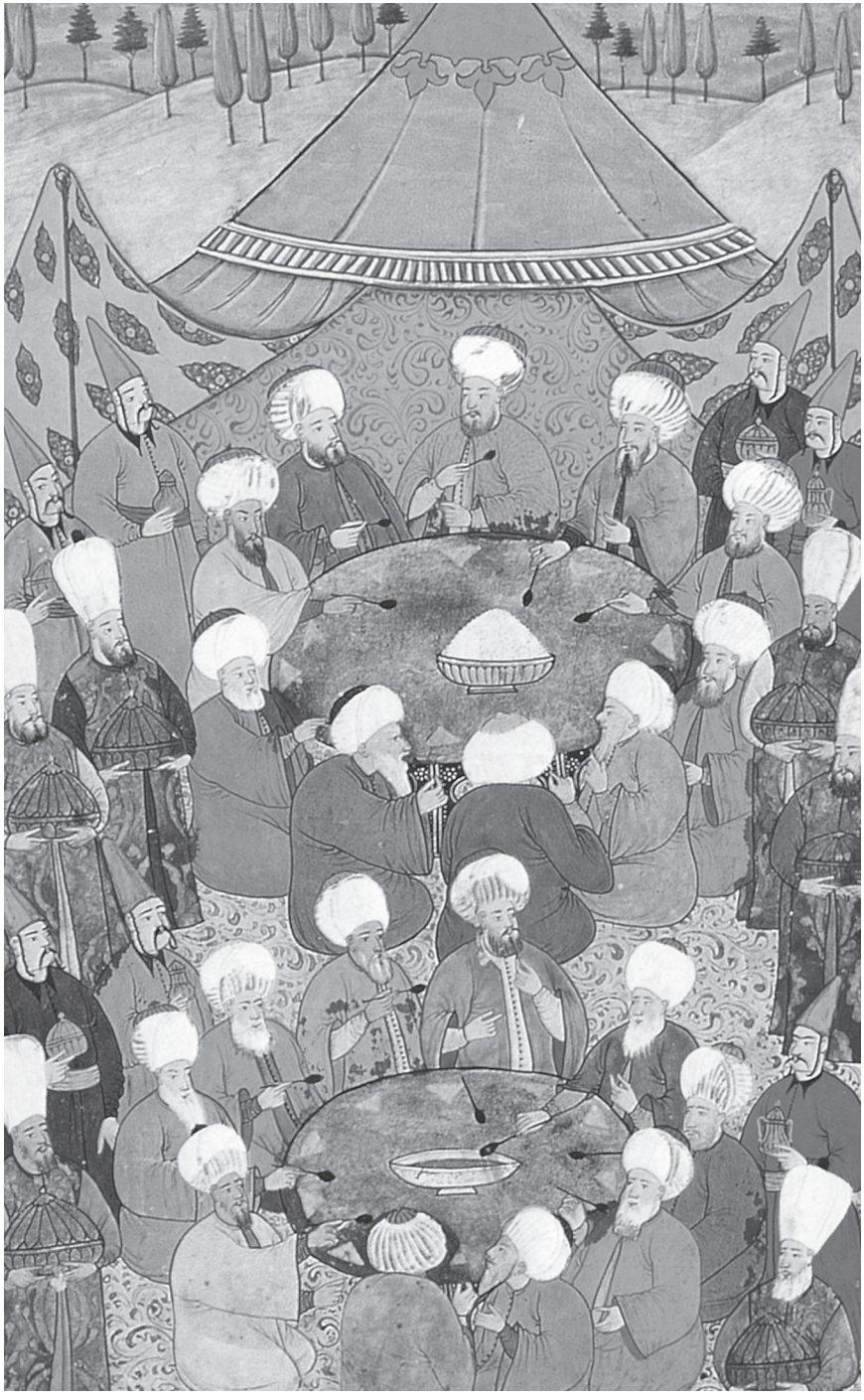
TARİHİN SÜZGECİNDE MUTFAK KÜLTÜRÜMÜZ

DENİZ GÜRSOY

İÇİNDEKİLER

Önsöz / 9
tarih öncesi çağlar / **11**
sümerler (İÖ 4000–2200) / **23**
mısır (İÖ 2700–1088) / **25**
yunan (İÖ 1000–İS 30) / **29**
bizans (395–1453) / **41**
doğu-batı, kuzey-güney kültür farkı / **47**
tek tanrılı dinlerin etkisi / **51**
ilk islam devletleri dönemi (8.–13. yüzyıl) / **63**
türkler asya'dayken / **73**
anadolu selçukluları dönemi (1077–1307) / **83**
osmanlı dönemi (1299–1922) / **89**
sarayda mutfak teşkilatı / **91**
helvahane / **93** padişah / **96** harem / **102** enderun / **103**
14. ve 15. yüzyıllarda sarayda yemek / **105**
16. ve 17. yüzyıllarda sarayda yemek / **111**
18. ve 19. yüzyıllarda sarayda yemek / **115**
sarayda ziyafetler / **119**
halk / **129**
kervansaraylar ve imarethaneler / **139**
ordu / **143**
aşevleri, lokantalar, seyyar satıcılar / **147**
kahve ve kahvehaneler / **155**
islam'da içki / **161**
milli içkimiz rakı / **164** meyhaneler / **168**
tarifler / 173
ölçüler / 175
kaynakça / 177

Eşim Hadiye Gürsoy'a…



1720 Şenliğinde pilav ikramı, Levni, 18. yy., Topkapı Sarayı Müzesi Kitaplığı.

önsöz

Bu çalışmaya, yaşadığımız coğrafyadaki yemek kültürünün zaman içerisinde nasıl bir evrim geçirdiğini araştırmak amacıyla başladım.

Araştırmamda, bu ülkede doğan, yaşayan ve burada ölecek bir kişi olarak hiçbir etnik önyargı içinde olmamayı temel ilke olarak aldım. Çünkü, aslında ben kendimi bir Türk, etnik olarak ise biraz Orta Asyalı, biraz Hititli, biraz Karyalı, biraz da Galat hissetmekteyim.

Öncelikle, yemeğin temel girdisi olan gıda maddelerini takibe aldım. Bu bölgede uzun süre portakal, limon ve mandalina yetiştirilmediğini, bunları Arapların Uzakdoğu'dan getirdiklerini, domatesin Peru'dan, patlıcanın ve çayın Hindistan'dan, patatesin, mısırın, sivri ve dolmalık biberin Amerika kıtasından, pirincin Uzakdoğu'dan, şeftalinin Çin dağlarından getirilmiş olduklarını öğrendim.

Sonra yaşadığımız coğrafyaya bizlerden evvel konuk olmuş tarih öncesi toplulukların ve kavimlerin yemek hikâyelerini inceledim. Daha sonra çevre etkenlerini araştırdım: Komşu uygarlıklardan Sümer, Mısır, Antik Yunan gibi. Fazla öteye gitmedim. Yemek tarihi götürse de...

Aynı coğrafi bölgede doğmuş olan üç tek tanrılı dinin, kullarını birbirleriyle kardeş kılmak yerine, yeme içme konusunda bile kültürel farklılık yaratan tabuları ortaya koymasını anlayamadım. Onun için o bölümlerde belki gereğinden fazla ayrıntıya girdim.

İslam devletleri ve o devletlerin döneminde zaten yüksek bir kültür seviyesinde olan İran'ın katkıları; sonra, Orta Asya ve oradan da bu coğrafyaya gelenler, getirdikleri ve bıraktıkları…

En son olarak da bu bölgede altı yüzyıl bir imparatorluk sürdürmüş olan Osmanlılar...

