

Unutulan Kırgız Mutfağı Yemeklerinin Standart Reçetelerinin Oluşturulması

Gülmira SAMATOVA^a, Nadira TURGANBAEVA^b, Ümit SORMAZ^c

^a Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi, Bişkek, Kırgızistan- gulmira.samatova@manas.edu.kg- ORCID: 0009-0008-5199-3467

^b Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi, Bişkek, Kırgızistan- nadira.turbanbaeva@manas.edu.kg- ORCID:0000-0002-7620-9236

^c Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya, Türkiye- usormaz@erbakan.edu.tr- & Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi, Bişkek, Kırgızistan- umit.sormaz@manas.edu.kg- ORCID:0000-0001-7514-1500

ÖZ

Bir ülkenin mutfağı, o ülkenin en önemli kültürel göstergelerindedir. Toplumlar bu kültürel özelliklerine sahip çıkmak, yaşatmak ve gelecek nesillere miras bırakabilmek için mutfak kültürü ve yemekler üzerine farklı yöntemlerin kullanıldığı çalışmalara önem vermektedir. Bu çalışmalardan biri de yemek reçetelerinin standartlaştırılmasıdır. Bu çalışma, Kırgız geleneksel yemeklerinden unutulmaya yüz tutmuş ya da unutulmuş yemeklerin standart reçetelerinin geliştirilmesini amaçlamaktadır. Betimsel nitelikteki bu araştırma kapsamında unutulmuş Kırgız yemeklerinin reçetelerine ulaşma ve standartlaştırması sürecinde “tarama”, “çözümleme”, “tabakalama”, “uygulama”, “değerlendirme ve yorumlama” olmak üzere toplam beş aşamalı süreç izlenmiştir. Değerlendirme; toplamda en yüksek puana ulaşan yemeklere ait reçeteler, o yemeğin “standart reçetesi” olarak kabul edilmiştir. Araştırma sonucunda geliştirilen standart reçetelerin Kırgız halkının tekrar uygulamaya başlaması için sivil toplum kuruluşları ve yerel yönetimlerin Kırgız halkına hitaben festivaller, yemek kursları, workshop çalışmaları gibi etkinlikler düzenlenmesi, Kırgızistan’da faaliyet gösteren turizm işletmelerinin menülerinde bu yemeklere de yer vererek turistlere tanıtımının sağlanması önerilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Turizm, gastronomi, Kırgız mutfağı, unutulmuş yemekler, standart reçete.

Creating Standard Recipes of Forgotten Kyrgyz Cuisine Dishes

ABSTRACT

A country's cuisine is one of the most important cultural indicators of that country. Societies attach importance to studies using different methods on culinary culture and dishes in order to protect these cultural characteristics, keep them alive and leave a legacy to future generations. One of these studies is the standardization of food recipes. This study aims to develop standard recipes for forgotten or nearly forgotten Kyrgyz traditional dishes. Within the scope of this descriptive research, a five-stage process was followed in the process of accessing and standardizing the recipes of forgotten Kyrgyz dishes: "scanning", "analysis", "layering", "application", "evaluation and interpretation". As a result of the evaluation; Recipes for the dishes that reached the highest score in total were accepted as the "standard recipe" of that dish. In order for the Kyrgyz people to start using the standard recipes developed as a result of the research again, it is suggested that local governments and non-governmental organizations organize events such as festivals, cooking courses and workshops for the Kyrgyz people, and promote these dishes to tourists by including these dishes in the menus of tourism establishments operating in Kyrgyzstan.

Key Words: Tourism, gastronomy, Kyrgyz cuisine, forgotten dishes, standard recipe.

Received: 26.08.2024

Accepted: 30.10.2024

Published: 31.10.2024

Cite as: Samatova, G., Turganbaeva, N., & Sormaz, Ü. (2024). Unutulan Kırgız mutfağı yemeklerinin standart reçetelerinin oluşturulması. *Anatolia Social Research Journal*, 3(2), 5-15. <https://doi.org/10.5281/zenodo.14014385>

EXTENDED ABSTRACT

Purpose

Culture; it is a whole of the material and spiritual values of societies. The concept of culture, which is also the lifestyle of societies, is a whole formed by the traditions of the society coming together. However, it varies from society to society and from region to region. A country's cuisine is one of its most important cultural indicators. Societies attach importance to studies using different methods on culinary culture and dishes in order to protect these cultural characteristics, keep them alive and leave a legacy to future generations. One of these studies is the standardization of food recipes.

Every nation has its own cuisine according to the country's structure and habits. Kyrgyz cuisine is one of them. Historical background, geographical location and climatic conditions have an impact on Kyrgyz cuisine's acquisition of its unique characteristics. When we look at traditional Kyrgyz dishes, it can be seen that they are influenced by the mountains that are the geographical conditions of Kyrgyzstan, the nomadic lifestyle required by these mountains, and the animal husbandry that is a necessity of nomadism. Many restaurant establishments serving in the country do not include many of the Kyrgyz traditional dishes in their menus, but rather apply tourism-oriented menus, while establishments that implement Kyrgyz traditional dishes do not include forgotten Kyrgyz dishes in their menus, and the traditional Kyrgyz dishes they implement are at many stages from material supply to preparation standards. There appear to be differences. This situation shows that businesses do not know many traditional Kyrgyz dishes and

Standard recipe; these are cards prepared in detail to show the types and quantities of ingredients used in the preparation of the meal, the order of the preparation process, the weights and costs of the ingredients, the amount of portions in the service of the meal, and generally the sales price of the meal. It is an important tool that not only ensures that the dishes served to guests with standardized recipes always have the same appearance, weight and taste, but also defines the nature of the ingredients in local and traditional dishes and contributes to the sustainability of the usual taste. The best way to ensure the sustainability of the gastronomy field is to standardize food recipes.

