



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## TATLI YİYECEKLERİMİZE KÜLTÜREL BİR BAKIŞ

Kültür ve Turizm Bakanlığı

Tatlı yiyecekler değerli yiyecekler arasında yer alır."Tatlı yiyelim tatlı konuşalım", "Tatlı dil yılanı deliğinden çıkarır" gibi kültürümüzde yer alan sözlerden anlaşılacağı üzere tatlıların kültürümüzde önemli bir yeri vardır.Bu kadar sevilen tatlıların bol ve çeşitli olduğunu görürüz.Hamur tatlıları, meyve tatlıları, sütlü tatlıları, unlu tatlılar, tahıl, kuru bakla karışımı tatlılar başlıca grupları temsil eder.Kuşkusuz bunlar yumurta, kuru meyve, yağ, pekmez ya da şekerle birlikte yapılır.

Bu tatlılar, görünümüyle, tadıyla, kokusuyla zevk verir ve manevi bir doyum sağlar.Konuklara sevilen bir tatlı ikramı, ev sahibinin değerini, konumunu artırır.Yaz ve kış olmak üzere her mevsimde tatlı tüketilir.Bol enerji ve kalori kaynağı olan aşırı tatlı tüketimi çeşitli sağlık sorunları doğurmaktadır.

Ancak doktora gittiğimiz zaman durumun ciddiyetini anlıyoruz.Bu konuda Gaziantep bir örnektir.Çarşıya çıktığınızda adım başında baklavacı dükkanlarına rastlarsınız.Hanımların kilolu, erkeklerin göbekli oluşunda aşırı baklavanın da rolü vardır.

Tatlıların çeşitliliğinde kuşkusuz çeşitli kültürlerden etkilenmeler söz konusudur.Örneğin unlu tatlılarımızın kökeni Orta Asya'dır.Anadolu'ya geldikten sonra tatlı çeşitleri de Anadolu'daki kültürlerden etkilenmiştir.Daha sonra Balkanlar da farklı bir yöre olarak etkilenilmiştir.

### Hamur Tatlıları

Hamur işi yiyeceklerin sevilmesi, tatlılara da yansıyor çok çeşitli tatlılar üretilmiştir.Bu tatlılar, tatlıya özgü biçimlendirildikten sonra, yağda ya da fırında kızartılır ve üstüne şerbet dökülerek yapılırlar.Bunların çeşitleri, hamurun bileşimi, mayalı olup olmaması, yağın önceden hamura katılıp katılmaması ya da yağda kızartılması, yumurta katılıp katılmaması, kaynak, ceviz, fıstık ve benzeri eklemelerin bulunup bulunmaması gibi özellikler yönünden ayrılırlar.Bazıları lokma tatlısı gibi yuvarlak, diğerleri kadayıf gibi tel tel olur.Yassı kadayıf ya da ekme kadayıfı, türü de vardır.Hamurları önceden hafif ya da çok kurutulmuşlardır.

Gaziantep ve Güneydoğu yöresinde çok tüketilen Künefe ise, sıcak olarak tüketilen bir tatlı türüdür.Kültürümüzde tatlının yer almadığı bir öğeye rastlamak, mümkün değildir.Öyle ki edebiyatımızda, geçiş törenlerinde, inançlarda, halk sağaltıcılığında, geleneklerde tatlının önemli rolü vardır.Doğumda (Loğusa şerbeti), evlenmelerde (söz kesiminde, nişanda düğünde çeşitli tatlı ikramları ve armağanları), ölümden (helva, lokma ikramı) tatlısız olamayız.

Bölgelere göre değişmekle birlikte birçokları tüm Anadolu'da yaygındır.Örneğin Pekmez, köylünün daha çok kış için hazırladığı ve sabahları kahvaltıda kullandığı bir tatlıdır.Üzümün bol olduğu yerlerde pekmez kaynatma, geleneksel olarak Türk kadınının uğraşları arasındadır.Lokum, Türk tatlısı olarak dünyaca tanınmıştır.Baklava, kadayıf gibi hamur tatlıları, Türk tatlıları arasında baş sırada yer alır.Baklavayı Bizans tatlısı olarak niteleyen görüşler bugün çürütülmüştür.Örneğin Perry isimli araştırmacı çok tatlı ekme ve hamur işlerinin göçebe Türklerin ta 11. yüzyıldan bu yana çok katlı hamur işleri yaptığını gösteren kanıtlar ortaya koyuyor.

Baklavanın, fırında pişirilen ilk çok katlı hamur işi olduğu, fakat hamuru kağıt gibi ince açma işinin, Osmanlıların İstanbul'u aldığı yüzyılın hemen sonrasında Topkapı Sarayı'nın mutfağında geliştirilmiş olabileceği ileri sürülüyor.Kabak tatlısı, helvalar (irmik-un) ve çeşitli şekerlemeler Anadolu'nun her tarafında yaygın tatlılardır. Törenlerdeki ilke, her zaman 'Tatlı başla, tatlı bitir' biçimindedir.Bu bağlamda insanlar söz kesimi ve nişanlanmalarda şerbetle işe başlamış, düğün yemekleri de en güzel tatlılarla bitirilmiştir.Rüyalarımızda tatlı görürsek daima iyiye yorulur.Örneğin bal görmek, nimet, şifa bulmak, ferahlıktır.Tatlı görmek ve yemek, nimet, ferahlık ve sevinmektir.Halk sağaltıcılığında tatlılara sık sık başvurulur.Bayramlarda, kandillerde bol bol tatlı ikram edilir.Sevdiğimiz bir kimseye, 'Çok tatlı bir insan' deriz. 'Ağız tadı' deyimi iyilik simgesidir.

