

Mersin Yörük Tatlısı Koyu Bulamacın Türkiye’de Benzer Tarifleri ve Glutensiz Yapılması Üzerine Çalışmalar

Serpil Yalın Kaya¹

Meryem Güp²

Özet

Gluten hassasiyeti olan bireyler, dışarıda yemek yiyecekleri zaman çok büyük zorluklar yaşamaktadırlar ve bu sebeple restoran seçimlerinde oldukça titiz davranmak zorunda kalmaktadırlar. Bu kişiler, menülerde yer alan yiyeceklerin içeriklerine dikkat ederek, kendileri için uygun seçenekler bulmaya çalışırken, çoğu zaman sınırlı seçeneklerle karşı karşıya kalmaktadırlar. Özellikle çölyak hastalığı, diyabet, vejetaryenlik gibi beslenme engelleri bulunan bireyler için, bazı restoranlar özel menüler sunmaya başlamış olsa da, yöresel yemekler sunan yiyecek içecek işletmelerinin bu tür ihtiyaçlara karşılık vermesi yetersiz kalmaktadır. Yöresel mutfakların zenginliğinin ve sürdürülebilirliğinin korunması, aynı zamanda bu mutfakların gluten hassasiyeti olan bireyler için de erişilebilir hale getirilmesi oldukça önemli bir konu haline gelmiştir. Bu bağlamda, yöresel ürünlerin sadece belirli bir kesimin değil, herkesin ulaşabileceği şekilde üretilmesi gerektiği düşüncesiyle, gastronomi alanında bu tür engellere sahip bireyler için çözüm önerisi geliştirmek amaçlanmıştır. Bu çalışmada, özellikle gluten hassasiyeti bulunan bireylerin yöresel tatları deneyimleyebilmesi adına, Mersin’e ait yöresel tatlılardan biri olan ve halk arasında ‘üstünden dökme’, ‘oklava bulamacı’ olarak da söylenen ‘koyu bulamaç’ olarak bilinen bir yörük tatlısının Türkiye’de benzer tarifleri ve glutensiz yapılması hakkında yapılmış çalışmalar incelenmiştir. Derleme şeklinde olan bu çalışma kapsamında, bu tatlının farklı şehirlerdeki isimleri ve reçeleri araştırılarak bu tatlı ile karşılaştırılmıştır. Ayrıca, bu yöresel tatlının gluten hassasiyeti olan bireyler için de uygun hale getirilerek bu kişilerin geleneksel tatları güvenle tüketebilmesine yönelik çıkarımlarda bulunulmuştur.

- 1 Mersin University, Faculty of Tourism, Department of Gastronomy and Culinary Art, 33343, Mersin, Türkiye, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4762-596X>
- 2 Mersin University, Faculty of Tourism, Department of Gastronomy and Culinary Art, 33343, Mersin, Türkiye, ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-8801-7496>

Giriş

Tahıl ve çok fazla çeşitte tahıl ürünleri, dünyada çoğu insanın günlük karbonhidrat ve enerji ihtiyacının çoğunu karşılayan, temel beslenmesinde oldukça önemlidir. Glüten, özellikle buğday, arpa ve çavdar gibi tahıllarda bulunan bir protein olup, günümüzde çeşitli sağlık sorunlarıyla ilişkilendirildiğinden sıklıkla gündeme gelmektedir (Kutlu, 2019, s. 73). Glütenin tüketilmesiyle tetiklenen hastalıklardan bazıları çölyak hastalığı, buğday alerjisi ve çölyak dışı glüten duyarlılığıdır (intoleransı). Çölyak hastalığı, glütenle ilişkili proteinlerin alınmasıyla tetiklenebilen ince bağırsak mukozasının ilerleyici hasarıyla karakterize kronik bir ince bağırsak hastalığıdır (Yıldırım ve ark., 2018). Dünya nüfusunun yaklaşık %1’ini etkileyen çölyak hastalığı, tüm dünyada sık görülen kronik ve otoimmün bir hastalık olup, küresel bir sağlık sorunu denebilir. Günümüzde çölyak hastaları için tek tedavi yöntemi ömür boyu glutensiz beslenmedir (Özkaya & Özkaya, 2018). Hastalıkların yanı sıra son yıllarda internet ve sosyal medyanın etkisiyle insanların sağlıklı beslenme konusunda daha bilinçlenmesi, glütenin sağlık üzerindeki etkileriyle ilgili farkındalığın artmasına ve glutensiz beslenmenin yaygınlaşmasına yol açmıştır (Atik ve Atik, 2023, s. 2). Bu bağlamda tahıllar ve baklagiller; ucuz, protein açısından zengin ve ürünlere fonksiyonel özellikler kazandırdığı için glutensiz ürünlerde sıklıkla kullanılmaktadır (Yağdı ve Konuşkan, 202, s. 34). Glüten, buğday ununda bulunan ana yapı oluşturan proteindir ve glüten eksikliği, hamurun işlenmesinde zorluklara neden olur çünkü glüten, hamurda viskoelastik özellikler sağlayan protein-nişasta etkileşiminden sorumludur. Glutensiz ürünler genellikle glütenli benzerlerine göre daha düşük dokusal, teknolojik ve duyu kalite özelliklerine sahip olmaktadır (Yıldırım ve ark., 2018). Bu nedenle artan glutensiz ürün ihtiyacının karşılanmasında tüketicinin duyu kalite olarak kabul edebileceği çok çeşitli glutensiz ürünlerin geliştirilmesine hala ihtiyaç duyulmaktadır.

Bir yörenin ürünlerinin sahiplenilmesi ve tescillenmesi, o bölgeleri ön plana çıkaran ve tercih edilirliliğini arttıran önemli uygulamalardandır. Ülkemizin birçok bölgesi ve şehirleri zengin bir ürün çeşitliliğine sahiptir (Kasar vd, 2024, s. 566). Akdeniz Bölgesi’nde yer alan Mersin ili de mutfak kültürünün zenginliğinin yanı sıra, coğrafi işaret ile tescillenmiş birçok yemek, tatlı ve ürüne sahiptir (Eren ve Sezgin, 2017, s.165). Mersin mutfağında eski zamanlarda özel günlerde ikram edilmek üzere hazırlanan mamul, kerebiç ve cezerye gibi tescillenmiş tatlıların yanı sıra; mileytut, palıza ve karakuş tatlısı gibi pek çok geleneksel tatlı bulunmakta ve yaygın olarak tüketilmektedir (Özbek ve Güzeler, 2022, s. 320).

Yöresel yiyecekler, turizm ürünlerini geliştirip tanınırlığını güçlendirirken, turistler de bu ürünlerin gelişimi ve yayılması için önemli bir pazar oluşturmaktadır (Boyne, Hall ve Williams, 2003, s.134). Beslenme engelleri olanların yanı sıra sağlıklı beslenme ya da alternatif ürünleri tüketmek isteyen gastronomi turistleri, bu ürünlerin servis edildiği işletmeleri ziyaret etmek istemektedirler. Alternatif ürün geliştirilmesi ve ürün içeriklerinin eksiksiz bir şekilde müşterilerin görebileceği şekilde ilan edilmesi, çeşitli gıda alerjisi ile intoleransı olan kişiler için faydalı olacaktır (Alçay ve Ahmetoğlu, 2020, s. 139). Alternatif ürün geliştirilmesi ile ilgili literatür incelendiğinde, Cömert ve DurluÖzkaya (2014)'nın beslenme engelleri kapsamında vegan beslenmeyi değerlendirdikleri çalışmalarında vegan beslenmeyi tercih eden bireyler için sütsüz ve yumurtasız kek reçetesi ortaya koydukları görülmektedir.

Mersin'in yöresel yörük tatlısı olarak bilinen 'hamur tatlısı', 'üstünden dökme', 'oklava bulamacı' da denilen 'koyu bulamaç' ile ilgili alanyazında çok az bilgiye ulaşılmıştır. Ancak, farklı illerde malzeme bileşimi ya da yapılışı benzeyen ürünlerin yapıldığı ve farklı isimlerle anıldığı tespit edilmiştir. Bu çalışmanın amacı alanyazında yer alan Mersin mutfağındaki 'koyu bulamaç' ile ve Türkiye'nin farklı illerinde yapılan bezerleri ile ilgili bilgileri derlemek; birbirleriyle karşılaştırmaktır. Ayrıca genellikle buğday unuyla yapılan ve gluten içeren bu tatlının zorunlu ya da tercihen glutensiz tüketmek isteyenlere uygun olabilecek reçetelerin önerilmesi için buna dönük çalışmalar incelenmiştir.

