

HATAY Mutfak Kültürü

Antakya Gastronomi Derneği
Aylık Bülteni

EDİTÖR
Mehmet Tanrıverdi

YAYIN KURULU
A.Vasi Köse
Süheyl Budak
Fuat Keşşaf
Metin Tansal
Erol İğde
İ. Ünal Kahraman
Bilge Gülben Gülgeç
Özgür İldır Öksüz
Esra Dinçer
Mehmet Tanrıverdi

ANTAKYA GASTRONOMİ DERNEĞİ
Hastane Caddesi, Çerkezoğlu Sitesi
No:36 Antakya - Hatay

İLETİŞİM
e-mail: info@antakyagastronomi.com

Hatay Mutfak Kültürü Bülteni
Antakya Gastronomi Derneği tarafından
T.C. yasalarına uygun olarak yayımlanmaktadır.
Ayda bir yayımlanır.

UYARI
Bültenimizde yayınlanan içerik, fotoğraf ve makaleler Antakya Gastronomi Derneği'nin yazılı izni olmaksızın gazete, dergi, tez, toplum medyası ve dijital ortamda herhangi bir şekilde kullanılamaz.

Bülten adı, Antakya Gastronomi Derneği ve yazar adı birlikte kaynak gösterilerek kısa alıntılar yapılabilir.

Bültenimizde yayımlanan makalelerin sorumluluğu yazarına aittir.





Maydanoz

İ. Ünal kahraman

Hatay, dünyanın en ihtişamlı ve en renkli sofralarından birine sahiptir. Bu zenginliğini, ev sahipliği yaptığı onlarca medeniyet birikimine ve verimli topraklarına borçludur.

Bu çalışmada, Hatay ilinin gastronomi yapısı içerisinde önemli bir yere sahip olan maydanozun özellikle tarımsal açıdan mutfağımıza olan yansımaları ve yetiştiriciliği ile ilgili bilgilere yer verilmiştir.

Hatay denilince ilk akla gelen lezzetler arasında künefe ve sini kebabı olsa da, birçoğumuzun pek dikkate almadığı ve yeterli önemi vermediğini düşündüğüm yeşilin en güzeline sahip, tüm sofraların ve pazar alışverişlerinin vazgeçilmez olan maydanozdan bahsetmek istiyorum sizlere.

Efendim,

Geleneksel mutfak ve onun kültürü hakkında konuşacak o kadar çok konu var ki, ben bu satırları yazarken ve muhtemelen sizler okumaya başladığınızda bile birçok mutfak insanı, yeni konular ve alanlarla ilgili yazıp çizmeye devam ediyor olacak.

Öyle ki, gastronomi alanı, içinde bulunduğumuz son on yılın belki de en popüler konu başlıklarından biri durumunda artık. Bu alanda müthiş bir yarış halinde olan iller, üniversiteler, yerel yönetimler ve birçok sivil toplum kuruluşlarının yanı sıra; küçük işletmeler ve şahsi çalışmalarla kendilerini öne çıkarma gayretinde olan büyük bir çoğunluk göz ardı edilmemelidir. Kısaca söylemek gerekirse, gastronominin artık

büyük bir endüstri haline geldiğini savunmak kanaatimce abartılı olmaz.

Bu sebeple, kendi coğrafyasında ürettiği, yetiştirdiği tüm tarımsal ve hayvansal ürünlerin; üretimini, pazarlamasını, tanıtımını ve bunun yanında mutfağında kullanımını destekleyen yöreler gastronomi adına ilerleyen süreçte mutlaka kalburun üstünde kalacaklardır. Hepsinin neredeyse en belirgin sloganı, en eski mutfak kültürüne ve en iyi mutfağa sahip oldukları hakkındaki iddialı söylemler oluyor.

Hal böyle olunca, günümüz iletişim çağının da etkin kullanılmasıyla birlikte “en iyi, en eski, en büyük” gibi gastronomi sözcüklerinin kullanılması da kaçınılmaz olmuştur.

Bu konuda ben de mütevazı davranamayacağım ve Hatay /Antakya mutfağının dünyanın ve yurdumuzun en eski ve en derin kültürlerini içinde barındıran ve yaşatan haliyle birçok alanda olduğu gibi maydanoz üretiminde de birincilik kürsüsüne layık olduğu tezini savunacağım.

Tarımsal ürünleriyle sofrasında farkındalık yaratan Hatay, ürettiği birçok ürünün yanında maydanoz üretiminde de Türkiye de lider konumundadır.

Aslında hiç birimizin pek te fark etmediği bu mütevazı yeşilliğin uluslararası ve ulusal mutfaklarda kurmuş olduğu hakimiyeti, belki de onlarca yıldır yaptığı tanıtımı, neredeyse her sofraya girdiğini ve onsuz birçok yemeğin, salatanın, kebabın öksüz ve yetim kaldığını söylemeliyim.

Örnek verecek olursam, iddialı bir mutfağa sahip olan Gaziantep, bir çok yemeğini ve salatasını bizim maydanozumuzla taçlandırmaktadır. Gaziantep mutfağının tanıtımı için mesai harcayanlar, mutlaka temsil gücü ve misyonu açısından çok kıymetli ve harika işler yapmaya devam ediyorlar. Ve bizler de bu süreci keyifle ve ilgiyle izliyoruz. Lakin en iddialı yemeklerinden olan lahmacunun arasına maydanoz sarmadığınızda bu yemek yetim kalıyor. Garsonun ilk başta masaya gururla getirdiği yeşillik tabağı nihayetinde en tazesinden maydanozlarla süslü oluyor.

Aynı durum iddialı oldukları kebabları içinde geçerli. Maydanozsuz bir Antep salatası tatsız, tuzsuz ve yavan görünüyor. Hadi daha uzaklara gidelim. Erzurum'a mesela; meşhur çağ kebabının yanında doğranmış soğan piyazı maydanozsuz pek de keyifli olmuyor.

"Her salataya maydanoz olmak" deyimini sanırım bize maydanozun mutfaklarda kurmuş olduğu hakimiyeti göstermesi açısından da oldukça manidardır.

Öyle ki, dün olduğu gibi bugün de, şeflerin ve aşçıların mutfaklarını maydanozsuz düşünmek pek de mümkün değil. Ayrıca pazar alışverişlerinde ilk akla gelen yeşilliklerin başında da bu büyümlü sebze yer alıyor.

Maydanoz mutfaklarda öyle bir hakimiyet kuruyor ki, yurdumuzda yetişen maydanozun neredeyse tamamına yakını üreten Hatay, bu konuda müthiş bir de vizyon koyuyor ortaya. Peki, şehrimizin tanıtımından ve vizyonundan sorumlu olan kurum ve kuruluşlar bu konuda bir şeyler yaptılar mı ya da yapmayı düşündüler mi? Hiç sanmıyorum.

Belki bu yazıdan sonra birileri bu konuda bir şeyler yapma fikrini sahiplenirler de maydanoz hakkında çalıştay, kongre, panel, fuar, sergi ve festival gibi etkinlikler düzenler, bağrında yüzlerce endemik ve yenilebilir bitkiyi barındıran Hatay ilimizi, farklı bir alanda da önder olduğu bilgisiyle, mutfağının zenginliğini pekiştirmiş olurlar.

Hatay/Antakya mutfağında maydanozun kullanıldığı alanlar başlıca nereleri, şöyle bir göz atalım isterseniz.

Maydanozun Hatay mutfağı içerisinde tek başına isim verdiği bir yemek var. Bahtenüs dolması (bahtenüs Antakya ağzında maydanoz anlamına gelmektedir).

Maydanoz cacığı, öcce (mücver)'nin ana malzemesi, sini kebabı, kağıt kebabı, oruk, sarmaiçi, zeytin öfelemesi, zeytin salatası, zahter salatası, tüm kebablar, zerzevatlar, salatalar, deniz ürünleri ve daha neler neler...



Yaptığım araştırmalar neticesinde bu güzeller güzeli sebze için bugüne kadar duymadığım bir bilgiyi de siz kıymetli okurlar ile paylaşmak isterim.

Mısır'da firavunlar döneminde maydanozun çok iyi bilindiğini, mutfaktan ziyade maydanozu ezerek mumyalanacak cesete mumyalama işleminden önce sürüldüğünü ve böylece mumyanın bozulmasının önlediği bilgisi beni gerçekten çok şaşırtmıştı (bu Mısırlıların da bilmediği bir şey yok arkadaş!).

Bu naif sebzenin nerede yetiştiği, nasıl yetiştirildiği ile ilgili derlediğim bilgileri sizlerle paylaşacağım.

Hatay ili genelinde daha çok Samandağ, Arsuz ve İskenderun bölgelerinde yetiştirilen maydanoz takdir edersiniz ki pazar tezgahlarının, manav reyonlarının vitrinlerinde arz-ı endam ederken, maydanoz Samandağ ilçemizde temmuz ayının ortalarında ekilirken, Arsuz ve İskenderun'da ağustos ve eylül ortalarında ekimi yapılmaktadır. Ekimi yapıldıktan itibaren yaklaşık doksan günde hasada hazır hale gelen maydanozdan dönüm başına (tarlanın verimliliğine göre değişebiliyor) yedi-sekiz bin demet ürün elde edilebilmektedir.

Eğer tarla verimli değilse bu beş bin demete kadar düşüyor. Ekimi ve yetiştirilmesi esnasında suni gübre kullanılırken tarlalar maydanoz ekiminden önce hayvansal gübrelerle de zenginleştiriliyor.

