



ANKARA

HACI BAYRAM VELİ ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**COVID-19 ÖNCESİ, SÜRECİ VE SONRASI BESLENME
DAVRANIŞLARININ BELİRLENMESİ**

Rabia YILDIRIM

**Tez Danışmanı
Dr. Melek YAMAN**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
GASTRONOMİ VE MUTFAK SANATLARI ANABİLİM DALI
GASTRONOMİ VE MUTFAK SANATLARI BİLİM DALI**

HAZİRAN 2024



**COVID-19 ÖNCESİ, SÜRECİ VE SONRASI BESLENME
DAVRANIŞLARININ BELİRLENMESİ**

Rabia YILDIRIM

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
GASTRONOMİ VE MUTFAK SANATLARI ANABİLİM DALI
GASTRONOMİ VE MUTFAK SANATLARI BİLİM DALI**

**ANKARA HACI BAYRAM VELİ ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

HAZİRAN 2024

ETİK BEYAN

Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Tez Yazın Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmasında; tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi, tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu, tez çalışmasında yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi, kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı, bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu, bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

Rabia YILDIRIM

24.06.2024

TEZ ONAY SAYFASI

Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Gastronomi ve Mutfak Sanatları Anabilim Dalı Gastronomi ve Mutfak Sanatları Programı yüksek lisans öğrencisi tarafından hazırlanan Covid 19 Öncesi, Süreci ve Sonrası Beslenme Davranışlarının Belirlenmesi Başlıklı tez çalışması 24/06 /2024 tarih ve 10:30 saatinde yapılan tez savunma sınavında aşağıdaki jüri tarafından OY BİRLİĞİ / ~~OY ÇOKLUĞU~~ ile YÜKSEK LİSANS / ~~DOKTORA TEZİ~~ olarak KABUL edilmiştir.

Başkan:
Doç. Dr. Mehmet GÜLLÜ
Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi

Kabul

Ret

☒

☐

Üye:
Doç. Dr. Tufan SÜREN
Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi

☒

☐

Üye:
Dr. Melek YAMAN
Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi

☒

☐

COVID-19 ÖNCESİ SÜRECİ VE SONRASI BESLENME DAVRANIŞLARININ BELİRLENMESİ

Yüksek Lisans

Rabia YILDIRIM

ANKARA HACI BAYRAM VELİ ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Haziran 2024

ÖZET

Bu çalışma pandemi öncesi, süreci ve sonrasındaki dönemlerde Türk halkının beslenme alışkanlıklarında değişimin olup olmadığını ortaya koyabilmek için yapılmıştır. Çalışma evrenini yabancı statüsünde olmayan, Türkiye yaşayan 18 yaş üstü, okur yazar ve zihinsel yeterliliğe sahip olan Türk vatandaşları oluşturmaktadır. Bu kapsamda 395 kişiye ulaşılmış ve veri toplama yöntemlerinden anket uygulanmıştır. Demografik bilgilerin dışındaki maddeler için 5'li likert ölçeği kullanılmış her bir madde pandemi öncesi, esnası ve sonrası için tekrardan sorulmuştur. Elde edilen veriler istatistik analiz programında analiz edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda genelde pandemi öncesi ile süreci ve sonrası arasında anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur. Salgın öncesinden bu yana Türk mutfağı hakkında bilinçlenmenin, mutfakta geçirilen zamanın ve merakın arttığı, hazır gıda, kızartılmış ürünler, hamur işi tüketiminin azalmış olduğu tespit edilmiştir. 42 yaş ve üzeri ile 18-25 yaş aralığında bulunan katılımcıların beslenme alışkanlıklarında pandemi öncesinde anlamlı farklılık bulunmuştur. Öte yandan pandemi sürecinde bu durum ortadan kalkmış, pandemi sonrasında tekrardan meydana gelmiştir. Eğitim incelendiğinde pandemi öncesinde ilköğretim ile lisans ve lisansüstü eğitimi olanlar arasındaki anlamlı farklılık saptanmıştır. Sonrasında sadece ilköğretim ve lisansüstü eğitim arasındaki anlamlı farklılık devam etmiştir. Meslekler incelendiğindeyse çalışmayanlar ile kamu personeli ve özel sektör çalışanları arasında anlamlı farklılığın istikrarlı bir şekilde devam ettiği görülmüştür. Beslenme alışkanlıkları memnuniyetindeyse pozitif yönlü artış olduğu görülmüştür.

BilimKodu : 116911
Anahtar Kelimeler : Covid-19, Türk mutfağı, beslenme alışkanlıkları, salgın hastalık
Sayfa Adedi : 97
Tez Danışmanı : Dr. Melek YAMAN

DETERMINATION OF NUTRITIONAL BEHAVIORS BEFORE, DURING AND AFTER
COVID-19
M.Sc. Thesis

Rabia YILDIRIM

ANKARA HACI BAYRAM VELI UNIVERSITY
THE INSTITUTE OF GRADUATE STUDIES

June 2024

ABSTRACT

This study was conducted to reveal whether there was a change in the nutritional habits of the Turkish people before, during and after the pandemic. The study population consists of Turkish citizens who are not foreigners, live in Turkey, are over the age of 18, are literate and have mental competence. In this context, 395 people were reached and a survey was applied, one of the data collection methods. For items other than demographic information, a 5-point Likert scale was used and each item was asked again before, during and after the pandemic. The obtained data were analyzed in the statistical analysis program. As a result of the analysis, it was found that there was a significant difference between the pre-pandemic period and the post-pandemic period. In addition, significant differences were detected between age, education and professions. It has been determined that awareness about Turkish cuisine, time spent in the kitchen and curiosity have increased since before the epidemic, and consumption of ready-made food, fried products and pastries has decreased. A significant difference was detected in the eating habits of participants aged 42 and over and those between the ages of 18-25 before the pandemic. On the other hand, this situation disappeared during the pandemic process and occurred again after the pandemic. When education was examined, a significant difference was detected between those with primary education and those with undergraduate and graduate education before the pandemic. Afterwards, only the significant difference between primary and postgraduate education continued. When the professions are examined, it is seen that significant difference between those who are not working and those who are public personnel and private sector employees continues steadily. Also it was determined that there was a positive increase in eating habits satisfactions.

Science Code : 116911
Key Words : Covid-19, Turkish cuisine, food habits, epidemic
Page Number : 97
Supervisor : Dr. Melek YAMAN

TEŞEKKÜR

Çalışma boyunca nezaketi ve bilgisiyle her zaman yanımda olan ve beni aydınlatan saygıdeğer danışmanın Melek YAMAN' a teşekkürlerimi sunarım.

Tez sürecinde bilgileriyle çalışmanın daha da anlam kazanmasına yardımcı olan öncelikle Leyla ÖZGEN olmak üzere Gülçin EROĞLU ve Nevriye YAZÇAYIR hocalarıma teşekkürlerimi sunarım.

Verilerin analizinde bilgilerini cömertçe paylaşan Emrah KESKİN hocama teşekkürlerimi sunarım

Tüm hayatım ve bu süreç boyunca benden desteğini, sevgisini ve anlayışını esirgemeyen, sürekli elimden tutan annem ve ablama sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

İÇİNDEKİLER

ÖZET	iv
ABSTRACT	v
TEŞEKKÜR	vii
İÇİNDEKİLER	ix
TABLoların LİSTESİ	xi
ŞEKİLLERİN LİSTESİ	xii
RESİMLERİN LİSTESİ	xiii
HARİTALARIN LİSTESİ	xv
KISALTMALAR	xvii
1. GİRİŞ	1
2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE	5
2.1. Salgın Hastalık	5
2.2. Tarihte Görülen Bazı Salgınlar	6
2.2.1. Atina Vebası	6
2.2.2. Kara Veba	7
2.2.3. Kolera	9
2.2.4. İspanyol Gribi	10
2.2.5. Covid-19	11
2.3. Covid-19 ve Bazı Ülkelerdeki Beslenme Eğilimleri	12
2.4. Kültür	16
2.5. Mutfak Kültürü	19
2.6. Türk Mutfak Kültürü	21
2.6.1. Orta Asya Türk Mutfak Kültürü	21
2.6.2. Selçuklu Mutfak Kültürü	23
2.6.3. Osmanlı Mutfak Kültürü	23
2.6.4. Cumhuriyet Sonrası Türk Mutfağı	25
2.7. Coğrafya	26
2.8. Coğrafi Bölgelere Göre Türk Mutfağı	27
2.8.1. Karadeniz Bölgesi	27
2.8.2. Akdeniz Bölgesi	30
2.8.3. Doğu Anadolu Bölgesi	33
2.8.4. Ege Bölgesi	36
2.8.5. Güneydoğu Anadolu Bölgesi	39
2.8.6. İç Anadolu Bölgesi	42
2.8.7. Marmara Bölgesi	46
3. YÖNTEM	51
3.1. Araştırmanın Deseni	51
3.2. Araştırmanın Hipotezleri	52
3.3. Araştırmanın Evreni	52
3.4. Veri Toplama Aracı	54
3.5. Verilerin Analizi	55

4. ARAŞTIRMA BULGULARI	59
5. TARTIŞMA VE SONUÇ	75
KAYNAKLAR.....	81
EKLER.....	95
ÖZGEÇMİŞ.....	97



TABLULARIN LİSTESİ

Tablo 2.1. Tarihte görülen bazı epidemi ve pandemiler	6
Tablo 2.2. Bazı somut ve somut olmayan kültür elementleri	19
Tablo 3.1. Cronbach alfa değerleri.....	56
Tablo 3.2. P değerinin anlam aralıkları	56
Tablo 4.1. Katılımcıların demografik dağılımlarının analizi	59
Tablo 4.2. Maddelere yönelik geçerlilik ve güvenirlik analizleri (pandemi öncesi)	61
Tablo 4.3. Ölçeğe yönelik geçerlilik ve güvenirlik Analizleri (pandemi süreci)	62
Tablo 4.4. Ölçeğe yönelik geçerlilik ve güvenirlik analizleri (pandemi sonrası)	64
Tablo 4.5. Süreçler boyunca likert ölçeği bazında maddelere yönelik değişim.....	65
Tablo 4.6. Yaş aralığı ile pandemi öncesi davranışlar arasındaki farklılıklar	68
Tablo 4.7. Yaş aralığı ile pandemi sürecindeki davranışlar arasındaki farklılıklar.....	68
Tablo 4.8. Yaş aralığı ile pandemi sonrası davranışlar arasındaki farklılıklar	69
Tablo 4.9. Eğitim durumu ile pandemi öncesi davranışlar arasındaki farklılıklar	69
Tablo 4.10. Eğitim durumu ile pandemi sürecindeki davranışlar arasındaki farklılıklar	70
Tablo 4.11. Eğitim durumu ile pandemi sonrası davranışlar arasındaki farklılıklar	70
Tablo 4.12. Meslek ile pandemi öncesi davranışlar arasındaki farklılıklar	71
Tablo 4.13. Meslek ile pandemi sürecinde davranışlar arasındaki farklılıklar	71
Tablo 4.14. Meslek ile pandemi sonrası davranışlar arasındaki farklılıklar	72
Tablo 4.15. Pandemi öncesi ve pandemi süreci davranış değişikliğine yönelik analizler (bağımlı örneklem t testi)	72
Tablo 4.16. Pandemi öncesi ve pandemi sonrası davranış değişikliğine yönelik analizler (bağımlı örneklem t testi)	73
Tablo 4.17. Pandemi süreci ve pandemi sonrası davranış değişikliğine yönelik analizler (bağımlı örneklem t testi)	73

ŞEKİLLERİN LİSTESİ

Şekil 2.1. Covid 19 salgınının çeşitli alanlara yayılması.....	12
--	----



RESİMLERİN LİSTESİ

Resim 2.1. Hippokrates ve ateş.....	6
Resim 2.2. Bir doktorun gözünden halka açık bir şekilde teriyak ilacı hazırlayan eczacı	8
Resim 2.3. Kolera	10
Resim 2.4. Kolera	10
Resim 2.5. İspanyol Gribi ilaç reklamları	11
Resim 2.6. İspanyol Gribi ilaç reklamları	11



HARİTALARIN LİSTESİ

Harita 2.1. Karadeniz Bölgesi Haritası.....	28
Harita 2.2. Akdeniz Bölgesi Haritası	31
Harita 2.3. Doğu Anadolu Bölgesi Haritası.....	34
Harita 2.4. Ege Bölgesi Haritası	37
Harita 2.5. Güneydoğu Anadolu Bölgesi Haritası	40
Harita 2.6. İç Anadolu Bölgesi Haritası	44
Harita 2.7. Marmara Bölgesi Haritası	47



KISALTMALAR

Bu çalışmada kullanılmış kısaltmalar, açıklamalarıyla birlikte aşağıda sunulmuştur.

Kısaltmalar	Açıklamalar
Df	Degree of freedom
DFA	Doğrulayıcı faktör analizi
KMO	Kaiser-Meyer-Olkin
LSD	Least Significant Difference
N	Katılımcı sayısı
O.F.	Ortalama farklılık
Ort	Ortalama
Q. Brantii	Quercus Brantii
Ss	Standart sapma
TR33	Manisa Alt Bölgesi
TR61	Antalya Alt Bölgesi
TR63	Hatay Alt Bölgesi
TR71	Kırıkkale Alt Bölgesi
TR72	Kayseri Alt Bölgesi
TRC1	Gaziantep Alt Bölgesi
TRC3	Mardin Alt Bölgesi
Tukey hsd	Tukey Highly Significance Test
UNESCO	United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization
V. Cholerae	Vibrio Cholerae
WHO	World Health Organizati



1. GİRİŞ

Kültür bir toplumun ortaklaşa sahip olduğu ve üyelerine yaydığı, davranışa yansıyan ve o davranışı yaratan, yorumlamada kullanılan görüşler, değerler ve algılardır. İnsan hayatına sınırlar koyabilmekte ve yaşamı önceden tahmin edilebilir bir şekle büründürmektedir (Haviland vd. 2021: 103). Anlamı kültürel bağlam belirlediği ve bu türden bağlamlar değişiklik gösterebildiğinden çeşitli toplumlardaki bireyler dünyayı birbirlerinden farklı algılayabilmektedir (Bates, 201: 8). Kültürün oluşmasında hayatın içinde yer alan çeşitli pratiklerin tek ya da çift yönlü olarak birbirlerini etkiledikleri bilinmektedir. Şekillenmesinde coğrafya, din, tarih gibi faktörler etkili olabildiği gibi kılık kıyafet, dil, norm ve gelenekler gibi birçok faktöre de tesir etmektedir.

Bir kültürü oluşturan en önemli unsurlardan birisi beslenmenin özü yemek olup yemek yeme fizyolojik bir ihtiyaçtan öte sosyal bir amaç taşıyan temel bir gereksinimdir. Beslenme kültürü yiyeceklerin üretimi, tüketimi, hazırlanması, tamamen kültürün öğeleri olan gelenekler, inançlar ve tabularla bağlantılıdır (Şensoy, 2020: 193). Ayrıca yiyeceğe ulaşım ve tüketim, onu kendiliğinden oluşan ya da kurgulanan sosyal, ekonomik, kültürel ve siyasal bir evrenini içine çekmektedir (Ünsal, 2020: 13).

Beslenme alışkanlıkları farklı toplumlarda farklı yönde şekillenebilmektedir. Tarım ve hayvancılık uygulamaları, dindeki dogmalar ya da güzellemler, ticari faaliyetler, ulaşılabilirlik gibi birçok faktör söz konusu şekillenmede aktif rol alabilmektedir. Bununla birlikte yaşam şeklinin değişmesi beslenme kültürünün değişmesine de yol açabilmektedir (Durlu Özkaya ve Cömert, 2017: 2). Yaşam şeklinin değişmesi uzun yıllara yayılmış şekilde gerçekleşebileceği gibi oldukça kısa bir zaman diliminde de meydana gelebileceği bilinmektedir. Kısa zaman dilimlerinde yaşam şeklini değiştirebilen kollardan birisi de bulaşıcı hastalıklardır.

Kişiden kişiye doğrudan, dolaylı ya da damlacıklar vasıtasıyla hızlıca bulaşabilen hastalıklara *bulaşıcı hastalık* denilmektedir (Clinicalinfo, 2023). Bir coğrafyadaki toplulukta normalde seyretmesi öngörülen hastalık sayısının birden ve muazzam derecede artışı *epidemik* olarak adlandırılmaktadır (Center of Disease Control and Prevention, 2023a). *Pandemiler* ise temelinde epidemi olarak bilinen, dünya çapında yayılan ve dünyada aşırı sayıda hastalığa, ölüme neden olan ve etkilenen ülkelerin sosyal ekonomik durumlarının bozulmasına neden olan salgınlardır (Akın ve Gözel,

2020). Dünya tarihine bakıldığında Atina Vebası, Kara Veba, Suçiçeği, Kolera, İspanyol Gribi, AIDS/HIV gibi birçok salgınla boğuşulmuştur. Dünya çapında etkili olan son salgın hastalık ise 2019 yılında meydana çıkan Covid-19 olmuştur.

İlk vaka 12 Aralık 2019 yılında Çin'in Hubei eyaletinde olağan tedaviye olumlu sonuç vermeyen atipik zatürre vakaları ile karşılaşmış 31 Aralık 2019 tarihinde Dünya Sağlık Örgütü (WHO) Çin merkezi vakalar hakkında bilgilendirilmiştir. 7 Ocak 2020 tarihinde Çin halk sağlığı yetkilileri salgının Coronavirus sınıfında olduğunu tespit etmiş (Center of Disease Control and Prevent, 2023b) 11 Ocak 2020 tarihinde Coronavirüs kaynaklı ilk ölüm gerçekleşmiş (Taylor, 2021), 19 Ocak 2020' de farklı ülkeler vatandaşlarında virüsün görüldüğünü beyan etmişlerdir (Center of Disease Control and Prevent, 2023b).

Bu süreçte farklı zamanlarda sokağa çıkma yasakları, ticari sınırlamalar, sosyal mesafe sınırları gibi uygulamalar farklı ülkelerde ve Türkiye'de uygulanmıştır. Bunun sonucunda halklar evde daha fazla zaman geçirmek zorunda kalmıştır.

Araştırmanın problemi salgının Türk halkının beslenme alışkanlıkları üzerinde değişikliğe yol açıp açmadığını tespit edebilmektedir. Salgınla halkın evde daha fazla zaman harcamaya zorlanması, rağbet edilen ya da sınırlı ulaşılabilen ürünlerde dönemsel değişikliklerin olması, endişe gibi unsurların beslenme alışkanlıklarını ne denli etkilediği, sonuçların uzun ya da kısa vadeli olup olmadığını anlayabilmek tezin problemini meydana getirmiştir.

Türk halkının beslenme alışkanlıklarında bir değişim söz konusuysa ortaya koyulması bu çalışmanın asıl amacını oluşturmaktadır. Beslenme alışkanlıklarının hangi yönünde değişimler meydana geldiğini, salgın öncesi, esnası ve sonrası aşamalarındaki alışkanlıkların karşılaştırılıp kalıcılığın olup olmadığını, hangi sınıf ürünlerin tüketiminde değişimlerin meydana geldiğini anlayabilmek, değişim var ise demografik özelliklerin anlamlı bir farklılık yaratıp yaratmadığı ortaya koyabilmek çalışmanın alt amaçları arasında yer almaktadır.

Covid-19 sürecinde çeşitli ülkelerdeki halklar beslenme alışkanlıklarını türlü nedenlerden ötürü bir süreliğine yeniden şekillendirmek durumunda kalmıştır. Salgın döneminde Çin vatandaşların %80'inin tüketim ve alışveriş alışkanlıklarını değiştirmiş ve %26'sı Covid- 19 öncesine oranla daha fazla akşam yemeği pişirmeye başlamıştır (Rodrigues, 2020). Hindistan' da mevsimlik işçilerin salgından korkarak tarlalarda

çalışmak istememesi mahsullerin tehlikeye atmış, kıtlık riskini beraberinde getirmiştir (Navjivanindia, 2020). Salgın sürecinde İngiltere kapsamında Mintel' in yaptığı ankette katılımcıların %23' ünün daha fazla meyve sebze tükettiği, %37' sinin pandemi sonrası bağışıklık güçlendirici gıdalara eğilim gösterdiği %69'unun evdeki yiyeceklerin israfı konusunda daha dikkatli olduklarını, %55' inin sıfırdan pişirmeyi daha sık planladıklarını, Y kuşağının %25'inin pandemi sonrası vegan diyeti daha çekici bulduğunu ortaya koyulmuştur (Mintel, 2020).

Beslenme alışkanlıklarındaki değişimleri aylık periyotları kapsayan ya da salgın öncesiyle salgın sürecini karşılaştıran çalışmalar bulunmakla birlikte Türkiye bazında **salgın öncesi, esnası ve sonrası dönemlerindeki** beslenme alışkanlıklarını karşılaştıran herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu kapsamdaki bir çalışma Türk halkının beslenme alışkanlıkları değişimlerindeki istikrarının, sağlıklı beslenmedeki bilinçlerinin anlaşılabilmesini sağlayacaktır. Sayılan bu faydalar ve alan yazındaki eksikliği giderecek olması çalışmanın önemini oluşturmaktadır.

Çalışma yapılırken,

- Araştırmaya katılanların sorulara doğru ve çarpıtıcı olmayan cevaplar verdiği
- Yeterli miktarda bilgilendirildiği
- Örneklemenin evreni yansıttığı
- Elde edilen alanyazın bilgilerinin yeterli ve gerçekleri yansıttığı varsayılmıştır.

Çalışmanın evrenini 18 yaş üstünde, akli yeterliliğe sahip ve Türk vatandaşı olan bireyler oluşturmaktadır. Konunun güncelliğini yitirmemesi adına zaman Mayıs 2024 tarihi ile sınırlandırılmıştır. Örneklemenin kapsamı ve anketin uygulanma süresi çalışmanın sınırlılıklarını oluşturmaktadır.



2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Salgın Hastalık

Tarih boyunca birçok hastalık ve salgınla uğraşıldığı, günümüzde de bu alanda mücadelelerin devam edildiği bilinmektedir. Hastalık ve salgınların yayılım alanı, yol açtığı tahribat gibi birçok etmenden ötürü farklı terimler türetilmiştir. Kişiden kişiye doğrudan, dolaylı ya da damlacıklar vasıtasıyla hızlıca bulaşabilen hastalıklara *bulaşıcı hastalık* denilmektedir (Clinicalinfo, 2023). Düzenliliği olmayan ve seyrek seyreden hastalıklara *sporadik*; bir coğrafi alandaki bir topluluktaki hastalık ya da enfeksiyon ajanının sürekli var olması ve/ veya olağanlığına *endemik*; kalıcı ve yüksek düzeyde hastalık oluşumuna ise *hiperdemik* denilmektedir.

Bir coğrafyadaki toplulukta normalde seyretmesi öngörülen hastalık sayısının birden ve muazzam derecede artışı *epidemik* olarak adlandırılmaktadır (Center of Disease Control ve Prevention, 2023a). *Pandemiler* ise temelinde epidemi olarak bilinen, dünya çapında yayılan ve dünyada aşırı sayıda hastalığa, ölüme neden olan ve etkilenen ülkelerin sosyal ekonomik durumlarının bozulmasına neden olan salgınlardır. Salgının yayılımı ve ortaya çıkabilecek sonuçlar, hane halkı büyüklüğü, nem, sıcaklık, mevsim, hijyen, sağlık tesislerine erişim ve izolasyon kapasitesi, demografik özellikler, sigara kullanımı, konakçının enfeksiyon bulaştırma yeteneği, bağışıklık durumu, beslenme durumu, eşlik eden hastalıkların yaygınlığı, patojenik özellikler, bulaşma yolları, bulaşabilirlik, virülans faktörleri vb. gibi çeşitli faktörlere göre değişebilmektedir (Akın ve Gözel, 2020). Tarih boyunca Kolera, çeşitli vebalar, grippler, AIDS gibi birçok epidemi ve pandemiyle mücadele edilmiş bunlardan bazıları ülke ya da tek bir kıta ile sınırlı olmuşken bazıları kıtalararası veya küresel bazda etkilerini göstermiştir. Bu epidemi ve pandemilerin bazılarına dair temel bilgiler Tablo 2.1.'de yer almaktadır (Dasgupta ve Crunkhorn, 2020'den yararlanılarak hazırlanmıştır).

Hastalık	Görülme Yılı	Tipi	Coğrafi bölgesi	Ölü sayısı
Atina Vebası	MÖ. 430	Epidemi	Atina	100.000
Antoninus Vebası	MS. 165-180	Pandemi	Avrupa, Kuzey Afrika	5.000.000
Justinianus Vebası	MS. 541-8. yy	Pandemi	Avrupa, Asya, Afrika	50.000.000
Suçiçeği	MS.6.-20. yy	Endemik	Tüm kıtalar	300.000.000

Kara Veba	MS. 1346-1353	Pandemi	Avrupa, Asya, Kuzey Afrika	200.000.000
Cocoliztli	1543-1548	Epidemi	Aztek İmparatorluğu	15.000.000
Büyük Londra Vebası	1665-1666	Epidemi	Londra	100.000
Kolera	1817-günümüz	Pandemi	Tüm kıtalar	1.000.000
İspanyol gribi	1918-1919	Pandemi	Tüm kıtalar	50.000.000
Hong Kong gribi	1968-1970	Pandemi	Tüm kıtalar	1.000.000
AIDS/HIV	1981-günümüz	Küresel Epidemi	Tüm kıtalar	25.000.000

Tablo 2.1. Tarihte Görülen Bazı Epidemi ve Pandemiler

2.2. Tarihte Görülen Bazı Salgınlar

2.2.1. Atina Vebası

Atina Vebası 2 dalga halinde meydana gelmiştir. Bunlardan ilki M.Ö. 429 yılında olmuş ve nüfusun %33'ünün ölümüne yol açmıştır. M.Ö. 427-426 yılları arasındaysa ilk dalgadan sağ kurtulanların %26'sı hayatını kaybetmiştir. Atina ve çevresinde toplamda 100.000'e yakın kişinin öldüğü tahmin edilmektedir (Quinlan, 2020: 24).

Bu dönemde tedavi için gerek halkın gerekse doktorların uyguladıkları ilaç ve diyetler hakkında oldukça az bilgi bulunmaktadır. Bu bilgilerden en dikkat çeken Hippokrates'in havadaki pisliğin temizlenmesi amacıyla büyük bir ateş yakması ve insan bünyesinin iyileştirilmesi içinse çeşitli zehirli yılanların etleri, bal, şarap, afyon, haşhaş suyu, kastoryum, zift/bitümü de içeren yaklaşık altmış dört içerikle hazırlanan teriyak adındaki panzehir uygulanması olmuştur (Pinault, 1986). Erkeklerin temiz havayı soluyarak rahatlaması için yakılan ateşte sadece odun değil en güzel kokulu çelenkler, çiçekler de yakılmış mür damlatılması şart koşulmuştur (Leigh, 2013).



Resim 2.1. Hippokrates ve ateş

(Anonim, 2023b)

2.2.2. Kara Veba

Temelde insanlara siyah fareler ve sincaplar başta olmak üzere bazı kemirgenler ve pirelerce bulaşan *Bacillus Pestis*'in neden olduğu, 1348'den 1350' ya kadar sürmüş olan Almanlar tarafından "Büyük ölüm" olarak da bilinen Kara Veba Avrupa nüfusunun en az dörtte birini öldürmüştür (Langer, 1964). Sadece Avrupa'da 50 milyon kadar insanın ölümüne yol açtığı tahmin edilmektedir (WHO, 2018).

Salgın sürecinde bitkiler ve çeşitli gıdalar aracılığıyla tedavi amaçlı birbirinden farklı tarifler ve diyetler geliştirilmeye çalışıldığı bilinmektedir. Paris'teki doktorlar insanlara baharatlardan, salamura ya da taze sebzelerden, şarapla tüketilmediği müddetçe meyvelerden uzak durmaları gerektiğini öğütlemiştir. Kümes hayvanları, yavru domuz etinin ve ördeğin de tüketiminin sakıncalı olduğu vurgulanan bu diyetle zeytinyağı ölümcül derecede riskli olarak sınıflandırılmıştır (Standage, 2020: 106). Birtakım doktorlar ise şifanın muskatta olduğunu ileriye sürmüştür (Civitello, 2019: 210). Önlemek için en sık reçetesi uygulanan tarif anahtar ürünü kavrulmuş engerek yılanı eti içeren işlenmesi 40 gün süren ve yaklaşık 64 farklı ürünü bünyesinde bulunduran teriyak ya da şeker pekmezi olmuştur. Sindirimi kolay olmadığı için bünyede uzun süre duran dolayısıyla bedeni de bozacağına inanılan gıdalardan da uzak durulmaya çalışılmıştır. Yağlı veya haşlanmış etler, süt ürünleri ve balıkların yanı sıra sulu meyve ve sebzeler, kızarmış yiyecekler ve hamur işleri bahsedilen riskli gıdalar sınıfında yer almıştır. Bununla birlikte doktorların fikir ayrılığına düştüğüne de rastlanılmıştır. Örneğin eriklerin tatlı ve sulu olması onları kötü gıdalar sınıfına sokarken müşhil görevi görmesi iyi gıdalar sınıfına; acı baharatların gözenek açması onları kötü gıdalar sınıfına sokarken terlemeyi sağlaması iyi gıdalar sınıfına girmesini sağlamıştır (Byrne, 2006: 39-51). Gentile da Fougno (1348; aktaran Aberth, 2005: 48-49) yayınlamış olduğu raporda erkeklerin alışlageldiği gibi iyi ve kaliteli yiyecek ve içecekleri ölçülü olarak yemeye devam etmesini, kümes hayvanları, genç domuz eti, sığircık gibi kaliteli etler tüketmesini, hiçbir koşulda balık, soğukta bekletilmişse marul tüketmemeleri gerektiğini öğütlemiştir. Panzehri bulunmayan sıradan ve köylü erkeklerin de bu diyetle uyabileceği ancak diğerleri için uygun olmadığını belirtmiştir. Jacme d'Agramant (1348; aktaran Aberth, 2005: 50-53) ise tüm yiyeceklerle sirke, kuzukulağı, portakal, limon gibi kaliteli asitlerin eklenmesini kolay bozulacağı ve safraya dönüşme riski daha yüksek olduğundan tatlı şaraptansa berrak ve taze şarabın

daha iyi bir tercih olacağını belirtmiştir. Durgun suların yakınından beslenen kuşlar, ördekler, emziren domuzlar ve kuzular gibi doğal olarak nemli bir eti olan hayvanlardan uzak durulması gerektiğini vurgulamıştır. Salgın sürecinde taşemen, yılan balığı gibi sümüksü balıklarla yunus, köpekbalığı, ton balığı benzeri balıkların da yasaklanması gerektiğini önermiştir. Bununla birlikte mecbur kalınması durumunda somon, mersin balığı, kefal, pisi balığı, mezgit ve benzeri balıklar gibi yörenin en iyi balıklarının seçilip sirke ya da tuzda saklanması gerektiğini, kömürde kızartılmış veya ızgarada pişirilmiş balık en doğru seçim olacağını meyvelerden kırmızı meyveler, asitli narlar gibi asitli olanların iyi tercihler olacağını ifade etmiştir.

Salgının nedeni ilahi sebeplerin yanı sıra zehirli bir gazdan kaynaklı olabileceği düşüncesi kişilerin boynunda aromatik baharatlar ve şifalı otlarla dolu bir şişenin düzenli olarak koklanması ya da koklamak için bir şişe sirke taşınması akıllıca görülmüştür. Toplum sağlığına kavuşmak için sigara içmeye başladıkça tütün de söz konusunu nedenden kaynaklı ön plana çıkmaya başlamıştır (Snowden, 2019: 61).

İngiltere’de özellikle köylülerin mutfacı ve beslenme alışkanlıkları Kara Veba’ nın ardından önemli ölçüde değişmiş ve daha ulusal bir mutfak geleneği oluşmuştur. Malikanelerin tarım kayıtları, artan buğday üretimi ve hayvancılığın salgının hemen ardından değişen tercihleri göstermektedir. Ek olarak profesyonel şeflerin tasarruflu materyallerden oluşan öğretici yemek kitapları yazması da göze çarpmaktadır (Cordova, 2019).



Resim 2.2. Bir doktorun gözetiminde halka açık bir şekilde teriyak ilacı hazırlayan eczacı

(Welcome Collection, 2023)

2.2.3. Kolera

Kolera yoksulluk, kötü hijyen ve temiz içme suyu eksikliği ile yakından ilişkili olan *Vibrio Cholerae* bakterisinin toksijenik serogruplarının neden olduğu, hızlı dehidrasyona ve ölüme neden olabilen ishalli bir hastalıktır (WHO, 2018). Hayvanlarda sadece plakton ve kabuklu deniz ürünlerinde bulunan Kolera (Sigman ve Luchette, 2012), deniz ürünlerinin hazırlanışı ya da doğal ortamlarında kontamine olabilmektedir. Salgınlarla ilişkili diğer ürünler arasında meyve ve sebzeler, et, pişmiş tahıllar gibi gıdalar yer almaktadır. Sebzeler genellikle topraktaki kanalizasyonla temas yoluyla kirlenmekte ve meyvelere kirli su enjekte edildiğinde bulaşmaktadır (Albert, Neira ve Matorjemi 1997). Koleraya daha derinden bakıldığında yoksul kitlenin büyük ölçüde en ucuz ürün olan aşırı olgunlaşmış meyve ve çürüyen sebzelerden oluşan bir diyetle yaşamak zorunda olmaları onları hastalığa karşı savunmasız hale getirmiştir (Snowden, 2019: 247).

Salgın sürecinde tedavi için farklı birçok yöntemin denendiği bilinmektedir. 20 Temmuz 1831'de St. Petersburg'dan yazan Dr. David Barry, hastaların dilediğince Seltzer suyunu içebileceğini belirtmiştir. Sadece tuzlu su tedavisine tamamen güvenileceğini: kalomel, brendi veya afyon olmayacağını, ancak ılık suya 25-30 damla laudanum damlatılmasına izin verilebileceğini aktarmıştır. İlaveten karbonatlı süt de tavsiye etmiştir (Kotar ve Gessler, 2014: 47-48). Maclean (1866) salgın esnasında Hindistan'a dair hazırlamış olduğu raporda hastalara özellikle soğuk su verilmesinin yaygın olduğu, hem dolaşım hem de sindirim sistemi oldukça bitkin düştüğünden uyarıcı amaçlı gerek tıbbi gerekse alkollü uyarıcılara sıkça başvurulduğunu belirtmiştir. T.M. Lownds (1868) hastalığın ilk aşamasında hastalara bazen kalomel verilmesini, ikinci aşamada tedbirleri artırıp kalomeli serbestçe uygulanmasını ve kana oksijen sağlayabilecek gereken sıvıların takviyesinin yapılmasını, üçüncü aşamadaysa Liebig'in soğuk çorbası hafif yiyeceklerin tüketilmesini gerektiğini önermiştir (Lownds, 1868). Dr. Snow'un koleranın sebebi ve çare olarak kaynatmayı bulmasının ardından birçok kaynamış sebzeli yemek tariflerini içeren kitaplar yayınlanmaya başlamıştır. Yeni oluşmuş orta sınıf insanlar et yiyebildiğinden tariflerin küçümsenmeyecek kısmında kaynamış etli tarifler de bulunmuştur (Civitello, 2019: 285-286).



