

PAPER DETAILS

TITLE: Sakarya'da Yasayan Bulgaristan Muhacirlerinin Yemek Kùltürü ve Yemek Tariflerindeki Standartların Belirlenmesi

AUTHORS: Ömer Berke Curoglu, Mustafa Sandikci

PAGES: 383-413

ORIGINAL PDF URL: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/3751550>

Sakarya’da Yaşayan Bulgaristan Muhacirlerinin Yemek Kültürü ve Yemek Tariflerindeki Standartların Belirlenmesi¹

Ömer Berke CUROĞLU

Ordu Üniversitesi, Aybastı Meslek Yüksekokulu, Aşçılık Programı
omerberkecuroglu@odu.edu.tr
ORCID: 0000-0002-5069-6726

Mustafa SANDIKCI

Afyon Kocatepe Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü
sandikcimustafa@hotmail.com
ORCID: 0000-0002-1437-2484

Geliş tarihi / Received: 24.02.2024

Kabul tarihi / Accepted: 12.05.2024

Öz

Mutfak kültürü, insanın varlığını sürdüren ve onun tarafından yaşatılan önemli bir unsurdur. Bu kültürün gelecek nesillere aktarılması için akademik çalışmaların büyük bir önemi vardır. Bulgaristan’dan göç eden insanların mutfak kültürüne sahip oldukları bilinmektedir. Bu araştırma, Sakarya’da yaşayan Bulgaristan muhacirlerinin yemek kültürünü incelemeyi, bu kültürü oluşturan yemeklerden literatürde yer almayanlarını tespit etmeyi ve son olarak da tespit edilen yemeklerin tariflerinde bir standart oluşturmayı amaçlamaktadır. Bu bağlamda, Bulgaristan muhacir mutfak kültürünü oluşturan yemek tarifleri hakkında veriler görüşme tekniği kullanılarak ve yarı yapılandırılmış görüşme formu ile toplanmıştır. Araştırma kapsamında Sakarya’da yaşayan 15 Bulgaristan muhaciriyle bire bir görüşmeler yapılmış ve elde edilen verilerle 72 yemek tarifine ulaşılmıştır. Bu tarifler, belirli kriterler kullanılarak azaltılmış ve 15 tanesi için standart tarifler belirlenmiştir. Standart tariflerin oluşturulmasının, muhacir mutfak kültürünün unutulmasını önleyeceği ve mutfak kültürünün yaşatılmasına yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Muhacir mutfağı, standart tarif, mutfak kültürü, Sakarya mutfağı

¹ Bu makale 739746 numaralı yüksek lisans tezinden uyarlanmıştır.
DOI: 10.17932/IAU.GASTRONOMY.2017.016/gastronomy_v08i2008

Determination of Standards in Food Culture and Recipes of Bulgarian Immigrants Living in Sakarya

Abstract

Food culture is a crucial element that sustains human existence and is perpetuated by individuals. Academic studies play a significant role in passing this culture on to future generations. It is known that people who migrated from Bulgaria possess a distinct culinary culture. This research aims to investigate the culinary culture of Bulgarian immigrants living in Sakarya, identify dishes not documented in the literature, and ultimately create a standard for the recipes of these identified dishes. In this context, data about the recipes that constitute the Bulgarian immigrant culinary culture were collected using semi-structured interviews. During the research, one-on-one interviews were conducted with 15 Bulgarian immigrants residing in Sakarya, leading to the documentation of 72 recipes. These recipes were narrowed down using specific criteria, and standard recipes were determined for 15 of them. The creation of standard recipes is thought to prevent the forgetting of the immigrant culinary culture and assist in its preservation.

Keywords: *Muhacir cuisine, standard recipe, culinary culture, Sakarya cuisine*

Giriş

Kültür, insanlığın bilgi, inanç, sanat, ahlak, hukuk, gelenek ve yeteneklerini içeren karmaşık bir bütün olarak tanımlanmaktadır (Tylor, 1920). Yemek kültürü de bu tanıma dahildir ve toplumların etkileşimiyle şekillenir. Göç, insanların yeni bir yerde uyum sağlama ve alışma sürecini kapsar (Aydın, 2019). Bu süreçte göçmen topluluklar, kendi geleneklerini, alışkanlıklarını ve yemek kültürlerini yeni yerleştikleri bölgenin kültürüyle harmanlarlar (Öztürk, 2019). Bunun sonucunda ortaya bir kültür sentezi çıkar (Egeli, 2019). Bulgaristan’dan Türkiye’ye göç eden Türkler, farklı bölgelere yerleşmiştir. Bu bölgelerden biri de Sakarya’dır. Sakarya, aldığı göçlerle zengin bir kültür mozaği oluşturmuştur. Bu göçlerin etkisiyle Sakarya’nın mutfak kültürü de zenginleşmiştir. Yemek kültürü araştırmaları, bu zenginliği gösterme ve kanıtlama amacıyla önemlidir. Yemek kültürü çalışmaları, yemek, kültür ve toplum arasındaki karmaşık ilişkileri inceleyerek sosyal bilimler alanına dahil edilir. Bu çerçeveden incelendiğinde çeşitli nedenlerden dolayı bu araştırmaya ihtiyaç duyulmuştur.

Bunlardan ilki, Bulgaristan muhacirleri geldikleri bölgelerin kültürlerini taşımalarından dolayı, muhacir mutfağı birçok farklı kültürü ve mutfak geleneğini yansıtmakta ve bu nedenle, bu yemeklerin tariflerinin belirlenmesi, kültürel çeşitliliği korumak ve gelecek nesillere aktarmak için önemlidir. Bunun yanında Bulgaristan muhacir mutfağını oluşturan yemeklerin genellikle sağlıklı ve besleyici malzemelerden yapıldığı bilindiğinden bu yemeklerin standart tariflerinin oluşturulmasının, beslenme değerlerini ve sağlık yararlarını belirlemeye yardımcı olacağı düşünülmektedir. Ayrıca, doğru pişirme yöntemlerinin ve malzeme miktarlarının belirlenmesinin sağlıklı yemek seçeneklerinin teşvik edilmesine yardımcı olacağı varsayılmaktadır. İkinci olarak Bulgaristan muhacir mutfağı, Bulgaristan Türklerinin kültürel mirasını ve tarihini yansıtmaktadır. Mutfağı oluşturan yemeklerin standart tariflerinin oluşturulması, bu mirası korumak ve gelecek nesillere aktarmak için önemlidir. Ayrıca, muhacirlerin kendi kültürel kimliklerini korumalarına ve ifade etmelerine yardımcı olacağı varsayılmaktadır. Son olarak Bulgaristan muhacir mutfağını oluşturan

yemeklerin standart tariflerinin oluşturulması, restoranlar, yemek kitapları ve diğer ticari girişimler için potansiyel bir fırsat sunacağı düşünülmektedir. Hazırlanan bu standart tarifler, lezzetin ve kalitenin tutarlılığını sağlayarak müşteri memnuniyetini artırabilir.

İnsanların yemeğe olan ilişkisi ve bu ilişkinin anlamı, yemek kültürü araştırmalarıyla incelenir ve açıklanmaya çalışılır. Bu açıklama, bireylerin veya toplulukların bilgi birikimleri, yemek tercihleri, kişilikleri, sosyal ilişkileri ve yaşadıkları çevre ile ilişkileri gibi faktörlerle şekillenir. Yemek kültürü araştırmaları aynı zamanda göçler ve asimilasyonlar bağlamında gerçekleşen değişimleri de ortaya koyar. Literatür incelendiğinde Bulgaristan muhacirlerinin yemek kültürü ile ilgili çeşitli araştırmalar olmasına rağmen (Bahtiyar-Sarı ve Tetik, 2019; Curoğlu vd., 2022; Egeli, 2019; İşçimen, 2021; Kahraman vd., 2017; Taş, 2020) yemeklerin standardizasyonu özelinde bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Standart yemek tarifleri, bir mutfak oluşturur ve o mutfakın sürdürülebilirliğini sağlayan çok değerli bir yazılı kaynaktır. Sahip olduğu geçmişiyle birlikte Bulgaristan muhacirlerinin mutfak kültürü ve yemek tarifleri gastronomi literatürü için çok önemli konumdadır. Böylece köklü bir kültürün kaybolması ve unutulması literatür için bir kayıp olarak nitelendirilecektir. Bu nedenle, Sakarya’da yaşayan Bulgaristan muhacirlerinin yemek kültürünün standartlaştırılması ve korunması gerekli olduğu düşünülerek bu araştırmanın amacı Sakarya’da yaşayan Bulgaristan muhacirlerinin yemek kültürlerinin incelenmesi, bu kültürü oluşturan yemeklerden literatürde yer almayanlarının tespit edilmesi ve nihai olarak tespit edilen yemeklerin tariflerinde bir standart oluşturulmasıdır.

Kavramsal Çerçeve

Göç ve yemek kültürü ilişkisi

Göç, çeşitli kaynaklarda farklı şekillerde tanımlanmaktadır. Karpat (2010), göçü “asıl yerinden, ulaşmak istenilen yere hareket” ola-

rak özetlemiştir. Diğer bir tanıma göre, Günay (2003) göçü, belli bir zaman ve coğrafi mekânda insanların fizikî hareketi olarak açıklamaktadır. Gautam (2005) ise göçü, bir kişinin ya da topluluğun, sınırları açıkça belirli bir coğrafi bölgeden ayrılıp farklı bir coğrafi ve mekânsalla doğru hareketlilik biçimi olarak tanımlar. En kapsamlı tanıma göre, göç; bireylerin veya toplulukların doğal, ekonomik, siyasal ve benzeri zorunluluklar nedeniyle gönüllü veya gönülsüz olarak yaşadıkları yerlerden ayrılıp, ulusal ya da uluslararası yerleşim yerlerine yapmış oldukları coğrafi ve hukuki yer değiştirme biçimi olarak tanımlanabilir (Kolukırcık, 2006; Korkmaz ve Öztürk, 2017).

Göçmen ise, çeşitli göç tanımlarından yola çıkarak bir ülkeye ya da bölgeye sürekli ya da süreli yerleşmek amacıyla yaşadığı ülke veya yerden ayrılan kişi olarak tanımlanabilir. Göçler, yeryüzünde yaşayan tüm canlıların yaşamını ve dağılımını etkilemeye devam etmektedir. Örneğin, göç eden insanlar göç ettikleri yerlere tükettikleri gıdaları, taşıdıkları hayvanları veya tohum gibi birçok önemli unsuru yanlarında götürmüşlerdir. Göçler, farklı toplulukların fizyolojik yapı, dil, din ve adetler gibi kavramlar çerçevesinde kaynaşmasına ve ortak kimlik ve aidiyet duygularının oluşmasına da katkıda bulunmuştur (Curoğlu vd., 2022).

