



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](https://www.yalvac.bel.tr)

YALVAÇ MUTFAK KÜLTÜRÜ

<https://www.yalvac.bel.tr>

Yalvaç'ta günümüzde çoğunluğu bahçe içinde iki katlı evlerde yaşanmaktadır. Yalvaç evlerinde genelde girişte küçük bir antreden geniş bir hole geçilmektedir. Odaların ve mutfağın bu hol ile bağlantısı bulunmaktadır.

Mutfakların konumu, genelde girişe yakın olmaktadır. Ortalama 8-10 m² büyüklükteki mutfakların genelde bir balkon yada bahçe ile bağlantısı bulunmaktadır. Mutfaklarda daha çok hareketsiz, üzeri seramik ya da mermer yüzeyli çalışma merkezleri yer almaktadır. Yiyecek hazırlama ve servis araçları, çalışma merkezlerinin altındaki ve üstündeki dolaplara ya da raflara yerleştirilmektedir.

Yalvaç'ta pişirme aracı olarak çoğunlukla iki yada dört gözlü yada fırınlı likit gaz ocakları kullanılmaktadır. Kış aylarında evin ısıtılmasında kullanılan sobalar da zaman zaman pişirme işlemi için kullanılabilir. Yörede, hazırlandıktan sonra pişirilmek üzere mahalle fırınlarına gönderilen yiyecekler de üretilmektedir. Yalvaç'ta kaloriferli evlerin mutfağında ısınma sorun olmamaktadır ancak sobalı evlerde ısınma için ayrıca bir ısıtma aracı da kullanılmaktadır. Yalvaç mutfaklarında aydınlatma genelde doğal yöntemle olmakta, lokal aydınlatmaya çok fazla rastlanmamaktadır.

Yalvaç'ta yaşayan ailelerin çoğunluğunun, yemeklerini tüm aile fertleri bir aradayken yemeyi tercih ettikleri ve bu yolla aile bağlarının güçlendirilmesine özen gösterdikleri belirlenmiştir.

Yalvaç'ta yaşayan ailelerin çoğunluğunun, yemeklerini yer sofrasında yemeyi tercih ettikleri ve bu şekilde geleneksel kültürlerini sürdürdükleri tespit edilmiştir.

Yalvaç'ta yaşayan ailelerin çoğunluğunun ayrı tabaklarda yemek yedikleri; önemli bir kısmının ise, aynı tabaktan yemek yeme alışkanlığını sürdürdükleri belirlenmiştir.

Yalvaç'ta yaşayan ailelerin çoğunluğunun, günde üç öğün yemek yemeye özen göstermeye çalıştıkları ve bu şekilde düzenli beslenme eğilimi içinde oldukları belirlenmiştir.

Yalvaç'ta yaşayan ailelerin çoğunluğunun, gün içinde akşam öğününe daha fazla önem verdikleri ve geçiştirme oranının en az olduğu öğünün akşam öğünü olduğu tespit edilmiştir.

Yalvaç'ta yaşayan ailelerin çoğunluğunun, kahvaltıda vitamin, mineral ve protein yönünden zengin ve kalori değeri yüksek olan yiyecekleri tüketmeyi tercih ettikleri belirlenmiştir.

Yalvaç'ta yaşayan ailelerin çoğunluğunun, kahvaltıda içecek olarak çay tüketmeyi tercih ettikleri belirlenmiştir.

Yalvaç'ta yaşayan ailelerin çoğunluğunun, ara öğünlerde çeşitli meyveler, salatalık ve domates gibi sebzeler tüketmeyi tercih ettikleri tespit edilmiştir.

Yalvaç'ta yaşayan ailelerin çoğunluğunun, ara öğünlerde de kahvaltıda olduğu gibi çay tüketmeyi tercih ettikleri belirlenmiştir.

Yalvaç'ta yaşayan ailelerin besin maddelerini çeşitli yöntemlerle sakladıkları belirlenmiştir. En yaygın olarak uyguladıkları yöntemin kurutma yöntemi olduğu ve bu yöntemi en yüksek oranda meyvelere, sebzelere ve tarhana, erişte, bulgur üretimi amacı ile tahıllara, pastırma üretimi amacı ile de ete uyguladıkları tespit edilmiştir. Salça ve turşu üretimi yapmayan aile oranının ise çok düşük düzeyde olduğu belirlenmiştir.