2. Literatür Taraması

2.1. Glütensiz Ürün Geliştirme

Ribotta ve ark. (2004), soya fasulyesi ununun glutensiz ekmek kalitesi üzerindeki etkisi araştırmıştır. Elde ettikleri bulgulara göre soya fasulyesi, glutensiz ekmeğin hacmini ve yapısını geliştirmektedir. Allen ve Orfila (2018), çalışmalarında dört süpermarket web sitelerini kullanarak ekmek ve makarna ürünlerinin bulunabilirliğini, paket arkasında yazan besin bilgilerini ve içeriğini araştırdığında ürünlerin besinsel yeterliliği ve içeriği hakkındaki bilgilerin sınırlı olduğu ve bulunabilirlik açısından sorunlar yaşandığı sonucuna ulaşmışlardır. Ticari işletmelerin glutensiz ürünleri nadir üretmesi ve satılan glutensiz ürünlerin daha az çekici olması, ev yapımı ekmek gibi ürünlerin glutensiz diyetle daha büyük bir öneme sahip olmasında etkilidir (Rybicka ve ark., 2019, s. 2661). Bu düşünceden hareketle Rybicka ve ark. (2019) çalışmalarında dört kolay glutensiz ekmek tarifine değinmiş, besin özelliklerini incelemiş, maliyetlerini hesaplamış, tüketici kabulünü sunmuşlardır.

Alvarez ve ark. (2010) çalışmasında, glütensiz ekmeklerde potansiyel sağlıklı ve yüksek kaliteli bileşenler olarak yalancı tahıl olarak adlandırılan amarant, kinoa ve karabuğdayın fırınlama özellikleri araştırılmıştır. Elde edilen sonuçlarda kontrol grubu ile oluşturulan grupların (amarant, kinoa ve karabuğday) arasında önemli bir fark gözlemlenmediği için yalancı tahıl unlarının ekmeğin üretiminde kullanılabileceği sonucuna ulaşılmıştır. Bir diğer çalışmada ise Hayıt ve Gül (2019) farklı oranlarda (%5,10,20 ve %30) kinoa unu içeren ve kısmi olarak pişirilip, dondurma yöntemi kullanılarak üretilen glütensiz ekmeklerin 0, 5, 10, 15, 30, 45 gün depolanması sonrasında kimyasal, fiziksel, duyu kalite değerlerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Duyusal analiz değerlendirme sonuçlarına göre; kinoa un ilavesi ile kısmi pişirilip dondurulan glütensiz ekmeklerin depolanma işlemleri açısından kabul edilebilirliği olumlu yönde etkilemiş, kinoa ununun %30 oranına kadar karışıma ilave edilmesinin uygun olduğu ve glütensiz ekmeklerin 45 güne kadar kısmi pişirilerek dondurulup depolanabileceği tespit edilmiştir. Mutlu ve ark. (2019) çalışmalarında tahıl benzeri ürünlerden olan çiya, amarant, kinoa ve karabuğdayı glütensiz kek üretiminde kullanılabilişliğini araştırmış ve tahıl benzeri bu ürünlerin glütensiz keklerin üzerindeki etkilerini belirlemeyi amaçlamıştır. Bu amaçla dört farklı kek unu karışımı hazırlanmıştır; mısır (%45) ve pirinç (%45) nişastasına ek olarak öğütülmüş tahıl benzeri ürünler (%10) kullanılarak hazırlanmıştır. Yapılan keklerin duyu kalite, kimyasal ve fiziksel testler sonucunda glütensiz keklerin çeşitlendirilmesine alternatif olarak tahıl benzeri ürünlerin kullanılabileceğine; tahıl benzeri ürünler arasında olan çiya tohumunun duyu kalite ve yüksek antioksidan özellikleri açısından öne çıktığı sonucuna ulaşılmıştır.

Barişık ve Tavman (2018)’ın yaptığı çalışmada ise farklı oranlarda nohut unu kullanımının pirinç bazlı glütensiz üretilen ekmeklerin kalite özellikleri üzerindeki etkisi incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda, glütensiz ekmek üretiminde kullanılan nohut unu miktarındaki artışın, ekmek özgül hacim ve pişme kaybını azaltırken besin değerlerini arttırdığı ve aynı zamanda nohut unu miktarı ile depolama süresinin artışı ile paralel olarak sertlik değerlerinin de yükseldiği gözlemlenmiştir. Şahin ve ark. (2022), çalışmalarında atık veya değersiz bir ürün olarak görülen kırık leblebinin unu kullanılarak glütensiz ekmek üretilmesi amaçlanmıştır. Çalışmada ticari glütensiz un karışımına %10, 20, 30, 40, 50, 60 oranlarında kırık leblebi unu eklenmiştir. Yapılan ekmeklerin değerlendirilmeleri sonucunda kırık leblebi ununun glütensiz ekmek üretiminde kullanılabileceği belirlenmiş olup, diğer glütensiz ürünlerin yapımında da kırık leblebi ununun kullanılabileceği sonucuna ulaşılmıştır. Taşkın (2019) çalışmasında maş fasulyesinin fiziksel, kimyasal ve fonksiyonel özelliklerini derlemiştir. Besinsel içeriğinin yüksek olması, üstün fonksiyonel

özelliklere sahip olması, antioksidan kapasitesi ve iyi sindirilebilme gibi nitelikleri bakımından maş fasulyesi glüten intoleransı olan bireyler için glütensiz gıdalarda kullanılma potansiyeli oldukça yüksektir.

Şahan (2022), çalışmasında glütensiz kek üretiminde bamya tohumu ununa; %15, %30 ve %45 oranlarında pirinç unu ilave edilmiştir. Keklere fonksiyonel özellikler kazandırılması, glüten intoleransı olan bireylerin alternatif olarak tüketebileceği bir ürün elde edilmesi amaçlanmıştır. Üretilen keklerin kimyasal, fiziksel ve duyuşal özellikleri araştırılmış, değerlendirmeler sonucunda bamya tohumu ununun %30 oranına kadar eklenmesinin duyuşal olarak kabul edilebilir olduğu belirtilmiştir. Ceylan ve Muştı (2021), çalışmasında buğday unu yerine keçiyoynuzu unu kullanarak glütensiz kurabiye tarifi geliştirmeyi amaçlamıştır. Bu amaç doğrultusunda kurabiyeler geliştirilmiş, duyuşal değerlendirmeler yapılmıştır. Çalışmada fındık unu ile ikame edilen keçiyoynuzu ununun, glüten intoleransı olan hastaların diyetlerinde tüketilebileceği, glütensiz kurabiye üretiminde alternatif bir seçenek olacağı sonucuna ulaşılmıştır.

Sürdürülebilirlik ve atıkların değerlendirilmesi adına yapılan bir çalışmada Çelik (2021), atık olan karpuz kabuğunun toz hale getirilmesi ile pirinç unundan yapılan keke %7, %14, %21, %28 oranlarında un eklenerek glütensiz kek üretmeyi ve üretilen kekin fonksiyonel özelliklerini geliştirmeyi amaçlamıştır. Yapılan çalışmanın sonucunda fiziksel, kimyasal ve duyuşal özellikler açısından değerlendirmeler yapılmış, pirinç unundan yapılan kontrol keki ile glütensiz üretilen kekler karşılaştırılmıştır. Elde edilen bulgulara göre %7 ve %14 oranında ilave edilen karpuz kabuğu tozu unu duyuşal değerlendirme sonucunda; iç renk, dış renk, koku, çiğnenebilirlik gibi özellikleri bakımından panelistler tarafından en fazla beğeniyi almıştır. Bir başka çalışmada ise Şırmaz ve Gerçekaslan (2022), glütensiz kek üretmek için pirinç unu yerine çekirdeklik kabak unu kullanılmış ve kullanılan unun kek kalitesi üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Bu amaçla pirinç unu yerine %5, %10, %20 ve %40 oranlarında kabak unları eklenen glütensiz kekler üretilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonucunda atık olarak görülen çekirdeklik kabakların glütensiz kek üretiminde kullanılabileceği; kabağa özgü olan koku ve tadın ise hissedilmeyeceği oranın %10 olduğu tespit edilmiştir.