Göçlerin tarihsel süreçte olduğu gibi günümüzde de devam ettiği görülmektedir. Başlıca bölgeler olan Ortadoğu, Avrupa ve Amerika gibi yerler hala göçlerle şekillenmeye devam etmektedir (Karpat, 2015). Göç, sosyal, kültürel ve ekonomik birçok unsuru etkileyen ve değişimlere neden olan yaşayan bir olgudur. Göç çeşitleri iç/dış göç, ekonomik/siyasi göç, sürekli/geçici göç, gönüllü/zorunlu göç gibi başlıklar altında sınıflandırılabilir (İçduygu ve Sirkeci, 1999).

Göçü oluşturan sebepler arasında savaş, sel, yangın ve deprem gibi felaketlerin yanı sıra refah ve istihdam gibi ekonomik sebepler, fikir

özgürlüğü ve baskıdan kurtulma gibi siyasal sebepler de yer almaktadır. Türkiye özelinde, göçün temel sebebinin özellikle 1920’li yıllardan sonra ekonomik temelli olduğu belirtilmektedir. Türkiye’ye yapılan göçler ise genellikle soydaş göçü olarak nitelendirilmekte olup, ırksal, ulusal ve siyasal sebeplerden kaynaklanmaktadır (İçduygu ve Sirkeci, 1999; Kocabıyık, 2003).

Bulgaristan muhacirleri, genellikle Bulgaristan dışındaki ülkelere göç ettirilmiş Bulgaristan vatandaşlarıdır. Bu muhacirlerin çoğunluğu Bulgaristan tarihindeki siyasal, ekonomik ve etnik olaylar nedeniyle göç etmiştir. Osmanlı İmparatorluğu döneminden Balkan Savaşları ve I. Dünya Savaşı’na kadar uzanan dönemde yaşanan çatışmalar, Pomaklar, Türkler, Romanlar, Yahudiler gibi farklı etnik grupların göç etmesine yol açmıştır. Göç nedenleri arasında etnik ve dini ayrımcılık, ekonomik fırsat eksikliği ve siyasal baskılar yer almaktadır. Bu muhacirler genellikle Türkiye, Avrupa ve Amerika gibi ülkelere yerleşmişlerdir (Ahabab, 2016; Günay, 2021; İçduygu ve Sirkeci, 1999; Karpat, 2010; Karpat, 2015; Kolukırık, 2006; Korkmaz ve Öztürk, 2017).

Göçlerin Sakarya mutfağına etkileri

Osmanlı-Rus Savaşı’nın ardından Balkanlardaki Türkler için zorlu bir dönem başlamıştır. Balkanlarda milliyetçilik akımının güçlenmesi ve Bulgaristan’daki yeni hükümetin Türkleri baskı altına alması, Türkleri göçe zorlamıştır. Bu dönemde Balkanlardan yoğun bir soydaş göçü yaşanmış, Osmanlı Devleti ise bu muhacirleri iskân etmek zorunda kalmıştır. 1860’lara kadar İstanbul Şehremaneti muhacirlerle ilgilenirken, artan göçler harici bir kurumun oluşturulmasını gerektirmiştir. Muhacir Komisyonu bu amaçla kurulmuş ve muhacirlerin iskânıyla ilgilenmiştir. Osmanlı Devleti, ekonomik zorluklara rağmen muhacirlerin ihtiyaçlarını karşılamış ve onları iskân etmiştir. Muhacirlerin kolay adaptasyon sağlayabileceği bölgelere yerleştirilmesi ve tarımsal destekler sağlanması, onların refah-

larının artırılmasına katkı sağlamıştır (Günay N., 2021; Pustu, 2020; Şahin, 2006). Özellikle Bulgaristan’dan gelen muhacirlerin Sakarya’ya yerleştirilmesi, bu bölgede yeni yerleşimlerin oluşmasına neden olmuştur. Sakarya’nın tarımsal potansiyeli, bölgenin ekonomik yapısını güçlendirmiş ve yerel mutfağın gelişimine katkı sağlamıştır. Bölgede yetiştirilen ürünlerin çeşitliliği ve iklim şartları, yöresel yemeklerin zenginleşmesine yol açmıştır. Sakarya, özellikle tarım ve hayvancılık alanında gelişmiştir ve bu durum yöresel mutfağın çeşitliliğine doğrudan etki etmiştir (Aktaş, 2008a).

Sakarya’nın tarımsal potansiyeli sayesinde sebzecilik, meyvecilik ve hayvancılık faaliyetleri oldukça yaygındır. Özellikle Geyve, ayva üretimi ile ünlüdür ve yörede “sarı elmas” olarak adlandırılan ayva, önemli bir coğrafi işaretli üründür. Ayvanın yanı sıra, Pamukova ise domates, zeytin, fasulye, patlıcan, enginar, lahana, kavun, üzüm, şeftali, çilek, karnabahar, biber gibi birçok ürünün yetiştirildiği verimli bir ovoidir. Özellikle Pamukova’nın kavunu ve yediveren çileği oldukça meşhurdur. Sakarya’da tarımsal üretimin gelişmiş olması, yöresel mutfak kültürünü zenginleştirmiştir. Yörede yetiştirilen ürünlerin kullanımıyla hazırlanan yöresel yemekler, bölgenin kendine özgü tatları arasında yer almaktadır. Ayrıca Sakarya’nın tarımsal üretimindeki çeşitlilik, yöredeki ekonomik faaliyetlerin çeşitlenmesine ve yerel ekonominin güçlenmesine de katkı sağlamaktadır (Aktaş, 2008b; Yüzüncüyıl ve Uybaydın, 2021).

Literatür Taraması

Kahraman vd. (2017), 1989 göçü sonrasında Bulgaristan’dan gelen muhacirlerin Türkiye’ye yerleştikten sonraki mutfak kültüründe meydana gelen değişimini ele almıştır. Tekirdağ ilinde 50 kişi ile anket tekniği kullanılarak yapılan bu araştırmada, göç öncesindeki yemek alışkanlıklarının göçten sonra da devam ettiği ve muhacirlerin yeni yerleştikleri bölgelerin ürünleriyle etkileşim kurduğu belirlenmiştir. Ayrıca muha-

cirlerin semt pazarlarında yer alan yöresel ürünlerin satıldığı yerlere ilgi gösterdikleri saptanmıştır.

Benzer şekilde, Bahtiyar-Sarı ve Tetik (2019) Antalya’da 23 katılımcıyla yaptıkları çalışmada, muhacirlerin yemeklerinde et ve süt ürünlerinin ağırlıklı olduğu ve mevsimsel değişimlerle konserve kullanımının arttığı bulunmuştur. Ancak, katılımcılar göç sonrası yemeklerin eskisi kadar lezzetli olmadığını ve bazı geleneksel yemeklerin azaldığını belirtmişlerdir.

Egeli (2019) tarafından yapılan çalışmada, Denizli, İstanbul, Kırklareli, Tekirdağ ve Bursa illerinde yaşayan 74 Bulgaristan muhaciri ile yüz yüze görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmaya göre, göç sonrası muhacirlerin mutfak kültürünün büyük ölçüde korunduğu ve coğrafi farklılıkların bu kültürü etkilediği tespit edilmiştir. Bu çalışmanın devamında, göç sonrasında muhacirlere ait özgün yemek tariflerinin yenilendiği ve farklı bölgelere yerleşmenin bu yenilenmeye katkı sağladığı bulunmuştur.

Taş (2020) ise; 50 Bulgaristan ve Yunanistan kökenli muhacirlerle yapılan görüşmelerde, geleneksel yemeklerin, yemek yapma yöntemlerinin ve yemek servisi alışkanlıklarının değiştiği ve bazı yemeklerin unutulduğu sonucuna ulaşmıştır. Katılımcılar, genç kuşaklara bazı yemekleri aktarmada zorlandıklarını ve bu nedenle mutfak kültürünün devamlılığının tehlikeye girebileceğini belirtmişlerdir.

İşçimen (2021) yemek kültüründeki farklılıkları tespit edebilmek için Edirne’nin Keşan ilçesinde 65 kişiyle yaptığı mülakatlar sonucunda, zamanla mutfak kültüründe bozulmaların ve unutulmaların yaşandığı, ancak kışlık kiler hazırlığı geleneğinin devam ettiği ve teknolojik gelişmelerin yemek kültürüne dahil olduğu belirlenmiştir.

Curoğlu vd.’nin (2022) geçmişten günümüze mutfak kültüründe yaşanan değişimi konu aldı-

ğı çalışmasında Sakarya’da yaşayan 13 Bulgaristan muhaciriyle mülakatlar gerçekleştirilmiştir. Yapılan mülakatlar sonucunda literatürde yer almayan 22 yemek tespit edilmiş, mutfak kültüründe yaşanan değişimin mutfak araç gereçlerinde meydana geldiği ve teknolojik gelişmelerin yemek kültürüne de dahil olduğu ayrıca tespit edilmiştir. Çalışmada tespit edilen bir başka sonuç ise göçle beraber gelen geçim sıkıntısının yemeklere yansıdığı ve günümüzde de yemeklerde varlığını sürdürdüğüdür.

Yöntem

Sakarya’da yaşayan Bulgaristan muhacirlerinin yemek kültürlerinin incelenmesi, bu kültürü oluşturan yemeklerden literatürde yer almayanların tespit edilmesi ve nihai olarak tespit edilen yemeklerin tariflerinde bir standart oluşturulması amacıyla hazırlanan bu çalışmada, nitel araştırma yöntemiyle yapılan bir standartizasyon çalışması yer almaktadır. Çalışmanın bu bölümünde, araştırma yöntemi, veri toplama araç ve teknikleri, veri toplama süreci, araştırma evren ve örnekleme ve verilerin analizi kısımları yer almaktadır. Çalışmanın amacına uygun olarak nitel araştırma yöntemlerinden görüşme tekniği kullanılarak aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

- Bulgaristan muhacir mutfaklarını oluşturan yemekler ve yemeklerin tarifleri nelerdir?
- Bulgaristan muhacir yemekleri günümüzde yapılmakta mıdır?
- Uygulanan yemekler evlerde veya yiyecek içecek işletmelerinde kullanılabilir mi?

Bu çalışmada ulaşılmaya çalışılacak hedefler;

- Sakarya’da yaşayan Bulgaristan muhacirlerine özgü yemeklere ilişkin envanter oluşturulması,
- Sakarya’da yaşayan Bulgaristan muhacirlerine ait kaybolmaya yüz tutmuş yemeklerin kayıt altına alınması, standartlaştırılması ve sürdürülebilirliğinin sağlanması,

Sakarya’da yaşayan Bulgaristan muhacirlerinin yemek kültürünün korunması ve bu mirasın gelecek kuşaklara aktarılmasının sağlanması olarak sıralanabilir.

