

**T.C.
FIRAT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**



MUŞ MUTFAK KÜLTÜRÜ

Zehra ŞEKER

Yüksek Lisans Tezi

Türk Dili ve Edebiyatı Ana Bilim Dalı

OCAK 2022

**T.C.
FIRAT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

Türk Dili ve Edebiyatı Ana Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

MUŞ MUTFAK KÜLTÜRÜ

Tez Yazarı

Zehra ŞEKER

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi. Birol AZAR

JANUARY 2022

ELAĞIĞ

T.C.
FIRAT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

Türk Dili Ve Edebiyatı Ana Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

Başlığı: **MUŞ MUTFAK KÜLTÜRÜ**

Yazarı: **Zehra ŞEKER**

Tez Önerisi Tarihi: **24.10.2019**

Savunma **28.12.2021**

TEZ ONAYI

Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü tez yazım kurallarına göre hazırlanan bu tez aşağıda imzaları bulunan jüri üyeleri tarafından değerlendirilmiş ve akademik dinleyicilere açık yapılan savunma sonucunda **OYBİRLİĞİ** ile kabul edilmiştir.

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi. Birol AZAR
Fırat Üniversitesi, İnsani ve Sosyal Bilimler Fakültesi

İmza
Onayladım

Başkan: Prof. Dr. Murat SUNKAR
Fırat Üniversitesi, İnsani ve Sosyal Bilimler Fakültesi

Onayladım

Üye: Prof. Dr. Esmâ ŞİMŞEK
Fırat Üniversitesi, İnsani ve Sosyal Bilimler Fakültesi

Onayladım

Üye: Doç. Dr. Canser KARDAŞ
Muş Alparslan Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi

Onayladım

Bu tez, Enstitü Yönetim Kurulunun/...../20..... tarihli toplantısında tescillenmiştir.

İmza

Prof. Dr. Murat SUNKAR
Enstitü Müdürü

BEYAN

Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığım “**MUŞ MUTFAK KÜLTÜRÜ**” Başlıklı Tez çalışmamın içindeki bütün bilgilerin doğru olduğunu, bilgilerin üretilmesi ve sunulmasında bilimsel etik kurallarına uygun davrandığımı, kullandığım bütün kaynakları atıf yaparak belirttiğimi, maddi ve manevi desteği olan tüm kurum/kuruluş ve kişileri belirttiğimi, burada sunduğum veri ve bilgileri unvan almak amacıyla daha önce hiçbir şekilde kullanmadığımı beyan ederim.

07.01.2022

Zehra ŞEKER



ÖN SÖZ

Gelenekler, görenekler, inançlar, örf adetler insan topluluklarını bir araya getirip bağlarını kuran kültürel unsurlardır. Kültürün içinde bir milletin yaşam tarzı, zevki, değerleri, inançları, duyguları, düşünceleri, özlemleri vardır. Muş'ta yaşayan halk geçmişten günümüze kadar nesilden nesle devam ettirerek zengin geleneklerini getirmeyi başarmışlardır. Gastronomi yeme-içme deneyiminin en önemli parçalarından biridir. Gastronomi doğduğu bölgeye ait olan ve o bölgenin yeme-içme kültürlerinden izler taşıyan, bölgeye ait pişirme, muhafaza etme, kurutma, mutfak mimarisi ile diğer bölgelerin yemeklerine göre farklı olan yiyecek ve içeceklerin tümüne denir.

Çalışmamız giriş bölümü dışında yedi bölümden oluşmaktadır. Giriş bölümünde Muş ilinin tarihi, coğrafi yapısı, nüfusu, ekonomisi, turizmi, araştırma sahası ile ilgili kısa bilgiler verilmiştir. Birinci bölümde gastronomi tanımı, gastronominin diğer bilimlerle ilişkisi, gastronominin tarihsel gelişimi, gastronomi ile ilgili kavramlar, gastronomi etkinlikleri ve mutfak kültürü üzerine yapılan çalışmalar üzerinde durulmuştur. İkinci bölümde Muş'ta mutfak kültürü, mutfak araç gereçleri, sunum şekilleri, sofraya düzeni, yemek öğünleri, yemek yeme adabı, sokak yiyecekleri, geçiş dönemlerinde Muş mutfağına yer verilmiştir.

Üçüncü bölümde çalışmamızın temel kısmı olan Muş yemekleri ve kullanım malzemeleri, bölge halkının bakış açısına göre yemeklerin özellikleri tanıtılmış. Bu bölümde çorbalar, etli yemekler, köfteler, dolmalar, sebze yemekleri, pilavlar, hamur işleri, ekmekler, çörekler, tatlılar, mantılar, salatalar, turşular, reçeller, içecekler olmak üzere gruplara ayrılmıştır. Dördüncü bölümde Muş'ta yetişen bitki türleri ve bitkilerin yemeklerde kullanışı üzerinde durulmuştur. Beşinci bölümde insanlığın ilk dönemlerinden itibaren en önemli besinlerden biri olan hayvansal ürünler ele alınmıştır. Altıncı bölümde kış için hazırlanan yiyeceklerden turşular, konserve, meyve kurutması, sos, lahana, şaran, çorti vb. anlatılmaktadır.

Yedinci bölümde ise, halk edebiyatı ürünleri içinde Muş mutfağı dini inanışlar, efsaneler, bilmeceler, maniler, türküler yer almıştır.

Çalışmanın sonuç bölümünde ise bu yedi bölümde ele alınan konularla ilgili genel bir değerlendirme yapılarak çalışmayla ilgili sonuç ortaya konulmuştur. Çalışmamızda yararlandığımız eserler ve kaynak kişiler belirtilmiştir. Ekler bölümünde Muş mutfağı ile ilgili fotoğraflara, saha çalışmasında sorulan sorulara ve sözlüğe yer verilmiştir.

Çalışmam sırasında bizlere yön gösteren engin bilgi ve birikimiyle bizden yardımlarını esirgemeyen değerli hocalarım Prof. Dr. Esma ŞİMŞEK'e, Doç.Dr. Ebru ŞENOC AK'a, Doç.Dr. Gül da ÇETİND AĞ SÜME'ye teşekkür ederim.

Ayrıca çalışmamda başvurduğum kaynak kişilere, çalışma sürecinde desteklerini esirgemeyen aileme ve dostlarıma teşekkürü borç bilirim.

Çalışmamın başlangıcından sonuna kadar geçen zamanda, beni yönlendirerek bilgi ve birikimleriyle her konuda yardımlarını esirgemeyen saygıdeğer hocam Dr. Öğr. Üyesi Birol AZAR'a şükranlarımı sunarım.

ELAZIĞ-2022

Zehra ŞEKER

ÖZET

Muş Mutfak Kültürü

Zehra ŞEKER

Yüksek Lisans Tezi

Fırat Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Türk Dili ve Edebiyatı Ana Bilim Dalı

Türk Halk Edebiyatı Bilim Dalı

Ocak 2022, Sayfa: XV+223

Bu çalışmada, Muş Merkez ve ilçelerine ait Muş gastronomisinin geleneksel yemeklerinin malzemeleri ve yapılışı, mutfak mimarisi, yemeklerde ve halk hekimliğinde kullanılan bitkiler, kış için hazırlanan yiyecekler, hayvansal ürünler ve halk edebiyatı ürünlerinin yer aldığı Muş mutfağı üzerinde durulmuştur.

Gelenekler, görenekler, inanışlar, örf âdetler, insan topluluklarını bir araya getirip bağlarını kuran kültürel unsurlardır. Türk kültürü içinde önemli bir yere sahip olan gastronomi yeme-içme deneyiminin en önemli parçalarından biridir. Yaşamın vazgeçilmez bir parçası olan gastronomi kuşaktan kuşağa aktarılacak günümüze kadar gelmeyi başarmıştır.

Yemek bir milletin kültürünün tanıtılmasında önemli rol oynar. Halk içinde yaşadığı toplumun kültürünü, değerlerini, âdetlerini, geleneklerini, göreneklerini, yaşam tarzlarını, zevklerini, yemek ile anlatabilmektedir. Kültürel değerlerin büyük çoğunluğunun etrafında şekillendiği gastronomi Muş'ta büyük canlılığıyla varlığını devam ettirmektedir.

Bu çalışmada, Muş ilinin önemli kültürlerinden biri olan Muş gastronomisini tanıtmak, Muş ilinin bu kültürel mirasını korumak ve kayıt altına alınarak gelecek nesillere aktarmayı amaçlamaktır.

Anahtar Kelimeler: Muş, Mutfak Kültürü, Bitkiler, Gelenek, Görenek

ABSTRACT

Mus Cuisine Culture

Zehra ŞEKER

Master's Thesis

Firat University

Institute of Social Sciences

Turkish Language and Literature Master of Science

Department of Turkish Folk Literature

January 2022, Pages: XV+223

In this study, the materials and preparation of the traditional dishes of Mus gastronomy belonging to Mus Center and its districts, culinary architecture, plants used in meals and folk medicine, foods prepared for winter, animal products and folk literature products are emphasized.

Traditions, customs, beliefs are cultural elements that bring human communities together and establish their ties. Gastronomy, which has an important place in Turkish culture, is one of the most important parts of the eating and drinking experience. Gastronomy, which is an indispensable part of life, has been transferred from generation to generation and has survived until today.

Food plays an important role in the promotion of aculture. People can explain the culture, values, customs, traditions, lifestyles, pleasures of the society they live in, with food. Gastronomy, around which the majority of cultural values are shaped, continues with great vitality in Mus.

In this study, it is aimed to introduce the gastronomy of Mus, which is one of the important cultures of the province of Mus to protect this cultural heritage of the province of Mus, to record and transfer it to future generations.

Keywords: Mus, Culinary culture, Plants, Tradition, Custom

İÇİNDEKİLER

BEYAN	I
ÖN SÖZ	I
ÖZET	II
ABSTRACT	III
İÇİNDEKİLER.....	IV
KISALTMALAR LİSTESİ.....	XV
GİRİŞ.....	1
I. MUŞ HAKKINDA GENEL BİLGİLER.....	1
I.1. Muş Tarihi.....	1
I.2. Muş'un Coğrafi Yapısı	2
I.3. Muş Nüfusu ve Ekonomisi.....	2
I.4. Muş Kültürü	3
I.5. Muş Turizmi	3
BİRİNCİ BÖLÜM	
1. GASTRONOMİ İLE İLGİLİ GENEL BİLGİLER.....	5
1.1. Gastronominin Tanımı	5
1.2. Gastronominin Diğer Bilimlerle İlişkisi	5
1.3. Gastronominin Tarihsel Gelişimi	6
1.3.1. Türk Mutfağı	7
1.4. Gastronomi İle İlgili Kavramlar	8
1.4.1. Gastronom	8
1.4.2. Gurme	8
1.4.3. Gurman	8
1.4.4. Degüstatör	8
1.4.5. Füzyon Mutfak.....	8
1.5. Gastronomi Etkinlikleri	9
1.6. Mutfak Kültürü Üzerine Yapılan Çalışmalar	9
İKİNCİ BÖLÜM	
2. MUŞ'TA MUTFAK KÜLTÜRÜ.....	14
2.1. Mutfak Mimarisi	14
2.2. Mutfak Araç ve Gereçleri	15
2.3. Sunum Şekilleri ve Sofra Düzeni	16
2.4. Yemek Öğünleri	16
2.4.1. Yaz Mevsiminde	16
2.4.1.1. Sabah Atlığı	16
2.4.1.2. Kahvaltı.....	16
2.4.1.3. Öğle Yemeği	16
2.4.1.4. Akşam Yemeği	17

2.4.1.5. Yatılık Yemeği.....	17
2.4.2. Kış Yemeğinde.....	17
2.4.2.1. Sabah Altlığı	17
2.4.2.2. Kahvaltı.....	17
2.4.2.3. Öğle Yemeği	17
2.4.2.4. Akşam Yemeği	17
2.4.2.5. Yatılık Yemeği.....	17
2.5. Yemek Yeme Adabı	18
2.6. Sokak yiyecekleri	18
2.7. Geçiş Dönemlerinde Muş Mutfağı	18
2.7.1. Doğum.....	18
2.7.1.1. Yeni Doğum Yapan Anneye Ziyaret	19
2.7.1.2. Diş Hediği.....	19
2.7.1.3. Beşik	19
2.7.1.4. Sünnet	19
2.7.1.5. Askere Uğurlama	19
2.7.1.6. Meslek Sahibi Olma.....	20
2.7.2. Evlenme	20
2.7.2.1. Görücü Gitme/ Kız İsteme	20
2.7.2.2. Söz Kesme	20
2.7.2.3. Büyük Nişan	20
2.7.2.4. Çeyiz Götürme/Çeyiz Asma	21
2.7.2.5. Kızlar Gecesi	21
2.7.2.6. Kına Gecesi.....	21
2.7.2.7. Gelin Alma.....	21
2.7.2.8. Gerdek Gecesi.....	22
2.7.2.9. Aylığa Gitme	22
2.7.3. Ölüm	22
2.7.3.1. Üçüncü Günü	22
2.7.3.2. Kırkinci Günü	22
2.7.3.4. İskat	22
2.7.3.5. Mezarlık Ziyareti	23
2.7.3.6. Kara Bayram	23
2.8. Kandiller.....	23
2.9. Aşûre Günü	23
2.10. Sahur Sofrası	23
2.11. İftar Sofrası.....	24
2.12. Ramazan Bayramı	24
2.13. Kurban Bayramı	24
2.14. Hacı Yemeği.....	24

2.15. Hafızlık Yemeği	24
-----------------------------	----

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. MUŞ YEMEKLERİNİN YAPILIŞI VE KULLANIM MALZEMELERİ	25
3.1. Çorbalar	29
3.1.1. Çökelek Çorbası	29
3.1.2. Güllük Çorbası	30
3.1.3. Kuru Domates Çorbası	30
3.1.4. Domates Çorbası	30
3.1.5. Çorti Çorbası	31
3.1.6. Soğan Çorbası	31
3.1.7. Yoğurt Çorbası	32
3.1.8. Havuç Çorbası	32
3.1.9. Kırmızı Mercimek Çorbası	33
3.1.10. Tavuklu Şehriye Çorbası	33
3.1.11. Bulgur Çorbası	34
3.1.12. Un Çorbası	34
3.1.13. Grar	35
3.1.14. Avsira Toraki	35
3.1.15. Çökelekli Keledoş	36
3.1.16. Grare Dew	36
3.1.17. Isırgan Otu Çorbası	36
3.1.18. Mısırlı Grar	37
3.1.19. Ispanak Çorbası	37
3.1.20. Yılanyastığı Çorbası	38
3.1.21. Doğu Soğanı Keledoşu	38
3.1.22. Yayla Sarımsağı Keledoşu	38
3.2. Etlı Yemekler	39
3.2.1. Kaburga Dolması	39
3.2.2. Halise	39
3.2.3. Avşor	40
3.2.4. Keledoş	40
3.2.5. Kavurma	41
3.2.6. Helimaşı	41
3.2.7. Bulgurlu Et	42
3.2.8. Keşkek	42
3.2.9. Çömlekte Güveç	43
3.2.10. Sarımsaklı Kavurma	43
3.2.11. Kas	44
3.2.12. Tandır Kebabı	44
3.2.13. Tepsi Kebabı	44

3.2.14. Mide Dolması.....	45
3.2.16. Ördek Tandırda	46
3.2.17. Hindi Kızartma.....	47
3.2.18. Karnıyarık	47
3.2.19. Patlıcan Oturtma	48
3.2.20. Cergêbez	48
3.3. Köfteler	49
3.3.1. Muş Köftesi/Hafta Direği.....	49
3.3.2. Kısık.....	49
3.3.3. Sulu Köfte	50
3.3.4. Hışmık.....	50
3.3.5. Fırında Köfte	51
3.3.6. Çorti Köftesi.....	51
3.3.7. Cevizli Köfte	52
3.3.8. Pas Köftesi	53
3.3.9. Kuru Domates Köftesi	53
3.3.10. Kayısıli Köfte.....	54
3.3.11. Nohutlu Köfte	54
3.3.12. Fellah Köftesi.....	55
3.4. Dolmalar.....	55
3.4.1. Hazût Dolması.....	55
3.4.2. Kurutulmuş Sebze Dolması.....	56
3.4.3. Anlık Dolması	56
3.4.4. Bağirsak Dolması	57
3.4.5. Şelim Yapağı Dolması	57
3.4.6. Muska Dolması	58
3.4.7. Dut Yapağı Dolması	59
3.4.8. Kılçıklı Dolma	59
3.4.9. Kabak Dolması.....	60
3.4.10. Yeşil Fasulye Yapağı Dolması.....	60
3.4.11. Şeker Pancarı Dolması	61
3.4.12. Aprak Dolması	61
3.4.13. Dağ Tere Dolması	62
3.5. Sebze Yemekleri	63
3.5.1. Avsıra Toraki	63
3.5.2. Qeyğane	63
3.5.3. Avsir.....	64
3.5.4. Kırçık/Kırçık	64
3.5.5. Tırşık/Dırşok	65
3.5.6. Patlıcan Yemeği	65

3.5.7. Yeşil Fasulye Yahnisi	65
3.6. Pilavlar	66
3.6.1. Tavuklu ve Nohutlu Bulgur Pilavı	66
3.6.2. Şille	66
3.6.3. Gevol/Gebol.....	67
3.6.4. Xaşıl	67
3.6.5. Isırgan Otu Xaşılı	68
3.6.6. Leppe	68
3.6.7. Samir	69
3.6.8. Nohut Pilavı	69
3.6.9. Tavuklu Pilav	69
3.6.10. Çağlı Pilav.....	70
3.6.11. Kemikli Bulgur Pilavı	70
3.6.12. Bademli Pilav.....	71
3.6.13. Patatesli Bulgur Pilavı.....	71
3.6.14. Gırare Rici.....	72
3.6.15. Sebzeli Pilav.....	72
3.6.16. Yeşil Fasulyeli Bulgur Pilavı	73
3.6.17. Yeşil Mercimekli Pilav	73
3.7. Hamurla Yapılan Yiyecekler.....	73
3.7.1. Yemekler.....	73
3.7.1.1. Pılor	74
3.7.1.2. Küsküsok	74
3.7.1.3. Hevrışk.....	74
3.7.1.4. Erişte	75
3.7.1.5. Sarımsaklı Erişte	75
3.7.1.6. Keltiş.....	76
3.7.1.7. Erbişk.....	76
3.7.1.8. Garniş.....	76
3.7.1.9. Pekmezli Kaz Lokması	77
3.7.1.10. Asude	77
3.7.1.11. Tırta Heka	78
3.7.1.12. Cırdığış	78
3.7.1.13. Mırtoğe	79
3.7.1.14. Cavbelek	79
3.7.1.15. Zerkef.....	79
3.7.1.16. Pesise	80
3.7.1.17. Katuk.....	80
3.7.1.18. Hangerun.....	81
3.7.1.19. Herun	81

3.7.1.20. Harîr	81
3.7.1.21. Xardun	82
3.7.1.22. Çakşır Bulamaçı.....	83
3.7.2.Ekmekler ve Çörekler	83
3.7.2.1. Muş Ekmeği.....	83
3.7.2.2. Muş Çöreği	84
3.7.2.3. Yağlı Ekmek	84
3.7.2.4. Güllük Gözlemesi	85
3.7.2.5. Pornik.....	85
3.7.2.6. Katmerli Ekmek.....	86
3.7.2.7. Fırında Muş Çöreği.....	86
3.7.2.8.Tep Tep Ekmeği.....	87
3.7.2.9. Pornik Ekmeği	87
3.7.2.10. Yağlı Ekmek	88
3.7.2.11. Tandırda Çocuk Kılörki	88
3.7.2.12. Tandırda Kılörki	89
3.7.2.13. Tımbuz Ekmeği.....	89
3.7.2.14. Tornik Ekmeği	90
3.7.2.15. Cevizli Katte	90
3.7.2.16. Çağ Pohçası	90
3.7.3. Mantılar.....	91
3.7.3.1. Xengel/Hingel.....	91
3.7.3.2. Muş Mantısı	91
3.7.3.3. Kesme Mantı.....	92
3.7.3.4. Kurze.....	93
3.7.3.5. Gılınış	93
3.7.4. Tatlılar.....	94
3.7.4.1. Gılörki.....	94
3.7.4.2. Helva.....	94
3.7.4.3. Teter Helvası.....	95
3.7.4.4. Karamelli Kabak Tatlısı.....	95
3.7.4.5. Kaz Lokması Tatlısı.....	95
3.7.4.6. Bal Kabağı Tatlısı	96
3.7.4.7. Şerbetli Helva	96
3.7.4.8. Muş Pastası	97
3.7.4.9. Toz Şekerli Pasta	97
3.7.4.10. Kalbur Hurması	98
3.7.4.11. Muş Sütlacı	98
3.7.4.12. Beşi	99
3.7.4.13. Ev Baklavası	99

3.7.4.14. Isırgan Otu Pastası	100
3.8. Salatalar	101
3.8.1. Domates Soğan Salatası	101
3.8.2. Yayla Sarımsağı Otu Salatası	101
3.8.3. Sebze Ezmesi	101
3.8.4. Semizotu Cacığı	102
3.8.5. Yabani Nane Otu Cacığı	102
3.9. Turşular	103
3.9.1. Salatalık Turşusu	103
3.9.2. Elma Turşusu	103
3.9.3. Karçin Turşusu	103
3.9.4. Biber Turşusu	104
3.9.5. Meyve Turşusu	104
3.9.6. Lahana ve Yeşil Domates Turşusu	105
3.9.7. Erik Ezme Turşusu	105
3.9.8. Balkabağı Turşusu	105
3.10. Reçeller	106
3.10.1. Alıç Reçeli	106
3.10.2. Kuşburnu Reçeli	106
3.10.3. Portakal Reçeli	107
3.10.4. Ayva Reçeli	107
3.11. İçecekler	107
3.11.1. Şerbet	107
3.11.2. Ayran	108
3.11.3. Hasköy Köz Çayı	108
3.11.4. Hoşaf	108

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

4. MUŞ'TA YETİŞEN BİTKİ TÜRLERİ VE BİTKİLERİN YEMEKLERDE KULLANIŞI.....	110
4.1. Alıç	111
4.2. Bejek	111
4.3. Böğürtlen	111
4.4. Cevik	111
4.5. Cevrok	112
4.6. Civanperçemi	112
4.7. Çakşır	112
4.8. Çekçeğan	112
4.9. Çırçırok	112
4.10. Dağ Kekiği	112
4.11. Dağ Teresi	113
4.12. Dujik	113

4.13. Ebegümecei	113
4.14. Evlik/Evelik	113
4.15. Garze	113
4.16. Geven Otu	113
4.17. Goşt Berhık	114
4.18. Gottık	114
4.19. Gül Hatmi Çiçeği	114
4.20. Gümüş	114
4.21. Ğerdik	114
4.22. Halız	115
4.23. Halız Mantarı	115
4.24. Hılxllok	115
4.25. Hıttık	115
4.26. Huri Otu	115
4.27. Isırgan Otu	115
4.28. Işkın	116
4.29. Karahindiba	116
4.30. Kaşım	116
4.31. Kavak Ağacı Mantarı	116
4.32. Kaz Ayağı	116
4.33. Kekik Otu	117
4.34. Kereng Nebi	117
4.35. Kuş Ekmeği	117
4.36. Kuşburnu	117
4.37. Kuşkonmaz	117
4.38. Madomak	118
4.39. Mantar	118
4.40. Mervend	118
4.41. Meyan Otu	118
4.42. Nane çuce	118
4.43. Nerbent	119
4.44. Orman Maydanozu	119
4.45. Papatya	119
4.46. Papisik	119
4.47. Paridar	119
4.48. Pelsing	119
4.49. Pıltan	120
4.50. Pıtrak	120
4.51. Pijdan	120
4.52. Pivok	120

4.53. Reşik Mantarı	120
4.54. Sakız Otu	120
4.55. Semizotu	121
4.56. Sığırdili	121
4.57. Sılgok	121
4.58. Silmask	121
4.59. Sınırlı Ot	121
4.60. Soo	122
4.61. Şeker Pancarı	122
4.62. Şekerleme	122
4.63. Şêlim	122
4.64. Tantur	122
4.65. Tekerek	123
4.66. Turp	123
4.67. Turşu	123
4.68. Tükürük Otu	123
4.69. Üzerlik	123
4.70. Yaban Soğanı	124
4.71. Yabani Havuç	124
4.72. Yayla Sarımsağı	124
4.73. Yemilik	124
4.74. Yer Elması	124
4.75. Yılanyastığı	125
4.76. Zıvrık	125

BEŞİNCİ BÖLÜM

5. HAYVANSAL ÜRÜNLER	126
5.1. Çökelek	127
5.2. Hayvan Yağı	127
5.2.1. Sade Yağ	127
5.2.2. Meşk Yağı	127
5.2.3. Çik Yağı	127
5.3. Peynir	128
5.3.1. Berivan Peyniri	128
5.3.2. Sade Peynir	128
5.3.3. Tomas Peyniri	128
5.3.4. Sert Peynir	128
5.3.5. Pennerê Şo	128
5.3.6. Tulum Peyniri	128
5.4. Firo	129
5.5. Devgrar	129

5.6. Ayrar.....	129
5.7. Kaymak	129
5.8. Tutulmuş Yoğurt	129
5.9. Mast.....	129
5.10. Devtîr.....	129
5.11. Lolik	130
5.12. Çortan.....	130
5.13. Tûmast.....	130

ALTINCI BÖLÜM

6. KIŞ İÇİN HAZIRLANAN YİYECEKLER.....	131
6.1. Çakşır, Zıvrık, Halız, Sakız Otu Salmurası	132
6.2. Yıllanyastığı Otu Kurutması.....	132
6.3. Çorti	133
6.4. Pırvaz	133
6.5. Turşu	133
6.6. Konserve	133
6.7. Sos.....	133
6.8. Lahana	133
6.9. Şaran.....	133
6.10. Üzüm Pekmezi	134
6.11. Bastık	134
6.12. Kurutmalık Meyveler	134
6.12.1. Üzüm Kurutması.....	134
6.12.2. Şeftali Kurutması	134
6.12.3. Böğürtlen Kurutması.....	135
6.12.4. Dut Kurutması.....	135
6.12.5. Erik Kurutması	135
6.12.6. Armut Kurutması	135
6.12.7. Elma Kurutması	135
6.13. Pestiller.....	135
6.13.1. Elma Pestili	135
6.13.2. Siyah Erik Pestili.....	135
6.14. Kurutmalık Sebzeler.....	136
6.14.1. Domates Kurutması.....	136
6.14.2. Taze Fasulye Kurutması.....	136
6.14.3. Patlıcan Kurutması	136
6.14.4. Kabak Kurutması	136
6.14.5. Biber Kurutması	136
6.14.6. Bamyâ Kurutması	137
6.15. Etler	137

6.15.1. Et Kurutması	137
6.15.2. Hayvan Bağırsağı Kurutması	137
6.15.3. Kavurma.....	137
6.16. Üzüm Yaprağı Salamurası.....	137
6.17. Buzdolabında Üzüm Yaprağı	137
6.18. Kış İçin Hazırlanan Tahıllar	138
6.18.1. Öğütülmüş Buğday	138
6.18.2. Öğütülmüş Bulgur	138

YEDİNCİ BÖLÜM

7. HALK EDEBİYATI ÜRÜNLERİNİN İÇİNDE MUŞ MUTFAĞI	139
7.1. Dini İnanışlar.....	139
7.2. Efsaneler.....	140
7.2.1. Zerkef Efsanesi	141
7.2.2. Kavurma Efsanesi	141
7.2.3. Kelle Paça Efsanesi	141
7.2.4. Keledoş Efsanesi	142
7.2.5. Kenger Nebi Efsanesi.....	142
7.2.6. Mervend Efsanesi.....	142
7.3. Bilmeceleler	143
7.4. Maniler	148
7.5. Türküler.....	153
SONUÇ	161
KAYNAKÇA.....	163
YAZILI KAYNAKLAR.....	163
EKLER.....	174
DERLEME SORULARI	212
YEMEK SÖZLÜĞÜ.....	217
ÖZGEÇMİŞ	HATA! YER İŞARETİ TANIMLANMAMIŞ.

KISALTMALAR LİSTESİ

C.	: Cilt
Çev.	: Çeviren
hızl.	: Hazırlayan
KK.	: Kaynak Kişi
Km.	: Kilometre
M.	: Miladi
M.Ö.	: Milattan önce
M.S.	: Milattan sonra
Öğr.	: Öğretim
S.	: Sayı
s.	: Sayfa
T.C.	: Türkiye Cumhuriyeti
TDK	: Türk Dil Kurumu
vb.	: Ve başkası, ve başkaları, ve benzeri, ve benzerleri
vd.	: Ve devamı, ve diğerleri
vs.	: Vesaire
Yay.	: Yayınları
yy.	: Yüzyıl
Y.L.	: Yüksek Lisans



GİRİŞ

I. MUŞ HAKKINDA GENEL BİLGİLER

I.1. Muş Tarihi

Tarihi, coğrafı, sosyolojik açıdan önemli bir yerleşim birimi olan ve Doğu Anadolu bölgesinde bulunan Muş şehrinin tarihi neolitik döneme kadar gitmektedir. Muş'un ilkçağ tarihi Urartularla başlar.

Muş'un ilk çağ tarihinde Urartuları Medler tahrip etti. Medler Asur Devleti'ni ortadan kaldırdıktan sonra Muş ovasına gelirler. Medler Kimmer-İskitlere karşı yorgun düşen Urartu Devleti'ni tarihte kaldırmakta zorlanmadılar. Medler'in Doğu Anadolu'ya hâkimiyetleri fazla uzun sürmedi. Persler Medleri yenerek bu devleti ortadan kaldırdılar. Persler Doğu Anadolu da hâkimiyeti yaklaşık 200 yüzyıl kadar sürdü. Perslerin en önemli gelişmesi, İmparator Artakserkses'e karşı başkaldıran küçük kardeşi Kiros'un, savaşı kaybetmesi ve "on binler" adında yenilen ordusuyla ünlü Anabosis yürüyüşünü gerçekleştirmiştir. On binler Bingöl ile Muş arasında ki alanlara yerleşmişlerdir. Bu orduyu yöneten Yunanlı komutan ve tarihçi Ksenofon, Muş ve çevrelerinde yaşayan halkın oynak hayat sürdüğünü, ordusuna buğday, arpa, sebze, et ve binek atı sağladığını anlatır. Muş ve çevresi, uzun yüzyıllar Romalıların, Partların ve Ermeni derebeylerinin hâkimiyet mücadelelerine sahne oldu. Doğu Anadolu'nun bu bölgesi adı geçen devletler el değiştirmesine rağmen, bu mücadeleden üstün çıkan taraf Partlar oldu. Roma İmparatorluğunun üstünlüğünü hiçbir zaman devam etmemiştir. Partlarla Romalılar arasındaki savaşlar 215-216 'da gerçekleşti.¹

Roma ve Sasanilerin mücadelesine sahne olan Muş, Sasanilerin hâkimiyeti yaklaşık 400 yıl devam etmiştir. M.S 355'te Sasaniler Hristiyanlığı kabul eden Part devletini yıkarak bu bölgeyi nüfuslarına almışlardır. Roma İmparatorluğu'nun kavimler göçü sonrası M.S. ikiye ayrılması, Batı Roma İmparatorluğu'nun M.S. 476'da yıkılması ile Bizans İmparatorluğu'nun egemenliğine girdi. İlk çağ sona erdiğinde Doğu Anadolu bölgesi bu sefer Bizans Sasani mücadelesine sahne oldu. 590-628 yılları arasında Sasaniler, bu bölgeyi tekrar ele geçirdiler. M.S. VII. yüzyılda, kuzeyden Hazar Türklerinin, güneyden ise Müslümanların akınları ile karşı karşıya gelen bu bölge, Abbasi Devleti döneminde İkinci uç bir memleket haline dönüştü (Aslan, 2019: 6).

Selçuklular Dandanakan savaşında 1040 Gaznelileri yeni bir devlet olarak tarih sahnesine çıkarmıştır. Tuğrul Bey Selçuklulara Doğu Anadolu'ya düzenledikleri seferlerden birinde Malazgirt'i kuşattı (1054). Selçuklular ve Bizanslılar arasında Doğu Anadolu'daki hâkimiyet mücadelesi başlamış oldu. Tuğrul Bey'in ölümünden sonra Selçukluların başına Sultan Alparslan geçerek Malazgirt kalesini ele geçirip Suriyeye yönelir. Bizanslılar Selçukluları mağlup etmek için İmparator Diogenes komutasında büyük bir orduyla Doğu Anadolu'ya bir sefer düzenlediler. Bizanslılar Malazgirt'i ele geçirip doğuya yöneldiğini haber alan Sultan Alparslan güneye yapacağı seferinden vazgeçti. Anadolu'ya yönelip Malazgirt'e geldiğinde kalenin Bizanslar tarafından kuşatıldığında savaş hazırlıklarına başladı. Diogenes'e bir elçi yollayarak barış teklifinde bulundu. Güçlü olan imparator barış teklifini reddetti. Alparslan Türklerin Turan diye anılan klasik savaş taktiklerini uygulayarak ordusunu dörde ayırdı. Bizans ordusuna karşı saldırıya geçti. Sağ ve sol taraftan düzenlenmiş olan Selçuklu kuvvetleri Bizans ordusunu mağlup ettiler. Bizans büyük kayıplar verdi. İmparator Diogenes esir edildi. Sultan Alparslan R. Diogenes ile anlaşma yapıp daha sonra serbest bıraktı.²

¹[http:// www.mus.gov.tr/ilimiz-tarihçesi](http://www.mus.gov.tr/ilimiz-tarihçesi),18.09.2020

²[http:// www.mus.gov.tr/mus tarihçe-T.C.Muş Valiliği](http://www.mus.gov.tr/mus tarihçe-T.C.Muş Valiliği),19.09.2020

Alaeddin Keykubat İran üzerinden gelen Moğol tehlikesine karşı topraklarını korumak için hazırlıklarda bulunurken Moğolların önünden kaçan Türkmenleri Malazgirt ve Muş çevresine yerleştirerek bunlardan yararlanmayı düşündü. Malazgirt ve Muş kalesine askerler yerleştirdi ve surları tamir ettirdi. Anadolu Selçuklu devletini Alaeddin yerine dolduracak kimse olmayınca Moğollar hızla Anadolu'ya girip 1243 Köseadağ savaşıyla Anadolu tamamen Moğolların egemenliğine girdi. Muş ve çevresi de Moğol tahribat katliamına uğradı. Muş ve ilçesi Malazgirt Moğolların katliamından yapmış olduğu katliamdan sonra, Doğu Anadolu, İran ve Irak İlhanlılara geçmiştir. İlhanlıların İran'da yıkılmasından sonra Muş'ta Akkoyunlu ve Karakoyunlu Türkmenlerin mücadelesine sahne olmuştur. Muş Akkoyunlular hâkim oldu. 1514 yılında Çaldıran zaferinden sonra Osmanlı devleti'nin hâkimiyetine girmiştir (Ekmekçi, 2014: 27).

1914'te Osmanlı Devleti'nin I. Dünya savaşı'na girmesiyle Ruslar, Ermenilerle birlikte doğudan saldırıya geçtiler. 3 Şubat 1916'da Varto, 18 Şubat 1916'da Muş, Rusların hâkimiyetine girdi. Birinci Dünya Savaşı yıllarında Bir süre Rus işgali altında kalan Muş ve çevresi 1917 yılında kesin olarak Türklerin eline geçti. Cumhuriyet'in ilanından sonra Muş 1924 yılında il oldu. Cumhuriyet'in bu sıkıntılı dönemlerinden sonra Muş'a 1935 yılında Malazgirt, Bulanık ve Varto bağlandı. 1987 yılında ise Hasköy 1990'da Korkut ilçe olmuştur (Aslan, 2019: 8). Muş şuan merkez, Hasköy, Bulanık, Varto, Korkut, Malazgirt ilçelerini barındıran bir ildir.

I.2. Muş'un Coğrafi Yapısı

Muş, Doğu Anadolu bölgesinde bulunan bir şehirdir. 39 29' ve 38 29' kuzey enlemleriyle 41 06' ve 41 47'doğu boylamları arasındadır. 8196 km² yüz ölçümüne sahiptir. Muş doğudan Ağrı'nın Patnos ve Tutak, Bitlis'in Ahlat ve Adilcevaz, kuzeyden Erzurum'un Karayazı, Hınıs, Tekman, Karaçoban, batıdan Bingöl'ün Karlıova ve Solhan, güneyden ise Diyarbakır'ın Kulp Batmanın, Sason ve Bitlis'in Güroymak ve Mutki ilçeleri ile çevrilidir. Muş Kurtik Dağının kuzeye bakan yamaçlarında, Çar ve Karni derelerinin aktığı vadiler arasında kuruludur. Yeryüzü şekilleri bakımından Muş yüksek ve dağlık bölgede yer alır. Muş ilinin yüzde 34,9'unu dağlar kaplar. Güneydoğu Toroslar dağlarının uzantılarıdır. Murat vadisi Muş topraklarını doğu-batı doğrultusunda ikiye bölmüştür.³

Muş, Fırat havzası içinde yer alan bir şehirdir. Tarımda kullanılan en önemli akarsularından biri Murat ve ona komşu olan Karasu'dur. Muş'un gölleri Hamurpet, Küçük Hamurpet, Haçlı, Gaz (Kaz) gölleridir. Muş ilinin toprağı sulak ve otludur. Muş iline ait en önemli vadi Murat vadisidir. Muş ilinin en önemli ovaları ise Bulanık, Muş, Liz ve Malazgirt ovalarıdır.⁴

I.3. Muş Nüfusu ve Ekonomisi

Muş nüfusu Tuik tarafından 2021 yılına göre 411.117 olarak açıklanmıştır. Açıklanan bu nüfusun 209.647 ve kadın nüfusu 201.470 olmuştur. Muş ilinin en büyük ilçesi Merkez (197.555), En küçük ilçesi Korkut (24.957) olmuştur. Muş iline bağlı ilçe sayısı merkez dâhil 6, mahalle sayısı 121, köy sayısı ise 365'tir. Kilometrekareye 47 insan düşmektedir.⁵

Muş'un ekonomisi tarım ve hayvancılığa dayalıdır. Tarım olarak en çok tahıl ürünleri yetişmektedir. Ekim alanının az ve ikliminin elverişli olmadığından dolayı tarım ürünleri çeşidi az bulunmaktadır. Tarımsal ürünler buğday, şeker pancarı, mısır ve arpa ön plandadır. Sebze ve meyve olarak lahana, Muş üzümü, kavun, karpuz, domates, salatalık, kabak vb. yetişmektedir.

³ <http://www.mus.coğrafi.com.tr>,19.09.2020

⁴ <http://www.mus.gov.tr>,20.09.2020

⁵ <http://www.tuik.com.tr>,25.09.2020

Hayvancılıkta küçükbaş ve büyükbaş hayvancılık yapılmaktadır. Mer'a hayvancılığı en çok yapılandır. Muş ovası, yaylaları, platoları hayvancılık için uygundur. Yörede Koyun, keçi, inek, sığır ve kümes hayvanları beslenir. Aynı zamanda arıcılıkta yapılmaktadır.

I.4. Muş Kültürü

Muş'un kültür tarihi Urartularla başlar. Urartuların yok oluşundan sonra, Muş'un da dâhil olduğu Doğu Anadolu'nun yüksek kesimlerinde yaşayan bölge halkı kendine has bir kültür oluşturamamıştır. Doğu Anadolu'nun Pers kültürü etkisi altında kalması ve hristiyanlığın yayılışı bölge halkını etkileyerek kültür açısından büyük bir değişim olmuştur.

Muş ili ve ilçelerinde geçmişe ait camiler, medreseler, türbeler, hamamlar, kaleler, kiliseler gibi mimari eserlerin yanında gelenek, görenekler, inançlar, halk oyunları, giyim-kuşam, el sanatları vb. günümüze kadar gelerek varlığını devam ettirmiştir.

Yörede el sanatları açısından çeşitlilik gösterir. Hayvancılıkla uğraşan halk, hayvan yününden ihtiyaçlarını karşılamak için faydalanmışlardır. Kilim, halı, ahşap, dikiş nakış, kurslarıyla el sanatları devam etmektedir. Kırsal kesimlerde yaşayan halk çorap, kazak, atkı, tahtadan kaşık, oklava gibi ihtiyaçlarını gidermek için el sanatları geliştirmiştir.

Halkın duygularını, zevklerini, heyecanlarını davul zurna, saz ve orkestra eşliğinde sergilemektedirler. Yörede halk oyunları söz kesme, büyük nişan, kına, düğün, sünnet, askere uğurlama gibi etkinliklerde oynanmaktadır. Yöre halkı tarafından en çok sevilen oyunlar: Keçiğe, Ağırbar, Ayşoki, Koçeri, Botani, Zeyno, Yalkuşta, Grani, Mendo oyunlarıdır.

Yörede halk arasında kutlanan özel günler vardır bunlar: Yılbaşı etkinlikleri (sere sale), baharın gelişi (neze gulan, sere gulan) kutlanmaktadır. Aynı zamanda lale festivali ve kayak merkezinde kar festivali yapılmaktadır.

I.5. Muş Turizmi

Muş kültürel, coğrafi ve tarihi zenginlikleri içerisinde barındıran ve köklü bir geçmişe sahip olan ildir. Tarih boyunca birçok medeniyete beşiklik yapmış olan Muş ve çevresi doğal güzellikleri, kültürü, tarihi, inanışları, gelenek ve görenekleri içinde barındırmaktadır.

Muş ili sosyo-ekonomik şartlar bakımından Türkiye'nin geri kalmış illerinden biridir. Ekonomik anlamda tarım ve hayvancılığın ön plana çıktığı ilde, turizm gelirleri Türkiye ortalamasının altındadır. Ancak Muş sahip olduğu doğal güzellikler yanında turizm açısından değerlendirilebilecek önemli yapılara sahiptir (Dölek- Şarahoglu, 2020: 375).

Muş'ta geçmişten izler taşıyan eserlerden biri Yıldızlı Han'dır. Selçuklu dönemine ait bir yapıttır. Günümüzde Yıldızlı Han'ın bir bölümü tahrip olmuştur. Diğer Selçuklu yapıtı ise, Aslanlı Han'dır. Aynı zamanda eski camiler mevcuttur. Bunlar: Ulu Cami ve Hacı Şeref ve Alaeddin Camisidir. Şeyh Muhammed-i Mağribi, Kesik Baş, Müştak Baba, İbrahim Samidi, Şeyh Halil, Şeyh Mustafa, Şeyh İbrahim Hazretleri, Abdulvahap Gazi, Çatbaşı Şehitliği, Şeyh Molla İbrahim Efendi, Seyyad Ahmet, Üstad-ı Azamı Şeyh Molla Resuli Sipiki vb. türbeler mevcuttur.

Yörede bulunan diğer kültürel-turistik yerler şunlardır: Tıkızlı kalesi, Hatun Köprüsü, Malazgirt Zafer Anıtı, Efsanevi Yılan Kuyusu, Çanlı Kilisesi, Arak kilisesi, Dere Kilisesi, Karasu Hamamı, Haspet Kalesi, Surp Karabet Manastırı, Kayalıdere Ören, Koğ Tepesi,

Mercimek Kalesi, Muşet Kalesi, Alaeddin Bey Hamamı, Dere Hamamı, Hamurpet Gölü, Muş Murat Köprüsü en önemli kültürel miraslardandır⁶

Muş Lalesi, doğada kendiliğinden yetişen ve ilkbahar mevsiminde açmaya başlayan kırmızı renkli Muş lalesi on beş gün canlı kalmaktadır. Her yıl İlkbahar mevsiminde Muş Ovası'nda ihtişamlı bir manzara sunmaktadır. Muş'un Korkut ilçesinde, şehrin adıyla anılan Muş lalesinin açıldığı zamanlar festivaller yapılmaktadır.



⁶ <http://www.musturizm.com>, 26.09.2020

BİRİNCİ BÖLÜM

1. GASTRONOMİ İLE İLGİLİ GENEL BİLGİLER

1.1. Gastronominin Tanımı

Gastronomi yemek kavramıyla ilgili bir terimdir. İnsanlar tarih boyunca beslenme ihtiyaçlarını karşılamak için çeşitli yöntemler deneyerek çözümler aramışlardır. Gastronominin henüz gelişmediği dönemlerde insanlar ilkel yöntemlere başvurmuşlardır. İlk dönemlerde yapılan yöntemler beslenme ihtiyacını karşılamış ve günümüze kadar yeni yöntemler bularak gelişimine devam etmiştir.

Gastronomi, Yunanca ‘‘Gastros’’ ve ‘‘Nomos’’, ‘‘Mide’’ ve ‘‘Yasa’’ kelimelerinin birleşiminden oluşmaktadır (Ulama ve Uzut, 2019: 187).

Yabancı kökenli olan gastronomi kavramı hakkında birden fazla tanımlama yapılmıştır. Gastronomiyi kavrayabilmek için tanımlara yer vermek faydalı olacaktır. *‘‘Yemek kültürü veya yemek sanatı olarak da nitelendirilen, yemeğin göz ve damak zevkine hitap edilecek şekilde hijyen ve sanitasyon kavramlarına özen göstererek, belli bir sistematik düzen içinde hazırlanması ve sunulması olarak tanımlanmaktadır.’’* (Dilsiz, 2010: 3). İlk insanın var oluşundan bu yana gastronomi insanoğlunun ayakta kalması, hayatını idame edebilmesi için var olan bir uğraştır.

Gastronomi ile ilgili diğer bir tanım ise, *‘‘ Kendi içinde bulundurduğu bütün sanatsal ve bilimsel unsurlar ile yiyecek içeceklerin tarihsel gelişim sürecinden başlayarak tüm özelliklerini detaylı biçimde anlaşılmasını, geliştirmesini ve uygulayarak günümüz koşullarına uygulanması çalışmalarını ele alan, bir bilim olarak da tanımlanabilir.’’* (Hatipoğlu, 2010: 4). Gastronomi insanoğlunun yeme-içme ile ilgili her türlü konunun ele alınmasıdır.

Gastronomi, yiyecek ve içeceklerin tarihsel gelişim sürecinden başlayarak tüm özelliklerinin ayrıntılı bir biçimde anlaşılması, uygulanması ve geliştirilerek günümüz şartlarına uyarlanması çalışmalarını kapsayan aynı zamanda bilimsel ve sanatsal unsurlarla katkı sağlayan bir bilim dalıdır. Farklı kaynaklarda, farklı özelliklerine vurgu yapılarak oluşturulan tüm tanımların ortak özellikleri dikkate alındığında; gastronomiyi ‘‘temelinde belirli kültürlerin yansıması olan, yemek hazırlama, pişirme, sunum ve yeme-içme deneyimiyle ilgili bir sanat ve bilim dalı’’ şeklinde tanımlamak mümkündür. Bilim dalı olması nedeniyle gastronomi, belirli kuralları içermektedir (Özbay, 2019: 4). Gastronomi yiyecek ve içecek kültürünün bir parçası olarak nitelendirilebilmektedir. Osmanlı mutfağından günümüze kadar yiyecek ve içecek kültüründe değişiklik olmuştur. İnsanların zamanlarını geçirmek ve yemek ihtiyacını karşılamak için restoranların çoğalmasıyla gastronomide değişim başlamıştır. Bu nedenle insanların yiyecek ve içecek işletmesinde olan taleplerin artması aynı zamanda ekonomiye ve gastronominin gelişmesine zemin hazırlamıştır.

Gastronomi sadece yeme-içme ile ilgili değil, yemeğin ve içeceklerin ne zaman, nasıl, nereden, niçin tüketildiğini açıklayan bir bilim dalıdır. Aynı zamanda gastronomi bilimi bölgeden bölgeye, ülkeden ülkeye, ilden ile değişik özelliklere sahiptir.

1.2. Gastronominin Diğer Bilimlerle İlişkisi

Günümüzde daha yeni kullanılmaya başlanan gastronomi kavramı pek çok bilimle ilişkilidir. Aynı zamanda kendi varlığını devam etmesi ve gelişimini sağlaması için fizik, kimya, tıp, sosyoloji, edebiyat, işletmecilik, pazarlama ve yönetim alanlarından faydalanmaktadır.

Gastronomi, hem fen bilimleri (fizik, kimya ve biyoloji) hem de sosyal bilimlerden (ekonomi, sosyoloji, antropoloji, psikoloji, edebiyat, turizm, tarih vb) yararlanmaktadır. Bu nedenle gastronominin fen bilimleri ve sosyal bilimleri için zengin bir araştırma alanıdır (Hatipoğlu, 2010: 8).

Gastronominin turizm açısından önemi sadece bir bölgeden bir bölgeye gitmek değil, sosyal, ekonomik, kültürel, açıdan o yere katkı sağlamaktır. O bölgenin tarihini, kültürünü, doğal güzelliklerini tanıma, görme ve o bölgenin yöresel yemeklerini tatmak istemektir. Günümüzde turistler Türkiye'ye sadece gezip görmekle kalmayıp özellikle ülkenin yeme-içme kültürünü tanıma ve tatmayı amaçlamışlardır.

Yemek ekonomi bilimi açısından önem arz etmektedir. Beslenmenin temeli ile ilgili sorular, nüfus ve üretim açısından ele alınmaktadır. Gastronominin turizm içerisinde çok önemli bir yere sahiptir. Hangi amaçla olursa olsun seyahat eden ve tatil yapmak isteyen ziyaretçilerin varış noktalarında ya da yolculuk esnasında yaşamlarının sürdürebilmeleri için beslenmeleri gerekmektedir. Bu da yiyecek içecek faktörünü turizm içerisine dâhil etmektedir. Bunu da bir ihtiyaç olarak karşılamanın yanı sıra sadece yiyecek içecekten aldığı zevk nedeni ile seyahat eden insanlar da bulunmaktadır. Bu amaçla yapılan seyahatlar gastronomi turizmi çerçevesinde incelemektedir. (Özbay, 2019: 89). Her milletin kendine özgü yiyecek ve içecek kültürünün var olması, gastronomi kültürüne ve gastronomi turizmine olan ilgiyi artırmıştır. Diğer taraftan gastronomiye verilen ilginin önemi, ülkelerin kendi gastronomi kültürünü ve turizmini tanıtmaları açısından önem arz etmektedir.

Gastronominin edebiyatla olan ilişkisi sosyal bilimler açısından önemli bir yere sahiptir. Bir yemeğin malzemesi, pişirilmesi, sunumu ve hazırlanmasına kadar her dokunuşu bir sanat eseridir. Edebiyat, özenle hazırlanan yemekleri içecekleri ve gösterişli sofraları betimler. İnsan hayatının en vazgeçilmez ihtiyaçlarından biri olan yemekler şiirlerin, hikâyelerin, manilerin, efsanelerin anlatıldığı edebiyat sofrasıdır. Yemek bize sadece tat olarak ipucu vermez. Lezzetli bir yemeğin hazırlanma aşamasını dile getirmek, yemeğin pişirilmesini ve güzel kokuları okuyuculara duyumsatabilmek, yemeğin sunumunun okuyucunun gözünde canlandırılması edebiyat ve mutfağın ilişkisi olduğunu göstermektedir. Aynı zamanda bazı yazarlar kendi dönemlerinde yapılan yemekleri şiirlerinde, hikâyelerinde, hatıralarında ele almışlardır.

Gastronominin tıpla olan ilişkisi ise, Tıp ve gastronomi arasındaki ilişki yemek ve ilaç arasında ilişki kurularak açıklanmaktadır. Hatta tıpla açıcılık bilgisi birbirinden neredeyse hiç ayrılmamış, ilaçlarla birlikte yemek tarifleri de tek bir el yazmasında birlikte bulundurulmuştur. Ancak 1700'lerle birlikte doktorlar kendi uzmanlık alanı bilgilerini ön plana çıkararak mutfak sanatından ayrılmışlardır (Özbay, 2019: 11). İnsan hayatında ilk sırada olan şey sağlıktır. Günümüzde sağlıksız beslenmenin yaygınlaştığı bir dönemde bitkilerle beslenmenin ve sağlıklı yiyeceklerin tüketilmesi açısından gastronomi büyük bir öneme sahiptir. Sağlık açısından bitkilerin ön olana çıkmasında son dönemlerde yapılan festivaller, etkinlikler ve alternatif tıbbın ilaç yapımında kullanılmasının etkisi büyüktür. Bu konuda yapılan tıbbi çalışmalar ve etkinlikler bitkilerin insan hayatındaki yerini eskisinden daha önemli bir hale gelmiştir.

1.3. Gastronominin Tarihsel Gelişimi

İnsanoğlunun hayatını idame etmesi için hayatın her alanında kendini gösteren gastronomi insanlık tarihiyle eş değer bir zaman diliminde ortaya çıkmıştır. Aynı zamanda gastronomi insanlık tarihiyle birlikte gelişmeler kat etmiştir. Beslenme insanın her dönemde yaşamını devam etmesi ve varlığını sürdürebilmesi için vazgeçilmez bir ihtiyaçtır.

Neolitik Çağ'da ateşe dayanıklı, su sızdırmayan çanak çömleklerin yapılmasıyla nemli sıcakta pişirme yöntemleri ortaya çıkmıştır (Özbay, 2019: 14). Tarihsel süreçte arkeolojik veriler incelendiğinde ilk pişirme yöntemlerinin ateş üzerinde kızartma, közleme, tutsüleme ve sıcakta

pişirme olduğu görülmektedir. Pişirme tekniklerine göre araç gereçler de üretilmiştir. Ateşin bulunması ile yiyeceklerin muhafaza edilmesi gastronomi tarihinin en önemli buluşlarından biri olmuştur. Ateşin bulunması ile değişik türde yiyeceklerin bir araya gelmesiyle yeni lezzetlerin ortaya çıkmasını, araç gereçlerin yapımında demirin ısıtılması şekillenmesi sağlanmıştır.

Gastronominin, tarih boyunca, hükümdarların ve yakın çevrelerinin, tüccarların ve dini liderlerin mutfaklarında gelişmiştir. Bu zümrelerin ortak noktaları ise serveti kültür ve boş zaman olduğu kabul edilmiştir. Bu ortak noktanın olduğu yerde ise iyi yemek talep görmüş ve yaratıcı aşçılar finanse edilerek teşvik edilmiştir. Çeşitli baskıların yaşanarak gelir dağılımında adaletsizliklerin olduğu zamanlarda ise karın doyurmakla yetinilmiştir (Özbay, 2019: 16).

Her milletin kendi tarihsel dönemlerine bağlı olarak gastronomi şekillenerek değişikliğe uğramıştır. Gastronomi var olduğu toplumun tarihi boyunca yaşadığı sorunlar, kıtlıklar, işgaller, savaşlar, göçler vb. birçok nedenden etkilenmiştir. Bu nedenler gastronomini şekillenmesine ve değişmesine neden olmuştur.

1.3.1. Türk Mutfağı

Gastronomi disiplinli ve sistemli yeme-içme sanatı olarak tanımlanmaktadır. Bir ülkenin vazgeçilmez unsurlarından biri olan gastronomi o ülkenin mirasının birer yansımasıdır. Yiyecek ve içecekler sosyo-kültürel değeri olan kültürün vazgeçilmez öğeleridir.

Dünyanın en iyi mutfakları arasında düşünülen Türk mutfağı asırlarca süregelen bir maziye sahiptir. Bu zamana kadar yaşanan değişimler, savaşlar, kültürel etkileşimler, yaşanan yerde bulunan hayvan türü, coğrafi yapı, iklim ve iklime bağlı olarak bitki örtüsü beslenme alışkanlıkları ve mutfak kültürü üzerinde etkili olmuştur (Arslan, 2015: 33). Türk milleti her ne kadar savaşlar, işgaller, göçler, kıtlıklar, gibi birçok nedenden etkilenmiş olsa da zamanla kendisine özgü bir mutfak kültürünü oluşturmayı başarmıştır. Türk mutfağının özelliklerine baktığımızda, Türkiye'nin iklimi, coğrafi özellikleri, yaşayış biçimi, gelenekleri, görenekları, adetleri vb. nedenlerden mutfak kültürünün oluşmasına neden olmuştur.

Türkiye, üç tarafı denizlerle kaplı olmasıyla deniz ürünleri olan yemekler, bitki çeşitliliğine sahip olmasıyla sebzeli ve otlı yemekler, küçükbaş ve büyükbaş hayvancılığı besleyerek etli yemekler, verimli toprakları değerlendirerek tahıllı yemekler yaparak geniş mutfak kültürünü oluşturmuştur.

Orta Asya da karasal iklimin olduğu, çöllerin ve bozkırların büyük yer kapladığından tarımın yapılmasına uygun olmayan bir bölgedir. Göçebe hayatı seçen halk kalıcı bir yerde kalamayan, imkânların abğalı olarak hayvanlarını, çadırlarını, araç ve gereçlerini yanlarına alarak daha sonra yerleşik hayata geçmişlerdir. Bunlar Orta Asya Türk mutfak kültürüne yansayıp şekillenmiştir (Arslan, 2015: 33). Türk milleti, Anadolu topraklarına yerleşmekle Anadolu'nun yemeklerini benimsemiş ve kendi yemekleri olan Orta Asya'nın gastronomisi ve Anadolu gastronomisiyle zenginleştirerek günümüze kadar getirmeyi başarmıştır. Türk halkının yeme-içme alışkanlıkları, bulunduğu bölge halkına göre şekillenmekte ve zamanla kültürel bir boyut kazanmaktadır. Türk mutfağı, coğrafi-yaşayış biçimi ve başka kültürlerle olan etkileşimin sonucu oluşmuştur.

XI. yüzyıl Türk dünyasına ait önemli bilgiler barındıran Divanü Lugat'it Türk'de mutfak eşyaları şunlardır: bardak, selçibiçek (aşçıbiçağı), etlik (et çengeli), ıwrik (ibrik), tewsi (tepsi), kova, saç, şiş, soku (hayvan) ve susgak (susak) bulunurken; küp, çanak, çömçe, kaşuk, tekne, tuzluk, yasgaç (yasdıgaç) gibi toprak ve ahşap eşyalar; sanaç (dağarcık), sarnıç (su tulumu), tagar (dağarcık), tulkuk (tuluk) vb. araç gereçlerden bahsedilmektedir. Türklerin mutfak eşyalarında büyük değişikliklerin olmadığını bizlere göstermektedir (Genç, 2008: 4). İnsanı diğer canlılardan ayıran özelliklerden birisi araç gereç yapım kullanmalarıdır. Bu araçlar insanın en önemli

ihtiyaçlarından biri olan beslenmede kullanılmasıdır. Bu araç gereçler Divanü Lugat'it Türk gibi çeşitli eserlere konu olarak günümüze kadara gelmeyi başarmıştır.

Türklerin Orta Asya'da göçebe bir hayat yaşamasından dolayı mutfak kültürleri hakkında yeteri kadar bilgi olamamakla birlikte tahılların, yanısıra, hayvancılığın da önemli bir yere sahip olduğu bilinmektedir. Eski dönemlerde Türklerin bolca tükettiği etlerin başında koyun eti gelmektedir. Keçi ve sığır, koyundan sonra en fazla tüketilen hayvanlar olmuştur. Hayvanların etinin ve sütünün yanında, tüm sakatatları da yemeklerde kullanılmıştır (Taşpınar ve Demirkol, 2019: 69). Türkler, Anadolu'ya geçiş sürecinde kaldıkları ülkelerin beslenme alışkanlıklarından, meyvelerinden, sebzelerinden, bitkilerinden ve süt ürünlerinden faydalanmışlardır. Et ve hayvansal ürünler Türk mutfağında olduğu gibi Osmanlı mutfağında da tüketilmiştir. Osmanlı mutfağı lezzet ve çeşitlilik açısından zengin bir mutfağa sahiptir.

Türkler, Orta Asya'nın gastronomisi ile Anadolu gastronomisini bir araya getirerek günümüze kadar getirmeyi başarmışlardır. Aynı zamanda çok eski bir geçmişi ve zenginliği olan Osmanlı mutfağını Anadolu mutfağıyla sentezleyerek zenginleştirmişlerdir.

1.4. Gastronomi İle İlgili Kavramlar

Gastronomi kendi içinde bir takım kavramları da ortaya çıkarmıştır. Bu alanda kendini geliştiren kişilere verilen kavramlar ve gastronominin kuruluş sistemlerine verilen kavramlar mevcuttur. Bu kavramlar şunlardır: Gastronom, gurme, gurman, degüstatör, füzyon mutfak vb. kavramlarının yanında gastronomi ile ilgili yeni kavramlarda ortaya çıkmıştır.