Osmanlıların Batılılışma süreci başladığında biz de tarih içindeki yolculuğumuzu bitirdik. Cumhuriyet dönemine girmedik. İki nedenle: Birincisi daha tarih olmadı, ikincisi tarih olduğu zaman da Batı etkisi bu dönemde arttığı için, biraz da küreselleşmeden söz ederek özetlemek imkânı olacağı için.

Yeri geldiğinde, ya o kültürü tam yansıttığı için, ya da ilginç olacağını düşündüğümden

bazı tarifleri gizlendiği tarih çekmecelerinden gün ışığına çıkararak kitabı okuyanın denemesine sundum. Bunu yaparken tarifleri bugünün diliyle kolay anlaşılabilir hâle getirmeye çalıştım ya da bu coğrafyada bulunabilir gıda maddeleriyle değiştirdim, yani uyarladım. Ayrıca kımız ve buhur suyu dışında hepsini de denedim.

Tabii, kitabı yazmak için kaynak peşinde koşarken, özellikle bu konuda eser bırakmış olanlara defalarca şükran borçlu olduğumuzu anladım.

Bu coğrafyada analar kızlarına, ustalar çıraklarına şifahi ve ameli olarak görev devir teslimi yaptıklarından, Batı'ya nazaran yazıya dökülmüş ne kadar az bilgimizin olduğuna şahit oldum.

Eski yazı bilmediğime bir defa daha hayıflandım.

Sizleri tarih içerisinde gezintiye çıkarırken gastronomi turundaki bir rehber gibi fazla yorum yapmamaya, herkesin kendi yemeğini kendisinin tadıp fikir oluşturmasına özen gösterdim.

Bana bu kitabı yazmak için gerekli süreyi veren, başta eşim Hadiye olmak üzere çocuklarım Derin ve Dilek'e, yazıların büyük bir sabırla dizilmesini sağlamış olan Türkân Taka'ya, beni bu yola teşvik etmiş olan Michel Cottet'ye, kitapta yer alan yemek tariflerini defalarca deneyerek uygun kıvama getirmiş olan Aşçıbaşı Kadir Alparslan ve Aşçıbaşı Kemal Çetin'e teşekkürlerimi sunarım.

Abdullah Deniz GÜRSOY
İstanbul, Ocak 2004

tarih öncesi çağlar

eski taş çağı (paleolitik) (iö 600.000-10.000)

İnsanlar avcıdır... Anadolu Yarımadası'ndaki ilk yerleşmeler, Eski Taş Çağı'ndadır. Bir adı da "Yontma Taş Çağı" olan bu çağ, insanlığın başlangıcından günümüzden 12 bin yıl öncesine kadar sürmüştür. Göçebe bir hayat süren bu dönem insanları, geçici barınaklarda bir bakıma mevsimlik kamplarda yaşıyorlar, soğuklarda, daha doğrusu buzul dönemlerinde kaya kovuklarına ve mağaralara sığınıyorlardı. Türkiye'de 100'e yakın bu tür yerleşme bulunmuştur. Bunların en önemlileri, İstanbul yakınlarındaki Yarımburgaz Mağarası ile Antalya yakınındaki Karain Mağarası'dır.

İnsanların beslenme serüveninin orman bitkileri ve meyveleriyle başladığı sanılmaktadır. Bu tür bitki ve meyveleri içgüdüleriyle ya da hayvanların yediği bitkileri saptayarak buluyorlardı. Bir tür deneme yanılma yöntemi uyguladıkları, yiyenin hastalandığı ya da öldüğü bitki ve meyveleri toplamamaya dikkat ettikleri de düşünülebilir. Bu dönem insanlarının, avlayabildikleri hayvanları çay taşından yaptıkları kesici aletlerle parçaladıkları anlaşılmaktadır. Bu aletler, taşın daha sert taşlara vurularak biçimlendirildiği, âdeta yontularak yapıldığı için, dönem "yontma taş" diye adlandırılır.

Avlanan hayvanların etleri, ateş bulunana ve eti ateşte pişirme düşünülene kadar çiğ tüketildi kuşkusuz. İnsanın bu ilkel dönem lezzetlerini bütünüyle unuttuğu söylenemez. Hele, Türkiye'nin Güneydoğusunda yaygın olan çiğ köfte düşünülünce. Eti çiğ olarak, çeşitli doğal maddelerle terbiye ederek yemek, yalnızca Anadolu'ya özgü bir beslenme alışkanlığı değildir. İtalyanların yapılması ve sunumu ustalık isteyen *car-*

Boynuzdan yapılmış bir orak. Hacılar, İÖ 6. binin ortaları, Anadolu Medeniyetleri Müzesi.

paccio'sunu, Japonların ulusal yemeği *sashimi*'yi (çiğ balık) hatırlar, bu çiğ et çeşitlerinin çiğ sebzelerle sunulduğunu düşünürsek, bugün bunlar nasıl hazırlanılırsa hazırlansın, içlerine ek olarak ne katılırsa katılsın, bir tür ataların yemeğini anma, eski lezzetleri yaşatma geleneğinin dünyada yaygın olduğuna inanabiliriz.

Önce çiğ köftenin Urfa'daki söylencesini hatırlayalım: Şehrin egemeni, ateş yakmayı yasaklamış. Var olan bütün odunları düşman saydığı birini yakmak için kullanacakmış. Herkes akşam hazırlığını ona göre yapmış. O sıra avda olan ve olup bitenden haberi olmayan bir adamcağız eve vurduğu ceylanla dönmüş. Karnı aç, ateş yakmak yasak. O da atalarını hatırlamış olmalı, çiğ köfteyi keşfetmiş!

Çiğ köftenin nasıl yapıldığına bakacak olursak özellikle etin hazırlanışı Eski Taş Çağı'ndan izler taşıyor bizce. Çiğ köfte yapılır yapılmaz yenilmelidir, yoksa şişer ve lezzeti yiter.

Çiğ köfte, çiğ etin, daha kolay sindirimi için, iyice dövülmesiyle hazırlanan bir yiyecektir. *Carpaccio* da aynı temele dayanıyor. Bu yemek, incecik kesilmiş dana bonfilenin (bir dilim yaklaşık 20 gram olacak) dağılmayacak biçimde (yağlı kâğıt ya da streç film arasında) et döveceğiyle iyice dövülüp üzerine, tuz, baharat ve baharatlı bir sos dökülmesiyle hazırlanıyor. Yine salata yaprakları üstünde sunuluyor. *Sashimi* de balığın iyice ayıklandıktan sonra derisi çıkarılıp filatolara bölünmesi, incecik dilimlenmesi ve çiğ sebzeyle sunulmasından ibaret. Kimi zaman bir *sashimi* tabağında birden fazla balık çeşidi yer alıyor. Modern çağda bile Taş Çağı koşulları değil mi?

