

Kıbrıs'ta Yetişen Yenilebilir Yabani Bitki ve Mantar Türleri ve Bunların KKTC Restoranlarındaki Kullanımı

Buğçe Cesur

Lisansüstü Eğitim, Öğretim ve Araştırma Enstitüsüne Gastronomi
Yüksek Lisans Tezi olarak sunulmuştur.

Doğu Akdeniz Üniversitesi
Eylül 2021
Gazimağusa, Kuzey Kıbrıs

Lisansüstü Eğitim, Öğretim ve Araştırma Enstitüsü onayı

Prof. Dr. Ali Hakan Ulusoy
L.E.Ö.A. Enstitüsü Müdürü

Bu tezin Gastronomi Yüksek Lisans derecesinin gerekleri doğrultusunda hazırlandığını onaylarım.

Prof. Dr. Hasan Kılıç
Turizm Fakültesi Dekanı

Bu tezi okuyup değerlendirdiğimizi, tezin nitelik bakımından Gastronomi Yüksek Lisans derecesinin gerekleri doğrultusunda hazırlandığını onaylarız.

Yrd. Doç. Dr. Ali Özdoğan
Tez Danışmanı

Değerlendirme Komitesi

1. Doç. Dr. Mehmet Necati Cizrelioğulları

2. Yrd. Doç. Dr. Özlem Altun

3. Yrd. Doç. Dr. Ali Özdoğan

ÖZ

Eski çağlardan beri insanoğlu, doğanın sunduğu ürünleri mutfaklarında kullanmaktadır. Bu doğal ürünlerin başında gelen yenilebilir yabani bitkiler ve yenilebilir yabani mantar türleri yıllar boyunca hem tıbbi açıdan insanlara şifa vermek hem de mutfak sofralarımızda yerlerini almaktadırlar. Kuzey Kıbrıs'ın coğrafi özelliklerinden dolayı Akdeniz ve Türk kültürünün etkisi altında kaldığı görülmektedir. Bu sebeple burada yaşayan halk mutfaklarında yenilebilir yabani ot ve yabani mantarları sıklıkla kullanmaktadırlar. Genellikle haşlama, yumurtalı, yahni, turşu, ızgara ve çiğ olarak tükettikleri bu ürünleri kış ve bahar aylarında tüketmektedirler.

Bu çalışma, Akdeniz'in doğusunda yer alan Kıbrıs adasının kuzey tarafında doğada yetişen yenilebilir yabani otların ve yabani mantar çeşitlerinin neler olduğunu bulmak, bu ürünlerin KKTC restoranlarında kullanımlarıyla ilgili bilgi vermek amacıyla planlanmış ve yürütülmüştür. Araştırmanın evreni KKTC'de bu ürünleri kullanan restoranları tespit edip bu restoranların mutfak şefleri veya sahipleriyle görüşme yapıp bu konuyla ilgili görüşlerini almaktır. Örnekleme ise araştırmaya katılan 11 restoran sahibi ya da mutfak şefi, 3 gastronomi eğitimi veren akademisyen ve Tatlısu Ot Festivali'ni düzenleyen Tatlısu Belediye başkanı oluşturmaktadır. Yarı yapılandırılmış görüşme tekniği kullanılmış ve katılımcılarının verdiği cevaplar not tutularak ve ses kaydına alınarak değerlendirilmiştir. Katılımcıların verdiği cevaplarda restoranlarında kullandıkları 27 çeşit yabani ot ve 3 çeşit yabani mantar (Gavcar, Kırmızı ve Kültür Mantarları) kullanılmaktadır. Bu ürünleri mevsimsel olarak kullanmayı tercih eden restoran sahipleri ve mutfak şefleri genellikle haşlama, yumurtalı, ızgara, turşu veya çiğ olarak pişirmektedir. Bu ürünleri diğer restoranların

kullanmama sebepleri olarak ürünlerin maliyetlerini çok fazla olması, müşterilerin bu ürünleri talep etmemesi, sürdürülebilirliğin çok fazla olmaması dile getirilmiştir. Bu ürünlerin ülke gastronomisine katkısının yapılacak olan etkinlikler ve planlamalarla yükseltilmesi lazımdır. Mesela ülkemizde bununla ilgili yapılan çalışmalardan biri olan ‘Tatlısu Ot Festivali’ sadece bu otların ve mantar çeşitlerinin bulunduğu bir etkinliktir. Bu çalışmada, Kuzey Kıbrıs’ta yetişen yenilebilir yabani bitki ve mantar türlerinin neler olduğu, bunların nerelerde yetiştiği, Kıbrıs mutfağında nasıl kullanıldığı ve bu ürünlerin KKTC’deki restoranlarda kullanımıyla ilgili bir çalışma yapılması planlanmıştır. Bu çalışma, KKTC’de bu alanda yeterli kaynak bulunmadığından dolayı literatüre bu alanda önemli bir katkı sunabilecektir.

Anahtar Kelimeler: Yenilebilir Yabani Otlar, Yenilebilir Yabani Mantar, Kıbrıs Mutfacı

ABSTRACT

Since ancient times, human beings have been using the products offered by nature for several purposes. Edible wild plants and mushrooms, that can be described as most common of these natural products, have been taking their place on our kitchen tables for years, not only for nutritional value but also for healing. Obviously, North Cyprus is under the influence of Mediterranean and Turkish culture due to its geographical location. For this reason, edible wild herbs and mushrooms are widely used in Northern Cyprus cuisine. In general, the natives prefer to consume these products as boiled, eggy, stewed, pickled, grilled or raw during the winter and spring period.

The aim of this study is to examine the variety of edible wild herbs and mushrooms that are grown in Northern Cyprus and to provide comprehensive information about the usage of these products in TRNC restaurants. The scope of the research is to identify the restaurants that are using these products in the TRNC and to interview the chiefs or owners in order to get their opinions on this issue. The sample consists of 11 restaurant owners or kitchen chefs, 3 academicians (specialized on gastronomy), and the Mayor of Tatlısu, who organizes the Tatlısu Herb Festival. A semi-structured interview technique was used and the answers given by the participants were evaluated after taking notes and recording them. The information gathered from the participants shows that 27 kinds of wild herbs and 3 kinds of wild mushrooms (Gavcar, Red and Cultured Mushrooms) are commonly used in their restaurants. Also data collected from the participants reveals that these products often used as boiled, eggy, grilled, pickled or raw by the chiefs. However, the collected data shows that not all restaurants prefer to use these products. The reasons for that is

the high costs of these products, lack of demand and unsustainability of these products as they are seasonable. However, the local festivals like ‘Tatlisu Herb Festival’ where all native wild herbs and mushrooms are present, would encourage the more usage of these products at the restaurants. Yet, more common usage of these products will at the same time contribute to the recognition and sustainability of the Cypriot cuisine as well.

Overall, this study focuses on the edible wild herbs and mushrooms in North Cyprus and their usage in local restaurants on the island. It is with the hope that this study will contribute to this long neglected subject.

Keywords: Edible Wild Herbs, Edible Wild Mushrooms, Cyprus Cuisine

TEŞEKKÜRLER

Bu çalışmada yardımlarını esirgemeyen, bana yol gösteren değerli danışman hocam Yard. Doç. Dr. Ali Özdoğan'a, Yüksek Lisans süreci ve asistanlığım boyunca bana yol gösteren değerli hocalarıma, tez zamanında bana yardım eden başta Orkun Özaşık, Erem Kızıltan, Arzu Buse Yıldız, Barış Güveniş ve Ayşe Elibol olmak üzere bütün arkadaşlarıma, bana her zaman destek olan başta babam Cengiz Cesur, annem Tügen Cesur, canım kız kardeşim ve enişteme de teşekkürü bir borç bilirim.

İÇİNDEKİLER

ÖZ	iii
ABSTRACT	v
TEŞEKKÜRLER	vii
KISALTMALAR	xi
TABLO LİSTESİ	xii
1 GİRİŞ	1
1.1 Araştırma Problemi	3
1.2 Araştırmanın Amacı	3
2 LİTERATÜR TARAMASI	4
2.1 Kıbrıs Hakkında Genel Bilgi	4
2.1.1 Kıbrıs Tarihi	4
2.1.2 Kıbrıs'taki İklim Özellikleri	8
2.1.3 Kıbrıs'taki Bitki Örtüsü Özellikleri	9
2.1.4 Kıbrıs'ta Bulunan Kültürel Zenginlikler	10
2.1.5 Kıbrıs Turizmi	11
2.1.6 Kıbrıs Türk Yeme-İçme Kültürü	12
2.2 Yenilebilir Yabani Bitki (Ot) Kavramı	13
2.2.1 Yenilebilir Yabani Bitkilerin (Otların) Tarihsel Süreçleri	14
2.2.2 Dünya'da Kullanılan Yenilebilir Yabani Bitkiler	19
2.2.2.1 Dünya'da Yapılan Yenilebilir Yabani Otlar Hakkındaki Araştırmalar	22
2.2.2.2 Kıbrıs'ta Bu Konuyla İlgili Yapılan Önceki Çalışmalar	24
2.2.3 Yenilebilir Yabani Bitkilerin (Otların) Mutfakta Kullanımı	25

2.2.4 Kıbrıs'ta Yenilebilir Yabani Bitkilerin Mutfakta Kullanımı	26
2.2.5 Kıbrıs'ta Yetişen Yenilebilir Yabani Bitkiler	27
2.2.5.1 Ayrelli (Yabani Kuşkonmaz)	27
2.2.5.2 Kazayağı (Bangallo, Mangolla, Spangallo)	27
2.2.5.3 Horoz İbliği (Lindo):	28
2.2.5.4 Çitlemit	28
2.2.5.5 Girdama (Kaya Kuruğu)	29
2.2.5.6 Luvanya (Kadın Kasığı, Adrahura, Dirgatsia ve Racia)	29
2.2.5.7 Gafgarıt (Cinara ve Yaban Cinarası)	30
2.2.5.8 Hostes (Gafurez, Diken otu)	30
2.2.5.9 Mavidiken..	30
2.2.5.10 Deve Gavulyası (Kara Gavulya, Keklik Gavulyası ve Saracino)	31
2.2.5.11 Eşek Gavulyası (Sütlü Gavulya, Akkkız, Deve Kengeri, Kengel, Sütlü Kengel, Uslu Kenger, Şevkül Meryem, Kurtluca, Süt Diken ve Sakız diken)	31
2.2.5.12 Eşek Lepsanası (Rua, Ulya, Acı Hulya, Aculya)	31
2.2.5.13 Gabbar (Kapari, Gebere, Kedi Tırnağı ve Yuvarlak tomurcuğu Gudrui)	32
2.2.5.14 Yumurta Otu (Civciv otu, Serçe otu ve Gıcır)	32
2.2.5.15 Deniz Börölcesi (Sıyırma)	33
2.2.5.16 Lüferotu (Yabani Bezelye)	33
2.2.5.17 Gömeç (Ebegümeçi)	33
2.2.5.18 Ekşilice (Ekşili)	34
2.2.5.19 Ova Ispanahı (Yabani Ispanah, Lahunuthga, Yabani Pazı ve Labada)	34

2.2.5.20 Semizotu.....	35
2.2.5.21 Isırgan.....	35
2.3 Mantarlar Hakkında Genel Bilgi	35
2.3.1 Mantarların Besin Değerleri ve Mutfaklardaki Kullanımları	37
2.3.2 Türkiye’de Sıklıkla Kullanılan Yabani Mantarlar	38
2.3.3 KKTC’de Yenilebilen Yabani Mantarların Sınıflandırılması	41
3 YÖNTEM.....	53
3.1 Araştırma Tasarımı.....	53
3.2 Verilerin Toplanması.....	54
4 BULGULAR	62
4.1 Verilerin Analizi.....	62
5 SONUÇVE TARTIŞMA	80
5.1 Sonuç ve Tartışma.....	80
5.2 Kısıtlamalar	86
5.3 Öneriler.....	87
KAYNAKLAR:	89

KISALTMALAR

KKTC	Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti
RES-BİR	Kuzey Kıbrıs Restorancılar Birliği
TDK	Türk Dil Kurumu

TABLO LİSTESİ

Tablo 2.1: Türkiye’de Yetişen Yenilebilir Yabani Mantarların Latin ve Yerel İsimleri	39
Tablo 2.2: Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti’nde Yetişen Yenilebilir Yabani Mantar Türlerinin Latince ve Türkçe İsimleri	41
Tablo 3.1: Katılımcıların Restoranları, Bulundukları Bölgeler ve Restoranlardaki Ünvanları.....	56
Tablo 3.2: Katılımcıların Eğitim Verdiği Üniversiteler	57
Tablo 4.1: Katılımcıların ‘KKTC’de Hangi Yenilebilir Otlar Yetiştirmektedir?’ Sorusuna Verdikleri Cevaplar	62
Tablo 4.2: Yenilebilir Yabani Otların Mevsimsel Dağılımı	66
Tablo 4.3: Katılımcıların ‘Restoranlarında Kullandıkları Otlar ve Bu Otları Neden Kullandıklarının Cevapları.....	70
Tablo 4.4: Katılımcıların Söylediği Mantar Çeşitleri	75

Bölüm 1

GİRİŞ

Akdeniz bölgesinde yer alan Kıbrıs adası iklim, toprak tipi, topoğrafya ve beşeri faktörler nedeniyle çok çeşitli bir bitki örtüsüne sahiptir (İlseven ve ark., 2014). Adanın yeryüzü şekillerinden dolayı bölgeler arası farklı bitki çeşitliliği görülmektedir. Doğal bitki topluluğuna baktığımızda yüksek dağlık alanlarında daha çok iğne yapraklı ormanlar görülmekte olup aşağılara doğru indiğimizde maki ve garigler ile daha alçak iç kısımlarda bozkır bitki örtüsü görülmektedir (İlseven ve ark., 2014). Maki bitki örtüsünü 4 veya 6 m boy ile sandal ağacı, çitlembit, zeytin, tesbih ağacı ve kermes meşesi oluşturmaktadır. Daha sonra insanların bu bitkileri bilinçsizce kullanmaları ve hayvanları otlatmaları sonucunda bu bitki örtüsü, 3 m'den daha az boylu olan laden, azgan, pirekapan ve sakız ağacı gibi garik bitki topluluğuna dönüşmüştür. Turunçgillerle zeytingillerin yanı sıra, maki bitki örtüsü ile bodur ağaçlar Kıbrıs'ın genel bitki örtüsünü oluşturmaktadır (Yorgancıoğlu, 2010).

Yenilebilir otlar, insanlar tarafından yetiştirilemeyen doğada kendiliğinden büyüyen, yeterli olgunluğa ulaşmış, uygun şekillerde toplanmış ve muhafaza edilmiş olan ayrıca mutfaklarda kullanılabilen yabani bitkileri belirtmek için kullanılan bir kavramdır (Şimşek ve ark., 2020). Eski çağlardan beri insanoğlu, bu doğal ürünleri yıllar boyunca hem tıbbi açıdan insanlara şifa vermek hem de mutfak sofralarında kullanmaktadır. Dünya'daki bitki türünün 750.000-1.000.000 arasında olduğu tahmin edilmektedir. Bu bitkilerin yaklaşık olarak 500.000 kadarı tanımlanıp adlandırılmıştır. Dünya genelinde, gıda amaçlı tüketilen bitkiler, tüm bitki türlerinin

yaklaşık olarak %20'si kadarını oluşturmaktadır. Yenilebilir yabani bitkilerin sayısı yaklaşık olarak 100.000 olduğu teyit edilmiştir (Yücel ve ark., 2011).

Kuzey Kıbrıs'ın coğrafi özelliklerinden dolayı Akdeniz ve Türk kültürünün etkisi altında kaldığı görülmektedir. Bu sebeple burada yaşayan halk mutfaklarında yenilebilir yabani otları sıklıkla kullanmaktadırlar. Genellikle haşlama, yumurtalı, yahni, turşu ve çiğ olarak tükettikleri bu ürünleri kış ve bahar aylarında tüketmektedirler.

Mantarların kullanımı çok eski zamanlara dayanmaktadır. İnsanoğlu, mantarları hem tıpta hem de mutfaklarında kullanmaktadır. Rojas & Mansur (1995)'e göre, bugüne kadar olan arkeolojik kazılarda bulunan kanıtlarda on üç bin yıl öncesinden Şili ülkesine dayandığı görülmektedir (Eren, Süren ve Kızıleli, 2017). Yabani mantarların kullanımı ya da yenilebilmesinin bulunduğu esas kaynaklar ise M.Ö 7. yüzyılda Çin halkının tarihinde görülmektedir. Mantarların dünya üzerindeki konumuna baktığımızda 1,5 milyon mantar türü olduğu düşünülmektedir. Bunların 5,020'si yenilebilen mantar olup 2,150'si zehirli olmayıp fakat yenilememe özelliklerini taşımaktadır (Eren, Süren ve Kızıleli, 2017). Yenilebilir türün %35'inin ticari anlamda kültürü yapılmaktadır. Yaklaşık 120 türün ise ekonomik anlamda yetiştiriciliğinin yapılması için üzerine bilimsel araştırmalar yapılmaktadır (Barutçıyan, 2012). KKTC'de toplamda 51 familyaya ait 219 mantar türü bulunmaktadır. Bu mantarların sadece 18 mantar ailesi ve 60 türünün yenilebildiği görülmektedir (Doğan ve ark, 2019). Kuzey Kıbrıs yenilebilir yabani mantar çeşidi bakımından zengindir. Kuzey Kıbrıs'ta yenilebilir yabani mantarların birçoğu halk arasında bilinmemekle beraber kullanılmamaktadır. Bunun sebebi, bu mantar çeşitlerinin bulundukları familyanın en az lezzetli olanı olması ve boyutlarının küçük olması nedeniyle insanlar kullanmayı tercih edilmemektedir.

1.1 Araştırma Problemi

İlk çağlarda doğada yetişen bu ürünlerin kullanımı çok yaygındı. Zaman içerisinde sevilen ürünlerin Okültürleri yapılmasıyla bu ürünlere ulaşım olanakları kolaylaşmaktadır. Böylece doğada yetişen ürünlere olan talep azalmaktaydı fakat günümüz koşullarına bakıldığında doğada yetişen bu ürünlerin mutfaklarda kullanılmasında artış söz konusudur. Bunun sebebi ise bu ürünlerin, besin değerlerinin ve lezzetlerinin tarımsal ürünlere göre daha fazla olmasıdır. Bunun sonucunda bu ürünleri yalnız ev mutfaklarında değil aynı zamanda profesyonel mutfaklarda da kullanılmaya başlanmıştır. Bu sebeple araştırma problemi, KKTC 'de bulunan restoranlarda yenilebilir yabani otlar ve yenilebilir yabani mantarların yeteri kadar kullanılmadığı gözlemlenmiştir.

1.2 Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı, yenilebilir yabani bitkiler ve mantar türlerinin neler olduğunu bulmak ve bunların KKTC restoranlarındaki kullanım amaçlarını araştırmaktır. KKTC'de bu alanda yeterli kaynak bulunmadığından dolayı literatüre bu alanda önemli bir katkı sunulabilecektir. Ayrıca bu araştırmada, Kıbrıs'ta yetişen yenilebilir yabani bitkileri ve mantar türlerini tespit edip, bu ürünlerin diğer ülkelerde ve Kıbrıs'ta nasıl kullanıldığıyla ilgili bilgi vermek amaçlanmıştır.

Bölüm 2

LİTERATÜR TARAMASI

2.1 Kıbrıs Hakkında Genel Bilgi

Kıbrıs'ın ismi Arapça'da 'Kubrus', Batı dillerinde ise 'Cyprus', 'Cypre', 'Chypre', 'Gipros' ve 'Cypren' olarak adlandırılmıştır. Geçmiş zamanlarda, özellikle Mısır ve Hitit kaynaklarına bakıldığı zaman ise, Kıbrıs'ın isminin Alaşya (Alasya) olarak kullanıldığı görülmektedir. Daha sonra Asurluların kaynaklarında 'Asi' olarak adlandırılmaktadır. Homeros'un yazılarında da ilk defa 'Kypros' olarak anılmaktadır. Kypros adı, Ana Tanrıça Kibele'den geldiği bilinmektedir (Sarıay, 2000).

Kıbrıs, dünya üzerinde $34^{\circ}33'$ - $35^{\circ}42'$ kuzey enlemleri ile $32^{\circ}16'$ - $34^{\circ}36'$ doğu boylamları arasında yer almaktadır. Bu koordinatlara baktığımızda Kıbrıs adası ılıman kuşakta yer almaktadır. Bu nedenle de adamızda her yıl dört mevsim yaşanmaktadır. Fakat sıcak iklim kuşağına da yakın olduğu için kışları ılık yazları ise uzun ve sıcak geçmektedir (İlseven ve ark., 2014). Kıbrıs adası Akdeniz'in kuzey doğusunda yer almaktadır. Sicilya ve Sardinia adalarından sonra Akdeniz'in üçüncü büyük adasıdır. Adanın toplam yüz ölçümü ise 9251 km^2 'dir. Adanın kuzey tarafında Türkiye, doğu tarafında Suriye ve Lübnan, güney doğu tarafında İsrail, güney tarafında Mısır ve kuzey batı tarafında ise Yunanistan ile komşu olmaktadır (İlseven ve ark., 2014).

2.1.1 Kıbrıs Tarihi

Kıbrıs'ta ilk yerleşim M.Ö. 10000 yılları sırasında Paleolitik dönemde olduğu tahmin edilmektedir. Güney tarafında yapılan arkeolojik kazılarda ilk insan

yerleşimlerine rastlanmaktadır. Bulunan kalıntılarda yapılan incelemeler sonucunda Cilalı Taş Devri döneminde insanların adaya yerleştikleri görülmektedir. Adaya gelen ilk insanların Anadolu'dan olduğu, ayrıca M.Ö. 7000 zamanlarında Neolitik dönemlerde adaya Filistin, Lübnan ve Suriye taraflarından da birçok insanın gelip adaya yerleştiği düşünülmektedir. Bu dönemden sonra M.Ö. 6000 sularında adaya gelen insanlar çanak, çömlek, testi ve bardak gibi aletleri kilden yapabilmekteydiler. Kıbrıs halkı kendilerine has stiller ve tasarımlar yaparak kilden çanak ve çömlek üretmeye başlamıştır. Kalkolitik dönemde bakır madeninin çıkarılmasıyla insanlar maden işlemeyi öğrenmiş ve günlük hayatlarında da işlerine yarar aletler üretmişlerdir. Bu dönemlerde Mısır, Suriye, Filistin üzerinden Mezopotamya halkının da gelmesiyle ticari bir yaşam başlamıştır. İnsanların bakırdan tunç elde etmesiyle taş tabaklar, kaplar, pişmiş toprak kaplar, topraktan yapılmış heykeller, altın ve gümüş takılar, balta ve silah, demirden yapılmış oklar ve mızraklar gibi birçok alet arkeolojik kazılar sonucunda bulunmuştur. Hatta bu dönemlere ait birçok eser dünyada birçok müzede sergilenmektedir. Bu müzelerden en bilineni olarak New York Metropolitan müzesinde bulunan Kıbrıs bölümü büyük bir yer almaktadır (Gürel, 2004). Kıbrıs, komşularından biri olan Mısır devletiyle hem ekonomik hem de siyasal anlamda ilişki içerisindeydi. Bu ilişkiler sonucunda Mısır devleti M.Ö. 1500-1450 yılları arasında III. Tutmosis döneminde Kıbrıs'ı egemenliği altına almıştır (Gürel, 2004). Bu dönemde Kıbrıs adasında bulunan birçok yerleşim alanını kendine bağlamıştır. Adanın Doğu Akdeniz bölgesindeki konumunun önemi artmasıyla Kıbrıs adasını elinde tutmak istemiştir. Mısırlılar zamanında, hiçbir Mısırlı vatandaş adaya yerleşmemiştir. Bulunan yazılı kaynaklara bakıldığında Mısır döneminde Kıbrıs adasının bağımsız bir devlet olduğu görülmektedir. Genellikle takasa dayalı bir ticaret içerisindeydiler, bu durumdan dolayı Kıbrıs'tan bakır, riton,

at, at örtüsü ve keten gibi ürünler Mısır'a gönderilirken Mısır tarafındanda gümüş, altın ve falcı adımıza gönderilmektedir (Özkul ve ark., 2018). Daha sonra Mısır ve Hitit hükümetleri arasındaki mücadeleler sonucunda Hititler M.Ö. 1200'lerde Kıbrıs adasını kendi egemenliği altına almıştır. Bu dönemlerde ada genellikle bakır madeni ve sürgün alanı gibi ihtiyaçların karşılanması için kullanılmaktaydı. Bu dönemden sonra Mısır İmparatorluğunun hükümdarı olan III. Ramses tarafından Kıbrıs adası tekrardan Mısır egemenliği altına girmiştir. Adayı daha önceki gibi yerleşim yerlerinden kendine siyasi olarak bağlamayan Mısır imparatoru adayı tamamıyla fethetmiştir. Bu zamanda adadan sadece vergi alarak kendisine bağlamıştır. Bu dönemde adada ilk altın para basılmıştır (Özkul ve ark., 2018). Mısırlıların ikinci kez adayı fethettikten sonra M.Ö. 1000 senesinde Fenikelilerin adaya yaptığı saldırı sonucunda M.Ö. 709'a kadar adanın hakimiyetini ele almışlardır. Fenikeliler, Kıbrıs'ı gemi yapımında kullanılan kereste ve bakır madeninden ve konumundan dolayı burada koloni kurmuşlardır. Ada halkı Fenike kültürünü benimsemiştir. Bunun en büyük kanıtı ada halkının metal kaseler kullanmasıdır (Özkul ve ark., 2018). Fenikelerden sonra adayı Asur hükümetinin ele geçirmesiyle adada yeni bir yönetim kurulmuştur. M.Ö. 669 zamanında da Asur yönetiminin sona ermesiyle Kıbrıs adasında herhangi bir ülke egemenliği olmamıştır. Bu durum M.Ö. 570'e kadar devam etmiştir. O dönemin Mısır Hükümdarı olan II. Amasis zamanında ada tekrardan Mısır İmparatorluğu altına girmiştir. Bu zamanda Mısır kültürüne ait kıyafet ve çömlekçilik ada halkı tarafından benimsenmiştir. Bu dönemlerde Mısır ve Pers İmparatorluklarının savaşı söz konusudur. Bu süreçte Pers İmparatorluğu Mısır'ı ele geçirdikten sonra ada bir süre Pers hakimiyetine girmiştir. Ondan sonra Babil ve daha sonra da M.Ö.30'da Roma Cumhuriyeti'nin egemenliği altına girmiştir. Gerçekleşen ve yapılan antlaşmaların ardından Kıbrıs adası 688'den 868'e olan

zaman aralığında Kıbrıs Arap-Bizans Kondiniyumu olarak yönetilmekteydi, fakat bu durum uzun sürmedi. Bizans imparatorluğu 966-1191 yıllarında Kıbrıs adasını egemenliği altına almıştır. Daha sonralarda 3. Haçlı Seferi'nden sonra İngiltere yönetimine girmiştir, fakat halk İngiliz yönetim şeklini beğenmeyip bir ayaklanma başlatmaları üzerine 1192 yılında Lüzinyanlar'ın yönetimine girmişlerdir. Lüzinyanların yönetimi adada 300 yıl sürmüştür. Lefkoşa kenti bu dönemde başkent olmuştur. 14. yüzyılda Kıbrıs Krallığı, Cenevizli tüccarların eline geçmiştir. Onlardan sonra 1426 yılında Memlükler Kıbrıs adasını kendilerine bağladılar. O dönemlerde Memlük Devleti Haçlı ordusuyla savaşıyordu. Kıbrıs'ın konumu Harçlıların en önemli üssü durumunda olmasından dolayı, Memlük Devleti ve Kıbrıs Krallığı savaş halindeydiler. Bu durumdan dolayı adayı fetheden Memlük Sultanı adaya İslam Devlet döneminden sonra bir başka Müslüman devlet tarafından işgal edilmiştir. Sultanlar adaya yerleşmemişlerdir. Onun yerine Kıbrıs Krallarını vergiye bağlamışlar ve kendilerine bağlı kalacak şekilde adayı yönetmelerine izin vermişlerdir. Memlüklülerden sonra 1489 yılında Venedik devleti adayı ele geçirmiştir (Özkul ve ark., 2018). Venedikliler döneminde hükümetin hem dini baskılarından hem de aldıkları ağır vergilerden dolayı halk Osmanlı Devleti'nden yardım istemiştir. Bu dönemde meydana gelen deprem, kuraklık ve çekirge istilaları da halkı olumsuz yönde etkilemiştir. Bu durumlardan dolayı halkın büyük çoğunluğu göç etmektedir. 1571 yılında o dönemin Osmalı padişahı olan II. Selim adayı fethetmiş ve ada Osmanlı toprağının bir parçası olmuştur. Bu olaydan sonra adaya Kıbrıslı Türklerin ataları gelip yerleşmeye başlamışlardır (Özkul ve ark., 2018). 19. yüzyılda sömürgecilik hareketlerinin başlaması ile büyük ve gelişmiş devletler kendilerinden geri kalmış ülkeleri sömürgeleri altına almışlardır. Bu dönemde İngiltere devleti birçok ülkeyi kendi sömürgesi haline getirmiştir. Bu ülkelerden en