1.4.1. Gastronom

"Gastronomi alanında araştırmalar yapan kişiye gastronom adı verilmektedir." İngilizce karşılığı gastronomist olan bu kişilere, bu alanda yapmış oldukları çalışmalarında yiyecek-içeceklerle ilgili teori ve uygulamaları birleştirmektedir (Özbay, 2019: 27). Gastronom, gastronomi alanında kendini geliştiren eğitimli ve uzman olan kişilere denir.

1.4.2. Gurme

Gurme, Fransızca 'gourmet' sözcüğünden gelmekte 'ağzının tadını bilen, damak tadı olan, çeşneci, iyi yiyecek uzmanı'' anlamlarında kullanılmaktadır (Özbay, 2019: 28) Türk Dil Kurumu ise gurme kelimesini 'tatbilir' şeklinde tanımlamaktadır.

1.4.3. Gurman

Gurman, karnını doyurmak amaçlı abur cuburla beslenen, yemek kültüründen anlamayan, yemeğin sunumu, görselliği, lezzeti ve hijyenik oluşu gibi kurallara önem vermeksizin her şeyi yiyen obur kişi şeklinde tanımlanmaktadır (Dilsiz, 2010 :5)Yemeği çok seven, yemek kültüründen anlamayan, yapılan yemeğin lezzetiyle sunumuyla ilgilenmeyen kişiye denir.

1.4.4. Degüstatör

Genellikle şarap tadımı yapan kişi olarak bilinmektedir. Yapılan şaraplarda sadece tat alma duyusu kullanılmaz, görme, koklama, tatma duyuları da kullanılır (Arslan, 2015: 12). Degüstatör şarabın dış görünüşünden tadımına kadar ilgilenmektedir.

1.4.5. Füzyon Mutfak

Farklı uluslara ait mutfak tekniklerinin ve malzemelerin aynı tabakta birleştirilmesidir (Şahin, 2019: 15). Birden fazla mutfağa sahip ülkelerin yemeklerinin bir tabakta bir araya gelerek sentezlenmesi sonucu doğmuştur.

1.5. Gastronomi Etkinlikleri

Mutfak kültürünü yakından tanımak için mutfak müzeleri, festivaller, mutfak müzeleri, gastronomi turları, yemek pişirme kursları vb. etkinlikler yapılmaktadır. Festivaller bölge halkının bir araya gelerek tecrübelerinin paylaşması için uygun bir ortamdır. Alanında uzman kişilerin gastronomiyle ilgili merak ettikleri şeyleri sunan müzeler, yemek pişirme kursları gastronomiyi yakından tanımak için yapılan önemli etkinliklerdendir.

Başta gastronomi festivalleri olmak üzere, gurme turları, yemek sergileri, yemek kursları ve tatil kutlamaları gibi gastronomi etkinlikleri son yıllarda dikkat çekmekte ve özellikle festivaller eğlence deneyimi yaratmada ve kültürel değerleri aktarmada giderek daha önemli hale gelmektedir (Yarış, 2014: 23).

Eğlenmek gezip tozmak yeni şeyler keşfetmek adına gastronomi giderek daha önemli bir hal almaktadır. Ülkelerin ve şehirlerin yapmış olduğu etkinlikler turizmi, yiyecek içecek tanıtımı, turist çekme, kültürel değerleri yaşatabilmek ve kültürler arası alışverişe zemin hazırlamaktadır.

1.6. Mutfak Kültürü Üzerine Yapılan Çalışmalar

En eskisi tarihli olan yemek kitaplarından ve bu konuya ilişkin son 75 yılda yazılmış makalelerden oluşturulmuş bir seçme kaynakça içeren dördüncü bölümde ise, yaklaşık 165 yıllık büyük bir birikimden izler taşıyan ‘‘Yemek Kitabı, Tarih-Halkbilimi-Edebiyat’’ adı altında kitabevi tarafından yayınlanmıştır.

Geçmişten günümüze sayıları artan, gastronomi sempozyumu çalışmalarında, 2006 yılında I. Uluslararası Doğu Anadolu Bölgesi Geleneksel Mutfak Kültürü ve Yemekleri Sempozyumun’da mutfak kültürü ve yemekleri, yiyecek-içecekler ve sofraya düzeni, yemek adabında inanç izleri, mutfak mekânları ve ocaklar, dinde sofraya kültürü, otlu yemekler gibi konulardan bilim adamları ve uzmanların bildirisi bulunmaktadır.

2012 yılında IV. Uluslararası Doğu Anadolu Bölgesi Geleneksel Mutfak Kültürü ve Tuzluca-Iğdır Yemekleri Sempozyumu Iğdır Valiliği ve Tuzluca kaymakamlığı tarafından yapılmıştır.

19-21 Ekim 2011 tarihleri arasında Erzurum’da gerçekleştirilen III. Uluslararası Doğu Anadolu Geleneksel Mutfak Kültürü ve Erzurum Yemekleri Sempozyumu, kitabı 39 adet bildiriden meydana gelmiştir. 24 Kasım 2010 yılında, Doğu Anadolu Geleneksel Mutfak Kültürü ve Van Yemekleri Sempozyumunda çalışma yapan bilim adamları, aşçılar ve uzmanlar tarafından 50 bildiri sunulmuştur.

Gastronomi konusunda yazılmış olan kitaplar, yüksek lisans tezleri, doktora tezleri ve makaleler aşağıda belirtilmiştir.

Kitaplar

Gastronomi ile ilgili çok fazla basılmış kitap bulunmakla beraber konuya gastronomi ile ilgili kitapların içinden bir bölümüne değinilmiştir. Bu konuda yazılan eserler aşağıda belirtilmiştir.

- Algın, Semra; Yöremizden Mutfağımıza: Urfa Mutfağı, Harran Yayınları, (Şanlıurfa), (1989).
- Artun, Erman; Adana Mutfak Kültürü ve Adana Yemekleri, Çuktop Yayınları, Adana, 1998.
- Başoğlu, İnci; İzahlı Yemek Kitabı, Bedir Yayınevi, İstanbul, 1986.
- Bayur, Hatice; Yemek Kitabı, İstanbul, 1997.
- Belge, Murat; Tarih Boyunca Yemek Kültürü, İletişim Yayınları, İstanbul, 2001.
- Bender, Cemşid; Kürt Mutfak Kültürü ve Kürt Yemekleri, Melsa Yayınları, İstanbul, 1992. (yb. Kaynak Yayınları).
- Bilginer, Sevim; Türk Mutfağının Yemek ve Tatlı Kitabı, Çile Yayınevi, İstanbul, 1986.
- Bulut, Ahmet (der.); Elazığ-Harput Yemekleri, Elazığ Kültür ve Yardımlaşma Derneği Yayınları, İstanbul, 2001.
- Cerrahoğlu, Abdurrahman; Sofra Nimetleri (Uygulamalı Yemek Kitabı), Timaş Yayınları, İstanbul, 2002.
- Cılızoğlu, Eryılmaz, Leman; Türk Mutfağından Seçme Yemekler, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1997.
- Çıkla, Fatma; Çukurova Yemekleri, İnkılâp Kitabevi, İstanbul, 1998.
- Dengizer, Necdet; Yemek Kitabı, İstanbul, 1959.
- Eğilmez, Muberra-Şaziye Eğilmez; En Güzel Yemek Kitabı, Erhan Yayınları, İstanbul, 1999.
- Ertürk, Necip; Türk Mutfak Sanatı, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1987.
- Kasapoğlu, Türkan; Aile Yemekleri ve Sohbetleri, İnkılâp Kitabevi, İstanbul, 1977.
- Özbay, Gülçin, Düünden Bugüne Gastronomi, Ankara, 2011.
- Özşeker, Demet Bağır, Gastronomi Kavramı: Tanımı ve Gelişimi ve Gastronomi Turizm. (Ed. : Kurgun , H. Ve Özşeker D. B.) Ankara: Detay Yayıncılık, 2016.
- Reis, Huriye, Ortaçağ İngiliz Edebiyatında Yemek ve Kimlik. Yemekte Tarih Var. Derleyenler; Avcı, A. Erkoç, S. Ve Otma, E. İstanbul: Tarih Vakfı Yayınları, İkinci Baskı, 2016.
- Samancı, Özge, ‘Avrupa’da ve Türkiye’de Yemek Tarihçiliğine Kısa Bir Bakış’. Yemekte Tarih Var. Yemek Kültürü ve Tarihçiliği Derleyenler: Avcı A., Erkoç, S. Ve Otman E.) İstanbul : Tarih Vakfı Yurt Yayınları. İkinci Baskı, 2016.
- Sarışık, Mehmet- ÖZBAY, Gülçin, Uluslararası Gastronomi Temel Özellikler-Örnek Menüler ve Reçeteler, Ankara: Detay yayıncılık, 2013.

Yüksek Lisans Tezleri

Alabacak, Cengiz Han, Türk Mutfak Kültüründeki Geleneksel Yemeklerin Bilinirliği: Ankara İli Örneği, Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Ana Bilim Dalı, 2018.

Alpaslan, Kardelen, Yöresel Yemeklerde Moleküler Gastronomi Kullanımı, Kastamonu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Turizm İşletmeciliği Ana Bili Dalı, Yüksek Lisans Tezi, 2019.

Çakıcı, Hasan Hüseyin, Nazilli Mutfak Kültürü, Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Turizm İşletmeciliği Ana Bilim Dalı, 2020.

Çakmak, Sedan, Ardahan Posof İlçesi Mutfak Kültürünün Geçmişten Günümüze Değişim ve Dönüşüm Süreçlerinin Halk Bilimi Açısından İncelenmesi, Ardahan Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Türk Dili ve Edebiyatı Ana Bilim Dalı, Türk Halk Edebiyatı Bilim Dalı, 2020.

Çınar, Zeynep, Geçiş Dönemlerinde Mutfak Kültürü ve Yöresel Mutfak Uygulamaları: Ege Bölgesi'nde Nitel Çalışma, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Ana Bilim Dalı, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bilim Dalı, 2019.

Çoşan, Dilek, Bartın Mutfak Kültürü ve Yemekleri, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Ana Bilim Dalı, 2020.

Demirel, Mesut Mehmet, Üç Kuşağın Göç İle Değişen Mutfak Kültürü: Almanya Örneği, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Ana Bilim Dalı, 2020.

Dilmeç, Havva, Geçmişten Günümüze Türk Mutfak Kültürü ve Isıl Pişirme Teknikleri, Gaziantep Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Ana Bilim Dalı, 2021.

Gümüş, Hülya, Türk Mutfak Kültüründe Çorba, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Türk Dili ve Edebiyatı Eğitimi Ana Bilim Dalı, Halk Bilim (Folklor) Bilim Dalı, 2011.

Kaymaz, Elif, Türk Mutfak Kültüründe Helva'nın Yeri ve Önemi, Gazi Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Ana Bilim Dalı, 2020.

Korkmaz, Betül, Ege Bölgesi Halk Mutfağında Sebze ve Yemeklerinin Beslenme Kültüründeki Yeri ve Karakteristiği, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Türk Dili ve Edebiyatı Bölümü, Türk Halk Bilimi Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, 2006.

Tiryaki, Kadriye Aslı, Kütahya Halk Mutfağı, Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Türk Dili ve Edebiyatı Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, 2011.

Usta, Sevim, Çerkes Mutfak Kültürünün Sürdürülebilirliği Üzerine Bir Çalışma : Sakarya İli Örneği, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Ana Bilim Dalı, 2020.

Yalçın, İrem, Osmanlı Mutfak Kültüründe Çorbaların Önemi ve Günümüz Beslenme Alışkanlıklardaki Yeri, İstanbul Ayvansaray Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Ana Bilim Dalı, Gastronomi ve Mutfak Sanatlar Bilim Dalı, 2021.

Doktora Tezleri

Aydın, Yayla, Anadolu Mutfak Kültürünün Oluşumunda Hitit Mutfağının Rolü: Etnoarkeolojik Bir Araştırma, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Ana Bilim Dalı, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bilim Dalı, 2021.

Demirel, Feriha Işıl, İstanbul'da Sefarad Mutfak Kültürü, Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antropoloji Ana Bilim Dalı, 2020.

Kabacık, Mehmet, Türk Mutfak Kültürünün Türklerdeki Yansıması, Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Ana Bilim Dalı, 2020.

Yalın, Gülhan, Kaybolmakta Olan, Yerel Mutfak Kültürünün Turizme Kazandırılması: Balıkesir İli Edremit Körfezi Örneği, Balıkesir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Turizm İşletmeciliği Ana Bilim Dalı, 2020.

Yıldırım, Yaşar Serkal, Metropolis Buluntuları Işığında Batı Anadolu'daki Hellenistik-Roma Dönemi Mutfak Kültürü, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Arkeoloji Ana Bilim Dalı, Arkeolojik Bilim Dalı, 2010.

Makaleler ve Bildiriler

Altuntaş, Ayten; "Divanü Lügat-it Türk'teki Yemek ve İçecekler", Türk Folkloru, 1984.

Başar, Zeki; "Erzurum İlinde Besin Kaynaklarımız ve Halk Yemekleri", III. Milletlerarası Türk Folklor Kongresi Bildirileri. Maddi Kültür, V. Cilt, Kültür ve Turizm Bakanlığı MİFAD Yayınları, Ankara, 1987.

Bayramoğlu, Fuat; "Türk Mutfağı ve Yazılı Kaynaklar", BMYK (Bildiriler), Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları, Ankara, 1988.

Biber, Selma; "Türk Toplumunda Yemek Yeme Alışkanlıkları ve Türk Mutfağının Özellikleri ", Türk Folkloru Araştırmaları (TFA) 1983, Kültür Bakanlığı Yayınları MİFAD Yayınları, Ankara, 1984.

Bulduk, Sıdika; "Mutfak Kültürünün ve Türk Mutfağının Tarihi Gelişimi ", Türk Kültürü, Türk Kültürünü Araştırma Enstitüsü Yayınları, 1998.

Demir, Tuna; "Van Yemekleri ", TMKÜA 2002, Haz: Kamil Toygar, THKATV Yayınları, Ankara, 2002.

Doğan, Zehra (Hızl.); "Elazığ ve Harput'un Özel Yemekleri ", Yeni Fırat, 1966.

Işık, M. Akif; "Siirt Mutfak Kültürü ve Yemekleri ", TMKÜA 1998 (Ed. Kamil Toygar), THKATV Yayınları, Ankara, 1998.

Kartarı, Asker; "Azeri ve Fırat Havzası Mutfak Kültürlerinin Karşılaştırmalı İncelenmesi", Türk Folkloru Belleten 1986/2, (Haz. İ. Gündoğdu Kayaoğlu-Erman Aslanoğlu), Türk Folkloru Yayınları, İstanbul, 1986.

Nahya, Zümrüt; "Özel Gün Yemekleri ", TMSB, Kültür ve Turizm Bakanlığı MİFAD Yayınları, Ankara, 1982.

Öney, Hüseyin, Gastronomi Eğitimi Üzerine Bir Değerlendirme. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Turizm Kavramsal Çalışma- 2016.

Şengül, Serkan-Oğuz Türkay (2016), ‘‘Akdeniz Mutfak Kültürünün Gastronomi Turizmi Bağlamında Değerlendirilmesi’’, Journal of Tourism and Gastronomy Studies. 4/ Special İssuel.

Şengül, Serkan-Türkay Oğuz (2016), ‘‘Akdeniz Mutfak Kültürünün Gastronomi Turizmi Bağlamında Değerlendirilmesi’’, Journal of Tourism and Gastronomy Studies. 4/Special issvel.

Şenocak, Ebru (2008), ‘‘Elazığ Mutfağı ve Yöresel Yemekleri’’, Yemek Kitabı/Tarih-Halkbilimi-Edebiyat, (Hızl. M. Sabri Koz), Kitapevi yay.

Şimşek, Esma (2008), ‘‘Kadirli (Osmaniye) Mutfağı ve Mahallî Yemekler’’, Yemek Kitabı/Tarih-Halkbilimi-Edebiyat, (Hızl. M. Sabri Koz), Kitapevi Yay.



İKİNCİ BÖLÜM

2. MUŞ'TA MUTFAK KÜLTÜRÜ

2.1. Mutfak Mimarisi

Karasal iklimin hâkim olduğu Doğu Anadolu bölgesinin mutfak yapımında iklimin ve yapılan malzemenin etkisi çok fazladır. Genellikle mutfak topraktan veya betondan yapılmaktadır. Muş mutfağının mimarisi değişik özellikler barındırmaktadır. Örneğin, Muş mutfağı zemin katta tek odalı olmakla birlikte ona bağlı serin güneş görmeyen kilerden oluşmaktadır.

“Eski Türk mutfağı, şimdi olduğu gibi ayakta yemek pişirilecek, yalnızca dar bir oda değil idi. Burası aynı zamanda bütün gün oturulup, istirahat edilip ve sohbet edilecek bir yerdi. Bu sebeple mutfağın bir yanına oturmak için yerler, sedirler yapıldı.” (Ögel, 1978: 41). Kendine has özellikleri olan Mutfak sadece yemek pişirme alanı değil aynı zamanda misafir kabul edilen, oturulan ve muhabbet edilen kültürel bir mekândır.

“Türk kültürünü geçmişten günümüze incelediğimizde yemeğin sadece beslenme aracı olmadığını; sosyal düzeni sağlayan önemli bir unsur olduğunu devlet idaresinde, resmi törenlerin düzenlenmesinde, komşuluk ilişkilerinde ve misafirlerin ağırlanmasında diğer aktiviteler kadar etkili olduğunu görmekteyiz.” (Şimşek, 2008: 701). Türk kültüründe mutfak sadece yemeklerin pişirilmesinden ibaret değildir. Sofra adabı, sofranın düzeni, sofranın kuralları geçmişten günümüze kadar gelen bir kültürdür. Aynı zamanda komşuluk ilişkilerinde yardımlaşma, paylaşma, misafirperverlik açısından yemeğin ve mutfağın özel bir yeri vardır.

“Mutfak, fonksiyonu gereği hazırlama, pişirme ve servis gibi eylemleri karşılayacak unsurlara sahiptir. Mutfak; Türk evinin, önemli bir mekânı olup, kaynağı çok eskilere dayanmaktadır. Osmanlı dönemi mutfakları ait oldukları geleneksel evlerle birlikte yeterince korunmadıkları için yıkılıp yok olmaktadır. Mutfak mekânları teknolojik gelişmelerle birlikte, tasarım, pişirme araçları, iç donatımları bakımından değişmiştir. Şehirleşme, teknolojik yenilikler mutfak kültürümüzün de değişmesine yol açmıştır. Tarihî mutfaklar mekân olarak kullanım kapları ve kültür olarak yok olmuştur. Mutfak kültürü, mutfak, mekânları, eşsiz tadı ve lezzetler de unutulmaya başlandı.” (Karpuz ve Karpuz 2008: 405). Türk mutfağının, mimari özellikleri bölgelere göre farklılıklar gösterir. Muş'un zengin mutfak kültürü eskiden beri yemeklerin, sunum şekilleri, pişirme yöntemleri gibi gelenekleri bünyesinde korumakla birlikte son zamanlarda teknolojik değişimlerde olan gelişmelere paralel olarak yöre halkının hayat koşullarının yükselmesine ve bu teknolojik gelişmeler Muş mutfağında yemek çeşitliliğinin artmasına neden olmuştur.

Muş mutfağı evin mimarisine göre, zemin kat veya “havuş” denilen avlunun bir köşesinde yer alır. Mutfakta içinde taştan, topraktan ocaklar mutfak girişinin karşısında yer alır (KK-14, KK-18, KK-27). Yerden yüksekliğe sahip, ekmek yapılacağı günlerde yakılarak özel bir toprakla yapılan büyük tandırlar bulunmaktadır. Aynı zamanda yemeklerin pişirilmesi için “kuççık”, “manteş”, “küçük tandır” bulunmaktadır. Kuççık; taş, toprak veya betonla isteğe göre yapılan yemek pişirmek için kullanılan bir çeşit ocaktır. Tencere kuçığe oturtulurken öne doğru devrilmemesi için “şiş” denilen bir demir çubuk konulmaktadır. Manteş ise demir kovanın alt kısmına şiş geçirilip üstüne toprak ile içi boş olacak şekilde yapılarak ağır yemek yapımında kullanılmaktadır. Her gün yakılan “küçük tandır” yemek yapmada ve kete, çörek, yağlı ekmek vb. hamurlu yemekler yapmak için kullanılmaktadır (KK-43, KK-51, KK-79, KK-87, KK-92).

Mutfak duvarlarında tahtadan yapılan ‘‘terekler’’ vardır, bu tereklere tabaklar sırasıyla yerleştirilerek kullanım şekline, ihtiyaca göre dizilir. El altında rahatlıkla kullanılması için tuz, reyhan, pul biber, nane gibi çeşitli baharatların konulduğu baharatlıklar yer almaktadır.

Mutfağın bir köşesinde betondan yapılan ‘‘çoluk’’ diye adlandırılan bölümde bulaşık yıkanır. Yıkanan bulaşıkların temiz bir şekilde süzülmesini sağlamak için bulaşık sepeti içine konulmaktadır. Ya da el yapımı motifleri olan bir havlunun üstüne kurumasını sağlamak için konulur. Bu havluya ‘‘teppik’’ denilmektedir. Mutfaklarda çeşme bulunmadığı için küçük havuz (liç), kuyu (ceh) ve tulumbalardan bidonlara taşıma su ile ihtiyaç giderilir (KK-16, KK-79, KK-85, KK-107).

Kiler, mutfakla bitişik olan ve depo özelliği gören küçük bir alandır. İçinde kışlık hazırlanan yiyecekler cağ, peynir, çökelek, konserve, kavurma, turşu, un, kurutulan sebzeler korunması için saklanmaktadır. Aynı zamanda bulgur, pirinç, mercimek, kuru fasulye, nohut gibi yiyeceklerde kutularda muhafaza edilmektedir. Bazı süt ürünleri ise peynir, tutulmuş yoğurt vb. çeşmenin bulunduğu serin yerde muhafaza edilmektedir.

Günümüzde mutfak evin girişine veya diğer odalara yakın olmaktadır. Aynı zamanda mutfağın yanında kiler mevcuttur. Eski yer sofraları ve siniler yerine günümüzde yemek masaları almıştır. Buna bağlı olarak mutfağın yapısında değişiklikler olmuştur. Araç gereçler olarak demir ve çinko tabaklar yerini porselen, mika ve keramika tercih edilmektedir. Günümüzde eski malzemeler vitrinlerde sergilenmektedir.

2.2. Mutfak Araç ve Gereçleri

İnsanı diğer canlılardan ayıran özelliklerden birisi araç gereç yapıp kullanmalarıdır. Bu araçlar insanın en önemli ihtiyaçlarından biri olan beslenmede kullanılmaktadır. Bunlar: Kaşık, çatal, bıçak, tabak vs. örnek gösterilebilir. Muş mutfak kültürünün araç gereçleri bakırdan, kilden ve demirden oluşmaktadır. Kilden yapılan güveçlikler, keramiki porselen, bakırdan yapılan mutfak araç gereçleri kullanılmaktadır. Yemek çeşidinin fazla olmasından dolayı her yemek için ayrı tencereler, tavalar, tabaklar geliştirilmiştir. Düğün kazanı, hamur leğeni, bulaşık leğeni için ayrı araç gereçler üretilmiştir.

"Eskiden kullanılan pek çok mutfak aleti ve bunların isimleri günümüzde unutulmuş ya da çok az sayıda kalmıştır. Meselâ paja (ocak) bütün köy evlerinde bulunsada artık ipregaz ve fırına yerini bırakmıştır. Dolayısıyla eski lezzetler de aranılır olmuştur. Meselâ büyüklerimiz, bakır kaplarda pişirilen yemeklerin, mangalda veya ağır ateşte hazırlanmış kahvenin, ocaktaki ayrıntılı çorbanın hatta közdeki isotun bile tadının bambaşka olduğunu söylerler." (Şenocak, 2008: 583).

Diğer mutfaklarda olduğu gibi Muş mutfağında kullanılan araç gereçler vardır. Bunlar bakır ve demirden idi. Çeşitli boylarda tencereler mevcuttur. Tencere (guşgane), büyük tencere (gazık), büyük kazan (siti), büyük küçük servis tabaklar (sahan), aliminyum tabak (hesim), tabak (teyfık), büyük kaşık (kepçik, çemçik), tahtadan yapılan büyük kaşık (kepçe), tahtadan yapılan büyük kaşık (hesk), topraktan yapılan tencere (deyzik), tepsi (sini), havlu (berdesk), elin yanmaması için kullanılan bir çeşit bez parçası (pettik, leppik), süt sağılan kova (beroş), su ibriği, (misin, gümgüm), kova (parğaç), tas (kâse, içi derin olan tabak), rende (rinde), el değirmeni (destar), ekmek yapmak için kullanılan alet (sel), leğen (teşt, leg), bulaşık (derdan), cezve (cezvik), kaşık (gevçi), çatal (çetel), çaydanlık (demlik), tava (elçek), tulum peyniri yaparken kullanılan hayvan derisi kılıfı (eyâr), bardak (şuşe), ayran yaparken kullanılan alet (devkıl), sofrası bezi (pot, pottık), bıçak keskinleştirici (gıttık), bıçak keskinleştiren bir çeşit taş (hisan), menengiç eritip yağın almak için kullanılan bir çeşit alet (balgeran), et tahtası (koç), ibrik (tulum), sarımsak ezici (darige sıra), kürdan (darık) yoğurt süzme bezi (barzun), büyük çaydanlık (çaydank), gesunk, conı vb. (KK-12, KK-13, KK-26, KK-29, KK-38, KK- 41, KK- 50, KK-68, KK-77, KK-89, KK-110, KK-135).

Hamur; ‘‘teşt’’ veya ‘‘leg’’ diye adlandırılan leğenlerde yoğurulur, tandırda hamurun yuvarlanıp bekletildiği beze ‘‘pottık’’ denilir. Hamurun elde aıldıkdan sonra tandıra vurulması için kullanılan yastığa ‘‘refadan’’ ekmeği içinden çıkarmak için kullanılan alete ise ‘‘maşa’’ denilmektedir. Pişen ekmek ise ‘‘ittik’’ adı verilen sepete bırakılır (KK-2, KK-3, KK-11).

Muş mutfağında ocak tandırın yanında bulunmaktadır. Mutfağın en önemli oğesi ocaktır, ocak daha çok taştan ve topraktan inşa edilmiştir. Günümüzde ise tandır ayrı bir odada kurulmaktadır. Ocağın yanında kazanlar, tencereler, tavalar ebatlarına göre sıralanmaktadır.

2.3. Sunum şekilleri ve Sofra Düzeni

Muş’ta sofra genellikle yerde kurulmaktadır. Küçük tahta masa veya demirden yapılan sini üzerinde yemek yenilmektedir. Günümüzde masalar kullanılmaktadır. Sofraya salata, turşu, cacık, çeşitli mezeler önceden yerleştirilir. Genellikle bütün yemekler masaya konularak yenilir. Bazen bir çorba veya grar ile başlanır, tabaklar boşalınca diğer yemekler getirilir.

Yemekler ilk önce misafirlere verilir, misafir yoksa evdeki en yaşlı bireyden başlayarak sırasıyla dağıtılır. Aile çok kalabalık ise erkekler, kadınlar ve çocuklar ayrı yer. Ayrı yemek için ev müsait değilse erkekler önce yiyerek kalkar, sonra kadınlar ve çocuklar yemek yer. Servisi evin hanımı, gelini ya da genç kızı yapar. Erkeklerin davetli olduğu yemekte ise erkekler yapar (KK-12, KK-40, KK-109, KK-127).

2.4. Yemek ğnleri

Muş’ta sabah altığı (xuruni, xuruni-yi şeveğe), kahvaltı (nav roj), öğlen (firavini) ve akşam (nane şiv) olmak üzere günde dört öğün yemek yenilir. Bir de yatmadan önce ‘‘yatılık’’ diye adlandırılan öğün vardır. Yemekler, zel misafir gelip gelmemesine ve ailenin maddi durumuna göre yapılmaktadır.

2.4.1. Yaz mevsiminde

2.4.1.1. Sabah Atlığı

Sabah kahvaltıdan önce süt ve yoğurt yenilir. Genellikle evinde bulunan yaşlılar veya çalışanlar sabah namazından sonra bu öğünde sabah altığı yaparlar (KK-1).

2.4.1.2. Kahvaltı

Sabah kahvaltısında genellikle; tereyağı, peynir, bal, zeytin, yağlı ekmek, katmerli ekmek, çörek, reel, kz biberi, domates, salatalık, biber, maydanoz, dere otu kurutulmuş sebzeler, pekmez, cevizli ekmek, çökelek, cacık, kaymak (ser şir, t), tutulmuş yoğurt (gatığe grti), kaz lokması (glorik), helva (helew), mırtoğe vb. yiyecekler tüketilir. İçecek olarak da çay veya süt içilir (KK-14, KK-21).

2.4.1.3. ğle Yemeği

Öğlen yemeği için yapılan özel bir yemek yoktur. nceki günden kalan yemekler varsa yenilir, yoksa yapması basit olan sebzeli yemekler tercih edilir. Öğlen genellikle; semizotu, makarna, sebze yemeği (tırşık), grar, sebzeli bulgur, salata, patlıcan ve kabak kızartması bulunmaktadır (KK-1, KK-2, KK-98).

2.4.1.4. Akşam Yemeği

Yemek çeşitliği en çok akşam yemeğinde görölmektedir. Çalışanların işten eve geldiği ve aile bireylerin bir arada bulunduğu akşam yemeğinde özel yemekler hazırlanır bunlar: Köfte, kılçıklı dolma, kabak dolması, kavurma (qeli), helimaşı, muska dolması (nıvışk), kaburga dolması, pilav, salata, grar, cacık, anlık dolması, nohutlu köfte (mukaserli köfte), patatesli bulgur pilavı (savare gardola), çökelek çorbası (torax çorbası), domates çorbası (şorbe balican), soğan çorbası (pivaz çorbası), yoğurt çorbası (germiya doyî), un çorbası (ar çorbası) mercimek çorbası (mişevsi) ve yaz sebzelerinden yapılan yemekler bulunmaktadır (KK-13, KK-17, KK-98).

2.4.1.5. Yatılık Yemeği

Misafir geldiği zaman özellikle ‘‘canın bir şey istiyor mu? veya aç mısın? diye sorulmaz. Misafire yatılık hazırlanır. Yazları kahvaltılık veya akşamdan kalan yemek ne varsa ikram edilir (KK-2).

2.4.2. Kış Yemeğinde

Muş'ta kışlar soğuk ve uzun geçtiği için genellikle sıcak ve kurutulmuş yemekler tercih edilir. Kış yemeklerinin vazgeçilmezi konserveler, turşular, kurutulmuş sebzeler, süt ürünleri, çakşır otu bulamacı, halız, zıvrık, sakız otu (gerenk) salamuraları, örnek verilebilir.

2.4.2.1. Sabah Altılığı

Sabah altılığında kış mevsiminden dolayı sıcak yiyecekler hazırlanır. Akşamdan kalan çorba, soğuk havaların vazgeçilmezi lor, tereyağı ve su karışımından yapılan bir çeşit yemek (keledoş) avsira toraki bulunmaktadır (KK-149, KK-150).

2.4.2.2. Kahvaltı

Yaz kahvaltısında olduğu gibi aynı şeyler hazırlanır. Yazdan kaldırılan peynir, çökelek (torax), tutulmuş yoğurt, çiriş kavurması, yağlı ekmek (nane rune), kurutulmuş sebzeler yenilir (KK-2, KK-17).

2.4.2.3. Öğle Yemeği

Yaz mevsiminde olduğu gibi dünden kalan yemekler veya yapılması zaman almayan yemekler tercih edilir. Kışlık hazırlanan kurutmalıklar, patlıcan biber közleme, patatesli yahni, kavurma (qeli), bulgurlu et (goşte dan), sarımsaklı kavurma (sir qeli), yeşil fasulye kurutmalıklar yapılmaktadır. Aynı zamanda domates konservesinden yapılan domates çorbası, şehriyeli çorba bulunmaktadır (KK-101, KK-129, KK-143).

2.4.2.4. Akşam Yemeği

Kışları akşam yemekleri özel yapılır bunlar genellikle: Çorti, fellah köftesi, yılan yastığı çorbası, helimaşı, gevol, içli köfte, çiriş kavurması, avşor, kavurma (qeli), hevrişk, Muş mantısı (qebın), tepsi kebabı (goşte tepsiya), mide dolması (hur dolması), ördek tandırda (verdek tandırda), patlıcan oturtma (nevzune oturtma), sulu köfte (kıfte av) yapılmaktadır. Aynı zamanda konserve yemekleri yapılmaktadır (KK-101, KK-115).

2.4.2.5. Yatılık Yemeği

Kış geceleri uzun olduğu için özellikle yatılık yenir. Yaz mevsimiyle aynı şekilde kahvaltılık veya akşamdan kalan yemek yenilir.

2.5. Yemek Yeme Adabı

Türk kültüründe ve dinimizde misafire değer vermeyi ve onu iyi ağırlamamızı öğütler. Büyüklerimizin misafir bereketiyle gelir, evinizi sofranızı güzel muhabbetinizi misafirlerinizle paylaşın diye öğütlerler. Yörede komşuluk ilişkileri çok iyidir. Peygamberimiz, komşu hakkı ve paylaşmaya büyük hassasiyet göstermiştir, “Yanı başında komşusu açken tok olarak geceleleyen kişi mü’min değildir” buyurmuştur. Peygamber efendimiz komşuluğun ne kadar önemli olduğunu bu sözüyle vurgulanmıştır. İnsanoğlunun sosyal hayatında çok önemli bir yeri olan komşuluk paylaşmayı, yakınlaşmayı ve yardımlaşmayı ele almaktadır. Maddi durumu iyi olanlar, muhtaç olanlara, kimsesizlere, yetimlere yaptıkları yemeklerden verirler. Yapılan yemekleri kaza bela gelmemesi ve ölmüşlerin ruhu için verilir. Bu yemeğe hayır yemeği (nane gere) denir.

Yemeğe besmele çekilerek başlanır, besmele ile başlanması yenilen yemeğin şifa olacağı ve bereket getireceği inancı hâkimdir. Yemekten sonra “elhamdulillah” denilir. Sofraya oturduktan önce ve sofradan kalktıktan sonra ellerin yıkanması gerekir. Sofrada şapırdamamak, kendi önündeki yemeği yemek, küçük lokmalar koparmak ve peygamber efendimizin sünnetine uyup tabaktaki yemekleri bitirmek gerekir. Yemeğe önce misafirlerin oturması daha sonra aile büyükleri büyükten küçüğe sırasıyla oturmaları gerekir. Aynı zamanda misafir kalkmadan ev sahibi kalkmaz. Yemeği yapan kişiye “ eline sağlık, ellerin dert görmesin”, “Allah yerini doldure”, Allah evini şen ede”, “Allah ziyade etsin”, “ölmüşlerinin hayrı olsun”, “hayrın ola” gibi dualarda bulunulur (KK-54, KK-98, KK-132).

2.6. Sokak yiyecekleri

Sokak yiyecekleri bir seyyar tarafından caddelerde, yol kenarlarında, sokaklarda, pazarda halkın görebileceği yerde satılan yiyecek ve içeceklerdir. Yöreye özgü yiyecekler satıldığı gibi her yerde bulunan yiyeceklerde satılmaktadır. Muş’ta ıskın, alıç, simit, süt mısırı, halka tatlı, dondurma, limonata sokak yiyeceklerindendir (KK-37, KK-49).

2.7. Geçiş Dönemlerinde Muş Mutfağı

2.7.1. Doğum

“Hayat doğum ile başlar ve bu başlangıç, inanışlara dayalı, yüzlerce âdetin uygulandığı dönemdir. En önemli geçiş olan doğumla birlikte, birey yaşanan hayata katılır ve çocuğun doğumuyla ilgili törenler, gelenekler, tabular, geçiş dönemleri içerisinde yer almaktadır. Genel olarak ifade edecek olursa bir aile içerisinde gerçekleşen doğum çevresinde akrabalar, konu komşu, yakınlar bir araya gelirler, çocuğu olan aileyi kutlarlar.” (Yeşil, 2014: 67). Bu kutlamalar her yeni doğan çocuğun beşik, diş hediği, sünnet, kırkı çıkarma vs. yapılan etkinliklerdir. Her toplumda olduğu gibi yöre halkı tarafından bir çocuğun doğması en güzel beklentilerindendir.

Yeni doğan erkek çocuk ağzı tatlandırmak için gelen misafirlere tatlı yiyecekler dağıtılmaktadır. Uzun yıllar boyunca çocuğu olmayan fertler ise doğan çocukları için kurban kesmektedirler (KK-6).

Doğum yapan anneye komşular akrabalar tarafından jajarun denilen bir yemek yapılır. Bu yemek her doğum yapan anneye doğumdan sonra götürülmektedir. Aynı zamanda herun, hangerun, pekmez ve tereyağı karışımı, bal yeni doğum yapan anneye verilmektedir. Aynı zamanda gevol yemeğinin bol süt yaptığı için anneye yapılır (KK-11, KK-103, KK-136, KK-145).

Yıllarca çocuk sahibi olmayı bekleyen aileler, adak adayıp ‘‘çocuğum olursa kurban keseceğim’’ diye adak adarlar. Çocuğuna kavuşan aileler kurban kesip ihtiyaç sahiplerine dağıtırlar. Aynı zamanda her doğan erkek çocuk için kurban kesme âdeti vardır. Anne doğum yaptıktan sonra yakınları ziyarete gelir, ziyarete gelenler asla boş gelmez. Anne ya da yeni doğan bebeğe kıyafet, yiyecek, altın, para vs. takılır. Bazı köylerde lohusa şerbeti yapılır, ziyarete gelenlere içmesi için servis yapılır (KK-26, KK-78, KK-109).

2.7.1.1. Yeni Doğum Yapan Anneye Ziyaret

Yeni doğum yapan lohusa kadına ziyaret etmeye ‘‘zeydine gitme’’ denir. Evlenip dışarıya giden kıza ‘‘zeyi’’ denmektedir. Anneyi ve bebeği görmek isteyen konu komşu ve akrabalar çeşitli hediyeler ve pasta, börek, çörek, kurabiye, lokum, mırtoğ, hangerun, herun vb. yiyecekler alarak anne ve bebeği ziyaret ederler (KK-65, KK-89).

2.7.1.2. Diş Hediği

Her yörede varlığını devam ettiren diş hediği geleneği Muş’ta, ‘‘danuk, dani’’ diye adlandırılır. Muş’ta konu komşu yakın akrabalar davet edilir. Çocuğun ilk dişi çıkınca buğday (danuk) kaynatılır, yanında da nohut haşlatılır. Buğday piştikten sonra süzgeçten geçirilerek bir leğene alınır. Üzerine ceviz, fındık, fıstık, şeker, pişmiş nohut, leblebi ilave edilir. Daha sonra sofranın ortasına diş hediği yapılan çocuk oturtularak etrafında küçük çocuklar daire şeklinde otururlar. Başından buğday ve nohut avuç avuç saçılır. Etrafta olan çocuklar ise toplarlar (KK-24, KK-25, KK-72). Aynı zamanda çocuğun önüne farklı meslekleri temsil eden tarak, tesbih, Kur’an-ı Kerim, kitap, ayna, kalem, önlük, kepece bırakılır, önüne bırakılanlar ileride o mesleği icra edeceğine inanılır. Çocuğun ilk dişini görene hediye alınır (KK-78).

2.7.1.3. Beşik

Yeni doğan bebek için gelinin ailesi beşik aldığı için ‘‘beşik’’ olarak adlandırılmaktadır. Yörede bebeğin doğumundan iki ay sonra yani kırkı çıktıktan sonra gelin, anne ve babasının evine çocuğuna beşik yapmak için gider (KK-90).

Beşik için baba evine konu komşu, yakın akrabalar davet edilir. Gelen davetliler anne ve bebek için giyim, altın, para vb. hediyeler alırlar. Beşikte kavurma, pilav, salata, pasta, kurabiye vs. ikram edilir (KK-45, KK-54).

2.7.1.4. Sünnet

Muş’ta erkek çocuğa sünnet genellikle erken yapılır. Çocuk doğduğundan üç gün sonra veya üç yaşında yapılmaktadır. Sünnet erken yapılmazsa çocuğun hastalıklara yakalanma riski daha yüksek ve fiziksel gelişimi geri olacağı inancı hâkim olduğu için genellikle erken yapılmaktadır.

Sünnet olan çocuğun masraflarını karşılamak için bir kirve eşliğinde sünnet edilmektedir. Ancak kirve akrabalarından seçilmemektedir. Sünnete bebeğin anne ve babasının yakınları ve komşular çağırılır. Sünnet yapıldıktan sonra mevlit verilir. Kavurma, pilav, salata, pide, ayran yapılarak gelen konuklara verilir. Daha sonra çerezler dağıtılarak sünnet şerbeti içilir. Yakın çevredeki çocuklar çağırılarak onlara şeker, lokum vs. dağıtılır. Böylece sünnet merasimi bitirilmiş olur (KK-32, KK-67, KK-74).

2.7.1.5. Askere Uğurlama

Muş'ta askere giden genç bir gün önceden bütün yakınlarını ziyaret eder. Gittiği günün sabahı aile yakınları askeri uğurlamak için gencin evine gelirler. Askere gidecek genç için cüzdan yapılır, maddi durumu iyi değilse cüzdanına yardım amaçlı yakınları tarafından para verilir. Akrabaları ile tek tek vedalaştıktan sonra arabanın arkasından su dökülerek sağlıklı gelmesi için dúa edilir. Genç, askerden geldikten sonra kurban kesilerek yemek hazırlığı yapılır. Daha sonra yeni askerden gelen gencin bütün yakınları davet edilerek mevlit okunur akşam yemeği ve asker şerbeti verilerek sonlandırılır (KK-56, KK-78, KK-96).

2.7.1.6. Meslek Sahibi Olma

Meslek sahibi olan kişi işe başladıktan sonra şükür ve hayırlı olması niyetiyle eş, dost, akraba davet edilerek mevlit okutulmaktadır. Daha sonra kavurma, pilav, köfte, salata, ayran, grar vb. yemekler yapılarak konuklara verilmektedir (KK-145, KK-149).

2.7.2. Evlenme

Yaşamın ikinci geçit dönemi olan evlenme, gerek kızın ve erkeğin sosyalleşme sürecinin önemli bir aşamasını oluşturması, gerekse aileler arasında kurulan dayanışmayı, toplumsal ve ekonomik ilişkiyi belirlemesi ve düzenlenmesi bakımından her zaman ve her yerde önemli bir olay gözüyle görülmüştür. Ailenin, toplumsal yapının temeli olması, bu birliği sağlayan evlenme olayına evrensel bir karakter kazandırmıştır. Dünyanın her yerinde her aşaması, bağlı bulunduğu kültür tipinin öngördüğü belirli kurallara ve kalıplara ve uydurularak gerçekleştiren evlenme olayı, özellikle tören, töre, âdet, gelenek ve görenek bakımından zengin bir tablo çizmektedir (Örnek, 1977: 185).

Geçiş dönemlerinden biri olan evlenme, insanın varoluşundan itibaren toplumun hayatında önemli bir yere sahiptir. Evlenme, kız ve erkeğin karşılıklı yuva kurmaya başladığı önemli bir dönemdir. Ailenin toplumsal yapının temelini oluşturması, birlikteliği, paylaşmayı, büyümeyi hedeflemesi açısından çok önemli bir yere sahiptir. Evlenme, yöre halkı tarafından "zevac" olarak adlandırılmaktadır. Muş'ta görücü gitme, söz kesme, büyük nişan, çeyiz götürme, kızlar gecesi, kına gecesi, gelin alma, gerdek gecesi, aylığa gitme vs. çeşitli ritüeller yer almaktadır.

2.7.2.1. Görücü Gitme/ Kız İsteme

Yörede kız isteme (xazgini, lelim) ilk önce; anneye, babaya, büyükanneye, büyükbabaya, amcaya, dayıya, teyzeye, halaya danışılır. Aile bireyleri damat evinde toplanarak kız istemeye giderler buna "kız isteme" denilir. Kız istemeye giderken şeker, lokum, çikolata, çiçek götürülür (KK-123, KK-139). Eğer kızı vermeye gönülleri varsa kız evi naz evi olduğu için ilk istemede verilmez en az iki üç kere gidilir. Kız verilirse "Hayırlı, uğurlu olsun, Allah tamamına erdirdin, Allah pişman etmesin, bir ömür mutlu etsin" deyip kız isteme gerçekleştirilir (KK-100, KK-116).

2.7.2.2. Söz Kesme

Muş'ta Söz kesmeye aynı zamanda "küçük nişan", "tatlı yeme", "navdan", "gustil" diye adlandırılmaktadır. Söz kesmeye genellikle yakın akrabalar çağrılır. Gelen konuklara baklava, kola, çiçek, çikolata vs. verilir.

2.7.2.3. Büyük Nişan

Muş'ta büyük nişan (xelat, helegirin) genellikle pazar günü olur. Nişan kız evinde gerçekleşir. Nişan masrafını sadece erkek tarafı karşılar. Nişan yazın yapılırsa kapı önünde veya bahçede, kışın yapılırsa düğün salonunda ya da kapalı alanda gerçekleşir. Takı merasimi ve müzik

eşliğinde halay çekilir. Oğlan tarafından gelin için alınan eşyalar herkesin önünde sergilenir. Ayrıca gelinin annesine babasına ve kız kardeşlerine kıyafetler hediyeler alınmaktadır. Büyük nişan iki ailenin aldığı ortak kararla gün seçilir. Bu da söz kesiminden altı ay sonra olur. Nişan ve düğün arasında eğer bayram olursa kıza bayramlık kıyafetler, şekerler ve baklava alınır. Bu nişanlanma uygulamaları ailelerin ekonomik durumuna göre farklılık göstermektedir. Damat evinden gönderilen leblebi, şeker, fıstık, fındık, üzüm, kurabiye vb. kuruyemişler küçük poşetlere doldurularak gelen konuklara verilmektedir. Aynı zamanda yemek olarak kız tarafı pilav, kavurma, salata, pide yaparak gelen misafirlere verir (KK-74, KK-56, KK-90, KK-102, KK-118).

2.7.2.4. Çeyiz Götürme/Çeyiz Asma

Çeyiz sandığının üzerine bir çocuk oturtulur ve çocuk ‘‘sandık kalkmıyor, bahşış vermezsem kalkmam kıızıda vermem’’ diyerek damadın sağdıcından veya yakınlarından bahşış istenir. Gelin olacak kızın bekârken yapmış olduğu el işleri sandığa yerleştirilir. Çeyiz sandığında, dantel masa örtüsü, salon takımı, yatak örtüsü, perde, dantelli havlular, iğne oyaları, yazmalar, patikler, mutfak seti mutlaka bulunmaktadır (KK-7, KK-54, KK-104).

Kızın çeyizi düğünden bir hafta önce kendi evinde sergilenir. Damat tarafı çeyiz günü gelen konuklara yemek yapar, bu yemekte kavurma, pilav, lahmacun, salata, ayran, pide, cevizli köfte (kıfte guza), Aprak dolması, çorti vb. yemekler verilir. Çeyizi sermeye gidenlere damat tarafı çay, lokum, pasta ve kurabiye çeşitleri ve kahve ikram edilir. Gelinin kendi evinin yatak odasında duvarlarında, perdelerinde ve yatağında yapmış olduğu çeyizler sergilenir. Komşular ve akrabalar gelinin neyinin eksik olduğunu öğrenip hediyeleri ona göre getirirler (KK-12, KK-28, KK-126, KK-127).

2.7.2.5. Kızlar Gecesi

Kızlar gecesi (şeva gıze), sadece kızlar arasında olan özel bir gecedir. Düğünün ilk gecesi olan kızlar gecesi, Muş çevresinde gelin, kız arkadaşlarını ve akrabalarını kızlar gecesine çağırır. Bu eğlence gece başlar, sabaha kadar devam eder. Kızlar gecesinde pastalar, börekler, tatlılar yapıp yenilir (KK-78, KK-135).

2.7.2.6. Kına Gecesi

Kına gecesi (şeva hınne), Anadolu’da bazı bölgelerde farklılıklar göstermekle birlikte benzer olan noktalarda vardır. Akşam ezanından sonra erkek tarafının kadınları kız evine gelir. Konuklara ‘‘kına tepsisi’’ içinde çeşitli çerezler, şekerler, tatlılar vb. sunulur. Aynı zamanda gelen konuklara etli yemekler, köfte, kılçıklı dolma, pilav, çorti, helimaşı, tımbuz ekmeği (nane tımbuz), yeşil mercimekli pilav (mişvsiyi heşin), kabak dolması (kundırık) vb. Yemekler yapılarak ikram edilir. Daha sonra gelin, elinde mumlarla yanan genç kızların arasında kına kıyafetini giymiş olarak konukların bulunduğu odaya gelir. Bir sandalyeye oturtulur. Şarkı eşliğinde gelinin etrafında dönülerek gelinin eline kına vurulmasıyla kına gecesi son bulur (KK-77, KK-78, KK-106, KK-122).

2.7.2.7. Gelin Alma

Muş’ta gelin almaya gitmek isteyen herkes gider. Bugün asıl etkinlik damat evinde olmaktadır. Damat evinde yemek için masalar ve sandalyeler kurulur. Daha sonra küçükbaş ve büyükbaş hayvanlar kesilir. Yörede yemek yapmayı meslek edinmiş kişiler çağrılarak kavurma, ayran çorbası, pilav, cacık, salata yapılarak gelen misafirlere ikram edilir Damadın kapısının önünde davullar ve orkestra ekibi tarafından şarkılar türküler söylenerek gelin almaya gidilir (KK-5, KK-11).

2.7.2.8. Gerdek Gecesi

Muş'ta eşlerin dünya evine girmeden ikişer rekât “şükranîye namazı” kılmaları adettendir. Gerdek gecesi gelin ve damadın dualarının kabul edileceğine inanılır. Namazdan sonra gelin damadın duvağının açmasını bekler. Gelin ise, damadın bütün isteklerini yerine getirir. Fakat “yüz görümlülüğü” verilmedikçe kesinlikle konuşmaz. Gelinin sandığında büyük bohça içinde hindi kızartması, börek, saç gözlemesi, çörek, bayram helvası gibi yiyecekler bulunur. Bu yemeğe gerdek gecesi damadın önüne konduğu için “Güveyi Önlüğü” denir. Bu yiyeceklerden bir kısmı ayrılarak ertesi sabah, başka yemeklerde ilave edilerek köyün ileri gelenlerine ikram edilir. Güveyi Önlüğü'ne çağrılmak büyük şereftir. Düğün sahibi düğünün en kıymetli yemeğini ikram ederek en büyük hürmeti göstermiş sayılır. Yemek yerken damat gelini konuşturmaya çalışır (Özcan, 1993:51).

Gerdek gecesi, gelin ve damat için bir tepsi içinde kuruyemişler, çeşitli meyveler ve özel yemekler hazırlanır. Gerdek öncesi gelin damat bunları yer. Aynı zamanda gerdek gecesi mum yakılır, mum bitene kadar söndürülmez (KK-15).

2.7.2.9. Aylığa Gitme

Muş'ta aynı zamanda aylığa gitme, “mehî, diçe zeyi” olarakta adlandırılmaktadır. Düğünden yaklaşık bir ay sonra gelin baba evine gider, baba evine gitmeden önce baklava alınır. Gelinin komşularına ve yakınlarına dağıtılır (KK-65). Gelin baba evinde bir hafta kaldıktan sonra damat gelir, gelinle birlikte üç gün kayınvalidesinde kalır. Daha sonra gelin damat birlikte evlerine dönerler. Gelinin babasının evinde olduğu gibi damadın evinde de yakınlarla ve komşulara baklava dağıtılır (KK-65, KK-98).

2.7.3. Ölüm

Ölüm; doğum ve evlenme gibi kişinin hayatında karşılaştığı en önemli olaylardan bir tanesidir. Bu olgu, kişisel olmakla birlikte, toplumu ilgilendiren bir olay olmasından dolayı da, çeşitli bilim dallarında değişik yöntemlere göre konu edilip incelenmektedir. Bu olgunun etrafındaki inanç ve uygulamaları olgunun bağlamındaki milletin gelenek ve göreneklere etkilemiştir (Yeşil, 2014:235). Ölüm yaşamın sona ermesi ve ebedi hayata bir geçiş evresidir. “Her nefis ölümü tadacaktır.” âyeti Kuran'da üç sûrede geçmektedir. Her insan muhakkak ölümü yaşayacaktır. Ölüm bedenin geçici olduğunu ve ruhun kalıcı olduğunu bizlere göstermektedir. Yörede ölümle ilgili çeşitli geleneksel ritüeller vardır. Bunlar: Ölen kişinin defnedildiği günden itibaren üçüncü günü, kırkinci günü, iskat, mezarlık ziyareti ve kara bayram'dır.

2.7.3.1. Üçüncü Günü

Ölünün vefatının üçüncü günü (siye miriye) mevlid okunur. Vefatının yedinci günü ölünün evi ziyaret edilerek, orada Kur'an'ı Kerim okunur daha sonra dua edilerek ölünün mezarına ziyaret yapılır. Mezarlık ziyaretinde şeker, lokum, bisküvü, meyve suyu gibi şeyler dağıtılır (KK-14).

2.7.3.2. Kırkinci Günü

Vefatının kırkinci günü (çilli miriye) ise, o güne kadar okunan hatimler teslim edilir, “yedi bin defa la ilahe illallah ve on dört bin defa da Allah” diyerek zikir yapılır. Daha sonra gelen misafirlere yemek pide, lahmacun, ayran, salata ikram edilir (KK-68, KK-79).

2.7.3.4. İskat

Ölen kişinin ailesi tarafından oruç ve namaz borçlarına karşılık ihtiyaç sahibi kimselere verilmesi gereken para veya buğdaya iskat denilmektedir. Cenaze kalktıktan sonra taziyenin üçüncü günü ölen kişinin iskati hesaplanır. Bu hesaplama yaşına, hasta olduğu ve yaşadığı sürede yerine getiremediği ibadetlerin vakit ve gününe göre yapılır.

İskatı verilmeyen kişinin mezarında rahat etmeyeceği inancı hâkimdir bu yüzden ölen kişinin iskati hızlı bir şekilde verilmeye çalışılmaktadır. Aynı zamanda bazı kişiler, ölmeden önce vasiyet yoluyla da iskatin ne olduğu ve ne kadar olacağı not alarak yakınlarına vermektedir. İskatın yanında ölen kişinin borcu varsa o da belirlenip bir an önce verilmektedir (KK-93, KK-117). Buradaki amaç, kul hakkının ölen kişinin üzerinde kalmamasını sağlamaktır. Muş'ta genellikle ebeveynlerin ölmeden önce çocuklarına vasiyet yoluyla hayırlarını vermelerini istemektedirler. Bunlar genellikle kurban kesip dağıtmak ve fakir fukarayı doyurmak şeklinde olmaktadır (KK-57, KK-137, KK-148).

2.7.3.5. Mezarlık Ziyareti

Mezarlık ziyaretleri ilk zamanlarda sık yapılan bir uygulama iken, yıllar geçtikçe azalmaktadır. Muş'ta her perşembe akşamı (cuma akşamı diye bilinir) mezarlıklar ziyaret edilip lokum, şeker, gofret, bisküvi vb. şeyler götürülerek çocuklara dağıtılır ve mezarlıklarda yâsin sûresi okunarak ölen kişiye dâa edilir. Bunun yanında ârefe günü de bu uygulama gerçekleşmektedir. Mezarlıktan dönüşte çocuklara şeker, kurabiye, lokum, bisküvü dağıtılmaktadır. Bayram sabahı ise, bayram namazından sonra mezarlık ziyareti yapıp evlere dönülür (KK-54, KK-76).

2.7.3.6. Kara Bayram

Kara bayram (ıdiya şini), yasın bittiğini gösteren son uygulamadır. Ölen kişinin, ölümünden sonraki ilk bayramda bütün yakınlar ölünün evine gelerek yası bir daha yaşarlar. Kara bayrama kadar aile bireyleri yası yaşamaktadır. Yani kara bayram ile birlikte yasları da sona ermektedir. Kara bayramda misafirler ölünün ruhuna Fatıha okuyup bayram şekerlerini alarak evlerine dönerler (KK-29, KK-30).

2.8. Kandiller

Geçmişten günümüze kadar varlığının devam ettiren Regaip, Mevlit, Berat, Miraç kandilleri ve Kadir gecesi gibi kutsal günlerde ibadet edilerek mevlit okunur. Bu hayırlı günlerde yemekler yapılmakta çeşitli yiyecekler çocuklara ve komşulara dağıtılmaktadır. Muş'ta mezarlık ziyareti yapılır. Mezarlıkta ve mahalle aralarındaki çocuklara şeker, lokum, gofret, bisküvü vb. dağıtılmaktadır. Kur'an-ı Kerim ve mevlit okunarak dâa edilir (KK-16, KK-51). Kandil günü selamlaşma çok önemlidir. Çünkü kandil günü selam veren, dünyadaki bütün müslümanlara selam vermiş olur. Akşam camiye gidilerek ibadet edilir, Cami kapısının önünde biri bekleyerek içeri girip çıkanlara lokum, şeker, meyve suyu vb. çeşitli ikramlar verir. Camide kalmak isteyenler sabah namazına kadar ibadet ederler. Aynı zamanda kandil günü ihtiyaç sahiplerine sadaka verilerek durumu olmayan komşulara yemek dağıtılır (KK-2, KK-13).

2.9. Aşûre Günü

İslam dininde aşûre büyük bir öneme sahiptir. Paylaşmanın, bereketin, bolluğun sembolü olan aşûre geçmişten günümüze kadar varlığını devam ettirmektedir. Yörede konu komşu, eş dost ve akrabaya imkanı olanlar aşûre yaparak dağıtır (KK-71).

2.10. Sahur Sofrası

Ramazan ayının en önemli ve heyecan verici bölümü Ramazan hazırlıkları oluşturur. Sahur ve iftar için alışverişler yapılır. Muş'ta sahur (başiv) genellikle kahvaltılıklardan oluşmaktadır. Bunlar genellikle; menemen, peynir, domates, biber kızartması, yumurta, mırtoğe, güllük gözlemesi, börek, poğaça vb. örnekler verilebilir. İçecekler arasında çay, süt, hoşaf bulunmaktadır. (KK-78, KK-103, KK-137).

2.11. İftar Sofrası

Yöre halkı tarafından iftar sofrası "fetar" olarak adlandırılmaktadır. On bir ayın sultanı olan Ramazan ayı eş dost, akraba, komşu, zengin ve fakir birçok insanı bir araya getirmektedir. İftar davetleri genellikle ilk önce akrabalarından başlanır sonra yakın komşular, meslektaşlar, aynı kurumlarda kalanlar, yoksullar çağrılmaktadır. İftar sofrasında yemek çeşidi çok fazla yapılmaktadır. Bunlar: köfte, kılçıklı dolma, hindi kızartması (şami kızartması, el elok kızartması), kavurma, lahmacun, pide, tavuk yemekleri, sebze yemekler, etli yemekler, salatalar, içecekler vb. örnek verilebilir.

2.12. Ramazan Bayramı

Bayramın birinci günü diğer günlere göre daha yoğun geçer. Bayrama bir gün kala yöre halkı büyük bir heyecanla hazırlık yaparken, alışveriş yapılarak başta çocuklar olmak üzere bayramlık elbise, ayakkabı vs. satın alınır. Durumu olmayan dost, akraba, komşu çocuklarına da bayramlıklar alınmaktadır.

Bir gün önceden bayramın sütlacı, köftesi, dolması, kadayıfı, baklavası, böreği yapılır. Gelen misafirlere ilk önce yemek ikram edilir, daha sonra şeker, kola, tatlı çeşitleri ikram edilmektedir. Muş'ta Ramazan bayramında genellikle sabah erkekler ve çocuklar akşam ise kadınlar bayram ziyaretine giderler. Aynı zamanda nişanlı kıza şeker, altın ve bayramlık kıyafet alınır. Kız da oğlana şeker ve lokum gönderir (KK-15, KK-26, KK-61).

2.13. Kurban Bayramı

Ramazan bayramında yapılan hazırlıklar ve aynı ikramlar yapılır. Kurban bayramında kurbanlar kesilerek konu komşuya, yetime, kimsesizlere dağıtılır.

Kurban bayramında hazırlanan yemekler daha çok etli yemeklerdir. Kavurma (qeli), ciğer, güveç, sebze et, yahni, kelle paça, ve kurban bayramının vazgeçilmezi ciğer bez ızgarası (cergebêz) yapılmaktadır. Nişanlı kıza bir tepsi baklava, şeker, altın, baramlık kıyafet gönderilir, Kızda oğlana şeker gönderir (KK-13, KK-53).

