KARADENİZ BÖLGESİNE ÖZGÜ YİYECEKLER

Mehmet Kabacık Ordu Üniversitesi

Fındık: Türkiye?de dünya fındık üretimin % 75?i gerçekleştirilmektedir. Kabuklu ve kabuksuz iç fındık günümüze kadar en önemli tarımsal ihraç ürünlerimiz arasında yer almıştır. Fındığın birinci derecede yetiştirildiği yerler; Ordu ve Giresun?dur. Bu illeri sırasıyla; Trabzon, Samsun, Düzce, Zonguldak, Rize ve Artvin izlemektedir. Ayrıca Karadeniz Bölgesi dışında Sakarya ve Kocaeli?nde de fındık üretimi yapılmaktadır. Fındık, çerez olarak yaş, kuru ve kavrulmuş, bazen de çeşitli baharatlar eklenmiş olarak tüketilir. Fındıktan ezmeler, dondurmalar yapılır, helvalara konur, birçok tatlısı ve yemeği yapıldığı gibi bazı tatlı ve yemekler yapılırken fındıktan yararlanılır. Fındık Tanıtım Grubu?nun yayımladığı Dünya Fındık Lezzetleri adlı kitapta, düzenlenen yemek yarışmaları ekseninde, fındıkla yapılan 134 tatlı ve yemek bir araya getirilmiştir. Fındıktan elde edilen yiyecekler denilince akla fındık tanesi gelir, ancak fındığın yaprağından yapılan dolmalar, fındık ağaçları ve dalları yakılarak elde edilen yüksek kalorili mangal kömürleri ve mutfaklarda yemeklik yağ olarak ve kozmetik sanayinde kullanılan fındık yağıda fındığın diğer ürünleridir.
Hamsi: Doğu Karadeniz insanının günlük yaşamının vazgeçilmez bir unsuru olan hamsi, sadece bir besin maddesi değil, aynı zamanda folklorik bir öğedir. Türkülerden tatlılara kadar çok geniş bir alanın en belirgin kahramanıdır. Karadeniz için hamsi çok önemli ve çok özel bir balık, hatta olmazsa olmazlardandır. Hamsi, Karadeniz insanının yalnız mutfak kültürünü değil hikâyelerden fıkralara kadar genel kültürünü de etkilemiş bir balıktır. Mutfakta da çok özel bir yeri olan hamsi, çorbasından buğulamasına, mücverinden sarmasına, tatlısından dolmasına, pilavından köftesine kadar çok çeşitli yemeğin ana maddesi durumundadır. Evliya Çelebi?nin, Bursa?dan başlayıp Trabzon?u da içine alarak Karadeniz?in doğusuna uzanan seyahatini anlattığı ikinci ciltte Trabzon?u anlattığı kısımda o yörenin övülmeye değer yiyecek ve içeceklerini anlatırken balıklarına ve özellikle hamsiye işaret eder. Hamsi kelimesinin etimolojik olarak ele alındığı bu eser de; adın ?elli gün süren kış? anlamına gelen ?hamsîn? kelimesine dayandığından bahsedilir ve hamsinin bu mevsimde ortaya çıkması da delil olarak gösterilir. Aynı eserde Evliya Çelebi, iyi hamsinin bir karış kadar olduğunu söyler ve hamsiyi ince, morca ve parlakça, yağlıca bir balık olarak tarif eder. Sağlığa faydası konusunda ise hamsinin yüzlerce faydası olduğunu, tam bir afrodizyak olarak anlatır ve ağrı hastalığına yakalananların şifa bulduğunu belirtir.
Mısır: Karadeniz yöresinin sahip olduğu pek çok kültürel değerden biri de, yöre mutfağının vazgeçilmez temel gıdası olarak kabul edilen mısırdır. Mısır; ekonomik açıdan fındık ve çay kadar üreticisinin cebini doldurmasa da, Karadenizli için pek çok açıdan vazgeçilmez bir üründür. Közlemesinden haşlamasına, mısır ekmeğinden çorbasına, sadece Karadeniz insanının değil, hemen her yöre insanının damak zevkine hitap etmektedir. Yemeklerin vazgeçilmez malzemesi olarak kullanılan mısır çoğunlukla, yarma (çekilmiş mısır) ve mısır unudur. Mısır unu, ?fırın darısı/fırınlı mısır unu? ve ?seren unu/fırınsız mısır unu? olarak yemeklerde ve tatlılarda katkı malzemesi olarak kullanılır. Fırın darısı için süt mısırlar toplanıp taş fırınlarda kavrulur. Daha sonra mısırın taneleri ayıklanır ve taş değirmenlerde un haline getirilir. Tat ve lezzet açısından fırın darası daha kıymetlidir. Ancak mısır ekmeği çoğunlukla seren unundan yapılır. Anadolu?nun çeşitli yörelerinde olduğu gibi burada da kadınlar ekmek yapımındaki meziyetlerini gösterirler. Tek fark, kullanılan un buğday unu değil mısır unudur.
