

## Kuzu Etinin Türk Mutfak Kültüründeki Yeri (Lamb Meat in Turkish Culinary Culture)

\* Emre HASTAOĞLU<sup>a</sup> , İbrahim Tuğkan ŞEKER<sup>a</sup> 

<sup>a</sup> Sivas Cumhuriyet University, Faculty of Tourism, Department of Gastronomy and Culinary Arts, Sivas/Turkey

### Makale Geçmişi

Gönderim Tarihi: 31.12.2019

Kabul Tarihi: 23.03.2020

### Anahtar Kelimeler

Türk mutfağı

Kuzu eti

Et ürünleri

### Öz

Koyun ve kuzu eti, Türk mutfağında sıklıkla kullanılan önemli bir bileşendir. Orta Asya'dan Avrupa'ya kadar uzanan uzun göçler esnasında Türk mutfağı, tarih boyunca çok farklı kültürlerden etkilenerek günümüzdeki halini almıştır. Orta Asya'da birinci tüketim grubunda at eti yer almaktadır. Ancak koyun ve kuzu eti Anadolu'ya kadar Türklerin en çok tercih ettiği et türü olmuştur. Koyun ve kuzu etini, av hayvanları olan, at, tavşan ve geyik etleri izlemiştir. Ancak İslamiyet'in kabulü ile tek tırnaklı etlerden uzaklaşmıştır. Osmanlı döneminde de saray mutfağının en çok tercih edilen et türü olan koyun ve kuzu eti özel davetlerin vazgeçilmezi olmuştur. Günümüzde tüketim miktarı olarak sığır etinden sonra gelen koyun ve kuzu eti yine davet sofralarının gözdesi olmaya devam etmektedir. Bu çalışmada Türkiye'deki koyun ve kuzu ırkları, koyun ve kuzu etinin geçmişten günümüze Türk mutfağındaki yeri, önemi ve Türk gastronomisinin geliştirilmesinde koyun ve kuzu etinin etkisi derlenmiştir.

### Keywords

Turkish cuisine

Lamb

Meat products

### Abstract

Sheep and lamb meat, often used in Turkish cuisine, is an important ingredient. During the long migrations from Central Asia to Europe, Turkish cuisine has been influenced by many different cultures throughout the history. Although Turks, who adopt migrant life culture, have met with different diets, they have been fed with protein weight due to their active lives. Meat and meat products are the most important of these foods. From Central Asia to Anatolia, the most preferred type of meat was the sheep/lamb meat. Sheep meat, hunting animals, horses, rabbits and venison followed. However, with the adoption of Islam, the single-cut meats were removed. In the Ottoman period, sheep meat, which is the most preferred meat type of the palace cuisine, was indispensable for special invitations. Nowadays, sheep meat, which comes after beef in consumption, continues to be the favorite of the invitation tables. In this study, races of sheep/lamb in Turkey, the place and importance of sheep/lamb meat in Turkish cuisine from past to present and the effects of sheep/lamb meat on the development Turkish gastronomy is compiled.

### Makalenin Türü

Derleme Makale

\* Sorumlu Yazar

E-posta: ehastaoglu@cumhuriyet.edu.tr (E. Hastoğlu)

DOI: 10.21325/jotags.2020.570

## GİRİŞ

Tarihsel ve kültürel açıdan incelendiğinde, dünya mutfakları içine Türk mutfağı önemli bir yere sahiptir. Türk mutfağı, Türklerin göçebe yaşam tarzının etkisiyle, Orta Asya, Mezopotamya, Akdeniz, Güney Asya ve Anadolu'dan gelen besinlerin bir araya gelmesiyle zengin bir yapı kazanmıştır. Orta Asya'da halkın et ve fermente süt ürünlerini kullanmaya başlamaları ardından Mezopotamya'da tahıl tüketimi dikkat çekmektedir. Sebze ve meyve Türklerin mutfağına Akdeniz ve çevresinin zengin çeşitleri sayesinde olmuştur. Güney Asya'daki farklı baharat çeşitleri Türk mutfağını etkilemiştir (Baysal, 1993). Türk mutfağı bu zengin özelliklerini dünyanın dört bir yanına taşımıştır. Göç ettikleri yerlerde hayvancılık ve tarım yaparak elde ettikleri hammaddeleri işlemişlerdir (Ertaş ve Karadağ, 2013).

Koyun, eti, sütü, yapağısı ve derisi için yetiştirilen, geviş getirenlerden evcil bir hayvandır. Erkeğine “koç”, dişisine “marya”, yavrusuna “kuzu” denir. Yeryüzünde ilk olarak Orta Asya'nın yayla ve dağlarında yabani olarak yaşamıştır. Neanderthal çağına, yani 10-20 bin yıl öncesine ait İsviçre göl evleri kalıntılarında yünlü kumaş parçalarına rastlanması koyunun ilk evcilleştirilen hayvanlardan biri olduğunu ispatlar. M.Ö.4.000 yılında Babilliler dokumacılıkta koyun yün kullandıkları belirlenmiştir. Türkistan'ın güneyinde Anan'da yapılan kazılarda M.Ö.800 yılına ait ağıl kalıntılarında koyun iskeletlerine rastlanmıştır (antoloji.com).

