

TÜRK MUTFAĞININ TARİHSEL GELİŞİM SÜRECİ İÇERİSİNDEKİ DEĞİŞİMİ VE BUGÜNKÜ DURUMU

Dr. Selma BİRER*

Beslenme, organik bir süreç olmasının yanısıra aynı zamanda da kültürel bir olgudur. Farklı toplumların farklı kültürlere sahip oldukları bir gerçektir. Yemek yeme alışkanlıkları da kültürün bir ögesi olmaları nedeni ile çeşitli toplumlara göre ayrıcalıklar göstermektedir. Bir insanın ne yediği, coğrafi koşullara bağlı olmakla birlikte onun kültürüne de bağlıdır. Kişinin, yemekleri seçme olanağı olduğu zaman neyi seçtiği, onu ne biçimde sağladığı, nasıl pişirdiği, nasıl ve ne zaman, nerede yediği, kendi toplumsal grubunun alışkanlıklarına göre değişir. Türk toplumu da yemek türü, tadı, özelliği bakımından diğer kültürlerden oldukça ayrıcalık göstermektedir.

Türk mutfağı denilince akla Türk tarihi gelmektedir. Çünkü bir millet kolaylıkla ağzının tadını kaybedemez. Binlerce yıldan beri alıştığı yemeginden vazgeçemez. Uzun bir tarihsel geçmişe sahip Türkler, mutfak konusunda zengin bir kültüre sahiptirler. Yemek pişirme geleneği atalarından gelmektedir. Bugün dünyanın sayılı mutfakları arasında lezzetli yemeklerin hazırlandığı, çeşitlilik yönünden de zengin olan Türk mutfağı yer almaktadır.

* H.Ü. Beslenme ve Diyetetik Bölümü Öğretim Görevlisi

"Türk Mutfağı" denildiği zaman bütün Türk yiyecek ve içeceklerini, bu yiyeceklerin hazırlanışında kullanılan araç ve gereçleri ve yemek töresi anlaşılmaktadır. Türk mutfağı gerçekten her türde ününe yakışan çok zengin yemek listesi, pişirme yöntemleri ve servis düzenine sahiptir. Günümüzde Anadolu'da sofraya düzenleriyle pişirme yöntemleriyle, kış için hazırlanan yiyecekleri ile araç gereç ve yemekleri ile çok zengin bir mutfak yaşamaktadır.

Türk Yemeklerinin Genel Özellikleri

Türk yiyeceklerine genel olarak bakacak olursak şu niteliklere sahip olduğunu görürüz:

a) Göçebelik ve tarımsal ekonomik yapı Türk yemeklerini etkilemiştir:

Türkler gerek Orta Asya'da gerekse Anadolu'ya geldikten sonra geçim kaynaklarını tarım ve hayvancılığa dayanmış bir millet olarak görülmektedir. Hayvancılık Türklerin tarihin başlangıcından beri dayandıkları en önemli belkide zaman zaman tek ekonomik temel olmuştur. Türkler Orta Asya'da olsun, Anadolu'da olsun yerleşik hayata geçtikten sonra da hayvancılığı bırakmamışlardır. Buğday ise; Türk ekonomisinin ikinci temelini oluşturur. Bunu tahıl olarak genişletirsek daha doğru olur. Bu özellikleri doğal olarak beslenmelerini etkilemiştir. Türk yemekleri malzemeleri açısından bir sınıflamaya tabi tutulduğunda büyük bir kısmının hayvani ürünler olduğu farkedilmektedir. Bu durum Türk yemeklerinin lezzetini olumlu yönde etkilemiştir (1-3).

Türk sofrasında süt yalnız başına bir besin olduğu kadar, süttten yapılan yağ, peynir, yoğurt, ayran ve sütlü-yoğurtlu yemeklerin çeşitliliği insanı şaşırtan bir zenginlik göstermektedir. Türklerin özel bir besini de yoğurttur. Hele onun sulandırılmış biçimi olan ayran Türklerin en sevdiği bir içecektir (1).

Bir tarım ve hayvancılık ülkesi olan yurdumuzda hemen her çeşit sebze ve meyve yetişmektedir. Yemek yapmaya elverişli yabancı otlar yönünden de topraklarımız zengindir. Yine Türkler taze sebze ve meyvelerini kurutarak ve konserve yaparak yüzyıllardan beri kullanmışlardır. Bu da yine tarımsal ekonomik yapı gereği kış yiyeceklerini hazırlamak kay-

gısındandır. Sebzelerin her türlü ç çeşitli biçimlerde etle veya etsiz olarak pişirilir(1).