Mıhlama-Kuymak: Kuymak bir iki malzeme ile yapılan sade bir yemek olmasına karşın son derece lezzetli bir yemektir. Bazı yörelerde kuymak (Trabzon, Giresun), bazılarında da mıhlama (Rize, Ordu, Artvin) olarak adlandırılır. Ana malzemeleri, tereyağı, mısır unu, su ve peynir, peynir yörelere göre çeşitlilik gösterebilmektedir. Genellikle bakır tavada pişirilir ve sıcak olarak servis edilir. Özellikle Rize?de taze kaymağın bol olduğu yaylalarda tereyağı yerine taze kaymak kullanılır, buna ?hoşmeri muhlaması? denir.
Pirinç: Marmara bölgesinden sonra en çok pirinç Karadeniz Bölgesinde yetiştirilir. Bölgede Çorum-Osmancık ve Kargı, Kastamonu-Tosya, Samsun-Terme, Artvin-Yusufeli ve Bolu-Kıbrıscık pirinç yetiştirilen yerlerdir. Osmancık ve Tosya pirinci ülke genelinde bilinen ve tüketilen önemli pilavlık pirinçlerdendir. Yörede ?akçeltik? ve ?sarıkılçık? diye bilinen ve soğuk iklime dayanıklı bir pirinç türüdür. Yusuefeli pirinci, hoş kokulu bir pirinçdir. Bu değerli pirinç bire üç oranında su çektiği için az miktar pirinçle çok fazla pilav yapılır. Kıbrıscık pirinci, yıkanmadan önce rengi koyudur, yıkanınca rengi açılır, son yıllarda tarımı nadiren yapılmaktadır. Termede yetiştirilen pirinçler ise nişastasının yüksekliği ile bilinir.
Vakfıkebir Ekmeği: Vakfıkebir Taş Fırın Ekmeği geçmişi, fırını, pişirilmesi, şekli, tadı ve bayatlamayan özelliği ile yalnızca Türkiye?de değil dünyada da bilinen ve dilimle satılan tek ekmektir. Yayla kültürü gereği hayvancılıkla uğraşan ve ilkbaharda yaylaya çıkan aileler 2-3 gün süren yayla yolculuğu yapmaktaydılar. Bunun doğal sonucu olarak 2-3 gün boyunca bayatlamayan ekmeğe duyulan ihtiyaç taş fırın ekmeğinin icadına yol açmıştır. Yayla kültürünün hâkim olduğu her yerde buna benzer ekmekler üretilmesine rağmen hiçbirisi Vakfıkebir Taş Fırın Ekmeği kadar ihtiyacı karşılamamıştır. Geçmişi yüzyıllar öncesine dayanan bu ekmek bugün ülkemizin her yanında üretilmesine ve Trabzon Ekmeği olarak bilinmesine rağmen aslına uygun üretimin yapıldığı tek yer Vakfıkebir?dir. Taş fırın ekmeğini özel kılan pişirildiği fırın başta olmak üzere, suyu, odunu, unu, mayası, havası, şekli, ağırlığı ve pişiren ustasıdır.
Ekşi maya birkaç gün bekletilip ekşitilmiş hamurdur. Maya olarak hamur işlerinin kabartmakta ve

lezzetlendirmekte kullanılır. Her ekmek yapıldığında çiğ hamurdan bir miktar hamur ayrılır ve bol un konulmuş cam bir kavanozun içerisinde bekletilir. Ekmek hamuru hazırlanırken bu mayadan bir miktar yoğrulan hamurun içerisine atılır. Ekşi maya ile hazırlanan hamur biraz geç kabarır, ekşi maya ile pişirilen ekmekler geç bayatlar ve daha lezzetlidir.
