

ANADOLU'DA DÜNDEN BUGÜNE GİRİT MUTFAĞI

**SELMA ATABEY
ÜLKER ÇOLAKOĞLU**



ANADOLU'DA DÜNDEN BUGÜNE GİRİT MUTFAĞI

Selma Atabey
Ülker Çolakoğlu



ANADOLU'DA DÜN DEN BUGÜNE GİRİT MUTFAĞI
Selma Atabey, Ülker Çolakoğlu

Genel Yayın Numarası: 401
E-ISBN: 978-625-98941-6-4
1. Basım, Ekim 2023

EFLATUN Basım Dağıtım Yayıncılık Danışmanlık Yatırım ve Tic. Ltd. Şti.©2023
Efil©2023

Bu kitabın tüm hakları saklıdır.
Herhangi bir şekil ya da yöntemle çoğaltılamaz.
Sertifika No: 45550

Genel Yayın Yönetmeni: Serenay Dıraz
Grafik Tasarım: Ferhat Önder

Baskı ve Cilt:
Meteksan Matbaacılık ve Teknik Sanayi Ticaret Anonim Şirketi
Beytepe Köy Yolu No.3 Bilkent, Çankaya/Ankara
Telefon: 0312 266 44 10
Sertifika Nu.: 46519



EFİL YAYINEVİ

EFLATUN Basım Dağıtım Yayıncılık Danışmanlık Yatırım ve Tic. Ltd. Şti.
Bağcılar Mahallesi Şemsettin Günaltay Caddesi 283. Sokak Ata Apartmanı
No: 9/7 06670 Çankaya/Ankara Türkiye
Tel : (+90) 312 442 52 10
GSM : (+90) 541 232 00 46

www.efilyayinevi.com • [instagram.com/efilyayinevi](https://www.instagram.com/efilyayinevi) • twitter.com/efilyayinevi

ÖNSÖZ

Kıymetli okuyucular,

Kitap, Türk mutfağının zenginliğine önemli katkı sağlayan göç mutfağı içinde Osmanlı döneminde ve mübadele ile gerçekleşen Girit göçlerinin sonrasında Türkiye sınırları içerisinde yaşatıldığı tarifleri içermektedir. Ülkelerin mutfak kültürlerini, sınırları içerisinde yaşayan toplumun yaşanmışlıkları, inanışları, savaşları, bölgede yetişen veya bulunabilen ürünler, iklim yapısı ve aldığı göçler şekillendirmektedir. Göç, insanların yaşantılarına ait birçok değeri geride bırakmak zorunda bırakan, yanlarına alabilecekleri sınırlayan toplu hareketlerdir. Bu durum yeniden yeni şartlara göre yapılanma ve kültürel şekillenme gerektirmektedir. Yeni yerleşilen yerin sağladıklarıyla örtüşen kültür ise devam ettirilebilir. Göç edenler için, geride bıraktıkları nedeniyle kültürel kayıplara neden olabilen göçler, yerleşilen yerin kültürünü ise zenginleştirmektedir. Bu kitap, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Turizm İşletmeciliği Doktora programında, Doç. Dr. Ülker Çolakoğlu'nun danışmanlığında tamamlanan, Ulusal Tez Merkezi 773236 no'lu "Girit mutfağının Türk mutfak kültüründeki yeri ve sürdürülebilirliği" adlı doktora tezinden hazırlanmıştır. Yemek tarifleri ve fotoğraflar, sosyal ağlarda oluşturulan Girit dernekleri sayfalarından, sayfa yöneticilerinin ve paylaşım sahiplerinin izniyle doktora tezinde ve bu kitapta yer almıştır. Tarifler gerçek Girit halkının kendi evlerinde ailelerine yaptıkları tarifler olması nedeniyle, ülkemiz sınırları içinde günümüzdeki Girit mutfağını yansıtmaktadır. Oldukça zengin olan Girit mutfağının ulaşılabilen kısmının kaleme alındığı bu kitap, yazılı olarak ilk ağızdan tariflerin yer aldığı kaynak olarak geleceğe taşınmasına fayda sağlayabilecektir.