Resim 2.3.,2.4. Kolera

(Seymour, R. ;aktaran National Library of Medicine, 2023)

2.2.4. İspanyol Gribi

1918 salgını 'İspanyol Gribi' olarak adlandırılan salgının tam olarak dünyanın neresinde başladığı bilinmemektedir (Macip, 2021). Dört ay içinde tüm dünyayı sarmış ve 21 milyondan fazla insanın hayatına mal olmuştur (Francis Fujimira, 2003). Doktorlar hastalarına semptomlarını biraz olsun hafifletmek için çaresiz kalmış ve o yıllarda üretilmesinden beri henüz yirmi yılını doldurmamış olan aspirin tedavisi uygulamışlardır. Erken ölümlerin çoğu veya en azından bir kısmı akut aspirin zehirlenmesinden kaynaklanmıştır (Hourly History, 2020). Bunlara ek olarak hastalığın çeşitli açılardan iyileştirmesi en azından semptomların hafifletilmesi için başka yöntemler de kullanılmıştır. Walsh (1919) korkunun rahatlatılması için makul dozda verilecek viskinin iyi bir seçenek olduğu raporlamıştır. Başka yerlerde, enfeksiyonu önlemek için insanlar boyunlarına kafur dolu bez torbalar asmış ya da kırmızı biber, toz kuşkonmaz "şeker üzerine gazyağı" yutmuşlardır. Söz konusu reçetelere göre kötü kokuların grip mikroplarını uzaklaştırabileceğine inanıldığından tavuk tüylerinden veya "şeytan gübresi" olarak da bilinen ve çürümüş et gibi kokan bir bitki olan asafetidadan bir kolye takılmasını gerekmiştir. Amerika'daysa soğanın iyileştirici olabileceğine dair kuvvetli bir inanç oluşmuştur (Marrin, 2018: 114-115). Reklamlarda alkolün, tütünün, patentli ilaçların, tarçın veya kinin içeren ev ilaçlarının faydalarına dikkat çekilmiştir. Grip için reçete edilen bir tarifte sabah erkenden ve gece olmak üzere çay ağacının kaynatıldıktan sonra toz zencefilin eklenmesini ardından süzülüp ılık içilmesi; bir diğerindeyse soğuk su dolu bardağa bir parça kafur eklenip günde üç ya da dört kez içilmesi önerilmiştir (Kingsley Kent, 2013).

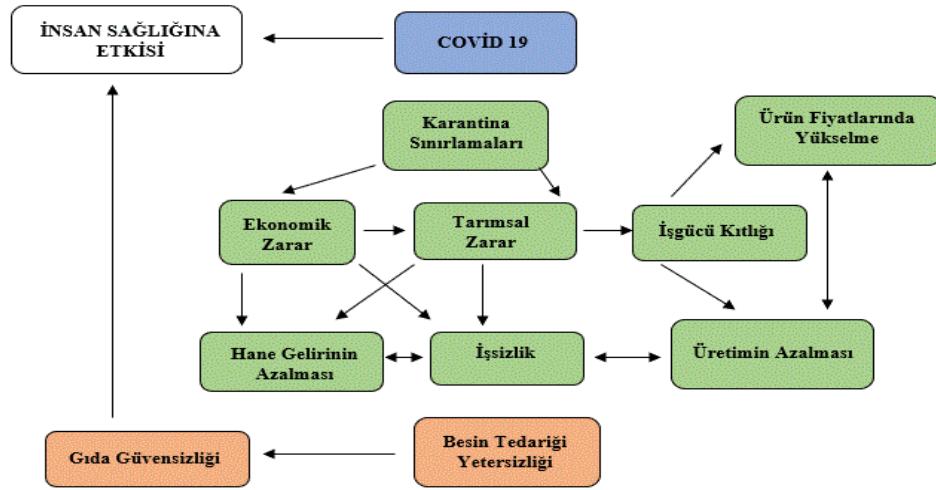


Resim 2.5, 2.6. İspanyol Gribi ilaç reklamları

(Phillips ve Cole, 2021)

2.2.5. Covid-19

2019 yılında tüm dünyayı etkisi altına alan ve günümüzde vakalara rastlanmasına devam eden yeni bir salgın ortaya çıkmıştır. İlk vaka 12 Aralık 2019 yılında Çin' in Hubei eyaletinde olağan tedaviye olumlu sonuç vermeyen atipik zatürre vakaları ile karşılaşılması 31 Aralık 2019 tarihinde WHO Çin merkezi vakalar hakkında bilgilendirilmiştir. 7 Ocak 2020 tarihinde Çin halk sağlığı yetkilileri salgının Coronavirus sınıfında olduğunu tespit etmiş (Center of Disease Control and Prevent, 2023b), 11 Ocak 2020 tarihinde Coronavirüs kaynaklı ilk ölüm gerçekleşmiş (Taylor, 2021) 19 Ocak 2020'de farklı ülkeler vatandaşlarında virüsün görüldüğünü beyan etmişlerdir (Center of Disease Control and Prevent, 2023b). Devam eden süreçte ülkelerin salgından farklı yönlerde farklı derecelerde etkilenmiştir. Salgının yayılma hızını olabildiğince azaltmak adına bir dizi önlemler alınmış bu önlemler beraberinde istenmeyen bazı sonuçları doğurmuştur. Bu alanlara ekonomi, ticaret, uluslararası ilişkiler, sağlık, işletmecilik, turizm örnek verilebilmektedir. Ekonomi, uluslararası ilişkiler, ulaşım, ticaret arzı gibi unsurlar küreselleşmenin de etkisiyle birbirlerine dokunur hale gelmiş, bu durum direkt ya da dolaylı olarak gıda tüketimini de etki etmiştir. Söz konusu etkinin iletişim zincirinin bir örneği Şekil 2.1.' de yer almaktadır (Rad ve diğerleri, 2021'den faydalanarak hazırlanmıştır).



Şekil 2.1. Covid 19 Salgınının Çeşitli Alanlarda Yansıması

2.3. Covid-19 ve Bazı Ülkelerdeki Beslenme Eğilimleri

Beslenme ve bağlantılı alanlar Covid 19 ile yoğun etkileşime giren önemli elementlerden birisi haline gelmiştir. Bilinmezliğin ve vakaların yoğun olduğu dönemlerde ülkelerin uygulamış olduğu yurt içindeki ve dışındaki karantinalar üretim ve dağıtımını etkilediği, topluluklardaysa gerek karantina gerekse salgından ötürü normalde gözlemlenen daha farklı bir tüketim eğilimine rastlanıldığı bilinmektedir. Çalışmada bu ülkelerden İtalya, Meksika, Brezilya, Hindistan, Rusya ve ABD inceleme altına alınmıştır.

Fransa’da pandemiden kaynaklı mecburi değişimler, gıdalara olan yeni yaklaşımlar, Fransız halkının uzun süre dayanabilecek ve sağlıklı olan yiyeceklere yönelmesine, olabildiğince ev yemeklerinin tüketimine ağırlık verilmesine sebep olmuş (Heidsieck, 2020), 2020 yılı Mart ayının ortasından Nisan başına kadar olan süreçte organik gıda harcamalarının, ortalama harcamaya göre %48 arttığını belirtilmiştir (Gamberini, 2020). Marty ve diğerlerinin (2021) yapmış olduğu 938 kişilik anket çalışmasında katılımcıların %48’i karantina sürecinde yiyecek tercihlerinin belirlenmesinde ruh halinin önceki zamanlara göre daha fazla belirleyici faktör oluşturduğunu beyan etmişlerdir. Çalışmadan karantina sürecinin beslenme kalitesinde düşüşe yol açtığı sonucuna varmıştır. Bununla birlikte Philippe ve diğerleri (2022) 498 katılımcıdan oluşan Fransız ebeveynler üzerinde yaptıkları anket çalışmasında katılımcıların yaklaşık %90’ı karantina sürecinde beslenme alışkanlıklarında olumlu değişimlerin yaşandığını ifade etmiş, genel olarak katılımcıların daha taze, mevsimsel ve yerel

ürünlere yöneldiğine, sebze ve meyvelere olan talebin arttığına, bunun yanı sıra bazı katılımcıların aynı zaman da karantina ile daha besleyici, çeşitli ve dengeli beslenmeye özen gösterdiklerine ulaşılmıştır. Ev yemekleri için ayrılan zamanda artış saptanmış öte yandan şeker ve enerji açısından yüksek gıdaların seçiminde de artış olduğu belirtilmiştir. Bunlarla beraber Deschasaux Tangur ve diğerlerinin (2022) 671 katılımcı ile yaptıkları anket çalışmasının sonucunda büyük bir oranın beslenme alışkanlıklarında değişimin meydana gelmediği ortaya çıkmıştır. Salgının ortaya çıktığı ilk dönemdeki verilerle birlikte düşünüldüğünde zamanın geçmesi ve nispeten normale dönülmesiyle toplumun eski alışkanlıklarına geri dönmüş olabileceği düşünülmektedir.

İspanya’da gıda üzerine hizmet veren bir şirket olan Glovo, karantinanın başlamasından sonra geçen 3 hafta içinde online gıda teslimatının %450, önceki haftaya oranla bira, ekmek, meyve ve patlamış mısır alımının %22 un ve maya satışlarının sağlık krizi öncesindeki döneme göre 5 kat artıp yemek siparişlerinde en çok tercih edilen ürünlerin pizza, hamburger ve tavuk olduğunu açıklamıştır (Niusdiario, 2020). Bununla birlikte ilerleyen süreçte varlığını hissettiren ekonomik kriz de beslenme alışkanlıkları üzerinde etkileri olmuştur. Toplum karantina ve pandemi döneminde sebze dışındaki önerilen gıda tüketim miktarlarında olumlu yönde değişimler yaşanmasına rağmen ekonomik kriz sürecinde meyve ve balık tüketiminde azalmalar gözlemlenmiştir. Öte yandan İspanyol temel gıda ürünlerinin tüketiminde değişimler yaşanmakla birlikte bu değişim ciddi boyutlarda gerçekleşmemiş tersine İspanyol mutfağı ürünlerine sadık kalınmıştır (Diaz- Mendez ve Ramoz- Truchero, 2023).

Genel durumun bir yansıması olarak İtalyan halkının 2019 yılına oranla 2020 yılında, makarna, pirinç ve un satın alımının 3 katına çıkmış, diğer satın alımlardan yağ %18, şarap %15, bira %10, taze balık %14 artmış 2019 yılında Paskalya öncesinde yapılan alışverişe oranla 2020’ de unun %21, bira mayasının %226, maskarpon peynirinin %100, balın %68, şekerin %55, yumurtanın %54 daha fazla alındığı belirtilmiştir (Invitti ve Canello, 2020). Future Food Institute tarafından 2020 yılında yapılan bir ankette İtalyan halkının kriz öncesi döneme oranlar unu %44, yumurtayı %50, meyve ve sebzeleri %30 daha fazla tüketip paketli gıdaları %40 daha az tükettiğini, katılımcıların %97’sinin gıda israfı konusunda daha hassas olduklarını %60’ının artık

hiçbir yiyeceği israf etmediklerini ifade ettiğini raporlamıştır (Rizzuti, 2020). Bir başka çalışma gıda tercihi yönelimin ilk dönemde rastlanan uzun ömürlü ürünlerden yemek hazırlanmak için gerekli olan yumurta, un tereyağı gibi ürünlere kaydığını, tüm yaş gruplarında meyve, sebze ve bakliyat tüketiminin arttığını belirtmiştir. Bunun yanı sıra kepeksiz ve kepekli ekmek, makarna, pirinç, su ve şaraplara yönelimde artış, kırmızı et, balık, yumuşakça ve kabuklular, kuru meyve, tereyağı ve margarin yöneliminde azalmalar gözlemlenmiştir (Spaccaferri, 2022).

Meksika'yı kapsayan, Nisan 2020 tarihinde Sweetpress platformundaki tüketim araştırmasında çikolatanın %79.04, zeytinin %93.82, patates kızartmasının %87.13 ve dondurmanın %76.19 oranında arttığını açıklanmıştır (Sweetpress, 2020). 1064 katılımcıyla gerçekleştirilen yaş ortalamasının 18-24 arasında değiştiği %65.6'sını kadınların oluşturduğu bir araştırmada popülasyonun günde ortalama 7 bardak su içtiği %42'sinin kola ya da hafif meşrubat tüketmediği, günde 1- 2 kez meyve/sebze, haftada 2-3 kez kırmızı et tükettikleri ve %25.5' i alkolü içecekleri ara sıra tükettikleri ortaya konulmuştur (Oros ve diğerleri, 2022).

Brezilya halkının da tüketim alışkanlıklarında birtakım değişimler meydana gelmiştir. Qualibest Galunion'un 2-6 Nisan 2020 tarihleri arasını kapsayan 1086 kişi ile yaptıkları ankette, katılımcıların %90'ı dışarıda yemek yemekten kaçındıklarını beyan etmiş, favori yiyecekler olarak ise %67'si pizzayı, %47'si hamburgeri, %41'i sandviçleri, %39'u makarnayı, %32'si hamur işleri ve keki, %31'i tuzlu mamülleri, %29'u açayı tercih etmiştir (Revistapegn Globo, 2020).

Tarım ülkesi olan Hindistan' da salgının ilk dönemlerinde olumsuz yönlü sonuçlar ağırlıklı olmuştur. İşletmelerin kapatılıp ihracatta yaptırımların uygulanmasıyla khoya, paneer, chenna gibi yiyeceklerin üretiminin azalması süt satışlarını %40 düşürmüştür (Sharma, 2020), meyve ve sebzelerde %80, yağlı tohum, buğday ve bakliyat %20 oranında zarar meydana gelmiştir (Tiwari, 2020). Beslenme yönelimlerinde de diğer ülkelerde olduğu gibi değişimler gözlenmiştir. Vejetaryenliğe olan eğilim, filizlenmiş tahıllar, süt, chyanprash, sıcak baharat kullanımı ve kaynatma işlemi artmış, ev yemekleri tercih edilmeye başlanıp fast food tüketimi azalmıştır (Anand, 2020).

Salgınla Rus halkının beslenme ve tüketim alışkanlıklarında değişimler meydana gelmiştir. İşletmelerin kapatılması, ekonomi, insanların yiyecek eğilimlerinin

değişmesi beraberinde iç pazarda ve üretim sahalarında farklılaşmayı da getirmiştir. Raik Tsvaan Rus Şirketi'nin genel müdürü Olga Simovich 2020 yılının Nisan ayı başında raf ömrü kısa ürünlerin satın alımının düştüğünü, bu durumun sera mahsullerinin fiyatının düşürüp üretim fazlası duruma getirdiğini ifade etmiştir (Ganenko, 2020). 2019 yılındaki %29 olan sigara içme oranı 2020 yılında %28'e düşmüş (Anonim, 2020), öte yandan Mart ayının sonlarına doğru satışlarda votkada %30, birada %25, viskide %50'ye yakın, şampanyada %5 oranında artış yaşanmıştır (Nielsen; aktaran Yakovina, 2020). Bununla birlikte 2020 yılının ilk yarısında temel mutfak erzaklarının satışlarında artış gözlemlenmiştir. Tavuk %25, hindi eti %13, sosis ve et ürünleri %22, dondurulmuş ürünler %40, tahıllar %27.8, makarna % 18.8 oranlarında satışları artmıştır (TeknoMir, 2020). 2020 yılı genelinde catering hizmetleri taleplerinde de değişimler meydana gelmiştir. Genel olarak trendler incelendiğinde

- Glütensiz, vejetaryen ve vegan yemeklerin yer aldığı etkinlikler teşvik edilmiştir.
- Farklı kültürlerden yemekler olabildiğince birbiriyle karıştırılmıştır. Asya ve Avrupa mutfaklarından yemeklerin karışımı giderek daha fazla kullanılmaya başlanmıştır.
- Çevre dostu ürünlere geçilmiş, yerel çiftçilerle anlaşmalar yapılmıştır.
- Alkollü içkili etkinliklerde yüksek alkollü kokteyllerden düşük alkollü kokteyllere geçiş yaşanmıştır.
- Plastik ürünlerin reddedilmesi, ekolojik dengenin gözetilmesi gibi bilinçli tüketim önem kazanmıştır (Харитоновa ve Климова, 2020).

ABD de diğer ülkelerde olduğu gibi tüketim alışkanlıklarında birtakım değişimler meydana gelmiştir. 2 Nisan 2020 yılında 18-73 yaş arasındaki %50'si kadın %50'si erkek olan 1005 kişinin katıldığı Hunter tarafından yürütülen America Gets Cooking adlı çalışmanın raporundaki ankete göre katılımcıların %54'ü daha fazla yemek pişirdiğini, %46'sı daha fazla fırında yemek pişirdiğini; %50'si yemek pişirme konusunda kendisine daha çok güvendiğini %26'sı daha fazla şey öğrendiğini; %35'i yemek yapmaktan normalde olduğundan daha fazla zevk aldığını, %38'i her zamanki kadar zevk aldığını; %51'i süreç sonrasında da daha fazla yemek pişirmeye devam edeceğini; %44'ü yeni malzemeler keşfettiğini, %50'si yeni markalar ve ürünler

keşfettiğini, %28'i favori malzemesini yeniden keşfettiğini, %47'si sağlıklı yiyeceklerle odaklandığını, %45'i yeni yemekler için ilham aradığını; %39'u sağlıklı yiyecekler tükettiğini, %40'ı daha fazla keyfi yiyecekler tükettiğini ifade etmiştir (Hunter, 2020).

Ülkelerin geneline bakıldığında salgınla birlikte gerek birtakım ürün tüketiminin azalması gerekse normalden daha fazla tüketilmesiyle beslenme kültür olağanlarının dışına çıkılma eğiliminin yaşandığı görülmektedir. Hayatın birçok alanında olduğu gibi beslenme kültürleri de salgından etkilenmiştir.

2.4. Kültür

Kelime günlük hayatta çokça kullanılan bir kelime olmasına rağmen tanımı konusunda netlik bulunmamaktadır. Bunun gerekçesi olarak farklı düşünce sistemleri ve entelektüel disiplinlerde önemli kavramlar için kullanılması gösterilmektedir. Bu disiplinlere tarih, ekonomi, siyasal bilimler, psikoloji, antropoloji ve sosyoloji örnek verilebilmektedir. Kültürün sahip olduğu tarihsel ve sosyal boyut belli bir disipline konu olmasının ötesinde öğrenilebilir ve sürekli oluşundan kaynaklanmaktadır. İçinde bulunduğu zamanda göre değişime uğrayan kültürün varlığını koruması bu yolla gerçekleşmektedir (Oğuz, 2011). Bununla birlikte ne olduğu, kapsamı içeriği hakkında birçok tanımlama ve açıklamaya rastlamak mümkündür. Karagöz ve İşcan (2016), dili, musikiyi, mimari, dağı, taşı her şeyden önce insanı işlemek, bunları ulaşabilecekleri en yüksek, en güzel, en ince noktaya kadar ulaştırmak olarak tanımlamıştır. Schein (2004: 1) hem bireyleri her zaman çevreleyen, başkalarıyla olan etkileşim tarafından sürekli olarak canlı tutulan ve yaratılan, liderlik davranışı tarafından şekillendirilen dinamik bir olgu hem de davranışı yönlendiren ve sınırlayan bir dizi yapı, rutin, kural ve norm olarak ifade etmiştir. Kashmir Üniversitesi (2022), bir grubun kültürünün o grubun değer verdiği, vermediği şeyler, yaşam alışkanlıkları, sanat eserleri, yaptıkları, sevdikleri unsurları içeren yaşam tarzı olup ırksal, dinsel ya da toplumsal bir grubun geleneksel inançları, toplumsal biçimleri ve maddi özellikleri olduğunu belirtmiş antropolojik metinlerde farklı anlamlarda kullanılmakla birlikte genelde sosyal davranış, gelenekler, inançlar, normlar ve entelektüel egemenliği belirtmek için kullanıldığı sonucuna varmıştır. Ferris State Üniversitesi (2022), katılım ve öğrenme yoluyla nesiller boyunca aktarılan grup üyelerinin birbirlerini ve çevrelerini anlamak, bunlarla başa çıkmak ve etkileşimde bulunmak için kullandıkları ve paylaştıkları inançlar, değerler, uygulamalar ve eserler sistemi şeklinde açıklamış Alvesson

(2002:5), sosyal etkileşimin gerçekleşmesi açısından az ya da çok tutarlı bir anlamlar ve semboller sistemi olduğunu belirtmiştir. Aynı zaman da kültür toplulukların gerek günlük gerekse özel zamanlarını etkileyebilme gücü bulunan, normların şekillenmesinde rol alan bununla birlikte çeşitli etkenlerle birlikte kendisi de değişime uğrayabilen karmaşık ve kümülatif bir anahtar olarak tanımlanabilmektedir. Aynı toplulukta bulunan bireylerin birbirlerini kabullenme sürecinde etkili olup aidiyet hissini güçlenmesinde yardımcı olabilmektedir. Değişik kültürlerde farklılıklar olmakla birlikte zamanla melez kültürler ortaya çıkabilmektedir.

Kapsamı ve özellikleri üzerinde birçok açıklamaya rastlanılmaktadır. Kültürün ana unsurları semboller, dil, normlar, değerler ve eserlerdir (Howard Community College, 2022). Haldia Goverment College (2022) temel özelliklerinde bütүнleştirici, öğrenilmesi, paylaşılması, sembolik olması, kalıplara dayanması, dinamik ve evrensel olması noktalarına dikkat çekmiştir.

Spencer Oatey (2022) ise bunlara ek olarak şunları da eklemiştir;

- Farklı derinlik katmanlarında kendini gösterebilmektedir.
- Hem davranış hem davranış yorumlarını etkilemektedir.
- Evrensel insan doğası ve evrensel olmayan bireysel kişilik noktasında farklılık gösterebilmektedir.
- Biyolojik süreçleri etkilemektedir.
- Hem bireysel hem sosyal bir yapıdır.
- Hem etik hem de emik öğeleri vardır.
- Kültürün parçaları belirli bir seviyeye kadar birbiriyle ilişkilidir.
- Değerlendirici değil tanımlayıcı bir kavramdır.
- Bazı milletler ağırlıklı olarak tek bir kültürel grup tarafından iskan edilse de çoğu millet kendi sınırları içinde birden çok kültürü içermektedir.
- Bir grup içinde her zaman hem sosyal hem de psikolojik olarak dağılmıştır. Bundan kaynaklı açıklanması her zaman muallak olacaktır.

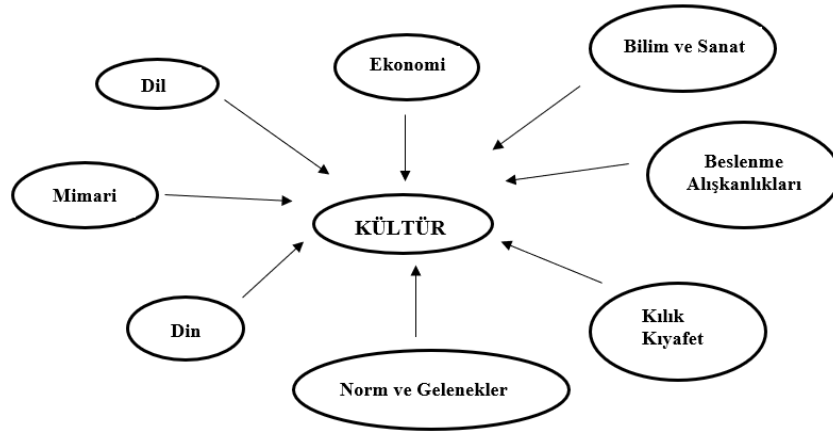
Bunların yanı sıra kümülatiflik, uyumluluk, idealistlik, soyutluluk da kültürün nitelikleri arasındadır. Örf, adet, görenek, inanç gibi unsurları içerdiğinden bireylerin içinde oldukları sosyal yaşama uyum sağlamalarına yardımcı olmakta dahil olunan topluluğun sosyal kalıplarını kurmaktadır (Kashmir Üniversitesi, 2022). Davranış

anlayışlarının, sosyal olayların, kurumların ve süreçlerin yönetilmesinde merkez görevi görmekte, bu fenomenlerin makul ve anlaşılabilir hale geldiği ortam olma özelliği göstermektedir (Alvesson, 2002: 4). Farklı kaynakların kültür için uygun görmüş oldukları farklı niteliklerin bulunduğu anlaşılacakla birlikte genel bazda kültürün toplumları birçok açıdan derinden etkileyebilecek güce sahip, sürekli akış ve değişim içinde, farklı alanlarla iletişim ve etkileşim halinde, toplumsal yönüne ek olarak bireysel tarafının da olduğu fikrinde birleşildiği görülmektedir.

Genel nitelikleri bu şekilde özetlenebilmekle birlikte kültür kendi içinde maddi (somut) ve manevi (soyut) olarak ikiye ayrılmaktadır. Bir toplumun sahip olduğu binalar, araç-gereçler, giysiler vb. somut varlıklar maddi kültür başlığı altında ele alınırken toplumun inançları, gelenekleri, normları, düşünce biçimleri gibi kavramlar manevi kültür unsurları başlığı altında ele alınmaktadır (Türker ve Çelik, 2012). Somut olmayan kültür kapsamına (UNESCO, 2023);

- Sözlü gelenekler ve anlatımlar (Manas destan anlatı geleneği, maniler, destanlar vb.)
- Gösteri sanatları (folklorik danslar, orta oyunu, Karagöz Hacivat vb.)
- Toplumsal uygulamalar, ritüeller ve şöenler (nevruz kutlamaları, kırk uçurma, Hıdırellez ritüelleri vb.)
- Doğa ve evrenle ilgili bilgi ve uygulamalar (ocaklı geleneği, alternatif tıp uygulamaları vb.)
- El sanatları geleneği (Trabzon hasır bilezik örme, halı dokuma, oya işleme vb.) girmektedir.

Hem somut hem de somut olmayan birçok kültür ögesi olmakla birlikte bunlardan bir kısmı Tablo 2.2' de yer almaktadır.



Tablo 2.2. Bazı Somut ve Somut Olmayan Kültür Elementleri

Öte yandan bazı kültürel alanların keskin bir şekilde somut ve somut olmayan kültür sınıfında değerlendirilmesi kesin olmayabilmektedir. Bazı alanlar hem somut olarak işlenmesi hem de sembolik anlamlar taşıması yönüyle her iki sınıfta da dahil edilebilmektedir. Bu alanlardan biri şekil 2.1.'de de bulunan beslenme alışkanlıklarıdır. Hazırlanış süreci ile somut, neticede taşıdığı anlamlar açısından (aşure, keşkek, un helvası vb.) somut olmayan kültür sınıfına girdiği düşünülmektedir.

2.5. Mutfak Kültürü

Beslenme anne karnından yaşlılığa kadar insanın her döneminde önem taşıyan, kişilerin büyüme ve gelişme potansiyellerine ulaşabilmeleri, hastalıklardan korunmaları ve kaliteli bir yaşam sürmeleri için temel bir gereksinimdir. (Şanlıer, 2020:1). Bununla birlikte beslenmenin vazgeçilmezleri olan besin ve yemek beslenmeyle yakın ilişkili olmakla birlikte ona denk değildir. Besin fizyolojik bir ihtiyaçtan daha fazlasına denk olmasının yanı sıra dünyanın farklı yerlerinde uygarlıkların ortaya çıkışı ve bunlar arasındaki bağlantının kurulmasında aracı bir rol üstlenmiştir. Tarihsel süreç içinde toplumların şekillenip yapılanmasında toplumsal örgütlenmenin bir aracı olarak rol almıştır. (Standage, 2020: 12).

Yemekse besinden daha fazlasıdır. İnsanların ne yedikleri coğrafi ve iklim koşullarına bağlı olmakla birlikte onların kültür ve inancına da bağlıdır (Közleme, 2012: 13). Kimlik göstergesi özelliği bulunan yemek pek çok toplumda refahın, zenginliğin ve statü sahibi olmanın bir sembolü olarak görülmüş, birçok ritüellerde başrol oynamış ve insanların uygarlaşma çabalarının da bir kanıtı olmuştur. Toplumsallığı içermekte bu özelliği onu kural oluşturabilen bir noktaya taşımaktadır (Özgen, 2013: 2). Her

kültürde nelerin yenileceği, yenilemeyeceği ve nasıl yenileceği sıkı kurallarla belirlenmiştir. Biz-onlar, aynı- farklı, iç-dış, iyi- kötü, kültür-doğa gibi zıtlıklar düşünüldüğünde yenir yenmez ayrımı en temel ve en önemli ayrımlardan birisidir (Beşirli, 2017: 21). Bu duruma Müslüman nüfus ağırlıklı ülkelerde domuz eti tüketiminin Hristiyan ağırlıklı olanlara göre düşük olması, Uzakdoğu ülkelerinde yemek yeme aleti olan chopstickin diğer coğrafyalardan daha yoğun kullanılması örnek verilebilmektedir. Gıda ve beslenme, değeri dışında bireyler, toplum ve toplumlar arasında farklı alanlar oluşturan, farklı anlamlar, pratikler, ekonomik, sosyal ve kültürel yapılar ve ilişkiler üreten özelliklere de sahiptir (Ünsal, 2020: 13). Burns yemeği haggisle İskoç viskisi olmadan eksik sayılmakta ve anlam bakımından İskoçluk kutlanmaktadır (Ichijo and Ranta 2018:69). Müslümanlar domuz etini reddettikleri ama inek etini tükettiklerinden Hindularca inek katili olarak görülmeleriyle birlikte paryalar öldürülmemiş ama leş olmuş sığırları yiyebilme hakkına sahiptir. (Harris, 2020:20-31). Ananasın İngiltere’de zenginlik ve güçle alakalı olan bağlantısı 1661 yılına kadar dayanmaktadır. Tropikal bir meyve olan ananas İngiltere’nin deniz ticaretinde bir güç olarak yükselmesinin göstergesi sayılmış ve “kralların meyvesi” olarak anılmıştır (Standage, 2020:139-140). Bu ve benzeri örnekler gıda ve beslenmenin söz konusu alanlarla ilişkisinin daha net görülebilmesini sağlamaktadır.

Kültürün parçalardan oluşmaları ve kültür parçalarının birbirleriyle etki tepki içinde bulunmasından, çoğu toplumun bünyesinde farklı dinamikleri içermesinden kaynaklı toplumların farklı yemek alışkanlıkları olduğu, bu durumun mutfakların şekillenmesinde rol oynadığı söylenebilmektedir. Nitekim mutfak sadece bir pişirme biçimi olmadığı gibi yiyeceğin nasıl hazırlandığına ve tüketildiğine dair bir farkındalık da gerektirmekte, aynı zaman da yerel olarak bulunan çok daha çeşitli malzemeler içermektedir. (Civitello, 2019: 3). Gerek besin ve beslenme gerekse yemek ve mutfakın kapsamından yola çıkılarak mutfak kültürü, bir topluluğun iklim, yer şekilleri, bitki örtüsü gibi uzun süreli sabit, uluslararası ilişkiler, ekonomi, popüler akımlar, salgın hastalıklar gibi etkisini hızlı gösterebilen, geçici olabileceği gibi bazı durumlarda kalıcı olabilen kısmi sabit, örf ve adetler, gelenek ve görenekler, normlar gibi toplulukların karakterlerine kadar işlemiş olan ve değişmesi için uzun dönemle baskın öğeler gerektiren dinamiklerle şekillenmiş yeme, içme, sofrada, yemek hazırlama yöntemleri gibi tüm elementleri içeren çok bileşenli, sürekli değişim ve

gelişim içinde olan, akışkan bir kültür sınıfı olarak tanımlanabilmektedir. Günümüzde sosyal, kültürel, ekonomik ve inanç yönüyle birbirinden farklı çeşitli coğrafi ve iklim özelliklerinde yaşayan birçok topluluk yaşamakta her birinin söz konusu sebeplerden kaynaklı çok değişik mutfak kültürleri bulunmaktadır. Kültür alışverişinde bulunmuş değişik coğrafya ve iklimlerde yaşamış birçok medeniyet gibi Anadolu Türk toplumu da kendine has ve zengin bir mutfak kültürü meydana getirerek bu topluluklar arasında yer almıştır (Közlme, 2012: 13).

2.6. Türk Mutfak Kültürü

2.6.1. Orta Asya Türk Mutfak Kültürü

Arkeolojik kazılar ve Çin kaynaklarına göre Türk tarihini M.Ö. 2500 yıllarına kadar izini sürmek mümkün olmaktadır (İzgi, 2020: 65). Tarihleri boyunca çok geniş coğrafyada yaşamış olup bir kısmı Orta Avrupa'da bir kısmı Çin'in kuzeyinde devletler oluşturmuştur. Eş zamanlarda İran'ın doğusu ve Hindistan'a kadar uzanan alanda başka bir Türk devleti de var olmuştur (Taşağıl, 2023: 11). Türklerin tarihlerinin ilk dönemlerinde göçebe oldukları, birçok topluluk ve devletle etkileşim halinde oldukları bilinmektedir. Tarihi çok eskiye dayanan bir zaman diliminden bu yana birçok kültürle tanışmış, milletle komşuluk yapmış ve onlarla iç içe yaşamışlardır. Bu kültürel alışverişler yanında, yiyecek çeşitlerinin bolluğu, gelenek ve görenekler gibi faktörler de zengin bir mutfak oluşmasına yardımcı olmuştur (Sürücüoğlu ve Özçelik, 2007). Türklerin yemek kültürlerinin oluşumunda genel olarak yerleşik yaşama geçmeleri, İslamiyet'i kabul etmeleri ve Anadolu'ya gelmeleri etkin rol oynamaktadır. Bu temel süreçlerde Türklerin yeme-içme kültürlerinde değişimlerin yaşandığı görülmektedir. Öncelikle Türklerin göçebe yaşamdan yerleşik yaşama geçmeleri, onların hayvansal ürünlerin dışında tahıl ve bitkilerle tanışmasını sağlamıştır. Öte yandan ihtiyaç duydukları bu bitkilerin etrafına yerleşip, bunların üretmeyi öğrenmişlerdir (Kızıldemir, Öztürk ve Sarıışık, 2014). Bununla birlikte göçebe dönemde de bir yemek kültüründen söz edilebilmektedir. Orta Asya'nın sert bir iklime ve verimsiz topraklara sahip olmasından ötürü tarıma çok elverişli olmayan bu bölgede, hayvanlarını daha iyi otlatabilmek için göçebe bir yaşam tarzını benimsenmiştir. Tarımla fazla ilgilenmemiş olan eski Türklerin mutfaklarında hayvansal gıdalara ağırlık verilmiş en önemli besin kaynaklarını et ve süt oluşturmuştur (Demirgöl, 2018). Dağınık topluluklar halinde yaşadıkları ve kabile

konfederasyonları biçiminde devlet kurdukları dönem boyunca çevrelerindeki üç büyük yerleşik kültürle (batıda İran, güneyde Hindistan, doğuda Çin’le) sürekli etkileşim halinde olmuş bu durum mutfak alışkanlıklarına da yansımıştır (Gürsoy, 2019: 73). Bozkır hayatı söz konusu olduğundan pastırma, sucuk, et tozu, gibi dayanıklı gıdalara eğilim olmuş ancak göçebe hayat ve bakımının zorluğundan kaynaklı büyükbaş hayvanlara çok rağbet edilmemiştir. Tereyağı temel besin kaynağı olmuş, ekmek çok tercih edilmemiş süt, ayran, yoğurt ve kurut da tereyağı gibi sofralarda yer almıştır (Közleme, 2012: 153-159). Kışın beslenmeleri için yem bulma sorunu yaratan ve göçebe hayatı için yeterince güçlü olmayan büyük başların aksine küçükbaş hayvancılık beslenme alışkanlıklarında demirbaşlardan birisi durumuna gelmiştir (Alpargu, 2008: 18). C vitamini içeriğiyle ön plana çıkan kısırak sütü hayvansal ağırlıklı beslenme sisteminin tamamlayıcısı görevini görmüş, bundan yapılan, farklı türleri de bulunan alkollü bir içecek olan kımız da Orta Asya Türklerince tüketilmiştir (Gürsoy, 2019: 80-81).