önemlisi Hindistan'dır. Bu yıllarda Hindistan'a giden deniz ticaret yollarında biri olan Süveyş Kanalı'nın açılmasıyla İngiltere bu yolu garantiye almak istedi. Kıbrıs adasının Anadolu'ya ve Suriye'ye yakınlığı, Ege Denizi'nin giriş ve çıkışına yakınlığı, ayrıca Süveyş Kanalı ve Mısır'a yakınlığından dolayı İngiltere, Kıbrıs adasını istemekteydi. Osmanlı Devleti o zamanlar hem ekonomik hem de siyasi bir çöküş içerisindeydi ve bu yüzden de 1878 yılında adayı yıllık olarak yaklaşık 92.000 altın karşılığında Birleşik Krallığa kiralamıştır. Ada 1914 yılına kadar İngilizler tarafından kiralanmaktadır. Fakat o dönem ortaya çıkan I. Dünya Savaşı'nda Osmanlı devleti İngiltere'ye karşı olan İttifaklar grubunda yer alınca İngiltere adayı ilhak etmiştir. Ada, 1960'a kadar İngiltere yönetiminde kalmıştır. O yıllarda Kıbrıs Cumhuriyeti adı altında bağımsız bir devlet kurulmuştur. O dönemlerde devlette Rumlar, Türkler yaşamaktadırlar ve cumhurbaşkanı Rumlardan, cumhurbaşkan yardımcısı Türklerden seçilmekteydi. Ada içerisinde 1930'lu yıllarda Kıbrıslı Rumlar Enosis isyanını başlatmıştır. Enosis baskınlarından korunmak isteyen halk Türkiye'den yardım istedi ve 1974 yılında Türk Silahlı Kuvvetleri'nin adada gerçekleştirdiği 'Barış Harekâtı' ile Yunan saldırıları durdurulmuştur. Bu olaydan sonra Kıbrıs'ta yaşayan halk kendi içinde gruplara ayrılıp yaşadıkları yerden göç etmişlerdir. Kuzey tarafına Kıbrıslı Türkler, güney tarafına Kıbrıslı Rumlar yerleşmiştir. Bu süre zarfında Kıbrıslı Türkler birçok geçici devlet kurmuşlar ve 15 Kasım 1983 yılında Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti (K.K.T.C) adı altında bir devlet kurulmuştur (Özler ve Ark., 2017)

2.1.2 Kıbrıs'taki İklim Özellikleri

Ülkemiz ılıman iklim kuşağında yer aldığı için her yıl dört mevsimi yaşamaktadır. Fakat sıcak kuşaklara olan yakınlığından dolayı yazları sıcak ve kurak, kışları yağmurlu ve ılık geçmektedir (Yorgancı, 2004). Yıllık ortalama hava sıcaklığı

19.0 °C'dir. Adamızda yıl boyunca en sıcak ay Temmuz ayıdır. Yılın bu ayında hava sıcaklığı gündüzleri (gölgede) 37.0°C- 40.0°C arasında görülmektedir. Genel olarak yılın en soğuk ayı Ocak ayı olmakla beraber ortalama gündüz saatleri hava sıcaklığı 9.0°C – 12.0° C arasında görülmektedir. Yılın en soğuk geceleri bu ayda görülmektedir. Bu durumlarda toprak sıcaklığının düşmesiyle, özellikle iç kısımlarda hava sıcaklığının 0.0°C'nin altına düşmesiyle yer yer don olayları görülür. Adamızda yağışlar genellikle yılın Ekim ve Mart arası dönemlerde görülmektedir. Yılın toplam yağış normali 402.8 mm'dir. Yağışların en fazla olduğu ay Aralık ayı olmakla beraber, Temmuz ve Ağustos ayları da en kurak olduğu dönemlerdir (KKTC Metoloji Dairesi, 2021).

2.1.3 Kıbrıs'taki Bitki Örtüsü Özellikleri

Kıbrıs adası tarih öncesi çağlardan günümüze bitki örtüsü bakımından farklılıklar göstermektedir. Eski çağlarda ülkemizdeki ormanların karışık ormanlar (meşe, akçaağaç, kızılğaç, çınar vb. gibi ağaç türleri) olduğu görülmektedir. Fakat zamanla aşırı faydalanma, yangınlar ve ekolojik değerlerin değişmesiyle geniş yapraklı ağaçlardan oluşan ormanların azaldığı görülmektedir. Günümüzde akçaağaçlar derin kuru dere yataklarında çıkarlarken çınarlar ise taban su seviyesinin yüksek olduğu akışlı dere kenarlarında yetişmektedir. Genel olarak Kıbrıs'ta maki bitki örtüsü görülmektedir. Bitki örtüsünün çok çeşitli olmasını belirleyen faktörler arasında iklim, toprak tipi, topografya ve beşeri faktörler belirlenmiştir. Ayrıca bitki örtüsü çeşitliliğinin fazla olmasını sağlayan en önemli faktörlerden birisi de coğrafi şartlardır. Kuzey tarafta Girne Dağları, güney tarafta Trodos Dağları'nın yüksekliği ve uzanışı, ayrıca kıyılar ile iç kesimler ve deniz seviyesinden yüksek olan alanlarda bitki örtüsünde farklılıklar gözlenmektedir. Doğal bitki topluluğuna baktığımızda yüksek dağlık alanlarında daha çok iğne yapraklı ormanlar görülmekte olup aşağılara

doğru indiğimizde maki ve garigler ile daha alçak iç kısımlarda bozkır bitki örtüsü görülmektedir (İlseven ve ark., 2014).

Maki bitki örtüsünü 4 veya 6 m boy ile sandal ağacı, çitlembit, zeytin, tesbih ağacı ve kermes meşesi oluşturmaktadır. Daha sonra insanların bu bitkileri bilinçsizce kullanmaları ve hayvanları otlatmaları sonucunda bu bitki örtüsü, 3 m'den daha az boylu olan laden, azgan, pirekapan ve sakız ağacı gibi garik bitki topluluğuna dönüşmüştür. Turunçgillerle zeytingillerin yanı sıra, maki bitki örtüsü ile bodur ağaçlar Kıbrıs'ın genel bitki örtüsünü oluşturmaktadır (Yorgancıoğlu, 2010).

2.1.4 Kıbrıs'ta Bulunan Kültürel Zenginlikler

Kıbrıs, konumundan dolayı eski çağlardan beri birçok medeniyete ev sahipliği yapmıştır. Bu yüzden de Kıbrıs'ta arkeolojik ve antik eserler bakımından tam bir cennettir. Eski çağlar dışında, Kıbrıs her zaman diğer ülkelerden sanatı taklit etmektedir. Daha sonraki zamanlarda adada bulunan kalıntılardan, adanın tarihine ve çeşitli zamanlarda adayı fetheden ırklar sayesinde adada kendine has sanat oluşturulmuştur (Çakıroğlu, 2007).

Kıbrıs'ta bulunan kültürel zenginlikler;

- Lefkoşa Bölgesi: Büyük Han, Kumarcılar Hanı, Selimiye Cami, Girne Kapısı, Mevlevi Tekkesi, Sultan Mahmut Kütüphanesi, Barbarlar Müzesi
- Güzelyurt Bölgesi: Güzelyurt Arkeolojik Doğa Müzesi, St. Mama Kilisesi,
- Gemikoğanı-Lefke: Cengiz Topel Anıtı, Soli Harebesi, Vuni Sarayı
- Girne Bölgesi: Belepais Manastırı, Girne Kalesi, Hz. Ömer Tekkesi, St. Hilarion, Bufavento Kalesi
- Gazi Mağusa Bölgesi: Lala Mustafa Paşa Camii, Venedik Sarayı, Namık Kemal Zindanı, Cafer Paşa Çeşmesi, Kutup Osman Tekkesi, St. Barnabas Manastırı, Salamis Harabeleri

- Karpaz Bölgesi: Kantara Kalesi, Apostolos Andrea Manastırı, Zafer Burnu (Fehmi,1992)

2.1.5 Kıbrıs Turizmi

Kıbrıs'ın jeopolitik ve coğrafi konumu ülke turizmini olumlu yönde etkilemektedir. Tarih öncesi çağlardan itibaren insan izlerine rastlanan Kıbrıs'ın stratejik konumu yüzünden birçok medeniyetlere ev sahipliği yapmıştır (Bıçak, 2018). Günümüzde bile bu medeniyetlerin mimari izlerini görmek mümkündür. Bu sayede ise, ülkemizde farklı gelenek ve göreneklerin etkisiyle ve Akdeniz yaşam tarzıyla kendi kültürünü ortaya çıkartmıştır. Bu durum ise ada turizmi için büyük bir zenginlik ve avantaj oluşturmuştur (Bıçak, 2018).

Kıbrıs adasında turizm, İngiliz Dönemi'nde İngiltere'den adaya geçici görevlerle gelen ve görevleri sonrası adaya yerleşen insanların akrabalarının gidip gelmesiyle oluşmaya başlamıştır. Ülkemize ulaşım olanakları önce deniz yolu, daha sonraları da hava yoluyla sağlanmaktaydı (Anonim, 2009). Kıbrıs toplum olarak ikiye bölünmesiyle hem Rum tarafının hem de Türk tarafının Türkiye ve Yunanistan'la olan ilişkileri de adaya turist gelmesine neden olmuştur (Bonato, Yiakou, ve Kaba, 2007).

90'lı yıllardan itibaren Kuzey Kıbrıs'ın turizmde az da olsa turist çeşitliliği yaşanmıştır. 2000'li yıllarda ise Kuzey Kıbrıs'ta artan turist sayısından dolayı doğu ve kuzey sahil şeridinde konaklama binaları inşa etmeye başlanmıştır. Günümüzde, ülkemizde turizm bakanlığı onaylı toplamda 25 bin 766 yatak kapasiteli konaklama tesisi vardır. 2019 yılında hava ve deniz yolu ile ülkemize gelen yolcu sayısı 1.749.979 (KKTC uyruklular hariç) iken Mart ayında yaşanan pandemi sonrası 2020 yılı Ocak-Aralık dönemi için bu rakam %77,8 oranında azalarak 388.837 olarak

gerçekleşmiştir. TC uyruklularda %77,3, diğer yabancı uyruklularda ise %79,3 oranında bir düşüş gerçekleşmiştir (KKTC Turizm Planlama, 2020).

2.1.6 Kıbrıs Türk Yeme-İçme Kültürü

Kıbrıs yıllar boyunca birçok medeniyete ev sahipliği yapmıştır. Adaya gelen her bir millet adadan giderken kendine has kültürü de bırakıp gitmiştir. Kıbrıs Türk mutfağı Anadolu mutfağının devamı gibi görünse de eski zamanlardan etkileşim halinde olduğu Venedik, Ceneviz, Arap, İtalyan, İngiliz ve Rumların etkisiyle ve Akdeniz ikliminin sağladığı koşullarla da kendine özgü bir çeşit Akdeniz mutfak kültürü oluşturmuştur. Kıbrıs Türk mutfağının genel özelliklerine baktığımızda yemeklerinde çok fazla acılı baharatlara yer vermemektedir. Mutfaklarında yemeklerini lezzetlendirmek için kullandıkları baharatlar karabiber, bahar (tarçın), karanfil, kimyon, kekik ve taze ya da kurutulmuş nane olarak sayılabilir. Tipik bir Akdeniz ülkesi olan Kıbrıs'ta yazları haşlama sebze kültürü daha ağır basmaktadır. Katı yağ tüketimi ülkemizde çok sık tüketilmemekle beraber yemeklerde daha çok sıvı yağlar (ayçiçek ve zeytinyağı) tercih edilmektedir. Limon, yemeklerde sıkça kullanılmaktadır.

Türk ve Akdeniz mutfak özelliklerinin karışımı olan Kıbrıs mutfağının kendine has geleneksel yemekleri ve mezeleri vardır. Nesiller boyunca Kıbrıslılar, lezzetli yemekler yaratmayı başarmışlardır. Her yemek kendine özgü bir lezzet taşıması, yemeğin pişirilmesi ve sunumları Kıbrıs insanının karakterini yansıtmaktadır. Kıbrıs'ta sevilerek yenen ot yemeği olan molehiya, Arap kökenli bir yemek olup hazırlanışı ve lezzeti Kıbrıs lezzetine hitap etmektedir. Yapılan bazı yemeklerin adı, hazırlanışı ve lezzeti bölgeden bölgeye değişiklik göstermektedir. Mesela bazı bölgelerde yapılan kabak böreğinin iç harcına pirinç konulurken bazı bölgelerde de bulgur ve dereotu konulmaktadır (Çavuşoğlu ve Çavuşoğlu, 2017).

2.2 Yenilebilir Yabani Bitki (Ot) Kavramı

Ot kavramı genel olarak insanlar tarafından yetiştirilmeyen, doğada kendiliğinden oluşan bitkiler için kullanılır. Türk Dil Kurumu (TDK)'na göre ot kelimesinin anlamı 'toprak üstündeki bölümleri odunlaşmayıp yumuşak kalan, ilkbaharda yetişip bir iki mevsim sonra kuruyan küçük bitkiler' şeklinde tanımlanmaktadır (TDK, 2021). Yenilebilir otlar ise yine insanlar tarafından yetiştirilemeyen doğal ortamında büyüyen, yeterli bir olgunluğa ulaşmış, uygun şekilde toplanmış ve muhafaza edilmiş, ayrıca mutfaklarda kullanılabilen yabani bitkileri belirtmek için kullanılan bir kavramdır (Şimşek ve ark., 2020). Yenilebilir yabani bitki kavramına uyan diğer isimler de yabancı ot, yabancı bitkidir (Karaca, Yıldırım & Çakıcı, 2015; Ceylan & Yücel, 2015; Koç Apuhan & Beyazkaya, 2019).

Geçmişten günümüze insanoğlu bitkileri şifa verme özelliği sayesinde kullanmışlardır. Yapılan arkeolojik kazılar sonucunda insanların bitkileri sadece besin elde etmek için değil de sağlık sıkıntılarını gidermek için de kullandıkları belirlenmiştir (Abbasi, Khan, Khan and Shah, 2013). Besin değeri bakımından baktığımızda sebzelerden daha zengin mineral ve vitamin değerleri olduğu görülmektedir. Yenilebilir otların içinde bulundurdıkları A, E, C ve bazı B grubu (B₂ ve folik asit) vitaminleri çokça içinde bulunduran kaynaklardır. Ayrıca içinde barındırdıkları yüksek lif, fitik asit, fitokimyasallar, omega-3 ve antioksidanlar sayesinde yabani otlar sebzelere göre daha zengin olmaktadır (Leonti et al. 2006, s.131-133, aktaran; Aberoumand and Deokule, 2009, s.117). Yeşil yapraklı otlar içinde barındırdıkları kalsiyum, çinko, demir, magnezyum ve potasyum bakımından da zengindirler (Aberoumand and Deokule, 2009, s. 117, aktaran; Uusiku, Oelofse, Duodu, Bester ve Faber, 2010, s. 503-507). Bünyesinde barındırdıkları bu zengin içerikleri sayesinde yeşil yapraklı otlar, kardiyovasküler hastalıklar ve kanserler gibi

birçok hastalığın olma riskini azaltırken, kolesterol düşürücü etkiye de sahip oldukları belirtilmektedir (Ceylan ve Şahingöz, 2019). Bu bilgiler ışığında yenilebilir otları insan sağlığı için tehlike oluşturmayan, doğada kendiliğinden var olan bitkiler olarak adlandırmak mümkündür.

2.2.1 Yenilebilir Yabani Bitkilerin (Otların) Tarihsel Süreçleri

Eski Taş Çağı (M.Ö. 600.000-10.000): İnsanların bu dönemlerde daha çok içgüdüleriyle ya da hayvanların yediği bitkileri saptayarak beslendikleri düşünülmektedir. Bu dönemde daha çok orman bitkileri ve meyveleriyle beslenme serüvenine başlanmış olduğu sanılmaktadır (Gürsoy, 2013).

Orta Taş Çağı (M.Ö. 10.000-8.000): Bu dönemde avcılık ve toplayıcılığı keşfeden insanoğlu, yabani tahılla tanışmış, bu tahılları biçmek ve öğütmek için aletler yapmışlardır (Gürsoy, 2013).

Yeni Taş Çağı (Neolitik) (M.Ö. 8.000-6.000): Bu dönemin başlarında insanların yerleşik hayata geçmesiyle tarımcılığa başlamışlardır. Bu yüzden de buğday, arpa, mercimek gibi tahıl ürünlerini ehlileştirmeye başlamışlardır (Akın ve ark., 2015).

Geç Neolitik Dönem (M.Ö. 6.000-5.500): Bu dönem yetiştirilen tarım ürünlerinden fazla olarak nohut, mısır ve fasulye gibi ürünleri yetiştirmeye başlamışlardır (Akın ve ark., 2015).

Tunç Çağları (M.Ö. 3.000-1.200): Anadolu'da Hititler zamanında bulunan Boğazköy tabletlerinin incelenmesiyle o dönemin insanların bahçe ve tarımla ilgili kayıtları bulunmuştur. İncelenen kayıtlara göre o zamanda yetiştirilen ürünler; susam, incir, üzüm, zeytin, elma, kayısı, armut, nar, ceviz, fındık, antepfıstığı, badem, buğday, sarımsak, safran, kimyon, pırasa, dereotu, kişniş ve tereidir (Gürsoy, 2013). Gerçekleştirilen kazılar sonucu ortaya çıkan karbonlaşmış tohum ve çekirdek

kalıntılarından yola çıkarsak o dönemin insanları şeker olarak bal, böğürtlen ve akçağaç şurubu tükettiklerini söylenebilmektedir (Özhan, 2019).

Antik Yunan Dönemi: Antik Yunan dönemimde insanlar daha çok tahıl ürünleri ve sebzeler tüketmekteydiler. Bu dönemde taze meyve ürünleri pahalı olduğundan halk kurutulmuş meyveyi tercih etmektedir. Ayrıca bu dönemde tükettikleri sebzeler arasında lahana, ıspanak, pazı, ebegümeci, kuşkonmaz, pırasa, soğan, fasulye, bezelye, mercimek ve bakla gibi ürünler yer almaktadır (Özhan, 2019). Miken’de yapılan arkeolojik kazılar sonucunda çıkartılan Lineer B tabletlerinde bulunan bulgulara göre o dönemde nane, kereviz tohumu, kişniş, susam, kimyon, başka otlar ve baharatların kullanıldığına dair izler bulunmaktadır (Freedman, 2007).

Bu zamanda kişniş, otlar ve baharatlar arasında en çok kullanılan üründür. Bober, Lineer B tabletlerinde adı sıkça geçen otlar ve baharatların daha çok ekmeklere kullanıldığına değinmektedir. Özellikle Hesiodos halkının *çirişotu soğanı* yediğinden ve kakule, kimyon, acı tere, tere, yarpuz, yaprak kereviz, zencefil otu ve safran tükettiklerinden de bahsetmektedir (Bober, 2003).

Klasik ve Helenistik Dönem: Helenizm, doğu ve batı kültürlerinin kaynaşması ve iki farklı kültürün birleşmesi sonucu ortak bir kültür olarak tanımlanmaktadır. Bu dönemde Hindistan ve Mısır’a yapılan seferler sonucunda halk tarımsal faaliyetlerini geliştirmiş, yeni bitkiler, sebze ve meyveler yetiştirmişlerdir. Bu ürünler arasında fesleğen, dereotu, kekik, nane, kişniş, kimyon ve silphium baharatları yetiştiriyorlardı (Özhan, 2019). Silphium bitkisi doğada kendiliğinden yetişmesinin yanı sıra tarımı oldukça zor bir bitkidir. Fakat halk tarafından hamileliği önlediği bilindiği için ve aromasından dolayı mutfaklarda sıkça kullanılmaktadır. Genellikle halk silphiumun sap ve köklerini et, balık gibi ürünleri lezzetlendirmek, yapraklarını

da sebze olarak tüketiyorlardı. Silphium bitkisi Hindistan’da hing adındaki bilinen, Türkiye’de ise ‘şeytintersi’ (asefetida) adında aynı familyaya ait akrabalarıyla günümüzde de bulunmaktadır (Bober, 2003). Bu bitki Roma ve Yunan mutfaklarının vazgeçilmez tatlandırıcısı olarak kullanılmaktadır. Aynı zamanda Apicius’a ait 78 yemek tariflerinin arasında da bu bitkiden söz edilmiştir. Sadece yemekleri lezzetlendirici özelliğiyle de kullanılmayan bu bitki sağlık açısından baktığımızda soğuk algınlığı, doğum kontrol, sindirim rahatlatıcı ve idrar sökücü olarak da sağlık sektöründe kullanılıyor (Yıldırım, 2010).

Roma Dönemi: Bu dönemde halk tahıl ürünlerini fazla tüketmektedir. Hemen herkesin bahçesinde yetiştirdikleri ürünler soğan, pırasa, kabak, yabani kereviz otudur. Yabani kereviz otu tadının acı olması nedeniyle günümüzde pek tercih edilmese de antik çağlarda 90’dan fazla reçetede adı yer almaktadır. Ilıman iklim kuşağında kolaylıkla yetişebilen bu ot Türkiye’de Ege kıyılarında sıkça görülmektedir. Halen daha günümüz aktarlarında kurutulmuş olarak satılmaktadır (Yıldırım, 2010). Roma gümrük kayıtları incelendiğinde 84 farklı ithal ürüne rastlanmıştır. Bu ürünler arasında en çok ithal edilen baharatlar ise; tarçın ve yaprağı, zencefil, susam, kakule, hint sümbülü (kökü ve yaprağı), costus ve en çok tüketilen karabiberdir. O dönemin reçetelerine baktığımızda aroma vermesi için kullandıkları en çok baharatlar arasında karabiber, kimyon ve silphium (şeytintersi) Roma mutfağının vazgeçilmez aromatiklerindendir (Boudan, 2006).

Bober (2003)’e göre, Roma mutfağının temelinde klasik Akdeniz mutfacı olarak değerlendirmiş ve tarımı yapılan 54 sebze ve 43 yabani sebze Jacques Andre tarafından seçilmiştir. Bu sebzeler (genelde salata olarak) Güney Avrupa mutfağında önemli bir yere sahip olmuştur (Freedman, 2007).

Hildefard Von Bingen Almanya’da 1098-1179 yılları arasında yaşayan insanların yeme alışkanlıklarını, özellikle de sağlıklı ve dengeli beslenme konusu üzerinde çalışmalar yapmış ve bu çalışmaları bir kitap olarak yayınlamıştır. Bingen’in tıbbi bitkiler üzerinde yazmış olduğu kitabında sağlıklı baharat ve otlara da yer vermiştir. Bu baharatlar ve otlar şunlardır; papatya, ısırgan otu, su teresi, yılan otu kökü, nane, havlıcan, lavanta, sarımsak, yabani kekik, kereviz, haşhaş, kimyon, muskat cevizi, civanperçemi, tarçın, meyan kökü, karanfil, adaçayı, solucan otu ve maydanoz otları (Bober, 2003).

Orta Çağ Türk Mutfağı Dönemi: 12. yüzyılda Türklerin mutfak içerisinde kullanmakta oldukları sebzeler arasında kabak, pancar, havuç, soğan, dağ ıspanağı, ışgun (ışgın otu) ve salatalık bulunmaktadır. Söz konusu olan bitkiler içerisinde en çok kullanılan sebze patlıcandır (Gürsoy, 2013). Bunlarla beraber ıspanak, turp, sarmısak, hardal, kara pazı, şalgam gibi sebzeleri de o dönem mutfaklarında kullanmışlardır (Çetin, 2008).

Orta Asya’da Selçuklu döneminde insanlar mutfaklarında sıklıkla baharat kullanmaktaydı. Bunun sebebi ise, baharatın yemeklere verdiği aroma ve lezzet dışında kullandıkları yiyeceklerin uzun ömürlü olmasını sağlamaktır. Selçuklu devletinin özellikle Hindistan’dan getirttikleri biber ve tarçının yanı sıra Çin’den getirttikleri karanfil baharatları mutfaklarında sıkça kullanıyorlardı. Bu baharatların dışında yemek yaparken kullandıkları diğer baharatlar ise, kimyon, maydanoz, haşhaş çiçeği ve tohumu, nane, marul, yabani kekik, karaman (sarıveliler), lavanta çiçeği, dereotu, ebegümece, sarımsaktır (Gürsoy, 2013).

Osmanlı Dönemi: 16. yüzyıl Osmanlı Devleti’ne baktığımızda bu dönem imparatorluğu merak eden gezginlerin sehayetleri sırasında gördükleri bitkileri yazdıkları eserlerle kayıt altına almışlardır. Pierre Belon o dönemde botanik

araştırma yapan ilk kişidir. Ayrıca Ebusud Efendi de Kanuni Sultan Süleyman döneminde bitkiler üzerinde bir araştırma gerçekleştirmiştir (Çetin ve Genç, 2014). 17. yüzyılda bitkiler ile ilgili yazılan ve 10 yıllık bir araştıma sonucu ortaya çıkan Lügat-ı Mülkilat-ı Eczaa adlı eseri yazan Siyahi Karamani Larendevi bu çalışmasında 417 adet bitkiye yer vermiştir (Küçüker, 2010). Ayrıca bu eser Anadolu Türk tıbbının sözlük olarak düşünülüp hazırlanmış olduğu ilk sözlüklerden birisi bakımından da önemlidir (Özhan, 2019). 19. yüzyıla baktığımızda ise saray mutfağında kullanılan yabancı otlar kuzukulağı, muhliye, ebeğümeci ve hindiba otları tüketilmektedir (Samancı, 2008).

Cumhuriyet Dönemi: Bu dönemde yaşayan insanlar için bitkiler önemli bir besin haline gelmektedir. Bu bitkilerden nasıl faydalanacaklarını öğrenmişler ve bu bitkileri nasıl kullanacaklarını nesilden nesile aktarmışlardır. Bu bitkiler arasında ise, beğendikleri ve en çok tükettikleri otların kültürlerini oluşturup o şekilde kullanmaya başlamışlardır. Fakat bazı insanlar bu ürünlere zirai ilaç kullanıldığından dolayı doğada yetişen türlerini daha çok tercih ediyor. Her gün insanların sağlıklı beslenmeye olan ilgilerinin artması sebebiyle yenilebilir otlara olan ilgi de oldukça artmakta olup özellikle bu alanla ilgili etnobotanik çalışmalar yapılmaktadır. Yapılan bu çalışmalarda yabancı otların sadece yetiştikleri bölge halkı tarafından bilindiğinin yanı sıra sadece o yöreyle sınırlı kaldığı düşünülerek ve insanların sağlıklı beslenmeye olan ilgisinin artması sonucu alternatif yeni besin kaynaklarının öğrenilmesine yardımcı olduğundan büyük bir önem taşımaktadır (Tuzlacı, 2011).

