

# ULUSLARARASI SOSYAL ARAŞTIRMALAR DERGİSİ THE JOURNAL OF INTERNATIONAL SOCIAL RESEARCH

*Cilt: 12 Sayı: 67 Yıl: 2019*  
*www.sosyalarastirmalar.com*  
*Issn: 1307-9581*



*Doi Number:*  
*http://dx.doi.org/10.17719/jisr.2019.3741*

*Volume: 12 Issue: 67 Year: 2019*  
*www.sosyalarastirmalar.com*  
*Issn: 1307-9581*

## YAZILI KAYNAKLARA GÖRE SÜMER MUTFAĞININ GÜNÜMÜZE YANSIMALARI THE REFLECTIONS OF THE SUMER CUISINE ACCORDING TO WRITTEN SOURCES

Eren YALÇIN\*  
Melek YAMAN\*\*

### Öz

İnsanların varoluşu ile birlikte günümüze kadar varlığını koruyan birçok yiyecek veya içecek, farklı kültürleri temsil ederek toplumların özgün mutfak kültürlerini oluşturmuştur. Günümüz sofralarında sunulan bir yiyecek ya da içecek, yüzlerce veya binlerce yıl önce de çeşitli nedenlerle insanları bir araya getiren sofralarda sunularak yerini almıştır. Mezopotamya'da bulunarak yazıyı icat eden ve ilk uygarlık olarak kabul edilen Sümerler de, kültürleri ve buldukları bölgenin coğrafi koşullarında özgün mutfak kültürlerini oluşturmuştur.

Bu çalışmanın amacı, Sümerlerin yiyecek-içecek kültürü hakkında araştırmacılar tarafından arkeolojik kazılardan ve/veya çiviyazılı belgelerden elde edilen bulgular çerçevesinde Sümer mutfağı ile günümüz Türk mutfağının ilişkisini yansıtmaktır. Bu amaç kapsamında nitel araştırma yöntemlerinden literatür taraması ile Türk mutfağına yönelik yapılan çalışmalar değerlendirilerek ifade edilmiştir.

Mezopotamya ile Türk mutfağının ilişkilendirildiği çalışmaların literatürde mevcut olduğu ancak elde edilen arkeolojik bulgulara ve çiviyazılı belgeye göre Sümer mutfağı ile Türk mutfağı arasında olan ve/veya olabilecek ilişkinin ifade edildiği bir çalışmanın bulunmaması, Dünya'nın eski göç yolları üzerinde Sümerlerin bulunmuş olması, birçok medeniyetin bu coğrafyadan doğmuş veya etkilenmiş olması da konunun önemini yansıtmaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Sümer, Sümer Mutfağı, Türk Mutfağı.

### Abstract

With the existence of people, many foods or drinks that have survived to the present day have represented different cultures and created the unique culinary cultures of societies. A food or drink served at today's tables has taken its place by serving at tables that bring people together for various reasons hundreds or thousands of years ago. The Sumerians, who invented writing in Mesopotamia and accepted as the first civilization, created their own culture and unique culinary cultures under the geographical conditions of their region.

The aim of this study is to reflect the relationship between Sumerian cuisine and contemporary Turkish cuisine in the context of the findings obtained from archaeological excavations and / or cuneiform documents by the researchers about the food and beverage culture of Sumerians. For this purpose, literature review of qualitative research methods and studies on Turkish cuisine were evaluated and expressed.

Mesopotamia and Turkish cuisine in relation to the existing studies in the literature, but according to the archaeological findings obtained and cuneiform document between the Sumerian cuisine and Turkish cuisine and / or may be expressed in a study that expresses the existence of the Sumerians whether it was born or influenced by geography reflects the importance of the subject.

**Keywords:** Sumer, Sumer Cuisine, Turkish Cuisine.

\* Arş. Gör., Başkent Üniversitesi, Güzel Sanatlar Tasarım ve Mimarlık Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, Orcid ID: 0000-0002-9927-1972, yalcinerene@gmail.com

\*\* Dr. Öğr. Üyesi, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, Orcid ID: 0000-0002-6281-0880, melek.yaman@hbv.edu.tr



## Giriş

Yaşamın devamlılığı için en önemli ihtiyaçlardan olan yeme-içme gereksinimi, Abraham Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinin ilk basamağını oluşturmaktadır (Aymankuy ve Sarıoğlu, 2007), (Düzgün ve Durlu-Özkaya, 2015, 41-47) ve insanlığın evriminden bu yana beslenme biçiminin önemli rol oynadığı bilinmektedir. İlk çağlarda yiyecekler, insanlar tarafından ne olduğu ya da ne işe yaradığı bilinmeden hayatta kalabilmek amacıyla tüketilmiştir. Henüz ateşin bulunmadığı ve pişirme yöntemlerinin keşfedilmediği bu dönemde, etin yumuşatılması amacıyla belirli bir süre bekletildiği bilinmektedir. Bu dönemde leş yemekten başka bir tercih olmadığı gibi (Dilsiz, 2010, 9), insanın sadece et ve otlarla beslenmesi de farklı bir tercihinin olmaması ile ilişkilendirilebilir (Gilles ve Olivier, 2007:10'dan aktaran: Düzgün, Durlu-Özkaya, 2015, 41-47).