Türkler göçebe hayatını yaklaşık 762 yılından sonra bırakarak yaşam tarzlarını şehir düzenine doğru evrilmişlerdir (Beşirli, 2017: 227). Bununla birlikte yerleşik hayata geçilmesiyle birlikte göçebe kültürü tamamen bırakılmamış yerleşik hayat kültürü ile karışmış yeni bir tablo ortaya çıkmıştır. Göçebe yaşamına uygun olarak Orta Asya’da at, koyun, yaban kazı, sığır; buğday ve mamullerinden yapılan yufka, açma börek ya da diğer hamur işleri; süt, yoğurt, kımız, ayran ve tarhana kullanılmıştır (Halıcı, 1999: 6). Sebze ve meyve tüketimi de söz konusudur. Sebzelerden kabak, pancar, havuç, soğan, patlıcan, dağ ıspanağı, ısgun, salatalık gibi bitkiler bilinmekte bezelye, bakla gibi bitkiler ise burçak ya da börülce olarak toplu bir şekilde anılmaktadır. Bununla birlikte sebze tüketiminde çok fazla rağbet edilmemiştir. Öte yandan aynı durum meyveler için söz konusu değildir. Erik, şeftali, üzüm, zerdali tüketimine rastlanılan meyveler arasındadır (Alpargu, 2008: 21-22).

Tüm bu bilgiler ışığında Orta Asya Türk mutfağı hakkında kendi içinde göçebe ve yerleşik hayat olmak üzere 2 döneme ayrılabilceği küçük baş hayvancılık ve tahılın ön plana çıktığı, peynir, yoğurt, kımız gibi fermente süt ürünlerinin; sucuk, pastırma, et tozu gibi işlenmiş et ürünlerinin ya da işlenmemiş et, tereyağı, don yağı gibi ham hayvansal ürünlerin bilinip tercih edildiği anlaşılmaktadır. Sebze ve meyvenin hayvansal gıdalar kadar ön plana çıkamamakla birlikte tamamen reddedilmediği

görülmektedir. Bununla birlikte Orta Asya'dan göçle birlikte farklı kültürlerle tanışmanın ve İslamiyet'in mutfak alışkanlıkları üzerinde de etkisi olmuştur.

2.6.2. Selçuklu Mutfak Kültürü

Türk mutfağı, yerleşik hayata ağırlık verilmesi, İslamiyet'in etkisi ve Selçukluların Anadolu'ya gelmesiyle daha da derinleşmeye devam etmiştir (Erdoğan, 2010). Orta Asya'dan başlayan göç süreci boyunca geçtikleri bölgelerden ve iskan etmiş oldukları Anadolu'nun mutfak kültürünün esintilerini kendi mutfaklarına yansıtmışlardır (Durlu Özkaya ve Cömert, 2017: 19). Göçebe geleneğinin devamı olarak eskiden beri Türkler arasında yaygın olarak tüketilen et, süt ve süt ürünleri, bunların yanı sıra tahıllı ve unlu mamuller, değişik türde elde edilen yemekler, oldukça zengin meyve kültürü, tatlılar, şerbetler, turşular ve içki çeşitleri, mutfağın ana malzemelerini oluşturmuştur (Şahin, 2008: 55). Bununla birlikte karşılaştırıldığında bu dönemde bitkilere önceki dönemlerden daha fazla yer verilmeye başlanmış (Közleme, 2012: 166), baharat olarak ise en çok tuz tercih edilmiştir (Seçim, 2018). Kuşluk ve akşam yemeği olmak üzere 2 öğün yemek yeme alışkanlığı olan bu dönemde yiyecekler konusunda olabildiğince şatafattan uzak durulmaya çalışılmıştır (Gürsoy, 2019: 83). Bununla birlikte aynı dönem içinde bulunan Mevleviliğin kendine özgü bir mutfak kültürü oluşturduğu ve bunların Türk mutfak alışkanlıklarını gerek manevi gerekse pratikte etkilerine rastlanıldığı bilinmektedir. Günümüzde Türkiye'de Mevlevi mutfak geleneklerinin izlerine rastlamak mümkündür.

2.6.3. Osmanlı Mutfak Kültürü

Osmanlı mutfağı; Orta Asya, İran, Ortadoğu ve Anadolu'nun zengin mutfakları üzerine kurulmuş ve genişleyen imparatorluğa dahil edilen halkların yerel mutfaklarından etkilenmiştir. Coğrafi etkenlerden kaynaklanan bölgesel farklılıklar ve farklı dinlerin beslenmesiyle ilgili kısıtlamaları dışında Osmanlı topraklarında yaşayan Müslümanlar, Hristiyanlar ve Yahudiler zaman içerisinde özünde ortak bir mutfağı paylaşmaya başlamıştır. Pek çok kültürün meydana getirdiği bu mutfak, 16. yüzyıla gelindiğinde belirgin bir Osmanlı kimliğine kavuşmuştur (Işın, 2020: 33). Tarihsel süreçten bakıldığında ise Orta Asya'dan Anadolu'ya göçen kavimlerle birlikte şekillenmeye başlamış, özellikle Anadolu Selçuklu mutfağından, İslamiyet'in kabulüyle İslam anlayışından, Fatih döneminde İstanbul'un fethi ve beraberinde Bizans ile olan ilişkilerden etkilenerek zengin bir kültürel birikim halini almıştır. Orta

Asya göçebe yaşam tarzının etkisiyle et yemekleri, süt ve süt ürünleri, yağlı yemek anlayışı ve tereyağının yoğun kullanımı, yoğurt ve kaymak tüketimi, döner ve kebab çeşitlerinin yaygınlığı, şerbetler ve baklava gibi şerbetli tatlılar, kayısı, elma ve kurutulmuş meyveler hemen hemen her dönemde etkisini göstermiş, balık ürünleri, soslar ve çeşitli içkiler, domates, biber gibi bazı sebzeler özellikle son dönem Osmanlı mutfak kültüründe yer almıştır (Yiğit ve Ay, 2016: 8-22). Mutfak Arap ve Fars etkisiyle baharat, Rumların etkisiyle zeytinyağlı yemekler açısından zenginleşmiştir (Karataş, 2018). Turunç suyu, limon suyu, ekşi üzüm, nar ekşisi, erik, sumak ve yoğurt gibi ekşi tatlar birçok yemekte kullanılmış, ballı veya şekerli pilav ve kuru meyveli etli yemekler gibi tatlı-tuzlu tatlar benimsenmiştir. Pekmez ya da şekerle pişirilen ve tatlılı et denen yemek 20. yüzyıla kadar varlığını sürdürmüştür. Çorbalar ve sulu tencere yemekleri çok çeşitli olup silkme, bastı gibi etli ve sebzeli tencere yemekleri kendi sularıyla birlikte sunulmuştur. Sos ayrıca eklenen bir unsur olmayıp yemeğin bir parçası halindeydi (Işın, 2020: 44). Osmanlı yemek öğünleri de tıpkı Selçuklularda olduğu gibi kahvaltı ve kuşluk olmak üzere iki öğün yemek yenilmiştir. Yemek sınıflandırılması ise farklı içerik ve tekniklerle yapılmış olan çorbalar temel öge olan ve genellikle kuzu ile koyun tercih edilen et, başlıca yemek olan pilav, geniş bir meyve- sebze skalası, birçok ekmek ve baharatlar olarak yapılabilmektedir (Durlu Özkaya ve Cömert, 2017: 32-34).

Genelleme yapıldığındaysa Osmanlı mutfağı saray ve Anadolu diye ikiye ayrılabilirdi, Anadolu mutfağının saray mutfağına göre çok daha mütevazı olduğu bilinmektedir. Öte yandan Osmanlı devletinin kuruluş döneminde tıpkı Selçuklu ve beylikler döneminde olduğu gibi israftan kaçınma, geleneksel yerel ürünlere eğilim görülmesi ve sadelik ön plana çıkmaktadır. Klasik dönem olarak da anılan Yükseliş dönemiyle saray mutfağında örgütlenmenin gerçekleşmesi, damak zevkinin incelenmesi ve çeşitliliğin artmasıyla beslenme kültüründe değerli gelişmeler yaşanmıştır (Közlme, 2012: 185-190). Tanzimat sonrasında ise Batılaşmanın etkisiyle 19. yüzyılın başından beri etkisi görülmekte olan Fransız ve geleneksel Türk mutfağı şeklinde yürütülmüş saray mutfağı giderek geleneksel ayaktan uzaklaşarak Batı düzenine yönelmiştir (Solmaz, 2018).

Osmanlı saray mutfağında gıdalar kadar gıdaların kalitesi de önemlidir. Ürünlerin sınıflandırılması genel olarak koyun ve kuzu eti, kümes ve av hayvanları, balıklar,

tahıllar, süt ve süt ürünleri, kuru baklagiller, katı ve sıvı yağlar, şeker ve bal, baharatlar, kuru ve yaş meyveler, sebzeler olarak yapılabilmektedir. Dana etine yaygın olarak rastlanmazken ilerleyen zamanlarda sultanın mutfağına için ördek, kaz, bıldırcın gibi av hayvanları dahil edilmiştir (Samancı, 2008). Safran, zencefil ve tarçın makul miktarlarda kullanılmış karabiber ve baharın ise bütün yemeklerde bulunup farklı miktarlarda eklenmiştir (Reindl Kiel, 2016: 85). Bununla birlikte safranla benzer bir rengi saplayabildiğı için yerine zerdeçal kullanıldığına da rastlanılmaktadır (Ayyıldız ve Sarper, 2019). Yemekler daha önceki yüzyıllarda olduğı gibi bakır tencerelerde pişirilmiş, bir kısım mutfak gereçleriyle tahta olarak tercih edilmiştir. Yemek masası yerine sini kullanma alışkanlığı 19. yüzyılda da sürmüş, porselen sofa takımları buralarda yer almıştır (Samancı, 2016: 201-204).

Osmanlı halk mutfağı için ise çok daha mütevazı bir mutfak söz konusudur. Kuşluk ve akşam olmak üzere 2  g n yemek yiyen halk bunu dışında bayram, sahur, nişan, mevlit gibi özel gün ve zaman dilimlerinde de yemek yemiştir. Bu durum Osmanlı halk mutfağının şekillenmesinde dinin oldukça etkili olduğunun bir göstergesidir (Közleme, 2012: 222). Halk için pirinç lüks olarak görülmüş (Emecen, 2016: 117), düğün, sünnet, bayram ya da saygın misafirlerin onuruna verilen yemekler dışında nadiren hayvan kesilmiş ve yenilmiştir (Işın, 2020: 78). Kuşluk yemeğinde ayran içine ekmek doğranmış, un ya da buğday lapası yenilmiştir. Akşam yemeğine kadar acıkan birisi genellikle açlığını bastırmak için meyve, ceviz, muhallebi gibi gıdalar atıştırmış, farklı bölgeleri gezm ş olan seyyahlar ise hamsi, çeşitli sebzeler, yoğurt, ekmek, soğan, etli pilav, börek gibi ürünlerin yenildiğini belirtmiştir (Gürsoy, 2019: 129-131). Bu noktada Anadolu mutfağının şekillenmesinde çeşitli bölgelerden çeşitli ürünler tedarik edebilen, gerektiğinde ülke dışından da ithal gıda getirebilen Osmanlı saray mutfağının aksine coğrafyanın önemli bir konumda olduğı yorumu yapılabilmektedir. Anadolu sınırları içinde aynı anda Akdeniz, Karadeniz, karasal ve karma iklimlerin varlığı göz önüne alınırsa Osmanlı halk mutfağının genel bazda oldukça çeşitli ve etnik olduğı tahmin edilmektedir.

2.6.4. Cumhuriyet Sonrası Türk Mutfağı

Türkiye Cumhuriyeti'nin kurulmasının ardından Osmanlı mutfak kültürü İstanbul'da varlığını kısmen de olsa devam ettirmiştir (Közleme, 2012: 234). Bununla birlikte yaşanılan birçok olay ve dinamik Türk mutfak kültürünün değişmesine yol açmıştır.

Bu nedenler arasında Türk kadınının çalışma hayatına girmesi, turizm, fast food, kitle iletişim araçları, gıda endüstrisindeki gelişmeler, göç ve kentleşme ve Batı kültürünün etkisi sayılabilmektedir (Önçel, 2015).

Temel olarak bu dönem İstanbul ve Anadolu mutfağı diye ikiye ayrılabilir. İstanbul çok uluslu bir yapıda olduğundan bu durum mutfak kültürüne de yansımıştır. Anadolu mutfağı da yörelere göre farklılık göstermekte öte yandan fast food ürünleri giderek yaygınlaşmaktadır. Osmanlıya kadar görülmekte olan iki öğün yemek yeme alışkanlığı üçe çıkmıştır. Hayvani yağlar giderek azalmış olup daha çok ayçiçek, margarin ve zeytinyağı tüketilmeye başlanmıştır. Anadolu mutfağının simgesi olan ve çok tüketilen bazı yiyecekler, döner, pide, lahmacun, simit, gözleme, börek, dürüm, köfte, yahni, tandır, kebaplar, balık çeşitleri, pastırma, sucuk, çeşitli peynirler, zeytinler ve bazı sakatatlar ülkemizin genelinde tüketilmektedir. Mercimek, nohut, pirinç en yaygın bakliyatlar olup ülke genelinde içilen çorba çeşitlerine, mercimek, ezogelin, tarhana, işkembe, tuzlama ve domates çorbaları örnek verilebilmektedir. Tatlı çeşitliliği bu dönemde artmış olup, muhallebi, baklava, kadayıf, sütlaç, tulumba, lokma, lokum, yaş pasta ve çeşitli kurabiyeler fazlaca tercih edilmektedir. İçeceklerin başında ayran bulunmakta öte yandan küreselleşmeyle kola gibi içecekler ve alkollü ürünlerinin üretiminin serbest kalmasıyla rakı, şarap, bira, votka, konyak, cin gibi içecekler de içilmektedir. Ayrıca deniz ürünleri, kırmızı et, beyaz et ülkemizde bölgelere göre tüketilen ürünler arasındadır (Kızıldemir ve diğerleri, 2014). 1950' li yıllarda Anadolu'dan İstanbul'a olan göçlerle İstanbul hızlı bir şekilde Anadolu mutfağıyla tanışmaya başlamış 1980 sonrası ekonominin yurt dışına açılmasıyla kentlere ithal ürünler girmiştir (On Dokuz Mayıs Üniversitesi, 2023). Günümüzde tüm dünya mutfaklarında olduğu gibi Türk mutfağı da şekillenmeye devam etmektedir. Bu değişimlere yukarıda sayılan nedenlere ek olarak farklı sebepler de bulunmaktadır. Öte yandan değişimlerin ve kültür oluşumun temellerinden birini coğrafya oluşturmaktadır.

2.7. Coğrafya

Coğrafyanın başlangıcı öğrenmenin temel alanlarından biri olduğundan antik döneme dayanmaktadır (Mitchell ve Murphy, 1991). Geo (yer) ve graphien (tasvir) kelimelerinin birleşmesinden meydana gelmiş olup geniş içeriğinden ötürü bilim insanları tarafından farklı tanımlamalarla açıklanmaya çalışılmış bir alandır (Meydan,

2018: 2). Bilgili ve Kocalar (2020) “insan ve mekânı iç içe gören; tüm olay, olgu ve faaliyetleri mekânsal perspektiften okuyan; insan-mekân etkileşiminin ortaya çıkardığı sonuçların neler olduğunu anlamaya, yorumlamaya ve açıklamaya çalışan sosyal bir disiplin” olarak açıklamıştır. Emekli (2006) “yeryüzünün insanın yaşam alanı olarak araştıran, insan ve mekan ilişkilerini inceleyen bilim dalı” olarak ifade etmiştir. Birçok başlığı bünyesinde barındırdığından insanların inançlarına, kılık kıyafetine, karakterine, fizyolojik yapısında etkin rol oynadığı gibi beslenme alışkanlıklarına da etki edebilmektedir (Kaya, 2020: 86). Yiyecek tercihleri konusundaki kültürel araştırmalar ilk zamanlardan bu yana insan topluluklarının ait hissettikleri, doğal ortamları gibi gördükleri alanların simgesel olarak kurulmuş toplumsal alanları olduğunu göstermektedir (Beşirli, 2017: 21). Bu noktada coğrafyanın önemi anlaşılabilmektedir. Yiyecek üretim ve paylaşma süreçleri, birey ve grupların aidiyet, birlik ve dayanışmasını güçlendirdiği kadar, hemen her toplumda, sosyal tabakalaşma, farklılık ve ayrıcalıkların oluşma ve yerleşmesinde önemli bir rol oynamıştır (Ünsal, 2020: 14). Coğrafyadan kaynaklanan ayrışmalar gerek beslenme alışkanlıklarında gerekse diğer toplumsal geleneklerde farklılıkların oluşmasında rol oynamaktadır. Farklı coğrafi özelliklere dolayısıyla kültürel yapılara sahip ülkelerle komşu olması, bünyesinde farklı iklim ve bitki örtüsünü barındırması, farklı ırkları içermesi gibi birçok coğrafi niteliklerden kaynaklı Türkiye içindeki coğrafi bölgelerde geniş bir özellikler skalasına rastlanılmaktadır.

2.8. Coğrafi Bölgelere Göre Türk Mutfağı

2.8.1. Karadeniz Bölgesi

Karadeniz Türkiye’nin kuzeyinde yer alan ve doğu-batı yönünde yayılım gösteren bölgeyi kapsamaktadır. Kendi içinde doğu, batı ve orta olmak üzere 3 parçaya ayrılmaktadır.

Doğu Karadeniz Bölgesi’nin toprakları akarsular tarafından parçalanması, engebeli ve eğimin fazla olmasıyla kısa mesafede yükseltide görülen artışlar gibi topografik şartlar hem yerleşme ve tarım alanlarını sınırlandırmıştır (Uzun ve Yomralıoğlu, 2005). Doğu Karadeniz dağları kıyıdan itibaren hızla yükselmekte denizden yaklaşık 35-40 km içerilerde 3500 m’yi aşan zirvelere ulaşmaktadır (Uzun, 2007). Bölge yıl boyunca her mevsim yağış aldığından kuraklığın görünmediği, ülkenin en fazla yağış alan coğrafi bölgesi olup yıllık toplam ortalama yağış miktarı 842.6 mm’dir (Bahtiyar Karadeniz

ve diğerleri, 2018). Bitki coğrafyası bakımından Avrupa-Sibirya floristik bölgesinde yer almaktadır. Sahil alanları ile iç kesime doğru bakıldığında ana vejetasyon tipleri yönünden dikkati çekenler başta orman vejetasyonu olmak üzere pseudomaki, step ve Alpin vejetasyonlarıdır (Kahveci ve diğerleri, 2018).

Orta Karadeniz Bölgesi dağları, Batı ve Doğu Karadeniz bölgesi dağlarına göre daha fazla genişlik kazanmakta ve bu durum yükseltilerinin azalmasına yol açmaktadır. Genel coğrafyasında kıvrımların sıkıştığı yerlerde yükselti artmakta; genişlediği yerlerde ise azalmaktadır (Özçağlar, 2015). Bölgenin iç kesimlerinde dağlık ve tepelik alanlara, akarsular tarafından yarılmış boğaz ve vadilere rastlanılmaktadır (Gür, 2019). Orta Karadeniz Bölgesi'nde karasal iklim tipi görülmekte ortalama yıllık sıcaklık 13.5 °C, nem %67.4 olarak seyretmektedir. İç doğu yayılım gösteren bölgede dağların yerleşimi nedeniyle yağış miktarında azalmalara rastlanılmakta yıllık 700 mm' ye kadar azalıp, batıya doğru 1000 mm üzerine çıkabilmektedir. Kış Batı Karadeniz'den biraz daha sıcak, fakat Doğu Karadeniz'den daha serin; yaz ise Batı ve Doğu Karadeniz'e nazaran daha sıcak ve az yağışlı geçmektedir (Özçağlar, 2015).

Batı Karadeniz Bölgesi'nde yeryüzü şekilleri ve iklim açısından birliğe rastlanılmamaktadır. Bölgenin genelinde Karadeniz iklimine rastlanılmakla birlikte iç kesimlerinde karasal iklim hakim olmaktadır. Kışlar kıyı kesimlerde ılık, iç kesimlerde soğuk ve karlıdır. Yazlar ise kıyılarda ılık ve yağışlı, iç kesimlerde daha az yağışlıdır (Partal ve Yavuz, 2020).



Harita 2.1. Karadeniz Bölgesi Haritası

(Saygılı, 2020)

Bölgedeki meyve üretimi Türkiye için önemli bir konuma sahiptir. Çayın %100'ü, fındığın %66'sı burada üretilmekte bunların yanı sıra üzüm ve üzüksü meyveler, kivi ile ceviz de değerli bir noktadadır (Öztürk ve Serttaş, 2018).

Doğu Karadeniz Bölgesi'nde sebze üretimi oldukça sınırlı olup kara lahana, pazı, taze fasulye ve balkabağı ön plana çıkmaktadır. Öte yandan meyve üretimi sebze üretimine oranla daha iyi durumdadır. Çay, kivi, fındık başta olmak üzere muşmula, elma, kızılıçık, ceviz, dut, Trabzon hurmasının tarımı yapılabilmektedir (Doğu Karadeniz Kalkınma Ajansı 2014:99-100). Rize-Trabzon yöresinde kivi, Trabzon hurması, mandalina portakal, kızılıçık, mısır ve tütün tarımı yapılabilirken Giresun-Ordu yöresinde daha çok fındık ön plana çıkmaktadır (Durmuş ve Yiğit, 2003).

Batı Karadeniz Bölgesi ekim alanları ve verimliliği Türkiye geneli ile karşılaştırıldığında endüstri bitkilerindeki birim başına düşen verimin oldukça yüksek olduğu görülmektedir. Bununla birlikte yağlı tohumlardaki verimde tersi bir durum söz konusudur. Tarla ürünleri ekiminde ilk sırayı buğday alırken onu sırasıyla arpa, mısır, şeker pancarı, nohut, fiğ gibi ürünler izlemektedir. Ülke içindeki oranı göz önüne alındığında fiğ, pirinç, sarımsak, kuru soğan, yeşil mercimek, mısır ve tütünün değerli bir konuma sahip olduğu anlaşılmaktadır. Üretimi açısından sebzelerden domates, hıyar, karpuz, lahana, biber, barbunya fasulye; meyvelerden sert kabuklular, taş çekirdekli, yumuşak çekirdekli ve üzüm, meyveler dikkat çekmektedir (Tarım ve Köy İşleri Bakanlığı, 2007c: 97-111). Endüstriyel bitki ürünlerinin üretimi açısından kenevir, soya, tütün, keten, kolza, ayçiçeği ön plana çıkmaktadır (Durmuş ve Yiğit, 2003). Arıcılığın yaygın olduğu bölgede aynı zamanda büyükbaş hayvan yetiştiriciliği için gerekli olan şartlar da elverişlidir.

Bölge mutfağının oluşmasında birçok element bulunmaktadır. Mutfak kültürü şekillenirken Batı Karadeniz'de Marmara, Doğu Karadeniz'de ise Kafkaslar etkili olmuştur (Gürsoy, 2013: 88). Türk mutfak kültürünün etkili olduğu, Kafkas, Gürcü ve Rum mutfaklarından da izlerin taşındığı (Şengül ve Türkay, 2022: 143) bölgede insanların zor şartlarda hızlı bir hayat yaşadığı için yöre yemekleri genellikle az malzemeyle ve hızlı bir şekilde hazırlanmaktadır (Kabak, 2018). Kıyı kesimlerde yerleşimin olması ağırlıklı olarak balık ile hazırlanan yemeklerin yapılmasını, fazla yağış alması ise çeşitli ot ve sebze üretimi ile bahçe sebzeciliğinin gelişmesini sağlamaktadır (Kızılırmak ve diğerleri, 2014). Buralarda balık, kara lahana ve yöresel otlarla yapılan çorbalar öne çıkarken iç kesimlerde tarhana tüketimi daha çok tercih edilmektedir (Anonim, 2024). Karadeniz'in deniz kıyısı ve iç kısımlarındaki mutfak karşılaştırıldığında ise deniz kıyısı kesiminin deniz ürünleri ağırlıklı olduğu dağ

eteklerinde kurulan köy ve kasabalarda ise hayvansal ve bitkisel ürünlerinin harmanlanmasıyla bir mutfak oluşturulduğu görülmektedir (Kabak, 2018). Çakmak ve Sarıışık'ın (2017) yaptıkları çalışmaya göre bölgenin ana yemek sayısı Türkiye genelinden daha az olup sebze ve meyve ağırlıklıdır. Et olarak küçükbaş ve hamsi tercih edilmekte olup yağlar hayvanlardan ve bölgede yetiştirilen bitkilerden elde edilmektedir. Yoğun olarak kullanılan gıdaların önem sırası ise karabiber, sıvıyağ, tereyağı, kuru soğan ve domates salçası olarak saptanmıştır. Günün her öğününde yenilebilen kavurmalar ise bölge mutfağında oldukça değerli bir konuma sahiptir (Şengül ve Türkay, 2022: 144). Az yağda kızartma, sacda kavurma, fırınlama, yahniyle tandırın yanı sıra doğranmış taze ya da salamura sebzelerin az haşlandıktan sonra soğanla az yağda sotelenerek yapılan ve Karadeniz bölgesine özgü olan diblemeler bölgede oldukça sık tercih edilen pişirme yöntemlerindendir (Gürsoy, 2013: 88).

Karadeniz Bölgesi mutfağıyla anılan yemeklere puçuko, Der pazarı Pidesi, Akçaabat Köftesi, Hamsiköy Süt lacı, Alucra Oğlak Kebabı, Akkuş Şeker Fasulyesi, Bafra Pidesi, Samsun Kaz Tiridi, Sinop Nokulu, Araç Akdene Göce Çorbası, Taşköprü Kuyu Kebabı, Bartın Ağda Tatlısı, Zonguldak Malay Yemeği, Akçakoca Melengücceği Tatlısı, Yufkalı Konuralp Pilavı örnek verilebilmektedir (Coğrafi İşaret Portalı, 2024).

2.8.2. Akdeniz Bölgesi

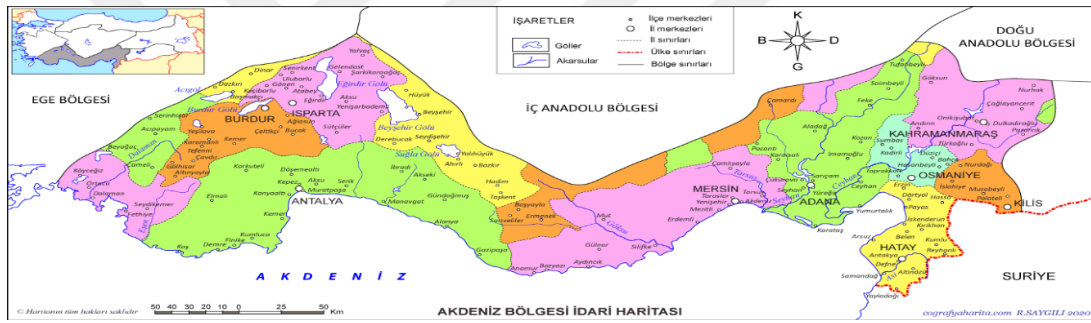
Akdeniz Bölgesi, Türkiye'nin güneyinde yer alan doğu-batı yönünde yayılım gösteren ve Akdeniz ile bağlantısı olan bölgeyi kaplamaktadır.

Türkiye'nin içinde bulunmuş olduğu Doğu Akdeniz oldukça engebeli bir araziye sahip olup dağlar neredeyse bölgenin tamamında kıyı şeridi boyunca uzanmaktadır (Bottenberg ve diğerleri, 2006). Araya giren veya denize kavuşan ovalara ve basamaklı düzlüklere rağmen, söz konusu durumdan ötürü düzlükler içeri kadar sokulabilme imkanı bulamamıştır (Özçağlar, 2012). Bununla birlikte dağlık arazinin arasında deniz etkisini alamayan alçak bölümler de vardır. Dağlık araziye yarıp geçen vadiler boyunca deniz etkisi içerilere sokulabilmektedir. Bu yapısından dolayı Türkiye'nin Akdeniz Bölgesi birbirinden farklı yetiştirme ortamı bölgelerini kapsamaktadır (Kantarıcı, 2014).

Akdeniz iklimi kavramı, ılıman yağışlı kışlar ve ılıkla sıcak arasında değişebilen kurak yazlar ile karakterize edilmektedir. Kıtaların batı taraflarında 30° ile 40° enlemlerinde meydana gelebilmesiyle birlikte özünde Akdeniz bölgesine özgü bir iklim türüdür

(Lionello ve diğerleri, 2006). Bunlara ek olarak Türkiye'nin kıyı kesimlerinde kar ve don olayları oldukça nadir görülmekle birlikte yüksek kesimlerde kar ve yağış görülmesi olağandır.

Kıyı kuşağının doğal bitkisini, sıcaklık ve ışık isteği yüksek ve kuraklığa dayanıklı olan kızıl çam ve bunların tahrip edildiği yerlerde her zaman yeşil olan makiler oluşturmaktadır. Yüksek yerlerde ise iğne yapraklı karaçam, sedir, ve köknar ormanları hakimdir (Şensoy ve diğerleri, 2008). Akdeniz Bölgesinde orman formasyonunun yayılış alanları Toros Dağları ve Amanos Dağları'dır. Yılın yarısına yakın bir kurak devrenin mevcut olduğu bölgede hakim orman formasyonunu kuru ormanlar oluşturmaktadır. Kıyı kesimine oranla daha nemli ve serin iklim özelliklerinin görüldüğü Toros dağlarının yüksek seviyelerinde yarı nemli ormanlar bulunmaktadır (Günel, 2013).



Harita 2.2. Akdeniz Bölgesi Haritası

(Saygılı, 2020)

Kıyı kesimlerde başlıca olarak pamuk, susam, yer fıstığı, turuncgiller, muz, zeytin, incir ve üzüm yetiştirilmekte; Göller ve Teke yörelerinin iç kesimlerinde daha çok kuru tahıl tarımı yapılmaktadır. Tahıl tüketiminde ilk sırayı buğday alırken bulgur, kuskus, yarma, firig gibi buğday ürünleri de tüketilmektedir Zeytin ve zeytinyağı ise tahıllardan sonra en çok tüketilen ürünler arasındadır. Akdeniz'in deniz ürünleri verimliliğinin düşük olması nedeni ile doğuya doğru gidildikçe balık avı azalmaktadır (On Dokuz Mayıs Üniversitesi, 2023).

Türkiye'nin meyve üretiminin %11'i Akdeniz Bölgesi'nin alt sınıflarından olan TR61 bölgesinden sağlanmaktadır (Yalvaç Ticaret ve Sanayi Odası, 2023). Özellikle arenanın kuzey kesimlerinde ön plana çıkan meyvecilik kapsamında elma, portakal, mandalina, muz, armut, nar, çilek gibi ürünler yetiştirilmektedir. Sebzelerdense sofralık domates, hıyar, dolmalık ve sivri biber, patlıcan, sakız kabağı, taze bakla,

karnabahar, brokoli ve kültür mantarı üzerine yoğunlaşma görülmektedir (Batı Akdeniz Kalkınma Ajansı, 2014: 53-54). TR61 bölgesi 2017 verilerine göre ise tarım alanlarından en fazla pay tahıllara ait olup organik tarım diğer tarım dallarına göre en az paya sahiptir (Dede, 2020). TR63 bölgesi ise Hatay, Kahramanmaraş ve Osmaniye illerini kapsamaktadır. Hatay’da dört mevsim de tarım yapılabilmekte olup özellikle meyve, sebze ve zeytinlik alanlar Türkiye’nin oldukça üstünde yer almakta hayvancılıkta ise kanatlı hayvanlar göze çarpmaktadır (Doğu Akdeniz Kalkınma Ajansı, 2024a). Hayvansal üretimde en yüksek pay yumurtaya sahip olup ardından kırmızı et, beyaz et, süt ve bal gelmektedir (Türkiye Cumhuriyeti Hatay Valiliği, 2024). Kahramanmaraş’ta buğday, kırmızı biber, çerezlik ayçiçeği üzüm, ceviz ve kayısı üretimi önem arz etmekte büyükbaş hayvancılık giderek değer kazanmaktadır (Doğu Akdeniz Kalkınma Ajansı, 2024b). Osmaniye’de buğday, yer fıstığı, mısır, ayçiçeği, soya ve turp dikkat çekmekte ayrıca yağlık zeytin, portakal ve kiraz ön plana çıkmaktadır. Yer fıstığı ve ürünleri, zeytin işleme ve zeytinyağı, un ve unlu mamuller, ilin ekonomisinde azımsanamayacak bir değere sahiptir kazanmaktadır (Doğu Akdeniz Kalkınma Ajansı, 2024c).

Akdeniz Bölgesi beslenme alışkanlıkları kendine has olup sadece Türkiye ile sınırlanmamaktadır. Bununla birlikte Akdeniz diyeti çeşitli elementlere bağlı olarak bölgeden bölgeye değişiklik gösterebilmektedir. Olabildiğince az işleminden geçirilmiş, mevsimsel ve taze, yerel olarak yetiştirilmiş meyve, sebze, tam tahıl, sert kabuklu yemiş ve baklagilleri de içeren bitkisel yemekler; temel yağ olarak zeytinyağı, düşük-orta miktarda günlük olarak tüketilen peynir ve yoğurt, haftada birkaç kez düşük-orta miktarda tüketilen balık ve kümes hayvanları; küçük miktarda ve sürekli olmayacak şekilde tüketilen kırmızı et; haftada birkaç kez olacak şekilde tatlı olarak şeker ya da bal eklenmiş halde tatlı taze meyveler; yemekle birlikte eşlikçi amacıyla düşük-orta miktarda şarap söz konusu diyetin temel hatlarını oluşturmaktadır (Mcmanus, 2023).

Akdeniz beslenme kültürü tahıl, zeytinyağı, meyve- sebze, su ürünleri, süt türevleri, baharat ve üzüm suyuna dayanmaktadır. Dört mevsimin yaşandığı bölgede sebze, meyve, kırmızı et, kümes hayvanları ve deniz ürünlerinin yer aldığı zengin bir mutfak bulunmaktadır. Kırmızı etten yapılan kebaplar oldukça yaygınken deniz ürünleri sahile şeridi olan illerde oldukça fazla tercih edilmektedir (Şengül ve Türkay, 2022: 45-46). Bununla birlikte Türkiye’de Akdeniz mutfak kültürü Doğu Akdeniz ve Batı Akdeniz

olarak iki sınıfa ayrılabilir. Batı Akdeniz’de İç Anadolu mutfak kültürü ve Türk mutfak kültürünün tahıl ve hamur işi ağırlıklı etkileri görülmektedir. Bu yörede tarhana, yoğurt, gibi tüm Türkiye’de tüketilen ürünler oldukça yaygındır. Doğu Akdeniz’de ise Güney Doğu Anadolu mutfak kültürü ve Arap Mutfak kültürünün etli ve yağlı yemekleri ağır basmaktadır (Şengül ve Türkay, 2016). Çukurova Bölgesi’nde daha fazla baharat kullanılıp ekşi olarak nar ve sumak tüketilmektedir. Antalya kesiminde ise baharat kullanımı daha az olup ekşi ihtiyacı liman ve turuncgillerden karşılanmaktadır (Gürsoy, 2013: 57). İlâveten bölge mutfağında Torosların etkisi de oldukça önemlidir. Toroslar ve çevresinde göçebe olarak yaşayan Yörüklerin yerleşik hayata geçmesiyle sıkma, bazlama, gözleme gibi Yörük kültürüne ait yiyeceklerin bölgenin değerli besin kaynakları haline gelmesi sağlanmıştır (Şengül ve Türkay, 2022: 45). Dağlık kesimlere yerleşmiş olan Yörüklerin etkisiyle buralarda keçi dahil küçükbaş hayvancılık, dolayısıyla süt ve süt ürünleri ağır basmaktadır (Gürsoy, 2013: 56).

