



## İSLAMİYETTEN ÖNCE TÜRKLERDE YIYECEK VE İÇECEKLER

Sami KILIÇ\*  
Ali ALBAYRAK\*\*

### ÖZET

Yeme ve içme, insanların varlığını devam ettirebilmesi için vazgeçilmez ihtiyaçları arasındadır. Bu ihtiyacı insanlar genelde yaşadıkları coğrafyadan temin ederler. Coğrafyanın sunmuş olduğu imkânlar, insanların geçim kaynaklarının oluşmasında önemli faktörlerden biridir. Bir toplumun geçim kaynakları da genel olarak yiyecek ve içecek ihtiyaçlarının karşılanmasında etkilidir. Bununla birlikte gıdaların tüketilmesi, toplumun sahip olduğu inanç sistemine uygun olmasını gerekli kılmaktadır.

Bütün toplumlarda olduğu görüldüğü gibi Türklerde de yeme-içme uygulamaları hayatı devam ettirmenin önemli bir faaliyetidir. Ancak bu faaliyetler sadece sıradan bir eylem değildir. Sofranın kurulmasının, yemek yemenin bir usulü ve adabı bulunmaktadır. Bu çalışmada eski Türklerdeki yiyecek ve içecekler iki ana başlık altında incelenecektir. Bunlardan birincisi hayvansal, ikincisi de bitkisel yiyecek ve içeceklerdir. Sürdürülen sosyo-ekonomik hayata bağlı olarak, Türklerde hayvansal gıdalardan etin, özellikle de at ve koyun etinin öne çıktığı görülmektedir. İçecek olarak da kımızın diğer içeceklere göre daha önemli bir konumda olduğu anlaşılmaktadır.

**Anahtar kelimeler:** Türkler, Yeme-içme, Kültür, At, Koyun, Et, Kımız, Yoğurt.

## FOOD AND DRINKS BEFORE ISLAM AMONG TURKS

### ABSTRACT

Eating and drinking are among indispensable needs for human beings to continue their existence. People usually acquire these needs from the geography they live. The facilities offered by geography are one of the important factors creating livelihood of people. Livelihoods of a society are generally effective to meet the needs of food and drinks. Consumption of foods is a necessity for the belief system of the society.

As seen in all communities, eating and drinking practices among Turkish people are among important services to sustain their life. These activities, on the other hand, are not actions of ordinary. There is a certain manner of eating meal and setting the table. In this study, food

\* Doç. Dr., Fırat Ü. İlahiyat Fak. Dinler Tarihi Anabilim Dalı. El-mek: skilic1@firat.edu.tr/skilic959@gmail.com

\* Yrd. Doç. Dr. Fırat Ü. Eğt. Fak. Din Kül. ve Ahlak Bil. Eğt. Böl. El-mek: abayrak@firat.edu.tr/alialbayrak68@gmail.com

and drinks are going to be studied in two headings among old Turks. The first of the study will be animal products and the second will be the vegetable foods. When the socio-economic life is considered, it has been observed that the meat has been provided from horses and sheep in Turkish societies. Koumiss is in an important consumption in drinks when compared with other drinks.

**Key words:** Turks, Eating and Drinking, Culture, Horse, Sheep, Meat, Koumiss, Yougurt.

## GİRİŞ

Yiyecek ve içecekler, sosyo-kültürel uygulamalarla ilgili olduğu gibi dini ritüellerle de ilişkili olduğundan her dinin yiyeceklerle ilgili emir ve yasakları vardır. Bu emir ve yasaklara uymak dindarlığın göstergelerinden kabul edilmektedir<sup>1</sup>. İnsan hayatının devam ettirilebilmesi için gerekli olan yeme ve içme faaliyetleri bütün toplumalarda olduğu gibi Türklerde de görülmektedir. Bu faaliyetlerin belli kuralları ve adabı bulunduğu gibi, Türklerin besinlerinin ve adetlerinin birbirine benzediği de söylenmektedir<sup>2</sup>.

İslamiyetin kabulünden önceki Türk topluluklarında sofraya protokolü, katılanların sosyal statüsü ve rollerine göre oluşturuluyor, kabile veya oymakların sosyal hayattaki konumlarını belirliyordu. *Orun* ( mevki) ve *ülüş* (yemek payı) haklarını kaybeden kabile ve oymakların av, yayla, otlak gibi haklarını da kaybetme tehlikeleri bulunuyordu<sup>3</sup>. Misafirler için düzenlenmiş ziyafetlerde ev sahibi lokmaları konuklarının ağzına verirdi. Ögel'in aktardığı bilgiye göre, Batılı bir seyyah, etin küçük bir bıçakla kesilerek her misafirin rütbesine uygun bir şekilde bu uygulamanın yapıldığını belirtmektedir<sup>4</sup>.

Ailede ve büyük devlet ziyafetlerinde sofrada bulunan herkes kendisine ayrılan et payı veya yemek payı anlamına gelen *ülüşe* razı olurdu<sup>5</sup>. Uygurlara ait eski eserlerde yemek ve içmek fiilleri birlikte kullanılmış ve Uygurlar bu iki kelimeyi *yegü içkü* kavramıyla ifade etmişlerdir. Bu, yeme ve içme eylemlerinin birlikte yapıldığı anlamına gelmektedir<sup>6</sup>. Diğer taraftan Orhun Abidelerinde "...Tanrı lütfkar olduğu için, benim (de) talihim olduğu için, hakan (olarak tahta) oturdum. Tahta oturup yoksul (ve) fakir halkı hep derleyip toparladım: Fakir halkı zengin yaptım, az halkı çok yaptım. Yoksa bu sözümde yalan var mı?"<sup>7</sup> denilerek kağanın Tanrı buyruğu ile görev aldığı ve milletin açlığının giderilmesinin kağanın vazifeleri arasında olduğuna vurgu yapılmaktadır. Türklerin, tarih sahnesine çıktıkları andan itibaren önemsedikleri beslenme, sosyal hayatlarında önemli hususlardan biri olarak öne çıkmıştır. Bu husus, o kadar önemli olmuştur ki, Türk idarecileri, öncelikle milletini aç ve çıplak bırakmamayı ana ilke edinerek ülke yönetimini üstlenmişlerdir<sup>8</sup>.