Dünya genelinde kültürü yapılmamış yabancı otların daha farklı adları da mevcuttur. ‘Ot’, ‘yeşillik’ veya ‘yemlik’ diye adlandırılan bu otlar bulundukları yöre halkı tarafından toplanıp, ihtiyaçları doğrultusunda tüketilmektedir. Bu otların hangi mevsimde çıktığı, hangi kısımlarının kullanıldığı ve bu kısımlarının nasıl bir şekilde

kullanılacağı yine yerel halk tarafından bilinmekte olup halk pazarlarında zaman zaman satılmaktadır (Faydaoğlu ve Sürücüoğlu, 2011; Tuzlacı, 2011).

Yenilebilir yabani otlar, yetiştikleri bölgeye göre farklılık gösterdikleri gibi o bölgenin kültürüne göre de farklı tüketilme ve hazırlanma şekilleri bakımından da farklılık göstermektedir. Bu otların bazılarının sulu yemeği yapılırken, bazıları da çiğ olarak salatalarda tüketilmektedir.

2.2.2 Dünya’da Kullanılan Yenilebilir Yabani Bitkiler

İnsanoğlu eski zamanlardan bu yana sağlıklı bir hayatları olması için doğanın sunduğu kaynakları kullanmaktadır. Yenilebilir yabani bitkiler de bu kaynaklardan birisidir. Tarımın daha yapılmadığı dönemden önce yenilebilir yabani bitkiler insanların beslenmesinde önemli bir rol oynamıştır (Leonti, 2012). Dünya’daki bitki türünün 750.000-1.000.000 arasında olduğu tahmin edilmektedir. Bu bitkilerin yaklaşık olarak 500.000 kadarı tanımlanıp adlandırılmıştır. Dünya genelinde, gıda amaçlı tüketilen bitkiler, tüm bitki türlerinin yaklaşık olarak %20’si kadarını oluşturmaktadır. Yenilebilir yabani bitkilerin sayısı yaklaşık olarak 100.000 olduğu teyit edilmiştir (Yücel ve ark., 2011). Yenilebilir yabani bitkilerin dünya üzerindeki kullanımlarına baktığımızda Avrupa ülkelerinde daha fazla kullanıldığı gözlemlenmiştir. Burada bulunan modern toplumlarda bitki kullanımları için yeni bir algı oluşmuştur.

Dünya’da Akdeniz bölgesine baktığımızda Yunanistan, İtalya, Arnavutluk, Fas ve İspanya gibi ülkelerde kullanılan yenilebilir yabani bitkilerin kullanımlarında geleneklerini yansıttıkları görülmektedir (Sansanelli ve ark., 2017). Antik çağlardan beri Akdeniz ülkeleri tarafından uygulanan diyetler her zaman dikkat çekicidir. Günümüz araştırmacıları sağlıklı yaşam için kullanılan bitkilerin Akdeniz diyetinde önemli bir rolü olduğunu gözlemlemiştir (Doğan ve ark., 2013). Örnek verecek

olursak İtalyan insanları yaptıkları diyetlerde yenilebilir yabani otlara çokça yer vermiştir. Kullandıkları ürünler arasında en sık tükettikleri yenilebilir yabani otlar ise hindiba, kuzu gevreği, eşek gevreği, yabani marul, bayır turbu ve rezenedir. Ayrıca çorbalarını yaparken dağ kadıntuzluğu otu, mavi hodan çiçekleri ve hindiba gibi yenilebilir yabani bitkiler kullanmaktadırlar. Bir de bu ürünleri kullandıkları diğer malzemeleri –örneğin, yumurta veya kendi yaptıkları salamaları- tatlandırmak için kullanmaktadırlar (Sansanelli ve ark., 2017).

İspanya ve diğer Avrupa ülkelerinde kullanılan yenilebilir yabani bitkiler ise yabani pırasa, kuşkonmaz, rezene, ebegümeci, çayır düğmesi ve ısırgan otu ilk öncelikle omletler olmak üzere geleneksel birçok yemeklerde kullanılmaktadır. İspanyol restoranlarında sıklıkla kullanılan makas otunun genellikle yaprakları küçük parçalar halinde salatalarda kullanılmaktadır (Sansanelli ve ark., 2017; Luczaj ve ark., 2012).

Güneydoğu Asya’da önemli bir besin kaynağı olarak yenilebilir yabani bitkiler insanlar tarafından önemli bir besin halindedir. Özellikle Vietnam’da 90’dan fazla yenilebilir yabani bitki kullanıldığı Britta ve arkadaşları tarafından belirlenmiştir. Aynı zamanda bu bitkilerin çoğunu sadece gıda olarak değil, aynı zamanda tıbbi amaçla da kullandıkları görülmektedir (Ogle, Tuyet, Duyet ve Dung ve Nhut, 2003). Balkan ülkelerine baktığımızda da Bulgaristan, Sırbistan ve Romanya’da yenilebilir yabani bitkilerin mutfaklardaki kullanımı daha çok sarma olduğu ifade edilmektedir (Doğan ve ark., 2015).

Türkiye, dünya üzerinde bulunduğu konum ile Avrupa ve Asya kıtalarını bağlayan bir ülkedir. Bu sayede ülkede çok çeşitli iklim, bitki örtüsü ve toprak yapısı bulunmasından dolayı bitkisel kaynaklar bakımından oldukça zengindir (Yücel & Tülükoğlu, 2000; Erik & Tarıkahya, 2004; Güner, Aslan, Ekim, Vural & Babaç,

2012). Anadolu’da yaşayan insanlar tarih boyunca yenilebilir yabani bitkileri tüketmektedir. Tarih boyunca Eski Mısır, Hitit, Yunan, Roma, Selçuklu ve Osmanlı gibi medeniyetler birçok farklı amaç için yabani bitkileri kullanmaktadırlar ve bu ürünleri kültürlerine katmışlardır (Urhan ve ark., 2016).

Türkiye, içinde barındırdığı çeşitli iklim koşulları, coğrafi konum (üç flora bölgesinin ortasında bulunması) ve toprak tipi sebebiyle yenilebilir ot çeşitliliği bakımından zengin bir yapıya sahiptir. Hatta bu yüzden Türkiye’de yetişen bitki çeşitleri Avrupa kıtasında bulunan bitki çeşitliliğinin tümünü kapsamaktadır. Doğal olarak yetişen 12.000’den fazla bitki çeşidi olup, 174 familyaya ait 9996 tür takson bulunmaktadır (Şahingöz ve Ceylan, 2019). Coğrafi bölgelerin farklı özelliklere sahip olması nedeniyle yenilebilir yabani otların bölgenin özellikleri, o bölgeye ait yaşayan insanların ihtiyaçlarına göre kullanım alanları farklılaşmaktadır. Bu farklılaşmalar mutfak özelliklerine, insanların beslenme alışkanlıklarına, yaşadıkları yerin gelenek ve göreneklerine göre ortaya çıkar. Bir yörede yetişen bir bitki farklı yörelerde farklı bir isimle bilinebilir. Örneğin, Ege bölgesinde kuşkonmaz, tilkimen diye bilinirken, Doğu Anadolu bölgesinde boğ olarak bilinmektedir. Etnobotanikçiler bu karışıklığı gidermek için bitkilere latince isimler vermişlerdir (Karaca ve ark., 2015).

Yenilebilir bitkilerin yemeklerde koku ve tat vermek amacıyla aroma olarak da kullanılması oldukça yaygındır. Hatta bazı bitkiler sadece tat ve doku vermek amacıyla kullanılmaktadır (Kendir ve Güvenç, 2010). Örneğin Van yöresine ait peynirler yapılırken olgunlaşma süresince tat ve aroma katması için bazı otlara başvurulmaktadır. Peynirlerde aroma vermesi için kullanılan otların yöresel isimler olarak ‘sirmo’ (yaprak frenk soğanı), ‘mendo’, ‘heliz’ (duvar sarmaşığı), ‘siyabo’ (Köse otu) ve ‘kekik’ kullanılmaktadır. Bu bitkiler ürüne sadece tat ve aroma

vermiyor, aynı zamanda içlerinde bulundurdıkları antibakteriyel ve antioksidan özellikleri sayesinde ürüne uzun ömürlülük katar (Tunçtürk ve ark., 2014). Bazı otların (adaçayı, dağçayı, yaylaçayı) yaprakları veya çiçekleri sıcak içecek olarak da tüketilmektedir (Kendir ve Güvenç, 2010).

2.2.2.1 Dünya’da Yapılan Yenilebilir Yabani Otlar Hakkındaki Araştırmalar

Munz ve arkadaşlarının (2002) yapmış olduğu çalışmada İtalya’nın güneyinde bulunan Akbaba bölgesinde yaşayan Arnavut kökenli toplulukların bölgede yetişen yabani sebze ve yabani otların geleneksel olarak kullanımlarını, yerlerini ve toplama, bu ürünlerin nasıl işlendiğini değerlendirmişlerdir. Bu çalışmada, 120 çeşit yenilebilir ot değerlendirilmiştir. Halk genellikle bahar aylarında bu otların etnobotanik, etnoekolojik, etnogastronomik alanlarda da araştırılmıştır.

Pieroni ve arkadaşlarının 2005 yılında yapmış olduğunu çalışmada doğada yetişen yenilebilir yabani bitkiler ve mantarların zamanla evcilleştirip tarım ürünlerine dönüştüğünü ve pek çok insanın bu ürünleri tercih ettikleri tespit edilmiştir. Bu yüzden de İtalya’nın Basilicata bölgesinde bulunan Castelmezzano köyünün 850 sakini arasında yapılan anket sonucu bölgede 75 adet yenilebilir yabani bitki bulunduğu tespit edilmiştir. Bu bitkilerin Castellmezzano köyünde geleneksel kullanım şekillerin sadece eski nesiller tarafından kullanılıyor olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca *Bellavalia romana* (kırsümbülü), *Lepista nebularis* (Dumanlı mantar) ve *Onopordum Illyricum* (eşek diken) bitkileri ortaya çıkmış ve literatüre eklenmişlerdir.

Medina-Manzanero ve arkadaşlarının 2020 yılında yazmış olduğu çalışmada, doğada yetişen yenilebilir yabani ürünlerin pazarlarda satışının nasıl olduğu saptayarak bu ürünlerin etnobotanik listesini oluşturmaktır. Meksika yenilebilir yabani otlar bakımından çok zengin bir yapıya sahiptir. Burada yaşayan insanlar

yenilebilir yabani ürünlere ‘quelites’ adını vermekte olup bu ürünleri mutfaklarında kullanmaktadırlar. Bu yüzden de Meksika’nın güneyinde yer alan Oaxaca eyelatininde bulunan iki tane pazar (Zaachila ve Zimatlan) incelenmiştir. Oradaki satıcılarla ara sıra alıcılarla ve bitki satıcılarla yapılan görüşmler sonucunda 10 botanik familyaya ait 22 yenilebilir bitki türü (*quelites*) haftalık Zaachila ve Zimatlan sokak pazarlarında işlem görmektedir. Şu on dört türler ise *Amaranthus Hybridus*, *Amaranthus Hypochodriacus*, *Crotalaria Pumila*, *Cucurbita Moschata*, *Cucurbita Pepo*, *Dysphania Ambrosioides*, *Galinsoga Parviflora*, *Phaseolus Coccineus*, *Piper Auritum*, *Porophyllum Tagetoides*, *Semizotu*, *Rorippanasturtium- Aquaticum* ve *Tridax Coronopifolia* türleri bulunmaktadır. Yalnızca Zaachila pazarında satılan sekiz bitki, *Bidens Pilosa*, *Chenopodium Album*, *Chenopodium Berlandieri* subsp. *Nuttalliae*, *Disocactus Speciosus*, *Malva Parviflora*, *Lepidium Virginicum*, *Peperomia Maculosa* ve *Solanum Nigrescens* bitki türleri etnobotanik kanaklara eklenmiştir.

Tuzlacı’nın 2001 yılında yazdığı çalışmasında Türkiye’de yaşayan insanların besin olarak kullandıkları yenilebilir yabani otlar hakkında ve ülke yörelerinde nasıl kullanıldıklarıyla ilgili derleme bir çalışma yapılmıştır. Latince adlarına göre alfabetik olarak sunulan bu bitkilerin nasıl kullanıldığı, kullanıldığı sırada hangi kısımlarından yararlanıldıklarına dair bilgiler verilmiş, bir de bu bilgilerin hangi illerden alındığı belirtilmiştir. Yapılan çalışmada ayrıca yenilebilir otlar hakkında yapılan yemeklerin tariflerine de yer verilmiştir.

Aydeniz’in 2018 yılında yazdığı çalışmada yenilebilir yabani bitkilerin Kaz Dağları’nda nerelerde yetiştiği ve hangi bitkilerin yetiştiği araştırılmıştır. Bulunan yenilebilir otlardan yapılan yemeklerin reçetelerine de yer verilmiştir. Ayrıca bu çalışma gastronomi alanındaki ikinci örnek olarak da karşımıza çıkmaktadır.

Toygar & Toygar'ın 2004 yılında yaptıkları çalışmalarda Türk Mutfak Kültürü üzerinde 1993 yılında başlattıkları ve 2004 yılları arasında yaptıkları araştırmalarda ot yemekleri adı altında yazdıkları 14 adet makale ile ot yemekleri üzerinde ülkenin etnik ve kültürel açılarından bakarak ot yemekleri tarifleri derlemişlerdir. Ayrıca bu çalışmaya 2004 yılı içerisinde Hacettepe Üniversitesi, Beslenme ve Diyetetik Bölümü Öğretim Üyesi olan Baysal'ın yapmış olduğu mutfak kültürlerimizdeki otlarla beslenme ve sağlık yönünden değerlendirilmesi üzerine yazılan bir makale de bu otların kullanımını arttırmak için yazılmıştır.

Yine 2005 yılında Toygar & Toygar'ın yaptığı bir çalışmada bir yıl içerisinde Türkiye'de beslenme ve mutfak kültürü üzerinde yapılan çalışmalarda ot yemek kültürünün etnik mutfaklarda birlikte kullanımı önem kazanmıştır. Yöresel mutfaklarda ot yemeklerinin kullanımının öne çıkmasıyla ilgili çalışmalar yapılmış olup bu konuyla ilgili bilimsel temele uygun makaleler yayınlanmıştır.

2.2.2.2 Kıbrıs'ta Bu Konuyla İlgili Yapılan Önceki Çalışmalar

Direktör (1998), yazmış olduğu 'Kıbrıs Türk Mutfağı' eserinde Kıbrıs'ta yaşayan Türk toplumunun yemek yeme kültürlerini ve KKTC'de tükettikleri yenilebilir yabancı bitkiler hakkında bilgi vermektedir.

Yorgancıoğlu'nun (2000) yazdığı 'Kıbrıs Türk Folkloru' adlı eserinde Kıbrıs Türk halkının köylerdeki yaşantıların yanı sıra yeme-içme kültürü, manileri, dini inanışları, kullandıkları atasöz ve deyimleri, şarkılarını; kısacası, Türk halkının hayat tarzını anlatmaktadır. Bu esere gastronomi anlamında baktığımızda Kıbrıs Türklerinin yeme-içme kültürlerini, mutfaklarında kullandıkları malzemeleri, Kıbrıs adasında yetişen tarımsal ürünleri ve insanların doğada kendiliğinden yetişen otların neler olduğunu ve nasıl kullandıklarını belirtmektedir.

Yıldırım'ın (2010) yazdığı 'Kuzey Kıbrıs'ın Faydalı Bitkilerinin ve Kullanım Alanlarının Araştırılması köşe yazısında Kuzey Kıbrıs'ta yetişen bitkilerin kullanım alanlarını ve kullanılan bu bitkilerin hangi kısımlarının kullanıldığı belirlenmiştir. Yazının sonunda 78 adet bitki türünün ada halkı tarafından mutfaklarında kullanıldığı, 22 adet bitkinin de yemeklerinde baharat olarak kullanıldığı tespit edilmiştir. Ayrıca araştırmada bu ürünlerin yöresel isimlerinin yanı sıra Türkçe ve Latince isimleri de belirtilmekte olup ürünlerin hangi amaçlarda ve nasıl kullanıldıkları hakkında da bilgi verilmiştir.

Zoom yayınlarının hazırladığı ve ilk yemek kitabı özelliği taşıyan 'Kıbrıs Ot Yemekleri' Kıbrıs'ta yetişen yenilebilir yabani otların Kıbrıs Türk halkı tarafından nasıl kullanıldığından oluşan toplamda 67 adet yemek tarifi bulunan bir kitaptır.

2.2.3 Yenilebilir Yabani Bitkilerin (Otların) Mutfakta Kullanımı

İnsanlar çok eski çağlardan beri hoş kokulu ve aromatik özelliğe sahip olan, fayda sağlayan bütün ot çeşitlerine 'yararlı', fayda sağlayamayan diğer ot çeşitlerinede 'yararsız' olarak tanımlamaktadırlar (İnaltong, 2018). Yenilebilir otlar bulundukları yerin iklim ve coğrafi özelliklerine göre farklı şekillerde yetişmekte olup bölge halkının gelenek ve göreneklerine göre kullanılmaktadır. Genellikle bu otların nasıl kullanılacağı, hangi kısımlarının nasıl kullanılacağı, zararlı olup olmadığıyla ilgili genel bilgiler kuşaktan kuşağa aktarılmasıyla oluşturulmuştur. Bu otlar yetiştikleri bölgeye göre şekil ve tat özelliklerine göre yöreden yöreye farklı isimlerle ve farklı yemeklerle önümüze çıkmaktadır. Mesela Kıbrıs'ta lapsana olarak bilinen ot türü Türkiye'de yabani hardal olarak bilinmektedir. Yenilebilir otlar, mutfakta kullanılmalarının yanı sıra ilaç bitkileri, büyü-tılsım bitkileri ve diğer amaçlar için kullanılan bitkiler (sakız, kahve vb.) olarak da kullanılmaktadır (Kaya, İncekara ve Nemli, 2004, Kendir ve Güvenç, 2010).

Yenilebilir otlar kendine has tat ve aromaları sayesinde sofralarımızın lezzet kaynağı haline gelmiştir. Sahip oldukları bu aromalar ve tatlar uygun olarak çeşitli şekillerde kullanılmaktadır. Lezzeti yakalamak için dikkat edilmesi gereken önemli noktalardan biri de kullanacağımız ürünün miktarını iyi belirlememizdir. Kıbrıs'ta yenilebilir otlarla yapılan yemekler "ot yemekleri" olarak adlandırılmaktadır. Bu alanda yapılan yemeklerde kullanılan bitkilerin çoğu otsu özelliğe sahiptir. Fakat yarı çalı, çalı veya ağaç şeklinde olan bitkilerde genç, körpe, henüz kartlaşmamış (yapraklı veya yapraksız) sürgünler de yemek yapımında kullanılmaktadır. Bu açıklamaya baktığımızda ot yemekleri terimi, *'otsu yapıdaki bitki kısımlarından yararlanılarak yapılan yemekler'* (Tuzlacı,2011) için kullanılan genel bir terimdir. Yenilebilen otlar genellikle çiğ olarak tüketilse de haşlanarak veya haşlandıktan sonra limon sıkılarak ya da bulgur, pirinç katılarak, yumurtalı veya yumurtasız, kavurmalı, turşusu yapılarak da yenilmektedir. Yaprakları büyük olanları dolma şeklinde de kullanılarak yemek yapılabilir. Mesela hardal otu, ebegümesi, dağ pazısı gibi otların bazı yörelerde dolmaları yapılmaktadır (Karaca ve ark., 2015).

2.2.4 Kıbrıs'ta Yenilebilir Yabani Bitkilerin Mutfakta Kullanımı

Kıbrıs, coğrafi konumundan dolayı, Akdeniz ve Türk kültürünün etkisiyle de yenilebilir yabani bitkileri mutfaklarında sıkça kullanmaktadır. Eski çağlarda adada yaşayan insanlar avcılık ve toplayıcılığa başlamaları ardından adada yenilebilir yabani bitki kullanımı azalmıştır. Fakat kıtlık dönemlerinde adada yaşayan insanlar ucuz maliyetten dolayı yenilebilir yabani bitkileri kullanmaya başlamışlardır. Birçok yenilebilir yabani bitkilerin toprak altı kısımları ya da toprak üstü kısımlarını kullanıyorlardı. Bu ürünleri pişmiş ya da çiğ olarak mutfaklarında kullanmaktadırlar. Kıbrıslılar yenilebilir yabani otları daha çok haşlama, yumurtalı, yahnili şeklinde kullanmaktadırlar. Bunun yanında bazı ürünler de (gazayağı, gabbar) turşusu

yapılarak tüketilmektedir. Ada halkı yenilebilir otlarda haşlama yapacağında daha çok ürünü ilk aşamada haşlayıp daha sonra zeytinyağı, sarımsak ve limon suyuyla kızartmaktadır. Bazı ürünler (yabani ıspanak, yabani pırasa) börek içi olarak da kullanılmaktadır. Genellikle kış aylarından bahar aylarına kadar yenilebilir otlar ovalardan toplanıp kullanılmaktadır. Çay olarak da yenilebilir yabani otları (adaçay, ısırgan otu) kullanmaktadırlar. Ekmek ve peksemet tarzı ürünlerin yapımında çitlenmit, ova ıspanağı, yabani pazı gibi ürünler kullanılmaktadır. Semizotu ve ekşilice gibi ürünleri de halk çiğ olarak tüketmektedir.

2.2.5 Kıbrıs'ta Yetişen Yenilebilir Yabani Bitkiler

2.2.5.1 Ayrelli (Yabani Kuşkonmaz)

İki metreye kadar büyüeyebilen, odunsu, dikenli ve sürekli yeşil kalan bir bitkidir. Çiçekleri yılın Nisan ve Haziran aylarında yeşilimsi-beyaz renkte açmaktadır. Genellikle kıyı kesimlerinde, çayırlarda, çam ortamlarında, tuzlu topraklarda ve kayalık alanlarda dağılım göstermektedir. Mutfaklarımızda genellikle sotelenip omlet şeklinde yenilmesi meşhurdur. Ayrelli toplanıp güzelce yıkanır. Daha sonra parçalar halinde ayıklanıp yağda biraz soldurulur. Suyunun çıkmasını istiyoruz, bunun sebebi ayrellinin acılığını yitirmesidir. Suyu bitince biraz daha kavrulduktan sonra içine de istenilen miktarda yumurta kırılıp pişme işi tamamlanmaktadır. Son rütuş olarak da tuz ve limon koyularak yenilmektedir (Yıldırım, 2010). Kıbrıs Türk halkı kuşkonmazı bir de turşu olarak kullanmaktadır.

2.2.5.2 Kazayağı (Bangallo, Mangolla, Spangallo)

50 cm boylarında, sert, yayılabilen iki yıllık bir bitki türüdür. En üst kısmında metalik mavi renkte salkım bir çiçek topluluğuna sahiptir. Yaprakları dar dikenli bölümlere ayrılmıştır. Mayıs- Kasım ayları arasında çiçek açmaktadır. Genellikle tarlalarda, çorak arazilerde ve 500 m. kadar olan tepelerde bulunmaktadır. KKTC

mutfaklarında ise daha çok ‘Kazayağı Turşusu’ olarak kullanılmaktadır. Bitkinin çiçek kısmı parçalanmayacak şekilde köküyle birlikte bir alet tarafından çıkartılır. Yaprakların ağzımıza batacak kadar dikenli olanları temizlenir. İyice yıkandıktan sonra bir beze serilerek gölgeli bir alanda suyu kuruyana kadar bekletilir. Daha sonra cam bir kabın içine konulan kazayaklarının üstü kapanacak şekilde sirke ve 1-2 kaşık tuz ilave edilip 7 ile 10 gün arasında bekletilir. 10. günün sonunda yenilebilir. Kazayağı turşusu ayrıca iştah açıcı özelliğinin yanı sıra bağırsak solucanlarını düşürmekte de faydalıdır. Ayrıca kazayağının haşlaması yapılarak da kuru bakla ve kuru fasülye ya da zeytinyağlı salatası yapılabildiği gibi salçalı yemekleri de yapılabilmektedir (Yıldırım, 2010).

2.2.5.3 Horoz İbliği (Lindo)

Her yıl 1 metre kadar uzayabilen, çiçek kısımları grimsi-yeşil görünen, dik büyüyen otsu bir bitkidir. Çiçek açma zamanları yılın Haziran - Ekim aylarındadır. Mutfaklarımızda gövde ve yapraklarının kullanıldığı yahni şeklinde yemeği yapılmaktadır (Yıldırım, 2010).

2.2.5.4 Çitlemit

Yüksekliği 10 metre veya daha fazla uzayabilen güzel kokulu ve heybetli görünümüne sahip bir bitkidir. Görünüşü yuvarlak bir çadır biçimini andıran ve dalları yayılarak büyümektedir. Kokulu ve parlak koyu yeşil yaprakları, ayrı ayrı yeşilimsi dallar üzerinde bulunan çiçekleri yılın Şubat - Nisan ayları arası kendini göstermektedir. Çitlemit, KKTC’de dağların sahil şeridinin iki tarafından yüksek seviyelerinde yayılış göstermektedir. Mutfaklarımızda çok fazla şekilde kullanılan çitlemiğin meyvelerinden ‘çitlemitli bitta’, ‘çitlemit şekerlenmesi’ veya macunu yapılmasında kullanılır. Ayrıca tuzlanıp fırında da kızartılırsa çerez olarak yenilebilmektedir. Çitlemit meyveleri havanda döverek kaynayan suyun içine atılıp

karıştırılır. Kabuk kısmı tamamen yağlanır. Böylece çorbası yapılmaktadır. Kıbrıslı Rumlar'da 'Luganigo' adı verilen domuz etinden yapılan sucuklarında baharat olarak kullanılmaktadır (Yıldırım, 2010).

2.2.5.5 Girdama (Kaya Koruğu)

Yayılarak kümeler halinde gelişen uzun ömürlü bitki, sert gövdeli ve etlidir. Pinnat yapraklar dar, şemsiye şeklinde çiçekler, uzun saplar üzerindedir. Temmuz - Kasım ayları arası çiçeklenme döneminde yeşilimsi-sarı yaklaşık olarak 15-20 kadar çiçeklere sahip olup 6-9 mm. kadar olan meyveleri olgunlaştığında kolaylıkla 2 merikarpa bölünebiliyor. Genellikle sahil kenarlarında görülmektedir. Kıbrıs mutfağında ise turşusu yapılmaktadır. Girdama ilk önce toplanır ve istenilmeyen parçaları ayıklanır ve 2-3 gün bekletilmektedir. İstenilen buruşmayı sağlayan girdamalar kaynayan suyun içine 2 dakika atılıp sonra çıkarılır ve süzölmeye bırakılır. İyice süzöldükten sonra kavanozlara yerleştirilip üzerine ötecek kadar sirke dökölüp yaklaşık 15 güne kadar bekletilmektedir. Ayrıca gövde, yaprak ve çiçek kısımlarını yumurta ile de yenilebilmektedir (Yıldırım, 2010).