ÇİĞ KÖFTE (Urfa Usulü)

1 kg koyun eti (butun gülle karası denilen siyah etinden)
2 kg çiğ köftelik bulgur
2 baş kuru soğan
Yeteri kadar biber salçası, domates (ya da güneşte yapılmış domates salçası)
1 demet taze nane
4 demet maydanoz
200 g taze soğan
200 g kırmızı biber
Karabiber, baharat, tuz
Birkaç marul ya da kıvırcık salata yaprağı

Bulgurun kepeği elenerek alınır ve bir tepsiye yayılır. Kuru soğanlar ince ince kıyılarak bir kaba konur. Kabuğu soyulan domates ezilir ya da domates

salçasına biraz su katılarak sulandırılır. Naneyle maydanoz yıkanır ve suları süzülünce ince ince doğranır. Taze soğan ayıklanıp ince doğranır. Et, tahta tokmakla taşın üstünde dövülerek macun durumuna getirilir. Bu işlem yapılırken beyaz beyaz ayrılan sinirleri temizlenir. Macun durumuna getirilmiş et tuzlanır ve bir tepsiye alınarak yoğrulmaya başlanır. Kıyılmış kurusoğan, kırmızı biber, baharat, karabiber, biber salçası, azar azar katılarak iyice yedirilir. Bir süre azar azar elle su katılır ve bu da ete yedirilir. Artık sıra bulgurun yedirilmesine gelmiştir. Yoğurmaya yavaş yavaş devam edilirken temizlenmiş bulgurun katılmasına başlanır. Bulgur tamamen ete karıştırıldıktan sonra, bir süre su alınmadan, bulgur bulgura sürtülerek karışım, kuvvetle ve iki elle yoğrulur. Bulgur, etin ve önceden katılmış suyun rutubetiyle yumuşar. Kıvama gelince azar azar ve elle serpmek suretiyle su ve domates (ya da sulandırılmış salça) katılır. Çiğ köftenin tuzuna ve kıvamına bakılır. Ağza alınan bulgur dağılınca, kıyılmış taze soğanla nane ve maydanoz eklenerek biraz daha su katılır. Birkaç defa daha karıştırıldıktan sonra köfte elde küçük parçaların sıkılmasıyla biçimlendirilir. Bu sıkımlar (lokmalar) marul ya da salata yaprağı döşenmiş tabaklara yerleştirilir. Üzerlerine maydanoz yaprakları serpiştirilir. (5 kişilik)

Türkiye coğrafyasının Eski Taş Çağı'na döndüğümüzde, Karain Mağarası'ndaki bulgular, insanın 110.000-92.000 yıl öncesinde elindeki sopanın ucunu sivriltmeyi başardığını kanıtlıyor. Ateşi bulduğunu da. Elbet avlarını ateşte kızartmayı da akıl etmiştir. Bu insanların, Afrika kıtasından çıkarak kuzeye yerleşen ilk insan toplulukları olduğunu unutmamalıyız.

Ateşi bulan, elindeki çubuğun ucunu sivrilten ve ateşte sertleştiren insan, yemeğini nasıl ve nerde pişirdi? Henüz kap kacak, daha doğrusu maden ve kil kap kacak yok. Pişirme için ilk akla gelen yol, ocağı oluşturan taşları kullanmak. O dönem insanı avını belki bu kızgın taşların üstünde pişiriyordu. Ancak bu, küçük boydaki hayvanlar (tavşanlar, kuşlar) için mümkün. Büyük boyutta hayvanların pişirilmeden önce iyice parçalanması gerekir.

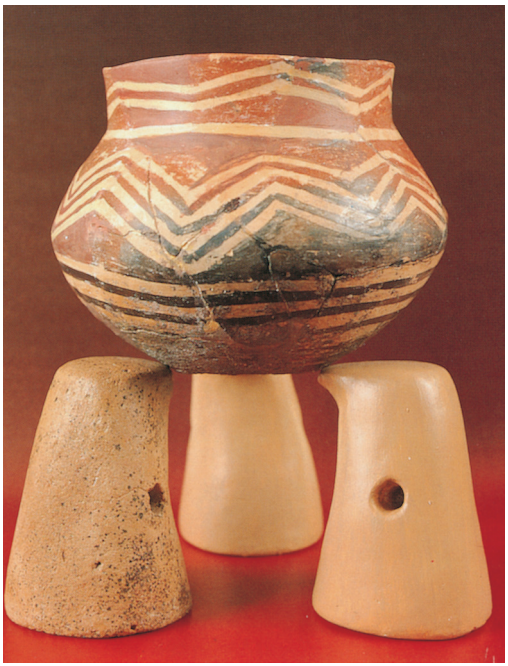
Günümüzün kimi yemek kitaplarında yer alan bir yemek tarifi, avın bütün olarak bir kazığa geçirilerek kızartılmasının bu dönemde, pişirmenin en iyi yolu olduğunu düşündürüyor. Bu durumda pişen bölümler bütünden kolayca koparılabilir. Bu tür pişirmenin günümüzdeki adı "kuzu çevirmesi". Açık havada, kırda yapılabilen bir yemek bu. Kuzu, bir kazığa geçirilmiş ve toprağa çakılmış iki tane çatallı kazığın üzerine oturtulmuş olarak, yarım metre derinlikte bir çukurda, yakılıp kor hâline getirilmiş odunların üzerinde pişiriliyor. Sık sık da döndürülüyor. Ateşten tasarruf etmenin, toplu yaşamın, ortak yemenin akılcı ve lezzetli bir yolu.

orta taş çağı (mesolitik) (iö 10.000-8000)

İnsanlar avcı ve toplayıcıdır... Günümüzden 12 bin yıl önce Buzul Çağı sona ererek dünyamızda bugünkünü andıran yeni iklim koşulları belirmeye başladı. Bu durum kuşkusuz bitki örtüsünü de, hayvan türlerini de etkiledi. Buzul çağının iri ve hantal hayvanlarının yerini, değişen iklim ve bitki örtüsüyle birlikte, daha küçük ve çevik hayvanlar aldı. Bu durum ilkel avcılarımızın işini zorlaştırdı. O da aklını kullandı, av aletlerinin boylarını küçülttü. Daha da geliştirdi. Çakmaktaşı ve doğal cam (obsidyen) silah (mızrak uçları, ilkel kesici aletler vb) yapımında kullanılmaya başlandı. Yay ve ok bulundu. Ok uçları da çakmaktaşı ve obsidyenden yapıldı.

Değişen bitki örtüsü, insanoğluna yeni besin çeşitleri sundu. İlkel ve yabani tahıllar bunların en önemlisiydi. İnsanoğlu bitki tohumlarıyla beslenmeyi nasıl keşfetti bilmiyoruz. Belki de kuşları izleyerek. Ancak doğadaki yabanıl tahılları biçmek için ilkel taş oraklar, tırpan bıçakları; taneleri kabuğundan ayırmak, ezmek ya da öğütmek için özel taşlar (havan ve dibek benzeri, el değirmeni benzeri araçlar) bu çağda yapılıp kullanılmaya başlandı. Yapılan deneyler, ilkel biçme aletleriyle bir ailenin, bir yıl yetecek tahılı üç haftada biçebileceğini gösteriyor.

Ateş var artık. Yabanıl da olsa tahıl taneleri de var. Bunlar ezilebiliyor ya da öğütülüyor. Peki, nasıl yeniyor? Kuru kuru mu? Çiğ mi? Sanmıyoruz. Ateşin yanındaki taşların bu kez pişirmede kullanıldığı kesin. Anadolu'da bugün çerez olarak yenilen kavrulmuş tahıl tanelerini (kavurga), günümüzde de fırının (tandırın) taşlarına yapıştırılarak pişirilen pide tipi ekmekleri (bazlama) hatırlayın.



Çanak ve üç ayak, pişmiş toprak, Hacılar, İÖ 6. bin, Sadberk Hanım Müzesi.

Doğu ve Güneydoğu Anadolu'da, ekmeksiz kalınmış yolculuklar gibi zorunluluk dönemlerinde pişirilen bir ekmek çeşidi de, ilkel ekmeğin pişirme yöntemi konusunda fikir verebilir. Ekmek hamuru yassıltılarak ya da açılarak doğrudan köz üzerinde pişirilir. Yanmaması için sık sık çevrilen bu ekmeğe "herval" denir.