Collecting and compiling local and traditional cultural heritage in a systematic way, recording and preserving them, so that they can be transferred to future generations and kept alive is important in preserving the culture we have. In all these processes, standardizing and preparing the recipes of cultural dishes is of vital importance for the local and regional people, guests, tourists and all tourism businesses, especially food and beverage businesses. Therefore, standard recipes can be used as a very useful tool to ensure consumer continuity in the tourism sector.

This is due to the fact that it does not use any standard recipes developed for traditional dishes. This study aims to develop standard recipes for forgotten or almost forgotten Kyrgyz traditional dishes.

Design/Methodology/Approach

Within the scope of this descriptive research, a "scanning model" was used to access the recipes of forgotten Kyrgyz dishes. Studies using this model; These are studies in which different characteristics of the participants such as attitudes, knowledge, experience, skills and opinions regarding a subject or event are determined. At the same time, they are studies in which the sample is evaluated more comprehensively compared to other similar studies. The forgotten Kyrgyz dishes chosen as the research subject were determined using the "scanning model method".

Within the scope of the research, the universe; It consists of dishes belonging to Kyrgyz cuisine. However, since these dishes are very numerous, those that are still used at home and in tourism establishments were excluded from the recipes obtained, and the dishes that were about to be forgotten or were forgotten constituted the sample of the research.

During the research, a five-stage process was followed in obtaining data: "scanning", "analysis", "stratification", "application", "evaluation and interpretation".

As a result of the evaluation; Recipes for the dishes that reached the highest score in total were accepted as the "standard recipe" of that dish.

Findings

The standard recipes developed from Kyrgyz cuisine dishes forgotten in the research are as follows.

1. Salads

- * Cönönköy
- * Kara- Alma
- * Ayranlı

2. Soups

- * Caş

3. Main Dishes

- * Umach Külü
- * Gülazık
- * Dımdama

4. Desserts

- * Cansak

Conclusion and Recommendations

The culinary culture of a society and the dishes belonging to this culture are a part of the society's culture and lifestyle. It is also an effective and important factor in differentiating regions and regions into brands. The cuisine and culinary culture of a destination is like a door opening to other regions, regions and countries. Cuisine and culinary culture play an important role in the integration of societies and the transfer of culture between societies. Therefore, nowadays, food for tourists has become not only a need, but also a cultural preference.

Practical Implications

Among the factors that motivate tourists to travel is the culinary culture of the destination. People are sometimes willing to travel for kilometers to experience the cuisine of a destination. Culinary culture is an effective factor in making a destination a brand. If the traditional Kyrgyz cuisine is intended to become a brand and become an element of attraction for the Kyrgyzstan destination by contributing to the country's gastronomy, the elements that make up the cuisine must come together and standardization practices of traditional dishes must be carried out to ensure that Kyrgyz cuisine dishes are presented to local and foreign tourists in a better quality.

Originality / Value

In order for the standard recipes developed as a result of the research to be re-implemented in the homes of the Kyrgyz people, events such as festivals, cooking courses and workshops should be organized by local governments and non-governmental organizations to promote these dishes to the Kyrgyz people. In this way, forgotten dishes will be reintroduced to the public and their preparation will be taught. In addition, the tourism sector, which continues to develop in Kyrgyzstan, plays an important role in introducing these dishes to local and foreign tourists. For this reason, it is necessary to promote these dishes to tourists by including them in the menus of tourism establishments operating in Kyrgyzstan.

1. GİRİŞ

Kültür; toplumların maddi ve manevi değerlerinin bir bütünüdür. Aynı zamanda, toplumların yaşam tarzı da olan kültür kavramı topluma ait geleneklerin bir araya gelerek oluşturduğu bir bütündür. Ancak toplumdan topluma, yöreden yöreye göre farklılık göstermektedir (Oğuz, 1990; Şanlıer & Arıkan 2001). Bir ülkenin mutfağı en önemli kültürel göstergelerindendir (Tezcan, 1982). Toplumlar bu kültürel özelliklerine sahip çıkmak, yaşatmak ve gelecek nesillere miras bırakabilmek için mutfak kültürü ve yemekleri üzerine farklı yöntemlerin kullanıldığı çalışmalara önem vermektedir. Bu çalışmalardan biri de yemek reçetelerinin standartlaştırılmasıdır.

Yemeklere ait reçetelerin standartlaştırılması çalışmaları ile bu yemeklerin toplumda unutulmaması sağlandığı gibi literatüre bu yemeklere ait reçetelerin kazandırılması amaçlanmaktadır. Aynı zamanda, turizm işletmelerinin bu reçeteleri işletmelerinde uyguladıkları menülere dahil etmelerinin teşvik edilmesi ile topluma ait yerel ve geleneksel yemeklerin yalnızca yerel halk tarafından uygulanmasından ziyade yöreye, bölgeye veya ülkeye ziyaret amaçlı gelen yerli ve yabancı turistlere toplumun bu yerel ve geleneksel yemeklerin doğru bir şekilde tanıtımının yapılması da hedefler arasındadır. Dolayısıyla, yerel ve geleneksel yemekler aracılığı ile yörede ve bölgede gastronomi turizminin gelişmesi de planlanmaktadır.