2.2.5.6 Luvanya (Kadın Kasığı, Adrahura, Dirgatsia ve Racia)

Gövde yaprakları basit, uçlar düz veya dişlidir. Nisan - Temmuz aylarında sarı renkli çiçekleri açmaktadır. Genellikle tarlalarda, çorak alanlarda ve kayalık tepelerinde görülmektedir. Ülke mutfağımızda çiçek kısmı dağılmayacak şekilde kökü ile birlikte topraktan çıkarılır. Çiçekli kısım dağılmadan gövde ve kart dalları atılır. Dallardaki yapraklar elle sıyrılır. Kalan dallar temizlenip kaynayan suya atılarak biraz kaynatılır; böylelikle acılığı gitmiş olur. Olgunlaşan sarı çiçekleri enginar şekline dönüşürken toplanıp soyulur ve çiğ olarak salata şeklinde kullanılır veya bu şekliyle haşlanıp zeytinyağlı yapılarak yenir. Genç yapraklar sıyrılarak yaprak saplarından ikinci kez kaynamaya konulduğunda pişmeye yakın olduğundan

kararmaması için limonlanır. Kuru fasulye veya kuru böğrülcenin içine katılarak yemek yapılmaktadır (Yıldırım, 2010).

2.2.5.7 Gafgarıt (Cinara ve Yaban Cinarası)

Güçlü, çok yıllık, 1 m. kadar büyüyen, derinden pannat tipli yapraklar, mavimsi çiçekler Mayıs - Temmuz aylarında kendini gösterir. Tarla sınırlarında ve kuru açık tepelerde görülür. Çiçeklenmemiş genç bitkinin dikenli yaprakları sıyrılarak yaprak dalları yenmektedir. Bu kısımlar yenirken limonlanıp tuzlanabilir. Tek başına yahnisi de yapılabilir. Göbekteki taze kısımlar toplanır. Dış kısımdaki zarları soyulur. 2-3 cm. boyutunda doğranır. Haşlanırlar, suları süzülür. Bir baş soğan yağda pembeleştirilir, üzerine haşlanan cinaralar eklenir. Az un eklenilerek yağda çevrilirler. Salça ve su ilave edilip pişmeye bırakılır (Yıldırım, 2010).

2.2.5.8 Hostes (Gafurez, Diken otu)

Bodur yapılı, çok yıllık, 30 cm. boya sahip, çok sayıda taban yapraklara sahip, 5 cm. kadar çiçek başı kirli beyaz rengindedir. Çiçeklenme dönemi, Nisan - Mayıs'tır. Her yerde görülebilir. Dikenleri sıyrılıp kesilir. Bol suda yıkandıktan sonra da yemeği yapılır, tek tek veya karışık yahnileri yapılır, patates-hostes karışımı yahni yapılır, kuru fasulye-hostes karışımı yahni yapılır, böğrülce-hostes karışımı kaynanmış yemeği yapılır, gafgarıt (enginarı) yumurta ile kızartılır (Yıldırım, 2010).

2.2.5.9 Mavidiken

Kalın yapraklı dikey büyüyen çok yıllık boyu 2 m.'yi bulan bir bitkidir. Yapraklar çok parçalı uçları dikenli ve boyları 25 cm. olabiliyor. Çiçekler 5 cm. çapındadır ve mavi renktedir. Meyvesi tüylü dikenli ve aken şeklindedir. Çiçeklenme periyodu Temmuz - Ekim aylarıdır. Çorak alanlarda, dağlık tepe yamaçlarında bulunur. Yemeği yapılır ya da soyulmuş dallar çiğ olarak yenir (Yıldırım, 2010).

2.2.5.10 Deve Gavulyası (Kara Gavulya, Keklik Gavulyası ve Saracino)

Dikey büyüyen, az dallanan, iki veya çok yıllık bir bitkidir. Çiçek rengi bordo veya beyaz renktedir. Dikenler oval biçiminde 4 mm. uzunluğundadır ve dikenli kozalak mevcuttur. Çiçeklenme periyodu Nisan - Temmuz'dur. Yol kenarlarında, nadasa bırakılmış tarlalarda ve çorak alanlarda bulunur. Taze olan uç kısımları koparılıp soyulur. Kuru böğrölce ve kuru baklaya haşlanıp eklenmektedir. Bunun yanında, yumurta ile yemeği yapılır. Patatesli yahnisi de yapılmaktadır. Çiğ olarak da gövdesi soyulup yenilebilmektedir (Yıldırım, 2010).

2.2.5.11 Eşek Gavulyası (Sütlü Gavulya, Akkkız, Deve Kengeri, Kengel, Sütlü Kengel, Uslu Kenger, Şevkül Meryem, Kurtluca, Süt Dikeni ve Sakız dikenli)

Tüysüz, 2 yıllık dikey büyüyen bir bitkidir. Alt yapraklar dalgalı ve parçalı, uçları dikenli ve beyaz damarlıdır. Üst yapraklar daha küçük ve dikenlidir. Çiçekler pembe veya bordo rengindedir. Akenler 7 mm. uzunluğundadır. Çiçeklenme periyodu Mart - Mayıs aylarıdır. Çorak arazilerde bulunurlar. Çiçeğin kenarındaki dikenli kısmın birleştiği noktada özsuğu yumuşak ve reçineli gibidir. Bu kısım sakız niyetine çiğnenir. (Baf sakızı-mezdeki arası bir tadı vardır). Yaprakları ve gövdesinin kabuğu soyularak yenilir. Bakla ve böğrölceye haşlanıp katılmaktadır (Yıldırım, 2010).

2.2.5.12 Eşek Lepsanası (Rua, Ulya, Acı Hulya, Aculya)

70 cm'ye varan, çok dallı bir bitkidir. Alt dallarında tüy bulunan yapraklara sahiptir, üst yapraklar çok az ve küçüktür. Çiçekler sarı renkte ve çiçeklenme periyodu Nisan - Temmuz aylarıdır. Yol kenarlarında ve kayalık bölgelerde bulunur. Bakla ve böğrölce yemeklerine haşlanıp konulması tercih edilir (Yıldırım, 2010).

2.2.5.13 Gabbar (Kapari, Gebere, Kedi Tırnağı ve Yuvarlak Tomurcuğu Gudrui)

Beyaz renkli, dikenli, genellikle yere yatık, çalı görünüşlü bitkilerdir. Yapraklar tam, stipula diken şeklindedir. Kaliks ve korolla dört parçalı, stamen çok sayıda, meyve bakla şeklindedir. Çiçeklenme dönemi, Mayıs - Ağustos'tur. Kuru arazilerde, taşlık tepelerde bulunur. İştah açıcı özelliği vardır. Bu nedenle turşusu çok tüketilir. 'Gabbar turşusu' yapılır. Genç sürgünlerinden, tomurcuk olan henüz açmamış çiçeklerinden veya gutrui denilen hıyar türü meyvelerinden turşu yapılmaktadır. Toplanan taze filizlerin kesilmesi ve bu filizlerin iyice yıkandıktan sonra suya (veya tuzlu suya) konmasıyla başlar. Daha sonra suyu her gün değiştirilmek şartıyla bir hafta suda bırakılır. Bu işlemden sonra sudan çıkarılan gabbar bitkisinin taze filizlerinin uçları kuruması için bir yere yayılarak bırakılır. Kuruyunca bir kavanoza konup üzerine sirke döküldükten sonra yeneceğinde istenilen miktarda kavanozdan alınıp üzerine zeytinyağı ile limon ilave edilir (Yıldırım, 2010).

2.2.5.14 Yumurta Otu (Civciv otu, Serçe otu ve Gıcır)

70 cm kadar uzayabilen, genelde tüysüz, maviye çalan yeşil renkte, uzun ömürlü bir bitkidir. Gövdenin alt kısımları dallanmış ve yapraklıdır. Yapraklar dar-oval uca doğru sivrileşen şekildedir. Çiçekler tekrarlanan dalların ucunda sarkık durumdadır. Çanak kısımları hava ile şişmiştir. Taç yaprakları beyaz bazen pembe renktedir ve hemen hemen boğaz kısmına kadar yarıktır. Çiçeklenme periyodu Mart-Temmuz aylarıdır. Yol kenarlarında, nadas tarlalarda sık olarak bulunur. Öncelikle yapraklar kaynayan suyun içine atılarak acılığı atılır. Zeytin yağında kızartması ya da soğanlı yemeği yapılarak yenilebilir. Yumurta ile kızartılıp yenilir. Taze üst

yaprakları çiğ olarak limonlanıp, tuzlanıp yenir. Besleyici özelliği olup sindirim sistemine yardımcı olur (Yıldırım, 2010).

2.2.5.15 Deniz Börülcesi (Sıyırma)

40 cm kadar büyüeyebilen, bir yıllık otsu bitkidir. Yapraklar karşılıklı ve dekussat pul şeklindedir. Özellikle tuzlu bataklıklarda yayılış gösteren sarı, kırmızımsı-mor veya koyu mor renkli ve sukkulent gövdelidir. Çiçeklenme dönemi, Mayıs - Ekim aylarıdır. Deniz kumullarında görülür. Genç sürgünleri haşlanır, üzerine limon ve zeytinyağı katılarak soğutulur. İçki mezesi olarak veya yemeklerin yanında yenir (Yıldırım, 2010).

2.2.5.16 Lüferotu (Yabani Bezelye)

Yayılarak büyüyen tek yıllık dallanmış bir gövde ile 30 cm ya da daha fazla uzayan uzun tüyleri olan bitkinin çiçekleri, tek ya da çift halde kısa saplar üzerindedir, kaliks koyu kırmızı renktedir. Meyveleri dikdörtgen şeklinde, 2-3 cm, 4 kanatlı tohumları ise 5 mm çapındadır. Çiçeklenme dönemi, Şubat - Mayıs aylarıdır. Ovalarda ve çorak arazilerde görülür. Genellikle çiğ olarak tüketilmektedir (Yıldırım, 2010).

2.2.5.17 Gömeç (Ebegümeçi)

Çok dallı, dikey veya yayılarak büyüyen, 1,5 cm boyunda, çok yıllık bir bitkidir. Çiçekler toplu halde, 2'li veya 5'lidir. Çiçeklerin, 3 cm aralıklarla açık mavi-bordo rengindedir ve üzerinde koyu çizgiler bulunur. Çiçeklenme periyodu Mart - Eylül aylarıdır. Tarlalar ve çorak arazilerde yetişir. Sade yemeği yapılır, diğer baklagillerle birlikte pişirilir, haşlanıp üzerine zeytinyağı ve limon suyu konularak yenir. Çeşitli malzemelerle bulgur veya pirinç katılarak çorbası yapılır. Yıkayıp kıyılan gömeç tavada soldurulduktan sonra üzerine yağ dökülür ve yumurta kırılarak omlet tarzında da tüketilebilir. Gömecin taze kısımları doğrandıktan sonra nohutla

yemeği yapılır, adı ‘Mualla’ olarak bilinmektedir. Tüm bunların yanında dolması da yapılmaktadır. Geniş yaprakları seçilerek sapları kesilir, sıcak suya atılıp soldurulur. Hazırlanan malzeme yapraklara konup sarılır ve tencereye dizilir. Dolmaları örtecek kadar su konup üstü kapanır ve ocağa konulup pişmeye bırakılır. Çiğ olarak yendiğinde şeker hastalarına iyi gelmektedir (Yıldırım, 2010).

2.2.5.18 Ekşilice (Ekşili)

Dikey büyüyen, çok yıllık bir bitkidir. 3 parçalı yapraklar, toplu halde, 15 cm uzunluğunda yaprak sapı üzerindedir. Çiçekler şemsiye şeklinde, açık sarı renktedir. Bitki dal salarak, vejetatif bir şekilde yayılır. Çiçeklenme periyodu, Mayıs - Kasım aylarıdır. Alçak bölgelerde, bahçe ve meyve bahçelerinde görülür. Çocuklar saplarını çiğnereyerek yemiş olarak yiyorlar. Bu kısım ‘Karga yemişı’ olarak bilinir. Ekşilinin kök kısmına ‘Sgulugo’ denmektedir. Yemiş şeklinde yenmektedir. Köylerde yemeğe konacak limon bulunmadığında yemeğin üzerine doğranmaktadır. Bazı bölgelerde ekşiliceler kaynatılıp tuz ve kara yağ ilavesiyle yenir. Limon konmaz, çünkü kendisi yeterince ekşidir. Bazı bölgelerde kaynatıldıktan sonra ayrı kaba alınıp yağda kavrulur. Üzerine de yumurta kırılıp öyle yenir. Bazı bölgelerde ise gömeç ve lapsana ile üçlü yahnisi yapılır (Yıldırım, 2010).

2.2.5.19 Ova Ispanahı (Yabani Ispanah, Lahunuthga, Yabani Pazı ve Labada)

Kırmızımsı bir gövde, tüysüz, dar, oblong yapraklar ve sert dikey büyüyen çok yıllık bir bitkidir. Yapraklarının boyu 16 cm ve uzun saplar üzerindedir. Çiçekler çok fazla kümeler halindedir. Çiçek sapları 2-8 mm boyundadır. Çiçeklenme periyodu Mayıs - Eylül’dür. Su yatakları ve bataklık bölgelerde bulunur. Ülkemizde sacda pişirilen ‘ıspanak böreği’ yapımında kullanımı yaygındır. Yumurta ile kızartılıp yenir (Yıldırım, 2010).

2.2.5.20 Semizotu

Etli, zayıf gövdeli, tüylü, tek yıllık bitkidir. Yapraklar altta alternat, üstte yoğun, tam ve sapsızdır. Çiçekler sarı renkli kümeler oluşturmuş şekildedir. Meyve kapakla açılan kapsula. Çiçeklenme zamanı, Mayıs - Eylül'dür. Alçak yerlerde ovalarda, kıraçlarda, yol kenarlarında bulunur. Semiz otunun kalınca sapları atılır. Geriye kalanlar yahni yapılır ve yoğurt eşliğinde yenir. Çorbalarda baharat olarak kullanılır. Salatalarda yaprakları çiğ olarak kullanılır (Yıldırım, 2010).

2.2.5.21 Isırgan

Dikey büyüyen, dört köşe gövdeli, tek yıllık, 60 cm boyunda bir bitkidir. Yapraklarda batan tüyler söz konusudur. Çiçekler salkım çiçek kümesi şeklinde, 1 mm boyundadır, 4 stamen ve anter mevcuttur. Çiçeklenme dönemi Aralık – Nisan'dır. Çorak arazilerde ve gübreli tarlalarda bulunur. Tadı güzel olduğundan salataya eklenir. Pirinç veya bulgurla haşlanıp, limon ve zeytinyağı ile tatlandırılarak servis yapılmaktadır. Isırgan otlarının taze olanları seçilir saplarının üzerindeki dikenli kabuk soyulup ıspanak yemeği yapılıp gibi pişirilir (Yıldırım, 2010).

2.3 Mantarlar Hakkında Genel Bilgi

Mantarların kökeni çok eski zamanlara uzanmaktadır. Yapılan araştırmalarda ilk çağlardan itibaren mantarın yenildiği görülmektedir. 'Rojas&Mansur'a (1995) göre bugüne kadar olan arkeolojik kazılarda bulunan kanıtlarda on üç bin yıl öncesinden Şili ülkesine dayandığı görülmektedir (Eren, Süren ve Kızıleli, 2017). Yabani mantarların kullanımı ya da yenilebilmesinin bulunduğu esas kaynaklar ise M.Ö 7. yüzyılda Çin halkının tarihinde görülmektedir. Eski çağlarda halk mantarları toplar, tüketimi zengin kesim yapardı (Eren, Süren ve Kızıleli, 2017). İnsanlar, mantarları hem tıpta hem de mutfaklarında kullandığı için çok ilgi gören bir yiyecek olmuştur. Zamanla bazı uygarlıklar bu yiyeceğe mistik anlamlar da

yüklemekteydiler. Eski Mısır'da yaşayan halk mantarların, tanrı Osiris'in bir hediyesi olduğuna inanırlardı. Eski Roma döneminde ise 'tanrının yiyeceği' anlamını alan mantarların fırtınalar esnasında Jüpiter'den gelen yıldırımlardan meydana geldiğine inanılmaktadır. Bunun sebebiyle de Antik Yunanlıların yağmurdan sonra mantarların ortaya çıkması ve büyümesini Zeus'un şimşeklerinden kaynaklandığına inanıyorlardır (Akyüz ve Kırbağ, 2007).

Eskiden günümüze kadar olan zamanda mantarlar insanlar için önemli bir besin haline gelmiştir. İçerisinde bulundurduğu protein, vitamin ve minerallerle sahip olduğu için tercih edilen bir üründür. Bu doğrultuda ise, Rusya ve Afrika ülkelerinde mantar zamanı geldiğinde halkın yoksul kesimi mantar avına çıkıp mantar toplarlardı (Bertelsen, 2013).

Orta Çağ Avrupasına baktığımızda ise en değerli mantar olarak Agaricus cinsi olduğu görülmektedir. Bu cinsin bir diğer ismi de çayır mantarı olup çok yaygın bir şekilde çıkmasıyla bilinirliği artmıştır (Mantoux, 2007). Mantarlar sadece yiyecek ve tıbbi açıdan önemli değildir. Eski zamanlarda mantarların bazı dini inanışlarda da etkileri vardır. Mesela Rus Ortodoks Kilisesi tarafından öne sürülen oruç günlerinde mantarları rus mutfak kültüründe önemli bir yere sahiptir. Uzun sürelerde tutulan bu oruç günlerinde et tüketemeyen maddi durumları kötü olan insanlar mantarı sofralarından eksik etmiyorlardı (Bertelsen, 2013).

Günümüzde ise yenebilir yabani mantarlara olan ilgide bir artış söz konusudur. Bunun sebebi olarak da yenebilir yabani mantarların dünya genelinde sağlıklı ve güvenilir gıdaya olan talebin artmasıyla mantar yetiştiriciliği ve yabani mantarları mutfaklarda sıklıkla kullanılmaya başlanmasıdır. Son dönemlerde artan vegan beslenme ve raw food (çiğ beslenme) ile birlikte, mantarların et besin değişim gruplarında bulunmasıyla en çok tüketilmeye başlanan besin grubu olmuştur.

Mantarların dünya üzerindeki konumuna baktığımızda 1,5 milyon mantar türü olduğu düşünülmektedir. Bunların 5,020'si yenebilen mantar olup 2,150'si zehirli olmayıp fakat yenilememe özelliklerini taşımaktadır (Eren, Süren ve Kızıleli, 2017). Yenilebilir türün %35'inin ticari anlamda kültürü yapılmaktadır. Yaklaşık 120 türün ise ekonomik anlamda yetiştiriciliğinin yapılması için üzerine bilimsel araştırmalar yapılmaktadır (Barutçıyan, 2012).

2.3.1 Mantarların Besin Değerleri ve Mutfaklardaki Kullanımları

Mantar türleri iklim ve coğrafi koşullarına göre değişkenlik gösterir, su oranı yüksek, protein, yağ ve şeker oranları düşüktür. Fakat fosfor, A ve B vitaminleri açısından zengin olan bir besindir (Barutçıyan, 2012). Ayrıca iyi bir lif kaynağı olan mantarlar hücre duvarları kitin, hemisellüloz, mannan ve kan şekeri düzeyinin düşürülmesi vb. gibi insan sağlığına yararlı bir besindir (Manzi ve ark., 2001). Fakat çok fazla tüketilmesi halinde sindirimde sıkıntılar olmaktadır. Bu sebeple vücutta protein kullanımı düşük olmaktadır.

Mantarlar toplandıkları andan itibaren çok bekletilmeden tüketilmelidirler. Bunun sebebi çok hızlı bir şekilde bozulmalarıdır. Yabani mantarlarda ise durum aynıdır, yalnız yabani mantar tüketirken dikkat edilmesi gereken en önemli şey toplanan mantarların taze ve genç olması gerekmektedir. Öyle ki bazı yabani mantarları çiğ veya düşük ısılarda pişirerek tüketilirken, çoğu mantarlar da iyi bir şekilde pişirilmelidir. Bunun yapılmasının sebebi ise mantarların içinde bulunan doğal toksin maddeleri yok etmektir (Mantoux, 2007).

Fakat Barutçıyan'a (2012) göre, '*yabani mantarların yetiştirme dönemlerinin dışında tüketebilmek amacıyla çeşitli saklama çeşitleri vardır.*' Bunlar arasında en çok tercih edilenleri şunlardır;

a) *Kurutma işlemi:* Bu işlem güneş enerjisi, sıcak hava veya dondurarak yapılmaktadır. Sıcak ülkelerde daha çok sıcak ve güneş kurutma tercih edilir. Sıcak hava şeklinde kurutulan mantarların ön kurutması 60-65⁰C derecede, son kurutması ise 55-65⁰C derecede olmalıdır. Mantarları kurutmaya başlamadan önce de mutlaka yıkanmalı ve iyice temizlenmelidir (Birer, 1985).

b) *Dondurarak Saklama:* Bu teknik genellikle evlek ve taze meşe mantarlarına uygulanmalıdır. Bu amaçla kullanılacak mantarların çok taze olması önemlidir. Dokusu yumuşak, sulu, gevşek ve üst dokusu kaygan olan mantarlarda kullanılmamalıdır. Mantarları dondurmadan önce güzelce temizlenir daha sonra sitrik asid dökülmüş kaynar suda 2-3 dakika pişirilir. Pişirildikten sonra hemen dondurulur. Eğer hemen dondurulmazsa mantar rengini kaybedip karamaya başlar. Derin dondurucuda 8-12 ay saklı kalabilirler (Birer, 1985).

c) *Konserve:* Endüstriyel sektörde en fazla tercih edilen bu yöntemde mantarlar konserve işlemlerinde sınıflandırma, yıkama, haşlama, kutulara doldurma ve sterilasyon tekniklerini bu sırayla yapılmasıyla oluşmaktadır (Birer, 1985).

Bunların yanı sıra mantarları, turşu yaparak, yağda saklama, alkolde saklama ve sterilizasyon şeklinde de saklama şekilleri vardır (Eren, Süren ve Kızıleli, 2017). Aroma bakımından yüksek olan mantarlar mutfaklarımızda sıklıkça kullanılmaktadır. Mantarlar kızartarak, sote ederek, ızagara veya fırınlayarak bazı mantarların cinsine göre de çiğ ya da az pişirerek mutfaklarımızda kullanılmaktadır (Mantoux, 2007).

2.3.2 Türkiye’de Sıklıkla Kullanılan Yabani Mantarlar

Türkiye’de mantar çeşitliliği hem ülkenin iklim zenginliğinden hem de bulunduğu yerin bitki örtüsünden dolayı çeşitlilik göstermektedir. İklim şartlarından dolayı Türkiye’de mantarlar genellikle ilkbahar ve sonbahar ayları arasında

yetişmektedir (şahin, 2019). Türkiye’de yaklaşık olarak 40 çeşit yenilebilir yabani mantar türü yemeklik olarak toplanmakta olup bunların 25’e yakın türünün yurtiçi ve yurtdişi pazarlarında ticareti yapılmaktadır (Serdaroğlu, 2010). Tablo 2.1.’de Türkiye’de yetişen başlıca yenilebilir yabani mantarların isimleri verilmiştir.

Tablo 2.1: Türkiye’de Yetişen Yenilebilir Yabani Mantarların Latin ve Yerel İsimleri

Türkiye’de Yetişen Yenilebilir Yabani Mantarlar		
	Latin İsimleri	Yerel İsimleri
1.	Morchella Esculanta	Kuzugöbeği Mantarı
2.	Morchella Conica	Kuzu Mantarı
3.	Boletus Edulis	Ayı Mantarı, rek Mantarı
4.	Boletus Regius	
5.	Boletus Luteus	Kaypak Mantarı
6.	Boletus Bovinus	kz Mantarı
7.	Boletus Elegans	Melez Mantarı
8.	Botelus Badius	Doru Renkli şişkin Mantar
9.	Choorogomphus Rutilus	am Kabara, Geyik Mantarı
10.	Hygropgorus (Licacium Chrysodon)	Sarı şapkalı Kar anı Mantarı
11.	Armillaria Mellea	Bal Mantarı
12.	Agaricus Campestris	ayır Mantarı, İçi Kızıl
13.	Terfezia	Domalan

14.	Amanita Caesarea	İmparator Mantarı, Sezar Mantarı, Duvarlıca Mantarı, Yumurta Mantarı
15.	Lepiota Procera	Şemsiye Mantarı
16.	Comprinus Comatus	Pösteki Mantarı, Söbelen Mantarı
17.	Pleurotus Ostreatus	İstirdiye Mantarı, Kayın Mantarı
18.	Cantharellus Cibarius	Yumurta Mantarı, Tavuk Mantarı
19.	Craterllus Cornucopioides	Borazan Mantarı
20.	Sparassis Crispa	Karnabahar Mantarı, Kıvırcık Mantarı
21.	Polyporus Squamosus	Pullu Mantar
22.	Polyporus Sulphureus	Kükürt Mantarı
23.	Hydnum Repandum	Sığır Dili Mantarı
24.	Lactarius Deliciosus	Kanlıca Mantarı
25.	Lactarius Volemus	Tırmıt Mantarı
26.	Lepista Nuda	Mavi Cincile
27.	Clitocybe Geotropa	Et Melkisi
28.	Tricholama Anatolicum	Sedir Mantarı, Matsutake Mantarı
29.	Tumber Aestium	Trüf Mantarı, Kara Elmas
30.	Pleurotus Eryngii	Körek Mantarı

Kaynakça (Şahin, 2019)

2.3.2.1 KKTC’de Yenilebilen Yabani Mantarların Sınıflandırılması

Doğal yabani mantarların KKTC Tarım ve Doğal Kaynaklar Bakanlığı Tarımsal Araştırma Enstitüsünde yapılan bir çalışma olan ‘Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti’nde Yayılış Gösteren Makrofungusların Belirlenmesi’ adlı çalışması sonucunda KKTC’de iki bölümden oluşan toplam 51 familyaya ait 219 mantar türü bulunmaktadır. Bu mantarların sadece 18 mantar ailesi ve 60 türünün yenilebildiği görülmektedir. Çalışmanın bu bölümünde bu mantar türleri hakkında bilgi verilmiş, lezzetleri ve yetiştirme bölgeleri belirtilmiştir. Aşağıda belirtilen tablo 2.2.’de ülkemizde bulunan yenilebilir yabani mantarların isimleri verilmiştir.