2.14. Hacı Yemeği

Hacı adayı haca gitmeden önce komşu, akraba, eş ve dosttan helallik ister. Hac ziyaretine gelenlere tesbih, çeşitli aksesuarlar verilerek zenzem ve hurma ikram edilir. Hacdən gelen kişi kendisini ziyarete gelenlere aynı zamanda yemek verir. Bunlar genellikle; kavurma (qeli), pilav, salata, ayran, cacık, gırar vb. yemekler vermektedir (KK-81, KK-96).

2.15. Hafızlık Yemeği

Hafız yemeği, hafız olan kişinin imkânlarına göre ikramda bulunur. Bir gün önceden konu komşu ve akrabalar davet edilir. Daha sonra hatim duası yapılarak sofraya kurulur. Yemek yenildikten sonra çay verilir. Şerbet ikram edilerek bitirilir (KK-81).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. MUŞ YEMEKLERİNİN YAPILIŞI VE KULLANIM MALZEMELERİ

Hayatın en önemli öğelerinden biri de yemek kültürüdür. Türk kültüründe yemek çok yönlüdür. Her bölgenin beslenme alışkanlığında geçmişe ait kültürel izler yer almaktadır.

“İnsanoğlunun en temel gereksinimi ve en büyük zevklerinden biri olarak nitelendirilen yeme içme, kültürel şekillenmesinden ekonomik yapıya, sosyolojik açılımlardan politik olaylara kadar yaşamın her alanında tarih boyunca önemli bir olgu olarak kabul görmüş ve statü göstergesi olarak değerlendirilmiştir.” (Özbay, 2017: 1). Yemek, sadece karın doyurma beslenme ihtiyacını gidermek değildir. Yemek paylaşmaktır, sohbetir bir arada bulunmaktır. Mutfak ise, hem sohbet hem de vakit geçirme alanıdır.

Türk mutfağı, yemek çeşitleri, pişirme şekilleri, sofraya düzenleri, servis usulleri, kış için hazırlanan yiyecekleriyle kendine özel bir üslup yaratmıştır (Halıcı, 2008: 283). Yemekler bütün kültürlerde olduğu gibi Türk kültüründe de vazgeçilmez ve kendine özgü bir mutfak edinmiştir.

“İnsan ilk dönemlerinde avcılık, toplayıcılık yapmışsa da belirli evrim bir sonucu hayvanları evcilleştirmeyi, yabancı bitkileri yetiştirmeyi başarmıştır. Ateşin bulunmasıyla üretim biçiminde büyük bir değişim olmuş, buna bağlı olarak yemek türleri ve pişirme biçimleri sürekli gelişmiştir.” (Artun, 2008: 425). Ateşin bulunması ile değişik türde yiyecekler bir araya gelerek yeni lezzetlerin ortaya çıkmasını ve araç gereçlerin yapımında demirin şekillenmesi sağlamıştır.

İnsanoğlunun varoluşundan bu yana, hayatını devam ettirecek temel gereksinimler için devamlı mücadele etmiştir. İnsanlar bu uğraşın bir sonucu olarak tarihi süreç içinde, genelin yararını gözetken çeşitli icatlara ve yeniliklere imza attı (İris, 2011: 183).

“Eski Türklerin yetiştirip yedikleri hayvanların başında koyun keçi ve sığır gelirdi. Bu hayvanların etlerinin yanı sıra sütlerinden yararlandılar. Etler tandır adı verilen toprak kuyuda veya ateş üstünde pişirilirdi. Ayrıca sonbaharda kestikleri hayvanları yağı ile birlikte pişirirlerdi.” (Artun, 2008: 425). Yiyecek ve içeceklerin yapılması, hazırlanması, pişirilmesi, servis edilmesi, yiyeceklerin muhafaza edilmesi, mutfakların mimarisi insanoğlu için büyük bir buluştur. Ateşin bulunması ile çiğ yapılan yemekten pişmiş yemeğe geçilmesi yemeğin daha lezzetli hale getirmiştir.

Kültürel değişim ve gelişime bağlı olarak toplumsal yaşamdaki değişimlerin yemek kültürünü de etkilemesi kaçınılmazdır. Türkiye coğrafyasındaki farklı iklim kuşakları aynı olsa da yöre mutfaklarının farklılaşmasına neden olmuştur (Artun, 2008: 427). Toprağın yapısı, iklimi, coğrafi konumu, inançları ve âdetleri, dini inanışları gastronomi kültürünün değişmesinde önemli bir yere sahiptir. Türkiye, zengin tarihi ve kültür birikimiyle gastronominin yaşatıldığı bir bölgedir. Birçok farklı ve lezzetli yemeğe sahip olan Türk mutfağı kendine has tatlarıyla adından söz ettirmektedir.

“İnsanoğlunun nesilden nesile aktarılan kavrayışları ve yaşamını şekillendirmek için gerçekleştirdiği uygulamaların geleneksel formları, avcılık, tarım, el aletlerinin, silahların ve diğer insan ürünü olan eşyanın üretimi, tedavi, sezgi, ve bunun gibi daha birçok etkinliği kapsar. Bu kavrayışların ve becerilerin sık sık “halk bilgisi” veya “bilim öncesi bilgi” olarak adlandırılan geleneksel formları, genellikle son derece ayrıntılı deneme-yanılma yoluyla ulaşılan bilgilerin birikimi üzerinde temellenir.” (Beardswort- Keil 2011: 213).

“Yiyecekler, herhangi bir kültürün vazgeçilmez öğelerindendir. Yiyecekler ve içecekler, olarak ifade ettiğimiz yemek, bir kültürün maddî ögesidir. Bu öğe, her kültürde olduğu gibi temel

bir ögedir. Kültürel Antropolojide fonksiyonalist kuramın kurucusu olan İngiliz Antropolog Bronislaw Malinowski'ye göre kültürde bulunan her ögenin belli bir fonksiyonu vardır. Yâni kültürdeki her öge, bireylerin belli bir gereksinimi karşılar. Yiyecekler de bir kültürde insanların çeşitli gereksinimlerini karşılayan araçlardır. Malinowski, yiyecek ve yemek kültürüyle özellikle ilgilenmiştir. Yiyeceklerin çevreden edinilmesi ve toplumda dağıtımı, Malinowski'nin ilgi alanını oluşturmuştur."(Tezcan, 2000: 15). İnsanoğlunun temel gereksinimlerinden biri olan beslenme, yaşamın vazgeçilmez unsurlarından biridir.

"Yemek ve yemek sosyolojisinin en temel odağı hazırlama ve tüketim sürecidir."(Goody, 2013: 84). Yemek kültürü insanoğlunun doğumundan bu yana var olan bir olgudur. İnsanlar birbirlerinin yemeklerini yiyerek etkilenmişlerdir. Aynı zamanda bu kültürler arasında geçişler olmasına zemin hazırlamıştır.

Muş mutfak kültürünü belirleyen Muş'un iklimi, coğrafyası ve toprağı gelir. Muş'un dağlık ve düzlüklerden oluşan bir coğrafyaya sahip olması Muş'ta sayısız bitki ve hayvan türlerinin yetişmesine olanak sağlamıştır. Muş'un temel besin maddeleri tahıllar, hayvan ürünleri ve yabani bitkilerdir.

Anadolu'nun birçok bölgesinde olduğu gibi Muş'ta coğrafi konumu tarihiyle, kültürel zenginliklerinin yanında mutfağıyla da geçmişle bağını devam ettirmektedir. Muş mutfağı, bölgenin tarihi, coğrafi konumu, iklimi ve zenginliklerinden etkilenmiştir. Muş'ta doğal ortamlarda yetişen yabani bitkiler yemeklere lezzet katıp aynı zamanda baharat olarak kullanılmaktadır. Alıç (cev zerık, gıvıj), çiriş, pelsing, kaz ayağı, (bebuge gaze), dağ kekiğı (cehtiri), dağ teresi (kersim), ebegümeci (dolık), gül hatmi çiçeğı (hîro), yabani havuç (gızer), üzerlik (helizerk), yılan yastığı (kari), çoban çantası (nane civik), semizotu (parpar), orman maydanozu (mendo) yayla sarımsağı (sîrim), doğu soğanı (soraz) gibi bitkiler ilkbahar mevsiminde yetişip halk bu şifalı bitkilerden yararlanmıştır.

Muş halkı kendi damak zevklerine uygun Muş mutfağını oluşturmuştur. Muş mutfağının yemekleri etli, sebzeli yemekler, hamurlu yiyecekler, yabani otlardır. Muş mutfağında tat ve koku verici baharatlar çok önemli bir yere sahiptir. Kuru reyhan, pul biber, karabiber, nane, yabani nane (punk), dağ kekiğı (cehtiri) sıralanabilir.

Özel günlerde hamur ürünleri ve et en fazla kullanılan malzemelerin başında gelir. Her mevsim tandırda vurulan, Muş ekmeğı, Muş çöreğı pişirilmektedir. Koyun ve keçi etinden yapılan kavurma, hafta direğı, köfte, kılçıklı dolma özel günlerin vazgeçilmez yemeklerindendir.

Aynı zamanda meyve ve bitkilerden yeni yemek türleri ortaya çıkarılmıştır. Muş mutfağı yeniliklere ve yeni yemeklere müsait bir mutfak kültürüne sahiptir.

Muş'ta çok eski devirlerden beri bahçe-bostan tarımı geliştiğı için domates, salatalık, yeşil fasulye, kabak, domates, maydanoz vb. sebzelerin üretimi çok eskiden beri mevcuttur.

Yöre halkı hayvancılıkta daha çok koyun, keçi, inek besler. Aynı zamanda yöre halkı şehirde ve köylerde kaz, horoz, tavuk vs. kümes hayvanları besler. Kümes hayvanlarının etinin yanında yumurtalarından da yararlanırlar. Arıcılıkta oldukça yaygındır. Arı balı hem ticarete hem de kahvaltılarda tüketilmektedir.

Hemen hemen her devirde Muş mutfağının vazgeçilmez geleneksel yemeklerinin başında hamurdan hazırlanan yemekler gelir. Muş mutfağı denilince ilk akla gelen, yemeklerden biri Muş köftesidir. Köfte bayramlarda, düğünlerde, ramazan aylarında, davetlerde, özel misafirlere ikram edilen yemeklerden biridir.

Muş mutfağının temel malzemeleri arasında dövülmüş buğdaydır. Dövülmüş buğdaydan yapılan çorti Muş mutfağının en eski yemeklerinden biridir. Çortinin asıl malzemesi öğütülmüş bulgurlu et ve lahanadır. Çortinin birden fazla yapılış şekli vardır. Tercihe göre soğanlı, sarımsaklı, etli yapılmaktadır.

Yöre halkının severek yediği ve misafirlere ikram edilen yemeklerden biri de grardır. Grar yoğurt, buğday, nane, sakız otundan yapılan bir çeşit çorbadır.

Muş yemekleri arasında tahıl ürünlerinden, bulgur ve pilav çeşitleri yer almaktadır. Özellikle Muş yemeklerinin temel malzemelerinden biri olan öğütülmüş buğday (dan) ve öğütülmüş bulgur (savar) çok eskilere dayanmaktadır.

Muş yemekleri arasında ekmekler ve çörekler önemli bir yere sahiptir. Bunların başında her öğün yenilen ve her türlü yemeğin yanında tüketilen ekmek gelir. Ekmek her kültürde olduğu gibi yöre halkında kutsal bir yiyecektir. Ekmek arpadan ve esmer buğday unundan pişirilmektedir. Ekmekler dışında çörekler, yağlı ekmek (nane rune), tep tep ekmeği, tandırda klorik (kloriki tennur), tandırda çocuk kloriki (kloriki zaruka), tava ekmeği (nane tave), güllük gözleme vs. yapılmaktadır. Bunlar tavada, fırında, köz altında vs. pişirilmektedir.

Yöre halkının sevdiği hamurlu yiyeceklerden biride kaz lokmasıdır. Arzuya göre şerbetli veya şerbetsiz yapılmaktadır. Kulak memesinde olan hamur kaşık kaşık alınarak tavada kızartılır. Kahvaltılarda veya ikinci çayında tüketilmektedir.

Pastalar, börekler, tatlılar Muş mutfağında özel bir yeri vardır. Mayalı, mayasız, cıvık hamurlu, katı hamurla pişirilen pastalar bulunmaktadır. Aynı zamanda sütlü ve sütsüz yapılanlarda mevcuttur. Muşlular arasında pastaya "şiruni, beng çay, çaye xeşe" adıyla anılmaktadır. Çayın yanında pastalar ve tatlılar arasında en önemlileri ısırgan otu pastası ve helvadır.

Muş yemekleri arasında çorbaların özel bir yeri vardır. Yemeklerin yanında çorba vazgeçilmezdir. Misafirlere özel çorbalar mutlaka yapılır. Yöre halkı çorbaların içine yabani nane, nane, kara biber, pul biber katarlar. İlkbahar mevsiminde genellikle yabani bitkilerden çorba yapılmaktadır. Yöre halkının severek içtiği başlıca çorbalar arasında grar, ısırgan otu çorbası (gezgezk çorbası), çorti çorbası, kemik çorbası, soğan (pivâz çorbası) çorbası, un (ar çorbası) çorbası, avsira toraki, çökelekli keledoş (toraxlı keledoş) vardır.

Et yemekleri tavuk, hindi, kaz, koyun, keçi ve dana etlerinden taze yapıldığı gibi kış içinde tuzlanıp kurutulmuş etlerden de yemek yapılmaktadır. Aynı zamanda balıktan da çeşitli yemekler yapılmaktadır. Balık menemeni, balık kızartma, balık çorba, tandırda balık çeşitli şekilde pişirilerek yeni lezzetler ortaya çıkarılmıştır. Fırında, tandırda, ocakta çeşitli pişirme yöntemleri kullanılmaktadır.

Muşluların severek tükettikleri bitkilerin başında çiriş otu gelmektedir. Haşlaması, çorbası, gözlemesi yapılmaktadır. Çiriş aynı zamanda gurbette olanlara gönderilmektedir.

Pastalar ve tatlılar buğday, esmer buğday ve arpa unundan hazırlanır. Pastalarda ve tatlılarda un, yumurta, şeker, yağ, süt, kabartma tozu ve üzerine kuru üzüm, ceviz, fındık, fıstık lezzet verme açısından tatlandırıcılar kullanılır.

Hoşaf, meyve suyu, ayran (dew), şerbet, yağlı ayran (gemdew) gibi soğuk içeceklerin yanında çayın özel bir yeri vardır. Çay Muşluların en sevdiği içecektir. Yöre halkı çayı özellikle yaz kış limonla birlikte içerler.

Benzer yöntemlerle yapılan pestil Muş geleneksel mutfak kültüründe ‘‘bastık’’ olarak adlandırılmaktadır.

Av hayvanlarından balık, keklik, tavşan, kirpi, avlanmaktadır. Tavşan, bildircin, keklik haşlatılarak kızartılır. Kirpi şeker hastalığına iyi geldiği inancı hâkim olduğu için genellikle tedavi amaçlı tüketilmektedir. Balık özellikle mevsimsel olarak Murat, Karasu ve Mercimek Kale barajından tutulmaktadır. Balıklar yağda kızartılarak, menemeni, çorbası ve mangalı yapılarak yenilmektedir. Aynı zamanda Muş’un Varto ilçesinde alabalık tesisleri mevcuttur.

Yemeklere tat ve koku vermesi için pul biber, nane, kuru reyhan (rihan), kekik (giyaye gev), karabiber, pıltan, yabani nane (punk), kimyon kullanılmaktadır.

Yörede bol miktarda ceviz ve üzüm yetişmektedir. Muş cevizi oldukça lezzetlidir. Cevizin ıslak haline ‘‘cevtli guz’’ denir. Ceviz henüz yeşil kabuklu yani içinin beyaz olarak tüketildiği gibi kabuğu soyularakta yenilmektedir. Cevizi kırmak için ceviz taşı (geviri guza) ve içini ezmek için coni kullanılmaktadır. Ceviz içine ‘‘kakıl’’ denmektedir. Ceviz içi pastalarda, tatlılarda, kuru üzümle tüketildiği gibi bastık ve şaran yapımında da kullanılmaktadır.

Yörede üzümün birçok türleri yetişmektedir. Şire üzümü, sert üzüm, bağ üzümü olmak üzere üç çeşit üzüm yetişmektedir. Şire üzümü sulu büyük salkımlı, iri taneli ve oldukça tatlıdır. Sert üzüm, uzun taneli olup rengi açık yeşil ve ekşi bir üzümdür. Bağ üzümü ise, küçük taneli olup mor renkli tatlı üzümdür. Yöre halkı kış için üzümden bastık, şaran, kuru üzüm (mevij) yapmaktadır. Meyve kurutması (kax) olarak elma kurutması (bastıxê seva), erik (kaxê hılû), armut (kaxê hêrmiya), ayva (kaxê bivok) dut (frikê tîya), böğürtlen (dırneşk), şeftali (kaxê xox) kurutulur. Kuru olarak tüketildiği gibi aynı zamanda hoşafı da yapılmaktadır.

Etlerden kış için kelle paça (ser u pepik) ve kavurma (qeli) yapılmaktadır. Kelle paça sonbahar mevsiminde alınarak temizlenir. Daha sonra poşetlere bırakılarak derin dondurucularda muhafaza edilir. Pişirilmek istendiği zaman derin donduruculardan çıkarılarak çözünmeye bırakılır. Kavurma ise et kemiğinden iyice sıyrılıp orta ateşte pişirilerek küplere doldurulur. Üzerine kuyruk yağı dökülerek kapağı iyice kapatılır. Soğuk ortamlarda muhafaza edilerek kışın kahvaltıda veya yemekte ısıtılarak tüketilir.

Muş’ta sabah altlığı, kahvaltı, öğlen, akşam, ve gece yemeği olmak üzere beş öğün yemek yapılmaktadır. Sabah altlığı ve öğlen için genellikle özel yemek yapılmaz. Sabah altlığında yoğurt ekmek veya çökelekli keledoş yenir. Öğlen için ise akşamdan kalma yemek veya basit sebze yemeği yapılır. Akşam ailenin maddi durumuna veya misafir gelip gelmemesine göre yemek yapılmaktadır. Yatılık yemeği, özel bir misafir geldiğinde mutlaka uyumadan önce akşamdan kalan yemek veya kahvaltılık verilir.

Muş mutfak kültüründe yoğurdun özel bir yeri vardır. Birçok yemek yoğurtla yenir. Yoğurtlu hışmık, anlık dolması, şelim yaprağı dolması, xangel, Muş mantısı (qebın) yoğurttan yapılan yemeklerdir. Yemekler taze et ile yapılmaktadır. Günümüzde birçok kasapta taze et bulunmaktadır.

Muş’ta evlilik düşünen genç kızların ev temizliği, el becerileri, maharetleri yanında hazırladıkları yemeklerin lezzeti ve sunumuna önem verilmektedir.

Muş’un geleneksel mutfak kültüründe unutulmaya yüz tutmuş yemeklerin başında ateş altında yapılan yemekler, kurutulmuş etler ve bağırsaklar gelmektedir.

Muş’ta yemek çeşitlerinin çok olmasının nedenlerinden biri de yapılış yöntemlerinin ve kullanılan araç gereçlerin çok olmasındandır.

Yörede süttten yapılan en eski ve yemeklere lezzet katan yiyeceklerden biri de çortandır. Tereyağı, çökelek, peynir genellikle ilkbahar ayında yapılır. Yapılış zamanından sonbahar ayına kadar satışları mevcuttur. Sebzelerin ve meyvelerin bol olduğu zamanda turşular, çortiler, pırvazlar, yapılarak ilkbahar ayında otlar kurutulur.

Yazın ve sonbaharda biber, patlıcan, domates, kabak, yeşil fasulye kurutulduğu gibi erik reçeli, vişne reçeli, aluç reçeli, kuş burnu (şilang) reçeli meyvelerin mevsimine göre reçeli yapılır. Buğday (dan) dövülerek çekilir, daha sonra çeşitlerine ayrılarak unluk olanlar yıkanarak güneşte kurutulur. Kuruyan danlar makinadan geçirilerek torbalara doldurulur. Ambarın içinde veya temiz yüksek bir yerde muhafaza edilir.

Yemeklerde kullanılan yağa çok önem verilir. Hayvansal ürünlerden elde edilen yağlardan tereyağ, meşk yağı, çık yağı ve sade yağ kullanılır.

Muş'un bazı geleneksel yemekleri ilçeden ilçeye köyden köye farklılık göstermektedir.

Bulgur öğütülürken ‘‘yemeklik, dolmalık, köftelik’’ olarak ince ve kalın bulgur olarak ayrılmaktadır. Bulgurdan yapılan özel yemekler şille, gevol, xaşil, leppe ve nohutlu pilavdır.

Eskiden kullanılan ‘‘destar, buğday öğütme taşı, kıyma makinası’’ yerine günümüzdeki elektrikli araç gereçlere bırakmıştır. Bunlar insan yaşamını kolaylaştıran etkenlerdendir.

Genellikle genç kızlar yemek yapmayı, sofra kurmayı, pişirme yöntemlerini annelerinden öğrenirler. Yörede yemek yapmayı meslek edinmiş kişiler vardır. Bunlar özel günlerde bayramlarda, doğumlarda, törenlerde yemeği güzel yapan kişiler, akrabalarına dostlarına konu komşuya yemeğin yapımında yardımcı olur

Muş'ta iklimin, toprağın sebze yetiştirmeye müsait olması nedeniyle birçok sebze yetiştirmektedir. Domates (balicani sor), salatalık (hıyar), biber (isot), lahana (kelem), Patlıcan (balicane reş, mor), kabak (kundır), fasulye (pekle), soğan (pivaz), acur (hırtık ğırtık) yetişmektedir. Ispanak, havuç, pırasa, brokoli, karnabahar, şehir dışından getirilmektedir.

3.1. Çorbalar

3.1.1. Çökelek Çorbası

Malzemeler:

1 baş kuru soğan

1 demet maydanoz

1 çay bardağı yağ

500 gr çökelek

1 yemek kaşığı salça

5 su bardağı su (arzuya göre sıvı yağ veya 2 kaşık tereyağı).

Yapılışı: Bir baş soğan ince ince doğranır. Bir tencerede sararıncaya kadar yağda kavrulur. Üzerine salça eklenerek kavurmaya devam edilir. Sırasıyla su, çökelek tuz ilave edilir. Çorba kaynama aşamasına gelinceye kadar karıştırılır. Çorba piştikten sonra üzerine pul biber serpilerek servis yapılır (KK-4, KK-11, KK-65).

3.1.2. Güllük Çorbası

Malzemeler:

250 gr güllük

2 su bardağı öğütülmüş bulgur

6 su bardağı su

3 yemek kaşığı yağ

2 yemek kaşığı salça

Yapılışı: Bir tencerede yağ ve salça kavrulur. Önceden ayıklanıp yıkadığımız güllükleri ince dilimler halinde kesip üzerine su eklenerek yarım saat kaynatılır. Kaynamakta olan güllüğün üzerine öğütülmüş bulgur ilave edilir. Öğütülmüş bulgur, hafif ateşte pişirilmeye bırakılır. Piştikten sonra sıcak servis edilir (KK-8, KK-14, KK-54, KK- 67).

3.1.3. Kuru Domates Çorbası

Malzemeler:

300 gr kuru domates

2 çorba kaşığı salça

2 yemek kaşığı yağ

5 su bardağı su

1 baş soğan

Yapılışı: Bir tencere içinde ince ince doğranan soğanlarla birlikte yağ ve salça kavrulur. Suda bekletilen kuru domatesler ufak ufak doğranarak suyla birlikte ilave edilir. Servis kâselerine boşaltılarak üzerine kızdırılmış yağ dökülür. Karabiber serpilerek servis yapılır (KK-6, KK-10).

3.1.4. Domates Çorbası

Malzemeler:

6 adet domates

1 su bardağı un

1 baş soğan

Yarım demet maydanoz

3 çorba kaşığı yağ

Kâfi miktarda tuz, karabiber, nane

Yapılışı: Bir tencerede ufak ufak doğranan soğanlar sararınca kadar kavrulur. Su ve un ilave edilerek sürekli karıştırılır. Yıkanmış domatesler soyularak süzgeçten geçirilerek maydanozla birlikte tencereye atılır. Kaynayınca kadar karıştırılır. Piştikten sonra kâselere doldurularak sıcak servis yapılır (KK-21, KK- 53, KK-61).

3.1.5. Çorti Çorbası**Malzemeler:**

200 gr çorti

1 baş soğan

1 yemek kaşığı salça

Yarım demet maydanoz

6 su bardağı su

Bir tutam tuz

Baharat olarak (karabiber, nane, kurutulmuş reyhan)

Yapılışı: İnce ince doğranan soğanlar yağda kavrulur. Soğan kavrulduktan sonra salça ve su ilave edilir. Kışın hazırlanan çorti ufak ufak doğranır ve tencereye boşaltılarak kaynamaya bırakılır. Kaynamakta olan çorbaya karabiber, nane eklenir. Arzuya göre kızdırılmış tereyağı ilave edilebilir. Üzerine kuru nane serpilerek servis yapılır (KK-2, KK-17).

3.1.6. Soğan Çorbası**Malzemeler:**

3 baş soğan
3 yemek kaşığı yağ
6 su bardağı su
Bir tutam tuz ve karabiber
2 yemek kaşığı salça

Yapılışı: Halka şeklinde kesilen soğan, yağ ve salça ile birlikte hafifçe kavrulur. Su yavaş yavaş ilave edilerek unun topaklanmaması için sürekli karıştırılır. Soğanlar pişinceye kadar kaynatılır daha sonra tabaklara doldurularak servis yapılır (KK-16, KK-43).

3.1.7. Yoğurt Çorbası

Malzemeler:

2 su bardağı pirinç
2 yumurta
250 gr yoğurt
2 su bardağı su
3 yemek kaşığı yağ
Kâfi miktarda tuz, nane, pul biber

Yapılışı: Pirinç ayıklanıp yıkanır. Altı bardak su ile birlikte yumuşayıncaya kadar kaynatılır. Farklı bir leğende üç yumurta, yoğurt, tuz, kaşık veya tel çırpıcı ile çırgılır. Bu karışım ilave edilerek kısık ateşte kaynatılır. İsteğe göre kızdırılmış yağ ve pul biber üzerine serpilerek servis yapılır (KK-7, KK-24, KK-30).

3.1.8. Havuç Çorbası

Malzemeler:

3 adet havuç
1 yumurta
Yarım demet maydanoz

3 kaşık un
4 bardak su
3 kaşık yağ
1 kâse pirinç
5 su bardağı yoğurt

Yapılışı: Pirinç ayıklanarak yıkanır. Bir tencerede su kaynatılır. Pirinçler kaynayan suyun içine boşaltılarak pişirilir. Diğer taraftan yoğurt ve yumurta farklı bir tencerede kaşık ile çırpılır. Pirinç kaynamakta iken üstü soyulmuş havuçlar ufak ufak doğranarak ilave edilir. 5 dakika kaynadıktan sonra yoğurt, yumurta karışımı, tuz ve maydanoz katılmalı daha sonra kaynamaya bırakılmalıdır. Piştikten sonra sıcak servis yapılır (KK-1, KK-15, KK-23).

3.1.9. Kırmızı Mercimek Çorbası

Malzemeler:

200 gr mercimek
3 yemek kaşığı yağ
2 yemek kaşığı salça
Nane
Pul biber
1 baş soğan
1 adet patates
Arzuya göre kemik veya kemik suyu

Yapılışı: Mercimek ayıklanıp yıkanır. Daha sonra bir tencereye mercimek ve yağ alınarak iki dakika kavrulur. Su, salça, pul biber ilave edilerek karıştırılır. Bir baş soğan ve patates dörde bölünüp ilave edilir. Kemik veya kemik suyu arzuya göre içine atılır. Kısık ateşte mercimek taneleri ezilinceye kadar pişirilir. Tel çırpıcı ile karıştırılır. Tekrar ateşe oturturulur. 20 dakika kaynadıktan sonra Arzuya göre limon suyu, pul biber, nane konur. Sıcak sıcak servis yapılır (KK-98, KK-101, KK-120).

3.1.10. Tavuklu Şehriye Çorbası

Malzemeler:

- 1 ay bardağı şehriye
- 3 yemek kaşığı yağ
- 2 yemek kaşığı salça
- Yarım demet maydanoz veya kuru maydanoz
- Kâfi miktarda tuz, nane

Yapılışı: Tel şehriye kırılarak tencerede iyice salçayla kavrulur. Kavrulan şehriye üzerine altı bardak su ilave edilerek güzelce karıştırılır. Tel şehriye yumuşayınca kadar kaynamaya devam edilir. Daha sonra küp şeklinde doğranan tavuklar şehriye üzerine konur. Öte taraftan küp şeklinde doğranmış tavuk haşlamaya bırakılır. Tel şehriye üzerine eklenerek 10 dakika pişirmeye bırakılır. Piştikten sonra nane, pul biber, maydanoz ilave edilir (KK-32, KK-90, KK-101, KK-123).

3.1.11. Bulgur orbası

Malzemeler:

- 2 su bardağı yoğurt
- 2 su bardağı öğütölmüş buğday
- 3 kaşık tereyağı
- 5 bardak su
- Kâfi miktarda tuz ve kuru nane.

Yapılışı: Öğütölmüş buğday, ayıklanıp yıkanır. Bir tencereye beş bardak su ilave edilerek öğütölmüş buğday pişirilir. İki bardak yoğurt eklenerek kaynamaya bırakılır. Yumurta, tuz ve nane üzerine serpilerek karıştırılır. 10 dakika kaynatılarak servis yapılır (KK-17).

3.1.12. Un orbası

Malzemeler:

- 1 su bardağı un
- 2 yemek kaşığı yağ
- 6 su bardağı su

Üzerine: 4 kaşık tereyağı, yarım kaşık pul biber.

Yapılışı: Bir tencereye üç kaşık yağ ile un alınarak karıştırılır rengi koyulaşınca kadar kavrulur. Su yavaş yavaş ilave edilerek karıştırma işlemi devam edilir. Diğer taraftan farklı bir tencerede yağla pul biber kızartılır. Çorba piştikten sonra kâselere doldurularak ortası açılarak yağ ve pul biber dökülerek servis yapılır (KK-8, KK-10, KK-29).

3.1.13. Grar

Malzemeler:

1 su bardağı nohut

3 su bardağı yoğurt

1 kâse kengel

3 su bardağı buğday

Bir tutam yabani nane veya nane.

Yapılışı: Nohut, temizce yıkanıp süzgece bırakılır. İlk önce nohut tencereye konulur suyun içinde biraz pişirilir, piştikten sonra üzerine buğday ilave edilerek kaynamaya bırakılır. Yaklaşık bir saate yakın kaynadıktan sonra yoğurt üzerine eklenir. Daha sonra üzerine yabani nane ya da nane serpilir. Kâselere doldurularak servis yapılır. Arzuya göre soğuk veya sıcak tüketilebilir. (KK-4, KK-65, KK-77, KK-86).

3.1.14. Avsira Toraki

Malzemeler:

100 gr çökelek

1 yemek kaşığı salça veya bir adet domates

1 baş soğan

2 çorba kaşığı tereyağı

Bir tutam tuz ve pul biber

Yapılışı: 1 baş soğan küçük küçük doğranarak yağda kavrulur. Üzerine domates ya da salça ilave edilerek kısık ateşte kavrulmaya devam edilir daha sonra üzerine pul biber, çökelek ve bir miktar su eklenerek kaynatılmaya bırakılır. Kaynadıktan sonra daha önce hazırlanan ufak ufak doğranmış ekmeklerin üzerine boşaltılarak afiyetle yenilir (KK-12, KK-14).

3.1.15. Çökelekli Keledoş

Malzemeler:

3 su bardağı su

2 yemek kaşığı tereyağı

5 yemek kaşığı çökelek

Bir tutam tuz

Yapılışı: Küçük tencerede su kaynatılır. Daha sonra yeterli miktarda çökelek, yağ ve tuz ilave edilir. Kısık ateşte 15 dakika kaynatılır. Tabaklara daha önce hazırlanmış olan doğranmış ekmeklerin üzerine dökülerek sıcak servis edilir (KK-2, KK-17, KK-22).

3.1.16. Grare Dew

Malzemeler:

4 bardak yayık ayranı

2 su bardağı öğütülmüş buğday

1 adet yumurta

2 çorba kaşığı tereyağı

4 su bardağı su

Baharat olarak (nane)

Bir tutam tuz

Yapılışı: Öğütülmüş buğday suda iyice pişinceye kadar kaynatılır. Piştikten sonra yayık ayranı ve bir yumurta kırılarak ilave edilerek karıştırılır. İsteğe göre üzerine nane, reyhan vb. baharatlar tuzla birlikte ilave edilerek kaynamaya devam ettirilir. Sonra kâselere doldurularak sıcak servis yapılır. Arzuya göre yayık ayranı yerine tutulmuş yoğurtla da yapılabilir (KK-34, KK-42, KK-56).

3.1.17. Isırgan Otu Çorbası

Malzemeler:

1deste ısırgan otu
1,5 su bardağı bulgur
2 çorba kaşığı tereyağ
1 yemek kaşığı salça
3 su bardağı su
Bir tutam nane ve tuz

Yapılışı: Bulgur ayıklanıp yıkanır. Daha sonra bulgur yağda kavrularak üzerine kaynar su dökülür. 15 dakika kısık ateşte pişirilmeye bırakılır. Öte yandan ısırgan otu temizce yıkanır ve ufak doğranarak yağ ve salçayla birlikte ilave edilir. Bulgur pişinceye kadar kaynatılır. Çorba kıvamını tam aldıktan sonra üzerine nane serpilir. Kâselere doldurularak servis yapılır (KK-2, KK-16).

3.1.18. Mısırlı Grar

Malzemeler:

2 su bardağı haşlanmış mısır
3 su bardağı yoğurt
3 su bardağı buğday
Bir tutam kuru nane
2 adet salatalık

Yapılışı: Haşlanmış mısır temizce yıkanıp süzgece bırakılır. Süzildükten sonra mısır tencereye konulur suyun içinde biraz pişirilir, piştikten sonra üzerine buğday ilave edilir. Yaklaşık bir saate yakın kaynatılır. Daha sonra yoğurt üzerine ilave edilerek tekrar kaynamaya bırakılır. Piştikten sonra üzerine kuru nane serpilir. Kâselere doldurularak servis yapılır. Soğuk şekilde de tüketilebilir. Arzuya göre salatalık ufak ufak doğranıp grarla karıştırılarak tüketilebilir (KK-130- KK-134).

3.1.19. Ispanak Çorbası

Malzemeler:

500 gr ıspanak
3 yemek kaşığı yağ

5 su bardağı su

1 adet yumurta

Kâfi miktarda nane, karabiber ve tuz

Yapılışı: Ispanak yıkanıp süzgeçten geçirilerek incecik doğranır. Bir tencerede ıspanak 1-2 dakika kavrulur. Suyunu ekleyerek yumuşayınca kadar pişirilir. Öte yandan yumurta sarısı çırpılarak ilave edilir. Tuz, karabiber ve nane eklenerek sıcak servis yapılır (KK-89, KK-95).

3.1.20. Yılanyastığı Otu Çorbası

Malzemesi:

Kurutulmuş yılanyastığı otu

3 yemek kaşığı tereyağ

1 adet orta boy soğan

4 su bardağı su

1 tatlı kaşığı tuz

Yapılışı: Kurutulmuş yılanyastığı otu temizce yıkanır. Tencerenin içine konup yeterli miktarda su yağ ve tuz eklenerek kaynamaya bırakılır. Kaynadığı süre zarfında soğanlar küçük küçük doğranarak üzerine yağ ve tuz ilave edilir. Bir saate yakın kaynatılır. Piştikten sonra tabaklara doldurularak servis yapılır. Arzuya göre, sıcak veya soğuk servis yapılır (KK-107).

3.1.21. Doğu Soğanı Keledoşu

Malzemeler:

3 adet doğu soğanı kökü

2 adet yumurta

2 yemek kaşığı sıvı yağ

3 bardak su

1 tutam tuz

Yapılışı: Doğu soğanı bitkisinin yumru olan kökü ufak ufak doğranarak bir tencereye konur. Üzerine su ilave edilerek haşlatılır. Yağ yumurta ve tuz eklenerek kaynamaya bırakılır. Kâselere doldurularak sıcak sıcak içilir (KK-87).

3.1.22. Yayla Sarımsağı Keledoşu

Malzemeler:

Yarım demet yayla sarımsağı otu

2 adet yumurta

1 yemek kaşığı tereyağı

3 bardak su

Kâfi miktarda tuz

Yapılışı: Yayla sarımsağı otu ayıklanıp iyice yıkanır. Ufak ufak doğranarak bir tencereye konur. Üzerine su ilave edilerek haşlatılır. Yağ, yumurta ve tuz eklenerek kaynamaya bırakılır. Diğer taraftan doğranmış ekmeğin üzerine ilave edilerek sıcak sıcak yenilir (KK-4).

3.2. Etli Yemekler

3.2.1. Kaburga Dolması

Malzemeler:

Koyun kaburgası

3 su bardağı bulgur pilavı

2 çorba kaşığı tereyağ

Kâfi miktarda tuz

Baharat (kimyon, pul biber, nane, maydanoz)

Yapılışı: Bulgur pilavı ayrı bir tencerede pişirilir. Tam pişirilmeden yani biraz yumuşadıktan sonra üzerine baharatlar dökülerek karıştırılır. Kaburganın içine hafif pişmiş pilav doldurulur. Dikiş ipliyle etin kenarlarından pilavların çıkmayacağı şekilde dikilerek fırına atılır. Et iyice piştikten sonra dikilen yerlerin ipleri açılarak tepsiye bırakılır sofranın ortasına getirilerek afiyetle yenilir. Kaburga dolması yanında mutlaka mercimek çorbası da yapılır (KK- 123, KK-141).

3.2.2. Halise

Malzemeler:

5 su bardağı dövülmüş buğday

1 kg kırmızı et

1 su bardağı nohut

4 yemek kaşığı yağ

6 su bardağı su

1 tutam tuz

Yapılışı: Nohut temizce yıkanır süzgece bırakılır. Dövmüş buğday ve nohut tencereye doldurularak beraber kaynatılır. Bir süre kaynadıktan sonra et ve tuz ilave edilir et yumuşayınca kadar yani kemiklerinden sıyrılınca kadar karıştırılarak pişirmeye devam edilir. Piştiğinden emin olduktan sonra tabaklara doldurulur üzerine tereyağ eklenerek afiyetle yenilir (KK-67, KK-74).

3.2.3. Avşor

Malzemeler:

1 kg kuzu eti

250 gr patates

2 baş soğan

2 yemek kaşığı salça

Kâfi miktarda tuz

Yapılışı: Avşor kemikli kuzu etinden yapılır. Kuzu eti temizce yıkanır tuzlanarak tencerenin içinde kaynatılır. Suyunu iyice çektikten sonra kavrulur. Patates büyük büyük doğranarak bir miktar su, arzuya göre baharat ve salça üzerine ilave edilerek pişinceye kadar kaynatılır. Piştikten sonra tabaklara doldurulup sıcak sıcak tüketilir (KK-7, KK-18, KK-29).

3.2.4. Keledoş

Malzemeler:

1 su bardağı nohut

1 su bardağı mercimek

500 gr kuzu eti

1 çay bardağı üzüm

4 ceviz veya yarım çay bardağı badem

2 çortan

1 ekmek

3 yemek kaşığı yağ

1 tutam tuz

Yapılışı: İlk önce fasulye ve nohut bir gün önceden suda bekletilir. Daha sonra fasulye, nohut ve mercimek aynı tencereye alınarak pişirilir. Daha sonra ayrı bir tencerede pişirilen et üzerine ilave edilerek pişirmeye devam edilir. Küçük küçük doğranmış ekmeğin üzerine serpilir. Onun üzerine de haşlatılmış üzüm, badem ve ceviz dökülür. Diğer taraftan kaynamış suda eritilen çortan ve yağ dökülerek servise hazır hale getirilir (KK-12, KK-23, KK-38).

3.2.5. Kavurma

Malzemeler:

3-4 kg et

5 yemek kaşığı yağ

1 tutam tuz

Yapılışı: Kırmızı et temizce yıkanır. Yıkanan et süzildükten sonra su eklenerek kaynatılır. İçindeki su tükeninceye kadar yani suyunu tam çekinceye kadar kaynatılır. Eğer et pişmemişse yine su eklenir. Suyunu iyice çekmesi beklenir etin piştiğinden emin olduktan sonra üzerine bir miktar yağ ve tuz eklenerek et kızartılır. Tabaklara doldurularak servis yapılır. Aynı zamanda kızartılan et çeşitli kutulara doldurularak muhafaza edilir. Kavurma aynı zamanda kış içinde saklanır, çeşitli kaplara doldurularak ağız sıkıca izole edilir. Yağı katı olduğu için uzun süre muhafaza edilebilir. Kışın istendiği vakit çıkarılıp ısıtılarak tüketilebilir (KK-9, KK-23, KK-110).

3.2.6. Helimaşı

Malzemeler:

1 su bardağı nohut

1 kg kırmızı et

1 çay bardağı mercimek

1 baş soğan

3 yemek kaşığı yağ ve tuz

4 su bardağı su

Öğütölmüş buğday (dan)

Yapılışı: Nohut bir gün önce suda bekletilir. Nohut ile öğütölmüş buğday suda iyice haşlatılır. Haşlandıktan sonra başka bir kaptı önceden pişirilmiş et parçaları kemiklerinden sıyrılarak mercimek, tuz ve soğanla birlikte üzerine ilave edilerek karıştırılır. Piştikten sonra tabaklara doldurulur ve üzerine yağ serpilerek servis yapılır (KK-5, KK-101, KK-115).

3.2.7. Bulgurlu Et

Malzemeler:

500 gr koyun eti

Öğütölmüş bulgur (savar)

2 su bardağı su

3 yemek kaşığı yağ

1 tutam tuz

Yapılışı: Kemiklerden et ayıklanarak yıkanır. Ayıklanmış et güzelce suda haşlatılır. Öğütölmüş bulgur başka bir tencerede üzerine su ilave edilerek kaynamaya bırakılır. Et kaynamakta olan öğütölmüş bulgurun üzerine boşaltılır. Sonra etle öğütölmüş bulgur iyice karıştırılıp pişirilir. Suyunu tam çekmeden demlemeye bırakılır. Tabaklara doldurulur ve üzerine bolca yağ dökölerek servis yapılır (KK-12, KK-28).

3.2.8. Keşkek

Malzemeler:

1 su bardağı nohut

Öğütölmüş buğday (dan)

500 gr kırmızı et

Pul biber

1 baş soğan

1 diş sarımsak

3 su bardağı su

Yapılışı: Nohut bir gün önceden suda bekletilir. Daha sonra nohut bir tencereye alınarak suda iyice haşlatılır. Diğer taraftan et bir tencerede pişirilir. Daha sonra pişirilen et ve ince doğranmış soğan, bir diş sarımsak, pul biber ve öğütülmüş buğday haşlanmış nohutun üzerine eklenerek bir saate yakın pişirilir. Piştikten sonra tabaklara doldurularak sıcak sıcak servis yapılır (KK-19, KK-76).

3.2.9. Çömlekte Güveç

Malzemeler:

1 kg kırmızı et

7 biber

6 domates

6 patlıcan

2 yemek kaşığı salça

3 yemek kaşığı sadeyağ

2 diş sarımsak

1 baş soğan

Kâfi miktarda tuz ve su

Yapılışı: Soğan ince ince doğranır. Biber doğranarak soğanın üzerine ilave edilip kavurmaya devam edilir. Daha önce haşlatılan et yeterli miktarda su ve tuz çömleğin içine konulur. 15 dakika piştikten sonra doğranmış domates eklenir. Arzuya göre salça ilave edilir. Orta ateşte pişirilerek sıcak servis yapılır (KK-1, KK-38).

3.2.10. Sarımsaklı Kavurma

Malzemeler:

1 kg kırmızı et

1 adet orta boy sarımsak

2 kâse yoğurt

4 yemek kaşığı sıvı yağ

Yapılışı: Bir tencereye yıkanmış ve küçükçe doğranmış etler üzerine su ve tuz ilave edilerek pişirilir. Pişirilen etler daha sonra iyice kızarana kadar yağda kavrulur. Diğer taraftan sarımsak dövülür ve yoğurtla karıştırılır. Et genişçe bir tabağa alınır, üzerine sarımsaklı yoğurt ve kızgın tereyağı dökülür (KK-55).

3.2.11. Kas

Malzemeler:

1 kg makarna

3 yemek kaşığı yağ

250 gr tavuk eti

Pul biber ve tuz

Yapılışı: Makarnalar tuzlu kaynar suda haşlatılarak süzülür. Farklı bir tencerede haşlatılmış tavuğu tencereden alarak kemikleri ve derileri ayıklanır. Ufak parçalara ayrılan tavuk yağda biraz kızartılır. Makarna tabaklara doldurularak üstüne tavuklar ilave edilir. Kızartılmış yağ ve pul biber üzerine dökülerek servis yapılır (KK-14).

3.2.12.Tandır Kebabı

Malzemeler:

2 kg kırmızı et

Yeterli miktarda yağ ve tuz

Arzuya göre baharatlar (pul biber, kekik, karabiber).

Yapılışı: Koyun veya kuzu eti büyük şekilde doğranıp yıkanır. Üzerine yağ ve baharat karıştırılıp tepsiye yerleştirir. 4-5 soğan ve 5 diş sarımsak dörde bölünerek tepsinin köşelerine eklenip tandırın ateşinin üzerine yerleştirilir. Arada bir pişinceye kadar ters çevrilir (KK-11, KK-15, KK-71).

3.2.13. Tepsi Kebabı

Malzemeler:

1 kg kuzu ya da koyun eti

250 gr patates
2 orba kaşığı sadeyağ
1 baş soğan
2 domates
4 biber
Yarım ay kaşığı pul biber
Kâfi miktarda tuz
4 su bardağı su

Yapılışı: Salça, tuz ve pul biber karıştırılıp bu karışım etin üzerine ovarak sürülür. Tepsie yerleştirilir. Et yaklaşık 30 dakika piştikten sonra sos tekrar sürülür üzerine dilimlenmiş domates, biber, patates, soğan ve sarımsak ilave edilir. Tekrardan fırına yerleştirilerek 30 dakika pişirilir. Piştikten sonra ister tepside isterse tabaklara doldurularak servis yapılır (KK-20, KK-21).

3.2.14. Mide Dolması

Malzemeler:

1 adet hayvanın midesi
1 bardak pirinç
1 adet soğan
Yarım yemek kaşığı salça
1 ay kaşığı tuz
Yarım ay kaşığı pul biber
Yarım ay kaşığı karabiber

Yapılışı: İi daha önce temizlenmiş mide (hur) iki yzde önce soğuk su sonra sıcak su ile defalarca yıkanır. Temizleme işlemi yapıldıktan sonra tuzlu suda 3 saat bekletilir daha sonra tekrar yıkanır. Soğanlar küçük küçük doğranarak bir tavaya alınır. zerine pirinç, salça ve diğer malzemeler eklenerek karıştırılır. Hazırlanan i harç midenin içine doldurulduktan sonra tencereye yerleştirilir. 1 saate yakın pişirilerek servis yapılır (KK-5).

3.2.15. Kelle Paa

Malzemeler:

- 1 adet küçükbaş veya büyükbaş hayvanın kellesi (ser)
- 1 adet işkembe
- 4 adet ayak
- 1 çay kaşığı tuz (arzuya göre azaltılıp artırılabilir)
- 4 diş sarımsak

Yapılışı: Kesilen hayvanın kelle ve ayak kısımları bol su ile yıkanır. Sonra üzerinden tüyler keskin bıçak yardımıyla soyulur. Deriyi etten tamamen ayırdıktan sonra tüy kalmamasına özen gösterilir. Ayak satır aracılığıyla kesilir. Daha sonra ateşte ısıtılarak tüylerin tamamen yok olması sağlanır. İşkembe temizliği ise işkembe pisliğinden arındırılır. Bol su ile 6-7 defa yıkanarak pisliğinden tamamen arındırılır. Bıçak yardımıyla işkembenin yüzeyi kazıyarak temizlenir. Kaynar suya bırakılıp çıkarılarak bu işlem devam edilir. Daha sonra bol su ile yıkanarak temizlenir. Kelle paça ve işkembe bir gün suda bekletilir. Ocağın üzerine pişinceye kadar bırakılır. Piştikten sonra kâselerde veya tabaklarda servis edilir.

3.2.16. Ördek Tandırda**Malzemeler:**

- 1 kg ördek
- 1 baş büyük boy soğan
- 2 diş sarımsak
- 2 orta boy patates
- 1 tutam tuz
- 1 çay bardağı yağ
- 1 çorba kaşığı salça
- Arzuya göre: Karabiber, pul biber

Yapılışı: Ördek tüylerinden temizlenir iyice yıkanarak haşlatılır. Daha sonra bir tepsiye alınarak üzerine salça, yağ ve baharat karışımı sürülür. Soğan, patates, sarımsak ince dilimlenerek ördeğin kenarlarına ve üstüne yerleştirilip tandıra bırakılır. Yaklaşık bir buçuk saat piştikten sonra servis edilir.

3.2.17. Hindi Kızartma

Malzemeler:

500 gr hindi

1 yemek kaşığı salça

3 küçük boy soğan

Yarım çay bardağı sıvı yağ

Yarım çay kaşığı pul biber

Yarım çay kaşığı karabiber

2 diş sarımsak

2 yemek kaşığı yoğurt

1 tutam tuz

Yapılışı: Hindi temizce yıkanır. Bir tencereye alınarak suda haşlanır. Diğer taraftan malzemelerle hindinin sosu hazırlanır. Salça, baharatlar ve yoğurt karıştırılarak hindinin üzerine sürülür. Haşlanan hindi bir tepsiye alınarak fırına atılır. Kızarıncaya kadar pişirilir.

3.2.18. Karnıyarık

Malzemeler:

500 gr kıyma

10 patlıcan

6 biber

2 baş soğan

3 domates

Yarım demet maydanoz

Arzuya göre kuru reyhan, nane, pul biber

Kâfi miktarda tuz

Yapılışı: Soğan ince ince doğranarak kavrulur. Doğranmış domates, biber, kıyma karıştırılıp suyunu çekinceye kadar pişirilir. Maydanoz, nane, reyhan, tuz ilave edilip karıştırılır.

Dört tarafından soyulmuş patlıcanlar ortadan yarıp yağda kızartılır. Hazırlanan iç harcı doldurularak tepsiye dizilir. Üzerine halka şeklinde doğranmış domates üzerine bırakılır önceden ısıtılmış fırında pişirilmesi için bırakılır (KK-12, KK-91, KK-104, KK-111).

3.2.19. Patlıcan Oturtma

Malzemeler:

- 1 kilo patlıcan
- 250 gr kıyma
- 3 domates
- 1 baş soğan
- 3 çay bardağı sadeyağ
- 3 diş sarımsak
- 4 biber
- Kâfi miktarda tuz, pul biber
- 1 yemek kaşığı salça

Yapılışı: 4 tarafından soyulmuş patlıcanlar kızartılır. Soğan ince ince doğranarak kavrulur. Kıyma ilave edilerek kavurmaya devam edilir. Daha önce doğranmış domates, biber salça, pul biber ilave edilir. Kızartılan patlıcanlar halka halka doğranır, tepside veya borcamda patlıcanların ortalarına hazırlanan iç harcı doldurularak yerleştirilir. Daha önce ısıtılmış orta derece fırında pişirilir (KK-5).

3.2.20. Cergêbez

Malzemeler:

- Karaciğer
- Bez (hayvanın gömlek bölümü)
- Arzuya göre kimyon, pul biber
- Yarım tatlı kaşığı tuz

Yapılışı: Karaciğer büyük küp şeklinde doğranır. Daha sonra ızgarada pişirilir. Pişirildikten sonra iç bez (gömlek bez) dediğimiz hayvanın kaburga ve karın bölgesinden çıkan

yağa karaciğer sarılır. Tekrardan mangalın üstüne konarak üzerindeki yağın pişmesi beklenir. Üzerine kimyon, pul biberi ve tuz serpilerek servis yapılır (KK-1, KK-2, KK-3).

3.3. Köfteler

3.3.1. Muş Köftesi/Hafta Direği

Malzemeler:

250 gr kıyma veya yağsız et

6 su bardağı ince bulgur (dövülmüş bulgur)

1 baş büyük boy soğan,

Kırmızı biber (pul biber)

İsteğe göre baharat, nane, kuru reyhan

Kâfi miktarda yağ ve tuz.

Yapılışı: Yağsız et makinadan geçirilip kıyma haline getirilir. Köftelik bulgurla birlikte iyice yoğrulur. Hazır hale gelince yoğrulan bu malzemeden bir tutam avuç içine alınır ve top haline getirilip ortasından oyulur. Daha önce hazırlanmış kıyma, soğan, ceviz içi, pul biber karışımı olan iç harcı açılan oyuğun içine doldurulur tekrar kapatılır. Yuvarlak hale getirilip kaynayan tuzlu suda yaklaşık 20, 30 dakika pişirilir. Piştikten sonra tek tek çıkarılıp tabaklara doldurulur. Üzerine tereyağı, pul biber dökülerek servis yapılır. Diğer köfte yapım şekli ise, köftelik bulgur ile kıyma birlikte yoğrulur içine iç harcı konulmaz. 20, 30 dakika kaynayan tuzlu suya bırakılır. Piştikten sonra üzerine ceviz ve tere yağ karışımı dökülerek yenilir (KK-9, KK-26, KK-135).

3.3.2. Kısık

Malzemeler:

4 su bardağı köftelik bulgur

1 adet yumurta

1 su bardağı un

Kâfi miktarda yağ ve tuz.

Yapılışı: Köftelik bulgur, yumurta ve un ile karıştırılır. Sert bir kıvama getirilerek avuç içinde küçük küçük yuvarlak hale getirilir. Kaynayan tuzlu suya tek tek atılarak suda haşlatılır.

Piştiginden emin olduktan sonra delikli kepçe yardımıyla süzülerek çıkarılır. Tabaklara doldurularak üzerine yağ ilave edilerek servis yapılır (KK-49, KK-92, KK-94).

3.3.3. Sulu Köfte

Malzemeler:

4 su bardağı köftelik bulgur

Yarım kilo kıyma

2 adet orta boy soğan

Bir çay bardağı nohut

Kuru reyhan

1 yemek kaşığı salça

Yarım çay bardağı yağ

3 su bardağı su

1 tutam tuz

Arzuya göre kuru domates

Yapılışı: Kıyma, köftelik bulgurla birlikte üzerine su ilave edilerek iyice yoğrulur. Hamur istenilen kıvamı aldıktan sonra avuç içinde küçük toplar haline getirilerek bir tencereye bırakılır. Daha sonra üzerine ılık su, yağ, baharat, salça ve tuz ilave edilerek orta ısıli ateşte pişirilir. Piştikten sonra tabaklara doldurularak sıcak bir şekilde servis yapılır. Aynı zamanda isteğe göre üzerine kurutulmuş domates ilave edilerek de yapılabilir (KK-14, KK-107, KK-140).

3.3.4. Hışmık

Malzemeler:

4 su bardağı köftelik bulgur

6 su bardağı su

1 kâse yoğurt

1 diş sarımsak

1 adet yumurta

Tatlı kaşığı pul biber

Yarım ay bardağı yağ ve tuz

Yapılışı: Köftelik bulgur üzerine su eklenerek kıvamını alıncaya kadar yoğrulur. Haşlatıldığı zaman ezilmemesi için hamurun üzerine yumurta eklenerek yoğrulmaya devam edilir. Diğer taraftan tencereye su ve tuz ilave edilerek kaynamaya bırakılır. Hamur avuç içinde tek tek yumru haline getirilerek haşlanmış suyun içine atılır. Piştikten sonra delikli kee yardımıyla süzülerek tabaklara sıra halinde yerleştirilir. İlk önce yoğurt ve sarımsak karışımı üzerine dökülür, daha sonra kızartılmış pul biber ve yağ ilave edilerek servis yapılır (KK-6, KK-29).

3.3.5. Fırında Köfte

Malzemeler:

1 kg kıyma
2 dilim bayat ekmek
Yarım demet maydanoz
2 adet domates
4 adet patates
1 baş soğan
3 adet patlıcan
Baharat olarak (pul biber, karabiber)
1 diş sarımsak
Tuz

Yapılışı: Kıyma, pul biber, karabiber, tuz ve maydanoz karıştırılıp bayat ekmek iiyle birlikte iyice yoğrulur. Ceviz büyüklüğünde parçalar alınıp avuç içinde yassılaşarak şekil verilir. Daha sonra domates, biber, patlıcan uzun uzun doğranır. Yuvarlak veya kenarlı tepside dizilerek 2 yemek kaşığı sıvı yağ koyup fırına atılır. Arada bir köfteler ve sebzeler ters çevrilerek pişirilir. İster tepside ister tabaklara doldurularak servis yapılır (KK-18, KK-92).

3.3.6. orti Köftesi

Malzemeler:

500 gr orti

4 su bardağı köftelik bulgur
1 baş soğan
3 yemek kaşığı sıvı yağ
2 yemek kaşığı salça
1 yumurta veya haşlanmış patates
6 su bardağı su
Pul biber ve nane

Yapılışı: Kışlık salamurası yapılan lahana ufak ufak doğranır. Soğan incecik doğranır ve yağda kavrulur. Diğer taraftan köftelik bulgur ıslatılıp üzerine yumurta veya haşlanmış patates ilave edilerek yoğrulur. İstenilen kıvamı aldıktan sonra avuç içinde ceviz büyüklüğünde yuvarlak yapılır. Daha sonra kaynamakta olan suyun içine köfteler, çorti, kavrulmuş soğan, pul biber, nane, tuz konarak pişmeye bırakılır. Soğuk veya sıcak servis yapılır (KK-5, KK-46, KK-52, KK-67, KK-78, KK-79, KK-107, KK- 115).

3.3.7. Cevizli Köfte

Malzemeler:

1 su bardağı ceviz
250 gr köftelik bulgur
1 yumurta
1 su bardağı un
Yarım demet maydanoz
3 yemek kaşığı tereyağı
1 baş soğan
Pul biber, nane ve kuru reyhan

Yapılışı: Köftelik bulgur ıslatılıp üzerine yumurta ilave edilerek yoğrulur. Farklı bir kapta ceviz, soğan sıvı yağda kavrulur. Maydanoz tuz ve arzuya göre baharat ilave edilerek karıştırılır. Hamur avuç içinde top haline getirilerek ortasından oyulur. İç harcı olarak hazırlanan ceviz içine doldurularak kapatılır, yuvarlak hale getirilir. Kaynayan tuzlu suda yaklaşık 20 dakika pişirilir. Piştiğinden emin olduktan sonra delikli kepçe ile tek tek süzülerek çıkarılarak tabaklara

doldurulur. Daha sonra kızartılmış pul biber ve tereyağı köftelerin üzerine dökülerek afiyetle yenilir (KK-90, KK-97, KK-102).

3.3.8. Pas Köftesi

Malzemeler:

- 2 baş soğan
- 4 su bardağı köftelik bulgur
- 3 yemek kaşığı sıvı yağ
- 2 yemek kaşığı salça
- 5 su bardağı su
- Kuru nane, reyhan, maydanoz ve tuz

Yapılışı: Köftelik bulgur ıslatılıp kıyma ile birlikte yoğrulur. Bulgur yumuşayınca kadar yoğrulmaya devam edilir. Köfte küçük küçük top şeklinde yuvarlanır. Kaynayan suya boşaltılır. Diğer taraftan soğan halka halka doğranarak kavrulur. Salça, nane ve yeteri kadar tuz ilave edilerek pişirilir. Tabaklara doldurularak servis yapılır (KK-15, KK-16, KK-83).

3.3.9. Kuru Domates Köftesi

Malzemeler:

- 150 gr kuru domates
- 6 su bardağı su
- 1 yemek kaşığı biber salçası
- 250 gr köftelik bulgur
- 1 su bardağı un
- 1 baş soğan
- 3 adet yumurta
- Kuru nane, kuru reyhan
- 1 tutam tuz

Yapılışı: Soğan ince ince doğranır. Salçayla birlikte kavrulmaya devam edilir. Köftelik bulgur üzerine un ve yumurta eklenerek yoğrulur. İstenilen kıvamı aldıktan sonra küçük top şeklinde yuvarlanır. Daha sonra yaklaşık iki saat suda bekletilen kuru domates robota atılır veya incecik doğranır. Kuru domatesler ve köfteler kaynayan suya soğanlarla birlikte orta ateşte pişirilmeye bırakılır. Piştikten sonra nane serpilerek servis yapılır (KK-11, KK-56, KK-61).