Yörede hıdırellez, bişi ayı ve hasır yakma töreni, pazar geleneği ve pazar duası, dini bayramlar, düğün, doğum, sünnet, ölüm gibi özel ve törensel günlere ilişkin çeşitli adetlerin ve bu günlere ilişkin özel yemek listelerinin bulunduğu belirlenmiştir.

Hızır ve İlyas peygamberlerin bulunduğu gün olduğuna inanılan ve toprağın kış uykusundan uyandığı, baharın geldiği düşünülen, genellikle Hıdırlık'ta kutlanan hıdırellezde; hıdırellez buğdayı, gölle, kuruyemiş, taze ve kuru meyve tüketildiği tespit edilmiştir.

Kuraklıktan korunmayı ve bereketi simgelediğine inanılan bişi ve hasır yakma töreninde; evlerden toplanan eski sele, sepet, hasır gibi eşyaların büyük bir ateşte yakıldığı, "bişi" adı verilen yağda kızartılmış ekmek hamurunun gün boyu herkese ikram edildiği ve evlere dağıtıldığı belirlenmiştir.

Yalvaç'ta yoğurt pazarı, konfeksiyon (giysi) pazarı, meyve-sebze ve diğer ürünlerin satıldığı pazar olmak üzere üç tür pazar kurulduğu belirlenmiştir. Yoğurt pazarında ve meyve-sebze pazarında daha çok evlerde ve yörede üretilen ürünlerin pazarlandığı ve bu nedenle bu iki pazarda satıcıların çoğunluğunun kadın olduğu belirlenmiştir. Pazarda satışların ancak, pazarın bereketli olması amacı ile din görevlisi tarafından yaptırılan dua sonrasında başlayabildiği tespit edilmiştir.

Ramazan (Şeker] Bayramı'nda, bayram namazından sonra aile büyüklerinin evinde toplanılarak bayram yemeği yenildiği, bir çok evin bayram sofrasında doğa çorba, yaprak sarma, su böreği ve kesmik baklavası bulunduğu belirlenmiştir.

Kurban Bayramı'nda bayram namazından hemen sonra kurban kesimini başladığı, kurbandan ilk ayrılan böbrek, çoban dövüştüren gibi kısımların kavrulması o zamana kadar hiçbir şey yememiş olan kişilere sunulduğu, evlerde bayram sofrasında et kavurma, yaprak sarma, su böreği ve kesmik baklavası bulunduğu tespit edilmiştir.

Sünnet törenlerinde çocukların özel sünnet kıyafetleri ile gezdirildiği, çocuğun sağlığına çabuk kavuşması amacı ile mevlit okutulduğu, mevlitten sonra konuklara şerbet, baklava, börek ikram edildiği, sünnet düğünü yapıldığında ise yoğurtlu düğün çorbası, tas kebabı, pilav, hoşaf ve irmik helvasının düğün yemeği olarak sunulduğu belirlenmiştir. Bazı düğün yemeklerinde nohutlu yahninin de yer aldığı tespit edilmiştir.

Yalvaç'ta doğumlarda konuklara çoğu ailelerde yöresel şekerden hazırlanan loğusa şerbeti ve loğusa peltesi sunulduğu belirlenmiştir. Cenazelerde cenaze evinde ilk gün helva pişirilip konuklara ikram edildiği, daha sonraki günlerde 10-15 gün kadar cenaze evinde yemek pişirilmediği ve aile yakınlarının, komşuların hazırlayarak getirdikleri yemeklerin ya da pide-ayran vb. yiyeceklerin hep birlikte tüketildiği belirlenmiştir.

Yalvaç'ta yemeklerde hayvansal protein kaynağı olarak genelde pastırma adı ile anılan ve atalarımızın göçebe toplum kültüründen yansıdığı düşünülen kurutulmuş et kullanıldığı; yağ olarak genelde hayvancılığın bir yansıması olduğu düşünülen ve hayvancılıkla uğraşmayan ailelerde dahi damak tadının bu yönde gelişmiş olması nedeniyle kullanımı hala sürdürülen kaymak yağı kullanıldığı ve yemeklerin yaklaşık hepsinde bulgur kullanıldığı tespit edilmiştir.

