



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SICAK OLARAK İÇİLENLER

Kültür ve Turizm Bakanlığı

ÇAY

Çayın M.S. 5. ve 6. yüzyıllarda Çin'de yaygın olarak kullanıldığı bildirilmektedir.Çin'de 1550 yılında su içinde yaprakların demlenmesi biçiminde kullanılmaya başlandı.17. yüzyıl başlarında çay, Avrupa'ya tanıtıldı.Türkiye'de 1918 yılında Batum'da çay üretimine geçildi.Ülkemizin en sevilen içecekler arasındadır.Öyle ki en küçük yerleşme birimlerinde dahi kahvehanelerde hiçbir şey bulunmasa bile, çay mutlaka bulunur. Köy, kasaba, ilçe ve metropoliten yörelerimizdeki kahvehaneler, çayhaneler ticari varlıklarını sanki çaya borçlu gibidirler.Türkiye'de en çok çay içilen yer denince akla Erzurum gelir.Niçin Erzurum'da çok çay içiliyor?Erzurumlular bunu Erzurum'un havasına ve suyuna bağlıyorlar.Erzurum kültürünün karakteristiklerinden birisi de çay içme geleneğidir.Çay, bir kültür karmaşığı oluşturmuştur.

Çünkü çay içmeye ilişkin gelenekler, davranışlar mevcuttur.Ülkemizin en çok çay içilen, çayı seven illerinden birisidir.Karadeniz'de yetiştirilen çay, Doğu Anadolu da içilir. Erzurum bunların başında gelmektedir.Erzurum'da çay şekeri de farklıdır.Erzurum fabrikasında yapılan ve çuvallarla satılan sert kelle şeker, özel bir çekikle "Taka tuka" denilen özel bir kabin içinde karılır.

Bu şekerin bir parçası çaya batırılıp dilin altına konur ve çay yudum yudum içilir.Dil altındaki şeker de bardaktaki çay bitince erir.Çay koymak anlamında 'Çay dökmek' ya da 'Çay tazelemek' deyimleri kullanılır.Çay ikramını kabul etmemek ayıp sayılır.Kahvehanelerde çay servisinin değişik biçimleri vardır.

Özellikle kahvenin dışına çay götürülürken bardaklar içleri dolu olduğu halde, tabağa ters çevrilerek konur ve kişiye verilirken ters yüz, daha doğrusu ters düz edilir.Usta garsonlar el alışkanlığı ile bir damla çay dökmezler. Tek şekerle çok çay içmek, ekonomik nedenle de açıklanabilir.Şekerli içildiğinde çok fazla şeker tüketimi olacaktır.Bu konuda bir fıkrâ;İstanbullu bir gelin; Erzurumlu bir komşuya gitmiş.Kıtlama çay içmeyi öğrenmek istemiş.Şekeri ağzına almış, şeker hemen erimiş.İkinci bir şeker istemiş, oda hemen erimiş. Üçüncüyü istemiş, daha bardakta çok çay var.Ev sahibi de dayanamamış; "Gurban gelin hanım, ben senin çayı şimdi tatlı edim de, sen kıtlamayı evinde öğren" demiş.

Bir Erzurumlu, Erzurumlu olmayan bir ahabınca düğüne çağırılmış.Bol bol yemiş, içmişler fakat çay ikram edilmemiş.Erzurumlu da 'Vih baba çıka, bi çay itmediler ki içimize sindirek' demiş.Çayın çok içimi belki bölgenin çok soğuk oluşuna bağlanabilir.Ayrıca çayın çok içimi bir alışkanlık yaratmaktadır."Bir çay içim de kendime gelim" sözünü en çok Erzurumlular kullanılır.