Tarihin başından beri "yemek" eylemi ile var olan insanoğlunun ihtiyaçlarını karşılayarak besin üretiminin bir sonucu olan "mutfak kültürü", kültürün ve geleneğin en uzun süre yaşayan bölümünü oluşturmaktadır. Tarihsel süreç içerisinde besin üretim teknolojisindeki ilerlemeler ve besin çeşitliliğinin artması, insanların temel ihtiyacı olan karın doyurma eyleminin alanını ve anlamını genişletmiş; yeme eylemini hayata renk katan, insanın toplumsal rolünü belirleyen bir olgu haline dönüştürmüştür (Ay ve Şahin, 2014, 331-358). Yemek kültürü, bu yönleri ile değerlendirildiğinde; tarihçiler, antropologlar, sosyologlar, halkbilimciler, iktisatçılar tarafından ve farklı kuramsal yaklaşımlar ışığı altında ele alınan interdisipliner bir araştırma alanıdır.

Sümerler, M.Ö. 3000'li yıllarda Irak'ın güneyinde yaşayarak ve bu bölgeyi Sami-Akadlar ile yaklaşık olarak bin yıl paylaşmıştır (Landsberger ve Tosun, 2018). Sümercede, "yiyecek pişirme" kelimesinin anlamı tam olarak bilinmemesine rağmen; ekmeğin, çorbaların, etlerin ve keklerin pişirilerek tüketildiği; soğan, salatalık ve bazı meyvelerin ise pişirilmeden tüketildiği bilinmektedir. Diğer bir ifade ile, Sümer beslenmesinde balığın, peynirin, sütün, yeşil meyve-sebzelerin ve baklagillerin yüksek miktarda; az miktarda ise etin tüketildiği (Aktaran: Limet, 1987, 132-147), baklagiller ve tahılların da içerisinde bulunduğu bir beslenme türüdür (Oppenheim 1948, 6, not 13'den aktaran: Limet, 1987, 132-147).

Sümerlere ait metinlere göre yemeklerin tatlandırılmasında üst sınıfa özgü çeşitli baharatlar tüketilmiştir (Limet, 1987, 132-147). Eski Mezopotamyalıların beslenmesinde tuzun önemli işlevlere sahip olduğu (Potts, 1984, 225-271), farklı baharatlar ile birlikte (MSL XI, 158'den aktaran Limet, 1987, 132-147) günlük olarak 12-15 gr arasında tüketildiği bilinmektedir (Potts, 1984, 225-271). Elde edilen Sümer kaynaklarına göre kimyonun Sümerce bir kelimedenden geldiği (gamun = kimyon) ifade edilmektedir. Arkeolojik bulgulara göre birçok baharatın tercüme edilememesine rağmen, kekik ve mercanköşk gibi bitkiler bulunmaktadır (Limet, 1987, 132-147).

Gönder ve Akbulut 2017, Akdeniz diyetinin Mezopotamya ile Doğu Akdeniz'den ortaya çıktığını ve beş bin yıl ya da daha eski bir beslenme türü olduğunu ifade etmiştir. Akdeniz diyetinde tahıllar, kuru baklagiller ve yağlı tohumlar gibi bitkisel kaynaklı besinlerin sıklıkla, kırmızı etin ise ayda birkaç kez tüketilmesi ve balığın beslenmede önemli bir yer tutması Akdeniz diyetinin özellikleri arasındadır (Keys 1995 ve Willet, Sacks, Trichopoulou, Drescher, Ferro- Luzzi, Helsing 1995'den aktaran: Barbarsos ve Kabaran, 2014).

## Yöntem

Bu çalışma, ilk uygarlık olarak kabul edilen ve farklı mutfak kültürlerinin ortaya çıkmasına neden olan Sümerlerin mutfak kültürü ile günümüz Türk mutfak kültürü arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Bu çalışmada, nitel araştırma yöntemlerinden literatür taraması ile elde edilen kaynakça ve bilgiler derlenerek Sümer ve Türk mutfakları arasında olabilecek ilişki açıklanmaya çalışılmıştır.

## SÜMERLERDE YEMEK PİŞİRME

"Nuhatimmu"lara veya günümüz ifadesi ile eski Sümer aşçıbaşlarına uzanan bu mutfakta (Bottero, 2005) profesyonel olarak erkek aşçılar bulunmaktaydı (Legrain 1937, 46, 1257'den aktaran Limet, 1987, 132-147). III. Ur dönemine ait ekonomik metinlerde yer alan ancak elde edilme aşamalarının öğrenilemediği birçok baharat, sebze, balık ve hayvan türü ifade edilmiştir (Limet, 1987, 132-147).

Ur Kraliyet mezarlarında elde edilen botanik ve zoolojik buluntular ise kral ve ailesi için düzenlenen sofralar hakkında günümüze ışık tutarken (Öz, 2016, 109-130), bu mezarlarda inek, koyun, balık kemikleri



ile çeşitli tahıllar, elma ve hurma çekirdekleri bulunmuştur (Woolley, 1934 ve Ellison, 1984, 96'ten aktaran: Öz, 2016, 109-130). Türk mutfağında ise, hurma bereket ve sağlığın bir göstergesi olarak dini-kültürel kaynaklı sembolik besinler arasında ayrıcalıklı bir yere sahiptir (Közleme, 2013).