Yine tarımsal ekonomik yapının bir göstergesi olarak Türklere hamur işi yiyeceklerinin oldukça yaygın olduğunu görüyoruz. Bunların başında yoğurtlu, yağlı ve etli olarak yapılan "Manti" en sevilen hamur işi yiyecekleri arasındadır(3).

Avrupa ve Amerikan kültürlerinin aksine daha çok sulu olarak pişirilen yemekler yenir. Sebzelerin ve tahılların çoğu kıymalı, kuşbaşı etli, soğanlı olarak su ile pişirilir yenir. Bu nedenle çorbanın çok zengin çeşitlerini Türklere geliştirmiştir.

Sulu yemek doğal olarak çok ekme yedirir. Bu nedenle ekme ülkemizde çok yenen, tüketilen bir besin maddesidir. Ekme ve diğer tahıl türlerinin yaygınlığı ve popülerliği tarımsal ekonomik yapıyı simgeler.

b) Yemeklerimiz halkımızın yaşadığı coğrafi bölgelere göre değişiklik gösterir:

Dünyanın çeşitli bölgelerine yerleşmiş Türk boylarının mutfağında gördüğümüz özelliklerin biri de kaynağında tarım ve hayvancılığa dayalı bu mutfağın yerleşme yerinin coğrafi konumundan etkilendiğidir. Yerleşme yerinin fiziki, beşeri en çok da ekonomik durumu yemeklerimizin ortaya çıkışını ve yayılışını ve yaygınlığını belirlediğine göre Türk yemeklerinin çeşitli bölgelerimiz ve yerleşme yerlerimiz arasında değişiklikler göstermesi doğaldır.

Güneydoğu illerinde hamur tatlıları çok yaygındır, Fıstıklı, ağır tatlılar bu yörede çok popülerdir. Ayrıca baharatlı kebablarda yörenin belirgin özelliğidir. Kısır, içli ve çiğ köfteler de yine bu yörenin karakteristik yiyeceklerindedir. Ege bölgesi insanların birinci derecede zeytinyağı kullanmalarına karşın, Doğu Anadolu'da hayvansal yağ tüketilmektedir. Batı Anadolu'da sebzelerden yapılan yemekler yaygındır. Sütü tatlılar, İstanbul ve Ege bölgesinde çoktur. Karadeniz ve Marmara yörelerinde su ürünlerinden balık tüketilir. Fındık birçok yemeğin, tatlıların yapımında kullanılır. İç ve Doğu Anadolu'da tahıl ve hamur işleri fırınlı, pirinçli yemekleri daha yaygındır(2).

c) Türk yemekleri tarihi gelişim içerisinde sosyal yapıya göre de değişiklikler göstermiştir:

Kültür tarihimiz incelendiğinde yemek çeşitliliği ve zenginliğinin özellikle büyük şehir ve kasabalarımızda geliştiği görülmektedir. Beslenme alışkanlıkları, ailelerin sosyo-ekonomik düzeylerine göre farklılaşmaktadır. Yani gelir arttıkça besin tüketim düzeyi yükselmektedir. Türk mutfağı bilindiği gibi iki bölümden oluşmuştur. Birincisi Osmanlı başkentleri ve büyük kentlerinde Saray mutfağı diğeri ise yöresel Türk mutfağıdır.

Saray Mutfağı: Osmanlı İmparatorluğu'nun gelişmesine paralel olarak büyük gelişme göstermiştir. Bunun en önemli nedeni Osmanlı İmparatorluğu'nda padişah ve erkânı bütün soylular konak, kasır ve yalılarda bir sofraya etrafında toplanmayı sosyal bir aktivite saymışlardır. Ayrıca Osmanlı aile yapısı ve harem beslenmeyi güçlenmenin bir unsuru sayarak yiyecek ve içeceklerimize değişik bir fonksiyon kazandırmıştır.

Yöresel Türk Mutfağı: Her devirde olduğu gibi yöresel halk mutfağıımız varlığını kendi imkan ve ölçüleri içerisinde sürdürmektedir. Bu yemekler yörenin gelenek görenek ve alışkanlıklarını, ekonomik olanaklarını kendine özgü yemek hazırlama ve şekillerini içermektedir. Anadolu yemek geleneği, hoşgörölü ve zengin ortamda imparatorluğun her yöresindeki mutfak gelenekleri ile beslenmiş, gelişmiş ve zenginleşmiştir. Aşçılar birbirleri ile yarışmışlar, ince bir zevk ürünü olarak yemekleri yenden yaratmış ve çeşitlendirmişlerdir. Osmanlı mutfağı geliştirilmiş bir Anadolu mutfağı sonucunda oluşmuştur.