Bulgaristan muhacir yemekleri standardizasyonu modeli oluşturma sürecine aşağıda yer verilmiştir;

1. Görüşmeler yapılarak katılımcılardan yemek tariflerinin elde edilmesi.
2. Elde edilen tariflerin literatür ile karşılaştırılması ve uygulamaya dâhil olacak yemeklerin listelenmesi.
3. Karşılaştırılan tariflerin uzmanca(lar)ca teyit edilmesi.
4. Tariflerin standardizasyonu için tekrar tekrar uygulanması.
5. Hazırlanan ürünün fotoğraflanması.
6. Elde edilen tüm bilgilerin sistemli ve düzenli bir şekilde tasnifi.

Araştırmamanın amaçlarına ulaşmak ve derinlemesine bilgi alabilmek için nitel araştırma yöntemlerinden biri olan görüşme tekniği kullanılmıştır. Araştırma için Afyon Kocatepe Üniversitesi Etik Kurulu’ndan 18.01.2022 tarihli ve 73278 sayılı “Etik Kurul Onayı” alınmıştır. Görüşmeler yüz yüze gerçekleştirilmiştir. Katılımcılardan izin alınarak görüşmeler kayıt altına alınmış ve yaklaşık 60 ile 120 dakika arasında sürmüştür. Veriler 24 Ocak 2022 ile 24 Nisan 2022 tarihleri arasında toplanmıştır. Araştırmada verilerin toplanmasında derinlemesine bilgi alabilmek için yarı yapılandırılmış sorularla oluşturulan görüşme formu kullanılmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşme formunda toplamda 8 soru yer almaktadır. Formda yer alan 5. 6. 7. sorular Adıgüzel’in (2020) araştırmasından, 2. ve 4. soru Usta’nın (2020) araştırmasından, 3. soru Egeli’nin (2019) araştırmasından uyarlanmıştır. Görüşme formunda 1. ve 8. sorular ise araştırma problemlerine yönelik literatür taraması sonucu ve araştırmacı olan iki uzman görüşü alınarak yazar tarafından oluşturulmuştur. Araştırmamanın evrenini Bulgaristan’dan Sakarya’ya göç etmiş

Türkler oluşturmaktadır. Zaman ve ekonomik nedenlerden dolayı örnekleme yöntemine başvurulmuştur. Araştırmada kartopu örnekleme tekniği kullanılmıştır. Bunun en önemli nedeni olarak muhacirlerin aynı bölgelerde yaşamaları ve sosyal ilişkilerinin güçlü olması gösterilebilmektedir. Ural ve Kılıç’ın (2018) da belirttiği gibi kartopu örnekleme tekniğinde araştırmacının ulaşacağı ilk birim/kişi/obje belirlenir, ardından bu birim üzerinden elde edilen veriler bir sonraki birime yönlendirir, böylelikle evreni temsil edebileceği düşünülen örnekleme ulaşmaya çalışılır (Ural ve Kılıç, 2018). Yani kartopu örnekleme yöntemiyle evrendeki birkaç kişi yardımıyla çoğunluğa ulaşılabilir (Coşkun vd., 2019). Verilerin araştırmamanın amacına uygun olarak elde edilebilmesi için, ilk kaynak kişiye ulaşılmış ardından ilk kaynak kişinin yönlendirmesiyle diğer kaynak kişilere de ulaşılmıştır. Böylelikle Sakarya ilinde yaşayan Bulgaristan’dan göç etmiş 15 Bulgaristan muhacirine başvurulmuş ve görüşmeler yüz yüze gerçekleştirilmiştir. Elde edilen veriler kontrol edildiğinde ulaşılan örneklem sayısının yeterli olduğuna kanaat getirilmiştir. Zira Creswell’in (2018) da belirttiği gibi, verilerin tekrar etmeye başlaması görüşmeci sayısında doyum noktasına ulaşıldığını göstermektedir. Araştırmada derinlemesine bilgiye ulaşılabilmesi; ayrıca bu araştırmanın gelecekte yapılması muhtemel araştırmalara yön vermesi adına verilerin analizinde içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntemle bilimsel etik hassasiyeti gözetilip katılımcı isimleri gizli tutulmuş ve katılımcılar kodlama yapılarak (K1, K2, K3) ifade edilmiştir. Katılımcıların ifadeleri ilgili literatürle kıyaslanıp tutarlılığından emin olunmuştur. Katılımcıların yemekler ile ilgili vermiş olduğu benzer ifadeler aynı grupta değerlendirilmiştir. Katılımcı ifadeleri müdahale edilmeyerek, betimsel analiz tekniği kullanılarak araştırmaya aktarılmıştır. Araştırmamanın ikinci aşaması, standardizasyon sürecidir. Görüşmelerden elde edilen verilerin, yani yemek tariflerinin standardizasyonu, uygulama aşamasında gerçekleştiril-

miştir. Mülakatlarda toplamda 72 farklı yemek tarifi tespit edilmiştir. Bu tariflerin standardizasyonunda, literatürle uyum sağlamak, uygulanabilirliği artırmak, maliyetleri düşürmek ve sağlıklı bir standart oluşturmak amacıyla dâhil etme ve hariç tutma ölçütleri kullanılmıştır. Bu aşama, araştırmanın amacına ve sorularına ulaşmak için gerekli bir yol haritasının belirlendiği ve sistematik bir derlemenin yapıldığı aşamadır. Dâhil etme ve hariç tutma ölçütleri, elde edilen bulguların geçerliliğini değerlendirerek araştırmanın hedeflerine ulaşmasına yardımcı olur (Çınar, 2021, s. 310; Yılmaz, 2021, s. 1466). Güldemir'in (2018) araştırmasında kullanılan dâhil etme ve hariç tutma ölçütleri, bu araştırmaya uyarlanmış ve yemeklerin sayısının azaltılmasına yardımcı olmuştur. Literatürdeki tariflerle mülakatlardan elde edilen tarifler karşılaştırılarak benzerlikleri ve farklılıkları belirlenmiş ve standardizasyon için literatürde yer almayan 15 yemek tarifi seçilmiştir. Bu seçilen yemeklerin standart tariflerine ulaşmak için elde edilen tarifler tekrar tekrar uygulanmış ve

uzman görüşleri alınarak nihai hale getirilmiştir. Ayrıca, her bir tarifi görsel bir kaydı için fotoğrafları çekilmiştir.

Bulgular ve Tartışma

Araştırma kapsamında değerlendirilecek yemekler dâhil etme hariç tutma ölçütleri kullanılarak tespit edilmiştir. Bu yönetime göre, katılımcılardan elde edilen 72 adet yemek literatür ile karşılaştırılmıştır. İnternet, dergi, kitap vb. kaynaklardan elde edilen sonuçlar incelendiğinde literatürde yer almayan, yapımı farklılaşan ve isimleri: “Allah’ı Gören Börek”, “Borana”, “Erik Yahnisi”, “Golgoç”, “Lahana Çorbası”, “Lahana Salatası” “Güveçe”, “Kaşık Ekmek”, “Kısmet Ekmeği”, “Kolaç”, “Norlu Piperka”, “Pirinçli”, “Soğan Borusu”, “Tavuklu Kuskus Çorbası” ve “Türlü” olmak üzere 15 tane yemek tespit edilmiştir.

Katılımcıların bireysel özelliklerine ilişkin bulgular

Aşağıdaki Çizelge 1’de katılımcılara ait demografik özellikler verilmiştir.

Çizelge 1

Katılımcıların demografik özellikleri

	Yaşı	Cinsiyeti	Öğrenim Durumu	Medeni Durumu	Mesleği
K1	47	Kadın	Lise	Evli	Ev Hanımı
K2	54	Kadın	Ortaokul	Bekar	Ev Hanımı
K3	94	Kadın	Okuma-Yazma	Bekar	Ev Hanımı
K4	82	Kadın	İlkokul	Bekar	Ev Hanımı
K5	55	Kadın	İlkokul	Evli	Ev Hanımı
K6	76	Kadın	İlkokul	Evli	Ev Hanımı
K7	50	Kadın	Lise	Evli	Aşçı
K8	68	Kadın	Ortaokul	Evli	Emekli
K9	63	Kadın	Önlisans	Evli	Emekli
K10	67	Kadın	İlkokul	Evli	Ev Hanımı
K11	65	Kadın	Lisans	Evli	Öğretmen
K12	72	Kadın	Ortaokul	Evli	Aşçı
K13	77	Kadın	Okuma-Yazma	Evli	Ev Hanımı
K14	63	Kadın	Lise	Evli	Emekli
K15	51	Kadın	Lise	Evli	Ev Hanımı

Katılımcıların demografik özelliklerinin yer aldığı Çizelge 1 incelendiğinde katılımcıların yaşlarının 47 ve üzeri olduğu görülmektedir. Katılımcılardan 5 kişinin 40-60 yaş grubunda, 8 kişinin 61-80 yaş grubunda, 2 kişinin ise 81 ve üzeri yaş grubunda olduğu görülmektedir. Türk kültüründe kadının mutfak ile özleşmesi, yemek hazırlama işini kadınların üstlenmesi, kadının mutfakın sahibi ve sorumlusu olması gibi sebeplerden dolayı Bulgaristan muhacir mutfakına hakimiyet konusunda kadınların daha bilgili olduğu düşünüldüğünden katılımcıların tamamı kadınlardan oluşmaktadır.

Katılımcıların öğrenim durumları incelendiğinde okuma-yazma seviyesinde 2 kişi, önlisans ve lisans seviyesinde 1’er kişi olduğu görülmektedir. Katılımcıların 3’ü bekarken diğer 12 kişi evlidir. Katılımcıların mesleki durumları incelendiğinde 9 kişi ev hanımıdır.

Muhacir mutfak kültürü ve sofrada adaplarına ilişkin bulgular

Aile büyüklerinden öğrenilen yemekler

Katılımcılara aile büyüklerinden öğrendikleri yemek isimleri sorulduğunda katılımcılar Çizelge 2’de yer alan yemekleri tarifleriyle beraber söylemişlerdir.

