



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## KASTAMONU USULÜ EKMEKLER

Muharrem AVCI - İlker ŞAHİN

Kastamonu Yöresinde ekmeğin yapımı, Osmanlı döneminden bu yana sürdürülen geleneksel bir boyuta sahiptir. Hamur işine dayalı olan Kastamonu mutfak kültüründe temel olarak 2 farklı türde ekmeğin pişirme yöntemi vardır. Bunlardan birincisi sacda, ikincisi ise fırında pişirme yöntemidir. Her iki pişirme tekniği de yöre halkınca revaçtadır. Sacda pişirme metodu daha çok kırsal kesimlerde ve köylerde yaygındır. Bir zamanlar özellikle düğün, davet, şölen, sünnet ve buna benzer toplumsal organizasyonlarda köylüler tarafından yapılan hamur işleri davetlilere ikram edilmekteyken bu geleneğin 20. yüzyılda hızla terk edilmeye başlandığı görülmektedir. Günümüzde aileler yöresel ekmeğini kendi evlerinde pişirip, misafirlere ikram etme veya kendileri tüketme yoluna gitmektedir. Özellikle kent merkezlerinde yaşayan kadınlar, istediği ekmeğin hamurunu evde kendisi hazırlayıp, daha sonra en yakın fırında pişirilmesini sağlamak ve böylece zamandan tasarruf etmektedir. Günümüzde, Kastamonu yöresinde özellikle etli ekmeğin ve pastırmalı ekmeğin bu yöntem ile hazırlatıldığı görülmektedir. Sac üzerinde ocakta pişirilen ekmeğin türleri yapılırken hazırlanan özlü hamur oklava ile ince açılır. Malzeme açılan yufkanın yarısına konur. Diğer yarısı ise üzerine kapatılır ve sac üzerinde 2-3 defa alt üst edilerek ve çevrilerek pişirilir. Sac üzerine sıvı yağ dökerek kızartıldığı gibi, yere alınca katı yağla yağlamakta mümkündür (Erdoğan,2008).

Geleneksel Kastamonu Ekmekleri

Akıtma Ekmeği Patates Ekmeği Fırın Çöreği Kütük Pidesi Cizleme Pişi (Bibi) Güveç Ekmeği Su Simidi Çökelek Ekmeği Sucuklu Ekmeğin Somun Ekmeği Taş Ekmeği Etli Ekmeğin Şeker Ekmeği Çörek Sabun Tarhanalı Çörek İspanak Ekmeği Yoğurt Ekmeği Karasamun Tava Ekmeği Kastamonu Katmeri Yufka (Serme) Güccek İnebolu Ekmeği Mantarlı Ekmeğin Yumurtalı Ekmeğin Koca Görmez Kül Çöreği Pastırmalı Ekmeğin Şiplek Bazlama (İçli) Kastamonu Ketesi İçyağlı Çörek Gözleme Tarhanalı Ekmeğin Okla Hamurlusu (Akça Ekmeğin) Daday Çöreği Şipleme