Her dönüm arazinin hasadı dört kişi tarafından bir günde tamamlanıyor. Çalışan işçi başına düşen demet sayısı da yaklaşık 1500-2000'i buluyor. Biçilip demetlenmesi ve demetlerin bağlanması adına kişi başına düşen işçilik düşünüldüğünde çalışanların muhteşem bir emek ve performans sergilediği gerçeği hakkında ciddi bir fikir veriyor bizlere.

Sabahın ilk ışıklarıyla başlayan biçme ve demetleme işleminden sonra toplanan maydanozlar çuvallara ya da kasalara koyularak su havuzlarına taşıyor.

Su havuzuna alınan maydanoz çuvalları suya batırılıp çıkarıldıktan sonra süzülme işlemine alınıp, araçlara yüklenerek ülkemizin birçok yerine ve yurt dışına transferi yapılıyor.

Ege bölgesinde, Antalya ve Adıyaman'da da kısım kısım maydanoz ekimi yapılmakta olduğunu öğreniyoruz. Eğer havalar soğuk giderse maydanoz don tehlikesiyle karşı karşıya kaldığı için bölgemizin ılıman iklimi düşünüldüğünde bizim maydanozumuzun pazardaki payı öne çıkıyor ve böylece üreticisinin yüzünü güldürüyor. Yani maydanoz üreticisi haliyle soğuk havaları seviyor.

Ekiminden hasatın yapılmasına kadar geçen süreçte kadın erkek hep birlikte çalışıyor. Hatta hasat sürecinde farklı illerden tarım işçileri bölgemize geliyor.

Arsuz ilçemizde maydanoz ile alakalı kooperatiflerin de kurulduğu bilgisine ulaşıyoruz. Sezonda iki ya da üç defa hasat yapılıyor. Havalar ılıman giderse üç defa, soğuk olursa iki defa hasat yapılabilir. Ekiminden son hasadına kadar geçen süre yaklaşık 7 ay sürüyor.

En güzel maydanoz ilk biçimde elde edilen ürün olsa da, para eden ürün ikinci ürün oluyor. Bunun nedeni havaların soğumasından dolayı ikinci ürünün daha çok talep edilmesine bağlı olduğu bilgilerini üreticilerden öğreniyoruz.

Maydanoz yeşil tüketilmesinin yanı sıra kuru olarak da tüketiliyor. Ayrıca maydanoz tohumlarının şifa kaynağı olduğu biliyoruz. Ekonomik değeri oldukça yüksek olan ve özellikle çiçeklenme döneminde elde edilen maydanoz balının sağlık açısından çok kıymetli bir ürün olduğunu da belirtmek isterim.

Sonuç olarak diyebiliriz ki, Hatay maydanozunun tanıtılması adına yapılacak her çalışma, nihayetinde üretici örgütlerinin daha aktif olmalarını, ürünlerinin pazarlanmasına yönelik konseyler kurulması neticesinde üretimden elde edilecek gelirleri de önemli miktarda artıracaktır.

Şarkılara, türkülere ve şiirlere de konu olmuş maydanozun yöremizde sıkça söylenen bir şarkısından ve eşlik ettiği güzel bir şiirden bahsederek yazımızı burada noktalayalım.

*"Evlerinin önü, nane de maydanoz aman amman,
Nane de maydanoz.
Siz bizim haneye, haneye, haneye gelmez
oldunuz.
Gonca güllerini nerde de soldurdun aman amman.
Nerde de soldurdun.
Elinde yelpaze yelpaze yelpaze yelpazelenir.
Güzelin yanın da yanında yanında can tazelenir"*

Yayladağı doğumlu şair Ali Yüce ise çiğ köfte için kaleme aldığı şiirinde bile maydanoza değinmeden edememiş.

*"Kıyması kuzu / Cevizi tuzu / Serp maydanozu /
Canım çiğ köfte,
Ağızda kaymak / Midede tokmak / Ye keyfine bak /
Canım çiğ köfte..."*

Arsuz ilçesi Karaağaç mahallesinde maydanoz tarımı ile uğraşan Yusuf Şanlı'ya maydanoz üretimi ile ilgili kıymetli bilgileri bizlerle paylaştığı için çok teşekkür ediyoruz.



Baharat Yolu

Bilge Gülben Gülgeç
T.C.Kültür ve Turizm Bakanlığı
Ülkesel Profesyonel Turist Rehberi

Çok duymuşuzdur “Baharat Yolu” tanımını. Şöyle bir düşününce, kısa bir yol olmasa gerek! Bu yolun tam olarak nereden başlayıp nerede bittiğini çoğumuz bilmeyiz. Baharat herkesin bildiği bir kelime olsa da, işin içine kervanlar, keşifler, haramiler girdi mi, o uzun yol bize çetin ve çetrefilli maceraları ile Sinbat’ı hatırlatır. Ya da sadece benim için öyle bir his bırakıyor.

Gözümde canlanan şu: Uzuuun bir deve kervanında, sarıklı ve sivri pabuçlu adamlar, develerinin üzerinde en öndeki eşeği takip ederken “haay! hoy!” diye bağırıyorlar. Derken bir harami çetesi peydah oluyor. Korkuyla paldır küldür hızlanan develerin üzerine yüklenmiş olan baharat çuvalları etrafa saçılıyor. Yol sırf baharat olmuş. Buram buram baharat kokuyor. Bu durum her bir kervan geçişinde tekrar tekrar yaşanıyor; yoksa niye Baharat yolu desinler?

Bu arada fark ettiyseniz araya küçük bir bilgi de sıkıştırdım. Kervanın başında bir eşek bulunuyor. Çünkü eşekler geçtikleri yolları hiç unutmazlar. Anlayacağınız, her kervanın önünde mutlaka bir rehber var (sözüm meclisten dışarı!)..

Gelelim bu yolun rotasına. İki seçeneğiniz var. Birincisi, baharatın vatanı Hindistan’dan başlayıp Basra Körfezi’ne, oradan da Suriye’ye uzanmak.

İkincisi ise Kızıldeniz üzerinden Akdeniz’e. Anlayacağınız, yolun bir kısmı karayolu, bir kısmı da deniz yolu ile aşıyor. Son nokta Avrupa. Yani Orta Çağ’da derdimiz, Avrupa soylularına etleri bozulmasın diye Hindi ülkesinden baharat getirmek! Bu arada, yol ne kadar uzunsa maliyet o kadar yüksek. Karabiber, zencefil gibi baharatlar bu yüzden çok pahalı. Ne kadar gram baharat, o kadar gram altın!

Baharatlar ilk çağdan itibaren genelde sağlık için düşünülse de, en çok pişmiş ya da çiğ besinlere lezzet ve koku versin diye kullanılmış. Özellikle de besinin doğasından kaynaklanan kokuları perdelemek için.

Orta Çağ’da insanların yediği yemekler de bir hoş! Az pişmiş ve basit yemekleri seviyorlar. Bu yavan yemeklere bir parça lezzet katmak ve bozulmaması için çeşnilerle korumak büyük bir önem arz ediyor. E, daha buzdolabı bulunmamış! Karabiber bir nevi bu ihtiyacı karşılıyor. Zaten Avrupalıların ilk tanıdıkları baharat karabiber. Soylular kıymetli konuklarına, özellikle festival/ bayram zamanlarında küçük keseler içinde çeşitli baharatlar hediye ediyorlar. İçlerinde en kıymetlileri ise anlayacağınız üzere karabiber ve zencefil.

Velhasıl, Baharat yoluna hangi ülke hakimse o ülke zenginleşmiş. Mesela bu işe ilk soyunanlar Venedikliler. Venedik, Akdeniz’deki baharat limanlarını ele geçirdikten sonra refaha eriyor, büyük devlet oluyor. 14. yüzyıl başında 288 çeşit baharatı bizzat satmaya başlıyor. Bunu farkedene Hollanda, Portekiz ve Fransa türlü mücadelelere

girişip Hindistan'a giden başka yollar bulmaya çalışıyorlar. Kristof Kolomb yeni bir rota çizip de Hindistan'a kısa yoldan varayım derken bir de bakıyor ki bambaşka bir kıtada; Amerika'da! Maalesef bu tip ticari yollar için çok savaş verilip çok kan dökülmüş. Diğer bir taraftan coğrafi keşiflere neden olan Baharat Yolu sadece ticareti kolaylaştıran bir yol olmakla kalmayıp, kültürel anlamda da insanların birbirlerini tanımalarını sağlıyor. Çünkü tüccarların yanısıra bilim adamları, ulaklar, elçiler ve daha niceleri bu yolu kullanıyor. Dini amaçlı yapılan Haçlı seferlerinin bile asıl amacı bu yolu, dolayısıyla ticareti ele geçirmek. Kutsal Kitap'ta tarçının adı geçtiğinden, bu yollar gidilesi hac yolları kıvamında. Tarçını yağ ve merhem yapımında kullanıyor, tütün gibi içiyorlar. Hindistan ve Seylan'da yetişen bu baharat, kervanlarla İskenderiye'ye kadar getirilip, oradan da gemilere aktarılıyor.