Çizelge 2

Katılımcıların tarifini verdiği yemek isimleri

Katılımcı Kodu	Yemek İsimleri
K1	Dızmana, Kapama, Kesme tatlısı, Kolaç-pesmet, Kukumak mantısı.
K2	Aaz tatlısı, Kaşık ekmeği, Norlu piperka, Pelize, Presipka, Somun ekmeği.
K3	Beyaz lahanalı börek, Kaçamak, Kısmet ekmeği, Küllü çörek, Manca, Soğan borusu.
K4	Höşmerim, Pita, Yoğurtlu patlıcanlı biber salatası.
K5	Bakla çorbası, Kaçamak, Labada sarması, Süt paparası.
K6	Akıtma, Dızmana, Kapama, Macır ekmeği, Pesmet, Süt çorbası.
K7	Kapama, Kolaç, Lahana çorbası.
K8	Allah’ı gören börek, Funiki, Gazete baklavası, Golgoç, Güveçe, Kıрма börek, Koşniçki, Milinka, Torta, Türlü.
K9	Çalkama, Kaçamak, Karıştırmalı ıspanak, Kifla, Lutenitsa, Süt Paparası, Sütü tavuklu kuskus çorbası.
K10	Akıtma, Baklava, Dızmana, Kaçamak, Kamba dolması, Kapama, Karıştırma, Keşkek, Kıрма börek, Kifla, Kolaç, Kozunak, Lahana aşısı, Lutenitsa, Milinka, Mişmaş, Ovmaç, Papara, Patates musakka, Pesmet, Pitka, Printsessa, Supa topçeta, Sütü tavuklu kuskus çorbası, Torta, Yahni.
K11	Baklava, Dızmana, Erik yahnisi, Gazete baklavası, Gömme börek, Güveç, Kamba dolması, Kapama, Kifla, Kolaç-pesmet, Ovmaç, Supa topçeta, Torta, Turşu.
K12	Baniçka, Dızmana, Erik yahnisi, Kaçamak, Kamba dolması, Kamba dolması (içli), Kamba turşusu, Kapama, Kıрма börek, Kifla, Kolaç-pesmet, Kozunak, Kuru fasulye çorbası, Sütü tavuklu kuskuslu çorba, Küllü çörek, Labada sarması, Lahana aşısı, Lutenitsa, Milinka, Ovmaç, Süt paparası, Pirinçli, Plaska, Supa topçeta, Torta.
K13	Kifla, Labada sarması, Lömbedek tatlısı, Lutenitsa, Oturtma tatlısı, Süt çorbası.
K14	Erik yahnisi, Borana, Fırında turşu lahanası, Funiki, Kaçamak, Kapama, Karıştırma, Kebapçe, Kıрма börek, Kırmızıbiber dolması, Kifla, Koşniçki, Kozunak, Labada sarması, Lahana aşısı, Manca, Patates köftesi, Patates musakka, Pesmet, Pitka, Pobuştopu mantısı, Printsessa, Supa topçeta, Süt çorba, Sütü papara, Şopska salatası, Tatlı börek, Torta, Yahni.
K15	Funiki, Kaçamak, Kapama, Kapuska, Kebapçe, Kıрма börek, Kifla, Kozunak, Lahana salatası, Milinka, Ovmaç çorbası, Patates musakka, Pesmet, Pitka, Printsessa, Supa topçeta, Sütü papara, Torta.

Çizelge 2 incelendiğinde en çok söylenen yemeğin *Kapama* olduğu görülmektedir. 8 katılımcı *kapama* yemeğini söylerken, 7 katılımcı *Kıfla* yemeğini söylemiştir. *Dızmana*, *Kırma Börek* ve *Supa Topçeta* yemeklerinin her biri 5 katılımcı tarafından söylenmiştir.

Yemekler hakkında daha detaylı bilgiler elde edilmiştir. Örneğin K3, *kısmet ekmeği* yemeğini “*Düğün öncesi yapıldı, davetiye yokken komşularımızı düğüne çağırmak için dağıttık. Ayrıca genç kızlar bu ekmeği aralarında paylaşırdı, şekerli yeri denk gelenin kısmeti yakın anlamı çıkar.*” şeklinde ifade etmiştir. Curoğlu vd.’nin (2022) araştırmasında da *kısmet ekmeği*nin aynı anlamı olduğu saptanmıştır. K7, *torta* yemeğini “*Tortanın hamurundan annem biraz hamur ayırırdı, ona ‘lokum’ diyorduk, o hamuru yılan gibi incecik hale getirip tırnak tırnak kesip fırına atıyorduk, kızarınca yerdik.*” şeklinde belirtmiştir. K8, *Allah’ı gören börek* yemeğini “*Parçalanan bir börek olduğu için elle yenir; yerken dökülmemesi için el ve baş havaya kaldırıldığı için Bulgarlar, Türklerin bir böreği var; yerken Allah’ı görüyorlar diyorlardı.*” şeklinde ifade etmiştir. Ayrıca K8, *Golgoç* yemeği “*Golgoçların bazılarının içine kıymayla karışık para koyardık. Parayı bulan erkeğin evlenme zamanı gelmiş sayılırdı. Çocuklar için bu daha çok yemek yedirme yöntemi olarak kullanılırdı.*” şeklinde bir gelenek olduğundan bahsetmiştir.

Bulgaristan muhacir yemeklerinde sıklıkla kullanılan kaymağın yapımını K12 şöyle anlatmıştır: “*Mesela dızmana, biber kavurması ya da soğan dolmasının üstüne kaymak koyarsın. Bulgaristan kaymağı ya da uğuşuk kaymağı olarak da bilinir, çiğ süt tencereye konur pişirilmez, kapağı kapatılır, serin bir yerde bekletilir. Her sabah üzerinde oluşan hafif ince tabaka alınır, kapak tekrar kapanır, bu işlem sulanana kadar devam eder. Sulandığında ve ineğin sütünün yağı bittiğinde altta suyu kalır. Bu kalan sudan da ekşimik/lor yapılır.*”.

Yapılan mülakatlar sırasında bazı katılımcıların *kolaç* ve *pesmeti* birbirinin yerine kullandığı görülmüştür. Bugün sıklıkla yapılan ve pişi olarak bilinen hamur işine kimi katılımcılar *kolaç* kimileri ise *pesmet* demiştir. Aynı durum Ege’li’nin (2019) araştırmasında da görülmektedir. Bu ayrımın Bulgaristan’da yaşanan bölgelerin farklılık göstermesinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Bu çalışmada “bayram kolacı” adında ekmeğe benzer bir hamur işinin standardizasyonu yapılarak tarifi verilmiştir.

Muhacir yemeklerini evde hazırlama sıklığı

Katılımcılara evlerinde hazırladıkları muhacir yemekleri sorulduğunda alınan cevaplar aşağıda görüldüğü gibi çizelgeleştirilmiştir.

Çizelge 3*Muhacir yemeklerinin evde hazırlanma sıklığı*

Muhacir mutfağına özgü yemekler	Her Zaman	Sıklıkla	Bazen	Nadiren	Hiçbir Zaman
Çorbalar	K1, K2, K7, K8, K10, K11, K12, K13, K15	K6, K9,	K4, K5, K14	K3	
Et yemekleri	K14	K1, K2, K3, K4, K9, K13, K15	K7, K8, K10, K11	K5, K6, K12	
Kümes hayvanı ve yumurta yemekleri		K9, K11, K14, K15	K1, K2, K3, K4, K6, K8, K10, K12	K5, K13	
Sebze yemekleri ve salatalar	K5	K1, K3, K4, K7, K10, K11, K12, K13	K2, K6, K9, K15	K8, K14	
Hamur işleri ve pilavlar		K1, K4, K5, K6, K9, K11, K13	K2, K3, K14, K15	K7, K8, K10, K12	
Ekmekler ve pastalar	K6	K1, K2, K4, K12, K13	K3, K5, K9, K11, K15	K7, K8, K10, K14	
Soslar, ezmeler ve diğerleri		K7, K8, K10, K11, K12, K13, K15	K1, K2, K3, K4	K5, K6, K9, K14	
Tatlılar ve pestiller		K1, K4, K7, K8, K11, K13	K2, K3, K5, K6, K10, K12, K14, K15	K9	

Çizelge 3 incelendiğinde 9 katılımcının çorba grubunu “her zaman” tükettiği görülmektedir. Et yemekleri grubuna 7 katılımcı “sıklıkla” yanıtını vermiştir. Kümes hayvanı ve yumurta yemekleri grubuna 8 katılımcı “bazen”, sebze yemekleri ve salatalar grubuna 8 katılımcı “sıklıkla” yanıtını vermiştir. Hamur işi ve pilavlar grubuna 7 katılımcı “sıklıkla” yanıtını vermiştir. Ekmek ve pastalar grubuna 5’er kişi “sıklıkla”, “bazen” ve “nadiren” yanıtlarını verdiği görülmektedir. Soslar, ezmeler ve diğerleri grubuna 7 katılımcı “sıklıkla” yanıtını verirken tatlı grubuna 8 katılımcı “bazen” yanıtını vermiştir.

Özel günlerde (bayram, kandil, düğün vb.) yapılan yemekler

Katılımcılardan özel günlerde yapıtlıkları yemekler hakkında bilgi vermeleri istenmiştir. K1; “*kukumak mantısı, kesme tatlısı, kuru fa-*

sulye ve yahni” cevaplarını vermiştir. K2; “*kuru fasulye, yahni, pesmet ve baklava*” cevabını vermiştir. K3; “*düğün çorbası, kapama, küllü çörek ve baklava*” cevabını vermiştir. K4; “*kapama, yahni, hoşmerim ve oturtma tatlısı*” cevabını vermiştir. K5 kandilde “*kolaç*” yaptığını ifade etmiştir. K6 kandilde “*kolaç*” ve cenazede “*pesmet*” yaptığını ifade etmiştir. K9 bayramda “*keşkek, sarma, baklava ve sütlaç*” yaptığını söylerken kandilde “*kolaç*” yaptığını ifade etmiştir. K13 bayram ve düğünlerde “*düğün çorbası, yahni, pilav ve oturtma tatlısı*” yaptığını ifade ederken kandilde “*lömbedek tatlısı*” yaptığını ifade etmiştir. Diğer katılımcılar (K7, K8, K10, K11, K12, K14) düğün başta olmak üzere tüm cemiyetlerde Çizelge 4’te yer alan yemekleri yaptıklarını ifade etmişlerdir. Bu katılımcılar yapılan yemekleri menü şeklinde ifade ettikleri için bu yemekler çizelge halinde verilmiştir.

Katılımcılara özel günlerde yaptıkları yemekler sorulduğunda bazı katılımcılar özel günlerde yapılan yemeklerinin olmadığını belirtmiştir.

Özel günde yemek yapıldığını belirten katılımcıların cevapları doğrultusunda aşağıdaki çizelge oluşturulmuştur.