Tarih boyunca koyun ve kuzu eti Türk mutfağında önemli bir yer edinmiştir. Bugünkü modern ve geleneksel Türk mutfağında koyun ve kuzu eti içeren birçok menü, yemek, davet ve işletmeye rastlanmaktadır.

Bu çalışmanın amacı, Türk gastronomisinde sıklıkla kullanılan koyun ve kuzu etinin önemi ve özelliklerinin araştırılarak geleneksel Türk yemeklerinin modern Türk mutfağındaki koyun ve kuzu eti yemeklerine yansımalarının belirlenmesidir. Bu amaçla tarih boyunca Türk mutfağında koyun ve kuzu etinin kullanım sıklığı, koyun ve kuzu etinin özellikleri, yetiştiriciliği, Türkiye'deki koyun ve kuzu ırkları, koyun ve kuzu etiyle yapılan Türk yemekleri araştırılmış ve çeşitli öneriler ortaya konmuştur.

### Türk Mutfağında Et Tüketimi

Orta Asya'da yaşayan Türkler bütün dünyadaki gelişmelere paralel olarak tarım ve hayvancılıkla uğraşmış ve beslenme şekilleri buna göre oluşmuştur. Kültüre alınan ilk bitkilerden olan buğday ve buğday unundan yapılmış yağlı ürünler ve darı bozası günlük diyetin temelini oluşturmuştur. Tam anlamıyla yerleşik hayatı benimsememiş olan Türk toplumunun bir diğer besin kaynağı da av hayvanlarıdır ve İslamiyet'in kabulünden önce en temel protein kaynağı olarak at eti tüketilmiştir. Ayrıca küçükbaş hayvanlar ve süt ürünleri temel yiyecekler arasında yer almaktadır (Argılı, 2005).

Türkler savaşçı bir toplum olduğu için genellikle protein ağırlıklı beslenmeye gayret etmiştir. Bu nedenle Türklerin beslenmesinde et ve et ürünleri önemli bir yer teşkil etmektedir. Uzun yıllar göçebe olarak yaşayan Türkler hayvancılığın yanı sıra avcılıkla da ilgilenmişlerdir. Türklerin önce geyik eti, sonra at eti yedikleri bilinmektedir. Bu etlerden sonra koyun ve keçi eti yemeye başlamışlardır. Hatta Uygurlar döneminde zenginler at eti yerken, fakirlerin koyun eti yediği tespit edilmiştir (Baykara, 2001). İslamiyet'in etkisiyle tek tırnaklı hayvan etinden uzaklaşmışlardır.

Türkler göçebe hayatları sonucu birçok kültürden etkilenmiştir ve bu etkileşimin sonucu olarak hem mutfak kültürünü hem de yeni gıda muhafaza tekniklerini geliştirmişlerdir. Etlerin tuz ile kurutularak atların eyerlerinde muhafaza edilmesi ile elde edilen “*kak eti*”, kemikli etlerin ağaçlara asılarak kurutulması, peynirin toprak altına gömülmesi, yoğurdun kurutularak saklanması ile elde edilen “*kurut*”, bu muhafaza tekniklerine örnektir. Orta

Asya'da etler kurutulduğu gibi kavru olarak da tüketilmiştir (Roux, 2007) Etin Orta Asya'da konserve şeklinde saklandığı, hatta bu şekilde Çin'e ihraç edildiği bazı kaynaklarda bildirilmektedir (Kafesoğlu, 1993). Günümüzde de tüketilen sucuk ve pastırmanın ilk hallerini göçebe Türk toplumlarında görmek mümkündür. Çok kısa sürede mikrobiyolojik olarak bozulabilen et ürünlerini kurutarak tüketen toplum, baharatları da kullanarak daha farklı ve daha lezzetli et ürünlerini keşfetmiştir. Büyükbaş hayvanların daha kaliteli ve büyük parça etlerini tuzlayıp kurutarak pastırmayı, baharatlarla zenginleştirerek sucuk üretmiş ve et ürünlerini daha uzun sürede tüketebilmiştir.

Türklerin hayvansal kökenli beslenme tarzı Anadolu'nun fethinden sonra değişip gelişmeye başlamıştır. Ticaret yollarının Anadolu'dan geçmesi ve deniz taşımacılığı sadece ticareti değil kültür alışverişini de beraberinde getirmiştir. Bu gelişmenin sonucu olarak Anadolu'daki Türk toplumları birçok dünya mutfağıyla tanışmıştır. Özellikle Roma mutfağı ve Akdeniz mutfağı kültüre katılmış ve balık dahil olmak üzere zeytinyağı gibi birçok yeni ürünle tanışılmıştır (Güler, 2010).