Baharatların büyük çoğunluğu bitkisel. Kabuktan tarçın, kökten zencefil, yapraktan nane, defne ve kekik mesela. Tatları kapari gibi ekşi, kırmızıbiber gibi acı olabilir. Mutfağın baş elemanları, vazgeçilmezleri olan baharatlar, Türk mutfağında daha çok, 15. yüzyıldan sonra görülüyor. Öncesinde muhakkak saray mutfağında kullanılmıştır ama yaygınlaşması bu çağa rastlıyor. Anlaşılan o ki, artık Osmanlılar, Akdeniz ticaret yollarında söz sahibi. Osmanlılar'dan önce Selçukluların Alanya ve Antalya gibi limanları ele geçirip buralara yerleşmesindeki asıl sebep de baharat ticaretine hakim olmayı istemeleri. İşte bu limanlar sayesinde Avrupa'ya ulaşan baharatlardan bir kısmı da, Anadolu'da doğal olarak yetişen anason, kırmızıbiber, kimyon ve hardal. Topraklarımız baharat yönünden fakir sayılmaz. Hatta zengin Romalılar Baharat yolu keşfedilmeden önce Anadolu'da yetişen safranı çok kullanmışlar. Frigya ve Kilikya safranını biliyorlar. Haçlı seferlerinden sonra safran, İtalya'da da yetiştirilmeye başlanıyor. Sonra yavaş yavaş çeşitli kökler ve tohumlar farklı topraklara taşınıp oralarda yetiştirilebildiğinden, bu yol önemini yitirmeye başlıyor. Sonuç olarak, 19. yüzyılın başına gelinceye kadar Baharat yolu, bir dargın bir barışık seyir izliyor.

Yol hikayeleri ve bu yolların fatihleri, filmlerde ve dizilerde bizi heyecanlandırmaya devam ededursunlar bu yazının üzerine zencefilli bir çay iyi gider! Pandemi'de fiyatı artarlardan!

Yararlanılan kaynaklar:

-Büyük Larousse Sözlük ve Ans. Interpress Basın ve Yayıncılık A.Ş. 1986

-Hayat Ansiklopedisi. Doğan Kardeş Yayınları. 1973



Haftanın Konukları



Antakya Gastronomi Derneği Instagram sayfamızda her hafta pazartesi günleri saat 21.00'de canlı yayınladığımız "Pazartesi Sohbetleri" programımız aralıksız devam ediyor.

Derneğimiz üyesi sayın Özgür İldır Öksüz'ün sunumuyla gerçekleşen programımızda bu ayki konuklarımızla yine çok keyifli dakikalar yaşadık.

7 Aralık Pazartesi günü ayın ilk konuğu TUYED 2. Başkanı, Gastronomi Derneği Kurucusu, Tur Andiamo Genel Müdür Cem Polatoğlu oldu. Sayın Polatoğlu ile pandemi sonrası değişen turizm alışkanlıkları ve gastronomi turizmi konularında görüştük, değerli fikirlerini izleyicilerimizle paylaştık.

14 Aralık Pazartesi günü konuğumuz Antakya Konak Restoran yatırımcısı Sayın Razık Büyükgazel idi. Sayın Büyükgazel ile pandemi, Noel ve gastronomi konularında görüştük. Bir saatlik canlı yayınlamamızda bizlere önemli bilgiler verdi, değerli görüşlerini aktardı.

21 Aralık Pazartesi günü Instagram canlı yayın konuğumuz İskenderun Gastronomi Derneği Başkanı ve Homecake işletmecisi Sayın Gülşen Sökmen oldu. Kendisi ile Hatay'ın gastronomi sorunları ve özellikle de "Gastronomide Kadın Eli" konulu sohbetimiz oldu.

Bu ayın ve dolayısıyla 2020 yılının son Instagram canlı yayın konuğumuz ise 28 Aralık Pazartesi günü herkesin çok yakından tanıdığı gazeteci, yazar, TV programcısı Sayın Mehmet Yaşın oldu. İzleyenlerin çok keyif aldığı canlı yayınlamamızda Sayın Mehmet Yaşın ile "Sokak Lezzetleri" üzerine uzun uzun sohbet ettik. Sayın Yaşın bizlere dünya ve Türkiye sokak lezzetleri hakkında geniş bilgiler sundu. Özellikle Antakya sokak lezzetlerinin çok çeşitlilik ve gastronomik özelliklerine dikkat çeken Yaşın, bu lezzetlerin günümüz sosyal yaşamındaki önemine değindi.

2021 yılında da her pazartesi saat 21:00'de Instagram üzerinden canlı yayınlanmaya devam edecek olan programlarımızda sürpriz konu ve konuklarımızla sizlerle olmaya devam edeceğiz.

Yeni yılın hepimize sağlık, mutluluk ve bol kazançlar getirmenisi dileriz.

Çok isimli bir bitki

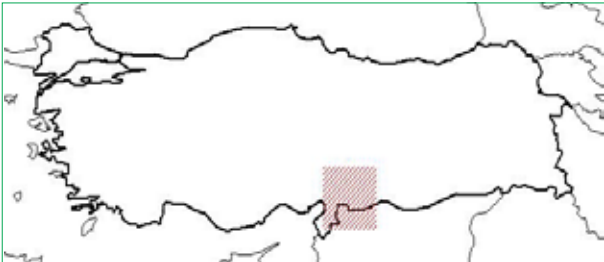
Kırmızı Guddeme

Esra Dinçer
Uzman Diyetisyen

Aralık ayının ilk zoom toplantısında; Süheyl Budak'ın "kudama" bahsi açmasıyla öksürük mağarası, nöbet şekeri derken, tam da mevsimsel sıkıntılardan biri olan "üst solunum yolu" enfeksiyonları hakkında bitkisel tedavilerin dününden bugüne uygulamalarına değinmiş olduk. Nasıl olduysa "kudama" hakkında yazı yazmak bana kaldı. Hayatımda ilk kez duyduğum bir bitkiyi, Süheyl Budak'ın bana yolladığı makale ışığında, az sayıda olan kaynakları da araştırarak en başta benim anlayabileceğim bir yazıya dönüştürmeye çabaladım, iyi okumalar...

Biz kıymetini bilememişiz ama....

Basit anlatımla; çok geniş bir aileye mensup; papatyagillerin bir alt dalı, ölmez çiçek'in kardeşi, İsrail ve Filistin'de koruma altına alınmış bir çiçek türü iken, Türkiye'de İskenderun Teknik Üniversitesi'nin çalışmasına göre; sadece Antakya'da yetişen guddemanın; (Helichrysum Sanguineum) kudama, gudama çiçeği, kırmızı guddeme veya kırmızı leblebi çiçeği diye de adlandırıldığını ve ne yazık ki; Hatay Tıbbi ve Aromatik Bitkiler Müzesi'nde dahi yer almadığını öğrendim...



Sık tüylü, otsu ve çok yıllık bir bitkidir. Çiçek durumlarının koyu kırmızı renkli olması ile diğer Helichrysum türlerinden kolaylıkla ayırt edilebilir. (1) Türkiye'de yalnız Antakya (2) bölgesinde



yetişmektedir. Yaprak ve çiçeklerinde flavonlar* ve antosiyaninler** bulunduğu gösterilmiştir. (1)

**Flavon ya da Flavonoidler; birçok meyve ve sebze de bulunan güçlü antioksidan özelliklere sahip bitki esaslı bileşiklerdir. Kalp hastalığı veya diyabetli kişiler için yararlıdır. Kan damarı duvarlarının korunması, alerjilerin hafifletilmesi, bunamaya karşı beyin sağlığının korunması ve hatta bazı kanserlerin önlenmesi gibi çeşitli işlevlere sahiptir.*

***Antosiyanin; Kırmızı, mor ve mavi bitkilere rengini veren, serbest radikallerle savaşan, pek çok hastalığı önleyen, kansere yakalanma riskini azaltan antosiyanin, kalp ve karaciğer için detoks etkisi yaratıyor. Antosiyanin, diğer besin öğeleri gibi vücudumuzda depolanmıyor ya da enerji olarak kullanılmıyor. Vücutta düzenleyici olarak görev yapıyor, organların ve hücrelerin daha rahat çalışabilmesine yardımcı oluyor.*

Kırmızı guddeme ne işe yarar?

Yapılan çalışmalarla; Kırmızı Guddeme Çiçeği'nin safra ve idrar artırıcı özelliklere sahip olduğu, antioksidan özelliklere sahip bileşiklerden oluşan flavonlar barındırdığı, astım hastalığına iyi geldiği, yağının aromaterapi ve parfümeride kullanıldığı,

ciltteki yara ve izleri kapatmaya yaradığı, idrar güçlüğü ve karaciğer rahatsızlığına iyi geldiği, siyatik, fıtık ve kum düşürmede de tedavi amacıyla kullanıldığı bulgularına varılmış.(3) Dioscorides (M.S. 40-90) Materia Medica adlı eserinde Helichrysum (sadece kırmızı değil, tür olarak) türlerinin idrar güçlüğü, karaciğer rahatsızlığı, siyatik ve fıtıkta yararlandığını bildirmiştir. Türkiye’de yalnızca Antakya bölgesinde bulunan Helichrysum sanguineum’un kırmızı rengine atfen kullanılan “kırmızı guddeme” adıyla idrar ve safra söktürücü olarak, astım hastalarında da rahatlatıcı olarak kullanıldığı kayıtlıdır. (6)

Kullanım Şekli

Antakya’daki yerel halk bitkiyi çay şeklinde demleyerek tüketiyor. Bitkinin bir diğer kullanım şekli ise infüzyon***dur (3). Bitkinin Bileşenleri Antosiyani bileşikler yönünden çok zengindir. Bitkinin karakteristik kokulu uçucu yağı türden türe farklılık gösterir. Yaklaşık 1 ton kuru çiçekten 850 gr uçucu yağ elde edilmektedir. Elde edilen uçucu yağların antibakteriyel, antioksidan ve antienflamatuar etkileri mevcuttur. (5)

Eşsiz Amanos Botaniği ve Alternatif Turizmler

Ülkemizde yetişmekte olan 10000 bitkinin 3300 tanesi endemik****, Hatay’da ise 2000’in üzerinde olduğu düşünülen bitki türlerinin 300 tanesi endemik bitkilerden meydana gelmektedir. Buradan hareketle ülkemizde yetişmekte olan endemik bitkilerin 1/10’i Hatay’da bulunmaktadır. Hatay’da tespit edilen bitki türlerinin çoğu da tıbbi ve aromatik bitki olarak kabul edilmiştir. (4)

*İnfüzyon; damar yolu veya deri altına verme

*Endemik; Sadece bir bölgede yetişen veya yaşayan hayvan veya bitki.