Akdeniz Bölgesi mutfağıyla anılan yemeklere mahluta çorbası, şırdan, tahinli ekmek, cıgırtlak kebabı, bici bici, yörük kebabı, yarpuzlu çorba, demir tatlısı, haşhaşlı ekmek, kömbe, öççe, semirsek, kuyruğu sulu, tırşik çorbası, balıklı pilav, fellah köfte, döğme pilavı örnek verilebilmektedir (Çolakoğlu ve Sarıışık, 2023: 39-49).

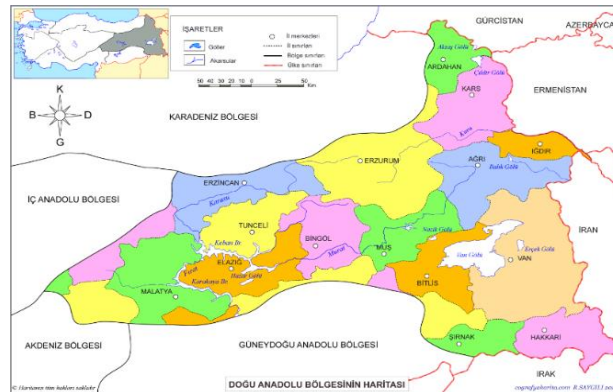
2.8.3. Doğu Anadolu Bölgesi

Doğu Anadolu Bölgesi Türkiye’nin doğusunda yer almasının ve denizle bağlantısı bulunmamasının yanı sıra Gürcistan, Ermenistan, İran ve Irak ile de komşudur.

Ortalama 2000-2200 m yükseltisi ile Türkiye’nin en yüksek bölgesi olan Doğu Anadolu bölgesinde platolar oldukça geniş yer kaplamaktadır (Karaoğlu ve Çelim, 2018). Ortalama yükseltinin 2000 m’yi bulması iklimi çeşitlendirirken yerleşme düzenini ve ekonomik yaşamı etkilemektedir. Genel olarak doğu-batı yönünde uzanan dağların türleri genel olarak orojenik kıvrım, horstlar ve volkanik koniler olarak sınıflandırılabilir (Khalaf, 2006: 26-27). Bölgenin farklı dönemlere ait jeolojik birimlere sahip olması ve bunlar arasında eriyebilen kireç taşları ve değişim geçirmiş kalkerlerin fazlalığı yüksek dağlık kesimlerle platolar üzerinde çeşitli boyutta çukur, oyuk, mağara vb. erime şekillerinin ortaya çıkmasına yol açmıştır (Şengün ve Boyraz, 2008).

Doğu Anadolu Bölgesi'nin iklim özellikleri üzerinde, bölgenin coğrafi konumu, dağlık oluşu, yüksek dağ sıraları ile denizin etkilerinden uzaklığı ve bütünüyle yüksek bir kütle olması gibi faktörler etkilidir (Khalaf, 2006: 34). Dağlık ve yüksek platoların yayılım gösterdiği bölgede kışların çok soğuk geçtiği karasal iklim görülmekle birlikte kısa mesafelerde değişen yükselti farkları yöresel iklim tiplerinin meydana gelmesini sağlamaktadır (Özgen, 2010). Bölgenin yüksek düzlüklerinde bahar ayları bile oldukça soğuk geçmektedir (Sever, 2019: 77). Öte yandan düşük rakımlı sahalarda yazın sıcaklık yüksektir. Soğuk periyot boyunca bu bölge kar altında olup don olayı sık görülmektedir (T.C. Çevre ve Şehircilik Bakanlığı, 2020: 39). Çoğu kış ve ilkbahar mevsiminde yağan yağışların ortalama yıllık toplamı 579.4mm olup yaz yağışlarının yıllık toplam içindeki oranı %9.5'dir (Şensoy ve diğerleri, 2008).

Bir bütün olarak İran-Tura florası için kalan bölgede yükseltisi nispeten daha az olan ovalarında step, dağlık yüksek kesimlerinde ormanlar yer almaktadır (Anonim, 2023a). Doğu Anadolu Bölgesi, Türkiye'de orman sınırının en yüksek olduğu bölgedir. Bu bölgede ormanlar 2700-2800 m'ye kadar yükselmektedir. Kuru orman karakterindeki bu ormanların hâkim türlerini kuzeydoğuda sarıçam, diğer kesimlerde meşe ve ardıç oluşturmaktadır (Günel, 2013). Buradaki meşe ormanları kuru karakterde olup, karasal iklimin etkisi altındadır. Doğu Anadolu'da pek çok meşe türü topluluklar bulunmakla birlikte kışların soğuk olması ve yörede yer alan madenlerin işletilmesi sırasında yıllardır meşe ormanlarının kullanılması, Doğu ve Anadolu bölgesinde meşe ormanlarının geniş ölçüde tahrip olmasına sebep olmuştur (Şengün ve Boyraz, 2008).



Harita 2.3. Doğu Anadolu Bölgesi Haritası

(Saygılı, 2020)

Doğu Anadolu Bölgesi hem verimli tarım alanları hem de geniş otlak alanları ile Türkiye'nin önemli tarım ve hayvancılık merkezi durumundadır. Bölgenin kısa mesafede değişen morfolojik karakteri, farklı iklim koşulları tarım ve hayvancılık sektörünün bölgeyle özdeşleşmesini sağlamıştır. Ancak bölgede tarımla hayvancılık faaliyetleri doğal ve antropojen etkenler gibi faktörler yüzünden gittikçe önemini kaybetmektedir. (Çelik ve diğerleri, 2018).

Bölge içerisindeki sıcaklık farklılıkları ürünlerin dağılışı ve çeşitliliğinde büyük rol oynamıştır. Vadi tabanlarındaki düzlüklerde meyve bahçeleri, sulanabilen arazilerde şeker pancarı tarımı, plato ve düz ovalarda tahıl tarımı ön plana çıkmaktadır. Tahıllardan ise en çok arpa ve buğday yetiştirilmektedir. Bölgenin güneyinde yetiştirilen Antep fıstığı, incir, nar, badem gibi meyveler kuzeye doğru gidildikçe ortadan kalkmaktadır. Genele bakıldığında ise güneyden kuzeye, batıdan doğuya doğru gidildikçe tarımsal çeşitlilikte azalmalar olmaktadır (Koday, 2006).

Bölgenin hayvancılığa elverişli, kaliteli ve geniş meralara sahip olması, hayvancılığı ön plana çıkarmaktadır. Bölgede hayvancılık ileri tekniklerle yapılmamakla birlikte, halkın geçiminde önemli yer tutmaktadır. Büyükbaş hayvan sayısı bakımından önde bulunan bölge, süt verimi ve karkas et verimi açısından gerilerde kalmaktadır. Sağılan hayvan başına süt ve kesilen hayvan başına karkas et miktarları bölge genelinde Türkiye ortalamalarından düşüktür. Büyükbaş hayvancılık sektöründeki bu verim azlığının bölgeye özgü çeşitli nedenleri bulunmaktadır (T.C. Serhat Kalkınma Ajansı, 2011: 20-25).

Doğu Anadolu beslenme kültüründe tereyağı, peynir, bal, et ve tahıl yemeklerin ana girdilerini oluşturmaktadır (Gürsoy, 2013: 71). Bölgede kışın sert geçmesi kış hazırlıklarının bölge mutfak kültüründe önemli bir konuma sahip olmasına neden olmuştur. Dağlık yapısı bölgeye özgü yetişen otların da yemek kültüründe yer almasını sağlamıştır (Şengül ve Türkay, 2022: 61). Bölgede gıda olarak kullanılan yabani bitkilere ıskın, kenger, çiriş, suteresi, mendi, dağ kekiği, kurt soğanı, kuzukulağı, madımak, ebeğümeci, ve eşek dikenini örnek verilebilmektedir (Okçu ve Kaplan, 2018). Tarım arazilerinin kıt olmasından kaynaklı hayvancılığın ön planda olmasıyla birlikte süt ve süt ürünleri beslenmede ağırlık kazanmıştır. Peynir bakımından oldukça bereketli olan bölgede yoğurtla yapılan yemekler de bir o kadar bereketlidir. Özellikle yoğurtla yapılan çorbalar göze çarpmaktadır. Kırmızı et tüketimi de yaygın olup

kavurma, köfte ve tencerede yapılan sulu et yemekleri beslenme alışkanlıklarında oldukça önemli bir konuma sahiptir. Yağlı et tüketiminin yaygın olduğu bölgede hamur işleri de sofralarda yerini almaktadır. Bölgeye özgü otlarsa hem yemeklerde hem de peynir yapımında kullanılmaktadır. Bunlarla birlikte bal Doğu Anadolu mutfak kültüründe dikkat çekmektedir (Şengül ve Türkay, 2022: 61). Öğünler arasında kahvaltı ön plana çıkmakta zeytinyağı ve soğuk zeytinyağlı yemekler tercih edilmemekte, sade yağ yaygın olarak kullanılmaktadır. Pişirme yöntemlerinde ise diğer bölgelere kıyasla sac üstünde kavurma, kuyuda ve fırında pişirme oldukça ön plana çıkmaktadır (Gürsoy, 2013: 72-73).

Doğu Anadolu Bölgesi mutfağıyla anılan yemeklere Elazığ Sırın Yemeği, Erzincan Üzümlü Sarucu, Kemaliye Lök Tatlısı, Erzurum Ayva Kalyesi, Erzurum Aşmalı Yahni, Hasankale Lavaşı, Oltu Cağ Kebabı, Tortum Ekşi Pestili, Akçadağ Kömbesi, Polat Kınalı Ekmek, Kars Ketesi, Iğdır Bozbaş Yemeği, Iğdır Taş Köfte Yemeği, Murtoğa, Van Keledoşu, Bingöl Çobantaşı Kavurması, Çukurca Tahini, Bitlis Büryan Kebabı, Ağrı Haşıl yemeği, Doğubeyazıt Abdigör Köftesi, Muş Çorti Turşusu örnek verilebilmektedir (Coğrafi İşaret Portalı, 2024).

2.8.4. Ege Bölgesi

Ege Bölgesi Türkiye'nin güneybatısında yer alan, Marmara, Akdeniz ve İç Anadolu Bölgesi ile komşu olan hem deniz hem de denizle bağlantısı bulunmayan şehirlere sahip bölgedir.

Bölgenin kıyı kesimi yani Asıl Ege Bölümü genel olarak horst ve graben sistemlerinden oluşmaktadır. Kuzeyde Madra ve Yunt horstları arasında Bakırçay Grabeni yer alırken bunun hemen güneyinde Gediz Havzası bulunmaktadır. Gediz Havzası güneyinde Yamanlar Dağı kütlesi bulunmaktadır. Daha güney kesimde ise Boz Dağları ile Aydın Dağları arasında Küçük Menderes Havzası yer almaktadır. Küçük Menderes Havzası'nın hemen güneyinde ise Büyük Menderes Graben alanı yer bulunmaktadır. Aydın şehrini içine alan Büyük Menderes Havzasının kuzeyinde Aydın Dağları güneyinde ise Menteşe Dağları uzanmaktadır (Çelik, 2016). Dağlar kuzey-güney, doğu-batı doğrultularında ulaşım engel olmamaktadır.

Uzun vadilerin boyladığı oluk şekilli birtakım çukur ovalar kara içine iyice sokulmakta, bazı dallara ayrılarak İç Batı Anadolu eşiğine ulaşmaktadır (Darkot ve Tuncel, 1978: 5).

Bölgenin meyve üretiminde ön plana çıkan ürünler arasında yağlık zeytin, Washington portakalı, starking elma, üzüm, incir, kavun, karpuz, limon bulunmaktadır. Sebzelerden ise sap kereviz, domates, patlıcan, biber, fasulye, lahana göze çarpmaktadır (Öselmiş, 2013: 15-20). Manisa alt bölgesinin (TR33) tarımındaysa bitkiler önemli yer tutmaktadır. Bölgede önemli konuma sahip olan ürünlerin başında üzüm gelmekle birlikte buğday, şeker pancarı, domates, arpa ve patates de değerli bir yere sahiptir (Zafer Kalkınma Ajansı, 2013: 71).

Yörükler, Balkanlardan ve Kafkaslardan gelenler Yahudiler, Giritliler, Levanterler ve Ermeniler bölgenin mutfak kültürünün şekillenmesinde katkı sağlamışlardır (Şengül ve Türkay, 2022: 81). Bununla birlikte bölgenin kendi içinde farklılık göstermektedir. Ege sahil şeridinde deniz ürünleri, zeytinyağlılar, sebzelerden özellikle börülce, patlıcan, pırasa ve yabani otlar yemekler ağırlık göstermektedir (Gürsoy, 2013: 47-49). Ege Bölgesi'nde çok çeşitli otlar yetişmekte ve bu ot, bitki ve çiçekler ile yapılan zeytinyağlı yemekler, Ege mutfağının 'yeşil mutfak' olarak anılmasına sebep olmaktadır (Kök ve diğerleri, 2020). Ebegümeci, sarmaşık, ısırgan, turp otu, kenger, hindiba, şevket-i bostan, gelincik, labada, sinirotu, radika, deniz börülcesi, kuşkonmaz, arapsaçı, tarla çakısı, tarla çivisi, su teresi bu otlardan bazılarıdır. Otlar mümkün olduğunca az pişirilerek renklerini korumaktadır (Aydın İl Kültür ve Turizm Bakanlığı, 2023). Meyvelerden üzüm ve incir gerek yaş gerekse kuru olarak çokça tüketilmektedir (Şengül ve Türkay, 2022: 82). Doğudaysa dağlara doğru yükseldikçe bu kültür yerini kıyı-Yörük karışımına daha da yükseklerde et, tereyağı, tahıl, süt ürünleri ve hamur işi ağırlıklı Yörük mutfak alışkanlıklarına bırakmaktadır (Gürsoy, 2013: 47-49). İç Ege'ye doğru gidildikçe kırmızı et ve tencere yemekleri ön plana çıkmaktadır. Ege yöresi kültür hayvanlarında elde edilen etler birçok yemekte kullanılmaktadır. Özellikle sucuk ve pastırma iç kısımlarda oldukça rağbet görmektedir (Şengül ve Türkay, 2022: 81-82).

Ege Bölgesi mutfak yemeklerine bal kabağı sinkonta, çeşitli kebablar ve köfteler, sütlü incir tatlısı, kabak çiçeği dolması ve çeşitli dolmalar, otlı börek, çeşitli zeytinyağlı soğuk ve sıcak yemekler, ot salatalarıyla mezeler örnek verilebilmektedir. Keşkek, patlıcan böreği, mercimekli bükme, katmer, çeşitli yahniler, gözleme ise özel gün ve yemeklerinin başında yer almaktadır (Aydın İl Kültür ve Turizm Bakanlığı, 2023).

2.8.5. Güneydoğu Anadolu Bölgesi

Güneydoğu Anadolu Bölgesi deniz ile bağlantısı bulunmayan, Doğu Anadolu ve Akdeniz Bölgeleri ile komşu olan doğu-batı yönlü yayılım gösteren bölgedir.

Kuzeyden ve doğudan Güneydoğu Toroslar ile kuşatıldığı için doğal sınırları bulunan bölgenin, batı sınırı Kahramanmaraş-Hatay grabeninin doğu kenarından geçmektedir. Böylece dağlık tepelik bir kenarla graben sahasından ayrılan ve daha yüksek olan Gaziantep Platosu, bölge sınırları içinde kalmıştır (Arıncı, 2015: 259). Fazla engebese bulunmayan, geniş ovaların ve alçak platoların yer aldığı bölgede önemli yükseltiyi Mardin-Midyat eşiğiyle kalkan şeklindeki Karacadağ volkan konisi oluşturmaktadır (Şengün ve Boyraz, 2008). Bütünüyle geniş bir plato görünümünde olan Güneydoğu Anadolu Bölgesi, hafifçe kıvrımlı ve kısmen de faylı bir jeolojik yapıya sahiptir. Bölgede geniş sahaları içine alan kalker formasyonlar, bazı kesimlerde ilgi çekici karst şekillerinin oluşumuna zemin hazırlamıştır (Sözer, 1983).

Güneydoğu Anadolu Bölgesi'nin alçak kesimlerinde step iklimi, yüksek plato düzlüklerinde karasal iklim hüküm sürmektedir (Günel, 2013). Bununla birlikte temelde subtropikal iklim görülmektedir. Akdeniz yağış rejimi gözlemlenebilmekte ve alçalarda yağış az olmaktadır. Ekim'den Nisan'a kadar kışın altı ay sürdüğü yerler de bulunmakta, çukur alanlarda nispeten sakin geçmektedir. Yıllık sıcaklık farkı genellikle 25°C'nin üstündedir. (Altınlı, 1966). Akdeniz ikliminin etkisinde kalan güney ve batı kesimlerinde kışlar, İç Anadolu Bölgesine göre daha ılımandır (Demir, 2003). Soğuk ay olan Ocak ayı ortalama sıcaklığı 3.7°C, sıcak ay olan Temmuz ayı ortalama sıcaklığı 29.8°C, yıllık ortalama sıcaklık 16.4°C'dir. Ortalama yıllık toplam yağış 565.7mm'dir ve yağışların çoğu kış ve ilkbahar mevsimindedir. Bölgede nispi nem oranının düşük olması buharlaşma miktarını artırmakta ve yaz yağışları zaten az olan bölgede, yaz kuraklığı oldukça yoğun ve uzun sürmektedir (Şensoy ve diğerleri, 2008). Bölge topraklarının %41.9'unu tarıma elverişli araziler, % 36.1'ini çayır ve meralar, %16.6'sını ise orman ve koruluklar oluşturmaktadır (Güneydoğu Anadolu Projesi Bölge Kalkınma İdaresi Başkanlığı, 1996). Bitki topluluğu olarak yükseklerde Alp tipleri, alçalarda ve düzlüklerde bozkır ve fundalık bitkileri, korunmuş kesimlerde ılıman tiplerle orman ve çayırılık, kuzeydoğuda çam ormanı, kuzeyde, Iğdır ovasında ve daha çok güneyde Akdeniz bitki ve mahsulleri görülmektedir. Orman altı

fakir olan bölgede orman doğal sınırı yüksek olup uzun kışa, az yağışa uymuş bulunan orman az çeşitlidir (Altınlı, 1966). Orman alanları oranı Türkiye ortalamasının çok altında olan bölgede meşeliklerden oluşan ormanlara fazla yağış düşen yüksek yerlerde, Torosların güney yamaçlarında ve Mardin Eşiği üzerinde rastlanır. Bölgede, Şanlıurfa yöresindeyse orman yok denecek kadar azdır (Kalelioğlu, 1989). Parçalar halinde görülen kuru ormanlar yüksek platolar ve kenar dağlar üzerinde mevcuttur ve bu ormanların hakim elemanı da Quercus libani ve Q. brantii gibi kuraklığa dayanıklı meşe türleridir (Dönmez ve Aydınöz, 2012).



Harita 2.5. Güneydoğu Anadolu Bölgesi Haritası

(Saygılı, 2020)

Genel olarak bölge çok önemli ve ekonomik değeri olan tarım arazilerine sahip olmasına karşın, ortaya çıkan katma değerın yeterli düzeyde değildir. Ekilen ürünlere bakıldığında çoğunluğunu tahıllar ve diğer bitkisel ürünlerin aldığı görülmektedir. Bu ürünler bölgedeki tarım alanlarının %70'ini oluştururken bunu %21 ile meyve, içecek ve baharat bitkileri grubu takip etmektedir. Nadas alanlarıysa toplam tarım alanı içinde %7'lik bir kısma denk gelmektedir. Bölgede üretilen sebze ürünlerine bakıldığında nane, acur ve sarımsak önemli bir paya sahiptir. Üretilen meyve, içecek ve baharat bitkilerindeyse Antep fıstığı, kuru biber ve kurutmalık üzüm önemli bir paya sahiptir. Türkiye toplam üretiminde bölge, Antep fıstığının %91,7'sini, kuru biberin %85,8'ini ve kurutmalık üzümünse %41,8'ini üretmektedir (T.C. Sanayi ve Teknoloji Bakanlığı GAP Bölge Kalkınma İdaresi Başkanlığı, 2023: 74-77). Bölgede sulama projeleri başlamadan önce kuru şartlarda ağırlıklı olarak buğday, arpa, mercimek ve nohut üretimi yapılmaktadır. Sulu tarımda ise pamuk ve sebze yetiştirilmektedir. Sulama projelerinin kademeli olarak devreye girmesiyle, kuruda yetişen arpa, mercimek ve nohut ekim alanlar azalmıştır. Buna karşılık pamuk, mısır, ayçiçeği ve sebze ekili

alanlar ve üretimi artmıştır (Benek, 2009). Bahçe bitkisi olarak üretilen tarım ürünleri arasında badem, kiraz, incir, dut gibi ürünler bulunmakta, sebzelerin başında karpuz, kavun, salatalık, domates, biber, patlıcan ve soğan gibi ürünler yer almaktadır (Kuzu, 2022). Kimyasalın oldukça az kullanıldığı bölgede Mardin kirazı, Diyarbakır karpuzu, Lice domatesi, Karacadağ çeltiği, kırmızı mercimek, zivzik narı, makarnalık buğday, kırmızı biber de oldukça değerli bir konuma sahiptir (Çetinkaya, Kendal ve Sayar, 2013).

Genellikle yüksek alanlarda koyun yetiştirilmekte birlikte kuzey kesimlerinde büyükbaş hayvancılık yapılmaktadır (Altınlı, 1966). Geleneksel koşulların devam ettirildiği bu alanda yerli ırklar bulunmakta ancak gerek süt gerek et verimi düşük seyretmektedir. Koyun ve keçinin önemli bir yere sahip olduğu hayvancılıkta keçi sayısı giderek azalmaktadır (Demir, 2003). Arıcılık alanında ise potansiyel yüksek olup uğraşanların sayısında artış eğilimi gözlemlenmektedir (Karahan ve Özbakır, 2020).

Gaziantep alt bölgesinde (TRC1) yağışların düşük ve dağılımının düzensiz olmasından ötürü genellikle kuru tarım yapılabilmekte ve bitkisel tarımda tahıllara yoğunlaşmaktadır. Meyvelerden üzüm ve üzümsü meyveler başta olmak üzere sert kabuklu meyveler ve zeytin önemli bir konuma sahiptir (İpekyolu Kalkınma Ajansı, 2012: 22-24). Bölgenin en önemli ihraç ürünüyse Antep fıstığıdır. Hayvancılıkta küçükbaş büyükbaş göre çok daha fazla ön plandadır (İpekyolu Kalkınma Ajansı, 2015: 47-50). Gaziantep-Şanlıurfa yöresinin geneline bakıldığında özellikle GAP sonrasında pamuk, susam, tütün, yer fıstığı, şeker pancarı, culbant, mercimek, nohut, arpa, buğday ve mısır üretimi yapılmaktadır. Meyvelerdense nar, Trabzon hurması, ceviz, badem, dut, elma, dikkat çekmektedir (Durmuş ve Yiğit, 2003). Mardin alt bölgesindeki (TRC3) tarım arazilerindeki en büyük oran tahıllara (%82) ait olup ardından meyvelikler, içecek ve baharatlı ürünlerin üretildiği alanlar gelmektedir. Tahıllardansa en büyük payı durum olmayan buğday almaktadır. Baklagillerden kırmızı mercimek üretiminin yüksek olduğu TRC3 bölgesinde sulu tarım imkanının artmasıyla mısır üretimi de giderek artmaktadır. (Dicle Kalkınma Ajansı, 2016: 9-11). Hayvancılıkta küçükbaşın ön plana çıkmakla birlikte genel olarak verim bazında Türkiye geneline katkısı oldukça düşüktür (Dicle Kalkınma Ajansı, 2014: 48).

Güneydoğu Anadolu Bölgesi mutfağı genel hatlarıyla tahıl ürünleri, meyve, sebze, et ve süt ürünleriyle şekillenmiştir. Tahıllar arasındaysa buğday ve bulgur ön plana çıkmakla birlikte mercimek, pirinç, nohut gibi bakliyatlar da sıkça tercih edilmektedir. Ekmek tüketimi oldukça fazla olup hamur işlerine olan rağbet yüksektir. Günün her öğününde çorbalar sıcak ya da soğuk olarak tüketilebilmektedir. Bölgenin bir diğer önemli özelliği meyvelerin yemeklerde kullanılmasıdır (Kardeş Çolakoğlu ve Sarıışık, 2023: 34-35). Tatlılardan hamurlu olanlar daha çok tercih edilmekte olup fıstıklı ve ağır tatlılar oldukça rağbet görmektedir (Tezcan, 1981). Yemeklerde genellikle tereyağı ve çiçek yağı kullanılmakla birlikte Akdeniz'e yakın alanlarda zeytinyağı kullanılmaktadır. Pişirme yöntemlerinden en çok açık ateşte pişirme ve tencerede yahni tercih edilmektedir (Gürsoy, 2013: 62).

Güneydoğu Anadolu Bölgesi'nde Türkler ve Araplar uzun yıllar boyunca birlikte yaşadıklarından ötürü kültürel açıdan birbirlerini etkilemişlerdir. Arap beslenme kültüründen bol baharatlı yiyecekler ve acı tüketimi bölge mutfağına yansımıştır (Dilsiz, 2010: 69). Acı ve tatlı tatların kullanıldığı mutfakta kuzu etinden yapılan kebab ve yahniler, bulgurdan, sakatattan yapılan yemekler, salata ve meze çeşitleri bölge mutfağında bolca yer almaktadır. Süt ve süt ürünleri bolca yer almakta, peynir çeşitlerinde zengin bir skalaya rastlanılmaktadır. Dağlardan toplanan çeşitli otlarla yemekler yapılmaktadır. Etler baharatlı, acılı, ekşili karışımlarla terbiye edilip pişirilmesiyle yapılan kebablar bölgede oldukça önemli bir konuma sahiptir (Şengül ve Türkay, 2022: 101-102). Salataya genellikle nar ekşisi ve zeytinyağı; yemeklere ise ekşi niyetiyle sumak eklenmektedir (Gürsoy, 2013: 63).

Güneydoğu Anadolu Bölgesi yemeklerine Adıyaman Etsiz Çiğ Köfte, Kahta Bademli İrmik Helvası, Batman Piçik Yemeği, Diyarbakır Burma Kadayıf, Diyarbakır Badem Ezmesi, Antep Baklavası, Gaziantep Simit Aşı, Kilis Tava, Kübbülmişviyye, Mardin Firkiye, Siirt Büryan Kebabı, Siverek Tavası, Urfa Pazı Boranisi, Şanlıurfa Kazan Kebabı, Cizre Luzine Tatlısı, Cizre Mehir örnek verilebilmektedir.

2.8.6. İç Anadolu Bölgesi

İç Anadolu Bölgesi denizle bağlantısı bulunmayan, Karadeniz, Doğu Anadolu, Akdeniz, Ege ve Marmara ile sınır bağlantısı bulunan bir bölge olup Türkiye'nin merkezi denilebilecek bir konuma sahiptir.

Kuzey Anadolu Dağları ve güneyde Toros Dağları ile çevrilmiş çanak şeklinde (Yıldız ve diğerleri, 2018), 250 m altında neredeyse hiç alanı olmayan Orta Anadolu Bölgesi, ortalama %9.6 eğimiyle genellikle düz sahalardan ve bu sahalar üzerinde yükselen münferit dağlardan (volkanik) oluşmaktadır. Bölgenin en düz bölümü Konya, en eğimli ve yüksek bölümü Yukarı Kızılırmak, en alçak bölümü Yukarı Sakarya'dır. Bölge Türkiye geneline göre alçak ve yüksek sahalardan yoksun, orta yükseltide bir profil sergilemektedir (Elibüyük ve Yılmaz, 2010).

Akdeniz makro iklim kuşağında yer aldığından bölgenin iklimi küresel ölçekte birçok faktörden etkilenmektedir (Kızılelma ve diğerleri, 2015). İç Anadolu Bölgesi hem dünyada çöl biyomlarının olduğu 30. enlemlere coğrafik konum olarak yakın hem de güneyden Toroslar ile kuzeyden de Karadeniz dağlarıyla çevrilerek yağmur gölgesinde kalmaktadır. Ayrıca Kuzey Afrika ve Arap çöllerinden gelen karasal tropik hava akımları özellikle yaz aylarında bölgede uzun süreli kuru ve sıcak iklim koşullarının oluşmasına neden olmaktadır. Geniş düzlüklerde etkin olan şiddetli rüzgârlar da buharlaşmayı ve dolayısıyla nem açığını daha da arttırmaktadır (Yıldız ve diğerleri, 2018). Kısa mesafelerdeki yükselti değişimlerinin etkisiyle birçok mikro iklim tipine rastlanmaktadır (Güngör, 2018:504). Etrafı yüksek dağlarla çevrili olmasından ötürü denizlerin nemli havanın rahatça içeriye sokulamamakta doğuya doğru gidildikçe yükseltinin de artmasıyla birlikte karasal iklimin etkileri şiddetlenmekte tüm bu koşullar bölgede yarı karasal, yarı kurak özelliklerin görülmesine yol açmaktadır (Öner ve diğerleri, 2016). Genele olarak bakıldığında sıcaklıklarda artma yağışlarda bölgenin batı ve güney batı bölümlerinde azalma eğilimi görülmekte iç kesimlerdeyse normal seyrinde devam etmektedir. Güneybatı, batı ve iç kesimlerin kuraklık tehlikesiyle karşı karşıya kaldığı gözlenmektedir (Özyıldırım, 2019).

Olumsuz iklim ve toprak koşulları İç Anadolu Bölgesi'nde doğal bitki örtüsünün step (bozkır) olarak şekillenmesine neden olmuştur. Fakat doğal stebin dışında asıl olumsuzluklar insan kaynaklı olarak ortaya çıkmıştır. Tarih boyunca insanların çeşitli sebeplerle bitki örtüsünü tahrip etmesi sonucu Anadolu'nun ortasında yer alan doğal step alanları giderek genişlemiştir (Yıldız ve diğerleri, 2018). Bununla birlikte ormanlar önemli ölçüde tahribe uğramasına rağmen antropojen step alanları çevresinde karaçam, meşe ve ardıç türlerinden oluşan kuru ormanlar bulunmaktadır.

İç Anadolu Bölgesinin 2. derece alt bölgeleri olan TR71 ve TR72’de tarımsal üretiminin dağılımlarında farklılıklar olabilmektedir. Kırıkkale alt bölgesi olarak da bilinen TR71 Bölgesi’ndeki tarım arazilerinin %80,21’inde tahıl, %3,77’sinde yağlı tohumlar, %2,44’ünde endüstri bitkileri, %6,72’sinde baklagiller, %3,23’ünde yem bitkileri ve %1,28’sinde yumru bitkileri üretimi yapılmaktadır. Bölgede tarla ürünleri ekilen alan Türkiye’deki tarla ürünleri alanının %6’sını oluşturmaktadır. Önemli düzeyde olan başlıca ürünler ise tahıllardan buğday, arpa; baklagillerden nohut, kuru fasulye; yumru bitkilerden patates, endüstri bitkilerinden şekerpancarı; yem bitkilerinden yonca, korunga, fiğ, yağ bitkilerinden ayçiçeği ve aspirdir. Meyvelerden özellikle elma, kiraz, ceviz ve üzüm; sebzelerden yaprağı yenen sebzelerle domates, biber gibi meyvesi yenen sebzeler en büyük paya sahiptir (Ahiler Kalkınma Ajansı, 2013: 96-124).

Diğer adı Kayseri alt bölgesi olan TR72 Bölgesi ise bitkisel üretim bakımından özellikle tahıllar, endüstriyel bitkilerden şekerpancarı öne çıkmaktadır. Yumru bitkilerden ülke genelinde tohumluk ihtiyacının %60’ının karşılandığı patates, spesifik kuru baklagiller ile küçükbaş ve büyükbaş hayvancılık ön plana çıkarken, bölge; hayvansal ürünlere hizmet eden kırmızı et ve et ürünleri, süt, tavuk yumurtası, iç su alabalık yetiştiriciliği ve arıcılık bakımından ülke genelinde önemli bir paydaya sahiptir. Ayrıca, zengin florasıyla tıbbi ve aromatik bitkiler, yem bitkileri yetiştiriciliği, çeşitli alanlarda çerezlik kabak, elma, kayısı, üzüm gibi spesifik ürünlerle meyvecilik ve jeotermal enerji kaynaklarıyla seracılık bakımından geliştirilmeye açık bir potansiyel sergilemektedir (Orta Anadolu Kalkınma Ajansı, 2014: 168-169).

Birikimli bir şekilde büyüyen bölge mutfağında Türk beslenme alışkanlıkları ve gelenekleri baskındır. Sofra adabı ve ritüelleri İç Anadolu Bölgesi beslenme alışkanlıklarında kıymetli bir yeri bulunmaktadır. Türklerin göçebe yaşam tarzının etkisiyle hayvancılıkla uğraşılmasına bağlı olarak et ürünlerinin tüketimi yüksektir. Kırmızı et birçok sebze ve tahılla birlikte sulu tencere yemeği olarak tüketildiği gibi işlenmiş et olarak da bölge mutfağında yer almaktadır (Şengül ve Türkay, 2022: 121). Türkiye’nin tahıl deposu olan bölgede bulgur, makarna ve bisküvi imalatı oldukça gelişmiştir (Gürsoy, 2013: 79). Hamur işlerinin yoğun olarak tüketilmekte iç harç olarak kırmızı et oldukça tercih edilmektedir. Bunlarla birlikte süt, yoğurt ve peynir

sofralarda sıkça yer almaktadır (Şengül ve Türkay, 2022: 121-122).

İç Anadolu Bölgesi mutfağı yemeklerine Akyurt Fıtlı Çorbası, Ankara Döneri, Ankara Tava, Beypazarı Cevizli Tatlı Sucuk, Beypazarı Höşmerim Tatlısı, Elmadağ Tandır Ekmeği, Kalecik Çöreği, Çubuk Homaçası, Akşehir Hersesi, Bozkır Tahini, Ilgın Haşhaş Kömbe, Konya Cımcık, Konya Etlielmek, Seydişehir Leblebisi, Kayseri Mantısı, Kayseri Yağlaması, Kayseri Pastırması, Kayseri Nevzinesi, Eskişehir Çiböreği, Sivrihisar Arabaşı, Alaca Borana Yemeği, Çorum Kuru Mantısı, İskilip Dolması, Sorgun yağlısı, Yozgat Desti Kebabı, Aksaray Köpük Helva, Eşmekaya Yoğurdu, Bor Söğürmesi, Niğde Kelle Söğüş, Ermenek Batırması, Karaman İlisıra Dolması, Kırşehir Çullaması, Şabanözü Cızlaması örnek verilebilmektedir.

2.8.7. Marmara Bölgesi

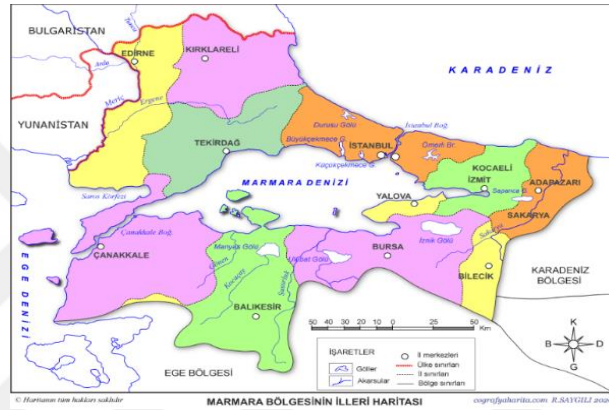
Marmara Bölgesi Marmara iç denizi, Karadeniz ve Ege denizi ile sınırları bulunup, doğuda Karadeniz ve Ege, batıda Bulgaristan ve Yunanistan'la komşu olup Türkiye'nin kuzeybatısında yer almaktadır.