Tablo 2.2: Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti’nde Yetişen Yenilebilir Yabani Mantar Türlerinin Latince ve Türkçe İsimleri

Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti’nde Yetişen Yenilebilir Yabani Mantar Türleri		
	Latın İsimleri	Türkçe (Yöresel) İsimleri
1.	Morchella Leucomelaena (Pers) Nannf	Kuzugöbeği
2.	Tuber Oligospermum (Tul. & C. Tul) Trappe	
3.	Agaricus Altipes (F.H. Moller)	
4.	Agaricus Bisporus	Kültür Mantarı, Brudi
5.	Agaricus Bitorquis	Brudi
6.	Agaricus Campotris	Tarla Mantarı, Çayır Mantarı
7.	Agaricus Comtulus	
8.	Agaricus Essettel Bon	
9.	Agaricus Heimli Bon	

10.	Agaricus Litoralis	Kıyı Mantarı
11.	Agaricus Porphyizon	Ahşap Mantarı
12.	Agaricus Sylvicola	
13.	Battarrea Phalloides	
14.	Bovista Aestivalis	
15.	Bovista Limosa	
16.	Bovista Nigresans	
17.	Leucoagaricus Leucothites	Beyaz Dapperling
18.	Lycoperden Lambinolli	
19.	Lycoperden Lividum	Grassland Puf Mantarı
20.	Lycoperden Perlatum	Puf Mantarı
21.	Lycoperden Umbrinum	Kahverengi Kurt Mantarı
22.	Macrolepiota Mastoidea	İnce Şemsiye
23.	Amanita Ovoidea	Sakallı Amanita
24.	Amanita Strobiliformis	
25.	Limacella Furnacea	Taşan Sümüksü Kök
26.	Zhulianomyces Illinitus	
27.	Rheubarbariboletus Armeniacus	

28.	Clavaria Fragilis Holmsk	Beyaz İğler Mantarı
29.	Clavulina Cinerea	Gri Mercan
30.	Coprinus Comatus	Pösteği Mantarı
31.	Chroogomphus Rutilus	Bakır Başak
32.	Hygrophorus Pustulatus	
33.	Psilocybe Coronilla	
34.	Marasmius Oreades	Peri Halkalı Mantar
35.	Pleurotus Ferulaginis Zervakis	Gavcar
36.	Volvopluteus Gloiocephalus	Büyük Kılıf Mantarı, Gülle Grisette, Anız Gülgili
37.	Suillus Bellinii	
38.	Suillus Collinitus	
39.	Suillus Granulatus	
40.	Suillus Mediterraneensis	
41.	Lepista Nuda	Mor Cincile
42.	Melanoleuca Exscissa	
43.	Melanoleuca Graminicola	
44.	Melanoleuca Microcephala	

45.	Melanoleuca Polioleuca	Yaygın Süvari
46.	Melanoleuca Stridula	
47.	Paralepista Flaccida	Tawny Hunisi
48.	Pseudoclitocybe Expallens	
49.	Tricholoma Albidum Bon	
50.	Tricholoma Myomyces	
51.	Tricholoma Terreum	Karakız Mantarı
52.	Tricholoma Triste	
53.	Rhizopogon Roseolus	Tavşan Böbreği
54.	Lactarius Deterrimus	Kalınca Mantarı
55.	Lactarius Musteus Fr.	
56.	Lactarius Zonarius	
57.	Russula Delica Fr.	Yeryaran, Acı Mantar, Hırtı
58.	Schizophllum Coomure	
59.	Helvella Leucomelaene	Beyaz Ayaklı Elf Bardağı
60.	Hydnocystls Piligera Tul.	

Kaynakça: Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti 'inde Yayılış Gösteren Makrofungusların Belirlenmesi (Doğan ve ark, 2019)

KKTC’de yetişen yenilebilir yabani mantar çeşitlerine Tablo 2.2.’de yer verilmiştir. Bu çeşitlerin hepsi yenilebilir olmakta, fakat çoğunun tatlarının acılığından ötürü halk tarafından bilinmemesinden veya boyutlarının küçük olmasından dolayı halk tarafından mutfaklarda kullanılmamaktadır. Çalışmanın bu bölümünde ise KKTC’de yetişen yenilebilir yabani mantarların lezzetli, halk tarafından bilinen ve KKTC gastronomisinde kullanabileceğimiz mantarlar ve o mantarların familyaları hakkında bilgi vermektedir:

1)*Morchellaceae Ailesi*: Yaklaşık olarak 250 türü bulunan bu mantar türü şapka kısmında bulunan petek görünümlü delikleriyle dikkat çekerler (Barutçıyan, 2012). Bu ailenin bütün çeşitleri yenilebilir mantar kategorisine girmektedir. Bu türün diğer türlerden ayrımı ise şapka kısmı büyüklüğü ve rengi, alveollerin düzeni ve büyüklüğü, ayrıca sap kısımlarının genişliğidir. Genellikle meşe, dişbudak, gürgen ve elma ağaçlarının yakınında ve kireçli topraklarda bulunurlar (Kaşık, 1990). Ülkemizde bu mantar ailesinin *Morchella Galilaea* cinsi görülmektedir:

a) *Morchella galilaea Masaphy & Clowez*: Görünüşleri ile kolayca tanınabilen bu mantar türü halk arasında ‘Kuzu Göbeği’ olarak bilinmektedir. Genellikle bu türler ilkbaharda yetişirken, ayrıca sonbaharda Ekim ve Kasım aylarında yetişmektedir. Soluk sarı ve açık kahverenginde petekli şapkası vardır fakat bacak kısımları kısa ve beyaz renktedirler. Bu tür adamızda Lefke’de, zeytin bahçelerinin iç kısımlarında bulunur (Doğan ve ark, 2019).

2)*Tuberaceae Ailesi*: Bu türün yaklaşık olarak 250 çeşidi vardır. Yer altında yaşayan mantar anlamına gelen ismi ‘Tuber’ Latince ‘yumru’ anlamına gelmektedir. Dünya’nın en pahalı olan bu mantar ailesi olan Tuberaceae bizim bildiğimiz Beyaz Piyemonte trüfü ve Siyah Perigor trüf mantarı bu

aileye aittir. Bu türün sadece bir kısmı yenilebilir olup birçoğu da zehirlidir (Eren ve Pekşen, 2014). Bu türün KKTC’de sadece ‘*Tuber oligospermum* (Tul. & C. Tul.) Trappe’ bulunmaktadır:

a) *Tuber oligospermum* (Tul. & C. Tul.) Trappe: Yuvarlak görünümlü olup, içi dolu 1-3 cm çapında olan bu mantar türü toprak altında yetişmektedir. Gençken kokusu yoğun değildir fakat hoş bir meyvemsi kokuya sahiptir. Olgunlaştığı zaman ise hoş olmayan bir kokuya sahip olur. Ülkemizde çok yaygın olmamakla birlikte genellikle yaprak döken bitkilerin altında yetişmektedir. Gazimağusa’da Salamis Otel yanında bulunan arazide ve Fıstık Çamı altlarına ortaya çıkmaktadırlar. Kıbrıs kültüründe pek bilinmeyen bir mantar türüdür (Doğan ve ark, 2019).

3) *Agaricus Ailesi*: Yaklaşık 270 tür içeren bu tür ailesi mantarlarının tamamı serbest lamellidir. Sporları kızıl, koyu kahverengi arasında değişen renklerden oluşmaktadır. Genç dönemlerinde lamelleri pembe olan bu mantarlar yetişkin dönemlerinde siyaha yakın koyu kahverengine dönmektedirler. Bu tür narın olmakla beraber çok kolay bir şekilde kaybolmaktadır. Azot bakımından zengin, doğal yollarla gübrelenmiş otlak, çayır ve meralarda ve humus bakımından zengin ormanlarda sıkça bulunurlar. Bu ailede öldürücü bir türü yoktur fakat diğer ailelerin zehirli türlerine benzedikleri için karıştırılma ihtimali yüksektir (Barutçıyan, 2012). KKTC’de bu mantar ailesinden 9 tür bulunmaktadır. Bunlar;

a) *Agaricus altipes* (F.H. Møller) F.H. Møller: 4- 11 cm arasında çapları olan bu mantar türü önce yuvarlak, sonra yarı yuvarlak, üstünde de kesik koniği bulunmaktadır. KKTC’de konifer ormanlarda özellikle ladin ve göknar ağaçlarının olduğu orman alanlarında yetişmektedir. Genellikle sotelenmesi

ve mangalda pişirme tekniği ile mutfaklarda yerini almaktadır (Doğan ve ark, 2019).

b) *Agaricus bisporus* (J.E. Lange) Imbach: Halk arasında Brudi olarak bilinen bu mantar türünün şapka kısmında 50-130 mm genç dönemlerinde yuvarlak görünümünden yarı yuvarlağa dönmektedir. Lamelleri gençken soluk pembeden ten rengine dönerken yaşlılık evresinde koyu mor veya kahverengiye dönmektedir. Genellikle bahçelerde küme halinde, gübre yığınlarında, park alanlarında yetişmektedir. Dünya’da Button (düğme) mantarı olarakta bilinmektedir (Doğan ve Arkadaşları, 2019).

c) *Agaricus bitorquis* (Quél.) Sacc: Halk arasında bu türe de ‘Brudi’ denilmektedir. Bu cinste diğer *Agaricus* ailesinin üyeleri gibi şapka kısımları önce küresel, sonra yarı küreseldir, yüzey kısmı beyaz olmasının yanında gri – beyaza döner. Şapka kısmı toprak altında olduğu için çok çabuk kirlenmektedir. Genellikle topluluk halinde yol kenarlarında parklarda, kuru, kumlu ve sıkıştırılmış topraklarda oluşabilirler.

d) *Agaricus campestris* L.: Çayır Mantarı ile İçi Kızıl Mantarı olarak da bilinmektedir. En sık rastlanan mantar türüdür. Gübre bakımından zengin bölgelerde kalabalık olarak yetişmektedirler. Lezzetli bir mantar türüdür. Bu mantara yakın ve zehirli bir tür olan *Agaricus xanthoderma* mantar türüyle karıştırılmaması gerekmektedir (Barutçıyan, 2012). KKTC halkı tarafından ‘Brudi’ mantarı olarak da bilinmektedir. Genellikle Alaniçi, Yıldırım arası Girne, Girne Boğazı, Piknik alanları, Kızılçam Orman içi ve Çimenlik alanlarda yetişmektedir (Doğan ve ark., 2019).

e) *Agaricus comtulus* Fr.: Bu tür çimenler arasında, meralarda ve çayırlarda kalabalık veya tek tek yetişmektedir. KKTC’de Lefkoşa, Türkmenköy ve

bahçe içi çimenlik alanlarda ortaya çıkmaktadırlar. Kesildikten sonra hafifçe bir sararma gözükmekte olup badem kokulu cevizimsi bir tada sahiptir (Doğan ve ark., 2019).

f) *Agaricus essettei* Bon: Etli kısmı kesildiğinde rengini kaybetmez, kokusu anason benzeri olup tadı hafif cevizi andırır. Genellikle ibreli ormanlarda tek tek gruplar halinde, geniş yapraklı ormanlarda nadir de olsa görülmektedir. KKTC’de Tepebaşı Köyü, Girne, Alev Kayası, Kızılçam Orman içinde görülmektedir (Doğan ve Ark., 2019).

g) *Agaricus heimii* Bon: KKTC’de Girne, Alev Kayası, Yayla Önü, Kızılçam Orman İçi’de görülen bu mantar türünde hava ile temas halinde hafif bir sararma söz konusudur. Genellikle ibreli ormanlarda ağaç altlarında ortaya çıkmaktadır (Doğan ve Ark., 2019).

h) *Agaricus litoralis* (Wakef. & A. Pearson) Pilát: KKTC’de yenebilen mantarlar arasında yer alan bu mantar grubu da ibreli ormanlarda ve kumluk alanlarda bulunan ağaç diplerinde yetişmektedir. Bademli Köy, Sivil Savunma Ormanı ve Kızılçam Orman içinde görülmektedir (Doğan ve Ark., 2019).

i) *Agaricus sylvicola* (Vittad.) Peck: Kayın ve Gürgen ormanlarında, nadiren de iğne yapraklılar arasında rastlanan bu *Agaricus* türü, uzun boylu yapısı ve süt beyazı rengiyle hemen dikkat çeker. İlkbahar sonlarından kış başlangıcına kadar rastlanır. En belirgin özelliklerinden biri de yoğun anason kokusudur (Barutçıyan, 2012). Bu tür KKTC’de Girne Bölgesinde Sent Hilarondan Selvilitepe’ye doğru 3 km’lik yolda ve Kızılçam Orman içinde görülmektedir (Doğan ve Ark., 2019).

4)*Boletaceae Ailesi*: Bu familyada yaklaşık olarak 200 tür bulunmaktadır. *Leccinum*, *Suillus*, *Xerocomus* başta olmak üzere alt cinsleride bulunmaktadır. Dünyada ‘porçini’ mantarı olarak bilinen bir türdür (Barutçıyan, 2012). Bu mantar türünü birçok şekilde pişirme tekniği ile pişirip kullanılabilir. Genç dönemlerinde olan mantarları pişirilmesi dışında salamura olarakta kullanılabilir. Çiğ olarak da yenebilen bu tür çok lezzetli bir mantar türüdür (Harding ve ark., 1996):

a) *Rheubarbariboletus armeniacus* (Quél.) Vizzini, Simonini & Gelardi Türü: Bu tür geniş yapraklı ağaçların altındaki meyveler, özellikle kestane ağaçları yetişirler. Yılın ilkbahar sonundan sonbahar sonlarına kadar yetişen bu ürünler tek başına ya da gruplar halinde yetişmektedir. Et kısmı sert, tutarlı ve lifli olmasına rağmen kısa sürede tüketilmezse yumuşamaya başlayıp rengi kaybetmektedir. Kesildiğinde kokusu hafif meyvemsi, tadı ise tatlımsıdır. Yenileceği zaman sadece şapka kısmının tüketilmesi önerilir (Anonim, 2020). Ülkemizde ise Girne taraflarında Selvilitepe, Taka, Alev Kayası, Yayla Önünde yetişmektedir.

5)*Hygrophorus Ailesi*: Dünya üzerinde yaklaşık olarak 70 türü bulunan orta boy mantarların adları eski Yunan’dan gelmektedir. Kuraklığın fazla olduğu dönemler dışında şapka kısımları sürekli olarak ıslak bir görünüme sahiptirler (Barutçıyan, 2012):

a) *Hygrophorus pustulatus* (Pers.) Fr Türü: Adamıza genellikle topluluk halinde iğne yapraklı ormanlarda ladin ağaçları altında yayılış göstermektedirler. Girne bölgesinde, Alev Kayası, Yayla ve Kızılçam Ormanı içinde görülmektedirler. Etli kısımları merkeze doğru kalın olup kenarlara

doğru incedirler, kokusuz olmalarının yanı sıra tatları da tatlıdır (Doğan ve ark, 2019).

6) *Lepista Ailesi*: Bu tür yaklaşık olarak 25 cinsten oluşmaktadır. Cltiocybe ailesinin bütün özelliklerini taşımasının yanı sıra lamelleri esnek bir yapıya sahip değildir. Hatta hafif bir şekilde baskı uyguladığımızda bile ezilip yatık bir şekilde kalma özelliğiyle de bu gruptan ayrılırlar (Barutçıyan, 2012).

Ülkemizde *Lepista* ailesinden *Lepista Nuda* cinsi bulunmaktadır:

a) *Lepista Nuda (Mavi Cincile)*: 5-11 cm çapında şapkaya sahiptir. Şapka üstü mavi, leylak rengi almaktadır. Olgunlaşmaya başlayınca rengi kırmızı kahverengi rengine dönmektedir. Lamelleri ve bacak sapları şapka kısmına göre daha parlak leylak rengini almaktadır. Sonbahar ve ılıman kış aylarında orman içinde veya dışında, park ve bahçelerde, yol ve patika kenarlarında bol miktarda yetişmektedir. Ülkemizde ise Bademli Köyü, Sivil savunma ormanı; Gazimağusa, Salamis Hotel yanı, Kocareis; Girne, Girne boğazı, piknik alanı; Selvilitepe, Taka; Güzelyurt, Çamlıbel; Alev Kayası, Yayla; Kantara Piknik alanı, Tepebaşı Köyü, Oğolomandıra ve Kızılçam orman içi civarlarında görülmektedir (Barutçıyan, 2012; aktaran, Doğan ve ark., 2019). Yenilebilen ve aranan bir mantar olduğu için son yıllarda kültür altına alınmıştır. Fakat yapılan denemeler sonucunda çıkan sonuçlarda daha açık renkte olup lezzet bakımından düşük olmaktadır (Barutçıyan,2012)

7) *Marasmiaceae Ailesi*:

a) *Marasmius Oreades Türü*: Mıh mantarı veya Mıh Başı Mantarı olarak bilinen bu mantar 3-7 cm çapındaki küçük şapkalardan oluşmaktadır. Krem rengi olan lameller aralıklı konumdadır. Sapları çok lifli olduğu için yenmek için tercih edilmez. Genellikle şapka kısımları yenen bu mantar türü kış ayları

dışında her türlü çayırılık arazide çıkar; kalabalık gruplar halinde metrelerce yol boyunca cadı daireleri oluştururlar (Barutçıyan, 2012).

8) *Pleurotaceae Ailesi*: Plerotus, Yunanca kelime anlamı olan ‘kulak, yırtık kulak’ anlamına gelmektedir. Bu adın konulmasının sebebi ölü ya da canlı ağaçların üzerinde yatay olarak çıkmalarıdır. Dünya’da yaklaşık olarak 90 türü olan bu familyada çoğu türünün kültür mantarı yetiştiriciliği yapılmaktadır. Bu mantar türünün hiçbir zehirli mantar türü yoktur, fakat bununla birlikte bazı cinslerinin iri boyları sert ve sindirimi zor olabilmektedir (Barutçıyan, 2012):

a) *Pleurotus ferulaginis Zervakis, Venturella & Cattarossi*: Ada halkı daha çok ‘gavcar mantarı’ olarak bilmektedir. Bu mantarın et kısımları beyaz ve bol sulu, sıkı ve etli olup tadının daha çok ete bezemesiyle ve kokusunun çok hoş olmasıyla bilinir. İlkbahar aylarında çıkmasıyla bitkisinin bulunduğu yerlerde önceki yıldan kalmış kök kalıntıları arasında yetişmektedir. Adamızda Girne, Tepebaşı Köyü, Altınova, Acıdere Kenar, Karaman Köyü, Yeşilköy, tarla kenarları gibi bölgelerde yetişir (Doğan ve ark., 2019).

9) *Rhizopogonaceae Ailesi*:

a) *Rhizopogon roseolus (Corda) Th. Fr Türü*: Halk arasında “Tavşan böbreği” olarak bilinir. Çam ormanlarında ilkbahar aylarında en fazla görülen mantar türlerinden biridir. Mantar gelişimini toprak altında yapar ve tam olgunlukta toprak yüzeyinde görülebilir hale gelir. Aynı yerde kümeler halinde toplu olarak çıkarlar. Sonbaharda yağmurlardan hemen sonra gruplar halinde çam ağaçlarının altında yetişmektedirler. Bölgesel olarak incelendiğinde Girne, Tepebaşı köyü, Bademli köyü, Sivil Savunma Ormanı,

Dipkarpaz çıkışı 4 km kadar, Yenierenköy köyüne doğru yol kenarları... gibi daha birçok yerde bu mantar vardır (Doğan ve ark., 2019).

10) *Lactarius deterrimus* Gröger: Diğer adlarıyla Kanlıca, Çıntar ve Melki mantar olarak da bilinmektedir. Turuncu *Lactarius* türleri arasında en az ilgi çeken türdür. Diğer türlerine göre şapkası daha yuvarlaktır. Hafif havuç kokusu yayar, sütü tatıldığında hafif reçineli ve acımsıdır. Genellikle sonbahar aylarında iğne yapraklılar altında, dağlık alanlarda sıkça görülmektedir. En belirgin özelliği kesilince sütünün kırmızı olması ve bir süre sonra yeşile dönmesidir. Bu tür, sütü şarap kırmızı rengine dönmeyen, tadı hoş tatlı olan ve acı olmayan *Lactarius deliciosus* ile karıştırılabilir. Girne, Tepebaşı Köyü, Kızılçam ormanlarında görülmektedir.

Bölüm 3

YÖNTEM

3.1 Araştırma Tasarımı

Bilimsel araştırma yapan araştırmacılar, yazılanlarının doğası gereği ve amaçları doğrultusunda çalışmalarını nitel ve nicel araştırma tekniklerine başvurarak yazmaktadırlar. Bu teknikler yapılan araştırmalarda istenilen sonuçları elde etmeye yardımcı olmaktadır. Nitel ve nicel araştırma teknikleri birbirinden farklıdır. Nitel araştıma yöntemlerini kullanan araştırmacılar daha çok sosyal bilimler alanında yazılar yazan araştırmacılar tarafından kullanılmaktadır. Buna karşın nicel araştırma yöntemi ise pozitivist düşünce yapısından ortaya çıkmıştır. Bu teknikte sosyal gerçekliğin gözlenebilir, ölçülebilir ve sayılarla ifade edilebilir olgulardan oluşmaktadır (Türnüklü, 2001). Burada temel amaç genellenebilir neden-sonuç ilişkilerini açıklayan bir bilgi üretmek olup çalışmalarda elde edilen sonuçları olabildiğince yalınlıktan uzak, nesnel, neden-sonuç ilişkisini açıklayan ve aynı zamanda örneklemden evrene genellenebilir bilgiyi elde etmektir (Gall, Bory ve Gall, 1996). Bu çalışmada daha çok sayısal veriler yerine derinlemesine yapılan bir araştırma türü olduğu için nitel araştırma tekniği kullanılmıştır. Nitel araştırma, incelediği probleme ilişkin sorgulayıcı, yorumlayıcı ve problemin doğal ortamındaki biçimini anlama uğraşı içinde olan bir yöntemdir (Guba ve Lincoln, 1994; Klenke, 2016). Bir problemin çözümüne ilişkin gözlem, görüşme ve doküman analizi gibi nitel veri toplama yöntemlerini kullanan nitel araştırma, daha önceden bilinen veya

fark edilmemiş problemlerin algılanmasına, probleme ilişkin doğal olguların gerçekçi bir şekilde ele alınmasına yönelik öznel-yorumlayıcı bir süreci ifade etmektedir (Seale, 1999).

3.2 Verilerin Toplanması

Bu çalışmada, kullanılan araştırma tekniği nitel araştırma tekniğinin bir kolu olan görüşme tekniğinin yarı yapılandırılmış görüşme tekniği kullanılmıştır. Nitel araştırmalar, bir alanda derinlemesine veri toplanmasını içeren bir araştırma türüdür. Bu araştırma türünde gözlem, görüşme ve döküman incelenmesi şeklinde yapılabilmektedir (Kökler, 2020). Yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ise, yapılandırılmış görüşme tekniğinden biraz daha esnek bir tekniktir. Bu teknikte, araştırmayı yapan kişi önceden sormayı planladığı sorularını hazırlamaktadır. Fakat araştırmacı görüşme sırasında konuşmanın akışına bağlı olarak değişik yan veya alt sorularla görüşmenin akışını etkileyebilir ve kişinin yanıtlarını açmasını ve ya ayrıntılandırılmasını sağlayabilir. Görüşme sırasında kişi belli sorularının yanıtlarını başka soruların içinde almış ise görüşmeyi yapan kişi o konuyla ilgili soruları sormayabilir. Yarı yapılandırılmış görüşme tekniğinin araştırmacıya sunduğu en önemli kolaylık görüşmenin önceden hazırlanmış görüşme protokolüne bağlı olarak sürdürülmesi nedeniyle daha sistematik ve karşılaştırılabilir bilgi sunmasıdır (Yıldırım ve Şimşek, 1999). Bu tekniğin en önemli avantajı ise gayet esnek, zengin ve olabildiğince detaylı bir şekilde veri toplanmasıdır. Bu sayede başka şekilde elde edilmesi mümkün olmayan verilere ulaşılması söz konusudur. Bununla birlikte iki temel dezavantajından söz edilebilir. İlk olarak çok geniş zaman ve emek istemesidir. Böylesi bir çalışmayı kısa sürede ve az bir emekle yapmak ve istenilen sağlıklı verilere ulaşabilmek mümkün değildir. Görüşmeleri yapan araştırmacılar çok geniş veya tesadüfi örneklem gruplarıyla çalışmazlar, bu nedenle de araştırma sonuçlarının

araştırmaya dahil edilmeyen diğer gruplara genellenmesi pek mümkün değildir. Aldığı en önemli eleştirilerden birisi sonuçların daha genel ve geniş bir evrene genellenememesidir. Diğer bir eleştiri ise, araştırmacının toplanacak verileri tercihte önyargılı davranması ihtimalidir. Bu da araştırmanın sonucunu etkileyebilecek bir durumdur. Fakat insanın hemen her zaman, içinde bulunduğu paradigmadan ötürü sahip olduğu düşünce, değer ve inançları nedeniyle tamamen objektif olması mümkün değildir. Bundan dolayı araştırmacı çalışmada hangi yöntemi ve teknikleri tercih ederse etsin tam anlamıyla objektif olması beklenemez. Burada önemli olan seçilen yöntem içerisinde tutarlı bir yol izlemektir (Tekin ve Tekin,2006).

Bu haliyle eğitim bilimi çalışmalarına daha uygun bir araştırma tekniğidir. Araştırma doğrultusunda öncelikle KKTC’de bulunan ve Kıbrıs yemek kültürünü yansıtan restoranlar belirlenmiştir. Bu restoranlar da ülkede yetişen yenilebilir yabani otların ve yabani mantarların kullanımlarına göre tercih edilmiştir. Bu restoranların yerleri Tatlısu, Güzelyurt, Kalkanlı, Bellapais Köyü, Büyükkonuk, Yeni Erenköy, Mutluyaka, Kilitkaya ve Yeniboğaziçi’dir. Restoran sahipleri veya şefleriyle yarı yapılandırılmış görüşmeler yapılmıştır. Ayrıca konuyla ilgili bir diğer farklı bakış açısı elde etmek amacıyla ülkede bulunan gastronomi eğitimi veren Doğu Akdeniz Üniversitesi, Lefke Avrupa Üniversitesi ve Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi’nde ki akademisyenlerle de mülakat yapılmıştır. Son olarak da ülkede düzenlenen ‘Tatlısu Ot Festivali’nin bölgede bulunan otlar, kullanımları ve tanıtımı ile ilgili görüşmeleri Tatlısu Belediye Başkanı’yla yapılan mülakat sonucunda festivalin amacıyla ilgili bilgiler alınmıştır.

Görüşme yapılan restoranların seçimi şu şekilde olmuştur: Öncelikle Kuzey Kıbrıs Restorancılar Birliği (RES-BİR)’nden yetkili bir kişiyle iletişime geçilmiştir.

O kişilerden Kıbrıs yemekleri yapan yerlerin listesi alınmıştır. Bu listede sadece 3 restoran ismi elimize geçti. Geri kalan 11 restoran bu üç restoranların sahibi veya şefleriyle yapılan görüşmeler sonucunda elde edilmiştir. Toplamda elimizde 14 restoran ismi bulunmaktaydı. Fakat 3 restoran sahibi gerek koronavirüsten, gerekse yoğun iş temposundan dolayı görüşme yapmak istemediler. Görüşme yapılan restoranların öncelikle Kıbrıs mutfağı konseptli olmaları daha sonra da bu ürünleri menülerinde kullanmaları dikkat çekmiştir. Bunun yanı sıra bu restoranların KKTC'nin çeşitli yerlerin de olmalarına özen gösterilmiştir. Aşağıda verilen tabloda görüşme yapılan restoranların isimleri, bulundukları bölgeler ve restorandaki ünvanlarına yer verilmiştir.

Tablo 3.1: Katılımcıların Restoranları, Bulundukları Bölgeler ve Restoranlardaki Ünvanları

Restoran İsmi	Bulunduğu Bölge	Restoran Sahibi/ Mutfak Şefi
Bellapais Gardens Hotel & Restoran	Beylerbeyi Köyü	Sahibi + Mutfak Şefi
Çiftlik Düzü Restoran	Tatlısu	Sahibi + Mutfak Şefi
Azure Restoran	Yeni Erenköy	Mutfak Şefi
Kemelaltı Aşevi	Büyükkonuk	Sahibi
Lara Restoran	Güzelyurt	Sahibi
Garavolli Restoran	Kilitkaya	Sahibi + Mutfak Şefi
The Nitovikla Garden	Gazi Mağusa	Sahibi

Hotel		
Full Drablez Restoran	Mutluyaka	Sahibi
Gondara's Restoran	Kalkanlı	Sahibi
Melendra House	Yeniboğaziçi	Sahibi
Kocareis Teras Restoran	Yeniboğaziçi	Sahibi

Daha sonra danışmanımla birlikte bu otların gastronomi eğitimi veren üniversitelerde ne kadar verildiğiyle ilgili bir soru aklımıza takıldı. Bununla birlikte bizde ülkemizde bulunan köklü üniversitelerden olan Doğu Akdeniz Üniversitesi, Lefke Avrupa Üniversitesi ve Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi'nin gastronomi bölümünde eğitim veren hocalarıyla da mülakat yapılmasını uygun gördük.