Her milletin ve ülkenin yapısı ve alışkanlığına göre kendi mutfağı vardır. Kırgız mutfağı da onlardan biridir. Kırgız mutfağının kendi özgü nitelikler kazanmasında tarihsel birikimi, coğrafi konumu, iklim şartlarının etkisi bulunmaktadır. Geleneksel Kırgız yemeklerine bakıldığında Kırgızistan'ın coğrafi şartları olan dağlardan, bu dağların gerektirdiği göçebe yaşam şeklinden, göçebeliliğin gerekliliği olan hayvancılıktan etkilendiği görülmektedir. Ülkede hizmet veren birçok restoran işletmesinin Kırgız geleneksel yemeklerinden birçoğunu menülerinde yer vermedikleri, daha ziyade turizme yönelik menüleri uyguladıkları, Kırgız geleneksel yemeklerini menülerinde uygulayan işletmelerin ise unutulmuş Kırgız yemeklerine yer vermedikleri, uyguladıkları geleneksel Kırgız yemeklerinde ise malzeme tedarikinden hazırlama standartlarına kadar birçok aşamada farklılıklar olduğu görülmektedir. Bu durum, işletmelerin birçok geleneksel Kırgız yemeğini bilmediklerini ve geleneksel yemekler için geliştirilmiş herhangi bir standart reçeteyi kullanmamasından kaynaklanmaktadır. Bu çalışma, Kırgız geleneksel yemeklerinden unutulmaya yüz tutmuş ya da unutulmuş yemeklerin standart reçetelerinin geliştirilmesini amaçlamaktadır.

2. LİTERATÜR TARAMA

2.1. Kırgız Mutfağı

Mutfak kültürü, kültür mirasının en önemli parçalarından biridir. Tarih boyunca mutfak kültürü bulunduğu coğrafyanın birikimini ve tüm özelliklerini taşıyan ve yansıtan çok katmanlı kültürel bir zenginlik olmuştur. Bu kültürünün temel unsuru olan yemek ise hem zorunluluk hem de zevk olmuştur. Geçmiş zamanlarda tek amacı doyma ya da biyolojik ihtiyaç olan yemek, zamanla ve birikimle toplumlarda bir kültür haline gelmiştir (Hamilton, 2011). Toplumların yemek kültürü yaşadıkları coğrafi koşullar ve yaşam şekilleri ile doğrudan ilişkilidir. Dünya mutfaklarının genel olarak ortak özelliklere sahip olması ile birlikte her mutfağın kendine has bazı özellikleri de bulunmaktadır. Genellikle de bu özellikler din ve inanışlardan kaynaklı yasak ve emirler ile bölgeye özgü bitki popülasyonu ve yetiştirilen hayvanlar ile sınırlı şekildedir (Şavkay, 2000). Orta Asya'nın en eski halklarından biri olan Kırgızlar diğer toplumlarda olduğu gibi mutfak kültürü ve yemeklerinde kendi toplumlarına özgü ulusal özelliklere sahiptir.

Kırgızlar göçebe bir halktır, eski göçebe kültürünün temsilcileridir. Sadece dünya algısı, felsefesi ve hayata karşı tutumu değil, aynı zamanda göçebe bir yaşam tarzının sonucu olarak yüzyıllar boyunca yeme kültürü de oluşmuştur (Борбодоев, 2016; Саматова, 2015; Мурзакметов, 2021). Kırgız mutfak kültürü de bu göçebe kültürlerin en iyilerini benimsemiş ve kimliğini korumuş ulusal bir mutfaktır. Ülkede birçok halk arasında bir dizi Kırgız yemeği ve mutfak ürünü çok popülerdir. Bu nedenle, ulusal yemeklerin hazırlama yöntemleri nüfusun geniş kesimlerinde farklılık gösterebilmektedir. Bununla birlikte etnograflar, maddi (gündelik) kültürün olgusu, yaşamın diğer yönleriyle ilişkisi, bu etnik kökenin ekonomik biçimi ve

beslenmenin davranışsal yönleri, incelenen toplum için geleneksel mutfak eşyaları ve bunları kullanma yöntemleri gibi gıdalarla ilgilenmektedir (İsakova, 2023; Samatova vd., 2020; İnce vd., 2020).

Kırgız mutfağının en önemli özelliklerinden biri, ürünlerin doğal görünümünü ve tadını koruduğu yemeklerin tercih edilmesidir. Örneğin; çeşitli püreler, öğütülmüş veya kıyılmış et yemekleri neredeyse hiç tercih edilmemektedir. Kırgız yemeklerinin genellikle tadı yumuşaktır ve baharatlar aşırı olmayacak şekilde tüketilmektedir. Ayrıca, soslar yemeğin tadını tamamlayacak şekilde tasarlanmıştır, ancak hiçbir durumda yemeğin önüne geçmemektedir (Börübaev, 1982).

2.2. Reçete Kavramı ve Standart Reçete

Kelime anlamı olarak; “*yemek veya halk tedavisinde kullanılan ilaç tarifesi*” olarak tanımlanan reçete (TDK, 2024) günümüzde tarif anlamında kullanılmaktadır. İtalyanca ricetta "reçete, yemek tarifi" sözcüğünden geldiği düşünülmektedir (Tosun & Koç, 2018).

Standart reçete; yemeğin hazırlanmasında kullanılan malzemelerin türleri ve miktarları ile hazırlanışında işlem sırası, malzemelerin gramajları ve maliyetleri ile yemeğin servisinde porsiyon miktarı ve genellikle de yemeğin satış fiyatını gösterecek şekilde ayrıntılı olarak hazırlanan kartlardır (Gönen & Ergun, 2008; Doğan, 2022). Standartlaştırılmış reçeteler ile misafirlere sunulan yemeklerin her zaman aynı görünüş, gramaj ve lezzette olması sağlandığı gibi (Doğan, 2022) yöresel ve geleneksel yemeklerin içeriğinde bulunan malzemelerin öz niteliğini tanımlayan ve alışılmış damak tadının sürdürülebilirliğine de katkı sağlayan önemli bir araçtır (Öktem, 2014). Gastronomi alanının sürdürülebilirliğinin sağlanmasında en iyi yöntem yemeklere dair reçetelerin standartlaştırılmasıdır (Çekal & Doğan, 2022).