<sup>1</sup> Sami Kılıç, **İlahi Dinlerde Yiyecek ve İçecekler**, Ankara 2011, s. 1.

<sup>2</sup> İbn Fazlan, **Seyahatname**, Haz. Ramazan Şeşen, İstanbul 1995, s. 111.

<sup>3</sup> Bahaeddin Ögel, **Türk Kültürünün Gelişme Çağları**, İstanbul 1988, s. 292.

<sup>4</sup> B. Ögel, **Türk Kültür Tarihine Giriş C. IV**, Ankara 1991, s. 226.

<sup>5</sup> B. Ögel, **Türk Kültürünün Gelişme Çağları**, s. 281.

<sup>6</sup> B. Ögel, **Türk Kültür Tarihine Giriş C. IV**, s. 189.

<sup>7</sup> Talat Tekin, **Orhon Yazıtları**, Ankara 2010, s. 23; Mustafa Gökmen, **Eski Türk Kitabeleri**, İstanbul 1981, s. 28.

<sup>8</sup> Safa Öcal, "Eski Türklerde Yiyecekler" **Türk Dünyası Araştırmaları Fındıkoğlu Armağanı**, S, 35, İstanbul 1985, s.161.

Türklerde yeme ve içme ile ilgili kavramların çokluğu da dikkat çekici bir özelliğe sahiptir. Örneğin *toy* yeme içme demektir. Kırgızlarda *toy- soy*, şenlik anlamına geldiği gibi yeme-içme anlamına da gelmektedir. *Toy cedir* şenlikte et, yemek yedirme demektir. Hanlar ile büyüklerin yemeklerine *aşatma*, hanlar için kurulan ayaksız sofraya *işküm*, geceleyin habersiz gelenler için hazırlanan içki ziyafetine “kestem” adı verilmiştir. Yakın arkadaşların kışın sırayla birbirlerine verdikleri ziyafete *suğdıç*, oyun eğlenceli ve yemekli gece toplantılarına *sürçük* denmiştir. *Şanbuy* ise, davetten sonra gidilen içki ziyafetini ifade etmek için kullanılmıştır<sup>9</sup>.

Türklerin, yerleşim yerlerindeki kayalara at, deve, sığır, koyun, keçi gibi hayvanların resimlerini yaptıkları görülmüştür. Bu durum belki de onların etini tükettikleri bu hayvanları ehlileştirilmeye başlamadan resimlerini yaptıklarını göstermektedir<sup>10</sup>.

Bu çalışmada, Türklerin Müslüman olmadan önceki hayatlarında yeme ve içme uygulamalarının hayvansal ve bitkisel olmak üzere iki temel başlık altında incelenmesi hedeflenmektedir.

## A-HAYVANSAL GIDALAR

Bozkır yaşam tarzı ve üretimi Türk ekonomisinin temelini, yüksek ovalar ve yaylalar olan bozkır coğrafyasının iklim şartları gereği, çobanlık ve hayvan besleyiciliği oluşturuyordu. Yetiştirilen hayvanlar arasında at ve koyun önemli bir yer tutuyordu<sup>11</sup>. Bu hayvanlardan elde edilen et ve süt ürünleri Türklerin besin zincirinin önemli bir halkasını oluşturuyordu.

### 1-Hayvansal Yiyecekler

Türklerin yaşadıkları sosyo-ekonomik hayat göz önünde bulundurulduğunda, hayvansal yiyecek ve içeceklerin beslenme alışkanlıklarında önemli bir yere sahip olduğu bilinen bir gerçektir<sup>12</sup>. Türk destanları, Türklerin yaşantılarına ait değerli kaynaklar niteliğindedir. Bu destanların birçoğunda yiyip içmeye vurgu yapılmaktadır. Mesela Oğuz Destanı'nda Oğuz- Han'ın doğuşunun anlatıldığı bölümde günümüz Türkçesiyle şöyle denmektedir:

“Pişmemiş etler ister, aş, yemek ister oldu!

Etraftan şarap ister, eğlenmek ister oldu!”<sup>13</sup>

Oğuz Destanı'ndaki bu ifadelerle Türklerin yaşamında etin önemli bir yer tuttuğu bilgisi, birbiriyle örtüşmektedir.

Bozkırda yaşayan Türkler için en önemli besin kaynağı olan et, özellikle de at ve koyun eti idi. Bozkır coğrafyası şartlarının yanı sıra Türklerin göçebe bir hayat yaşaması at ve koyunu ön plana çıkartmaktadır. Bu hayvanlardan atın Türklerde ayrı bir önemi bulunmaktadır. Zira Türkler *ath göçebe kültürü* olarak da isimlendirilen *Bozkır Türk kültürünü* at üzerinde kurmuşlardır. Tarihte atı ilk evcilleştiren ve bu sayede uzak yerlere kısa zamanda ulaşma imkânı elde eden Türkler çok geniş coğrafyalara hâkim olmuşlardır. Evcilleştirilen at ticaretinden önemli bir gelir elde eden Türkler, atın etinden de gıda olarak faydalanmışlardır. Göçebe şartlarına en uygun hayvan olan koyun ise etinin yanı sıra yününden ve derisinden giyim ihtiyacını karşılaması bakımından önemli bir konuma sahiptir<sup>14</sup>.

<sup>9</sup> B. Ögel, *Türk Kültürünün Gelişme Çağları*, s. 780- 781.

<sup>10</sup> Tuncer Baykara, *Türk Kültürü Araştırmaları*, İzmir 1997, s. 162.

<sup>11</sup> İ. Kafesoğlu, *Türk Milli Kültürü*, İstanbul 1993, s. 304.