Sümerlerde şölen ya da ziyafetler "Ekmek ve bira yeri" olarak ifade edilir iken (Michalowski 1994, 29, n.6'dan aktaran Bray, 2003), arkeolojik bulgulardan elde edilen ziyafet sofraları tasvirlerinde ise erik, elma, muşmula, ayva ve badem yansıtılmaktadır (Öz, 2016, 109-130). Ziyafetler; sosyal, dinî, siyasi mesajların veya siyasi zaferler ile önemli olabilecek olayların ifadesiydi. Eğlence veya kutlama amacından farklı olarak ölümlere vefanın gösterilmesi amacıyla düzenlenen ziyafetler de (kispu/kipsu) gerçekleştirilmiştir. Saray mutfağında hazırlanan yemeklerin nitelikli ürünlerden yapıldığı, neredeyse bütün ziyafetlerde ise keçinin, koyunun veya sığırın sunulduğu; kümes hayvanları ile bunların yumurtalarının, çeşitli kuş türlerinin ve bazı meyve çeşitlerinin de ziyafetlerde sunulduğu bilinmektedir. Bu yiyeceklerin yanında ise genellikle bira veya şarap sunulmaktaydı (Öz, 2016, 109-130).

Kraliyet masalarında tatlı ya da tuzlu su balıklarına da yer verilmiştir (Limet, 1987, 132-147). Balık ve balıkçılık Sümerlerin başlıca yiyecek kaynaklarından bir tanesini oluştururken, Sümerlerin ekonomik metinlerinde, sözlüklerinde yaklaşık olarak yüze yakın balık türü bulunmaktadır (Kramer, 1990). Bu balıkların avlanmasında çeşitli tuzaklar, aletler ve balık ağları kullanılmıştır. (Kramer, 2010, 110).

Türk kültüründe tarihten beri "özel gün" olarak ifade edilen zamanlarda özel yemeklerin yapılarak topluca yenildiği (Tezcan 1976 ve Birer 1983'den aktaran Birer 1990) ve bu yemeklerde insanların sevinç ve üzüntülerinin paylaşıldığı (Solmaz, Dülger Altın, 2018), bu kültürün ise 6. yüzyıldan günümüze kadar gelerek günümüzde de uygulandığı ifade edilmiştir (Sandıkçıoğlu, 2016 Solmaz, Dülger Altın 2018'den aktarılmıştır).

Yemeklerin yapımında tatlandırıcı olarak ise hurma ve uzaktan getirilen bal, genellikle zenginlerin sofralarında yer almıştır (MSL XI, 156, 268-75'den aktaran: Limet, 1987, 132-147), (Gürsoy, 2014, 23). Türk mutfağında da bal ile birlikte tatlandırıcı olarak pekmezin de kullanılmasına rağmen günümüzde bu görevi şeker üstlenmiştir (Kara, 2019).

Meyve suları içerisinde üzüm kullanılırken, şeker henüz öğrenilmemiş ya da tercih edilmemiştir. Meyvelerin "giri.lam" adı verilen keklerin hazırlanmasında (Limet, 1987, 132-147) ve yiyeceklerin tatlandırılmasında bal ile birlikte kullanıldığı da ifade edilmektedir (Öz Kiriş, 2017, 1-19).

### Tarım Ürünleri

Yiyecek içeceklerin kayıt edildiği çivi yazılı tablet serileri, Ur kraliyet mezarlarından elde edilen kalıntılar, iktisadi metinler, kabartmalar ve çeşitli levhalar dünyada yemekle ilgili ilk kaynakların Sümerlere ait olduğunu göstermektedir (Ellison, 1984, 89'dan Aktaran: Öz Kiriş, 2017, 1-19).

Sümerlerde beslenme ve inanç sistemi birbirini etkileyerek "Ziggurat" adı verilen Sümer ibadethanelerinde çeşitli yiyeceklerin sunulmasını zorunlu hale getirmiştir. Burada sunulan yiyeceklerin pişirilerek tapınak görevlilerinin beslenmesi için kullanıldığı (Gürsoy, 2014, 23); Ekur tapınağında ve saraylarda çalışan personele, emeklerinin karşılığının ücret yerine arpa, yağ, tuz, ekmek, bal, hurma, kurutulmuş balık, bira veya şarap ile ödendiği "Tayın Listeleri"nde ifade edilmektedir (Öz Kiriş, 2017, 1-19), (Limet, 1987, 132-147). Özellikle M.Ö. 2000 yıllarına ait olan Nippur tabletlerine göre, hayvancılık yerine tarımın önemli olmasının nedeni Sümerlerin verimli topraklar üzerinde bulunmalarıydı (Gürsoy, 2014, 24). Günümüzde ise farklı tekniklerin kullanılmasının yanı sıra Türkler, yiyeceklerini kurutulmuşlardır (Alçay, Yalçın, Bostan ve Dinçel, 2015).