3.3.10. Kayısı Köfte

Malzemeler:

4 su bardağı köftelik bulgur

3 su bardağı su

Yarım kilo kayısı

1 adet yumurta

Bir çay bardağı un

Kâfi miktarda yağ ve tuz

Yapılışı: Kayısı ufak ufak doğranarak tencerede haşlatılır haşlatılan kayısı yağda çok az kavrulur. Diğer taraftan köftelik bulgur, yumurta ve un ile karıştırılır. İstenilen kıvamı aldıktan sonra avuç içinde ceviz büyüklüğünde yuvarlak hale getirilir, içi oyularak daha önce hazırlanan kayısı harcı doldurulur kapatılarak yuvarlak hale getirilir. Kaynayan tuzlu suya tek tek atılarak suda haşlatılır. Piştiğinden emin olunduktan sonra süzülerek çıkarılır. Tabaklara doldurulup üzerine yağ ilave edilerek servis yapılır (KK-13, KK-71).

3.3.11. Nohutlu Köfte

Malzemeler:

1 kg köftelik bulgur

250 gr kıyma

2 baş soğan

2 su bardağı nohut

Kuru reyhan, kuru nane

1 çorba kaşığı biber salçası

1 tutam tuz

Yapılışı: Kıyma, köftelik bulgurla birlikte iyice yoğrulur. Hamur istenilen kıvamı aldıktan sonra küçük toplar haline getirilip tencereye bırakılır. Daha sonra üzerine ılık su, yağ, baharat, salça ve önceden az haşlatılmış nohut ilave edilerek pişinceye kadar kaynatılır. Piştikten sonra tabaklara doldurularak sıcak servis yapılır (KK-12, KK-51).

3.3.12. Fellah Köftesi

Malzemeler:

1 kg köftelik bulgur

4 yemek kaşığı sıvı yağ

1 su bardağı un

1 yumurta

1 baş sarımsak

2 kâse yoğurt

Pul biber

Kâfi miktarda su ve tuz

Yapılışı: Köftelik bulgur üzerine su eklenerek yoğrulur. Un, yumurta, tuz ve su eklenerek yumuşatıncaya kadar yoğrulmaya devam edilir. Daha sonra hamurdan küçük parçalar alınarak avucun içinde yuvarlanıp, içine iç harcını koyulmadan parmakla köftenin ortasına basarak içini çukurlaştırır. Kaynar suya tuz eklenerek köfteler birer birer haşlanır, süzgeçte süzülerek tabaklara doldurulur. Diğer tarafta yoğurt ve dövülmüş sarımsak karışımı ilk önce köftelerin üzerine dökülür, daha sonra kızartılmış pul biber ve yağ ilave edilerek servis yapılır (KK-17, KK-23, KK-35, KK-41).

3.4. Dolmalar

3.4.1. Hazüt Dolması

Malzemeler:

250 gr yağlı kıyma

4 su bardağı dolmalık pirinç

Haşlanmış lahana

Yarım çay bardağı sumak

Arzuya göre baharatlar (nane, reyhan, pul biber, karabiber)

Yarım ay bardağı yağ ve tuz

Yapılışı: Yağlı kıyma pirinç ile iyice yoğrulur. Haşlanmış lahana yapraklarına sarılarak tencereye sıra şeklinde dizilir. Tencerenin ağına kadar su doldurularak üzerine sumak ilave edilir. İyice suyunu çektikten sonra tabaklara doldurularak üzerine tereyağı dklerek servis yapılır (KK-4, KK-13, KK-35).

3.4.2. Kurutulmuş Sebze Dolması

Malzemeler:

6 adet kurutulmuş biber

5 adet kurutulmuş patlıcan

250 gr kıyma

ğtlmş bulgur veya pirinç

Yarım demet maydanoz

1 yemek kaşığı salça

Kurutulmuş reyhan veya kurutulmuş nane

Tuz ve pul biber

2 yemek kaşığı tereyağı

Yapılışı: Biber ve soğan doğranarak bir tencereye bırakılır. Daha sonra maydanoz, yağ, salça, pul biber, reyhan, nane, tuz, ğtlmş bulgur bütün malzemeler karıştırılıp iç harcı hazır hale getirilir. Sonbahar mevsiminde kurutulan biber ve patlıcan temizce yıkanır ve ılık suda yumuşayınca kadar bekletilir. Hazırlanan iç harcı biber ve patlıcanın içine doldurulur. Tencerenin içinde yan yana dizilerek üzerine yeterli miktarda su ilave edilir suyunu çekinceye kadar kaynatılır. Tabaklara sıra halinde dizilerek üzerine tere yağ dklerek servis yapılır (KK-71, KK-72, KK- 88, KK- 109).

3.4.3. Anlık Dolması

Malzemeler:

250 gr kıyma

4 su bardağı dolmalık pirinç

2 adet sivri biber

1 adet küçük boy soğan

1 yemek kaşığı salça

6 adet kabak

2 yemek kaşığı tereyağı

1 tatlı kaşığı tuz

Yapılışı: Soğan ve biber doğranarak üzerine tuz, pul biber, salça, kıyma, pirinç eklenerek kabın içinde karıştırılarak iç harcı hazırlanır. Daha sonra soyulmuş kabak üç parçaya bölünerek tatlı kaşığı veya oyma aparatı ile içi boşaltılır. İçi boşaltılan kabağın içine hazırlanan iç harcı doldurulur. Tencerede sıra halinde yerleştirilir. Tencerenin ağzına kadar sıcak su doldurulur daha sonra suyunu çekene kadar pişirilir. Piştikten sonra lapa olmaması için tencereden çıkartılarak tepsiye bırakılır. Üzerine yoğurt dökülür. Daha sonra kızdırılmış tereyağı ve pul biber eklenir. İsteğe göre tepsi de ya da tabakta servis edilir (KK-91, KK-103, KK-120, KK-137).

3.4.4. Bağırsak Dolması

Malzemeler:

Küçükbaş veya büyükbaş hayvan bağırsağı

4 su bardağı dolmalık pirinç (öğütülmüş buğday)

Baharat (nane, reyhan, pul biber)

1 yemek kaşığı salça

Yağ ve tuz

Yapılışı: Hayvan bağırsağı daha önceden temizlenir, bir gün suda bekletilir. Dolmalık pirinç, yağ, salça ve baharatlar karıştırılarak iç harcı hazırlanır. Daha sonra bu iç harç bağırsaklara doldurulur. Bir tencereye alınarak üzerine su ilave edilip pişinceye kadar kaynatılır. Arzuya göre, içine salça ve yağda ilave edilebilir. Pirinçlerin suyunu çekip ve bağırsakların piştiğinden emin olduktan sonra ocaktan alınır. Bağırsaklar doğranarak tabaklara doldurulur ve servis yapılır. Diğer bir servis şekli ise doğranarak üzerine yağ ve kızartılmış pul biber ilave edilerek servis yapılır (KK-13, KK-80, KK-119).

3.4.5. Şelim Yaprağı Dolması

Malzemeler:

2 deste şelim yaprağı

- 2 adet biber
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 yemek kaşığı salça
- 1 adet küçük boy soğan
- 4 su bardağı öğütölmüş buğday
- 1 kâse yoğurt
- 1 çorba kaşığı tereyağ

Yapılışı: Soğan ve biber doğranarak bir kaba bırakılır. Üzerine kıyma, pul biber, tuz, salça, yağ ve öğütölmüş buğday eklenerek karıştırılır. Diğer taraftan şelim yaprakları haşlatılır. Haşlatılan şelim yaprakları alınarak süzölür. İçine hazırlanan iç harcı doldurularak sarma şeklinde sarılır. Tencereye sıra şeklinde yerleştirilir üzerine sıcak su ilave edilerek suyunu çekinceye kadar kaynatılır. Piştikten sonra tabaklara yerleştirilerek üzerine pul biber, tereyağı ve yoğurt dökölerek servis yapılır (KK-50, KK-73, KK-115).

3.4.6. Muska Dolması

Malzemeler:

- 2 deste üzüm yaprağı
- 2 adet biber
- 1 adet orta boy soğan
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 250 gr kıyma
- 1 tutam pul biber
- Öğütölmüş buğday veya pirinç
- Yarım demet maydanoz
- 1 yemek kaşığı salça
- Kuru reyhan, karabiber
- 2 yemek kaşığı tereyağı

Yapılışı: Soğan ve biber ufak ufak doğranarak bir tencereye alınır. Kıyma, öğütölmüş bulgur, yağ, salça, pul biber, reyhan karıştırılarak iç harcı hazırlanır. Daha sonra iç harcı üzüm

yaprağının içine doldurularak muska şeklinde sarılarak tencere sıra şeklinde dizilir. Daha sonra tencerenin içine kaynar su ağzına kadar ilave edilerek tabaklara doldurulur, üzerine pul biber yağ ilave edilerek servis yapılır (KK-16, KK-23, KK-27, KK-38).

3.4.7. Dut Yaprığı Dolması

Malzemeler:

- 1 demet dut yaprağı
- 1 tatlı kaşığı pul biber
- 2 adet biber
- 1 tutam tuz
- 1 yemek kaşığı salça
- 1 küçük boy soğan
- 2 su bardağı öğütülmüş buğday
- 1 kâse yoğurt
- 2 diş sarımsak
- 2 yemek kaşığı tereyağ

Yapılışı: Soğan ve biber doğranarak bir kaba bırakılır. Üzerine kıyma, pul biber, tuz, salça, yağ, öğütülmüş buğday eklenerek karıştırılır. Diğer taraftan dut yaprakları haşlatılır. Haşlatılan dut yaprakları hazırlanan iç harcı doldurularak sarılır bir tencereye yerleştirilir. Üzerine sıcak su ilave edilerek suyunu çekinceye kadar kaynatılır. Piştikten sonra tabaklara yerleştirilerek üzerine kızdırılmış pul biber, tereyağı ve sarımsaklı yoğurt dökülerek servis yapılır (KK-10, KK-92).

3.4.8. Kılçıklı Dolma

Malzemeler:

- 250 gr yağlı kıyma
- 3 su bardağı pirinç
- Haşlanmış lahana
- 1 tutam kuru reyhan, karabiber
- Kâfi miktarda tuz ve su.

Yapılışı: İç harcı için yağlı kıyma pirinç ile iyice yoğrulur. Üzerine karabiber, reyhan, salça, tuz ve az miktarda su ilave edilerek karıştırılır. Haşlanmış lahana yapraklarına sarılarak tencereye sıra şeklinde dizilir. Tencerenin ağzına kadar su doldurularak üzerine sumak ilave edilir. İyice suyunu çektikten sonra tabaklara doldurularak üzerine tereyağı dökülür sonra servis yapılır (KK-5, KK-73).

3.4.9. Kabak Dolması

Malzemeler:

1 kg kabak
2 baş soğan
Yarım demet maydanoz
2 sivri biber
2 su bardağı su
Dolmalık pirinç
Bir tutam pul biber, karabiber
2 adet domates
1 yemek kaşığı salça
Kuru nane, kuru reyhan, tuz

Yapılışı: Dolmalık kabaklar seçilerek kabukları kazılır. Yarım kaşıkla içleri oyulup tuzlanır. İç harcı için, yağda ufak ufak doğranmış soğan iyice kavrulur. Pirinç, doğranmış biber domates, kıyılmış maydanoz, salça ve baharatlar ilâve edilir. Önceden içi oyularak boşaltılan kabaklara hazırlanan iç harcı doldurulur. Tencereye dizilir. Üzerine su ilave edilerek orta ateşte pişirilir. Üzerine kızartılmış yağ ve pul biber serpilerek afiyetle yenilir (KK-17, KK-28, KK-89, KK-137, KK-138).

3.4.10. Yeşil Fasulye Yaprağı Dolması

Malzemeler:

250 gr yeşil fasulye yaprağı
2 yemek kaşığı salça
2 baş soğan

Baharatlar (Nane, karabiber, reyhan)

2 sivri biber

1 tutam tuz

Yarım demet maydanoz

Yapılışı: Pirinçler ayıklanıp temizce yıkanarak süzülür. Bir tencereye yağ ve incecik doğranan soğanlar sararıncaya kadar kavrulur. Daha sonra süzülen pirinç ilave edilerek karıştırılır. Doğranmış biber, domates ve baharatlar iç harcı eklenerek su ile çok az pişirilir. Diğer taraftan fasulye yaprağı beş dakikaya kadar haşlanarak sapları koparılan yapraklar iç harcı alabildiği kadar konarak sarılır. Dibine kılçıkları veya halka halka doğranan domates soğan yerleştirilir. Alabildiğince su ilave edilerek orta ateşte suyunu çekinceye kadar pişirilir (KK-2, KK-25, KK-119, KK- 138, KK-149).

3.4.11. Şeker Pancarı Dolması

Malzemeler:

4 su bardağı öğütülmüş bulgur ya da pirinç

2 adet biber

1 adet orta boy soğan

Yarım demet maydanoz

2 yemek kaşığı tereyağ

1 yemek kaşığı salça

Bir tutam pul biber ve reyhan

Şeker pancarı yaprağı

5 su bardağı su

Yapılışı: Soğan ve biber ufak ufak doğranarak hazır bir şekilde bekletilir. Öğütülmüş bulgur veya pirinç, soğan, maydanoz, tuz, yağ, salça, reyhan, pul biber ve biber karıştırılıp iç harcı hazırlanır. Daha sonra şeker pancarı yaprağı haşlatılarak içine iç harcı doldurulur. Kalem şeklinde sarılarak tencereye sıra şeklinde yerleştirilir. Üzerine su eklenir suyunu çekene kadar kaynatılır. Tabaklara doldurularak üzerine kızartılmış yağ ve pul biber karışımı ilave edilerek servis yapılır (KK-1, KK-19).

3.4.12. Aprak Dolması

Malzemeler:

Kuzu kaburga

4 su bardağı pirinç

250 gr lahana

2 yemek kaşığı salça

1 baş soğan

Yarım demet maydanoz

2 sivri biber

3 kaşık tereyağ

Yarım kilo siyah erik (tamun)

Arzuya göre kuru reyhan, kuru nane

Yapılışı: Pirinçler ayıklanıp temizce yıkanarak süzülür. Bir tencerede yağ ve incecik doğranan soğanlar sararınca kadar kavrulur. Daha sonra süzülen pirinç ilave edilerek karıştırılır. Doğranmış biber, domates ve baharatlar iç harcı eklenerek su ile çok az pişirilir. Lahana yapraklarına iç harcı doldurulur. Diğer taraftan kuzu kaburga temizce yıkanır tencerenin dibine yerleştirilir. Üzerine sarılan lahana dolması sırayla dizildiği zaman aralarına erik çekirdeği çıkarılarak bırakılır. Tencerenin en üstüne aynı şekilde tamun yerleştirilir. Alabildiğince su ilave edilerek orta ateşte suyunu çekinceye kadar pişirilir (KK-61, KK-74, KK-87, KK-129).

3.4.13. Dağ Tere Dolması**Malzemeler:**

1 demet kersım yaprağı

1 yemek kaşığı salça

1 adet orta boy soğan

2 su bardağı dolmalık bulgur

1 kâse yoğurt

1 yemek kaşığı tereyağ

1 tutam pul biber

Yapılışı: Soğan ve biber doğranarak bir kabın içine bırakılır. Üzerine kıyma, pul biber, tuz, salça, yağ, dolmalık bulgur eklenerek karıştırılır. Diğer taraftan dağ teresi yaprakları haşlatılır. Haşlatılan dağ teresi yaprakları içine hazırlanan iç harcı doldurularak sarma şeklinde sarılır.

Tencereye sırayla yerleştirilir üzerine sıcak su ilave edilerek suyunu çekinceye kadar kaynatılır. Piştikten sonra tabaklara doldurularak üzerine pul biber, tereyağı ve yoğurt dökülerek servis yapılır (KK-121).

3.5. Sebze Yemekleri

3.5.1. Avsira Toraki

Malzemeler:

- 1 kâse çökelek
- 1 yemek kaşığı salça veya domates
- 1 adet küçük boy soğan
- 2 yemek kaşığı tereyağı
- Kâfi miktarda tuz
- 1 tutam pul biber
- 3 su bardağı su

Yapılışı: Soğan küçük küçük doğranarak yağda kavrulur. Üzerine domates ya da salça ilave edilerek kısık ateşte kavrulmaya devam edilir daha sonra isteğe göre üzerine baharat, çökelek ve bir miktar su eklenerek kaynatılmaya bırakılır. Kaynadıktan sonra daha önce ufak ufak doğranmış ekmeklerin üzerine boşaltılarak afiyetle yenilir. Kışları özellikle yapılan ve sıcak tüketilen bir yemektir (KK-13, KK-20, KK-28, KK-34, KK-143).

3.5.2. Qeyğane

Malzemeler:

- 2 adet yumurta
- 1 adet soğan
- 1 tutam tuz
- 2 yemek kaşığı tereyağ
- 1 yemek kaşığı salça

Yapılışı: Genellikle kışın kahvaltıda yenilen bir yemek türüdür. Soğanlar küçük küçük doğranır, üzerine salça ilave edilir. Yağın içinde salçayla birlikte kavrulan soğanların üzerine yumurta kırılarak tuz ve pul biber eklenir. Tavanın içinde servis yapılır (KK-7).

3.5.3. Avsir

Malzemeler:

- 2 diş sarımsak
- 1 tutam tuz
- 2 su bardağı su
- 1 adet yumurta
- 1 yemek kaşığı tereyağ

Yapılışı: Sarımsak soyularak temizce yıkanır daha sonra dövülür. Tuz ve yağla birlikte kaynatılmış suyun içine ilave edilerek kaynatmaya bırakılır. Daha sonra yumurta kırılarak eklenir. Daha önce hazırlanan doğranmış tandır ekmeklerin üzerine dökülerek servis yapılır (KK-146).

3.5.4. Kırçık/Kırçık

Malzemeler:

- 3 adet salatalık
- 1 yemek kaşığı tereyağ
- 1 adet orta boy soğan
- 2 adet sivri biber
- 1 diş sarımsak
- 1 kâse yoğurt
- 1 tatlı kaşığı tuz

Yapılışı: Salatalık kabukları yazdan kurutulur. Suda temizce yıkandıktan sonra tavaya bırakılarak yağda iyice kavrulur. İsteğe göre soğan biber doğranarak üzerine ilave edilir. Daha sonra yoğurt su ile karıştırılarak içerisine yağ ve sarımsak eklemesinden yapılan karışım, pişirilen salatalık kabuklarının üzerine eklenerek yenilir (KK-79, KK- 91).

3.5.5. Tırşık/Dırşok

Malzemeler:

4 adet domates

1 baş soğan

4 biber

Yarım çay bardağı yağ

1 yemek kaşığı salça

2 adet patlıcan

Kâfi miktarda tuz

Yapılışı: Soğanlar ufak ufak doğranarak kavrulur. Patlıcan kenarları soyularak küp küp doğranarak soğanla birlikte kavrulmaya devam edilir. Daha soğan biber ve domates doğranarak tuz ve salçayla birlikte ilave edilir. Sebzeler yumuşayıncaya kadar pişirilir. Tabaklara doldurularak servis yapılır (KK-89, KK-110).

3.5.6. Patlıcan Yemeği

Malzemeler:

1 kg patlıcan

1 baş sarımsak

2 kâse yoğurt

3 çorba kaşığı yağ

Bir tutam tuz ve pul biber

Yapılışı: Patlıcanlar iyice yıkanır. Daha sonra kabuğu dört taraftan bıçak veya patlıcan soyucu ile kazılır. Halkalar şeklinde doğranır. Yağlı tavaya teker teker yerleştirilerek kızartılır. Daha sonra yağdan süzdürülerek tabaklara doldurulur üzerine ezilmiş sarımsak ve yoğurt karışımı dökülerek pul biber üzerine serpilir (KK-50, KK-69, KK-82, KK-103).

3.5.7. Yeşil Fasulye Yahnisi

Malzemeler:

1 kg yeşil fasulye

500 gr kırmızı et
1 adet büyük boy soğan
3 adet domates
1 yemek kaşığı salça
2 yemek kaşığı tereyağı
4 adet biber
Kâfi miktarda tuz ve su

Yapılışı: Bir tencerede soğanlar ufak ufak doğranarak kavrulur. Daha önce haşlatılmış etler üzerine ilave edilerek 3-5 dakika kavrulmaya devam edilir. Daha sonra Üzerine domates, su ve tuz ilave edilerek karıştırılır. Kaynamaya bırakılır. Diğer taraftan fasulyeler ayıklanır ortadan ikiye ayrılarak kesilir. Kaynamaya yakın fasulyeler ilave edilir. Fasulyeler rengi sararmaya başlayınca kadar pişirilmeye devam edilir. Salça ve pul biber hafif kızartılarak eklenir (KK-16, KK-47).

3.6. Pilavlar

3.6.1. Tavuklu ve Nohutlu Bulgur Pilavı

Malzemeler:

1 su bardağı nohut
2 yemek kaşığı tereyağ
3 su bardağı pirinç
4 su bardağı su
1 kg tavuk eti
1 tutam tuz

Yapılışı: Nohut bir gün önce suda bekletilir. Daha sonra nohut ve bulgur yağda kavrulur Üzerine kaynar su dökülür suyunu çekinceye kadar pişirilmeye bırakılır. Piştikten sonra büyük bir tabağa ya da tepsiye boşaltılır. Diğer taraftan haşlatılan tavuk eti kemiklerinden ayrıştırılarak yağda kızartılır. Daha önce hazırlanan nohutlu bulgurun üzerine ilave edilir. Sunumu güzel ve lezzetli bir yemektir (KK-12, KK-17, KK-48).

3.6.2. Şille

Malzemeler:

4 su bardağı ince bulgur

500 gr güllük

1 tutam tuz

1 çay bardağı tereyağ

Yapılışı: İnce bulgur ve güllük bitkisi üzerine su ve tuz ilave edilerek kaynatılır. Yumuşak kıvama geldikten sonra tabaklara doldurulup ortasına tereyağı ilave edilerek servis yapılır (KK-7, KK-20).

3.6.3. Gevol/Gebol**Malzemeler:**

2 kâse yoğurt

1 su bardağı su

Öğütülmüş bulgur (savar)

2 yemek kaşığı tereyağ

Kâfi miktarda tuz

Yapılışı: Yoğurt ve su karıştırılarak bir tencerenin içine boşaltılır. Daha sonra üzerine öğütülmüş bulgur ilave edilerek karıştırılır, kıvamını aldıktan sonra tabaklara doldurulur. Gevolun ortası açılarak içine kızartılmış yağ doldurulur (KK-7, KK-18).

3.6.4. Xaşıl**Malzemeler:**

3 su bardağı su

Öğütülmüş buğday

Çiriş otu

1 tutam tuz

2 yemek kaşığı tereyağ

Arzuya göre pul biber

Yapılışı: Öğütülmüş buğday tercihe göre çiriş veya başka bir taze bitki üzerine su ve tuz ilave edilerek kaynatılır. Yumuşak kıvama geldikten sonra tabaklara doldurulup ortasına tereyağı ya da pul biberli yağ ilave edilerek servis yapılır (KK-39, KK-60).

3.6.5. Isırgan Otu Xaşili

Malzemeler:

1 demet Isırgan otu

Öğütülmüş buğday

1 yemek kaşığı tereyağı

1 tutam tuz

Yapılışı: Isırgan otu iyice yıkanıp, temizlenir sonra süzülerek ince ince doğranır. Bir tencerede su kaynatılır içine ısırgan otu atılır. Biraz kaynadıktan sonra içine öğütülmüş buğday atılır, iyice piştikten sonra ocaktan alınır. Tabağa koyulur ve üzerine kızgın yağ gezdirilir (KK-1, KK-2).

3.6.6. Leppe

Malzemeler:

2 su bardağı bulgur

4 su bardağı su

Kuru reyhan ve kuru nane

1 kaşık salça

1 baş soğan

2 yemek kaşığı sıvı yağ

Kâfi miktarda tuz

Yapılışı: Bulgurlar ayıklanıp temizce yıkanır. Süzgeçten süzülerek üzerine su tuz ve yağ ilave edilerek kaynamaya bırakılır. Daha sonra soğan ince ince kıyılır. Yağda rengi sararıncaya kadar kavrulur. Daha sonra kaynamakta olan bulgurun üzerine baharatlarla birlikte ilave edilir. Orta ateşte pişirilmeye devam edilir. Suyunu tam çekmeden ocaktan alınır. Kâselere doldurularak sıcak bir şekilde tüketilir (KK-37, KK-114).

3.6.7. Samir

Malzemeler:

3 su bardağı buğday

5 su bardağı ayran

4 kaşık tereyağı

Kuru nane ve tuz

Yapılışı: Buğday ayıklanarak yıkanır. Daha sonra bir tencereye alınarak üzerine ayran ilave edilerek kaynamaya bırakılır. Buğdayların piştiğinden emin olduktan sonra üzerine tuz, tereyağı ve nane eklenerek karıştırılıp 3-5 dakika daha kaynatılır. Kâselere doldurularak servis yapılır (KK-5, KK-90).

3.6.8. Nohut Pilavı

Malzemeler:

2 su bardağı pirinç pilavı

1 çay bardağı nohut

5 yemek kaşığı tereyağ

3 su bardağı su

Tuz ve arzuya göre tavuk suyu

Yapılışı: Pilavlık pirinç ayıklanıp yağ içinde 2-3 dakika kızartılır. Sıcak su ilave edilerek kaynamaya bırakılır. Kaynayan suya önceden haşlanmış nohutlar tuz ile birlikte ilave edilir. Orta ateşte pişirilir suyunu çektikten sonra dibi tutmadan ocaktan kaldırılır. Biraz soğuduktan sonra servis yapılır (KK-23, KK-30, KK- 74).

3.6.9. Tavuklu Pilav

Malzemeler:

2 su bardağı pilavlık pirinç

500 gr tavuk

2 yemek kaşığı sıvı yağ

4 su bardağı su

1 tutam tuz

Yapılışı: Pirinçler ayıklanıp yıkanır. Süzgeçten süzülerek 1-2 dakika yağda kavrulur. Daha sonra tavuk suyu ve alabildiği kadar su ilave edilerek kaynamaya bırakılır. Orta ateşte pişirilir. Diğer taraftan tavuğun derisi ayıklanıp yıkanarak ayrı bir tencerede haşlanır. Suyu bir kaba boşaltılır. Haşlanan tavuk pişmekte olan pirincin içine atılır. Suyunu çekinceye kadar pişirilir (KK-90, KK-107- KK-139).

3.6.10. Çağlı Pilav

Malzemeler:

3 su bardağı pilavlık bulgur

5 yemek kaşığı tereyağı

1 kâse çağ

Kâfi miktarda tuz ve su

Yapılışı: Bir tencerenin içinde su kaynatılır. Diğer taraftan bulgur pilavı ayıklanarak yıkanır. Süzgece bırakılıp süzölmeye bırakılır. Kaynayan suyun içerisine süzülen bulgur pilavı ilave edilir. 15 dakika sonra içerisine haşlanmış çağ ilave edilir. Suyunu çekinceye kadar pişirilir. Kapağı kapatılarak demlemeye bırakılır. Tabaklara doldurularak üzerine kızdırılmış yağ dökölür (KK-37).

3.6.11. Kemikli Bulgur Pilavı

Malzemeler:

2 su bardağı buğday

3 yemek kaşığı tereyağı

500 gr koyun kemiği

4 bardak su

1 tutam tuz

Yapılışı: Buğday bir tencereye konur, üzerine kaynar su dökölerek kapağı kapatılır. Arada bir tahta kaşıkla karıştırılır. Suyunu tam çekmeden yıkanmış kemikler yağ ve tuz ilave edilir.

Daha sonra tekrar 2 bardak su ilave edilir. Pişinceye kadar dibinin tutmaması için arada bir karıştırılır. Piştikten sonra tabaklara doldurulur üzerine kızgın tereyağı ve pul biber serpilir (KK-23, KK-24).

3.6.12. Bademli Pilav

Malzemeler:

- 1 su bardağı badem
- 3 su bardağı pirinç pilavı
- 4 su bardağı su
- 4 yemek kaşığı tereyağı
- Kâfi miktarda tuz

Yapılışı: Ayıklanmış bulgurlar yıkanır ve bir süzgeçten geçirilir. Pirinçler bir tencereye konur ve 2-3 dakika kavrulur. Daha sonra su ilave edilerek kaynamaya bırakılır. Diğer taraftan bademler 5- 10 dakika kavrularak kaynamakta olan suyun içerisine atılır. Tahta kaşıklar karıştırılarak suyunu çekene kadar pişirilir (KK-107).

3.6.13. Patatesli Bulgur Pilavı

Malzemeler:

- 2 bardak bulgur pilavı
- 3 bardak su
- 2 adet patates
- 3 yemek kaşığı tereyağı veya sıvıyağ
- Kâfi miktarda tuz ve su

Yapılışı: Bulgur ayıklanarak bir tencereye konulur. Yıkayıp süzgece bırakılır süzildikten sonra 2-3 dakika kavrulur. Tuz ve sıcak su ilave edilerek pişmeye bırakılır. Diğer taraftan patatesler küp küp doğranır. Pişmekte olan bulgurun üzerine eklenir. Bulgur suyunu çekip altı tutmadan ocaktan alınır. Tabaklara doldurularak üzerine kızgın yağ dökülerek servis yapılır (KK-111).

3.6.14. Gırare Rici

Malzemeler:

1 kâse kurutulmuş domates

1 kâse kurutulmuş biber

2 kâse buğday

Yarım çay bardağı sıvı yağ

Kâfi miktarda tuz ve su

Yapılışı: Kurutulmuş sebzeler bir gün önceden yumuşaması için suda bekletilir. Daha sonra buğdaylar ayıklanıp iyice yıkanır ve süzgece bırakılır. Süzülen buğdaylar bir tencereye alınarak sıcak su ve tuz ilave edilerek kaynamaya bırakılır. Diğer taraftan yağ, tuz ve kurutulmuş sebzeler ince ince doğranarak kaynamakta olan buğdayların üzerine ilave edilir. Tahta kaşıkla pişene kadar ara ara karıştırılır. Suyunu çektikten sonra ateşten indirilir. Kapağı kapalı bırakılarak 15 dakika demlendirilir. Daha sonra tabaklara doldurularak servis yapılır (KK-98).

3.6.15. Sebzeli Pilav

Malzemeler:

2 bardak pilavlık pirinç

3 bardak su

2 adet biber

2 adet domates

1 adet orta boy soğan

1 tatlı kaşığı kuru reyhan

3 yemek kaşığı tereyağı

Kâfi miktarda tuz ve su

Yapılışı: Pirinçler ayıklanıp iyice yıkanır süzgece bırakılır. Süzülen pirinçler 3 dakika kavrulur. Sıcak su ve tuz ilave edilerek kaynamaya bırakılır. Diğer taraftan soğan küçük doğranarak pembeleşinceye kadar kavrulur üzerine doğranmış biber ve domates eklenerek çok az pişirilir. Daha sonra pişmekte olan pilavın üzerine konur ve tahta kaşıkla karıştırılır. Suyunu çektikten sonra ateşten indirilir. Kapağı kapalı bırakılarak 15 dakika demlendirilir. Daha sonra kapağı açılarak kuru reyhan üzerine serpilir (KK-13, KK-124).

3.6.16. Yeşil Fasulyeli Bulgur Pilavı

Malzemeler:

250 gr yeşil fasulye

2 adet domates

2 bardak bulgur pilavı

4 su bardağı su

4 kaşık tereyağı

1 yemek kaşığı salça ve tuz

Yapılışı: Bulgur pilavı iyice yıkanır ve süzgece bırakılır. Daha sonra bir tencereye konur. Sıcak su ve yağ ilave edilerek az yumuşayınca kadar pişirilir. Daha önceden doğranmış domates ve haşlanmış fasulyeler bir bardak suyla ilave edilerek orta ateşte suyunu çekinceye kadar pişirilir. Pişmeye yakın salça eklenerek tahta kaşıkla karıştırılır. Piştiğinden emin olduktan sonra ocaktan alınır. Yarım saate yakın demlemeye bırakılır. Arzuya göre tabaklara doldurularak üzerine kızgın tereyağı dökülür (KK-10).

3.6.17. Yeşil Mercimekli Pilav

Malzemeler:

2 su bardağı pilav

4 su bardağı su

4 yemek kaşığı tereyağı

Kâfi miktarda tuz

Yapılışı: Bir tencerede 4 su bardağı su kaynatılır. Yıkayıp ayıklanan yeşil mercimek ve tuz ilâve edilerek mercimek haşlanıncaya kadar pişirilir. Ayıklanıp yıkanan bulgurlar üzerine ilave edilir. Suyunu çekinceye kadar orta ateşte pişirilir (KK-63, KK-70, KK-137).

3.7. Hamurla Yapılan Yiyecekler

3.7.1. Yemekler

3.7.1.1. Pılor

Malzemeler:

1 su bardağı pekmez

4 su bardağı un

Yeteri miktarda su ve tuz

Arzuya göre tereyağı veya sıvı yağ

Yapılışı: Un bir kabın içine istenilen miktarda doldurulup üzerine su ilave edilir. Kulak memesi kıvamına gelinceye kadar karıştırılır. İstenilen kıvamı aldıktan sonra tabaklara doldurulur. Diğer taraftan pekmez ayrı bir tencerede üzerine yağ ilave edilerek ısıtılır. Pılor tabaklara doldurularak ortası açılır içine pekmezli yağ boşaltılır. Sıcak servis yapılır (KK-92).

3.7.1.2. Küsküsok

Malzemeler:

3 su bardağı un

2 yemek kaşığı tereyağı

Yeteri miktarda tuz ve su

Yapılışı: Yapımı kolay ve malzemesi az olan bir yemektir. Bir tavanın içinde un ve soğuk su karıştırılır. Ateşin üstünde kıvamını alıncaya kadar karıştırılır. Kıvamını aldıktan sonra tabağa boşaltılır, üzerine tereyağ dökülerek yenilir (KK-18, KK-97).

3.7.1.3. Hevrışk

Malzemeler:

3 diş sarımsak

2 yemek kaşığı tereyağı

1 kâse yoğurt

Yarım tatlı kaşığı tuz

Sıcak tandır ekmeği

Yapılışı: Sarımsak yoğurt ve tuz bir tabakta karıştırılır. Daha sonra sıcak ekmek ufak ufak doğranarak hazır halde bekletilir. Sarımsak yoğurt karışımı ekmeklerin üzerine dökülür üzerine de tereyağı eklenerek afiyetle yenilir (KK-3).

3.7.1.4. Erişte

Malzemeler:

Önceden hazırlanmış 1 kg kışlık erişte
2 yemek kaşığı tereyağı
1 adet orta boy soğan
2 adet domates
Kâfi miktarda tuz ve su

Yapılışı: Önceden hazırlanmış kışlık erişte suda haşlatılır. Delikli kepçe yardımıyla alınarak süzölmeye bırakılır. Daha sonra soğan ufak ufak doğranarak kavrulur. Üzerine doğranmış domates ilave edilerek pişmeye bırakılır. Daha sonra süzülen erişteler geniş bir tabağa alınarak üzerine soğan domates karışımı eklenir (KK-77, KK-126).

3.7.1.5. Sarımsaklı Erişte

Malzemeler:

Kışlık erişte
2 yemek kaşık sıvı yağ
2 diş sarımsak
1 kâse yoğurt
1 tutam pul biber
Kâfi miktarda tuz ve su

Yapılışı: Erişteler ince ince doğranır suda haşlatılır. Süzgeçte süzölmeye bırakılır. Daha sonra sarımsak dövölerek yoğurtla karıştırılır. Süzülen erişteler tabaklara doldurularak üzerine sarımsaklı yoğurt ve pul biberli yağ dökölerek servis yapılır (KK-83, KK-88).

3.7.1.6. Keltış

Malzemeler:

- 1 kg kışlık erişte
- 2 yemek kaşığı sıvıyağ
- 250 gr kıyma
- 1 yemek kaşığı salça
- Kâfi miktarda tuz, karabiber
- 2 su bardağı su

Yapılışı: Önceden hazırlanan kışlık erişte suda haşlatılır. Delikli kepçe yardımıyla alınarak süzülür. Daha sonra erişteler salça ile kavrulup tabaklara doldurulur. Diğer taraftan yağda doğranmış soğan kavrulur. Üzerine kıyma ve karabiber ilave edilerek kavrulmaya devam edilir. Eriştelerin üzerine eklenerek yenilir (KK-140- KK-141).

3.7.1.7. Erbişk

Malzemeler:

- Tereyağ
- Bayat ekmek

Yapılışı: Kışları çok fazla tüketilen malzemesi az rahat yapılan bir yemek çeşididir. Bayat ekmekler küçük küçük doğranarak tavaya bırakılır. Daha sonra üzerine tereyağı dökülerek bayat ekmekle birlikte kavrulur ve tavanın içinde servis yapılır (KK-53, KK-69, KK-75).

3.7.1.8. Garniş

Malzemeler:

- 2 kilo ıspanak
- 3 diş sarımsak
- Yarım çay bardağı sıvı yağ
- 2 kâse yoğurt
- 1 tutam pul biber
- Alabildiği kadar tuz, su ve un

Yapılışı: Hamur, un, tuz ve maya karıştırılıp iyice yoğrulur. Hamur istenilen kıvamını aldıktan sonra iki saat bekletilir. Hamur dört bezeye ayrılır. Oklava yardımıyla bezeler açılır ve küçük demlik ağzıyla daireler yapılır. Diğer taraftan iç harcı olarak ıspanak temizce yıkanır ve doğranır. Suda haşlatılır suyunu süzdükten sonra dövülmüş sarımsakla karıştırılıp iç harcı hazırlanır. Hazırlanan iç harcı hamurun içine doldurulur ve yarım ay şeklinde kapatılır. Tuzlu suda pişirilmeye bırakılır. Delikli kepçe yardımıyla birer birer alınarak süzdürülür. Daha sonra tabaklara sıra halinde yerleştirilir. Pul biberli yağ üzerine ilave edilerek afiyetle yenilir (KK-9, KK-23).

3.7.1.9. Pekmezli Kaz Lokması

Malzemeler:

Un

Tuz

Yağ

Su

Pekmez

Yapılışı: Un elenir. Bir kaba konur. Yeteri miktarda su, tuz katılarak yoğrulur. Hamur sert kıvamına gelinceye kadar yoğrulmaya devam edilir. Ekşimesi beklenir. Diğer taraftan iç harcı için bir tavada yağ, tuz ve un kavrulur. Daha sonra hamur kare açılarak içine iç harcı katıp muska şeklinde kapatılır. Daha sonra bir bardak pekmez ve ik bardak su bir tencereye ilave edilerek kaynatılır. Yapılan kaz lokmaları tencerenin içine atılır. Kaz lokmaları pişmesi için şişip yükselmesi gerekir. Piştiğinden emin olduktan sonra delikli kepçe ile birer birer alınarak tabaklara doldurulur (KK-16, KK-37, KK-90).

3.7.1.10. Asude

Malzemeler:

2 su bardağı un

1 su bardağı su

1 çay bardağı pekmez

2 yemek kaşığı tereyağı

Yapılışı: Daha önce elenen un bir tavaya konulur. Yeteri miktarda su eklenerek suyunu çekene kadar karıştırılır. Daha sonra üzerine pekmez ve yağ ilave edilerek 5 dakika daha orta ateşte pişirilir. Yumuşak (şıl) olduğundan emin olduktan sonra yenilir (KK-89, KK-97).

3.7.1.11. Tırta Heka

Malzemeler:

- 2 adet yumurta
- 1 adet orta boy soğan
- 2 su bardağı su
- 2 yemek kaşığı sıvı yağ
- 1 adet tandır ekmeği
- 1 tutam tuz

Yapılışı: Tuzlu suyun içine küçük küçük doğranan soğanlar atılır. Tuzlu suda haşlandıktan sonra üzerine yağ ve yumurta kırılarak ilave edilir. Diğer taraftan tandır ekmeği ufak ufak doğranarak hazır bekletilir. Yumurta piştikten sonra ekmeğin üzerine dökülerek servis yapılır (KK-43, KK-55).

3.7.1.12. Cırdığış

Malzemeler:

- 1 kg tavuk eti göğsü
- 2 diş sarımsak
- Alabildiği kadar yağ, tuz, su ve un

Yapılışı: Un bejenkte elenir. Bir kaba konur. Yeteri miktarda su, tuz katılarak yoğrulur. Hamur kulak memesi kıvamına gelinceye kadar yoğrulmaya devam edilir. 30 dakika hamur bekletmeye verilir. Daha sonra hamur uzun şerit halinde yuvarlanır. Küçük küçük kesilerek süzgeç ters çevrilerek tek tek vurulur. Daha önceden hafif unlanmış tepsinin üzerine alınır. Tuzlu kaynar suya atılır. Delikli kepe ile teker teker alınarak bir tepsiye yerleştirilir. Diğer taraftan tavuk göğsü haşlanır. Suyu bir tavaya alınarak içine dövülmüş sarımsak ve yağ eklenerek kavrulur. Haşlanan tavuk küçük küçük parçalara ayrılarak cırdığış üstüne serpilir. Daha sonra tavada hazırlanan sarımsaklı tavuk suyu üzerinde gezdirilir (KK-61, KK-77).

3.7.1.13. Mırtoğe

Malzemeler:

2 su bardağı un

3 yemek kaşığı sıvıyağ

2 adet yumurta

Yapılışı: Un yağla iyice karıştırılıp kavrulur. İsteğe göre üzerine birkaç tane yumurta kırılarak karıştırılır. Piştiğinden emin olduktan sonra tabaklara doldurularak servis yapılır (KK2).

3.7.1.14. Cavbelek

Malzemeler:

Un

Yağ

1 kâse tutulmuş yoğurt

2 diş sarımsak

1 adet orta boy soğan

Öğütölmüş bulgur

3 su bardağı su

Yapılışı: Öğütölmüş bulgur bir tencereye boşaltılır. Üzerine su eklenerek kıvamını almaya kadar pişirilir. Tutulmuş yoğurt veya ayan üzerine dökölür. Sarımsak ve soğan küçük küçük doğranarak karıştırılır iyice piştikten sonra tabaklara doldurularak servis yapılır (KK-30, KK-31, KK-45, KK-104).

3.7.1.15. Zerkef

Malzemeler:

1 kilo daha önce hazırlanan ekmek hamuru

Yarım kilo kırmızı et

2 çorba kaşığı tereyağı

2 diş sarımsak

1 kâse yoğurt

Kâfi miktarda su ve tuz

Yapılışı: Daha önce hazırlanmış olan hamur bir tepsi içine bırakılarak açılır. Diğer taraftan başka bir tencerede pişirilmiş kırmızı et ufak ufak doğranarak hamurun ortasına doldurulur üstü kapatılır. Üzerine bırakılan sac temizce yıkanır kuruduktan sonra tepside hazırlana hamur sacın üzerine bırakılır. Diğer taraftan köz haline getirilen ateş hazırlanarak sac üzerine bırakılarak zerkef pişene kadar beklenir piştikten sonra ekmeğin üstüne tereyağı ve sarımsak yoğurt karışımı eklenerek afiyetle yenilir. Bu zerkef ve Muş'un Varto ilçesi ve köylerinde bayramlarda özel günlerde sürekli yapılan bir yemek çeşididir (KK-58, KK-59).

3.7.1.16. Pesise

Malzemeler:

Sıcak tandır ekmeği

2 kaşık tereyağ

1 kâse yoğurt

2 diş sarımsak

1 tutam pul biber

Kâfi miktarda tuz

Yapılışı: Tandırdan yeni çıkan sıcak ekmeği ufak ufak doğranır. Hazırlanan sarımsaklı yoğurt karışımı ekmeğin üzerine dökülür. Daha sonra eritilen tereyağ ve pul biber karışımının üzerine dökülür (KK-142).

3.7.1.17. Katuk

Malzemeler:

Tamun ezmesi

2 bardak su

Doğranmış tandır ekmeği

Yapılışı: 2 bardak su bir tencereye alınır ve kaynamaya bırakılır. Kaynayan suyun içine tamun ezmesi boşaltılır yaklaşık beş dakika kaynadıktan sonra daha önceden doğranmış tandır ekmeğinin üzerine dökülerek yenilir (KK-19).

3.7.1.18. Hangerun

Malzemeler:

- 2 yemek kaşığı un
- 2 yemek kaşığı tereyağ
- Yarım çay kaşığı tuz
- 1 tutam pul biber

Yapılışı: Bir tavanın içine un alınır. Unun topaklanmaması için kavruluncaya kadar karıştırılır. Unun yanmaması içinde kısık ateşte kavrulur. Unun rengi koyulaşınca üzerine yağ ilave edilir. Kulak memesi kıvamını aldıktan sonra altı kapatılır. Üzerine tuz ve pul biber eklenir (KK-67).

3.7.1.19. Herun

Malzemeler:

- 2 su bardağı un
- 1 çay bardağı sıvı yağ
- 3 yemek kaşığı kavurma
- 2 su bardağı su

Yapılışı: Un ve sıvı yağ bir tavaya alınır. Unun rengi koyulaşınca kadar kavrulur. Daha sonra ocak kapatılarak üzerine soğuk su eklenip elle ezilir. Tekrar ocağa alınarak kavrulma işlemine devam edilir. Kıvamını aldıktan sonra pişmiş kavurma ilave edilerek 5 dakika daha pişirilerek servis yapılır (KK-108).

3.7.1.20. Harîr

Malzemeler:

- 4 su bardağı un

1 adet yumurta

Yarım demet maydanoz

Kâfi miktarda su

1 adet orta boy soğan

1 tutam karabiber

1 tutam pul biber

Yapılışı: Un bir kabın içine alınır. Ortası açılarak içine yumurta kırılır. Hamurun yoğrulma işlemine başlanır. Diğer taraftan maydanoz ince ince kıyılır. Hamurun üzerine ilave edilerek karıştırılır. Hamur yuvarlak bezelere ayrılır. Bezeler daire şeklinde açılarak daha önce hazırlanan kaynar suda yumuşayınca kadar haşlayıp süzülür. İsteğe göre üzerine sarımsaklı yoğurtla servis yapılır (KK-78).

3.7.1.21. Xardun

Malzemeler:

5 su bardağı un

2 adet yumurta

Yarım çay bardağı sıvı yağ

Bir tutam tuz

1 çay bardağı yoğurt

İç harcı için:

200 gr kıyma

2 adet orta boy soğan

Yarım demet maydanoz

Yarım çay bardağı sıvı yağ

1 çay kaşığı pul biber

1 çay bardağı sıvı yağ

Yapılışı: Kıyma bir tavanın içine alınır üzerine yarım çay bardağı kadar sıvı yağ ilave edilerek kavrulur. Daha sonra soğanlar yıkanıp ufak ufak doğranarak kıymanın üzerine konulur. Baharatlar üzerine ilave edilerek iç harcı tamamlanır. Yumurta, yoğurt, su ve yarım bardak yağ bir kaba alınarak karıştırılır. Üzerine un ilave edilerek iyice yoğrulur. Daha sonra küçük küçük bezelere ayrılır. Sonra teker teker açılarak içine iç harcı koyup kapatılır. Hazır edildikten sonra tavaya kızartmak için yağ alınarak servise hazır hale getirilir (KK-90).

3.7.1.22. Çakşır Bulamaçı

Malzemeler:

Çakşır otu

2 adet yumurta

1 su bardağı un

1 tutam tuz

Yapılışı: Çakşır otu bidondan çıkarıldığı gibi bir saat ılık suda bekletilir. Yumurta ve un karıştırılır daha sonra çakşır otu tek tek yumurta ve un karışımına bandırılıp kızartılmış yağın içine bırakılır arada ters çevrilip piştikten sonra tabaklara doldurulup servis yapılır (KK-104).

Diğer bir yapılış şekli ise, çakşır otu küçük küçük doğranır tavanın içinde yağda kavrulur yumurta ile un karışımı üzerine dökülerek pişirilir sonra tabaklara doldurulup yenilir (KK-55, KK-13, KK-44).

3.7.2.Ekmekler ve Çörekler

3.7.2.1. Muş Ekmeği

Malzemeler:

Buğday unu

Tuz

Ilık su

Maya

Yapılışı: Un elekten (bejenk) elenir. Un leğenin içine doldurulur bir miktar maya ve tuz ilave edilir. Sonra ılık su ekleyip kulak memesi kıvamını alıncaya kadar yoğrulur. Leğenin kapağı kapatılır ve çabuk ekşimesi için battaniyeye sarılır. Hamur ekşiyene kadara tandır yakılır. Hamur kıvamını aldıktan sonra tandırın üstüne bez serilir hamur dinlenmesi (kün olması) için elde yumru haline getirilerek bez üzerine sırayla yerleştirilir. Daha sonra geniş bir daire şeklinde kol üzerinde açılarak ekmek yastığı (refadan) üstüne bırakılarak tandır duvarına vurulur. Ekmekler piştikten sonra maşayla çıkarılarak sepet (çittik) üzerine bırakılır. Ekmekler sert olmuşsa üst üste bırakılır

eğer çok yumuşak olursa bir bezin üzerinde yan yana bırakılarak yarım saat bekletilir sonra poşetlere veya bezden yapılan torbalara doldurularak isteğe göre derin dondurucularda veya buzdolabında muhafaza edilir (KK-6, KK-54, KK-55, KK-76).

3.7.2.2. Muş Çöreği

Malzemeler:

Süt

Un

Maya

Tuz

Sıvı yağ veya tereyağ

Susam

Yumurta

Yapılışı: Buğday unu elekten geçirilerek leğenin içine doldurulur. Daha sonra maya, tuz, hayvan yağı veya sıvı yağ ilave edilerek karıştırılır. İyice karıştırıldıktan sonra üzerine süt ilave edilir. Kulak memesi kıvamını alıncaya kadar karıştırmaya devam edilir. Daha sonra battaniyeye sarılarak ekşimesi için bekletilir. Diğer taraftan çöreğin arasına koyulan iç harcı katmer hazırlanır. Katmeri için tereyağ, un ve su küçük bir tencerede karıştırılarak ocakta beş dakika kavrulur. Hamur kıvamını aldıktan sonra yuvarlak şekilde açılır. İçine katmer yerleştirilerek kapatılır. Elle tekrar yuvarlak bir şekilde açılarak tepsilere sıra halinde bırakılır. Piştikten sonra isteğe göre kahvaltılarda veya ikindi çayında tüketilir (KK-6, KK-54, KK-73, KK-85).

3.7.2.3. Yağlı Ekmek

Malzemeler:

Ekmek hamuru

Yağ

Çökelek veya peynir

Maydanoz

Kıyma

Yapılışı: Maydanoz ufak ufak doğranarak ayrı ayrı çökelek ve kıyma ile karıştırılır. Hazırlanan hamurun içine kıyma veya çökelek karışımı doldurulur. Hamurun içi kapatılarak avuç içinde yuvarlandıktan sonra tekrar elle düz şekilde daha sonra yarım ay şeklinde yapılarak tavada kızartılmış yağın içine bırakılır. Arada ters çevrilerek arka ve ön kısım piştikten sonra tabaklara bırakılarak servis yapılır. Çayın yanında ve kahvaltıda tüketilir (KK-28, KK-73, KK-74).

3.7.2.4. Güllük Gözlemesi

Malzemeler:

Ekmek hamur

Sıvı yağ

Güllük bitkisi

Kıyma

Tuz

Pul biber

Soğan

Yapılışı: Hamurun yapımı; tuz, un, hamur mayası ve su karıştırılıp hamur kıvamını alıncaya kadar yoğrulur. Daha sonra bir saate yakın bekletilir. Hamur istenilen kıvamını aldıktan sonra yuvarlak hale getirilir. Diğer taraftan iç harcı için soğan, kıyma, güllük, tuz, biber karıştırılıp yağda kavrulur. Yumru haline getirilen hamur içine iç harcı doldurularak kapatılır. Tavada kızartılmış yağın içinde ya da selin üzerinde pişirilir. Tepsiye dizilerek isteğe göre, üzerine yağ sürülerek servis yapılır. Her mevsim yapılır (KK-148, KK-149).

3.7.2.5. Pornik

Malzemeler:

Tereyağı

Pul biber

Soğan

Çökelek

Ceviz

Hazır hamur

Tuz

Maydanoz

Yapılışı: Bir kabın içinde çökelek, soğan ve tereyağı karıştırılır isteğe göre tuz ve maydanozda eklenerek iç harcı hazırlanır. Hamur geniş şekilde açılarak içine iç harcı doldurulur. Tekrar kapatılarak tepsiye gireceği şekilde elle açılarak tepsiye yerleştirilir. Daha sonra ocak (kuççık) içinde bulunan ateşin közü olan (poşin) altına bırakılır. Hamurun üstü tamamen kapatılarak pişinceye kadar bekletilir. Piştikten sonra parçalara bölünerek sıcak sıcak tüketilir. Arzuya göre çökelek yerine iç harcı olarak ceviz içi de bırakılarak yapılabilir (KK-12, KK-87, KK-90).

3.7.2.6. Katmerli Ekmek

Malzemeler:

Hamur

Yaş çökelek

Tereyağı

Soğan

Tuz

Yapılışı: İlk önce iç harcı hazırlanır. Çökelek tereyağı ve doğranmış soğan karıştırılıp ateşte iyice kıvamına alıncaya kadar kavrulur, diğer taraftan hamur yuvarlak biçimde açılır. İçine iç harcı doldurulup kapatılır kaşığın ucuyla keteye şekil verilerek tandır duvarına yapıştırılır. Piştikten sonra istenilen şekilde servis yapılır (KK-98).

3.7.2.7. Fırında Muş Çöreği

Malzemeler:

1 lt süt

6 su bardağı un

1 tatlı kaşığı yaş maya

1 çay bardağı sıvıyağı

Yeteri miktarda su ve tuz

İç harcı için:

Un

Yağ

Yumurta sarısı

Yapılışı: Un elenir. Bir kaba konur. Yeteri miktarda su, tuz ve maya katılarak yoğrulur. Hamur kulak memesi kıvamına gelinceye kadar yoğrulmaya devam edilir. Hamur 8 eşit bezeye ayrılır. Yuvarlak bir şekilde açılarak içine jajerun denilen iç harcı yerleştirilerek kapatılır. Üzerine yumurta sarısı arzuya göre çörek otu serpilir. Piştikten sonra bir bez üzerine bırakılır. Dilim dilim kesilerek ikram edilir (KK-16, KK-65, KK-77).

3.7.2.8.Tep Tep Ekmeği

Malzemeler:

1 kg un

Kâfi miktarda su tuz ve maya

Yapılışı: Un elekte elenir. Bir kaba veya leğene konur. Yaş maya alınarak bir parça ılık suda eritilir. Unun üzerine eklenir. Daha sonra ılık su azar azar dökülerek yoğrulur. Hamuru çekerek veya sürterek yoğrulmaya devam edilir. Üzerine bir bez bırakılarak kabarmaya bırakılır. Hamur yarım saat içinde kabarır. Tandırda bir bezin üzerinde topaclar yapılır bezin üzerinde sırayla yerleştirilir. Bir bez daha üzerine bırakılır. Daha sonra dinlenmesi (kün olması) için bekletilir. Topaclardan birer adet alınarak uzun bir şekilde hamur açılır. Tandırın duvarına ekmek yastığı ile yapıştırılır. Piştikten sonra ekmek alınır (KK-11, KK-27).

3.7.2.9. Pornik Ekmeği

Malzemeler:

Un

Yaş maya

Tuz

Su

Yapılışı: Un elenir. Bir leğene doldurulur. Kâfi miktarda tuz ve yaş maya katılarak yoğrulur. Hamurun kıvamından emin olduktan sonra üstü bir bez ile kapatılır. Hamur kabardıktan sonra avuç büyüklüğünde bezelere ayrılır. Bezin üzerinde dinlenmeye bırakılır. Yuvarlak bir şekilde açılarak tandır yastığına yerleştirilir. Tandır duvarına vurularak pişirilmeye bırakılır (KK-43, KK-55).

3.7.2.10. Yağlı Ekmek

Malzemeler:

200 gr un

Yarım çay bardağı yağ

İki bardak su

Yaş veya kuru maya

2 kaşık tereyağı

Yapılışı: Hamur yapımında ilk önce 200 gr una yarım çay bardağı yağ katılarak üzerine iki bardak su ve maya eklenir. Hamur kulak memesi kıvamına gelinceye kadar yoğrulur. Daha sonra beklemeye bırakılır ve ekşimeye başladığında hamurun yarısı el ile açılmaya başlanır. Daha sonra içerisine un ile yağ kavurmasından yapılan iç harcı katılarak üzerine aynı şekilde açılmış hamur üstüne konularak köşelerinden parmakla iki hamurun birleşmesi için parmakla bastırılır. Daha sonra tandır duvarına vurmak için yastık şeklindeki tandır yastığının üzerine konularak tandırın iç duvarına yapıştırılır. Bu ekmeğin hamuru ince olduğundan çabuk pişen bir ekmektir. O yüzden 3-4 dakika sonra ekmek tandırdan alınır. Henüz sıcakken üzerine tereyağı sürülerek soğumaya bırakılır. Soğuduktan sonra servise hazır olur (KK-2, KK-39).

3.7.2.11. Tandırda Çocuk Kıloriki

Malzemeler:

İki su bardağı un

1 su bardağı su

İki yemek kaşığı yağ

Yaş maya

1 tutam susam

Yumurtanın sarısı

Yapılışı: Kılorik yapımına öncelikle hamurun hazırlanması ile başlanır. Bir kaba iki su bardağı un dökülür ardından üzerine bir bardak su dökülerek karıştırılır ve daha sonra iki yemek kaşığı yağ ve yaş maya eklenir. Kulak memesi kıvamına gelinceye kadar iyice yoğrulur. Hamurun kabarması için yarım saat bekletilir. Bir süre geçtikten sonra hamur alınır ve el büyüklüğünde açılarak ortası oyulur. Üzerine yumurtanın sarısı ve susam karışımı sürülerek önceden ısıtılmış tandırda refedan adı verilen ekmek yastığıyla yapıştırılır. Yaklaşık olarak 5-7 dakika arasında pişirilir. Daha sonra tandırdan alınarak soğuması için bir bezin üzerine bırakılır (KK-15, KK-42, KK-50).

Not: Kılorigi zaruka geçmişte tandır ekmeği vuran kadınların çocuklara özel yaptıkları bir ekmek çeşididir (KK-15, KK-42).

3.7.2.12. Tandırda Kılorig

Malzemeler:

2 su bardağı un

1 bardak su

Yarım ay bardağı sıvı yağ

1 ay kaşığı yaş maya

Tuz

Yapılışı: Kılorig hamurunun en büyük özelliği ele yapışmayacak kıvamda olmasıdır. Hamurun yapılışı şöyledir: Öncelikle iki su bardağı un bir kaba konur. Daha sonra bir bardak su ve yarım çay bardağı yağ eklenerek yoğrulmaya başlanır. Biraz kıvamını aldıktan sonra yaş maya ve tuz eklenir. Daha sonra ele yapışmayacak kıvama gelinceye kadar yoğrulmaya devam edilir. Yoğurma işlemi bittikten sonra hamurun etrafı bir bezle kapatılarak 15 dakika hamur un ekşimesi için bekletilir. Bu sırada bir tavaya sıvı yağ katılır ve iyice kızgınlaştırılır. Ekşiyen hamur bezelere ayrılarak avuç büyüklüğünde açılır. Ortası delinerek kızgın yağın içine atılır. Yaklaşık 2 dakika sonra ters çevrilir ve diğer yüzeyi de pişirilir. Dört dakika süren pişirme işleminden sonra kâğıt ya da bezin içine konularak yağının süzülmesi sağlanır. Arzuya göre sıcak veya soğuk şekilde tüketilir. Genellikle kahvaltıda ve ikindi çayında yapılmaktadır (KK-9, KK-29, KK-48).

3.7.2.13. Tımbuz Ekmeği

Malzemeler:

Yabani mısır (gılgıl)

Un

Su

Tuz

Ceviz yaprağı

Yapılışı: Yabani mısır denilen bitkiden elde edilen tanelerden yapılan bir çeşit ekmektir. Yabani mısır adı verilen el değirmeni ile öğütülür. Un haline gelen yabani mısır üzerine su, tuz eklenerek hamur kıvamını alıncaya kadar yoğrulur. Daha sonra ocak (kuik) içinde ateş atılır ve tam koz tutana kadar yakılır. Daha sonra ocak (kuik) içindeki kz çıkarılarak ocağın önünde

toplanır ve ocağın içi temizlenir. Ceviz yapraklarından büyük olanları seçilerek 4 tane ocağın içine serilir. Yabni mısırdan yaptığımız hamuru avuç büyüklüğünde topak haline getirerek ceviz yapraklarının üzerine bırakılır. Hamurun üzerine tekrardan ceviz yaprakları bırakılarak iyice kapatılır. Önceden topladığımız köz hamurun üzerine dökülerek pişirmeye bırakılır. Yaklaşık bir saat kaldıktan sonra köz kaldırılır ve Tımbuz ekmeği hazır hale gelir (KK-107, KK-142).