<sup>12</sup> İbrahim Kafesoğlu, *Türk Bozkır Kültürü*, Ankara 1987, s. 106.

<sup>13</sup> B. Ögel, *Türk Mitolojisi C. I* Ankara 1993, s. 115.

<sup>14</sup> Mustafa Aksoy, “Türklerde At Kültürü ve Kıymızı”, *Türk Dünyası Tarih Dergisi*, S. 142, İstanbul 1998, s. 40-41; İ. Kafesoğlu, *Türk Milli Kültürü*, s. 305-306.

Türkler çok eski devirlerde eti konserve olarak saklamayı öğrenmişlerdi. Çin'e ihraç ettikleri ürünlerin içinde konserve et de bulunmaktaydı<sup>15</sup>. Eski Türkler bağırsağın içini doldurarak konserve haline getirdikleri kurutulmuş ete ve bunun pişmiş haline "sucuk" adı veriyorlardı. Bazı bölgelerde sucuk, incecik doğranıp kavrulmuş et, pirinç ve undan yapılırken bazı bölgelerde beyin, kuyruk yağı ve kanın karışımından elde ediliyordu. At sucuğunun yağı fazlaydı. Bu yağdan et yemeklerinin üzerine konurdu. Türkler için pastırma yani kurutulmuş et de değerli bir besindi. Özellikle akına giden askerler, bozulma ihtimali olmayan pastırmayla besleniyorlardı. Et ürünlerini mevsimlere göre ayıran Türkler, sonbaharda yapılan pastırmayı ilkbahardaki taze ete tercih ediyorlardı. Çünkü hayvanlar ilkbaharda zayıflardı. Keçi ve koyun etinin parçalanmadan pişirilme usulü ateş üzerinde çevirerek ve ateşe veya küle gömmek şeklinde olmak üzere iki türlüydü. Etin kavurma yapılarak tüketilmesi de yaygındı. Kış için saklamak üzere hazırladıkları kavurmalarda, besledikleri hayvanların etlerinin yanı sıra özellikle av etlerini kullanıyorlardı<sup>16</sup>. Geyik ve tavşan, tükettikleri av etlerinin başında geliyordu<sup>17</sup>. Etlî yemeklerin içinde, bugünkü söylenişyle *paça* yemeği önemli bir yer tutmaktadır. Bu yemek için Orta Asya Türkleri *topık sünğük* (topuk kemiğinden yapılan yemek) derlerdi<sup>18</sup>.

Türklerde at, koyun gibi hayvanların etleri yenmekle birlikte kurban olarak sunulan hayvanların içinde at, koyun, koç, dağ keçisi ve geyik de dikkat çekmektedir<sup>19</sup>. Ayrıca deve ve sığırın da kurbanlık hayvanlar arasında bulunduğunu bilmekteyiz<sup>20</sup>. Türklerde doğum ve ölüm törenlerinde verilen ziyafetlerde et yemekleri önemli bir yer tutmaktadır. İbn Fazlan, Oğuzların *ölü aşısı* için yüz ile iki yüz arasında at kesip yedirdiklerini belirtmektedir<sup>21</sup>. Yakutlar, çocuk doğduğunda yağlı bir yemek yerler, bir hayvanı kurban olarak keserek kafasını kırmadan pişirirlerdi<sup>22</sup>. Ayrıca, eski Türkler, ölümden sonraki hayat anlayışları çerçevesinde ölümlerinin, orada yiyip içeceğine inandıkları çeşitli yiyecekleri de mezarlara koyarlardı. Genellikle ölü gömme töreninde et dolu bir kap ve kısırak sütü dolu bir küp mezarın önüne konulmaktaydı<sup>23</sup>.

Türklerin İslamiyet'i kabulünden önce etlerinin yenilmesi yasak olan hayvanları da zikretmek gerekir. Bu hayvanların başında domuz gelmektedir. Bu manada Türklerin domuz beslememeleri, domuz eti yememeleri ve bu hayvana karşı nefretlerinin İslam diniyle alakasının olmadığını söylemek mümkündür. Eski Türklerle ilgili olarak incelemeler yapan Batılı bazı araştırmacılar, Hiung-nu'ların domuz beslemeyip yemediklerinden bahsetmektedirler. Türk tarihi üzerine çalışmalar yapmış olan birçok bilim adamı da Türklerin domuz beslemediklerinden ve yemediklerinden söz ederler. Bazı Çin kaynaklarından edinilen bilgiler doğrultusunda söyleyebiliriz ki, 981 yılında tamamen yerleşik hayata geçen Uygurlar da domuz yememişlerdir. Uygur hakani Arslan Han'a elçi olarak giden Çinli Wang-yen tö, Uygurların çokça et yediklerini, zenginlerin ve orta hallilerin farklı hayvanların etini yediklerini anlatmıştır. Zengin olanların at etini, orta hallilerin de koyun, kaz ve ördek etini yediklerini belirtmiştir. Ancak tüketilen etler içinde domuz etini saymamıştır<sup>24</sup>. Bozkır coğrafyasında yaşayan Türklerin domuz beslememelerinin sebebini araştırmacılar, domuzun göçebe toplumların değil, yerleşik hayat süren toplumların besleyebileceği bir hayvan olduğu şeklinde açıklasalar da bunun geleneksel kültür ve

<sup>15</sup> İ. Kafesoğlu, **Türk Bozkır Kültürü**, s. 106; İ. Kafesoğlu, **Türk Milli Kültürü**, s. 305.

<sup>16</sup> B. Ögel, **Türk Kültür Tarihine Giriş C. IV**, s. 325-391.

<sup>17</sup> Jean- Paul Roux, **Türklerin Tarihi**, Çev. Aykut Kazancıgil- Lale Arslan Özcan, İstanbul 2007, s. 141.

<sup>18</sup> B. Ögel, **Türk Kültür Tarihine Giriş C. IV**, s. 377-379.

