

# KAHRAMANMARAŞ İLİ'NİN

## YEMEK ALIŞKANLIKLARI,

### TİPİK YEMEK TARİFLERİ

#### Dr. Selma BİRER\*

Halk mutfuğumuz, varlığını her devirde kendi imkân ve ölçülerinde sürdürmüştür. Yemekler yörenin gelenek, görenek ve alışkanlıklarını, ekonomik imkânlarını kendine özgü yemek hazırlama ve şekillerini içermektedir. Son yıllarda yöresel yemeklerimiz hızlı şehirleşme ve buna bağlı olarak iç göçlerle yurdumuzun hemen her tarafına yayılmıştır. Genellikle Çukurova'ya özgü bulgurlu bir yiyecek olan "kısır"la, Güney Anadolu bölgesi illerinden kaynaklanan "içli köfte" kendi yerel coğrafyalarını aşarak bütün Türkiye'ye yayılmıştır.

K.Maraş hızla gelişen, dondurmacılık, bakırcılık, ağaç oymacılığı, sırma işleri ve turistik el sanatları ile ün kazanmış bir Akdeniz ilidir. Akdeniz bölgesinin genel özelliği her tarafında yapılan bir kaç yemeğin dışında doğu ve batı mutfuğının tamamen birbirinden farklı olmasıdır. Akdeniz bölgesinin batısı, Ege bölgesi mutfuğu özelliklerini gösterirken, doğusu ise tamamen kendine özgü özellikler göstermektedir. Akdeniz bölgesinin batısında sebze ve hamur işleri tercih edilirken, doğusunda acılı ekşili bulgur et karışımı yemekler ve kebaplar ilk sırayı almaktadır. Yine Akdeniz bölgesinin batısında haşhaş bölge ürünü olarak bol miktarda kullanılırken, doğusunda baharat fazlaca kullanılmaktadır.

K. Maraş iklim, toprak, su ve diğer koşullar, kırsal kesim insan gücü potansiyeli bakımından tarıma elverişli illerimiz arasında ön sıralarda yer almaktadır. K. Maraş, tipik Akdeniz bölgesi yemekleri özelliklerini taşıyan tahıla dayalı ve oldukça fazla kırmızıbiber, kuru soğan ve nohut ile ahud ekşisi tüketen, tarhana ve dondurması meşhur olan bir ilimizdir. K. Maraş'ta oldukça çeşitli kış hazırlıkları yapılmaktadır. Bu her ne kadar eski bir alışkanlık olsa da bir ihtiyaçtan kaynaklanmaktadır. Her türlü meyve ve sebzenin yetişmesi nedeni ile bunların bol olması kışlık için kurutarak saklamayı kolaylaştırmaktadır. Yazların sıcak olması tarhana yapımına elverişlidir. Aynı zamanda oldukça fazla üzüm

üretimi ise sıra yapımını artırmaktadır. K. Maraş yazları sıcak, kışları ise yağışlı bir iklime sahip olduğundan dolayı uygun hava şartları çok çeşitli otların da yetişmesine imkan sağlamaktadır. Bu otlardan yarpuz, ıspatan, gaza, meyan kökü, kömeç, soğukluk, reyhan, çiğdem, körmən, ısırgan, tırşik (yabani pancar), dağçayı, ve sarıcaandır. Bu otlar salata veya yemek olarak kullanılmaktadır.

#### KAHRAMANMARAŞ YEMEKLERİ

Her bölgenin olduğu gibi, Doğu Akdeniz ve Güneydoğu Anadolu bölgesine mahsus özellik taşıyan çeşitli yemekler vardır. Bunlar, çiğ köfte, içli köfte, lahmacun, patlıcanlı şiş köfte, söğülme vb. bölgeye özgü bu yemekler, bölgenin şehirlerine göre ufak farklılıklar gösterir. Elbistan'da çiğ köfteye yumurta ilavesi, K.Maraş'ta kıymalı içli köfteden başka pirinçli içli köfte yapılması, G. Antep'te lahmacuna bol miktarda sarmısak ve biber konması gibi. K. Maraş'ta tarla ziraatinin hakim olması nedeniyle oldukça bol tarım ürünleri yetiştirilmektedir. Tahıllardan ilk sırayı alan buğdaydan un, simit, bulgur, yarma, döğme yapılmakta bunlar da çeşitli şekillerde yemeklerde kullanılmaktadır.

Özellikle bulgura et karıştırılarak bulgur-et karışımı yemeklere kuru soğan, ahud ekşisi, kırmızıbiber, ile kuru nohut eklenerek oldukça bol çeşitli yemekler yapılmaktadır.

K. Maraş'a ait mahalli yemekler:

Corbalar: Tırşik (yabani pancar), tarhana, mercimek, pirinç ve ekşili çorba.

Lapalar: Pıt pıt lapası, mercimek lapası, bulamaç.

Köfteler: Simit köftesi, kısır köfte, yoğurtlu köfte, yavan köfte. K. Maraş içli köftesi, Ekşili köfte (haşlanmış asma yaprağı ile yenir). Et ve Sebze Yemekleri: Ekşilaye köftesi, patlıcan musakkası, kabak sulusu, ekşili kebab, yoğurtlu kebab, söğülme.