İstanbul'da Boğaz'da çaycılık yapan bir Erzurumlu, gelen müşterisine çok güzel bir çay demlemiş ve müşterisinin önüne masaya çayları koymuş.Adam da 'Biraz limon getirir misiniz' deyince Erzurumlu, adamın önünden çayları alıp geri götürmüş.Burası işkembe çorbası dükkanı değil diyerek müşteriye kızmış. Erzurumlu, çay bulamayınca, kuşburnu ağacının ya da böğürtlen ağacının kökünü kaynatıp içer.Erzurum köylerinde çay, işten sonra yorgunluk giderici olarak kullanılmaktadır.Çay, kendi maddi kültürünü de yaratmıştır.Semaverler, geleneksel Türk çay kültürünün özgün malzemeleridirler.Çaydanlıklar, çay bardakları, çay kaşıkları, tepsiler diğer maddi kültür örnekleridirler.Avrupa ve ABD de çay, büyük fincanlarda içilir. Bizde de daha çok üst sosyo-ekonomik kesimde kullanılır.

Resmî dairelerimiz ve çeşitli iş yerlerimiz çaysız olamazlar.Bütün gün iş yerlerinde durmadan çay içilir.Hem sohbetlerde, hem iş yapılırken çay içilmezse insanın kafası yerine gelmez.Bu yetmezmiş gibi, bird e eve gelince çay içilir.Batıda olduğu gibi iş yerlerinde formel bir çay saati yoktur.

Çünkü kültürümüzde çay devamlı içilir.Devamlı çay içilmesi yasaklayan iş yerleri ülkemizde hiçbir zaman başarılı olamamışlardır.İş yerlerinde içilen çayın kalitesi önemli değildir.Nasil olursa olsun herkes zorunlu olarak içer.Arkadaşlarına yegane ikram edilen şey çay olduğu için, çay ikram etmeyenler cimrilikle itham edilirler.Dünyanın en büyük çay üreticileri:Hindistan, Çin, Gürcistan, Türkiye ve İran'dır.Anglo-Sakson kültüründe 1904 yılından itibaren buzlu çay içilmeye başlanmıştır. Bizim kültürde buzlu çay geleneği yoktur.

IHLAMUR

Sıcak olarak içilen içeceklerimizden birisi de ihlamurdur.Esas olarak evlerde sağlık amacıyla kullanılmıştır.İdrar arttırıcı, terletici, yatıştırıcı ve göğüs yumuşatıcı özellikleri vardır.Bu nedenle son zamanlarda iş yerlerinde de ihlamur yapılmaktadır.Artık işgörenler, akşama kadar çay içmektense sağlık yönünden yararlı olan ihlamur içmeyi tercih etmektedirler.

ADA ÇAYI

Tıpkı ihlamur gibi sağlık yönünden yararlı olan bu bitki de sıcak olarak içilmektedir.Özellikle Batı Anadolu'da kahvehanelerde, çayhanelerde bol miktarda tüketilmektedir.

TARÇIN

Yine çeşitli yörelerimizde sıcak olarak içilen, özellikle lezzeti ve rengi ile tercih edilen bir içecek türü olarak kahvehanelere ve iş yerlerine girmiştir.

KAHVE

Anavatanı olarak Etiyopya ya da Sudan olarak belirtiliyor.Kahve ilk kez 15. yüzyılda Arabistan'da yetiştirilmiştir.Ülkemize 16. yüzyılda gelmiştir.Pişiriliş biçimi ile Türk kahvesi olarak dünyaya tanıtılmıştır.Oysa Türkiye'de yetiştirilmemektedir.1550 yılında İstanbul'da açılan kahvehanelerden sonra yaygın olarak kullanılmış ve dünyaya Türk kahvesi olarak geçmiştir.

Kahve, ülkemizde bir sohbet aracı olmuştur.Bu nedenle "Gönül ne kahve ister ne kahvehane, Gönül ahbap ister kahve bahane" demişizdir."Gel bir kahve içelim" demek sadece maddi olarak bir fincan kahve içmek değildir.O kişi ile sohbet, dertleşme, dedikodu yapmayı içerir.Yorgunluk kahvesi de dinlenmeyi ifade eder.