Doğusunda ve güneyinde tektonik çukurlar, ovalar, göller ve deniz parçaları bulunan Marmara bölgesi Türkiye'nin yaklaşık %8'ini kapsamaktadır. Yer şekilleri bakımından ise sade bir yapıya sahip olup fazla dağ bulunmamakta, olanlar da sıra dağ özelliği göstermemektedir (T.C. Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanlığı, 2023).

Bölge iklim bakımından da bir geçit alanı olma özelliği göstermektedir. Bölgenin güneyinde etkili olan yazları kurak Akdeniz iklimi, kuzeylere gidildikçe yerini Karadeniz kıyılarında görülen her mevsimi yağışlı iklim tipine bırakmaktadır. İç taraflarda ise step iklim karakteri etkili olmaktadır. Akdeniz, Karadeniz ve Step iklimi tipleri, bazı yıl ve mevsimlerde, egemen oldukları belli alanlardan komşu alanlara doğru taşarak, Marmara Bölgesinin iklimine daha oynak bir karakter kazandırır. Böylece bölgenin geçit yeri olma özelliği ortaya çıkmaktadır (Yılmaz, 1992: 2-4). Kışları Akdeniz iklimi kadar ılık, yazları Karadeniz iklimi kadar yağışlı değildir. Karasal iklim kadar kışı soğuk, yazı da kurak geçmemektedir (Şensoy ve diğerleri, 2008).

Bölgenin geçit alanı olma özelliği ve rölyefin önemli engeller meydana getirmemesi, bitki örtüsünün yer yer büyük zıtlıklar göstermesini önlemektedir. Doğal örtüsü,

bölgenin Avrupa ve Asya kesiminde birbirine benzemekle birlikte iklim bölgelerindeki değişikliğe uyarak Akdeniz-Karadeniz-Step alanlarında kademeli bir ayrılık göstermektedir. Bu bölgede zeytin ağacı, iklim sınırlarını canlı bir şekilde saptamaktadır (Yılmaz, 1992: 4). Karadeniz dağlarında yayılış gösteren doğu kayını, Anadolu kestanesi, adi gürgen, ıhlamur, göknar gibi nem isteği yüksek ağaç türlerinden oluşan nemli ormanlar, Marmara Bölgesindeki dağların deniz etkisinin hissedildiği kuzey yamaçlarında da yayılım göstermektedir. Güneye bakan yamaçlarda daha çok kurakçıl meşe, kızılçam ve karaçam ormanları hâkimdir (Günel, 2013).



Harita 2.7. Marmara Bölgesi Haritası

(Saygılı, 2020)

Marmara Bölgesi örtü altı yetiştiriciliğinin başladığı bölgedir (Taşlıgil ve Şahin, 2015). Bununla birlikte bölgedeki tarım ve hayvancılık faaliyetleri kendi içindeki bölümlere göre farklılık gösterebilmektedir.

Güney Marmara'nın toplam tarım alanları içinde tahıllar ve diğer bitkisel ürünler için ayrılan alanın oranı %68'dir. Geri kalanlar sebze bahçeleri, meyveler, içecek ve baharat bitkilerinden oluşmaktadır (Güney Marmara Kalkınma Ajansı, 2013). Balıkesir ve Çanakkale'de oluşan alt bölgede zeytin ve zeytinyağı oldukça önemli bir konuma sahiptir (Güney Marmara Kalkınma Ajansı, 2023). Yörede muz ve turunçgiller hariç tüm meyveler yetiştirebilmektedir. Üretimi yapılan ürünlere ahududu, kivi, şeftali, ayva, muşmula, erik, kestane, armut, kiraz, çekirdekli üzüm, badem, ceviz, Trabzon hurması, elma, bezelye, börülce, ayçiçeği, kolza, aspir, susam, haşhaş, tütün, şeker pancarı, çeltik, nohut, mısır, yulaf, buğday ve çavdar örnek verilebilmektedir (Durmuş ve Yiğit, 2003).

Batı Marmara’ da ise öne çıkan ürünler arasında ilk sırayı buğday almakta, ardından sırasıyla ayçiçeği, pirinç, bakla, kolza, sarımsak gelmektedir. Özellikle yağlı tohumlu bitkilerde üretimin bölgede yüksek olduğu ve Türkiye içerisinde %55 olan ekilişe nispetle üretimin kolzada %90, ayçiçeğinde %80’lere varan düzeyde gerçekleştiği dikkat çekmektedir. Bir diğer dikkat çeken ürünse çeltiktir. Bunlar haricinde maydanoz, bamya, bezelye, balkabağı, karnabahar, karpuz, domates, badem, muşmula, zeytin, şeftali ve taş çekirdekli diğer meyveler yörede üretimi de oldukça yaygındır (T.C. Tarım ve Köy İşleri Bakanlığı, 2007b: 71-85).

Doğu Marmara incelendiğindeyse tarla bitkilerinde büyük çoğunluğun tahıllara ait olduğu, ardından sırasıyla baklagiller, yağlı tohumlar, endüstri bitkileri ve yumrulu bitkilerin tarımı yapılmaktadır. Öne çıkan ürünler arasında şerbetçiotu, yulaf, mısır, kuru soğan, şeker pancarı, patates sayılabilmektedir. Sebzelerden en fazla ekimi yapılan ürün domates olup onu sırasıyla biber, fasulye, karpuz, ıspanak, lahana, kavun, patlıcan, marul, pırasa, bezelye, barbunyadır. Türkiye’de üretilen meyvelerden üzüksü meyvelerin %5’i, yumuşak çekirdekli meyvelerin %9,4’ü, sert kabuklu meyvelerin %40’ını Doğu Marmara bölgesinde üretilmektedir (T.C. Tarım ve Köy İşleri Bakanlığı, 2007a: 67-72). Bölgenin süt, bal ve yumurta üretiminde Türkiye genelinde önemli bir ağırlığı bulunmazken, kanatlı eti üretimi için aynı şey söylenememektedir. Doğu Marmara özellikle kanatlı eti üretiminde önemli bir konuma sahiptir (Doğu Marmara Kalkınma Ajansı, 2012).

Marmara Bölgesi birçok bölgeden göç aldığı için karma yapıda bir mutfak kültürüne sahiptir. Ege ve Akdeniz’in zeytin kültürünü, Karadeniz’in pratik, Anadolu’nun bol tahıllı, Doğu’nun etli yemeklerini bir arada görmek mümkündür (Kardeş Çolakoğlu ve Sarıışık, 2023: 37). Bunlara ek olarak bölgede yetişen sebze ve meyveler, kuzu, İstanbul saray mutfağı ve meythane kültürü de bölge mutfağının oluşumunda bir o kadar etkili olmuştur (Gürsoy, 2013: 39). Deniz ürünleri ve tatlı su balıklarının sofrada yer almasının yanı sıra kırmızı et de oldukça önemlidir. Balkan ve Rumeli göçleri etkisiyle köfte ayrıcalıklı bir konuma sahiptir. Süt ve süt ürünlerinin sıkça tüketildiği Marmara’da birçok farklı peynirin yapılmasının yanı sıra yoğurt ve süt kullanılarak yapılan yöresel yemekler bulunmaktadır (Şengül ve Türkay, 2022: 174).

Marmara Bölgesi yemeklerine gaziler helvası, plaska, kalle, haydaliye, pıçuk çorbası, pişmaniye, alışka, hoşmerim, piruhi, Yörük kebabı, İnegöl köfte, biber parpullaması, Yalova sütlüsü örnek verilebilmektedir (Gürsoy, 2013: 43-45).



3.YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Deseni

Covid- 19 salgınından önceki zamandan günümüze kadarki süreçte beslenme alışkanlıklarında var ise değişimlerin araştırılması için araştırma yöntemlerinden nicel araştırma yöntemleri kullanılmıştır. Nicel araştırma yöntemleri değişkenler arasındaki ilişkiyi inceleyerek nesnel kuramları test etme yaklaşımıdır. Bu değişkenler genellikle ölçme araçlarıyla sırayla ölçümlenebilmekte, böylece sayısallaştırılmış veriler istatistiksel işlemler kullanılarak analiz edilebilmektedir (Creswell, 2017: 4). Gerçekçiliğin ön planda olduğu nicel araştırma yöntemlerinde genelleme nitel yöntemlere göre daha kolay yapılabilen, hipotez ortaya koyma daha fazla hedeflenmektedir (Akdağ, 2024). Tümdengelim yöntemlerinin kullanıldığı, nesnelliğin öne çıktığı olduğu bu yöntemde kapalı uçlu anketler ve ölçeklerle veriler toplanılmaktadır. Güvenilirlik oldukça önemli olup tarafsızlık temel ilkelerinden biridir (Gürbüz ve Şahin, 2018: 104).

Araştırmada tarama deseni, ve anket tipi araştırma deseni kullanılmıştır. Tarama desenleri geçmişte ya da halen var olan bir durumu olduğu gibi betimlemeyi hedefleyen tarama yöntemidir. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne kendi koşulları içinde veya olduğu gibi tanımlanmaya çalışılmaktadır. Herhangi bir değiştirme, etkileme amacı güdülmemektedir. Bilinmek istenen zaten mevcuttur. Tarama modellerinin amaçları genellikle soru cümleleriyle ifade edilebilmektedir (Karasar, 2012: 77).

Anket avantajları bakımından zengin bir veri toplama aracı olmasıyla birlikte geliştirilmesi ve uygulanması hususunda birtakım zorlukları bünyesinde barındırmaktadır. Sorunların, alt sorunların iyi belirlenmesi, soru tipinin iyi netleştirilmesi, anket düzeninin iyi oluşturulması ve uygulama yöntemlerinin belirlenmesi gibi türlü değişkenlerin göz önüne alınması gerekmektedir (Yücedağ, 1993). Anketin oluşturulması amaç ve soruların belirlenmesi, madde yazma, taslak formun oluşturulması, uzman görüşünün alınmasının ardından ön uygulama formunun hazırlanması ve son olarak ön uygulama sonuçlarının değerlendirilip anketin son şeklinin netleşmesinden oluşmaktadır (Üstün, 2016). Çalışmanın asıl konusu olan “salgınla birlikte beslenme alışkanlıklarında değişme oldu mu olmuşsa devam etti mi”

sorusunun cevabının bulunmasına yardımcı olabilecek sorular hazırlanmış, taslağın oluşturulmasının ardından 5 ayrı konu ile ilgili uzmanın görüşü alınarak anketin son hali şekillendirilmiş, ardından pilot çalışma uygulanmıştır. Pilot çalışmadan geri gelen bildirimler dikkate alınarak anket çalışması uygulanmaya hazır hale gelmiştir. Son haline getirilmiş olan ölçeklerin güvenilirliği Cronbach Alfa testi ile sınanmıştır. Elde edilen sonuçlarda ölçeklerin Cronbach Alfa'sının pandemi öncesinde ,805; pandemi esnasında ,801; pandemi sonrasında ,796 çıkması güvenilirlik değerinin yüksek olduğunu işaret etmiştir. Çalışma kapsamında katılımcılara doğrudan ve kişilerin birbirlerine aktarması aracılığıyla dolaylı olarak ulaşılmış, çalışma hakkında yeterli düzeyde bilgilendirme yapılmasının ardından anketlerim gönüllü katılımcılara dağıtımı başlanmıştır. Gereken katılımcı sayısına ulaşıldıktan sonra veriler uygun analiz programında analiz edilmiş ardından elde edilen sonuçların yorumlamaları yapılmıştır.

3.2. Araştırmanın Hipotezleri

Bu çalışmada Covid –19 salgını öncesi, süreci ve esnası boyunca pandeminin de etkisiyle beslenme alışkanlıklarında bir değişimin yaşanıp yaşanmadığının ve boyutunun tespiti yapılmaya çalışılmıştır. Çalışmayla ilgili hipotezler aşağıdaki gibidir;

H1: Pandemi öncesi, süreci ve sonrası beslenme alışkanlıklarında anlamlı bir farklılık vardır.

H2: Demografik özelliklerle pandemi süreçleri arasında anlamlı bir farklılık vardır.

H3: Tüm süreç boyunca beslenme alışkanlıklarında istikrarlı bir değişim meydana gelmiştir.

H4: Tüm süreç boyunca beslenme alışkanlıklarında herhangi bir değişim meydana gelmemiştir.

3.3. Araştırmanın Evreni

Veri, toplumlardaki birimlerin tümü (N) incelenerek/araştırılarak toplanabileceği gibi toplumu nicelik ve nitelik bakımından temsil edebilen “n” sayıda birimden oluşa örnek gruptan da elde edilebilmektedir. N'nin büyüklüğü çok fazlaysa ($N > 100$) ve çok sayıda değişkene ait veri toplanması gerekiyorsa toplumun tüm birimlerini incelemeye/araştırmaya almak maliyet, zaman ve emek harcamalarını oldukça

artırmaktadır. Bundan ötürü bunun yerine toplumu temsil edebilecek sayı ve özellikle “n” birimden oluşan bir örnek grup tercih edilebilmektedir (Özdamar, 2018: 12).

Çalışmanın evrenini yabancı statüsünde olmayan, Türkiye’de yaşayan 18 yaş üstü, okur yazar ve zihinsel yeterliliğe sahip olan Türk vatandaşları oluşturmaktadır. Örneklem olarak kartopu örnekleme yöntemleri tercih edilerek ulaşılabilen ve katılımcı olmayı kabul etmiş yabancı statüsünde olmayan, okur yazar olan 18 yaş ve üstü bireyler seçilmiştir. Evrene uyan herkes örnekleme dahil edilebileceği ve evrenin çok geniş olmasından ötürü kartopu örnekleme, veri toplama sürecinde en uygun yöntem olmuştur. Katılımcılara en rahat ve hızlı şekilde ulaşılabilecek noktalarda anket uygulanma başlanmış ve katılımcıların yeni katılımcılara yönlendirmesiyle anketin yayılım alanının genişletilmiştir. Evren sınırının Türkiye olduğu çalışmada örneklemlerin çoğuna İstanbul, Ankara, Trabzon ve Kocaeli şehirlerinden ulaşılmıştır. Sayılan şehirlerin kozmopolit yapıda olması evrenin temsil edilebilmesi adına önem taşımaktadır. Bununla birlikte Malatya, İzmir, Düzce, Bursa gibi farklı şehirlerden de katılımcılara ulaşılmıştır. Anketler posta ve e postayla katılımcılara ulaştırılmış ardından aynı yöntemle geri toplanmıştır.

Kartopu örnekleme, genellikle sosyoloji, psikoloji veya yönetim çalışmalarında kullanılan, anket ve veri kaydı yoluyla bir araştırma tekniğidir (Dragan ve Isaic-Maniu, 2013). Araştırmacıların katılımcılara ulaşmasında zorluklar olduğunda gereken özellikleri taşıyan bir ya da birkaç kişi belirlenmekte, ardından ve kişilerden elde edilen bilgiler ve öneriler doğrultusunda diğer katılımcılara ulaşmaya çalışılmaktadır. Potansiyel katılımcıların çok fazla bilinmediği ve ulaşılması zorlu deneklere ulaşımının meşakkatli olduğu durumlarda oldukça faydalı bir yöntemdir (Gürbüz ve Şahin, 2018: 133).

Evren içindeki örneklem sayısını belirli kriterlere göre belirlenmektedir. Bunlar şu şekilde belirtilmektedir (Gürbüz ve Şahin, 2016: 132);

N: Evrenin büyüklüğü

n: Örneklemin büyüklüğü

Z: Güven düzeyine göre standart değer (0,05 değer aralığı tercih edilmekte olup hesaplamalarda karşılığı 1,96 olarak belirlenmiştir).

p: Evrendeki X’ in gözlenme oranı

q: Evrendeki X'in gözlenmeme oranı (1-p olarak da ifade edilebilmektedir).

t: kabul edilebilir yanılma payı 0,05 kabul edilebilir değer aralığındadır

Örneklem sayısı ise $n = \frac{NxpqxZ^2}{[N-1xt^2] + (pxqxZ^2)}$ denklemi ile hesaplanabilmektedir (Kaya ve Işık, 2018).

Öte yandan evrenin milyon kişileri kapsadığı koşullarda asgari örneklem sayısı 384 ile sabitlendiği görülmektedir (bin Ahmad ve binti Halim, 2017; Gürbüz ve Şahin, 2016). Çalışma için asgari katılımcının 384 olması gerekmele birlikte 448 kişiye ulaşılmış bunlardan elde edilen verilerin 53'ü kullanılamaz durumda olduğundan 395 kişinin verileri çalışma için kullanılmıştır.

3.4. Veri Toplama Aracı

Araştırma dahilinde anket kullanılarak veriler toplanmıştır. Anket toplumdaki birimler hakkında sınırlı değişkene ilişkin veriler elde etme amacıyla doğrudan birimin kendisinden ya da uzman kişilerin incelemesiyle veri toplama yöntemidir. Hazırlanan sorular posta, e posta ya da görüşmeci vasıtasıyla ilgili birimlere ulaştırılıp veriler toplanmakta ve kaydedilmektedir (Özdamar, 2018: 21). Davranış ve tutumların ölçülmesini amaçlayan tarama desenli sosyal bilim araştırmalarında kullanılan anketlerde genellikle katılımcıların belirli değişkenlere yönelik tutumların ölçüldüğü ölçekler ve envanterler kullanılmaktadır (Gürbüz ve Şahin, 2018: 106). Anket demografik bilgilerin ve genel tutumların sorgulandığı 2 bölümden oluşmaktadır. Demografik bilgilerin sorgulanarak katılımcılar arasındaki gruplar arasında belirgin bir fark olup olmadığının görülebilmesi amaçlanmıştır. İkinci bölümdeyse beşli likert tipi ölçek kullanılmıştır. Tutum ve davranışların değerlendirilmesinde en yaygın olarak tercih edilen likert ölçeği üç, beş, yedi gibi tek sayılı olacak şekilde seçenekler sunulmakta seçenek sayısına göre likert ismi değişebilmektedir. Bununla birlikte en yaygın kullanılan beşli likert ölçeğidir (Arıkan, 2018). Sorular hazırlanırken katılımcıların beslenmeye dair bilgi birikimleri ve duyguları da tartılmaya çalışılmakla birlikte temel olarak Türk mutfağındaki beslenme sınıfları dikkate alınmıştır. Gerek netliğin sağlanıp yanılığın önüne geçilmesi gerekse zamanın daha verimli kullanılabilmesi adına salgın öncesi, esnası ve sonrasındaki beslenme davranışlarının anket uygulaması tek bir tablo halinde katılımcılara sunulmuş, pilot anket çalışmasında bu tutuma dair olumlu geri bildirimler sağlanmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Basılı olarak elde edilmiş olan anketlerin her biri için sıralı numaralar verildikten sonra veriler bilgisayar aracılığıyla istatistik analiz programına Pasw Statistic 18 olarak da bilinen Software Package for Social Sciences (SPSS)' e aktarılmıştır. Elde edilmiş olan ham verilerin analizleri çeşitli yöntemlerle gerçekleştirilmiştir. Verilerin güvenilirliği ve yeterliliği Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) testi ile sınılandıktan sonra Bartlett testine tabi tutulmuştur. Ölçeklere yönelik örneklem yeterliliğinin belirlenmesi için KMO testine bakılmakta, verilerin faktör analizine uygunluğunun belirlenmesi içinde Bartlett's Küresellik testleri incelenmektedir. KMO faktör analizinde verilerin faktör analizine uygun olup olmadığını belirlemek için kullanılan istatistiksel bir test olup hem modelde hem de modelin tamamında gözlemlenen her değişkenin örnekleme yeterliliğini ölçmektedir. KMO, değişkenler arasındaki korelasyona göre hesaplanmaktadır. 0'dan 1'e kadar değişmekte ve 1'e yakın değerler değişkenlerin ilişkili olduğunu ve verilerin faktör analizi için uygun olduğunu göstermektedir, aksi halde değişkenler ilişkili ve onları etkileyen ortak bir faktör olmadığı yorumu yapılabilmektedir (Kaiser, 1974). Büyüköztürk ise (2002), KMO değerinin ,60'dan yüksek olması ve Bartlett's küresellik testinin anlamlı çıkmasının faktör analizi yapmaya uygun olduğunu ifade etmiştir. Sahte verilerin tespitinde oldukça güçlü olan Bartlett'in küresellik testiyse çarpanlarına ayrılacak korelasyon matrisinin birim matrsten ne kadar farklı olduğunun bir ölçüsüdür (Tobias ve Carlson, 1969).

Ölçekler pandemi öncesi, süreci ve sonrası dönemleri irdelediğinden her 3 dönem için yönlendirilmiş olan maddeler basıklık, çarpıklık ve faktör yükleri açısından incelenmiştir. Verilerin normallik gösterip göstermediğini belirlemek için çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmesi gerekmektedir. Bu değerlerin -1,5 ile +1,5 arasında bir değer alması verilerin normal dağılım gösterdiğini ortaya koymaktadır (Tabachnick ve diğerleri, 2007). Faktör analizlerinde ise faktör yüklerinin yer aldıkları boyutlardaki yük değerlerinin ,30 ve üzerinde olmasının uygun olduğu belirtilmiştir (Kline, 1994).

Ölçekteki her bir soru pandemi öncesi, esnası ve sonrası dönemler için tekrardan katılımcılara yöneltilmiş olduğundan ayrı ayrı değerlendirmelere tabi tutulmuştur. Öncelikle 3 ayrı dönem için de ölçeklerin iç güvenilirlik seviyeleri Cronbach alfası

testi uygulanmıştır. Bir ölçeğin güvenilir olabilmesi için asgari Cronbach alfa değerinin ,70 olması gerekmektedir (Gürbüz ve Şahin, 2018: 333). Elde edilen sonuçlar Tablo 3.1.' de yer almaktadır.

	Cronbach Alfa	Standartlaştırılmış Öğelere Dayalı Cronbach Alfa	İtem sayısı
Pandemi öncesi	,805	,802	43
Pandemi esnası	,801	,794	43
Pandemi sonrası	,796	,788	43

Tablo 3.1. Cronbach Alfa Değerleri

Geliştirilmiş olan ölçeğin Cronbach alfa değerleri her üç durumda ,70'den daha yüksek çıkmıştır. Bu da ölçeklerin güvenilir olduğunu göstermektedir.

Maddelere ve ölçeğe yönelik geçerlilik ve güvenilirlik analizleri ve p değerleri de her 3 dönemde ayrı olarak incelenmiştir. Her istatistiksel testin sonucunda kullanılan test istatistiğine ait bir P değeri hesaplanmaktadır (Kul, 2014). Elde edilen değere göre p değerinin işaret etmiş olduğu anlamlar Tablo 3.2.'de yer almaktadır.

P değeri	Anlamı
0,01≤p<0,05	İstatistiksel anlamlılık
0,001≤p<0,01	Yüksek düzeyde istatistiksel anlamlılık
p<0,001	Çok yüksek istatistiksel anlamlılık
0.05≤p<0,10	Anlamlılık eğilimi
p>0,10	Fark tesadüften ileri gelmiştir

Tablo 3.2. P Değerinin Anlam Aralıkları (Kul, 2014'den faydalanılarak hazırlanmıştır)

Çalışmada pandemi öncesi, süreci ve sonrası olmak üzere 3 dönem incelenmiş olduğundan Post Hoc testleri uygulanmıştır. Post hoc testler (veya son testler), tam olarak hangi ortalama farklılıkların anlamlı olduğunu ve hangilerinin olmadığını belirlemek için yapılan ek hipotez testleridir (Gravetter ve Wallnau, 2017: 393). Grup/işlem/faktör ortalamalarının eşanlı ya da ikili karşılaştırmaları için yararlanılan bu ikincil testler, grup ortalamalarının birbirleriyle karşılaştırılmasını sağlayan

testlerin seçimini sağlamaktadır (Özdamar, 2018: 121-122). Grup varyanslarının eşit olduğu varsayılmakta ve varyans analizleri arasında farklılık olup olmadığı gösterilmektedir (Gürbüz ve Şahin, 2018: 239). Grup varyanslarının eşit olması durumunda çoklu karşılaştırmalar için Tukey Highly Significance Test (Tukey hsd) testinden yararlanılabilmektedir (Özdamar, 2018: 123). Popülasyon ortalamasındaki farkın anlamlı olduğu durumlarda varyans analizi bağlamında kullanılan LDS testinin temel fikri çiftler halinde alınan popülasyonların karşılaştırılmasıdır (Dodge, 2008). Her karşılaştırmının α düzeyi çoklu karşılaştırmalar için düzeltilmediğinden, LSD diğer post-hoc karşılaştırma yöntemleriyle karşılaştırıldığında daha fazla güce sahip olduğu söylenebilmektedir (Williams ve Abdi, 2010). Tukey testi ise anlamlılık için gerekli olan değerlendirme ortalamaları arasındaki minimum farkı belirleyen tek bir değeri hesaplamasına olanak sağlamakta, daha sonra herhangi iki değerlendirme durumunu karşılaştırmak için kullanılmaktadır. Ortalama fark Tukey hsd' yi aşarsa, değerlendirmeler arasında önemli bir fark olduğu sonucuna varılmakta, tersi durumda değerlendirmelerin önemli ölçüde farklı olduğuna ulaşılamamaktadır (Gravetter ve Wallnau, 2017: 394). Çalışma kapsamında her iki analiz yöntemi de kullanılmıştır.

Madde ve demografik özellik bazında elde edilen sonuçların ardından ölçeğin genelinden elde edilen sonuçlar pandemi öncesi, süreci ve sonrası aşamalarını ayrı ayrı olacak şekilde incelenmiştir. Analizler yapılırken T testi uygulanmıştır. İlişkili örneklem ortalamasıyla ilgili hipotez testi, bir değişkenin belirli bir zaman diliminde ilk değeri ile son değerinin karşılaştırılmasında, ayrıca bir örneklemin ilişkili ancak farklı iki ölçümüne ait ortalamasının karşılaştırıldığı hipotez testidir (Gürbüz ve Şahin, 2018: 235).

4. ARAŞTIRMA BULGULARI

		N	%
Yaş	18-25 yaş	74	18,7
	26-33 yaş	71	18
	34-41 yaş	67	17
	42-üzeri	183	46,3
Cinsiyet	Kadın	282	71,4
	Erkek	113	28,6
Eğitim Düzeyi	İlkokul	58	14,7
	Ortaokul	40	10,1
	Lise	147	37,2
	Lisans	124	31,4
	Lisansüstü	26	6,6
Gelir Seviyesi	Çok Düşük	48	12,2
	Düşük	79	20
	Orta	162	41
	Yüksek	91	23
	Çok Yüksek	15	3,8
Meslek Grubu	Çalışmıyor	118	29,9
	Özel Sektör	79	20
	Emekli	67	17
	Kamu Çalışanı	33	8,4
	Sözleşmeli Personel	35	8,9
	Serbest Meslek	21	5,3
	Diğer	42	10,6

Tablo 4.1. Katılımcıların Demografik Dağılımlarının Analizi (N:395)

Çalışma kapsamında katılımcıların demografik özellikleri sorgulanmıştır. Bu kapsamda yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, gelir seviyesi, meslek grupları incelendiğinde %71,4'ü kadınlardan oluşan katılımcıların %46,3'ü 42 yaş ve üstüne ait olduğu görülmektedir. Diğer yaş grupları ise dengeli bir dağılım söz konusu olmuştur. Eğitim seviyesinde ilk sırada lise (%37,2) ardından lisans mezunları (%31,4) yer almakta ilkokul ve ortaokul mezunu seviyelerinde yakın bir dağılım görülmektedir. En düşük oransa %6,6 ile lisans üstü ve üzeri eğitime aittir. Gelir seviyesinin sınıflandırılmasındaki temel ilke katılımcıların kendilerini hangi sınıfa ait

hissettiklerine dayanmaktadır. Herhangi bir maaş aralığı sınıflandırılması yapılmasından ziyade kişilerin ait hissettikleri seviyenin sorgulanmasıyla katılımcılarda oluşabilecek bir çekincenin önüne geçilmiştir. Gelir seviyesinde %41’le çoğunluğu orta gelirli olanlar oluşturmuşken düşük ve yüksek gelirli olanlar birbirine yakın dilimlerde bulunmuş, %3,8’le çok yüksek gelirli olanlar en düşük oranın sahibi olmuştur. Bununla birlikte meslek grubu sınıflandırmasında çalışmayan grubu %29,9 ile temsil edilmiş, serbest meslek sahipleri en düşük seviyede yerlerini almıştır. Özel sektör çalışanlarıyla emekliler (%20; %17), kamu çalışanları, sözleşmeli personeller ve diğer meslekler (%8,4; %8,9; %10,6) arasında dengeli bir dağılım söz konusu olmuştur.

Maddeler	Faktör Yükleri DFA	Çarpıklık	Basıklık
Türk mutfağına ait yeni yemek tarifleri öğrenmeye dair merakım var	,578	-,310	-1,132
Türk mutfağına ait öğrendiğim tarifleri düzenli olarak yaparım	,588	-,074	-1,196
Yerel mutfaklara karşı ilgim var	,572	-,276	-1,162
Öğünlerimde börek, açma, simit, poğaç, makarna gibi hamur işlerinden birisi mutlaka bulunur	,545	-,323	-1,116
Türk mutfağındaki çeşitlilik hakkında pek bilgim yok	,405	-,158	-1,103
Mutfakta yemek yapmak için vakit ayırırım	,601	-,452	-1,070
Süt ve süttten yapılmış yiyecek-icecekleri (ayran, peynir, yoğurt vb.) bolca tüketirim	,377	-,754	-,240
Genellikle yumurtalı yemekler tüketirim	,384	-,057	-,921
Sıkça sebze yemekleri tüketirim	,504	-,574	-,425
Düzenli olarak etli yemekler tüketirim	,383	,098	-1,074
Düzenli olarak mevsim balıkları tüketirim	,405	-,098	-1,070
Sıkça tavuklu yemekler tüketirim	,370	-,450	-,629
Yemeklerde acı kullanımını eksik etmem	,331	-,137	1,161
Yoğun olarak hamur işi tüketirim	,551	-,051	-1,144
Yemeklerimde daha çok hayvansal yağ (tereyağı, iç yağı vb.) tercih ederim	,495	-,417	-1,014
Yemeklerimde daha çok zeytinyağı tercih ederim	,544	-,188	-,909
Genellikle dondurulmuş paketli yiyecekler (dondurma, pizza, börek vb.) tüketirim	,459	,492	-1,086
Genellikle haşlanmış paketli yiyecekler tüketirim	,518	,977	-,186
Genellikle kurutulmuş paketli yiyecekler (kuru patlıcan, domates, meyve, kuruyemiş vb.) tüketirim	,517	,618	-,718
Genellikle pişirilmiş paketli yiyecekler (nugget, kurabiye, çikolata, gofret vb.) tüketirim	,479	,445	-1,150
Sıklıkla kızartılmış yemekler tüketirim	,499	-,167	-1,001
Meyveyi bolca tüketirim	,371	-,733	-,025
Taze otları (roka, maydanoz, nane, dereotu vb.) neredeyse her gün tüketirim	,453	-,516	-,577
Çoğunlukla şerbetli tatlılar tüketirim	,592	,031	-1,250

Çoğunlukla sütlü tatlılar tüketirim	,424	-,473	-,719
Genellikle etli çorbalar tüketirim	,386	,398	-,985
Genellikle baklagilli çorbalar tüketirim	,338	,260	-,889
Genellikle salçalı çorbalar tüketirim	,376	-,651	-,346
Genellikle yoğurtlu çorbalar tüketirim	,389	-,619	-,434
Sıklıkla turşu tüketirim	,337	-,366	-,781
Nerdeyse her gün salata tüketirim	,403	-,412	-,854
Nerdeyse her gün pilav ve makarna tüketirim	,511	-,142	-1,070
Düzenli olarak zeytinyağlı kuru baklagil tüketirim	,367	,130	-,980
Düzenli olarak etli kuru baklagil tüketirim	,431	,126	-1,012
Yoğurdu evde yaparım	,770	-,103	-1,427
Ekmeği evde yaparım	,527	,973	-,217
Peyniri evde yaparım	,522	1,462	1,121
Tarhanayı evde yaparım	,658	,379	1,406
Turşuyu evde kurarım	,778	-,065	1,445
Tereyağını evde yaparım	,648	,604	1,183
Salçayı evde yaparım	,523	,745	-,893
Gereken imkanlarım (ulaşabilirlik, ekonomik imkanlar, zaman vb.) olsaydı daha farklı beslenirdim	,405	-,513	-1,118
Yiyip içtiklerimi severek tüketiyorum	,382	-1,178	,738
Toplam Açıklanan Varyans: %61,42			
KMO: ,816			
Bartlett's Testi: 5688,287			
Serbestli Derecesi: 908			
P değeri: ,000			

Tablo 4.2. Maddeleere Yönelik Geçerlilik ve Güvenirlik Analizleri (Pandemi Öncesi)

Pandemi süreci ölçeğe yönelik geçerlilik ve güvenirlik analizleri Tablo 4.3.' te yer almaktadır.

Maddeler	Faktör Yüklere DFA	Çarpıklık	Basıklık
Türk mutfağına ait yeni yemek tarifleri öğrenmeye dair merakım var	-,496	-,985	,638
Türk mutfağına ait öğrendiğim tarifleri düzenli olarak yaparım	-,293	-1,046	,651
Yerel mutfaklara karşı ilgim var	-,358	-1,143	,563
Öğünlerimde börek, açma, simit, poğaç, makarna gibi hamur işlerinden birisi mutlaka bulunur	-,182	-1,158	,547
Türk mutfağındaki çeşitlilik hakkında pek bilgim yok	,152	-1,041	,513
Mutfakta yemek yapmak için vakit ayırırım	-,725	-,672	,644
Süt ve süttten yapılmış yiyecek-içecekleri (ayran, peynir, yoğurt vb.) bolca tüketirim	-,969	,333	,356
Genellikle yumurtalı yemekler tüketirim	-,163	-,865	,361
Sıkça sebze yemekleri tüketirim	-,740	,050	,424
Düzenli olarak etli yemekler tüketirim	,008	-1,066	,448
Düzenli olarak mevsim balıkları tüketirim	,023	-1,127	,363
Sıkça tavuklu yemekler tüketirim	-,496	-,489	,352
Yemeklerde acı kullanımını eksik etmem	-,256	-1,078	,363

Yoğun olarak hamur işi tüketirim	,104	-1,071	,574
Yemeklerimde daha çok hayvansal yağ (tereyağı, iç yağı vb.) tercih ederim	-,251	-1,133	,467
Yemeklerimde daha çok zeytinyağı tercih ederim	-,254	-,887	,421
Genellikle dondurulmuş paketli yiyecekler (dondurma, pizza, börek vb.) tüketirim	,575	-,979	,514
Genellikle haşlanmış paketli yiyecekler tüketirim	1,273	,258	,634
Genellikle kurutulmuş paketli yiyecekler (kuru patlıcan, domates, meyve, kuruyemiş vb.) tüketirim	,575	-,878	,541
Genellikle pişirilmiş paketli yiyecekler (nugget, kurabiye, çikolata, gofret vb.) tüketirim	,603	-,899	,476
Sıklıkla kızartılmış yemekler tüketirim	-,002	-,981	,530
Meyveyi bolca tüketirim	-,952	,766	,354
Taze otları (roka, maydanoz, nane, dereotu vb.) neredeyse her gün tüketirim	-,848	-,007	,449
Çoğunlukla şerbetli tatlılar tüketirim	,160	-1,225	,601
Çoğunlukla sütlü tatlılar tüketirim	-,413	-,794	,344
Genellikle etli çorbalar tüketirim	,330	-1,041	,374
Genellikle baklagilli çorbalar tüketirim	-,233	-1,018	,358
Genellikle salçalı çorbalar tüketirim	-,644	-,329	,362
Genellikle yoğurtlu çorbalar tüketirim	-,693	-,342	,406
Sıklıkla turşu tüketirim	-,440	-,788	,372
Nerdeyse her gün salata tüketirim	-,720	-,152	,345
Nerdeyse her gün pilav ve makarna tüketirim	,045	-1,121	,577
Düzenli olarak zeytinyağlı kuru baklagil tüketirim	,130	-1,047	,330
Düzenli olarak etli kuru baklagil tüketirim	,194	-1,078	,444
Yoğurdu evde yaparım	-,311	-1,414	,759
Ekmeği evde yaparım	,449	-1,225	,573
Peyniri evde yaparım	1,291	,494	,453
Tarhanayı evde yaparım	,298	-1,480	,648
Turşuyu evde kurarım	-,281	-1,456	,766
Tereyağını evde yaparım	,528	-1,265	,668
Salçayı evde yaparım	,643	-1,113	,519
Gereken imkanlarım (ulaşabilirlik, ekonomik imkanlar, zaman vb.) olsaydı daha farklı beslenirdim	-,627	-,973	,345
Yiyip içtiklerimi severek tüketiyorum	-1,046	,376	,377
Toplam Açıklanan Varyans: %61,058			
KMO: ,795			
Bartlett's Testi: 4768,028			
Serbestli Derecesi: 903			
P değeri: ,000			

Tablo 4.3. Ölçeğe Yönelik Geçerlilik ve Güvenirlik Analizleri (Pandemi Süreci)

Pandemi sonrası ölçeğe yönelik geçerlilik ve güvenirlik analizleri Tablo 4.4.' te yer almaktadır.