Gaziantep'te tam olgunlaşmamış, yarı sütlü buğdayın kabukları içinde, ateşte, alevde hafif kavrularak (ütülerek) "firik" adıyla bulgur yerine kullanıldığını, Hin-

distan'da, günümüzde de, ekmeklerde, gözlemelerde buğday yanında, mercimek, nohut gibi baklagillerin unlarının da kullanıldığını hatırlatalım.

Hintliler kullandıkları unları hamur yaparken bugün de mayalamıyorlar. Buğday ve nohut unu, taneler doğrudan öğütülerek elde ediliyor. Mercimek türleriyse bir gece ıslatıldıktan sonra eziliyor. Buğday ve baklagil unları, birlikte ya da tek başlarına, suyla, tuzla, kimi zaman da baharat taneleriyle (kimyon, karabiber), yeşil otlarla (dereotu, ıspanak) sebzeyle (yeşil biber) karıştırılıp bir süre bekletiliyor. Bu bulamacı, içinde çok az yağ bulunan bir tavada pişiriyorlar. Bu ekmekler türlerine göre adlandırılıp (doşa, ata doşa, podla, besan kökü) tek başlarına ya da bir katıkla tüketiliyor.

Hintlilerin "çapati" dedikleri bir tür ekmek de ilkel ekmeklere bir örnek olabilir. Bu ekmek su, tuz ve kepekli buğday unun iyice yoğrulup hamurun olabildiğince uzun bekletilmesiyle hazırlanır. Hamurdan koparılan küçük toplar elle iyice yassıltılarak ya da yuvarlak yuvarlak (pide gibi) açılıp kalın tavada (yağsız olarak) çevrilerek pişirilir. Sonra bir maşayla aleve tutularak kabartılır.

Artık insanoğlunun beslenmesinin temellerinin bu çağda atıldığına karar verebiliriz.

Hatırlayalım, insanımız kilden ve madenden çanak çömlek yapamıyor daha. Çukur taşları, taneleri ezmekte kullandığı havanları kullanıyor olsa olsa. Topladığı kökleri sıcak küle gömüyor, pişiriyor. Belki vurduğu kuşları ve bulduğu yumurtaları da.

Çünkü o üretici değil daha, avcı ve toplayıcı.

Şanlıurfa'ya 12 km mesafedeki Göbeklitepe'de 1994-2000 yılları arasında yapılan kazılarda İÖ 10.000 civarına tarihlenen dünyanın en eski tapınağı bulunmuştur. Bu tapınağın İngiltere'deki Stone Henge tapınağından 7000 yıl önce yapıldığı anlaşılmaktadır. Yani âdeta tarih bu bulguyla yeniden yazılmaktadır. Göbeklitepe'deki tapınağın çevresinde herhangi bir yerleşim bölgesi bulunamadığından o dönem insanlarının nasıl beslendiğine dair bir ipucu da çıkmamıştır. Tapınaktaki bazı sütunların üzerindeki betimlemelerden o dönemde mezar geleneğinin bulunmadığı, ölüleri yüksek bir yere bıraktıkları ve akbabalar vasıtasıyla ölenin ruhunun göğe erdiğine inanıldığı anlaşılmaktadır.

yeni taş çağı (neolitik) (iö 8000-6000)

Üreticiliğe dayalı ilk yerleşik yaşam... Yaygın olarak "Cilalı Taş Devri" olarak bilinen bu dönemin başlarında insanlar gelişmiş köyler ve şehirler kurmaya başlamışlardı. Ancak daha kili biçimlendirip çanak çömlek yapmayı başaramamışlardı. Günlük kap kacaklarını ya tahtadan ya da taştan oyuyor, dallardan, sazlardan sepetler yapıyorlardı.

Diyarbakır'ın Ergani ilçesine bağlı Sesverenpınar (Hiler) köyünde bulunan Çayönü (İÖ 7250-İÖ 6750); Şanlıurfa'nın Hilvan ilçesine bağlı Kartera köyündeki Nevali Çori ve Aksaray'a yakın Melendiz Suyu kıyısında olan Kızılkaya köyündeki Şıklı Höyük kazılarında

elde edilen bulgular son derece önemlidir. Örneğin bilinen ilk evcil hayvanların Çayönü'nde yaşadığını göstermiştir. Bugün Atatürk Barajı suları altında kalmış olan Nevali Çori ve Şıklı'da, İÖ 6900-6400 yılları arasında karma besin kullanımında ilk adımı attıkları saptanmıştır.

Köpek, avcılığın gelişmesiyle ilk evcilleştirilen hayvandı. Bu dönemin sonuna doğru koyun ve keçinin evcilleştirilmesinin ilk aşamasını gerçekleştirdikleri anlaşılmaktadır. Ayrıca yabanıl ve ehli *einkorn* (küçük kızıl buğday, Latincesi: *Triticum monococcum*), yabanıl *emmer* (kalitesi düşük ama bereketli bir buğday, Latincesi: *Triticum diccocum*), arpa ve mercimek gibi bitkilerin tarımına başlandığı da saptanmıştır.

Bu tarım aşaması, insanlık için önemli bir adımdır. Yabanıl tahılların hasattan önce tohumlarının uçuşmasını sağlayan bir yapıları vardı. İnsanın bu yapıya karşın, bu tohumları ekmekteki ısrarı, tarıma daha uygun ve daha besleyici tahıl melezlerinin oluşmasını sağladı. *Emmer*, *einkorn* ile deliyulafın (*Aegelops speltoldes*) meleziydi. *Emmer*'in bir başka yaban yulafı (*squarossa*) ile melezleşmesi, dolgun başaklı ekmek buğdayını (*Triticum aestivum*) ortaya çıkardı. 2000 yılında Karadeniz'in güney kıyılarında deniz dibi araştırması yapan *Northern Horizon* araştırma gemisindeki bilim adamları dünyada ilk çiftçilerin İÖ 7500 civarında Karadeniz sularının yükselmesi sonucu sel felaketi yaşayan Karadeniz halkı olduğunu *Der Spiegel* dergisi kanalı ile dünyaya duyurdu.

çanak çömlekli dönem (geç neolitik) (iö 6000-5500)

Gıda depolama ve evcil hayvanlar... Kilden çanak çömlek yapımı insanlık için önemli bir aşamadır. Çağdaş insanın düşünemeyeceği deneme-yanılma yöntemleri sonucu doğru kil cinsi bulundu. Biçimlendirme yolları (çubuklar hâlinde birbirine ekleyerek üstünü sıvama) ve kızgın güneşte kurutma, doğru ısıda fırında pişirme, sıvıyı sızdırmaz duruma getirme (sır) denendi. İnsanoğlunun yeteneğinin yarattığı bu uygarlık aşaması, sıvıların (özellikle suyun) taşınıp depolanmasını, katı yiyeceklerin ayrı kaplarda biriktirilip saklanmasını sağladı. Elbet pişirme için de önemli bir aşamaydı bu. Yemek pişirmede devrim yaratan bu ilk çanak çömlekler, dünyanın birçok yerinde ve Anadolu'da özel yemeklerin pişirilmesinde bugün de kullanılıyor. Güveçler, testiler, "kiremit" diye adlandırılan sırsız seramik tepsiler, içlerinde pişirilen yemeğe ad veriyor: Patlıcan güveç, testi kebabı, kiremitte köfte, kiremitte balık vb.

Tahıl üretimi ve depolaması bu çağda gerçekleşti. Bu dönemin en tipik yerleşim yeri Konya Ovası'ndaki Çatalhöyük'tür (İÖ 6500-5650). Çatalhöyük'ü, tarih sırasına göre Burdur il merkezinin 25 km güneybatısındaki Hacılar (İÖ 7000-5000), gene Burdur il merkezinin 15 km batısında bulunan Kuruçay (İÖ 7100-4500), Bursa'nın Orhangazi ilçesinin 1,5 km güneyinde yer alan Ilıpınar (İÖ 4900) izler.