'Bir fincan acı kahvenin kırk yıllık hatırı vardır' deyimimiz de insanlar arası ilişkilerin, dostlukların pekiştirilmesi için söylenmiştir.Hanımlarımız kahve fallarıyla da geleceğe yönelik yaşantılarını bilmek meraklarını gidererek psikolojik doyum sağlamaktadırlar.Hele kahveler de köpüklü ise içenlerin keyfine diyecek olmaz.

Kahve bir sohbet aracı olduğu gibi, görücü gelenlerin kızı görmeleri içinde bir araçtır.Görücüler, kızın sunduğu tepside kahveyi alırken esas olarak onu görmek amacıyla o eve gelmişlerdir.Kültürümüzde çocukların, gençlerin büyükler yanında kahve içmesi istenmemiştir.Bu davranış bir saygısızlık olarak nitelendirilmiştir.Aslında kahve içerken yapılan sohbe küçüklerin karışmasını istemediğimizden çocukların kahve içmesini istememiştir.

Ayrıca kahvenin çocukların sağlığına zararlı yönleri de söz konusudur.İçenin zevkine göre de şekerlisi, az şekerlisi, orta şekerlisi vardır.Kahvenin süt katılarak içilen türüne 'sütlü kahve' diyoruz ki oldukça yaygın olarak tüketilmektedir.Halk tıbbında çeşitli hastalıklarda kahve kullanılmaktadır.

Kahvehaneler kahve içilen yer olarak adlarını kahveden almış olsalar gerek.Sohbet edilen yerler olarak kahvehaneler kahvenin pahalılaşmasıyla çay içilen yerler haline dönüşmüşlerdir.Yalnız son yıllarda kahvehanelerde sohbetler de azalmaya başladı.Okey oyununun yaygınlaşmasıyla herkesin kafaları önünde saatlerce kimse ile konuşmadan masanın başında oturan müşterileri görmek mümkün.Kahve de çay gibi kendine özgü maddi kültür yaratmıştır.Bin bir türlü kahve fincanlarımız, cezvelerimiz, kahve el değirmenlerimiz, kahve dibeklerimiz, tepsiler bunlardan birkaçıdır.

SALEP

Salep de özellikle kışın içilen sıcak meşrubatlarımız arasındadır.Daha çok ticari kurumlarda içilen koyu sıvı içeceklerdendir.Günümüzde daha çok büyük kentlerde tüketilmektedir. Özellikle sabah kahvaltılarında kullanılır.Artık evlerde pek yapılmamaktadır.Ülkemizde hem sıcak, hem de soğuk meşrubat olarak kullanıldığı gibi, sağlık amacıyla da tüketilmektedir.

KUŞBURNU VE BÖĞÜRTLEN

Son yıllarda kuşburnu, böğürtlen gibi poşetlerde satılan ve sıcak olarak içilen içecekler de yaygınlaştı.

SOĞUK OLARAK İÇİLENLER

Meşrubatlar deyince aslında soğuk olarak içilenler akla gelmektedir. Bu nedenle çeşit olarak soğuk içilenler daha fazladır.

AYRAN

Geleneksel Türk meşrubatları derken ilk akla gelen, ayrandır.Yapımının kolay olması, en ücre köşelere kadar yaygınlaşmasını sağlamıştır.Köylümüz, bulgur pilavını kaşıklarken ayransız olur mu?Konuşunu ayransız ağırlar mı?Sıcak yaz günlerinde tarlada çalışırken soğuk bir ayran içmeden bir gölgeliğe uzanarak dinlenmek olur mu?Kentimiz de öyle değil mi? Ayak üstü öğle tatilinde dönerli ekmeğini yerken en uygun içecek olarak ayranı tercih etmez mi?