Yöresel ve geleneksel kültürel birikimlerinin sistematik bir yöntem ile toplanması, derlenmesi ve bunların kayıt altına alınarak korunması, böylece gelecek nesillere aktarılıp yaşatılabilmesi sahip olunan kültürün korunmasında önemlidir. Tüm bu süreçlerde kültüre ait yemek reçetelerinin standartlaştırılarak hazırlanması yöre ve bölge halkı başta olmak üzere konuklar ve turistler ile yiyecek ve içecek işletmeleri başta olmak üzere tüm turizm işletmeleri için hayati önem taşımaktadır. Dolayısıyla, standart reçeteler turizm sektörü açısından tüketici sürekliliğini sağlamak için de oldukça faydalı bir araç olarak kullanılabilir (Liaquat vd., 2009).

Kültürel açıdan değerlendirildiğinde standart reçete uygulaması, yüzyıllardır devam etmekte olan somut olmayan kültürel mirasın önemli bir ögesi yöresel ve geleneksel yemeklerin sürekliliğinin sağlanabilmesinde oldukça önemli katkı sağlayacaktır. Turizm sektörü için değerlendirildiğinde; menülerde yer alan yöresel ve geleneksel yemeklerin işletmelere olan maliyetlerini kontrol edebilecekleri yönetsel bir araçtır (Aydoğdu & Mızrak, 2017). Standart reçetelerin işletmelerde kullanılmaması göz kararı olarak kullanılan gıda malzemelerinden dolayı fazla kullanım gerçekleşebilir. Bu durum ise israfa ve dolayısıyla da maliyet artışına neden olabilmektedir (Doğan, 2022). Dolayısıyla, reçetelerin standartlaştırılması ile turizm işletmelerinin ekonomik olarak sürekliliklerinin de sağlanmasına katkı sağlamaktadır (Aydoğdu & Mızrak, 2017).

Standart reçete kartlarının hazırlanmasında işletme misafir tercihlerinin beklenti ve istekleri önemli olduğu kadar işletme mutfağının mevcut alt yapısı, çalışan personel yeterlilikleri gibi önemli etmenler dikkate alınmalıdır (Doğan, 2022).

3. YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Amacı ve Modeli

Bu araştırma, unutulmuş Kırgız yemeklerinin reçetelerine ulaşarak standardizasyonun sağlanması amacı ile yürütülmüştür. Bu kapsamda; unutulmuş Kırgız yemekleri reçetelerinin standardizasyon uygulamaları ile geliştirilecek standart reçetelerin Bışkek şehri turizm işletmelerinde uygulanabilmesi ve Kırgız yemeklerinden unutulmuşların tekrar Kırgız kültürüne katılması ve şehri ziyaret eden turistlere tanıtılması hedeflenmiştir.

Betimsel nitelikteki bu araştırma kapsamında unutulmuş Kırgız yemeklerinin reçetelerine ulaşmada “tarama modeli” kullanılmıştır. Bu modelin kullanıldığı araştırmalar; bir konu ya da olay ile ilgili katılımcıların

tutum, bilgi, deneyim, beceri, görüşleri gibi farklı özelliklerinin tespit edildiği çalışmalardır. Aynı zamanda, diğer benzer araştırmalara kıyasla örneklemin daha kapsamlı bir şekilde değerlendirildiği araştırmalardır (Büyüköztürk vd., 2020). Araştırma konusu olarak seçilen unutulmuş Kırgız yemekleri “tarama modeli yöntemi” kullanılarak belirlenmiştir.

3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırma kapsamında evreni; Kırgız mutfağına ait yemekler oluşturmaktadır. Ancak, bu yemekler çok fazla sayıda olduğundan elde edilen reçetelerden turizm işletmelerinde uygulananlar çıkartılarak unutulmaya yüz tutmuş ya da unutulmuş yemekler araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Bu nedenle, Bişkek şehrinde faaliyet gösteren ve araştırmaya katılmaya gönüllü 18 restoran işletmesinin menüleri incelenmiş ve menüde yer alan Kırgız yemekleri belirlenerek çalışmaya dahil edilmiştir. Nitel çalışmalarda 15 görüşme yeterli görüldüğünden (Mason, 2010) gerçekleştirilen görüşme sayısı araştırmanın devamı için yeterli bulunmuştur. Araştırmanın örnekleminin oluşturulmasında Kırgız mutfağına ait yemekler geniş bir yelpazede (salatalar, çorbalar, ana yemekler, tatlılar) ele alınmıştır.

3.3. Veri Toplama Yöntemi

Araştırmada veri toplama işlemi 1 Ocak-1 Haziran 2024 tarihlerinde yapılmıştır. Araştırma süresince verilerin elde edilmesinde “tarama”, “çözümleme”, “tabakalama”, “uygulama”, “değerlendirme ve yorumlama” olmak üzere toplam beş aşamalı süreç izlenmiştir.

1. Tarama: Araştırma öncesinde yürütülen kapsamlı bir literatür taraması ile Kırgız mutfağı üzerine yürütülen araştırma, makale, bildiri gibi yayınlar ile tamamlanan projeler taranmıştır.

2. Çözümleme: Tarama işlemi sonucunda elde edilen literatüre dayanarak Kırgız mutfağına ait olan yemekler belirlenmiştir.

3. Tabakalama: Belirlenen Kırgız mutfağı yemeklerinden turizm işletmelerinde hazırlanmakta olanlar (günümüz Kırgız mutfağı) ile hazırlanmayanlar (unutulmuş ya da unutulmaya yüz tutmuş) olanlar olmak üzere iki tabakaya ayrılmıştır. Araştırmamızın konusu olan unutulmaya yüz tutmuş ya da unutulmuş Kırgız mutfağı yemeklerinin farklı reçetelerine kaynaklarda ve internette blog sitelerinden ulaşılmıştır. Belirlenen her yemek için min 3 - max 5 farklı reçete seçilmiştir.