Tablo 3.2: Katılımcıların Eğitim Verdiği Üniversiteler

Üniversite Adı	Bulunduğu Bölge	Akademisyen
Doğu Akdeniz Üniversitesi	Gazimağusa	Akademisyen
Lefke Avrupa Üniversitesi	Lefke	Akademisyen
Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi	Haspolat/ Lefkoşa	Akademisyen

Görüşmede kullanılan sorular önceden yapılan literatür çalışması doğrultusunda ve araştırmanın amacına yönelik olarak hazırlanmıştır. Görüşmeler 2020 Mart ayından Haziran ayına kadarki süreçte gerçekleşmiştir. Görüşmelerin sonunda elde edilmek istenen bilgilerde KKTC’de yetişen yenilebilir yabani otların ve yabani mantarların hangilerinin restoranda nasıl kullanıldıklarını, bu ürünlerin tedariklerinin ve sürdürülebilirliklerinin nasıl olduğunun cevabını bulmak hedeflenmiştir. Görüşmede toplamda 21 soru sorulmuştur ve kullanılan sorular üç kısımdan oluşmaktadır. Birinci kısımda yenilebilir yabani otlar hakkında sorular sorulmuştur. Buradaki amaç görüşmeye katılan kişilerin bu otları ne kadar bildiği, restoranlarında hangi otları neden kullandıklarını, tedariklerinin nasıl olduğunu öğrenmek amaçlanmıştır. Bu kısımda sorulan sorular şunlardır:

- 1- KKTC’de hangi yenilebilir otlar yetişmektedir?
- 2- Bu otları hangi yöntemlerle tüketiyorsunuz?
- 3- Bu otları hangi zamanlarda kullanırsınız/ tüketirsiniz?
- 4- Restoranınızda en çok hangi otları kullanırsınız? Neden?
- 5- Restoranınızda kullandığınız bu otları nasıl kullanıyorsunuz?
- 6- Bu otları nereden temin ediyorsunuz?
- 7- Sizce yöresel otların yiyecek - içecek işletmelerinin mutfaklarında kullanılma / kullanılmama nedenleri nelerdir?
- 8- Ada halkımızın yenilebilir yabani bitkiler hakkında yeteri kadar bilgi sahibi olduğunu düşünüyor musunuz?
- 9- Sizce yöresel otların tanıtımı ve mutfaklarda kullanımının yaygınlaştırılması için yapılması gereken faaliyetler neler olabilir?

10- Adamızda bulunan yenilebilir otların ada halkı veya ÷lkemize gelen turistlere tanıtılabilirliğı hakkındaki düşünceleriniz nelerdir? Önerileriniz nelerdir?

Soruların ikinci bölümünde yenilebilir yabani mantarlar üzerine sorular sorulmuştur. Bu sorularla görüşmeye katılanlardan almak istediğimiz veriler adada yetişen yenilebilir yabani mantarların ne kadarını bildikleri, ne kadarını restoranlarında kullandıkları, hangi pişirme tekniklerini kullandıkları, nereden temin ettikleri, sürdürülebilirliğini nasıl sağladıklarını ve tanınabilirliği hakkında bilgi almak amaçlanmıştır. Bu bölümde sorulan sorular şunlardır:

- 1- Ülkenize ait yöresel yabani mantarlar var mıdır? Bildikleriniz bize söylemişsiniz?
- 2- Restoranınızda ÷lkemizde bulunan yabani mantarlardan kullanır mısınız?
- 3- Bu mantarların tedariğini nasıl sağlıyorsunuz?
- 4- Kullandığınız yabani mantarları en çok hangi teknik kullanarak pişiriyorsunuz?
- 5- Yabani mantarlar hangi aylarda yetişiyor / toplanıyor?
- 6- Ada halkımızın yenilebilir mantarlar hakkında yeteri kadar bilgi sahibi olduğunu düşünüyor musunuz?
- 7- Sizce yöresel mantarların yiyecek - içecek işletmelerinin mutfaklarında kullanılma / kullanılmama nedenleri nelerdir?
- 8- Sizce yöresel mantarların tanıtımı ve mutfaklarda kullanımının yaygınlaştırılması için yapılması gereken faaliyetler neler olabilir?

- 9- Adamızda bulunan yenilebilir yabani mantarların ada halkı veya ülkemize gelen turistlere tanıtılabilirliği hakkındaki düşünceleriniz nelerdir?

Üçüncü bölümde görüşmeye katılanların Kıbrıs mutfak kültürünün yeme - içme sektörünü nasıl yansıttığıyla ilgili görüşleri öğrenilmek istenildi. Bu bölümde sorulan soru ise şudur:

- 1- KKTC’de bulunan kafe ve restoranlar yöresel yiyecek-içecek kültürünü yansıttığını düşünüyor musunuz?

Görüşmelere başlamadan önce iki kişiyle pilot görüşme yapılmıştır. Bu pilot görüşmelerin amacı sorulacak olan soruların anlaşılır olması ve sorulmak istenilen soruların cevaplarına uygun olduğunu anlamak içindir. Yapılan pilot görüşmeler sonucunda sorulması planlanan soruların içinde 4 soru aynı cevaplar elde ettiği için o soruların birleşimini oluşturan bir soru sorulmuştur. Bu 4 soru şunlardır:

- 1- Sizce yöresel otların tanıtımı ve mutfaklarda kullanımının yaygınlaştırılması için yapılması gereken faaliyetler neler olabilir?
- 2- Adamızda bulunan yenilebilir otların ada halkı veya ülkemize gelen turistlere tanıtılabilirliği hakkındaki düşünceleriniz nelerdir? Önerileriniz nelerdir?
- 3- Sizce yöresel mantarların tanıtımı ve mutfaklarda kullanımının yaygınlaştırılması için yapılması gereken faaliyetler neler olabilir?
- 4- Adamızda bulunan yenilebilir yabani mantarların ada halkı veya ülkemize gelen turistlere tanıtılabilirliği hakkındaki düşünceleriniz nelerdir?

Yukarıda görülen soruların yapılan pilot görüşmelerde aynı cevaplar verildiği için şu şekilde ‘Sizce ülkemizde yetişen yenilebilir yabani otların ve yabani

mantarların mutfakta kullanımının yangınlaşması ve tanıtımının artması için yapılması gereken faaliyetler neler olabilir?’ sorulması kararlaştırılmıştır.

Belirlenen araştırma sorularında alınan cevaplar görüşme sırasında ses kayıt cihazı ve not tutularak kayıt altına alınmıştır. Cevaplar daha sonra bilgisayara aktarılmıştır. Araştırma sorularına cevap aramak için görüşme yapılan kişilerle online ve yüz yüze görüşmeler yapılmıştır.

Bölüm 4

BULGULAR

4.1 Verilerin Analizi

Bu çalışmada, KKTC’de bulunan ve Kıbrıs yeme kültürünü yansıtan 11 restoran sahipleri ve / veya mutfak şefleriyle, ülkemizdeki gastronomi eğitimi veren üniversitelerdeki akademisyenler ve Tatlısu Belediye Başkanı’yla mülakat yapılmıştır. Yapılan mülakatlar üç bölümde verilecektir. İlk bölümde yer alan mülakatlar, görüşmeyi yaptığımız kişilerin ülkemizde bulunan yenilebilir yabancı otlar hakkındaki bilgilerini öğrenmek için yapılmıştır. Mülakatı yaparken sorduğumuz ilk soru ise ‘KKTC’de hangi yenilebilir otlar yetişmektedir?’ dir. Yapılan görüşmeler sonucundan bu sorudan elde edilen sonuçlar şunlardır:

Tablo 4.1: Katılımcıların ‘KKTC’de hangi yenilebilir otlar yetişmektedir?’ sorusuna verdikleri cevaplar

Katılımcılar	Elde Edilen Sonuçlar
K ₁	Ayrelli, Karaot, Yumurta Otu, Gazayağı, Gafgarıt, Yabani Ispanak (ova ıspanahı), Cinara (yabani enginar), Mangallo, Gabbar, Adaçayı, Hostes, Lapsana, Girdama, Deniz Börülcesi, Gömeç ve Isırgan otu
K ₂	Hostes, Marata (Maraho), Girdama, Gabbar, Ayrelli, Atrahura, kadın kasığı, Semiz otu, Lapsana, Gömeç, Lindo, Çitlenmit, Saracino, (çiğ olarak yenilir. Gövdesi uzundur. Kara otun göbek kısmında uzar ve çiçek kısmı yenilir.) Yumurta otu, Kekik, adaçayı, Brincola (Nanemsi bir ot), Yabani sarmısak, ova ıspanahı, karaot

K ₃	Bangallo, Kadın Kasığı, Yabani ıspanah, Yumurta otu, Ayrelli, Girdamak, Yabani kekik, Gazayağı, Hosdes, Gömeç, Gabbar, Şinya, Garadiken, Deniz Ispanahı, Adaçayı, Kekik
K ₄	Gazayağı, Gömeç, Ayrelli, Yumurta otu, Lapsana, Gelin yemişi, Hostes, Garadiken, Kelpaşa, Lindo, Gağarıt, Cinara, Yaban pazısı, Semiz otu, Gabbar, Yabani ıspanah, Yabani kereviz, Girdama, Maraho, Çitlemit, Sütleğen (Tavşan otu)
K ₅	Gömeç, Yumurta otu, Ayrelli, Lapsana
K ₆	Gömeç, Ayrelli, Yumurta otu, Gabbar, Semiz otu, Ova ıspanahı (yabani ıspanah)
K ₇	Yumurta otu, maraho otu, gazayağı, gağarıt, hostes, Gabbar
K ₈	Tatlı Kök - Oksinırğa, Gudsunbalya-gibi tatlı, Kapalı sandık – Ambutsa, Sandalunez – keçi boynuzu, Zsimurga, Argoşillo, Mancauko(ğalohorto)- Sütlüot, Oksinyado, Skordalli - Yabani sarmısak, Lapsana Çiçeği, Lapsana sapı., Gınara, Gömeç, Papatya - Musulya, Yabani Lale - İftira du gayi, Kokarot – Romohorta, Yabani Ispanah - İspanaşi, Kuşgondurmaz tiken (Kaleburnu ağzı) –Berdigogavli, Hostes ailesi - Ablodi , Hostez, Mandisses, Dereotu – Maraho, Ekşilicelik, Yabani Sarımsak, Musulya, Gömeç, Yabani Ispanah Ayrelli, Yumurta otu, Kara ot (gara tiken – sahura), Gazayağı, Dirigungullo (ince yapraklı bir bitki), Girdama (Kıyı Kuruğu), Gağarıt (bir tür yabani enginar), Badayidano (salatalarda kullanılan hoş kokulu naneye benzer bir ot), Raica, Mangallo, Kekik, Gappar (Kapari), Gavulya (nero gavlo), Ada çayı, Tülümbe çayı, Yabani Nane, Doğal Luvana, Çitlemit (Çitlembik)
K ₉	Gabbar, Ayrelli, Yumurta Otu, Yabani Enginar, Cinara, Gazayağı, Gömeç, Lapsana, Girdama ve Ova Ispanahı Dediğimiz Yabani Ispanah

K ₁₀	Yumurta Otu, Yabani Kuşkonmaz (Ayrelli), Gabbar, Gazayağı, Luana (Kadın Kasığı), Hostes, Gafgarıt, Gömeç, Lapsana, Cinara, Yabani Pıratsa, Ova İspanahı, Isırgan
K ₁₁	Hostes, Gazayağı, yumurta otu, Ayrelli, yabani ıspanah, yabani pırasa, deniz börülcesi, Girdama, Kekik, adaçayı, fesliken
K ₁₂	Ebegümeci, Isırgan otu, yumurta otu, Ayrelli, cinara, gafgarıt, hostes, ova ıspanahı, alçaçık, sütleğen, lapsana luvana, gazayağı ve girdama
K ₁₃	Ebegümeci, Gazayağı, Ayrelli, Gabbar, Isırgan Otu, Kadıncasığı, Yabani Enginar (Gafgarıt), Hostes, Yumurta Otu, Gelincik, Kaya Kuruğu, Yabani Pıratsa, Yabani İspanah, Dereotu
K ₁₄	Ayrelli (Asparagus), Hostes, Garaot, Atrahura, Deve Dikeni (Sarracino), Gavulya (Nero- Gavlo), Gömeç, Similli (Sarı Papatyanın Taze Hali Onu Anası), Serçe Otu, Lapsana, Mangallo (Gazayağı), Girdama, Hallasogramca (Deniz Lahanası), Athanado, Gafgarıt, Yabani Pazı, Cinara, Yabani Sarmısak (Yabani Pazı) Çitlemit, Şinyo, Kekik, Biberiye, Yabani Nane (3-4 Çeşit Nane Vardır), Gabbar, Lapsana, Isırgan Otu, Lindo, Semiz Otu, Alçaçık.
K ₁₅	Gömeç, Mangallo, Gabbar, Hostes, Yabani Pırtasa, Ayrelli, Isırgan Otu, Kekik, Adaçayı

Yukarıdaki tabloya bakıldığında, katılımcıların çoğunun ülkemizde yetişen otlardan en bilinenleri olan gabbar (kapari), gazayağı (mangallo), hostes, karaot (garaot, garadiken, sahura), gömeç(ebegümeci), ayrelli (yabani kuşkonmaz), yumurta otu, yabani ıspanak (ova ıspanahı), semiz otu, lapsana (kadın kasığı), ısırgan otu, gafgarıt (yabani enginar) ve girdama (kaya kuruğu)'dır. Bunun yanı sıra katılımcıların bazılarının söylediği fakat fazla kullanılmayan otlar ise cinara, deniz

börölcesi, maraho (dereotu), lindo (horoz ibliği), deve dikenisi(sarracino), yabancı pazı ve ya yabancı pırasa, bangallo, deniz ıspanağı, gelin yemişi (gelincik), kelpaşa, yabancı kereviz, sütleğen (tavşan otu), alçacık, gavulya (nero- gavlo), atrahurra, similli (sarı papatyanın taze hali onu anası), serçe otu, hallasogramca (deniz lahanası), tatlı kök- oksinirga, gudsunbalya-gibi tatlı, kapalı sandık – ambutsa, zsimurga, argoşillo, mancauko(ğalohorto)- sütlüot, oksinyado, racia, çitlemit gibi otlar da ülkemizde bulunmakta ve mutfaklarda kullanılmaktadır. Bu otların bazılarının isimleri yöreden yöreye değişmekte ve asırlardan beri süregelen Rumlar ile Türklerin birlikte olan geçmişleri sonucunda bu otların Rumca, Türkçe ve Latince isimleri bir arada kullanılmıştır. Bu otlar yaz aylarında ülkemizde kuraklık söz konusu olduğundan dolayı sadece kış ve bahar aylarında toplanmaktadır.

İkinci soruya baktığımızda ise, ‘Bu otları hangi yöntemlerle tüketiyorsunuz?’ olmaktadır. Görüşmeye katılanlardan elde edilen cevaplar doğrultusunda yabancı otları şu şekilde tüketmektedirler. Yenilebilir yabancı otlar cinslerine göre çiğ olarak, haşlama yemeği daha çok zeytinyağı, limon suyu ile beraber, yahnili tencere yemeği şeklinde, börek içi, kuru baklagillerle (özellikle kuru börölce, kuru bakla) ve turşu olarak kullanıldığı görülmektedir. Bunun yanında K₁, K₂, K₁₀, K₁₁ ve K₁₂ ‘den aldığımız diğer cevaplar ise şöyledir. Yemeklerinin geleneksel tüketimlerinin yanında ürünlerin lezzetini bozmadan moderinze halleriyle de yemekleri yapmaktadır. Otları yemeklerin yanında sos olarak ya da garnitür olarakta servis etmektedirler.

Mesela K₁ ‘ben restoranımda girdama (kaya kuruğu) otunu balığın altına garnitür olarak ve zencefilli ve girdamayla yapılan bir sos ile servis etmekteyim.’.

K₃ ise ‘deniz mahsüllerinin yanında kullandığım deniz börölcesini temizlerim daha sonra blanch yapıp biraz limon ya da asitli bir ürün koyuyorum. Bu ürün deniz kenarında olduğu için tuzlu bir yapıya sahip

yüzden sadece baharat ve limon koyuyorum.’ Ürünlerin doğal aromasını bozmadan farklı sunumlarla birlikte sunmaktadır.

K₁₀, K₁₁, K₁₂ de okullarda ‘Kıbrıs Mutfağı’ adı altında dersler verilmektedir.

Bu derslerde bu ürünlerin geleneksel hallerinin yanında modernize halleriyle de öğrencilere öğretmektedirler. Modernize sunum şeklinden genellikle öğrencinin yaratıcılığı ile farklı sunumlara yer verilmektedir. Mesela buna örnek ayrelliyi geleneksel yöntemiyle yumurta ile pişirilmesinin yanında ayrelli kişte yapılarak ya da poşe yumurtanın yanında garnitür olarak üzerine hollandez sosu dökülerek servis edilmekte olup restoranların çoğu bu ürünleri meze olarak yapmaktadırlar.

K₁₃ ' Düzenlediğimiz festivalde bu otların kullanımını özendirebilmek için hem görsel olarak hemde damak tadı olarakta nasıl olduğunu anlatabilmek için yemek tadım standları yapmaktayız. Bu standlarda 60 kusun yemek çeşidi yapılmaktadır. Bu standlarda yapılan yemekler yöresel evlerde nasıl yapılıyorsa o şekilde yapılmaktadır. Zaten bu yemekleri bölge halkı yapmaktadırlar.’ İfadelerini kullanmışlardır.

3.soru olarak da ‘Bu otları hangi zamanlarda kullanırsınız/ tüketirsiniz?’ dir.

Bu soruyu sorma sebebimiz ürünlerin yetiştiği zamanları tespit etmek ve bu ürünlerin ülkemizde hangi zamanlarda tüketildiği öğrenmektir. Aşağıdaki tabloda bazı otların mevsimsel olarak hangi ayda yetiştiklerini göstermektedir.

Tablo 4.2: Yenilebilir Yabani Otların Mevsimsel Dağılımı

Otlar	Ocak	Şubat	Mart	Nisan	Mayıs	Haziran	Temmuz	Ağustos	Eylül	Ekim	Kasım	Aralık
Lapsana kökü											x	x
Gömeç											x	x
Yumurta otu	x	x										

Luvana	x	x	x									
Mandises												x
İftiradergayi	x											
Kırmızı ot (gelincik)				x	x							
Cinara yaprağı	x											x
Cinara sapı			x	x								
Cinara göbeği			x	x								
Ağrelli	x	x	x									
Gabbar			x	x	x							
Yumurta otu	x	x										x
Garaot	x	x										x
Semiz otu						x	x	x				
Lindo						x	x	x				
Yabani Ispanak	x	x										x
Gafgarıt	x	x										x
Isırgan otu	x	x	x	x	x							x
Dereotu	x	x										x

Similli			x	x	x	x						
Alçaçık						x	x	x				
Deve dikenii	x	x										x
Gavulya	x	x										x
Sütleğen	x	x										
Gazayağı		x	x									
Girdama	x	x	x									x
Adaçayı	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Sabsişa				x	x	x						
Tülümbe (frumbi)				x	x	x						
Yabani ıspanah	x	x										
Hostes		x	x									
Yabani pıratsa	x	x										
Lapsana Yaprağı			x	x								
Çitlembit yaprağı			x	x	x							
Çitlembit yemişi	x										x	x

Şinno yemişi	x										x	x
-----------------	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	---	---

KKTC'nin iklim koşullarına baktığımızda Akdeniz iklimine sahiptir. Akdeniz ikliminde kış aylarında yağış olduğu için doğada yetişen otların büyük bir çoğunluğunda kış aylarında toplanıp tüketilmektedir. Bunun yanında bahar aylarında (Mart-Nisan-Mayıs) da yetişen otlarımız vardır. Bunlar luvana, gelincik, cinara sapı, cinara göbeği, gabbar, similli, ısırgan otu, tülümbe, sabsişa, lapsana yaprağı ve çitlemit yaprağını söyleyebiliriz. KKTC'de yazları kurak geçtiği için yenilebilir yabani otlar çok fazla çıkmamaktadır. Fakat bu dönemde tarlalarda ve bahçelerde yapılan sulamalar sayesinde ortaya çıkan otlar vardır. Bunlar; semiz otu, alçaçık, deve diken ve lindodur. Ada halkı ve restoranlarda bu otlar daha çok mevsiminde kullanılmaktadır. Fakat bazı ürünler (gabbar, girdama, gazayağı) turşu olarak saklanabildiği için bütün mevsimlerde tüketimi yapılmaktadır.

K₁ 'Bu otları daha çok mevsimsel olarak tüketiyoruz. Sürekliliği sağlanamadığı için bizim konseptimizde taze ürünleri kullanmak olduğu için bu ürünleri mevsiminde kullanmayı tercih ediyorum.'

Yenilebilir yabani otlar kısmının 4. sorusu olan "Restoranınızda en çok hangi otları kullanırsınız? Neden?" dir. Burada öğrenilmek istenen bu otları kullanan restoran sahipleri ya da şeflerin neden kullanmayı tercih ettiklerini öğrenmek amaçlanmıştır. Genellikle kış aylarında kullanılan bu otlar daha çok bilindik olan (ayrelli, lapsana, gömeç, mangallo (gazayağı), gabbar vb.) ve tedariki kolay olan ürünler tercih edilmekte olup her restoran farklı sayıda otlar kullanmaktadır. Aşağıdaki tabloda ise, yapılan görüşmelerde konuşmacıların restoranlarında hangi ürünleri kullandıkları ve bu ürünleri hangi sebeplerde kullandıkları verilmiştir.

Tablo 4.3: Katılımcıların ‘Restoranlarında Kullandıkları Otlar ve Bu Otları Neden Kullandıklarının Cevaplar

Görüşmeye katılanlar	Restoranlarında kullandıkları otlar	Bu otları neden kullanıyorlar?
K ₁	Ayrelli, karaot, yumurta otu, gazayağı, gafgarıt, yabancı ıspanah (ova ıspanahı), cinara (yabancı enginar), gömeç, mangallo, gabbar, adaçayı, hostes, lapsana, girdama, deniz börülcesi, gömeç ve ısırğan otu.	<i>‘Kullanmamın sebebi kendi kültürümüze ait otların sadece evlerde değil de restoranlarda da kullanılması ve kültürümüzü tanıtmak için her yıl mevsiminde bir ya da iki gece bu yıl üç gece arka arka ‘Kıbrıs ot gecesi’ adı altında bu otları müşterilere sunuyorum.’</i>
K ₂	Ayrelli, gabbar, girdama, biraz daha gömeç	<i>‘İnsanlar bunu tercih ettikleri için, bizim kültürümüzde özellikle meze kültüründe bu ürünler olduğu için kullanmayı tercih ediyorum.’</i>
K ₃	Yumurta otu, kekik, yabancı ıspanah, ayrelli	<i>‘Doğanın bize verdiği nimetlerden yararlanmayı ve ülkemizde bulunan doğa lezzetleri sofralarımızda olmasını istediğimden bu ürünleri kullanıyorum.’</i>
K ₄	Gaz ayağı, gömeç, ayrelli, yumurta otu, lapsana, gelin yemişi, hostes, garadiken, dikenler familyasından kelpaşa, lindo, gafgarıt, cinara, yaban pazısı, semiz otu, gabbar, yabancı ıspanah, yabancı kereviz, girdama, maraho, çitlenmit burnu ve sütleğen	<i>‘Bana gelen müşterinin talebi üzerine ve bir de bu otlara olan merakım yüzünden bu otları restoranımda kullanıyorum.’</i>
K ₅	Gömeç, yumurta otu, gazayağı, ayrelli (ayrelli zaten burada temel olarak kullanılır), gafgarıt, cinara	<i>‘Kıbrıs Mutfak kültürünü tanıtmak istediğimiz için biz bu otları kullanıyoruz.’</i>

K ₆	Ayrelli, gabbar	
K ₇	Ayrelli, gabbar, gazayağı, girdama, çitlemit burnu, gömeç, yumurta otu	<i>‘Ülkemize özgü lezzetleri yapmayı ve tanıtmayı seviyorum.’</i>
K ₈	Ayrelli, gabbar, gazayağı, gömeç, girdama	<i>‘Gerek bizim ve gerekse diğer restoranlarda genellikle turşu kurulabilen otlar ve kebablarda ve deniz ürünlerinde aroma olarak kullanılmaktadır. Ot yemekleri yaygın olarak kullanılmamaktadır. Daha çok kırsal alan mekanlarında mevsiminde çıkan mantar, ağrilli ve yumurta otu pişirilmektedir.’</i>
K ₉	Ayrelli, gabbar, gazayağı	<i>‘Restoranımızın komsepti Kıbrıs meyhane kültürü olduğu için Kıbrıs’a özgü mezeleri müşterilerimize sunuyoruz.’</i>
K ₁₄	Yabani ıspanak, ayrelli, hostes, lapsana, gömeç, gabbar	<i>‘Kıbrıs’a özgü oldukları için ve benim, kendimin alışık olduğu o tatları yayma düşüncesi idi. Yani gerek ayrelliyi, gerek hostesi gerek diğer tür otları zaten genel menüimde de bunlar vardı. Bazı lezzetler ki vardı benim menüimde, o şekildeydi. Kıbrıs’a has oluşları ve o tatları tekrardan şeylere insanlara yayma’ düşüncesidir.’</i>
K ₁₅	Çitlenmit, luvana, yabani ıspanak	<i>‘Bu ürünleri şu an kullanmıyorum fakat restoranı ilk açtığım zaman bu ürünleride kullanmıştım. Kullanma sebebim bize has</i>

		<i>ürünlerin olmasıdır.'</i>
--	--	------------------------------

Yukarıdaki tabloya göre, bu ürünlerin restoranlarda kullanılma sebebinin büyük bir çoğunluğunun 'Kıbrıs'a özgü otlar olması ve restoran sahiplerinin ya da şeflerinin bu otların tanıtımını insanlara yapması olarak belirlenmiştir. Bunun yanında bazı katılımcılar, müşterilerinin isteği ve beklentisi olduğu için bu otları menülerinde bulundurmaktadırlar.

Mesela K₉ 'Restoranım meyhane olduğu için gelen müşterim benden bize özgü mezzeler istediği için benden beklentisi o yönde olduğundan ben o ürünleri kullanıyorum. Mesela benim müşterim benden gabbar turşunuzu bekler, görmek ister ya da mevsimi geldiğinde ayrelliyi görmek istemektedir.'

Diğer yandan K₂ ve K₄'ün söylediklerine baktığımızda, onlar da müşteri istekleri üzerine bu ürünleri menülerinde kullanmaktadırlar. K₁ bu ürünlerin kullanımı sadece evlerimizde değil aynı zamanda restoranlarda da kullanılabileceğini göstermek amacıyla bu ürünleri restoranında kullanmaktadır.

5. soruya baktığımızda "Restoranınızda kullandığınız bu otları nasıl kullanıyorsunuz?" sorusuna cevap olarak çoğu restoran sahibi ve şef, bu otları geleneksel halleriyle kullanmaktadırlar.

K₁ ve K₃'ün yaptığı açıklamalarda bu ürünleri hem geleneksel hallerinin yanı sıra farklı şekillerde de kullanmakta oldukları belirtilmiştir. K₁ bu ürünleri ana yemeklerin yanında garnitür olarak, yemeklere aroma katmak ya da sos haliyle kullanmaktadır. Örneğin girdama otunu levreğin yanında zencefilli bir sos ile servis etmektedir. Bunun dışında görüşmeye katılan bütün katılımcılar bu ürünleri geleneksel halleriyle (turşu, haşlama, yahni, kuru baklagille, soteleme) ve meze olarak servis etmektedirler.