Nohut ve mercimek sebze listelerinin en başında bulunmasına rağmen (MSL X, 245) beslenmenin temelini yine kayıtlarda yer alan soğan, arpacık soğanı, pırasa ve sarımsak oluşturmaktaydı (Öz Kiriş, 2017, 1-19). (Limet, 1987, 132-147). "Dilmum soğanı", "Maharsi soğanı" olarak adlandırılan çeşitli soğanlar; "Keskin", "Tatlı" ya da "Güçlü kokusu olan" olarak ifade edilmiştir (Limet, 1987, 132-147).

Diğer bir tarım ürünü olarak arpanın ön pişirme sonrasında tüketildiği, ekmek veya kek türü pasta yapımında un olarak kullanıldığı ifade edilmiştir (Öz Kiriş, 2017, 1-19). Sümerlerde yetiştirilen arpa, topraktaki fazla tuz miktarına dayanabilmesine rağmen bazı bölgelerde arpaya göre az da olsa buğday yetiştirilmiştir (Jones ve Snyder, 1961, 135'ten aktaran: Limet, 1987, 132-147), (Limet, 1987, 132-147). Gürsoy, 2014 tarafından tahılın, baklagillerin, balın, şarabın ve biranın Sümer evlerinde kap veya çeşitli küpler içerisinde kilerde saklandığı ifade edilirken; Memiş ve Ersoy, 2007 ise Anadolu'da kış döneminde tüketilmek için hazırlanan yiyeceklerin küplere konulduğunu ifade edilmiştir.

Sümer'de, arpa ve buğday başta olmak üzere mercimeğin, nohudun, bezelyenin tüketildiği; salgamın, salatalığın, pırasanın, kıvrırcığın, hardalın, terenin soğanın ve sarımsağın yetiştirildiği ve



tüketildiği ifade edilirken (Gürsoy, 2014, 23); elmanın, armudun, eriğin, incirin, üzümün, hurmanın, narın ve çeşitli baharatların bilindiği (Limet, 1987, 132-147), (bkz. Ellison, 1984, 89 Aktaran: Öz Kiriş, 2017, 1-19); Antep fıstığı ve narın ise yaygın olarak yetiştirildiği ifade edilmektedir (Limet, 1987, 132-147). Sümer mutfağında yer alan yağların önemli bir miktarı ise, susamdan elde edilmiştir (Limet, 1987, 132-147). Domuz yağı ise, besin maddesi olarak tüketilmesinin dışında işçi ve hizmetlilere tayın olarak sunulmuş, yağlanmak, parfümlenmek amacıyla da kullanılmıştır. (Öz Kiriş, 2017, 1-19). Orta Asya'da susam yağının bilindiğini ifade etmiştir (Baykara 2001, 100'den aktaran: Güldemir, 2004).

Türk mutfağında ise genellikle tahıl ve tahıl ürünlerinin tüketimi ilk, sebze tüketimi ise ikinci sırada gelmektedir (Ertaş, Gezmen-Karadağ, 2013, 117-136). Bu durum, doğal olarak toplumun beslenme alışkanlıklarını etkilemiştir (Oğuz, 1976 ve Ögel 1982'den aktaran Birer, 1990, 251-260). Sebzelerden salatalık, havuç, ıspanak, soğan ve turp Türklerin beslenmesinde önemli bir yere sahiptir (Baysal, Merdol, Sacır, Taşçı ve Başoğlu 1996'ndan aktaran: Ertaş, Gezmen-Karadağ, 2013).

Sümerler, taşınabilen değirmen taşları ile öğütülen arpadan elde ettikleri unları, suda karıştırarak yaptıkları ekmekleri "mükemmel, sıradan, taze veya kuru" olarak nitelendirmişlerdir. Un ise, genellikle arpa unu kullanıldığı varsayılarak inceliğine veya kepek bırakmasına göre çeşitlilik göstermektedir (Limet, 1987, 132-147). Kraliyet sofralarında sunularak halkın tüketmediği (Gordon 1959, 1.52, not 6) ve "Gug" olarak ifade edilen kek ise daha kaliteli bir un (Legrain 1937, 288-985) ve yağ ile üretilmiştir (Limet, 1987, 132-147).

Buğdaydan elde edilen unun su ile yoğrulup tandır veya sac üzerinde ekmek, börek, gözleme, katmer ve pidelerin yapılması eski çağlardan beri devam etmektedir (Ertaş, Gezmen-Karadağ, 2013, 117-136). Türk mutfağında buğday, çavdar, kepek, mısır gibi çeşitli tahıllar kullanılarak yapılan ürünlerden en önemlisi ekmektir (Toygur, Tezcan 1994'dan aktaran: Ertaş, Gezmen-Karadağ, 2013). Türk toplumunda ekmeğin kutsal olduğu ifade edilmiştir (Beşirli, 2010).

Sümerlerde ızgara, yemek ve ekmeklerin pişirilmesi için de kullanılmış; ateşin üzerinde günümüzün bir benzerini yansıtacak şekilde çeşitli yemekler pişirilmiştir (Salonen, 1966'dan aktaran: Limet, 1987, 132-147). Mayalanmadan yapılan ekmek, bazlama biçimindeydi. (Gürsoy, 2014, 23). Günümüzde de kullanılan ön pişirme yöntemi, Sümerlerde ekmeklerin kenarları için uygulanmıştır. Tabletlerde yazılı olan "Ki.ne" ise Limet, 1987'e göre günümüzde kullanılan barbekünün ilk örneğidir.