Bu dört yerleşim yerinden Çatalhöyük ve Hacılar'da, yeme içme kültürü açısından, benzer evrelerin yaşanıldığı anlaşılmaktadır. Evcilleştirilen hayvan sıralaması koyun, keçi, köpek, domuz biçimindedir. En son evcilleştirilen hayvan sığırdır. Sığırın daha çok gücünden yararlanıldığı saptanmıştır.

Törensel içki kabı, Kültepe, İÖ 1900'ler.

Tarım hızla gelişmiştir, buğday, arpa, mercimek, bezelye ve bakla üretimi yapılmaktadır. Taneler tokmakla dövülerek ya da öğütme taşlarında kabuklarından ayrılmakta, ezilmekte, öğütülmektedir.

Kuruçay yakınında tarım yapılmaya uygun toprak olmadığından, burada yaşayanlar, avcılık, hayvancılık ve hayvansal ürünlerin satımı-değişimi (ticaret) ile geçiniyordu.

Ilıpınar'da ise sığır, koyun, keçi ve domuz yetiştirildiğini, avcılığınsa çok az yapıldığını, bulgulardan öğreniyoruz.

bakır taş çağı (kalkolitik) (iö 5500-3000)

Taş yerine bakır... Bu çağın özelliği ve önemi, taş aletlerin yerini bakırdan yapılan aletlerin almasıdır.

Bakır, dövülerek kolayca biçimlendirilebilen bir madendir. Bu özelliği, doğadaki saf filizlerinin ilk işlenen maden oluşunu sağlamıştır. Bir madenin ateşte işlenmesi, ateşin denetim altına alınabilmesi kadar yeterli sıcaklığın sağlanabilmesini de gerektirir. Bakır demirden daha az sıcaklıkta işlenebilir.

Bu çağa ait önemli yerleşim yerleri, Malatya il merkezinin 24 km kuzeydoğusunda İmamlı Köyü ile Adagören Köyü arasındaki Değirmendere [(İÖ 6000 - İÖ 3000) Karakaya Barajı'nın suları altında kaldı], Urfa ilindeki Hassek Höyük (Atatürk Barajı'nın suları altında kaldı), Samsun'un Bafra ilçesinin 7 km kuzeydoğusundaki İkiztepe'dir (İÖ 4000 – İÖ 1700).

Bu dönemde arpa, buğday tarımı yapıldığı, köpek, koyun, keçi, sığır, eşek beslendiği, ticaret kervanlarında ilk kez evcilleştirilmiş at kullanıldığı buluntulardan saptanmaktadır.

Dönemin önemli bir özelliği de çivi yazısının atası sayılan ilk işaretlerin Uruk'ta (Sümer şehri, bugün Irak'ta) görülmesidir. Bu işaretler, hırsızlığa karşı fıçı kapaklarında, depo kapılarında bir tür mühür olarak kullanılıyordu. Bunun için ıslak kille sıvanan kapı ve kapakların üzerinden üstüne belli işaretler kazılmış bir silindir geçiriliyordu.

tunç çağları (iö 3000-1200)

Kentleşme... Bakır ve kalay filizlerinin odun kömürü ateşinde eritilip arıtılarak birleştirilmesiyle tunç bulundu. Bu alaşım, kendisini oluşturan her iki madenin olumlu yanlarını taşıyordu. Hem aletlerin hem de kazan gibi kapların yapımında kullanılmaya başlandı. İlerleyen maden işleme teknolojisi, gelişen çömlekçilik, bir başka adlandırmayla seramikçilik ticareti de arttırdı. Bu durum ekonomiyi düzeltti. Artı-değer yaratıldı. Topluluklar zenginleşti. Zenginlik de, kendini koruyabilecek taş duvarları (surlar), sarayları, erzak depoları ve tapınakları olan şehirlerin doğmasını hazırladı.

Toplum yapısı da değişti, egemenlik toprak sahiplerinden beylere, krallara geçmeye başladı. Bu egemenler, yeni teknolojinin yarattığı gelişmiş silahlarla donatılmış koruyucular besliyorlardı.

Başlangıçta hırsızlıkları önlemek için bulunmuş işaretler, bir tür yazı niteliği kazanıp köle ve mal listeleri hazırlanması için de kullanılarak gelişmesini sürdürdü.

Bu dönemin en görkemli yerleşimi Çanakkale'deki Troya'dır (İÖ 3000-1800). Onu İzmir'e yakın Limantepe izler. Dönemin önemli ve görkemli yerleşim yerlerinden bir diğeriyse Eskişehir Ovası'ndaki Demircihöyük'tür. Demircihöyük'ü izleyen yerleşimleri şöyle sıralayabiliriz: Kızılırmak'ın doğusunda, Yozgat'ın Sorgun ilçesindeki Alişar, Çorum'un Alaca ilçesindeki Alacahöyük, Elazığ'ın Baskil ilçesindeki İmikuşağı, Kayseri yakınlarındaki Kültepe (Kaniş). Bu dönemin sonlarının en olağanüstü yerleşim örneğiyse Hititlerin başkenti Hattuşa'dır (İÖ 1600-1200).

Şarap sürahisi ve kadehi, altın, Eski Tunç Çağı, Alacahöyük, İÖ 3. binyıl sonu, Anadolu Medeniyetleri Müzesi.

Bu dönemle ilgili buluntular açıklayıcı olduğu kadar ilginçtir: Her katmanı ayrı bir döneme tarihlenen, dokuz katlı Troya kalıntılarının ikinci katında bulunan tunç alet ve eşyaların yanı sıra, altın, gümüş ve elektron (kehribar) gibi değerli maden ve fosilden yapılmış süs eşyası ve kaplar da vardır. Buluntular arasındaki bir altın olta iğnesi, olta balıkçılığına geçildiğini de göstermektedir.

Troya'nın ikinci katındaki buluntular, çömlekçi

çarkının kullanılmaya başlandığını kanıtlar. Bulunan çanak çömlek arasında testiler, büyük amforalar ve iki dikey kulplu kupalar dikkati çeker. Amforalar şarap, zeytinyağı gibi maddelerin gemilerde taşınması için yapıldığından, bu maddelerin dış alım-satımlarının gerçekleştiği de anlaşılmaktadır.

Kültepe kazılarında bulunan konutlar arasında doğrudan sokağa açılan küçük depoları olan dükkânlar saptanmıştır. Bu dükkânlardan kimilerinin, varlığı ilk yazılı belgeler sayılan tabletlerden saptanan aşhane, lokanta benzeri yerler olduğu düşünülmektedir. Bu mekânlarda iki ocak ve tandırın bulunması, kalıntıları bulunan çanak çömleğin bir ailenin ihtiyacından çok fazla olması bu varsayımı desteklemektedir.

Boğazköy tabletlerinin incelenmesi sonucunda Hititler zamanında Anadolu'da bahçe ve tarla tarımıyla ilgili kayıtlar bulunmuştur. Bu kayıtlara göre o dönemde yetiştirilen bitkiler ve meyveler şunlardır: Susam, incir, üzüm, kurutulmaya uygun üzüm, zeytin, elma, kayısı, armut, nar, ceviz, fındık, Antepfıstığı, badem, buğday, arpa, ayçiçeği, haşhaş, bezelye, sarmısak, soğan, pancar, mercimek, bakla, safran, pırasa, kimyon, dereotu, kişniş, tere. Tabletlerdeki metinlerden çözümlenebildiği kadarıyla Hititlerde yapılan ekmekler çok çeşitliydi. Buğday ve arpa ekmekleri yanında, susamlı ekmek, susamlı ballı ekmek, elmalı ekmek, fasulyeli ekmek yapılıyordu.