2.2. Glütensiz Geliştirilen Tatlılar

Yıldız ve Bulut (2016) çalışmalarında ülkemizde yaygın olarak tüketilen tulumba tatlısının önündeki beslenme engellerini ortadan kaldırabilmek adına mısır unu, pirinç unu, karabuğday unu ve patates nişastası kullanarak

glütensiz tulumba tatlıları üretmişlerdir. Katılan 14 panelistin duyuusal değerlendirme sonuçlarına görünüm ve lezzet açısından beğenme dereceleri hedonik skala kullanılarak belirlenmiştir; glütensiz olarak üretilen karabuğday unlu tulumba tatlısı kontrol grubunda kullanılan tatlıdan daha yüksek puanlar almıştır. Kuzumoğlu (2020), çalışmasında içilebilir nitelikte su, sitrik asit tuz, mısır nişastası, pirinç unu, katı yağ, yumurta, guar ve ksantan gam, patates unu; leblebi unu ve 3 farklı çeşit çekirdek tozlarını (üzüm çekirdeği tozu, kavun çekirdeği tozu ve nar çekirdeği tozu) kullanarak glütensiz tulumba tatlısı üretmeyi amaçlamıştır. Üretilen glütensiz tatlıların fiziksel, kimyasal, yapısal ve duyuusal kalite özellikleri değerlendirilmiştir. 27 kadın ve 23 erkek panelistten renk, koku, gözenek yapısı, kırılgeanlık, çiğnenebilirlik, lezzet ve genel beğeni özelliklerini 1(aşırı kötü) -7 (mükemmel) aralığında değerlendirmeleri istenilmiştir. Duyusal değerlendirme sonucunda genel beğeni açısından en beğenilen tatlılar; leblebi tozu ilaveli glütensiz tulumba tatlısı 6.14 puan, nar çekirdeği tozu ilaveli glütensiz tulumba tatlısı ise 6 puan almıştır. Diğer bir çalışmada ise Çelik ve Kuzumoğlu (2020), pirinç unu, mısır nişastası, patates unu, guar ve ksantan gam, yaş maya, tuzsuz katı yağ, şeker, tuz kullanarak hazırlanan kontrol grubundan ayrıyeten patates unu yerine üzüm çekirdeği tozu, kavun çekirdeği tozu ve keten unu eklenerek 3 farklı glütensiz lokma tatlısı üretmişlerdir. Glütensiz üretilen lokma tatlılarının fiziksel, kimyasal ve duyuusal özellikleri belirlenmiştir. 21 kadın ve 11 erkek panelistten hedonik skala kullanarak renk, koku, gözenek, yapısı, çiğnenebilirlik, lezzet ve genel beğeni açısından 1(çok kötü) - 7(mükemmel) arasında puan vermeleri istenmiştir. Duyusal analiz sonuçlarına göre en yüksek genel beğeni puanını 5,28 puan ile glütensiz olarak üretilen üzüm çekirdeği tozu ilave edilen lokma tatlısı almıştır.

Kavrut (2015), ise yaptığı çalışmada kontrol grubunda buğday unu kullanırken, glütensiz revani üretiminde 3 farklı un (karabuğday unu, pirinç unu ve kestane unu) kullanarak glütensiz revaniler üretmiştir. Gıda Mühendisliği Bölümü öğretim elemanlarından oluşan 14 kişilik panelistler renk, koku, tat, aroma, ağızda bıraktığı his, dilim büyüklüğü ve genel beğeni açısından hedonik skala kullanarak 1 (son derece kötü)- 9 (son derece iyi) puan aralığında değerlendirmişlerdir. Duyusal değerlendirme sonucunda genel beğeni puanı yüksekten düşüğe doğru sırasıyla; kontrol grubu (7,250), pirinç unlu (6,892), kestane unlu (6,607) ve karabuğday unlu (5,357) revani olmuştur. İrmğin içerisinde bulunan glütenden dolayı, glütensiz revani üretimi üzerine yapılan bir diğer çalışma da ise Yıldırım ve ark. (2018) tarafından mısır unu, pirinç unu, patates unu, mısır nişastası kullanılarak glütensiz revaniler yapılmış ve soya proteini, bezelye proteini enzimleri ile reçeteler geliştirilmiştir. Ürünler hakkında bilgisi olan 6 kadın ve 4 erkekten

oluşan 10 kişilik panelistler tarafından renk, görünüm, kabarma oranı, gözenek yapısı, sertlik ve lezzet açısından hedonik skala kullanarak 1 (çok kötü)- 9 (çok iyi) puan aralığında değerlendirilmiştir. Duyusal değerlendirme sonuçlarına bakıldığında %62,5 mısır unu ve %37,5 pirinç ununun beraber kullandığı örnek en yüksek beğeniyi almış ve glutensiz revani üretiminde kullanılabilirliği kanıtlanmıştır.

Gül ve ark. (2024), çalışmalarında glutensiz dondurma külahı üretiminde kullanılmak üzere besin ve duyuşal özellikleri açısından çilek tozu ile zenginleştirilmiş glutensiz gofret yaprakları geliştirip, üretmeyi amaçlamışlardır. Mısır ve pirinç unu, mısır ve patates nişastasından oluşan glutensiz un karışımı, belirlenen hedefe ulaşmak için farklı oranlarda (%0, %10, %20 ve %30) çilek tozu eklenerek zenginleştirilmiştir. 10 adet yarı eğitimli panelistlerden, renk, yüzey görünümü, çiğnenebilirlik, koku ve tat açısından değerlendirmeleri ve 1 (çok kötü)- 5 (çok iyi) aralığında puan vermeleri istenmiştir. Değerlendirme sonuçları, %30 çilek tozu dahil etmenin gerekli olduğunu bu bağlamda glutensiz gofret yapraklarının üretebileceğini göstermiştir. Bissar (2021), çalışmasında makaron bisküvisi üretebilmek için keçiyoynuzu tozu ve sorgum unu, keçiyoynuzu tohumu, keçiyoynuzu pekmezi, badem tozu kullanmıştır. 4 farklı oranlarda keçiyoynuzu tozu (%0, %5, %10, %15) eklenerek bisküviler üretilmiş ve üretilen bisküvilerin bazı kimyasal ve duyuşal özellikleri değerlendirilmiştir. Örneklerin duyuşal analizi deneyimli 10 panelist tarafından renk, koku, tat, lezzet, tekstür ve gevreklik açısından hedonik test yöntemiyle yapılmış 1 (çok kötü)- 5 (çok iyi) puan aralığında değerlendirilmiştir. Duyusal değerlendirme sonucunda %5 oranında keçiyoynuzu tozu ilave edilerek üretilen makaronlar diğer makaronlara göre genel olarak daha yüksek puanı almıştır. Elde edilen bulgulardan hareketle glutensiz bisküvi üretiminde kullanılan keçiyoynuzu tozu üretilen ürünün hem besleyicilik özelliklerini hem de biyoaktif özelliklerini arttırmıştır.

2.3. Glutensiz Yöresel Ürün Geliştirme

Kasar ve ark. (2024), çalışmasında Gaziantep yöresinin sıklıkla tükettiği, coğrafi işaret ile tescillenmiş şekerli böreğin glutensiz bir şekilde üretilmesi amaçlamıştır. Bu amaç doğrultusunda buğday yerine mısır unu, karabuğday unu, keçiyoynuzu ve pirinç unu kullanılmış ve ayrıca buğday unu ile kontrol örneği olacak şekerli börek hazırlanmıştır. 12 adet yarı eğitimli panelistler; renk, tat, koku, yumuşaklık, çiğneme özelliği ve genel beğeni açısından 1 (çok kötü)- 5 (çok iyi) puan aralığında duyuşal olarak değerlendirmişlerdir. Değerlendirme sonuçlarına göre genel beğeni açısından en beğenilen 4,45 puan alan buğday unundan yapılan kontrol böreği olurken glutensiz olarak

üretilen börekler arasında en beğenilen ise 3,95 puan alan pirinç unundan yapılan börek olmuştur.

