

KÜLTÜR BAKANLIĞI
HALK KÜLTÜRÜNÜ ARAŞTIRMA DAİRESİ YAYINLARI: 141
SÜRELİ YAYINLAR DİZİSİ: 21

**TÜRK
HALK KÜLTÜRÜ
ARAŞTIRMALARI**
(TURKISH FOLK CULTURE RESEARCHES)

1990 / 1

Türk Mutfağı Özel Sayısı
(Special Volume of Turkish Cooking)



ÖZTEK MATBAASI, ANKARA - 1990

KAYSERİ İLİ'NİN YEMEK ALIŞKANLIKLARI, TİPİK YEMEK TARİFLERİ, STANDARTLAŞTIRILMASI VE KULLANILAN MUTFAK ARAÇLARI

Dr. Selma BİRER* - Dyt. Hülya TULGAR**

GİRİŞ:

Türk Mutfağı denilince akla Türk Tarihi gelmektedir. Çünkü bir millet kolaylıkla ağzının tadını kaybetmez, alıştığı yemeğinden vazgeçemez. Uzun bir tarihsel geçmişe sahip Türkler, mutfak konusunda da zengin bir kültüre sahiptir. Bugün dünyanın sayılı mutfakları arasında, lezzetli yemeklerin hazırlandığı, çeşit yönünden de zengin olan Türk Mutfağı yer almaktadır.

İç Anadolu bölgesinde bulunan Kayseri ili sınırları içinde yerli halk ile birlikte Türk milletinin çeşitli kollarından gelen insanlar yaşamaktadır. Bu sebeple yemek yeme alışkanlıkları kültürün bir ögesi olduğundan ilin hemen her ilçe ve köyünün kendine has mutfağı vardır. Kayseri mutfağı oldukça zengin bir mutfaktır. Kendine has bir kısım özellik ve güzelliklerini coğrafi şartlarla sosyal ve kültürel yapının mutfakta kendini göstermesidir. Yörenin güzellikleri, tatları, renkleri mutfağa yansıtılmıştır. Kayseri mutfağının zenginleşmesinde coğrafi şartlar büyük rol oynar. Yerleşim yerinin, tarım ve hayvancılığa dayanan ekonomik yapısının göstergesi olarak Kayseri ilinde hamur işi yiyeceklerin oldukça yaygın olduğunu görüyoruz. Halk genellikle baharatlı, biberli ve hamurlu yiyeceklere düşkündür. İlin, ilçe ve köylerinde yılın her mevsiminde sebze ve meyve yenir. Halk genellikle yaz sebelerini kurutarak kışın yer. Kış hazırlıkları kadınların en önemli uğraşlarından. Erişte, makarna, salça, turşu, tarhana, reçel yaz aylarında yapılmaktadır. Diğer Anadolu bölgelerinde sıklıkla kullanılan bulgurun yerini Kayseri yöresinde buğday unu almıştır. Gerek mantıları, gerekse diğer yemeklerin çoğunda tahıllar bolca kullanılmıştır. Manti ve pastırma Kayseri mutfağının sembolü gibidir. Anadolu'nun birçok yörelerinde mantı ismiyle sadece suda haşlanmış hamur yemekleri anlaşılırken «Kayseri'de mantı», sacda, fırında, suda ya da yağda pişirilerek, her mantının ayrı bir katlama şekli bulunmakta ve de yağ, prou, kulaklı, paşa, tepsi, üzengi, beli bükme gibi çeşitli isimler almaktadır. Kayseri mutfağında en çok pişirilen yemeklerin başında mantı gelir. Mantının yanı sıra kış günlerinin özel yemeği de «Arabaşı»dır. Halk dağlarda, kırlarda kendi kendine yetişen madımak, yemlik, girabolu gibi bitkilerden geniş ölçüde yararlandığı gibi ünlü ve kaliteli pastırma ve sucukları diğer yiyecek maddeleriy-

* Hacettepe Üniversitesi Sağlık Teknolojisi Yüksek Okulu Öğretim Görevlisi.

** Sağlık Sosyal Yardım Bakanlığı Gaziantep Devlet Hastanesi Diyetisyeni.

le birlikte kullanarak pastırmalı kurufasulye, sucuklu pilav, pastırmalı yumurta gibi yöreye özgü yeni yemek çeşitleri oluşturmuştur. Bölgesel kimi bitki ve sebzeler de (pancar, üzüm gibi) yemek özelliğini ve çeşidini etkilemektedir. Üzüm yemeği (Üzümlenme), pancar salatası, pancar çorbası bölgenin kendine özgü yemekleridir.

KAYSERİ YEMEKLERİ

Kayseri'de yapılan yemekleri şu şekilde sıralayabiliriz.

Çorbalar: Un, bulgur, tarhana, tennuri, pancar, erişte, pirinç ve şehriye çorbalarıdır.

Mantılar: Boraşı, etli mantı, prou (peynirli) mantı, yağ mantısı, şebit mantı, beli bükme (boş mantı), fırın mantı çeşitleridir.

Etlî Yemekler: Pehli, sulu köfte, sac kebabı, testi kebabı, etli pide, pöç, kovalama, üzümlenme, pastırmalı kurufasulye, Kayseri köftesi, arabaşı, kurşun aşısı, gendime, etli patates.

Dolmalar: Patates köftesi, lahana dolması, pırasa dolması, patlıcan dolması, domates dolması, mumbar dolması, soğan dolması, biber dolması, yaprak sarması.

Pilavlar: Bulgur (düg) pilavı, sade veya pastırmalı pirinç pilavı, şehriye pilavı, erişte, kuskus, cevizli peynirli makarna.

Börekler: Tandır böreği, kıymalı börek, kıvrım börek, muska börek, açma börek, kıymalı yağlama, kete.