4. Uygulama: Her bir unutulmaya yüz tutmuş ya da unutulmuş yemek reçetelerinin uygulaması yapılmıştır

5. Değerlendirme ve Yorumlama: Her yemek için hazırlanan farklı reçeteler 7 gastronomi uzmanı tarafından yapılan duyuşsal analiz uygulaması ile değerlendirilmiştir. Duyuşsal analizlerde kullanılan kriterler daha önceki benzer çalışmalarda kullanılmış ve uygulanmış değerlendirme kriterlerinden alınmıştır (Sormaz vd., 2023). Duyuşsal analiz değerlendirmesi uygulamasına katılan alan uzmanları eğitim veya mesleki hayatlarında duyuşsal analiz eğitimi alan ya da daha önceden turizm sektöründe duyuşsal analiz uygulaması yapmış kişilerden seçilmiştir.

Duyuşsal analiz aşaması değerlendirmelerinde; her bir belirlenen “görünüş”, “renk”, “koku”, “tat”, “kıvam”, “genel beğeni” kriterleri için 5 dereceli hedonik skala kullanılmıştır. Bu skalada “çok beğendim” ve “hiç beğenmedim” ifadeleri arasında derecelendirilmiştir. Ölçekte en düşük değer 1 (bir) ve en yüksek değer 5 (beş) olarak belirlenmiştir (1:hiç beğenmedim - 2: beğenmedim - 3:kararsızım - 4:beğendim - 5:çok beğendim) (Anonim, 2012; Onoğur & Elmacı, 2015).

Değerlendirme sonucunda; toplamda en yüksek puana ulaşan yemeklere ait reçeteler, o yemeğin “standart reçete” si olarak kabul edilmiştir.

4. BULGULAR

Araştırmada unutulmuş Kırgız mutfağı yemeklerinden geliştirilen standart reçeteler şunlardır.

4.1. Salatalar

Tablo 1. Cönönköy Salatası Reçetesi

| Tarifenin Grubu: Salatalar | | | Hazırlık Süresi: 15 dk |
|----------------------------|--------------|----------------|---|
| Porsiyonun Ölçüsü: 200 g | | | Piştirme Süresi: 0 dk |
| İçindekiler | Ağırlık (gr) | Ölçü | İşlem Basamakları |
| Lahana | 400 | 1 orta boy | Şeritler halinde kesilir ve tuzla ovularak yumuşatılır |
| Sarımsak | 10 | 3 diş | Kabuğu soyulur, ince doğranır ve lahana ile karıştırılır. |
| Kaymak | 40 | 4 yemek kaşığı | Salatanın üzerine dökülür ve karıştırılır. |
| Tuz | 10 | 1 tatlı kaşığı | İnce şekilde doğranır ve salatanın üzeri süslenir. |
| Taze otlar | 50 | ½ su bardağı | |

Tablo 2. Cönönköy Salatası Kalite Kriterleri

| | |
|----------------|------------------------------------|
| Görünüş | Şeritler halinde doğranmış şekilde |
| Renk | Kullanılan ürünlere özgü renk |
| Doku | Sebzeler yumuşak |
| Koku | Taze lahana ve yeşilliklerin koku |
| Tadı | Lahana, yeşillik ve baharat |

Tablo 3. Kara- Alma Salatası Reçetesi

| Tarifenin Grubu: Salatalar | | | Hazırlık Süresi: 15 dk |
|----------------------------|--------------|--------------|---|
| Porsiyonun Ölçüsü: 200 g | | | Piştirme Süresi: 4 dk |
| İçindekiler | Ağırlık (gr) | Ölçü | İşlem Basamakları |
| Havuç | 100 | 2 orta boy | Havuçlar jülyen şekilde doğranır. Kaynayan suda haşlanır. |
| Sarımsak | 10 | 3 diş | Elmalar jülyen şekilde doğranır. Kararmaması için limonlu suda bekletilir. |
| Ceviz içi | 100 | 1 su bardağı | Ceviz ve sarımsak elde küçük parçalar halinde doğranır ya da havanda dövülür. |
| Elma | 100 | 1 orta boy | Tüm bileşenler geniş bir kasede birleştirilir. |
| Bitkisel yağ | 30 ml | 2 kaşık | Yağ ve baharatlar dökülerek karıştırılır. |

Tablo 4. Kara- Alma Salatası Kalite Kriterleri

| | |
|----------------|--|
| Görünüş | Şeritler halinde doğranmış şekilde |
| Renk | Kullanılan ürünlere özgü renk |
| Doku | Sebzeler yumuşak, elma diri yapıda |
| Koku | Haşlanmış havuç ve çiğ elma baskın, hafif sarımsak |
| Tadı | Havuç, elma ve baharat |

Tablo 5. Ayrınlı Salata Reçetesi

| Tarifenin Grubu: Salatalar | | | Hazırlık Süresi: 10dk |
|----------------------------|--------------|----------------|--|
| Porsiyonun Ölçüsü: 200 g | | | Piştirme Süresi: 0 dk |
| İçindekiler | Ağırlık (gr) | Ölçü | İşlem Basamakları |
| Yeşil soğan | 20 | 2 orta boy | Yeşil soğan ve taze yeşillikler ince şekilde doğranır ve karıştırılır. |
| Taze yeşillikler | 70 | ½ demet | Ekşi ayranın üzerine eklenir ve karıştırılır. |
| Ekşi ayran | 200 | 1 su bardağı | Kaselere konur. |
| Karabiber | 10 | 1 tatlı kaşığı | Tuz ve kırmızı biberle karıştırılır. |
| Tuz | 10 | 1 tatlı kaşığı | |

Tablo 6. Ayrınlı Salata Kalite Kriterleri

| | |
|----------------|---|
| Görünüş | Ayran, içinde ince doğranmış soğan ve yeşillikler |
| Renk | Kullanılan ürünlere özgü renk |
| Doku | Kalın bir yapı |
| Koku | Ayran ve yeşil soğan |
| Tadı | Yeterli derecede tuzlu, baharatlı ve ekşimtrak |