Türk mutfağının gelişip zenginleşmesinde geleneksel Türk misafirperverliğinin de önemli bir yeri vardır. Yemek, Türklerde sosyal düzeni kuran bir sembol gibidir. Türk toplumları tarih boyunca sosyal bir düzen ve disiplin çerçevesinde gelişmişlerdir. Çünkü Türk toplulukları çevrelerine karşı varlıklarını koruyabilmek için birer "askeri birlik" olarak oluşmuşlardır. Halkın bir araya geldiği yer ise toylar ve ziyafetlerdir. Hanların veya beylerin halka yemek yedirme ziyafet çekme zorunluluğu vardır. Görülüyor ki, Türklerde yemek yalnızca yenen ve insanların karnlarına girip onları doyuran bir madde değildir. Yemek topluluk düzeyiyle disiplin ve onurları da koruyan bir vasıta ve sembol oluyordu (2, 4).

Günlük yemeklerin dışında, belirli zamanlarda özellikle törensel günlerde yapılan bu tür yemekler Türklerin ikram konusundaki cömertliklerini göstermektedir.

d) Türk Mutfağı komşu kültürleri etkilemiş, onlardan da bazı değerleri içerisine almıştır:

Türkler ilk çağlardan bu yana birçok milletlerle komşuluk yapmış, zaman zaman onlarla iç içe yaşamış, yiyecek ve içecek kültür alış-verişinde bulunmuştur. Anadolu'daki yemekler, kap-kacak, yemişler, bitkiler, araçlar sadece Anadolu insanının özel bir buluşu değildir. Komşu uluslardan da etkilenilmiştir. Komşuluk ilişkileri çerçevesinde birçok yemek ve içki türü gelmiş ve bunların çoğu Anadolu insanınca benimsenmiştir. Anadolu yemekleri, eski çağdan günümüze değin sürekli bir gelişim göstermiş ve tür bakımından çoğalmıştır. Türkler çeşitli uygarlık aşamalarında çeşitli yemekler yapmışlardır. Her uygarlık aşamasının bugünkü yemek yeme alışkanlıklarına etkisi olmuştur. Osmanlı İmparatorluğunun genişlemesine paralel olarak bu yemeklerin konumlarını genişleterek bütün Balkanlara ve diğer komşu ülkelere yayıldıkları da bir gerçektir (2,5).

e) Gelenek ve göreneklerimizle, dini yapımız yemeklerimize etki etmiştir:

Bütün kültürlerde olduğu gibi bizim kültürümüzde de gelenek, göreneklerimiz yiyecek ve içeceklerimize etki etmiştir. Bazı yiyeceklerin tercih edilmesi, bazılarının kaçınılmasında dini inançlarımızın geniş ölçüde etkisi olmuştur. İslamiyetin yasakladığı yiyecekler Müslüman Türk halkı arasında hassas bir şekilde uygulanarak yenilmemiştir. İslam kültürü ile temasa geçen, özellikle yurdumuzun Güney, Güneydoğu ve Doğu Anadolu bölgelerinde yaşayan Türk halkı geniş ölçüde Arap mutfağının etkisi altında kalmıştır (2,3).

İslam esaslarına göre besmele ile yemeğe başlanır. Önce sofrada büyükler yemeğe başlar sonra küçükler onu takip ederler. Dinsel etkilerden birisi de sofraya duasıdır. Yemekten önce ya da yemekten sonra dua edilir. Fakat buna artık pek uyulmamaktadır. Yalnızca önemli günlerde aile toplantılarında dua edilmektedir. Yemeklere ilişkin dinsel etkilerden başka uygulamalar ise, yoksul doyurma, iftar soraları, kurban ve adak gibi toplumsal dayanışma örnekleridir(2).

Türklerde toplu yemek yeme geleneği oldukça yaygındır. Toplu olarak törenle, şölenle, yemek yeme Türklerin tarihinde sık sık görülen bir gelenektir. Eski çağ Anadolu'sunda dinsel törenlerde toplu yemek yeme geleneği vardı. Bunun uzantısı olarak günümüz Anadolu'sunda başta

düğünler olmak üzere Ramazan'da, Hıdırellez'de, yağmur dualarında, göçlerde, yemekli mevlütlerde, uzun yolculuklarda, bir konuk gelişinde, bayramlarda, sünnetlerde, doğumlarda, ziyafetlerde toplu yemek yenir. Bu törenlerde özel yemekler yapılır, en sevilen en iyi yemekler hazırlanır, yenilip içilerek eğlenilir (2,5).