Süt, Sümer'de keçi ve inek sütü olarak bulunmaktadır. Bu sütlerden çeşitli peynirler üretilmiş ve kraliyet masalarında sunulmuş olan beyaz peynir tabletlerde "taze" olarak yer almış ve diğer peynir türlerinden daha kaliteli olduğu ifade edilmiştir (Limet, 1987, 132-147).

Türk sofralarında süt yalnız başına bir besin olduğu kadar, süttten yapılan yağ, peynir, yoğurt, ayran ve sütlü-yoğurtlu yemekler çeşitlilik göstermektedir. (Oğuz, 1976). Süt, yoğurt, kıyma, kefir ve peynir Türklerde en çok tüketilen süt ürünleri iken bitkisel besinlerin başında buğday ve arpa gelmiştir (Ertaş, Gezmen-Karadağ, 2013, 117-136).

Şarap ise, Sümer'de günlük bir içecek olmasının yanında anlam olarak da "Sumerian", "üzümden gelen" anlamını taşımaktadır. Sirke, yiyeceklere tat vermek için kullanılan fermente üzüm suyunu veya sirkeyi ifade etmektedir (Limet, 1987, 132-147). Taze olarak üretilmiş bira ve yıllanmış biradan bahsedilmektedir. Bu biralara aromatik bir tat verilmesi amacıyla içerisine çeşitli otlar (Öz Kiriş, 2017, 1-19), nadiren de olsa bal ya da üzüm suyu ilave edilmiştir (Limet, 1987, 132-147). Öz Kiriş 2017'e göre doğal bir ürün olarak kabul edilen ve 25 bal çeşidinden dağ balı, kara bal, beyaz bal, kızıl veya kırmızı bal uzaktan getirilerek; reçineli parfümler ve peynir gibi ürünler ile sınıflandırılmıştır (Limet, 1987, 132-147).

Sözlük listelerinde çorba; katı ve sıvı olarak yer almaktadır. Sümerlerde çorba, günümüzde Ortadoğu'da yapılan "Kişk" (kishk) çorbasına benzetilmektedir. Günümüz ile olan diğer bir benzerliği ise bazı çorbaların et suyu, yağ veya koyu yağın ile tüketildiği ifade edilirken, balık çorbası az da olsa sofralarda yer almaktadır (MSL XI, 152) (Limet, 1987, 132-147).

M.Ö. 1700 yıllarına ait olan ve Mezopotamya'da bulunarak dünyadaki en eski yemek tarifi olma niteliğini taşıyan Sümerce ve Akadca tabletlerden bir tanesinde et; tuzlu suda haşlanırken içerisinde soğan, kereviz ve pırasa konulmaktadır. Diğer tariflerde ise et suya konulduktan sonra yağ, süt, su ve sarımsak ezilerek çorba yapılmaktadır. (Gürsoy, 2014, 24). Türk mutfağında da sulu yahni şeklide et yemekleri bulunmaktadır (Solmaz, Dülger Altınır, 2018).

Türk mutfağında ise çorbalar; et, tavuk, balık suları (Halıcı 1986'dan aktaran: Ertaş, Gezmen-Karadağ, 2013), yoğurt, pirinç, bulgur ya da çeşitli sebzeler ile zenginleştirilerek hazırlanmaktadır (Baysal, Merdol 1996 ve Baysal 1991'dan aktaran: Büyüktuncer, Yücecan, S. 2009).



## HAYVANSAL ÜRÜNLER

Sümerlerde hayvancılık da tarım üretimi kadar yaygın olarak yapılmaktaydı. Nippur yakınlarında bulunan Puzrish-Dagan'da (Drehem) hayvanların beslenmesi için büyük yapıların bulunduğu, tanrılar için düzenlenen özel gün ve festivallerde sunulan ineklerin, koyunların, kuzuların, oğlakların ve domuzların sayısı ise metinlerde kayıtlıdır (Limet, 1987, 132-147), (Öz Kiriş, 2017, 1-19).

Günümüz ile benzer olarak etlerin terbiye edildiği, baharatlar veya aromatikler ile tatlandırıldığı bilinmektedir. Metinlerde nadiren de olsa bulunan balıkların ise "ateşe dokunmuş" ya da "ateşin üzerine yerleştirilmiş" olarak pişirilmiştir (Limet, 1987, 132-147). Türk mutfağında, etlerin ızgaraya yakın tutularak pişirildiği ifade edilmiştir (Ertas, Gezmen-Karadağ, 2013, 117-136).

Et yemeklerinde kullanılan ve "gazi" adı verilen sıradan bir baharat, Sümer mutfağında özellikle et yemeklerinde kullanılıyor olabilir. "Fakir adam ete sahip olduğunda hardala sahip değildi, hardala sahip olduğunda da ete sahip değildi" ifadesi etin, baharatlarla tüketildiğini gösterirken (Öz Kiriş, 2017, 1-19), Limet ise "Fakir insan ete sahip olduğunda gazisi (baharatı) olmayan, gazisi olduğunda etine sahip olmayan kişidir" olarak ifade etmiş ve kayıtlarda yer almıştır (Gordon 1959, 1.55). Diğer bir Sümer atasözünde tuz, Sümer "Zavallı bir adam öldüğünde, onu diriltme! (Ne zaman) ekmeği vardı, o zaman tuzu da vardı; (ne zaman) onun tuzu vardı, ekmeği yoktu." (Potts, 1984, 225-271) ifadesi ile de bir araya gelmiştir.