3.7.2.14. Tornik Ekmeği

Malzemeler:

Ekmek hamuru

1 adet büyük boy soğan

3 yemek kaşığı tereyağı

250 gr çökelek

Yapılışı: Ekmek yapıldıktan sonra yapılan bir çeşit ketedir. Ekmek hamuru yuvarlak bir şekilde açılarak içine iç harcı yerleştirilerek kapatılır. Tandır duvarına vurulur piştikten sonra alınır. İç harcı: Soğan ufak ufak doğranır. Pembeleşinceye kadar kavrulur. Daha sonra çökelek ve tuz ve tereyağı eklenerek 5-10 dakika kavrulur (KK-107, KK-116).

3.7.2.15. Cevizli Katta

Malzemeler:

250 gr ceviz

2 baş orta boy soğan

Yarım çay bardağı sıvıyağ

Ekmek hamuru

Yapılışı: Fırında veya tandırda yapılan bir çeşit çörektir. Ekmek hamuru iyice açılır. İçine iç harcı yerleştirilir. Tepsi elle yağlanarak hamur tepsiye yerleştirilerek pişmeye bırakılır. Tandırda da aynı şekilde yapılarak pişirilir. İç harcı: Soğan ufak ufak doğranarak kavrulur. Bir çay bardağı un ve çekilmiş ceviz üzerine eklenerek 5 dakika kavrulur (KK-77, KK-80, KK-86).

3.7.2.16. Cağ Pohçası

Malzemeler:

1 su bardağı sıvı yağ
2 adet yumurta
Yarım çay bardağı şeker
1 tatlı kaşığı tuz
1 paket kuru maya
8 su bardağı su
2 su bardağı ılık süt

Yapılışı: Tuz şeker yağ bir kabın içinde karıştırılır. Un, maya su ve süt yavaş yavaş ilave edilerek hamur kulak memesi kıvamına gelinceye kadar yoğrulur. Hamurlar daha sonra bezelere ayrılarak 30 dakika dinlendirilir. Diğer taraftan iç harcı için cağ kutudan çıkartılarak acımsı tadının gitmesi için ılık suda bekletilir. Daha sonra ufak ufak doğranarak yağda çok az kızartılır. Dinlenen hamur bezeleri teker teker açılarak arasına iç harcı yerleştirilir. Son şekli verilip üzerine yumurta sarısı ve çörek otunu serpiştirip 180 derecede 30 dakika pişirilir (KK-20).

3.7.3. Mantılar

3.7.3.1. Xengel/Hıngel

Malzemeler:

Hamur
Yağ
Yoğurt
Tuz
Sarımsak

Yapılışı: Hazırlanan hamur yufka şeklinde açılır. Baklava dilimi şeklinde kesilerek üç saat kesilerek kurutulur. Kaynatılmış tuzlu suda haşlanır tek tek çıkarılıp süzgeçte beş dakika bekletilir üzerine sarımsaklı yoğurt ve yağ karışımı dökülerek tabaklara doldurularak servis yapılır. Muşun özellikle köylerinde çok fazla yapılan bir yemek çeşididir (KK-131, KK-132).

3.7.3.2. Muş Mantısı

Malzemeler:

Hamur için:

4 su bardağı un

2 su bardağı su

1 kâse yoğurt

3 diş sarımsak

3 yemek kaşığı tereyağı

1 tatlı kaşığı pul biber

Yeteri miktarda tuz

İç harcı için:

3 adet orta boy patates

Yarım demet maydanoz

Yapılışı: Bir kabın içine un doldurulur. Üzerine su ve tuz eklenerek yoğrulur. Sert bir hamur elde edilene kadar yoğrulma işlemine devam edilir. Daha sonra hamur iki büyük bezeye ayrılır. Oklava yardımıyla açılır. Su bardağı ağzıyla yuvarlak parçalar haline getirilir. Diğer taraftan iç harcı olarak arasına önceden hazırlanan haşlanmış patates ve maydanoz karışımı konularak yarım daire şeklinde kapatılır. 15 dakika dinlendirilir. Diğer taraftan bir tencerede su ve tuz kaynatılır. Kaynayan suya hazırlanan mantılar atılır. Yaklaşık 10 dakika haşlanır suyun üzerine çıktığı zaman piştiği kesinleşir. Haşlanan mantılar geniş bir tabağa alınarak üzerine sarımsaklı yoğurt dökülür. Kızdırılan yağ ve pul biber üzerine gezdirilir (KK-19, KK-71, KK-88).

3.7.3.3. Kesme Manti**Malzemeler:**

2 yumurta

8 su bardağı un

Kâfi miktarda tuz ve su

Yapılışı: Bir kapta un ve iki yumurta karıştırılır. Daha sonra tuz ve alabildiğince su ilâve edilerek hamur yoğrulur. Kulak memesi kıvamına aldıktan sonra hamur yaklaşık 30-40 dakika dinlenir. El büyüklüğünde 4 bezeye ayrılır. Oklava ile açılarak ufak kare şekilde kesilir. Tuzlu kaynar suya atılarak haşlatılır. Delikli kaşıkla suyundan süzülerek tabaklara doldurulur. Diğer taraftan dövülmüş sarımsak yoğurt ile karıştırılarak üzerine dökülür. Pul biberli yağ üzerine gezdirilir (KK-62, KK-99).

3.7.3.4. Kurze

Malzemeler:

Un

Su

Tuz

Yumurta

Kıyma

Baharat

Soğan

Maydanoz

Yapılışı: Un, su, tuz ve yumurta karıştırılarak yoğrulur. Hamurlar bezelere ayrılarak, orta kalınlıkta büyük yufkalar açılır. Bir yandan da kıyma, maydanoz, baharat ve soğanla iç harcı hazırlanır. Yufkanın üstüne yuvarlak bir cisim yahut su bardağının ağzıyla daireler yapılır. Bu daire şeklindeki hamur parçalarının içine hazırladığımız iç harcı koyulur. Daha sonra hamurun ağzı tıpkı örgü gibi şekil verilerek kapatılır. Sonra tuzlu ve kaynar suda yine tıpkı mantı gibi haşlanır. Dileyen üstüne sadece tereyağ kızdırılarak gezdirir, dileyen de mantı sosu gibi sos hazırlayarak yer (KK-116).

3.7.3.5. Gılnış

Malzemeler:

Un

Su

Tuz

Kırmızı et veya tavuk eti.

Sosu için: Et ya da tavuk suyu, baharat, yağ, sarımsak

Yapılışı: Un su, tuz üçlüsü karıştırılarak hafif sert bir hamur yoğrulur. Hamur biraz dinlendirildikten sonra bezelere ayrılır. Her bir beze şerit şerit kesilerek, uzun hamur elde edilir.

Bu uzun hamurlardan küçük parçalar koparılarak üç parmakla (işaret, orta ve yüzük parmağı) şekil verilir. İçi boş karnı yarık hamur parçaları gibi olur. Bu hamurlar kaynar suda güzelce pişirilir. Bir yandan da önceden bir tencerede et ya da tavuk haşlanır. Daha sonra biraz et suyuna bol sarımsak ve baharat eklenerek “berim” adını verdiğimiz sos yapılır. Pişen hamurlar bir parça et ile birlikte bu sosa bandırılarak yenir (KK-116).

3.7.4. Tatlılar

3.7.4.1. Gılorik

Malzemeler:

Yumurta

Kabartma tozu

Maya

Yağ

Tuz ve su

Yapılışı: Yumurta, un, su, maya, kabartma tozu ve tuz bir kabın içinde karıştırılıp hamur kıvamını alıncaya kadar karıştırılır. Kıvamını alan hamur kızartılmış yağın içine kaşıkla tencereye atılır, yağın içinde top şeklinde şişmeye başlar daha sonra çıkartılarak büyük bir tabağa doldurulur (KK-13).

3.7.4.2. Helva

Malzemeler:

Un

Süt

Şeker

Ceviz

Yağ

Kuru üzüm

Su

Yapılışı: Un elenerek bir tavaya bırakılır. Unun üzerine süt ilave edilerek karıştırılır. Daha sonra üzerine yağ eklenerek kavrulur. Kavurma işlemi devam ederken daha önce hazırlanan şekerli şerbet üzerine dökülür. Helva kıvamını aldıktan sonra bir tepsiye yerleştirilir. Kaşıkla şekil verilerek üzerine ceviz ve kuru üzüm bırakılır. Daha sonra kare şeklinde kesilerek tabaklara doldurulur (KK-16, KK-98).

3.7.4.3. Teter Helvası

Malzemeler:

- 1 su bardağı pekmez
- 2 yemek kaşığı tereyağ
- 1 adet ekmek

Yapılışı: Bir tencerenin içinde pekmez kaynatılır. Bir süre kaynadıktan sonra içerisine bol miktarda yağ ilave edilerek kaynamaya devam edilir. Diğer taraftan ekmekler ufak ufak doğranıp tencerenin üzerine eklenir. İyice piştikten sonra tabaklara doldurularak servis yapılır (KK-27, KK-63).

3.7.4.4. Karamelli Kabak Tatlısı

Malzemeler:

- 1 kilo balkabağı
- 1 su bardağı şeker
- 1 çay bardağı dövülmüş ceviz
- 1 çay bardağı su

Yapılışı: Şeker tencereye koyulur. Kısık ateşte rengi koyulaşınca kadar kavrulur. Üzerine karamel ve su ilave edilerek karıştırılır. Diğer taraftan bal kabağının kabuğu soyulur. İnce uzun parçalara bölünerek suya atılır. Hafif ateşte kapağı kapalı bir şekilde pişirilmeye bırakılır. Piştiğinden emin olduktan sonra soğumaya bırakılır. Soğuyan kabak tatlısı servis tabaklarına alınarak üzerine karamel ve dövülmüş ceviz serpilir afiyetle yenilir (KK-78, KK-120).

3.7.4.5. Kaz Lokması Tatlısı

Malzemeler:

- 1 su bardağı yoğurt
- 2 yumurta
- 1 çay kaşığı kabartma tozu
- 3 kâse un

Şerbet :

- 2 su bardağı şeker
- 2 su bardağı su

Yapılışı: Bir kapta yoğurt yumurta çırpılır. Kabartma tozu eklenerek çırpmaya devam edilir. Daha sonra kek kıvamından biraz daha koyu bir kıvam elde edilir. Kızgın yağa kaşık yardımıyla atılır, kaşık kaşık kızartılır. Daha sonra kaynamış soğumuş şerbetin içine atılır. Tatlıyı şerbetten çıkardıktan sonra servis tabağına alınır ve süslenir (KK-24).

3.7.4.6. Bal Kabağı Tatlısı

Malzemeler:

- 1 kg bal kabağı
- 1 su bardağı şeker
- 1 yemek kaşığı tahin
- Yarım çay bardağı ceviz

Yapılışı: Geceden küp küp doğranan kabaklar şeker üstüne dökülerek sabaha kadar bekletilir. Ardından tencereye alınır ve kaynamaya bırakılır. Kaynamaya bırakıldığı zaman içine isteğe göre karanfil atılır ve pişirilen kabaklar servis tabağına alınır ve tahin ve cevizle süslenir (KK-47, KK-48, KK-115).

3.7.4.7. Şerbetli Helva

Malzemeler:

- 1 kg un
- 150 gr tereyağı
- 1 su bardağı şeker
- Kuru üzüm

Şerbeti için:

1,5 su bardağı şeker

1 su bardağı su

Yapılışı:

Tereyağı tavaya alınır eridikten sonra üstüne un ilave edilerek kavrulur. Kavrulduktan sonra şeker su bir kaptaki karıştırılır ve helvayla birleştirilir şerbeti çekene kadar ocakta kalır ve daha sonra ocaktan alınır isteğe göre üzerine üzüm eklenerek servis edilir (KK-98, KK-103).

3.7.4.8. Muş Pastası**Malzemeler:**

1 su bardağı şeker

Yarım su bardağı yoğurt

2 yumurta

Yarım su bardağı süt

Yarım su bardağı sıvıyağ

1 paket vanilya

1 paket kabartma tozu

Yapılışı: Bir kabın içinde yumurta ve şeker iyice çırpılır. Daha sonra yağ, yoğurt ve süt ilave edilerek çırpma işlemine devam edilir. İyice çırpıldıktan sonra kabartma tozu ve vanilya alabildiğince un kek hamurundan biraz daha koyu kıvamı alacak şekilde hamur elde edilir. Daha sonra yağlanmış tepsiye kaşık yardımıyla dökülür kızardıktan sonra servis tabağına alınır 180 derecede pişirilir (KK-2, KK-27).

3.7.4.9. Toz Şekerli Pasta**Malzemeler:**

2 yumurta

1 su bardağı yoğurt

1 su bardağı şeker

- 1 paket margarin
- 1 paket kabartma tozu
- 1 ay kaşığı karbonat
- 1 avuç fındık

Yapılışı: Bir kapta un ile yağ yoğrulur daha sonra yumurta, şeker, yoğurt, kabartma tozu, karbonat, ilave edilir yoğrulma işlemine devam edilir. Kulak memesi kıvamında hamur elde edilir ve daha sonra top top pastalar yapılır, toz şekere batırılır ve ortasına fındık koyulur, 180 derecelik önceden ısıtılmış fırına verilir ve pişirilir (KK-75, KK-81).

3.7.4.10. Kalbur Hurması

Malzemeler:

- 1 ay bardağı yoğurt
- 1 tane yumurta
- 1 ay bardağı sıvıyağ
- 1 ay kaşığı karbonat
- 1 tatlı kaşığı tuz

Alabildiğince un, arzuya göre peynir.

Yapılışı: Bir kaba yoğurt, yumurta, yağ, tuz ve karbonat atılır ve kulak memesi kıvamında bir hamur elde edilir. Daha sonra süzgeç yardımıyla hamurdan parçalar alınır. Süzgecin üstünde şekil verilir isteğe göre içine peynir bırakılır, daha sonra kızgın yağda kızartılır (KK-13).

3.7.4.11. Muş Sütlacı

Malzemeler:

- 1 kg süt
- 1,5 su bardağı şeker
- 1,5 çay bardağı pirinç
- 1 yemek kaşık nişasta
- 1 ay bardağı ceviz

Yapılışı: 1 su bardağı su ile pirinçler suyunu çekene kadar pişirilir. Süt tencereye alınır ardından pirinçler eklenir ve kaynamaya bırakılır. Pirinçler pişene kadar kaynadıktan sonra nişasta eklenir ve 30 dakika kaynamaya bırakılır kıvamını aldıktan sonra şekeri eklenir. Daha sonra kâselere doldurularak soğumaya bırakılır. Üzerine ezilmiş ceviz serpilir (KK-129).

3.7.4.12. Beşi

Malzemeler:

150 gr margarin

1 yemek kaşık yoğurt

1 çay bardağı sıvıyağ

1 yemek kaşık sirke

Yarım paket kabartma tozu

Şerbet için:

3 su bardağı su

3 su bardağı şeker

1 adet limon

Yapılışı: Margarin bir tencereye alınarak eritilir. Eritilen margarin, yoğurt, sıvıyağ, sirke ve kabartma tozu bir kabın içine alınarak iyice karıştırılır. Sonra alabildiğince un eklenir ve kulak memesi kıvamında hamur elde edilir. Bir süzgeç yardımıyla hamurlardan ceviz büyüklüğünde hamur alınır ve süzgecin üstüne içine parçalanmış ceviz bırakılarak şekil verilir ve tepsiye dizilir 170 derecede kızarana kadar pişirilir, kaynatılmış ve soğumuş şerbet fırından çıkan tatlıyla buluşturulur (KK-101, KK-117).

3.7.4.13. Ev Baklavası

Malzemeler:

1 yemek kaşık sirke

1 yumurta

1 tutam tuz

5-6 damla limon

Yarım çay bardağı yoğurt

Yarım çay bardağı su

2 ay kaşık kabartma tozu

şerbet:

5 su bardağı şeker

5 su bardağı su

1 adet limon

Yapılışı: Bir kaba yoğurt, su, tuz, sirke limon ve kabartma tozu eklenir. Alabildiğince un atılır ve kulak memesi kıvamında hamur elde edilene kadar yoğrulur. Daha sonra ceviz büyüklüğünde 40 bezeye ayrılır. Daha sonra çay tabağı büyüklüğünde bezeler açılır. Aralarına nişasta serpilerek üst üste bırakılarak beşer beşer açılır. 10 tane yufkanın üstüne ceviz serpilir. Böylelikle 3 kata ceviz dökülmüş olur. Tatlıyı şekil verip kestikten sonra 1 paket margarin 1 çay bardağı sıvı yağ, fırında dağlandıktan sonra baklavanın üstüne dökülür 160 derecelik fırında 1 saat pişirilir daha sonra tatlının üzerine soğuk şerbet sıcak şekilde olan tatlıya dökülür (KK-94, KK-105, KK-138).

3.7.4.14. Isırđan Otu Pastası

Malzemeler:

Yarım kilo ısırđan otu,

1 su bardağı toz şeker

2 yumurta

1 paket vanilya

1 paket kabartma tozu

2 su bardağı un

1 su bardağı yoğurt

1 paket tereyağ

Arzuya göre kremşanti

Yarım ay bardağı haş haş

Yapılışı: Isırđan otu ayıklanarak ince ince doğranır. Daha sonra yıkanıp haşlanır. Süzgeçte süzölüp blendirdan geçirilir. Diğer taraftan yumurta ve toz şeker bir kabin içerisinde şeker eriyinceye kadar karıştırılır. Yoğurt, vanilya, kabartma tozu ekledikten sonra çırpma işlemine devam edilir. Daha sonra un ve haşlanmış ısırđan otu hazırlanan karışıma eklenir. Tüm malzemeler karıştırılmaya devam edilir. Tepsinin tabanı yağlanır. Hazırlanan karışım dökülür, daha önce ısıtılan 180 derecede pişirilir. Piştikten sonra arzuya göre kremşanti ve haşa haş üzerine ilave edilir (KK-10, KK-17).

3.8. Salatalar

3.8.1. Domates Soğan Salatası

Malzemeler:

2 adet orta boy soğan

4 adet domates

Kâfi miktarda tuz

Yapılışı: Domatesler yıkanır. İkiye bölünerek ufak ufak doğranır. Daha sonra soğanlar ufak ufak doğranır. Domateslerle karıştırılır üzerine tuz ilave edilir (KK-5).

3.8.2. Yayla Sarımsağı Otu Salatası

Malzemeler:

1 demet yayla sarımsağı

1.5 su bardağı çökelek

Yapılışı: Yayla sarımsağı otu küçük küçük doğranır. Üzerine çökelek dökülerek karıştırılıp tabaklara doldurularak servis yapılır (KK-16).

3.8.3. Sebze Ezmesi

Malzemeler:

1 adet orta boy soğan

3 adet sivri biber

1 demet maydanoz

2 diş sarımsak

1 yemek kaşık salça

3 adet domates

Nar ekşisi

Tuz

Yapılışı: Bütün malzemeler rondodan geçirilir. İçine tuz salça ve nar ekşisi eklenir. Ezme servise hazır hale getirilir (KK-75).

3.8.4. Semizotu Cacığı

Malzemeler:

1 su bardağı su

500 gr yoğurt

3 adet salatalık

1 demet semizotu

2 diş sarımsak

Yapılışı: Semizotu ufak ufak doğranır. Salatalarda ince ince kıyılır veya rendeden geçirilir. Üzerine yoğurt ve tuz ilave edilerek karıştırılır (KK-13).

3.8.5. Yabani Nane Otu Cacığı

Malzemeler:

Yarım demet yabani nane otu

3 adet salatalık

500 gr yoğurt

2 diş sarımsak

1 su bardağı su

Yarım demet maydanoz

1 tutam tuz

Yapılışı: Yabani nane otu ve maydanoz küçük küçük doğranır. Salatalarda rendeden geçirilir. Daha sonra üzerine yoğurt dövülmüş sarımsak ve su eklenerek karıştırılır (KK-74, KK-17).

3.9. Turşular

3.9.1. Salatalık Turşusu

Malzemeler:

30 adet turşuluk salatalık

15- 20 tane nohut

1 çay bardağı sirke

1 tutam tuz

Yapılışı: Salatalıklar yıkanır. Bir kabın içine doldurulur. Daha sonra tuz suyun içerisinde tamamen eritilir suyun rengi berraklaşınca tuzlu su ilave edilir. Sirke eklenerek elle salatalıklar bastırılır üzerine ağır bir taş bırakılır. Kabin ağzı iyice hava almayacak şekilde kapatılır. 20-30 gün sonra yenir (KK-19).

3.9.2. Elma Turşusu

Malzemeler:

2 kilo ekşi elma

Yeteri miktarda tuz ve su

Yapılışı: Elmalar yıkanır. Bir kavanozun veya kabın içine doldurulur. Daha sonra tuz suyun içerisinde tamamen eritilir suyun rengi berraklaşınca tuzlu su ve sirke ilâve edilir. Kavanozun kapağı kapanarak ışık olmayan bir ortamda muhafaza edilir. Elmaların rengi sarardığında yenir (KK-118).

3.9.3. Karçin Turşusu

Malzemeler:

2 kilo karçin

1 su bardağı sirke

3 diş sarımsak

Kâfi miktarda su ve tuz

Yapılışı: Genellikle sert karçinden turşu yapılır. Karçinler iyice yıkanır. Suda biraz bekletilir. Kavanozun dibine sarımsaklar yerleştirilir. Üzerine karçinler doldurulur. Üzerine tuzlu su ve sirke ilave edilir. Ağzı hava almayacak şekilde kapatılarak birkaç gün sonra açılarak tuzuna bakılır. 20-30 gün sonra yenir (KK-13).

3.9.4. Biber Turşusu

Malzemeler:

2 kilo sivri biber

1 su bardağı sirke

Kâfi miktarda tuz ve su

Yapılışı: Biberlerin saplarının uçları kesilerek bir kaba yerleştirilir. Tuzlu suyun içinde berraklaşınca kadar eritilir. Daha sonra sirke ile birlikte ilâve edilir. Ağzı hava almayacak şekilde kapatılır. 20-30 gün sonra yenir (KK-57).

3.9.5. Meyve Turşusu

Malzemeler:

1 kâse alıç

10 adet ekşi elma

5 karçin

2 adet küçük boy karçin

1 adet nar

2 tutam üzüm

4 adet ayva

4 adet armut

10 nohut

2 diş sarımsak

1 çay bardağı sirke

1 tutam tuz

3 su bardağı su

Yapılışı: Meyveler temizce yıkanır. Her biri üçer dörder parçalara ayrılır. Nar kabuğundan ayıklanır. Kabın dibine nohutlar ve sarımsaklar yerleştirilir. Üzerine meyveler yerleştirilir. Eritilmiş tuzlu su ve sirke eklenerek ağzı sıkıca kapatılır. Işık almayan kapalı bir alanda muhafaza edilir (KK-100, KK-129).

3.9.6. Lahana ve Yeşil Domates Turşusu

Malzemeler:

1 kg lahana

15 adet yeşil domates

4 diş sarımsak

2 su bardağı sirke

Kâfi miktarda tuz ve su

Yapılışı: Yeşil domatesler iyice yıkanır. Dört eşit parçaya bölünür. Kelemler büyük parçalara ayrılır. Domates ve kelemler bir leğende karıştırılır. Bir kaba yerleştirilir. Tuzlu su ve sirke üste çıkıncaya kadar doldurulur. Sert bir şekilde bastırılarak ağzı kapatılır. 20-30 gün içinde yenmeye hazır olup sofraya çıkarılabilir (KK-37).

3.9.7. Erik Ezme Turşusu

Malzemeler:

2 kilo erik

2 yemek kaşığı tuz

Yapılışı: Erikler temizce yıkanır. Süzgeçten geçirilir. 2 yemek kaşığı tuz ilave edilerek ağzı sıkıca kapatılır (KK-24).

3.9.8. Balkabağı Turşusu

Malzemeler:

Balkabağı

Kaya tuzu

Su

Yapılışı: Tarlada yetişen balkabağı alınıp küp şeklinde kesilerek sirkeli suda bekletilir. Daha sonra bidonlara konulan kabaklar üzerine kaya tuzu ve geleneksel bir yöntem olan ekşiye hamurdan bir parça daha atılarak turşunun mayası yapılır. Daha sonra belli bir süre bekletildikten sonra afiyetle yenilmektedir (KK-17).

3.10. Reçeller

3.10.1. Alıç Reçeli

Malzemeler:

1 kg alıç

3 su bardağı şeker

3 su bardağı su

Yapılışı: Alıçlar iyice yıkanır. Bir tencereye konur. Su ilâve edilerek haşlatılır. Daha sonra alıçların yumuşadığından emin olduktan sonra süzgeçten geçirilerek çekirdeklerinden ayıklanır. Şeker eklenerek tekrar kaynamaya bırakılır. Tam kıvamını alınca ocaktan indirilir. Soğuyunca kavanoza doldurulur (KK-94, KK-95).

3.10.2. Kuşburnu Reçeli

Malzemeler:

1 kg kuşburnu

4 su bardağı su

Limon tuzu

Arzuya göre şeker

Yapılışı: Kuşburnu iyice yıkanır. Sapları ayıklanır. Bir saate yakın su içerisinde bekletilir. Sudan alınarak bir tencereye konur. Su ilâve edilerek yumuşayınca kadar haşlanır. Daha sonra sudan alınarak süzgeçten geçirilerek çekirdekleri alınır. Tekrar tencereye bırakılır koyulaşınca

kadar kaynatma işlemine devam edilir. Kıvamını aldıktan sonra soğuyunca kavanozlara bırakılır (KK-72).

3.10.3. Portakal Reçeli

Malzemeler:

- 1 kg portakal
- 4 su bardağı şeker
- 2 su bardağı su

Yapılışı: Portakallar küp küp doğranır. Portakallar bir tencereye konur. Su ilâve edilerek yumuşayıncaya kadar haşlanır. Şeker eklenerek koyulaşıncaya kadar kaynatmaya devam edilir. Kıvamından emin olduktan sonra ocaktan indirilir. Soğuyunca kavanozlara alınır (KK-12).

3.10.4. Ayva Reçeli

Malzemeler:

- 1kg ayva
- 4 su bardağı şeker
- 2 su bardağı su
- 1 tatlı kaşığı limon tuzu veya yarım çay bardağı limon suyu

Yapılışı: Ayvalar temizce yıkanır. Kabukları soyulur, ortasındaki çekirdekleri alınır. Küçük küçük dilimlere ayrılır. Ayvalar bir tencereye boşaltılır. Su ilâve edilerek yumuşayıncaya kadar haşlanır. Daha sonra şeker eklenerek kaynatma işlemine devam edilir. Üzerine arzuya göre limon tuzu veya limon suyu dökülür. Soğuyunca kavanozlara doldurulur (KK-46, KK-47, KK-118).

3.11. İçecekler

3.11.1. Şerbet

Malzemeler:

- 4 adet limon

1 kg şeker

1 su bardağı bal

2 lt su

Yapılışı: Limonlar temizce yıkanır. Limonların suyu sıkılarak içi derin olan bir tencereye alınır. Daha sonra şeker, bal ve su ilave edilerek karıştırılır. Yaklaşık 4 saat bekletilir. Daha sonra bardaklara doldurularak soğuk servis yapılır.

3.11.2. Ayran

Malzemeler:

1 su bardağı yoğurt

2 su bardağı su

1 çay kaşığı tuz

Yapılışı: Yoğurt bir sürahinin içine alınır. Mikserle veya kaşık yardımıyla iyice çırpılır. Üzerine soğuk su yavaş yavaş ilave edilerek karıştırma işlemine devam edilir. Daha sonra tuz eklenerek karıştırılır.

3.11.3. Hasköy Köz Çayı

Malzemeler:

Çay

Su

Şeker

Yapılışı: U şeklinde üç tane taş hazırlanır. Ortasına aynı boyutta odunlar yerleştirilerek yakılır. Diğer taraftan çaydanlık temizlenerek içine su doldurulur. Ateşin üzerinde kaynamaya bırakılır. Kaynadıktan sonra içine çay ilave edilerek demlemeye bırakılır. Demini tuttuktan sonra bardaklara doldurularak tüketilir.

3.11.4. Hoşaf

Malzemeler:

- 1 su bardağı kuru üzüm
- 2 su bardağı meyve kurutması (elma, armut, erik, ayva)
- 2 su bardağı şeker
- 5 su bardağı su
- 1 su bardağı kayısı kuru

Yapılışı: Kuru üzüm, kayısı, elma, armut, erik kuru su iyice yıkanır. Üzerlerine su eklenerek 30 dakika bekletilir. Yumuşayan meyveler bir tencereye alınır. Daha sonra su ilave edilerek kısık ateşte kaynamaya bırakılır. 15 dakika kaynadıktan sonra şekeri ilave edilir. Meyveler yumuşayınca tadı ve suyu kontrol edilerek isteğe göre su veya şeker eklenir. Hoşaf soğuduktan sonra servis edilir.

Muş'ta iklimin sert olması ve karın yerde kalkmadığı zamanlarda geleneksel Muş mutfağında tahıl ürünleri, süt ürünleri, kurutulmuş sebze ve meyveler, etler oldukça önem kazanmıştır. Beslenme kültürü ülkeden ülkeye şehirden şehre değişkenlik arz eder. Bu değişkenlik toprağından coğrafyasına kadar pek çok nedeni içinde barındırır. Ancak yemek pişirme kültürü değişmeyen bir kültürdür.

Muş mutfağının belli başlı yemekleri çorbalar, sebze yemekler, etli yemekler, hamur işleri, süt ürünleri olarak sınıflandırmak mümkündür.

Muş yemekleri büyük zaman ve zahmet isteyen yemeklerdir. Bazı yemekler birkaç kişinin bir araya gelmesiyle yapılmaktadır. Bundan dolayı bölgenin geleneksel mutfak kültüründe paylaşma, birlik ve beraberlik, misafirperverlik her alanda kendini göstermektedir. Komşularla birlikte yapılan ortak yemekler Muş köftesi, kılçıklı dolma, çorti örnek gösterilebilir. Yörede göz kararıyla yani ölçüsüz yemeklerde yapılmaktadır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

4. MUŞ'TA YETİŞEN BİTKİ TÜRLERİ VE BİTKİLERİN YEMEKLERDE KULLANIŞI

Yenilen otlar insanoğlunun beslenmesi açısından çok yararlıdır. Bitkiler, çok az miktarda yağ bulundurarak vitamin ve su oranı yüksek olup bu açıdan çok zengindirler. Yenilen otlar çarşı pazarlarda bitkileri tanıyan kişiler tarafından satılmaktadır. Yörede ot satanlara "ot tüccarı" denilmektedir. Ot tüccarları kendileri otları toplar ve satarlar. Genellikle torbalarda ve bidonlarda salamura olarak satılmaktadır. Otun çok olduğu mevsim ilkbahardır. Yöre halkına hangi otu yedikleri sorulduğunda hayvanlardan ineklerin, keçilerin kekliklerin yediği her ot yenilmektedir. Çünkü hayvanlar zehirli ve faydası olmayan bitkileri yemezler.

Hayatımızın her alanında görülen bitkiler, kavram olarak " ekilen, biçilen, ya da kendi kendine yetişen varlıklar" şeklinde tanımlanmıştır." (Özkan, 2012: 2).

Bitkilerin halk arasında tedavi amacıyla kullanılması insanlık tarihiyle eşdeğerdir. Bitkisel kökenli droglar, kimyasal dönemin açılması ve ilerlemesi ile eski değerini kaybetse de farmakolojik tedavi yöntemlerinin en büyük bölümlerinden olmayı devam ettirmiştir. İlaçların doğal kaynaklılara göre fazla olması, insanları tekrar bitkilerle tedaviye yöneltmiştir (Atasoy, 2009: 369). İlk insandan itibaren günümüze kadar insanlar topladıkları bitkileri tedavi amaçlı ve yemeklere lezzet katması için kullanmışlardır.

Günümüzde sağlıksız beslenmenin yaygınlaştığı bu dönemlerde bitkilerin kadar ön plana çıkmasında son dönemlerde yapılan festivaller ve alternatif tıbbın etkisi büyüktür. Bu konuda yapılan çalışmalar ve etkinlikler bitkilerin insan hayatındaki yerini eskisinden daha önemli bir hale getirmiştir.

Muş'ta özellikle kırsal alanda yaşayan yöre halkı bitkilerden faydalanırlar. Yörede yetişen bitkilerin salatası, haşlaması, kavurması yapılmaktadır. Yöre halkı aynı zamanda tedavi amaçlı bitkileri de kullanmaktadır.

Yörede yemekte ve tedavi amaçlı kullanılan bitkiler şunlardır: Çiriş, ikiz otu, kuşkonmaz, kaz ayağı, ısırgan otu, yabani nane, sinirli ot, tükürük otu, tırşok, sakız otu, tantur, tere otu, zıvrık, halız, orman maydanozu, cehtëri, soo, şeker pancarı, turp, kuş burnu, kereng nebi, yer elması, böğürtlen, kekik otu, şelim, papisik, helizerk, halız mantarı, evlik, reşik mantarı, huri otu, madomak, nane çuce, pelsığ bitkileridir. Sadece tedavi amaçlı olan bitkiler ise, yılanıyastığı, sılğok, ışkın, ebegümeci, şekerleme, gerdık, cevrok, garze, pıltan, gürnik, yaban soğanı, kuş ekmeği, gümüş, çırcırok, paridar, hılxılok, mervend, papisik, geven, kavak ağacı mantarı, gül hatmi çiçeği, pijdan, tekerek, dujik, gottık bitkileridir.

Muş mutfağında kullanılan en önemli bitkiler; çiriş otu, çakşır otu, semizotu, ışkın, tantur, yaban havucu (gizer), kuşkonmaz (menejör) ve kuş burnu, tere otu (kersım), yer elması (sev erdik), tükürük otu (sıpidank)'dır. Bu bitkilerin yetişme zamanları ve toplanma zamanları yöre halkı tarafından bilinmektedir. Toplanma dönemlerinde dağlarda, ovada ve bostanlarda insanların bitkileri toplamak için çıktığını görmek mümkündür. Toplanan bitkilerin kurutma ve salamura yöntemiyle farklı mevsimlerde de tüketilmesi sağlanmaktadır. Bu yöntemler sayesinde yöre halkı her mevsimde sağlıklı beslenme fırsatını bulmaktadır.

Muş'ta kışların uzun sürmesi nedeniyle kışlık saklanan yiyecekler özenle kaldırılmaktadır. Bu nedenle bahar ve yaz aylarında kışın tüketilecek yiyecekler farklı yöntemlerle saklanmaktadır. Kışlık saklanan yiyeceklerden biri de bitkilerdir. Mevsiminde yetişen bitkiler kış için ya kurtulmakta ya da salamura yöntemiyle tüketilmek üzere saklanmaktadır.

Muş, bereketli toprağının yöre halkına sunduğu birçok nimeti kendi içinde barındırmaktadır. Burada yetişen bitkiler sadece Muş sınırlarında kalmayıp lezzetini ve sağlık yönünden faydasını başka diyarlara da taşımaktadır. İlkbahar mevsiminde toplanarak kışlık kurutulan, salamurası yapılan bitkiler il dışına hatta ülke sınırlarının ötesine dahi gönderilmektedir. Bu denli zengin bitki çeşitliliğine sahip Muş yöresi yemek kültürüyle de adından söz ettirmektedir.

Muş gastronomisi turizm açısından yöreye has bitkileriyle önemli bir şehir konumundadır. Muş'ta yetişen bitkiler Muş mutfağının tanıtımında çok önemli bir yer tutmaktadır.

4.1. Alıç

Alıç (givîj, cev zerik), ilkbahar mevsiminde ortaya çıkan, dağlarda yetişen bir bitkidir. Aynı zamanda sonbahar ayında olgunlaşan yabani bir meyvedir. Dikenli dallara sahiptir. Bazıları ekşi bazıları tatlıdır. Yuvarlak bir görünümü olan kırmızı, sarı, yeşil, beyaz renklere sahiptir. Rengine göre değişik tatları vardır. Yeşil ve sarı olanlar genelde ekşidir, kırmızı ve pembe olanlar tatlıdır.

Alıç reçeli, hoşafı, turşusu, sirkesi yapılmaktadır. Sinir sistemi yatıştırdığı gibi ishal kesici özelliği vardır. Fazla tüketildiğinde kabızlık yapar (KK-51).

4.2. Bejek

İlkbahar ayında dere ve su kenarlarında yetişir. Yaprakları soyulup sapı tuza bandırılarak yenilir. Aynı zamanda sapının kış için salamurası yapılmaktadır. Muş'un yöresel yemeği grarın içine ufak ufak doğranarakta tüketilir. Kabızlığa iyi gelir (KK-98, KK-129).

4.3. Böğürtlen

Böğürtlen doğada kendi kendine yetişen bir bitkidir. Yabani üzüm, diken dutu, diken çileği, mormorik, karamama, kedi dutu, bleck berry, ve rybus fruticosus böğürtlenin bilinen diğer isimleridir. Görüntüsü ve rengi ise hem dikkat çekici hem de sevimlidir. Hiçbir insan müdahalesi olmadan yol kenarlarında ve çalılıklarda yetişebilmektedir. Mayıs ayında çiçek açmaya başlayan bu güzel meyve, Haziran'a doğru meyve vermeye başlar(www.bilgihanem.com).

Muş'ta genellikle vadilerde ve yamaçlarda biten böğürtlen (dendikreşk, dırneşk), dikenli bir bitki olduğundan toplanması oldukça zor sulu bir bitkidir. Kırmızı, pembe, mor, siyah çeşitli renkleri vardır. Çok şifalı bir bitki olan dendikreşk özellikle kan yapıcılığı yönünden faydalı bir bitkidir. Toplanan dendikreşkler farklı şekillerde tüketilmektedir. Kurutularak veya taze olarak tüketilir. Çayı, reçeli, pastası yapılmaktadır. Kurutulan dendikreşk sapından ayrılarak kurutulur kavanozlara doldurularak kışın çayı yapılır. Dendikreşkin reçeli ise, kaynatılan dendikreşkler şeker ile karıştırılarak kavanozlara konulur. Yaklaşık 1 hafta sonra tüketilir. Enfeksiyonlara karşı vücudun bağışıklığını güçlendirir. Kan yapıcı özelliği vardır. Ateş düşürücü özelliği vardır. Mide bulantılarını giderir (KK-5, KK-67).

4.4. Cevik

Dağlarda kendiliğinden yetişen yabani bir bitkidir. Ekşi bir tada ve küçük yapraklara sahiptir. Tuzlanıp çiğ olarak tüketilir. Cildi gençleştirir ve bağışıklık sistemini güçlendirir. Göz ve göz hastalıklarına yararlıdır (KK-21, KK-146).

4.5. Cevrok

Cevrok, yaz gelmeden olgunlaşmakta ve çiğ olarak tüketilmektedir. Dağda ovada her yerde doğal olarak yetişir. Yer fıstığına benzer, yerin altında bulunan kökü çıkarılarak kabuğu soyulup çiğ çiğ yenilir.

Göz kuruluğuna, kızarıklığına ve alerjiye iyi gelir. Nadir bulunan bir bitkidir (KK-50, KK-76).

4.6. Civanperçemi

Civanperçemi (pıltan), Mayıs ayında yeşeren sadece dağlarda biten bir bitkidir. Tatlandırıcı olarak katta, çörek ve ekmek çeşitlerine konulur. Çok güzel bir kokuya sahiptir. Güzel kokuya sahip olduğu için evlerde ve odalarda kurutulup duvarlara asılır. Geçmişte yoğurt içine konularak tadı zenginleştirmek için kullanılmaktadır. Nefes açıcı ve kötü kokuları giderici özelliği vardır. Sinirleri yatıştırır. Öksürüğü keser (KK-46, KK-51, KK-52).

4.7. Çakşır

İlkbaharda ortaya çıkan ve dağlarda kendiliğinden yetişen bir bitkidir. Erzurum, Muş'un Varto ilçesi sınırlarında ve Muş'un Kurtik dağında yetişmektedir. Vartonun bazı köylerinde çakşır (çağ,jağ) bitkisi tüketenlerin ikiz çocuğu olacağı inancı hâkim olduğundan dolayı "ikiz otu" adını almıştır. Mayıs ve Haziran aylarında dağlarda toplanan çakşır bitkisinin sadece dalı tüketilir. Şeker hastalığına birebirdir. Sindirimi kolaylaştırır.

Turşu gibi çeşitli kaplarda salamurası yapılmaktadır. Çakşır otunun dalları üzerinde küçük yaprakları vardır. Yaprakları ayıklanarak sadece dalı bırakılıp soğuk suda yıkanır. Kazanlarda ezilmeyecek şekilde haşlanıp ve soğuk suda biraz bekletilir. Bidonlara yerleştirilir üzerine tuzlu su veya peynir suyu ilave edilip bidonun ağzı sıkıca kapanarak serin yerde muhafaza edilir (KK-29).

4.8. Çekçeğan

İlkbahar ayında ortaya çıkan sonbahar ayında toplanılan dağlarda yetişen bir bitkidir. Ortalama olarak 120 cm'ye kadar yüksek sapı vardır. Güzel kokuya sahiptir. Daha çok salatalarda kullanılan dereotu çiğ olarak da tüketilmektedir. Kansızlığa, vitamin ihtiyacını karşılamada birebirdir. A ve C vitaminleri yönünden çok zengindir. Ağız ve diş sağlığına birebirdir, nefes açıcı özelliği vardır soğuk algınlığına iyi gelir (KK-51, KK-59).

4.9. Çırçırok

Çırçırok, Nisan ayında ortaya çıkıp yaz mevsiminin sonuna kadar bulunabilen bir bitkidir. Kırılarda, çayırlarda yetişen geniş yapraklara sahip bir bitkidir. Yalnız kurutularak çayı yapılır. Bu bitki aynı zamanda hayvanlara da verilmektedir. Aç karınla yenilmesi bağırsak kurtlarını düşürür. Hazımsızlığa ve şişkinliğe iyi gelir. (KK-9, KK-34, KK-57).

4.10. Dağ Kekiği

Dağ kekiği (cehtirî), dağlık alanlarda ve dere kenarlarında yetişir. İlkbahar mevsiminde ortaya çıkıp yaz aylarının sonlarında toplanır. Güzel bir kokuya sahiptir. Genellikle baharat

olarak kullanılır. Saplarıyla toplanarak kurutulur daha sonra ufalanır kaplara doldurularak kış için kaldırılır. Etli yemeklerin tadını zenginleştirir. Cacık, çorba ve omlette kullanılır. Nefes açıcı özelliği vardır. Mide ağrısına ve gaz şişkinliğine iyi gelir. Boğaz hastalıklarına iyi geldiği için suda kaynatılıp içilir. Balgam söktürücü ve idrar yolları iltihaplarını giderici özelliği vardır (KK-5, KK-60).

4.11. Dağ Teresi

Dağ teresi (kersım), ilkbahar ayında ortaya çıkar. Genellikle dere kenarlarında ve sulak yerlerde bulunur. Geniş yapraklara sahiptir. Sadece yaprakları toplanarak tüketilir. Yemeklerde kullanım şekli, temizce yıkanır suda haşlatılır daha sonra süzülüp küçük küçük doğranarak soğanla birlikte yağda kavrulur. Dağ teresi bitkisinin özellikle yapraklarından dolması yapılmaktadır. Aynı zamanda kersım yaprakları haşlatılarak üst üste bırakılıp derin dondurucularda muhafaza edilerek kış için kaldırılır. Dere kenarlarında ağaçlık yerlerde yetiştiği için nadir bulunan bir bitkidir. Mide ağrılarına iyi gelir. Metabolizmayı hızlandırır (KK-121, KK-143, KK-149).

4.12. Dujik

Su alanlarında ve su kenarlarında kendiliğinden yetişir. Sonbahar mevsimi gelmeden olgunlaşmakta olan dujik otu sadece gövde kısmı soyularak çiğ tüketilmektedir. Tadı acımsı olduğu için "Dujik" adını almıştır. İştah açıcı özelliği vardır. Yorgunluğu giderir (KK-1).

4.13. Ebegümeci

Ebegümeci (dolık, tolik), ilkbahar ayından sonbahar ayına kadar rahatlıkla her yerde bulunabilen geniş yapraklı, yeşil renkli, mor çiçekli bir bitkidir. Haşlatılıp derin dondurucularda muhafaza edilir. Aynı zamanda kurutularak kışın tüketilmektedir.

Kaynatılıp suyunun içilmesi regl sancısı çeken kadınlar için özellikle önerilmektedir. 2 yarım kaşık kurutulmuş dolık üzerine 1 su bardağı kaynar su dökülür. 5-10 dakika süreyle kaynatılır. Aynı zamanda çorbalara ve yemeklere katılmaktadır. Antibiyotik özelliği vardır. Mide ve bağırsak ülserinde kullanılabilir. Ağız iltihaplarına ve enfeksiyonlara karşı birebirdir. Aybaşı ve lohusa dönemi sancılarını iyi gelir. Ebegümeci çayı mide rahatsızlıklarını giderir ve idrar yollarındaki iltihabı söker (KK-8, KK-102).

4.14. Evlik/Evelik

İlkbahar mevsiminde Türkiye'nin birçok bölgesinde yetişen bir bitkidir. Mevsiminde toplanan, tadı tırşok otuna benzeyen kendiliğinden yetişen ekşi otlardandır. Tuzlanarak çiğ yenir. Muş'ta evlikten yapılan yemeklerden bazıları evlik kavurması, evlik dolması, evlik turşusu, evlik haşlama ve evlik çorbasıdır (KK-49, KK-81).

4.15. Garze

Garze, nadir bulunan kendiliğinden yetişen yabani bir bitkidir. Karın eridiği gibi ortaya çıkan ve yerde uzun süre kalmayan bir bitkidir. Sadece tuzlanıp çiğ olarak tüketilmektedir. İshali keser ve kabızlığı giderir (KK-78).

4.16. Geven Otu

Geven otu (guni), dikenli ve kökü derinlere kadar giden dağ yamaçlarında yetişen kısa boylu bir bitkidir. Bu bitkinin dallarında ve gövdesinde salgılanan elastik olan sıvı alınarak sakız gibi çiğnenmektedir. Bu sıvı madde gevenin tam olgunlaşma çiçek açma dönemlerinde görülmektedir. Aynı zamanda kökünde olan tablet çiğ olarak tüketilmektedir. İştah açıcı özelliği vardır (KK-133).

4.17. Goşt Berhık

Meşe ağaçlarının olduğu yerde yetişir. İlkbahar mevsiminde ortaya çıkıp yaz mevsimine kadar bulunabilen bir bitkidir. Meşe ağaçlarının delik olan kısımlarında yeşerir. Üstü tuğla gibi olan bembeyaz bir renge sahiptir. Mantara benzer, yaprakları geniştir.

Etin tadına benzediği için ‘goşt berhık’ ismini almıştır. Nadir bulunan lezzetli bir bitkidir. Kan yapıcı özelliği vardır ve unutkanlığa iyi gelir (KK-1, KK-2, KK-4).

4.18. Gottık

Tarlalarda, yol kenarlarında yetişen çok bilinmeyen bir bitkidir. Yalnız gövdesi tüketilmektedir. Gövdesi turşusundan yemeğine kadar pek çok şekilde tüketilebilir. İştah açıcı bir özelliği vardır. Mide şişkinliğine ve mide bulantısına iyi gelir (KK-61, KK-104).

4.19. Gül Hatmi Çiçeği

Ebegümeci familyasına ait olan hatmi çiçeği killi, humus bakımından zengin toprakları seviyor, şiddetli rüzgarlara karşı toprakları seviyor, şiddetli rüzgarlara karşı pek dayanıklı olmadığı için güneş alan ama rüzgardan korunaklı bir alanda yetiştirilmesi gerekiyor. Halk arasında hiro, hire, deve gülü, silindir çiçeği ve gülhatmi gibi isimlerle anılan hatmi çiçeği yetişmek için olumlu şartları bulduğunda 2-2,5 metrelere kadar çıkabiliyor (www.Hatmiciceği.com).

Kış’ın kurutularak çayı yapılır. Temmuz ve ağustos aylarında çiçek açar sonbahar aylarında toplanarak kurutulur. Mor, beyaz, pembe, kırmızı ve sarı çiçekleri vardır. Enfeksiyonlara karşı ve soğuk algınlığında etkilidir. Sıcak suda demlenerek elde edilen çayın cildin sivilcelerden temizlenmesini sağlar. Bronşit, astım ve boğaz ağrısı için balla kaynatılır (KK-3, KK-61).

4.20. Gümüş

Çok bilinmeyen yalnızca dağlarda bulunan bir bitkidir. İnce uzun yapraklara sahiptir. Sapı soyularak tuza bandırılıp çiğ olarak tüketilir. Aynı zamanda pişmiş olarakta tüketilir. Gümüş otu kaynatılıp suyu ile saçlar yıkanırse saçın dökülmesini engeller ve saçın çabucak uzamasına neden olur (KK-74).

4.21. Ğerdik

İlkbahar mevsiminde dağlarda yetişen, çiçek açan ve geniş yapraklara sahip bir bitkidir. Yapraklarından genellikle sarma yapılır. Haşlatılıp yumurta ile yağda kavrularakta tüketilir. Aynı zamanda kış için haşlatılıp derin dondurucuda muhafaza edilir. Ğerdik otunun yapraklarının sapları kesilir, boylarına göre ayrılıp üst üste konulur. Soğuk suyun içinde iki üç defa bastırılıp çıkarılır. Kaynayan suyun içine atılır, delikli kepece yardımıyla 1 dakika sonra çıkarılır. Yaprakları süzildükten sonra düz bir şekilde buzdolabı poşetlerine doldurulur ve hava almayacak şekilde kapatılır. Çok nadir bulunan bir bitkidir. Bademciklerin şişmesine boğaz ağrılarına iyi gelir. İç hastalıklara iyi gelir (KK-89, KK-102).

4.22. Halız

Çakşır otunun diğer bir çeşidi olan halız ilkbahar ayında dağlarda yetişen bir bitkidir. Çakşır ve zıvrık otunda olduğu gibi yaz mevsimine doğru toplanır. Kış için salamurası yapılarak bidonlarda muhafaza edilir. Yemeklerde kullanım şekli olarak halızın sadece un bulamaçı ve pilavı yapılmaktadır. Çakşır ve zıvrıktan farkı daha geniş yapraklara ve daha acımsı bir tada sahip olmasıdır. İştah açıcı özelliği vardır (KK-8, KK-74).

4.23. Halız Mantarı

Halız mantarı, nisan ve mayıs aylarında dağlarda biten halız bitkisinin çürümesinden sonra kökünde yetişen bir çeşit mantardır.

Çok fazla tüketilen lezzetli bir mantardır. Halız mantarı, haşlatılıp derin dondurucularda muhafaza edilerek kışında tüketilmektedir. Bağışıklık sistemini güçlendirir. Tiroid hastalıklarının azaltmada yardımcı etkindir (KK-88, KK-93).

4.24. Hılxllok

Hılxllok, ilkbahar aylarında gövdesi yerin altında ve yaprakları yere yayılmış bir şekilde yetişen bir bitkidir. Bu bitkinin sadece gövdesi soyularak yenmektedir. Migren, sinüzit ve baş ağrısına iyi gelir. Sakinleştirici özelliği vardır (KK-7).

4.25. Hıttık

Hıttık, ilkbaharın sonu ile yazın ilk aylarında yetişen bir bitkidir. Yeşil yapraklı boyu yaklaşık 20-30 cm olan bu bitki yaprakları yeşil olduğunda toplanmaktadır. Yaprakları sarardığında zamanının geçtiği anlaşılmaktadır. Toplanan hıttık temizce yıkandıktan sonra sıcak suda haşlanır. Daha sonra suyunun süzülmesi için sıkılarak bir tencereye konur. Tavada yağla birlikte pişirilerek tüketildiği gibi üzerine yumurta ve yoğurt ile birlikte de tüketilmektedir. Mide şişkinliği ve mide gazına iyi gelir. Yorgunluk ve uykusuzluğa yararı dokunmaktadır. Kan şekerini düzene sokmaktadır (KK-98, KK-106, KK-159).

4.26. Huri Otu

Huri otu, yüksek kesimlerde kendiliğinden yetişen nadir bulunan bitkilerdendir. Yaprakları incecik kökü nohut tanesi kadar olan lezzetli bir bitkidir. Huri çorbası, gözlemesi ve kavurması yapılmaktadır. Huri otunun faydaları gaz ve şişkinliği gidererek midneyi rahatlatır. Vücut direncini yükseltir (KK-74, KK-102).

4.27. Isırgan Otu

Anadolu'da cızgan, dalağan, dalan ve ısırgan otu olarak bilinen Gerzınık, çok yıllık ve otsudur. Yapraklarında ve gövdesinde yakıcı tüylerle kaplanmış, tohumlu, çoğunda sütsü öz bulunmayan, basit yapraklı, küçük çiçekli, sulak yerlerde yetişen yabancı bir bitkidir (Apuhan ve Beyazkaya, 2019: 32). Türkiye'de her bölgenin tükettiği oldukça şifalı bir bitkidir. Muş'ta halk arasında gezgezk, gezgezok, kezkezok olarak adlandırılmaktadır. Toplandığında elde kaşıntı, şişme ve yanma yaptığı için toplaması zahmetlidir. İlkbaharda her yerde yetişen ve çok fazla bulunan bir bitkidir. Suyunun tüketilmesi insan vücudundaki iltihabı dışarı atar. Bağırsak problemlerine, deri hastalıklarına saç dökülmesine iyi gelir. Kan yapıcı ve iştah açıcı özelliği vardır. Haşlatılıp kavurması yapılmaktadır. Isırgan otu, çorbası kanser hastalığına iyi gelir. Çok fazla bulunan bir bitkidir (KK-15, KK-20, KK-53, KK-87, KK-117).

Haşlatılıp derin dondurucularda muhafaza edilmektedir. Aynı zamanda yaprakları kurutularak kış aylarında tüketilmektedir. Muş'ta özellikle ısırgan otu çorbası yaygındır. Bulgur yemeklerinde gözlemelerde, pilavda, çorbada, pastada kullanılır (KK-67).

4.28. Işkın

Roves, revas, uçkun, rıbez gibi adlarla da anılmaktadır. Dağlarda yüksek kesimlerde yetişen bir bitkidir. İlkbahar mevsiminde yeşerir mayıs ve haziran arası toplanır. Ekşimsi ve acımsı bir tada sahiptir. Kabuğu soyularak çiğ tüketilmektedir. Aynı zamanda ışkın kabuğu ve kökü kurutularak kışın çayı yapılmaktadır. İştah açıcıdır. Mide bağırsak gazlarını giderir. Aynı zamanda ağızda bulunan çeşitli yaralara iyi gelir. Kurutulmuş kabuğunun kaynatılıp suyu içilirse tiroit guatr hastalığına iyi gelir (KK-93, KK-117, KK-138).

4.29. Karahindiba

İlkbahar aylarında yetişen, tepesinde sarı tüyler bulunan uzun gövdeli bir bitkidir. Karahindiba, çiğ olarak tüketilmektedir. Yemeklerde kullanım şekli, yaprakları koparılıp temizce yıkanır, daha sonra tuzlu suda bekletilir. Ufak ufak doğranarak salatanın içine konularak afiyetle tüketilir. Aynı zamanda üzerine limon sıkılarak tüketilmesi bağırsaklar için çok faydalıdır. İshali keser, hazmı kolaylaştırır (KK-16).

4.30. Kaşım

Kaşım, bostan ve bahçelerde ekilen sebzelerin diplerinde yetişir. Genellikle yazın sonlarında ve sonbaharın ilk aylarında yetişir. Koyu yeşil yapraklı, kısa boylu olan bir bitkidir. Kökü kesilip atılarak geriye kalan bölümü temizce yıkanıp tencerede suda kaynatılır. Haşlanan tantur süzgece konularak suyunun süzülmesi sağlanır. Daha sonra tavada yağ ile kızartılarak yemeye hazır hale getirilir (KK-98).

4.31. Kavak Ağacı Mantarı

Muş mantar açısından oldukça zengin bir ildir. Özellikle yağmurun yağdığı mevsimlerde daha yoğundur. Bahçelerde, ormanlarda, bağlarda doğal olarak yetişir. Kavak ağaçlarının dibinde de mantarlar biter ve bu mantar kavak ağaçlarının dibinde yetiştiği için "kavak ağacı mantarı" diye isimlendirilmiştir. Mantarın zehirli olanı da vardır bu yüzden toplayanların tecrübeli olması gerekir. Mantar, bağışıklık sistemini güçlendirir. Kolesterolün düşürülmesine yardımcı olur. Vücudun direncini artırır hastalıklara yakalanma riskini düşürür (KK-13, KK-108, KK-117).

4.32. Kaz Ayağı

Muş ilinde pexas, bebuge gaze ve kaz ayağı olarak adlandırılmaktadır. İlkbahar mevsiminde ortaya çıkar ve her yerde yetişebilen bir bitkidir. Kaz ayağına benzediği için "bebuge gaze" adını almıştır.

Haşlaması ve kavurması yapılmaktadır. Suyunun tüketilmesi insan vücudundaki iltihabı dışarı atar. İştah açıcı bir özelliği vardır. Yemeklerde en yaygın kullanım şekli kaz ayağı iyice yıkanıp temizlenir, sonra süzgeçten geçirilip süzülür. Bir tencerede yağın içinde kavrulup üzerine arzuya göre yumurta veya yoğurtla yenilir. Aynı zamanda tuzlanıp çiğde tüketilebilir. Kış aylarında kullanılmak için kurutulup kaldırılır (KK-65, KK-88, KK-89).

4.33. Kekik Otu

Kekik otu (giyaye gev), ilkbahar aylarında dağ yamaçlarında yetişen kokulu bir bitkidir. Kekik otu kurutularak baharat olarak kullanılır. Kekik otu kurutması, öncelikle toplanan kekik otunun yaprakları koparılır. Bu yapraklar bir tepsiye konularak yaklaşık bir hafta güneşte kurumaya bırakılır. Daha sonra ufalanır, kavanozlarda muhafaza edilerek kaldırılır. Çeşitli yemeklerde çorbalarda baharat olarak tüketilir. Kekik otunun aynı zamanda çayı da yapılmaktadır. Kurutulan kekik otu kaynayan suda 5 dakika demlenir. Nefes darlığına ve boğaz iltihabında yararlıdır. Mide şişkinliği ve mide gazına iyi gelir. Diş ve diş hastalıklarında suyunun kaynatılıp gargarası yapılmaktadır (KK-88).

4.34. Kereng Nebi

Dikenli bir bitki olan kereng nebi ilkbahar aylarında yeşermektedir. Dikenli yaprakları olan kereng nebinin koparılması zahmetlidir. Yenilen kısımları yalnız gövdesidir. Gövdesi soyularak çiğ tüketilir.

Kereng nebi bitkisinin bir diğer önemli özelliği ise, yoğurt yapımında maya olarak kullanılmasıdır. Kereng nebinin yoğurt mayalaması şu şekildedir: Süt bir tülbentten geçirilerek süzülür. Bir derin tencereye alınarak kaynatılır. Kaynatıldığı zaman yoğurt yapımı için kereng nebi bitkisinin bir bölümü ilave edilir. Bitkinin içinde bulunan sıvı maya görevi görerek sütün yoğurt olmasını sağlamaktadır. Bağırsak kurtlarını düşürür. Karın ağrısına iyi gelir. Sindirimi kolaylaştırır (KK-65).

4.35. Kuş Ekmeği

Kuş ekmeği (nane civik), ilkbahar mevsiminde dere ve su kenarlarında yetişen nadir bulunan bitkilerdendir. Sallayınca Ses çıkardığı için ‘‘ğışğışok’’ adını almıştır. Aynı zamanda beyaz çiçek veren bir bitkidir. Yalnız çiçek açtığı bölümün içinde bulunan ses çıkaran üçgen kısım çiğ yenilmektedir. Gıda zehirlenmesinde tüketilir. Karın ağrısını giderir (K-107).

4.36. Kuşburnu

Kuşburnu (şilang, şilan), ilkbahar mevsiminde yeşermeye başlar sonbahar ayında toplanır. Bitki ilk önce beyaz çiçekler açar. Çiçek açtıktan sonra yapraklarını döker, daha sonra güle benzer kuşburnu bitkisi ortaya çıkar. Dallarının dikenli olduğu için toplaması zahmetlidir. C vitamini açısından çok faydalıdır. Kışın vazgeçilmez bitkilerindendir. Özellikle şilang kurutularak kış için kaldırılmaktadır. Aynı zamanda kuşburnu reçeli yapılmaktadır.