İskenderun Teknik Üniversitesi’nin yaptığı çalışma ile; kırmızı guddeme bitkisinin; tıbbi ve peyzaj özelliklere sahip olduğu, fakat şimdiye kadar yapılan araştırma ve çalışmaların incelemesinde bitkinin yeterince araştırılmadığı görülmüştür. (3)

Botanik turizmi, belirli bir yerde yetişen farklı bitkileri görme, bilme ve bitkilerin, özelliklerine duyulan ilgi ve keşfetme isteğiyle gerçekleştirilen bir turizm çeşididir. Botanik turizminin göze çarpan diğer bir özelliği ise fazla yatırıma ihtiyaç duyulmadan belirli bir yerin turizm faaliyetleri kapsamına dahil edilmesine olanak sunmasıdır.

Bununla birlikte eko-turizm; özünde ekolojik



dengeyi korumak amacıyla, doğa-insan-çevre ve turistik faaliyetler çerçevesindeki etkileşimleri faydalı kılmayı hedefleyen, devinimsel etkiyi minimum düzeyde tutmaya gayret eden, ılımlı biçimde ekonomik gelişmeye destek veren, yerel girişimcilik temelinde, çevreye, sosyo-kültürel yapıya karşı hassas, duyarlı, uzun dönemde basamak basamak gerçekleştirilebilecek bir turizm çeşididir.

Tek başına;“Kırmızı Guddeme çiçeğinin yetiştiriciliği” bile Hatay’ın turizm faaliyetindeki çeşitliliğini arttırması bakımından önemli pay sahibi olma potansiyeline sahipken, eko ve botanik turizminin bel kemiği olabilecek Hatay Tıbbi ve Aromatik Bitkiler Müzesi’nde “Kırmızı Guddeme” bulunmamaktadır. (3)

Kırmızı Guddeme (7) çiçeğinden yola çıkarak endemik, tıbbi ve aromatik bitkilerin yetiştiği alanların koruma altına alınması ve yerel halk tarafından bu tür bitkilerin yetiştiriciliği hakkında yetkili kişiler dahilinde bilgilendirme çalışmaları yürütülerek; endemik, tıbbi ve aromatik bitki çeşitlerine ait yerel halkta farkındalık bilinci yaratılabilir. Hatay mutfağına kazandırılabilir. 600 çeşit yemeği ile UNESCO Kültürel Miras listesindeki Hatay mutfağına zenginlik katabilir. (3)

Kaynaklar;

1. (<https://www.tibbivearomatikbitkiler.com/bitkiler/kirmizi-guddeme/>)
2. (www.tubives.com Türkiye Bitkileri Veri Servisi)
3. Ray, U.C., Demirtaş, N., Pirçek M., Bir Hatay Endemiği: Kırmızı Guddeme’nin Botanik Turizmi Açısından İncelenmesi, 2019
4. (<http://www.hatay.gov.tr/tibbi-ve-aromatik-bitkiler-muzesi>)
5. (<http://apelasyon.com/Yazi/250-altin-renkli-hayat-iksiri-olmez-cicek?bul=Helichrysum>)
6. Öztürk, B., Farmasötik Botanik Anabilim Dalı Programı Doktora Tezi, 2004
7. (<http://flora.huji.ac.il>)

“Şu gelen yar olaydı, elinde nar olaydı...”

Erol İğde



Ekim ayı sonlarında Kırıkhan'ın Delibekirli köyünün meşhur “Kara Mehmet Narı” pazara gelmeye başlayınca; anneannem, köyden tanıdıklarına nar sipariş eder, pazarın kurulduğu Çarşamba günü narlar kapıya kadar getirilirdi. Beş kızının da bir gün önceden (Salı gününden) bir araya gelmesiyle gece geç vakte kadar uzayan ertesi günün hazırlıkları yapılır. Sabah ezanına kalmadan bir katırın üzerinde gelen narlar, kapının önüne yığılmış olurdu. Anneannemin verdiği talimatlar gereği, her kızın yapacakları belliydi. Önce avludaki hortum çekilir, narlar bir güzel yıkanır, ardından ikiye bölünür, bir sopa yardımıyla nara vurularak taneler çıkarılırdı. Kova içinde biriktirilen nar tanelerinin arasına karışmış olan zar ve kabuklar mutlaka alınır. Sonra nar taneleri, çuvallara doldurulur ve leğende ezilerek suyu çıkarılır ve bir tülbentle süzülürdü. Buraya kadar kızların beşi birden görevini eksiksiz yerine getirirse de vakit öğleyi geçmiş olurdu. Narın kaynatılacağı yer belliydi. Çünkü her yıl en az üç-dört kez aynı yerde ateş yakılırdı. Ardından kısa kenarlı geniş bakır leğen ateş üzerine yerleştirilir ve 4-5 saat süren pişirme süreci başlardı. Yaklaşık 24 saat süren emeğin karşılığı 10 - 12 şişe (yerel ifadeyle) nar bekmeziydi.

Anlattıklarım en az 55 yıl öncesine götürdü beni. Annem, annesinden öğrendi nar ekşisi yapmayı. Anneannem bugün yaşıyor olsaydı sanırım 120 yaşında olacaktı ve o da annesinden öğrenmişti. Görünen o ki, yüz yıllardır bu coğrafyada nar yetiştiriliyor ve ekşisi yapılıyor. Nar ekşisi Antakya mutfağının vazgeçilmezi; çorbaların, zeytinyağlı yemeklerin, dolmaların, sarmaların, salataların ve mezelerin olmazsa olmaz çeşnisi ve tatlandırıcısı. Hatay köylüsünün, kadınların, vazgeçilmez bir gelir kaynağıdır. Nar meyvesi sayesinde; suyu, ekşisi, çekirdeği ve kabuğuyla önemli bir ekonomi yaratılmıştır.

Kimilerine göre Adem'le Havva'nın cennetten kovulmasına neden olan meyve, elma değil, nar. Bu sebeptendir ki insanın yaratılışından beri bildiği nar, Anadolu topraklarının ve meşur nar ekşimizin olmazsa olmazı. Akdeniz yağış rejiminin etkili olduğu bölgede 1000 metreye kadar yetişebilen nar, -10 °C'ye kadar soğuğa dayanabiliyor ve boyu 2-6 metre arasında değişiyor. Nar ağacının bilimsel adı “Punica granatum”. Akdeniz'den Himalayalar'a kadar olan bölge narın vatanı sayılıyor. Nar, M.Ö. 4.000-3.000 yıllarında İran'dan Hindistan'ın kuzeyine, oradan Çin'e, Suriye ve Kıbrıs'a, ilerleyen yıllarda İtalya ve Fenikelilere ulaşmış. Fenikeliler narı Kuzey Afrika, batı Akdeniz'e ve Yunanistan'a götürerek diğer coğrafyalara yayılmasında etkili olmuşlar. O yüzden narın bilimsel ismi olan Latince “Punica granatum” adı “Fenike elması” anlamına geliyor. Hititlerde (M.Ö. 1.600) nar “nuurmu” ya da “norma” olarak isimlendirilmiş ve ilaç olarak kullanılmış. M.Ö. 1.500'lerde, Mısırlılar narın “Dünyanın ilk meyvesi” olduğuna inanmışlar ve nar tanelerini yaşamın sembolü olarak görmüşler. Ölülerini ikinci yaşamın umuduyla, narla birlikte gömmüşler, şifa amaçlı kullanmışlar, edebi eserlerinde de yer vermişlerdir. Nar, ortaya çıktığı ilk zamanlar, faydalarından çok cennetin yiyeceği olduğu için popülermiş.

Mitolojide nar; doğumu, kadını, evliliği, neslin devamlılığını ve bereketi sembolize etmekte. Anadolu'da sevdiğin kıza nar göndermek evlenme teklifi anlamını taşır. Hatay'da gelin evine girerken eline verilen narı yere vurup kırar. Bunun anlamı ise çok çocukları olsun, nesli devam etsin ve evde bereket olsun. Atalarımızdan günümüze kadar ulaşmış bereket ve bolluğu çağrıştıran bu meyvenin ardında ne de çok inanış var değil mi? Saymakla bitmiyor. Farsça'da ateş kırmızısı anlamına gelen adıyla, Ortadoğu kökenli bu



meyve, bir yandan sonsuzluğun sembolü olarak karşımıza çıkarken, mitolojide mevsimleri de sembolize ediyor. Aynı zamanda güzelliğin de sembolü olanak biliniyor. Yunanca nar anlamına gelen "Side" adlı, soylu birçok kadına veriliyor ve bununla beraber Afrodit'in de kutsal meyvesi olarak kabul ediliyor. Narın mitolojide bilinen diğer bir özelliği ise; cennet meyvesi, yaşam ağacı, sonsuz yaşam inanışlarıyla kutsallık kazanmış olması.