Türkiye mutfağına, özellikle Ege ve Akdeniz bölge mutfağına Girit göçünün kazandırdıklarının bir özeti olabilecek bu kitabın hazırlığında yardımını ve desteğini hiç esirgemeyen Giritliler Federasyonu Başkanı Yunus Çengel'e teşekkür ederim. Göçle gelen Giritlilerin devam eden kuşaklarından gerçek Giritliler olarak, kendileriyle yaptığım görüşmeler esnasında mutfak kültürlerini ve çocuklarını büyütükleri tarifleri sözlü dile getiren veya sosyal sayfalarındaki yemek tarifleri ve görsellerini benimle paylaşan çok kıymetli Hüseyin Cahit

Arseven, Suna Arseven, Hasan Eryet, Nesrin Ortan, Zehra Levent Denizaslani, Reşide Yavuzkurt, İbrahim Aydın, Semra Aydın, Aliye Demirezer, Arzu Bung ve ismini sayamadığım tüm tarif sahiplerine teşekkür ederim.

Faydalı ve kalıcı olması dileğiyle.

Dr. Selma ATABEY

İÇİNDEKİLER

Önsöz	İi
Anadolu'da Dünden Bugüne Girit Mutfağı	1
Göçler Negatif mi Pozitif mi? Zorunlumu Keyfi mi?	3
Göçlerle Gelenler	4
Mübadeleyle Gelmiş Hoşgelmiş	6
Giritliler Ne Yerler?	8
Girit Mutfağında Otlar Ve Ot Yemekleri	11
Lapsanidhes(sinavri) / Hardal	12
Stamnagati (bir çeşit radika)	13
Rodiço (prikorodiço) / Acı radika (Hindiba)	14
Kutsunadha / Kişniş	15
Hiromuridha /Kuzukulağı	16
Ağkavanus / Kenker	17
Agriya Vuruvez / Vlastaca / Turp otu filiz	18
Rapanovruves / Turp otu.....	19
Çohus/ Helvacık	20
İstifno / Köpek üzümü.....	21
Avronyes / Sarmaşık.....	22
Asfaraca / Yabani kuşkonmaz	23
Marata / Arapsacı	24
Ascalibrus / Şevketibostan	25
Cibez	26
Agornides / Isırgan otu	27
Papules /Yabani bakla	28
Asinopodhiyo / Kazayağı	29

Gelincik - Kudsunada (lales).....	30
Deniz börölcesi- Thalasıdhiici	31
Ebegumeci – Amoleşes	32
Bakla (yaprağı) / Kuça	33
Ada papatyası –Madilides	34
Semizotu – Ğlistira.....	35
Sirken- Vlita	36
Yabani enginar- Ağrıyoacinares(Kufotus).....	37
Kabak Çiçeğı / Koloçitoatu	38
Labada / Lapata	39
Muhliye / Mübadil otu.....	40
Körmen / Yabani pırasa	41
Bambul (istifno/ Giritli otu) Haşlama	43
Cibez haşlama	44
Çipohorta (Kipohorta)	45
Çohus / Tsohus haşlama	46
Mayıs papatyası / Madilidhes.....	47
Deniz börölcesi salatası	48
Deniz fasulyesi salatası.....	49
Kuzu etli stamnagati.....	50
Eşek dikenı (Ağzı kara) / Kufotus	51
Hardal haşlama / Sinavri	52
Kabaklı semizotu	53
Isırgan otlu yemekler	54
Labada dolması / Yemista Dolmades me Lapata.....	55
Kıymalı Semizotu / Amoloşes met o kima.....	56

Kuzu etli şevketi bostan / Ascolibrus.....	57
Arapsaçlı kuru börülce /Marasa me to fasulaça	58
Girit Mutfağında Çorbalar.....	59
Laduri(z) / Giritli çorbası	60
Girit tarhanası. Ksinohodro	61
Bamya Çorbası / Soupas bamies.....	62
Mangir Çorbası / Mangiraça.....	63
Zeytinyağlı Yemekler, Meze ve Atıştırmalıklar	64
Zeytinyağlı enginar dolması (düdüklü tencerede).....	65
Zeytinyağlı enginar dolması.....	66
Bademli Girit kabak mezesi	67
Enginarlı iç bakla / Baklalı enginar dolması.....	68
Zeytinyağlı enginarlı iç bakla.....	69
Baklalı enginar	70
Girit usulü bakla ezmesi / Kopanista.....	71
Fırında yoğurtlu karnabahar / Karnabisi me to yoğurdi.....	72
Sugato (Sfugato) /Yumurtalı patates	73
Ekşili biber.....	74
Kabak çiçeği dolması	75
Kabak çiçeği kızartması / Kabak çiçeği lalengi.....	76
Kabak filizi yahnisi (Koloçithokorfes Yahnı).....	77
Patlıcan balığı / Patlıcan lalengi	78
Barbunyalı taze fasulye	79
Börülce /Fasulaça	80
Peynirli Girit kabağı /Gritiko kolokisi me feta.....	81
Kuru bakla yemeği / Kuça	82