At, koyun ve kuzu eti Orta Asya Türk mutfağının baş malzemeleri olduğu bilinmektedir (Baysal, 1996). Türkler Selçuklu Devleti ile birlikte Anadolu'ya yerleşince ve yerleşik hayata geçince mutfak kültürü de zamanla değişmiştir. Selçuklu mutfağında da tüketimi en yaygın olan et koyun ve kuzu eti olmuştur. Koyun etinden sonra en çok keçi eti tüketilmiştir. Divanı Lügati't Türk'de "ülüg" veya "ülüş" olarak adlandırılan sistemde kesilen etten Oğuz Boyları'na ayrılan paylar ifade edilmektedir. "Ülüş" sistemi Orta Asya Türklerinde toplu yemeklerin ve organizasyonların töre boyutunda önemini göstermektedir. "Togum aşı" olarak ifade edilen doğum, ölüm ve ziyafet yemekleri Türklerin önemli geleneklerinden olmuştur (İnan, 1986). Halen günümüzde doğum, cenaze ve düğün gibi özel günlerde toplu yemekler yapılmakta ve dağıtılmaktadır. Türkiye'de her yörenin kültürel yapısına göre toplu yemek menü ve içerikleri değişmektedir. Örneğin Ege bölgesinde, özel gün yemeklerinin başında "keşkek" kültürü mevcut iken doğusunda etli pilavlar daha yaygın yapılmaktadır.

Genellikle koyun ve kuzu etinden yapılan şiş kebab ve döner kebab Türk mutfağının, dünya mutfağına en önemli katkılarıdır. Bunun yanı sıra tarih boyunca kültürel etkileşimler sonucunda çeşitli büyük parça etlerin çevirme yemekleri, fırın kebabları, tencere kebabları, ızgaralar ve dolmalar Türk mutfağının temel et yemekleridir. Özellikle Osmanlı Saray mutfağının zengin baharat ve kuru meyve tüketim alışkanlıkları ile meyveli et yemekleri, sebzeler çeşitlendikçe farklı etli dolmalar, toprak kapların kullanıldığı yemekler, kapamalar ve çok çeşitli köfteler geniş Türk mutfağının güzide örnekleridir. Türk halkının beslenme alışkanlıklarını belirleyen faktörler, göçebe yaşam şekli ve birlikte yaşadıkları halklar ve ardından yerleşik hayattaki Anadolu kültürü şeklinde belirlenmiştir (Sevil, 2019)

Koyun ve kuzu eti, Türklerin binlerce yıllık temel besinidir. Hunlardan itibaren yetiştirilen hayvanlar arasında öncelikli olarak at gelmekte, bunu koyun, keçi, deve izlemektedir. Çin kaynakları, Türklerin savaş erzakının onların koyun ve atları olduğunu belirtmektedir. Orta Asya beslenme geleneğinde önemli bir yere sahip olan atlar, Anadolu'da binek hayvanı olarak kullanılmaya başlandı. Koyun ve keçinin Anadolu coğrafyasına kolay uyum sağlaması, üretiminin kolay, veriminin bol olmasını sağladı. Türkler, Orta Asya'daki et ve süt ürünlerine dayalı beslenme alışkanlıklarını birçok yeni etkene rağmen yerleşik düzenlerinde de devam ettirdiler. Hayvancılık Türkler için o kadar önemlidir ki birçoğu, kurdukları devletlere ya da boylarına, hayatlarının ayrılmaz parçası olan hayvanlarının adlarını vermişlerdir: Akkoyunlu, Karakoyunlu Devletleri, Karakeçili, Sarıkeçili, Kızılköçili, Alacakoyunlu Karatekeli boyları vb. Koyun ve kuzu eti, 20. yüzyıla kadar en çok tercih edilen et türüdür. 19. yüzyılda Osmanlı sarayında en çok tüketilen etlerin başında açık ara koyun eti gelmiştir, bunu mevsiminde kuzu eti izlemekte

ve sığır etinden ise sadece pastırma ve sucuk yapıldığı bildirilmektedir. Dana eti tüketimi saray mutfağında hemen hemen hiç bulunmamaktadır (Sevil, 2019).

### **Koyun ve Kuzu Etinin Özellikleri**

Koyun 1 yaşına gelene kadarki ismi kuzudur. Kuzuların ağırlıkları 7 ile 15 kg arasında değişmektedir. Erkek ile dişi kuzuların etleri arasında lezzet farkı yoktur ancak yağlılık oranı farklıdır. Dişi kuzunun yağ miktarı daha fazla olduğundan dişi kuzu eti talep edilir. Kuzu eti sıkı olup, pembemsi beyaz yağı ve kemikleriyle ayırt edilir. Büyük kuzular her mevsim bulunabilirken 28-30 kg gelen canlı kuzu, kesimden sonra 14-15 kg et verir (kisikates.com).