Babil'in asma bahçelerinde bulunan ve üç semavi dinin kitaplarında da adı geçen nar, kışın ılıman, yazın ise sıcak olan yerleri sever ve kuraklığa dayanıklıdır. Bol güneş seven nar bitkisi, yazın aralıklarla sulandığında verimi artar. Hatay konumundan dolayı narların en iyisinin yetişmesi için her türlü iklim ve coğrafi yeterliliğe sahip. Belki de bu sebeptendir ki nar ekşisi deyince çoğunlukla Hatay akla geliyor. Oysa Türkiye'de nar üretimi sıralamasında Hatay 6. sırada yer alırken, Antalya başı çekiyor. 2002 yılında Türkiye'de 3 milyon nar ağacı varken 2010 yılına gelindiğinde 13 milyon ağaç ile 315 bin ton üretime ulaşılmış. 2010 yılı üretiminin % 60'ı Akdeniz, % 25 Ege ve % 10 Güneydoğu Anadolu bölgesinden sağlanır. İller bazında üretim değerlendirildiğinde Antalya Türkiye üretiminin % 38'ini karşılar. Sırasıyla, Antalya'yı Muğla, Mersin, Adana, Denizli, Hatay ve Aydın izler. Bu şehirleri hepsi narın ekşisini yapar ama illaki Hatay'da yapılanlar bir başka olur.

Hatay'da nar deyince akla önce Kara Mehmet Narı gelir. Rengi, tadı ve lezzeti ile aranan bir üründür. Kara Mehmet Narı az miktarda sadece Kırkhan Delibekirli köyünde, Amanos dağına sırtını dayamış şekilde içinden Delibekirli çayının geçtiği derin bir vadide yetiştirilir. Bu vadi doğal güzellikleri, suyu, çeşitli meyve bahçeleri ve özellikle Şekerpare ve Kara Mehmet Narıyla bilinir. Narın kabuğu, açık yeşil ile kahverengi arası değişkenlik gösterir. Zarı incedir ve kolay soyulur. Elmasa benzeyen taneleri iri ve kırmızı olur. Çekirdekleri küçüktür. Tadı mayhoş olsa da çok lezzetlidir. İri olanları nar ekşisi üretiminden ziyade meyve olarak tüketilir ama meyve olarak da, nar ekşisi olarak da kıymetlidir. Nar ekşisi için küçük ve çatlamış olanlar kullanıldığı halde fiyatı diğer ekşilerden pahalıdır. Aynı fidanlar 20-30 km ötedeki topraklarda aynı lezzeti vermez. Kırkhan Ticaret Odası tarafından Coğrafi İşaret kapsamına "Kırkhan Nar Ekşisi" adıyla alımı için Türk Patent Enstitüsü'ne müracaatı yapılmıştır.

Katırbaş Narı da yaygın olarak Hatay'ın farklı bölgelerinde bolca yetiştirilir ve sevilir. Dış kabuğu açık yeşildir, taneleri orta büyüklükte olup tadı genellikle ekşidir, ekseriyetle ekşisi (pekmezi) yapılarak tüketilir. Son yıllarda Ziraat'in dağıttığı Hicaz nar fidanları da meyvesini vermeye başlamış



ve nar ekşisi üretiminde kullanılır olmuş. Hatay'da yetişen diğer çeşitler ise şöyledir: Çekirdeksiz nar, Zincik narı ve Cin narı vb. bilinen çeşitlerden bazılarıdır.

Nar'ın Hatay'daki yeri sadece bir meyve veya yemeklere lezzet katan bir tatlandırıcı olmakla sınırlı değildir. Birkaç beldeye adını da vermiştir. Antakya'dan Reyhanlı'ya giden yol üzerinde ve Altınözü yol ayrımında "Narlıca" beldesi vardır. Belen yaylasından sonra İskenderun'a giden yolun otoyol kavşağından Arsuz yönüne döndüğünüzde sağ tarafta Nardüzü beldesi karşılar sizi. Yani Karaağaç mahallesinin hemen üst tarafıdır.

Selçuklu döneminden günümüze kalan kaynaklarda nar şerbetinin hazırlandığını Süheyl Ünver'in çalışmalarından biliyoruz. Nar şerbeti sadece ikram olarak verilmiyor ve tedavi edici özelliklerinin de olduğunu anlatıyor. Dr. Ercan Akçiçek Bağdat'ta görev yaparken, tifüse yakalanan Dr. Abdulkadir Noyan'ın Bağdat'ın iri taneli narlarından çıkarılan lezzetli şerbetle iyileştiğini kayda geçmiş. Benim de çocukluğumdan, şifa kaynağı nar ile ilgili şu tarif aklıma geldi: O yıllarda, Hatay'ın denize uzun bir kıyısı olmasına rağmen tatlısu balıkları, deniz balıklarına nazaran daha çok bilinirdi. Kırkhan'da karabalık çok tüketilir ve mevsiminde her balıkçıda bulmak mümkün olduğundan babam sıklıkla alırdı. En çok ekşilemesini severdik. Annem, balığın derisini yüzüp temizledikten sonra halka haka doğrar düyük bir tencereye biraz zeytinyağı koyduktan sonra üzerine sırasıyla balığı, doğradığı soğan ve domatesini atar ve bunu sırasıyla birkaç kat tekrarlardı. Ardından Delibekirli narlarından yapılmış nar ekşisi, pul biber, biraz salça, kimyon ve tuz ile ekşi bir sos hazırlar, balığın üzerine ilave eder ve ocakta yavaş yavaş pişmeye bırakırdı. Arada bir tencerenin kapağını açar,

pişip pişmediğini kontrol ederdi. Bu süre bize o kadar uzun gelirdi ki, zaman geçmezdi. Karabalık ekşisi sofraya geldi mi tadına doyum olmazdı. Evde karakılıç buğday unundan yapılan ekmeği balığın yanına katık etsek de, en fazla on dakikada tencerenin dibi görünürdü.

Asidik tat, Antakya mutfağında nar, domates, turunç, limon, vb. meyvelerle sağlanır. Ama ekşi tatların mutfaktaki rolleri birbirinden farklıdır. Nar suyu uzun süre havalandırılarak kaynatıldığında, kaynama süresine göre değişkenlik gösteren kıvamda bir şuruba dönüşür. Nar suyunu, uzun süre pişirir ve buharlaştırırsan içindeki şeker karamelize olur, ortaya çıkan tat; baş döndürücüdür. Tatlı, ekşi ve birazcık asidiktir. İşte bu tatlı-ekşi, çorbalarda, mezelerde, tepside pişirilen balık yemeklerinde ve salatalara katılması halinde fevkalade güzel sonuçlar verir. Başlangıçlarda iştah arttırıcı rol oynarken; çorba, meze, yemeklere lezzet katar ve tatlıları ise görsel ve lezzet olarak farklı boyutlara taşır.

Antakya mutfağında en az 50 ye yakın yemekte nar ekşisinin kullanıldığını görüyoruz. Bu miktar neredeyse toplam mutfaktaki yemeklerin % 10'una denk gelir. Sn. Süheyl Budak Antakya Mutfağı kitabındaki tariflerde 5 çeşit çorba, 9 çeşit meze, 6 farklı balık yemeğinde, 3 çeşit sakatatda, 6 farklı sebze yemeğinde, dolmaların çoğunda, salatalarda, böreklerde, düğüncük köftesinde ve hatta bazı orukların sunumunda nar ekşisi kullanıldığını not etmiş. Burda saymadıklarım da cabası. Nar suyu sıkmaq için portakal sıkacağı kullanabilirsiniz. Suyunu sade olarak tüketebilirsiniz gibi çeşitli taze sıkılmış narenciye sularıyla de karıştırarak deneyebilirsiniz. Son yıllarda nar suyu kokteyllerin, hatta votkanın vazgeçilmezi oldu ve birkaç sezon karaborsaya düştü. Zaten sonrasında da ağaç sayısında ciddi artışlar oldu.

Hatay'da narın girmedığı ne bir ev, ne de yemek kalmıştır. Mesela; Vakıflı köyünde nar ekşisi ve nar likörü yapılır. Aslında bu likörü siz de evinizde deneyebilirsiniz. Dilediğiniz gibi tatlı, ekşi, beyaz ya da kırmızı narla yapın; hepsi lezzetli olur. Yapmanız gereken tek şey, narları ayıklayıp bir kavanoza doldurduktan sonra üzerini 2-3 parmak geçecek kadar, (yüzde 40 derece) alkol eklemek. Bu şekilde bir ay kadar beklettiğinizde, kullandığınız narın rengine göre ya pembe ya da yakut kırmızısı bir likörünüz olur. İlk tadımı yaptıktan sonra damak zevkinize göre (suyu az olacak şekilde) şekerli su ekleyin ve süzün. Sonra misafirlerinize afiyetle ikram edin.