Bağırsıklık sisteminin güçlendirilmesinde etkilidir. Kan basıncını düzenler, kanserli hücrelere karşı çıkar. Soğuk algınlığı tedavisinde kullanılır. İdrar söktürücü özelliği vardır. Kuşburnu ağacının kökü kaynatılarak suyunun içilmesi bronşit, nefes darlığı, astım hastalıklarına iyi gelir, inancı hâkimdir (KK-6, KK-15, KK-41).

4.37. Kuşkonmaz

Kuşkonmaz bitkisinin melcî otunun anavatanı Akdeniz ülkeleri, Avrupa ve Anadolu’dur (Apuhan ve Beyazkaya, 2019: 34). Kuşkonmaz (menejör) ilkbahar mevsiminde doğal olarak yetişmektedir. Genellikle ovada ve dere kenarlarında bulunan ağaçların dibinde yetişir. Böbrekleri temizler, bağırsakları hızlı çalıştırır ve metabolizmayı düzene koyar. Kış için haşlatılıp dolapta muhafaza edilir. Hem çiğ hem de pişmiş olarak yenilir.

Yemeklerde kullanım şekli: Kuşkonmaz ayıklanarak ince ince doğranır. Daha sonra yıkanıp haşlanır. Süzgeçte süzülüp yağda kavrulur üzerine yumurta ya da yoğurt ilave edilerek tüketilir (KK-98, KK-99).

4.38. Madomak

Kuzukulağıgiller familyasından, toprak üstüne yatık sürünücü odunsu gövdeli, ufak pembe çiçekli, çok yıllık yenebilen otsu bitki türü. Cinsin diğer türlerinden oldukça iri yapraklarıyla belirginleşir. Orta Anadolu mutfağında besin olarak kullanımı yaygındır ve çiğ ‘’ madımak salatası’’ olarak yenir ya da pişirilerek ‘’ madımak aşısı, cacığı, mıhlaması, çorbası, gözlemesi, bükmesi’’ yapılır. Köyden şehre yapılan göçlerle şehirlerde de aranır olduğundan büyük şehirlerde pazarlarda da satılır (www. Madımak.com.tr).

İlkbahar mevsiminde ormanlıklarda, dere kenarlarında boş tarlalarda vb. birçok yerde doğal olarak yetişen bir ottur. İdrar söktürücü özelliği vardır. Kabızlığı engeller, ishali keser. Kan şekerini dengeler (KK-45, KK-83).

4.39. Mantar

Mantar (guvar, gıvar, guvarık), birçok çeşidi olan bir bitkidir. Tüketilmesi yanında mantarın faydaları oldukça fazladır. Mantar çorbası, pilavı, soğanla birlikte kavurması, fırında kızartması ve sulu yemeği yapılmaktadır. Çok kısa sürede pişmesi ve pratik olmasından dolayı yemeklere ilave edilerek pişirilir. Aynı zamanda Muş’ta mantar kurutulup kış için kaldırılır (KK-109).

Son derece besleyici bir bitkidir. Kalsiyum, kolesterol düşürücü bitkilerden biridir. Tokluk hissi uyandırır. Kırmızı et kadar protein içerir, kansızlığa iyi gelir. Yüksek oranda demir içerir. Kan hücrelerinin oluşumuna teşvik eder, böylece anemiye de iyi gelir (www.sifalıbitkitedavisi.com).

4.40. Mervend

Mervend otu özellikle ilkbahar aylarında yetişen bir bitkidir. Bu bitkinin koparılma zamanı ise bitkinin üzerindeki tomurcukların beyaza dönüşmesiyle anlaşılmaktadır. Tomurcukları beyaza dönüştükten sonra koparılan mervend güneşte kurutulmaya bırakılır. Yaklaşık olarak bir hafta kuruması için bekletilen mervend daha sonra bir bez parçasına sarılarak kaldırılır. Tüketilmek istendiği zaman ise su içinde kaynatılarak bir yazma yardımıyla süzülerek bir kaba konulur suyu tüketilir. Genellikle kış aylarında tüketilen mervend özellikle şeker hastalığına iyi geldiği için şeker hastaları çok fazla tüketir (KK-127).

4.41. Meyan Otu

Meyan otu (süs, sus), ilkbahar mevsiminde dağlarda yetişen bir bitkidir. Dalı pembe, yaprakları yeşil ve ekşimsi bir tada sahiptir. Yalnızca çiğ tüketilmektedir. Aynı zamanda salamura yapılmaktadır. İştah açıcı bir özelliği vardır. C vitamini bakımından oldukça zengindir (KK-17, KK-19).

4.42. Nane çuace

Nane çuace, kavak ağacı diplerinde kendiliğinden yetişen bir bitkidir. Gövdesi ve yaprakları yere yatık, yaprakları geniş ve yeşil renge sahip bir bitkidir. Salatasından çorbasına ve pancarından yemeklerine kadar yapılan lezzetli bir bitkidir. Mide ve bağırsakta oluşabilecek hastalıkları engeller (KK-9, KK-13).

4.43. Nerbent

Nerbent özellikle yaz aylarında yaylalarda yetişen bir bitkidir. Bu bitkinin içindeki sıvının sakız gibi çiğneme özelliğe vardır. Nerbent koparılarak gövdesi ikiye bölünüp içindeki sıvı avuç içine akıtılır. Daha sonra biraz bekletilir o sıvı hafiften katılaşıp ağza atılır ve sakız gibi çiğnenir. Bu bitkinin gövdesi de soyularak taze yenildiği gibi pancarı yapılarakta yenmektedir. Nerbent bitkisinin yemekte kullanım şekli, koparıldıktan sonra haşlanarak pişirilir yağ ve tuz ilave edilerek afiyetle yenilir. Şeker hastalığına iyi gelir. Kansere karşı koruyucu olduğu bilinmektedir (KK-77, KK-90).

4.44. Orman Maydanozu

Orman maydanozu (mendık), ilkbahar mevsiminde dağlarda, ovada her yerde bulunan bir bitkidir. Sapıda çakşır otu gibi yumurta un ve yağla yapılmış karışıma bandırılıp kızartılarak tüketilir. Aynı zamanda küçük küçük doğranarak yumurta ile kavrularda tüketilir. Haşlatılarak derin dondurucularda muhafaza edilir. Çakşır otu gibi salamurası yapılır. Ağız kuruluğuna iyi gelir ve tükürük bezlerinin iyi çalışmasını sağlar. İştah açıcı bir özelliği vardır. Bronşit ve nefes darlığına iyi gelir (KK-14, KK-9, KK-42).

4.45. Papatya

Papatya (şelepuk, pat pat) ilkbahar aylarında dağlarda, tarlalarda, kırlarda, ovalarda yetişen bir bitkidir. Aynı zamanda bir çiçek olan papatya toplandıktan sonra kurutulmak için güneşin önüne serilir, kurutulan papatya kavanozlara doldurularak kış için kaldırılmaktadır.

Papatya çayı genellikle sakinleştirici özelliği olduğundan dolayı kış aylarının vazgeçilmez bitkilerindendir. Kaynatılan şelepuk suyunun cildi nemlendirdiğine ve yüzdeki sivilcelerin giderilmesinde etkindir (KK-74, KK-90).

4.46. Papisik

Papisik (kedi pençesi), kedi pençesini andırdığı için bu isimle adlandırılmaktadır. Bu bitki ilkbahar aylarında ovalarda yetişmektedir. Toplanan kedi pençesi otu yıkandıktan sonra tencerede haşlanıp suyunda biraz bekletilir. Daha sonra sıkılarak suyu süzülür, üzerine yağ ve tuz ilave edilerek kavrulur. Kışlık olarak haşlatılıp derin dondurucularda muhafaza edilmektedir. Pişirilmek istendiğinde derin donduruculardan çıkarılarak çözünmeye bırakılır, daha sonra bir tencereye alınarak biraz soğan ile birlikte kavrularda yemeye hazır hale getirilir. İştah açıcı özelliği vardır. İshal giderici özelliğe sahiptir (KK-93).

4.47. Paridar

İlkbahar mevsiminde yeşermeye başlar, yazın toplanır. Yemeklerde yapımı temizce yıkanır. Suda haşlatılır, suyunu süzdükten sonra yağda çökekle kavrularda tüketilir. Mide ağrılarına, mide şişkinliğine, bulantılarına karşı iyi gelir (KK-7).

4.48. Pelsing

Muş ovasında yetişen nadir bulunan bir bitkidir. Gövdesi toprak üzerinde yatık, yaprakları yuvarlak, yeşil ve mor renklidir. Pelsing otunun yalnızca yaprakları ve gövdesi pişirilerek yenir. Yemeklerde yapımı temizce yıkanır. Suda haşlatılır, suyunu süzdükten sonra yağda çökekle kavrularda tüketilir. Kan yapıcı özelliği vardır. Kan şekerini dengeler (KK-58).

4.49. Pıltan

Pıltan, genellikle dağlarda ve dere kenarlarında yetişir. İlbahar ayından yazın sonuna kadar bulunan bir bitkidir. Güzel bir kokuya sahiptir. Yeşil haliyle de kurutularak da tüketilebilir. Pıltan kış için saklama yöntemi, saplarından ayrılan pıltan yaprakları kurutulur. Daha sonra ufalanır, kavanozlara doldurularak kış için kaldırılır.

Çorbalarda, ayran aşında, çeşitli yemeklerde baharat olarak kullanılır. Ilık suyun içine bir tatlı kaşığı tuz atılarak diş ve diş eti hastalıklarında gargarası yapılmaktadır. Limonla birlikte kaynatılıp içilmesi zayıflatır. Mide ve bağırsak şişkinliklerine göğüs hastalıklarına iyi gelir. Antibiyotik ve nefes açıcı özelliği vardır. Bu durumlarda, 2 yarım kaşık kurutulmuş pıltan üzerine 1 su bardağı kaynar su dökülür. 5-10 dakika süreyle demlendirilerek içilir. (KK-26, K-29, K-131).

4.50. Pıtrak

Pıtrak, “gürnik, gürnik, giyaye verme giyaye belaye, giyaye şemse” diye birden fazla isimle anılır. Şemsiyeye benzediği için “giyaye şemse” adını almıştır. İlbahar mevsiminde ortaya çıkar ve sonbahar mevsiminin sonuna kadar yetişen bir bitkidir.

Pıtrak yaprağından sarma yapıldığı gibi küçük küçük doğranıp tavada yağla kavrularak da tüketilmektedir. Haşlatılıp derin dondurucularda muhafaza edilir. En önemli özelliği mantar, egzama, alerjiye iyi gelir. Gebe kadınların mide bulantısını giderir (KK-4, KK-13, KK-30).

4.51. Pijdan

Sonbahar aylarında yetişen sarı çiçekli kokulu bir bitkidir. Dağlarda, tarlalarda ve yol kenarları gibi birçok yerde yetişmektedir. Pijdan otu, haşlatılarak tüketildiği gibi kurutularak kışın da tüketilmektedir. Özellikle basur hastalığının tedavisinde kullanılır. Solunum yolu enfeksiyonlarına nefes darlığına iyi gelir. Şeker hastalığı tedavisinde etkilidir (KK-1, KK-88).

4.52. Pivok

Pivok, ilkbahar aylarında yüksek kesimli dağlarda kendiliğinden yetişmektedir. Uzun yapraklı kökü ceviz tanesi kadar büyük olan bir bitki yumrusudur. Bu bitkinin kökünün kabuğu soyularak içindeki beyaz kısım yenmektedir. Pivok toplanıp sapı örgü yapılarak kış için kaldırılır. İştah açıcı özelliği vardır. Kalp ve damar hastalıklarına iyi gelir (KK-83, KK-100).

4.53. Reşik Mantarı

Yaz aylarında su kenarlarında, ormanlarda, tarlalarda kendiliğinden yetişen bir bitkidir. Siyah renkli olduğu için “reşik mantarı” adını almıştır. Mantarların birçok zehirli çeşidi bulunmaktadır. Mantarları tecrübeli kişilerin toplaması çok önemlidir. Reşik mantarının kavurması, çorbası yapılmaktadır. Reşik mantarının sağlığa faydaları hazmı kolaylaştırır. Bağırsaklık sistemini güçlendirir (KK-1, KK-4).

4.54. Sakız Otu

Muş'ta halk arasında gerenk, kerenk, kenger olarak adlandırılmaktadır. Dağlarda ve kayalıklarda yetişen dikenli sütlü bir bitkidir. Nisan ve mayıs aylarında çiçek açar haziran ayında toplanılır. Yaprakları dikenli olduğu için toplanması zahmetlidir.

Piştirilerek ve çiğ olarak tüketilir. Kış mevsimi için salamurası yapılmaktadır. İştah açıcı bir özelliği vardır. Vücuttaki krampların çözümüne yardımcı olur. Hazımsızlığı giderir şeker, tansiyon ve migren hastalığına iyi gelir (KK-41, KK-76).

Yemeklerde yapılışı, küçük küçük doğranarak temizce yıkanır. Üzerine su ilave edilerek tencereye konulur. Haşlanıncaya kadar kaynatılır, haşlandıktan sonra süzülür. Yağda kavrularak isteğe göre un bulamaçına bandırılıp tavada kavrulur veya üzerine yumurta ilave edilerek piştirilir. Kengel otunun ekmeği, çorbası, kavurması yapılır. Kış aylarında çiğnenmesi için sakızı da yapılır, bitkinin beyaz kısmı kesilir içinde süte benzer bir sıvı bulunmaktadır o sıvı alınır dolapta bir gün bekletilir. İkinci gün çiğnenmek için hazır hale gelir (KK-51, KK-70).

4.55. Semizotu

Muş'ta hem çiğ hem de piştirilerek yenilen bir bitkidir. Halk arasında semizotu, "prpırım parpar, pırpır" olarak adlandırılmaktadır. Ovada, dağda, bahçede, bağda her yerde kendiliğinden yetişen hafif ekşimsi bir ottur. İlkbahar aylarında ortaya çıkar ve bütün yaz aylarında rahatlıkla bulunabilen bir bitkidir.

Şeker hastalığında, mide rahatsızlıklarında tedavi edici özelliği olduğu gibi çocuklar için kemik güçlendirici, demir eksikliğini giderici özelliği vardır. Sindirimi kolaylaştırır ve zayıflatıcı etkisi vardır. Metabolizmayı düzenler. Kansızlığa iyi gelir (KK-9, KK-21).

Yemeklerde kullanım şekli, semizotu öncelikle temizce yıkanır, haşlatılıp suyunu süzdükten sonra yağda çökelek ile kavrulup tabaklara doldurulur. İsteğe göre üzerine sarımsaklı yoğurt ilave edilerek tüketilir. Cacıkta, salatada, çorbada pek çok yemekte kullanılır (KK-129).

4.56. Sığırdili

Sığırdili (gürüz, guriz), ilkbahar mevsiminde her yerde yetişen mor çiçekli bir bitkidir. Aynı zamanda geniş yapraklara ve tüylere sahiptir. Mayıs ve haziran aylarının arası toplanır. Bitki yenildiğinde jölemsi güzel bir tada sahiptir. Bağışıklığı güçlendirir, zehirlenmeye karşı tüketilir, idrar yollarındaki iltihabı söker ve midedeki gazı giderir (KK-7).

4.57. Sılgok

İlkbahar mevsiminde sadece dağlarda yetişen geniş yapraklı bir bitkidir. Nadir bulunan yabani bir ottur. Yalnız haşlatılarak kavurması yapılır. Aynı zamanda haşlatılarak derin dondurucularda muhafaza edilir. Mide ağrısı ve mide ekşimesine iyi gelir. (KK-22, KK-23).

4.58. Silmask

Silmask, yaz aylarının sonları ile sonbahar ayının ilk zamanlarında bostanlarda tarlalarda yetişmektedir. Bu bitki kısa boylu ve küçük yapraklara sahiptir. Eylül ayında koparılmaya başlanan silmask kurutularak ve haşlanarak kavurması yapılmaktadır. Haşlanan silmask içine doğranmış soğan katılarak, üzerine yumurta kırılarak veya yoğurt dökülerek farklı şekillerde yapılmaktadır. Kalp ve damar hastalığına iyi gelir. Bağışıklığı güçlendirir. Hazmı kolaylaştırır (KK-48).

4.59. Sinirli Ot

Genellikle "sinirli ot" olarak bilinen bu bitki Muş'ta "perheviz, pelheviz, pelgeviz, elin dilan" olarak adlandırılmaktadır.

Sinirli ot, ilkbahar mevsiminde dağda, ovada bahçelerde her yerde yetişen geniş yapraklı bir bitkidir. Yeşil taze şekliyle ve pişirilerek tüketebilmektedir. Salatası ve geniş yapraklı olanların dolması yapılır. En önemli özelliği deride oluşan mantar, çeşitli yaraların veya vücudun herhangi bir yerinde çıkan iltihapların tedavisinde kullanılmasıdır. Mantar ya da yaraların üzerine bırakılır, mikrop dışarı atıncaya kadar bekletilir. Antibiyotik özelliği vardır. Aynı zamanda Perhevizin kaynatılarak suyunun içilmesi sivilcelerin yok edilmesine neden olur (KK-39, KK-56, KK-61).

Yemeklerde yapılış şekli, gürüz iyice yıkanıp temizlenir, sonra süzgeçten geçirilip süzülür. Bir tencerede yağın içinde kavrulup üzerine çökelek ilave edilerek yenilir (KK-7).

4.60. Soo

Muş'un Varto ilçesinde yaşayan insanlar bu bitkiyi tüketirler. İlkbahar ayında yeşermeye başlayan dağda, tarlada, bahçede yetişen ve haziran ayında toplanan bir bitkidir.

Yemeklerde kullanım şekli, ilk önce temizce yıkanır, daha sonra haşlatılmak için tencereye doldurulur üzerine su ilave edilir. Haşlandıktan sonra çökelek ile birlikte yağda kavrulur. Daha sonra tabaklara doldurularak servis yapılır. Aynı zamanda sapıyla da küçük küçük doğranıp aynı şekilde çökelek ile kavrulup tüketilebilir. Haşlatılıp salamurası yapılmaktadır. Karın ağrısına ve mide ülserinin tedavisinde kullanılır (KK-2, KK-16).

4.61. Şeker Pancarı

Ovada yetiştirilen bir bitkidir. İlkbahar ayında ekilir, sonbahar ayında toplanır. Kökü havuçtan daha büyük ve geniş yapraklara sahiptir. Yaprakları haşlatılıp tüketildiği gibi sarması da yapılır. Kökü ise suyun içinde patates gibi haşlatılıp daha sonra kabuğu soyularak afiyetle yenilir. Yaprakları sarma yapılarak haşlatılıp derin dondurucularda muhafaza edilir. Kökü de aynı şekilde haşlatılarak derin donduruculara atılır. Suyu özellikle sinüzit hastalığına iyi gelir. Pancar suyunun içilmesi göğüs hastalıklarına da iyi gelir (KK-4, KK-54).

4.62. Şekerleme

Dağ, bahçe, ova her yerde yetişen bir bitkidir. Muş'un Varto ilçesinde sıpink olarak adlandırılır. Uzun kamışlı, kökü top ve beyaz olan bir bitkidir. Toprağın altında olan beyaz tatlı kısmı çiğ olarak yenilir. İştah açıcı özelliği vardır (KK-74, KK-90).

4.63. Şelim

Şelim tohumu atılarak insan müdahalesi ile yetişen bir bitkidir. Bu bitkinin kökü yerin altında patatesi andıran mor renge sahiptir. Genellikle yaz aylarında ekilir, sonbahar mevsiminde toplanır. Yetiştikten sonra şelim toplanarak yapraklarından ayrılır. Sapının turşu gibi çeşitli kaplarda salamurası yapılır. Aynı zamanda yaprakları haşlanarak derin dondurucularda muhafaza edilir. Kökü soyulup pişirilerek pancarı yapılır. Kışın ise çıkarılarak suda haşlatılır. Daha sonra suyu sıkılarak üzerine tereyağı dökülerek pişirilir ve afiyetle yenilir. Kurutulan yaprakları ise, kışın çayı yapılarak tüketilmektedir. Tiroit hastalıklarından korur. Tok tutar ve mide bulantısının giderir. Tansiyonu düşürür. Kalp ve damar hastalıklarından korur (KK-88).

4.64. Tantur

Çok yaygın bir bitki olan tantur, ilkbahar mevsiminde dağda ovada kendiliğinden yetişen bir bitkidir. Parparın bulunduğu yerde mutlaka tantur otu da yer alır. Tantur otu sindirimi kolaylaştırır ve mide rahatsızlıklarına iyi gelir. Aynı zamanda şeker hastalığına iyi gelir.

Yemeklerde yapılışı, tantur toplandıktan sonra iyice yıkanır. Daha sonra ufak ufak doğranır. Tencerede haşlatılıp, süzgeçten geçirilerek yağda kavrulur. Üzerine yoğurt ya da çökelek eklenerek afiyetle yenilir (KK-29, KK-86, KK-106).

4.65. Tekerek

Tarlalarda yol kenarlarında yetişen çok bilinmeyen bir bitkidir. Yaprakları ve gövdesi dikenlidir. Yenilen kısımları yalnız gövdesidir. Gövdesi soyularak çiğ tüketilmektedir. Zayıflatıcı özelliği vardır. Metabolizmayı düzene koyar (KK-13, KK-57).

4.66. Turp

Turp (silk), her yerde yetişen bir bitkidir. İlkbahar ayında ortaya çıkar, sonbahar ayında toplanır. Turp'un kök kısmı ve yaprakları yemeklerde kullanılır. Kökü haşlatılarak derin dondurucularda muhafaza edilmektedir. Kışın vazgeçilmez bir bitkisidir.

Kış aylarında rahatsızlık verici olan bronşit ve astım gibi solunum yolu hastalıklarına iyi gelir. Kabukları soyulmuş turp'un ortası boşaltılarak içinden bal akıtılır. Turp'un içinden boşalan balın tüketilmesi nefes darlığı, astım vb. hastalıklara iyi gelir. Özellikle siyah turp'un balla yapılan karşımı bronşit hastalığına birebirdir. İdrar söktürücü, kötü ağız kokularını giderici gibi pek çok faydası vardır (KK-7, KK-16, KK-37).

4.67. Turşu

Dırşok, tırşok olarakta adlandırılmaktadır. İlkbaharda her yerde yetişen ekşimsi bir tadı olan yabani bir ottur. İki çeşit dırşok vardır. Biri hayvanlara verilir, diğer çeşidini ise insanlar tüketir. Tüketilirken dikkat edilmesi gereken bir ottur. Geniş uzun yapraklara sahiptir. İsteğe göre salatada, çorba çeşitlerinde ve yemeklerde kullanılır. Yaprakları soyulup içindeki dal tuza bandırılıp çiğ bir şekilde de tüketilir. Yaprakları çeşitli yaraların üzerine bırakılarak iyileşmesini sağlar. Kansızlık için faydalıdır. İştah açıcı özelliği vardır. C vitamini barındırır, idrar söktürür ve basura iyi gelir (KK-18, KK-22, K-45).

4.68. Tükürük Otu

Tükürük otu (sıpıdak), ilkbahar mevsiminde dağda ovada her yerde yetişen bir bitkidir. Genellikle ilkbahar mevsiminde kurutulup kışın tüketilir. Taze haliyle de tüketilebilir. İçindeki sütün yaralara iyi geldiğine inanılır. Yeni doğum yapan kadınlar için süt yapıcı özelliği vardır (KK-5, KK-95).

Yemeklerde yapılış şekli, tükürük otu iyice yıkanıp temizlenir, sonra süzgeçten geçirilip süzülür. Bir tencerede yağın içinde kavrulup üzerine arzuya göre yumurta veya yoğurt eklenerek yenilir (KK-31).

4.69. Üzerlik

Üzerlik (helizerk), ilkbahar aylarında özellikle tepelerin güneş gören yamaçlarında yetişen bir bitkidir. Kışlık olarak kaldırılan bu bitki bölgede yaygın olarak görülmemektedir. Üzerlik'in yapılış şekli, toplandıktan sonra temizce yıkanır ve tencerede birkaç defa kaynatılarak haşlatılır. Tereyağında kavrularak pişirilir. Aynı zamanda haşlanarak pancar gibi kavrulmakta ve yumurtalı yapılmaktadır. Kolesterol hastalıkları için kullanılır. İdrar söktürücü özelliği vardır (KK-79, KK-133).

4.70. Yaban Soğanı

Yöre halkı tarafından yaban soğanı, ‘‘soraz, soraje, soryezk’’ olarak adlandırılır. Çok bilinmeyen nadir bulunan dağlarda yetişen bir bitkidir. Soğan tadına benzediği için yabani soğan olarak adlandırılır. Yemeklere tat vermek amacıyla kullanır. Turp bitkisine benzer, geniş yapraklara sahiptir. Soğuk algınlığına iyi gelir. Bağışıklığı güçlendirir. Damar tıkanıklığı, yüksek tansiyona iyi gelir. Kısır kadınların gebe kalmaları için kullanılır. Kaynatılıp suyunun içilmesi adet düzensizliğine iyi gelir (KK-13, KK-87, KK-107).

4.71. Yabani Havuç

Yabani havuç (gizer, gizer), ilkbahar mevsiminde sadece dağlarda kendiliğinden yetişen nadir bulunan lezzetli bir bitkidir. Hem kökü hem de yaprakları tüketilir. Kökü turpa benzer, kökü yani yuvarlak olan bölümün kabuğu soyularak yenilir. Yaprakları sıcak suya bandırılıp tuzlanarak tüketilir.

Yaprakları üst üste yerleştirilip kış için derin dondurucularda muhafaza edilir. Kan yapıcı özelliği vardır. Vücudu dinç tutar. Kabızlığa iyi gelir (KK-45, KK-67).

4.72. Yayla Sarımsağı

Yayla sarımsağı (sîrim), ilkbahar mevsiminde dağlarda ve ovalarda yetişen bir bitkidir. Sarımsak tadında keskin kokusuyla ‘‘yabani sarımsak’’ olarak adlandırılmaktadır. Yemeklere koku va tat vermek amacıyla eklenir. Muş’ta özellikle kahvaltılarda çiğ olarak tüketilmekte ve yayla sarımsağı kelodoşu yapılmaktadır. Antibiyotik özelliği vardır. Tansiyonu düzenler. Enfeksiyona iyi gelir. Kısır kadınların çocuk sahibi olmaları için kullanılır. Göz kapağı üzerindeki gelinciklere sürülür (KK-65, KK-98).

Yemeklerde kullanım şekli, yeşil kısmı temizce yıkanır, küçük küçük doğranır. Yağda çökelek ile kavrulur ve yenilir. Kökü ise yani beyaz kısım, sap kısımlarından her bir dalını örerek güneş görmeyen serin yerde kurutularak muhafaza edilir. Kışın yemeklere ilave edilerek tüketilir (KK-2, KK-4).

4.73. Yemilik

Yemilik (sipînk), ilkbahar mevsiminde dağda ovada her yerde yetişen bir bitkidir. Özellikle buğday tarlalarının olduğu yerlerde yetişir. Kökünde sütlü bir madde vardır. Bu maddeden sakız yapılmaktadır. Hem çiğ hem de pişmiş olarak tüketilmektedir. Sipînk’in yemeklerde kullanım şekli haşlatılarak kavurması yapılır.

Sindirimi kolaylaştırır. A, C, E, B2, B6 vitaminleri bulunur. Demir, kalsiyum mineralleri vardır. İçindeki süt cilt bozukluklarına iyi gelir. Direnci artırır, tükürük bezleri üzerinde yararlı etkisi vardır. Aynı zamanda ağız kuruluğuna iyi gelir (KK-8, KK-102).

4.74. Yer Elması

Yer elması (sev erdık), genellikle ilkbahar aylarında yetişen bir bitkidir. Gövdesi yer altında olan ve kökü patatese benzeyen bir bitkidir. Yaprakları yere serili ve ince uzundur. Kökü ve gövdesi derinde olduğu için iyice kazarak çıkarılmaktadır.

Kahverengi kabukları soyularak içindeki beyaz kısım çiğ olarak tüketilmektedir. Soğuk algınlığına birebirdir. İç organlardaki enfeksiyonları dışarı atar. Hazımsızlığa ve şişkinliğe iyi gelir (KK-19, KK-54).

4.75. Yı lanyastığı

Yı lanyastığı, Muş ilinde karî, gari, garik, karik, kardî olarak adlandırılmaktadır. Yı lanyastığı ilkbahar ayında ortaya çıkar, mevsiminde toplanır, yaş hali acı olduğu için kurutulup kışın tüketilir.

Kurutulduğundan dolayı uzun süre muhafaza edilebilir. Yı lanyastığı otu örölerek güneş görmeyen yerde kurutulur. Yı lanyastığı hassas bir bitki olduğu için örölerek kurutulması dağılmasını engeller. Kanseri ve vücuttaki zehirli maddelerin dışarı atılmasına yardımcı olur. Sindirim hızlandırır. Şifalı bir bitkidir (KK-83, KK-107).

4.76. Zıvrık

Çakşır otunun bir çeşidi olan Zıvrık dağlık yüksek kesimlerde yetişir. Mayıs ve haziran ayı arası toplanır. Zıvrık cağa oranla daha küçüktür. Turşu gibi çeşitli kaplarda salamurası yapılır. İlk toplandığında acımsı bir tadı olduğu için kışın tüketilir. Zıvrığın salamurasının yapılış şekli, zıvrık dalları üzerinde küçük yaprakları vardır. Yaprakları ayıklanarak sadece dalı bırakılarak soğuk suda yıkanır. Kazanlarda ezilmeyecek şekilde haşlanmakta ve soğuk suda biraz bekletilir. Bidonlara yerleştirilerek üzerine tuzlu su ilave edilip bidonun ağzı sıkıca kapanarak serin yerde muhafaza edilir. Şeker hastalığına iyi gelir. İştah açıcı özelliği vardır. Böbrek taşlarını düşürür.

Yemeklerde pilavı, haşlaması, kavurması, un bulamacı, pohçası yapılmaktadır. İştah açıcı bir özelliği vardır (KK-5, KK-17, KK-29, KK-30).

Dünya üzerinde yaşayan insanların ilk andan itibaren ortaya çıkan besin ihtiyacını, doğanın insana sunduğu imkanlar ölçüsünde giderebilmiştir. İnsanlarla doğa arasındaki bu ilişki insanların bilgi birikimleriyle daha kapsamlı bir hal almıştır. Besin ihtiyacı insanların en temel ihtiyaçlarından biridir ve bunun giderilmesi yaşama tutunmanın en önemli ögesidir.

İnsanların yerleşik yasama geçmesiyle birlikte bitkilere olan ilgi daha da artmıştır. Bitkilerin insan yaşamında kullanımı iki temel alanda karşımıza çıkmaktadır. Birincisi besin olarak kullanımı ikincisi ise sağlık alanında tedavi amaçlı kullanımıdır. Tarihsel araştırmalara bakıldığında insanlar bitkileri daha çok tedavi için kullandığı görülmektedir. Günümüzde sağlıklı beslenmenin en önemli unsurlarından olan bitkiler, insanlar arasında daha fazla tüketilmeye başlanmıştır.

BEŞİNCİ BÖLÜM

5. HAYVANSAL ÜRÜNLER

İnsanların en önemli besin kaynaklarından birisi de hayvansal ürünlerdir. Hayvanlardan elde edilen ürünlerden birçok farklı ürün elde edilmektedir. Hayvansal ürünlerden yoğurttan; yoğurtlu dolma, yoğurtlu kabak, yoğurtlu uzun köfte (hışmık), yoğurt çorbası, grar vs. yapılmaktadır. Süt ürünlerinden sütlaç, muhallebi, pasta çeşitleri yapılmaktadır. Yumurtadan; soğanlı yumurta, çirişli yumurta, salçalı yumurta, haşlama, yağda omlet, kavurmalı yumurta, yumurtalı makarna kahvaltının ve pasta çeşitlerinin vazgeçilmezidir.

Yöre halkı, yağ olarak kuyruk yağı, ayçiçek yağı ve tereyağını pastalarda, yemeklerde ve kahvaltılarda kullanmaktadır.

Bir bölgenin hayvansal ürünlerine bakıldığında o bölgede hangi tür hayvanların beslendiğini anlayabilmek zor değildir. Muş' ta büyükbaş, küçükbaş, kümes hayvancılığı ve arıcılık yaygın yapılmaktadır. Büyükbaş ve küçükbaş hayvanlardan elde edilen süttten birçok farklı hayvansal ürün elde edilmektedir.

Hayvansal ürünlerin elde edilmesi için belirli bir zaman dilimi olduğu da göz ardı edilmemelidir. Genellikle yayla zamanı hayvansal ürünlerin yapım aşaması için en uygun zaman dilimidir. Bu uygun zaman dilimi ise bahar ve yaz aylarıdır. Besi hayvancılığı yapanlar içinde aynı şekilde bu aylarda hayvansal ürünler yapılmaktadır.

Yörede yapılan hayvansal ürünler peynir, yoğurt, çökelek, tereyağı, tutulmuş yogurt, kaymak, firo gibi birçok ürün akla gelmektedir. Hayvansal ürünlerin yapım aşaması ve işlemleri çok emek isteyen bir süreçtir. Ve her aşamasında temizlik önemli bir husustur.

Hayvansal ürünlerin ana kaynağı süt olsa da ürünlerin yapım aşamaları ve işlemleri farklılık göstermektedir. Örneğin; çökelek yapımı peynir elde edildikten sonra ondan süzülen sudan yapılmaktadır. Daha sonra süzülen su tekrardan ateş üzerine verilerek kaynatılır ve torbalara konur. Sonra yine içinde kalan su süzülün diye torbanın üzerine taş konur. Daha sonra torbadaki çökelek bir leğene alınarak tuz ile yoğrulup bidonlara konularak saklanır.

Bazı hayvansal ürünlerin tüketim zamanı farklılık göstermektedir. Örneğin; firo dediğimiz hayvansal ürün hayvandan sağılan ilk süttten elde edilen bir üründür. Sağılan ilk süt kazanda kaynatılır ve bu esnada süttün üzerinde oluşan topaklar alınarak bir kaba konur. Bu kapta toplanan ürüne firo denmektedir. Bu hayvansal ürünün en önemli özelliği çabuk tüketilmesidir.

Yörede kümes hayvancılığı da yaygın olarak yapılmaktadır. Köy halkının bir kısmı beslenen köy tavukları sayesinde doğal köy yumurtası elde ederek geçimini sağlamaktadır. Kaz ve hindi de aynı şekilde beslenmektedir. Kazlar ve hindilerin tadının kışın daha lezzetli olduğu inancı hâkim olduğu için genellikle kışın kesilmekte ve kışın tüketilmektedir.

Yörede aynı zamanda arıcılıkta yapılmakta ve kaliteli bal elde edilmektedir. Arıcılık çok zor bir uğraş olması sebebiyle sabır isteyen biri iştir. Bölgenin bitki örtüsü ve çiçekleri balın kalitesine etki etmektedir. Bir sene boyunca bakımı yapılan arılardan elde edilen lezzetli ballar sofralardan eksik edilmez ve insan sağlığı açısından da çok önemli bir yere sahiptir.

Hayvansal ürünlerin elde edilme süreçleri oldukça zahmetli ve emek isteyen bir süreçtir. Bunun yanında kışlık olarak saklama yöntemleri de mevcuttur. Gününüzde teknolojik imkanlar sayesinde soğuk hava depoları veya derin dondurucular kullanılmaktadır. Ancak geçmişte geleneksel yöntemler vardır. Bunlardan en önemli olanı toprak altında saklama yöntemidir. Elde edilen hayvansal ürünler bidonlara konulduktan sonra güneş almayan bir yerde beklendikten

sonra toprak kazılarak ev (ser xani) diye adlandırılan yerin altına gömülmektedir. Daha sonra kış ayları geldiğinde çıkarılarak tüketilmektedir. Hayvansal ürünlerin gömüldükleri yerlerin sulak veya yeraltı sularının olmadığı bir yer olmasına dikkat edilmektedir.

Hayvansal ürünlerin bir başka önemli özelliği ise, bitki örtüsünün buna müsait olmasıdır. Muş yöresi bu konuda hem ovası hem de dağlarıyla hayvancılık için elverişli bir konuma sahiptir. Bu da hayvancılığın yaygınlaşmasını sağlamaktadır.

5.1. Çökelek

Çökeleğin farklı yapılış şekilleri vardır. Çökelek, yoğurdun üzerine su ilave edilip ayran haline getirilir. Ayran büyük kazanlarda kaynatılıp daha sonra torbaya doldurulur. Suyunun süzülmesi için bir yere asılır. Suyunu süzdükten sonra çökelek haline gelir. Kutulara ya da bidonlara doldurulup ağzı hava almayacak şekilde iyice kapatılır. Muş'ta genellikle sonbahar ayında tadının daha güzel olması için toprağın altına konur, kışın çıkarılarak tüketilir. İlimizin Varto ilçesinde bu gelenek devam etmektedir. Derin dondurucularda muhafaza edilip buzunu çözdükten sonra da yenilebilir (KK-7, KK-12, KK-14).

Çökelek diğer yapılış şekli ise, Hayvandan sağılan taze süt bir tencerede ısıtılmaktadır. Sütün kaynamaması yani çok az ısınması yeterlidir. Isınan süte mayalanması için biraz yoğurt mayası (haven) katılır. Daha sonra bir gün beklemeye bırakılır. Ertesi günün sabahı devkıl denilen tavana asılı olan hayvan postunun içine konularak sallanır. Yaklaşık bir saate yakın sallandıktan sonra sütün yüzeyine topaklar şeklinde yağ çıkar ve bu yağlar kepçe yardımıyla alınır. Daha sonra geriye kalan ayran delikli tencere'ye alınır ve ayran (dêv) tekrardan ateş üstüne konulur. Kaynama seviyesine geldiğinde artık yavaş yavaş çökelek olmaya başlar (KK-24, KK-72).

5.2. Hayvan Yağı

Büyükbaş ve küçükbaş hayvanların sütünden yapılmaktadır. Sade yağ, meşk yağı ve çik yağı olmak üzere Muş'ta üç çeşit yapılır.

5.2.1. Sade Yağ

Hayvandan elde edilen süt ocak üzerinde kazan içinde kaynatılır. Kaynayan süt beklemeye bırakılır ve içine yoğurt mayası katılır. Bir gün beklendikten sonra yoğurt haline gelir. Daha sonra postun içine alınarak sallanır. Yüzeye çıkan yağ topakları kepçeyle alınarak bir kaba bırakılır. Toplanan yağ topakları avuç şeklinde toplanır haline getirilerek küplere konulur ve kaldırılır. Sade yağ (runê heyvan) yazın yapılarak kışın tüketilir (KK-1, KK-2).

5.2.2. Meşk Yağı

Meşk yağı yoğurttan yapılan bir çeşit yağdır. Meşk (hayvan postundan yapılan çalkalama aleti) içinde yapıldığı için meşk yağı olarak adlandırılmıştır. Meşk yağı yapımı, süt önce kaynatılarak mayalanması için yoğurt mayası veya yoğurt ilave edilir. Kapağı kapatılarak ısısını kaybetmesin diye bezle etrafı sarılır. Daha sonra yoğurt meşkin içine doldurulup çalkalanır. Yağlar kutulara ya da tenekelere doldurularak kaldırılır. Meşk yağı kaynatıldığı için daha sağlıklı ve daha lezzetlidir. Muş'ta kışın çok fazla tüketilir (KK-1, KK-4).

5.2.3. Çik Yağı

Çik yağı ise sütün tam kaynatılmadan (havf hali), sütün makineden ya da yayıktan geçirilerek elde edilen yağa denir. Genellikle buzdolabında, derin dondurucularda soğuk yerlerde muhafaza edilir (KK-90).

5.3. Peynir

5.3.1. Berivan Peynir

Koyun, keçi, inek vb. hayvanların sütleri alınarak tencere içine konur. Ocağın üstünde ısıtılır. Peynir için alınan peynir mayası içine atılır. Daha sonra ocaktan alınarak ısısının kaybetmemesi için üzerine bez atılarak 1-2 saate yakın beklenilir. Daha sonra yoğurt kıvamına gelen süt bir bezin içine boşaltılarak ağzı bağlanır. Üzerine bir taş bırakılarak içindeki suyun bir kaba akması sağlanır. Peynir olduktan sonra bir tepsinin içine bırakılarak kalıp şeklinde kesilerek tuzlanır. Bidonlara doldurularak kaldırılır. Günümüzde soğuk hava depolarına bırakılırken geçmişte geleneksel yöntem olarak toprağa gömülür veya kox (toprak altında yapılan oda) içine bırakılır. Kışın çıkarılarak hem tüketilir, hem de satılır (KK-8, KK-19).

5.3.2. Sade Peynir

Sade peynir, süt ve peynir mayası karıştırılıp birkaç saat bekletilir daha sonra torbalara konulur. Peynir kıvamını aldıktan sonraki gün bidon veya tenekelere sığacak şekilde doğranıp yerleştirilir. Bidonun ağzına kadar su ilave edilir. Bidon kapağının hava almaması için ağzı iyice kapatılır. Peynir tadının daha güzel olması için genellikle yerin altında veya bodrum katlarında muhafaza edilir (KK-1, KK-71).

5.3.3. Tomas Peyniri

Tomas peyniri, çökelek ve yoğurttan yapılan bir çeşit peynirdir. Çökelek ve yoğurt bir kaba alınır karıştırılarak tuzlanır. Daha sonra torbaya veya bezin (şelt) içine doldurulur. Suyunu süzmesi için torba yüksek bir yere asılır. Suyunu iyice süzdükten sonra bidonlara doldurulur. Bidon kapaklarını hava almayacak şekilde kapatılır. Kışın en çok tüketilen peynir çeşitlerindendir (KK-90, KK-143).

5.3.4. Sert Peynir

Sütten yapılan bir peynir çeşididir. Peynir küçük küçük doğranır ve mayalanan süt ile birlikte karıştırılıp yoğrulur. Daha sonra torbalara doldurularak yüksek yere asılır. Suyunu iyice süzdükten sonra bidonlara doldurulup ağzı iyice kapatılarak serin yerlerde muhafaza edilir (KK-25).

5.3.5. Pennerê Şo

Küçükbaş veya büyükbaş hayvandan sağılan süt bir tencerede ısıtılır. Daha sonra peynir mayası atılır. Tencerenin sıcak kalması için etrafına bez sarılır. Mayalanması için yaklaşık iki saat bekletilir. Daha sonra leğenin içine ince bir bez serilir ve mayalanan peynir bu leğenin içine dökülür. Bez bağlanarak üzerine ve altına geniş taşlar bırakılır ve suyunun süzülmesi sağlanır. Suyunu süzdükten sonra bez açılır ve peynir bir leğenin içine konur. Peynirler kalıp şeklinde kesilir üzerine tuz serpilerek kaplara bırakılır. Serin bir yerde tüketilecek zamana kadar muhafaza edilir (KK-78, KK-141).

5.3.6. Tulum Peyniri

Hayvandan sağılan süt ocakta ısıtılır. Daha sonra başka bir tencereye alınan sütün içine peynir mayası (havên) konulur. 5/6 saat mayalanması beklenir. Daha sonra bezden yapılan

torbalara konularak ağzı bağlanır ve üzerine ağır ve temiz bir taş bırakılarak suyunun iyice süzülmesi sağlanarak bir gün bekletilir. Bekletilen peynir suyu leğenin içine boşaltılır ve daha sonra ufalanarak bezden yapılan küçük torbalara veya bidonlara doldurularak serin bir yerde korunur. Aynı zamanda tulum peyniri yapımında hayvan postları (eyâr) kullanılmaktadır. Hayvan postunun içine basılan peynir tadının güzel olması için genellikle toprağın altında muhafaza edilir (KK-85, KK-96).

5.4. Fıro

Fıro, yeni doğum yapan ineğin ilk sütünden elde edilen çok sağlıklı ve yağlı bir peynir çeşididir. Yeni doğum yapan inekten iki gün geçtikten sonra sağılan süt toplanarak bir kazanda kaynatılır. Kaynayan sütün üzerinde topaklar halinde fıro oluşur. Bu topaklar bir kaba konur hemen tüketilir (KK-4, KK-5).

5.5. Devgrar

Süt önce kaynatılır daha sonra mayalanarak tencerenin içine doldurulur. Tencerenin etrafı sıcak kalması için bezle sarılır. Yoğurt haline gelene kadar bir gün bekletilir. Daha sonra yoğurt içine su ilave edilip ayran yapılır. Ayran bidonlara konularak bir iki gün bekletilir. Daha sonra tencerelere doldurularak kaynatılır. Kaynatıldığı süre zarfında karıştırılması gerekir yoksa çökelek olur. Daha sonra ocaktan alınarak soğumaya bırakılır. Soğuduktan sonra torbalara doldurulup ağzı iyice kapatılır. Toprağın altında ya da serin yerlerde kış için kaldırılır (KK-9).

5.6. Ayran

Yoğurdun üzerine su ilave edilerek kaşıkla veya çırpıcı ile karıştırılarak ayran haline getirilir. Yaylalarda devkıl ile ayran yapılmaktadır (KK-78).

5.7. Kaymak

Kaymak, ser şir ve tû olarak adlandırılmaktadır. Yapılan yoğurtların üstündeki kaymaklar toplanır çeşitli kaplarda sıkıştırılarak doldurulur ve ağzı iyice kapatılır. Daha sonra kışın yenmek üzere uygun bir yerde kaldırılır (KK-5).

5.8. Tutulmuş Yoğurt

Süt kaynatılır mayalanıp tencerelere konulur. Sıcak kalması için tencerenin etrafı bir bezle sarılır. Yoğurt haline gelinceye kadar bir gün bekletilir. Daha sonra torbalara doldurularak yüksek bir yere asılır. Suyunu iyice süzdükten sonra bidonlara ya da kaplara doldurulup hava almaması için ağzı iyice kapatılır. Kışın yenmek için serin yerlerde muhafaza edilir. Kahvaltı ve çeşitli yemeklerde kullanılan lezzetli bir yoğurt çeşididir (KK-2).

5.9. Mast

Süt bez (gurzik) içine konularak bir tencerede kaynatılır. Kaynadıktan sonra dinlenmeye bırakılır ve sonra yoğurt mayası konulur. Bir gün yoğurt haline gelmesi beklenir. Yoğurt tekrardan bez içine konularak asılır. Bir gün asılı kaldıktan sonra tuz serpilerek bir kaba konulur ve serin bir yerde kış için kaldırılır (KK-101).

5.10. Devtîr

Süt ocak üzerinde delikli tencere (nıkrik) içinde ısıtılır. Isındıktan sonra yoğurt mayası atılarak bekletmeye alınır. Bir gün bekletildikten sonra sabah devkıl içine boşaltılarak sallanır. Yaklaşık bir saat sallandıktan sonra üzerine çıkan yağ topakları alınarak içinde kalan su torbaya atılır. Bu torba duvara asılarak altına temiz bir tahta bırakılır. Daha sonra içindeki ayran hafif katılaşmaya başladığında içindeki su süzülür. Daha sonra biraz tuz serpilerek kaplara doldurulur. Soğuk hava depoları veya bodrum katlarında muhafaza edilir (KK-18).

5.11. Lolik

Süt ısıtılarak üzerine peynir mayası atılır. Bir süre bekletildikten sonra yoğurt kıvamına gelen süt bir beze sarılarak üzerine taş bırakılır. Bu şekilde süzülen su bir kaba alınarak tencere içine konulur. Daha sonra kaynamaya bırakılır. Katılaşmaya kadar kaynatılır. Kaynadıktan sonra ince bez içine boşaltılarak suyunun süzülmesi beklenir. Suyu süzüldükten sonra içinde kalan lolik tuzlanarak bir kaba bırakılır (KK-88).

5.12. Çortan

Yaş çökelek tuz ile karıştırılarak elde topaklar haline getirilir. Bu topaklar güneşte on gün kurutmaya bırakılır. Kurutulan çortan bir bezin içine konularak kaldırılır. Özellikle kış aylarında suda yumuşatılarak veya elde ufalanarak yemeklere ilave edilip tüketilir (KK-65).

5.13. Tûmast

Hayvandan sağılan süt ilk önce bir tülbentle süzdürülür. Bir tencereye alınarak kaynatılır. Kaynayan süt başka bir kaba alınarak soğuyana kadar bir beze sarılır. Daha sonra içine yoğurt mayası (haven) konur ılık bir yere bırakılarak bir gece beklenir. Bir gece bekletildikten sonra sabah üzerindeki kaymak (tû) alınarak bir kaba konur. Arzuya göre tûmast hemen de tüketilebilir veya bir kaba konarak üzerine biraz tuz serpilerek yerin altına bırakılarak kışında tüketilebilir (KK-5).

ALTINCI BÖLÜM

6. KIŞ İÇİN HAZIRLANAN YİYECEKLER

İnsanların dünya üzerinde yaşam bulmasıyla birlikte ortaya çıkan doğa insan ilişkisi ve mücadelesi günümüze kadar devam etmiştir. Doğa insanın kullanabileceği ve ihtiyaçlarını giderebileceği birçok imkan sunmaktadır. İnsanoğlu dünyayı anlamlandırmaya başladıkça bu imkanları da kendi ihtiyaçları ölçüsünde kullanmaya başlamıştır. Geçmişten günümüze kadar besin ihtiyaçlarını karşılama şekilleri dünyanın gelişmesi ve insanların bilgi birikimleriyle daha tüketilebilir bir hale gelmiştir. İklimsel şartlar besin gruplarının farklı mevsimlerde yetiştirilmesi ve tüketilmesi açısından büyük etkisi olmuştur. Bu yüzden insanlar besinlerin farklı zamanlarda tüketilmesi için seracılık ve sebze meyve kurutma gibi birçok yola başvurmuşlardır. Böylelikle istedikleri besinleri zaman faktörünü devre dışı bırakarak istedikleri anda tüketebilme fırsatı elde etmişler.

Muş halkı kış gelmeden yani sonbahar mevsiminde kışa hazırlık yapmaktadır. Yaz aylarında sebze ve meyve çeşitleri bol olduğundan ve sağlık açısından yöre halkı çoğu zaman kurutma yöntemlerini kullanarak kış hazırlığı yapmaktadır. Sebzelerden; domates, biber, kabak, yeşil fasulye kurutulur. Turşu, salamura, çorti, yaprak salamura, etler kurutulur. Buğday ve bulgur kaynatılıp kurutularak öğütülür. Peynir çökelek vs. yapılır.

Kışlık yiyecekleri çeşitli besin gruplarında görmek mümkündür. Bunlar: Bitkiler, hayvansal ürünler, kuruyemişler, meyve ve sebzeler gibi birçok besin grubunu kış için hazırlanan yiyeceklere örnek olarak gösterilebilir. Doğu Anadolu coğrafyasında kışların uzun ve sert geçmesi taze yiyeceklerin bulunmasını zorlaştırmaktadır. Bu yüzden geçmişten günümüze çeşitli yöntemlerle kışlık yiyecekler muhafaza edilmektedir.

"Kışlık yiyecek hazırlama geleneği çok eskilere dayanır. Selçuklular zamanında da bu gelenek sürdürülmekte idi. Türklerin beslenme sisteminde asıl göz önünde tuttukları nokta yiyecek maddelerini uzun müddet muhafaza ederek bu maddelerin tazelerini hemen bulmanın güç olduğu zaman yemektir. Selçuklular zamanında başlayan bu gelenek benzer yöntemlerle günümüzde de sürdürülmektedir. Türklerin Selçuklular devrinde o zamana göre gelişmiş bir besin muhafaza teknolojisine sahip oldukları anlaşılmaktadır. Selçuklular hayvansal besin maddelerini uzun süre bozulmadan saklayabilecek şekle soktukları gibi, tarla ve bahçe mahsullerinde aynı muhafaza teknolojisiyle birkaç mevsim sonrasına kadar saklayabilmektedirler." (Ünsal, 2009: 281).

Yörede kışlık közleme olarak biber ve patlıcan yapımında mahallelerdeki fırınlardan faydalanılır. Aynı zamanda diğer yemeklerden lahmacun, pide, güveç ve özel günlerde hazırlanan baklavalar, börekler, hamur işleri, balık ve et ürünleri mahalle fırınlarında pişirilmektedir.

Yörede kışa hazırlık olarak sonbahar mevsiminde çorti, pırvaz, konserveler, turşular, kurutmalıklar yapılmaktadır. Yöre halkının severek yaptığı yemeklerden biri olan çortinin yapım aşaması en zahmetli olanlardandır. Çorti yapılacağı gün akrabalar ve komşular çağrılır. Lahanalar leğenlere doldurulur. İçlerinden biri lahanaya kesici olur. Bir diğeri ise lahanaları kaynayan kazan (siti) içindeki suya atan olur. Lahanalar suya atılarak tahta kaşıkla devamlı çevrilir. Daha sonra lahanalar soğuk suda biraz tutularak süzgece alınır. Bidonlara doldurulup üzerine tuzlu su ilave edilerek muhafaza edilir.

Sebzelerin yoğun olduğu dönemlerde kış için, kabak, biber, patlıcan, domates, yeşil fasulye, maydanoz, reyhan, nane dolmalık biber, kurutulur.

Muş ilinde çok çeşitli bitkiler yetişmektedir. Bunlardan Çakşır otu, dediğimiz bitki Varto ve Erzurum dağlarında yaz aylarında kendiliğinden yetişen bidonlara konularak salamurası yapılan lezzetli bir bitkidir. Kışın, hamur ve yumurta karışımına batırılarak tavada bulamaçı yapılmaktadır.

Muş'un simge bitkilerinden olan çiriş otu kokusu ve tadıyla yılın her döneminde tadılmak istenilen bir lezzete sahiptir. Bundan dolayı ilkbahar mevsiminde dağların yüksek kesimlerinde yetişen çiriş otu bitkisini toplamaya birçok insan gitmektedir. Toplanan çiriş otu bitkisinin kökleri kesildikten sonra temizce yıkanarak ateş üzerinde suda haşlatılır. Daha sonra poşetlenerek derin dondurucularda saklanır ve kışın tüketilir. Muş ovasında yetişen çoğu bitki bu şekilde işleminden geçirilerek saklanmakta ve kış aylarında taze bulunamadıklarından dolayı dondurulmuş halde çıkartılıp tüketilmektedir.

Yöre halkı ilkbahar ve yaz aylarında tattıkları meyve ve sebzeleri kış aylarında da tüketmek istemelerinden dolayı meyve kurutma veya kavanozlama yöntemini kullanmaktadırlar. Meyve kurutma işlemi şöyledir: Meyveler dilimler halinde doğranarak güneş önünde belirli bir süre bekletip kuruduktan sonra kaldırılarak kış aylarında tüketilmektedirler. Bunlar: Elma, ayva, şeftali, erik, üzüm gibi daha birçok meyvenin kurutularak kış aylarında tüketildiğini görmek mümkündür.

Meyvelerin yanında birçok sebze türü de kışlık olarak işlemlerden geçirilip saklanmaktadır. Sebze kurutma işlemi şöyledir: Domates ilk önce temizce yıkanır daha sonra dilimlenerek haşlanır. Kavanozlara veya poşetlere konularak veya derin dondurucuya atılarak kış aylarında yemeklerde kullanılır. Biber, patlıcan gibi sebzeler ise, ateşte közlenerek poşetlenip dondurucuya atılır. Kışın çıkartılarak kahvaltıda veya yemeklerde tüketilir.

Muş yöresinde kuruyemiş olarakta kışlık ürünler yapılmaktadır. Özellikle pekmez ve ceviz bu konuda en çok yapılanlardır. Cevizli sucuk (şaran) yapımı kış aylarının olmazsa olmazıdır. Yazın elde edilen üzümler suyu sıkılarak ateş üstünde kaynatılır, pekmez kıvamını aldıktan sonra ipe dizilen cevizler pekmeze batırılıp çıkarılır güneşte birkaç gün beklemeye bırakılır. Bu şekilde cevizli sucuk (şaran) yapılır ve bezlere sarılarak kışlık olarak kaldırılır. Daha sonra arta kalan pekmezler bezlerin üzerine ince bir şekilde serilerek kurutulup bastık haline getirilir. Aynı zamanda kış aylarında içmek için pekmez kaynatılarak bidonlara doldurulup muhafaza edilir.

Hayvansal ürünlerden de kışlık olarak kurutma yöntemi yapılmaktadır. Geçmişte daha çok yapılan ancak günümüzde nadir gördüğümüz hayvan bağırsağı kurutma yöntemi de bulunmaktadır.

6.1. Çakşır, Zıvrık, Halız, Sakız Otu Salamurası

Salamurası yapılan bu bitkiler turşu gibi çeşitli kaplarda tutulur. Bu bitkilerin dalları üzerinde küçük yaprakları vardır. Yaprakları ayıklanarak sadece dalı bırakılarak soğuk suda yıkanır. Kazanda ezilmeyecek şekilde haşlatılarak soğuk suda biraz bekletilir. Bidonlara yerleştirilerek üzerine tuzlu su veya peynir suyu ilave edilip bidonun ağzı sıkıca kapatılıp bir taş üzerine bırakılır. Güneş görmeyen serin yerde muhafaza edilir (KK-78, KK-109).

6.2. Yı lanyastığı Otu Kurutması

Kışın en fazla tüketilen şifalı bitkilerdendir. Yı lanyastığı otu ilk önce tek tek ayıklanır, bir deste alınarak uzunca örülür ucu bir ipe bağlanır. Birkaç gün bir duvara asılır daha sonra güneş görmeyen yerde kurutulmaya devam edilir. Daha sonra torbalara doldurularak kışın tüketilir. Yı lanyastığı hassas bir bitki olduğu için örülerek kurutulması dağılmasını engeller (KK-39, KK-73).

6.3. Çorti

Beyaz lahana (kelem) yaprakları ufak ufak doğranır. Maydanoz, reyhan, kaya tuzu, soğan, sarımsak, nane gibi çeşitli baharatlardan oluşan karışımlarla birlikte bir küpe doldurulur. Çortinin ekşi olması için dibine nohut ya da somun ekmek içi atılır. Kaya tuzu suda iyice eritilip rengi berraklaşınca kadar küpün ağzına kadar doldurulur. Üzerine ağır bir taş bırakılarak ağzı iyice kapatılır. Aynı zamanda çortinin çorbası, köftesi çeşitli yemekleri yapılmaktadır (KK-117, KK-129).

6.4. Pırvaz

Lahana (kelem) yaprakları iyice yıkanır. Küçük dasla(satıl) yaprakları küçük küçük doğranır. Pul biberle iyice karıştırılır. Bidonların dibine nohut ve sarımsak yerleştirilir. Üzerine doğranmış lahanalar ilave edilir. Kaya tuzu suyun içinde berraklaşınca kadar eritilir. Bidonun ağzına kadar tuzlu su doldurulur ve ağzı iyice kapatılarak güneş görmeyen serin yerde muhafaza edilir (KK-5).

6.5. Turşu

Yörede sonbahar ayında turşu yapılmaktadır. Turşu yapım aşaması şöyledir: İsteğe göre malzemeler hazırlanır. Yeşil domates, yeşil fasulye, lahana, karnabahar, kavun, salatalık, havuç, biber, ekşi elma, alıç, badem isteğe göre ufak ya da büyük şekilde doğranır. Bu malzemeler: büyük bir leğende karıştırılır. Nohut ve sarımsak bidonun en alt kısmına yerleştirilir. Malzemeler bidonun ağzına kadar doldurulur. Turşu suyu için elma suyu, sirke, limon tuzu, kaya tuzu suda eritilip rengi berraklaşınca kadar bidonların ağzına kadar doldurulur. Ağzı sıkıca kapatılarak birkaç gün güneşte bekletilir daha sonra serin yerde muhafaza edilir (KK-88, KK-105, KK-121).

6.6. Konserve

Taze fasulye temizce yıkanır, yarma şeklinde doğranır. Sital adı verilen büyük kazanlarda daha önce kaynatılan suda haşlatılır. Biber küçük küçük doğranarak üstüne eklenir, daha sonra patlıcan domates aynı şekilde doğranarak ilave edilir. Stilin içindeki bütün sebzeler karıştırılarak konserve şişesine doldurulur. Şişeler ters bir şekilde stilin içine tekrar bırakılır. Kaynayan suda bir saate yakın bekletilir, şişeler tek tek çıkarılıp ağzı sıkıca kapatılıp soğumaya bırakılarak serin bir ortamda korunur (KK-71, KK-80, KK-134).

6.7. Sos

Sosun yapımı, domatesler temizce yıkanır. Domates kabukları soyularak rendelenir ya da robota atılır. Küçük sivri biber, maydanoz, sarımsak rendelenmiş domatesle karıştırılarak kavanozlara doldurulur. Buzdolabında muhafaza edilir. İki üç hafta içinde kahvaltıda yemeklerin yanında tüketilmeye hazır olur (KK-6, KK-10).