Maddeler	Faktör Yükleri DFA	Çarpıklık	Basıklık
Türk mutfağına ait yeni yemek tarifleri öğrenmeye dair merakım var	,663	-,481	-1,020
Türk mutfağına ait öğrendiğim tarifleri düzenli olarak yaparım	,665	-,214	-1,193
Yerel mutfaklara karşı ilgim var	,605	-,302	-1,196
Öğünlerimde börek, açma, simit, poğaç, makarna gibi hamur işlerinden birisi mutlaka bulunur	,541	-,123	-1,245
Türk mutfağındaki çeşitlilik hakkında pek bilgim yok	,378	,165	-1,131
Mutfakta yemek yapmak için vakit ayırırım	,620	-,617	-,777
Süt ve süttten yapılmış yiyecek-içecekleri (ayran, peynir, yoğurt vb.) bolca tüketirim	,471	-,954	,366
Genellikle yumurtalı yemekler tüketirim	,407	-,170	-,975
Sıkça sebze yemekleri tüketirim	,409	-,872	,226
Düzenli olarak etli yemekler tüketirim	,484	-,027	-1,089
Düzenli olarak mevsim balıkları tüketirim	,392	-,062	-1,163
Sıkça tavuklu yemekler tüketirim	,370	-,533	-,455
Yemeklerde acı kullanımını eksik etmem	,676	-,251	-1,168
Yoğun olarak hamur işi tüketirim	,589	,133	-1,074
Yemeklerimde daha çok hayvansal yağ (tereyağı, iç yağı vb.) tercih ederim	,512	-,274	-1,157
Yemeklerimde daha çok zeytinyağı tercih ederim	,481	-,280	-,851
Genellikle dondurulmuş paketli yiyecekler (dondurma, pizza, börek vb.) tüketirim	,525	,604	-,949
Genellikle haşlanmış paketli yiyecekler tüketirim	,572	1,365	,603
Genellikle kurutulmuş paketli yiyecekler (kuru patlıcan, domates, meyve, kuruyemiş vb.) tüketirim	,538	,641	-,764
Genellikle pişirilmiş paketli yiyecekler (nugget, kurabiye, çikolata, gofret vb.) tüketirim	,477	,600	-,881
Sıklıkla kızartılmış yemekler tüketirim	,535	,090	-,971
Meyveyi bolca tüketirim	,343	-,870	,353
Taze otları (roka, maydanoz, nane, dereotu vb.) neredeyse her gün tüketirim	,397	-,829	-,001
Çoğunlukla şerbetli tatlılar tüketirim	,625	,208	-1,230
Çoğunlukla sütlü tatlılar tüketirim	,453	-,465	-,786
Genellikle etli çorbalar tüketirim	,380	,357	-1,009
Genellikle baklagilli çorbalar tüketirim	,387	-,315	-,988
Genellikle salçalı çorbalar tüketirim	,539	-,663	-,370
Genellikle yoğurtlu çorbalar tüketirim	,369	-,569	-,549
Sıklıkla turşu tüketirim	,398	-,425	-,824
Nerdeyse her gün salata tüketirim	,412	-,677	-,284
Nerdeyse her gün pilav ve makarna tüketirim	,569	-,158	-1,137
Düzenli olarak zeytinyağlı kuru baklagil tüketirim	,352	,176	-1,056
Düzenli olarak etli kuru baklagil tüketirim	,393	,168	-1,034
Yoğurdu evde yaparım	,744	-,296	-1,424
Ekmeği evde yaparım	,532	,906	-,469
Peyniri evde yaparım	,478	1,414	1,030
Tarhanayı evde yaparım	,662	,279	-1,489
Turşuyu evde kurarım	,786	-,265	-1,486
Tereyağını evde yaparım	,657	,533	-1,246

Salçayı evde yaparım	,543	,656	-1,082
Gereken imkanlarım (ulaşabilirlik, ekonomik imkanlar, zaman vb.) olsaydı daha farklı beslenirdim	,343	-,626	-969
Yiyip içtiklerimi severek tüketiyorum	,553	-1,151	,769
Toplam Açıklanan Varyans: %61,264			
KMO: ,794			
Bartlett's Testi: 4953,311			
Serbestli Derecesi: 903			
P değeri: ,000			

Tablo 4.4. Ölçeğe Yönelik Geçerlilik ve Güvenirlik Analizi (Pandemi Sonrası)

Tablo 4.2., 4.3. ve 4.4. incelendiğinde ölçeklere yönelik geçerlilik ve güvenirlik analiz sonuçları görülmektedir. Çalışma değerleri incelendiğinde verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Verilere yönelik normallik testlerinden sonra geçerlilik ve güvenirlik analizleri yapılmaktadır. Tablolar incelendiğinde maddelerin uygun KMO ve Bartlett's değerlerine sahip olduğu ayrıca faktör yüklerinin ,30'dan yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Anketin genel analizinin yanı sıra maddeler bazında da analizler yapılmış, anlamlı bir değişimin olup olmadığı incelenmiştir. Tablo 4.5.' teki değerler likert ölçeğindeki verilerin ortalaması alınarak hazırlanmıştır. Buna göre 1: asla katılmıyorum; 2: katılmıyorum; 3: kararsızım; 4: katılıyorum ve 5: kesinlikle katılıyorum anlamında olup bu bilgiler katılımcılara da uygulamadan önce verilmiştir. Bilgilerin anlaşılabilir ve kolay okunabilir olması adına ankette kullanılan biçimsel özelliğe uygun olacak şekilde her üç dönem bir sütun ayrılmış olup tüm bilgiler tek bir tablo halinde hazırlanmıştır.

Maddeler	Pandemi Öncesi Ortalama	Pandemi Süreci Ortalama	Pandemi Sonrası Ortalama
Türk mutfağına ait yeni yemek tarifleri öğrenmeye dair merakım var	3,28	3,41	3,42
Türk mutfağına ait öğrendiğim tarifleri düzenli olarak yaparım	3,03	3,16	3,11
Yerel mutfaklara karşı ilgim var	3,22	3,30	3,28
Öğünlerimde börek, açma, simit, poğaça, makarna gibi hamur işlerinden birisi mutlaka bulunur	3,28	3,17	3,15
Türk mutfağındaki çeşitlilik hakkında pek bilgim yok	2,77	2,72	2,74
Mutfakta yemek yapmak için vakit ayırırım	3,44	3,61	3,57
Süt ve süten yapılmış yiyecek-içecekleri (ayran, peynir, yoğurt vb.) bolca tüketirim	3,78	3,86	3,88
Genellikle yumurtalı yemekler tüketirim	3,05	3,14	3,15
Sıkça sebze yemekleri tüketirim	3,61	3,81	3,83

Düzenli olarak etli yemekler tüketirim	3,08	3,05	3,07
Düzenli olarak mevsim balıkları tüketirim	2,99	3,04	3,09
Sıkça tavuklu yemekler tüketirim	3,28	3,32	3,35
Yemeklerde acı kullanımını eksik etmem	3,17	3,25	3,25
Yoğun olarak hamur işi tüketirim	3,09	2,96	2,88
Yemeklerimde daha çok hayvansal yağ (tereyağı, iç yağı vb.) tercih ederim	3,34	3,21	3,21
Yemeklerimde daha çok zeytinyağı tercih ederim	3,17	3,24	3,27
Genellikle dondurulmuş paketli yiyecekler (dondurma, pizza, börek vb.) tüketirim	2,34	2,27	2,26
Genellikle haşlanmış paketli yiyecekler tüketirim	2,05	1,86	1,85
Genellikle kurutulmuş paketli yiyecekler (kuru patlıcan, domates, meyve, kuruyemiş vb.) tüketirim	2,31	2,32	2,30
Genellikle pişirilmiş paketli yiyecekler (nugget, kurabiye, çikolata, gofret vb.) tüketirim	2,48	2,35	2,34
Sıklıkla kızartılmış yemekler tüketirim	3,02	2,88	2,85
Meyveyi bolca tüketirim	3,72	3,90	3,85
Taze otları (roka, maydanoz, nane, dereotu vb.) neredeyse her gün tüketirim	3,58	3,74	3,78
Çoğunlukla şerbetli tatlılar tüketirim	2,88	2,76	2,76
Çoğunlukla sütlü tatlılar tüketirim	3,40	3,37	3,41
Genellikle etli çorbalar tüketirim	2,54	2,58	2,58
Genellikle baklagilli çorbalar tüketirim	3,10	3,06	3,14
Genellikle salçalı çorbalar tüketirim	3,49	3,48	3,49
Genellikle yoğurtlu çorbalar tüketirim	3,40	3,43	3,39
Sıklıkla turşu tüketirim	3,29	3,39	3,40
Nerdeyse her gün salata tüketirim	3,64	3,83	3,79
Nerdeyse her gün pilav ve makarna tüketirim	3,13	3,02	2,96
Düzenli olarak zeytinyağlı kuru baklagil tüketirim	2,78	2,75	2,76
Düzenli olarak etli kuru baklagil tüketirim	2,72	2,68	2,69
Yoğurdu evde yaparım	3,05	3,22	3,22
Ekmeği evde yaparım	2,04	2,43	2,11
Peyniri evde yaparım	1,76	1,85	1,78
Tarhanayı evde yaparım	2,55	2,62	2,63
Turşuyu evde kurarım	3,00	3,18	3,17
Tereyağını evde yaparım	2,39	2,44	2,43
Salçayı evde yaparım	2,22	2,30	2,28
Gereken imkanlarım (ulaşabilirlik, ekonomik imkanlar, zaman vb.) olsaydı daha farklı beslenirdim	3,56	3,65	3,65
Yiyip içtiklerimi severek tüketiyorum	4,10	4,07	4,12

Tablo 4.5. Süreçler Boyunca Likert Ölçeği Bazında Maddelere Yönelik Değişim Ortalaması

Her 3 dönem incelendiğinde istikrarlı olarak düzenli olarak artan, azalan ya da dalgalanmaların yaşandığı alışkanlıkların olduğu anlaşılmaktadır. 4.5. tablosundaki maddeler kendi içinde beslenme alışkanlıklarını, beslenme gruplarını ve evde yapılmış olanlar şeklinde 3 gruba ayrılmış ve bu şekilde yorumlamaları yapılmıştır.

Besin grupları haricindeki beslenme alışkanlıklarına bakıldığında sadece Türk mutfağına dair yeni tariflerin öğrenilmesine olan merak (3,28; 3,41; 3,42) düzenli olarak artmıştır. Bu durum ilginin her zaman orta düzeyde olduğunu, aşırı patlama ya da düşme yaşanmadığını göstermektedir. Yerel mutfaklara olan ilgide (3,22; 3,30; 3,28), Türk mutfağına dair öğrenilen yeni tariflerin düzenli yapımında (3,03; 3, 16; 3,11), mutfakta yemek yapımı için zaman ayırımında (3,44; 3,61; 3,57) pandemi öncesine göre pandemi esnasında artışlar gözlemlenmiş ancak bu artık pandemi sonrasında devam etmeyerek düşüşler kaydedilmiştir. Bununla birlikte pandemi sonrasındaki dönemdeki ortalamalarla pandemi öncesi karşılaştırıldığında hepsinde artış olduğu görülmektedir. Pandemi öncesine göre pandemi esnasında düşüşün yaşandığı ve tekrardan yükselme eğilim gösteren davranış sadece Türk mutfağına dair bir fikrin olmadığına dair olan maddede (2,77; 2,72; 2,74) olmuştur. Davranış alışkanlıklarındaki en düşük veriler buradan elde edilmiştir ve pandemi sonrasındaki veri pandemi öncesine göre daha düşük çıkması bilinçlenmede olumlu bir kalıcılığın olduğunu işaret etmektedir. Tüm bu verilerden yola çıkılarak Türk mutfağının öğrenilmesi ve uygulanmasında bir bilinçlenme olduğu yorumu yapılabilmektedir.

Beslenme gruplarındaki alışkanlıklar incelendiğinde süt ve süttten yapılmış yiyeceklerin (3,78; 3,86; 3,88), yumurtalı (3,05; 3,14; 3,15) ve sebzeli yemeklerde (3,61; 3,81; 3,83), balık (2,99; 3,04; 3,09), tavuk (3,28; 3,32; 3,35), zeytinyağı (3,17; 3,24; 3,27), taze ot (3,58; 3,74; 3,78), turşu (3,29; 3,39; 3,40) tüketiminde düzenli olarak artış görülmüştür. Acı (3,17; 3,25; 3,25) ve etli çorba (2,54;2,58;2,58) tüketimi salgından sonra artmakla birlikte o şekilde sabit kalmıştır

Sayılan besin gruplarının genelinin sağlıklı gruplar arasında olması insanlarda salgınla sağlıklı beslenmeye karşı olan ilginin arttığı ve bu bilincin olağanüstü olmasa da bireylerde kayda değer bir farkındalık yarattığı söylenebilmektedir. Bununla birlikte sürecin en başından beri ortalamaların genel olarak ortalama seyretmesi en başından beri bilincin olduğunu göstermektedir.

Öğünlerde hamur işi tüketiminde (3,28; 3,17; 3,15), yoğun hamur işi tüketiminde (3,09; 2,96; 2,88), kızarmış yiyeceklerde (3,02; 2,88, 2,85), pilav ve makarna tüketiminde (3,13; 3,02; 2,96), dondurulmuş paketli (2,34; 2,27; 2,26), haşlanmış paketli (2,05; 1,86; 1,85), pişirilmiş paketli (2,48; 2,35; 2,34) düzenli olarak azalış yaşanmıştır. Geri kalan tek paketli grubu olan kurutulmuş paketli gıda grubundaydı

sadece pandemi sürecinde artış olmuş ardından pandemi öncesi periyodundaki değerin de altına düşmüştür (2,31; 2,32; 2,30). Hayvansal yağ (3,34; 3,21; 3,21) ve şerbetli tatlı (2,88; 2,76; 2,76) tüketiminde salgından sonra azalmış ve sabit kalmıştır. Pandemi sonrasına gelindiğinde ürünlerin genelinin tüketim değeri 3'ün altına düşmüştür. Bununla birlikte tüm süreç boyunca ortalamanın altında olan gruplar da mevcuttur. Söz konusu gıda gruplarının dikkatli tüketilmesi gerekebilen ürünler arasında olması sağlıklı beslenmeye karşı olan bilincin arttığı fikrini desteklemektedir.

Bazı grupların tüketiminde salgın sürecinde azalmanın ardından artış yaşanmıştır. Bunlar etli yemek (3,08; 3,05; 3,07), sütlu tatlı (3,40; 3,37; 3,41), baklagilli (3,10; 3,06; 3,14) ve salçalı (3,49; 3,48; 3,49) çorbalar, zeytinyağlı kuru baklagil (2,78; 2,75; 2,76) ve etli kuru baklagil (2, 72; 2,68; 2,69) olarak kaydedilmiştir. Öte yandan süreçlere göre incelendiğinde değerlerin birbirlerine oldukça yakın olduğu ve düşük olduğu görülmektedir. Bu da zamanın genelinde çok ön plana çıkmayan gıda sınıfları olduğunu düşündürmektedir.

Meyve (3,72; 3,90; 3,85), salata (3,64; 3,83; 3,79) ve yoğurtlu çorba (3,40; 3,43; 3,39) tüketiminde artışın ardından azalma yaşanmıştır. Bununla birlikte tüm süreç boyunca genel olarak bu grupların tüketiminin yükseğe yakın seyrettiği de anlaşılmaktadır. Meyve ve salata tüketiminde pandemi sonrasındaki değer pandemi öncesinden yüksek çıkması bu gruplardaki değişimin kalıcı olduğunu göstermektedir.

Genelde hazır olarak satın alınan bazı temel ürün gruplarının elde yapılış oranları da sorgulanan bir diğer mutfak davranışı olmuştur. Yoğurt, ekmek, peynir, tarhana, turşu, tereyağı ve salça yapımında pandemi esnasındaki artışın ardından tarhana ve yoğurt haricindekilerde düşüş eğilimi görülmüştür. Bunun kaynağının pandemi sürecinde insanların evde daha fazla zaman geçirmek zorunda kalması ve dışardaki gıdalara karşı bir güvensizliğin oluşmuş olabileceği olduğu yorumu yapılabilmektedir. Değerler yükseklikleri açısından değerlendirildiğindeyse yoğurt ve turşu haricindekilerin oldukça düşük seviyelerde olduğu anlaşılmaktadır. Bunun yapım yoğurt ve turşu yapım süreçlerinin diğerlerine nazaran daha az uğraştırıcı ve bünyeyi kuvvetlendirici etkilerinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Ankette son olarak katılımcıların beslenme düzenlerine dair memnuniyetleri test edilmek istenmiştir. Elde edilen sonuçlara göre imkanlarının olması halinde daha farklı beslenmeyi isteyenlerin ortalaması pandeminin ardından artmış ve sabit kalmış

(3,56; 3,65; 3,65), beslenmelerinden memnun olanların ortalamasıysa pandemi sürecinde azalmakla birlikte tekrardan artış göstermiştir (4,10; 4,07; 4,12). Memnun olanların sayısı her 3 dönemde de gerek bir diğer maddeye gerekse ölçeğin geneline oranla daha yüksek çıkmıştır. Farklı beslenmeyi isteyenlerin ortalamasındaki yükselmenin sabit kalmasında ekonomik, sağlık, ulaşılabilirlik gibi birçok faktörün rol almış olma ihtimali bulunmaktadır.

Maddelerin incelenmesinin ardından demografik özelliklerde anlamlı bir değişimin görülüp görülmediği de analiz edilmiştir. Bu kapsamda eğitim durumu, yaş ve meslek mercek altına alınmış, pandemi öncesi, süreci ve sonrası olarak 3 süreç de ayrı ayrı analiz edilmiştir. Öncelikle incelenmiş olan yaş maddesinde 18 yaş alt sınırı ile başlayan katılımcı grupları 4 sınıfa ayrılmıştır. Dönemlerden elde edilen sonuçlar Tablo 4.6., 4.7. ve 4.8. yer almaktadır.

Pandemi öncesi	Grup İstatistiği			Test		
	İstatistiği	N	X	SS	F	P
18-25 yaş ^a		74	2,92	,390		
26-33 yaş ^b		71	3,04	,418	2,646	,049
34-41 yaş ^c		67	3,07	,442		
42 ve üzeri ^d		183	3,02	,424		

Tablo 4.6. Yaş Aralığı ile Pandemi Öncesi Davranışlar Arasındaki Farklılıklar

Tablo 4.6’da katılımcıların yaş aralıklarıyla pandemi öncesi davranışları arasında farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Elde edilen bilgiler neticesinde katılımcıların yaşları ile pandemi öncesi davranışları arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir (p: ,049, p<,05). Farklılığın kaynağı incelemek için Post Hoc testinden faydalanılmıştır. İnceleme sonucunda 42 yaş ve üzeri grup ile 18-25 yaş arası grup arasında farklılık olduğu, ortalamaların farklılığına göre (O.F: ,15193) 42 ve üzeri yaşta olanların 18-25 yaş aralığında olanlara göre pandemi öncesi davranışlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Pandemi süreci	Grup İstatistiği			Test	
	İstatistiği	N	X	SS	F
18-25 yaş		74	2,99	,407	
26-33 yaş		71	3,02	,386	1,406
34-41 yaş		67	3,09	,414	
42 ve üzeri		183	3,10	,434	

Tablo 4.7. Yaş Aralığı ile Pandemi Sürecindeki Davranışlar Arasındaki Farklılıklar

Tablo 4.7.'de katılımcıların yaş aralıklarıyla pandemi süreci davranışları arasında farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Elde edilen bilgiler neticesinde katılımcıların yaşları ile pandemi süreci davranışları arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir (p: ,241).

Pandemi Sonrası	Grup İstatistiği			Test		
	N	X	SS	F	P	Tukey Hsd
18-25 yaş ^a	74	2,94	,407			
26-33 yaş ^b	71	3,02	,386	3,059	,028	a ile d
34-41 yaş ^c	67	3,11	,414			
42 ve üzeri ^d	183	3,10	,434			

Tablo 4.8. Yaş Aralığı ile Pandemi Sonrası Davranışlar Arasındaki Farklılıklar

Tablo 4.8.'de katılımcıların yaş aralıklarıyla pandemi sonrası davranışları arasında farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Elde edilen bilgiler neticesinde katılımcıların yaşları ile pandemi sonrası davranışları arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir (p: ,028, $p < ,05$). Farklılığın kaynağı incelemek için Post Hoc testinden faydalanılmıştır. İnceleme sonucunda 42 yaş ve üzeri grup ile 18-25 yaş arası grup arasında farklılık olduğu, ortalamaların farklılığına göre (O.F: ,15510) 42 ve üzeri yaşta olanların 18-25 yaş aralığında olanlara göre pandemi sonrası davranışlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Bir sonraki analizi yapılan madde eğitim durumu olmuştur. Bu madde kendi içinde ilköğretim, orta öğretim, lise, lisans ve lisansüstü olmak üzere 5 sınıfa ayrılmıştır.

Pandemi Öncesi	Grup İstatistiği			Test İstatistiği		
	N	X	SS	f	P	Tukey hsd
İlköğretim ^a	58	3,16				
Ortaöğretim ^b	40	3,06		4,112	,003	a ile d
Lise ^c	147	3,05				a ile e
Lisans ^d	124	2,95				
Lisansüstü ^e	26	2,84				

Tablo 4.9. Eğitim Durumu ile Pandemi Öncesi Davranışlar Arasındaki Farklılıklar

Tablo 4.9.'da katılımcıların eğitim düzeyleri ile pandemi öncesi davranışları arasında farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Elde edilen bilgiler neticesinde katılımcıların eğitim düzeyleri ile pandemi öncesi davranışları arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir (p: ,003, $p < ,05$). Farklılığın kaynağı incelemek için Post Hoc testinden

faýdalanılmıştır. İnceleme sonucunda ilköğretim ile lisans ve lisans üstü arasında farklılığın olduğu, ortalamaların farklılığına göre (O.F: a-d: ,21252; a-e: ,31972) ilköğretim düzeyinde olan katılımcıların lisans ve lisansüstü eğitime sahip katılımcılara oranla pandemi öncesi davranışlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Pandemi Süreci	Grup İstatistiği			Test İstatistiği		
	N	X	SS	f	P	Tukey Hsd
İlköğretim ^a	58	3,16	,449			
Ortaöğretim ^b	40	3,06	,457	2,753	,028	a ile e
Lise ^c	147	3,05	,431			
Lisans ^d	124	2,95	,374			
Lisansüstü ^e	26	2,84	,341			

Tablo 4.10. Eğitim Durumu ile Pandemi Sürecindeki Davranışlar Arasındaki Farklılıklar

Tablo 4.10.'da katılımcıların eğitim düzeyleri ile pandemi süreci davranışları arasında farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Elde edilen bilgiler neticesinde katılımcıların eğitim düzeyleri ile pandemi öncesi davranışları arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir (p: ,028, p<,05). Farklılığın kaynağı incelemek için Post Hoc testinden faydalanılmıştır. İnceleme sonucunda ilköğretim ile lisans üstü arasında farklılığın olduğu, ortalamaların farklılığına göre (O.F: a-e: ,27327) ilköğretim düzeyinde olan katılımcıların lisansüstü eğitime sahip katılımcılara oranla pandemi süreci davranışlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Pandemi Sonrası	Grup İstatistiği			Test İstatistiği		
	N	X	SS	f	P	Tukey Hsd
İlköğretim ^a	58	3,17	,463			
Ortaöğretim ^b	40	3,04	,459	3,637	,006	a ile e
Lise ^c	147	3,10	,409			
Lisans ^d	124	2,99	,384			
Lisansüstü ^e	26	2,88	,310			

Tablo 4.11. Eğitim Durumu ile Pandemi Sonrası Davranışlar Arasındaki Farklılıklar

Tablo 4.11.'de katılımcıların eğitim düzeyleri ile pandemi sonrası davranışları arasında farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Elde edilen bilgiler neticesinde katılımcıların eğitim düzeyleri ile pandemi öncesi davranışları arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir (p: ,006, p<,05). Farklılığın kaynağı incelemek için Post Hoc testinden faydalanılmıştır. İnceleme sonucunda ilköğretim ile lisans ve lisansüstü

arasında farklılığın olduğu, ortalamaların farklılığına göre (O.F: a-d: ,18653; a-e: ,28882) ilköğretim düzeyinde olan katılımcıların lisans ve lisansüstü eğitime sahip katılımcılara oranla pandemi sonrası davranışlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Demografik özelliklere göre incelenmiş bir sonraki analiz meslek bazlı olmuştur. Elde edilen sonuçla Tablo 4.12., 4.13. ve 4.14.' de yer almaktadır.

Pandemi Öncesi	Grup İstatistiği			Test		
	İstatistiği	N	X	SS	f	P
Çalışmıyor ^a		118	3,07	,432		
Kamu Per. ^b		33	2,89	,341		a ile b
Sözleşmeli Per. ^c		35	3,04	,408	2,427	,026
Özel Sektör ^d		79	2,90	,352		a ile d
Serbest Mes. ^e		21	3,05	,436		
Emekli ^f		67	3,06	,475		
Diğer ^g		42	3,12	,458		

Tablo 4.12. Meslek ile Pandemi Öncesi Davranışlar Arasındaki Farklılıklar

Tablo 4.12.'de katılımcıların meslekleri ile pandemi öncesi davranışları arasında farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Elde edilen bilgiler neticesinde katılımcıların meslekleri ile pandemi öncesi davranışları arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir (p: ,026, p<,05). Farklılığın kaynağı incelemek için Post Hoc testinden faydalanılmıştır. İnceleme sonucunda çalışmayanlar ile kamu personeli ve özel sektör çalışanları arasında farklılık olduğu, ortalamaların farklılığına göre (O.F: , a-b: ,18136; a-d: ,17303), çalışmayanların kamu ve özel sektör çalışanlarına göre pandemi öncesi davranışlarının daha fazla olduğu belirlenmiştir.

Pandemi Süreci	Grup İstatistiği			Test		
	İstatistiği	N	X	SS	f	P
Çalışmıyor ^a		118	3,14	,415		
Kamu Per. ^b		33	2,98	,348		a ile b
Sözleşmeli Per. ^c		35	3,10	,414	2,651	,016
Özel Sektör ^d		79	2,92	,368		a ile d
Serbest Mes. ^e		21	3,08	,406		
Emekli ^f		67	3,07	,452		
Diğer ^g		42	3,12	,418		

Tablo 4.13. Meslek ile Pandemi Sürecinde Davranışlar Arasındaki Farklılıklar

Tablo 4.13'te katılımcıların meslekleri ile pandemi süreci davranışları arasında farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Elde edilen bilgiler neticesinde katılımcıların meslekleri ile pandemi süreci davranışları arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir ($p: ,016, p<,05$). Farklılığın kaynağı incelemek için Post Hoc testinden faydalanılmıştır. İnceleme sonucunda çalışmayanlar ile kamu personeli ve özel sektör çalışanları arasında farklılık olduğu, ortalamaların farklılığına göre (O.F: , a-b: ,16503; a-d; ,21826), çalışmayanların kamu ve özel sektör çalışanlarına göre pandemi süreci davranışlarının daha fazla olduğu belirlenmiştir.

Pandemi Sonrası	Grup İstatistiği			Test		
	İstatistiği	N	X	SS	f	P
Çalışmıyor ^a		118	3,14	,415		
Kamu Per. ^b		33	2,93	,348		a ile b
Sözleşmeli Per. ^c		35	3,09	,414	3,458	,002 a ile d
Özel Sektör ^d		79	2,91	,368		
Serbest Mes. ^e		21	3,10	,406		
Emekli ^f		67	3,05	,452		
Diğer ^g		42	3,15	,418		

Tablo 4.14. Meslek ile Pandemi Sonrası Davranışlar Arasındaki Farklılıklar

Tablo 4.14.'te katılımcıların meslekleri ile pandemi sonrası davranışları arasında farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Elde edilen bilgiler neticesinde katılımcıların meslekleri ile pandemi sonrası davranışları arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir ($p: ,002, p<,05$). Farklılığın kaynağı incelemek için Post Hoc testinden faydalanılmıştır. İnceleme sonucunda çalışmayanlar ile kamu personeli ve özel sektör çalışanları arasında farklılık olduğu, ortalamaların farklılığına göre (O.F: ,a-b: ,21100; a-d; ,22822), çalışmayanların kamu ve özel sektör çalışanlarına göre pandemi süreci davranışlarının daha fazla olduğu belirlenmiştir. Elde edilen sonuçlar Tablo 4.15., 4.16. ve 4.17.' da yer almaktadır.

Davranış	N	ORT	S.S	T	df	P
Pandemi Öncesi	395	3,02	,424	-4,201	394	,000
Pandemi Dönemi		3,06	,418			

Tablo 4.15. Pandemi Öncesi ve Pandemi Süreci Davranış Değişikliğine Yönelik Analizler (Bağımlı Örneklem T Testi)

Tablo 4.15.'te verilen bilgilere göre katılımcıların pandemi öncesi ve pandemi sürecindeki davranışları arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir ($t(394)=-4,201$, $p<0,05$). Bu durum H1 “pandemi öncesi, süreci ve sonrası beslenme alışkanlıklarında anlamlı bir farklılık vardır” hipotezini doğrulamaktadır. Katılımcıların davranışlarına yönelik ortalamalar incelendiğinde pandemi öncesi (3,02) ve pandemi süreci (3,06) davranış ortalamalarının değiştiği görülmektedir. Meydana gelmiş olan ortalama artışı ve daha önce madde bazında incelenmiş olan tablodan elde edilen verilere dayanarak bu artışın sebebinin daha dikkatli ve sağlıklı beslenmeye eğilim gösterilmiş olabileceğinden kaynaklandığı ileri sürülebilmektedir. Bir sonraki karşılaştırma pandemi öncesiyle pandemi sonrasındaki değişimlerin karşılaştırması olmuştur. Elde edilen veriler Tablo 4.16.'da yer almaktadır.

Davranış	N	ORT	S.S	T	df	P
Pandemi Öncesi	395	3,02	,424	-3,143	394	,002
Pandemi Sonrası		3,06	,415			

Tablo 4.16. Pandemi Öncesi ve Pandemi Sonrası Davranış Değişikliğine Yönelik Analizler (Bağımlı Örneklem T Testi)

Tablo 4.16.' da verilen bilgilere göre katılımcıların pandemi öncesi ve pandemi sonrasındaki davranışları arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir ($t(394)=-3,143$ $p<0,05$). Bu durum H1 “pandemi öncesi, süreci ve sonrası beslenme alışkanlıklarında anlamlı bir farklılık vardır” hipotezini desteklemektedir. Katılımcıların davranışlarına yönelik ortalamalar incelendiğinde pandemi öncesi (3,02) ve pandemi sonrası (3,06) davranış ortalamalarının değiştiği görülmektedir. Meydana gelmiş olan ortalama artışı ve daha önce madde bazında incelenmiş olan tablodan elde edilen verilere dayanarak bu artışın sebebinin daha dikkatli ve sağlıklı beslenmeye eğilim gösterilmiş olabileceğinden kaynaklandığı ileri sürülebilmektedir. Son olarak pandemi süreci ve pandemi sonrası davranış değişikliğinin olup olmadığı analiz edilmiştir. Elde edilen sonuçlar Tablo 4.17.'de yer almaktadır.

Davranış	N	ORT	S.S	T	df	P
Pandemi Dönemi	395	3,06	,418	,765	394	,445
Pandemi Sonrası		3,06	,415			

Tablo 4.17. Pandemi Süreci ve Pandemi Sonrası Davranış Değişikliğine Yönelik Analizler (Bağımlı Örneklem T Testi)

Tablo 4.17.' de verilen bilgilere göre katılımcıların pandemi süreci ve pandemi sonrasındaki davranışları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. ($t(394) = ,765$ $p > 0,05$). Bu durum H1 “pandemi öncesi, süreci ve sonrası beslenme alışkanlıklarında anlamlı bir farklılık vardır” hipotezini reddetmektedir. Katılımcıların davranışlarına yönelik ortalamalar incelendiğinde pandemi süreci (3,06) ve pandemi sonrası (3,06) davranış ortalamalarının değişmediği görülmektedir. Bu durum pandemi sürecinde sergilenen davranışların pandemi sonrasında da devam ettiğini göstermektedir. Pandemi öncesi ile pandemi sürecinde ve pandemi sonrası dönemlerinde anlamlı farklılıkları meydana gelip bu durumun pandemi süreci ve sonrasında olmaması değişmiş olan alışkanlıklarının devam ettirildiğini göstermektedir. Madde bazında incelenmiş olan tablodan elde edilen verilere, değişen ve sabit kalan alışkanlık dönemlerine dayanarak sağlıklı beslenme alışkanlıklarının sürdürülmeye çalışıldığı anlaşılmaktadır. Bu sürekliliğin pandeminin uzun süre devam etmesinin ardından kişilerin değişen beslenme alışkanlıklarını kanıtsamaya başlamış olabileceğinden, sağlık koşulları, ekonomi, ulaşılabilirlik gibi farklı elementlerden kaynaklı zorunlu kalmış olabileceğinden gibi birçok faktörden kaynaklanabileceği düşünülebilmektedir. Neticede değişmiş olan beslenme alışkanlıklarında hazır, hamur işi, kızartma tüketimine olan eğilim düşmüştür. Yerel mutfaklara olan ilginin, Türk mutfağı hakkında bilinçlenmenin, mutfakta geçirilen vaktin artmasıyla ve hazır satılan gıdaların evde yemek hazırlanmasına olan eğilim artmasıyla Türk mutfağının toplum tarafından bilinip yapılma seviyesinin olumlu seviyede artmış olabileceği tahmini yapılabilmektedir.