Giritli mezesi / Atıştırmalığı	83
Girit mezesi (bademli)	84
Girit salatası / Peksimet salatası / Dakos / Kukuvaya	85
Girit ezme	86
Peynirli Girit dolması (Lorlu biber dolması)	87
Gambilya fava	88
Afto ine panaza / Papara (Adana)	89
Anthotyros / Antotiro peyniri	90
Taze nohut	91
Et, Tavuk, Balık ve Sakatat Yemekleri.....	92
Etlı pırasa (Çendane)	93
Balıklı bamya / Pisari me to bamyas	94
Soğan Yahni / Soğanlı et / Stifado / (Sufegatho)	95
Etlı kereviz	96
Etlı bamya	97
Kıymalı kuru bamya	98
Etlı kuru bamya	99
Dağ tavşanı yahnisi / Kounéli stifádo / Sofeğadho	100
Domatesli işkembe bağırsak	101
İşkembe yahni / Çilya	102
Nohutlu işkembe yahni	103
İşkembe dolması	104
Sirkeli ciğer	105
Marullu kuzu yemeğı	106
Yoğurtlu et/ Yoğırtıo/ yoğıurto lemo / Vizastara	107
Kıymalı pırasa	108

Kuzu etli anak enginar dolma	109
Kıymalı enginar dolması	110
Etli enginar	111
Karışık dolma	112
Ülüşkü / Sucuk içi	114
Girit usulü ciğer sarma	115
Sucukaki	116
Gara sübye	117
Salyangoz kavurma / Hohlus buburista	118
Girit Mutfağında Pilavlar ve Hamur İşleri	119
Düğün pilavı / Gamo pilafo	120
Domatesli pilav / Domato rizo	121
Enginarlı pilav / Acinarorizo	122
İç pilav / Patutho / Patula	123
Balkabaklı bükme börek (Melkolocisi).....	124
Çurlama /Çullama	125
Kalicunya / Lorlu açık poaa	127
Mizisropites	128
Tiğanitus	129
Kolokisopita / Koliiha	130
Portalo kuluraa / Portakallı kulurya	131
Triviryra	132
Giritikes lokumades / Lokum /Girit usulü lokma.....	133
Sarafiolia	134
Spanako tiro pita.....	135
Girit peksimedi / Paksimadi	136

Kıymalı pita / Pita me kiyma	137
Girit usulü pişi / Pitaraca.....	138
Bademli Girit kurabiyesi (Kavala kurabiyesi ile aynı tarif)..	139
Otlı börecik / Hortopitakya	140
Peynirli börecik / Tiropitakya.....	141
Peynirli börecik / Ksilikopites me tiri.....	142
Şekerli börecik /Tiğanopites me zahari	143
Balkabaklı börecik / Koloçisalı ksiliko pites	144
Patlıcanlı tirokafteriki	145
Zeytinli ekmek / Eleo pita	146
Giritli simidi / Küllür	147
Kabak böreği / Kolokitha	148
İç yağlı kek / Ksigopita.....	149
İç yağlı un kurabiyesi	150
Kıkırdaklı ekmek.....	151
Tatlı lorlu sakızlı kurabiye / Lor kurabiyesi.....	152
Girit Mutfağında Tatlılar	153
Galakto boureko	154
Katmerja / Kserotiğana.....	155
Kalburabastı / Melomakarunes kalbura	156
Kaymak tatlısı / Staka.....	157
Lor tatlısı.....	158
Gerdan tatlısı	159
Çofteryä/Köfter.....	160