Tüketim alışkanlığına göre dört nüfuslu bir aileye iki kilo nar ekşisi bir yıl yeter. Hatay'lı genellikle nar ekşisini, tanıdık bildik üreticilerden alır. Ya da eskiden olduğu gibi kolları sıvayarak evin



avlusunda kaynatır. Maalesef günümüzde başka türlü iyi nar ekşisi bulmak pek mümkün görünmüyor. İyi nar ekşisi uzamadan damlamalı, yarı akışkan olmalı ve buram buram nar kokmalıdır. Nar ekşisi mümkün olduğunca koyu renkli cam şişe veya porselen veya toprak kaplarda ve serin yerlerde muhafaza edilmelidir. Önemli bir konuya değinmeden yazıyı bitirmek istemiyorum. Nar ekşisinin ekonomik değerinin artması, bazı üreticilerimizi daha çok kazanma hırsıyla, nar ekşisiyle ilgisi olmayan ve içerisinde nardan ziyade; glikoz, limon tuzu, nar aroması vb. insan sağlığını olumsuz etkileyen maddelerle ürünler üretmeye yönelttiğini görüyoruz. Bu gibi nitelsiz nar ekşileri, çarşı, pazar ve market raflarında ne yazık ki alıcı buluyor. Oysa ki bu durum herkes için vicdani ve ahlaki bir sorumluluktur. Maliyeti yüksek de olsa; kaliteli ve hilesiz nar ekşisinin her zaman alıcısı vardır. Hakkıyla üretilmiş, Hatay markalı ürünlerin rakibi olamayacağından hileli ürünlerle rekabete etmeye ihtiyacı yoktur. Belediyeler ve odaların denetimleri sıklaştırmaları ve üreticileri bu konuda bilinçlendirmeleri gerekmektedir. Üreticilere verecekleri eğitimlerle bunun önü mutlaka alınmalıdır ve sürdürülebilir değildir. Ne yazık ki üreticilerimiz ve yöneticiler bu durumu görmezden gelmeye devam ederlerse; Hatay nar ekşisi ve benzeri yöresel ürünlerimizin marka değeri kısa sürede olumsuz etkilenecek, pazar payları ciddi ölçüde düşecektir. Antakya Gastronomi Derneği'nden söylemesi.

Kaynakça:

- Mithat Kalaycıoğlu, *Hatay Halk Bilimi-2*, 2001
- Tijen İnaltong, *Meyve Ağacından Hikâyeler, İletişim yayınları*, 2004
- Süheyl Budak, *Antakya Mutfağı, Antakya Rotary Kulübü*, 2008
- Lilia Zaouali, *Ortaçağ'da İslam Mutfağı, Ruhun Gıdası Kitaplar*, 2016
- Yrd. Doç. Dr. Halil Kurt, Uzm. Güven Şahin, *Türkiye'de Nar Tarımı, Marmara Coğrafya Dergisi, Sayı 27, Ocak, 2013*
- Vasi Köse, *Kırkhan Olay Gazetesi*, 28.08.2019
- Nil Erdoğan, *Gasterea*
- Gül Çetin, *Doğadan Çizgili Hikâyeler: Dünyanın ilk meyvesi nar, Birgün Pazar*, 18.10.2020

Efsanelere konu olmuş, hoş kokulu yaprak ve meyvesiyle

Defne

Süheyl Budak

Bölgemiz bir turizm merkezidir; üzerinde yıllardır çalışılır ancak istenilen sonuçlar maalesef alınmaz. Sebebi çok basit! Çünkü bu bölge ve bu bölgenin zengilliği yeterince bilinmiyor! Bu yazımı defne bitkisine ayırdım. Defne bitkisi (ağacı) iyi tanıtılırsa, gastro turizm açısından yepyeni bir argüman doğabilir. Turizmi turizmcilere bırakıp, biz defneyi yazalım.

Mitolojik bir geçmişi olan bu ağacı dünyanın en önemli mozaiklerinde görebiliyoruz; yetmedi mutfakta baş rolde, yetmedi hikayelerde... Kaçımız bu özelliklerini biliyoruz?

Mitolojide birçok hikayesi var. Bunlar içinde en çok bilineni Apollon'un ırmak tanrısı Peneios'un kızı Daphne'ye aşık oluşu hikayesidir. Daphne'nin ondan kaçışı, kaçmakla kurtulamayacağını anlayınca da babasından kendisini başka bir şeye dönüştürmesi için yalvarması ve baba Peneios'un bu yalvarmalara kayıtsız kalamayıp defne ağacına dönüştürmesi. Bunun yanında farklı mitoslar da var; ilgililer kaynakçaya bakabilirler(1).

Defne tacı konusundaki mitolojiyi de yazmadan edemeyeceğim. Bu konuşmayı Cevat Şakir rahmetli Vehbi Koç'un bulunduğu bir toplantıda yapıyor. Cevat Şakir'den Defne'yi dinleyelim:

"Bir gün Apollon çiçek kokularının kaynaştığı bir vadiden geçerken gökkuşağının duvaklar gibi bulutlardan aşağıya süzülüp türküler söyleyen güzeller güzeli bir kızın başına süzülüğünü gördü! Ve güneş tanrıçası Apollon'un yüreğini aşkla dağladı. Bu kız tanrıça Artemis'in meleklerinden Dafnis idi.

Vadi, peri kızı Dafnis için, çiçekten, ışıktan ve renklerden oluşan bir düş alemiydi. Çırlıçırlak göğsü, kar beyaz omuzları ve yüzüne yayılan masum gülüşü ile Dafnis Apollon'u büyülemişti. Ama ne yazık ki peri kızının kalbi erkeklere karşı sonsuza dek kilitleydi! Dafnis daima bakire kalacaktı. Apollon'un güzel Dafnis'in peşinden

koşuşu ve sonunda peri kızın yorgunluktan kendinden geçişi ve bedenini Apollonun kucağına salıvermesi...

Apollon, Dafnis'in çıplaklığını örten saçlarını bir yana atarak onu boylu boyunca kavramıştı. Nihayet peri kızı kendini Apollo'nun güneş gibi ışılan kollarına ve susayan dudaklarına teslim etmişti. Tanrı Apollon Dafnis'i kollarıyla sararken onun yere saplanmış gibi hareketsiz durduğunu farketmişti. Apollon tanrısal sesiyle, 'Dafnis! Dafnis! Sen ağaç oluyorsun!' diye bağırmaya başlamıştı. Gerçekten Dafnis'in yüzü soluyor, gerdanı ve memeleri yeşile dönüşüyordu; ayakları kıvrılan kökler gibi toprağa dalıyor, bacakları ve kalçası bir ağaç gövdesi gibi kabuk tutuyordu.

Şimdi yakarış sırası peri kızına gelmiştir. 'Ey Apollon! Al beni! Sen bir tanrı değilmisin? Beni bu topraktan sök, beni kurtar.' Her geçen gün, Apollon, çaresiz kaldığını görüyor Olimpos tanrılarının kıskançlık duygularıyla Dafnis'i bir defne fidanına dönüştürdüğünü anlıyordu.

Apollon hüzün dolu sesiyle türküler yakıyor peri kızına, aşkı vadiye yayılıyordu.

Defne fidanının iki dalı Apollon'un sarı bükleli başını biri soldan öbürü sağdan sardı ve bir çelenk olarak tanrıyı taçlandırdı. Apollon Dafnis'in defnesinden aldığı bu armağanı şu dilekle sundu:

'Ey peri kızı! Bu geceden sonra bütün insanlar senden bir dal ve çelenk isteyecekler. Çelenkler senin için göğe yükselen duygularımın ölümsüzleşen ilahileri olsun.'

"Defnegillerden güzel kokulu bir ağacım. Sümerler günümüzden beş bin yıl önce tedavi amaçlı kullanılmış. Antakya'da sabunum yapılır, yağım kuru ciltlere iyi gelir."

Defnenin mutfakta kullanımına bakalım: **"Balıkların bazen içine girmişim, gün gelmiş kebab**



yapacaklar mangal kömürüne atmışlar beni sonra da et şişlerini, pirincin kokusunu zenginleştirmek için pirinç kavanozunun içine hapsetmişler. Böceklenmesinler diye bakliyatların içine koymuşlar.”

Çok eskiden Antakya’da her evde incir sandığı olurdu. Bu sandığa kuru incirler sıkıca basılırken incir katmanlarının arasına taze defne yaprağını koyup saklardı. Böylece incirler kurtlanmaz, bizler de uzun kış gecelerinde çilingir tabağında tüketirdik. Bu günlerde yolunuz Altınözü’ne düşerse, bir paket kuru incir aldığınızda defne yaprağını içinde görürseniz, bilin ki uzun bir süre inciriniz kurtlanmayacak. Defne yaprağını iki türlü kullanabilirsiniz. **“Kurtlanmayı önlemek için taze yaprağımı, aroma vermek amacıyla yemeklerde kurutulmuş yaprağımı kullanacaksınız. Buradan Antakya’nın humusçularına sesleniyorum. Nohutu haşlarken beni de içine katın, nohuttan çıkan o kötü gaz kokularını alacağım. Bir de göreceksiniz ki, oluşan köpükler benim etrafımda olacak.”**

Defne dünya mutfaklarında da çokça kullanılır. Fransız mutfağının baharat kesesinde (bouquet

garni) defne olmasa olmaz. **“Bazı yemekler yaprağım için tasarlanmış, Azerilerin lahana turşusunda beni görebilirsiniz.”** Yeni nesil unutmuş olabilir, eskiden Antakya’da turunc reçeli yapılırken bir defne yaprağı ile pişirilirdi(2).