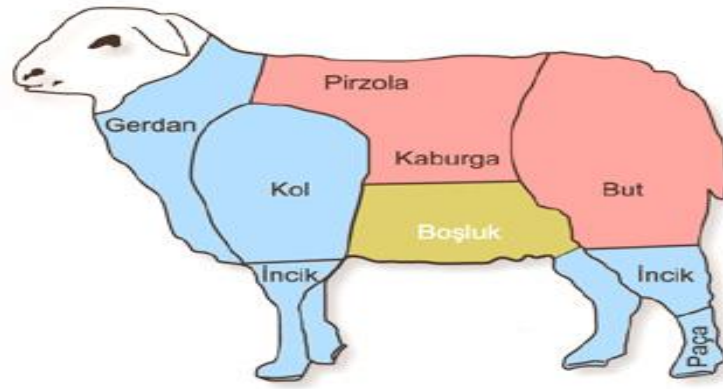
Koyunun damızlık olan erkeğine koç, dişisine marya, yavrusuna kuzu adı verilir. Bir yaşındaki koyuna toklu, 2 yaşındakine şişek denilir. Erkek koyunlardan koçların etleri sert ve lezzetsiz olduğundan kesime elverişli değildir. 1,5-2 yaş arasında kesilen koyun makbuldür ve 6 aylıktan büyük kuzular koyun sayılır. Genellikle sonbahar ve kış ayları arası kesilen hayvanların eti daha lezzetli olur (kisikates.com).

Kuzu ve koyun eti dünyada ve Türkiye’de en yaygın tüketilen et türlerindedir. Dana etine kıyasla, koyun ve kuzu etinin daha yumuşak bir yapısı vardır. Tüm et türleri demir yönünden zengin olan miyogloblin içerirken, kuzu ve dana eti diğerlerinden daha fazla demir içerir. Bunun yanı sıra, kuzu ve koyun eti zengin mineral ve vitamin kaynağıdır. 100 gramı kuzu etinde yaklaşık 280 kalori bulunmaktadır. Kuzu ve koyun eti karbonhidrat içermeyen bir et türüdür dolayısıyla ketojenik diyeteye uygundur (Yazar, 2019). Kuzu ve koyun eti çiğ halde %19,5 protein, %71,5 nem, %7 yağ ve %1,5 kül bileşenlerinden oluşmaktadır (Öztaş, 2018).

Kuzu ve koyun doğası gereği yağışı çok olan yerlerde yetişmektedir. Sıcak ve soğuktan etkilenmemekle birlikte bağıl nemi yüksek olan bölgelerde daha az görülmektedir. Müslüman ülkeler dışında kalan ülkelerde daha çok yapağısı için yetiştirilmektedir. Müslüman ülkelerde ise yapağısının yanı sıra eti ve sütü için de yetiştirildiği görülmektedir (Öztaş, 2018).

Kuzu ve koyun daha çok gelişmekte olan ülkelerin iklimine ve toprak koşullarına uygun olması ile ekstansif tarım koşullarına kolayca uyabilmesi gibi nedenlerle, örneğin; Asya’da üretim parametreleri değişmeden kalabilmektedir. Kuzey ve Güney Amerika’da çok az koyun ve kuzuya rastlanmaktadır. Okyanusya’da ise sığira göre hayli yüksek koyun ve kuzu üretimi göze çarpmaktadır (Öztaş, 2018).

Türk mutfağında genel itibariyle ızgara veya kebab şeklinde tüketilen koyun ve kuzu etleri kuyruksuz şekilde satılmaktadır. Koyun ve kuzu etlerinin pirzola, kaburga ve but gibi kısımları ızgaralık olarak değerlendirilir, yemeklik olarak gerdan, kol ve incik kullanılırken boşluk ise kıyma olarak kullanılır (Öztaş, 2018). Kuyruk yağı Türkiye’nin birçok bölgesinde gerek lezzet gerekse yağ kaynağı olarak da değerlendirilmektedir. Koyun ve kuzu etinin %29-35 oranı değerli et olarak sayılmaktadır. Kuzunun bölümleri şu şekildedir; but, karın (boşluk), sırt (pirzola, bel), boyun (gerdan), kol (ön incik) (Şekil 1).



Şekil 1. Kuzu Etinin Bölümleri (Öztan, 2018)

### Türkiye’de Koyun ve Kuzu Yetiştiriciliği

Hayvancılık Genel Müdürlüğü verilerine göre 2019 yılı Türkiye’de yaklaşık 35.194.972 baş koyun bulunmaktadır. Bu koyunlardan 18.819.287 baş sağılmış ve 1.446.271 ton süt elde edilmiştir. Bu verilere göre koyun başına süt üretimi 2019 yılında 77 kg civarındadır. 2019 yılında kesilen 4.652.525 koyundan 100.831 ton et elde edilmiş ve koyun başına et üretimi yaklaşık 20 kg civarındadır. 2019’da üretilen koyun sütü aynı yıl üretilen toplam sütün yaklaşık %6,5 ini, üretilen koyun eti de aynı yıl üretilen toplam kırmızı etin yaklaşık %9’unu oluşturmuştur (TÜİK, 2019). Türkiye; doğal ve ekonomik koşulları, tarımsal yapısı, gelenekleri ile koyun ve keçi yetiştiriciliğinin yaygın olarak yapılmasına elverişli bir ülkedir (Kaymakçı ve Engindeniz, 2010). Türkiye’de de Dünya’da olduğu gibi küçükbaş hayvan yetiştiriciliğinin özel bir yeri vardır. Çünkü koyun ve keçiler verimsiz meralarla nadas, anız ve bitkisel üretime uygun olmayan, başka türlerin yararlanamadığı alanları değerlendirerek et, süt, yapağı, kıl ve deri gibi ürünlere dönüştürülebilme yeteneğine sahiptirler. Türkiye küçükbaş hayvan varlığı bakımından dünyada önde gelen ülkelerden biri olmasına rağmen hayvan başına sağlanan verim açısından beklentileri karşılamaktan uzaktır. Ancak Türkiye’nin çevreyle ilgili koşulları küçükbaş hayvancılığa uygundur (Kaymakçı ve ark., 2005). Türkiye’nin hemen hemen her bölgesinde yılın farklı dönemlerinde koyun ve kuzu yetiştirilebilmektedir. Türkiye’de tespit edilmiş 32 adet farklı özelliğe sahip koyun ırkı bulunmaktadır. Irk belirleme ve ıslah çalışmaları devam etmektedir. Bu ırkların çoğu et verimli olup, bir kısmı da hem et hem de süt verimli ırklardır.