Geleneksel Yalvaç yemeklerinde dolma adı altındaki yemeklerde iki farklı hazırlanış yöntemi uygulandığı ve bunlardan birinin genelde etli, bulgurlu olarak hazırlanan sebze yemekleri olduğu, diğerinin ise genelde kurutulmuş sebzelerle hazırlanan yemekler olduğu belirlenmiştir, ikinci yöntemde kurutulmuş sebze (biber, patlıcan kurusu vb.) haşlandıktan sonra ya içinin et, bulgur, soğan, baharat karışımı ile doldurulduğu yada dolma harcının sebze (yaprak, kabak kurusu vb.) ile sarıldığı tespit edilmiştir. Kuru sebzelerle hazırlanan bu tür dolmaların servisinde, yanında yoğurt sunumunun yaygın olduğu belirlenmiştir.

Yalvaç'ta çorba yapımında genelde iki yöntem izlendiği; bu yöntemlerden birinde yağ ile yardımcı bazı besin maddelerinin (un, salça vb.) kavrulduğu, üzerine su ve ana besin maddesi ilave edildiği; diğerinde ise kaynayan suyun içinde ana besin maddesi pişirildikten sonra yardımcı besin maddeleri ilave edildiği tespit edilmiştir. Çorbalar hazırlandıktan sonra da üzerine kızdırılmış yağ ve acı kırmızı pul biber eklendiği belirlenmiştir.

Yalvaç'ta yaşayan ailelerde et yemekleri adı altında tüketilen yemeklerin üç grupta toplandığı belirlenmiştir. Birinci grupta etli fasulye, ıspanak kavurma, karniyarik, etli patlıcan, patates yahnisi, etli pırasa vb. gibi 100-200 gr kuşbaşı et yada kıyma kullanılarak yapılan ve ana maddesi sebze olan yemeklerin; ikinci grupta güveç, saç kavurma, banak, ciğer yahnisi, mihli, ini köfte, Akşehir yahnisi, bütün et, çöktürme kebabı, tas kebabı, sucuk içi köfte adlarıyla anılan ve yöresel olduğu düşünülen, ana maddesi et olan yemeklerin; üçüncü grupta İzmir köfte, mantarlı biftek, orman kebabı, kürdan kebabı, patlıcanlı alkin kebabı, fırın köfte, tavuk yemeği, pırsola, tavuk köftesi vb. gibi ülkemizin bütün mutfaklarında görülebilecek nitelikteki ana maddesi et olan yemeklerin yer aldığı tespit edilmiştir.

Yalvaç ailelerinde sebze yemeklerinin hazırlanmasında taze sebze kadar sebze kuruları da (sebze çeşidinin bol olduğu mevsimlerde bile) kullanıldığı belirlenmiştir. Sebze yemeklerinin hazırlanmasında, bol salça kullanıldığı ve domates kullanılmış olsa dahi salça ilavesi yapıldığı; soğanın yağ ile birlikte sararınca kadar kavrulduğu ve üzerine salça ilave edilip bir süre daha kavurma işlemine devam edildiği; ince yapılı yöresel bir tür pırasanın çeşitli yemeklerde, salatalarda ve böreklerde çok yaygın olarak kullanıldığı; birçok sebze yemeğinde bulgur kullanıldığı ve birçok sebze yemeğinin servise yoğurt ile birlikte sunulduğu tespit edilmiştir.

Yalvaç'ta yaşayan ailelerin kuru baklagillerden, zeytinyağlı ve etli olarak ak fasulye adı altında kuru fasulye, nohut, mercimek yemeklerini sıklıkla hazırladıkları, zaman zaman zeytinyağlı barbunya ve kuru bakla da pişirdikleri belirlenmiştir. Baklagil yemeklerini bulgur pilavı ve yoğurt ile birlikte servise sundukları; mercimekten yapılan yemek türlerinin hazırlanmasında da bulgur ilavesi yaptıkları tespit edilmiştir. Etli kuru baklagil yemeklerinde kemikli et, kemikli kavurma ve kıkırdak (kuyruk yağı, iç yağının küçük küçük kesilerek kavrulduktan ve yağı alındıktan sonra arta kalan organik madde) kullandıkları ve etli bir kuru baklagil yemeği olan "keş-kek" in birçok ailede sıklıkla yaygın olarak hazırlandığı; kuru fasulye, nohut ve "keşkek" in hazırlanmasında pişirme kabı olarak çömlek tercih edildiği ve mahalle taş fırınlarında pişirildiği belirlenmiştir.