İÖ 1600 civarında Hitit Kralı Hattuşili kendinden sonraki kral olarak torunu Murussili'yi atadığını bildirdiği vasiyetnamesini, halkına şöyle seslenerek bağlar: "*Tanrılara boyun eğerek hizmet edeceksiniz. Ekmek ve şarap, etli çorba ve bulgur verdikleri törenlere katılınız.*"

Hattuşili'nin bu vasiyeti ilettiği ve tabletlere kazıttığı yer, Hitit döneminde Kussara diye adlandırılan şehirdir. Bu şehrin kalıntıları bugün Erzincan'ı Erzurum'a bağlayan yol üzerinde bir yerde olmalıdır. Aynı yerde bugün de etli çorba (düğün çorbası), bulgur pilavı ve ekmek yiyebilirsiniz. Yemeğin yanında ayran içebilirsiniz. Şarap için garanti veremem.

BULGUR PİLAVI

500 g pilavlık bulgur
225 g tereyağ ya da margarin
3 orta boy soğan
2 bardak kaynar su (ya da et suyu)
1 ya da 1/2 kaşık (silme) tuz

Bulguru bol suda iki kez yıkadıktan sonra suyunu iyice süzün. Bir tencereye yağ ile çentilircesine küçük doğranmış soğanları koyarak soğanlar pembemsi bir renk alana kadar kavurun. Bulgurları da ekleyip hızlı ateşte karıştırarak kavurmayı sürdürün. Yaklaşık on dakika sonra tuz ve kaynar suyu ekleyip iyice

karıştırın. Tencerenin kapağını kapatarak bulgur suyunu çekene kadar, önce orta, sonra hafif ateşte pişmeye bırakın. Bulgur suyunu çekip göz göz olmaya başlayınca tencerenin üstüne temiz bir peçete koyun, peçetenin üstüne de kapağını örterek çok hafif ateşte 6-7 dakika kadar demlendirin. Ateşi söndürün, 10-15 dakika da öyle beklettikten sonra karıştırın, servis yapın.

DÜĞÜN ÇORBASI

250 g kuşbaşı koyun eti ya da kuzu gerdanı
4 bardak su
2 kaşık un
3 kaşık tereyağ
200 g yoğurt
1 çay kaşığı kırmızı toz biber ya da pul biber

Bir kapta etler, yüzeyini iki parmak geçecek kadar suyla haşlanır. Ara sıra yüzeyde biriken köpükler alınır. Etin haşlanmasına yakın bir başka kapta un, iki kaşık yağda pembeleşmeden kavrulur, üzerine yoğurt eklenip çırpılır. Muhallebi kıvamına gelene kadar karıştırılarak pişirilir. Etin haşlanma işlemi bittiğinde, haşlama suyu unlu karışımın olduğu kaba yavaş yavaş eklenerek harca yedirilir. Bu işlem sırasında çorba karıştırılmaya devam edilir. Haşlanan kuzu gerdanıysa kemiklerinden ayrılıp didiklenir. Kuşbaşı etler daha ufak parçalar hâlinde kesilir. Çorbaya eklenerek hepsi birden 15 dakika daha pişirilir. Servise sunmak üzere kâselere konur. Küçük bir kapta bir kaşık tereyağ kızdırılır, kırmızı biber katılıp karıştırılır. Kâselerdeki çorbaların üzerlerine kırmızı biberli yağ gezdirilerek servis yapılır.

Not: İsteyen yoğurt koymak yerine iki yumurta sarısı ve isteğe göre bir ya da yarım limonun suyuyla çorbayı terbiyeli yapabilir. O zaman, çorba, yoğurtsuz hazırlanır. Çorba piştikten sonra porselen ya da cam bir kâsede iki yumurta sarısı limon suyu katılıp telle çırpılır. Bu karışıma az miktarda sıcak çorba eklenerek karıştırılır. Sonra bu terbiye, kaynayan çorbaya azar azar ve karıştırılarak ilave edilir. Bir taşım kaynatılıp servise hazırlanır.

sümerler (iö 4000-2200)

Sümerler, zamanımızdan dört ile altı bin yıl önce Aşağı Mezopotamya'da yaşadı. Kazılarda bulunmuş olan tabletler ve adak stelleri, Sümerler döneminde köpek, koyun, keçi, domuz, sığır ve tavuğun evcilleştirilmiş olduğunu kanıtlamaktadır. Arabaları öküz ya da eşek çekiyordu. At henüz bilinmiyor, tanınmıyordu. (Atın Mezopotamya'ya gelişi İÖ 2000'dedir.) Balıkçılık yaygındı, hem denizde hem nehirlerde balıkçılık yapılıyordu. Mayalanmadan yapılan ekmek, bazlama biçimindeydi. Yiyeceklerde tatlandırıcı olarak hurma kullanılıyordu.

Sümerlerin evlerinde tahıl, baklagiller, bal, şarap ve bira, kap ve küpler içinde kilerde saklanırdı. Her Sümer evinde atalarının gömüldüğü bir mezar odası vardı. Bu odaya her öğün evde yenilen yemeklerden, içilen içeceklerden birer parça bırakılırdı. Bu yapılmadığında, ölülerin gölgelerinin yeraltından yeryüzüne çıkıp, sokaklarda, evlerde başıboş dolaşacağına ve önlerine gelene saldıracaklarına inanılırdı.

Her inanmış Sümerli, tanrılara kurban ve sungu (canlı hayvan dışında bağışlanan şarap, meyve vb) yükümlülüğünün yanı sıra ibadetini yaptığı tapınağa karşı da sorumluluk taşıyordu. Ziggurat denilen bu tapınağa, belirli günlerde yiyecek maddeleri götürmek zorundaydı. Çiğ götürülen bu yiyecek maddeleri pişirilerek, tapınak görevlilerinin beslenmesi sağlanıyordu.

Sümerler döneminde bütün içkiler Tanrıça Ninkasi'nin koruması altındaydı. Bu halkın susuzluğunu giderdiği içeceklerin en yaygını biraydı. Tahıl üretiminin yarıya yakını (% 40'ı) bira yapımında kullanılıyordu. Sekizi buğdaydan sekizi de arpadan yapılan on altı farklı Sümer birası vardı. Bira tüketimini şarap izliyordu. Şarap hurmadan yapılıyordu. Sümerlerden sonra aynı bölgede yaşayan kavimler zamanında toprak verimsizleşti. Tahıl üretimi, bira için tahıl ayrılamayacak kadar azaldı. Sonunda bira, tahtını hurma şarabına bıraktı.

Bira, özel imalathanelerde üretildikten sonra pişmiş kilden yapılmış çeşitli boylardaki

testi ya da küplere konurdu. Kabın ağzı yine kilden kapaklarla kapatılarak, kapağa yapım tarihi yazılıp mühürlenirdi. (Bugün de, pek çok ürünün üzerinde firma adıyla birlikte hazırlanma ve son kullanım tarihi yer alıyor. Bu uygulamanın bu kadar eski olduğu aklınıza gelir miydi?) Bira kapları, özellikle içkievlerinde, içecek kişi sayısına göre seçilir, açılırdı. Biralar çeşitli kupalarla ve buğday sapından, kamıştan, sazdan ya da bakırdan yapılmış (bugünün içecek kamışları, "pipet"ler gibi) borucuklarla içilirdi. Ancak, biranın karşılığında para ödenmezdi. O günlerin parası gümüştü ama bira için gümüş değil, biranın değerinde arpa verilmesi zorunluydu. (Tahılın önemli bir bölümünü bira üretimine ayırmak, bira için gerekli hammaddeyi de toplamak gerekiyordu kuşkusuz.)