4.2. Çorbalar

Tablo 7. Caş Çorbası Reçetesi

| Tarifenin Grubu: Çorbalar | | | Hazırlık Süresi: 20 dk |
|---------------------------|--------------|----------------|---|
| Porsiyonun Ölçüsü: 200 g | | | Piştirme Süresi: 120 dk |
| İçindekiler | Ağırlık (gr) | Ölçü | İşlem Basamakları |
| Et (koyun, sığır, at) | 1000 | --- | Et soğuk suya konur. Kısık ateşte 1.5 saat pişirilir. |
| Su | 3000 ml | 15 su bardağı | Et suyunun berrak ve lezzetli olması için zaman zaman köpüğü alınır. |
| Sarımsak | 10 | 3 diş | Pişen ete tuz eklenir. |
| Yeşil soğan | 20 | 2 adet | Bir taşım daha kaynadıktan sonra ocaktan alınır. |
| Yeşil biber | 30 | 2 yemek kaşığı | Et suyunun içine doğranmış soğan, sarımsak, dereotu, yeşil biber, defne yaprağı, kırmızı biber eklenir. |
| Defne yaprağı | 5 | 2 adet | 5 dakika kaynatılır |
| Dereotu | 30 | 2 yemek kaşığı | Soğumaya bırakılır. |
| Kırmızı biber | 10 | 1 tatlı kaşığı | |
| Tuz | 10 | 1 tatlı kaşığı | |

Tablo 8. Caş Çorbası Kalite Kriterleri

| | |
|----------------|---|
| Görünüş | Et suyuna koyulmuş sebzeler kendi formunu kaybetmemiş |
| Renk | Berrak |
| Doku | Et ve sebzeler yumuşak dokuda |
| Koku | Et suyu, sarımsak, taze yeşillikler |
| Tadı | Hafif tuzlu, et |

4.3. Ana Yemekler

Tablo 9. Umach Külü Reçetesi

| Tarifenin Grubu: Ana Yemekler | | | Hazırlık Süresi: 15 dk |
|-------------------------------|--------------|----------------|---|
| Porsiyonun Ölçüsü: 250 g | | | Piştirme Süresi: 25 dk |
| İçindekiler | Ağırlık (gr) | Ölçü | İşlem Basamakları |
| Buğday unu | 1000 | 7 su bardağı | Un, tuzlu su ekleyerek ince taneler oluşana kadar avuç içinde ovalanır. |
| Su | 200 ml | 1 su bardağı | Domates püre haline getirilir. |
| Tereyağı | 30 | 2 yemek kaşığı | Küçük doğranan soğanlar domates püresiyle birlikte sotelenir. |
| Soğan | 100 | 1 adet | Elde edilen hamur taneleri kaynayan et suyuna dökülür. |
| Domates | 120 | 1 adet | 12 dakika pişirilir. |
| Sarımsak | 10 | 3 diş | Sotelenmiş soğanlar ve domatesler eklenir. |
| Et suyu | 600 ml | 3 su bardağı | Piştirmenin sonunda ince kıyılmış sarımsakları eklenir. |

Tablo 10. Umach Külü Kalite Kriterleri

| | |
|----------------|-------------------------------------|
| Görünüş | Özel şeklini korur |
| Renk | Taneler nedeniyle bulut görünümünde |
| Doku | Yumuşak, orta kalınlıkta yapıda |
| Koku | Sarımsak, domates, soğan |
| Tadı | Orta derecede tuzlu |

Tablo 11. Gülazık Reçetesi

| Tarifenin Grubu: Ana Yemek | | | Hazırlık Süresi: 10 dk |
|----------------------------|--------------|----------------|--|
| Porsiyonun Ölçüsü: 250g | | | Piştirme Süresi: 90 dk |
| İçindekiler | Ağırlık (gr) | Ölçü | İşlem Basamakları |
| Et (koyun, sığır, at) | 1000 | --- | Seçilen et 40 dk kaynatılır. |
| Su | 3 lt | 15 su bardağı | Et hazır olduğunda parçalanır ve 10 dakika daha kaynatılır. |
| Kurut | 400 | 2 kâse | Pişen et kurutulur ve parçalanan kurut eklenir. |
| Talkan | 400 | 2 kâse | Kurut ile birlikte takan (kavrulmuş arpa veya buğdaydan kaba un) da eklenir. |
| Tuz | 10 | 1 tatlı kaşığı | Uzun zaman depolanabilir. |
| Su ya da bulyon | 200 ml | 1 su bardağı | Sıcak suya ya da bulyona 1 yemek kaşığı Gülazık konur. |

Tablo 12. Gülazık Kalite Kriterleri

| | |
|-------------|------------------------------------|
| Renk | Kullanılan ürünlere özgü renk alır |
| Doku | Sebzeler ve et yumuşak yapıda |
| Koku | Et suyu ve kullanılan yeşillikler |