Turunç reçeli / Aneraçi	161
İncir reçeli / Sikogliko.....	162
Kaynakça	163

ANADOLU'DA DÜNDEN BUGÜNE GİRİT MUTFAĞI

GİRİŞ

Her toplum kendine has özellikler ile şekillenir ve diğer toplumlardan farklılaşır. Farklılık yaratan değerlerin temel nedeni ise farklı kültürel yapıya sahip olmalarıdır (Solmaz ve Altınar, 2018: 109). Toplumun kimliği olarak isimlendirilebilen, farklı bir coğrafyaya gidilse dahi devamlılık gösterebilen bu kültürel değerler içerisinde yer alan mutfak kültürü, oldukça önemlidir. Mutfak kültürü kavramını, yiyecek ve içeceklerin hazırlanmasından tüketilmesine kadar olan sürecin, nerede, ne tür ekipmanlarla ve nasıldığını anlatan, tarihi, gelenek, görenekleri, ekonomik yapı ve alışkanlıkları ile biçimlenen mutfağı ile birlikte oluşan kültür olarak ifade etmek mümkündür (Uzel, 2018: 38). Oluşan beslenme kültürü bulunulan coğrafyaya göre şekillenmektedir (Güldemir, 2014:346). Bulunulan bölgenin coğrafi yapısının mümkün kıldığı yaşam biçimi nedeniyle beslenme şekli değişiklik gösterebilmektedir. Coğrafi yapının dağlık olması, ormanlık olması, deniz kenarı veya su kaynaklarına yakın olması, bulunulan bölgenin rakımı gibi coğrafi özellikler bölgede yetişebilecek tarımsal üretimleri de şekillendirmektedir. Coğrafya aynı zamanda iklim yapısının da belirleyicisidir. Bulunulan bölgenin yağış miktarı, nem oranı veya sıcaklığı yenilen yemeklerin tercihini etkileyebildiği gibi doğada kendiliğinden var olan veya yetiştirilebilen bitkisel ve hayvansal kaynakları etkileyerek oluşan zorunlulukları da belirlemektedir. Soğuk iklime sahip yerlerde vücut ısısını koruyabilmek için yağlı, şekerli ve baharatlı yemeklerin tercih edilmesi buna örnek verilebilir. Aynı şekilde sıcak iklime sahip yerlerde ise serinletici veya hafif yemeklerin tercihi söz konusudur. Bunlarla birlikte toplumun yaşadığı bölgede var olan besin kaynakları kullanılarak yemek üretildiği ve beslenme kültürünün temelini oluşturduğu bilinmektedir. Doğuda ağırlıklı olarak buğday ve ürünleri ile etin kullanımına karşılık batıda zeytinyağı, sebze, ot, deniz ürünleri ağırlıklı olması bulunulan bölge ürünleriyle alakalıdır. Bu noktada bölgenin veya ilin mutfak kültürü yerine coğrafyanın mutfağı demek yanlış olmayacaktır.

Türk kültürü ve Anadolu kültürüne bakıldığında ise coğrafyanın etkisini görmemek mümkün değildir. Orta Asya'dan günümüze ge-

lene kadar coğrafya haricinde yaşanmış kültürel etkileşimler ve dini değişimler Türk mutfak kültüründe şekillendirici olmuştur. Orta Asya döneminde Çin'e sınır olmasıyla kazanılanlar, Yunan ve İran kültürünün kazandırdıkları önemli belirleyicidir. İslamiyete geçişinde mutfak kültürüne yansımaları yadsınamayacak kadar çoktur (Roden, 2007: 140-141). Türkler Orta Asya'da şekillendirmeye başladıkları mutfak kültürlerini, Selçuklu ve Osmanlı dönemlerine taşıyarak, her dönemden bir şeyler katıp kartopu gibi büyüterek günümüzdeki Türk mutfak kültürüne temel oluşturmuşlardır. Cumhuriyet dönemi ise Cumhuriyetin kurulduğu dönemden bugüne geçmişten aldıklarını, günümüz şartları ve yöresel özellikleriyle sentezleyerek bugünkü niteliğine ulaşmıştır (Güldemir, 2014: 347).