6.8. Lahana

Kelem yaprakları temizce yıkanır. Yaprakları büyük büyük doğranarak bidonlara doldurulur. Üzerine su, tuz, sirke karışımı eklenerek bidonların ağzı sıkıca kapatılır. Serin yerlerde veya bodrum katlarında muhafaza edilir. Kışın kelem dolması yapımında kullanılır (KK-5, KK-61).

6.9. Şaran

Ağaçlardan toplanan cevizler kırılarak ceviz içi (kakıl) çıkarılır. Daha sonra ceviz içi yorgan ipine iğne yardımıyla yaklaşık ½ metre arası olacak şekilde geçirilir. İpe geçirilen ceviz içi bir şerite asılır. Biraz kuruduktan sonra büyük kazanda yeni elde edilmiş üzüm suyu kaynatılır. Kaynatıldıktan sonra kaynayan üzüm suyundan bir kova alınır. Bu kovadaki üzüm suyu soğumaya bırakılır. Kazanda kalan üzüm suyu kaynatmaya devam edilir. Kovaya alıp soğuttuğumuz üzüm suyunun içine azar azar un katarak karıştırılır. Unun topak olmaması için karıştırılmaya devam edilir. Daha sonra kaynayan kazanın içine boşaltılarak istenen kıvamı alıncaya kadar karıştırılır. Kıvama geldikten sonra ipe geçirilen ceviz içleri (kakıl) içine batırılarak şerite asılır. Yaklaşık bir hafta asılı kalan şaran yemeye hazır hale gelir (KK-88, KK-91, KK-108, KK-143).

6.10. Üzüm Pekmezi

Toplanan üzümler iyice yıkanır. Daha sonra üzümün çiğnendiği demirden veya betondan yapılan yere konur. Üzüm pekmezinde kullanılan özel çizme giyilerek üzümler iyice çiğnenir. Çıkan üzüm suyu kazana doldurulup iyice kaynatılır. Daha sonra soğumaya bırakılır. Pekmez kutularına doldurulur (KK-64, KK-78).

Bir diğer üzüm pekmezi yapılış şekli ise, sonbaharda toplanan üzümler toplanarak yıkanır ve torbalara konur. Daha sonra özel üretilmiş çizmelerle üzerine çıkılır ve ahşaptan yapılan üzüm basma yeri (korana dımışt) u şeklindeki malzemeye basılarak üzüm suyu çıkarılır. Daha sonra içine odun külü atılarak kazanlara konur ve ateşin üzerine bırakılır. Kaynamaya başlayınca kül dibe çöker ve üzüm pekmezi kepçe (kêdik) yardımıyla bidonlara doldurulup soğumaya bırakılır (KK-87, KK-34).

6.11. Bastık

Sade bastık ve cevizli bastık olmak üzere ikiye ayrılır. Bastık yapımı için öncelikle üzümler toplanır. Daha sonra toplanan üzümler büyük kazanda kaynatılır. Kıvamını alan üzümler özel hazırlanan bezlerin üzerine dökülür. Kalın olmaması için iyice bezin üzerine yayılır. Cevizli bastık yapımı ise, ceviz içini küçük taneler olacak şekilde ufalanarak serilen üzüm suyunun üzerine serpilir. Daha sonra beze serilen bastık yaklaşık olarak bir hafta güneşte kurutulur. Kurutulan bastık katlanarak kış için kaldırılır (KK-8, KK-13).

6.12. Kurutmalık Meyveler

6.12.1. Üzüm Kurutması

Bağlardan toplanan ve olgunlaşmış üzümler iyice yıkanır. Kuru üzüm yapımı geçmişten günümüze varlığını devam ettiren geleneksel bir yöntem olan kül suyu kullanılmaktadır. Kül bir kovaya dökülür ve üzerine su ilave edilir. Yaklaşık iki gün kovada kaldıktan sonra kül dibe çöker ve üstte kalan su başka bir kaba alınır. Daha sonra toplanan üzümler bu suya batırılarak çıkarılır. Bir bezin üzerine serilir ve güneşe bırakılır. 15 gün boyunca güneşte kurutulan üzümler artık kuru üzüm (mevi) haline gelir. Daha sonra seçilerek kaplara doldurularak kaldırılır. Kuru üzüm hoşaf yapımında veya çayın yanında kuruyemiş olarak tüketilir (KK-1, KK-10, KK-73, KK-109).

6.12.2. Şeftali Kurutması

Şeftaliler olgunlaştıktan sonra iyice yıkanır çekirdeği çıkartılarak dilimler halinde doğranır. Daha sonra bir tepsiye serilerek güneşte kurumaya bırakılır. Yaklaşık olarak bir hafta kurutulduktan sonra bir kaba bırakılarak kaldırılır. Kışın hoşaf yapımında kullanılır (KK-19).

6.12.3. Böğürtlen Kurutması

Dere kenarlarında ve sulak alanlarda yetişen böğürtlenler tam kırmızı olduğunda toplanır. Daha sonra bir tepsi üzerine konularak güneşte kurutulmaya bırakılır. Bir hafta boyunca güneşte bekletilen böğürtlen toplanarak bir kavanoza konulur. Sağlık açısından oldukça faydalı olan böğürtlen çayı yapılarak tüketilir (KK-8, KK-77).

6.12.4. Dut Kurutması

Dut ağaçlarında olgunlaşmış dutlar toplanarak bir bezin üzerine serilir. Yaklaşık 5 gün güneşin önünde bekletilerek kurutmaya bırakılır. Kuruduğundan emin olduktan sonra dutlar toplanarak bir kaba konur ve kışın çayın yanında kuruyemiş olarak tüketilir (KK-5, KK-87).

6.12.5. Erik Kurutması

Erikler toplanarak iyice yıkanır. Çekirdeği çıkartılarak küçük küçük dilimlenir. Daha sonra temiz bir bez üzerine serilerek gün boyu güneş gören bir yerde kurutulur. 10 gün boyunca güneşte bekletilir. Kurutulan erikler bir kaba bırakılarak hoşaf yapımında kullanılır (KK-4).

6.12.6. Armut Kurutması

Armutlar yumuşak ve tatlı olduğu zaman ağaçtan toplanır. İyice yıkanır ve ince ince dilimler halinde doğranır. Daha sonra temiz bir bezin üzerine serilerek güneşe bırakılır. 10 gün güneşte bekletildikten sonra bir kaba konur ve kaldırılır. Hoşaf yapımında ve kuruyemiş olarak tüketilebilir (KK-2).

6.12.7. Elma Kurutması

Elmalar temizce yıkanır, yarım ay şeklinde kesilir. Sini veya bir bezin üzerinde güneşte kurutmaya verilir. Kuruduğundan emin olduktan sonra bezden yapılan torba içine bırakılır. Serin bir yerde saklanması fayda var (KK-5).

6.13. Pestiller

6.13.1. Elma Pestili

Bastığı yapılan elmalar yumuşak ve olgun olmalıdır. Elmalar yıkanır. Halkalar şeklinde doğranır. Daha sonra bir tencereye alınır üzerine su ve nişasta ilave edilerek karıştırılır. Kıvamını alıncaya kadar karıştırmaya devam edilir. Daha sonra temiz bir bezin veya yağlı kâğıt üzerine ince bir şekilde serilir. İki hafta kuruması için güneşte bekletilir. Kuruduktan sonra sarılarak rulo haline getirilerek kaldırılır (KK-90).

6.13.2. Siyah Erik Pestili

Pestil için seçilecek erikler yumuşak ve sulu olmalıdır. İlk önce erikler iyice yıkanır. İçindeki çekirdek alınır. Daha sonra bir tencereye alınarak üzerine su ilave edilir. Kaynayınca kadar karıştırılır. Daha sonra bir tepsinin üzerine incecik bir şekilde serilir. Güneşte iki hafta kurumaya bırakılır. Kuruduktan sonra katlanarak kaldırılır (KK-31, KK-53).

6.14. Kurutmalık Sebzeler

6.14.1. Domates Kurutması

Kırmızı ve sert olan domatesler temizce yıkanır ve sap kısımları kesilir. Daha sonra domatesler bıçak yardımıyla dört eşit parçaya çiçek görünümünde bölünür. Üzerine kaya tuzu ilave edilir. Daha sonra kamışların birbirine geçirilmesiyle yapılan şet olarak adlandırılan yerin üzerine veya beton tuzlanarak serilir. Yaklaşık olarak 10 gün kurumaya bırakılır. Kurutulan domatesler bir kaba konarak kışın tüketilmek üzere kaldırılır (KK-1, KK-19).

6.14.2. Taze Fasulye Kurutması

Yazın yeşil tüketilen kış aylarında ise kurutulması yapılan sebzelerden biri de taze fasulyedir. Taze fasulye (pekle), yapılacak yemek çeşidine göre kırma veya yarma olarak doğranır. Yarma etli yemeklerde kırma ise daha çok bulgurda kullanılır. Taze fasulye kurutmak için etli kılçıksız ve kabuğu yumuşak olanlar seçilir. Taze fasulyelerin uçları kesilir, daha sonra arzuya göre kırma veya yarma olarak doğranır. Temiz bez veya tahtalar üzerine serilir, güneşe konur. Birkaç gün sonra çevrilerek arka yüzleri de kurutulur. Kavurması, haşlaması ve etli yemeklerde kullanılır (KK-15, KK-70).

6.14.3. Patlıcan Kurutması

Patlıcanın yapılan yemeğe göre çeşitli kurutma yöntemleri vardır. Bundan dolayı seçilen patlıcanın şekilleri düzgün ve kabuğunun parlak bir görünüme sahip olması gerekir. Dolmalık patlıcanlar, iyice yıkanır ve dört taraftan soyulur. Kabuğu soyulan patlıcanlar ikiye veya üçe dilimler halinde doğranır. Dolmalık patlıcanlar için yarım kaşık veya oyma aparatı ile içi boşaltılır. Patlıcanlar hemen karardığından dolayı tuzlu suya atılır. Hepsi hazır olunca ipliklere yapışık olmayacak şekilde dizilerek güneş alan bir bölgeye asılarak kurutulur.

Kızartmalık patlıcanlar için ise, kabuğu ince patlıcanlar tercih edilir. Patlıcanlar temizce yıkanır, ince dilimler halinde doğranır. Tuzlu suda bekletilir, hazır olunca güneşe serilir, üç boyunca arka yüzleri çevrilerek kurutulur (KK-8).

6.14.4. Kabak Kurutması

Kabaklar iyice yıkanır. Ortadan ikiye ayrılıp uzun ince veya halkalar şeklinde doğranır. Güneş gören bir yerde bez veya bir tahtanın üzerine serilir. Üç dört güne kadar kurutulur. Bez torbalara doldurularak muhafaza edilir (KK-96).

6.14.5. Biber Kurutması

Biberler patlıcanda olduğu gibi yapılan yemeğe göre kurutma yöntemleri vardır. Dolmalık biberler etli ve iri olanlar tercih edilmelidir. Biberler temizce yıkanır. İçi oyulur, iplere dizilir. Biberler çabuk kurusun ve güneşte yanmasın diye içine tuz serpilir. Güneşte bekletilerek kurutulur. Bez torbalara doldurularak muhafaza edilir. Diğer yapılış şekli ise biber yıkanır, uzunlamasına dörde ayrılır. Güneşte bir hafta bekletilerek kurutulur (KK-14, KK-15).

6.14.6. Bamyı Kurutması

Kurutulacak bamyalar küçük çekirdekli, yumuşak ve ince kabuklara sahip olmalıdır. Yumuşak bamyalar sapları koparılır, yıkanır ve yorgan iplerine dizilir. Güneşte birkaç gün bekletilir, daha sonra gölgelik bir yerde kurutmaya devam edilir (KK-18).

6.15. Etler

6.15.1. Et Kurutması

Kuru et (goşte hışk), büyükbaş hayvandan elde edilen etler kemiklerinden ayrılarak ince uzun şekilde kesilir. Kesilen etler ağaçlardan yapılan yazlık tek odalık yer olan (holık) üzerine serilir. Etler güneşte yaklaşık 10 gün kurutulduktan sonra katlanarak torbalara doldurulur. Torbalar evin tavanına asılır. Kış mevsimi geldiğinde etler çıkarılarak kaynar suya batırılır. Batırıldıktan sonra ufak ufak doğranır. Daha sonra doğranan etler iki defa kaynatılarak suyu dökülür ve üzerine domates, soğan doğranarak ocakta pişirilir (KK-67, KK-85).

6.15.2. Hayvan Bağırsağı Kurutması

Hayvan bağırsağı (roviya heyvan), küçükbaş hayvan bağırsaklarını şişe benzer çubuk ağaçlardan geçirilerek güneşte kurutmaya bırakılır. Yaklaşık bir hafta güneşin önünde asılı olan bağırsaklar daha sonra torbalara konularak evin içinde tavana asılarak kaldırılır. Kış ayı geldiğinde ise kurutulan bağırsaklar dilim dilim doğranarak suda haşlatılır ve tereyağıyla yapılan bulgura katılarak afiyetle yenilir (KK-19, KK-109).

6.15.3. Kavurma

Keçi, koyun, inek, dana eti gibi her çeşit kırmızı etten yapılır. Et öncelikle küçük lokmalar halinde doğranır. Büyük bir tencerede ya da büyük kazanlarda kavrulur. Kuyruk yağı ayrı bir tencerede eritilir. Kavrulan et teneke veya herhangi bir kaba doldurulup kabın ağzına kadar eritilmiş kuyruk yağı doldurulur. Kap ya da tenekenin ağzı iyice kapatılır. Bir yıla kadar muhafaza edilen kavurma istenilen zamanda saklanan kabın ağzı açılır. İstenilen miktarda çıkartılır. Tekrar ısıtmak suretiyle tabaklara doldurulup yenilir. Yağ katı olduğu için serin yerlerde muhafaza edilebilir (KK-3, KK-10) .

6.16. Üzüm Yaprığı Salamurası

Üzüm yapraklarının (pelle tırî) sapları kesilir, yapraklar üst üste bırakılarak desteler yapılır. Bir leğenin veya içerisine kaynar su doldurulur. Destelenmiş yapraklar kaynar suyun içerisine iki üç defa bastırılıp çıkarılır. Aynı zamanda yapraklar üzerine kaynar su dökülerek sarartılır. Yapraklar bir kabın içerisinde bastırılarak yerleştirilir. Üzerine tuzlu su doldurularak ağzı iyice kapatılır (KK-133).

6.17. Buzdolabında Üzüm Yaprığı

Yaprakların sapları kesilir, boylarına göre ayrılıp üst üste konulur. Soğuk suyun içinde iki üç defa bastırılıp çıkarılır. Kaynayan suyun içine atılır, delikli kepçe yardımıyla 1 dakika sonra çıkarılır. Yapraklar süzildükten sonra düz bir şekilde buzdolabı poşetlerine doldurulur ve hava almayacak şekilde kapatılır (KK-5).

6.18. Kış İçin Hazırlanan Tahıllar

6.18.1. Öğütülmüş Buğday

Sonbahar aylarında buğday ayıklanıp eleğin içinde temizce yıkanır. Damın üstünde veya temiz yüksek bir alanda örtüler üzerine serilerek güneşte kurutulur. Kuşlar yemesin diye buğdayların başında nöbetçi bir çocuk bırakılır ve gün içinde nöbetleşe yer değiştirilir. Üç gün kuruması için bekletilir. Daha sonra buğdaylar toplanır kuşların yemesi için damın üstüne buğday serpilir. Buğday el değirmenlerinde (destar) veya buğday öğütme makinalarında geçirilir. Ayakta farklı büyüklükteki eleklerde elenerek büyüklüklerine göre ayrılır. Torbalara veya kutulara doldurularak kış için saklanılır (KK-107, KK-123, KK-138).

6.18.2. Öğütülmüş Bulgur

Bulgur (savar) ayıklanıp temizce yıkanır. Bulgur kazanlara alınarak kaynatılarak pişirilir. Daha sonra temiz bir alanda örtüler üzerine serilerek güneşte üç gün kurutmaya bırakılır. El değirmeni (destar) ile çekilir. Günümüzde el değirmeni yerine kolaylık açısından elektrikli değirmenler tercih edilmektedir. Daha sonra ayakta farklı büyüklükteki eleklerde elenerek büyüklüklerine göre ayrılır. Kutulara doldurularak dolmada köftede ve çeşitli yemeklerde kullanılır. Muş'ta genellikle bulgur öğütme işini kadınlar yapar (KK- 10, KK-119).

Geçmişten günümüze kışlık olarak saklanan besinler farklılık göstermeye devam etse de bu gelenek hâlâ sürdürülmektedir. Muş yöresinde kadınlar arasında gelenekselleşen işlemler bir etkinlik çerçevesinde yapılmaktadır. Bu da yörede yardımlaşmanın komşuluk ve sosyal ilişkilerin devam ettiğinin bir göstergesidir.

YEDİNCİ BÖLÜM

7. HALK EDEBİYATI ÜRÜNLERİNİN İÇİNDE MUŞ MUTFAĞI

7.1. Dini İnanışlar

Dini inanışlar, dini kökenli olup örf, adetler, gelenekler ve göreneklerle şekillenen halk uygulamalarıdır. Her bölgede olduğu gibi Muş halkı da dini inanışlara ve halk anlatılarına inanmaktadırlar. Muş yöresinin gastronomisiyle ilgili olan inanışlar şunlardır:

Yemek servisinin bir kişinin elinden yapılması bereketi artırır (KK-3).

Ekmek kırıntılarının üzerine yatmak gece kabus (karabasan) görmeye yol açar (KK-117).

Tencerenin dibini yiyenin düğününde şiddetli yağmur yağacağına inanılır (KK-102).

Sofradaki ekmek kırıntılarını yiyenin rızkının bol olacağına inanılır (KK-31).

Sobanın üzerinde ekmek doğramanın ölünce azap çektireceğine inanılır (KK-56)

Sebzelerin el ile doğranması gerektiğine aksi takdirde bıçakla doğrandığında bereketinin faydalarının yok olacağına inanılır (KK-5).

Ateşin üzerine tuz serpilmesi günahtır (KK-6).

Sofrayı yerde bekletmenin şeytana ziyafet verme anlamına geldiğine ve ahirette azap çektireceğine inanılır (KK-19).

Yemeği servis ederken besmele çekilerek dağıtılması yemeğe bereket katar (KK-108).

Bir yerde ayrı ayrı sofraların kurulmasının evdeki ve yemekteki bereketi kaçıracağına inanılır (KK-76)

Suyu üç yudumda içmek sünnettir (KK-83- KK-108).

Yemekleri sıcak şekilde yememek, soğumasını bekleyerek içmek sünnettir (KK-15, KK-19).

Ayakta su içmek ve yemek yemek günahtır (KK-90, KK-118).

Üç gün ölen kişinin evinde yemek pişmez. Komşular veya dışardan gönderilir (KK-56, KK-98).

Yemeği elle yemek sünnettir (KK-65, KK-80).

Yetimin yemeği yenilmemeli (KK-14).

Çocuklar su istediği zaman vermek büyük bir sevaptır (KK-2).

Geceleri dışarı ekmek kırıntısı atılmaz. Bereketi yok eder ve rızkı dışarı atar (KK-2).

Geceleri eve yemek pişirme aletleri alınmaz. Alınırsa o evde biri ölür (KK-18, KK-90).

Yapılan yemeği beğenmemek ve eleştirmek nimete ve yemeği yapan büyük saygısızlıktır. “Ekmeği kırmayın, kırarsanız oda size küser.” İnancı hâkimdir (KK-67).

Misafirlikte ev sahibinin gönlü kalmaması için mutlaka yemeğin tadına da olsa bakılmalı (KK-65, KK-84).

Yemekte konuşmak ve ağızda lokma varken konuşmak günahtır (KK-14).

Uzanarak bir şeyler tüketmek günahtır (KK-56, KK-93).

Yere ekmek düşürülmüşse hemen kaldırılmalı ve o ekmeğin üç defa öpülmesi nimete saygının göstergesidir (KK-17).

Yemeğe ve tatlıya bir tutam tuz atılır. Allah helal etsin diye atılır (KK-6).

Yemek sağ elle yenir (KK-16).

Yemekten sonra bulaşıklar yıkanmalı, ertesi günün sabahına bırakılmamalı yoksa cinler etrafında toplanırmış (KK-14, KK-143).

Yemek başkasının önünden değil, kendi önünden yenilmeli yoksa ayıp karşılanır (KK-67).

Kesilen hayvanın iç organları çıkarılmadan kaynar su dökmek günahtır (KK-16).

Dini inanışlar geçmişten günümüze kadar geçen ve halen varlığını devam ettiren bir gelenektir. Muş yöresinde yemek adabı, mutfak mimarisi, yiyecekler, içecekler, nimete verilen saygı vs. inanışları bulunmaktadır.

7.2. Efsaneler

Her bölgede olduğu gibi Muş halkıda efsanelere inanmaktadır. Efsaneler geçmişten günümüze kadar nesilden nesle aktararak varlığını devam ettirmiştir. Her bölgenin kendine has yemekleri olduğu gibi yemeklerle ilgili efsaneleri de mevcuttur. Aynı zamanda yemeklerin yapılışı, malzemesi, sunumu, hazırlanışı bölgeden bölgeye farklılık göstermektedir. Birçok bölgede pişirilen yemeğin yapılışı aynı olup farklı isimlerle adlandırılması efsanelere konu olmuştur. Türk mutfağının vazgeçilmez bir parçası olan Muş gastronomisi, efsaneleriyle yörenin zenginliklerini bünyesinde taşımaktadır.

"Efsane terimi, dilimize Farsça olan fesane sözcüğünden girmiştir. Batı dillerinde Lâtince “legendus” kökünden çıkan, “legenda, legend, leggenda, leyenda” vb. kelimeler, efsane kavramının karşılığı olarak kullanılmaktadır (Sakaoğlu, 1980:4). Bununla birlikte, Almanca “sage” Yunanca “myhte/myhtos”, Arapça “ustûre, esâtir” ve Rusça “predaniya, skaz” terimlerini buraya ilave etmeniz gerekmektedir." (Ergün, 1997:1).

Efsaneyi Elçin “İnsanoğlunun tarih sahnesinde görüldüğü ilk devirlerden ayrı coğrafya, muhit veya kavimler arasında doğup gelişen; zamanla, inanç, âdet, an’ane ve merasimlerin teşekkülünde az çok rolü olan bir çeşit masaldır.” (Elçin, 1986:314) şeklinde tanımlamaktadır.

Efsaneler, ortaya çıktığı bölgenin özelliklerini taşır. Bulunduğu bölgenin inanışlarını, sosyo-kültürel yapısını, coğrafi özelliklerini, yaşam biçimlerini efsanelere yansıtmıştır. Yöre halkının yemekleri, şifalı olarak tükettiği bitkiler, yemeklerle ilgili inanışları efsanelerde görmektediriz.

7.2.1. Zerkef Efsanesi

Muş'un eski yemeklerinden biri olan zerkef ile ilgili efsane geçmişten günümüze kadar anlatılmaktadır. Muş'un dağlık köylerinin birinde yaşlı ve hiç evlenmemiş bir nine yaşarmış. Bu ninenin çok farklı bir özelliği varmış. Her hayırlı günde köylülere zerkef yemeği yapıp dağıtmış. Bu köyde iki genç birbirini çok seviyormuş ancak kızın üvey annesi evliliklerine karşı çıkıyormuş. Onları ayırmak için ayırma büyüü yapmış. Çocuk sevdiği kızın tuhaf davranışlarından ve durumundan şüphelenerek bunun sebebini araştırmaya başlamış. Bir gün sevdiği kızın üvey annesinin biriyle konuştuğunu görmüş. Bir yere saklanarak onu dinlemiş. Duyduklarına inanamayan çocuk hemen sevdiği kızın yanına koşarak annesinin büyüü yaptığını söylemiş. Daha sonra bu büyüü nasıl bozabileceklerini çaresizce düşünmeye başlamışlar. Aradan günler geçmiş ve sevdiği kızın git gide ona karşı tavırları tuhaf ve soğuk bir hal almaya başlamış. Bir gün dağda yürürken yaşlı nineye denk gelir, nine oğul neden bu kadar düşüncelisin diye sormuş. Çocuk durumu nineye anlatmış. Nine çocuğa perşembeyi cumaya bağlayan gece, sevdiğinle birlikte benim evime gelin demiş. Çocuk sevdiği kızın yanına koşmuş onu ikna ederek ninenin dediği gece ninenin evine gitmişler. Nine onlara zerkef yemeği yapmış. Nine, bu yemeği aynı anda kaşıklayıp yiyeceksiniz. Ancak yediğiniz her kaşıқта besmele çekip Allaha şıgıncacaksınız der. Yemeği ninenin dediği gibi yemeğe başlarlar. Yemeği yedikten sonra kızın birden uykusu gelir. Ve orada uyuya kalır. Aradan iki saat geçer ve kız uyanır. Rüyasında üvey annesinin yaptığı her şey gözünün önüne gelir. Ve büyü artık bozularak, kavuşmaları için artık hiçbir engel kalmamıştır. Hemen düğün yapılır ve birbirlerine kavuşurlar (KK-14, KK-77).

7.2.2. Kavurma Efsanesi

Gurbette yaşayan bir adam hastalanır ve doktora gider. Doktor ona çok hastasın ve yapılabilecek bir şey yok diyerek eve gönderir. Adam psikolojik olarak bunalıma girer, arkadaşları ona memlekete gitmesini doğayla iç içe yaşamasını söyler. Adam hazırlanır ve yola koyulur. Hiç mola vermeden yolculuğa devam eder. Daha sonra yolun kenarında bir ateş yandığını görür. Orada durur ve ateşin başındaki adamın yanına gider. Ateşin başındaki adamla selamlaşarak yanına oturur. Aç olduğunu söyleyerek yemek var mı? yiyeyim der. Adam, kavurma yaptığını söyler. Daha sonra yemeği ikram ederek birlikte yerler. Adam eti çok beğendiğini söyleyerek, sürü sahibi olan adama bana bir tane koyun satar mısın? diye sorar. Sürü sahibi ona vereceği koyunun gebe olduğunu ve doğum yaptıktan sonra yavrusunu geri getireceği karşılığında ona parasız vereceğini söyler. Adam ben hastayım geri dönmeyebilirim der. Sürü sahibi döneceksin inşallah diyerek hayvanı ona verir. Adam koyunu alarak memlekete gider. Aradan bir hafta geçtikten sonra hayvan doğum yapar ve daha sonra o koyunu kesip yemeğe başlar. Hayvanın etini her seferinde kavurma yaparak yer. Yavruyu da besleyerek büyütür. Aradan 6 ay geçer günden güne kendini daha iyi hissetmeye başlar. Adam verdiği sözü yerine getirmek için geri dönmeye karar verir. Büyüttüğü yavruyu alarak yola koyulur. Yine aynı yerde sürü sahibine denk gelir. Ancak adamın sürüsünün orda olmadığını görür. Adama sorarak sürüne ne oldu? Sürü sahibi hastalıktan dolayı hepsi telef oldu der. Bir tek sana verdiğim hayvan sağlıklıydı o da sürünün içinde kalsaydı telef olacaktı der. Bu yüzden sana verdim der. Adam sürü sahibine çok teşekkür ederek, yavruyu ona verir. Yoluna devam eder. Evine döner dönmez doktorunun yanına gider tetkikler yapılır, doktoru şaşırarak senin hiçbir şeyin kalmamış der(KK-81).

7.2.3. Kelle Paça Efsanesi

Hayvancılıkla uğraşan bir aile varmış. Bu aile konar-göçer bir aileymiş. Bu ailenin tuhaf bir âdeti varmış bu âdete göre ailenin erkeklerine kız istenirken kızın kelle paça yemeğini nasıl yaptığını ve lezzetine bakılıyormuş. Kız kelle paçayı temiz ve lezzetli yapabiliyorsa hamaratlı ve çalışkan olarak kabul edilirmiş. Konar göçer olan bir ailenin, yolları Muş ovasına düşmüş. Burada çadırlarını kurmuşlar ve konaklamaya başlamışlar. Ailenin evlilik çağına gelmiş bir genci

hayvanlara çobanlık yaparken dere kenarında oturan bir genç kız görmüş. Kızı görür görmez vurulmuş ve uzaktan onu izlemeye başlamış. Biraz zaman geçtikten sonra kız kalkarak yürümeye başladığında genç çoban kızı takip etmeye başlamış. Kız evine gitmiş. Gittiği ev köyün en zengin ailelerinden birinin eviymiş. Genç çoban kızı günlerce takip etmiş bir gün dayanamayarak kıza sevdiğini söylemiş. Kız ilk başta yok dese de zamanla onunda gönlü genç çobana düşmüş. Aradan aylar geçmiş konar göçer ailenin artık göçme zamanı gelmiş. Genç çoban durumu ailesine anlatmış. Aile önce âdetleri gereği kızın kelle paça yemeğini yapılışını ve yemeğin tadını görmelerinin gerektiğini söylemişler. Genç kız kelle paça yemeğini yapmaya başlamış, köylüler kızın yemeği yapamayacağını düşünürler. Kız yemeği yaparak servis eder. Aile yemeği çok beğenmiş. Daha sonra kızı isteyerek düğün yapmışlar. Aile göçebe olduğu için hazırlıklarını yapmış ve başka diyarlara göçmüşler(KK-126).

7.2.4. Keledos Efsanesi

Çok eski zamanlarda Muş'un dağlık köylerinin birinde yeni evli bir çift yaşıyormuş. Durumları pek iyi olmayan bu ailenin, birkaç tane hayvanından başka hiçbir şeyleri yokmuş. Adam genç yaşta bir kaza sonucu ölmüş ve kadın hamile haliyle yalnız başına kalmış. Daha sonra hamile kadın doğum yapmış ve bir erkek çocuğu dünyaya gelmiş. Kadının üzüntüden sütü kesilmiş ve çocuğuna ne vereceğini bilmiyormuş. Daha sonra tereyağı sıcak su ekmek ve çökelektten yapılan keledos yemeğini yapıp çocuğuna vermeye başlamış. Günden güne çocuk anormal bir büyüme ve gelişme göstermeye başlamış. Çocuk altı yedi yaşlarına gelince büyük adamların yaptığı işleri yapabilecek güce kuvvete sahip bir duruma gelmiş. Erken yaşta evlenen çocuğunun altı erkek, dört kız çocuğu olmuş. Köyde ona kafa tutabilecek kimse yokmuş. Öyle ki ilerleyen zamanlarda köyün en sözü geçen ve zengini konumuna gelmiş (KK-48, KK-97, KK-103).

7.2.5. Kenger Nebi Efsanesi

Muş'un bir köyünden başka bir köye gelin verilmiş. Bu gelin sessiz, çalışkan ve çok titiz bir kızmış. Bu ailenin birçok hayvanı varmış ve bu hayvanlar sayılıp peynir, yoğurt, çökelek gibi ürünler yapılyormuş. Bir gün kız sağdığı sütü bir kaba koymuş ve su içmek için çeşmeye gitmiş. Çeşmeden dönerken yolda kenger nebi görmüş ve koparmış. Ahıra gelene kadar soyup yemiş ve kenger nebinin içinden süzülen su elinden sütün içine damlamış. Kabı gölgelik bir yere bırakmış ve gidip diğer hayvanların sütünü sağmış ve o arada kenger nebiden biraz daha yemiş. Yine elinden damlayan kenger nebinin suyu diğer süt kovanının içine akmış. Kaynanası ilk kabı almaya gidince süttün mayalanıp yoğurt olduğunu görmüş. Gelinini çağırmış ve sen sütü ne zaman mayaladın demiş. Gelin ben mayalamadım demiş. Kaynanası peki bu süt nasıl yoğurt oldu demiş. Gelin çok şaşırması bu duruma. Biraz zaman geçtikten sonra ikinci kaptaki sütte mayalanarak yoğurt haline gelince kaynana geline sen mübarek bir kadınsın diye seslenmiş. Köyde bu olay yayılmış. Ve herkes bu olayı konuşur olmuş. Gelin ne kadar öyle değilim dese de köylüler onun mübarek bir insan olduğuna inanmışlar. Aradan yıllar geçmiş ve köye bir yaşlı adam gelmiş. Bitkilerden anlayan ve tedavi için ilaç yapan adam köydeki bu olayı duyunca kenger nebi bitkisinin içindeki maddeden dolayı yoğurdun mayalandığını söylemiş (KK-76, KK-109).

7.2.6. Mervend Efsanesi

Adamın biri tedavisi bulunamayan bir hastalığa yakalanır. Hastalığı genç adamı, günden güne daha kötü bir hale getirmektedir. Birçok diyar gezmiş birçok hekimin yanına gitmesine rağmen hastalığına bir türlü çare bulamamıştır. Yine hastalığına çare bulmak için çıktığı bir yolculukta bir türbe görür ve oraya giderek dâua eder. Daha sonra bir ağacın gölgesinde uzanıp uykuya dalar. Rüyasına bir köy gelir ve o köyde herkesin bir ot topladığını görür. Rüyada o otun kokusunu alır. Bir anda bu kokuyla uyanır. Daha sonra rüyasında gördüğü köyü bulmak için yollara düşer. Aylarca dolaşır durur fakat bir türlü bu köyü bulamaz. Daha sonra rüyasının gerçek

olmadığını sadece bir rüya olduğunu düşünmeye başlar. Yolda atına binmiş, yaşlı bir adamla karşılaşır. Yaşlı adam, genç adama sorar nereye gidiyorsun ne işin var bu dağ başında? Yaşlı adam gel benim köyüm şu tepenin ardındadır orada misafirim ol, sabah tekrardan dermanını ararsın der. Yaşlı adamın teklifini kabul ederek yola koyulurlar. Köy uzaktan görüldüğünde genç adam sevinç çığlıkları atmaya başlar. Yaşlı adam ne olduğunu sorar. Dermanımı buldum der ve yaşlı adama rüyasını anlatır. Yaşlı adamın evine varırlar. Bekar kızıyla yaşayan yaşlı adam kızına misafirleri olduğunu ve yemek hazırlamasını ister. Yemeklerini yedikten sonra kız babasına ve misafire bir içecek getirir. Genç adam kokuyu alır almaz rüyasındaki koku olduğunu anlar. Hemen ne olduğunu sorar. Yaşlı adam, mervend bitkisinin çayını içtiğini söyler. Adam rüyasında aldığı kokunun bu koku olduğunu söyler. Daha sonra günlerce mervend bitkisinin suyunu içerek o köyde kalır. Hastalığı geçtikten sonra yaşlı adamın kızıyla evlenir, ömrünün sonuna kadar o köyde kalır (KK-1, KK-6).

Hazût dolması efsanesi ise, “Yaşlı bir kadınla gelini varmış. Kaynana, bilinen diğer kaynanalar gibi zor ve kıskanç biriymiş. Gelinin yaptığı her işte kusur bulur, hiç beğenmezmiş. Lahanadan yapılan meşhur bir dolma varmış. Gelinin yaptığı bu dolma, kaynananın yaptığı dolmadan daha çok seviliyormuş. Kaynana gelinine “Ben öyle bir şey katacağım ki bu dolmaya seninkinden daha çok sevinecek” demiş. Kaynana söylediği bu söz üzerine yapmış olduğu dolmanın içine “sumak” katmış ve sumaklı dolma daha çok sevilmiş. O günden sonra bu dolma hasetten gelen hazût dolması adını almış.” (Yel, 2020:327).

Muş Yöresinin efsanelerinin halkın kültürünün tanıtılması açısından önemli rol oynar. Muş ilinin kendine özgü yemek kültürünü, şifalı olarak tüketilen bitkilerini efsanelerinde görmekteyiz. Aşıkların kavuşması, “Zerkef Efsanesi”, şifalı olduğuna inanılan ve tedavi edici özelliği olan yemek, “Kavurma Efsanesi ve Keledoş Efsanesi”, gelin kaynana çatışmasını alan, “Kenger Nebi Efsanesi”, suyunun içilerek şifalı olduğuna inanılan bitki, “Mervend Efsanesi” örnek verilebilir. Sağlık insan hayatında ilk sırada yer almaktadır. Kırsal bölgelerde yaşayan halk kendilerini tedavi etmek için bitkilerden faydalanmıştır ve bu bitkilerin bazıları efsanelere konu olmuştur.

7.3. Bilmeceler

Herhangi bir şeyin adını söylemeden özelliklerinden yola çıkarak üstü kapalı bir şekilde karşıdaki dinleyicinin veya okuyanın soru cevap yöntemiyle bulmasını amaçlayan bir türdür. Çocuklarda kavramları anlama, dil gelişimine, bilişsel gelişimine ve problem çözmesine katkı sağlamaktadır.

Şükrü Elçin bilmeceleri şöyle tanımlamıştır: *"Bilmeceler, tabiat unsurları ve bu unsurlarla bağlantılı olayları; insan, hayvan, bitki gibi canlıları; eşyayı; zekâ, güzellik gibi soyut kavramlarla dinî konuları ve motifleri metaforik bir üslupla, yakın-uzak münasebetler ve çağrışımlarla düşünce, muhakeme ve dikkatimize aksettirerek bulmayı amaçlayan kalıplaşmış sözlerdir."* (Elçin, 1986: 607).

Bilmeceler okulda, evde, törenlerde, kahvehanelerde, sünnetlerde, düğünlerde, çocuklardan yaşlılara kadar her kesim bilmeceler söyler. Bilmeceler geleneği geçmişten günümüze kadar gelen ve halen varlığını devam ettiren bir gelenektir. Bilmeceler ortaya çıktığı bölgenin özelliklerini taşır.

Halk edebiyatının anonim ürünlerinden biri olan bilmeceler sözlü olarak gelip daha sonra yazıya aktarıldığı için yazıya aktarılan bilmeceler büyük bir önem taşır. Yörenin kültürel özelliklerini, yaşantılarını, inanışlarını ve beslenme şekillerini yansıtmaları açısından önem arz eder. Aynı zamanda ait olduğu toplumun kültürel miras taşıyıcısıdır. Yemekler, bitkiler, kullanılan mutfak araç gereçleri vs. derlenip toplanması Muş kültürü açısından büyük bir öneme sahiptir.

Ne birdir ne iki

Kat kattır üstündeki (KK-34).

(Lahana)

Eteği toprak başı

Havada dimdik başı (KK-34).

(Işkın)

Haftada bir yapılır

Komşular çağrılır (KK-34).

(Hafta Direği, Köfte)

Misafir gelince kurulur

Kurmasan ayıp olur (KK-34).

(Yatılık Yemeği)

Hamuru yatırırler

Duvara vurerler (KK-34).

(Ekmek Yastığı)

Elde olur yumak

Suya koysan olur kaymak (KK-34).

(Çortan)

Koparırsın bir tane

Yersin tane tane (KK-43).

(Üzüm)

Yemyeşil bir taş gibi

Vurunca kırılmış baş gibi (KK-43).

(Karpuz)

Yüksek dağlarda açar,

Şıfası özünden saçar (KK-43).

(Çiriş Otu)

Koku verir iz sürer

Çiçekler diz çöker (KK-43).

(Mervend)

İki taşın arasındır

Nar-ı aşın bahçasıdır (KK-43).

(Taş ocak)

Altın gibi sarısı

Kan gibi kırmızısı

Yaban dağın meyvesi

Kurtikin has elması (KK-43).

(Alıç)

Deliktir tam ortası

Durmadan kötek yer kafası (KK-54).

(Coni)

İlkbaharda dikilir

Yaz sonunda sevilir (KK-54).

Herkesin gözü onda

Utancından kızarır (KK-54).

(Domates)

Öte duranı güldürür

Aş edeni sevindirir

Elindeki kılıcıyla

Dokunanı süründürür (KK-54).

(Isırgan otu)

Sevdası göz yaşartırır

Dile ateş yaktırır (KK-79).

(Soğan)

Ovanın en tatlısı

Patatesin ballısı (KK-79).

(Şeker Pancarı)

Kıpkırmızı kabuğu

Şifa dağıtır suyu (KK-79).

(Kuşburnu)

Dayak yer yoğrulur

Kuyularda kavrulur (KK-79).

(Tandır Ekmeği)

Ortada yok başı

Yerin dibinde aşı (KK-79).

(Yer Elması)

Kuru ekmek doğranır

Tere yağıyla ballanır

Ortada yoktur şaşı

Yiğitler yer bu aşı (KK-79).

(Keledoş)

Yazın tutulur, kışın yapılır

Özü ovadan tadı lahanadan (KK-79).

(Çorti)

Yumurtanın sarısı, Un ile karıştır yarisi

Ataşe kavuşunca damakta kalır gerisi (KK-79).

(Mırtoğe)

Unu kavururlar, pekmezi savururlar

Gılop gılop kaynıyor efietle yeniyor (KK-99).

(Pilor)

Esmer renkli bedeni, sererler güneşe seni

Kış gelince alerler doldurup pişirirler (KK-99).

(Kurutulmuş Patlıcan)

Dene dene toplerler

Dilim dilim Doğrerler

Sinirden tırş oler

Kadınler saldırerler (KK-99).

(Turşu)

Uzundur sapı, köküdür ballı (KK-99).

(Şekerleme Otu)

Yerde biten şemsiye (KK-99).

(Mantar)

Dokunsan ağlarsın

Yemeğine doymazsın (KK-99).

(Isırgan Otu)

Bütün meyveler birleşir

Düğün dernek ederler (KK-99).

(Meyve Kurutması)

Kapağı yeşildir

Süpürgesi sarıdır (KK-99).

(Çiriş Otu)

Kurtikin en zivresi

Nemruta bakar fesi

Sakızı çok acıdır

Zor bunun çiğnemesi (KK-139).

(Sakız Otu)

Çiçek açar tarlada

Çok güzel olur yoğurtla (KK-139).

(Semizotu)

Çevirir kavururlar

Hamur ile yoğururlar (KK-139).

(Katte)

Yoğurda maya olur

Sapını soyarak yersen nasılda güzel olur (KK-139).

(Gerenk Nebi)

Bağrı yanar ateşte

Sıkıysa bir sataşta

Aşın tüm yükü başta (KK-139).

(Ocak)

Beyaz çarşaf serilir

Gıdım gıdım kesilir

İçine neler neler konur

Parmak gibi sarılır (KK-139).

(Lahana sarması)

7.4. Maniler

Efsaneler, maniler, bilmeceler, masallar, hikâyeler, türküler sözlü kültürün önemli türleri arasındadır. Maniler bütün bölgelerde olduğu gibi Muş'ta da geçmişten günümüze kadar hayatımızın her alanında görülmüştür. Sofralarda, yemeklerin vazgeçilmezi olan sebzeler, tüketilen bitkiler yöresel yemekler, bölgenin yemek özellikleri yöresel ağız kullanılarak manilerle dile getirilmiştir.

“Halk edebiyatının en canlı ve temel ürünlerinden olan mâniler, halk edebiyatının en çok ilgi gören şekillerinden biri olmuştur. Mâniler, Türk insanının özüne uygun olan, Türk insanının samimiyetini, misafirperverliğini en iyi yansıtan nazım şeklidir. Bu küçük dörtlükler insanların ortak duyguları üzerine temel kurmuştur.” (Elitok, 2006: VII).

“Halk arasında *mâni söylemek için, mâni yakmak, mâni düzmek, mâni atmak* gibi deyimler kullanılır. Mâni söyleyenlere *mânici, mâni düzücü* denir.” (Dilçin, 1997: 279-280).

Muş manileri genellikle yedili hece ölçüsüyle yazılmıştır. Muş manileri bölgenin kültürel yaşantısını yansıtan bir ayna görevini üstlenmiştir. Manilerin Muş ağzıyla söylenmesi ve geleneksel ifade edilmesi kültürün kalıcılığına zemin hazırlamıştır. Çok değişik şekillerde yemeği yapılan çorti, keledoş, kavurma, hafta direği (köfte) vb. yemekler manilerle anlatılmaktadır. Aynı zamanda yaygın olarak tüketilen bitkiler ışkın, çiriş otu, çakşır otu, mervend, kenger bitkilerinin tüketildiğini manilerde görmekteyiz.

Ağa sofrası de var

Uşak sofrası de var

Bu Muş ovasında da

Yiğitler sofrası var (KK-33).

Muşun güzel havası
Ne xoş oler çortisi
Böyüklerden söz kalmış
Güzeldir gelin tepsisi (KK-20).

Keledoş yiğit aş
Bitlis Muşun kardaşı
Muradın suyundandır
Çok xoş olur helimaşı (KK-33).

Kurtikin en tepesi
Güllük dolu çevresi
Koy kuçikin üstüne
Ne xoş gelir kokusi (KK-45).

Pivokun uzun gövdesi
Kökündedir meyvesi
Toprağı derin kazarler
Yoksa boştur çabasi (KK-67).

Yokuştur tüm yolları
Şen olur şen toyları
Çok kalabalık olur
Kazan stil başları (KK-81).

Dağı bağı yol eder

Dört bir yanı hep gezer
Toplar süs ve gümüşü
Eve gelir aş eder (KK-21).

Baharın gelişi hoş
Dağa bayıra koş
Topla yayla muzunu
Ye bak tadı nasıl hoş (KK-21).

Kurtiğin başı kardır
Her evde qarok vardır
Zahmetli toplaması
Tadı etten farksızdır (KK-81).

Kadınların en hası
Ortaya koyar tepsi
Herkesler bakakalır
O sebzeli dolması (KK-81).

Varto'nun yeşil dağı
Yemyeşil olur bağı
Cağın lezzeti başka
Tavada kavur yağı (KK-67).

Kalenin bağlarında
Yetişir dağlarında
Kengerin dikenini var

Asıl lezzet sapında (KK-67).

İnek koyun süt verir

Lolik torax çok gelir

Haram maldan sakın sen

Allah bereket verir (KK-48).

Muşun yerlisi hastır

Yediği heyvan kazdır

Kazan stil tencere

Bunlar olmazsa olmazdır (KK-48).

Ayvanın sarısına

Xox denir kurusuna

Koy kazana karıştır

Reçel olur kahvaltısına (KK-67).

Muşun üzüm bağları

Pekmez olur suları

Ceviz ipe dizilir

Olur ceviz sucukları (KK-9).

Muşun yüksek dağları

Dikenli ağaçları

Aluç givij aynıdır

Toplanır son güzleri (KK-9).

Çoluk çocuk bağdelêr

Grip olmuş hesteler
Şilangın şıfası çoktur
Kaynatın iğleşeler (KK-9).

Tepebağı yollari
Topraktandır evleri
Yokuş çıkar terlersen
Xoştur soğuk gırari (KK-33).

Yiğit diyari Muştur
Halaylari çok xoştur
Qeli pişer kazande
Bundan yemeyen yoktur (KK-67).

Vartosi Bulaniği
Hasköy ile Korkuti
Muş köftesi çok xoştur
Her dem yer Malazgiti (KK-91).

Şu Kurtiğin dağlari
Kale Mongok bağlari
Her yeri Mervend kokar
Şifadır yaprakları (KK-91).

Danı kavur kazande
Pişmiş mi bak suzende
Ekşi yoğurt xoş olur
Dan ile karışende (KK-56)

Lolik çortan peyniri
Toraxla heyvan yağı
Her sabah bunlardan ye
Sıhhat afiyet oli (KK-9).

Muş manilerinde bölgenin coğrafi özellikleri, kültürü, tarihi önemli unsurlar maniler aracılığıyla dile getirilmiştir. Beslenme kültürünü yansıması bölgede yetişen bitkiler, meyveler, mutfak araç gereçleri neler olduğu ile ilgili bilgiler içermektedir. Genel anlamda et ağırlıklı olan yapılan yemekler, çorti, keledoş, helimaşı, sebze dolması, gullik yemeği, grar, qeli, konu edinmiştir. Bitkilerden pivok, süs, gümüş, uçkın, garok, kengel, çağ vb. tüketilen bitkiler mani yoluyla anlatılmıştır. Lolik, torax, çortan ve hayvansal ürünler konu edinmiştir. Yemek araç gereçlerinden kazan, sitil, tencere vb. manilerde yer almıştır. Kışlık hazırlanan yiyecekler, şifalı bitkiler, bazı yemeklerin yapım aşamaları yemekte kullanılan malzemeler mani aracılığıyla dile getirilmiştir.

7.5. Türküler

Türküler, genellikle bir bölgenin başından geçen olaylar üzerine söylenir. Bu olaylar toplumu etkileyen ayrılık, gurbet, aşk, sevgi, vatan sevdası, vb. duygular türkülerin meydana gelmesini hazırlayan konulardır.

Boratav'a göre türkü, *“düzenleyicisi bilinmeyen halkın sözlü geleneğinde oluşup gelişen, çağdan çağa ve yerden yere içeriğinde olsun biçiminde olsun değişikliklere uğrayabilen ve her zaman bir ezgiye koşulmuş olarak söylenen şiirler”* şeklinde tanımlamaktadır (Boratav, 2013: 171).

İnsanoğlu hayatı boyunca duygu ve düşüncelerini çeşitli yollarla anlatmıştır. Bunun için hem yazılı hem de sözlü kaynaklardan faydalanmıştır. Yöre halkının duygularını, yaşantılarını, kayıplarını sevgilerini halk edebiyatının ürünlerinden biri olan Türkülere başvurmuştur.

“Türkülerin her bir kelimesinde asıl özümüz saklıdır. İnsan hassasiyetinin derinliklerinden çıkarak bir kimliğe bürünen türküler zamanla milletin kimliği olurlar. Bu sebeple bir milleti tanımak, o millet hakkında bilgi sahibi olmak istiyorsak, öncelikle o milletin kültürel değerlerine bakmamız gerekir. Bütün kültür değerlerini özellikle bu kültür unsurlarından biri olan türkülerini unutan bir millet özünü, geçmişini unutmuş, kimliğini yitirmiş, yabancılaşmaya, başkalaşmaya mahkûm olmuş demektir.” (Çetindağ, 2005: XV).

“Muş türkülerine bakıldığında Muş merkezin fiziki şartları ile geçmişten günümüze değişen beşeri faktörler kolaylıkla görülmektedir. Yerel ifadeler, ağız özellikleri gibi ilgili yörenin birçok yönüyle tanınmasına katkı sağlamaktadır. Türkülerin sözleri içerisinde yer alan sembol ve öğeler yörenin, bölgenin ya da ülkenin kültürel değerleri hakkında önemli ölçüde bilgi vermektedir.” (Kardaş, 2020: 3-4).

Muş mutfak kültüründe yemek çeşitlerinin çok olmasının yanında halk anlatılarında türkü, bilmece, mani, efsane vb. alanlarda kendini göstermektedir. Halk edebiyatının önemli türlerinden

biri olan türküler, Muş mutfağına önemli ölçüde katkı sağlamıştır. Muş mutfağı, Türk halk müziğinin asıl unsuru olan Türkülere taşınmış ve günümüze kadar varlığını devam ederek gelmiştir.

Ne Güzel

Muş'u gezmenin şimdi sırası

Lahana dolması aşta ne güzel

Car deresi ile Kornı Deresi

Balık tutup yemek işte ne güzel (Ekmekçi, 2014: 204).

Karı Var Muş'un

Baharı müjdeler açan Kardelen,

Bağın alucudur katırla gelen,

Ekmeden bahar da toprağı delen

Jağ ve Uşkun gibi kârı var Muş'un

Ova da laleler, güller doludur.

Yokuş dağ köyleri en sarp yoludur

Pancarı kengeri, yoncası boldur.

Derde derman nice sırrı ve Muş'un

Zemheri de sarkar saçakta buzu,

Her yaz bostanlarda kavun karpuzu,

Dağlarında yaşar kekliğin özü

Ayrıca kınalı türü var Muş'un

Karı Var Muş'un2

Tadanı mest eder lezzeti tadı

Çılbırdır lebeni, keşkektir adı,

Ayran aşısı damak mide muradı,

Bastıkta bin voltluk pili var Muş'un

Tandır ekmeğiyle, içli çöreği

Hoşaf sofralarının temel direği,

Ayransız gider mi hiç su böreği?

Ruha esen Çorti yeli var Muş'un (Ekmekçi, 2014: 207-208).

Muş'un Halleri Var

Övmeye ne gerek zaten çok güzel

Aşikâr ortada halleri Muş'un

Akasya çiçeği yöreye özel

Yüzde yüz doğaldır balları Muş'un

Muş Yöresi

Doğu illerinin kralı, başı

Tükenmez ekmeği, doyulmaz aş

Dünyada bulunmaz bir tane eşi

Vatanı, milleti sever Muşlular (Ekmekçi, 2014: 209).

MANİCE 49-muş

Verimli geniş ova

Haçlı gölde balık var

Koyunlar ve kuzular

Ekilir buğday, pancar

Kışlar; uzun ve çetin

Yazdan hazırlık başlar

Güz mevsimi gelmeden

Doldurur mutfaklar

Etler çokça kavrulur

Sebzeler kurutulur

Torbada paketlenir

Soğukta tüketilir

Peki neler mi yerler

Anlatacağız dostlar

Sabırsızlık etmeyin

Adam'a ayıp derler

Pırvaz diyorlar onlar

Yani kelem, lahana

Sarımsakla tuzlanır

Çömleklerde saklanır

Reyhan, soğan ve çorti

İçine ekşi hamur

Bolca su koyularak

Koca küpte saklanır

Kış ayları gelince

Güzel kemikli etle

Çorti güzel kavrulur

Yemeden zor durulur

Lokman hekim geçerken

Muş iline uğramış
Lahana yiyenleri
Görünce şaşalamış

Bu kadar lahananın
Sonunda hastalık var
Bahar ayı gelince
Bana burdan iç çıkar

Ancak boşaymış tasa
Belki zarar verirdi
Uçkun adlı bir bitki
Panzehiri olmasa

Buğdaylar çuvallarda
Değirmen de var sıra
En büyükler Anne'ler
Değirmen de geceler

Pınağun ev ekmeği
Değirmen şenlik yeri
Un yapılan buğdaylar
Ev de ekmek olurlar

Nar tanesi, pirinçle
Yumurta ve de etle
Ana maddesi bulgur
Bunun adı Muş köfte

Haftada bir köfte var
Çok severler Muş'lular
Hafta direği derler
Sadece bir gün yerler

Meşhur ya lahanası
Hazüt, kelem dolması
Kışkık, kerçek ve herse
Tatlı teter helvası

Mırtoğ, güllük, kenger
Sıpidak, kak, cavbelek
Haydi dostlar gidelim
Muş'da bitmiyor yemek

Zor kaçtık mutfağından
Doyamadık tadından
Manice gezdik, gördük
Yemen'e selam burden (Ekmekçi, 2014: 211-213).

Muş'un Bağları

Muş'un Köftesi ilk tercihim etlide
Tek geçerim Teteri ben tatlıda
Hez dolması, Çorti, gözüm sütlüde
Yemeğe zevk verir yağları Muş'un

Tarlaları süsler eşsiz lalesi

Seyretmeyle bitmez insan hevesi

Keyfe keyif katar uçkun yemesi

Ne güzel insanlardır sağları Muş'un (Ekmekçi, 2014: 213).

Bulanık Akar

Muş'un etrafında Kurtik Dağları

Kara ile sarı üzüm bağları

Çotri'si, köftesi, tereyağları

Puşıyi güzeller bağrımı yakar.

Kelem dolmasıyla Uçkun'u vardır

Hayalimde yatar, halayı Bar'dır

Gurbet eller bana meskendir dardır

Ovasında Telli Turnalar seker (Ekmekçi, 2014: 215).

Görmek İsterim Muş'u

Kale parkında; Muş Köftesi'yle Keşkek yemek isterdim.

Düşümde; lale tarlasında gezerken

Toy kuşunu gördüm

Allı Turna'yla muhabbet ederken (Ekmekçi, 2014: 219).

Muş İli

Keşkek, çorti pişer ocaklarında

Aşk muhabbet kaynar dudaklarında

Mihmanlar şad olur sofralarında

Geçmişten gelir Muş'un töresi (Ekmekçi, 2014: 219).

Yasım Vardır

Muş'un etrafında Kurtik dağları

Her tarafı yeşim üzüm bağları

Ne güzel Çorti'si tereyağları

Muş'un güzelleri ovada gezer (Ekmekçi, 2014: 219).

Dinleyin Muş'u

Geniştir mutfağı bolcadır aş,

Vermişler ovaya biraz yokuşu,

İlkbahar gelince sazla cümbüşü,

Tarih arıyorsan gel buraya koş,

Lale tarlasında sürdür hazını,

Ulu cami'sinde et niyazını,

Lahana dolmasın gör boğazını,

Dünyada tek bulunmaz muşun eşi (Ekmekçi, 2014: 224).

Bulamam Eşini

Hayvancılık esas geçim kaynağı

Tereyağı, peynir, bir de kaymağı

Malazgirt zaferle dikmiş bayrağı

Dillere destandır geçmiş Muş'un (Ekmekçi, 2014: 228).

Bu türküler, Muş mutfak kültürünün yer aldığı kitaplardan derlenerek bir araya getirilmiştir. Yemeklerin ve bitkilerin geçtiği türküler Muş mutfağı hakkında bilgiler içermektedir. Türkülerde Muş yemekleri çorti keşkek, mırtoğ, cavbelek, köfte, lahana dolması, ayran aş, herse, kak pırvaz vb. yemekler verilmiştir. Bitkiler olarak güllük, çağ, sıpidank, kenger, uçkun, alıç yer vermiştir. Muşun temel geçim kaynaklarından biri olan hayvancılık ise tereyağı, peynir, lolik, torax, kaymak türkülerde yer almıştır. Muş köftesi olan hafta direği ve danın malzemeleri ve yapılışı türkü yoluyla aktarılmıştır. Yöreyle ait bütün duyguları türküler vasıtasıyla dile getirmiştir.

SONUÇ

Çalışmamızda derleme yaptığımız kaynak kişiler bölgenin kültürel, geleneksel değerlerini iyi bilen ve bölgeyi iyi tanıyan kaynak kişilerden faydalanılmıştır. Bu nedenle derleme yaparken net bilgiye ulaşmak için şehirden, ilçeden köylerden hiç ayrılmamış, yaşlı, öğrenim görmemiş veya öğrenim seviyesi düşük olan kişilerden yararlanılmıştır. Kaynak kişiler daha çok yaşlı kişilerden oluşmaktadır. Derleme anında kaynak kişilere Muş mutfak kültürü ile ilgili sorular sorularak bu alanda bilgiler toplanmıştır. Kaynak kişilerden izin alınarak ses kaydı alınıp daha sonra yazıya geçirilmiştir.

İnsanoğlunun temel gereksinimlerinden biri olan beslenme, yaşamın vazgeçilmez unsurlarından biridir. Türk kültüründe yemek çok yönlüdür. Yemek çeşitlerinden sofraya düzenine kadar her şey bu yönünü göstermektedir. Yiyecek ve içeceklerin yapılması, hazırlanması, pişirilmesi, servis edilmesi, yiyeceklerin muhafaza edilmesi, mutfak mimarisini "gastronomi" olarak adlandırılmaktadır. Toprağın yapısı, iklimi, coğrafi konumu, inançlar ve adetler gastronomi kültürünün oluşmasında önemli bir yere sahiptir. Muş bölgesi zengin tarihi ve kültür birikimiyle gastronominin yaşatıldığı bir bölgedir. Birçok farklı ve lezzetli yemeğe sahip olan Muş mutfak kendi has tatlarıyla adından da söz ettirmektedir.

Muş'un bazı geleneksel yemekleri ilçeden ilçeye köyden köye farklılık göstermektedir. Yöre halkının geçiminin hayvancılık ve tarıma dayalı olduğu Muş'ta genellikle hamurlu yemekler, etli yemekler, hayvansal ürünler ve doğada kendiliğinden yetişen bitkilerden oluşmaktadır. Yabancı bitkiler hastalıkların tedavisinde, yemeğe lezzet katması ve kurutulmuş baharat olarak kullanılması açısından önemlidir. Muş mutfak mimari özellikleri değişik şekillerde olmakta ve farklı özellikler barındırmaktadır. Muş mutfak evin mimarisine göre, zemin kat veya "havûş" denilen bir avlunun köşesinde yer alır. Mutfak içinde taştan ve topraktan ocaklar yer alır. Aynı zamanda yemeklerin pişirilmesi için "kuçuk, mantez" kullanılır. Mutfak duvarlarında tahtadan yapılan "terekler" yer alır. Tereklere ebatlarına göre tabaklar yerleştirilir. Mutfak bir köşesinde çoluk olarak adlandırılan bulaşık yıkama yeri mevcuttur. Muş mutfakta kullanılan araç gereçler demirden ve bakırdan yapılmaktadır. Muş mutfakta kullanılan bazı araç gereçler şunlardır: Tencere (guşgane), büyük tencere (gazık), büyük kazan (sıtıl), tabak (teyfik), leğen (leg), rende (rinde), tava (elçek), bardak (şuşe), sofraya bezi (pottık), et tahtası (koç), cezve (cezvik), bulaşıklar (derdan) vb. kullanılan araç gereçlerdir.