Sümer şehirlerinin kimi mahallelerinde ve liman yerleşimlerinde, oturulup bira içilen ve söyleşilen içkievleri vardı. Bu içkievlerinin yöneticilerinin (işletmecilerinin) kadın olması kuraldı. Bu yönetim işi anadan kıza geçerdi. Limanlardaki içkievleri ya da birahanelerin "müdavimleri" gemicilerdi ama bu mekânlar kadın erkek herkese açıktı. Yalnızca üst düzeydeki rahibeler buralara giremezdi.

Sümer ülkesinde tahıllardan buğday, arpa ve darı, baklagillerden mercimek ve nohut yetiştirilirdi. Şalgam, soğan, sarmısak, salatalık, pırasa, kıvırcık yeşil salata, hardal ve tere en çok yetiştirilen ve tüketilen sebzelerdi.

Deniz ve tatlısu balıkçılığının gelişkin ve yaygın olduğu Sümer uygarlığında, balıktan sonra en çok tüketilen et koyun etiydi. Sığırlar, tarımda ve taşımada kullanıldığından, hayvan ancak yaşlanıp güçten düştüğünde kesilirdi. (Hiç lezzetli olmadığını düşünmek pek zor değil.) Eti yenilen hayvanlar arasında keçi ve domuz da vardı.

Domuzun Ortadoğu'da tabu hâline gelerek yasaklanması İÖ 1800 civarındadır. Bu yasaklama, sıcak bölgede yağlı domuz etinin oluşturduğu barsak hastalıkları, domuzdaki asalak trişinin, özellikle iyi pişmemiş etlerle insana bulaşması gibi sağlıkla ilgili riskler yüzünden olabilir. Bu yasak o dönemdeki bir başka gücün zorlamasından da kaynaklanabilir. Örneğin, Âri ırktan göçebelerin ekonomik hayatları da sığır ve koyun üretimine bağlıydı. Bu göçebelerin, bu tarihte (İÖ 1800) Doğu Avrupa ve Batı Asya'da istilacı kavim durumuna gelmeleri, kendi et, süt ve süt ürünlerini satmak için domuzun yenilmesini ve üretimini yasakladıkları ya da yasaklanmasını sağlamış oldukları da düşünülebilir. Bu ihtimalin önemli bir kanıtı da, domuzun, koyun, keçi ve sığır gibi göçebeliğe uygun bir hayvan olmayışı, göçlerle sürülüp götürülemeyişidir. Bilindiği gibi daha sonraları ortaya çıkan Yahudilik (Musevilik), Musevilik'ten sonra gelen Hıristiyanlık ve en son doğan İslamiyet de domuzun yenilmesini yasaklamıştır. Hıristiyanlık, ancak Avrupa'nın soğuk bölgelerine yayıldıktan sonra beşinci yüzyılda birkaç yıl üstüste yaşanan kıtlık yıllarındaki dinsel izinle domuz yasağını kaldırmıştır. Musevilik'teki ve İslamiyet'teki domuz yasağı sürmektedir. Hindistan'da sığır etinin yenilmesini yasaklayan dini kuranların da, ekonomisi sığır sütüne dayalı Âri ırktan göçebe istilacıların bir kolu olduğuna inanılmaktadır.

Sümerlerin yaşadığı bölgenin en eski yemeklerinden biri de yağda kızartılmış pidedir. Tufan, Lokman ve ölümsüzlük otu, İskender ve Ölümsüzlük Suyu, Herakles mitosu gibi pek çok söylencenin atası olan Gılgamış Destanı'nda da bu yemekten söz edilir. Varlığının dörtte üçü tanrısal olan Kral Gılgamış, uyruklarına karşı acımasızdır. Uruk halkı, onu tanrılara şikâyet eder. Tanrılar da bu tanrı kralla başa çıkabilecek, onu yola getirebilecek birini yaratmasını Tanrıça Aruru'dan isterler. Aruru, Enkidu'yu yaratır. Enkidu, genç, çok güçlü ancak yabanıl ve ilkeldir. Kırlarda hayvanlarla yaşar ve onlar gibi davranıp onlar gibi beslenir. Çobanların sürülerine el koyup onlara işkence eder. Enkidu'dan şikâyet edenler çoğalınca, Gılgamış onu görmek için bir tuzak kurar; genç Enkidu'ya güzel bir fahişe gönderir. Yabanıl ama toy delikanlı, güzel kadınla birlikte olur ve bir hafta sonra onun peşine takılıp kuzu kuzu şehre iner. Şehre inince ona yiyecek ve içecek sunup gövdesini güzel kokulu yağlarla ovarlar. Delikanlı artık Gılgamış'ın sarayında yaşamaya başlar. Bu sarayda Enkidu'nun en beğendiği yemek, susam yağında kızarmış pidedir.

SÜMER USULÜ YAĞDA KIZARMIŞ EKMEK

1 bayat ekmek (ya da pide)
1 bardak sıvı yağ
4 yumurta
1 bardak süt
1 bardak toz şeker

Sıvı yağ tavada kızdırılır. Yağ kızarken ekmek dilimlenir (ya da pide parçalara bölünür). Dört yumurta bir kaba kırılır, süt katılarak çırpılır. Bir dilim ekmek yumurtalı süte bulanıp tavaya konur. Bir yanı altın sarısı renginde kızarınca öteki yanı çevrilir. İki yanı da kızaran ekmek dilimi tavadan bir kaba çıkarılarak, üzerine yeterince toz şeker ekilir. Bu işlem bütün dilimlere uygulanır.

Bugün de özellikle Doğu ve Güneydoğu Anadolu'da değişik adlar verilerek sıkça yapılan bir yemektir.

mısır (iö 2700-1088)

Mısırlılar, Nil nehrinin bereket getirdiği topraklarda tarım yapıyordu. Bu tarım tahıl ağırlıklıydı. Mısırlıların İÖ 1000 yılında elde ettikleri buğday veriminin, bugün büyük araştırma geliştirme fonlarıyla desteklenen Amerika Birleşik Devletleri'nin buğday verimiyle aynı olduğunu belirtmek, Mısırlıların bu konudaki ustalığını kanıtlamaya yeter.

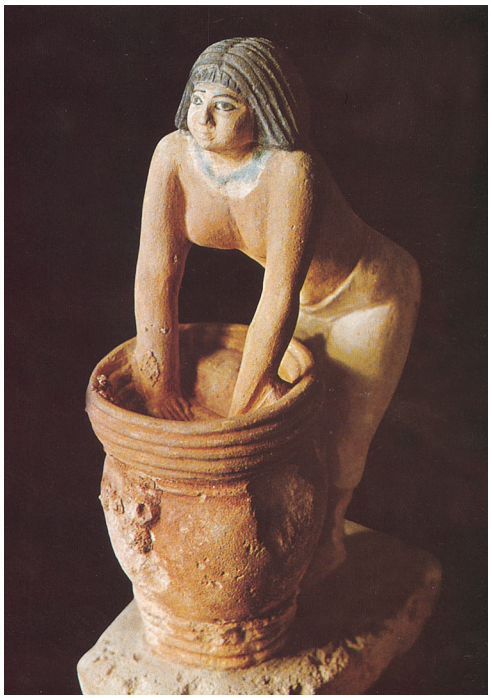
Mısır'da da temel gıdalar ekmek (*ta*) ve biraydı (*haq*). Mısırlılar, Sümerlerden aldıkları bazlama biçimindeki mayasız ekmeği geliştirmişlerdi. Hamura bira mayası katarak mayaladıklarını biliyoruz. Mayalama, ekmeğin kabararak daha hafif ve kolay sindirilir biçimde pişmesini sağlar. Bugün tükettiğimiz ekmeği Mısırlılara borçluyuz.