<sup>19</sup> Ali Albayrak, **Cengiz Aytmatov'un Eserlerinde Eski Türk Dini**, Elazığ 2007, s. 64.

<sup>20</sup> Gürbüz Erginer, **Kurban**, İstanbul 1997, s. 121.

<sup>21</sup> Abdülkadir İnan, **Tarihte ve Bugün Şamanizm**, Ankara 1986, s. 193.

<sup>22</sup> A. İnan, **age.**, s. 168.

<sup>23</sup> İbn Fazlan, **age.**, s. 136.

<sup>24</sup> Turgut Akpınar, **Türkler'in Din ve Hukuk Tarihi**, İstanbul 1999, s. 88.

### Turkish Studies

International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic  
Volume 7/2 Spring 2012

inanç sistemiyle de ilgisinin olduğunun göz ardı edilmemesi gerekir. Ayrıca, domuz fizyolojik yapısı bakımından uzun süre yürütülerek otlatılmaya uygun değildir<sup>25</sup>.

Eski Türklerde at eti önemli bir besin kaynağı olduğu halde *canlı kurban* olarak seçilen atların ve diğer hayvanların etinden ve sütünden yararlanılmazdı. Yakutlarda canlı kurban olarak seçilen hayvan serbest bırakılır, eti yenmez, sütü içilmez, yük hayvanı olarak kullanılmazdı<sup>26</sup>. Bu kurbanlık hayvanlara *ıduk* adı verilir. Gagauzlarda bu tür kurbanlara *Allahlık* denilirdi. Allahlık, zengin bir çiftçinin mallarının içinden en iyisini seçerek kırlara salıvermesidir. Bu hayvan sürü ile otlamaz ayrı beslenirdi. Bu hayvanlar tarlalara zarar dahi verseler kovulmazlardı. Bunları dövmek, hırpalamak, çalmak günah kabul edilirdi<sup>27</sup>.

Mani (216- 277)'nin Hıristiyanlık, Mazdaizm, Zurvanizm, Budizm ve Mezopotamya dinlerinin bazı ilkelerini alarak oluşturduğu senkretik bir özellik taşıyan Mani dinine göre insanlar *dindarlar*, *dinleyiciler* ve *laikler* olmak üç gruba ayrılırlar. Dindarlar hayvanları boğazlayıp etini yiyemez ve şarap içemezlerken, dinleyiciler ve laikler için bu kurallara uyma zorunluluğu yoktur<sup>28</sup>. Uygurların Mani dinini kabul etmeleriyle birlikte hayat tarzlarında birtakım değişiklikler olmuş, bu durum yiyip-içme alışkanlıklarına da yansımıştır. Bu durum Uygur Kitabelerinde “*Evvelce et yiyen kavim bundan sonra pirinç yiyecek, evvelce adam öldürmek yaygın olan memlekette bundan sonra iyilik ve iyiliği tavsiye etmek hükümran olacaktır.*” şeklinde anlatılmaktadır<sup>29</sup>.

Mani dininde görüldüğü gibi Budizm’de de hayvansal gıdaların yenmesinin ve savaşmanın yasaklanmış olması, bu dini kabul etmek isteyen yöneticilere halkın ve askerlerin tepki göstermelerine sebep olmuştur. Diğer taraftan, vejetaryen beslenmeyi esas alan Budizm, Türkler arasında ancak hayvansal gıda tüketmenin yasaklığı kuralından taviz vermesiyle yayılabilmıştır. Budizm’i kabul eden Türkler, hayvansal gıdaları yemeye devam etmişler ve böylece tarihte Yaylacı Budistler olarak yer almışlardır<sup>30</sup>.

### 1- Hayvansal İçecekler

Türklerin beslenme tarzlarında hayvansal yiyeceklerin yanında hayvansal içecekler de önemli bir yer tutmaktadır. Özellikle etini yedikleri hayvanların sütünden ve süttten yapılan ürünlerden faydalandıkları Türk kültürünü ve hayat tarzını konu edinen kaynaklarda yer almaktadır. Eski Türkler süttten tereyağı ve kaymak imal ederlerdi<sup>31</sup>. Peynir ve Türklerin icadı olan yoğurt da başlıca besinlerindendi<sup>32</sup>.

Türk yeme-içme kültüründe önemli bir yer tutan süt ve süt ürünlerinden, Türk mitolojisinde de bahsedilmektedir. *Süt gölünden* (ak göl) alınan bir damla süt ile insanlara ilk ruhun verilmiş olduğu kabul edilmektedir. Yakutlarda *Ayztıt*, bir çocuğun doğmasına yakın, tarla, çiçek ve yemiş perileriyle birlikte annenin yanına gider. Süt gölünden almış olduğu bir damla sütü çocuğun ağzına damlatarak ona ruhunu vermiş olur. Süt gölüne benzer bir motif, Uygurların Türeyiş Efsanesinde *kutsal süt denizi* olarak geçmektedir<sup>33</sup>. Altaylılarda da *Ülgen*, yakınlarından Yayık’a süt gölüne

<sup>25</sup> T. Akpınar, *age.*, s. 90-93.

<sup>26</sup> B. Ögel, *Türk Mitolojisi C. I*, s. 431.

<sup>27</sup> Ünver Günay- Harun Güngör, *Türklerin Dini Tarihi*, İstanbul 2007, s. 215-216; Harun Güngör, *Türk Bodun Bilimi Araştırmaları*, Kayseri 1998, s. 176.

<sup>28</sup> Ü. Günay-H. Güngör, *age.*, s. 185.

<sup>29</sup> V. V. Barthold, *Orta Asya Türk Tarihi –Dersleri-*, Çev. Hüseyin Dağ, İstanbul 2011, s. 60; Osman Turan, *Türk Cihan Hakimiyeti Mefkuresi Tarihi C.I*, İstanbul 1993, s. 67.

<sup>30</sup> Şaban Kuzgun, *Dinler Tarihi Dersleri*, Kayseri 1993, s. 68.