Muş'ta sofraya genellikle yerde küçük masa veya demirden sini üzerinde kurulmaktadır. Sofraya salata, turşu, cacık, mezeler önceden bırakılır. Genellikle bütün yemekler masaya konularak yenilir. Bazen bir çorba veya grarla başlanır, tabaklar boşalınca diğer yemekler getirilir. Sabah altlığı, kahvaltı, öğlen ve akşam olmak üzere günde dört öğün yemek yenilir. Birde yatmadan önce "yatılık" diye adlandırılan öğün vardır. Öğünlerde yenilen yemekler yaz ve kış mevsimine göre değişmektedir. Yöreye özgü sokak yiyecekleri uçkın, alıç, çiriş otu, simit, ikiz otu vb. yer almaktadır.

Geçiş dönemlerinden biri olan doğum evresinde, doğum yapan anneye komşular tarafından "jagerun, hangerun, herun, pekmez, gevel, bal ve tereyağı karışımı" yapılarak yeni doğum yapan anneye verilmektedir. Her yörede varlığını devam ettiren diğ hediyi geleneği Muş'ta "danuk, dani" olarak adlandırılır. Evlilik düşünen genç kızların ev temizliği, el becerileri maharetleri yanında hazırladıkları yemeklerin lezzeti ve sunumuna önem verilmektedir. Yörede yemek yapmayı meslek edinmiş kişiler vardır. Bunlar özel günlerde bayramlarda, doğumlarda, törenlerde yemeği güzel yapan kişiler, akrabalarına dostlarına konu komşuya yemeğin yapımında yardımcı olur.

Anadolu'nun birçok bölgesinde olduğu gibi Muş'ta coğrafi konumu tarihiyle, kültürel zenginliklerinin yanında mutfakıyla da geçmişle bağını devam ettirmektedir. Muş'un dağlık ve

düzlüklerden oluşan bir coğrafyaya sahip olması Muş'ta sayısız bitki ve hayvan türlerinin yetişmesine olanak sağlamıştır.

Yörenin yemekleri büyük zaman ve emek isteyen yemeklerdir. Bazı yemekler birkaç kişinin bir araya gelmesiyle yapılmaktadır. Bundan dolayı bölgenin geleneksel mutfak kültüründe paylaşma, birlik ve beraberlik, misafirperverlik her alanda kendini göstermektedir. Komşularla birlikte ortak yapılan yemekler Muş köftesi, kılçıklı dolma, çorti örnek gösterebilir. Özel günlerde yöre halkı misafirleri için özel yemekler yapılmaktadır. Misafirlere yapılan yemekler etli, zor ve emek isteyen yemekler tercih edilmektedir. Unutulmaya yüz tutmuş yemeklerin başında ateş altında yapılan yemekler, kurutulmuş etler ve bağırsaklar gelmektedir.

Muş yemekleri arasında tahıl ürünlerinden bulgur ve pilav çeşitleri yer almaktadır. Özellikle Muş yemeklerinin temel malzemelerinden biri olan (dan) öğütülmüş buğday ve (savar) öğütülmüş bulgur çok eskilere dayanmaktadır.

Muş yemekleri arasında ekmekler ve çörekler önemli bir yere sahiptir. Bunların başında her öğün yenilen ve her türlü yemeğin yanında tüketilen ekmek gelir. Ekmek dışında hamurlu ürünler çörekler, tava ekmeği, kaz lokması, çiriş gözlemesi yapılmaktadır.

Muş yemekleri arasında çorbaların özel bir yeri vardır. Yöre halkının severek içtiği başlıca çorbalar arasında grar, ısırgan otu çorbası, çorti çorbası, kemik çorbası, mercimek çorbası, un çorbası vb. gelir. Et yemekleri olarak tavuk, hindi, kaz koyun, keçi ve dana etlerinden taze yapıldığı gibi kış içinde tuzlanıp kurutulmuş etlerden yemek yapılmaktadır. Fırında, tandırda, ocakta çeşitli pişirme yöntemleri kullanılmaktadır.

Muş'ta iklimin sert olması ve karın yerde kalkmadığı zaman geleneksel Muş mutfağında tahıl ürünleri, süt ürünleri, kurutulmuş sebze ve meyveler, etler oldukça önem kazanmıştır. Yöre halkı tarafından kullanılan en önemli bitkiler; çiriş otu, ikiz otu, semizotu, yayla sarımsağı, heliz, kuşkonmaz ve sığırdili'dir. Bu bitkilerin yetiştirme zamanları ve toplanma zamanları yöre halkı tarafından bilinmektedir. Toplanma zamanlarında dağlarda, ovada ve bostanlarda insanların bitkileri toplamak için çıktığını görmek mümkündür. Toplanan bitkilerin kurutma ve salamura yöntemiyle farklı mevsimlerde de tüketilmesi sağlanmaktadır.

Yörede yapılan hayvansal ürünler peynir, yoğurt, çökelek, lolik, tereyağı, tutulmuş yoğurt, kaymak, firo gibi birçok ürün akla gelmektedir. Hayvansal ürünlerin yapım aşaması ve işlemleri çok emek isteyen bir süreçtir.

Muş halkı kış gelmeden yazın ve sonbahar ayında kışa hazırlık yapmaktadır. Yaz aylarında sebze meyve çeşitleri bol olduğunda ve sağlık açısından yöre halkı çoğu zaman kurutma yöntemlerini kullanarak kış hazırlık yapmaktadır. Sebzelerden, domates, biber, kabak, yeşil fasulye kurutulur.

Yemek kültürü, bir milletin yüzyıllar boyunca vazgeçilmez öğelerinden biridir. Zengin bir geçmişe sahip olan Muş bölgesinin yöresel yemekleri halk efsanelerine, manilere, bilmecelere ve türkülere konu olmuştur.

KAYNAKÇA

Yazılı Kaynaklar

ALAN, Berdwort-Teresa Keil (2011), **Yemek ve Toplum Çalışmasına Bir Davet Yemek Sosyolojisi**, Ankara.

APUHAN, Koç-BEYAZKAYA Tuğba (2019), *Bingöl'ün Yenilebilir Yabani Bitkilerinin Gastronomi Turizmine Etkisi Üzerine Bir Araştırma*, **Tourism and Recreation**, s.31-37

ARSLAN, İsa (2015), **Sanat Olarak Gastronomi ve Görsel Sanatlarla İlişkisi**, Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Ana Bilim Dalı, Gaziantep.

ASLAN, Selahattin (2019), **Muş İli ve Bağlı İlçelerde (Muş Merkez-Varto-Bulanık-Malazgirt-Korkut-Hasköy) Tarihi Mezar Taşları (Tespit-Transkript-Değerlendirme)**, Yüksek Lisans Tezi, Geleneksel Türk Sanatları Ana Sanat Dalı, Geleneksel Türk Sanatları Ana Bilim Dalı, Uşak.

ATASOY, Nurhayat (2009), *Van İlinde Yetişen ve Yemeklere Katılan Bitkilerin Besleyici ve Tedavi Edici Etkileri*, **I. Uluslararası Doğu Anadolu Bölgesi Geleneksel Mutfak Kültürü ve Yemekleri Sempozyumu**, 24-26 Haziran 2009- Bitlis s. 369.

BORATAV, Pertev Naili (2013), **100 Soruda Türk Halk Edebiyatı**, Bilgesu Yayınları, Ankara.

ÇETİNDAG SÜME, Gülde (2005), **Elazığ Türküleri**, Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Türk Dili ve Edebiyatı Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Elazığ, s.XV.

DİLÇİN, Cem (1997), **Örneklerle Türk Şiir Bilgisi**, Türk Dil Kurumu Yayınları, Ankara.

DİLSİZ, Beril (2010), **Türkiye’de Gastronomi ve Turizmi**, Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Turizm İşletmeciliği Anabilim Dalı, İstanbul.

DÖLEK, İskender-ŞARHOĞLU Fuat (2020), *“Muş İlinde Turizm Açısından Değerlendirilebilecek Doğal ve Kültürel Varlıklar” Muş Tarih, Toplum, Siyaset ve Hafıza*, (Hzl, Sedat Karakaya, Orhan Keskintaş), s.373.

EKMEKÇİ, Mansur (2014), **Muş Halk Kültürü**, Muş Valiliği ve Kültür Bakanlığı Yayınları, Muş.

ELÇİN, Şükrü (1989), **Türk Bilmeceleri**, Kültür Bakanlığı Yayını, Ankara.

ELÇİN, Şükrü (1993), **Halk Edebiyatına Giriş**, Akçağ Yayınları, Ankara.

ELİTOK, Nevin (2006), **Muş İlinden Mâniler Üzerine Bir İnceleme**, Yüksek Lisans Tezi, Fırat Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Türk Dili ve Edebiyatı Anabilim Dalı, Elazığ.

ERGÜN, Metin (1997), **Türk Dünyası Efsanelerinde Değişme-Motifi- I.Cilt Metinler**, Türk Dil Kurumu Yayınları, Ankara.

GENÇ, Reşat (2008), *“XI. Yüzyılda Türk Mutfığı”*, **Yemek Kitabı, tarih-halk Bilimi-edebiyatı** (hzl. M. Sabri Koz), İstanbul,.

- GOOD, Jack (2013), **Yemek, Mutfak, Sınıf Karşılaştırmalı Sosyolojisi Çalışması**, s.4.
- GÜVENÇ, Bozkurt (1979), **İnsan ve Kültür**, İstanbul, s.204.
- HALICI, Nevin (2008), **Türk Halk Mutfacı**, İstanbul, s. 283.
- HATİPOĞLU, Aysu (2016), **İnançları Gastronomi Üzerine Etkileri Bodrumdaki Beş Yıldızlı Otellerin Mutfak Yöneticilerinin Görüşlerinin Benimsenmesine Yönelik Bir Araştırma**, Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- İRİS, Muzaffer (2011), **Süryani Mutfak Kültürü ve Yemekleri**, İstanbul. 183.
- KARDAŞ, Canser (2020), **‘Muş Merkez Türküleri Üzerine Bir İnceleme’**, **Tarih ve Gelecek Dergisi**, C.6, S.4.
- KARPUZ, Haşim-KARPUZ Emine (2008), **‘Anadolu Türk Evinde Mutfak’**, **Yemek Kitabı/Tarih-Halkbilimi-Edebiyat**, (Hzl. M. Sabri Koz), s.388.
- ÖGEL, Bahaeddin (1978), **Türk Kültür Tarihine Giriş**, C.3 Ankara, s.41.
- ÖRNEK, Sedat Veyis (1977), **Türk Halk Bilimi**, s.185.
- ÖZBAY, Gülçin (2019), **Dünden Bugüne Gastronomi, Tüm Yönleriyle Gastronomi Bilimi**, (Hzl. Mehmet Sarıışık), s. 1-30.
- ÖZCAN, Haluk Sinan (1993), **Muş İlinde Yüz Görümlülüğü’** **Milli Folklor**, Cilt 3, Yıl 5, Sayı 19.
- ÖZKAN, Şeyda (2012), **Anadolu Türk Folklorunda Bitki Adlarının Veriliş Hikâyeleri Üzerine Bir İnceleme**, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Türk Dili ve Edebiyatı Anabilim Dalı, Türk Halk Edebiyatı Bilim Dalı, Konya.
- SAKAOĞLU, Saim (1984), **Anadolu Türk Efsanelerinde Taş Kesilme Motifi ve Bu Efsanelerin Tip Kataloğu**, Kültür Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi, Ankara.
- ŞAHİN, Erhan (2019), **Gastronomi Turizminde Alternatif Bir Ürün Barbaros Köyü ‘Çat Kapı Evleri’ Uygulaması Örneği**, Yüksek Lisans Tezi, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Ana Bilim Dalı, Aydın.
- ŞENOCAK, Ebru (2008), **‘Elazığ Mutfacı ve Yöresel Yemekleri’**, **Yemek Kitabı/Tarih-Halkbilimi-Edebiyat**, (Hzl. M. Sabri Koz), s. 583.
- ŞİMŞEK, Esmâ (2008), **‘Kadirli (Osmaniye) Mutfacı ve Mahallî Yemekler’**, **Yemek Kitabı/Tarih-Halkbilimi-Edebiyat**, (Hzl. M. Sabri Koz), s.701.
- ŞİMŞEK, Esmâ (2014), **‘Halk Anlatılarında ‘Misafirperverlik’ Olgusu ve Psiko-Sosyal Açidan Değerlendirmesi’** **Akra Kültür Sanat ve Edebiyat Dergisi**, s.4,s.67.
- TAŞPINAR, Oğuz-DEMİRKOL Şehnaz (2019), **‘Dünden Bugüne Dünya Mutfakları’**, **Tüm Yönleriyle Gastronomi Bilimi**, (Hzl. Mehmet Sarıışık), s. 90
- TEZCAN, Mahmut (2000), **Türk Yemek Antropolojisi**, T.C. Kültür Bakanlığı Yayınları, Ankara.

ULAMA, Şevki-UZUT İsmail (2019), *Pazarlama Aracı Olarak Gastronomi, Tüm Yönleriyle Gastronomi Bilimi*, (Hızl. Mehmet Sarıışık), s. 187.

ÜÇER, Müjgan (1982), **Sivas Halk Mutfağı**, Ankara.

ÜNSAL, Münevver (2009), ‘‘Dünden Bugüne Van’da Kışlık Yiyecek Hazırlıkları’’, **I. Uluslararası Doğu Anadolu Bölgesi Geleneksel Mutfak Kültürü ve Yemekleri Sempozyumu**, 24-26 Haziran 2009- Bitlis, s.281.

YARIŞ, Ahmet (2019), **Mardin’de Gastronomi Turizmi: Turist Görüşlerine İlişkin Bir Uygulama**, Yüksek Lisans Tezi, Mardin Artuklu Üniversitesi, Sosya Bilimler Enstitüsü, Turizm İşletmeciliği ve Otelcilik Anabilim Dalı, Gastronomi ve Turizm Bilim Dalı, Mardin.

YEŞİL, Yılmaz (2014), **Türk Dünyasında Geçiş Dönemi Ritüelleri (Doğum-Evlenme-Ölüm Gelenekleri)** Ankara: Eskişehir Valiliği, 1. Baskı s.67

İnternet Kaynakları

<http://www.mus.gov.tr/ilimiz-tarihçesi>, 18.09.2020

<http://www.mus.gov.tr/mustarihçe-T.C.MuşValiliği>, 19.04.2020

<http://www.mus.coğrafi.com.tr>, 19.09.2020

<http://www.mus.gov.tr>, 20.09.2020

<http://www.tuik.com.tr>, 25.09.2020

<http://www.musturizm.com>, 26.09.2020

www.bigihanem.com, 01.02.2021

www.sifalıbitkilertedavsi.com, 01.02.2021

www.hatmiçiçeği.com, 03.02.2021

Sözlü Kaynaklar

ADI SOYADI, YAŞ, ÖĞRENİM DURUMU, MESLEK, DOĞUM YERİ, YAŞADIĞI YER, NERDEN ÖĞRENDİĞİ, DERLEME TARİHİ

KK1: Abdulbaki AYTEMİŞ, 90, Okuma-yazma yok, Emekli, Muş, Muş, Büyüklerinden, 06.12.2020.

KK2: Zehra YOLCU, 41, Okuma-yazma yok, Ev hanımı, Muş, Manisa, Annesinden, 04.03.2020.

KK3: Sabriye ÇELİK, 37, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Adana, Büyüklerinden, 04.03.2020.

KK4: Saadet YALÇIN, 32, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Batman, Büyüklerinden, 06.11.2020.

KK5: Sedef ŞEKER, 88, Okum-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Babasından, 05.13.2020.

KK6: Hanım KANDEMİR, 46, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Büyüklerinden, 04.12.2020.

KK7: Şaybe ÖZMEN, 49, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Babasından, 03.02.2020.

KK8: Reyhan UÇAR, 54, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Büyüklerinden, 04.05.2020.

KK9: Kevser UÇAR, 90, Okuma- yazma yok, Ev Hanımı, Diyarbakır, Muş, Annesinden, 04.05.2020.

KK10: Ganim YILDIZ, 48, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Büyüklerinden, 07.07.2020.

KK11: Naime GÜZEL, 44, Lise Mezunu, Esnaf, Muş, Muş, Annesinden, 06.07.2020.

KK12: Erdoğan YALÇIN, 41, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Babasından, 06.07.2020.

KK13: Seyfettin YALÇIN, 72, Okuma- yazma yok, Esnaf, Muş Muş, Dedesinden, 06.07.2020.

KK14: Delal YILDIRIM, 84, Okuma- yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Babasından, 08.21.2020.

KK15: Zinnet ÖZASLAN, 76, Okuma- yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Büyüklerinden, 03.05.2020.

KK16: Selami YALÇIN, 51, Ortaokul Mezunu, Çiftçi, Muş, Muş, Annesinden, 11.05.2020.

KK17: Perişan AKTAŞ, 46, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Babasından, 10.01.2020.

KK18: Zemzem ÖZMEN, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Annesinden, 08.02.2020.

KK19: Rahim ATAMAN, Ortaokul Mezunu, Çiftçi, Muş, Muş, Babasından, 02.12.2020.

KK20: Emine ŞEKER, 35, Lise Mezunu, Ev Hanımı, Diyarbakır, Muş, Büyüklerinden, 05.24.2020.

KK21: Ahmet ŞEKER, 40, Üniversite Mezunu, Sınıf Öğretmeni, Muş, Muş, Babasından, 05.24.2020.

KK22: Muhammet TÜRKMEN, 43, Ortaokul Mezunu, Çitçi, Muş, Muş, Dedesinden, 08.13.2020.

- KK23:** Salih TÜRKMEN, 51, İlkokul Mezunu, Esnaf, Muş, Muş, Annesinden, 08.13.2020.
- KK24:** Esmā GÜZEL, 67, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Büyüklerinden, 05.11.2020.
- KK25:** Ayşe TOPLU, 34, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Annesinden, 09.12.2020.
- KK26:** Fatma ÖZÇELİK, 35, niversite Mezunu, Sınıf ğretmeni, Muş, Muş, Büyüklerinden, 07.09.2020.
- KK27:** Ayşem ÇELİK, 45, Ortaokul Mezunu, Esnaf, Muş, Muş, Dedesinden, 07.01.2020.
- KK28:** Fidan ÖZÇELİK, 34, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Büyüklerinden, 07.09.2020.
- KK29:** Gülfidan SEZGİN, 50, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Annesinden, 11.04.2020.
- KK30:** Söylemez DEDE, 54, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Bitlis, Babasından, 11.04.2020.
- KK31:** Yasin, ÖZTÜRK, 31, niversite Mezunu, İnşaat Mühendisi, Muş, Muş, Dedesinden, 09.12.2020.
- KK32:** Songül ÖZTÜRK, 28, niversite Mezunu, Tarih ğretmeni, Muş, Muş, Büyüklerinden, 09.12.2020.
- KK33:** Naciye SÖYLEMEZ, 54, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Babasından, 10.01.2020.
- KK34:** Esmā GÜZEL, 32, Lise Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Büyüklerinden, 10.01.2020.
- KK35:** Tuba TOPLU, 27, niversite Mezunu, Hemşire, Muş, Muş, Babasından, 02.13.2020.
- KK36:** Nuran GL, 47, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Annesinden, 04.11.2020.
- KK37:** Hayriye SEZGİN, 60, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Büyüklerinden, 05.11.2020.
- KK38:** Kadriye ÇELİK, 80, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Annesinden, 05.11.2020.
- KK39:** Selma ACAR, 28, niversite Mezunu, Hemşire, Muş, Muş, Dedesinden, 11.02.2020.
- KK40:** Hazal ÇİÇEK, 81, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Babasından, 15.07.2020.
- KK41:** Heybet YILDIZ, 50, İlkokul Mezunu, Şoför, Muş, Muş, Büyüklerinden, 08.10.2020.

KK42: Kıymet YILDIZ, 47, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Dedesinden, 08.10.2020.

KK43: Elif YILDIZ, 31, Lise Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Teyzesinden, 08.10.2020.

KK44: Muhbet ACAR, 60, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Annesinden, 02.26.2020.

KK45: Halime TÜRK, 49, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Diyarbakır, Babasından, 02.26.2020.

KK46: Esmâ TÜRK, 57, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Dedesinden, 02.26.2020.

KK47: Naime SÖYLEMEZ, 73, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Babasından, 15.10.2020.

KK48: Hasan SÖYLEMEZ, 52, İlkokul Mezunu, Çiftçi, Muş, Muş, Annesinden, 15.10.2020.

KK49: Saliha ÇİÇEK, 43, Ortaokul Mezunu, Esnaf, Muş, Muş, Babasından, 04.12.2020.

KK50: Muhsine AKAR, 54, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Diyarbakır, Dedesinden, 15.05.2020.

KK51: Meryem AKAR, 60, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Büyüklerinden, 04.12.2020.

KK52: İsmail ÇELİK, 52, İlkokul Mezunu, Esnaf, Muş, Muş, Annesinden, 07.13.2020.

KK53: Kudret ÇELİK, 71, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Babasından, 08.11.2020.

KK54: İsa YILDIRIM, 43, Lise Mezunu, Muhasebeci, Muş, Muş, Dedesinden, 09.04.2020.

KK55: Kübra YILDIRIM, 27, Üniversite Mezunu, Ziraat Mühendisi, Muş, Muş, Büyüklerinden, 09.04.2020.

KK56: Tuğba AKTAŞ, 31, Üniversite Mezunu, İşletmeci, Muş, Muş, Nenesinden, 15.01.2020.

KK57: Hasibe AKTAŞ, 52, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Annesinden, 15.01.2020.

KK58: Ahmet AKTAŞ, 61, İlkokul Mezunu, İşletmeci, Muş, Muş, Büyüklerinden, 15.01.2020.

KK59: Hanife ÖZÇELİK, 41, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Babasından, 14.03.2020.

KK60: Abdullah ÖZÇELİK, 50, İlkokul Mezunu, Esnaf, Muş, Muş, Büyüklerinden, 14.03.2020.

KK61: Elif ÖZÇELİK, 29, Üniversite Mezunu, Gıda Mühendisi, Muş, Muş, Babasından, 14.03.2020.

KK62: Şeyma ÖZÇELİK, 27, Üniversite Mezunu, Sınıf Öğretmeni, Muş, Muş, Büyüklerinden, 14.03.2020.

KK63: Ayşegül ARSLAN, 30, Ortaokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Babasından, 16.04.2020.

KK64: Sümeyye ARSLAN, 27, Lise Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Annesinden, 16.04.2020.

KK65: Mustafa AYTEMİŞ, 42, Ortaokul Mezunu, Esnaf, Muş, Muş, Büyüklerinden, 11.06.2020.

KK66: Gülizar AYTEMİŞ, 50, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Annesinden, 11.06.2020.

KK67: Özlem AYTEMİŞ, 40, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Babasından, 11.06.2020.

KK68: Elif BOZKURT, 52, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Büyüklerinden, 03.08.2020.

KK69: Abdalbaki BOZKURT, 60, İlkokul Mezunu, Emekli, Muş, Muş, Dedesinden, 03.08.2020.

KK70: Yasemin ÇANKAYA, 55, Lise Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Babasından, 12.06.2020.

KK71: Nafiye ÇİÇEK, 50, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Annesinden, 25.08.2020.

KK72: Münevver ÇİÇEK, 45, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Dedesinden, 25.08.2020.

KK73: Reyhan DEDE, 45, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Annesinden, 07.11.2020.

KK74: Sevgi DEDE, 37, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Babasından, 07.11.2020.

KK75: Aygöl DEMİR, 40, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Annesinden, 01.08.2020.

KK76: Sidret ERBİLEK, 55, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Babasından, 01.08.2020.

KK77: Ahmet EROĞLU, 50, İlkokul Mezunu, Esnaf, Muş, Muş, Dedesinden, 01.08.2020.

KK78: Hanima FİLİZ, 47, Okuma- yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Diyarbakır, Babasından, 26.08.2020.

KK79: Hilal FİLİZ, 28, Lise Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Diyarbakır, Büyüklerinden, 26.08.2020.

KK80: Metin FİLİZ, 30, Lise Mezunu, Güvenlikçi, Muş, Diyarbakır, Büyüklerinden, 26.08.2020.

KK81: Mustafa KARAKAYA, 61, Okuma-yazma yok, Esnaf, Muş, Muş, Annesinden, 23.11.2020.

KK82: Elif KARAKAYA, 70, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Babasından, 23.11.2020.

KK83: Nurcan KARTAL, Üniversite Mezunu, Okul Öncesi Öğretmenliği, Muş, Muş, Annesinden, 21.10.2020.

KK84: Ayşe KORKMAZ, 45, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Büyüklerinden, 21.10.2020.

KK85: Hasan KORKMAZ, 52, İlkokul Mezunu, Esnaf, Muş, Muş, Babasından, 21.10.2020.

KK86: Güleser MERYEMOĞLU, 38, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Teyzesinden, 28.10.2020.

KK87: Mevlüda NERGİZ, 70, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Büyüklerinden, 07.09.2020.

KK88: Perizade NERGİZ, 54, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Büyüklerinden, 07.09.2020.

KK89: Tuğba SEZGİN, 56, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Teyzesinden, 05.05.2020.

KK90: Metin SEZGİN, 45, ilkokul Mezunu, İşletmeci, Muş, Muş, Dedesinden, 05.05.2020.

KK91: Ömer SEZGİN, 38, Üniversite Mezunu, Sınıf Öğretmeni, Muş, Muş, Büyüklerinden, 05.05.2020.

KK92: Aslı SEZGİN, 26, Üniversite Mezunu, Okul Öncesi Öğretmeni, Muş, Muş, Nenesinden, 05.05.2020.

KK93: Ayşe SOYDAN, 26, Üniversite Mezunu, Sosyolog, Muş, Muş, Annesinden, 05.05.2020.

KK94: Şüheda ŞAVLI, 30, Lise Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Babasından, 14.08.2020.

KK95: Kader ŞAVLI, 45, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Dedesinden, 14.08.2020.

KK96: Hediye TANRIKULU, 58, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Büyüklerinden, 17.02.2020.

KK97: Gıyasettin YEL, 58, İlkokul Mezunu, Emekli, Muş, Muş, Büyüklerinden, 01.02.2020.

KK98: Gülüstan YEL, 51, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Büyüklerinden, 01.02.2020.

KK99: Züleyha YEL, 21, Lise Mezunu, Üniversiteye Hazırlık, Muş, Muş, Büyüklerinden, 01.02.2020.

KK100: Sümeyra YALÇIN, 35, Lise Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Annesinden, 09.03.2020.

KK101: İsa YALÇIN, 46, Lise Mezunu, Muhasebeci, Muş, Muş, Dedesinden, 09.03.2020.

KK102: Yasemin YURTLU, 54, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Annesinden, 09.03.2020.

KK103: Kadir YURTLU, 72, Okuma-yazma yok, Esnaf, Muş, Muş, Dedesinden, 09.03.2020.

KK104: Eda YILMAZ, 47, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Annesinden, 13.11.2020.

KK105: Zehra YILMAZ, okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Babasından, 13.11.2020.

KK106: Behçet YILMAZ, Ortaokul Mezunu, Çiftçi, Muş, Muş, Dedesinden, 13.11.2020.

KK107: Faruk KANDEMİR, 24, Üniversite Mezunu, Sınıf Öğretmeni, Muş, Muş, Büyüklerinden, 01.12.2020.

KK108: Suphi KANDEMİR, 56, Lise Mezunu, Muhasebeci, Muş, Muş, Dedesinden, 01.12.2020.

KK109: Zinnet ÖZMEN, 76, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Annesinden, 19.09.2020.

KK110: Zeytun ÖZMEN, 68, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Babasından, 19.09.2020.

KK111: Furkan ÖZMEN, 56, İlkokul Mezunu, Emekli, Muş, Muş, Nenesinden, 19.09.2020.

KK112: Zümrete AKARSU, 45, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Babasından, 25.05.2020.

KK113: Arif AKARSU, 58, İlkokul Mezunu, Esnaf, Muş, Muş, Büyüklerinden, 25.05.2020.

KK114: Ayten AKARSU, 56, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Annesinden, 25.05.2020.

KK115: Kadriye ATAŞ, 77, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Babasından, 27.05.2020.

KK116: Hanima ATAŞ, 65, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Büyüklerinden, 27.05.2020.

KK117: İlyas ATAŞ, 55, İlkokul Mezunu, Çiftçi, Muş, Muş, Dedesinden, 27.05.2020.

KK118: Miyaser ERDENCİ, 52, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Annesinden, 08.14.2020.

KK119: Kübra ERDENCİ, 47, Okuma- yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Büyüklerinden, 08.14.2020.

KK120: Ömer ERDENCİ, 58, İlkokul Mezunu, Esnaf, Muş, Muş, Çevresinden, 08.14.2020.

KK121: Elif KARASU, 36, Ortaokul Mezunu, İşletmeci, Muş, Muş, Dedesinden, 26.01.2020.

KK122: Turan KARASU, 43, Lise Mezunu, Esnaf, Muş, Muş, Çevresinden, 26.01.2020.

KK123: Merve GÜLER, 39, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Büyüklerinden, 05.10.2020.

KK124: Hanım GÜLER, 45, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Annesinden, 05.10.2020.

KK125: Fatıma GÜLER, 58, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Babasından, 05.10.2020.

KK126: Eyüp YILDIZ, 66, İlkokul Mezunu, Emekli, Muş, Muş, Dedesinden, 14.03.2020.

KK127: Arif YILDIZ, 46, Ortaokul Mezunu, Muhasebeci, Muş, Muş, Çevresinden, 14.03.2020.

KK128: Kadriye YILDIZ, 80, İlkokul Mezunu, Esnaf, Muş, Muş, Dedesinden, 14.03.2020.

KK129: Gülsüm DEMİR, 76, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Çevresinden, 02.10.2020.

KK130: Fatih DEMİR, 64, Okuma-yazma yok, Emekli, Muş, Muş, Büyüklerinden, 02.10.2020.

KK131: Rıza DEMİR, 80, Okuma-yazma yok, Emekli, Muş, Muş, Annesinden, 02.10.2020.

KK132: Ayşenur KAPLAN, 35, Lise Mezunu, Esnaf, Muş, Muş, Çevresinden, 09.09.2020.

KK133: Kader KAPLAN, 40, Ortaokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Büyüklerinden, 09.09.2020.

KK134: Cansu ATAMAN, 46, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Annesinden, 17.10.2020.

KK135: Abdullah ATAMAN, 50, Okuma-yazma yok, Esnaf, Muş, Muş, Çevresinden, 17.10.2020.

KK136: Yasin ÖZTÜRK, 71, Okuma-yazma yok, Emekli, Muş, Muş, Büyüklerinden, 15.10.2020.

KK137: Selma ÖZTÜRK, 53, Ortaokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Annesinden, 15.10.2020.

KK138: Naime ÖZTÜRK, 43, Okuma-yazma yok, Ev Hanımı, Muş, Muş, Dedesinden, 15.10.2020.

KK139: Ferman GÜL, 35, Lise Mezunu, Tıbbi Sekreter, Muş, Muş, Büyüklerinden, 28.09.2020.

KK140: Ayşe GÜL, 52, Ortaokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Annesinden, 28.09.2020.

KK141: Elif ERTEN, 43, İlkokul Mezunu, Ev Hanımı, Muş, Muş, Babasından, 02.05.2021.

KK142: Abdurrezzak Yalçın, 75, Okuma-yazma yok, Emekli, Muş, Muş, Büyüklerinden, 13.12.2020.

KK143: Ahmet Yolcu, 48, İlkokul Mezunu, Esnaf, Muş, Muş, Babasından, 07.19.2020.

KK144: Suna Demir, 54, Okuma-yazma yok, Ev hanımı, Muş, Muş, Dedesinden, 19.10.2020.

KK145: Fahriye Yavuz, 43, Ortaokul Mezunu, Esnaf, Muş, Muş, Büyüklerinden, 20.01.2021.

KK146: Kemal Yavuz, 52, Lise Mezunu, Esnaf, Muş, Muş, Dedesinden, 20.01.2021.

KK147: Kübra Karadağ, 39, Ortaokul Mezunu, Ev hanımı, Ninesinden, Muş, Muş, 12.09.2020.

KK148: Fatih Karadağ, 46, Ortaokul Mezunu, Çiftçi, Dedesinden, Muş, Muş, 12.09.2020.

KK149: Pınar YILDIZ, 27, Üniversite Mezunu, Öğretmen, Babasından, Muş, Muş, 17.05.2021.

KK150: Hayrettin Yüzgüllü, 51, Ortaokul Mezunu, Çiftçi, Büyüklerinden, Muş, Muş, 16.03.2021.

EKLER

Ek. Fotoğraflar



Fotoğraf 1. Kaz Ayağı Otu



Fotoğraf 2. Kavak Ağacı Mantarı



Fotoğraf 3. Pelsing



Fotoğraf 4. Sığirdili



Fotoğraf 5. Hıxlök



Fotoğraf 6. Mantar



Fotoğraf 7. Kuşkonmaz



Fotoğraf 8. Halız



Fotoğraf 9. Gottık



Fotoğraf 10. Turşu



Fotoğraf 11. Pivok



Fotoğraf 12. Mervend



Fotoğraf 13. Pitrak



Fotoğraf 14. Civanperçemi



Fotoğraf 15. Soo



Fotoğraf16: Şelim



Fotoğraf 17. Silmask



Fotoğraf 18. Tekerek



Fotoğraf 19. Yabani Nane



Fotoğraf 20. Dujik



Fotoğraf 21. Dağ Kekigi



Fotoğraf 22. Semizotu



Fotoğraf 23. Halz Mantarı



Fotoğraf 24. Işkın



Fotoğraf 25. Halz



Fotoğraf 26. Garze



Fotoğraf 27. Yabani Havuç



Fotoğraf 28. Papatya



Fotoğraf 29. Çiriş Otu



Fotoğraf 30. Papisik



Fotoğraf 31. Patlıcan Oturtma



Fotoğraf 32. Muş Mantısı



Fotoğraf 33. Grar



Fotoğraf 34. Çorti



Fotoğraf 37. Avşor



Fotoğraf 38. Kaburga Dolması



Fotoğraf 39. Lahana Dolması



Fotoğraf 40. Katmerli Ekmek



Fotoğraf 41. Pılor



Fotoğraf 42. Muş Köftesi



Fotoğraf 43. Katte



Fotoğraf 44. Patlıcan Oturtma



Fotoğraf 45. Kabak Dolması



Fotoğraf 46. Zerkef



Fotoğraf 47. Pekmezli Kaz Lokması



Fotoğraf 48. Yağlı Ekmek



Fotoğraf 49. Pas Köftesi



Fotoğraf 50. Güllük Gözleme



Fotoğraf 51. Güllük Haşlama



Fotoğraf 52. Çakşır Bulamaçı



Fotoğraf 53. Çömlekte Güveç



Fotoğraf 54. Ev Ekmeği



Fotoğraf 55. Şelim Haşlama



Fotoğraf 56. Kılçık Dolması



Fotoğraf 57. Anlık Dolması



Fotoğraf 58. Kuru Domatesli Lahana Sarması



Fotoğraf 59.Ev Çöreği



Fotoğraf 60. Turşu



Fotoğraf 61. Dağ Teresi Dolma



Fotoğraf 62. Bağirsak Dolması



Fotoğraf 63. Sade Köfte



Fotoğraf 64. Mısır Grarı



Fotoğraf 65. Pırpır Haşlama



Fotoğraf 66. Tava Ekmeği



Fotoğraf 67. Grare Rici



Fotoğraf 68. Halız Bulamacı



Fotoğraf 69. Katte



Fotoğraf 70. Sebze Dolması



Fotoğraf 71. Hışmık



Fotoğraf 72. Keltiş



Fotoğraf 73. Qeyğane



Fotoğraf 74. Asude



Fotoğraf 75. Mirtoğ



Fotoğraf 76. Kırçık



Fotoğraf 77. Garniş



Fotoğraf 78. Kelle Paça



Fotoğraf 79. Çiriş Gözleme



Fotoğraf 80. Pas köftesi



Fotoğraf 81. G  ll  k G  zleme



Fotoğraf 82. Kışlık Sebze Dolma



Fotoğraf 83. Kavurma



Fotoğraf 84. Yeşil Fasulye Yahnisi



Fotoğraf 85. Çiriş Çorbası



Fotoğraf 86. Grar



Fotoğ raf 87. Yı lanyastığı orbası



Fotoğ raf 88. Zerkef



Fotoğ raf 89. Yeş il Mercimekli Pilav



Fotoğraf 90. Kaz Lokması



Fotoğraf 91. Sel Üzerinde Çiriş Gözleme



Fotoğraf 92. Xaşil



Fotoğraf 93. Dut kurutması



Fotoğraf 94. Meyve Kurutması



Fotoğraf 97. Maydonaz Kurutması



Fotoğraf 98. Reyhan Kurutması



Fotoğraf 99. Kabak Kurutması



Fotoğraf 100. Yeşil Fasulye Kurutması



Fotoğraf 101. Turşu



Fotoğraf 102. Salatalık Turşusu



Fotoğraf 103. Pırvaz



Fotoğraf 104. Kuşburnu Reçeli



Fotoğraf 105. Isırgan Otu Kurutması



Fotoğraf 106. Üzüm Pekmezi



Fotoğraf 107. Üzüm Pekmez Yapım Aşaması



Fotoğraf 108. Bastık



Fotoğraf 109. Kabak Kurutması



Fotoğraf 110. Patlıcan Közlemesi



Fotoğraf 111. Ayva Reçeli



Fotoğraf 112. Konserve Yapım Aşaması



Fotoğraf 113. Alç Sirkesi



Fotoğraf 114. Pennere Şo



Fotoğraf 116. Üzüm Ezme Aşaması



Fotoğraf 117. Çik Yağı



Fotoğraf 118. Tereyağı



Fotoğraf 119. Çakşır ve Kereng Salamurası



Fotoğraf 120. Sokakta Satılan Bitkiler



Fotoğraf 121. Çiriş



Fotoğraf 122. Kereng



Fotoğraf 123. Sıpink

DERLEME SORULARI

Halk Mutfağı

1. Yemeklerin yapımını kimden öğrendiniz?
2. Yemek yapımında kullanılan kap kaçak araç-gereçler nelerdir?
3. İçecek yapımında kullanılan araç gereçler nelerdir?
4. Sofrada yemek yerken kullanılan araç-gereçler nelerdir?
5. Yemekler nasıl kaplarda ve nerede muhafaza edilir?
6. Mutfak araç gereçlerinde değişiklik oldu mu?
7. İçecekler nasıl ve nerelerde saklanır?
8. Mutfak diye ayrı bir bölüm var mıdır? Mutfak sadece yemek yemek için mi kullanılır?
9. Yemekler nerede pişirilir?
10. Ocak evin neresine yapılır? Hangi malzemeden yapılmıştır?
11. Ocaklarda ne tür yemekler pişirilir?
12. Ocakla ilgili inanışlar var mı?
13. Yemekler genellikle nerede pişirilir?
14. Kiler var mı? Varsa kilerde neler saklarsınız?
15. Yemek yaparken kullandığınız ürünleri nerelerden temin ediyorsunuz?
16. Yemeklerin tarifini nasıl aklınızda tutuyorsunuz?
17. Yemekleri yaparken malzemeleri hangi ölçülerde kullanıyorsunuz? Bu ölçüleri nasıl belirliyorsunuz?
18. Yemeğin piştiğini anlamak için yöntemleriniz var mı? Bu yöntemleri nereden öğrendiniz?
19. Yemekleri servis ederken kullandığınız kap kaçaklar nelerdir?
20. Bu kap kaçaklar hangi malzemeden yapılmıştır? Ahşap mı? Porselen mi?
21. Yöresel olarak adlandırdığınız kap kaçak isimleri nelerdir? Bu isimleri nereden öğrendiniz?
22. Bu araç-gereçleri, kap kaçakları nereden temin ediyordunuz?
23. Ekmekle ilgili inanışlar var mı?
24. Yemeklerin yapımıyla ilgili özel günler var mı?
25. Özel günler nelerdir? Bu günlere ait hangi yemekler vardır?
26. Yemekleri yaparken kullandığınız baharatlar nelerdir?
27. Sabah kahvaltılıkta yemek olarak ne yapıyorsunuz?
28. Öğlen yemeğinde ne tür yemekler yaparsınız?
29. Akşam yemeğinde ne tür yemekler yaparsınız?

30. Bu öğünlerin dışında size özgü öğünleriniz var mı?
31. Sofrayı nerde kurarsınız?
32. Sofraya oturma düzeniniz nasıldır?
33. Yemeği kaç kişi servis eder?
34. Kadın, erkek çocuk birlikte mi ayrı mı yer?
35. Geçmişte uyguladığınız sofrâ düzeni nelerdir?
36. Kandillerde yapılan özel yemekler nelerdir? (Yöresel ad ve tarifleri)
37. Bayramlarda yapılan özel yemekler nelerdir? (Yöresel ad ve tarifleri)
38. Hacı yemeği nelerdir? (Yöresel ad ve tarifleri)
39. Ramazan ayında yapılan özel yemekler nelerdir? (Yöresel ad ve tarifleri)
40. Ramazan ayında sofrâ düzeni nasıl olur?
41. Şerbet içirme geleneği var mı? Hangi özel günlerde misafire ikram edilir ?
42. Sokak yiyecekleri nelerdir?
43. Yemeği soğuk mu veya sıcak mı? Servis edersiniz?
44. Yemeği ölçüyle mi göz kararıyla mı yaparsınız?
45. Büyükleriniz ölçü kullanır mıydı?
46. Yemeğe ilk kim başlar?
47. Yemeğe başlamadan önce dâa edilir mi?
48. Yemekten sonra dâa edilir mi?
49. Loğusa döneminde yapılan özel yemekler var mıdır? Nasıl yapılır?
50. Sünnet yemeği verilir mi? (Yöresel ad ve taifleri)
51. Nişan, kına, düğün dönemlerinde yapılan yemekler var mıdır? Nelerdir?
52. Yeni gelin evinde yemeğe çağırma, el öpme yemeği vb. var mı?
53. Ölümde yapılan özel yemekler var mıdır? Nelerdir?
54. Yemek yaparken hangi malzemeleri kullanırsınız?
55. Sebze yemekleri olarak neler yaparsınız?
56. Et yemekleri olarak neler yaparsınız?
57. Tahıl yemekleri nelerdir? Nasıl pişirilir? (Yöresel ad ve tarifleri)
58. Çorba çeşitleri olarak neler yaparsınız?
59. Hamur işleri olarak neler yaparsınız?
60. Tatlı çeşitleri olarak neler yaparsınız? (Yöresel adları ve tarifleri)
61. Kümes hayvanları ile pişirilen yemekler nelerdir? Nasıl pişirilir? (Yöresel ad ve tarifleri).
62. Yemeklerde hangi yağları kullanırsınız?
63. Hangi salataları yaparsınız? (Yöresel ad ve tarifleri).
64. Süt ürünleri tatlılarınız nelerdir? (Yöresel ad ve tarifleri).

65. Kaç çeşit ekmek yaparsınız?
66. Ekmeklerin hamurunu nasıl yaparsınız?
67. Ekmek yaparken kullanılan malzemeler nelerdir?
68. Ekmekleri nasıl pişirirsiniz?
69. Tandır evinizin neresinde olur?
70. Tandır yapımı için gerekli olan malzemeler nelerdir?
71. Yemeklerle ilgili efsaneler var mı?
72. Yemeklerle ilgili bildiğiniz türküler var mı?
73. Yemeklerle ilgili bilmeceler var mı?
74. Yemeklerle ilgili maniler var mı?
75. Yemeklerle ilgili inanışlar nelerdir?
76. Misafirler için yaptığınız özel yemekler var mı?
77. Misafirler için yaptığınız özel yemeklerin yöresel adları tarifleri nelerdir?
78. Düğünler için yaptığınız özel yemekler var mı?
79. Düğünler için yaptığınız özel yemeklerin yöresel adları tarifleri nelerdir?
80. Günümüz şartlarında yapamadığınız yemekler nelerdir?
81. Yörenizde yapılmayan yemekleri de pişirir misiniz?
82. Bu yemekler yörenizde yaygınlaşmış mıdır? Niçin?

Bitkiler

1. Yabani otlardan yaptığınız yemekler var mıdır? (Otların adları ve tarifleri).
2. Yörenizde hangi bitkiler yetişir? Bu bitkiler hangi mevsimde yeşerir?
3. Bitkilerin toplanma zamanı ne zamandır? Bitkiler nerede yetişir?
4. Yenilebilen bitkileri nasıl anlarsınız?
5. Yenilen bitkileri kimden öğrendiniz?
6. Bitkiler niçin tüketilir?
7. Bitkiler toplandıktan sonra hangi işlemlerden geçilir ?
8. Bitkiler temizlenirken nelere dikkat edilir?
9. Toplanan bitkiler ne zaman tüketilir? Muhafaza edilme şekilleri nelerdir?
10. Bitkilerin pişirme yöntemleri nelerdir?
11. Bitkileri kurutmak için nasıl yöntemler deniyorsunuz?
12. Tüketilen bitkiler sağlığa yararlı mı? Hastalıkların tedavisinde kullanılan bitkiler nelerdir?
13. Şifalı olan bitkileri nasıl ayırt ediyorsunuz?
14. Topladığınız bitkilerle ne tür yemekler yapıyorsunuz?

15. Bitkilerle yaptığınız yemek tarifleri nelerdir?
16. Yemeğe koku vermesi için hangi otları kullanırsınız?
17. Toplanan bitkileri başka ne için kullanırdınız?
18. Bitkilerden içecek olarak neler yapardınız?
19. Kışlık olarak kaldırılan bitkiler nelerdir? Korunma yöntemleri nelerdir?
20. Zararlı bitkileri hiç tükettiniz mi? Tükettikten sonra neler yaptınız?
21. Kışlık hazırlanan bitkilerden içecek olarak yapılanlar nelerdir? Kimden öğrendiniz?
22. Bitkileri herkes tüketebilir mi?
23. Bitkilerle ilgili efsaneler var mı? nelerdir?
24. Bitkilerle ilgili türküler var mı? nelerdir?
25. Bitkilerle ilgili maniler var mı? nelerdir?
26. Bitkilerle ilgili bilmeceleler var mı? nelerdir?
27. Bitkilerle ilgili inanışlar var mı? nelerdir?

Hayvansal Ürünler

1. Hangi hayvanları besliyorsunuz?
2. Hayvanlardan elde ettiğiniz ürünler nelerdir?
3. Sütten neler yapıyorsunuz?
4. Süt ürünlerine verilen isimler nerden geliyor?
5. Yapım aşamasında nelere dikkat ediyorsunuz?
6. Yoğurdu nasıl yapıyorsunuz?
7. Hayvansal ürünlerin yapım aşamaları nelerdir?
8. Hayvansal ürünler yapılırken dikkat edilmesi gerekenler nelerdir?
9. Hayvansal ürünlerin bozulmaması için nerede saklıyorsunuz?
10. Toprak altında saklanma yöntemini kimden öğrendiniz?
11. Saklanma yöntemi ne kadardır?
12. Hayvansal ürünler hazırlarken kullanılan araç-gereçler nelerdir?
13. Hangi yemeklerde nasıl kullanırsınız?
14. Hayvansal ürünlerin bozulmaması için yöntemleriniz nelerdir?
15. Hayvansal ürünler yılın hangi zamanında yapılır?
16. Besi ve mera hayvanının ürünleri arasında fark var mı?
17. Hayvansal ürünlerin yöresel isimleri nelerdir?
18. Geçmişte yaptığınız ancak bugün yapmadığınız hayvansal ürün var mı?

Kışlık Yiyecekler

1. Sebzelerden kış için hazırlanan yiyecekler nelerdir? (Tuşu, konserve, kurutma vb.)
2. Kışın sebzeleri nasıl temin edersiniz?
3. Kurutulmuş sebzeleri nasıl sakladınız?
4. Sebzeleri kışlık olarak nasıl kuruturdunuz?
5. Kışlık sebzeler nerede kurutulur.
6. Kışlık sebzeler ne kadar sürede tüketilmeli?
7. Meyveler kış için saklanır mı? Nasıl yapılır? Nerede saklanır? (Bastık, meyve kurutması pestil vb.)
8. Et kış için saklanır mı? Nasıl hazırlanır? Nerede saklanır? (Kavurma, kurutma, sucuk, kelle paça).
9. Kışlık hangi reçeller yapılır? Nerede saklanır?
10. Kışlık hazırlanan süt ürünleri nelerdir?

YEMEK SÖZLÜĞÜ

Ar: Un.

Avsir: Sarımsaklı su.

Avsira Toraki: Çökelekli sarımsaklı çorba.

Avşor: Patates ve etten yapılan yahni.

Aylığa Gıtme: Bir ayı dolan gelinin baba evini ziyarete gitmesi.

Balicane Reş: Patlıcan.

Balicani Sor: Domates.

Barzun: Yoğurt süzme bezi.

Bastık: Üzümden yapılan bir çeşit pestil.

Başiv: Sahur.

Bebuge Gaze: Kaz ayağı.

Bejenk: Elek.

Belgeran: Menengiç eritip yağın almak için kullanılan alet.

Berdesk: El havlusu.

Beroş: Süt sağılan kova.

Beşik: Yeni doğan bebeğe gelinin akrabalarının beşik alması.

Cağ: Çakşır, ikiz otu.

Ceh: Kuyu

Cehtırî: Dağ Kekiği

Cergebez: Ciğer ve hayvanın yağından yapılan bir çeşit yemek.

Cevtli Guz: Islak henüz olgunlaşmamış ceviz.

Cevzerik: Alıç

Cezvik: Cezve.

Coni: Sarımsak ezici tahta.

Çakşır Otu: Cağ

Çaydank: Büyük çaydanlık.

Çemçik: Çorbalık için kullanılan büyük kaşık.

Çetel: Çatal.

Çille Mıriya: Ölünün kırkinci günü.

Çik Yağı: Bir çeşit tereyağı.

Çittik: Sepet.

Çollık: Mutfağın bulaşık yıkama bölümü.

Çortan: Kurutulan çökelek yumrusu.

Dan, Den: Öğütülmüş buğday.

Danuk, Dani: Diş hediği.

Darige Sira: Sarımsak ezici.

Demlik: Çaydanlık.

Dendikreşk: Böğürtlen.

Derdan: Bulaşıklar.

Destar: El değirmeni.

Devkıl: Ayran karıştırıcı.

Dew Grarı: Ayrandan yapılan çorba.

Dew: Ayran.

Deyzik: Topraktan yapılan tencere.

Dımıst: Pekmez.

Dırneşk: Kurutulmuş böğürtlen.

Dolık: Ebegümeçi.

Dolma Roviya: Bağırsak dolması.

Dujik: Acımsı bir tata sahip ota denir.

El elok: Hindi.

Elçek: Tava.

Eyar: Hayvan postundan yapılan ayran karıştırıcıya verilen isim.

Fetar: İftar.

Fıro: Yeni doğum yapan hayvanın ilk sütüne denir.

Firavuni: Öğlen yemeği.

Frika Tiya: Kurutulmuş dut.

Gari: Yıllanyastığı.

Garok: Mantar.

Gatiğe Gırtı: Tutulmuş yoğurt.

Gazık: Büyük tencere.

Gera: Kışlık kabak.

Gerenk Nebi: Kart olan sakız otu.

Gerenk: Sakız otu, Kenger.

Germiya Doyi: Ayran çorbası.

Gesunk: Küçük tas.

Gevçi: Kaşık.

Gevir: Taş.

Gevire Guza: Ceviz taşı.

Gezgezk Çorbasi: Isırgan otu çorbası.

Gezgezok: Isırgan otu.

Gılgıl: Mısır tanesine benzeyen bir bitki.

Gılop Gılop Kaynamak: İyice kaynaması demektir.

Gıttık: Bıçak keskinleştirici.

Gıvar: Mantar.

Gıvgarok: Mantar.

Gızer: Yabani havuç.

Gıvij: Alıç.

Gıyaye Gew: Keklik otu.

Gloriki Bıdımist: Pekmezden yapılan bir çeşit tatlı.

Goşt Berhık: Kuzu eti.

Goşte Dan: Öğütülmüş buğdaylı et.

Goştê Hışk: Kurutulmuş et.

Goşte Tepsıya: Tepsi kebabı.

Gottık: Kısa ot.

Grar: Ayran ve buğdaydan yapılan bir çeşit çorba.

Grare Dew: Ayrandan yapılan çorba.

Grare Rici: Kurutulmuş sebzeli bulgur pilavı.

Gullık: Çiriş otu.

Gundır: Kabak.

Guni: Geven otu.

Guriz: Sığırdili.

Gurzink: Tülbent, yazma.

Gustil: Söz kesme.

Gümgüm: Su kutusu.

Gürnik: Pıtrak otu.

Gürüz: Sığır dili otu.

Güveyi Önlüğü: Gerdek gecesi gelin tarafının damada hazırladığı yemek.

Hafta Direği: Muş köftesi

Hangerun: Yağ ve un karışımından oluşan iç harca denir.

Haven: Maya.

Havf Hali: Az kaynatılan süt.

Havuş: Avlu.

Hazut Dolması: Bulgurdan yapılan bir çeşit dolma.

Helegırın: Büyük nişan.

Helew: Helva.

Helizerk: Üzerlik otu.

Herse: Et ve öğütülmüş bulgurdan yapılan bir çeşit yemektir.

Hesım: Aliminyum Tabak

Heste: Hasta.

Heşk: Kaşık

Hışmık: Uzun köfte.

Hıttık: Boyu kısa olan bir ot çeşididir.

Hıyar: Salatalık

Hîro: Gül hatmi çiçeği.

Hisan: Bıçak keskin edici taş.

Hur Dolması: Mide dolması.

Huri Otu: İnce dallara sahip bir ottur.

Idıya Şini: Kara bayram.

Işkın: Yayla muzı.

İğleşmek: İyileşmek.

İskat: Ölen kişinin ibaden ve nakdi borçlarının ödenmesi.

İsot: Biber.

Jağ: İkiz otu.

Jajık: Çökelek.

Kadder: İçi dolu çörek demektir.

Kakıl: Ceviz içi.

Karçin: Yaban armudu.

Kare: Kışlık kabak.

Kas: Makarna üstü tavuk.

Katmerli: Kat katlı çörek.

Katte: Kat katlı çörek.

Kax: Kurutulmuş meyvelere verilen ad.

Kaxe Hermiya: Armut kurutması.

Kaxe Hılû: Erik kurutması.

Kaxe Sev: Elma kurutması.

Kaxe xox: Şeftali kurutması.

Kêdik: Kepçe.

Kelem: Lahana.

Kengel: Sakız otu

Kepçe: Tahtadan yapılan büyük kaşık.

Kepçik: Büyük kaşık.

Kersım: Dağ teresi.

Kıfte Av: Sulu köfte.

Kıfte guz: Cevizli köfte.

Kıfte: Köfte.

Kısık: İnce köfte.

Klorik: Kaz lokması.

Kloriki Tennur: Yuvarlak yapılan tandır ekmeği.

Kloriki Zaruka: Yuvarlak yapılan çocuk ekmeği.

Koç: Et tahtası.

Kox: Toprak altında yapılan süt ürünlerinin saklama yeri.

Kuk: Tatan yapılan ocak.

Kundur: Kabak.

Kundurık: Kabaktan yapılan bir çeşit yemek.

Kurana Dımıst: zm suyunun sıkıldığı alete verilen ad.

Kn olması: Hamurun dinlenmesi.

Leg: Leğen.

Lelim: Görücü gitme.

Leppık: Bez.

Li: Küçük havuz.

Lor: Çökelek.

Madomak: Madımak.

Mante: Kova içinde tellerden ve çamurdan yapılmış ocak.

Mast: Süt rnleri.

Maste Gırti: Tutulmuş yoğurt.

Meh: Aylığa gitme.

Mendık: Orman maydanozu.

Menejr: Kukonmaz.

Mek: Yağ elde etmede kullanılan hayvan postu.

Mevij: Kuru zm.

Mırtoğe: Unlu yumurta.

Mısire Grare: Mısırdan yapılan orba.

Misin: Su ibriği.

Mievsi: Mercimek.

Mieviyi Hein: Yeşil mercimek.

Mukaser: Nohut.

Mukaserli Köfte: Nohutlu köfte

Mukaserli Pilav: Nohutlu pilav.

Nane Rune: Yağlı ekmek.

Nane ev: Yatılık yemeği.

Nane Tımbuz: Tımbuz ekmeği.

Nanecivik: obanantası

Navroj: Kahvaltı.

Nevzune Oturtma: Patlıcan oturtma.

Nevzune: Patlıcan.

Nıkrik: Delikli tencere.

Nıvık: Muska.

Niska: Mercimek.

Papisik: Kedi pençesi.

Parđa: Kova.

Parpar: Semizotu

Pas Köftesi: st basık yuvarlak köfte.

Paskan: Yağlı kelek.

Pat pat: Papatya.

Pekl: Taze fasulye.

Pel Tır: zm yaprağı.

Pelheviz: Geniş yapraklı sinirli ot.

Penner o: Kalıp halinde dilimlenen peynir.

Pexas: Çıplak ayak.

Peynir hveni: Mayalanan peynir.

Pltan: Civanperçemi

Pırpır: Semizotu.

Pırvaz: Küçük doğranmış lahana turşusu.

Pıtrak: Gürnük

Pivaz Çorbası: Soğan çorbası.

Pivaz: Soğan.

Pot, Pottık: Sofra bezi.

Pottık: Yemek yaparken elin yanmaması için kullanılan bir çeşit bez parçası.

Punk: Yabani nane.

Qebın: Manti.

Qeli: Kavurma.

Refedan: Ekmek yastığı.

Reşik Mantarı: Kara mantar.

Ribes: Yayla muzı.

Rinde: Rende.

Rişte Sıra: Sarımsaklı erişte.

Rişte: Erişte.

Rives: Işkın.

Rubiye Heyvan: Hayvan bağırsağı.

Rune Heyvan: Hayvan yağı, Tere yağı.

Sahan: Servis tabakları.

Savar Çorbası: Bulgur çorbası.

Savar: Bulgur.

Savare Gardola: Patatesli bulgur.

Savare Kartola: Patatesli bulgur.

Sel: Ekmek yapmak için demirden kullanılan yuvarlak demir.

Ser Pepik: Kelle paça.

Ser Şîr: Kaymak.

Serxani: Erzakları muhafaza etmek için kullanılan soğuk depo.

Sev Erdık: Yer elması.

Silk: Turp.

Sıpidank: Tükürük otu.

Sıpînk: Yemlik

Sini: Tepsi.

Sir qeli: Sarımsaklı kavurma.

Sir: Sarımsak.

Sîrim: Yayla sarımsağı.

Sitil: Büyük kazan.

Siye Miriya: Ölünün üçüncü günü.

Soraz: Doğu soğanı.

Soryaz: Doğu soğanı.

Sos: Domatesten yapılan acı ve baharatlı bir çeşit meze.

Süs: Meyan otu.

Sütün Havf Hali: Ilık hali.

Şami: Hindi.

Şaran: Cevizli sucuk.

Şekerleme: Kökü tatlı beyaz ota denir.

Şekok: Bir çeşit yaban armudu.

Şelepuk: Papatya.

Şelt: Bezden yapılan torba.

Şerit: İp.

Şet: Kamıştan yapılan sepet.

Şeva Giza: Kızlar gecesi.

Şeva Hınne: Kına gecesi.

Şilang: Kuşburnu bitkisi.

Şille: Sulu, lapa.

Şiv: Akşam yemeği.

Şorbe Dane Savare: Bulgurlu çorba.

Şorbe Niska: Mercimek çorbası.

Şorbe: Çorba

Şuşe: Bardak.

Şükranîye Namazı: Gerdeğe
girmeden kılınan iki rekât şükür zamanı.

Tamun: Siyah erik.

Tas: Kâse.

Team: Meyve

Tekerek: Dikenli olan bir bitki
çeşididir.

Teppık: Bulaşıkların kuruması için
üzerine konulan işlemeli havlu.

Terek: Tahtadan yapılmış mutfak
rafları.

Teşt: Leğen.

Teyfık: Tabak

Tırş: Ekşi.

Tırşık: Sebze yemeği.

Torax Çorbası: Çökelek çorbası.

Torax: Çökelek.

Toraxlı Keledoş: Çökelekli keledoş.

Trita Heka: Yumurtadan yapılan bir
çeşit yemek.

Tû: Kaymak.

Tulum: İbrik.

Verdek: Ördek.

Xazgını: Görücü gitme.

Xelat: Büyük nişan.

Xoş: Güzel.

Xuruni: Sabah altlığı.

Xuruni-yi: Sabah altlığı.

Yat Zıbar Yemeği: Gece yemeği.

Zeydine Gitme: Lohusa kadına
ziyarete gitme.