Dünya ölçüsünde özgün ve ilginç tören tatlılarımızdan birisi de 'Aşure'dir.Bu kadar çeşitli üründen (yaklaşık 40 tür malzeme) yapılan bir tatlı, başka kültürlerde yoktur.Kerbela yası, ülkemizde muharrem onuncu günü aşure töresiyle kutlanır.Aşurenin doğuşunun ve oluşumunun halk arasında çeşitli söylenceleri vardır.Bunlar şöyle sıralanabilir:Aşure, Adem Peygamber'in günahından dolayı ettiği tövesinin bugün kabul edilmesini kutlamak için yapılmıştır.

İsmail Peygamber'in Nemrut ateşinden kurtulduğu günün sevinciyle Babillilerin ellerinde ne varsa bir araya getirerek kattığı bir şükran tatlısıdır.Yakup Peygamber'in Yusuf oğluna bugün kavuştuğu bayrak gününün simgeleyen bir tatlıdır.

İbrahim Peygamberin bugün doğduğu, Eyüp Peygamber'in bugün şifaya kavuştuğu, İsa Peygamberin bugün göğe çekildiği söylenir.Bir başka söylence de, Nuh'un gemisinin tufan bitip sular çekilince Cudi dağına oturduğu gün gemide kalan son yiyecek kırıntılarıyla kaynatılmıştır.Nuhun isteği, gemide kalan çeşitli erzaktan tatlı bir çorba pişirilmesi imiş.Tufandan kurtulanlar o günü kutlayarak bayram etmişler ve çorbadan yemişlerdir. Halife Ali'nin oğlu Hüseyin'in ve dostlarının Kerbela'da şehit edilmesinden sonra pişirilen aştır.Böylece Şii'lerde bir yas simgesidir.Zamanla aşure onun ve onunla birlikte Kerbela'da ölenlerin ruhu için pişirilir.Kurban bayramından sonra Anadolu'da sevap kazanmak için hemen her evde aşure kaynatılıp komşulara, eşe, dosta dağıtılır. Kurban kesenlerin aşure pişirmesi gerekir denir.

İnsan yaşamının bitmesi sonucu (ölünün toprağa verildiği gece) helvası yapıp eşe dosta yedirilir.Helva, gittiği

her evde ölen için hayır duaya neden olur.Yedinci gün yapılan lokma tatlısı da ölümle ilgili yemek töreleri arasındadır.Helva da tören yemeklerinin vazgeçilmez tatlısıdır.Un helvası, irmik helvası gibi çeşitli türlerde yapılır.

Doğumlarda, yeni ev alındığında, yeni iş kurulduğunda, askere gidildiğinde, gurbetten döndüğünde, hastalık atlatıldığında, yağmur duasında, helva ile kutlamalar yapılır.Yani helva, burada bir ağız tadı işlevine sahiptir.Zerde de düğün tatlısı olarak bilinir.Türk kültüründe tatlı deyince, insanlar açısından olumlu, yaklaşırcı, bütünleştirici bir işlev söz konusudur.Bu yönüyle tatlıyı Türk kültüründe kuramsal olarak işlevselci bir yaklaşımla oturabiliriz.Tatlının temeli şekerdir.

### Şeker

Birçok dillerde sevgi, sevecenlik, mutluluk gibi olumlu duyguların çoğu şekerle bağlantılı olarak ifade edilir.Örneğin 'Tatlım', 'Şekerim' gibi. Şeker, hemen hemen her kültürde beslenme ile keyif arasındaki bağlantıyı ifade eder.

### Şekerin Tarihi

Anadolu, Diyar-ı Rum diye anılırken Roma toprağı olarak tanınıyordu.Romalılar şeker değil, balla uğraşıyorlardı.Yemek tariflerinde bal kullanıyorlardı.Helen etkisiyle de tatlıları çok seviyorlardı.Örneğin eski Yunanlılar, kuru üzüm, kuru meyve ve bal ile ekmeklerini tatlandırıyorlardı.

Bunlar bugünkü meyveli kek, ya da pasta niteliğinde idi.Yunanlılar, Hindistan'da İskender'in fethi ile şekerle tanıştılar.Ortaçağ Avrupa'sında şeker 'Hint Tuzu' denmesi, bunun bir kanıtı.Çinliler de şeker Hintlilerden öğrenmişlerdir.Persler de şeker Hintlilerden görmüşler.

Hindistan'da şeker kamışının keşfedilmesiyle araların dışında bal veren bir kaynağa sahip olmuşlardı.Sonradan Araplar, şekerin ticaretini yapmış, bir çok yerde de şeker rafinerileri kurmuşlar.Araplarla savaşan Haçlılar, bu tatlı yiyeceğı Avrupa'ya taşımışlar.

Amerikanın keşfi ile şeker kamışı, orada yetiştirilmeye başlanmış, böylece şeker, bir zengin yiyeceğı olmaktan çıkmıştır.Çünkü, şeker kamışı üretimi yaygınlaşmış, şeker de herkesin tüketebileceğı bir yiyecek durumuna gelmiştir.

### Şekerin Yararları

Şekerin pek çok yararları söz konusudur.Bunlar;

a)Gerdek gecesi, güvey ile birlikte yemek için gelin, oğlan evine gelirken bir tepsi baklava getirir.Burada, şekerin enerji verici özelliğı akla gelmektedir.

b)Tedavi edici özelliğı var.Kaygılı ruh durumlarında şekerin iyi geldiğini hekimler kaydeder.Yani şeker, sakinleştirici bir göreve sahiptir.Fazla alındığında insan gevşetici özelliğı de vardır.

c)Şeker, bazı insanlarda konsantrasyonu arttırmakta, insanı daha dikkatli yapmaktadır.İlginin bir noktada odaklanmasını sağlamaktadır.