İnanna Tapınağı'nda bulunan bir levhada da kral ve kraliçe için hazırlanmış bir balığın sunumu görülmektedir (Öz, 2016, 109-130). Balık çeşitlerine metinlerde de rastlanmaktadır. Sayılarının binlerle ifade edildiği balıkların ise kurutularak saklandığı ve tayın listelerine göre 20 çeşidinin olduğu bilinmektedir. (Öz Kiriş, 2017, 1-19). Arkeolojik buluntular içerisinde Deniz ve tatlı su balıkçılığının geliştiği ve yaygın olduğu Sümerlerde balıktan sonra en çok koyun ve keçi eti tüketilmiştir. Sığırlar ise, tarımda kullanılması nedeniyle güçten düştüğünde kesilirdi (Gürsoy, 2014, 23). Sümerler beslenmesinde domuzlar ve az da olsa domuz yavruları tüketilmiş, at ise bulunmadığı için tüketilmemiştir (Limet 1976, 70 ve Oppenheim 1948, 43'ten aktaran Limet, 1987, 132-147). Eski Türklerde et olarak en çok koyun eti, daha sonrasında ise keçi ve sığır eti tüketilmiştir (Ertas, Gezmen-Karadağ, 2013, 117-136). İslam dini ile birlikte Türk mutfağında domuz, eşek, kurbağa gibi hayvanların eti yasaklanmıştır (Ertas ve Gezmen-Karadağ, 2013). İslamiyet'in kabulü ile birlikte domuz etinin yasaklanmış olmasına rağmen, İslamiyet'ten önce de domuzun tüketilmediğini belirtilmiştir (Kılıç ve Albayrak, 2012).

Koyun ve sığır eti sümer mutfağının önde gelen yiyecekleri arasında olmasına rağmen kümes hayvanları da kayıtlarda yer almaktadır. Farklı koyunların yetiştirildiği ise "hubullu" tablet serilerinde yer almaktadır. Bu serinin 13. tabletinde koyunlar farklı isimlerle adlandırılmış ve kullanımlarına göre (Akad koyunu, Ur koyunu vb.) isimlendirilmişlerdir. Küçükbaş hayvanların yalnızca tüketilmek için değil, hediye olarak, ödeme yapmak ya da ritüellerde tanrılara sunulmak için beslendiği yine "hubullu" tabletlerinde yer almaktadır. Küçükbaş hayvanların yanı sıra büyükbaş hayvanlardan öküz ise yaşına ve kuvvetine göre sınıflandırılmıştır. Bu tablet serilerinde küçükbaş hayvanlara ek olarak boğa, katır ve eşek de yer almaktadır (Öz Kiriş, 2017, 1-19).

Henri Limet, kümes hayvanların tüketilmesine rağmen metinlerde nadiren yer almasının nedenini kuşların ya da kümes hayvanlarının tapınak ya da saray kontrolünde olmadığı şeklinde ifade etmiştir. Listelerde yer alan hayvanların genellikle sunulmak için pişirildiği ifade edilmiştir (Öz Kiriş, 2017, 1-19).

## SONUÇ

Yapılan bu araştırma sonucunda, araştırmacılar tarafından elde edilen ve çözümlenebilen arkeolojik buluntular ve çivi yazılı tabletler aracılığı ile elde edilen bilgilere göre Sümer ve Türk mutfağı arasında benzerlikler olduğu, literatürde Türk mutfağına yönelik yapılan çalışmalar ile ifade edilmiştir.

Sümerlerde etin az miktarda, balığın, peynirin, sütün, yeşil meyve-sebzelerin ve baklagillerin yüksek miktarda tüketildiğini, Akdeniz diyetinin, beş bin yıl ya da daha eski bir beslenme türü olduğunu ve Mezopotamya ile Doğu Akdeniz'den ortaya çıktığını ve ifade edilmiştir.

Ur Kraliyet mezarlarında çeşitli hayvan kemikleri ile tahılların, elmanın ve hurma çekirdeklerinin bulunmasının yanı sıra Türk mutfağında da yer alan hurma; bereket ve sağlığın bir göstergesi olarak ayrıcalıklı bir yere sahiptir.

Sümerlerde yemeklerin yapımında tatlandırıcı olarak hurma ve bal yer alırken Türk mutfağında da tatlandırıcı olarak bal kullanılmasına rağmen günümüzde bu görevi şeker üstlenmiştir.



6. yüzyıldan günümüze kadar gelerek günümüz Türk kültüründe de özel günlerde yemeklerin yapılarak topluca yenildiği ifade edilmiştir. Ziyafetler, Sümerlerde de sosyal, dinî, siyasi mesajların veya siyasi zaferler ile önemli olabilecek olayların ifadesiydi.