5. TARTIŞMA VE SONUÇ

Tarih boyunca farklı coğrafyalarda bazısı bölgesel bazısı küresel çapta olmak üzere birçok salgın hastalık yaşanmış, birçok insanın hayatını kaybetmesine engel olunamamıştır. Bu süreçlerde toplumlar kendilerini korumak adına birtakım önlemler almaya çalışmıştır. Kimileri bilinçsiz bir şekilde zehirli kimyasalları kullanarak ilaç niyetine tüketmiş kimileriyle beslenme alışkanlıklarında değişim eğilimi göstermiştir. Son olarak 2019 yılında meydana çıkmış ve tüm dünyayı etkisi altına almış olan Covid 19 salgını patlak vermiştir. Tıpkı önceki salgınlarda olduğu gibi salgın sürecinde beslenme eğilimlerinde değişimler meydana gelmiş bazıları uzun süreli devam etmekle birlikte bazıları salgın süreciyle sınırlı kalmıştır. Çeşitli ülkelerin beslenmeleri incelendiğinde birbirinden farklı ürünlere ağırlık verildiği görülmüştür. Bunda coğrafya, alışkanlıkları, kültür gibi birçok faktör etkili olmuştur. Türkiye’de beslenme alışkanlıklarının değişimlerini net bir şekilde inceleyebilmek için pandemi öncesi, süreci ve sonrası olmak üzere 3 dönem mercek altına alınmıştır. Anket ölçeği hazırlanırken her bölgenin coğrafi özellikleri, tarım ve hayvancılık dinamikleri ve mutfak kültürü incelenmiş, bölge mutfaklarının beslenme kalemlerini kapsayacak şekilde ürün sınıfları oluşturulmuştur. Bu sayede elde edilmiş olan sonuçla Türk mutfağını kapsayıcılığı sağlanmıştır.

Katılımcıların 395 bireyden oluştuğu anket çalışmasının sonuçlarına göre Türk mutfağı ve beslenme alışkanlıklarına dair olumlu yönde gelişmeler yaşandığı anlaşılmaktadır. Mutfakta geçirilen zaman ve Türk mutfağına dair bilinç seviyesini ölçen maddelerde dalgalanmalar söz konusu olsa bile neticede pandemi öncesi döneme göre olumlu yöndeki artış sürmüştür. Hamur işi, kızartma, paketli gıdalar gibi sağlık için çok önerilmeyen ürün sınıfların tüketimindeyse kısmi dalgalanmalar olmakla birlikte düşüşler gerçekleşmiştir. Bu durum salgınla meydana gelmiş olan bilinçli beslenme ve gıda güvenilirliğine olan eğilimin sonucu olarak yorumlanabilmektedir. Akarşahingöz ve Öztürk’ün (2021) 242 katılımcıyla gerçekleştirmiş oldukları, pandemi öncesiyle pandemi sürecini karşılaştırdıkları çalışmada meyve, çiğ sebze, zeytinyağlı sebze yemeklerinde kefir, yoğurt ve et yemeklerinde artış olduğu kaydedilmiştir. Hamburger, pizza gibi yiyecek tüketimlerinin pandemi öncesine göre azaldığı, sebze meyve tüketimlerinin arttığı belirlenmiştir. Ancak beslenme bakımından önem taşıyan kurubaklagillerin tüketiminin arttığı yönünde veri elde edilmemiştir. Benzer bir şekilde Güler ve Günaylı’nın (2021), Covid-19 geçiren aileler

üzerinde yapmış olduğu ve pandemi sürecini inceleyen görüşme çalışmasında katılımcıların tükettikleri meyve, sebze, kırmızı ve beyaz et, balık kendi doğal ürünlerinin hazırlanmasında artış; hazır gıda, fast food, kızartmada azalış meydana geldiği sonucuna ulaşmışlardır. Küçükçankurtaran ve Özdoğan'ın (2021) 20-65 yaş aralığını kapsayan anket uygulamasıyla yapmış oldukları pandemi dönemini inceleyen çalışmaya göreyse katılımcıların genelinde et, yumurta, süt ve ürünleri, meyve, sebze, şekerli besin tüketiminde artış meydana gelmiştir. Elde edilen bu sonuçların çoğunluğu tez kapsamında elde edilenlerde benzerlik göstermektedir. Bununla birlikte Garipoğlu ve Bozar' ın (2020) pandemi sürecini irdeleyen çalışmasına göre pandemi öncesine oranla hamur işi tüketiminin arttığı, turşu/salamura, beyaz et, süt, yoğurt, ayran ve peynir, balık ve zeytinyağı tüketiminde değişim olmadığı anlaşılmıştır.

Güler ve diğerlerinin (2023), pandemi dönemi ve sonrasını karşılaştırdığı yaş aralıkları 18-65 aralığında değişen 415 katılımcıdan oluşan anket çalışmasından elde edilenlere göre kırmızı et ve beyaz eti sık sık ve her gün tüketenlerin anlamlı olarak arttığı, pirinç, bulgur ya da makarna tüketim sıklıklarında pandemi öncesine göre anlamlı bir değişim olmadığı, pandemi sürecindeyse kuru baklagillerin sıkça ve her gün tüketenlerin anlamlı olarak daha yüksek olduğu görülmüştür. Pandemi öncesine göre meyve tüketiminin anlamlı olarak arttığı görülürken fast food tüketiminin de anlamlı olarak azaldığı belirlenmiştir. Kırmızı et, beyaz et, kuru baklagiller, meyveler, süt ve süt ürünlerinin tüketim sıklığında da anlamlı bir artış gözlemlenmiştir. Öte yandan Dinçer ve Kolcu'nun (2021) yapmış oldukları, İstanbul kapsamlı 384 kişilik örnekleme sahip anket çalışmasındaki çalışmaya göre katılımcıların %50,5'i paketli gıda tüketimini artırdıklarını, %51'i beslenme alışkanlıklarında olumsuz değişimler olduğunu beyan etmiştir. Salgın sonrası en çok tüketilen gıdalara sorgulandığında çoğunluk bir değişimin olmadığını ifade ederken artan gıdalar sırasıyla unlu ve şekerli gıdalar, hamur işleri, meyve, sebze, tatlı ve tatlı türleri, et ve et ürünleri olmuştur. Her bir çalışma farklı katılımcılar ve farklı zaman aralıklarıyla yapılmasından ötürü ortaya çıkan kısmi farklılıklar anlaşılabilir olmakla birlikte elde edilen sonuçların genel hatları itibariyle tezden elde edilen bulgularla uyumlu olduklarını söyleyebilmek mümkündür.

Genel çerçevede pandemi öncesiyle süreci ve sonrası arasında beslenme alışkanlıklarında anlamlı değişiklikler gelişmiştir. Bununla birlikte pandemi süreci ve

sonrası arasında anlamlı bir değişim bulunamamıştır. Bu durum meydana gelmiş olan değişikliklerde kalıcılığa işaret etmektedir. Bahsedilen bu sonuçlar H1 ve H3 hipotezlerini doğrularken H4 hipotezini reddetmektedir

Yaş temelinde inceleme yapıldığında her 3 dönem de 42 yaş ve üzeri ile 18-25 yaş aralığında bulunan katılımcılarda pandemi öncesi süreçte var olan anlamlı farklılığın pandemi sürecinde ortadan kalktığı bununla birlikte pandemi sonrasında tekrar meydana geldiği anlaşılmaktadır. Bunun olası sebepleri arasında pandemi sürecinde elde edilebilen ürünlerde nispeten sınırlılıklar var olmuş olabileceği, sokağa çıkma yasaklarından ötürü farklı yaş gruplarındaki kişilerin aynı anda evde daha fazla zaman geçirmek durumunda kalmalarından kaynaklı benzer ya da aynı yemekler yemiş olabilmeleri gibi olağanüstü durumlarda meydana gelebilecek olası sonuçlardan ileri gelmiş olabileceği yorumu yapılabilir.

Eğitim temelinde inceleme yapıldığında pandemi öncesinde ilköğretim ile lisans ve lisansüstü eğitimi olanlar arasındaki anlamlı farklılıkta sonraki dönemlerde lisans eğitimiyle olan bağıntı kalkmış sadece ilköğretim ve lisansüstü eğitim arasındaki anlamlı farklılık devam etmiştir. Bu durumun bilinç seviyesiyle alakalı olabileceği düşünülmektedir. Orta öğretim ve liseyi içeren herhangi bir anlamlı farklılık ile karşılaşılmamıştır. Bu durumda H2 hipotezini doğrulanmıştır.

Meslek temelince inceleme yapıldığında çalışmayanlar ile kamu personeli ve özel sektör çalışanları arasında anlamlı farklılığın istikrarlı bir şekilde devam ettiği görölmüştür. Bu durum ekonomik krizin de etkisiyle alım gücünden kaynaklandığı düşünülmektedir. Çalışmayan kitleyle kamu personeli ve özel sektör çalışanları arasındaki alım gücü makasının giderek açılmasından kaynaklı anlaşılabilmektedir. Bu durumda H2 hipotezini doğrulanmıştır.

Katılımcılara yöneltilmiş olan beslenme alışkanlıklarındaki memnuniyet seviyesini ölçen maddelerdeki değişim memnuniyetin arttığını göstermektedir. Buradan hareketle katılımcıların beslenme alışkanlıklarını ilerleyen süreçte de devam ettirmek isteyebilecekleri yorumu yapılabilmektedir.

Tüm bu tartışma ve sonuçlar ışığında;

- Elde edilen bulgularda 18-25 yaş aralığıyla 45 yaş üstü katılımcılar arasında pandemi öncesi ve sonrası anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır. Farklılığın

geleneksel mutfağa olan sadıklıkla yenilik arayışının çatışmasından kaynaklanabileceği öne sürülmektedir. Farklılığın sebebi bundan ileri gelmişse unutulmaya yüz tutmuş yemeklerin tanıtımın yapılması gerekirse günümüze uyarlanmasının faydalı olacağı gastronomik açıdan değer taşıyacağı düşünülmektedir. Bu aşamada tarihi yazılı kaynakçalarla birlikte arkeolojik çalışmalar da önem kazanmaktadır. Bu sayede hem geleneksel mutfağa sadık kalanlar hem de yenilik arayışında olanların tatminlik seviyesinde artış olabileceği tahmin edilmektedir. Bu adımların yurt dışında Türk mutfağının daha iyi tanılabilir olmasında ve uluslararası mutfak yarışlarında ön plana çıkmasında yardımcı olacaktır.

- Elde edilen bulgularda pandemi öncesinde ilköğretimle lisans ve lisansüstü eğitimi olanlar arasında anlamlı farklılık bulunmuş devam eden süreçlerde bu anlamlı farklılık ilköğretim ve lisansüstüyle sınırlı kalmıştır. Bu değişimin süreçle birlikte değişmiş olabilecek gelir seviyesi, kültürel gelişim ya da meslek grubu gibi faktörlerden mi kaynaklandığı bilinmemekte bu durum eğitim seviyesiyle beslenmedeki davranış farklılığı sebebinin yorumlanmasını zorlaştırmaktadır. Bundan ötürü eğitim temelli bir çalışma yapılması meydana gelmiş olan belirsizliğin ortadan kaldırılmasına yardımcı olacağından önerilmektedir.
- Çalışmadaki gibi geniş bir zaman diliminde yapılacak olan yeni çalışmaların coğrafi bölgeler ya da daha küçük alanlar kapsamında yapılmasının ileriye dönük planlar ve çalışmalar yapımında önemli veriler sağlayabileceğinden önerilmektedir. Bu sayede yiyecek içecek işletmeleri menülerinde iyileştirmeler yapabileceğinden tüketici memnuniyetinin artmasının yanı sıra işletmelerin zararının da azaltılabileceği öngörülmektedir.
- Elde edilen sonuçlar doğrultusunda halk eğitim merkezlerinde talebi ve yönelimi karşılayabilecek gerek yemek yapma gerekse beslenmeyle alakalı kurslar verilerek Türk mutfağına dair olan bilincin sağlıklı beslenme çerçevesinde artırılabilmesi düşünülmektedir. Bölgedeki üreticilerin ürettiği bitkisel ve hayvansal gıdalarla yapılabilecek sağlıklı Türk mutfağı yemekleri bu eğitim merkezlerinde tanıtılmalı ve tüketimi teşvik edilmelidir. Böylece ekonomik iyileşmenin yanı sıra toplumsal beslenmede de olumlu gelişmelerin önünün açılması sağlanacaktır. Yeni yapılacak olan çalışmalardaki verilerin sağlık için uzun vadede iyi sonuçlar

doğurmayacak sonuçlar elde edilmesi halinde çalışmanın uygulanmış olduğu bölgelerde afişler, duyurular gibi çeşitli bilgilendirme çalışmalarına ağırlık verilmesi gerekecektir.

- Uzun süre aynı yemek tüketiminin ilerleyen süreçlerde sıkılmayı da beraberinde getirme olasılığından yola çıkarak çalışmadan elde edilmiş olan sağlıklı beslenme eğiliminin devam edebilmesi adına tercihlerinde artış yaşanan sağlıklı ürünler sınıfindakilere ağırlık vererek yeni tarifler geliştirilerek tanıtımları yapılmalıdır.
- Bu çalışmaya ek olarak değişimler pandemin beri devam etmekteyse pandemiden mi yoksa ekonomi, sağlık, tercih değişimi gibi farklı unsurların baskın olmasından ötürü olduğu irdelenmelidir. Ekonomi kaynaklıysa alımı güçleşmiş olan gıdalarla benzer besleme içeriğine sahip ürünler belirlenip ikame olarak çalışmanın yapılmış olduğu bölgenin mutfağına da uygun olacak biçimde bölge halkına alıştırılması gerekecektir. Sağlık ve ekonomiden kaynaklı olmayıp tercihlerin değişmesinden ötürüyse altında yatan nedenlerin anlaşılması için sebepler açığa çıkana kadar çalışmaların yapılmasına devam edilmesi gerekmektedir. Önerilerde sayılmış olan yöntemlerle toplumun bakış açısı ve durumunun daha net ortaya koyulabileceğine inanılmaktadır.



KAYNAKLAR

- Aberth, J. (2005). *The Black Death The Great Mortality of 1348-1350: a brief history with documents*. (first edition). New York, NY: Palgrave Macmillan.
- Ahiler Kalkınma Ajansı (2013). *TR71 düzey 2 bölgesi tarım ve hayvancılık sektöründe mevcut durum ve 2014-2023 yılları stratejileri ve hedef raporu*. (www.ahika.gov.tr/assets/upload/dosyalar/ahika_2013_tr71-bolgesi-tarim-ve-hayvancilik-sektorunde-mevcut-durum-ve-2014-2023-stratejileri-ve-hedefleri-raporu.pdf, Erişim tarihi: 05.12.2023).
- Akbulut, M., Karataş, A., Yazıcı, K., Bakoğlu, N., Büyükdiñ, D. T. Ve Göksu, B. (2015). Karadeniz Bölgesi'nde bahçe bitkilerinin mevcut durumu ve potansiyeli. *Türk Bilimsel Derlemeler Dergisi*, (2), 33-37.
- Akdağ, M. (2024). *Bilimsel araştırmalarda yöntem/metod*. Erişim tarihi: 01 Mart 2024. (<https://avesis.inonu.edu.tr/resume/lessonmaterieldownload/mustafa.akdag?key=870ee27d-aa11-47ac-817a-33c06adca609>, Erişim tarihi: 05.12.2023).
- Akın, L. ve Gözel, M. G. (2020). Understanding dynamics of pandemics. *Turkish Journal of Medical Sciences*, 50(9), 515-519.
- Albert, M.J., Neira, M. ve Matorjemi, Y. (1997). The role of food in the epidemiology of Cholera. *National Library of Medicine*. 50(1-2). 111-8.
- Alpargu, M. (2008). 12. yüzyıla kadar İç Asya'da Türk mutfak kültürü, Bilgin, A., Samancı, Ö. (Ed.) *Türk mutfacı*. Ankara: T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları.
- Altınlı, İ. E. (1966). Doğu ve Güneydoğu Anadolu'nun jeolojisi. *Bulletin of the Mineral Research and Exploration*, 67(67), 1-24.
- Alvesson, M. (2002). *Understanding organizational culture*. (first published). London: Sage Publication.
- Anand, R. (2020). *Taste of home food increased in two months of lockdown, dating started online behavior chanced like this*. (<https://www.prabhatkhabar.com/national/india-after-60-days-of-lockdown-how-the-nation-changed-lockdown-impact-on-general-habits>, Erişim tarihi: 17.02. 2023).
- Arıkan, R. (2018). Anket yöntemi üzerinde bir değerlendirme. *Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 1(1), 97-159.
- Özçağlar, A. (2012). *Akdeniz Bölgesi*. (<http://geography.humanity.ankara.edu.tr/wp-content/uploads/sites/277/2015/08/ADANA-B%C3%96LGES%C4%B0-1.pdf> , Erişim tarihi: 25.11.2022).
- Özçağlar, A. (2015). *Orta Karadeniz Bölgesi*. (http://geography.humanity.ankara.edu.tr/wp-content/uploads/sites/277/2016/11/Orta_Karadeniz_Bolgesi.pdf, Erişim tarihi: 25.11.2022)
- Anonim (2020). *Стремление к ЗОЖ и рост популярности фастфуда: как коронавирус изменил привычки людей*. (<https://sntat.ru/news/health/03-06-2020/stremlenie-k-zozh-i-rost-populyarnosti-fastfuda-kak-koronavirus-izmenil-privychki-lyudey-5747453>, Erişim tarihi: 20.09.2023).
- Anonim 2023a, *Doğu Anadolu Bölgesi coğrafyası fiziki coğrafya özellikleri*. (<https://avys.omu.edu.tr/storage/app/public/tamero/64216/DO%C4%9EU%208.pdf>, 12.12.2023).

- Anonim (2023b). *Hippocrates ordering plague clothes burnt*. (<https://www.sciencephoto.com/media/225925/view/hippocrates-ordering-plague-clothes-burnt>, Erişim tarihi: 12.12.2023).
- Anonim (2024). *Karadeniz Bölgesi mutfak kültürü ve uygulamaları*. (<https://avys.omu.edu.tr/storage/app/public/sevtap.kkurtaran/129201/Karadeniz%20mutfak%20k%C3%BClt%C3%BCr%C3%BC.pdf>, Erişim tarihi: 03.1.2024).
- Arınç, K. (2015). Güneydoğu Anadolu Bölgesi'nin tarihi coğrafyasına analitik bir yaklaşım, S. Zaman, O. Coşkun (Ed.) *Coğrafya'ya adanmış bir ömür Prof. Dr. Hayati Doğanay*. (1. Baskı). içinde (s. 257-286), Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık. ISBN: 978- 975- 442- 643-4.
- Aydın İl Kültür ve Turizm Bakanlığı (2023). *İzmir- Ege mutfağı ve yemek kültürü*. (<http://www.aydinkulturturizm.gov.tr/yazdir?6D5FA348CB351E84A1B93718B145B9F3>, Erişim tarihi: 22.11.2023).
- Ayyıldız, S. ve Sarper, F. (2019). Antioksidan baharatların Osmanlı saray mutfağındaki yeri. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(1), 363-380.
- Bacanlı, Ü. G. ve Tanrıkulu, A. (2017). Ege Bölgesinde buharlaşma verilerinin trend analizi. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Fen ve Mühendislik Bilimleri Dergisi*, 17(3), 980-987.
- Bahtiyar Karadeniz, Sarı, S. C. ve Aytan, N. (2018, Nisan). İklim değişikliğinin Doğu Karadeniz turizmüne olası etkileri. *1. Uluslararası Eğitim ve Sosyal Bilimlerde Yeni Ufuklar Kongresi Bildiriler Kitabı*. İstanbul, Türkiye.
- Bates, D. G. (2018). 21. yüzyılda kültürel antropoloji: insanın doğadaki yeri. (3. Baskı), (Aydın, S. çeviri ed.). İstanbul: *İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları*, ISBN:978-60-399-124-3.
- Batı Akdeniz Kalkınma Ajansı (2014) *Bölge Planı 2014- 2023, TR61 Düzey 2 Bölgesi Antalya- Isparta- Burdur*. (<https://baka.ka.gov.tr/assets/upload/dosyalar/tr61-duzey-2-bolgesi-2014-2023-bolge-plani.pdf>, Erişim tarihi: 20.09.2023).
- Benek, S. (2009). Ortaya çıkışı, gelişme seyri ve bölgeye etkileri bakımından Güneydoğu Anadolu Projesi (GAP). *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi*, 64(03), 45-71.
- Beşirli, H. (2017). *Yemek sosyolojisi: yiyeceklere ve mutfağa sosyolojik bir bakış* (2. Baskı). Ankara:
- Bilgili, M., Kocalar, A. O. (2020). Coğrafya nedir?. *Liberal Düşünce Dergisi*. 25(99), 145-162
- bin Ahmad, H.and binti Halim, H. (2017). Determining Sample Size for Research Activities: The Case of Organizational Research. 2(1).
- Bottenberg, C., Schanuz, L., Kluss, R. ve Kuball, C. (2006). *The Mediterranean climate*. Iowa State University.
- Büyüköztürk, Ş. (2002). *Veri Analizi El Kitabı*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Byrne, J.P. (2006). *Daily life during the black death*. (first published). London: Greenwood Press.
- Center of Disease Control and Prevention (2023a). *Introduction to epidemiology*. (<https://www.cdc.gov/csels/dsepd/ss1978/lesson1/section11.html>, Erişim tarihi: 6.02.2023).
- Center of Disease Control and Prevention (2023b). *CDC museum Covid-19 timeline*. (<https://www.cdc.gov/museum/timeline/covid19.html>, Erişim tarihi: 15.02.2023).

- Ceyhan, A., Serbester, U., Çınar, M., Ünalın, A., Akyol, E. ve Şekeroğlu, A. (2013). İç Anadolu Bölgesi 'nde büyükbaş ve küçükbaş hayvan yetiştiriciliğinin mevcut durumu ve yönelimleri. *Turkish Journal of Agriculture-Food Science and Technology*, 1(2), 62-66.
- Civitello, L. (2019). *Mutfak ve kültür: insanın beslenme tarihi*. (1. Baskı), (Nahya, Z. N., Örnek, S. çev.). Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları. ISBN: 978-975-7298-86-1.
- Clinicalinfo (2023). *Contagious disease*. ([https://clinicalinfo.hiv.gov/en/glossary/contagious-disease#:~:text=Synonym\(s\)-,Contagious,%2C%20sneezes%2C%20or%20talks](https://clinicalinfo.hiv.gov/en/glossary/contagious-disease#:~:text=Synonym(s)-,Contagious,%2C%20sneezes%2C%20or%20talks), Erişim tarihi: 6.02.2023).
- Coğrafi İşaret Portalı (2024). *Türkiye'nin coğrafi işaretleri*. (<https://ci.turkpatent.gov.tr/>, Erişim tarihi: 29. 06.2024).
- Cordova, J. (2019). *Mortality and meals: the black death's impact on diet in England*. (Undergraduate Theses), University of Washington Tacoma: Tacoma.
- Creswell, J.W. (2017). *Araştırma deseni; nitel, nicel ve karma yöntem yaklaşımları*. (Demir, S. B. çev.) 4. Baskı. Ankara: Eğiten Kitap
- Çelik, M. A. (2016). Natural breaks (jenks) sınıflama yöntemi ile Ege Bölgesi'nde tarım ve vejetasyon alanlarının izlenmesi. *Ege Coğrafya Dergisi*, 25(1), 37-49.
- Çelik, M. A., Kopar, İ. ve Bayram, H. (2018). Doğu Anadolu Bölgesi'nin mevsimlik kuraklık analizi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 22(3), 1741-1761.
- Çetinkaya, H., Kendal, E. ve Sayar, M. S. (2013). Ekolojik tarım açısından Güneydoğu Anadolu Bölgesi. *Türk Bilimsel Derlemeler Dergisi*, (1), 195-198.
- Çakmak, M. ve Sarıışık, M. (2017). Karadeniz Bölgesinin ana yemeklerinin içerik analizi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1, 239-247.
- Darkot, B. ve Tuncel, M. (1978). *Ege Bölgesi coğrafyası*. (1. Baskı). İstanbul: İstanbul Üniversitesi Yayınları, Coğrafya Enstitüsü Yayınları.
- Dasgupta, S. ve Crunkhorn, R. (2020). A history of pandemics over the ages and the human cost. *The Physician*, 6(2).1-9.
- Dede, O. M. (2020). Türkiye düzey-2 bölgelerinde tarım alanlarının yer seçim katsayısı metodu ile değerlendirilmesi. *Tarım Ekonomisi Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 36-48.
- Demir, E. (2003). Güneydoğu Anadolu Projesinin ülke ekonomisine katkısı ve bölge yerleşim alanlarına etkisi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(3).189-205.
- Demirgöl, F. (2018). Çadırdan saraya Türk mutfacı. *Uluslararası Türk Dünyası Turizm Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 105-125.
- Deschasaux Tangur, M., Srou, B., Bourhis, L., Arnault, N., Druesne-Pecollo, N., Esseddik, Y., Szabo De Edelenyi, F., Allegre, J., Alles, B., Andreeva, V.A., Baudry, J., Fezeu, L.K., Galan, P., Julia, C., Kesse-Guyot, E., Peneau, Hercberg, S., Bajos, N., Severi, G., Zins, M., De Lamballerie, X., Carrat, F. and Touvier, M., (2020). Alimentation et risque d'infection par le SARS-CoV-2: étude prospective dans la cohorte NutriNet-Santé. *Nutrition Clinique et Metabolisme*. 36(1).
- Díaz-Méndez, C. and Ramos-Truchero, G. (2023). From the economic crisis to the Covid-19 pandemic in Spain: The challenges for healthy eating in times of crisis. *International Journal of Gastronomy and Food Science*, 100655.

- Dicle Kalkınma Ajansı (2014). *TRC3 Bölgesi 2014-2023 Bölge Planı, Mardin-Batman- Şırnak- Siirt*. (<https://www.dika.org.tr/dokumanflipbook/trc3-bolgesi-2014-2023-bolge-plani/348/0>, Erişim adresi: 3.01.2024).
- Dicle Kalkınma Ajansı (2016). *TRC3 bölgesi illeri stratejik tarım ürünlerinde lisanslı depoculuk raporu. Batman Üniversitesi*. (<https://www.dika.org.tr/dokumanflipbook/trc3-bolgesi-illeri-tarim-urunleri-lisansli-depoculuk-ihtiyacinin-tespiti-ve-on-fizibilite-calismasi-projesi/332/0>, Erişim adresi: 3.01.2024).
- Dilsiz, B. (2010). *Türkiye'de gastronomi ve turizm (İstanbul örneği)*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Dodge, Y. (2008) *Least significant difference test*. In: *the concise encyclopaedia of statistics*. New York: Springer. https://doi.org/10.1007/978-0-387-32833-1_226
- Doğu Akdeniz Kalkınma Ajansı (2024a), *Hatay/ tarım ve hayvancılık* (<https://www.dogaka.gov.tr/dogu-akdeniz/hatay/hatay-tarim-ve-hayvancilik>, Erişim tarihi: 3.01.2024).
- Doğu Akdeniz Kalkınma Ajansı (2024b), *Kahramanmaraş tarım ve hayvancılık*, (<https://www.dogaka.gov.tr/dogu-akdeniz/kahramanmaras/tarim-ve-hayvancilik>, Erişim tarihi: 3.01.2024).
- Doğu Akdeniz Kalkınma Ajansı (2024c), *Osmaniye tarım ve hayvancılık* (<https://www.dogaka.gov.tr/dogu-akdeniz/osmaniye/tarim-ve-hayvancilik>, Erişim tarihi: 3. 01.2024).
- Dönmez, Y., Aydınözü, D. (2012). Bitki özellikleri açısından Türkiye. *Coğrafya Dergisi*, 1(24), 1-17.
- Doğu Karadeniz Kalkınma Ajansı (2014). *TR90 Doğu Karadeniz Bölge Planı*. (<https://www.kalkinmakutuphanesi.gov.tr/assets/upload/dosyalar/2014-2023-tr90-dogu-karadeniz-bolge-planipdf.pdf>, Erişim adresi: 3.01.2024).
- Doğu Marmara Kalkınma Ajansı (2012). *Doğu Marmara Bölgesi'nde Tarım sektörünün Genel Durumu*. (<https://www.marka.org.tr/wp-content/uploads/2022/06/Dog%CC%86u-Marmara-Tarim-Aras%CC%A7tirmasi-2012.pdf>, Erişim adresi: 5.01.2024).
- Diñer, S., Kolcu, M. (2021). Covid-19 pandemisinde toplumun beslenme alışkanlıklarının incelenmesi: İstanbul örneği. *Türkiye Diyabet ve Obezite Dergisi*, 5(2), 193-201.
- Dragan, I. M. and Isaic-Maniu, A. (2013). Snowball sampling completion. *Journal of Studies in Social Sciences*, 5(2).
- Durlu Özkaya, F. and Cömert, M. (2017). *Türk mutfağına yolculuk* (1. Baskı). Ankara: Detay Anatolia Akademik Yayıncılık.
- Durmuş, E. ve Yiğit, A. (2003). Türkiye'nin meyve üretim yöreleri. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(2), 23-54.
- Elibüyük, M. ve Yılmaz, E. (2010). Türkiye'nin coğrafi bölge ve bölümlerine göre yükselti basamakları ve eğitim grupları. *Coğrafi Bilimler Dergisi*, 8(1), 27-56.
- Emecen, F. M. (2016). Şehzadenin mutfağı. S. ve Neumann, C. K. (Ed.). *Softamız nur hanemiz mamur* (1. Baskı) içinde (107-144). İstanbul: Alfa Basım Yayın Dağıtım.
- Emekli, G. (2006). Coğrafya, kültür ve turizm: kültürel turizm. *Ege Coğrafya Dergisi*, 15. 51-59.
- Erdoğan, E. (2010). *Türkiye Selçukluları mutfağı* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Ankara Üniversitesi, Ankara.

- Ferris State Üniversitesi (2022). *Culture* (<https://www.ferris.edu/academics/general-education/competencies/culture.html>, Erişim tarihi: 16.12.2022).
- Francis Fujimira, S. (2003). Purple death: The Great Flu of 1918. *Pan American Health Organization*. 8(3).
- Gamberini, G. (2020). *Alimentation : le confinement profite au bio*. (<https://www.latribune.fr/entreprises-finance/transitions-ecologiques/alimentation-le-confinement-profite-au-bio-844704.html>, Erişim tarihi: 16.02.2023).
- Ganenko, I. (2020). *АПК под влиянием. Стресс-факторы 2020 года могут отрицательно сказаться не только на аграриях, но и на бизнесе поставщиков средств производства*. (<https://www.agroinvestor.ru/analytics/article/33642-apk-pod-vliyaniem-stress-factory-2020-goda-mogut-otritsatelno-skazatsya-ne-tolko-na-agrariyakh-no-i/>, Erişim tarihi: 20.09.2023)
- Garipoğlu, G., Bozar, N. (2020). Covid-19 salgınında sosyal izolasyonda olan bireylerin beslenme alışkanlıklarındaki değişiklikler. *Pearson Journal*, 5(6), 100-113
- Gravetter, F.J. ve Wallnau, L.B. (2017). *Statistics for the Behavioral Sciences*. (10. Edition). Boston: Cengage Learning. ISBN: 978-1-305-50491-2
- Güler, O., Günaylı, H. (2021). Covid-19 sürecinde değişen beslenme alışkanlıkları: Covid-19 hastalığını geçiren aileler örneğinde nitel durum araştırması. *Journal of Eurasia Tourism Research*, 2(2), 67-81.
- Güler, P., Bozkır, Ç., Uluata, S. (2023). Covid-19 Pandemi Kısıtlamalarının Beslenme Alışkanlıklarına Etkisi. *Sağlık Bilimleri Dergisi*, 32(2), 237-243.
- Günel, N. (2013). Türkiye’ de iklimin doğal bitki örtüsü üzerindeki etkileri. *Çevrimiçi Tematik Türkoloji Dergisi*, 5(1). 1-22.
- Güney Ege Kalkınma Ajansı (2009). *TR32 Düzey 2 Bölgesi (Aydın- Denizli- Muğla) 2010- 2013 Bölge Eylem Planı* (https://geka.gov.tr/uploads/pages_v/o_19utm89a31rvgcfcfba1ctl38p8.pdf, Erişim tarihi: 15.03.2023).
- Güney Ege Kalkınma Ajansı (2014). *TR32 Düzey 2 Bölgesi Bölge Kalkınma Planı, 2014-2023*. (https://geka.gov.tr/uploads/pages_v/o_19utnqk2s1tbc0h1g6i1973po38.pdf, Erişim tarihi: 15.03.2023).
- Güney Marmara Kalkınma Ajansı (2013). *TR22 Güney Marmara Bölgesi tarım araştırma raporu*. (<https://www.kalkinmakutuphanesi.gov.tr/assets/upload/dosyalar/tarim-arastirma-raporu.pdf>, Erişim tarihi: 15.03.2023).
- Güney Marmara Kalkınma Ajansı (2023). *Balıkesir, Çanakkale*, (<https://ka.gov.tr/sayfalar/guney-marmara-kalkinma-ajansi-tarim-ve-kirsal-kalkinma--29-466>, Erişim tarihi: 21.12.2023).
- Güneydoğu Anadolu Projesi Bölge Kalkınma İdaresi Başkanlığı (1996, Ocak). Güneydoğu Anadolu Projesi (GAP). *Az Gelişmiş Bölgelerin Potansiyel Araştırma Toplantısı*. İstanbul Sanayi Odası, İstanbul.
- Güngör, Ş. (2018). İç Anadolu Bölgesi’nin turizm coğrafyası. Sertkaya Doğan, Ö. ve Duran, E. (Ed.). *Türkiye turizm coğrafyası* (1.Baskı). içinde (501-542) Çanakkale: Paradigma Akademi basın Yayın Dağıtım.

- Gür, G. (2019). *Orta Karadeniz bölümünde şeker pancarı tarımının coğrafi özellikleri* (yayınlanmamış yüksek lisans tezi). On Dokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Gürbüz, S., Şahin, F. (2016). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri: Felsefe, Yöntem, Analiz* (3. Baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Gürbüz, S. Şahin, F. (2018). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri: felsefe- yöntem- analiz* (Gözden geçirilmiş ve güncellenmiş 5. Baskı). Ankara: Seçkin yayınları.
- Gürsoy, D. (2013). *Tiridine, tiridine, suyuna da bandım (tarihinde süzgecinde mutfak kültürümüz)*. (1. Baskı). İstanbul: Oğlak Yayıncılık.
- Gürsoy, D. (2019). *Tarihin süzgecinden mutfak kültürümüz* (4. Baskı). İstanbul: Oğlak Yayıncılık.
- Haldia Government College (2022). *The concept of culture*. (<http://www.haldiagovtcollege.org.in/wp-content/uploads/2017/12/CULTURE-CONCEPT.pdf>, Erişim tarihi: 15.12.2022).
- Halıcı, N. (1999). *Siniden tepsie klasik Türk mutfağı* (1. Baskı). İstanbul: Maestro Reklamcılık. ISBN 975-96909-0-X.
- Harris, M. (2020). *İnekler, domuzlar, savaşlar ve cadılar*. (3. Baskı), (Gümüş, M.F. çev.) Ankara: İmge Kitapevi.
- Haviland, W.A., Prins, H.E., Walrath, D. ve McBride, B. (2021). *Kültürel antropoloji*. (3. Baskı), (Erguvan Sarioğlu, İ.N. çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları, ISBN: 978- 975-6698-35-8.
- Heidsieck, L. (2020). *Coronavirus : plus de 200.000 candidatures pour aider les agriculteurs*. (<https://www.lefigaro.fr/conso/coronavirus-plus-de-200-000-candidatures-pour-aider-les-agriculteurs-1-20200407>, Erişim tarihi: 16.02.2023).
- Hourly History (2020). *The Spanish Flu a history from beginning to end*.
- Howard Community Collage (2022). *The elements of culture*. (<https://pressbooks.howardcc.edu/soci101/chapter/3-2-the-elements-of-culture/>, Erişim tarihi: 19.12.202).
- Hunter (2020). *America gets cooking*. (https://www.hunterpr.com/foodstudy_coronavirus/, Erişim tarihi: 20.09.2023).
- Ichijo, A., Ranta, R. (2018). *Yemek ve ulusal kimlik: gündelik yaşamdan küresel siyasete*. (1. Baskı), (Ataseven, E. çev.). İstanbul: Ayrıntı Yayınları, ISBN: 978-605-314-310-09.
- Invitti, C., Canello, R. (2020). *Come sono cambiate le abitudini alimentari durante il Covid-19?* (<https://www.auxologico.it/sono-cambiate-abitudini-alimentari-durante-covid-19>, Erişim tarihi: 16.02.2023).
- Işın, P.M. (2020). *Bereketli imparatorluk: Osmanlı mutfağı tarihi*. (1. Baskı), (Yıldırım, A.F. çev.). İstanbul: Vakıfbank Kültür Yayınları, ISBN:987-7947-76-5
- İpekyolu Kalkınma Ajansı (2012). *Tarım raporu (TRC1 bölgesi)*. (<https://www.ika.org.tr/assets/upload/dosyalar/trc1-bolgesi-tarim-raporu.pdf>, Erişim adresi: 20.12.2023).
- İpekyolu Kalkınma Ajansı (2015). *TRC1 (Gaziantep- Adıyaman- Kilis) Bölge Planı 2014- 2023* (www.kalkinmakutuphanesi.gov.tr/assets/upload/dosyalar/trc1-bolge-plani-2014-2023-842950.pdf, Erişim adresi: 20.12.2023).
- İzgi, Ö. (2020). *Orta Asya Türk tarihi araştırmaları*. (3. Baskı). Ankara: Türk tarih Kurumu Yayınları.