K₅ meze halinde restoranlarında kullanmaktadırlar. Bazı ürünleri gazayağı, gabbar, ayrelli gibi ürünleri ekstradan turşu olarak kullanmaktadırlar. Yabani ıspanak, gömeç yaprağı ve suyunman makarna hamuru yapıp pirohuya benzer bir mantı yapmaktadırlar.

K₂ bu ürünleri meze olarak sofralarında bulunduruyorlar. Mevsimsel olarak kullandığı bu ürünleri turşu olarak kullanılabildiklerini turşu (ayrelli, çitlenmit burnu, gazayağı, girdama) kullanmaktadırlar.

6. soru ise “Bu otları nereden temin ediyorsunuz?” sorusudur. Her katılımcı hemen hemen aynı cevapları vermiştir. Bu otların temini ya restoranların bulunduğu bölgenin yakınlarında bulunan civar köylerdeki bu otları toplayan kişiler vasıtasıyla ya da kendileri toplayarak elde ediyorlar. K₁ ve K₃ ekstradan bu otları temin eden toptancılardan satın alarak da elde ediyor. Okullarda ise K₁₀, K₁₁ ve K₁₂ daha çok toptancılar ve köylerde yaşayan öğrenciler vasıtasıyla tedarikini sağlamakta olduklarını ifade etmişlerdir.

7. soru da ise bu otların yiyecek içecek işletmelerinde neden kullanıldıkları ya da kullanılmadıkları öğrenmek amaçlanmıştır. Ülkenin geneline baktığımızda ülkede bulunan restoranların büyük bir kısmı bu otları kullanmamaktadır. Bunun sebebini katılımcılarımız şu şekilde anlatmaktadırlar;

- 1- Bu ürünlerin her mevsim kullanılmadığı için sirkülasyonu zor olduğundan kullanmayı tercih etmiyorlar. Bunun sebebi restoranlarında bulunan menülerin mevsimsel olarak değişmemesinden,
- 2- Tedariği zor olduğundan ve bu yüzden de ürün fiyatlarının pahalı olmasından,
- 3- Adada bulunan restoranların çoğunun Kıbrıs mutfağı ve etnik konseptli olmamasından kaynaklı her bölgede hemen hemen benzer restoran ve kafelerin açılmasından,

- 4- Toplumun yabani otlar hakkında geniş bir bilgisinin olmaması arz ve talebi olumsuz yönde etkilediği için menülerde fazla yer bulmaması,
- 5- Bu otların Kıbrıs mutfak kültürüne uygun yapılmasını bilen aşçıların olmaması

K₁₃'ün görüşü ise “Bu ürünlerin kullanılmamasının en önemli özelliği bence bu ürünlerin ön hazırlığının uzun olması ve talebin bu konuda yeteri kadar olmamasıdır. Mesela bir müşteri geldiğinde bizim ülkemizin insanı sabırsız olduğu için yemeğinin hemen masasına gelmesini ister. Bu ürünlerin hazırlığının o saat yapılmasından dolayı müşteriden talep görmemektedir. Ayrıca o ürünün sirkülasyonu olmadığı için ve doğru korunma sağlanmadığı için bu ürünleri restoranlarında kullanmayı tercih etmiyorlar”.

Bu otları kullanan restoranlarda kullanma sebeplerinin kendi damak tatlarına yakın olması, bu otların kullanımının sadece evlerde değil restoranlarda yapılabileceğini ve bu otların tanıtımının yapılabilmesidir.

8. soru ise “Ada halkımızın yenilebilir yabani bitkiler hakkında yeteri kadar bilgi sahibi olduğunu düşünüyor musunuz?”dur. Bu soruda öğrenmek istediğimiz KKTC’de yaşayan halkın bu bitkiler ile ilgili yeteri kadar bilgi sahibi olup ya da olmadıkları hakkında katılımcılarımızın görüşlerini almaktır. Bu soruya verilen cevapların hepsi aynı olmaktadırlar. Genel olarak KKTC hakkında bu otları bilen kesim yaşlı insanlar olup genç neslin bu otları bilmediği ya da çok azının bildiği düşünülmektedir.

K₃ ‘Bence yeni nesillerde yeteri kadar bilinmiyor. Hatta benim nesilim (bende 81 doğumluyum) çok az biliyordur. Annemin nesli 50’li 60’lı insalar bir önceki neslinin diyetini daha yoğun bir şekilde takip ettikleri için toprak anadan gelene daha odaklıdır. Günümüzde kullanılmış tarım tarım arazilerde kullanılan zehirler doğal olarak yetişen bitkilerinde büyümesini ve ömrünü kısaltmasını sağlıyor. Yok ediyor. Eskiden bu vardı şu vardı cümleleri artık daha sık duyuyoruz. Şu an bu otlar daha ender bulunuyor.’

Mülakatın bu bölümünde katılımcılarımızın ülkemizde yetişen yenilebilir yabani mantarlar hakkında ne kadar bilgi sahibi olduklarını ve bu ürünlerin

hangilerini restoranlarında kullandıklarını, nasıl tükettiklerini öğrenmek amaçlanmıştır. Bu bölümde katılımcılarımıza sorulan ilk soru “Ülkemize ait yöresel yabani mantarlar var mıdır? Bildiklerinizi bize söyler misiniz?” dir. Genel olarak adamızda yenilebilir yabani mantar sayısının 60 çeşit olduğu bilinmektedir. Buna rağmen ülkemizde bu mantarlardan sadece gavcar mantar, kırmızı mantar en bilinen ve en çok tüketilen mantar çeşitleridir.

Bunun yanında K₁ ‘ben gavcar mantarı ve kırmızı mantar kullanıyorum. Bunun dışında bazı tanıdıklarım Morchella cinsi olan kuzu göbeği mantarında adamızda bulunduğunu söylüyorlar. Ben henüz görmedim ama adada yetiştiğini söylüyorlar.’

K₁₀ ‘adamızda bulunan çok bilinen gavcar mantarı çok lezzetlidir. Bunun yanında kırmızı mantar, toprak mantarı, çimlerde olan çayır mantarı ben bizim çocuklara bu mantardan çorba yapıyorum çok seviyorlar sonra brudi mantarı dedikleri mantar cinsi var.’

K₁₄ ‘adamızda en çok yenilen gavcar mantarı, kırmızı mantar, brudi mantarı, toprak mantarı ve guccurgano mantarını bu mantarın türkçesini bilmiyorum benim bildiğim adı budur.’ dile getirmiştir.

K₈ ‘gavcar ve kırmızı mantarın yanısıra Morchella ailesinin üyesi olan kuzu göbeği mantarı, Agaricus (kültür mantarı) ailesinden olan brudi mantarını, Russula ailesine ait yer yaran mantarı adamızda bulunmaktadır.’ söylemektedir.

Tablo 4.4: Katılımcıların Söylediği Mantar Çeşitleri

Katılımcıların Söylediği Mantar Çeşitleri
Gavcar Mantarı
Kırmızı Mantar
Brudi Mantarı
Kültür Mantarı
Toprak Mantarı
Çayır Mantarı
Yeryaran Mantarı
Trüf Mantarı
İstridye Mantarı
Gouccurgano Mantarı

Mantarlarla ilgili kısımda katılımcılarımıza sorduğumuz 2. soru ise “Restoranınızda ülkemizde bulunan yabani mantarlardan kullanır mısınız? Eğer kullanıyorsanız hangilerini kullanırsınız?” olmaktadır. Bununla beraber katılımcılarımızdan aldığımız cevaplar K₁₅ hariç hepsinin kullandığı yönündedir. Kullandıkları mantarlar ise genel olarak bilinen gavcar mantarı, kırmızı mantar ve kültür mantarı olmaktadır.

K₁₅ ise ‘benim restoranımda sadece kahvaltı verildiği için mantarları kullanmayı tercih etmiyorum. Tabi evimde tüketiyorum ama restoranımda kullanmayı tercih etmiyorum.’

2. sorudan sonra öğrenmek istediğimiz doğada yetişen bu mantarların restoranlara tedariklerini nasıl sağladıklarıdır. Bu yüzden de katılımcılarımıza şu soruyu sorduk. “Bu mantarların tedarikini nasıl sağlıyorsunuz?”. Genel olarak aldığımız cevaplar ise şu şekildedir.

- 1- Köylerde toplayan toplayıcılardan.
- 2- Toptancılardan.
- 3- Kendim gidip topluyorum.

Bunlar yanında K₁₀, K₁₁ ve K₁₂’nin yaptığı açıklamalarda, üniversitelerde bu ürünlerin tedarikini toptancılardan veya bu ürünlerin yetiştiği bölgede yaşayan öğrencilerden tedarik ediyorlar olmuştur.

Sonraki sorumuzda ise katılımcılarımızın bu ürünleri restoranlarında hangi şekillerde hazırlayıp servis ettiklerini öğrenmek amaçlanmıştır. O yüzden katılımcılarımıza şu soruyu sorduk ‘Kullandığınız yabani mantarları en çok hangi teknik kullanarak pişiriyorsunuz?’ katılımcılarımızdan genel olarak ızgara (mangal), soteleme ve börek içi olarak kullanmaktır cevabını almaktayız.

Bunun yanında K₃ ‘bu mantarları özellikle gavcar mantarı ile kültür mantarını steak yemeklerinin yanında servis etmekteyim. Ayrıca bu yıl özel

olarak yapılan lüks bir etkinlikte kültür mantarı, istridye mantarı, kırmızı mantar ve gavcar mantarından oluşan bir kanepa hazırlamıştım. İstirdye mantarını bir güzel tiftikledim, mantarlardan duxell hazırladım ve gavcar mantarı küp küp kesip doğadan topladığımız kekik ile lezzetlendirip yanında da parmesan peynirinden yaptığımız crispy ile süsleyip servis ettik.’

K₁₀, K₁₁ ve K₁₂ yaptıkları açıklamada bu ürünlerin soteleme, ızgara veya börek içi kullanımlarının yanı sıra duxell yapımında, ana ürünün yanında garnitür olarak hazırlanmaktadır.

5. soruda ise ‘Ülkemizde yetişen yenilebilir yabani mantarlar hangi aylarda yetişiyor /toplanıyor?’ olmaktadır. Kurak yazlardan sonra mantarlar hiç görünmeyebilir veya rutubetin artmasıyla birlikte Eylül’den itibaren ortaya çıkabilmektedir. Daha çok ülkemizde yağmurların başlamasıyla mantarlar çıkmaktadır. Kış aylarının mantar dönemi için en bereketli aylar olduğu tespit edilmiştir. Bu dönemde daha çok gavcar mantarı, kırmızı mantar, brudi ve toprak mantarı çıkmaktadır. İlkbahar aylarına baktığımızda da az da olsa ortaya çıkan mantar cinsi Morchella’lardır. 2020 yılına baktığımızda iklim değişikliklerinden dolayı gavcar mantarının yetişmesi/toplanması Nisan ayının ortasına kadar görülmektedir. Buna ek olarak kültür mantarını her mevsim kullandıklarını dile getirmişlerdir.

6. soru ise “Ada halkımız yenilebilir yabani mantarlar hakkında yeteri kadar bilgi sahibi olduğunu düşünüyor musunuz?” dur. Konuşmacılarımızın genel görüşü bu mantarların genç nesiller tarafından pek fazla bilinmemekte olup yaşlı kesimin ve kırsal alanda yaşayan insanların bildiği yönünde olmakta ki

K₁ şu sözlerle ‘adamızda maalesef kırsal alanlarda yaşayanlar ve yaşlı insanlar dışında bu mantarları bilen yoktur. Genç neslin çok az bir kısmı bu mantarları bilmektedir.’

K₈ ise ‘daha çok kırsal alanlarda yaşayan halkın bu mantarları bildiğini’ söylemektedir.’

K₁₁ ise genç nesillerin bilmediğini eski insanların bildiğini söylüyor. Ayrıca bu insanların da sadece gavcar mantarı, kırmızı mantar ve brudi mantarını bilmektedirler' ifadelerinde kullanmıştır.

7. soru ise katılımcılarımızın bu ürünleri yiyecek-içecek işletmelerinin mutfaklarında kullanılma / kullanılmama nedenlerini sorduk. Aldığımız cevaplarda ise bu ürünlerin sürekliliği olmadığı, maliyetinin çok çok yüksek olduğunu ve

K₁₄'ün belirttiği 'her restoran konseptine uymadığı için çoğu yiyecek-içecek işletmesi bu ürünleri kullanmamaktadır.'

Bu kısımda adamızda yetişen hem yenilebilir yabani otlar hemde yenilebilir yabani mantarlar için ortak bir soru sorulmuştur. Bu soru ise 'Sizce ülkemizde yetişen yenilebilir yabani otlar ve yabani mantarların mutfaklarda kullanımının yaygınlaşması ve tanıtımının artması için yapılması gereken faaliyetler neler olabilir?' dir. Konuşmacılarımızdan aldığımız cevaplar ise şöyledir.

K₁ görüşü ise, 'Ülkemizde yetişen bu ürünlerin olduğu bir kitabın hazırlanması. Hazırlanan kitapta bu ürünlerin nasıl kullanılacağı ile resimleriyle birlikte basılması. Ayrıca üniversitelerde genç aşçılara bu ürünler hakkında bilgiler verilmesi. Restoran ve otellerde daha çok yerli aşçıların çalışması ve bu ürünlerin kullanılması sağlanabilmektedir.'

K₂ görüşü ise 'bence daha çok büyüklerimizle iletişim halinde olup bize bu konuda bildiklerini aktarmalarını, belediyelerin düzenlediği doğa yürüyüşlerle genç nesillere bu ürünleri gösterme fakat bu ürünleri gösterirken nasıl kullanmaları gerektiğini anlatmak lazım. Ayrıca bu dönemlerde düzenlenen festivallerde bu ürünlerin tanıtımı sağlanabilmelidir.'

K₅ görüşü ise 'Gastronomi dalında belirli zamanlarda yapılan tanıtım etkinlikleri düzenlenebilir. Tabi bu festival ya da eko günleri kadar büyük birşey değilde daha küçük bir etkinlikler olabilirler. Sadece otlar ya da sadece mantar ürünlerinin olacağı, bu ürünleri nasıl kullanacağını gösteren etkinlikler. Bu etkinliklerde sadece bu ürünler olacak başka ürünlere yer verilmeyecektir.'

K₈ görüşü ise 'Sağlıklı beslenme konusunda otların ve mantarların önemi, çeşitli eğitim ve tanıtım yolları ile anlatılmalıdır. Özellikle yiyecek-içecek işletmeleri menülerinde mevsiminde çıkan otlar ile ilgili özel menüler hazırlayıp sunmalı, ot ve mantar yemeklerinin önemi anlatılmalıdır. Başta yiyecek-içecek ve konaklama sektörünün örgütlerinde bu menülere

yer verilmesi için kararlar üretilmeli. Ancak bu yönde çalışacak örgütsel yapılar mevcut değildir. Diğer bir anlamda başta Turizm Bakanlığı Tanıtım ve Pazarlama Dairesi ülkenin mutfak konusundaki tanıtımına önem vermeli ve menü planlamalarında özelde Kıbrıs mutfağı ürünlerinin ve buna bağlı olarak ot yemeklerinin menülerde belirlenecek ölçülerle yer alması sağlanmalıdır. Hatta sınıflandırmalarda bu ayrıntı dikkate alınıp puanlamayı etkilemelidir. Menü planlamalarında özel olarak pazarlanmalı ve yenmesi için özendirilmeli. Mantarı farklı yöntemlerle işleyip farklı lezzetler olarak sunmalıdır.’ ifadelerini kullanmıştır.

K₁₃ görüşü ise, ‘En etkili yöntem festivaldir. Bunun nedeni binlerce insana ve farklı kitlelere aynı anda bir tek festivaller sayesinde ulaşılabilir.’

Görüşmelerimizin son sorusu ise “KKTC’de bulunan kafe ve restoranların yöresel yiyecek- içecek kültürünü yansıttığını düşünüyor musunuz?” dur. Buna katılımcılarımızın çoğu hayır, ülkemizde bulunan kafe ve restoranlarının yöresel yiyecek içecek kültürünü yansıttığını düşünmüyorlar. Bunun sebebi olarak da arz ve talebin bu yönde daha çok fastfood ve dünya mutfaklarına ilgiden dolayı olduklarını söylüyorlar.

K₅ görüşüne göre, ‘adamızda bulunan restoranların çoğu halkın istekleri doğrultusunda açılmaktadır. Ülkemizde çoğunlukla kebab, döner, snack daha çok hızlı ve hazır ürünlerin olduğu restoran ve cafelere talep olduğu için ülkemize özgü restoran çok fazla olmamaktadır. Bu yüzden de ülkemizde bulunan kafe ve restoranlar ülke mutfak kültürümüzü yansıtmamaktadır.’

K₈ görüşüne göre ‘kafe ve restoranların formatı ve menü planlaması daha çok füzyon mutfağı ve uluslararası kahve ve snack yiyeceklerine göre planlanmıştır.’ şeklindedir.

Bölüm 5

SONUÇ VE TARTIŞMA

5.1 Sonuç ve Tartışma

Eski çağlardan beri insanoğlu, doğanın sunduğu ürünleri mutfaklarında kullanmaktadır. Bu doğal ürünlerin başında gelen yenilebilir yabani bitkiler ve yenilebilir yabani mantar türleri yıllar boyunca hem tıbbi açıdan insanlara şifa vermek hem de mutfak sofralarında yerlerini almaktadır. Zaman içerisinde doğada yetişen bu ürünlerin kullanımlarında bir azalma söz konusu olmuştur. Bunun nedeni insanların ihtiyaçları doğrultusunda hazır gıdaya yönelmesi ve bu ürünlerin kültürü alınarak tarımsal ürünlere çevrilmesidir. Fakat son yıllarda doğada yetişen bu ürünlere geri dönüş olmuştur. İnsanların gerek organik beslenme gerekse sadece sebze ağırlıklı (vegan, vejeterian, raw food) beslenme başlamasıyla bu ürünlere olan ilgede artış söz konusudur. Bununla beraber yenilebilir yabani otlar ve yenilebilir yabani mantar türleri sadece ev tipi mutfaklarda değil aynı zamanda restoran tipi mutfaklarında da kullanılmaya başlamıştır. Bu çalışma kapsamında Kuzey Kıbrıs'ın doğada yetişen yenilebilir yabani otlar ve yabani mantar çeşitlerinin neler olduğunu bulmak, bu ürünlerin KKTC restoranlarında kullanımlarıyla ilgili bilgi vermek amaçlanmıştır. KKTC'de doğada yetişen ürünler bakımından zengin olmasına karşın ülkede bulunan restoranlarda bu ürünlerin kullanımının çok az olduğu gözlemlenmiştir. Ayrıca literatürde de bu konuyla ilgili az kaynak olduğundan gelecek araştırmalar da yardımcı kaynak olabilmesi amaçlanmıştır. Araştırma doğrultusunda 15 kişiyle görüşmeler yapılmıştır. Bu görüşmelerde bu ürünleri

kullanan restoran sahipleri, gastronomi eğitimi veren akademisyenler ve bu ürünleri ile ilgili ülkemizde yapılan etkinliklerden biri olan Tatlısu Ot Festival’ini düzenleyen kişiyle görüşmeler yapılmıştır. Bu görüşmeler sonucunda elde ettiğimiz veriler ise şöyledir.

Akdeniz’in doğusunda yer alan Kıbrıs adası dünya üzerindeki konumundan dolayı yazları sıcak ve kurak, kışları ise serin ve az yağışlı olan tipik bir Akdeniz iklimine sahiptir. Sahip olduğu iklim ve coğrafi koşullar sayesinde Kıbrıs Adası, doğada birçok çeşit yenilebilir yabani bitki ve yabani mantar türüne ev sahipliği yapmaktadır. Bu ürünlerin hemen hemen hepsi genellikle yağmurların yağmasıyla ortaya çıkmaktadır. Bu doğrultuda ise, bu ürünler kasım aylarında başlayıp nisan ayına kadar sofralarımızda tüketilmektedir.

Yenilebilir otlar, ‘yine insanlar tarafından yetiştirilemeyen doğal ortamında büyüyen, yeterli bir olgunluğa ulaşmış, uygun şekilde toplanmış ve muhafaza edilmiş ayrıca mutlaklarda kullanılabilen yabani bitkileri belirtmek için kullanılan bir kavramdır’ (Şimşek ve ark., 2020).

Yapılan görüşmeler sonucunda katılımcılarımızdan adamızda bulunan 51 adet yenilebilir yabani ot olduğunu öğrenmekteyiz. Bu bitkiler hemen hemen hepsi ülkenin her kesiminde yetişmekte olup bölgeden bölgeye farklı isimlerde anılmaktadır. Mesela yabani dere otuna Gazimağusa bölgesinde yaşayanlar “maraho” derken Baf bölgesinden göçen (özellikle Güzelyurt bölgesi) insanlar bu ota “marata” demektedirler. Bunun sebebi ise ebeveynlerinden bu şekilde görmeleridir.

Yıldırım’ın (2010) yazdığı yazıda 78 adet yenilebilir yabani bitki kullanıldığı gözlenmektedir. Bu otlardan 22 adeti mutfaklarımızda baharat olarak kullanılmaktadır. Fakat Yıldırım’ın yaptığı çalışmada yenilebilir yabani otların yanı sıra yabani ağaçlara da yer verdiği için ürün sayısı bu kadar fazla görülmektedir. Ayrıca bu ürünlerin kullanım alanlarının ne olduğu; Türkçe’deki isimleri, yerel karşılıkları ve Latince isimlerine de yer verilmiştir. Gerçekleşen akademik çalışma

içerisinde ele alınan ürünlerin sadece gastronomi anlamında nasıl kullanıldıklarına değinilmek istenildi.

Yenilebilir yabani otlar genellikle cinslerine göre çiğ olarak/ yahnili tencere yemeği şeklinde/ börek içi/ kuru baklagillerle (özellikle kuru börülce , kuru bakla)/ turşu veya haşlanarak (haşlandıktan sonra limon, zeytinyağı ve tuz ile lezzetlendirilmek suretiyle) tüketilmektedir. Genel olarak bu ürünleri mutfaklarında kullananlar ailelerinden veya çevrelerinden nasıl görüyorlarsa o şekilde pişirmektedirler, yani bu bir kültürel aktarımdır.

Katılımcılar restoranlarında araştırma içerisinde ismi geçen otlardan sadece 27 türünü kullanılmaktadır. Bu kadar çeşit ürünü kullanmalarının sebebi de en bilindik ve adada en çok yetişen ürünler olmaları olarak kabul görülmektedir. Esas olarak bu otlar sadece evdeki mutfaklarda kullanımlar dışında profesyonel mutfaklarda kullanılabileceğini ve Kıbrıs yeme kültürünü tanıtmak amacıyla restoranlarda kullanılmakta olduğu gözlemlenmiştir. Katılımcıların çoğu restoranda bu ürünleri geleneksel bilindik tarzlarıyla ve genellikle meze şeklinde servis etmektedirler. Fakat bazı katılımcılar bu ürünlerin geleneksel halleri dışında ürünün tadı bozulmadan farklı sunumlarla ve farklı pişirme teknikleriyle servis etmektedirler. Örneğin, mevsiminde yetişen girdama otunu levreğin yanında zencefilli bir sos olarak ya da yabani ıspanak ve ayrellili kiş yapılarak kullanılmaktadır. Farklı şekillerde de bu ürünleri kullanmak mümkündür. Örneğin yabani ıspanak ve gömecen suyunu çıkararak makarna hamuruna eklenip içine ricotta peynirinden bir harç konularak ravioli yapılabilir. İtalya’da ayrelliyi hummus şeklinde yapılmaktadır. Bu şekilde yapıp restoranlarda başlangıç olarak satılabilir. Bu otların teminini ya restoranların bulunduğu bölgenin yakınlarında bulunan civar köylerde bu otları toplayan kişiler vasıtasıyla, kendileri tarafından toplanarak veya

toptancılar tarafından satın alarak elde ediyorlar. KKTC restoranlarının %90'ı bu ürünleri restoranlarında kullanmamaktadır. Bunun sebebi, restoranlarında bulunan menülerin mevsimsel olarak değişmemesi, tedariği zor olduğundan buna bağlı olarak ürün fiyatlarının pahalı olması, adada bulunan restoranların çoğunun konseptinin dünya mutfak ve fast food olması ve işletme sahiplerinin müşterilerin talebi üzerine bu otları kullanmamayı tercih etmesi, toplumun yabancı otlar hakkında geniş bir bilgisinin olmayışının arz ve talebi olumsuz yönde etkilediği için menülerde kullanılmamaktadır. Genel olarak KKTC halkında bu otları bilen kesim yaşlı insanlar olup genç neslin bu otları bilmediği ya da çok azının bildiği düşünülmektedir. Ayrıca restoranlarda çalışan birçok kişinin bu otlar hakkında bilgi sahibi olmamaktadır. Bunun için restoran mutfak şefi ya da restoran sahibi çalışanlarını bu otları bilen biriyle doğa yürüşleri yapabilir. Avrupa'da birçok restoran bu tip faaliyetler göstererek hem bu ürünlerin bilinmesini sağlıyor hemde nasıl kullanabilecekleri ile ilgili bilgiler verilmektedir. Bizde de kış zamanları restoran sahipleri veya şefleri bu tarz geziler düzenleyerek bu ürünlerin bilinmesini sağlayabilir.

Geçmiş zamanlardan beri insanoğlu mantarları hem tıpta hem de mutfaklarında kullanmaktadırlar. Zaman içerisinde, mantar kullanımı insanlar için önemli olmaya başlamıştır. Mantarlar, içerisinde barındırdığı protein, vitamin ve mineraller sayesinde insanlar tarafından tercih edilmektedir. Günümüzde ise, yenebilir yabancı mantarlara olan ilgide bir artış söz konusudur. Bunun sebebi olarak da yenebilir yabancı mantarların dünya genelinde sağlıklı ve güvenilir gıdaya olan talebin artmasıyla mantar yetiştiriciliği ve yabancı mantarları mutfaklarda sıklıkla kullanmaya başlanmasıdır. Son dönemlerde artan vegan beslenme ve raw food (çiğ

beslenme) ile birlikte, mantarların et besin değişim gruplarında bulunmasıyla en çok tüketilmeye başlayan besin grubu olmuştur.