Türkler tabağında bulunan yemeğin hepsini mutlaka yemelidir. Tabağın dibini sıyırmak gerekir. Tabakta bir miktar bırakılırsa günah sayılır. Çünkü bu, israf etmek biçimindeki dinsel kurala dayanır. Halbuki Avrupa'da genellikle yemeği sonuna kadar yemek görgüsüzlük sayılır "İşten artmaz, dişten artar" sözü mutfakta israf etmemeyi, tutumlu olmayı ifade eder. Bu tutumlu davranış, artan yemeklerin ertesi gün yenmesi biçimindeki davranışlarda da kendini gösterir.

Türk Mutfağının Değişme Nedenleri

Türk toplumu ve buna bağlı olarak Türk Kültürü, Tanzimat döneminde yoğunlaşıp artan bir hızla büyük bir değişme sürecini yaşamaktadır. Bu süreç toplumun bütün kültür kurum ve kurallarını etkilemektedir. Batı ile temasa başladıktan sonra bütün geleneksel kültür kurumları gibi Türk Mutfağı da hızlı ve yaygın bir değişimin içerisine girmiştir. Temeli Orta Asya'ya dayalı İslami kültür unsurları ile beslenmiş bu mutfağın son yıllardaki değişimi büyük boyutlara ulaşmış adeta asıl karakterini kaybedecek bir duruma gelmiştir.

Çağımızın hızlı yaşama koşulları, yalnız yaşama zorunlulukları, büyük ailelerin ve aile sofralarının bölünmesi, ya da ortadan kalkması, dergah sofralarının unutulması yüzyılların birikimi olan mutfak törelerini elbette bozmuştur.

Türk mutfağının değişme nedenlerini şöyle sıralayabiliriz:

a) Batı kültürüne açılma:

Günümüz Türk mutfağının sürekli olarak değişime başlamasının başlangıcı, Batı ile ilişki kurduğumuz Tanzimat yıllarına rastlar. Bu etki kendini öncelikle azınlıkların da yaşadığı büyük kentlerde İstanbul, İzmir, sonraları Ankara yavaş yavaş da olsa Batı Mutfağına açılmaya başlamıştır. Yüzyılın başlarında İstanbul'da açılan Pera Palas ve Tokatlıyan Otellerinde çalışmaya başlayan Türk aşçılar Fransız yemeklerini Türk sofralarına getirmeye başlamışlardır.

Cumhuriyet döneminde Ankara'da Fransız Mutfağı yanında "Rus Çarlığının mutfak ekolünden yetişmiş Karpiç Lokantası, Rus yemeklerini alafrağa mutfağa eklemiştir. Örneğin; Kiyevski ve Borç çorbası gibi".

Son yıllarda Batı mutfağının kısa zamanda, ayak üstü yenebilen "FAST FOOD" pek çok hazır yemeğin Türk mutfağını adeta istila ettiği görülmektedir. Pizza, hamburger, tost, cips, sandviç, sosis, salam v.b. ilk bakışta hazırlanabilen başlıca yiyeceklerdir.

Yurt dışına giden diplomatlarımız, öğrencilerimiz, iş adamlarımız, işçilerimiz ve aileleri ile Batı mutfağı, bütün özellikleri ile günlük hayatımıza girmiş bulunmaktadır.

Ağız tadı, bugün uluslarda en zor ve dolayısı ile en geç değişime uğrayan kültürel bir olgudur. Böyle olmasına rağmen yalnız Türkiye'de değil hemen hemen bütün Batı dünyasında son yıllarda hızlı ve çarpıcı bir devrim yaşanmaktadır. Özellikle Batı ülkelerinde "Yeni mutfak" adı ile bilinen yemek pişirme tekniklerinin etkisi Türkiye'de de görülmeye başlanmıştır. Amaç, sağlıklı yemekler hazırlamaktır. Bu nedenle, geleneksel mutfağımızdaki yemeklerimizde giderek çağdaş Batılı ölçülere uygun yöntemlerle hazırlanmaya başlamıştır. Yemekler daha basit olarak buhar veya fırında, kısa sürede pişirilerek orijinal renk şekil, görünüş ve tadı korunmaktadır. Kırmızı et yerine (sığır, koyun, kuzu) beyaz et olarak bilinen, tavuk, balık, deniz ürünleri ve süt danası tercih edilmektedir (4).