Türkiye’de, önemli genetik çeşitliliğe sahip yerli koyun ve keçi ırkları bulunmaktadır. Bu koyun ırklarının karakterleri ve verim özelliklerini Tablo 1’de gösterilmektedir (Türkiye Damızlık Koyun ve Keçi Yetiştiriciliği Merkezi, 2018).

**Tablo 1.** Türkiye’de Yetişen Koyun Irkları

İrk Adı	Yetiştirme Bölgesi	Yetiştirme Verimi
Akkaraman	Orta Anadolu ve komşu bölgeleriyle kesiştiği yerler	Kombine, et ve süt
Morkaraman	Doğu Anadolu Bölgesi	Kombine, et verimi öncelikli
Kangal Akkaraman	Sivas ve çevre iller	Kombine, et ve süt
İvesi	Güneydoğu Anadolu Bölgesi	Kombine, süt verim öncelikli
Dağlıç	İç Batı Anadolu Bölgesi	Kombine, et ve süt
Kıvrıcık	Trakya, Marmara ve Kuzey Ege Bölgesi	Kombine, et, süt ve yapağı
Sakız	Çeşme, İzmir, Aydın, Marmara ve Ege Sahilleri	Süt ve döl
Orta Anadolu Merinosu	Orta Anadolu Bölgesi	Kombine, et ve yapağı
Anadolu Merinosu	İç Anadolu Bölgesi’nin batı kısımları	Kombine, et ve yapağı
Karacabey Merinosu	Marmara Bölgesi, ağırlıklı olarak Güney Marmara	Et, Yapağı

**Tablo 1.** Türkiye’de Yetişen Koyun Irkları (devamı)

Karayaka	Orta Karadeniz bölgesi	Kombine, et, yapağı ve süt
Ramlıç	Orta Anadolu ile Batı Anadolu geçit bölgeleri	Kombine, et ve yapağı
Pırlak	İç Batı Anadolu bölgesi ile Batı Akdeniz’in kuzeyinde Isparta ve Burdur	Kombine, et ve yapağı
Pırt	Isparta ve çevre iller	Kombine, et ve yapağı
Karya	Aydın, İzmir, Manisa, Uşak ve Denizli	Kombine, süt ve döl
Polatlı Koyunu	Orta Anadolu Bölgesi ve çevresi	Kombine, et ve yapağı
Bafra Koyunu	Orta Karadeniz Bölgesi	Kombine, et ve süt
Şavak Akkaraman	Tunceli, Elazığ ve Erzincan	Kombine, et, süt, döl ve yapağı
Tahirova	Marmara ve Ege Bölgeleri	Kombine, süt ve et
Koçeri	Batman, Siirt, Mardin, Şırnak ve Bitlis	Kombine, et, süt ve döl
Zom	Karacadağ ve Şanlıurfa çevresi	Kombine, et, süt, döl ve yapağı
Karakaş Koyunu	Van, Batman, Siirt, Bitlis, Bingöl, Malatya ve Elazığ, Diyarbakır	Kombine; et, süt, yapağı ve döl verimi
Eşme Koyunu	Uşak ve çevre iller	Et ve döl
Norduz Koyunu	Van İli Gürpınar ilçesi Norduz Bölgesi	Kombine, et verimi öncelikli
Gökçeada	Gökçeada, Çanakkale ve Kuzey Batı Anadolu	Kombine, süt ve et
Acıpayam	Denizli, Afyon, Isparta ve Antalya	Kombine, et ve süt
Malya	Başta Kırşehir ili ve çevresi olmak üzere Orta Anadolu	Kombine, et ve yapağı
Hemşin	Doğu Karadeniz Bölgesinde Artvin ve Rize illeri	Kombine, et ve süt
Herik	Amasya ili ve ilçeleri	Kombine, et, süt ve yapağı
Tuj	Kars ili, Çıldır ilçesi ve Ardahan, Iğdır İlleri	Kombine, et, yapağı ve süt
Karagül	Tokat ili ve çevresi	Kombine, et, süt ve post
Güney Karaman	Antalya, Mersin, Hatay ve Gaziantep iller	Kombine, et ve süt
Çine Çaparı	Aydın ili, Çine ve Bozdoğan ilçeleri ve Madran Dağı	Kombine, et ve süt

Toptan ve perakende koyun ve kuzu ticareti yapanlar ile yapılan birebir görüşmeler neticesinde, etin yağlı olmasını ancak gövde ette bulunan kuyruk yağının az olmasını talep etmektedirler. Bunun yanı sıra aşçılar tarafından koyun ve kuzu etinin lezzeti içerdiği yağ oranıyla doğru orantılı olduğu düşünülmektedir.