Tablo 13. Dımdama Reçetesi

| Tarifenin Grubu: Ana Yemekler | | | Hazırlık Süresi: 20 dk |
|--------------------------------------|---------------------|----------------|---|
| Porsiyonun Ölçüsü: 300 g | | | Pişirme Süresi: 60 dk |
| İçindekiler | Ağırlık (gr) | Ölçü | İşlem Basamakları |
| Kuyruk yağı | 500 | --- | Tüm sebzeler yıkanır, soyulur. |
| Kuzu eti | 1000 | --- | Havuçlar ve patates mirpua, lahana jülyen, domates, soğan ve sarımsak brunuaz doğranır. |
| Domates | 240 | 2 adet | Et kuşbaşı doğranır. |
| Yeşil biber | 120 | 2 adet | Kuyruk yağı büyük parçalar halinde doğranır. |
| Havuç | 100 | 2 adet | Tencerenin içine koyun kuyruk yağı dilimleri yayılır ve üzerine et dilimleri dizilir. |
| Lahana | 300 | 2 kâse | Et ve kuyruk yağı katmanlar halinde bitene kadar dizilir. |
| Patates | 300 | 3 adet | Her katmanın arasında tuz ve karabiber serpilir |
| Soğan | 200 | 2 adet | En üst kısma soğan ve sarımsak ve diğer sebzeler dizilir. |
| Sarımsak | 10 | 3 diş | En üst kısma ince doğranmış maydanoz ve dereotu eklenir. |
| Maydanoz | 30 | 2 yemek kaşığı | Tencerenin ateşi azaltılarak 60 dakika pişmesi sağlanır. |
| Dereotu | 30 | 2 yemek kaşığı | Piştikten sonra üzerine baharatlar eklenir. |
| Tuz ve Karabiber | 10 | 1 tatlı kaşığı | |
| Kırmızı biber | 30 | 2 yemek kaşığı | |

Tablo 14. Dımdama Kalite Kriterleri

| | |
|----------------|--|
| Görünüş | Güveç görünümünde |
| Renk | İçindekilere özgü karışık renk |
| Doku | Yumuşak et ve sebzeler |
| Koku | Et baskın, sebzeler, sarımsak ve soğan |
| Tadı | Orta derecede tuzlu, baharatlı |

4.4. Tatlılar

Tablo 15. Cansak Reçetesi

| Tarifenin Grubu: Tatlılar | | | Hazırlık Süresi: dk |
|----------------------------------|---------------------|--------------|---|
| Porsiyonun Ölçüsü: 200 g | | | Pişirme Süresi: dk |
| İçindekiler | Ağırlık (gr) | Ölçü | İşlem Basamakları |
| Ceviz içi | 100 | 1 su bardağı | Ceviz elde küçük parçalar halinde doğranır. |
| Bal | 200 ml | 1 kâse | Tereyağı eritilir, cevizler ilave edilir ve soğutulur. |
| Tereyağı | 200 | 1 kâse | Karışıma bal eklenir, karıştırılır ve elde top şekli verilir. |

Tablo 16. Cansak Kalite Kriterleri

| | |
|----------------|-------------------------------|
| Görünüş | Yuvarlak top |
| Renk | Sarı-Kahverengi |
| Doku | Yarı yumuşak |
| Koku | Bal baskın, ceviz ve tereyağı |
| Tadı | Yoğun tatlı |

5. DEĞERLENDİRME VE SONUÇ

Toplumlara ait mutfak kültürü ve bu kültüre ait yemekler toplumun kültür ve yaşam biçiminin bir parçasıdır. Yöre ve bölgelerin farklılaşarak bir marka haline gelmesinde de etkili ve önemli bir faktördür. Bir destinasyonun mutfağı ve mutfak kültürü diğer yöre, bölge ve ülkelere açılan bir kapı gibidir. Toplumların kültürler şekilde kaynaşması ve kültürün toplumlar arasında aktarılmasında mutfak ve mutfak kültürü önemli bir rol oynamaktadır. Bu nedenle, günümüzde turistlere yönelik yemek sadece bir ihtiyaç değil, bunun ötesinde kültürel bir tercih haline gelmiştir (Selwood, 2003).

Her destinasyonu oluşturan yöre, bölge ve ülkenin kendine özgü çekici özellikleri bulunabilir. Ancak, bu çekici özelliklerin tümü aynı düzeyde ve şekilde ön plana çıkarmak her zaman pek mümkün değildir (Cömert, 2014). Destinasyonlarda hazırlanan yemekler ve destinasyonun kültürü turistlerin seyahatlerinde önemli bir çekicilik unsurudur (Hacıoğlu vd., 2009). Turistleri seyahat etmeye motive eden etmenler arasında, destinasyonun mutfak kültürü de yer almaktadır. İnsanlar bir destinasyonun yemeklerini yerinde deneyimleyebilmek için bazen kilometrelerce yolu kat etmeyi göze alabilmektedirler (Denizer, 2014).

Selwood'a göre (2003), mutfak kültürü destinasyonun marka haline gelmesinde etkili faktördür. Eğer geleneksel Kırgız mutfağı bir marka haline gelmesi ve ülke gastronomisine katkı sağlayarak Kırgızistan destinasyonu için bir çekicilik unsuru olması amaçlanıyorsa, mutfağı oluşturan unsurların bir araya gelmesi ve geleneksel yemeklerinin standardizasyon uygulamalarının yapılarak Kırgız mutfağı yemeklerinin daha kaliteli bir şekilde yerli ve yabancı turiste sunumunun saklanması gerekmektedir.

Araştırma sonucunda geliştirilen standart reçetelerin Kırgızistan'da faaliyet gösteren turizm işletmelerince tekrar uygulamaya başlaması için yerel yönetimler ve sivil toplum kuruluşlarınca bu yemeklerin tanıtımına yönelik Kırgız halkına hitaben festivaller, yemek kursları, workshop çalışmaları gibi etkinlikler düzenlenmesi gerekmektedir. Bu şekilde hem unutulmuş yemekler halka tekrar tanıtılacak hem de hazırlanışları öğretilmiş olacaktır. Ayrıca, Kırgızistan'da gelişmeye devam eden turizm sektörü de bu yemeklerin yerli ve yabancı turistlere tanıtılması açısından önemli bir rol oynamaktadır. Bu nedenle, Kırgızistan'da faaliyet gösteren turizm işletmelerinin menülerinde bu yemeklere de yer vererek turistlere tanıtımının sağlanması gerekmektedir. Ancak, Kırgız geleneksel mutfağı çok sayıda otantik öğeler içermektedir. Gastronomi turizminde de ön plana çıkan bu güçlü özelliği kaybetmemek adına turizm işletmelerinde uygulanması ve yaygınlaştırılması için mutlaka turizm profesyonellerinin bu projeye dahil edilmesi önerilir.