b) Hızlı sanayileşme ve kentleşme:

Türkmutfağında gördüğümüz değişimin bir dinamiği de hızla sanayileşme ve ona dayalı kentleşmedir. Özellikle, yöresel mutfağımız sanayileşen kentlerimizde süratle değişmekte, bazı yemek türleri ortadan kalkarken bazı yöresel yemeklerin kendi yerel coğrafyalarını aşarak ülkemizin her tarafına yayıldığı görülmektedir. Çukurova'ya özgü bulgurlu bir yemek salata olan "Kısır", Güneydoğu Anadolu bölgemizden kaynaklanan "çiğ ve içli köfte" Kayseri ve çevresinde gördüğümüz "Mantı" bugün yurdumuzun hemen her yerinde sadece ev yemekleri olarak değil, ticari mutfaklar, toplu beslenme yapan kurum mutfaklarına bile girmiştir(4,5).

Hızlı endüstrileşme, kentleşme ve batı kültürü yiyecek kalıplarımızı

değiştirmektedir. Geleneksel mutfak özellikle kentlerde unutulma tehlikesi ile karşı karşıyadır. Hızlı kentleşme, sosyo-ekonomik tabakalaşmayı da çarpıcı bir şekilde gözönüne sermiştir.

c) Kadının çalışma hayatına katılması:

Türk mutfağından söz ederken, büyük yükün kadının üzerinde olduğunu belirtmeliyiz. Mutfak denilince kadın akla gelir. Hem köyde hem kentte kadın zamanının büyük bir kısmını yemek hazırlamakla geçirir. Kentte hazır yiyecekler, konserve sanayi ve teknolojik gelişmeler, kadının yemek hazırlama süresini bir dereceye kadar kısaltmış olmakla birlikte, yinede yemek yapma kadına aittir.

Cumhuriyet döneminde özellikle 1950'densonraki yıllardan başlayarak Türk kadını yoğun bir şekilde iş hayatına katılmaya başlamıştır. Geleneksel aile yapısında günlük hayatının büyük bir kısmını evinde yemek hazırlamakla geçiren Türk kadını iş hayatı içerisinde artık bu zamanı bulamamakta hazır yiyecekleri tercih etmektedir. Kadının iş hayatında daha fazla yer alması evinin mutfağına ayırabileceği zamanı azaltmış, hazır yemek üretimi ve tüketimini yaygınlaştırmaktadır(4).

d) Okur yazarlığın artışı:

Toplumumuzda okuma yazma oranı Cumhuriyetin ilanından günümüze kadar büyük artış göstermiştir. Buna paralel olarak da pek çok kitaplar basılıp yazılmıştır. Bugün piyasada basılmış yüzlerce yemek kitapları bulunmaktadır. Ayrıca kadınlara dönük yayın yapan dergi, gazete ve magazinlerde Batı mutfağına bütünüyle yemekleri geniş ölçüde tanıtılmakta ve yayılmaktadır. Özellikle genç kızlarımızı eğiten Kız Meslek Liseleri ile otelcilik okullarında yemek pişirme derslerinde öğretilen yemeklerini büyük kısmı Batı Mutfağına lanse etmektedir.

Bunların dışında hızlı nüfus artışı, alışkanlıklar ve ona bağlı olarak değişen lezzet anlayışı ve çağdaşlaşma Türk mutfağındaki değişmelerin diğer belli başlı dinamikleri olarak sayılabilir.

Çağımızın egemen "burger" anlayışı kolalı içkileri, ayakta geçirilen sofrasız yemek töreleri artık öyle ağır basıyor ki, bu hegemonya günümüzün gerçekleri ve yaşantı biçimi ile öyle güzel uyum sağladı ki, geleneksel mutfağımızdan, onu yaşatmak ve tanıtmaktan söz etmek yalnızca tarihi kültür mirasını koruma sorunu olarak gündeme gelebilir.

SONUÇ

Sonuç olarak: Türk mutfağı Türklerin tarihsel gelişim süreci içerisinde oldukça değişikliklere uğramıştır. Bu değişiklikler özellikle günümüzde ceryan etmektedir. Basınımızda daha çok batı mutfağı tanıtılmaktadır. Böylece geleneksel mutfağımız özellikle kentlerde unutulma tehlikesi ile karşı karşıya gelmektedir. Bu durumda ne yapabiliriz?

