oluşturan Güney Marmara'da bahsedilmesi gereken ilk yöresel lezzet "tirit"tir. Bunun yanında Balıkesir mantısı, börülce ve salatası "sallama", sura, saçaklı mantı, düğün çorbası, şehriye çorbası, yaprak sarması ve hoşmerim gibi yemekler de özellikle Balıkesir'de yöresellik arz eder. Genel olarak Güney Marmara'da sebze ve ot yemeklerinin zengin olduğu görülür. Askalubrus, mürdükaşı, sarmaşık, acı filiz kavurması, semizotu ve kuzukulağı ilk akla gelenler olmaktadır.

Yine zeytin üretiminin gelişmiş olması nedeniyle yemeklerde zeytinyağı kullanımı oldukça yaygındır. Hâlihazırda Gemlik, Ayvalık ve Edremit gibi zeytinleri ile özdeşleşen yerlerin kültürleri zeytin ve zeytinyağına kurulu bir beslenme şeklinin gelişmesinde de önayak olmuştur.

Bursa dendiğinde akla gelen lezzetler, İskender kebabı, kestane şekeri, tahinli pide, cantık, cevizli lokum, pideli köfte, Kemalpaşa tatlısı, İnegöl köfte, süt helvası, Mihaliçpeyniri, çardak kebabı, damat paçası, gerdanlı akıtma, çullama, sakızlı kebab, sazan dolması, kul aşısı, hamur bamyası, pilimen çorbası, şipsi, çingillimantı, kartalaç, köbete, cimcik hamuru, bezelye kavurması, lalezar, kavata, soğan karıştırması, yumurtalı patlıcan ve ayva galyasıdır.

Bununla birlikte bir kıyı kenti olarak Çanakkale'de yoğun bir balık kültürü, Bozcaada ve Gökçeada'da ise yüzyıllardır süre gelen bir şarap kültürü bulunmaktadır. Bir geçiş noktası olan Çanakkale'nin mutfağı deniz ürünleri kadar Ege'nin ot yemekleri ve Rumeli'nin yüksek lezzetteki tatlılarıyla bütünleşmiştir.