Mantarları dünya üzerindeki konumuna baktığımızda 1,5 milyon mantar türü olduğu düşünülmektedir. Bunların 5,020'si yenebilen mantar olup 2,150'si zehirli olmayıp fakat yenilememe özelliklerini taşımaktadır. Yenilebilir türün 35'ini ticari anlamda kültürü yapılmaktadır. Yaklaşık 120 türün ise ekonomik anlamda yetiştiriciliğinin yapılması için üzerine bilimsel araştırmalar yapılmaktadır. Ülkemizde ise 51 familyaya ait toplamda 219 mantar türüne ev sahipliği yapmaktadır. Bulunan mantarlar arasında 18 familya'nın 60 türünün yenilebildiği gözlenmektedir. Fakat, bu türlerin çoğu gerek lezzetsiz olmasından gerekse küçük olmasından ayrıca bilinmemesinden dolayı halk tarafından yenilmemektedir. Bunun yanında dünyaca ünlü mantar ailelerinden olan Morchellaceae (Morchella) ailesi, Tuberaceae (Trüff mantarı) ailesi, Agaricus (Kültür) ailesi, Boletaceae (Porcini) ailesi, Hygrohorus ailesi ve Pleurotaceae (Gavcar) ailesinin türleri adamızda bulunmaktadır. Katılımcılarımızdan aldığımız cevaplara baktığımızda KKTC'de yetişen mantar türleri arasında en başta gavcar mantarı, brudi mantarı, kırmızı mantarı, istiridye mantarı ve kültür mantarı gelmektedir. Restoranlarında ise daha çok gavcar ve kırmızı mantarı kullanılmaktadırlar. Fakat adamızda yenilebilir mantar 60 çeşit olmasına rağmen restoranlarda sadece iki çeşit mantar kullanılabilmekte. Gavcar ve Kırmızı mantar dışında adamızda yetişen diğer mantar çeşitleri şu şekilde kullanılabilir; çayır mantarı lezzet konusunda az olduğu için mantar bazlı çorbalarda kullanılabilir, Tavşan böbreği adı altında bir mantar çeşidi adamızda mevcuttur. Bu mantar çeşidi sahte trüf mantarı olarakta anılmaktadır. Genç halinin kokusu ve tadı lezzetli olmasında dolayı bu zamanlarda kullanılması gerekmektedir. Etlerin üzerine bu mantarla hazırlanan tereyağ konulabilir. Bu sayede aroması ete geçmekte olur. Bir

diğer kullanım şekli ise makarna sosu olarakta kullanılabilir. Bu şekillerde restoranlarda kullanılabilir. Bu ürünleri ızgara, soteleme ve börek içi gibi meze şeklinde servis etmektedirler fakat katılımcılardan bazıları bu ürünleri ana yemeklerinin yanında özellikle steaklerin yanında garnitür ya da istiridye mantarı ve kültür mantarı ile duxell yapılarak ravioli iç dolgusu şeklinde servis edilebilir. Boletaceae ailesine ait olan Rheubarbaribotelus Armeniacus mantar çeşiti adamızda bulunmaktadır. Yapılan araştırmalarda bu mantar çeşitinin porçini mantarı ailesinden olduğu için bu tür dünyada en çok tüketilenler arasındadır. Porçini mantarını soteleme, ızgara, risottolarda, makarnalarla birlikte ve yemeklerin yanında garnitür olarak servis edilmektedir. Bu mantar türü ayrıca çiğ olarak yenilmektedir. KKTC’de bulunan türü ise yapılan araştırmalarda sadece şapka kısımlarının yenilebilmektedir. Bu mantarı ızgara, fırında ya da soteleme pişirme teknikleriyle kullanabilir. Restoranlara bu ürünlerin tedarikini yenilebilir yabani otlarla aynı şekilde sağlanmaktadır. Yani bu ürünleri bulunduran toptancılardan, köylerde yaşayan ve bu ürünleri toplayan kimselerden veya kendisi gidip toplamaktadırlar. Mantarlar genellikle ilk yağmurlarla beraber sonbaharın sonlarından baharın ortalarına kadar yetişmektedir. Ada halkının yenilebilir yabani mantarlar hakkında bilgisi sadece eski insanların ya da köylerde yaşayan insanların bildiğini genç nesillerin bu ürünleri pek bilmediğini belirtilmiştir. Ayrıca bu ürünlerden sadece gavcar, kırmızı ve brudi mantarlarını bildikleri ve topladıkları bilinmektedir. Bu ürünleri restoranlarda çok kullanılmamasının sebebi yabani mantarların maliyetlerinin çok fazla olması ve sürekliliği açısından yeterli olmaması yüzünden kullanılması tercih edilmemektedir. Bu konuyla ilgili yapılan önceki çalışmada KKTC’de yetişen yabani mantar türlerinin neler olduğunu ve bu ürünlerin nereden yetiştiğini anlatılmaktadır. Fakat yenilebilir mantar türlerini içeren bir çalışma yapılmamıştır. Bu çalışma yenilebilir

yabani mantarlar türlerinin neler olduğu ve bu ürünlerin kullanım şekillerine yer verdiği için literatüre katkı sağlayacaktır.

Zoom yayınlarının (2016) yaptığı ‘Kıbrıs Ot Yemekleri’ kitabında hem yenilebilir yabani bitkileri hemde yenilebilir yabani otların nasıl kullanılabilir oldukları görülmektedir. Bu otların kullanımında pişirme teknikleri olarak haşlama, yumurta ile soteleme, turşu, yahnili yemek olarak, börek içi, kavurma ve çorba şeklindedir. Çalışmada bu ürünlerin pişimlerine ek olarak buharda pişirme, çiğ olarak ve ızgaradada pişirilebildiği görülmektedir.

Yıldırım’ın 2010 yılında yazdığı çalışmasında yenilebilir otların sadece halk tarafından nasıl kullanıldıkları yazılmıştır. Bu çalışmada bu ürünlerin restoran mutfaklarında da nasıl kullanılabilecekleri gösterilmektedir.

Doğan ve ark. (2019) yılında yazmış olduğu çalışmada KKTC’de yetişen yabani mantar türlerine yer verilmiştir. Bu mantar türlerinin neler olduğu, yenilebilirlikleri ve nerelerde yetiştikleri verilmiştir. Bu çalışmada ise sadece yenilebilir yabani mantarların neler olduğunu ve gastronomi açısından nasıl kullanılabileceği gösterilmektedir.

5.2 Kısıtlamalar

Çalışma sırasında hedeflenen restoran sayısının 15 olduğu fakat dört restoran sahibinin gerek korona virüsünden kapalı olması gerekse yoğun iş tempolarından dolayı görüşme yapmayı kabul etmediler. Çalışmanın başlarında anket çalışması yapılması planlanmıştır. Anketin amacı KKTC’de yaşayan halkın bu ürünleri ne kadarını bildiklerini görmektir. Ankete katılanlardan çoğunun iki bölge (Gazimağusa-Güzelyurt) olmasından dolayı sadece görüşme tekniğini kullanmakta karar kıldık. Anketler sırasında öğrendiğimiz daha sonra da katılımcılardan aldığımız bitki ve mantar isimlerinde yöresel bilindik isimleri olması ve türkçelerinin

bulunmamasından biraz zorluk yaşanmıştır. Bu yüzden de çalışmada orjinal isimleri kullanılmaktadır. Çoğu katılımcının restoranı köy yerlerinde olduğu için ulaşım sıkıntısı yaşanmıştır.

5.3 Öneriler

KKTC’de bulunan restoranlarda bu ürünlerin çok kullanılmadığı göze çarpmaktadır. Bu ürünlerin restoranlarda kullanılmamasının sebepleri olarak da maliyetlerinin fazla olması, tüketicinin taleplerinin daha çok fastfood üzerine olması ve meyhane kültürüne ait olması, sürekliliğin yeterli olmamasından dolayı restoranlarda bu ürünler kullanılmamaktadır. Değişen dünya düzeninde ve gelişen gastronomide artık insanların doğal yaşama, doğada yetişen ürünlere dönmektedirler. Bu doğrultudan dolayı ise, dünyadaki çoğu restoran bu konseptle bu ürünleri restoranlarında kullanıyorlar. Ülkemizdeki restoranların da bu ürünlerin kullanımının yaygınlaştırılması ve tanımının olması belli başlı çalışmalar yapılması lazım. Bu ürünlerin ülke gastronomisine katkısının yapılacak olan etkinlikler ve planlamalarla yükseltilmesi lazımdır. Ülkemiz içerisinde bu konuya dair olarak gerçekleşen ve araştırma yapılan ilgili çalışmalardan biri olan ‘Tatlısu Ot Festivali’ sadece bu otların ve mantar çeşitlerinin bulunduğu bir etkinliktir. Tatlısu Ot Festivali’nde yöre halkının daha önce bu otlardan çok fazla kullanmadığını fakat festivalin yapılmasıyla hemen hemen her evde mevsiminde yetişen otlar kullanılmaktadır. Bu durumun yanı sıra, yanında festivalde etkinlik olarak bu otların nasıl pişirilmesi, toplanması ve saklanması gerektiğini gösterilmektedir bu gibi etkinliklerin adanın geneline yayılması ve tanıtımları yapılması gerekmektedir. Bu ürünleri ile ilgili gastronomik açıdan kitaplar yapılarak, bu ürünlerden yapılabilecek yemekleri ve bu ürünlerin neler olduğunu resimli olarak gösteren kitapların yapılması, gastronomi eğitimi verilen okullarda ülkemize ait bu ürünlerin hem geleneksel hemde fizyon şeklinde

kullanımının gösterilmesi bununla beraber okulların ve belediyelerin doğa yürüyüşlerinin yapılmasıyla tanıtımının yapılması, ülke restoranlarında yerli aşçıların ve bu ürünleri kullanabilen aşçıların yaygınlaştırılmasıyla restoranlarda kullanılmalıdır. Özellikle Kıbrıs adasında yaşam sürmeye devam eden yöre halkının bu bitkilerle kalkınmasını kolaylaştırabilmek ve “küreselleşmeye karşı yereli koruma” düşüncesiyle hareket edebilmek için Doğu Akdeniz Üniversitesi, Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi, Girne Amerikan Üniversitesi ve Lefke Avrupa Üniversitesi’nin Gastronomi bölümünde ders veren öğretim üyelerinin yerel halka eğitimler vermesi halkı bilinçlendirebilir. Bu nedenle bu eğitimlerin yapılması hedeflenmektedir. Bu sayede ise, ülkede yaşayan insanlar ve gelen turistler bu ürünleri tanımış olmakla beraber bu ürünlerin ülke gastronomisinde katkıları da artacaktır.

KKTC’de gastronomi eğitimi veren üniversitelerin veya meslek liselerinin bu ürünlerin yetiştiği zamanlarda öğrencilerle doğa yürüyüş organizasyonları düzenleyebilir. Bu sayede hem genç nesiller hem de geleceğin aşçı adayları bu ürünlerin neler olduğunu bilecekler hemde nasıl kullanmalar gerektiğini öğreneceklerdir. Bu sayede bu ürünlerin bilinirliği artacaktır.

Bu önerilere ek olarak ise konuya dair olarak, ilgi duyan ve araştırmak isteyen kişilerin ülkemizin yenilebilir yabani ot ve yabani mantar zenginliğinin farkında olarak araştırma sahasını geniş tutması ve gerekirse KKTC yenilebilir yabani bitki ve yabani mantar envanteri veya haritasını çıkarması önerilmektedir.

Bu çalışma, yenilebilir yabani otlar ve yenilebilir yabani mantarlarla ilgili yapılacak olan bir sonraki çalışmalara yardımcı kaynak olabilecektir. Yenilebilir yabani mantarlar ve bu mantarların kullanımları hakkında bir sonraki çalışmalara yardımcı olabilecektir.

KAYNAKLAR

- Abak K. (1976), '*Yemeklik Mantarın Botanik özellikleri ve Tanımı*', Türk I. Yemeklik Mantar Kongresi Tebliği, Ankara.
- Abbasi, A. M., Khan, M. A., Khan, N. and Shah, M. H. (2013). '*Ethnobotanical Survey of Medicinally Important Wild Edible Fruits Species Used By Tribal Communities of Lesser Himalayas-Pakistan*'. Journal of Ethnopharmacology
- Aberoumand, A. and Deokule, S.S. (2009). '*Determination Of Elements Profile Of Some Wild Edible Plants*'. Food Analytical Methods,
- Akın G. Özkoçak V., ve Gültekin T. (2015) '*Geçmişten Günümüze Geleneksel Anadolu Mutfak Kültürünün Gelişimi*' Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih Coğrafya Fakültesi Antropoloji Dergisi
- Akyüz, M. & Kırbağ, S. (2007). '*Türkiye'de sebze ve meyvelerin yanı sıra alternatif besin kaynağı: yabani mantar (Pleurotus eryngii var. ferulae)*', Artvin Çoruh Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi, 8 (1), 26-36.
- Akyüz, M., & Kırbağ, S. (2007). '*Ülkemizde sebze ve meyvelerin yanısıra alternatif besin kaynağı: yabani mantar (pleurotus eryngii var. ferulae)*'.
- Alan, R. (1977), '*Yenilen ve Zehirli Şapkalı Mantarların Tanınması*', Atatürk Üniversitesi Ziraat Fakültesi, Ziraat Dergisi, 8 : 2/3, 109 -120.

Anonim (2009), '*Kuzey Kıbrıs Kùltürler Mozayığı*', Lefkoşa: Kuzey Kıbrıs Müze Dostları Derneğı Yayını

Baltacı A., (2019), '*Nitel Araştırma Süreci: Nitel Bir Araştırma Nasıl Yapılır?*', Ahi Evran Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 5(2), 368-388.

Barutçıyan J. (2012), '*Türkiye'nin Mantarları I*', Oğlak Yayıncılık, İstanbul.

Bertelsen, C. D. (2013), '*Mushroom: a Global History*'. Reaktion Books

Birer, S. (1985), '*Yemeklik Mantarın Beslenmemizdeki Yeri ve Değerlendirilmesi*', Beslenme ve Diyet Dergisi, 14, 139-152.

Bober P.P., (2003), '*Antik ve Ortaçağda Yemek Kùltürü Sanat, Kùltür ve Mutfak*' Kitap Yayınevi, İstanbul

Bonato, L., Yiakoumis, H., Kaba, K. (2007), '*The Island of Cyprus*', Athens: Printed at Toubi's Publication

Boudan C., (2006), '*Mutfak Savaşı*', Ayrıntı Yayınları, İstanbul

Ceylan F., & Şahingöz S. A. (2019). '*Yenilebilir Otlar Tüketim Alışkanlığı: Düziçi Örneğı*', Edible Herbs Habitual, Journal of Tourism and Gastronomy Studies

Ceylan, F., & Yücel, E. (2015). '*Düzce ve çevresinde gıda olarak tüketilen yabani tüketim biçimleri ve besin ögesi değerleri*', Afyon Kocatepe Üniversitesi Fen ve Mühendislik Bilimleri Dergisi, 15(3), 1-17.

Chang S.T. (1980), '*Mushrooms As Human Food*', Bio Science, Vol: 30; (6), 399-401.

Çakıroğlu A., (2007), '*Kıbrıs 'ın El Kitabı*', Galeri Kültür Yayınları, Lefkoşa

Çavuşoğlu M. ve Çavuşoğlu O., (2018), '*Gastronomi Turizmi ve Kıbrıs Sokak Lezzetleri Üzerine Bir Araştırma*', Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi, Cilt:2 Sayı: Ek.1

Çetin A., Genç H., (2014), '*16. yy Osmanlı Devleti 'nde Botanik Araştırmaları*', Dört Öge, Yıl 3, Sayı 5

Çetin A. (2008), '*Türk Mutfağı*', TC. Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları

Direktör, Ş. (1998). '*Kıbrıs Türk Mutfağı*'. Galeri kültür yayınları.

Dogan, Y., Ugulu, İ. and Durkan, N. (2013). '*Wild Edible Plants Sold in The Local Markets of Izmir*', Turkey. Pakistan Journal of Botany

- Doğan Y., Nedelcheva A., Luczaj L., Drăgulescu C., Stefkov G., Maglajlić A., Ferrier J., Papp N., Hajdari A., Mustafa B., Dajić-Stevanović Z. and Pieroni A. (2015). '*The Importance of a Leaf: Ethnobotany of Sarma in Turkey and The Balkans*', Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine
- Doğan. Hüseyin. H. Büyükalaca S., Taşkın H. Bozok F., Hacıküçük A. (2019), '*Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde Yayılış Gösteren Makrofungusların Belirlenmesi*', KKTC Tarım ve Doğal Kaynaklar Bakanlığı Tarımsal Araştırma Enstitüsü.
- Erdem, Ö., Bayram, F., Çitfçi, B., & Kemer, A. K. (2018), '*Mutfak Şeflerinin Yöresel Mantarları Tanıma ve Kullanım Durumlarına İlişkin*', Journal of Tourism and Gastronomy Studies,3, 225-239
- Eren, E. & Pekşen, A. (2016), '*Türkiye'de Kültür Mantarı Sektörünün Durumu ve Geleceğine Bakış*', Türk Tarım – Gıda Bilim ve Teknoloji Dergisi, 4(3): 189-196.
- Erik, S., & Tarıkahya, B. (2004), '*Türkiye Florası Üzerine. Kebikeç*', 17(1), 139-163.
- Faydacıoğlu E.ve Saip M., (2011), '*Geçmişten Günümüze Tıbbi ve Aromatik Bitkilerin Kullanılması ve Ekonomik Önemi*', Kastamonu Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi

Fehmi H., (1992), '*A'dan Z'ye KKTC Sosyal ve Ansiklopedik Bilgiler*', Cem Yayınevi, İstanbul.

Gali, D. M., Borg, R. W. ve Gali, P. J. (1996), '*Educational Research: An Introduction (6th ed.)*', New York, Longman

Guba E. G. and Lincoln Y. S., (1994), '*Competing Paradigms in Qualitative Research*', Handbook of qualitative research, 2(105), 163-194.

Güner, A., Aslan, S., Ekim, T., Vural, M. & Babaç, M.T. (2012). '*Türkiye Bitkileri Listesi (Damarlı Bitkiler)*', Nezahat Gökyiğit Botanik Bahçesi ve Flora Araştırmaları Derneği Yayını. İstanbul.

Gürel, Y. (2004). '*Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nin Kuruluşuna Kadar Kıbrıs Meselesi*'. G. Ü. Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 5(1), 101-112.

Gürsoy, D. (2013). '*Mutfak Kültürümüz*', Oğlak Yayıncılık ve Reklamcılık Ltd, 2.Baskı, İstanbul.

Harding P., Lyon T., & Tomblin G. (1996), '*How To Identify Edible Mushrooms*', Harper Collins Publishers, London.

İlseven S., Hıdırer G. ve Tümer A. (2014), '*Kıbrıs Coğrafyası*', Ankara, Başak Matbaacılık ve TAN. Hiz.LTD. ŞTI

İnaltong T., (2008), '*Mutfaktaki Yaban Anadolu'nun Yeneni Otları*', Yapı Kredi Yayınları, İstanbul

Karaca O. B., Yıldırım O. & Çakıcı A.C. (2015), '*Gastronomi Turizminde Otlar, Ot Yemekleri ve Sağlıkla İlişkisi Üzerine Bir Değerlendirme*', Journal of Tourism and Gastronomy Studies, 3(3), 27-42.

Kaşıık G., (1990), '*Konya İli Merkez İlçe Ve Çevresindeki Ağaçlarda Yetişen Basidiomycetes Sınıfına Ait Şapkalı Mantarların Taksonomisi Üzerine Bir Araştırma*,' Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Fen Bilimleri Eğitimi Anabilim Dalı.

Kaya İ., İncekara N. ve Nemli Y. (2002), '*Ege Bölgesi'nde Sebze Olarak Tüketilen Yabani Kuşkonmaz, Sirken, Yabani Hindiba, Rezene, Gelincik, Çoban Değneği ve Ebegümecinin Bazı Kimyasal Analizleri*,' Yüzüncü Yıl Üniversitesi Ziraat Fakültesi Tarım Bilimleri Dergisi

Kendir G. ve Güvenç A., (2010), '*Etnobotanik ve Türkiye'de Yapılmış Etnobotanik Çalışmalara Genel Bir Bakış*', Hacettepe Üniversitesi, Eczacılık Fakültesi Dergisi

KKTC Meteoroloji Dairesi, (2021), '*Kuzey Kıbrıs'ın Genel Hava Durumu*', <http://kktcmeteor.org/meteorolojikbilgi/kibris-iklimi>, (27 OCAK 2021)

Klenke, K., (2016), '*Qualitative Research in The study of Leadership*', Emerald Group Publishing Limited

Koç Apuhan A. & Beyazkaya T., (2019). '*Bingöl'ün Yenilebilir Yabani Bitkilerinin Gastronomi Turizmine Etkisi Üzerine Bir Araştırma*', Tourism and Recreation, 1(1), 31-37

Kökler N., (2020), '*Yenilebilir Yabani Bitkilerin Gastronomik Açıdan Değerlendirilmesi: Erzurum Uzundere Örneği*', Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi

Kurtoğlu S., Kanar R., (1985), '*Mantar Zehirlenmesi ve Tedavisi*'. Yeni Tıp Dergisi, 2 (4): 16-24.

Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti Turizm Planlama Dairesi, (2020), '*Turizm Planlama*' <http://turizmplanlama.gov.ct.tr/2020-Turizm-%C4%B0statistikleri>, (3 Nisan 2021)

Küçüker P., (2010), '*Lügat-ı Mülkiyat-ı Ecza'da Türkçe bitki Adları*', Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi, Volume 3/11

Leonti M., Nebel S., Rivera D. ve Heinrich M. (2006), '*Wild Gathered Food Plants In The European Mediterranean: A Comparative Analysis*'. Economic Botany

Leonti, M. (2012), '*The Co-Evolutionary Perspective of The Food-Medicine Continuum and Wild Gathered and Cultivated Vegetables.*' Genetic Resources and Crop Evolution.

Lincoof H. G. L., (1988), '*The Audubon Society Field Guide to North American Mushrooms*' Chanticleer Press, New York.

Luczaj L., Pieroni A., Tardío J., Santayana M.P., Sõukand R., Svanberg I. and Kalle R., (2012), '*Wild Food Plant Use in 21st Century Europe: The Disappearance of Old Traditions and The Search For New Cuisines Involving Wild Edibles*', Acta Societatis Botanicorum Poloniae, 81(4): 359–370.

Mantoux A. (Ed.), (2007), '*Le Grande Larousse Gastronomique*'. Larousse

Manzanero-Medina, G. I., Vásquez-Dávila, M. A., Lustre-Sánchez, H., & Pérez-Herrera, A. (2020), '*Ethnobotany of Food Plants (Quelites) Sold in Two Traditional Markets of Oaxaca, Mexico*', South African Journal of Botany, 130, 215-223.

Manzi P., Aguzzi A. & Pizzoferrato L, (2001), '*Nutritional Value of Mushrooms Widely Consumed in Italy*', Food Chemistry, 73, 321-325.

Manzi P., Gambelli L., Marconi S., Vivanti V., Pizzoferrato L., (1999), '*Nutrients in Edible Mushrooms: An Inter-species Comparative Study*', Food Chemistry, 65, 477-482.

Manzi P., Pizzoferrato L., (2000), '*Beta Glucans in Edible Mushrooms*', Food Chem., 68, 315-318.

Ogle B.M., Tuyet H.T., Duyet H.N. and Dung N.N.X., (2003), '*Food, Feed or Medicine: The Multiple Functions of Edible Wild Plants in Vietnam*', Economic Botany.

Özhan V., (2019), '*Mersin'De Yetişen ve Yenilebilir Otlar ve Kullanım Alanları*' Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi.

Özkul Efdal A., Kızılduman B., Karamanoğlu M., Uçar N., Akcansoy Y., Taş R. ve Selçuk H., (2018), '*Kıbrıs ve Kıbrıs Türk Tarihi (Kıbrıs Tarihi 6)*', 3. Baskı, KKTC Milli Eğitim ve Kültür Bakanlığı, Okman Printing LTD.

Özler F., Atakan D., Akta S., Özdemir Yerebakan Ş., Şahin H., Beratlı U., Mercan E., Yücelten M., ve Akın M., (2017), '*Kıbrıs Türk Tarihi Ortaokullar İçin Tarih Kitabı (Temel Eğitim 2.Kademe)*', KKTC Milli Eğitim ve Kültür Bakanlığı, Okman Ptinting LTD.

Ramazan E., Süren T., & Kızıleli M., (2017), '*Gastronomik açıdan Türkiye'de Yenilebilir Yabani Mantarlar Üzerine Kavramsal Bir Değerlendirme*', Turizm Akademik Dergisi, 4(2), 77-89.

Rojas C. & Mansur E., (1995), '*Ecuador: Informaciones Generales Sobre Productos Non Madereros En Ecuador In Memoria*', Consulta de expertos sobre productos

forestales no madereros para America Latina y el Caribe, 208-223, Serie Forestal
#1, Santiago

Samancı Ö., (2008), '*Türk Mutfağı*', T.C Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayınları

Sansanelli S., Ferri M., Salinitro M. and Tassoni, A. (2017). '*Ethnobotanical Survey
Of Wild Food Plants Traditionally Collected and Consumed in the Middle Agri
Valley (Basilicata Region, Southern Italy)*', Journal of Ethnobiology and
Ethnomedicine, 13(50), 2-10

Sarınay Y., (2000), '*Osmanlı İdaresinde Kıbrıs: Nüfus-Arazi Dağılımı ve Türk
Vakıfları*', Osmanlı Arşivi Daire Başkanlığı Yayınları, Yayın No :43, Ankara

Seale C., (1999), '*Quality in Qualitative Research*', Qualitative Inquiry, 5(4), 465-
478.

Serdaroğlu Ö., (2010), '*Yenilebilir Mantarların Orman Biyoçeşitliliğine Katkısı ve
Sürdürülebilirlik*', III. Ulusal Karadeniz Ormancılık Kongresi

Şimşek A., Durmuş E. N. İ., & Çakmak S. D., (2020), '*Yenilebilir Otlar ve
Yemeklerde Kullanım Şekilleri: Kastamonu Örneği*', Tourism and Recreation

Tekin H. H., & Tekin H., (2006), '*Nitel Araştırma Yönteminin Bir Veri Toplama
Tekniği Olarak Derinlemesine Görüşme*', İstanbul University Journal of
Sociology, 3(13), 101-116.

- Tunçtürk Y., Ocak E. ve Köse Ş., (2014), '*Farklı Süt Türlerinden Üretilen Van Otlu Peynirlerinin Fiziksel ve Kimyasal Özellikleri ile Proteoliz Profillerinde Olgunlaşma Sürecinde Meydana Gelen Değişimler*', Gıda Dergisi
- Tuzlacı E., (2011), '*Türkiye'nin Yabani Besin Bitkileri ve Ot Yemekleri*', Alfa Basım Yayım, İstanbul
- Tüfekçi S., (2012), '*Tarsus Yöresi Makromantarları ve Ektomikorizalar*', SDÜ Orman Fakültesi Dergisi, 13: 113-118
- Türk Dil Kurumu, <https://sozluk.gov.tr/> , (31 Mart 2021)
- Türnüklü A., (2001), '*Eğitim Bilim Alanında Aynı Araştırma Sorusunu Yanıtlamak İçin Farklı Araştırma Tekniklerinin Birlikte Kullanılması*', Eğitim ve Bilim, 26(120).
- Urhan Y., Ege M-E., Öztürk B. ve Elgin-Cebe G, (2016), '*Türkiye Gıda Bitkileri Veritabanı*', Ankara Üniversitesi Eczacılık Fakültesi Dergisi, 40(2), 43-57
- Uusiku N.P., Oelofse A., Duodu K.G., Bester M.J. ve Faber M., (2010), '*Nutritional Value of Leafy Vegetables of Sub-Saharan Africa And Their Potential Contribution To Human Health: A Review*', Journal of Food Composition and Analysis.
- Vehbi V., (2014), '*KKTC'de Aktarlarda Satılan Tıbbi Bitkiler ve Kullanımları Kısımları*', Yüksek Lisans Tezi, Y.D.Ü

Yıldırım A. ve Şimsek H. (1999), '*Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*'.
Ankara, Seçkin Yayınevi.

Yıldırım Y., (2010), '*Metropolis Buluntularında Batı Anadolu'daki Helenistik-Roma
Dönem Mutfak Kültürü*', Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal
Bilimler Enstitüsü, İzmir

Yorgancı A. (2004), '*Kuzey Kıbrıs'ta Arazi Kullanımı Açısından Uygun Buğday
Alanlarının Mekansal Analizi*', 3. Coğrafi Bilgi Sistemleri Bilişim Günleri 6-9
Ekim.

Yorgancıoğlu G. (2010), '*Kıbrıs Coğrafyası*'. Turist Rehberi.

Yücel E., & Tülükoğlu A., (2000), '*Gediz (Kütahya) Çevresinde Halk İlacı Olarak
Kullanılan Bitkiler*', Ekoloji Çevre Dergisi, 9(36), 12- 14.

Yücel E., Tapırdamaz A., Şengün İ.Y., Yılmaz G. ve Ak A., (2011), '*Determining
the Usage Ways and Nutrient Contents of Some Wild Plants Around Kisecek
Town (Karaman/Turkey)*', Biological Diversity and Conservation.