Toplumsal değişme süreci içerisinde hızla değişmekte olan mutfağımızda geleneksel türlerin kaybolmamasına, korunmasına, turistik açıdan tanıtılmasına çalışmalıyız. Özellikle ulusal ve yöresel Türk yemekleri incelenerek yemeklerimizin besleyicilik ve sağlık açısından değerleri daha iyi ortaya çıkacaktır.

Türk mutfağının yok oluşunda başlıca sorunlardan birisi de bilgili elemanların yetişmemesi, aşçıların yerlerine kimseyi bırakmadan yok olup gitmesidir. Mutfağımızı bir okula bağlamak, tanınmış müesseseleri gerçekten de, Türk Turizminin bir parçası sayarak onlara gerekli destek sağlanmalıdır. Gerekli önlemleri almazsak Türk mutfağı da kaybettiğimiz veya yok ettiğimiz ulusal ve tarihsel değer ve zenginliklerimiz gibi arkasından özlemle düşüneceğimiz bir hayal olabilir.

Türk mutfağının yozlaşması ve kaybolmasında en önemli etkenlerden birisi de Türk toplumunun kendi kültürüne, kendi mutfağına yemeklerine yabancılaşmasıdır. Öncelikle ulusal ve yöresel Türk yemeklerini bilimsel bir çalışma ile ele almak üzere "Türk Mutfağını Araştırma Enstitüsü" kurulmalıdır.

Son yıllarda Türk mutfağının kaybolmaya başladığı gözlenmiş ve Türk yemekleri yarışmaları, Türk mutfağı sempozyum, bildiri ve konferansları, aşçı bayramı ve festivalleri vb. çalışmalar yapılmaya başlanmıştır. Bu çalışmalara devam edilmesi ve genişletilmesi ile Türk mutfağı tüm zenginliği ile devam edecektir.

SUMMARY

CHANGING OF TURKISH FOOD PATTERN IN HISTORICALLY DEVELOPMENT UP TILL TODAY

Birer, S.

Nutrition is one of the human requirements, must be concerned with cultural implication of foods and eating besides organic functions. "Turkish food pattern" means; all Turkish foods and drinks have eaten meals typical of various regions' is aware of differences in menus, food preparation and local term for foods or special dishes. In traditional Turkish food culture, dishes and beverages reveal a rich variety of sweets. An economic structure and social life based upon agriculture and animal husbandry has played a major role in the development of the art of pastry and sweet making among the Turks. Nowadays in Turkey, we have a lot of traditional dishes and sweets. But we have to point out that these historical and traditional dishes and sweets have forgotten because of immigration, civilization and urbanization. Introducing these dishes and sweets on the world we need a serious research and reviews about nutritive values and tastes. If it is done we would make a use of advantage for improving Turkish export.

KAYNAKLAR

1. Oğuz, B.: Türkiye Halkının Kültür Kökenleri, I- Giriş Beslenme Teknikleri İstanbul Matbaası, İstanbul, 315, 1976.
2. Tezcan, M.: Türklerde Yemek Yeme Alışkanlıkları ve Buna İlişkin Davranış Kalıpları, Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri, 31 Ekim-1 Kasım 1981 A.Ü. Basımevi, 113-931, Ankara, 1982. Kültür ve Turizm Bakanlığı MİFAD Yayınları: 41, Seminer Kongre ve Bildirileri Dizisi: 12
3. Ögel, B.: Türk Mutfağının Gelişmesi ve Türk Tarihi Gelenekleri Türk Mutfağı Sempozyumu ve Bildirileri 31 Ekim-1 Kasım 1981 A.Ü. Basımevi, 15-18, Ankara, 1982. Kültür ve Turizm Bakanlığı MİFAD Yayınları: 41, Seminer Kongre ve Bildirileri Dizisi: 12.
4. Toygar, K.: Değişen Türk Mutfağı, Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri 31 Ekim-1 Kasım 1981, A. Ü Basımevi, Ankara, 157,160, 1982. Kültür ve Turizm Bakanlığı MİFAD Yayınları: 4, Seminer, Kongre ve Bildiriler Dizisi: 12.
5. Birer, S.: Türk Toplumunda Yemek Yeme Alışkanlıkları ve Türk Mutfağının Özellikleri, Türk Folkloru Araştırmaları 1983, G.Ü. Basım-Yayın Yüksekokulu Basımevi, Ankara, 15-24, 1984.