Biliyormusunuz? Yine eskiden evde hazırlanan Halebi türü hamurların altına birer defne yaprağı koyup fırıncıya gönderilirdi. Antakya mutfağında yılan balığı ızgarası yapılacaksa önceden hazırlanan bir sosu var ki bu sosta defne yaprağı baş rolü oynar. Bu sos defnesiz de olmaz. Buna benzer bir sosu Roma mutfağında görebiliyoruz.

Roma dönemi mutfağında defne aprağı kullanımıyla ilgili birkaç örnek vererek yazımı sonlandırayım: Zeytinli tavuk dolması, dut soslu yılan balığı, kek ve pastaların alt kısımlarında, baharatlı şarapta, jambonda, deniz ürünü köftelerde(3).

Kaynakça:

- Deniz Gezgini; Bitki Mitosları, Sel Yayıncılık, s.44
- Nihal Kadioğlu Çevik; Türk Mutfak Kültürü, Folklor Araştırma Vakfı
- A. Dalby, S.Grainger; Antik Çağ Yemekleri, Homer Kitabevi

Buğdayın 12 Bin Yıllık Öyküsü

Hulusi Üstün

Buğday ilk kez Harran'da toprağa düştü, ilk yerleşik toplumlar ve en eski şehirler Anadolu'da kuruldu. Bu nedenle buğdayın tarihi, Türkiye'nin tarihidir.

İnsanoğlunun buğdayla tanışıklığı, yeryüzü macerasının başladığı ilk günlere kadar uzanır. Kimi dini söylencelere göre insanoğlunun atası Adem'e yasaklanan meyve, buğdaydır. İnsanın işlediği ilk günah yasak meyveye el uzatmak olduğu için bunca savaşın, bunca acının yaşandığı dünya sürgününün görünürdeki sebebidir, buğday. Yine dini söylencelere göre dünya sürgününe çıkan Adem'e, kendisinin ve soyunun binlerce yıl sürecek trajedisine sebep olan buğdayın üretimi bilgisi öğretilmişti. Bu bilgiyle saban ilk



defa Harran'da toprak ile buluştu ve cennetten getirilen buğday taneleri burada başağa dönüştü. Başlangıçta her bir başağında deve dişi büyüklüğünde yüzlerce tane olan buğday, Adem'in günahkâr çocuklarının elinde azalıp küçüldü. Kimi zaman sadece bire iki verdi. Kimi zaman bire on, bire yüz... Bu sebeple binlerce yıl boyunca buğdayın çokluğu zenginlik ve tokluk, azlığı kıtlık ve kaos anlamına geldi.

Adem'in çocukları Habil ve Kabil'in arasındaki anlaşmazlığın bir tarafında yine buğday vardır. Kabil, yetiştirdiği buğday başaklarından bir tutam sunmuştu Tanrı'ya; Habil ise koyunlarından birini... Kurbanı kabul edilmeyen Kabil'in öfkesi, yeryüzünde ilk cinayetin işlenmesine sebep



olmuştur.

Yine kutsal metinlere göre firavunun rüyasını yorumlayan Yusuf Peygamber, yedi bolluk yılı süresince Mısır'ın mahsulünü depolamış ve halkın yedi kıtlık yılını atlattığını sağlamıştı. İncil, toprakla buluşmayan buğdayın yeşeremeyeceğini anlatarak örnek veriyordu, insanoğlunun olgunluk arayışını. Tevrat'taki dualarda "bol buğday başaklarının dalgalanması" temennisi dile getiriliyordu. Kur'an, mallarını Allah yolunda harcayanları her bir başağında yüz buğday tanesi olan, yedi ayrı başağa tohumluk eden bir tek taneye benzetiyordu. Bu sebeple bazı Kur'an araştırmacıları, bir buğday tanesinden yedi ayrı başak bitirmenin mümkün olabileceğini ileri sürüyordu. Yine Kur'an dünya nimetlerini anlatırken ekine atıf yapıyor, helak olmuş kavimleri ezilmiş ekine benzetiyordu. Tüm bu anlatılar dolayısıyla semavi inançların hepsinde buğdayın temel motiflerden biri olduğunu söylemek mümkündür.

Yazılı kaynaklarda buğday, yetiştiği coğrafyanın iklimiyle, toprağıyla uyum sağlayan bir bitkiydi. Hasat edildikten sonra uzun süre bozulmadan durabiliyor, suyla buluştuğunda çoğalıp doyurucu oluyordu. Çok çeşitli gıdalarla birlikte tüketilebiliyor, sapı samanı hem hayvan gıdası olarak kullanılıyor hem de yakacak olarak iş görüyordu. Tanelerinin küçüklüğü dolayısıyla taşınması kolaydı. Yetiştirilmesi için başında beklemek ve estradan sulamak gerekmiyordu. Sürekli bir ticari değer taşıyordu. Bu sebeple varlığı yaşama eş anlamlıydı.

İnsanoğlu ektiği buğdayın hasat mevsimini beklemek için yerleşik hayata geçti. Yerleşik hayat, barınma ve savunma imkânlarını geliştirmeyi zorunlu kıldı. İnsanoğlu, yerleştiği yerde önce kulübeler, sonra köyler, sonra şehirler kurdu. Ürettiği ürünün fazlasını kendisinde olmayan ürünlerle takas etmek suretiyle ticareti başlattı. Evvelce korkup uzak durduğu diğer insan topluluklarıyla iletişime geçti. Ürettiği ve alıp sattığının çetelesini tutmak ihtiyacı dolayısıyla taş, kil tablete ve deri parçalarına çizgiler çizdi. Bu çizgiler evrilip sesleri ifade etmeye başladı. İnsanoğlu yazının keşfi ile tarihin karanlıklarından dışarı çıktı.

Dolayısıyla buğday sadece insanın yeryüzü macerasının başlamasına sebep olan yaşağın adı değil, aynı zamanda uygarlığa geçiş sürecinin de en temel dinamiğidir. Arkeolojik kaynaklar buğday tarımının Anadolu, Azerbaycan, Batı

İran ve Güney Kafkasya bölgelerinde başlamış olduğunu doğruluyor. Şeria nehri yakınlarındaki Jeriko ve Şam'ın güneyindeki Tell Esved adlı yerleşim yerlerinde buğday tarımı yapıldığına ilişkin somut arkeolojik veriler bulunmaktadır. Bu bölge gerçekten Adem'in cennetten kovulup indiği coğrafya mıdır bilinmez, ama insanoğlunun uygarlık süreci burada başlamıştır. Evet, buğday tarımının ilk kez bu coğrafyada yapıldığını, eski medeniyetlerin temel gıda maddesinin buğday olduğunu hem tarihi hem dini kayıtlar doğruluyor.

Mezopotamya uygarlıklarından kalan yazılı kayıtlarda buğdayın temel ticaret ürünlerinden birisi olduğu görülmektedir. Gılgamış Destanı'nda buğday motifi sıklıkla işlenir ve tasvirlerde kullanılır. Mezopotamya'dan Arap çöllerine ve Asya içlerine, deniz yoluyla körfez civarına gönderilen temel ürün de buğdaydır. Eski Mısır ve Fenikelilerde buğday narh uygulanan ve vergi kesilen ürünlerdendir. Devrin askeri güçlerinin ve dini otoritelerin temel ihtiyaç malzemesinin buğday olduğuna dair kayıtlar da mevcuttur.

Hititlerin Anadolu'da tarım kültürünü geliştirdikleri, hâlâ kullanılan geniş ekim alanlarını onların açtığı bir başka tarihi kayıttır. Buğday, Hititlerin elinde çeşitli formlar almış; bulgura, bozaya, irmiğe dönüşmüştür. Günümüz Türkçesinde kullanılan "kalbur" sözcüğünün etimolojik kökünün Hitit dillerine uzanması enteresandır. Bugüne ulaşan kabartmalarda Hitit tanrısı Tarhuna bir elinde buğday başağı, bir elinde üzüm salkımı ile resmedilmiştir.

Binlerce yıl sonra bile buğday Türkiye'de yaşayan insanlar için tokluk, varıllık ve yaşamı çağrıştırmaktadır. Tıpkı Orta Amerika yerlileri için mısırın, Çinliler için pirincin, Güney Amerikalılar için patatesin taşıdığı kutsal anlam gibi... Bu nedenle dini gelenekler buğdayı tanrının en kutsal ikramı kabul edip saygı duymayı buyurur. Bu nedenle Türkiye'de ekmek öpülüp, baş üstüne konur. Bir tuzun bir de ekmeğın hatırı güdüdür ki bu en temel ihtiyaçların karşılanmasına duyulan vefadır. Sonra kahve hatırı vardır. Bu ise dostluğa, ahbablığa, arkadaşlığa duyulan hürmettir.

Öte yandan buğday, tabiatın süsü niteliğindedir. Kışın eriyen karla birlikte yeşerir, nisan yağmurlarıyla boy verir. Rüzgârda yeşil bir deniz gibi dalgalanır. Başak verdiğinde gönence dönüşür, sarardığında yaz ortasıdır artık. Biçildiğinde tatlı bir zafer yorgunluğu yaşatır.