KAYNAKÇA

- Anonim, (2012). *Yeni yemek reçeteleri*. Ankara: MEGEP MEB Yayınları.
- Aydoğdu, A., & Mızrak, M. (2017). Yöresel yemeklerin sürdürülebilirliğinde standart reçetelendirmenin önemi: Kastamonu mutfağı örneği. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(20), 366-394.
- Borubaev, T. (1982). Kirgizskaya kuhnya.
- Борбодоев, Ж. М. (2016). О структуре этнической идентичности кыргызской национальности. *Вопросы национальных и федеративных отношений*, (2), 135-141.
- Büyüköztürk, Ş., Akgün, Ö.A., Karadeniz, Ş., Demirel, F., & Çakmak, E. (2020). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık
- Саматова, Г. Ж. (2015). Особенности развития предприятий общественного питания в Кыргызской Республике. *Вестник Кыргызского государственного университета строительства, транспорта и архитектуры им. Н. Исанова*, (3), 219-224.
- Cömert, M. (2014). Turizm pazarlamasında yöresel mutfakların önemi ve Hatay mutfağı örneği. *Journal of Tourism ve Gastronomy Studies*, 2(1), 64-70.
- Çekal, N., & Doğan, E. (2022). Sürdürülebilir gastronomide standart reçete ve coğrafi işaretlerin önemi. *Turizm Çalışmaları Dergisi*, 4(1), 49-60.
- Denizer, D. (2014). Management Process of Food and Beverage Sector and a Model Proposal. In *Global Interdisciplinary Business-Economics Advancement Conference (Giba) Conference Proceedings* (p. 551).
- Doğan, M. (2022). Menü planlama ve standart reçeteler. *Toplu Beslenme Sistemleri ve Catering Hizmetleri Yönetimi*. Ankara: Nobel Akademik Yayınları.

- Gönen, S., & Ergun, Ü. (2008). Otel işletmelerinin yiyecek içecek bölümünde iç kontrol sisteminin etkinliğinin değerlendirilmesine yönelik bir uygulama. *Ege Academic Review*, 8(1), 183-204.
- Hacıoğlu, N., Girgin, G. K., & Giritlioğlu, İ. (2009). Yiyecek–içecek işletmelerinin pazarlama faaliyetlerinde yöresel mutfakların kullanımı: Balıkesir örneği. 3. *Ulusal Gastronomi Sempozyumu Bildirileri*, 17-18.
- Hamilton, N. (2011). *Food and culture*. Massachusetts National Committee.
- İnce, C., Gök, T., Samatova, G., Turganbayeva, N., & İsakova, D. (2020). Kırgızistan gastronomi haritası. *Safran Kültür ve Turizm Araştırmaları Dergisi*, 3(3), 360-382.
- İsakova, D. (2023). Bişkek şehrindeki etno-restoranların menüsündeki, sakatatlardan elde edilen geleneksel gıdaların yer almasının analizi. *Avrasya Çalışmaları Dergisi*, 20-30.
- Liaqat, P., Khan, M. N., & Mohammad, F. (2009). Consumer acceptance of standardized mixed/composite foods for optimal accuracy in nutrient estimation. *Pakistan Journal of Nutrition*, 8(8), 1301-1303.
- Mason, M. (2010). Sample size and saturation in PhD studies using qualitative interviews. Forum: *Qualitative Social Research*, 11(3), Art 8.
- Мурзакметов, А. К. (2021). Алтайско-кыргызские традиции и обряды, связанные с пищей. In *Народы Алтая в социокультурном пространстве России на рубеже эпох* (ss. 360-368).
- Oğuz, O. (1990). *Üçüncü milletler arası yemek kongresi*. Konya Kültür ve Turizm Vakfı Yayını Bildiri Kitabı, 7- 12 Eylül, Ankara.
- Onoğur, T., & Elmacı, Y. (2015). *Gıdalarda duyuşal değerlendirme*. İzmir: Sidas Yayıncılık.
- Öktem, Ş. (2014). Standart reçetelerin turizm sektöründe sürdürülebilirliğe katkısı: Mersin yöresi kahvaltı örnekleri. *Journal of Tourism ve Gastronomy Studies*, 2(2), 24-33.
- Samatova, G., İnce, C., & Turganbaeva, L. N. (2020). Kırgız mutfak kültürünün yaşayan efsanesi: Taş–Kordo. *Proceedings E-Book*, 182.
- Selwood, J. (2003). The lure of food: food as an attraction in destination marketing in manitoba, canada. *Food Tourism Around The World. Development, Management and Markets, Contents*, 10, 178-191.
- Sormaz, Ü., Aldemir, N., & Yılmaz, M. (2023). *Osmanlı mutfağına özgü helvaların standartlaştırılması*. 7. International Gastronomy Tourism Studies Congress 2023, 28-30 September, Kastamonu/TURKEY, (Özet Bildiri/Sözlü Sunum), Book of Abstracts, s. 24-26.
- Şanlıer, N., & Arıkan, B. (2001). *Elâzığ mutfağından unutulmak üzere olan birkaç yemek*. Ankara: Türk Halk Kültürünü Araştırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları.
- Şavkay, T. (2000). *Osmanlı mutfağı*. İstanbul: Şekerbank Yayınları.
- Tezcan, M. (1982). Türklerde yemek yeme alışkanlıkları ve buna ilişkin davranış kalıpları. *Türk Mutfağı Sempozyum Bildirileri*, AÜ Basımevi, Ankara.
- Tosun, İ., & Koç, A. (2018). *Türkiye Türkçesindeki İtalyanca ödünç sözcüklerde görülen ses olayları*. Uluslararası İnsan ve Toplum Bilimleri Sempozyumu.