### **Koyun ve Kuzu Eti ile Yapılan Türk Yemekleri**

Kebapları, köfteleri ve sulu et yemekleriyle dünya çapında ünlü Türk mutfağının vazgeçilmezi kuzu etidir. Türkiye’de kebab ve lokantacılık sektörü oldukça gelişmiştir. Kuzu ve koyun eti de kebabçılık sektörünün vazgeçilmezi olmuştur. Kuzu eti, çeşitli kebabların yapımında pek çok farklı yöntemle pişirilmektedir (Ankara Ticaret Borsası, 2018). Haşlama, soteleme, mühürleme, fırın ve ızgara en çok tercih edilen yöntemlerdir. Doğru şekilde pişirildiğinde, kuzu eti oldukça yumuşak ve lezzetli olur. Izgara pişirme tekniği ile pişirilmek istendiğinde karabiber ve tuz ile lezzetlendirdikten sonra pişirilmesi tavsiye edilir. Kuzu eti mühürlendiğinde de yumuşak dokusunu korur ve çeşnilerle lezzeti artırılabilir. Anadolu mutfağında en çok haşlama kuzu, kuzu fırın veya tandır tercih edilir. Kuzu eti güveç, fırın yemekleri, tencere yemekleri gibi birçok yemek türünde tercih edilir. Bu yemekler şu şekilde sıralanabilir; Adana kebab, kuzu tandır, sebzeli, kuzu haşlama, kuzu sac kavurma, elbasan tava, kuzu etli karnıyarık, kuzu etli iç pilavı, kuzu kaburga, baharatlı kuzu kuşbaşı, ezmeli kuzu pırzola, erikli kuzu incik, domatesli kuzu pırzola, tahin soslu kuzu pırzola, Hint usulü kuzu, çıtır çıtır kuzu pırzola, kuzu kapama, fırında patatesli kuzu kol, kuzu şiş vb. (Yazar, 2019). Bu yemeklerin her biri ayrı sanat eseri şeklinde nesillerdir sunulmaktadır.

Kuzu etinin başrol oynadığı yemekleri güzelleştiren ve aromasını zenginleştiren diğer önemli bileşen kuzunun yağıdır. Kuzu etinin kendi yağının yanı sıra yüksek miktarda doymuş yağ asitleri içeren kuyruk yağıdır. Kuyruk yağı hemen hemen tüm kuzu etinden yapılan yemeklerde kullanılır. Doymuş yağ oranı yüksek besinlerin tüketimi bazı beslenme uzmanları tarafından tavsiye edilmese de, kuyruk yağı Türk mutfağının önemli aktörlerinden olmuştur. Bu

yemeklerden birisi de Adana kebaptır. Adana kebabı makine kıymasıyla değil, pala benzeri bir araç olan zırhla doğranmış kuzu etinden yapılmaktadır. Kuyruk yağı, tuz ve pul biber ile yoğurulan kıyma, şişe dizilerek kömür ateşinde pişirilmektedir (Ertaş ve Karadağ, 2013).

### Sonuç ve Öneriler

Türk mutfağı tarih boyunca kendine değer katarak zenginleşmiştir. Türklerin beslenme alışkanlıkları göçebe yaşamı takiben yerleşik yaşam şekillerinden ve birlikte yaşadıkları toplumlardan etkilenmiştir. Türklerin yaşadığı farklı coğrafyaların etkisi ile Türk mutfağının temel bileşenlerini oluşturmuştur. Göçebe hayat, Türk mutfak kültürünün şekillenmesinde en önemli etken olduğu bildirilmektedir (Baysal, 1993:12). Bunun yanı sıra İslamiyet'in kabulü yine Türk mutfak kültürünü etkilediği düşünülmektedir.

Selçuklu ve Osmanlı dönemlerinde saray mutfağı ile halkın mutfağı birbirinden bir hayli uzak olmasına rağmen Türklerin misafirperver yapısı gereği, misafirlere zengin sofraya hazırlama çabası Türklerin hep adetlerinden olmuştur.

Koyun ve kuzu etinin lezzeti, içerdiği aroma bileşenleri, sağlıklı olması ve Türklerin yaşam şekillerine uyumu gibi sebeplerle hep Türk mutfağının önemli bir unsuru olmuştur.

Geleneksel Türk yemeklerinde sıkça kullanılan koyun ve kuzu eti, modern Türk mutfağında da tercih edilmektedir. Osmanlı mutfağının gözde yemeklerinde de günümüzde de özel yemeklerin baş bileşeni koyun ve kuzu etidir. Eskiden olduğu gibi günümüzde de kuzu eti, sığır etine göre pahalı olmasından dolayı gelir düzeyi yüksek tüketiciler tarafından ve fine-dining restoranlar tarafından daha çok tercih edilmektedir (Özaydın, 2016). Her dönem koyun ve kuzu eti toplumun bir kısmının tüketebildiği özel etlerden olduğu için de Türk mutfağındaki yeri önemlidir.