Ayran, aynı zamanda bir Türk simgesi olmuştur.Çünkü yoğurt Türk buluşu olarak dünyaya yayılmıştır.Hayvancılığa dayalı bir ekonominin gereği olarak icat edilmiştir.Yoğurt gibi ayran da bugün Avrupa kültürüne girmiştir.Ayrıca yoğurdun tatlı ve meyveli türleri de Avrupa'da yapılmaktadır.

Yoğurdun sağlığa yararlı yönleri herkesçe bilinmektedir.Aynı biçimde ayranın da sağlıklı bir içecek olduğu kuşkusuzdur.Son yıllarda karton ve naylon bardakların yaygınlaşmasıyla büyük kentlerde ve yurdun her tarafında oldukça fazla miktarda tüketilmektedir.Ayranın bir de köpüklü olarak yapıldığı özel yörelerimiz var.Örneğin; Balıkesir Susurluk ilçesine yolu düşen vatandaşımız oranın bol köpüklü, yağlı ve lezzetli ayranını içmeden oradan ayrılmaz.

Anadolu'da eskiden geleneksel olarak ayran yapmak için 'Yayık' kullanılırdı. Bugün bu geleneğimiz kaybolmuş gibidir.Yalnız göçebe topluluklarında ve bazı köylerimizde devam etmektedir.Ayran, yoksul insanımızın yemeği de olmuştur. İçine ekmeğe doğrayarak yemek gibi yenmesi, kültürümüzde olan bir durumdur.

BOZA

Türklerin sevdikleri koyu sıvı, tatlımsı, mayhoş bir içki türüdür. Selçuklular zamanında Bekni adı verilmişti.Darı, buğday, mısır, pirinç veya arpadan yapılıyordu. O zaman, olgunlaşması için testide korunuyordu. Kışın içilen mevsimlik içkimiz boza, Türkiye'de daha çok darıdan yapılır.Karlı kış gecelerinde gecenin sessizliğini bozan sokakta boza satan bozacının sesi, bize belki de kış mevsimini daha çok sevdirmektedir.

Ansiklopedik bilgilerde bozanın Orta Asya'da ve Doğu Anadolu'da İ.Ö. 4.yüzyıldan beri var olduğu söylenmektedir.Eski Yunan ve Roma'da da içilmekteydi.Günümüzde Kırım, Volga yöresi, Kafkasya, Türkistan, Balkanlar, Macaristan, Mısır, Arabistan ve İran'da da yapılmaktadır. Osmanlı kayıtlarında bozanın daha çok Edirne, Bursa, Amasya ve Mardin gibi (16. yüzyıl) illerimizde üretildiği belirtilmektedir.Evliya Çelebi, 17.yüzyıl ortalarında İstanbul'da çok sayıda bozacı dükkanı olduğunu kaydediyor.Boza, besleyici ve ısıtıcı özelliği nedeniyle eskiden orduda da kullanılmış.

ÇEŞİTLİ ŞERBETLER

Ülkemizde meyve sularının yaygınlaşmasından önce 'Şerbet' denilen soğuk içecekler yaygındı.Özellikle mevlitlerde eskiden loğusa şekerinden yapılan 'Loğusa Şerbeti' dağıtılırdı.Nişanlarda ve söz kesilmelerinde de

yine aynı şerbet kullanılırdı.Esasen filanın şerbeti içildi deyimi de şerbetten gelmektedir.Şerbetler çok çeşitli idi.Bal şerbeti, gülsuyu şerbeti, şeker şerbeti, lütuf şerbeti, tanrı şerbeti, gülsuyundan yapılmış şeker şerbeti, nardenk şerbeti, saf şeker şerbeti gibi şerbet türleri, Mevlana'nın şiirlerinde yer almıştır. Bal ile sirkeden yapılan Sirkencübin denilen şerbetin, hem susuzluğu gidermek, hem de hastalıklarda ilaç yerine kullanıldığı belirtilmektedir.Günümüzde şerbet kültürü, yerine meyve sularına bırakmıştır.Fakat Anadolu'da bazı köylerimizde kısmen devam etmektedir.Anadolu'da çeşitli otlardan şerbetler yapılmaktadır. Meyan kökü şerbeti gibi.

