



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ORTA ASYA TÜRK MUTFAĞI

Mehmet Sarıoğlan - Gülhan Yalın

Orta Asya da Türklerin mutfak kültürleri göçebe özellik göstermekteydi. Göçebe kültürünün de etkisiyle dağınık toplum yapısına sahiptiler. Daha sonra kurmuş oldukları devletler ile birçok medeniyetle etkileşim sağlamış ve mutfak kültürlerinin oluşumuna şekil vermişlerdir.

Orta Asya olarak bahsedilen alan aslında Çin Cumhuriyetinin kuzeyinde yer almaktadır. Bölgenin tarımsal faaliyetleri oldukça azdır ki bunun nedeni bölgenin toprak yapısının tarıma uygun olmamasıdır. Bu durum orada yaşayan halkı göçebe hayata zorlamış ve hayvancılıkla geçimini sağlamaya itmiştir.

Orta Asya bölgesinin bilhassa kuzey ve doğu kesimlerinde tarım yok denecek kadar az olması ve hayvancılığın ağır bastığı halkın güneye kayması ve tarımsal faaliyetler için uygun toprakların güney kesiminde olması ile birlikte güneye ve batıya bir göç başlamış ve tarım yapılacak alanlar genişlemiş böylece Orhun Irmağından Altay dağlarına kadar büyük oranda tarımsal faaliyet hakim olmuştur.

Tarımsal üretimde buğday ön planda olmakla birlikte halkın arpa üretimine de başladıkları bilinmektedir. Arpayı mutfaklarında hem yemeklerde hem de ekme yapımında kullanmışlardır. Sadece arpaya değil aynı zamanda da yulaf ve çavdara da mutfaklarında yer vermişlerdir. Çavdarı yetiştirmeyi tercih etmelerinin sebebi özellikle buğday elde edemedikleri alanlarda çavdarı üretmek ve ondan un, bulgur gibi ürünler elde etmek içindir. Günümüzde olduğu gibi XI. yüzyılda da ekme yapımı benzer özellik göstermektedir. Ayrıca fırında ekme yapmanın yanında saçta, tandırda da yapıldığı bilinmektedir. Bununla birlikte ekmelemleri renklerine göre sınıflandırmışlar ve buğdaydan yapılan ekmeği beyaz ekme, arpadan yapılan siyah ekme ve darıdan yapılan ise darı ekmeği olarak adlandırmışlardır.

Bununla birlikte o dönemde kullanılan tahıllar haricinde Çin'den darı alınmakta genelde vergi veya haraç olarak ifade edilir ki Türk mutfak kültüründe oldukça sevilmış ve ekme başta olmak üzere çeşitli kullanımları olmuştur. Örneğin, "Kürşek" adı verilen yemeği darıdan elde etmişlerdir ve çok tüketilen besin olarak ifade edilmektedir. Yemeklerinin yanı sıra içecek kültürleri de oldukça zengindir ki boza o dönemde yine darıdan elde edilmiş ve çok sevilmiştir. Ayrıca sök ve beñgi isimli içkileri de sevilerek tüketilen içecekler grubunda yer almaktadır. Göçebe kültürün etkisine sahip Türklerin beslenme davranışlarına yönelik çok az bilgi olmasının yanında tarımsal faaliyetlerine ek olarak hayvansal faaliyetlerde de buldukları bilinmektedir. Hayvansal gıda tüketimlerinin başında koyun eti gelmektedir. Bununla birlikte keçi ve sığır eti de tüketmişlerdir. Ayrıca tüm sakatatları da yemeklerinde kullanmaya özen göstermişlerdir.

Sakatatlar'dan önemli görülen beyin olmuştur ve özellikle en deđerli misafirlere ikram edilirdi.

Dini inançların etkili olmadığı dönemlerde özellikle atın ulaşımında kullanılmasının yanı sıra yiyecek maddesi olarak da tüketilmesi davranışı İslamiyet'in kabulüne kadar sürmüştür. Daha sonraları ise yemekleri saklamak için özellikle etlerden sucuk ve kavurma yapıldı. İçecek olarak ise, ayran ve kısraktan yapılan kımız dönemin insanları tarafından tüketilmekteydi.