Yerli koyun ırkının korunarak üretiminin artırılmasının hem topluma hem de Türk mutfağına fayda sağlayacaktır. Üretimin artırılması ile birlikte koyun ve kuzu eti fiyatının düşmesi ve her kesimin bağlamda yeni yemek tasarımı yaparken kuzu etinin kullanarak kuşkusuz daha sağlıklı ve cazibesi yüksek et yemeği elde edilebilecektir. Bu bağlamda, gün yüzüne çıkmamış ve unutulmaya yüz tutmuş koyun ve kuzu eti yapılan geleneksel Türk yemekleri araştırılmalıdır. Kuşkusuz, yeni nesil Türk mutfak kültürünün geliştirilmesinde ve Türk gastronomisinin tanıtılmasında koyun ve kuzu etinin katkısı oldukça fazladır.

### KAYNAKÇA

- Ankara Ticaret Borsası. (2018). Türkiye'de Koyunculuk, Ülke Ekonomisine Etkisi, Sorunları, Çözüm Önerileri - Ankara Ticaret Borsası.
- Argılı, E. (2005). *Elif'in Mutfağından Ağzınıza Layık 400 Tarif*. İstanbul: Omega Yayınları.
- Baykara, T. (2001). *Türk Tarihine Bakışlar*. Ankara: Atatürk Kültür Merkezi Başkanlığı Yayınları.
- Baysal, A. (1993), "Türk Yemek Kültüründe Değişmeler, Beslenme ve Sağlık Yönünden Değişmeler", Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları Yayın No:3, 12-20.
- Ertaş, Y., ve Karadağ, M. (2013). Sağlıklı Beslenmede Türk Mutfak Kültürünün Yeri. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*.
- İnan, A. (1986). *Tarihte ve Bugün Şamanizm*. Ankara: Türk Tarih Kurumu.

Güler, S. (2010). *Türk Mutfak Kültürü Ve Yeme İçme Alışkanlıkları*. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi; 2(26): 24-30.

Kafesoğlu, İ. (1993). *Türk Milli Kültürü*. İstanbul: Ötüken Yayınevi.

Kaymakçı, M, ve Engindeniz, S. (2010). *Türkiye Keçi Yetiştiriciliği; Sorunlar ve Teknik-Ekonomik Çözümler*. Ulusal Keçicilik Kongresi (1–25). Çanakkale.

Kaymakçı, Mustafa, Eliçin, A., Turgay, T., Karaca, O., Tuncel, E., Ertuğrul, M., Özder, M., ve ark. (2005). *Türkiye Küçükbaş Hayvan Yetiştiriciliği Üzerine Teknik ve Ekonomik Yaklaşımlar*. TMMOB Ziraat Mühendisleri Odası, Teknik Kongre, Ankara.

Kisikates.com: <https://www.kisikates.com.tr/blog/kuzu-ve-koyun-eti-ozellikleri-570>

Özaydın, S. (2016). <https://www.haberler.com/luks-restoranlar-ve-buyuksehirlerin-kuzu-eti-8860527-haberi/>. *Haberler.com*.

Öztañ, A. (2018). *Et Bilimi ve Teknolojisi*. TMMOB Gıda Mühendisleri Odası Yayınları. Ankara

Roux, J. P. (2007). *Türklerin Tarihi*. İstanbul: Kabalıcı Yayınları.

Sevil, İ. (2019). Yüzlerce Yılda Şekillenen Damak Tadı <https://www.ruhundoysun.com/yazilar/yuzlerce-yilda-sekillenen-damak-tadi/> (Erişim 6/11/2019)

TÜİK: <https://www.tarimorman.gov.tr/sgb/Belgeler/SagMenuVeriler/HAYGEM.pdf>

Türkiye Damızlık Koyun ve Keçi Yetiştiriciliği Merkezi. (2018). Türkiye Yerli Koyun Irkları. <https://www.tarimdanhaber.com/hayvancilik/turkiye-yerli-koyun-irklari-h3736.html> (Erişim 27/09/2019)

Yazar, İ. (2019). Kuzu Eti Kaç Kalori? <https://idilyazar.com/kac-kalori/kuzu-eti-kac-kalori> (Erişim 22/09/2019)



## **Lamb Meat in Turkish Culinary Culture**

**Emre HASTAOĞLU**

Sivas Cumhuriyet University, Faculty of Tourism, Sivas/Turkey

**İbrahim Tuğkan ŞEKER**

Sivas Cumhuriyet University, Faculty of Tourism, Sivas/Turkey

### **Extensive Summary**

Turkish cuisine has gained a rich structure with the combination of foods from Central Asia, Mesopotamia, Mediterranean, South Asia and Anatolia under the influence of the nomadic lifestyle of the Turks. Turkish cuisine has carried these rich features all over the world. It is known that Turks had eaten venison, then horse meat. After this meat sheep and goat meat began to eat. Turks have been influenced by many cultures as a result of their nomadic lives, and as a result of this interaction they have developed both culinary culture and new food preservation techniques. Examples of these preservation techniques are drying meat with salt in horses' saddles, drying bony meats by hanging them on trees, burying cheese under soil, drying yogurt. Birth, death and banquet meals have been important traditions of the Turks.