Türk çiftçisinin dilinde atasözüne evrilen “Buğday ile koyun, gerisi oyun.” sözü buğdayın tarımla uğraşan kesim için temel geçim kaynaklarından biri olduğunu ortaya koymaktadır. Anadolu’da, Balkanların bir kısmında ve İran’da zıfaf evine getirilen gelinin başından buğday dökülmesi geldiği eve bereket ve zenginlik getirmesi dileğini ifade eden bir seremonidir.

Hasat edilen buğdayın daha uzun süre dayanması, çeşitli yemekler haline gelmesi, farklı tatlara dönüşmesi ve daha rafine bir ticari materyal haline gelmesinin yollarını arayan insanoğlu, daha önce su ile ıslatıp yenilebilir hale getirdiği buğdayı bir sonraki aşamada kavurarak tüketmeyi akıl etti. Ardından düz iki taş arasında ezdiğinde büyüleyici bir toza dönüştüğünü keşfetti. Bu işlemin ilk önce Eski Mısır’da gerçekleştirildiği düşünülmektedir. Elde edilen toz haline gelmiş buğday özünün ilk pişirme şeklinin bulamaç olduğu düşünülmektedir. Buna göre, deri kırbalar içinde suyla karıştırılan un, sıcak taşlar yardımıyla kıvamlandırılıyor olmalıydı. Bu pişirme metodu aynı zamanda boza ve biranın keşfine de yol açmış olmalı. Günümüzde hâlâ Avrupa’nın eski kolonileri olan bazı Afrika ülkelerinde un, bulamaç yapılmak suretiyle pişirilmektedir.

Hamurun önce kızgın taş, sonra demirin işlenmesi suretiyle geliştirilen saçlar üzerinde pişirildiği kabul edilir. Tandır, Orta Doğu ve Ön Asya’da kullanılan temel metot olarak hâlâ varlığını sürdürür. Ekmek ne kadar modern ve kolay tekniklerle pişirilirse pişirilsin Ön Asya’da tandır vazgeçilmezdir. Fırın ise tandır tekniğinin gelişmiş halidir.

Unu bambaşka bir şekle dönüştüren mayalama işleminin Mısırlılar tarafından bulunduğu kabul edilmektedir. Yaklaşık 4 bin yıl önce keşfedilen bu teknikle daha az oranda buğday ile daha fazla ölçüde ve daha lezzetli ekmek elde etme imkânına kavuşulmuştur. Günümüzde mayasız ekmek üretimi yok denecek kadar azdır.

Daha sonraki çağlarda buğday sadece ekmek yapımında değil, çok muhtelif ürünlerde kullanılmaya başlanmıştır. Daha dayanıklı hale gelmesi için kaynatılıp kurutulmuş, elde edilen malzeme farklı ölçülerde kırılarak bulgur, yarma, ince bulgur, irmik gibi formlara dönüşmüştür. Binlerce yıldır bu ürünleri işleyen, üreten, saklayan sihirli kadın eli, sanatıyla taşa şekil veren bir heykeltıraş maharetiyle her bir üründen sayılmayacak kadar çok miktarda yemek çeşidi, hamur işi, tatlı, tuzlu, çorba ve çerez elde etmiştir.



Bizim buralarda havuca pörçüklü derler...



Yazı: A.Vasi Köse

Fotoğraflar: Betül Kılınc

Bir gün, Reyhanlı semt pazarında dolaşırken yaşlı bir amcanın turuncu-kırmızı torbalar içindeki sıra sıra dizilmiş havuçları satarken "Çiloğlan'ın pörçüklüsü" diye seslendiğini duyunca merakımdan sordum. Yaşlı amca, benim çok değer verdiğim bir büyüğümün ismini vererek, "Bunlar onun tarlasından" diye ekledi ve "Bizim buralarda havuca pörçüklü derler. Sen bilmiyon mu?" diye meraklı gözlerle yüzüme baktı. O gün bu gündür, ne zaman havuç görsem, aklıma yerel ismi pörçüklü gelir.

Yüzyıllar önce yabani bir bitki olan, sonraları hani şu toprak fakiri Hollandalılar var ya, onların bilim adamlarının girişimleriyle rengi ve tadı değiştirilen, bugün ise hibrit tohum üreticilerinin özene bezene üretilip ambalajlayarak, kilosunu bilmem kaç bin liraya sattıkları tohumlarla üretilen, maydanozgiller sülalesinden, turuncu rengi ile insanın gözlerine ve iştahına hitap eden havuç, Hatay'da tarımsal girdiler arasında ciddi anlamda bir yer tutmaya başlamıştır.

Yıllar önce bitirdiği Ziraat Fakültesi'nden ilçesine dönen Musa Sönmezateş, bilgisini, cesaretini ve aklını kullanarak geleneksel tarım ürünlerini değil, yeni ürünlerin, yeni girdilerin arayışı ile köyü Ilıkpınar'da havuç tarımına başlar. Beş, on derken bugün Amik Ovası'nda zaman zaman 60 bin dekar alanda tarımı yapılan, Avrupa ve Ortadoğu ülkelerine ihraç edilen bir gelir kaynağı oluşturur. Musa Sönmezateş ve ağabeyi Ahmet Sönmezateş'in çalışmaları öncesi de bu bölgede havuç tarımı yapılırdı. Ancak bugün tam anlamıyla bir sektör haline geldiği gibi, ülkemizde ciddi anlamda isim yapan Beypazarı Havucu'nu da hem lezzeti, hem şekli ve kalitesi ile sollamış durumdadır. Neredeyse Kırıkhan havucu, ismi ve kalitesi ile patenti alınıp ve marka haline getirilebilecek düzeydedir.

TADI VE GEVREKLİĞİ ÖNEMLİ Sulu, gevrek tadı ile çiğ olarak da tüketilen havuç, kök sebze türünde olmasına karşın toprak kokusu ve tadı en az hissedilen bir sebzedir. Salatalarda, çorbalarda, tatlılarda ve sebze yemeklerinde garnitür olarak kullanılan havuç, özellikle Akdeniz bölgesinde çok tüketilen cezeriye tatlısı ve mor rengiyle şalgam suyuna renk katmasıyla da ünlü bir gıdadır.

ASYA'DAN BÜTÜN DÜNYAYA Acımsız tadı, kirli mor, bazen siyaha yakın, kahverengi, sarı, yeşil gibi birçok değişik türü olan havuç, pek de itibar



gören bir bitki değilken hayvanlara yediriliyordu. Kendiliğinden yetişen ve hiçbir değişime uğramadan, hatta çiftçilerin nasıl yetiştiğini bile bilmediği bu yabani bitki-sebzenin önceleri en çok, daha tatlı olan kırmızısı-mor ve daha az kaliteli olan yeşil-sarı olmak üzere iki türü tüketilmiştir. 16. yüzyıla geldiğimizde Hollandalı bitki bilimciler, İspanyollara karşı kazandıkları zafere atfen, adını portakaldan alan Oranje Prensi 1. William adına portakal rengi havuç üretmişlerdir. Turuncu renk bu sayede Hollanda kimliğinin rengi haline gelmiş, Hollandalı ressamlar bile resimlerinin konusunda turuncu havuca yer vermişlerdir. Turuncu havucu yiyen Hollandalı inekler daha çok süt vermeye başlayınca da bütün evcil hayvanlara besin olarak, bazen de yemlere katkı maddesi olarak yetiştirilmeye başlanmıştır. Daha sonra yıllar boyu yapılan araştırmalarda havucun insanlara da çok büyük yararları olacağı görülmüş ve insanların yiyebileceği türler üzerinde çalışılarak bugün tükettiğimiz havuç türü elde edilmiştir. Bugün insanların ve hayvanların ortak tükettikleri ve keyif aldıkları yiyeceklerin başında gelen bir sebzedir.



CEZER'DEN CEZERİYE'YE Arapça'da havucun karşılığı "cezeri'dir. Ortadoğu halkları, havuç ile şekerin birlikte değişik şekillerde pişirilmesiyle, kimileri için önemli bir afrodizyak olan cezerye tatlısını elde etmişlerdir. Akdeniz bölgesinde özellikle Mersin - Tarsus bölgesi cezeryesi ile ünlüdür. Hatay'da da değişik karışımlarla cezerye tatlısı yapılır ve bol miktarda tüketilir.

ŞALGAM'IN RENGİ MOR Yine bölgemizde bol miktarda üretilip tüketilen ve kara havuçla (keşşir) yapılan şalgam, değişik türleri ile önemli bir içecektir. İştah açıcı özelliği, bağışıklık güçlendiriciliği, hazmı kolaylaştırması, mide rahatsızlıklarına şifa veren özellikleri ile şalgam suyu, bölge halkının en çok tükettiği bir meşrubat olmuş, şimdilerde ise iç piyasaya ve ihracata yönelik uzun süre dayanıklı bir ürün olarak çiftçilere ek gelir sağlamaktadır.

HAVUÇTA LEZZET VE ÇİTİRLİK Kırıkhan havucunu diğer bölgelerde üretilen havuç türlerinden ayıran en önemli özellik, bölge toprağının yapısından kaynaklanmasıdır. Lezzeti, çitirliği ve hazminin kolaylığı en büyük özellikleridir.

Biz size ne kadar anlatırsak anlatalım, malını öven tüccar durumuna düşmekten kurtulamayacağız. İyisi mi, siz gelin Hatay'a, Kırıkhan'dan tüm dünyaya açılan havucu yerinde tadın; ne kadar haklı olduğumuzu göreceksiniz...