<sup>31</sup> Ziya Gökalp, *Türk Medeniyeti Tarihi*, İstanbul 1976, s. 365.

<sup>32</sup> İ. Kafesoğlu, *Türk Bozkır Kültürü*, s. 106.

<sup>33</sup> Bahaeddin Ögel, *Türk Mitolojisi C. I*, s. 111.

gitmesini ve buradan alacağı bir damla sütü yeni doğan çocuğun ağzına damlatmasını emreder<sup>34</sup>. Ayrıca, şamanlarla ilgili hikâyelerde, şamanın hasta olanları pişirilmiş süt ile tedavi ettiği geçmektedir<sup>35</sup>. Kuzey ve Doğu Türkleri süt ve süttten yapılan her besine ak derler, onun bir damlasının bile yere düşmesine razı olmazlar ve bunu büyük bir günah olarak kabul ederlerdi<sup>36</sup>.

Eski Türklerde en önemli hayvansal içecek mayalanmış kımız idi. Alkol oranı düşük bir içki olan kımız, kalorisi yüksek olduğu için bir öğün yerine geçtiği gibi gün boyunca içildiğine de rastlanmaktaydı<sup>37</sup>. Moğollarda kımız içme işi, askerlik eğitimiyle sıkı bağlantısı olan bir tören şeklinde icra edilirdi. Genel kabul gününde beylere ve halka hanın ikram ve merhamet sofrası kurulurdu. Sakiler ve kadeh tutanlar sofraya takımlarını ve kadehleri getirirlerdi. Hanın işaretleriyle bir saray odacısı kımız töresi ile hana sunardı. O da insanların topluluk halinde yaşamalarının temeli olan bu arı ve temiz içkiden biraz içip devletin en ileri gelenine verirdi. O da kadehin tamamını bitirirdi. Beyler ve komutanların içki içme merasimi bittikten sonra askerler ayakta içmeye başlarlardı. Kımız içme işi sırasında yanlışlık yapan asker kapının yanına bırakılırdı. Sakiler ve kadeh tutanlar bu askerlere ceza verirdi ve bu, ölüm cezası dışında her türlü ceza olabilirdi<sup>38</sup>.

Yakutlarda *Art Toyon Ağa* adına yapılan törenlerde kurban kesme uygulaması yerine, gençler dokuz bardak kızı, dokuz kere içerlerdi. Bu törensel kımız içme, bir nevi kurban ayini olarak kabul edilirdi<sup>39</sup>. Altaylılarda da kımız içme, yüz yüze bakarak şarkı söyleme geleneğine bağlı olarak sürdürülürdü. Ayrıca, Altaylılarda ekşi süttten rakı yapılırdı. Kımız içme törenleri daha sonraları rakı içme törenlerine dönüşmüştü. Akriba veya komşu olanlar kadın erkek, genç yaşlı herkes bir araya gelir, rakının hazırlandığı yerde bir ateş yakılırdı. Ateşin üzerine konulan *tagan* adı verilen demir bir kazanda bir kadın, yapımı bazı işlemleri gerektiren rakıyı hazırlardı. Ateşin sağında erkekler, solunda kadınlar otururdu. Toprağın üzerine serilen keçenin, kayın ağacı kabuğunun ve tay postlarının üzerine daire şeklinde oturulurdu. Bu tören sırasında ev sahibi tahta fincandaki içkisini sol eliyle tutar, sağ eliyle ateşe biraz rakı serperdi. Kayın ağacının *Umay Ana* ile birlikte indiğine inanan Altaylılarda rakı, Umay kültüyle bağlantılı görünmektedir<sup>40</sup>. Diğer taraftan, Türklerde kımız, nevrüz bayramında yapılan ikramlar arasında yer alırdı. Bayramın üçüncü günü misafirler yurtlarına yerleşince yemekler dağıtılır, arkasından kımız ve ayran sunulurdu<sup>41</sup>.

## B- BİTKİSEL GIDALAR

Türklerin tarih sahnesine çıktıkları bozkır coğrafyası bol otlaklarıyla hayvancılığa çok elverişli olmasıyla birlikte kuru tarım yapılabilecek ölçüde rutubetli bir yayla özelliği de taşımaktadır<sup>42</sup>. Orta Asya'da, özellikle de Anau'da yapılan tarih öncesi kazıları, ziraat ürünleri ve sulama kültürünü ortaya çıkarması Türklerin tarım yaptıklarının da bir göstergesidir<sup>43</sup>. Bu manada, Türklerin tüketim kültürlerinde hayvan ve hayvan ürünlerinin yanında bitkisel yiyecek ve içeceklerin de yer aldığı bilinmektedir. Hunlar, göçebe bir hayat yaşamalarının yanında tarım işleriyle de uğraşıyorlardı. Bu amaçla su kanalları ve ekip dikilecek alanlar açılıyor, tarımda kürek, orak ve saban demiri, ürünü saklamak için açılan özel çukurlar, tahılı ezmek için taşlar kullanılıyordu<sup>44</sup>.

<sup>34</sup> Murat Uraz, *Türk Mitolojisi*, İstanbul 1994, s. 101.

<sup>35</sup> Harun Güngör- Abdurrahman Küçük, *Asya'dan Anadolu'ya Taşınanlar*, Ankara 1999, s.10-11.

<sup>36</sup> Ziya Gökalp, *Türk Töresi*, İstanbul 1990, s. 79.

<sup>37</sup> B. Ögel, *Türk Kültür Tarihine Giriş C. IV*, s. 197; Emel Esin, *Türk Kozmolojisine Giriş*, İstanbul 2001, s. 102.

<sup>38</sup> B. Ögel, *Türk Kültürünün Gelişme Çağları*, s. 296- 297.

<sup>39</sup> Z. Gökalp, *Türk Medeniyeti Tarihi*, s. 115-116.

<sup>40</sup> Ümit Hassan, *Eski Türk Toplumu Üzerine İncelemeler*, Ankara 1986, s. 136- 137.