Sümerlerin arpadan elde ettikleri unları suda karıştırarak yaptıkları ekmekler bulunmasına karşın Türk mutfak kültüründe ise buğdaydan ve çavdar, kepek, mısır gibi çeşitli tahıllar elde edilen unun su ile yoğrulduktan sonra çeşitli ekmeklerin yapıldığı ve bunların kutsal olduğu ifade edilmiştir.

Sümer'de bulunan keçi ve inek sütü ile çeşitli peynirler üretilmiş Türk sofralarında ise süt, tüketilmesinin yanı sıra Süt, yoğurt, kıymız, kefir ve peynir gibi çeşitli süt ürünlerinin yapımında da kullanılmıştır.

Elde edilen bulgulara göre Sümer ve Türk mutfağında çorbalar et suları ile tüketilmiştir.

Sümerlerde at tüketilmemesine rağmen domuz veya yavruları az da olsa tüketilmiştir. Türklerde ise İslamiyet'in kabulü ile birlikte domuz etinin yasaklanmış olmasına rağmen, İslamiyet'ten önce de domuzun tüketilmediğini ve İslamiyet'in kabulü ile yasaklandığı belirtilmiştir.

#### KAYNAKÇA

- Ay, Şeyma ve Şahin, Kadriye (2014). Eski Yakınoğu'nda Yemek Simgeselliği Üzerine Bir Değerlendirme. *The Journal of International Social Research / Uluslararası Tarih ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2014, 331-358.
- Ünver, Alçay, Ayla., Yalçın, Semiha., Bostan, Kamil. ve Dinçel, Ekin. (2015). Orta Asya'dan Anadolu'ya Kurutulmuş Gıdalar. *ABMYO Dergisi*, 40, 83-93.
- Aymankuy, Yusuf., ve Sarıoğlan, Mehmet. (2017). Yiyecek-İçecek Felsefesi ve Beslenme Alışkanlığının Geliştirilmesine Yönelik Bir Model Önerisi. *I. Ulusal Gastronomi Sempozyumu*, Antalya.
- Barbaros, Burcu. ve Kabaran, Seray. (2004). Akdeniz Diyeti ve Sağlığı Koruyucu Etkileri. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 42(2), 140-147.
- Baykara, Tuncer. (2001). *Türk kültür tarihine bakışlar (Vol. 252)*. Ankara: Atatürk Kültür Merkezi Başkanlığı.
- Baysal Ayşe, Merdol, Türkan. Kutluay., Sacır F. Handan, Taşçı Nevin, Başıoğlu Sevil. (1996). *Türk Mutfağından Örnekler*. Ankara: Kültür Bakanlığı.
- Baysal, Ayşe. (1995). Yemeğin Beslenme ve Sağlık Açısından Önemi. Halıcı F, Tanyeri G (editörler). *Anadolu Mutfağından Örnekler Sempozyumu, Eskişehir*. Eskişehir Yunus Emre Kültür, Sanat ve Turizm Vakfı Yayınları/10,
- Beşirli, Hayati. (2010). Yemek, Kültür ve Kimlik. *Milli Folklor*, 22(87), 159-169.
- Birer, Selma. (1983). Türk Toplumunda Yemek Yeme Alışkanlıktan ve Türk Mutfağının Özellikleri. *Türk Folkloru Araştırmaları*, G.Ü. Basm-Yaym Yüksekokulu Basımevi, Ankara, 15-24.
- Birer, Selma. (1990). Türk Mutfağının Tarihsel Gelişim Süreci İçerisindeki Değişimi ve Bugünkü Durumu. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 19(2), 251-260.
- Bottéro, Jean. (1985). The Cuisine of Ancient Mesopotamia. *The American Schools of Oriental Research*, s. 36-47.
- Bottero, Jean. (2005). *Eski Yakınoğu: Sümer'den Kutsal Kitap'a*, Ankara: Dost Kitabevi.
- Bray, Tamara. L. (2003). *The Archaeology and Politics of Food and Feasting in Early States and Empires*. Springer.
- Büyüktuncer, Zehra, ve Yücecan, Sevinç. (2009). Türk Mutfağının Beslenme ve Sağlık Açısından Değerlendirilmesi. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 37(1-2), 93-100.
- Dilsiz, Beril. (2010). *Türkiye'de Gastronomi ve Turizm (İstanbul Örneği)*. İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Turizm İşletmeciliği Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Düzgün, Ertuğrul. ve Durlu-Özkaya, Fügen. (2015). Mezopotamya'dan Günümüze Mutfak Kültürü. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, s. 41-47.
- Ertaş, Yasemin ve Gezmen-Karadağ, Makbule. (2013). Sağlıklı Beslenmede Türk Mutfak Kültürünün Yeri. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(1), 117-136.
- Gordon, Edmund. I. (1959). *Sumerian Proverbs*. University Museum, University of Pennsylvania.
- Gönder, Melike ve Akbulut, Gamze. (2017). Güncel Akdeniz Diyeti ve Potansiyel Sağlık Etkileri. *Türkiye Klinikleri Journal of Health Sciences*, 2(2), 110-120.
- Güldemir, Osman. (2014). Orta Asya'dan Cumhuriyet Dönemine Türk Mutfağındaki Yemeklerin Değişimi: Yazılı Kaynaklar Üzerinden Bir Değerlendirme. *VII. Lisansüstü Turizm Öğrencileri Araştırma Kongresi*, 346-358.
- Gürsoy, Deniz. (2014). *Deniz Gürsoy'un Gastronomi Tarihi, İstanbul*. Oğlak Yayıncılık ve Reklamcılık Ltd. Şti.
- Halıcı, Feyzi. (ed.), Yaman, Rennan.. (1986). Türk Mutfağının Yabancı Yemek Kültürlerine Kıyasla Farklılığı. *Birinci Milletlerarası Yemek Kongresi*, Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayını.
- Jones, Tom. B. and Snyder, John. W. (1961). *Sumerian Economic Texts From the 17lord Ur Dyllasty*, s. 135.
- Kara, Çiğdem. (2019). Pekmez, Bal ve Şeker Helvaya Statü Veren Tatlandırıcılar, *Süleyman Demirel Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 1(47), 74-88.
- Keys Ancel. (1995). Mediterranean Diet And Public Health: Personal Reflections, *The American Journal of Clinical Nutrition*, 61(6) s. 1321-1323.
- Kılıç, Sami ve Albayrak, Ali. (2012). İslamiyetten Önce Türklerde Yiyecek ve İçecekler, *Turkish Studies*, 7(2).
- Közleme, A. Olgun. (2013). Türk Mutfak Kültüründe Siyasi, Sosyal ve Dini Sembolizm. *Toplum Bilimleri Dergisi*, 7(14), 387-395.
- Kramer, S. Noah. (1990). *Tarih Sümer'de Başlar*. Çev. Muazzez İlmiye Çığ, Ankara: Türk Tarih Kurumu Yayınları.
- Kramer, Samuel. Noah. (2010). *The Sumerians: Their history, Culture, And Character*. University of Chicago Press.
- Landsberger, Benno., ve Tosun, Osman (2018). Sümerler, *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi*, 1(5).
- Legrain, Leon. (1937). *Business Documents of the Third Dynasty of Ur (Ur Excavations, Texts II.I)*
- Limet, Henri. (1987). *The Cuisine of Ancient Sumer, 1987, The American Schools of Oriental Research*, s. 132-147.
- Memiş, Emel, ve Ersoy, Yasemin. (2007). Geleneksel Gıda Muhafaza Yöntemleri, *ICANAS-38. Uluslararası Asya ve Kuzey Afrika Çalışmaları Kongresi*, 10-15.
- Oğuz, Burhan. (1976). *Türkiye Halkının Kültür Kökenleri*. İstanbul: İstanbul Matbaası.