Bir diğer çalışmada ise Demiryürek ve Madenci (2022) Konya mutfak kültürüne özgü tatlılardan olan hoşmerimin glütensiz olarak üretilmesini amaçlamışlardır. Besinsel özellikleri arttırabilmek ve yöresel ürüne sadık kalabilmek adına buğday unu yerine; badem unu, kestane unu ve Hindistan cevizi unu kullanarak çeşitli hoşmerimler hazırlamıştır. Hazırlanan hoşmerim örnekleri 21 panelist tarafından iki tekerrürlü olacak şekilde renk, tat, koku, kıvam, görünüş ve genel beğeni açısından 1 (çok kötü)- 5(çok iyi) puan aralığında değerlendirilmiştir. Duyusal değerlendirme analizleri sonucunda buğday unu (3,65) ile hazırlanan kontrol grubunun yanı sıra genel beğenisi en yüksek olan badem unu (3,88) ile hazırlanan glütensiz hoşmerim tatlısı olmuştur. Konya’nın bir diğer geleneksel olarak üretilen ve tüketilen yiyeceklerinden, Konya tandır ekmeğini Büyükzeren (2019) çalışmasında ele almıştır. Tandır ekmeğinin glütensiz olarak üretilmesinde, glütensiz gıdalar pazarına yeni bir ürün eklemek ve geleneksel ürünlerin bu pazarda tanınırlığını arttırmak hedeflenmiştir. Bu amaç doğrultusunda glütensiz tandır ekmeği üretimi için üç farklı baklagil unu (nohut unu, fasulye unu ve soya unu) kullanılmıştır. 10 panelist tarafından tandır ekmeği örnekleri renk, koku, tat yumuşaklık, çiğnenebilirlik ve genel beğeni açısından 1-5 puan aralığındaki skala kullanılmıştır. Duyusal değerlendirme sonucuna nohut ununun kullanılması daha olumlu etkiler yaratırken fasulye ununun kullanılması olumsuz etkiler yaratabileceğini ortaya konulmuştur.

Şimsek ve ark. (2020), Türk mutfağına ait kazandibi tatlısını çölyak hastaları ve veganların tüketebileceği bir şekilde üretilmesini amaçlamışlardır. Hindistan cevizi sütü ve pirinç unu kullanarak hazırlanan kazandibi tatlıları çölyak hastaları ve veganların tüketebileceği bir tarif haline getirilmiş; bu amaç doğrultusunda hem evde yapabilecekleri hem de ticari amaç doğrultusunda üretilebilecek 4 farklı kazandibi standart reçetesi hazırlanmıştır. Duyusal analiz eğitimi almış 8 panelist ve 85 tüketici araştırma örneklemini oluşturmuş; ürün görünümü, kokusu, dokusu, lezzeti ve genel beğeni düzeyleri 5’li beğeni ölçeği ile değerlendirmişlerdir. Geliştirilen reçeteler panelistler tarafından beğenilmiş, genel beğeni açısından en yüksek puanı T4 (4,208) örneği almıştır. Tüketiciler hazırlanan kazandibi tatlılarını beğenmişler ve standart reçete beraberinde hazırlanan ürünleri satın alma konusunda istekli olduklarını belirtmişlerdir.

2.4. Koyu Bulamacın Farklı Bölgelerdeki Adı ve Yapılan Çalışmalar

Çeşitli şekillerde hazırlanan ancak ana bileşiminde un, su, tuz olan karışımların içerisinde şeker, bal veya pekmez karıştırılarak yapılan tatlılara hamur tatlıları denilmektedir (Ercelep ve Akdemir, 2022, s. 553). Türkiye'nin çeşitli bölgeleri ve yörelerinde hamur tatlısı türleri de yer almakta olup, henüz adı duyulmamış tatlıların da var olduğu düşünülmektedir (Güner ve Yaman, 2023, s.120). Geçmişten günümüze pekmez ve bal yiyeceklerin tatlandırılmasında kullanılmıştır. Yapılan tarifler ve kullanılan malzemeler değişse de genel olarak ana bileşenler un, pekmez, tereyağı olan yöresel hamur tatlıları bulunmakta ve yöreden yöreye isimleri ve tarifleri değişmektedir (Akın ve ark., 2015, s. 43).

Bektarım (2020), çalışmasında Mersin'de yaşayan yörüklerin mutfak kültürünü incelemiştir. Katılımcılardan elde edilen bilgilere göre tereyağın kavrulup hamurun üzerine pekmezi gezdirdikleri tatlıya 'koyu bulamaç' demişlerdir. Bir başka katılımcı ise tereyağıyla pekmezi kaynatıp üzerine pul biber döktüğünü ve bunu kışları sıcak tutsun diye kahvaltıda tükettiğini söylemiştir. Sarıkeçili yörüklerinin %53,3'ü ise lohusa kadınların ağrılarını biraz olsun dindirebilmek için kaynarca (tereyağı ve pekmezin pişirilip içerisinde çeşitli baharatlar eklenen bir tür içecek) yaptıklarını belirtmiştir. Yine aynı şekilde Sarıkeçili yörüklerinin en fazla pekmezli tatlıları (pekmez helvası, pekmezli/koyu bulamaç gibi) tükettikleri bulgulanmıştır.

Mersin yöresinde 'koyu bulamaç' olarak adlandırılan tatlı Çorum, Kastamonu, Ankara ve Bolu illerinde 'malak' olarak adlandırılan bir çeşit hamur tatlısıdır (Kaya ve Yaman, 2021: 75). Şahin (2019)'in çalışmasında gastronomi turizmi açısından Çorum mutfağını ele almış ve yöresel mutfak ürünlerinden Malak (gebil/pıhtı) tatlısının Kargı ve Uğurludağ ilçelerinde bilinen bir tatlı olduğunu belirtmektedir. Malak tatlısı; un, su, tuz kullanarak hamur formunda lezzetlendirilerek ortaya konulan sade bir üründür, Çorum'da malak (gebil, pıhtı) isminde anılan tatlı pekmez ve tereyağı ile servis edilmektedir (Duman ve ark.,2021, s.1323-1324). Sezer (2017) ise çalışmasında Kastamonu'nun Taşköprü ilçesinde kültür turizmi açısından değerlendirilebilecek unsurları incelemiş ve yöresel yiyecekler arasında malak hamuruna da değinmiştir. Çam ve Çılğinoğlu (2021), çalışmasında Kastamonu mutfağını yemek gruplarına ayırmış ve malak tatlısını Cide ilçesinde yapılan bir tatlı olarak gruplandırmıştır. Günümüzde tereyağ ile bal veya pekmezin birlikte tüketilme alışkanlığı geçmişten günümüze ileri geldiği düşünülmektedir. Malzeme bileşimi olarak bal veya pekmezin kullandığı tariflere bakıldığında malak tatlısı; un, su, tereyağı, ceviz ve pekmez

kullanarak yapılmaktadır. Tencereye konulan su ve tereyağı kaynamaya bırakılır, kaynayan suyun içerisine azar azar un eklenir ve oklava yardımı ile hızlıca karıştırılır, un tamamıyla ilave edildikten sonra topaklanmaması için karıştırmaya devam edilerek pişirilmektedir. Ardından kaşıkla lokmalık parçalar alınıp tepsiye bir sıra hamur, bir sıra ceviz serpilir ve hamur bitene kadar işlem sürdürülür. Son olarak üzerine bolca pekmez gezdirilip, kızdırılan tereyağı da üzerine dökülür (Bakkaloğlu, 2023, s. 588; Şensoy ve Tiritoğlu, 2018, s. 217). Ankara ilinin Kahramankazan ilçesinde, yöre halkının gündelik hayatta hazırladığı tatlıların içerisinde ‘corkalak’ olarak adlandırılan diğer bölgelerde malak hamuru olarak anılan tatlı bulunmaktadır (Güner ve Yaman, 2023, s.120). Çalık ve ark. (2015), Ankara’nın Nallıhan ilçesini turizm açısından incelemişlerdir. Nallıhan’da yapılan geleneksel yemek isimleri içerisinde karma malak olarak da anılan malak yemeği geçmektedir. Öztürk (2008) ise çalışmasında bazı yörelerde malak tatlısı olarak bilinen tatlının tarif açısından ufak farklılıklar gösterse de Bolu yöresinde kedi batmaz olarak adlandırıldığına değinmiş ve yapımında süt, mısır unu, buğday unu karıştırılarak yapıldığını belirtmiştir. Yiğit ve Yiğit (2020) Bolu mutfağının yöresel yemeklerini araştırmış ve yöreye özgü tatlılardan kedibatmaza değinmiştir. Kedi batmaz; un, su ve tuz kullanarak hazırlanan hamurun parçalara ayrılarak kaynayan suya atılıp tahta kaşık yardımı ile hızla karıştırılarak pişirilip, üzerine eritilmiş tereyağının içerisinde rendelenmiş keşin eklenmesi ile hazırlandığını belirtmiştir. Özdemir ve Çelebi (2021), Bolu’da bulunan yiyecek içecek ve otel işletmelerinde yöresel ürünlerin nasıl ve ne kadar sunulduğunu, sunulan ürünlerin ise turistlerin beklentilerini ne derece karşılayıp karşılayamadığını incelemiştir. Hamur işlerini içeren bazı yemek ve kedi batmaz gibi tatlıların işletmelerin menüsünde yer almaması misafirlerin menüde yemeği veya tatlıyı görme ve deneyimleme olanağını ortadan kaldırdığı sonucuna ulaşılmıştır.