Pilav ve börekler: Keşkaşı (döğme pilavı), taspilavı, Maraş pilavı, (acem pilavı), peynirli börek, çökelek böreği, bayram çöreği, döğme aşu (Helise)

\* H.Ü. Beslenme ve Diyetetik Böl. Öğr. Görevlisi

Tatlılar ve reçeller: Peynir helvası, un helvası, ballı börek, harmandabaklavası, kırma kavurması, bastık kavurması, ilende (Pekmez reçeli), zodlama, samsa, sucuk, pestil, bastık, hapısa.

**TARHANA ÇORBASI:** Döğme (yarma) su, tuz, eklenerek kaynatıldıktan sonra yoğurt ve kekik ilavesi ile yoğrulur. Mayalandıktan sonra tarhanalar 0.5cm kalınlığında çığlar (ince uzun sazlık çubukların biraraya getirilerek ipliklerle bağlanmasıyla yapılır) üzerine serilir. Kuruduktan sonra çığların üzerinden soyularak çuvalara doldurulur ve kış için saklanır.

Hazırlanmış olan bu tarhana, nohut ile önceden ıslatılır ve birlikte nohutlar yumuşayınca kadar pişirilir. Ufak parçalar halinde doğranmış şalgam ile tuz, su karışımı eklenir. Piştikten sonra dövülmüş sarmısak ve yağ eklenir üzerine nane dökülerek servis edilir.

**EKŞİLİ ÇORBA (Eşgili Şovra):** Önceden ıslatılmış nohut ile kırmızı mercimek, döğme, tuz ve su ile birlikte kaynatılır. 1cm büyüklüğünde doğranmış patlıcan ve ezilmiş sarmısak karışıma eklenir. Üzerine kırmızı biberli yağ ve nane dökülerek servis yapılır.

**TİRŞİK ÇORBASI:** Kaynayan suda ıslatılmış döğme, tarhana, yoğurt, tuz, un ve yemeklik tirşik pancarı, su ilavesi ile bir taşım kaynatılır.

**AŞURE (Şirinli Şovra):** Önceden ıslatılmış kuru nohut, kuru fasulye, yarma, tuz ve su ile birlikte pişirilir. Karışıma pekmez ve yağ eklenerek servis yapılır.

**DÖĞME AŞI (Helise):** Döğme, su, tuz birlikte suyunu çekinceye kadar pişirilir. Eritilmiş yağ pilavın üzerine dökülür. Ayrıla birlikte yenir.

**EKŞİLAYA SULUSU (Eşgilaye):** Önceden ıslatılmış nohuta yağ, doğranmış soğan, biber ve domates salçası, tuz, su eklenerek kaynatılır. Ezilmiş sarmısak ile ahud ekşisi de karışıma eklenir. Yağsız dana kıymasının bir kısmı ile bilya şeklinde yuvarlanarak karışıma eklenir. Köfteler pişinceye kadar kaynatılır.

**SÖMELEK KÖFTE:** ıslatılmış bulgur ile kıyma iyice yoğrulduktan sonra 5 cm uzunluğunda 2 cm kalınlığında köfteler yapılır. Daha sonra yemeklik doğranmış soğan, domates, biber, tuz, kırmızı biber yağda kavrulduktan sonra üzerine su eklenerek kaynatılır. Hazırlanmış köfteler kaynayan suya atılır ve pişirilir.

**SİMİT KÖFTE:** ıslanmış bulgur ile kıyma iyice yoğrulduktan sonra 5 cm uzunluğunda 2 cm kalınlığında köfteler yapılır. Daha sonra yemeklik doğranmış soğan, domates, biber, tuz, kırmızı biber yağda kavrulduktan sonra üzerine su eklenerek kaynatılır. Hazırlanmış köfteler kaynayan suya atılır ve pişirilir.

**SİMİT KÖFTESİ:** Simit (ince bulgur) üzerine kaynar su dökülerek ıslatılır. Yemeklik olarak doğranmış soğan, tuz kırmızı biber ve domates salçası yağda kavrulduktan sonra ıslatılmış simit üzerine dökülerek karıştırılır. Üzerine ince doğranmış maydanoz konularak ayran, yoğurt veya turşu ile servis yapılır.

**İÇLİ KÖFTE:** Yemeklik olarak doğranmış soğan yağlı dana kıyması ile kavrulduktan sonra içine tuz, doğranmış maydanoz, ceviz içi, karabiber eklenir ve soğumaya bırakılır. Bulgur, tuz, biber salçası ve su ilavesi ile yumuşatılır. Üzerine yağsız dana kıyması konur ve iyice yoğrulur. Köfteye avuç içinde oyularak şekil verilir içine cevizli kıyma karışımından konularak ağı kapatılır. Kaynayan suda haşlanır.

#### K. MARAŞTA BAZI YİYECEKLERİN MAHALLİ İSİMLERİ

aş : pilav                      baldırcan : patlıcan  
çir : meyve kurusu        çoroğtu : susam  
döğme : yarma  
firiğ : tarhananın kurumadan önce yenilebilen şekli  
gocabaş : şeker pancarı    goz : ceviz  
gündönderen : ayçiçeği  
hedik : buğday ile kuru nohut karışımı  
kaynatılarak yenilen bir yiyecek  
hıta : bir çeşit salatalık  
inoz : yeşil erik  
irişgit : et sucuğu  
kahge : simit  
karsambaç : kış aylarında kar ile pekmezin karıştırılması ile elde edilen yiyecek.  
kömbe : çörek  
lepe : lapa  
meyam şerbeti : meyan kökünün suda bektetli mesisi ile elde edilen şerbet  
nişe : nişasta  
söğülme : ateşte közlenen patlıcan