<sup>41</sup> Abdulhaluk M. Çay, *Türk Ergenekon Bayramı Nevruz*, Ankara 1991, s. 69.

<sup>42</sup> İbrahim Kafesoğlu, *Türk Milli Kültürü*, İstanbul 1991, s. 201.

<sup>43</sup> Zeki Velidi Togan, *Umumi Türk Tarihine Giriş*, İstanbul 1981, s. 25.

<sup>44</sup> B. Ögel, *İslamiyetten Önce Türk Kültür Tarihi*, Ankara 1988, s. 88-89.

## 1- Bitkisel Yiyecekler

Türkler, Orta Asya'da her ne kadar göçebe bir hayat tarzı sürdürseler de Çin kaynakları, onların her birinin küçük de olsa ekili-dikili bir arazilerinin olduğunu açıklamaktadır. Eskiden Türkler, buğday, arpa, darı, mısır, pirinç, burçak ekerler; elma, üzüm, karpuz, kavun, dut yetiştirirlerdi<sup>45</sup>.

Türk kültüründe önemli bir yer tutan ekmek, buğday, arpa ve darıdan yapılırdı. Yuga, yuvga veya yupka adı verilen bir tür ince ekmek ise buğday ve arpa unundan yapılırdı. Bu ince ekmeğin yapımında darı unu kullanılmazdı. Buğday, un yapımında kullanıldığı gibi farklı şekillerde taneli olarak da kullanılıyordu. Tane olarak buğday, sertleşmeden önce ateşte ütülenerek yenirdi. Sertleştikten sonra da suda pişirilerek veya kavru olarak tüketilirdi. Kavru olan bu buğdaya *kogurmaç/kavurmaç* denirdi. Bugün olduğu gibi pişirilmiş buğdaydan *yarma*, *bulgur* ve *dövme* de yapılırdı. Buğday ve etle pişirilen keşkek bazı kutlamaların önemli yemekleri arasındaydı. Ayrıca Türklerin en önemli bitkisel yemeklerinden biri de *tutmaç* idi. Tutmaç, günümüzde de Türk toplumlarında sevilen mantı yemeğine çok benzeyen, oldukça besleyici ve uzun süre tok tutan bir yemektir<sup>46</sup>.

Türklerin yetiştirip tükettikleri başlıca sebzeler, patlıcan (bütüğe), fasulye (bosu), pancar (dünüşge), havuç (gezer/geşiir/gizri) kabak, sarımsak (samursak/sarmusak), soğan (sogun), salatalık (turmuz), turp (turma), şalgam (çagmur), biber (burç), kabak, bakla idi. Özellikle kabak, *kabaklık* adı verilen tarlalarda çokça yetiştirilir, hem taze hem de kurutulmuş olarak tüketilirdi. Türkler çok çeşitli meyveleri de üretip yerlerdi. Elma (alma/almula), şeftali (aluç, tülüg erük), kaysı (sarıg erük), erik (kara erük), armut, ayva (auya), dut (üjme), üzüm, karpuz (büken), kavun (kagun), iğde (yigde), fıstık (bitrik, şekirtük), fındık (kosuk), ceviz (yagak) bunların başında geliyordu. Özellikle kavun, erik ve ceviz yetiştirdikleri tarla ve bahçeleri vardı. Kavun tarlasına *kagunluk*, erik tarlasına *eriklik*, ceviz bahçesine *yagaklık*, üzüm bahçesine de *borluk* adını verirdi. Erik, şeftali, üzüm gibi meyveleri taze olarak tükettikleri gibi kurutulmuş olarak da yerlerdi. Kurutulmuş meyvelere genel olarak *kak* ismi verilirdi. Ancak kurutulmuş üzüme *üskenteç* denirdi. Üzümden pekmez (bekmes) ve sirke yapmayı da biliyorlardı<sup>47</sup>.

Türklerde bahsedilen sebze ve meyvelerden bazıları hem önemli bir besin maddesi hem de simgesel bir anlama sahipti. Elma özellikle de kızıl elma Türk atasözleri, masal, destan ve halk hikâyelerinde de kendini göstermektedir. Bu açıdan elma, üzerinde durulması gereken önemli bir özelliğe sahiptir. Türklerde elma ve ağacı, doğurganlık olayı ile ilgilidir. Türkler arasında kadının hamile kalabilmesi için erkeğin rolünün yeterli olmadığı, kadının bedenine bir ruhun girmesi gerektiği inancı yaygındır. Bundan dolayı Kazak Türklerinde kısır kadınlar hamile kalabilmek için, bir elma ağacının dibinde yuvarlanmak gerektiğine inanmaktadırlar. Ayrıca Türk kültüründe hiç çocuğu olmayanlar pir veya dervişin verdiği bir elmayla hamile kalmışlardır. Büyük işler başaracak olan birçok kahraman bu şekilde dünyaya gelmiştir. Elma, sadece insanları değil kabuğunu yiyen atları da etkilemiş, diğerlerinden farklı hale gelmişlerdir. Diğer taraftan, evlenme çağına gelen genç kızlar kendilerine talip olanlara kabullerini elma vererek belirtmişlerdir. Elma, sevgi ve aşk ilişkilerinde, evlenme taleplerinde önemli bir araç olarak değerlendirilmektedir. Aşk ve sevginin habercisi ve üretken güç olarak değerlendirilen elma, aynı zamanda ölümle de ilişkiliydi<sup>48</sup>.

<sup>45</sup> Z. Gökalp, *Türk Medeniyeti Tarihi*, s. 366.

<sup>46</sup> Yaşar Bedirhan, *İslam Öncesi Türk Tarihi ve Kültürü*, Konya 2009, s. 192; Mehmet Eröz, *Türk Kültürü Araştırmaları*, İstanbul 1977, s. 160-161.

<sup>47</sup> Y. Bedirhan, *age.*, s.193; Laszlo Rasonyi, *Tarihte Türklük*, Ankara 1996, s. 53.