Acar (2013) yaptığı çalışmasında Kocaeli’nin Kandıra ilçesi ağzında var olan kelimelerin farklı anlamları açıklamıştır. Malak kelimesi; kaynayan suyun içerisine mısır veya buğday ununun yavaşça ilave edilip karıştırılıp hamur kıvamına geldiğinde çıkartılıp geniş bir kapta bastırılıp şekillendirilmesi ile çoğunlukla tuzlu bazen de tatlı çeşitleri yapılan bir yemektir. Taşkın ve Aydın (2022), çalışmasında Batı Karadeniz’de yer alan Karabük iline bağlı Ovacık ilçesindeki somut olmayan kültürel miras unsurlarını turizm sektörü açısından değerlendirmiştir. Elde ettiği bulgulara Boyalı ve Boduroğlu köylerinde en yaygın yemekler ‘malak’ ve ‘çullu börek’tir. Malak yapımı için, buğday unu kaynayan suda pişirilir, kaşık yardımı ile kesilip tepsiye dizilir, üzerine bal ya da pekmez dökülür, üzerine kızgın tereyağı gezdirilir. Güven (2022), çalışmasında Amasra mutfağında hamur ile yapılan yemekler arasında sıkıkmık

ve mamalika isimli iki yemek çeşidine değinmiştir. Mamalika yapımında mısır unu, tuz ve yağ kavruarak hamur yapılır, kaynayan suya küçük parçalar halinde hamurlar atılarak pişirilir ve servise hazırlanır. Doğu Anadolu bölgesinde yer alan bazı şehirlerde ‘hesida’, ‘hasude’ ve ‘hasıta’ gibi adlarla anılan tatlı Bingöl’de ise ‘maliyez’ olarak bilinmekte olup Irmak (2019)’da çalışmasında tatlının yapılışına değinmiştir. Un ve pekmez kullanılan tatlı genellikle kış mevsiminde tüketilmekte, doğum yapan kadınlara bebeğe süt olması için yedirilmektedir. Pekmez ile un karıştırılarak bulamaç haline getirilir, hazırlanan bu bulamacın üzerine tavada eritilmiş tereyağı gezdirilir. Doğu Anadolu Bölgesinin bir diğer şehirlerinden olan Van ilini Yıldırım ve Yılmaz (2023), çalışmalarında mutfak kültürü açısından incelemiştir. Elde edilen bulgura göre malzeme bileşimi olarak koyu bulamaca benzeyen asude tatlısına değinilmiştir. Yapım aşamasında ise; şekerli su, pekmez, un ile bulamaç kıvamına getirilir ve kavrulan yağın içerisine ceviz ilave edilip, yağın salana kadar kavrulup, servis edilir.

Tablo 1. Türkiye’de Koyu Bulamacın Farklı Bölgelerdeki Adı, İçerik ve Tarifleri

Şehir	Tatlı Adı	Malzemeler	Tarif	Kaynak
Mersin	Koyu bulamaç	Un, su, tuz, tereyağı, pekmez, kırmızıbiber.	Tencerede kaynayan sıcak suyun içerisine un eklenir ve hamur olana kadar oklava ile karıştırılır. Tereyağı, pekmez ve kırmızıbiber ayrı bir kapta kaynatılır. Tabaklara alınan hamurun üzerine pekmezli sos gezdirilir.	Bektarım, 2020, s.76
Çorum	Malak (gebil/ pıhtı)	Un, su, tuz, pekmez, tereyağı.	Tencerede un, su, tuz kullanarak hamur hazırlanır. Pekmez ve tereyağı ile servis edilmektedir.	Duman ve ark., 2021, s. 1324; Şahin, 2019, s. 1694
Bolu	Kedibatmaz	Süt, mısır unu, buğday unu, tereyağı, keş.	Un, su, süt ve tuz kullanarak hazırlanan hamurun parçalanarak kaynayan suya atılıp, tahta kaşık ile hızlı karıştırarak pişirilmektedir. Üzerine eritilmiş tereyağın içerisine rendelenmiş keş (yağı alınmış peynir) eklenir.	Yiğit ve Yiğit, 2020, s. 18
Kocaeli	Malak	Mısır unu veya buğday unu, su.	Kaynayan suyun içerisine mısır veya buğday unu yavaşça eklenip hamur kıvamına gelene kadar karıştırılır. Oluşan hamur geniş bir kaba alınıp üzerine bastırılarak şekil verilir.	Acar, 2013, s. 378

Karabük	Malak hamuru	Buğday unu, su, bal veya pekmez, tereyağı.	Buğday unu kaynayan suda pişirilir, kaşık yardımı ile kesilip tepsiye dizilir, üzerine bal veya pekmez dökülür, kızgın tereyağı gezdirilir.	Deniz ve Aydın, 2022, s. 346
Amasra	Mamalika	Mısır unu, tuz, tereyağı, su.	Mısır unu, tuz, tereyağı, kavrularak hamur yapılır. Sonra kaynayan suya küçük parçalar halinde hamur atılarak pişirilir.	Güven, 2022, s. 164
Bingöl	Haşide/ Maliyez	Pekmez, un, tereyağı.	Pekmez ile un karıştırılarak bulamaç haline getirilir. Hazırlanan bulamacın üzerine tavada eritilmiş tereyağı gezdirilir.	Irmak, 2019, s. 142
Van	Asude	Su, şeker, pekmez, un, tereyağı, ceviz.	Şekerli su, pekmez, un ile bulamaç kıvamına getirilir ve içerisine tereyağı ile ceviz eklenir yağın salana kavrulur.	Yıldırım ve Yılmaz, 2023, s. 86

2.5. Malzeme Bileşimi Olarak Koyu Bulamaca Benzeyen Yöresel Hamur Tatlıları

Güneydoğu Anadolu Bölgesi’nde yer alan Mardin’i Demircan ve ark. (2022), çalışmalarında şehrin somut olmayan kültürel varlıklarına değinmiş ve bu kültürel varlıkların yöre halkının gelir kaynağına olan etkisi araştırmıştır. Yapılan araştırmada Mardin’in yöresel yiyecekleri arasında malzeme bileşimi bakımından (pekmez, un, tereyağı) koyu bulamaca benzeyen Davk-ıl May tatlısına değinilmiştir. Davk-ıl May tatsının yapımında un, bal, tereyağı, pekmez, ceviz ve şeker kullanılmaktadır. Harire tatlısı un, su, pekmez ve ceviz ile yapılırken; pekmezli helva ise pekmez, tereyağı, un kavrularak yapılmaktadır. Bir diğer çalışmada ise Çiftçiabaşı ve Yılmaz (2022), Süryanilerin mutfak kültürü araştırılmış; çalışma için Süryanilerin zaman içerisinde yaşadıkları Mardin kenti seçilmiştir. Elde edilen verilere göre temel gıdalardan yapılan yemekler arasında bulamaç ve harire tatlısı da bulunmaktadır. Özdoğan ve ark. (2018) çalışmalarında pekmez ve undan yapılan, içerisinde kullanılan malzeme bileşimi olarak Mersin’de koyu bulamaç olarak anılan ve yapılan tatlıya benzeyen kesme tatlısına değinmişlerdir. Kesme tatlısı; pekmez sırası kaynatılıp, köpüğü alındıktan sonra leğenlere dökülüp soğutulur, içerisine un eklenip kaynatılır, bir gece bekletilip kesilip una bulanarak damda kurutulur, kuruduktan sonra ceviz ve badem ile beraber tüketilir.