Safran: Safran çok değerli ve lezzetli bir baharat olup Safranbolu(Karabük) da bir çeşit çiğdem çiçeğinden elde edilir. Günümüzde Safranbolu?da çok dar bir alanda yetiştiriciliği yapılmaktadır. 11 köyde 40 üretici tarafından 37 dekar alanda yetiştiriciliği yapılmakta olup, bir dekar alandan optimum koşullarda 0,5 kg safran elde edilmektedir. Safran, sarı turuncu tonlarında bir renk verir, kendine has bir kokusu vardır, suda bekletildiğinde suya birdenbire değil, yavaş yavaş renk verir. Türkiye?de, safran kullanımı yaygın değildir. Eskiden beri, yalnızca zerde, aşure ve pilavda safran kullanılmaktadır. Son birkaç yıldan beri de Safranbolu?da lokumcular, diğer lokum çeşitlerinin içine safranlı lokumu da katarak lokum çeşitlerini zenginleştirmişlerdir.
Pestil ve Köme: Türk Patent Enstitüsü tarafından tescillenen ?Gümüşhane Pestili ve Kömesi?, dut, ceviz, fındık, bal, süt, şeker ve undan üretilen gıda maddesidir. Dolayısıyla Gümüşhane Pestili, dut, bal, süt, şeker ve un karışımının herle (yumuşak pelte) haline getirilip fındık veya ceviz katılarak bezlere serilip kurutulduktan sonra elde edilen besin değeri yüksek bir gıda maddesi olarak tanımlayabiliriz.
Cevizli Sucuk: Diğer yörelerde yapılan cevizli sucuğa benzemekle birlikte önemli farklılıklar göstermektedir. Gümüşhane kömesi yapılırken ipliklere dizilmiş iç cevizin batırıldığı karışımın içeriği oldukça farklıdır. Bu içerikte genellikle dut, şeker, un, süt, glikoz, bal, ceviz veya fındık bulunmaktadır. Gümüşhane?de yapılan pestil ve kömelerde kesinlikle dut şırası veya pekmezi kullanılır.
Akçaabat Köftesi: Pişirilmemiş köfte hamurunun kalıpta veya elde şekil verildikten sonra soğutmak suretiyle hazırlanan üründür. Akçaabat köftesi % 100 Akçaabat?ta yetişen sığır etlerinden yapılır. Kesilen etler 24 saat dinlendirildikten sonra kemiklerinden ayrılır, sinirleri temizlenir, artık etler atılır, şekle uygun olmayan tüm artıklar atılır. Etler ufak parçalar halinde parçalanıp bayat ekmek, sarımsak, taze iç yağı, tuz katılarak makineden geçirilir, yoğrulur, bir saat bekletilir tekrar yoğrulur. Ekmeği, eti, yağı, sarımsağı, tuzu katılıncaya kadar yoğurma işlemi devam eder. Yoğurma işlemi bittikten sonra şekillendirme işlemi başlar. Bir adet köftenin 33 - 40 gr üzerinden şekillendirmesi yapılır. Şekillendirme işlemi yapıldıktan sonra iki saat dinlendirilir. Standartlara uygun odun kömürü kullanılarak yakılan ocaklarda pişirilen Akçaabat köftesinin servisini tamamlayıcı unsurları olan közlenmiş olarak sivri biber, domates kullanılır. Tercihen soğan, patates cips, ayrı olarak ta piyaz ve bulgur pilavı ile servisi yapılabilmektedir. Köfte kilogram (kg) olarak satılır.
Kuyu Kebabı: Kastamonu?ya has bir kebap türüdür. Özel olarak hazırlanmış kuyularda, dağlarda kekiklerle beslenmiş kuzular ile yapılanı makbuldür. Kuyuya atılan çam ağaçlarının közü ile iki buçuk saatte pişen bir kebap cinsidir. 1,5 metre civarında derinliğe sahip bir kuyunun içine döşenmiş tuğlalar ve bu kuyunun orta yerinde yakılmış ateşin sönmesi beklenir, ateş söndükten sonra bir çubuğa takılan kuzu gövdesi iki saat kadar pişirilir. Kuyunun dibine bakır tava içinde su konulur. Kuzu pişmeye başlayınca kızarırken nebati yağlar bu kabın içine akar, ateşe dökülmez; böylece hem kuzu yanmamış olur hem de kebabın yumuşak olması sağlanır. Bu biriken yağlı suya pirinç salınarak bir pilav elde edilir ve bölgede bu pilava ?biran pilavı? denir.