Çizelge 4

Özel günlerde hazırlanan muhacir yemekleri

K7	K8	K10	K11	K12	K14	K15
		<i>Yaz</i>	<i>Kış</i>			
Düğün çorbası	Düğün çorbası	Sütlü tavuklu kuskus çorbası	Kuru fasulye çorbası	Sütlü tavuklu kuskus çorbası	Sütlü çorba	Düğün çorbası
Kuzu/koyun yahnisi	Kuzu/koyun yahnisi	Kuzu/koyun yahnisi	Kuzu/koyun yahnisi	Kırma börek	Pirinçli	Kuzu/koyun yahnisi
Lahana aşısı (turşudan)	Pirinçli	Lahana aşısı	Bulgur pilavı	Güveç/yahni/kapama	Kamba biber dolması	Kavurma
Ekşi lahana sarması (turşudan)	Kamba biber dolması	Kırma börek	Kırma börek	Kırma börek	Kırma börek	Kırma börek
Kırma börek	Kırma börek	Şopska salatası	Erik yahnisi	Kuru fasulye (kurutulmuş kemikli)	Baklava	Kapama
Bayram kolacı	Baklava	Yaprak sarması	Komposto/hoşaf	Komposto/hoşaf	Sütlaç	Yaprak sarması
Gazete baklavası	Sütlaç	Tavuk keşkek	Gazete baklavası	Komposto/hoşaf	Komposto/hoşaf	Sütlaç
Erik yahnisi	Komposto/hoşaf	Sütlü kabak tatlısı	Torta/kabak tatlısı/sütlaç/			Baklava
Torta		Sütlaç	Erik yahnisi			Komposto/hoşaf
Komposto/Hoşaf		Komposto/hoşaf	Komposto/hoşaf			

Çizelge 4 incelendiğinde katılımcıların düğün başta olmak üzere cemiyetlerde yaptıkları yemekler içinde “*Düğün Çorbası*” diyenler 4 kişi, “*Sütlü Tavuklu Kuskus Çorbası*” diyenler 2 kişidir. “*Koyun/Kuzu Yahnisi*” diyenler 6 kişi, “*Pirinçli*” diyenler 2 kişi, “*Kamba Biber Dolması*” diyenler 2 kişi, “*Gazete Baklavası*” ve “*Baklava*” diyenler 3 kişidir. Çizelgedeki tüm katılımcıların ortak cevabı “*Kırma Börek* ve “*Komposto/Hoşaf*” olmuştur.

Bulgaristan muhacir mutfağında sofrada

adapları
Sofra adaplarıyla ilgili katılımcıların ortak cevaplar verdikleri görülmüştür. Katılımcılar, herkesin aynı anda yemeğe başladığını ve aynı anda bitirdiğini, sofrada konuşulmadığını belirtmişlerdir. Ayrıca yemek bitmeden sofranın terk edilmediğini ve yemek bittiğinde Allah’a şükredildiğini ifade etmişlerdir. Genel olarak verilen cevaba ek olarak K3, K7, K8 ve K10 Türkiye’ye göç etmeden önce yemeklerini yer

sofrasında yediklerini Türkiye’ye geldikten sonra masa düzenine geçtiklerini belirtmiştir. Önceden yer sofrasında yemek yeme alışkanlığının olduğu ve sonradan bu alışkanlığın terk edildiği bulgusuna Egeli (2019), Taş (2020) ve İşçimen’in (2021) araştırmalarında da rastlanılmaktadır. Önceden sadece iki öğün yemek yediklerini belirten K7, ilk öğünde önceleri sadece çorba içtiklerini, daha sonra günümüzdeki kahvaltıya yakın bir sofraya hazırlamaya başladıklarını belirtmiştir. Hayvancılık yaptıklarından dolayı mutlaka süt ve türevlerini yediklerini ifade etmiştir. Siyah çay yerine “*ıhlamur çayı*” içtiklerini de belirtmiştir. K8, K10 ve K12 kahvaltıda ve akşam oturmasında “*ıhlamur çayı*” içtiklerini belirtmişlerdir ayrıca zeytin Bulgaristan’da az bulunduğundan çok nadir zeytin yediklerini ifade etmişlerdir. Benzer bir bulgu Egeli (2019) ve İşçimen’in (2021) araştırmalarında da saptanmıştır.

Muhacir mutfağında yaşanan değişime yönelik bulgular

Bulgaristan muhacir mutfağında geçmişe kıyasla malzeme, pişirme yöntemi ve araç-gereç bakımından değişiklikler

Katılımcıların tamamı kullanılan araç-gereçlerde değişim olduğunu ifade etmiştir. Eski zamanlarda topraktan, bakırdan, emayeden ve alüminyumdan yapılmış ürünlerin kullanıldığını ifade etmişlerdir. Günümüzde ise çelik tencerelerin, porselen tabakların ve çelik çatal bıçağın kullanıldığını belirtmişlerdir. Bu yönüyle Curoğlu vd.’nin araştırmasıyla aynı bulgu elde edilmiştir. Döğünlerde yapılan her yemeğin kendine özel bir emaye tabağı olduğunu belirtmişlerdir. Ayrıca K1, K2, K6 ve K9 yaptıkları geleneksel yemeklerde artık mutfak robotu ve el blenderi kullandıklarını ifade etmişlerdir.

Yemek pişirme ve saklama yönteminde de değişimler meydana gelmiştir. K11 ve K15, yemek pişirirken toprak fırınların ve kuzine sobaların kullanıldığını şimdi ise bunların yerini elektrikli fırınların ve gazlı ocaklarının aldığını belirt-

miştir. K8 ve K13, buzdolabının olmadığı zamanlarda büyükbaş hayvan, küçükbaş hayvan ve kümes hayvan etleri gibi bozulacak tüm yiyecekleri yazın “*umba*” denilen çukurlara gömdüklerini ifade etmişlerdir. *Umba*, toprağın 5-6 metre kazılıp merdiven yardımıyla inilip konserve yapılan etlerin konulup üzerinin toprakla örtüldüğü depolardır, kışın ise yine konserve yapılarak ya da kurutularak güneş görmeyen serin kilerlerde sakladıklarını belirtmişlerdir.

Katılımcıların ortak görüşü şehirleşmeyle birlikte, bahçeli evler yerine apartman dairelerinin tercih edilmesi ve hayatı daha kolaylaştırma isteği gibi sebeplerle artık eski araç-gereçlerin terk edildiği ve pişirme yöntemlerinin kullanım sıklığının giderek azaldığı yönündedir.

Teknolojik araçların (televizyon, internet vb.) mutfak kültürüne olan etkisi

Katılımcıların 10’u (K5, K6, K7, K8, K9, K10, K11, K13, K14 ve K15), televizyon ve internet gibi teknolojik araçların mutfak kültürünü geliştirdiğini, akılda tutmak zorunda kalınmadığını ve farklı tariflere ulaşma konusunda kolaylık sağladığını ifade etmişlerdir. K7 medya araçlarında artık geleneksel yemeklerin daha sık yer aldığını, bunun yerel kültürlerle destek sağladığını belirtmiştir. K8 ve K13 televizyon, internet ve teknolojik araçların olumlu etkilerinin yanında olumsuz etkilerinin de olduğunu vurgulamıştır. K8 televizyonda yer alan bazı geleneksel yemeklerin yapım tekniğinde yanlışlıklar olduğunu belirtmiştir. K13 ise yeni yemeklerin geleneksel yemekleri unutturduğunu belirtmiştir. Diğer 5 katılımcı (K1, K2, K3, K4 ve K12), televizyon, internet ve teknolojik araçların geleneksel mutfak kültürüne, yozlaştırma ve unutturma gibi, olumsuz etkileri olduğunu ifade etmişlerdir.

Genç kuşakların muhacir mutfak kültürünü sürdürmeleri

Katılımcıların 8’i genç kuşakların muhacir mutfak kültürünü sürdürdüğünü ifade ederken 7’si sürdürmediğini ifade etmiştir. Genç kuşakların

mutfak kültürünü sürdürmediğini ifade eden katılımcılar (K5, K7, K9, K10, K11, K12 ve K13) bunun sebeplerini; geleneksel yemeklerin yapımının zor gelmesi, çalışma hayatıyla birlikte yemek yapmaya vakit bulamama olarak değerlendirmişlerdir. Muhacir mutfak kültürünün sürdürüldüğü yönünde görüş belirten katılımcılardan K12 kızlarının aynen sürdürdüğünü hatta Bulgaristan'da nasılsa burada da aynen devam ettirdiğini ifade etmiştir. K5, kızlarının bu yemekleri sevdiğini ve yaptıklarını, K7 ise alıştıkları tatlar olduğu için sürdürdüklerini fakat yapımı kolay olan yemekleri yaptıklarını belirtmiştir. K9 ve K10 çocuklarının muhacir mutfak kültürüne ait yemekleri bildiklerini fakat kendileriyle kıyasladıklarında daha az yaptıklarını ifade etmişlerdir.

Farklı kültürlerle yapılan evliliklerin muhacir mutfak kültürüne etkisi

Katılımcıların 7'si farklı kültürlerle yapılan evliliklerin muhacir mutfak kültürüne olumlu etkisi olduğunu ifade ederken 8'i olumsuz etkisi olduğunu ifade etmiştir. Olumlu görüş bildiren katılımcılar (K1, K2, K8, K11, K12, K14 ve K15) farklı lezzetleri deneme konusunda imkân sağladığını belirtmişlerdir. Olumsuz görüş bildirenler ise evlendikten sonra gelini olunan ailenin mutfak kültürüne ait yemeklerin yapıldığını, bu durumun da muhacir mutfak kültürüne zarar verdiğini belirtmiştir.

Standartlaştırılan Tarifler

Çorbalar

Sütlü Tavuklu Kuskus Çorbası		
Malzemeler	Miktar	Açıklama
Tereyağı	30 g.	
Ayçiçek yağı	30 g.	
Kuskus	100 g.	
Tavuk suyu	900 ml.	Soğuk
Tavuk eti	120 g.	Haşlanmış ve didiklenmiş
Tuz	10 g.	
Süt	50 ml.	
		Porsiyon: 6 Kişilik
		Piştirme Şekli: Ocak
		Piştirme Süresi: 50 dakika
		Piştirme Sıcaklığı: -

Hazırlanışı

1. Bir tencereye tereyağı ve ayçiçek yağı eklenir, tencere kısık ateşte yanan ocak üzerine alınır ve yağ eritmeye başlanır.
2. Tereyağı eridikten sonra kuskus tencereye dökülür, kuskus 2 dakika kadar kavrulur.
3. Kuskuslar kavrulunca soğuk tavuk suyu ve didiklenmiş tavuklar eklenir.
4. Kuskuslar haşlanınca süt eklenir, 5 dakika kısık ateşte pişirmeye devam edilir ve ocak kapatır.
5. Ocak kapatıldıktan sonra tuzu eklenir.
6. Bir bakır sahan içine tereyağı konur, kısık ateşte yanan ocak üzerine alınır ve tereyağı eritilir. Eriyen tereyağına toz biber ve kekik eklenip 3 dakika kavrularak kırmızı yağ elde edilir.
7. Servis edilmeden önce kırmızı yağ dökülebilir (Şekil 1).