<sup>48</sup> J. P. Roux, *Türklerin Ve Moğolların Eski Dini*, Çev. Aykut Kazancıgil, İstanbul 1994, s. 140-144; A. Albayrak, *age.*, s. 89; Hikmet Tanyu, *Kızıl elma*, Ankara 1976, s. 134.

Orta Asya’da Türkler, tahıl ürünlerinden *umaç* (oğmaç, omaç) adı verilen bir tür çorba yaparlardı. Bu çorbanın ana maddesi, genellikle yuvarlak kesilen erişte idi. Ancak bazen bunun içine et konulduğu da olurdu<sup>49</sup>. Orta Asya’dan günümüze kadar gelmiş olan en önemli çorbalarından biri de tarhanadır. Önemli bir besin olarak tüketilen tarhana birkaç şekilde hazırlanırdı. Kışın hazırlanan ve *Kurut* denen bir çeşidinin içine bir tür peynir, tuz, un ve kurutulmuş et konulurdu<sup>50</sup>. Güler ise konuyla ilgili bir makalesinde “kurut”un, yoğurdun kurutulmuş kışın yemek üzere saklanan bir yiyecek olduğunu söylemektedir<sup>51</sup>.

Türklerde bitkisel malzemelerden hazırlanan tatlılara helva denilirdi<sup>52</sup>. Helvanın un ve yağın kavrulmasıyla oluşan hammaddesine *kavut* denilir ve üzerine bal, pekmez veya şeker dökülerek yenilirdi<sup>53</sup>. Kavut yapımında un çeşidi olarak mısır unu da kullanılırdı<sup>54</sup>.

Türklerde bitkisel ürünler, besin maddesi olarak kullanılmasının yanında *saçı* adı altında, kurban aracı olarak da kullanılmaktaydı. Kansız kurbanlardan biri olan saç, her kavmin kendi emeğiyle kazandığı en değerli ve kutsal kabul ettiği ürünlerden seçilir. Bunlar göçebe milletlerde süt, kımız, yağ iken, ziraatla uğraşanlarda buğday, darı, şaraptır. Ticaretle uğraşan milletlerde ise para ve benzeri değerli şeyler saç olarak kullanılır. Eski Türklerde ise genellikle kımız, rakı, süt, yağ, buğday, darı saç olarak kullanılmıştır<sup>55</sup>.

Eski Türkler’de süt, at sütünden üretilen kımız gibi hayvansal içeceklerin yanında çeşitli bitkilerden elde edilen içecekler de vardı. Örneğin *Tarasun* adı verilen bir çeşit içkilerinin olduğu bilinmektedir. Bu içki darıdan şarap yapıp bunun kımızla karıştırılmasıyla elde edilirdi<sup>56</sup>. Ayrıca üzümünden de şarap yaparlardı<sup>57</sup>. Buğday ve darıdan yapılan çeşitli içkilere Göktürkler *begni* diyorlar, Oğuzlar boza yapmayı da biliyorlardı<sup>58</sup>. Hunlar’ın *medus* (bal şarabı olduğu sanılmaktadır) ve *camum* (arpadan yapılan bir içki) adı verilen içkilerinin olduğu bilinmektedir<sup>59</sup>.

Türkler içecekleri hayvansal ve bitkisel gıdalardan ürettikleri gibi bunların ikisini karıştırarak da bazı içecekler elde ediyorlardı. Hayvansal bir gıda olan yoğurdun kiraz ve kayısı ile tatlandırılması şeklinde hazırlanan ve adına *lo* adı verilen bir içki Hun Türkleri tarafından yaygın olarak tüketiliyordu<sup>60</sup>.

## SONUÇ

Toplumların kültürel özellikleri bireylerin gündelik hayatlarını belirleyen önemli etmenler arasındadır. Türk Milleti, hem köklü bir Tarihe hem de zengin bir kültürel yapıya sahiptir. Zengin olan kültürün özel bir alanını oluşturan beslenme kültürünün de aynı oranda zengin olması gayet tabii bir durumdur.

Hayatın devamını sağlayan günlük yeme-içme faaliyetleri kültürel özelliklerden etkilenmekle birlikte, bu faaliyetlerin nasıl ve ne şekilde yapılacağı yine kültür tarafından belirlenmektedir. Türklerin Müslüman olmadan önceki yeme-içmeyle ilgili uygulamalarının bağlı

<sup>49</sup> B. Ögel, *Türk Kültür Tarihine Giriş C. IV*, s. 375.

<sup>50</sup> B. Ögel, *Türk Kültür Tarihine Giriş C. IV*, s. 399-400.

<sup>51</sup> Sibel Güler, “Türk Mutfak Kültürü ve Yeme İçme Alışkanlıkları”, *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, sayı 26, Kütahya 2010, s. 25.

<sup>52</sup> B. Ögel, *Türk Kültür Tarihine Giriş, C. IV*, s. 223.

<sup>53</sup> B. Ögel, *Türk Kültür Tarihine Giriş, C. IV*, s. 403.

<sup>54</sup> Y. Bedirhan, *age.*, s. 192.

<sup>55</sup> A. İnan, *age.*, s. 100; Fuat Bozkurt, *Türklerin Dini*, İstanbul 1995, s. 47-48; Gürbüz Erginer, *age.*, s. 121.

<sup>56</sup> Z. Gökalp, *Türk Medeniyeti Tarihi*, s. 366.

<sup>57</sup> Y. Bedirhan, *age.*, s. 193.

<sup>58</sup> İ. Kafesoğlu, *age.*, s. 106.

<sup>59</sup> Y. Bedirhan, *age.*, s. 137.

