



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## SAFRANBOLU YEMEK KÜLTÜRÜ

Mine Bakkaloğlu

Safranbolu yemek kültürünü ve bu kültürün özelliklerini aşağıdaki gibi özetlemek mümkündür:

. Şehirde "aş evi" köylerde ise "ekmek evi" mutfak kelimesinin karşılığı olarak kullanılmaktadır.

. Yufka ekmeği ise "Yük Ekmeği" olarak adlandırılmaktadır.

. Safranbolu'nun şehrli kesimi sofrasını en pahalı ürünlerle hazırlarken, köylüsü ise genellikle yufkadan yapılan birçok yemek üretmektedir. Yufkadan yapılan börekler, özellikle kış için hazırlanan ve yayım denilen kesme makarna, yine elle kesilen kadayıf gibi hamur işleri yöre mutfağında önemli bir yer tutar.

. Yöre mutfağında en yaygın yapılan yemekler mantı ve peruhidir. Manti Anadolu'nun hemen her yöresinde yapılsa da piruhi Paflagonya bölgesine özgü bir yemektir. "Çin - Moğolistan kaynaklı olan mantı Orta Asya'dan batıya doğru yayılmıştır. Türkmenler tarafından getirildiği düşünülen ve Anadolu'nun her bölgesine yayılmış olan mantı Osmanlı saray" mutfağında yerini almıştır. Peruhinin ise 19. Yüzyılda Kırım Tatarları tarafından "perushky" yani "Tatar böreği" adıyla Kuzey Anadolu'ya getirildiği ve yerli halk tarafından benimsendiği tahmin edilmektedir.

. Safranbolu'nun en yaygın tatlılarından biri "Çingen Baklavası" dir. Bu baklava özellikle kış için yapılan ancak zaman içinde parçalanarak kırık yufkaların değerlendirilmesi amacıyla ortaya çıkan bir tatlı çeşididir. Çingen Baklavası yufka ekmeğinin arasına ceviz ve üzerinde pekmez ile tereyağı dökülmesiyle yapılan kolay bir tatlıdır.

. Safranbolu yemek kültürü içerisinde keşkek önemli bir kültürel unsurdur. Günümüzde özellikle dini bayramlarda Bulak ve Yazıköy'de pişirilmekte, bayram sabahı yenmektedir.

. Kırmızı et yöre yemeklerinde sıkça kullanılmaktadır. Özellikle kırmızı etten yapılan tencere yemekleri, özel günlerde yapılan kuyu kebabı önemlidir.

. Pirinç de yöre yemeklerinde kullanılan malzemelerden biridir. Pirinç çorbası düğün yemeklerinin başında gelir, pilav et yemeklerinin yanında verilmektedir.

. Herhangi bir tören yemeği olduğunda su böreği ve baklava olmazsa olmazdır.

. Zaman içinde ve çevrenin etkisiyle yemek kültürüne etli yaprak sarma, taze fasulyeden yapılan uzun fasulye gibi sebze yemeklerinin de eklendiğini görülmektedir.

. Kara lahana (manca) ve ısıt başta olmak üzere, her türlü ot ısırgan, pazı, semizotu, ebegümeci, hindiba, dil buran, kazayak, gelincik, çoban ekmeği, kara kavruk, madımak, teke sakalı, yemlik, toklamaç, labada v.b. otlar köy mutfağında önemli yer tutar.

. Ayı köşk, cincile, göbelek, içi kızıl, kanlıca, karakulak, kayışkan, meşe, mih tepesi, sarıgül, tellice, kara göçen, kabak, koç, saçak, bağıri kışlı, cücüle, çivi başı, geyik, halı saçağı gibi mantarlardan çok çeşitli yemekler ve hamur işleri (gözleme, börek v.b.) yapılır.

. Sebze yöre mutfağında çeşit çeşit yemeğe dönüşmektedir. En yalın şekliyle bu malzemeler tahıllarla birlikte pişirilerek hem tatlı hem de besleyici değerleri artırılmaktadır.