- Kabak, T. (2018). Yerel mutfaktan ulusal mutfağa kuymağın seyrinin kültür endüstrisi açısından incelenmesi. *Karadeniz Araştırmaları Enstitüsü Dergisi*, 4(6), 347-352.
- Kahveci, H., Acar, C. ve Hergül, Ö. C. (2018). Doğu Karadeniz kıyı alanlarında yetişen perennial (çok yıllık otsu) bitkilerin peyzaj mimarlığı açısından değerlendirilmesi. *Journal Of Social And Humanities Sciences Research (Jshsr)*, 5(31), 4568-4579.
- Kaiser, H. F. 1974. "An Index of Factorial Simplicity." *Psychometrika* 39 (1): 31–36.
- Kalelioğlu, E. (1989). Güneydoğu Anadolu Bölgesinin tarımsal yapısı. *Coğrafya Araştırmaları Dergisi*, 159-167.
- Kantarcı, D. M. (2014, Ekim). Akdeniz ormancılığının ekolojik esasları ve iklim değişikliğinin nedenleri. *Akdeniz Ormanlarının Geleceği: Toplum ve Çevre* (34-66) içinde. 2. Ulusal Akdeniz Orman ve Çevre Sempozyumu'nda sunuldu. Isparta, Türkiye.
- Karagöz, B. ve Işcan, A. (2016). Kültürel bellek aktarımı temelinde ninnilerin rolü: "anneler ninnileri biliyor mu?". *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(2), 1036-1055.
- Karahan, Ş. ve Özbakır, G. Ö. (2020). Güneydoğu Anadolu'da arıcılık faaliyetlerinin ve bal tüketim alışkanlıklarının belirlenmesi. *Türk Tarım ve Doğa Bilimleri Dergisi*, 7(4), 1148-1158.
- Kardeş Çolakoğlu, N. ve Sarıışık, M. (2023). *Türkiye gastronomi coğrafyası*. (1. Baskı). Ankara: Detay Yayıncılık.
- Karaoğlu, M. ve Çelim, Ş. (2018). Doğu Anadolu Bölgesi ve Iğdır'ın jeolojisi ve toprak özellikleri. *Journal of Agriculture*, 1(1), 14-26.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri: kavramlar- ilkeler- teknikler*. (23. Basım). Ankara: Nobel Yayınları.
- Karataş, E. (2018). *Geleneksellikten değişime Osmanlı sarayında mutfak kültürü* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi), Kırıkkale Üniversitesi, Kırıkkale.
- Kashmir Üniversitesi (2020). *Culture and education*. (<http://ddekü.edu.in/Files/2cfa4584-5afe-43ce-aa4b-ad936cc9d3be/Custom/1.%20Culture%20and%20Education.pdf>, Erişim tarihi: 17.02.2022)
- Kaya, D. (2020). Coğrafya nedir? Kala, M.E. (Ed.). *Sosyal Bilimler Lisansüstü Öğrenci Bilgi Şöleni Tebliğ Metinleri*. (1.Baskı). içinde (86-90). Ankara: Türkiye Yazarlar Birliği Yayınları.
- Kaya N. ve Işık, O. (2018). *Hasta Güçlendirme Örneğinin Türkçe Geçerlilik ve Güvenilirliği*. İşletme Bilim Dergisi. 6(1). 27-42.
- Khalaf, S. (2006). *Doğu Anadolu Bölgesi nüfus özellikleri*. (Yayınlanmamış doktora tezi), İstanbul Üniversitesi, Sosyal bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kingsley Kent, S. (2013). *The Influenza Pandemic of 1918– 1919 a brief history with documents*. (first published). New York, NY: Bedford Publisher.
- Kızıldemir, Ö., Öztürk, E. Ve Sarıışık, M. (2014). Türk mutfak kültürünün tarihsel gelişiminde yaşanan değişimler. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 14(3). 191-210.
- Kızılelma, Y., Çelik, M. ve Karabulut, M. (2015). İç Anadolu Bölgesinde sıcaklık ve yağışların trend analizi. *Türk Coğrafya Dergisi*, (64), 1-10.

- Kızılırmak, İ., Albayrak, A. ve Küçükali, S. (2014). Yöresel mutfakların kırsal turizm işletmelerinde uygulanması: Uzungöl örneği. *International Journal Of Social And Economic Sciences*, 4(1), 75-83.
- Kline, P. (1994). *An easy guide to factor analysis*. New York: Routledge.
- Koday, Z. (2006, Mayıs). Doğu Anadolu Bölgesinde zirai faaliyetlerdeki farklılıkların yeri ve önemi. *Ankara Üniversitesi Türkiye Coğrafyası Araştırma ve Uygulama Merkezi. 4. Ulusal Coğrafya Sempozyumu'nda sunuldu*. Ankara, Türkiye.
- Kotar, S.L. and Gessler, J.E. (2014). *Cholera: the worldwide history*. (first published). North Carolina: McFarland & Company, Inc., Publishers.
- Kök, A., Kurnaz, A., Kurnaz, H. A. ve Karahan, S. (2020). Ege otlarının yöresel mutfaklarda kullanımı. *Journal of Tourism Intelligence and Smartness*, 3(2), 152-168.
- Közleme, Ö. (2012). *Türk mutfak kültürü ve din*. (1. Baskı). İstanbul: Rağbet Yayınları.
- Kul, S. (2014). İstatistik sonuçlarının yorumu: p değeri ve güven aralığı nedir?/interpretation of statistical results: what is p value and confidence interval?. *Plevra Bülteni*, 8(1), 11.
- Kuzu, S. H. (2022). Güneydoğu Anadolu Bölgesinin mevcut tarımsal yapısının analizi. *Ünye İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 5(1), 30-46.
- Küçükçankurtaran, S., Özdoğan, Y. (2021). Koronavirüs hastalığının yetişkinlerin beslenme ve fiziksel aktivite durumuna etkisi; Covid-19 ve beslenme. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 11(3), 318-324.
- Langer, L.W. (1964). The Black Death. *Scientific American*. 210(2). 114-121.
- Leigh, R.A. (2013). *On theriac to piso, attributed to Galen*. (Unpublished doctoral thesis), Exeter University, Exeter.
- Lionello, P., Malanotte-Rizzoli, P., Boscolo, R., Alpert, P., Artale, V., Li, L., Lutherbacher, J., May, W., Trigo, R., Tsimplis, M., Ulbrich, U. and Xoplaki, E. (2006). The Mediterranean climate: an overview of main characteristic and issues. *Development in Earth and Environmental Sciences*, 4. 1-26.
- Lownds, T.M. (1868). Notes on the Treatment of Cholera. *The British Medical Journal*. 8(29).
- Maclean, M.D. (1866). *Lecture on The Treatment of Cholera*. (https://ia800708.us.archive.org/view_archive.php?archive=/22/items/crossref-pre-1909-scholarly-works/10.1016%252Fs0140-6736%252802%252960084-4.zip&file=10.1016%252Fs0140-6736%252802%252960466-0.pdf, Erişim tarihi: 5.12.2023)
- Macip, S. (2021). *Modern epidemics: from the Spanish Flu to Covid 19*. (first edition), (Julie, W. çev.) Cambridge: Polity Press (orijinal çalışma basım tarihi 2020).
- Marrin, A. (2018). *Very, very, very dreadful The Influenza Pandemic of 1918*. (first published). New York, NY: Alfred A. Knopf Publisher.
- Marty, L., de Lauzon-Guillain, B., Labesse, M. ve Nicklaus, S. (2021). Food choice motives and the nutritional quality of diet during the Covid-19 lockdown in France. *Appetite*, 157, 105005.
- McManus, K.D. (2023). *A Practical Guide to Mediterranean Diet*. (<https://www.health.harvard.edu/blog/a-practical-guide-to-the-mediterranean-diet-2019032116194>, Erişim tarihi: 3.01.2024)
- Meydan, A. (2018). Coğrafya nedir? Yazıcı, H. ve Koca, N. (Ed.). *Genel Coğrafya*. (9.Baskı). içinde (1-20) Ankara: Pegem Akademi.
- Mintel (2020). *Pass te avocado on toast: a quarter of young millenials say Covid-19 has made a vegan diet more appealing* (<https://www.mintel.com/press->

- [centre/pass-the-avocado-on-toast-a-quarter-of-young-millennials-say-covid-19-has-made-a-vegan-diet-more-appealing](#), Erişim tarihi: 25.06. 2024).
- Mitchell, L. S. and Murphy, P. E. (1991). Geography and tourism. *Annals of Tourism Research*, 18(1), 57-70.
- National Archives (2023). *Cholera online: a modern pandemic in text and images*. (<https://www.nlm.nih.gov/exhibition/cholera/images.html>, Erişim tarihi: 5.12.2023)
- Navjivanindia (2020). *Farmers in crisis due to Corona virüs if the situation does not improve soon there will be a shortage of food and drink* (<https://www.navjivanindia.com/news/farmers-in-crisis-due-to-corona-virus-if-the-situation-does-not-improve-soon-there-will-be-a-shortage-of-food-and-drink>, Erişim tarihi: 26 Haziran 2024).
- Niusdiario (2020). *Que tipo comida domicilio pedidos Espana confinamiento Coronavirus covid glovo just eat pizzas sushi*. (https://www.niusdiario.es/economia/consumo/que-tipo-comida-domicilio-pedidos-espana-confinamiento-coronavirus-covid-glovo-just-eat-pizzas-sushi-%20%20%20hamburguesa_18_2930820219.html, Erişim tarihi: 25.05.2023)
- Oğuz, E. S. (2011). Toplum bilimlerinde kültür kavramı. *Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 28(2). 123-139.
- Okçu, Z. ve Kaplan, B. (2018). Doğu Anadolu Bölgesi'nde gıda olarak kullanılan yabancı bitkiler. *Türk- Tarım, Gıda, Bilim ve Teknolojisi Dergisi*. 6(3). 260-265.
- On Dokuz Mayıs Üniversitesi (2023). *Türk mutfak kültürü*. (<https://avys.omu.edu.tr/storage/app/public/cihan.canbolat/131984/c%20c%20T%C3%BCrk%20Mutfak%20Kulturu.pdf>, Erişim adresi: 01.02.2024).
- Oros, J. H., Aburto, A. E., Arce, M. E. V., González, G. A. M. and Torres, K. L. Á. (2022). Análisis Preliminar Sobre Hábitos Alimentarios, Estado Nutricio Y Estilo De Vida En Población Adulta Mexicana Durante La Pandemia Por Covid-19. *Redcien*, 7(1), 43-44.
- Orta Anadolu Kalkınma Ajansı (2014). *TR72 bölgesi mevcut durum analizi*. (<https://www.oran.org.tr/images/dosyalar/222.pdf>, Erişim tarihi: 15.01.2024)
- Önçel, S. (2015). Türk mutfağı ve geleceğine dair değerlendirmeler. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*. 3(4). 33-44.
- Öner, N., Erşahin, S., Ayan, S. ve Özel, H. B. (2016). İç Anadolu'da yarı kurak alanların rehabilitasyonu. *Anadolu Orman Araştırmaları Dergisi*, 2(1-2), 32-44.
- Öselmiş, G. (2013). Güney Ege Bölgesi'nde tarım ve hayvancılık. T.C. Güney Ege Kalkınma Ajansı. (https://geka.gov.tr/Dosyalar/o_19v5efjj5r471suva0q1o5hgs48.pdf, Erişim tarihi: 03.03.2024).
- Özdamar, K. (2018). *Eğitim, sağlık ve sosyal bilimler için SPSS uygulamalı temel istatistik*. (1. Baskı). Eskişehir: Nisan Kitapevi.
- Özekan, D. ve Mumcu Akan, D. (2023). Türkiye'nin tarımsal ürün deseninin Batı ve Orta Anadolu özelinde analizi. *Uluslararası Ekonomi ve Yenilik Dergisi*, 9(2), 251-272.
- Özel, N., Öner, H.H., Akbin, G. and Altun, N. (2012, Ekim). Ege bölgesi maki alanlarında bitki toplulukları ve Akdeniz ekosistemlerindeki yeri. 1. *Ulusal Akdeniz Orman ve Çevre Sempozyumu*'nda sunuldu (121-125) içinde. Kahramanmaraş, Türkiye

- Özgen, I. (2013). Uluslararası gastronomiye genel bakış. Sarıışık, M. (Ed.). *Uluslararası gastronomi (temel özellikleri- örnek menüler ve reçeteler)* (1. Baskı) içinde (1-32). Ankara: Detay Yayıncılık.
- Özgen, N. (2010). Doğu Anadolu Bölgesi'nin doğal turizm potansiyelinin belirlenmesi ve planlamaya yönelik öneriler. *Uluslararası İnsan bilimleri dergisi*, 7(2), 1407-1438.
- Öztürk, A. ve Serttaş, S. (2018). Karadeniz Bölgesi meyveciliğinin mevcut durumu ve potansiyeli. *Journal of the Institute of Science and Technology*, 8(4), 11-20.
- Özyıldırım, S. (2019). *İç Anadolu Bölgesi'nde sıcaklık ve yağış değişkenlerinin eğilim analizi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi), Yozgat Bozok Üniversitesi, Yozgat.
- Partal, T. ve Yavuz, E. (2020). Batı Karadeniz Bölgesi'nde kuraklık indisleri üzerine trend analizi uygulanması. *Doğal Afetler ve Çevre Dergisi*, 6(2), 345-353.
- Philippe, K., Issanchou, S. and Monnery-Patris, S. (2022). Contrasts and ambivalences in French parents' experiences regarding changes in eating and cooking behaviours during the Covid-19 lockdown. *Food Quality and Preference*, 96, 104386.
- Phillips, M.M., Cole, D. (2021). *Coronavirus advice is everywhere. It was the same with the Spanish Flu*. (<https://www.wsj.com/story/coronavirus-advice-is-everywhere-it-was-the-same-with-the-spanish-flu-6a25d0d4>, Erişim tarihi: 10.12.2023).
- Pinault, J. R. (1986). How Hippocrates cured the plague. *Journal of the history of medicine and allied sciences*, 41(1), 52-75.
- Quinlan, H.E. (2020). *Plagues, pandemics and viruses: from the plague of Athens to Covid-19*. (first published). Canton: Visible Ink Press.
- Rad, A. K., Shamshiri, R. R., Azarm, H., Balasundram, S. K. and Sultan, M. (2021). Effects of the Covid-19 pandemic on food security and agriculture in Iran: a survey. *Sustainability*, 13(18), 10103.
- Reindl Kiel, H. (2016). Cennet taamları. Faraoohi, S. ve Neumann, C. K. (Ed.). *Softımız nur hanemiz mamur* (1. Baskı) içinde (s. 58-106). İstanbul: Alfa Basım Yayın Dağıtım.
- Revistapegn Globo 2020, *Coronavírus muda hábitos de alimentação e leva preparo de comida para dentro de casa*. (<https://revistapegn.globo.com/Banco-de-ideias/Alimentacao/noticia/2020/04/coronavirus-muda-habitos-de-alimentacao-e-leva-preparo-de-comida-para-dentro-de-casa.html>, Erişim tarihi: 17.02.2023)
- Rizzuti, S. (2020). *Sondaggi, come cambiano le abitudini a tavola col Coronavirus: cibo più sano e zero sprechi*. (<https://www.fanpage.it/attualita/sondaggi-come-cambiano-le-abitudini-a-tavola-col-coronavirus-cibo-piu-sano-e-zero-sprechi/>, Erişim tarihi: 16.02.2023)
- Rodrigues, M. (2020). 6 lessons from China's recovering food and beverage industry after Covid-19 (<https://www.kerry.com/insights/kerrydigest/2020/china-food-and-beverage-after-covid-19>, Erişim tarihi: 26 Haziran 2024).
- Samancı, Ö. (2008). *İmparatorluğun son döneminde İstanbul ve Osmanlı saray mutfak kültürü*. (<https://eresearch.ozyegin.edu.tr/bitstream/handle/10679/5812/19.%20y%C3%BCzy%C4%B1%20%C4%B0stanbul%20ve%20Osmanl%C4%B1%20Saray%20Mutfak%20K%C3%BClt%C3%BCr%C3%BC.pdf?sequence=1&isAllowed=y>, Erişim tarihi: 13.10.2022)

- Samancı, Ö. (2016). 19. yüzyılın birinci yarısında Osmanlı elitinin yeme içme alışkanlıkları. Farooqi, S. ve Neumann, C. K. (ed.). *Softamız nur hanemiz mamur* (1. Baskı) içinde (184-208). İstanbul: Alfa Basım Yayın Dağıtım.
- Saygılı, R. (2020), *Coğrafi bölge haritaları*. (<http://cografyaharita.com/turkiye-cografbi-bolge-haritalari.html>), Erişim tarihi: 15.11.2023)
- Schein, E. H. (2004). *Organizational culture and leadership*. (3. Published). United State of America, San Francisco: Jossey Bass a Willey Imprint. ISBN: 9780787968458.
- Seçim, Y. (2018). Evaluation of Seljuk and Ottoman cuisine in term of gastronomy. *Journal of Tourism Theory and Research*, 4(2). 122-132.
- Sever, R. (2019, Eylül). Doğu ve Güneydoğu Anadolu Bölgeleri arasında sürdürülen yaylacılık faaliyetlerine coğrafi bir bakış. Cin, M., Kuruca, N. (ed.), *Uluslararası Yaylacılık ve Yayla Kültürü Sempozyumu*. (72-86). Giresun, Türkiye: Giresun Üniversitesi Yayınları.
- Seymour, R. (2023). *Cholera* online. (<https://www.nlm.nih.gov/exhibition/cholera/images.html>), Erişim tarihi: 17.02.2023).
- Sharma, A. (2020). *Coronavirus का सबसे बड़ा असर देश की कृषि आधारित अर्थव्यवस्था पर : वल्लभाचार्य पांडेय*. (<https://www.jagran.com/uttar-pradesh/varanasi-city-agriculture-based-economy-may-damage-during-corona-virus-effect-20176919.html>), Erişim tarihi: 17.02.2023)
- Sigman, M. and Luchette, F. A. (2012). Cholera: Something Old, Something New. *Surgical Infections*, 13(4), 216–222.
- Snowden, S.M. (2019). *Epidemics and society from the black death to the present*. (first published). London: Yale University Press.
- Somuncu, B. (2021). İç Anadolu Bölgesinde Yem Bitkileri Tarımının Genel Durumu, Sorunları ve Çözüm Önerileri. *21. Yüzyılda Fen ve Teknik*, 8(15). 33-42.
- Solmaz, F. (2018). *Kültürel etkileşimin Yeni Dünya'nın keşfiyle Osmanlı saray mutfağı özelinde Anadolu yemek kültürüne etkisi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi), İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Sözer, A.N. (1983). Güneydoğu Anadolu' nun doğal çevre şartlarına coğrafi bir bakış. *Ege Coğrafya Dergisi*, 2(1). 9-30.
- Spaccaferri, A. (2022). *Il Food Delivery pre e durante il periodo Covid-19*. (Tesi di Laurea). Università Degli Studi di Padova, Padua.
- Spencer Oatey, H. (2022). *What is culture? A compilation of quotations*. (https://warwick.ac.uk/fac/soc/al/globalpad-rip/openhouse/interculturalskills_old/core_concept_compilations/global_pad_-_what_is_culture.pdf), Erişim tarihi: 15.11.2022)
- Sürücüoğlu, M. S. ve Özçelik, A. Ö. (2007). Türk mutfak ve beslenme kültürünün tarihsel gelişimi. *ICANAS, Uluslararası Asya ve Kuzey Afrika Çalışmaları Kongresi*, 10(15). 1289-1310.
- Standage, T. (2020). *İnsanlığın yeme tarihi*. (4. Baskı), (Çakır, G. çev.). İstanbul: Maya Kitap (Orijinal çalışma basım tarihi 2009).
- Sweetpress (2020). *El chocolate, aun mas irresistible en confinamiento*. (<https://www.sweetpress.com/el-chocolate-aun-mas-irresistible-en-confinamiento/#>), Erişim tarihi: 17.02.2023)
- Şahin, H. (2008). Türkiye Selçuklu ve Beylikler dönemi mutfağı. Bilgin, S. ve Samancı, Ö. (Ed.). *Türk mutfağı*. (1. Baskı) içinde (39-55). Ankara: Turizm ve Kültür Bakanlığı, ISBN 978-975-17-3376-4.

- Şahingöz, S. A., Öztürk, B. (2021). Covid-19 Pandemisi Normalleşme Sürecinde Bireylerin Yiyecek ve İçecek Tercihleri. *Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(2), 187-214.
- Şanlıer, N. (2020). Beslenme ve besin öğeleri. (9. Baskı). *Anne ve çocuk beslenmesi* içinde (s. 1-44). Ankara: Pegem Akademi.
- Şengül, S. ve Türkay, O. (2016). Akdeniz mutfak kültürünün gastronomi turizmi bağlamında değerlendirilmesi. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*. 86-99.
- Şengül, S. ve Türkay, O. (2022). *Türkiye'nin yöresel mutfakları*. (Genişletilmiş 2. Baskı). Ankara: Detay Yayıncılık.
- Şengün, M.T. ve Boyraz, Z. (2008). Doğu ve Güney Doğu Anadolu Bölgesinin doğal ortam özelliklerinin terör faaliyetleri ve sınır güvenliği açısından değerlendirilmesi. *Doğu Coğrafya Dergisi*, 13(20). 267-278.
- Şensoy, F. (2020). Turizm ve beslenme. Özenoğlu, A. (Ed.). *Beslenme ve diyetetiğin psikososyal boyutu* (genişletilmiş ve gözden geçirilmiş 2. Basım). içinde (s.191-210). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Şensoy, S., Demircan, M., Ulupınar, Y. ve Balta, İ. (2008). Türkiye İklimi. Turkish State Meteorological Service (DMI), Ankara.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S. and Ullman, J. B. (2007). *Using Multivariate Statistics*, 5. Boston, MA: Pearson.
- Taşagül, A. (2023). *Eski Türk boyları: Çin kaynaklarına göre*. (1. Baskı). İstanbul: Bilge, Kültür, Sanat Yayınları
- Taylor, D.B. (2021). *The timeline of the Coronavirus pandemic*. (<https://www.nytimes.com/article/coronavirus-timeline.html>, Erişim tarihi: 15.02.2023)
- T.C. Çevre ve Şehircilik Bakanlığı (2020). *Bölgesel iklim değişikliği eylem planı*. Ankara: Bee Content&Communication, ISBN: 978-625-7076-13-5.
- T.C. Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanlığı (2023). *Marmara Bölgesi coğrafi özellikleri*. (<https://mthmm.csb.gov.tr/bolgemiz-i-85694>, Erişim tarihi: 17.12.2023)
- T.C. Sanayi ve Teknoloji Bakanlığı GAP Bölge Kalkınma İdaresi Başkanlığı (2023). *Güneydoğu Anadolu Projesi (GAP) Bölge Kalkınma Programı 2021-2023 Eylem Planı*. (<http://www.gap.gov.tr/upload/dosyalar/pdf/icerik/BKP2021-2023.pdf>, Erişim tarihi: 17.12.2023).
- T.C. Serhat Kalkınma Ajansı (2011). *Doğu Anadolu Bölgesi büyükbaş hayvancılık çalıştay raporu*. (<https://www.serka.gov.tr/assets/upload/dosyalar/e2fe2ffcd00f1a2e449248a4f14e4257.pdf>, Erişim tarihi: 17.12.2023).
- T.C. Tarım ve Köy İşleri Bakanlığı, (2007a). *TR4 Doğu Marmara Bölgesi tarım master planı*. (https://www.bebka.org.tr/admin/datas/sayfas/files/TR4_Dogu_Marmara_Bolg esi_Tarim_Master_Plani.pdf, Erişim tarihi: 17.12.2023).
- T.C. Tarım ve Köy İşleri Bakanlığı (2007b). *TR2 Batı Marmara Bölgesi tarım master planı*. (https://www.tarimorman.gov.tr/SGB/Belgeler/B%C3%B6lge%20Master%20P lanlar%C4%B1/TR2_batimarmaraMP.pdf, Erişim tarihi: 17.12.2023).
- T.C. Tarım ve Köy İşleri Bakanlığı (2007c). *TR8 Batı Karadeniz Bölgesi tarım master planı*.

- (https://kutuphane.tarimorman.gov.tr/pdf_goster?file=492c2b50d6bd0552f8d56038543e78ab#book/, Erişim tarihi: 17.12.2023).
- Taşlıgil, N. ve Şahin, U. G. (2015). Ziraat coğrafyası açısından Marmara Bölgesi'nde örtüaltı yetiştiriciliği. *Marmara Sosyal Araştırmalar Dergisi*, (5).
- TeknoMir (2020). 47 kak selskoe khozyajstvo rossii perezhivaet pandemiya koronavirusa. (<http://www.tm44.ru/11-novosti/47-kak-selskoe-khozyajstvo-rossii-perezhivaet-pandemiya-koronavirusa.html>, Erişim tarihi: 3.06.2020).
- Tezcan, M. (1981). Türkiye'de yeme içme alışkanlıkları ve buna ilişkin davranış kalıpları. *Türk Mutfağı Sempozyum Bildirimleri*. İçinde (113-132). Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi.
- Tiwari, A. (2020). कोरोना से किसानों को 1000 करोड से ज्यादा का नुकसान (<https://www.patrika.com/bhopal-news/corona-losses-more-than-1000-crores-to-farmers-6004471/>, Erişim tarihi: 17.02.2023)
- Tobias, S. and Carlson, J. E. (1969). Brief report: Bartlett's test of sphericity and chance findings in factor analysis. *Multivariate behavioral research*, 4(3), 375-377.
- Türker, A. ve Çelik, İ. (2012). Somut olmayan kültürel miras unsurlarının turistik ürün olarak geliştirilmesine yönelik alternatif öneriler. *Yeni Fikir Dergisi*, 4(9), 86-98.
- Türkiye Cumhuriyeti Hatay Valiliği (2024). *Hatay'da tarım*. (<http://www.hatay.gov.tr/hatayda-tarim>, Erişim tarihi: 3.01.2024).
- UNESCO (2023). *Somut olmayan kültürün korunması sözleşmesi*. (<https://ich.unesco.org/doc/src/00009-TR-PDF.pdf>, Erişim tarihi: 1.01.2023)
- Uzun, A. (2007, Aralık). Doğu Karadeniz kıyı kuşağında coğrafi yapı ve sel ilişkisi. *TMMOB Afet Sempozyumu* (387-393). Ankara, Türkiye.
- Uzun, B. ve Yomralıoğlu, T. (2005, Ekim). Doğu Karadeniz Bölgesinde dağınık yerleşim sorunlarının mülkiyet açısından irdelenmesi ve kırsal arazi düzenleme modeli. *Doğu Karadeniz Bölgesi Kalkınma Sempozyumu'nda sunuldu* (23-34) içinde. Trabzon, Türkiye.
- Ünsal, A. (2020). *İktidarların sofrası: yemek, siyaset ve simgesellik, Orta Asya'dan payitaht İstanbul'a toylar ve saray ziyafetleri* (1. Basım). İstanbul: Everest Yayınları.
- Üstün, Ü (2016). *Veri toplama yöntemleri*. (https://www.phdternegi.org/wp-content/uploads/2016/03/veri_toplama_yontemleri.pdf, Erişim tarihi: 01.03.2024)
- Walsh, J.J. (1919). Influenza Therapeutics in History. *NewYork Medjical Journal*. 3(15).
- Welcome Collection (2023). *An apothecary publically preparing the drug theriac, under the supervision of a physician*. Woodcut. (<https://wellcomecollection.org/works/fzbmaden/images?id=s7bcm3jy>, Erişim tarihi: 5.11.2023)
- WHO (2018). *Cholera*. (https://cdn.who.int/media/docs/default-source/immunization/vpd_surveillance/vpd-surveillance-standards-publication/who-surveillancevaccinepreventable-02-cholera-r2.pdf?sfvrsn=a110ae17_10&download=true, Erişim tarihi: 5.11.2023)
- Williams, L. J. and Abdi, H. (2010). Fisher's least significant difference (LSD) test. *Encyclopedia of research design*, 218(4), 840-853.
- World Health Organization (2023). *Plague*. (<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/plague>, Erişim tarihi: 4.11.2023)

- Харитонов, Ю. А. and Климова, Т. Б. (2020). Современное состояние и тенденции развития кейтеринга в Российской Федерации. *Научный результат. Технологии бизнеса и сервиса*, 6(4), 52-61.
- Yalvaç Ticaret ve Sanayi Odası (2023). TR61 bölgesine genel bakış ve turizm sektörü. (<https://www.yalvactso.org.tr/tmp/files/assets/basic-html/page23.html>, Erişim tarihi: 21.11.2023)
- Yakovina, I. (2020). В России началась настоящая катастрофа. (<https://nv.ua/opinion/koronavirus-rossiya-kak-putin-vedet-rf-k-katastrofe-poslednie-novosti-50081705.html>, Erişim tarihi: 20.09.2023).
- Yiğit, Y. ve Ay, E. (2016, Ocak). Osmanlı mutfak kültürü. Fettahlioğlu, S. ve Afsar, A. (Ed.). *Institution of Economic Development and Social Research, 3rd International Congress on Sciences, China to Adriatic* (8-22) içinde. Antalya, Türkiye: Institution of Economic Development and Social Research Publisher.
- Yıldız, O., Çetin, B., Sargıncı, M., Toprak, B., Gürdoy, İ., Altınay, B., Arslan, H., Mua, C., Ayyüce, F., Mutlu, Ö., Dönmez, A. H., Kokaş, Y., Yapar, A., Güner, D. ve Şahin, U. (2018). İç Anadolu’da ağaçlandırma çalışmaları. *Journal of Forestry*. 14(1). 1-20.
- Yılmaz, M. (1992). *Marmara Bölgesi’nde yağış dağılışı ve gösterdiği özellikler*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi), İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Yücedağ, A. (1993). Anket geliştirilmesi ve uygulanması. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences*. 26(2). 443-454.
- Zafer Kalkınma Ajansı (2013). TR33 bölgesi (Afyonkarahisar- Kütahya- Manisa- Uşak) 2014-2023 bölge planı. (<https://docplayer.biz.tr/23251925-T-c-zafer-kalkinma-ajansi-tr33-bolgesi-bolge-planı-afyonkarahisar-kutahya-manisa-usak-cilt-1-ana-plan.html>, Erişim tarihi: 20.09.2023).
- Zimba, I., Acar, Z. (2021). Ege Bölgesi’ndeki şiddetli yağışlar. *İzmir Sosyal Bilimler Dergisi*, 3 (2), 165-174. DOI :10.47899/ijss.202132

EKLER

EK-1. Anket Formu

Kovid-19 Öncesi, Süreci ve Sonrası Türk Mutfağı Açısından Beslenme Davranışlarının Belirlenmesi

Sayın katılımcı,
Sizi, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Etik Komisyonu'ndan 30.11.2023 tarih /E.228523 sayı ile izin alınan ve Melek YAMAN ve Rabia YILDIRIM tarafından yürütülen "Kovid-19 Öncesi, Süreci ve Sonrası Türk Mutfağı Bazında Beslenme Davranışlarının Belirlenmesi" başlıklı araştırmaya katılmaya davet ediyorum. Araştırmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Araştırmaya katılma kararı verdikten sonra araştırmanın herhangi bir aşamasında çalışmadan çıkma hakkına sahipsiniz. Bu araştırmaya katılmanız için sizden herhangi bir ücret istenmeyecek ve size de herhangi bir ödeme yapılmayacaktır. Araştırmadan elde edilecek bilgiler dünyada gıda olarak kan tüketiminin yaygınlığı ve Türkiye' de bilinirlik ile yargı düzeyinin saptanması amacı dışında kullanılmayacak ve kişisel bilgileriniz gizli tutulacaktır. Katılımınızla araştırmamıza yaptığınız destek için teşekkür ederim.

KATILIMCI BEYANI

Yukarıda ayrıntıları belirtilen ve tarafıma aktarılan bu araştırma ile ilgili yapılan tüm bilgilendirmeleri ayrıntıları ile anlamış bulunmaktayım. Gerek araştırma yürütülürken gerekse yayımlandığında katılımcı kimliğimin gizli tutulacağı konusunda güvence aldım. Ayrıca araştırma sonuçlarının eğitim ve bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında kişisel bilgilerin dikkatle korunacağı konusunda bana yeterli güven verildi. Araştırma için yapılacak harcamalarla ilgili herhangi bir parasal sorumluluk altına girmiyorum ve bana herhangi bir ödeme de yapılamayacaktır. Araştırmanın yürütülmesi sırasında herhangi bir sebep göstermeden çekilebilirim. Bu şartlar altında şahsım, araştırmaya gönüllü olarak katılıyorum.

Yaş

- ☐ 1 18-25
☐ 2 26-33
☐ 3 34-41
☐ 4 +42

Cinsiyet

- ☐ 1 Kadın
☐ 2 Erkek

Eğitim seviyesi

- ☐ 1 İlk okul mezunu
☐ 2 Orta okul mezunu
☐ 3 Lise mezunu
☐ 4 Üniversite mezunu
☐ 5 Yüksek lisans ve üzeri mezunu

Kendinize göre aylık gelirinizi nasıl tanımlarsınız?

- ☐ 1 Çok düşük
☐ 2 Düşük
☐ 3 Orta
☐ 4 İyi
☐ 5 Çok iyi

Meslek

- ☐ 1 Çalışmıyor
☐ 2 Kamu personeli
☐ 3 Sözleşmeli personel
☐ 4 Özel sektör çalışanı
☐ 5 Serbest meslek
☐ 6 Emekli
☐ 7 Diğer (yarı zamanlı çalışan, çiftçi, evde üreten)

1:Asla katılmıyorum 2:Katılmıyorum 3:Kararsızım 4:Katılıyorum 5:Kesinlikle katılıyorum

Davranışlar	Salgın Öncesinde					Salgın Sırasında					Salgın Sonrasında				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
Türk mutfağına ait yeni yemek tarifleri öğrenmeye dair merakım var	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Türk mutfağına ait öğrendiğim tarifleri düzenli olarak yaparım	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Yerel mutfaklara karşı ilgim var	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

EK-1. (devam) Anket formu

[illegible]

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Soyadı, adı : YILDIRIM RABİA
Uyruğu : TÜRK

Eğitim

Derece	Eğitim Birimi	Mezuniyet tarihi
Lisans	Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi	06.07.2020
Lise	Trabzon Gazi Anadolu Lisesi	17.06.2016