Yalvaç ailelerinde yaygın bir şekilde sıklıkla bulgurdan sade, sebze ilaveli ve baklagil ilaveli pilavlar hazırlandığı; pilavların kaymak yağı, kuyruk yağı, kıkırdak ile hazırlanabildiği; et ile hazırlanan pilavlarda kavurma, tavuk eti ve kuzu eti kullanıldığı belirlenmiştir. Bulgur ile hazırlanan pilavlarda bulgur ve salçanın yağda kavrulduğu; pirinç ile hazırlanan pilavlarda pirinç ve şehriyenin yağda kavrulduğu; salma pilavlarda ise kızdırılmış yağ ve salçanın

pilavların üzerine sonradan döküldüğü tespit edilmiştir.

Yalvaçlı ailelerde hem kesme makarna (ev eriştesi) hem de hazır makarna kullanıldığı; makarnanın önce bol suda haşlanıp suyunun süzül-düğü sonra da üzerine kızdırılmış yağ (genellikle kaymak yağı) döküldüğü belirlenmiştir.

Yalvaçlı ailelerde böreklerin genellikle ya daha önce hazırladıkları yufka ekmekleri ile yapıldığı yada o anda hazırladıkları mayalı ya da mayasız hamurları kullanarak yapıldığı belirlenmiştir. Böreklerin daha çok tepside ve sacda pişirildiği ve böreklere yöresel özellik kazandıran unsurun; yöreye has yoğurt, peynir, sebzeler, kıkırdak, tahin, kaymak vb. özel tat ve aromadaki ürünlerin veya karışımlarının börek içi olarak kullanılması olduğu tespit edilmiştir.

Yalvaç mutfak kültüründe yer alan hoşafalarda ve kompostolarda tek tür meyve kullanılabilirdiği gibi birkaç meyve türü karışımının da kullanıldığı belirlenmiştir.

Yalvaç mutfak kültüründe özel günlerin tatlısının baklava olduğu ve baklava, güllaç gibi tatlılarda harç olarak kesmik kullanıldığı; kesmik ve baklava açmakta kullanılan nişastanın evlerde üretildiği ve tatlıların kaymak ile birlikte servis edildiği tespit edilmiştir. Yalvaç ailelerinde yaygın olarak sıklıkla sütlacın, un yada nişasta kullanılarak kıvam kazandırılmış peltem-si tatlıların hazırlandığı ve bu tatlılara pekmez, süt, tahin haşhaş gibi besin maddeleri ile özel bir yapı, tat ve aroma kazandırıldığı belirlenmiştir.

Yalvaç mutfak kültüründe mevsimlik bir çok sebzededen salata hazırlandığı, pırasanın çok kullanıldığı ve bazen soğan yerine diğer salatalara eklendiği, salataların yoğurt ile servis edildiği belirlenmiştir. Yalvaç ailelerinde doğal, ekonomik ve kültürel nedenlerle yoğurt tüketiminin en üst düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Yalvaç'ta merkezi alanlarda yer alan mahalle fırınlarının içinin tamamen taş ile örülmüş olduğu, gazellerle ısıtıldığı ve Yalvaç ailelerinin ekmek, börek ve yemek üretiminde çok sıklıkla kullanıldığı, içinde pişen yiyeceklere özel bir aroma kazandırdığı, yöre halkı için çok fonksiyonel olduğu belirlenmiştir.

Yalvaç'ta evlerin çoğunluğunun bahçe içinde iki katlı olduğu, girişten ulaşılan hol ya da yaşama ünitesinin (salon) evin odaları ve mutfağı ile direkt bağlantısı bulunduğu, ev ısıtma aracının salon ya da holde yer aldığı ve diğer mekanların bu alandan ısındığı belirlenmiştir. Hol yada salon ile direkt bağlantısı olan mutfakta ayrıca servis kapısı, bahçe kapısı yada balkon çıkışı bulunduğu tespit edilmiştir.