Coğrafya ve coğrafyaya bağlı olarak oluşan iklim, tarım gibi unsurlar beslenme kültüründe oldukça etkilidir. Bir diğer coğrafyaya bağlı unsur ise göçlerdir. Göç, tarih boyunca mutfak kültürünü şekillendirenlerden biri olarak (Koç ve Welsh, 2002:46) hem gelen coğrafyanın hem de yerleşilen coğrafyanın özelliklerini bir araya getiren olmuştur. Günümüze kadar yaşanan her bir göç Türk mutfağı adına özeldir ve birçok katkı sağlamıştır. Girit'ten Anadolu'ya olan göçler bu bahsi geçen göçlerden sadece bir bölgeye ait olanıdır. Ancak özellikle Anadolu'da yerleştikleri alanlarında Girit mutfağına ait örnekleri görmek mümkündür. Elbette Girit'te yaşayan insanlar alıştikları ve bildikleriyle Anadolu'ya gelmişler ve yabancı bir kültür ve coğrafyayla birleştirmek, yeni alışkanlık ve tercihler oluşturmak zorunda kalmışlardır. Göç alan coğrafyanın yerel halkı da bu durumdan etkilenerek kendini bir sentez mutfak içerisinde bulmuştur.

Tek bir bölgeden gelen Girit'liler Anadolu'nun özellikle belli bölümlerine yoğunlaşmakla birlikte, aslında geneline yayılacak şekilde yerleşim sağlamışlardır. Yerleştikleri her bölgede ne ölçüde mutfak kültürlerini yaşattıkları bu kitabın konusunu oluşturmaktadır.

GÖÇLER NEGATİF Mİ POZİTİF Mİ? ZORUNLUMU KEYFİ Mİ?

Göç kavramını belirgin bir uzaklığa, etki yaratacak sürede yapılan yer değiştirmeler olarak açıklamak mümkündür (Erder, 1986: 9). Göç tarihi, insanlık tarihi ile birlikte başlamıştır. İnsanlık tarihinden bu yana toplumlar kimi zaman savaş, kimi zaman güvenlik, kimi zaman daha iyi yaşam şartları için bazen gönüllü, bazen ise zorunlu bir şekilde yer değiştirmeler yapmışlardır. Farklı kültürlerden olan birey ve toplulukların bir araya gelmesi ile birlikte kültürel etkileşime girdiği ve her ikisinin de değişimiyle sonuçlanan kültürleşmeler oluşmuştur (Güvenç, 1999: 122; Efe, 2018: 17). Ateşin bulunmasından salgın hastalıklara ve tedavilerine kadar yaşanan tüm gelişme ve değişimler dünya geneline bu göçler ile taşınmıştır. Göç, nedenleri açısından; zorunlu ve gönüllü göç, amaçları açısından; çalışma ve sığınma, kullanılan yöntem açısından; yasal ve yasa dışı şeklinde sınıflandırılmaktadır (İçduygu ve Sirkeci: 1999: 249). Yaşam şartlarının daha iyi olması, özellikle besin bulabilmek adına suyun olduğu yerlere yapılan göçler belki de tarihteki ilk göçlerdendir. Buna ilave olarak hayatta kalabilmek, güvende ve huzurla yaşayabilmek için yapılan kavimler göçü gibi yer değiştirmeler de olmuştur. Tarihsel süreç içerisinde ilklerden biri de, Batının insan gücü ihtiyacının Afrikalı siyahiler ile karşılanmasını sağlayan göçlerdir (Williams, 1944: 51-52; Loomba, 1998:3). Köleliğin sona erdiği dönemde ise işgücü ihtiyacına yönelik göçler şekil ve isim değiştirerek, sözleşmeli işçi olarak değişmiştir (Hayter, 2000: 9). I. Ve II. Dünya savaşlarından sonra ise dağılmış devletlerin ardından oluşan düzensizliklerden kaçmak amaçlı toplu göçlerin olduğu bilinmektedir. Bu tarz göçlere katılanlara ise “mülteci” denilmektedir (Abadan-Unat, 2002: 32). Bununla birlikte ekonomik kaygılar nedeniyle göçler olabildiği gibi dini nedenlerle veya beyin göçü diye de tabir edilen göçlerin de olduğu söylenebilir.

Göçleri negatif bir olaydır veya pozitif bir olaydır diye değerlendirmekten ziyade etkileri olan bir olay olarak değerlendirmek daha doğrudur. Göçlerin dünya tarihine sağladığı katkıları görmezden gelmemek gerekir. Aynı zamanda göçler dinamiktir ve toplumları canlı tutar. Nitekim göç veren ve alan ülkelerde etkilenmeler ve de-