Şekil 1

Sütlü tavuklu kuskus çorbası



Göçmen Usulü Lahana Çorbası		
Malzemeler	Miktar	Açıklama
Lahana turşusu	250 g.	
Ayçiçek yağı	100 ml.	
Kuru fasulye yemeği	250 g.	Önceki günden kalan
Kaynamış su	1 lt.	
Un	40 g.	
Yoğurt	80 g.	
Tuz	10 g.	
Porsiyon: 6 Kişilik		
Pişirme Şekli: Ocak		
Pişirme Süresi: 30 dakika (Lahananın sertliğine göre değişebilir.)		
Pişirme Sıcaklığı: -		
Hazırlanışı		
1. Bir tencereye un eklenir, tencere kısık ateşte yanan ocak üzerine alınır ve açık krem rengine gelen kadar kavrulur. 2. Lahana turşusu 1 cm daha kalın doğranır ve ayrı bir tencereye konur, tencereye eklenen ayçiçek yağı ile orta ateşte kavrulur. 3. Lahana turşusu kavrulduktan sonra üzerine su eklenir. Burada lahananın sertliği önemlidir. Su azalır ve lahanalar pişmezse yeniden su eklenir. 4. Lahana turşusu piştikten sonra ocak kısılır, önceden yapılmış kuru fasulye yemeği üzerine eklenir. 5. Bir kabın içinde un, süt ve yoğurt karıştırılıp kıvam verici elde edilir. (Topaklanmamasına dikkat edilmelidir.) 6. Kıvam verici çorbaya karıştırılarak eklenir. 7. Üzerlerine tuz eklenir. 8. Çorba kısık ateşte 5 dakika daha kaynatılır (Şekil2).		

Şekil 2

Göçmen usulü lahana çorbası



Ana yemekler

Borana		
Malzemeler	Miktar	Açıklama
Yumurta	120 g.	2 tane
Ayçiçek yağı	10 ml.	
Yoğurt	100 g.	
Sarımsak	5 g.	2 diş
Tuz	2 g.	
Tereyağı	5 g.	
Toz biber	1 g.	Bir çay kaşığı
Kekik	0.5 g.	Bir çay kaşığı
Porsiyon: 2 kişilik		
Pişirme Şekli: Ocak		
Pişirme Süresi: 8 dakika		
Pişirme Sıcaklığı: -		
Hazırlanışı		
1. Yumurtalar 8-9 dakika haşlanır ve kabukları soyulur.		
2. Yumurtalar 1 cm kalınlığında halka şeklinde doğranır.		
3. Yoğurt bir kaba alınır, üzerine rendelenmiş sarımsak ve tuz eklenerek karıştırılır.		
4. Bir bakır sahan içine tereyağı konur, kısık ateşte yanan ocak üzerine alınır ve tereyağı eritilir. Eriyen tereyağına toz biber ve kekik eklenip 3 dakika kavrularak kırmızı yağ elde edilir.		
5. Yumurtalar tabağa alınır, üzerine yoğurt dökülür ve en son üzerine kırmızı yağ dökülür (Şekil3).		

Şekil 3

Borana



Pirinçli		
Malzemeler	Miktar	Açıklama
Pirinç	350 g.	Önceden ıslatılmış
Tavuk İncik	1 kg.	5 tane kemikli, haşlanmış
Tereyağı	30+15 g.	15 gramı kırmızı yağ yapmak için
Tavuk suyu	400 ml.	Sıcak
Tuz	5 g.	
Kırmızı toz biber	2 g.	Kırmızı yağ için
Süt	200 ml.	
		Porsiyon: 5 kişilik
		Piştirme Şekli: Ocak ve fırın
		Piştirme Süresi: 25+5 dakika
		Piştirme Sıcaklığı: 200 °C
Hazırlanışı		
1. Pilavı pişirmek için tencereye tereyağı eklenir, tencere kısık ateşte yanan ocak üzerine alınır ve yağ eritmeye başlanır. 2. Eriyen tereyağın üzerine pirinçler eklenir, birkaç tur karıştırılır. 3. Üzerine sıcak tavuk suyu ve tuz eklenir karıştırılıp kapağı kapatılır. Ocağın ayarı kısılır. 4. Pirinçler hafif nemli kalacak hale gelince ocak kapatılır. 5. Pilav tepsiye dökülür. Üzerinde çukurlar açılır haşlanmış tavuklar yerleştirilir. 6. Tereyağı ve kırmızı toz biber kızdırılıp tepsinin üzerinde gezdirilir. 7. Önceden 200°C'ye ısıtılmış fırında 5 dakika üzeri kızarana kadar pişirilir (Şekil 4).		

Şekil 4
Pirinçli



Kaşık Ekmek		
Malzemeler	Miktar	Açıklama
Dana Eti	300 g.	Kuşbaşı doğranmış
Tereyağı	30 g.	
Soğan	130 g.	1 tane
Tuz	6 g.	
Biber salçası	30 g.	
Kırmızı toz biber	4 g.	
Su	300 ml.	Tercihen et suyu
Ekmek	240 gr.	Françala, tercihen bayat
Yoğurt	240 gr.	
		Porsiyon: 3 kişilik
		Pişirme Şekli: Ocak
		Pişirme Süresi: 30 dakika
		Pişirme Sıcaklığı: -
Hazırlanışı		
1. Tereyağı düdüklü tencereye eklenir, tencere kısık ateşte yanan ocak üzerine alınır ve yağ eritmeye başlanır.		
2. Eriyen tereyağın üzerine etler eklenip orta ateşte suyunu salıp çekene kadar kavrulmaya başlanır.		
3. Soğanlar masedon doğranıp kavrulan etlerin üzerine eklenir.		
4. Soğanların üzerine tuz eklenip soğanlar yumuşayana kadar kavrulmaya devam edilir.		
5. Tencereye salça eklenir, salçanın kokusu çıkana kadar kavrulmaya devam edilir.		
6. En son tencereye toz biber ve su eklenir. Düdüklü tencerenin kapağı kapatılarak orta az ateşte 30 dakika boyunca pişirilir.		
7. Ekmekler fırında ya da ocakta kızartılır ve küp küp doğranır.		
8. Tabağın en altına ekmekler dizilir, üzerine çırpılmış yoğurt dökülür ve en üste et dökülür(Şekil 5).		

Şekil 5

Kaşık ekmek



Golgoç		
Malzemeler	Miktar	Açıklama
Dana kıyma	250 g.	Yağsız
Ayçiçek yağı	40 g.	
Taze soğan	160 g.	
Tuz	10 g.	
Karabiber	3 g.	
Taze nane	6-7 yaprak	
Un	375 g.	Elenmiş
Tuz	5 g.	
Yumurta	50-55 g.	1 tane
Su	200 ml.	Ilık
Porsiyon: 4 kişilik		Pişirme Şekli: Ocak
Pişirme Süresi: 30 dakika		Pişirme Sıcaklığı: -

Hazırlanışı

1. Un yoğurma kabına alınır ve üzerine tuz dökülüp karıştırılır.
2. Karıştırılan un üzerinde havuz açılır ve içine su dökülür.
3. 5-6 dakika yoğurulduktan sonra yumurta eklenir.
4. Tüm malzemeler karıştırılıp yoğurulur ve orta yumuşak, pürüzsüz bir hamur elde edilir.
5. Hamur ağzı kapalı bir şekilde 15 dakika bekletilir.
6. Yağ bir tavaya dökülür ve orta ateşte yanan ocak üzerine alınır. Kıyma tavaya eklenir ve kavrulmaya başlanır.
7. Kavrulan kıymanın üzerine brunuaz doğranmış soğan eklenir.
8. Soğan yumuşayınca tuz ve karabiber eklenerek 5 dakika daha kavrulur.
9. Ocak kapatıldıktan sonra tavaya ince doğranmış nane eklenir.
10. Hamur dört bezeye ayrılır ve 2 mm kalınlığında açılır.
11. Açılan bezeler 3x3 cm ebadında kesilir.
12. Kare şeklinde kesilen hamurlara iç harç koyulur ve üçgen şeklinde katlanır.
13. Hamurlar kaynayan yağlı ve tuzlu suda haşlanır, haşlanan hamurlar yüzeye çıkar.
14. Bir bakır sahan içine tereyağı konur, kısık ateşte yanan ocak üzerine alınır ve tereyağı eritilir. Eriyen tereyağına toz biber ve kekik eklenip 3 dakika kavrularak kırmızı yağ elde edilir.
15. Sarımsaklı yoğurt ve kırmızı yağ ile servis edilir (Şekil 6).

Şekil 6
Golgoç



Soğan Borusu		
Malzemeler	Miktar	Açıklama
Ayçiçek yağı	40 g.	
Taze Soğan	500 g.	
Biber salçası	75 g.	
Bulgur	50 g.	
Tuz	8 g.	
Su	40 ml.	
		Porsiyon: 4 kişilik
		Pişirme Şekli: Ocak
		Pişirme Süresi: 15 dakika
		Pişirme Sıcaklığı: -
Hazırlanışı		
1. Ayçiçek yağı tencereye alınır. Orta ateşte yanan ocağa konur.		
2. Jardine doğranan soğanlar tencereye eklenir ve orta ateşte yanan ocak üzerine alınarak soğanlar kavrulur.		
3. Kavrulan soğanlara biber salçası eklenir ve kokusu çıkana kadar kavrulur.		
4. Salça kavrulunca bulgur eklenir ve karıştırılır.		
5. En son tuz ve su eklenir ve bulgurlar yumuşayana kadar, bulgurun cinsine göre, 10-15 dakika kapağı kapalı pişirilir.		
6. Üzerine yoğurt eklenerek servis edilir (Şekil 7).		

Şekil 7

Soğan borusu



Türlü		
Malzemeler	Miktar	Açıklama
Patlıcan	230 g.	
Yeşilbiber	250 g.	
Domates	500 g.	
Süt	100 ml.	
Un	70 gr.	Sebzeleri bulamak için
Tuz	10 gr.	
Ayçiçek yağı	250 ml.	Sebzeleri kızartmak için
		Porsiyon: 4 kişilik
		Piştirme Şekli: Ocak
		Piştirme Süresi: 30 dakika
		Piştirme Sıcaklığı: -
Hazırlanışı		
1. Biberler jardine kesilir. 2. Patlıcanlar mire poix kesilir. 3. Domatesler vichy kesilir. 4. Sebzeler unlu tuzlu karışıma bulanıp kızgın yağda sırayla altın sarısı renk alana kadar kızartılır. 5. Kızartılan sebzeler ayrı bir tencereye alınır. 6. Sebzelerin üzerine süt dökülür ve 2 dakika kaynatılır (Şekil 8).		