MEYVE SULARI

Çeşitli meyve suları da kültürümüzde eskiden beri vardır. bunların bazıları şurup olarak adlandırılıyordu.Gül şurubu, vişne şurubu gibi.Şıra veya meyve sularına 9. yüzyılda, 'çakır' yahut 'süçik' denmekteydi.Meyve suları yemek sofralarında 'Soğukluk' yahut 'Meşrubat' olarak kullanılmakta idi.O zaman en çok üzüm suyu ve şırası içilmekteydi. Ayrıca kayısı suyu da içiliyordu ki adına 'uhak' diyorlardı.

Bugün şıra, bağcılığın yaygın olduğu yerlerde kullanılıyor.Büyük kentlerden kalkmıştır.Pekmez de sıvı olduğu için aslında meşrubat olarak kullanılabilir.Fakat meşrubat olarak kullanılmamaktadır."Demirhindi" denen bir meşrubat türü de vardı, bugün kullanılmamaktadır.Bugün her türlü meyve suyu içilmektedir.Adana'da şalgam suyu, şeker kamışı su içilmektedir.

Bugün presler sayesinde her türlü meyvenin suyu sıkılabilmektedir.Bunlar, evlere kadar girdiği için mutfaklarda her türlü meyve suyu sıkılabilmektedir.Havuç, üzüm, elma, portakal, karpuz, nar, vişne, kayısı, şeftali gibi meyvelerin suları hem hazır olarak şişelerde hem de karton kutularda piyasada satıldığı gibi, bunlar presler yoluyla evlerde de yapılmaktadır.

Bugün meyve sularının toz halindeki şekilleriyle de sıcak veya soğuk meyve suları elde etmek mümkündür.Örneğin portakal, limon, tarçın gibi.Süt de meşrubat olarak, gerek sıcak gerekse soğuk olarak tüketilmektedir.Hatta içine muz, çilek vs. gibi meyveler katılarak da soğuk içecek biçiminde kullanılmaktadır.Hatta sütün çeşitli meyvelerle karıştırılmış biçimleri piknik biçimindeki dükkanlarda yapıp satıldığı gibi, hazır kutular içinde soğuk meşrubat olarak da satılmaktadır.Aromalı sütler içine meyve kokusu esansı konularak hazır kutularda satılmaktadır.

Bugün hazır meyve suları yanında Batı'dan kola cinsinden içecekler (Coca-Cola, Pepsi, Fanta gibi) Türk meşrubat dünyasını istila etmiştir.Aslında, asitli oluşları fazla şekerli oldukları için şişmanlatıcı oluşlar nedeniyle sağlığa da zararlı olmakla birlikte, yine de reklamlar yoluyla tüketimleri teşvik edilmekte ve özellikle yaz aylarında çok miktarda tüketilmektedir.

Meyve suları, sadece tatlı olanlardan değil ekşi olanlardan da yapılmaktadır.Örneğin limondan limonata yapıldığı gibi, vişneden vişne suyu da yapılmaktadır. Limonata artık evrensel bir soğuk meşrubat sayılmaktadır.Fakat vişne, her yerde yetişmediği için vişne suyunu, yabancı ülkeler bilmiyorlar.Türkiye'de şişeler ve karton kutular içinde satılan vişne suyunu turistler çok sevmektedirler.

Yurt dışında çalışan Türklere Türkiye'ye gelince yazın bol bol vişne suyu içmektedirler.9. yüzyılda soğukluk olarak kullanılan bir çeşit ekşi meyve suyuna 'Cifseng çakır' denildiğini tarihçiler belirtmektedir.Günümüzde meyve suyu sanayi oldukça gelişmiştir.Özellikle büyük ve küçük karton kutularda satılan meyve suları hem yurt içinde tüketilmekte, hem de yurtdışına ihraç edilmektedir.