<sup>60</sup> İ. Kafesoğlu, “Kültür ve Teşkilat”, *Türk Dünyası El Kitabı C. I*, Ankara 1992, s. 216.



buldukları kültür çerçevesinde şekillendiği görülmektedir. Beslenme alışkanlıkları, bir toplumun en önemli kültürel özelliklerini içinde barındıran konulardan birisi olarak kabul edilebilir. Türklerde yeme-içme kültürü, toplumun beslenme ile ilgili tercih ettiği hayat tarzını ifade ettiği gibi, bir düzeni ve adabı bulunan sosyal ve siyasi bir içeriğe de sahiptir. Yeme-içme tarzı ve beslenme alışkanlığı, yemekle ilişkili pek çok durum, sosyalleşme süreciyle yakından ilgilidir. Bireylerin sosyalleşme süreçlerinde sofrada adabının önemli bir yeri vardır.

Türklerin yeme-içme ile ilgili uygulamalarının, yetiştirdikleri hayvanların ve ekip-diktikleri bitkisel gıdaların ve çeşitli av hayvanlarının üzerinde yoğunlaştığı görülmektedir. Bu gıdaların da Türklerin yaşadığı coğrafya ve üretim kültürleriyle belirlendiği anlaşılmaktadır. Türklerde yemeklerde etin özellikle de at ve koyun etinin, içecek olarak da kırmızın öne çıktığı görülmektedir. Patlıcan, biber, bakla gibi sebzeleri ve buğday, arpa ve darı gibi tahılları tüketmektedirler. Bitkisel ürünlerden çeşitli içkiler ve boza gibi içecekler de üretmişlerdir. Türkler, besin olarak tükettikleri hayvansal ve bitkisel ürünlerin bazılarını sadece yemek ve içmek için kullanmamakta aynı zamanda onları kutsal kabul ettikleri varlıklara kurban olarak da sunmaktadırlar.

#### KAYNAKÇA

- AKPINAR Turgut, **Türkler'in Din ve Hukuk Tarihi**, İstanbul 1999.
- ALBAYRAK Ali, **Cengiz Aytmatov'un Eserlerinde Eski Türk Dini**, Elazığ 2007.
- BARTHOLD V. V., **Orta Asya Türk Tarihi -Dersleri-**, Çev. Hüseyin Dağ, İstanbul 2011.
- BAYKARA Tuncer, **Türk Kültürü Araştırmaları**, İzmir 1997.
- BEDİRHAN Yaşar, **İslam Öncesi Türk Tarihi ve Kültürü**, Konya 2009.
- BOZKURT Fuat, **Türklerin Dini**, İstanbul 1995.
- ÇAY Abdulhaluk M., **Türk Ergenekon Bayramı Nevruz**, Ankara 1991.
- ERGİNER Gürbüz, **Kurban**, İstanbul 1997.
- ERÖZ Mehmet, **Türk Kültürü Araştırmaları**, İstanbul 1977.
- GÖKMEN, Mustafa, **Eski Türk Kitabeleri**, İstanbul 1981.
- GÜLER, Sibel, "Türk Mutfak Kültürü ve Yeme İçme Alışkanlıkları", **Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi**, Sayı 26, Kütahya 2010.
- GÜNAY Ünver- GÜNGÖR Harun, **Türklerin Dini Tarihi**, İstanbul 2007.
- GÜNGÖR Harun- KÜÇÜK Abdurrahman, **Asya'dan Anadolu'ya Taşınanlar**, Ankara 1999.
- GÜNGÖR Harun, **Türk Bodun Bilimi Araştırmaları**, Kayseri 1998.
- HASSAN Ümit, **Eski Türk Toplumuna Üzerine İncelemeler**, Ankara 1986.
- İBN FAZLAN, **Seyahatname**, Haz. Ramazan Şeşen, İstanbul 1995.
- İNAN Abdülkadir, **Tarihte ve Bugün Şamanizm**, Ankara 1986.
- KAFESOĞLU İbrahim, "Kültür ve Teşkilat", **Türk Dünyası El Kitabı C. I**, Ankara 1992.
- KAFESOĞLU İbrahim, **Türk Bozkır Kültürü**, Ankara 1987.

#### Turkish Studies

*International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*  
Volume 7/2 Spring 2012

- 
- KAFESOĞLU İbrahim, **Türk Milli Kültürü**, İstanbul 1993.
- KILIÇ Sami, **İlahi Dinlerde Yiyecek ve İçecekler**, Ankara 2011.
- KUZGUN Şaban, **Dinler Tarihi Dersleri**, Kayseri 1993.
- ÖCAL Safa; “Eski Türklerde Yiyecekler” **Türk Dünyası Araştırmaları Fındıkoğlu Armağanı**, Sayı:35, İstanbul 1985.
- ÖGEL Bahaeddin, **İslamiyetten Önce Türk Kültür Tarihi**, Ankara 1988.
- ÖGEL Bahaeddin, **Türk Kültür Tarihine Giriş C. IV**, Ankara 1991.
- ÖGEL Bahaeddin, **Türk Kültürünün Gelişme Çağları**, İstanbul 1988.
- ÖGEL Bahaeddin, **Türk Mitolojisi C. I**, Ankara 1993.
- RASONYI Laszlo, **Tarihte Türklük**, Ankara 1996.
- ROUX Jean- Paul, **Türklerin Tarihi**, Çev. Aykut Kazancıgil- Lale Arslan Özcan, İstanbul 2007.
- ROUX Jean- Paul, **Türklerin Ve Moğolların Eski Dini**, Çev. Aykut Kazancıgil, İstanbul 1994.
- TANYU Hikmet, **Kızılma**, Ankara 1976.
- TEKİN Talat, **Orhon Yazıtları**, Ankara 2010.
- TOGAN Zeki Velidi, **Umumi Türk Tarihine Giriş**, İstanbul 1981.
- TURAN Osman, **Türk Cihan Hakimiyeti Mefkuresi Tarihi C. I**, İstanbul 1993.
- URAZ Murat, **Türk Mitolojisi**, İstanbul 1994.
- Ziya Gökalp, **Türk Medeniyeti Tarihi**, İstanbul 1976.
- Ziya Gökalp, **Türk Töresi**, İstanbul 1990.