Şekil 8

Türlü



Güveçe		
Malzemeler	Miktar	Açıklama
Tereyağı	25 g.	
Sucuk	85 g.	
Sarımsak	5 g.	
Çeri domates	200 g.	
Konserve domates	200 g.	
Tuz	15 g.	
Beyaz peynir	100 g.	Sert
Yumurta	120 g.	2 tane
Porsiyon: 3 kişilik		
Pişirme Şekli: Ocak		
Pişirme Süresi: 40 dakika		
Pişirme Sıcaklığı: -		
Hazırlanışı		
1. Toprak güveç orta ateşte ısıtmaya başlanır.		
2. Sucuklar masedon doğranır ve sarımsaklar ezilir.		
3. Isınan güvece tereyağı konur. Yağ eriyince sucuklar ve sarımsaklar eklenip kavrulur.		
4. Kavrulan sucukların üzerine önce ortadan ikiye bölünen çeri domates, çeri domatesler pişmeye başladıktan sonra da konserve domates eklenir.		
5. Güvece tuz ve peynir eklenip karıştırılır.		
6. Kısık ateşte üzeri kapalı 5 dakika pişirilir.		
7. Üzerine yumurta kırılıp karıştırılır, kapağı kapalı 5 dakika daha pişirilir (Şekil 9).		

Şekil 9
Güveçe



Hamur işleri

Allah'ı Gören Börek		
Malzemeler	Miktar	Açıklama
Dana eti	400 g.	Kemikli olursa lezzeti artar.
Kuru yufka	400 g.	6 tane
Et suyu	400 ml.	Ilık
Taze yufka	1	1 tane
Porsiyon: 1 tepsi		
Piştirme Şekli: Fırın		
Piştirme Süresi: 40 dakika		
Piştirme Sıcaklığı: 180 °C		
Hazırlanışı		
1. Kemikli et düdüklü tencereye konur. Etin üzerini geçecek kadar soğuk su eklenir.		
2. Düdüklü tencerenin kapağı kapalı bir şekilde orta ateşte 40 dakika et haşlanır.		
3. Haşlanan et tencereden çıkarılır ve didiklenir.		
4. Taze yufka tepsiye kenarlardan taşacak şekilde serilir, üzerine haşlanan etin suyuna batırılan kuru yufkalar parçalanır.		
5. Parçalanmış yufkaların üzerine didiklenen etler serilir ve yufkalarla birlikte tepsinin içinde karıştırılır.		
6. Eğer et suyu kalırsa yufkaların üzerine dökülür.		
7. Kenarlardan taşan yufkalar kapatılır.		
8. Önceden 180°C'ye ısıtılmış fırında üzeri kızarana kadar pişirilir (Şekil 10).		

Şekil 10*Allah'ı gören börek*

Bayram Kolacı		
Malzemeler	Miktar	Açıklama
Un	500 g.	Unun kalitesine göre fazladan 20 gram daha eklenebilir.
Yaş maya	40 g.	
Su	200 ml.	Ilık
Şeker	10 g.	
Ayçiçek yağı	100 ml.	
Tuz	10 g.	
Çörek otu	15 g.	
Porsiyon: 2 tane		
Pişirme Şekli: Fırın		
Pişirme Süresi: 30 dakika		
Pişirme Sıcaklığı: 180 °C		

Hazırlanışı

1. Un derin bir kabın içine alınır.
2. Kaba alınan un havuz şeklinde açılır. Ortasına maya, su ve şeker dökülüp mayanın çözünmesi sağlanır.
3. Üzerine sıvı yağ ve su eklenir.
4. Kenarlardaki unlar ufak ufak ortadaki havuza dâhil edilerek karıştırılır. Tuz bu aşamada eklenir.
5. Hamur elastik ve ele yapışmayan hale gelene kadar yoğrulur. Tezgâha vurarak katlamak hamurdaki glütteni daha iyi açığa çıkarır.
6. Homojen hale gelene kadar yoğurulan hamur 1 saat mayalandırılır.
7. Mayalanan hamur 250*2 g. ve 220*2 g. olacak şekilde dört parçaya ayrılır.
8. 250 g. olan bir parça uzunlamasına elde 50 cm olacak şekilde açılır ve kalp şekli verilir.
9. 220 g. olan parçada uzunlamasına elde açılır ve kalp şekli verilen hamurun etrafına sarılır.
10. Diğer kalan iki parça için de aynı işlemler yapılır.
11. Kolaçlar yağlanmış ya da yağlı kâğıt serilmiş tepsiye koyulur.
12. Üzerine yumurta sarısı sürülüp çörek otu serpilir.
13. Önceden 180°C’ye ısıtılmış fırında 30 dakika kadar pişirilir (Şekil 11).

Şekil 11

Bayram kolacı



Kısmet Ekmeği		
Malzemeler	Miktar	Açıklama
Süt	100 ml.	Ilık
Su	100 ml.	Ilık
Yaş maya	40 g.	
Şeker	20 g.	
Un	550 g.	
Tuz	10 g.	
Akide şekeri	10 tane	
Vişne suyu	100 ml.	Akide şekerini ıslatmak için
		Porsiyon: 1 tane
		Pişirme Şekli: Fırın
		Pişirme Süresi: 40 dakika
		Pişirme Sıcaklığı: 180 °C
Hazırlanışı		
1. Derin bir kabın içine su ve süt konur.		
2. Sıvıların üzerine şeker ve maya eklenip mayanın çözünmesi sağlanır.		
3. Karışıma un ve tuz eklenir.		
4. Malzemeler homojen kıvamlı bir hamur olana kadar yoğurulur.		
5. Yoğurulan hamur 1 saat mayalandırılır.		
6. Mayalanan hamur yağlanmış ya da pişirme kâğıdı serilmiş tepsiye yerleştirilir.		
7. Üzeri düzlendikten sonra akide şekerleri vişne suyuna batırılarak hamura gömülür.		
8. Önceden 180°C'ye ısıtılmış fırında 40 dakika kadar pişirilir (Şekil 12).		

Şekil 12

Kısmet ekmeği



Konserve ve turşular

Norlu Piperka		
Malzemeler	Miktar	Açıklama
Yeşilbiber	500 g.	Çekirdeği çıkarılmış
Lor peyniri/Ekşimik	250 g.	Tuzsuz
Yoğurt	300 g.	
Tuz	10 g.	
Süt	100 ml.	Ilık
		Porsiyon: 2 yarım kilogramlık kavanoz
		Piştirme Şekli: -
		Piştirme Süresi: -
		Piştirme Sıcaklığı: -
Hazırlanışı		
1. Biberlerin çekirdekleri çıkarılır. Temizlenen biberler önce boydan sonra yandan kesilir, bir biberden dört parça elde edilir.		
2. Bir kaba lor peyniri konulur, üzerine yoğurt ve tuz eklenip karıştırılır. Harç haline getirilir.		
3. Sterilize edilmiş kavanozların dibine harç dökülür.		
4. Biberler sıkıca kavanoza konulur, bir kat biber bir kat harç olacak şekilde hazırlanır.		
5. Kavanoz ağzına kadar dolunca kaşık yardımıyla düzeltilir ve süt dökülür.		
6. Kavanoz ağzı sıkıca kapalı bir şekilde 15 gün buzdolabında bekletildikten sonra tüketilir (Şekil 13).		

Şekil 13

Norlu piperka



Göçmen Usulü Lahana Salatası		
Malzemeler	Miktar	Açıklama
Beyaz lahana	500 g.	
Havuç	300 g.	3 tane
Karnabahar	300 g.	
Ayçiçek yağı	100 ml.	
Sirke	500 ml.	
Tuz	30 g.	
Şeker	10 g.	
Kereviz sapı	50 g.	
		Porsiyon: 10 kişilik
		Pişirme Şekli: -
		Pişirme Süresi: -
		Pişirme Sıcaklığı: -
Hazırlanışı		
1. Beyaz lahananın kalın kısımları kesilir ve matignon doğranır. 2. Havuçlar soyulduktan sonra vichy doğranır. 3. Karnabaharlar çiçeklerine ayrılır ve fazla sapları kesilir. 4. Beyaz lahanalar, havuçlar ve karnabaharlar bir kabın içine alınır. 5. Bir tencerede ayçiçek yağı, sirke, tuz ve şeker karıştırılır ve ocağa alınıp 5 dakika orta ateşte kaynatılır. Sos haline getirilir. 6. Kaynayan sos soğutulduktan sonra sebzelerin üzerine dökülür ve arada karıştırmak suretiyle 3 gün buzdolabında bekletilir. 7. Sos 3 gün bekledikten sonra süzülüp tekrar kaynatılır ve soğuduktan sonra sebzelerle karıştırılır. 8. Hazırlanan turşu sterilize edilmiş kavanozlara sıkı bir şekilde konur. Havayla temasını kesmek için sos sebzeleri örtecek oranda dökülür. Üç gün buzdolabında bekletilir ardından tüketilir. 9. Turşu hızlı bir şekilde yapılmak istenirse, sos ilk kaynatmada soğutulmadan sebzelerin üzerine dökülür ve anında tüketilir (Şekil 14).		

Şekil 14

Göçmen usulü lahana salatası



Tatlılar

Erik Yahnisi		
Malzemeler	Miktar	Açıklama
Su	350 ml.	
Kuru mor erik	200 g.	Çekirdeksiz
Tereyağı	30 g.	
Un	30 g.	
Pekmez	40 g.	Türü fark etmemekle birlikte bu araştırmada kamış pekmezi kullanılmıştır.
Porsiyonu: 4 Kişilik		
Pişirme Şekli: Ocak		
Pişirme Süresi: 20 dakika		
Pişirme Sıcaklığı: -		
Hazırlanışı		
1. Su bir tencereye alınır, üzerine erikler -eğer bütünse ikiye bölünüp- eklenir.		
2. Tencere ocağa alınıp orta ateşte yaklaşık beş dakika kaynatılır. Eriklerin dağılmaması gerekir.		
3. Ayrı bir tencereye tereyağı eklenir ve tencere orta ateşte yanan ocağa alınıp tereyağı eritilir.		
4. Eriyen yağa un eklenip kavrulur.		
5. Sarı renkte meyane (ru) elde edilince yavaş bir şekilde eriklerin suyu eklenir.		
6. Kıvam alınca ocak kısılır, pekmez eklenir, 7 dakika pişirilir.		
8. Üzerine erik taneleri eklenir ve karıştırılır.		
9. Tencere ocaktan alınır ve erik yahnisi sıcak servis edilir (Şekil 15).		