Çay: Ülkemizde Rize başta olmak üzere Trabzon, Giresun ve Artvin?in illerinde uygun alanlarda çay tarımı yapılır. Çay bahçelerinde çay yaprağı toplama mevsimi nisan ayında başlar ve ekim kasım aylarına kadar devam eder. Genellikle yılda üç defa (mayıs, temmuz, eylül) çay hasadı yapılır. Hasat mevsimi başladığında toplanan çay yaprakları, çay işleyen fabrika ve atölyelere hızlı bir şekilde ulaştırılır, gecikme olursa çay yaprakları bozulur ve kullanılamaz hale gelir. Fabrikalara ulaşan çay ilk önce ?soldurma? işlemine tabi tutulur, böylece yaprakların suyunun çıkması ve yumuşaması sağlanır, daha sonra soldurulmuş çay yaprakları makine yardımıyla kıvrılır, kıvırmayla çay yaprağının damarları ve diğer dokuları kırılır, kırmızı bir su sızar, bu işlemle çayın tadı, aroması ve kalitesi ortaya çıkar. Kıvrılmış olan çay yaprakları, fermantasyona bırakılır. Fermantasyon, kıvrılan yaş çay yaprağının hücre öz suyunda bulunan kimyasal bileşiklerin oksidaz enziminin tesiri ile biyolojik değişikliğe uğrayarak siyah çayda istenen renk, burukluk, parlaklık, koku ve aromanın oluşması olayıdır. Fermantasyon sonucunda, çay yaprağının yeşil rengi bakır kırmızısına dönüşerek elma kokulu hoş bir aroma oluşur. Fermantasyon(oksidasyon) işlemi yapılmadan elde edilen çaylara ?yeşil çay? denir. Fermantasyon işleminden sonra kurutma işlemine geçilir. Eskiden güneşte veya ateş üzerinde yapılan kurutma işlemi, günümüzde makinalarda 125 derecede yapılmaktadır. Son olarak kurutulan çaylar tanelerinin büyüklüğüne göre tasniflenerek paketlenir.
Çay ülkemizde sudan sonra en çok tercih edilen içecektir. Özellikle kahvaltıların vazgeçilmez içeceğidir. Evlerde, iş yerlerinde, kahvehanelerde, çay evlerinde, çay bahçelerinde, pikniklerde çay içilir. Çay genellikle sıcak içilir ancak son yıllarda soğuk çayda tüketilmeye başlanmıştır.
Kuşburnu: Hemen her mevsim gerek çay gerekse de marmelat olarak tüketilen ve şifalı bitkilerden olan kuşburnu, gülgiller familyasından olan, boyu 1-3,5 metreye kadar uzayabilen, gövdesi ve dalları dikenli olan bir ağaççıktır. Kenarları dişli ve oval biçimli beş- yedi yaprakçıktan oluşan, yaprakları ilkbahardan başlayıp yaz boyunca açan, açık ya da koyu pembe, bazen beyaz renkli küçük, hoş kokulu çiçekleri olan bir bitkidir. Bu çiçeklerin tabanı olgunlaşınca taç yaprakları dökülür ve ??kuşburnu?? denilen, 1,5-2 cm uzunlukta parlak kırmızı meyvelere dönüşür. Gerçekte yabani gül bitkisinin meyvesi, kuşburnunun içindeki beyaz renkli tüylü çekirdeklerdir. Eylül ve Ekim aylarında toplanan meyveleri, güneşli, kuru ve havadar yerlerde iyice yıkandıktan sonra kurutulur. Suni olarak önce 30 dk. 75-80°C?de ve bunu takriben dışarıda güneşli havada kurutulur. Bu meyveler Anadolu?da taze ya da kurutulmuş olarak yenir. Ayrıca kompostosu, reçeli, şerbeti, ezmesi ya da pekmezi yapılarak tüketilir. Çay gibi demlenip içilir.

© lezzetler.com tarif no:144739 • adı:Karadeniz Bölgesine Özgü Yiyecekler • gönderen:son fasıl • indirme tarihi:17.05.2024 - 21:38