- Ögel, Bahaeddin. (1981). *Türk Mutfağının Gelişmesi ve Türk Tarihi Gelenekleri Türk Mutfağı Sempozyumu ve Bildirileri*, 31 Ekim-1 Kasım 1981, A.Ü. Basımevi, 15-18, Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı MİFAD Yayınları: 41, Seminer Kongre ve Bildirileri Dizisi: 12.
- Öz Kiriş, Esmâ. (2017). Çiviyazılı Belgeler ve Arkeolojik Malzemeler Işığında Sümer Mutfağına Genel Bir Bakış. V. B. Yılmaz, ve S. Türkman içinde, *Ortadoğu'ya Bakış*, Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık Eğitim ve Danışmanlık Tic. Ltd. Şti. s. 1-19.
- Öz, Esmâ. (2016). Çiviyazılı Kaynaklar ve Arkeolojik Buluntular Işığında Mezopotamya'da Kral Sofraları ve Şölenler. *International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, s. 109-130.
- Potts, Daniel. (1984). On Salt and Salt Gathering in Ancient Mesopotamia. *Journal of the Economic and Social History of the Orient*, s. 225-271.
- Sandıkçıoğlu, Tahir. (2016). *Türk Mutfağının Tarihsel Gelişimi*, Alınmıştır: *Türk Mutfak Kültürü*. (Ed) Arkan, Dündar, Eskişehir Anadolu Üniversitesi Yayınları, 2-21.
- Solmaz, Y., ve Altuner, D. D. (2018). Türk Mutfak Kültürü ve Beslenme Alışkanlıkları Üzerine Bir Değerlendirme. *Safran Kültür ve Turizm Araştırmaları Dergisi*, 1(3), 108-124.
- Tezcan, Mahmut. (1982). Türklerde Yemek Yeme Alışkanlıkları ve Buna İlişkin Davranış Kalıpları. *Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri*, 31, 118.
- Toygâr Kamil (ed.), Tezcan Mahmut. (1994). Türk Mutfak Kültüründe Ekmekler ve Hamur İşî Yemekler. *Türk Mutfak Kültürü Üzerine Araştırmalar*, Ankara: Türk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları-14, ss. 78-85.
- Toygâr, Kamil. (1981). Değişen Türk Mutfağı. *Türk Mutfağı Sempozyumu Bildirileri*, 31 Ekim-1 Kasım, Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı MİFAD Yayınları.
- Willett, Walter, C., Sacks Frank, Trichopoulou Antonia., Drescher Greg., Ferro-Luzzi Anna, Helsing Elisabet., Dimitrios, Trichopoulos. (1995). Mediterranean Diet Pyramid: A Cultural Model For Healthy Eating. *The American journal of clinical nutrition*, 61:1402-1406.