Şekil 15

Erik yahnisi



Sonuç

Göç, derin anlamlar ve izler bırakan bir süreçtir. Göç, bir toplumun kültürünü ve geleneklerini şekillendirmede temel bir etkidir. Göç eden topluluklar, yeni yerleştikleri bölgelere uyum sağlama, bu bölgeleri etkileme ve kendilerinin de bu bölgelerden etkilenme süreçlerinden geçerler. Bu süreçler bazen zorlu olabilirken bazen de daha kolay ilerler, bu da coğrafya ve etnik yapıyla ilişkilidir. Örneğin, Bulgaristan'daki yönetim değişikliği, o bölgedeki Türklerin baskı ve zorlamalarla göç etmelerine neden olmuştur. Göçle birlikte, muhacirlerin yerleştikleri bölgelerle etkileşimleri, bir kültür sentezi oluşturur. Bu araştırmanın amacı, Sakarya'da yaşayan Bulgaristan muhacirlerinin yemek kültürünü incelemek, bu kültürü oluşturan yemeklerden literatürde yer almayanlarını tespit etmek ve tespit edilen yemeklerin tariflerinde bir standart oluşturmaktır. Bu köklü geçmişe sahip mutfağın ve yemeklerin korunması önemlidir. Bu araştırma, muhacir mutfağında kalıcılığı sağlamak, her evde ve yiyecek-içecek işletmesinde uygulanabilir standart yemek tarifleri oluşturmak, sürdürülebilirliği sağlamak ve gelecek kuşaklara aktarmak için önemlidir.

Araştırmada, Bulgaristan'dan Sakarya'ya göç etmiş 15 muhacirle yarı yapılandırılmış görüşmeler gerçekleştirilmiştir ve bu görüşmeler sonucunda 72 yemek tarifine ulaşılmıştır. Bu yemekler literatürle karşılaştırılarak, benzerlikleri ve farklılıkları değerlendirilmiş ve literatürde yer almayan 15 yemek tarifi standartlaştırılmıştır. Bu standartlaştırılan yemekler, çeşitli kategorilere ayrılmış ve tariflerin uygulanabilirliği göz önünde bulundurularak hazırlanmıştır.

Yapılan bu araştırmanın literatüre sağladığı kazanımlar incelendiğinde; elde edilen 72 tane yemek ismi ile Sakarya'da yaşayan Bulgaristan muhacirlerine özgü yemeklere ilişkin envanter oluşturulmuştur. Böylelikle Sakarya'da yaşayan Bulgaristan muhacirlerine ait kaybolmaya yüz tutmuş yemeklerin kayıt altına alınması, yemeklerin her evde ve her yiyecek-içecek iş-

letmesinde uygulanabilir standart tarifleri elde edilerek sürdürülebilirliği, Sakarya'da yaşayan Bulgaristan muhacirlerinin yemek kültürünün korunması ve bu mirasın gelecek kuşaklara aktarılması sağlanmıştır. Bu sonuçlar göz önüne alındığında aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir:

- Bu araştırmaya ek olarak farklı araştırmalar da yapılarak daha fazla muhacir yemeğinin standardizasyonu yapılabilir.
- Standardizasyonu yapılan yemeklerin tarifleri, medya organları ve toplum tarafından takip edilen şefler aracılığıyla halka anlatılabilir ve tanıtılabilir.
- Standardizasyonu yapılan yemeklerin tarifleri, açıcılık eğitimi veren meslek liseleri ve halk eğitim kursları gibi eğitim öğretim faaliyeti veren kurumlarda müfredata eklenebilir.
- Sakarya'da yaşayan Bulgaristan muhacirlerinden elde edilen ve standardizasyonu yapılan yemeklerin tarifleri coğrafi işaret kapsamında tescillenip yöre mutfağına katkısı sağlanabilir. Böylelikle Sakarya'nın gastronomi zenginliği öne çıkarılmış ve Sakarya gastronomi şehri olma konusunda alt yapı hazırlığı yapılmış olur.
- Sivil toplum kuruluşları tarafından muhacir yemekleri konulu yemek yarışmaları düzenlenebilir.
- Muhacir dernekleri, muhacir yemeklerinin yer aldığı festivaller ve kermesler düzenleyebilir. Ayrıca bu konuda araştırma yapmak isteyen araştırmacılara bilgi verme ve yardımcı olma konularında sorumluluk üstlenmelidirler.
- Bulgaristan muhacirlerinin yoğun olarak yaşadığı iller arasında karşılaştırmalı araştırmalar yapılabilir. Böylelikle yemek kültüründeki ve yemek tariflerindeki farklılıklar daha net bir şekilde literatüre kazandırılmış olur.

Kaynakça

Ahbab, Y. (2016). 93 harbi sonrası bulgar muhacirlerinin üsküp sancağı'nda iskanı. *Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(5), 1–14.

Aktaş, A. (2008a). *Farklı kültürlerin buluşma noktası: kültürel renkleriyle sakarya*. Adapazarı Merkez Belediyesi Yayınları.

Aktaş, A. (2008b). *Sakarya'nın yemek kültürü üç kıtanın damak zevkinin buluştuğu yer: Sakarya*. Sakarya Valiliği İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü Yayınları.

Aydın, Ş. K. (2019). *Arap zorunlu göçmenlerde travmatik yaşantılar; göç sonrası yaşam zorlukları ve manevi başa çıkma ve sosyal destek bağlamında psikolojik dayanıklılık*. (Tez no: 543202) [Yüksek lisans tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Bahtiyar-Sarı, D., Tetik, G. (2019). Gastronomi turizmi kapsamında bulgaristan göçmenlerinin yemek kültürü. *Anasay* (8), 73–88.

Coşkun, R., Altunışık, R., Yıldırım, E. (2019). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri spss uygulamalı*. Sakarya Yayıncılık.

Creswell, J. W. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (5. Baskı). Sage Publishing.

Curoğlu, Ö., Saraç, Ö., Pamukçu, H., Sandıkçı, M. (2022). Bulgaristan'dan Sakarya'ya göç eden türklerin geçmişten günümüze mutfak kültürü. *Seyahat ve Otel İşletmeciliği Dergisi*, 19(1), 108–123.

Çınar, N. (2021). İyi bir sistematik derleme nasıl yazılmalı? *Online Türk Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6(2), 310–314.

Egeli, B. (2019). *Bulgaristan göçmenlerinin yeme içme kültürü ve uygulanan yemek reçeteleri üzerine inceleme*. (Tez no: 642699) [Yük-

sek lisans tezi, İstanbul Okan Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Gautam, T. R. (2005). Causes and impact of migration : a sociological study of emigration from kande bash, baglung, nepal. *Dhaulagiri Journal of Sociology and Anthropology*, 1, 146–163.

Güldemir, O. (2018). *Klasik ve modernleşen osmanlı yemekleri ve günümüze uyarlanması*. (Tez no: 533542) [Doktora tezi, Anadolu Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Günay, N. (2021). *Aşiretler, muhacirler, mübâdiller ve mültecilerin iskanı*. Yeditepe Yayınları.

Günay, Ü. (2003). Göç, din ve değişim: batı avrupa'daki türk işçileri örneği. *Bilimname*, 3, 35–64.

İçduygu, A., Sirkeci, İ. (1999). Cumhuriyet dönemi Türkiye'sinde göç. O. Baydar içinde, *75 Yılda Köylerden Kentlere* (s. 249–268). Tarih Vakfı Yayınları

İşçimen, B. (2021). *Balkanlardan göçen toplulukların yemek kültürlerindeki farklılıklar: edirne ili keşan ilçesi köyleri örneği*. (Tez no: 661465) [Yüksek lisans tezi, Trakya Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Kahraman, C., Güneş, İ., Nanae, K. (2017). 1989 göçü sonrası bulgaristan göçmenlerinin yemek kültüründeki değişim. *Göç Dergisi*, 4(2), 227–245.

Karpat, K. (2010). *Osmanlı'dan günümüze etnik yapılanma ve göçler*. Timaş Yayınları.

Karpat, K. (2015). Önsöz. M. Erdoğan ve A. Kaya (Ed.), *Türkiye'nin göç tarihi 14. yüzyıldan 21. yüzyıla Türkiye'ye göçler*. İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.

Kocabıyık, H. (2003). *Avrupa Birliği Süreci ve Batı Avrupa Türklerinin Türk-AB İlişkilerine*

Etkileri. (Tez no: 189739) [Yüksek lisans tezi, Atılım Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Kolukırık, S. (2006). Bulgaristan'dan göç eden türk göçmenlerin dayanışma ve örgütlenme biçimleri: İzmir örneği. *Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 30(1), 1–13.

Korkmaz, N., Öztürk, A. (2017). Bulgaristan Türklerinin göç süreci ve göçmenlerin türkiye'deki iskan ve iş gücüne dayalı entegrasyonu. *Bölgesel Araştırmalar Dergisi*, 1(3), 268–289.

Öztürk, M. Ç. (2019). Göçmen derneklerinin göçmenlerin çalışma hayatına etkisi: pomaklar örneği. (Tez no: 591081) [Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Pustu, Y. (2020). XIX. yüzyıldan xx. yüzyıla ankara'da göç ve iskân (1856–1918). (Tez no: 616460) [Doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Şahin, N. (2006). XIX. yüzyıl sonrasında anadolu'ya yapılan göç hareketleri ve anadolu

coğrafyasındaki sosyo-kültürel etkileri. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(1), 63–82.

Taş, D. (2020). Edirne'nin ipsala ilçesinin sınır köylerinde unutulmaya yüz tutmuş yemeklerin unutulma nedenleri üzerine bir araştırma. (Tez no: 629195) [Yüksek lisans tezi, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.

Tylor, E. B. (1920). *Primitive culture: researches into the development of mythology, philosophy, religion, art, and custom*. John Murray Publishing.

Yılmaz, K. (2021). Sosyal bilimlerde ve eğitim bilimlerinde sistematik derleme, meta değerlendirme ve bibliyometrik analizler. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(2), 1457–1490.

Yüzüncüyıl, K., Uybaydın, A. (2021). Sakarya ili damak hafızası. K. Yüzüncüyıl, A. Uybaydın, A. Bilgin ve S. Aydın (Ed.), *Topraktan Sofraya Sakarya Mutfağı* içinde (s. 68–295). Yapı Kredi Yayınları