Eski Mısır'da da, Sümerlerde olduğu gibi, çeşitli türlerde bira üretiliyordu. Biraların yanı sıra hurmadan elde edilen ve özellikle sarayda tüketilen değişik mayalı içkiler de vardı. Bunlardan biri *seremet*'ti. Şarabın hazırlanılışı, içilişi, o dönemin ressamları ve heykeltraşları tarafından ayrıntılarıyla tasvir edilmiş ve çok sayıda duvar resim ve kabartmalarında yer almışsa da, şarap daha çok bayramlarda ve özel günlerde tüketilirdi.

Eski Mısır'da et her gün yenilmezdi. Yine de yakın zamanda yapılan bir araştırma, Mısır'ın iç bölgelerinde et tüketimi miktarının, daha önceki tahminlerin çok üzerinde olduğunu göstermiştir. Sığır daha çok tanrı sunaklarında ve cenaze sofralarında görülürdü. Genellikle kümes hayvanlarıyla (tavuk, ördek, kaz), daha ucuz olan koyun, keçi, bıldırcın tüketilirdi.

Yetkililerin sağlık nedenleriyle uyarmalarına ve yasaklamalarına rağmen domuz eti de yenirdi. Günlük yemeklerde Nil, Kızıldeniz ve Akdeniz sularında bol bulunan balık çeşitleri, et çeşitlerine tercih edilirdi.

Et de, balık da hem taze olarak tüketilir hem de kurutularak, salamura edilerek saklanırdı. Mısır'ın her bölgesinde, yerel inanışlara göre yenmesi özendirilen ya da yasaklanan



Bira yapan kadın, 5. Hanedan Dönemi (İÖ 2465-2323), Kahire Müzesi, Sakkara.

hayvanlar vardı. Kuşkusuz bu inançlar doğal hayatın korunması kaygısından kaynaklanıyor, yörenin hayvan varlığına göre biçimleniyordu.

Günümüze kalan mezar resimlerinden, kazılarda mezar ve ev yıkıntılarından elde edilen bulgulara göre, Mısır'da bakla ve kabak bol yetişen sebzelerdendi. Ayrıca çok ve çeşitli baharat yetiştirilirdi. Süt ve süt ürünleri de vardı, ancak tüketimi yaygın değildi. Mısır toplumunun deniz kıyısı ve yakınlarında yaşayanları bitkisel yağ, iç bölgelerde yaşayanları hayvansal yağ kullanırdı.

Eski Mısır'daki pişirme teknikleri açısından yeterince aydınlatıcı bilgiye ulaşılamamıştır. Bazı mezar resimlerinde bir kuşun kızartıldığı, bir dana etinin pişirildiği ya da içinden birkaç kemik ucunun gözüktüğü bir yahninin kaynadığı görülür. Ama hiçbir yerde içi doldurulmuş hayvanlara (tavuk dolması, balık dolması, kuzu dolması vb), kıyma, kuşbaşı ya da dilim hâlinde et ya da sebzeye rastlanmamıştır. Elimizdeki yazılı belgelerde ne bir yemek ne de bir tatlı tarifi vardır. Mutfak kültürü, büyük ihtimalle sözlü olarak yayılmış ve korunmuş olmalıdır.

Ziyafetler, aile arasında bile olsa Mısırlıların günlük yaşamlarının en önemli olayıydı. Sofraların çiçekler, kokulu kozalaklarla süslendiğini, yemeğin müzik eşliğinde yenildiğini, arkeolojik verilerden biliyoruz.

Mısır uygarlığında evin bölümlerinden biri hem kiler, hem de mutfak olarak kullanılan *snw*'di. Bu bölümde, ekmek fırını, birahane (bira yapımyeri), süthane (süt ve süt ürünlerinin hazırlandığı bölüm), şarap mahzeni, su, balık ve meyve depoları da vardı. Hizmetkârlar, efendinin sofrasına çıkacak yiyecekleri burada hazırlar, servisi de buradan yaparlardı.

Arkeolojik bulgulardaki iç mekânlarla ilgili sahnelerde içkilerin hazırlanmasıyla ilgili olanlar oldukça önemli bir yer tutmaktadır. İçkilerin hazırlanmasıyla uğraşan kadınlar, genellikle saçlarını örerek bir başörtüsünün altında toplardı. Bu da, kuşkusuz bir temizlik önlemiydi.

Ölü firavuna (krala) yiyecek sunma görevini (sunguyu) yalnızca rahipler yapabilirdi.

Arkeolojik veriler, kamu binaları ve tapınakların inşaatında özgür işçilerin mi, yoksa,

kölelerin mi çalıştırıldığı konusuna açıklık ve kesinlik getirememiştir. Bu konuda bildiğimiz tek kesin şey, inşaatları yöneten ve gözeten idarecilerin şefinin, çalışanların ekmek ve biralarını, inşaat boyunca sağladığıdır. Piramitlerin yapımında da aynı kural uygulanmıştır. Bu uygulama, işyerinde yemek verilmesinin ilk örneği sayılabilir.

Mısırlılar, hastalıkların çoğunun sindirim organlarından kaynaklandığına inanırlardı. Bu inanç, ölülerin mumyalanma işleminde, bozulmayı engellemek için ölünün iç organlarının çıkarılması ve ayrı gömülmesinden doğmuş olabilir. Ancak bütünüyle de temelsiz değildir. Mısırlılar sağlıklı kalmak ya da iyileşmek için belirli sürelerde müshil kullanır ve oruç tutarlardı. Oruçlarını incirle açarlardı. Bu yöntem, oruçla zayıf düşen gövdeye gerekli enerjiyi vermenin en kolay yoludur. Tektanrılı dinlerin hepsi (İÖ 12. yüzyılda başlayan Yahudilik, Milat'tan 30 yıl sonra yayılmaya başlayan Hıristiyanlık ve yedinci yüzyılda doğan İslamiyet) de oruca dinsel görevler arasında önemli bir yer vermiştir.

Mısır'da en çok tüketilen meyveler, incir, hurma ve üzümdü. *Ful Medames*, Antik Mısır'dan günümüze kalan, bugün de pişirilen ve sevilen bir kuru bakla yemeğidir.

FUL MEDAMES

1/2 kg kuru iç bakla
5 bardak su
3 diş sarmısak
2 çay kaşığı tuz
5 dal maydanoz
1 çay kaşığı kimyon
1 çay kaşığı karabiber
1 limon
Yarım bardak zeytinyağı

Baklalar sekiz saat tuzlu suda bekletilir. Sonra süzülür ve beş bardak su eklenerek, baklalar iyice yumuşayana kadar, orta ateşte yaklaşık 45 dakika haşlanır. Bu pişme sonunda haşlama suyu azalarak, tencerede yalnızca baklalarla baklaların bir bölümünün erimesiyle oluşan, koyu bir sosa benzeyen, bir çorba kalır. Sarmısaklar tuzla havanda dövülür, maydanozlar incecik kıyılır, kimyon, karabiber, limon suyu ve zeytinyağı karıştırılarak bir sos hazırlanır. *Ful medames*, çorba kâselerine bölünerek servis yapılır. Sarmısaklı sos, dileyen dilediği kadar yemeğine döksün diye, ayrı bir kapla sofraya konur.

Not: İstenirse, kişi başına birer haşlanmış yumurta, dörde bölünerek, yemekle birlikte servis yapılır.