



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## İÇ ANADOLU BÖLGESİ MUTFAK KÜLTÜRÜ

İç Anadolu Bölgesi'nde tahıl ve buğday üretiminin etkisini hamur işleriyle yöresel mutfaklarda görmek mümkündür. Kayseri, Eskişehir, Nevşehir ve Sivas bölgedeki yöresel mutfaklara güzel örnekler oluşturmaktadır. Kayseri yöresinde mantı, Eskişehir'de çi börek mutfaklardaki hamur işlerinin en güzel örnekleridir. Eskişehir mutfağına ait diğer yöresel yemeklere; pita, ekmeğ uğması, bamya çorbası, düğü çorbası, arabaşı çorbası, toyga çorbası, göçeli tarhana, bit-bit çorbası, tutmaç çorbası, yufkalı büryan, göbete, kaşık börek, cantık, haluja, harşıl, acı-gıcı, pasa, bozan kavurma, kuzu sorpa örnek verilebilir. Kapadokya Bölgesi'yle özdeşleşmiş olan testi kebabı ve Nevşehir tavası yöreye özgü yemeklerden bazılarıdır. Nevşehir'de yöresel lezzetlere tarhana, düğü, patates çorbası, testi kebabı, katma aşı, ağpakla(fasulye, kemikli et), soğanlama, dıvıl(patates ve bulgur) örnek olarak verilebilir. Ayrıca ayva dolması, bulama, dalaz(yumurta, süt, un, yağ, bal veya şeker) aside (un, pekmez veya şeker) de yerel mutfağın vazgeçilmezlerindedir. Konya mutfağına genellikle kuzu ve koyun etinden yapılan yemekler ile hamur işleri hâkimdir. Etlı ekmeğ, fırın kebabı, peynirli pide, tirit yörenin yöresel yiyecekleridir. Sivas'ta kışın en çok peskütan(unla pişirilip saklanmış yoğurt) çorbası, bahar ve yaz aylarında ise pancar çorbası tüketilmektedir. Bu çorbalar dışında toyga, kesme, urumeli(tarhana), katıklı çorba gibi daha birçok çorba çeşidi bulunmaktadır. Koyun etine dayanan Türk mutfağının bu özelliğini Sivas mutfağında da görmek mümkündür. Sığır ve dana etleri daha çok sucuk ve pastırma yapımında kullanılmaktadır. Sivas'ta etle yapılan yemekler; sebzeli et, Sivas tavası, soğanlı et, pehli, çirliet ve söğüş gibi yemeklerdir.