Türkiye’de birçok yörede ‘mamalika’ diye anılan yemeğin her yörede ismi, tarifleri ve yapılış şekilleri farklıdır. Karadeniz bölgesinde çok sık yapılan mamalika yemeğinin mutfak kültürümüzde önemli bir yere sahip olduğu, kültürel bir miras olarak günümüze kadar geldiği ayrıca Tatar, Romanya ve Rusya’da da yapıldığı bilinmektedir (Erbil, 2019: 27). Mutfak kültürünün sürdürülmesinde yöresel yiyeceklerin menülerde yer alma düzeyini inceleyen Kargiglioğlu ve Ayyıldız (2018)’ın çalışmasında Sinop ilinin mutfak kültürünün sürdürülebilirliği ele alınmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşme sonucunda katılımcılardan elde edilen verilere göre Sinop’a özgü yemekler arasında hasuda ve pekmezli un helvası yer almaktadır. Kızıldemir (2020), isimli çalışmasında geçmişten günümüze kadar farklı medeniyetlere ev sahipliği yapan ve zengin bir kültüre sahip olan Edirne ilinin mutfak kültürü incelemiştir. Çalışma kapsamında Edirne mutfağında hamur işleri kategorisindeki kaçamak isimli yemeği tereyağı, un, su, pekmez gibi ana bileşenleri içerirken; mamalika ise mısır unu, su, yumurta, tereyağı, pekmez içermektedir. Elde edilen bir diğer bulgulara göre yöreye özgü birden fazla çeşitte tatlının olduğu görülmektedir; yapılışında tereyağı, un, su, bal veya pekmez gibi bileşenleri içeren un helvası da buna örnek olarak gösterebilmektedir.

Yavaş (2016)’ın çalışmasında İç Anadolu Bölgesi’nde kullanılan terimler araştırılmış yapımında pekmez, un ve tereyağı kullanılan birçok tatlı ismine değinilmiştir. Elde edilen bulgulara göre Aside; yağ ve una pekmez karıştırılarak yapılan bir çeşit helvadır. Dolaz; yağsız bulamaç, yağda kavrulmuş unun üzerine pekmez dökülerek yapılan bir çeşit un helvasıdır. Göllü; pekmez ile unu karıştırıp, üzerine yağ dökülerek yapılan bir çeşit tatlıdır. Halveter ise pekmez ve un ile yapılan helva olarak tanımlanmıştır. Aslan ve ark. (2014), çalışmasında Nevşehir’in yöresel yemek kültürünün, bölgenin markalaşmasına olan katkısını incelemişlerdir. Elde edilen bulgulara göre bilinen ve menülerde yer alan yöresel yemekler kategorisinde pekmez ve undan yapılan ‘haside’ ve ‘dolaz’ tatlısı bulunmaktadır. Arman ve Ören (2020) ise Anadolu mutfak kültürü kapsamında mısır unu içeren unutulmaya yüz tutmuş yemekleri açığa çıkartmayı ve yemeklerin sürdürülebilirliğini sağlamayı amaçlamıştır. Elde edilen bulgulara göre Anadolu kültüründe mamalika ve kaçamak tatlısının özel günlerde, bayram sabahında, bir araya gelinen tüm zamanlarda yapıldığı söylenirken bir başka kişiler özel gün olmasına gerek olmadığını, canın her çekmesinde evde bol miktarda olan tereyağı ve un ile kolayca yapılabileceği yorumunu yapmıştır. Katılımcılar; içeriğinde mısır unu, su, tuz, tereyağı, toz biber ve pekmez bulunan tatlının yapımını annelerinden öğrendiklerine ve annelerinin daha lezzetli ve güzel yaptıklarına değinmişlerdir. Yozgat ve yöresinin ise

yemek ve tatlı sürdürülebilirliğini Korkmaz ve Tekman (2021) incelemiş ve Çorum yöresinin malak, Mersin yöresinin koyu bulamaç olarak adlandırdığı tatlıya malzeme bileşimi olarak benzeyen ‘hasıta/hasuta/gebil’ adlı tatlıdan bahsedilmiş ve çalışmalarında Yozgat mutfağının sürdürülebilirliği hakkında önerilerde bulunmuştur. Ekincek (2022), çalışmasında Bilecik iline bağlı Yenipazar ilçesinin yöresel yemeklerinin belirlenerek yazılı hale getirilmesini amaçlamıştır. Yukarıboğaz Köyü malak yemeğini; tuzlu suyun kaynatılıp içerisine un yavaş yavaş un ilave edilmesi olarak tanımlarken, Kuşça Köyü’nde ise boş hamurun haşhaşlı veya keşli tüketilmesi mantıya benzetilmiştir.

Akdeniz Bölgesi, tarih boyunca birçok medeniyete ev sahipliği yaptığı için başta Yörük kültürü olmak üzere pek fazla kültürel çeşitlilik bir arada bulunmaktadır (Pulluk ve Örnek, 2022: 95). Yakıcı (2020), çalışmasında Diğer mutfak kültürlerinde olduğu gibi yörük mutfak kültürlerine yerleşen yiyecek içecekler arasında pekmez helvasının da bulunduğu değinmiştir. Kabak (2020) çalışmasında, pekmez üretimine ve pekmezden üretilen yiyecek içecekler değinmiştir. Elde edilen bulgulara göre yöre halkı pekmezin kan yaptığına ve soğuk kış günlerinde insanın içini ısıttığına inandıkları için geleneksel yöntemlerle üretilen pekmezi ‘şifa dağıtmaktadır’ diye tanımlamaktadır. Pekmez, kar ile karıştırıp karlı pekmez olarak tüketilmekte, ılık su ile karıştırılıp şifa niyetine içilmekte, un ile kavruarak pekmez bulamacı yapıp çocuklara yedirilmektedir.

3. Sonuç ve Öneriler

Derleme çalışması kapsamında ilgili literatür incelendiğinde, ‘koyu bulamaç’ olarak bilinen yörük tatlısının farklı bölgelerde ve şehirlerdeki isimleri incelenmiş, malzeme bileşimi olarak benzeyen tatlılar araştırılmıştır. Yöreden yöreye değişen geleneksel tarifler ve farklı isimlerin kullanıldığı; genellikle un, su ve pekmez gibi malzemelerin ortak olarak tercih edildiği, ancak bazı bölgelerde tariflere özgü olarak mısır unu gibi farklı malzemelerin de eklendiği ve bu farklılıkların yerel gelenekler, kültürel etkileşimler ve iklimsel koşullarla şekillendiği görülmektedir.

Yöresel ürün geliştirme kapsamında sınırlı sayıda bulunan çalışmalar ise yöresel mutfakların, gastronomi açısından daha geniş bir kitleye hitap etmesi için glutensiz alternatifler ile zenginleştirilmesinin gerekli olduğunu ortaya koymuştur. Elde edilen bulgulardan hareketle, yöresel tatlıların sadece beslenme engelleri bulunan kişiler için değil, glutensiz üretim yapabilmek için eklenen bazı ürünler sayesinde zenginleşen içeriği bakımından tüm bireyler tarafından tercih edilebileceği ortaya konulmuştur.

Bu kapsamda, glüten hassasiyeti olan bireyler için yöresel mutfakların erişilebilir hale getirilmesi ve gastronomi açısından çeşitliliğin artırılabilmesi için öneriler:

- Glütensiz yöresel yemeklerin geliştirilmesi gerekmektedir. Çalışmamızda olduğu gibi; Mersin'in yöresel tatlılarından olan koyu bulamacın glütensiz hale getirilmesi örneği, farklı yörelerdeki tatlar için de benzer tariflerin geliştirilebileceğini göstermektedir.
- Yöresel mutfak işletmeleri, glüten hassasiyeti olan bireyler için özel menüler oluşturarak bu kişilerin yöresel lezzetlerden mahrum kalmalarını önleyebilirler.
- Yiyecek içecek işletmelerindeki yönetici ve çalışanlara glüten intoleransı hakkında eğitim verilmelidir. Bu bağlamda glüten hassasiyeti olan bireyler için daha güvenli ve sağlıklı yemekler hazırlamaları sağlanacaktır.
- Yiyecek içecek işletmelerinin sosyal medya ve dijital platformlarda glütenle ilgili bilgilendirici paylaşımlar yapması glüten hassasiyeti olan bireylerin daha bilinçli hareket etmesini sağlayacaktır.
- Glütensiz yöresel ürünlerde kullanılacak olan alternatif unların üretimi ve tüketimi teşvik edilmelidir.
- Kültürel zenginliklerin sergilendiği, yöresel festivallerde glütensiz ürünler sunulmalıdır. Bu durum hem beslenme engeli olan bireylerin hem de sağlıklı beslenmeye özen gösterenlerin yerel lezzetleri deneyimlemelerini sağlayacaktır.