Turks living in Central Asia have dealt with agriculture and animal husbandry in parallel with the developments in the whole world and their diet has been formed accordingly. Wheat and wheat flour, one of the first plants to be cultivated, and millet grape formed the basis of daily diet. Another nutrient source of Turkish society, which has not fully embraced settled life, is hunting animals and horse meat was consumed as the main source of protein before Islam was accepted. In addition, sheep and dairy products are among the basic foods (Argılı, 2005).

Since the Turks were a warrior society, they generally tried to eat protein-based foods. Therefore, meat and meat products play an important role in the nutrition of Turks. Turks, who lived as nomads for many years, were interested in hunting as well as animal husbandry. It is known that Turks eat venison, then horse meat. After this meat sheep and goat meat began to eat. Even during the Uyghur period, while the rich ate horse meat, it was found that the poor ate sheep meat. Under the influence of Islam, they moved away from single-clawed meat.

Mutton is known to be the main ingredient of Central Asian Turkish cuisine. When the Turks settled in Anatolia together with the Selçuk State and started settled life, the culinary culture changed over time. The most common consumption of Selçuk cuisine was mutton. Shish kebab and doner kebab, which are usually made of mutton and lamb, are the most important contributions of Turkish cuisine to the world cuisine. In addition, as a result of cultural interactions throughout history, roti meals of various large pieces of meat, oven kebabs, oven kebabs, grills and *dolma* are the main meat meals of Turkish cuisine. Especially the richness of spices and dried fruit consumption of Ottoman Palace cuisine and fruity meat meals, stuffed meat with different meat, vegetables using clay pots, closures and a wide variety of meatballs are the outstanding examples of rich Turkish cuisine.

Sheep grows in places with heavy rainfall due to its nature. Although not affected by hot and cold, it is less common in areas with high relative humidity. The sheep is more suitable for the climate and soil conditions of developing countries and can easily adapt to the conditions of extensible agriculture, for example; production parameters in Asia may remain unchanged. Very few sheep are found in North and South America. In Oceania, sheep

production is quite high compared to cattle. Livestock is so important for the Turks that many of them have given the names of their animals, which are inseparable parts of their lives, to the states they established or their stature: Akkoyunlu, Karakoyunlu States, Karakeçili, Sarikeçili, Kızılkeçili, Kabuloyunlu Karatekeli tribes and so on. Mutton is the most preferred type of meat until the 20th century. Kebabs, meatballs and juicy meat dishes are indispensable in the world famous Turkish cuisine lamb meat. kebabs and catering sector in Turkey is quite advanced. Lamb is cooked in many different ways. Boiling, sautéing, sealing, oven and grilling are the most preferred methods. When cooked correctly, the lamb is quite tender and tasty. When it is desired to be cooked with grilled cooking technique, it is recommended to cook after flavoring with black pepper and salt. When the lamb meat is sealed, it preserves its soft texture and its flavor can be increased with condiments. Boiled lamb, lamb oven or tandoor is preferred in Anatolian cuisine. Lamb meat is preferred in many types of meals such as casseroles, baking dishes, casserole dishes. These meals can be listed as follows; Adana kebab, lamb tandoor, with vegetables, boiled lamb, lamb roasting, elbasan pan, lamb meat with cauliflower, lamb meat with rice, lamb ribs, spicy lamb cubed, lamb chops with plum, lamb chops with plum, lamb chops with tomato sauce, lamb chops with tomato sauce, Indian style lamb, crispy lamb chops, lamb closure, lamb arm with baked potatoes, lamb skewers and so on. Each of these dishes has been served for generations in the form of separate works of art.

Lamb's fat is another important ingredient that enhances the aroma and enhances its aroma. Lamb's tail fat, which contains a high amount of saturated fatty acids as well as its own fat. Tail oil is used in almost all lamb meat dishes. Although the consumption of foods with high saturated fat is not recommended by some nutritionists, tail oil has been an important actor in Turkish cuisine. One of these dishes is Adana kebab. Adana kebab is not made of machine meat but is made of lamb chopped with armor, which is a machete-like vehicle. The ground beef kneaded with tail oil, salt and chili peppers is cooked in a coal fire by aligning the bottles. Following the nomadic life, the feeding habits of the Turks were influenced by the settled lifestyles and the communities they lived with. It has always been an important element of Turkish cuisine due to the taste of sheep and lamb, the aroma components it contains, being healthy and adapting to the way of life of the Turks. Lamb, which is frequently used in traditional Turkish dishes, is also preferred in modern Turkish cuisine. As it used to be, lamb is more preferred by high-income consumers and fine-dining restaurants since it is more expensive than beef. Increasing the production of the local sheep breeding and preserving will benefit both the society and the Turkish cuisine. In this context, when designing new food, it is possible to obtain more healthy and attractive meat dish by using lamb meat.