Bu öneriler sayesinde, yöresel ürünlerin sadece geleneksel lezzetlerinin korunması değil, aynı zamanda bu lezzetleri beslenme engelleri olan bireyler için de ulaşılabilir olması sağlanarak, herkesin kültürel ve yerel tatları güvenle deneyebilmesi mümkün olacak, yerel tatların sürdürülebilirliği sağlanacaktır.

Author Contribution Statement

Tüm yazarlar eşit katkı sunmuştur.

Fund Statement

Bu çalışmada hiçbir destek kullanılmamıştır.

Conflict of Interest

Yazarlar çıkar çatışması beyan etmemektedir

Declaration

Bu çalışmada Etik Kurul onayına gerek duyulmamıştır.

Kaynakça

- Acar, K., (2013). Türkiye Türkçesi Ağızları Sözlüğü’ne Kandıra Ağzından Katkılar. *Electronic Turkish Studies*, 8-9, 375-386.
- Akın, G., Özkoçak, V., ve Gültekin, T. (2015). Geçmişten Günümüze Geleneksel Anadolu Mutfak Kültürünün Gelişimi. *Antropoloji*, (30), 33-52. https://doi.org/10.1501/antro_0000000319
- Allen, B., ve Orfila, C. (2018). The Availability and Nutritional Adequacy Of Gluten-Free Bread And Pasta. *Nutrients*, 10(10), 1370. <https://doi.org/10.3390/nu10101370>
- Altunöz, Ö., Çalık, A. Ö., ve Arslantürk, Y. Sürdürülebilir Kalkınmada Turizm Odaklı Çalışan İlçe Nallıhan.
- Alvarez-Jubete, L., Auty, M., Arendt, E. K., ve Gallagher, E. (2010). Baking Properties and Microstructure Of Pseudocereal Flours in Gluten-Free Bread Formulations. *European Food Research and Technology*, 230, 437-445.
- Arman, A., ve Şahin Ören, T. (2020). Anadolu Mutfak Kültürünün Unutulmaya Yüz Tutmuş Mısır Unu Bazlı Yemek Örnekleri. *Editör) Küçükkuşlu M, Seçim Y., Adabalı Mm, Yılmaz M.: Anadolu Mutfak Kültüründen Esintiler İçinde*, 1-18.
- Aslan, Z., Güneren, E., ve Çoban, G. (2014). Destinasyon Markalaşma Sürecinde Yöresel Mutfakın Rolü Nevşehir Örneği. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 2 (4), 3-13.
- Atik, E., ve Atik, E. (2023). Michelin Rehberi’nde Yer Alan Restoranların Menülerinin Glütensiz Beslenme Kapsamında İncelenmesi. *Uluslararası Türk Dünyası Turizm Araştırmaları Dergisi*, 8(1), 63-81. <https://doi.org/10.37847/tdtd.1315308>
- Bakkaloğlu, Z. (2023) Arı Ürünlerinin Türk Mutfakında Kullanımı. *Sosyal, Beşeri ve İdari Bilimler Alanında Uluslararası Araştırmalar*, 588-606.
- Barışık, D., ve Tavman, Ş. (2018). Glütensiz Ekmek Formülasyonlarında Nohut Unu Kullanımının Ekmek Kalitesi Üzerine Etkisi. *Akademik Gıda*, 16(1), 33-41. <https://doi.org/10.24323/akademik-gida.415652>
- Bektarım, N. (2020). *Mersinde Yaşayan Yerleşik Ve Konargöçer Yörüklerin Mutfak Kültürü Üzerine Bir Araştırma*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi.
- Bissar, S. (2021). *Keçiboynuzu Meyvesi Ve Sorgum İlavesinin Glutensiz Makaron Bisküvisi Üretimi Ve Kalitesi Üzerine Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi.
- Boyne, S., Hall, D., ve Williams, F. (2003). Policy, Support and Promotion For Food-Related Tourism Initiatives: A Marketing Approach To Regional Development. *Journal of Travel & Tourism Marketing*, 14(3-4), 131-154. https://doi.org/10.1300/J073v14n03_08

- Büyükzeren, Ş. (2019). *Konya Tandır Ekmeğinin Glutensiz Olarak Üretilmesinde Bazı Baklagil Unlarının Kullanılma İmkanları Üzerine Bir Araştırma*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Ceylan, V., ve Muştı, Ç. (2021). Keçiboynuzu Unu Bazlı Glutensiz Kurabiye Formülasyonu Geliştirilmesi. *Aydın Gastronomi*, 5(1), 1-12.
- Cömert, M., ve Durlu Özkaya, F. (2014). Gastronomi Turizminde Beslenme Engelleri Kapsamında Vegan Beslenme Örneği. 15. *Ulusal Turizm Kongresi*, 492-498.
- Çelik, C. (2021). *Karpuz Kabuğu Tozunun Glutensiz Kekte Kullanım Potansiyeli*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Pamukkale Üniversitesi.
- Çelik, İ., ve Kuzumoğlu, Y. (2020). Farklı Tane Unları Ve Çekirdek Tozları Kullanılarak Glutensiz Lokma Tatlısı Üretimi Ve Kalite Özellikleri. *Akademik Gıda*, 18(2), 156-163. <https://doi.org/10.24323/akademik-gida.758828>
- Çiftçi, B. M., ve Yılmaz, İ. (2022). Süryani Mutfak Kültürü; Mardin Örneği (Syriac Cuisine Culture; Example Of Mardin). *Journal Of Tourism & Gastronomy Studies*, 10(2), 1366-1384.
- Demircan, Ş., Kurt, G., Çeken, H., ve Özer, Ç. (2022). Yöresel Ürünlerin Kültür Turizminin Gelişimindeki Rolü: Mardin İli Örneği. *Turizm Ve İşletme Bilimleri Dergisi*, 2(2), 144-155.
- Demiryürek, İ., ve Madenci, A. B. (2022) Gastronomi Turizminde Beslenme Engelleri: Glütensiz Höşmerim Üretimi. *Turizm Ve Destinasyon Araştırmaları*, 129- 148.
- Deniz, T., ve Aydın, K. (2022). Ovacık (Karabük)'Ta Somut Olmayan Kültürel Miras Unsurlarının Turizmde Değerlendirilmesi. *Safran Kültür ve Turizm Araştırmaları Dergisi*, 5(3), 328- 353.
- Duman, G., Yılmaz, İ., ve Er, A. (2021). Geleneksel Yemeklerde Dekonstrüksiyon Tekniği Kullanılarak Ürün Geliştirme Ve Duyusal Analiz-'Çorum Alaca' Örneği (Product Development And Sensory Analysis With Deconstruction Technique From Some Local Meals-'Çorum-Alaca' Sample). *Journal Of Tourism & Gastronomy Studies*, 9(2), 1318-1338. <https://doi.org/10.21325/jotags.2021.842>
- Erbil, K. (2019). *Kültürel Kimlik Bağlamında Sakarya Mutfağı: Abhaz Mutfağı İncelemesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gaziantep Üniversitesi.
- Eren, F., ve Sezgin, A. C. (2017). Gastronomi Turizmi Açısından Mersin Yöresi Mutfak Kültürünün Sürdürülebilirliği. *International Sustainable Tourism Congress*. November (23-25). 161-170.
- Gör, E. A. Y. Ö., & Gör, Y. Y. Ö. (2020). Bolu Mutfağı Yöresel Yemekleri. *Turan: Stratejik Araştırmalar Merkezi*, 12(45), 16-22.
- Gül, H., Acun, S., Korkmaz, A. N., Polat, E., Saygılı, N. S., ve Türker, T. (2024). Development And Quality Evaluation Of Gluten-Free Wafer Sheets Enriched With Strawberry Powder For Use In The Production

- Of Gluten-Free Ice Cream Cones. *Bulletin of University of Agricultural Sciences and Veterinary Medicine Cluj-Napoca. Food Science and Technology*. 81(2). 77-85. <https://doi.org/10.15835/buasvmcn-fst:2024.0016>
- Güner, M., ve Yaman, M. (2023). Geçmişten Günümüze Bir Hamur Tatlısı: Malak. *Neugastro Dergisi*, 2(2). 119-128.
- Güven, M. S. (2022). Bartın Mutfağı’nın Lehrer Yemek Üçgeni Üzerinden Değerlendirilmesi. *Sosyal, Beşeri Ve İdari Bilimler Alanında Uluslararası Araştırmalar*, 157-171.
- Hayıt, F., ve Gül, H. (2019). Kinoa Ununun Ve Kısmi Pişirilerek Dondurma Yönteminin Glutensiz Ekmek Kalitesi Üzerine Etkisi. *Karadeniz Fen Bilimleri Dergisi*, 9(2), 406-427. <https://doi.org/10.31466/kfbd.647249>
- Irmak, Y. (2019). Bingöl Mutfak Kültürü Ve Gastronomi Turizmi. *Bingöl Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 111-144.
- Kabak, T. (2020). Silifke Uzuncaburç’ta Geleneksel Yöntemlerle Pekmez Yapımı Üzerine Halk Bilimsel Bir İnceleme. *Selçuk Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, (43), 257-272. <https://doi.org/10.21497/sefad.756089>
- Kargiglioğlu, Ş., ve Ayyıldız, S. (2018) Mutfak Kültürünün Sürdürülebilirliği Bakımından Yöresel Yiyeceklerin Menülerde Yer Alma Düzeyi: Sinop Ölçeğinde Bir Araştırma. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 6(86). 346-355. <http://dx.doi.org/10.16992/ASOS.14596>
- Kasar, H., Madenci, A. B., ve Seçim, Y. (2024). Gastronomi Turizminde Beslenme Engelleri Kapsamında Glütensiz Ürün Geliştirme: Coğrafi İşaretli Gaziantep Şekerli Böreği (Gluten-Free Product Development Within The Scope Of Nutritional Barriers İn Gastronomy Tourism: Gaziantep Sugar Pastry With Geographi. *Journal Of Tourism & Gastronomy Studies*, 12(1), 564-584. <https://doi.org/10.21325/jotags.2024.1395>
- Kavrut, E. (2015). *Glutensiz Revani Üretimi Üzerine Bir Araştırma*. Iğdır Üniversitesi.
- Kaya, M., ve Yaman, M. (2021). Hititlerden Anadolu’ya Miras Mutfak Kültürü. *Uluslararası Gastronomi Turizmi Araştırmaları Kongresi*, 66-77.
- Kızıldemir, Ö. (2020). Edirne Mutfak Kültürü Üzerine Bir Değerlendirme. *Avrasya Sosyal Ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(12), 100-113.
- Korkmaz, S., ve Tekman, T. K. (2021). Yozgat Yöresi Yemek Ve Tatlı Kültürünün Sürdürülebilirliği. *Folklor/Edebiyat*, 27(105), 299-319.
- Kutlu, T. (2019). Glutensiz Diyet: Gerçekten Her Zaman Yararlı Mı. *Türk Pediatri Arsivi*, 54(2), 73-75.
- Kuzumoğlu, Y. (2020). *Glutensiz Tulumba Tatlısı Üretimi Ve Bazı Kalite Özelliklerinin Belirlenmesi*, Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi. Pamukkale Üniversitesi.

- Mutlu, C., Tontul, S. A., Candal, C., ve Erbaş, M. (2019). Bazi Tahil Benzeri Ürünlerin Glutensiz Kek Üretiminde Kullanımı. *Gıda*, 44(5), 770-780. <https://doi.org/10.15237/gida.GD19073>
- Özbek, Ç., ve Güzeler, N. (2022). Mersin Mutfağının Gastronomik Ürünleri. *Aydın Gastronomy*, 6(2), 311-324.
- Özdemir, G., ve Çelebi, Y. (2021). Gastronomi Destinasyonu Olarak Bolu İle İlgili Turist Bakış Açıları İle Davranışsal Niyetlerinin Belirlenmesi. *Gastoria: Journal of Gastronomy And Travel Research*, 5(1), 23-44. <https://doi.org/10.32958/gastoria.800074>
- Özdoğan, Y., Özdoğan, K., ve Işık, N. (2018) Pekmezden Üretilen Yiyecekler: Diyarbakır'ın İlçesi Hani Örneği. *Tarih Okulu Dergisi*, 11 (XXXVII), 70-88.
- Özkaya, V., & Özkaya, Ş. Ö. (2018). Çölyak Hastalığına Diyetetik Yaklaşım. *Selcuk University Medical Journal*, 34(4).
- Pulluk, E., ve Örnek, A. (2022). Burdur Mutfak Kültürü. *Y. Oğan İçinde, Gastronomi Alanında Tematik Araştırmalar I*, 93-101.
- Ribotta, P. D., Ausar, S. F., Morcillo, M. H., Pérez, G. T., Beltramo, D. M., ve León, A. E. (2004). Production of Gluten-Free Bread Using Soybean Flour. *Journal of The Science Of Food And Agriculture*, 84(14), 1969-1974.
- Rybicka, I., Doba, K., ve Bińczak, O. (2019). Improving The Sensory And Nutritional Value Of Gluten-Free Bread. *International Journal Of Food Science & Technology*, 54(9), 2661-2667.
- Sezer, İ. (2017). Kültürel Mirasın Turizm Açısından Değerlendirilmesi: Taşköprü İlçesi Örneği. *Uluslararası Türk Dünyası Turizm Araştırmaları Dergisi*, 2(2), 175-198.
- Şahan, A. (2022). *Glutensiz Kek Üretiminde Bamya Tohumu Unu Kullanım Olanaklarının Araştırılması*, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Pamukkale Üniversitesi.
- Şahin, M., Odabaş, E., ve Çakmak, H. (2022). Kırık Leblebiden Elde Edilen Unun Glutensiz Erişte Üretiminde Değerlendirilmesi. *Süleyman Demirel Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 26(2), 260-267.
- Şahin, S. Z. (2019). Çorum Mutfağının Gastronomi Turizmi Potansiyeli (Gastronomy Potential Of Çorum Cuisine). *Journal Of Tourism & Gastronomy Studies*, 7(4), 2550-2565.
- Şensoy, F., ve Tiritoğlu, S. (2018). Beslenme Arkeolojisi: Günümüz Ankara Yemeklerinde Geçmişin İzleri. *Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi*, 2(Ek1), 209-233.
- Şırmamaz, E. N., ve Gerçekaslan, K. E. (2022). *Glutensiz Kek Üretiminde Çerezlik Kabak (Cucurbita Pepo L.) Unu Kullanım İmkânının Araştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi.

- Şimşek, A., Güleç, E., ve Usta, S. (2020). Gastronomik Ürün Çeşitlendirme Kapsamında Veganlar Ve Çölyak Hastaları İçin Ürün Geliştirme: Kazandibi. *Uluslararası Türk Dünyası Turizm Araştırmaları Dergisi*, 5(1), 51-59.
- Taşkın, B. (2019). Maş Fasulyesi (Vigna Radiata L.) Ve Glutensiz Gıdalarda Kullanım Potansiyeli. *Akademik Gıda*, 17(4), 546-552.
- Ünver Alçay, A., ve Ahmetoglu, F. (2020). Glütene İlişkili Rahatsızlıklar Ve Glütensiz Ekmek Üretimi. *Aydın Gastronomi*, 4(2), 135-148.
- Yağdı, S. D., ve Konuşkan, Z. G. (2021). Glutensiz Ürünlerde Kullanılan Alternatif Protein Kaynakları. *Avrupa Bilim Ve Teknoloji Dergisi*, (32), 32-39.
- Yakıcı, A. (2020) Geleneksel Yörük Mutfağı Ve Yemek Kültürünün Modern Mutfağa Etkisi. *Yörük Araştırmaları-2*, 133.
- Yavaş, G. (2016). *İç Anadolu Bölgesi Ağızlarında Ev, Mutfak, Tarım Ve Hayvancılık Terimleri Sözlüğü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Kültür Üniversitesi.
- Yıldırım, B. Z., ve Yılmaz, İ., (2023). Van Mutfağına Özgü Bazı Yöresel Yemekler. *ART/icle: Sanat ve Tasarım Dergisi*, 3(1), 77-100.
- Yıldırım, R. M., Gümüş, T., ve Arıcı, M. (2018). Optimization of A Gluten Free Formulation of The Turkish Dessert Revani Using Different Types of Flours, Protein Sources and Transglutaminase. *LWT*, 95, 72-77.
- Yıldız, O., ve Bulut, B. (2016). Optimisation of Gluten-Free Tulumba Dessert with Buckwheat Flour and Potato Starch. *Quality Assurance and Safety of Crops & Foods*, 8(1), 117-128.
- Yiğit, E. A., ve Yiğit, Y. (2020). Bolu Mutfağı Yöresel Yemekleri. *TURAN: Stratejik Araştırmalar Merkezi*, 12 (45), 16-22.