Tatlılar: Hurma tatlısı, oklava baklavası, açma, güllü baklava, fincan ağzı, nevzine, aside, un helvası, incir dolması.

Türk Mutfağı adı altında «Yöresel Yemekler» ile ilgili birçok çalışma yapılmıştır. Bu çalışmaların çoğunda toplanan yemek tarifeleri ayrıntılı ve ihtiyaç halinde uygulanabilir özellikte değildir. Bu çalışmalarda besin değerlerinden bahsedilmemiştir. Bu nedenle Kayserili olan Araştırmacı Hülya Tuglar tarafından bu yöreye ait yemeklerin hazırlama ve pişirme şekilleri ile, bir porسیونlarının besin değerleri, hesaplanmış olup Tablo-1 de gösterilmiştir.

ETLİ MANTI: Un, yumurta ve tuz bir miktar su ile katı bir hamur yapılır. 1 mm. kalınlıkta yufka açıldıktan sonra, 1,5-2 cm. lik kareler kesilir. ortalarına kıyma, soğan, maydanoz, baharat, tuz karışımı konularak karenin 4 ucu üstte birleştirilerek iyice yapıştırılır. Kaynamakta olan az tuzlu suya atılıp pişirilir. Üzerine sarmısaklı yoğurt ve salçalı yağ dökülür. Sumak da eklenebilir.

FIRIN MANTI: Etlı mantı gibi hazırlandıktan sonra; kaynayan su içerisine atılmadan, yağlanmış fırın tepsisine yerleştirildikten sonra hafif pembeleşinceye kadar fırında pişirilir. Mantıların üstünü örtecek şekilde sıcak su konur ve hamurlar suyunu çekince üzerine sarmısaklı yoğurt ve salçalı yağ dökülür. Sumak da eklenebilir.

ŞEBİT MANTI: Mayalı hamurdan 20 cm. çapında yufkalar açılır ve sağ, üzerinde veya teflon tavada pişirilir ve her iki tarafı tereyağı ile yağlanır. Daha sonra üzerine önceden hazırlanan kavrulmuş kıyma, soğan, domates, tuz ve biber karışımı dökülür ve sarmısaklı yoğurt ile servis edilir.

ARABAŞI: Su ve undan hazırlanmış bulamaç kaynamakta olan sıcak suya eklenerek kaynatılır. Geniş bir tepsinin her tarafına yayılacak şekilde dökülür ve soğumaya bırakılır. Haşlanmış ve kemiklerinden ayrılmış tavuk eti ufak parçalara didiklendikten sonra kaynamakta olan tavuk suyunun içine atılır. Yağ ve undan hazırlanan miyaneye salça ve toz biber eklenerek kaynamakta olan tavuk suyuna eklenerek pişirilir. Soğumaya bırakılan hamur bıçakla 2-3 cm. lik karelere kesilir. Kişiler kaşıklarına bir parça hamur ile bir miktar çorba alarak çiğnemedten yutarlar.

KURŞUN AŞI: Bulgur, un, tuz, toz biber ve bir miktar su ile şekil verilebilecek hamur haline gelinceye kadar yoğrulur. Bu hamurdan ufak parçalar kopararak bilye şeklinde yuvarlandıktan sonra, önceden ıslatılmış nohut ve yeşil mercimekle birlikte kaynatılır. Yağ, soğan, kıyma ve salçadan hazırlanmış karışım kaynayan kurşun aşına eklenir ve üzerine kuru nane dökülerek servis yapılır.

GENDİME: Önceden haşlanmış yarma ile bulgur, tuz, karabiber, kavrulmuş kıyma karışımı suyunu çekinceye kadar pişirildikten sonra üzerine eritilmiş yağ dökülerek servis edilir.

TENNURİ ÇORBASI: Bu çorba XV. yüzyılda Kayseri'de yaşamış bir şair ve aynı zamanda hekim olan Akşemseddin'in öğrencilerinden Şeyh İbrahim Tennuri'nin dergâhında pişirilip halka dağıtılmıştır. Günümüzde Kayseri'de yine yapılmaktadır. Nohut ve mercimek yumuşayınca kadar pişirilir. Un bir miktar su ile iyice ezildikten sonra karışıma eklenir. Pirinç ile önceden kavrulmuş kıyma da eklendikten sonra devamlı karıştırılarak pirinçler yumuşayınca kadar pişirilir üzerine salçalı yağ dökülür.

TARHANA ÇORBASI: Yarma, mercimek, nohut kısa süre pişirildikten sonra yağı alınmış süzölmüş yoğurt ile karıştırılarak yoğrulur. Bu koyu kıvamlı karışım uygun kaplara konularak kış mevsimine saklanır. Bir sürede mayalanan tarhana pişirileceği zaman soğuk su ile ezilir devamlı karıştırılarak pişirilir, üzerine salçalı yağ ve kuru nane dökülür.

PANCAR ÇORBA: Küçük parçalar halinde şeker pancarı haşlandıktan sonra içine bulgur, tuz, yağ eklenerek pişirilir. İnmesine yakın pekmez veya şeker eklenir. Limon suyu ilavesi ile servis edilir.

PIRASA DOLMASI: Pırasanın beyaz kısımları 5-6 cm. uzunluğunda kesilir ve haşlanır. Pırasalar ikişer kat kalacak şekilde içlerinden ayrılır. Soğan, maydanoz, dereotu, salça, tuz, karabiber, kıyma, pirinçten hazırlanan dolma içi pırasaların içine doldurulur ve tencereye dizilerek aynen dolma gibi pişirilir.

SOĞAN DOLMASI: Ayıklanmış kuru soğanların muntazam durmalarını sağlamak için alt ve üst kısımlarından ince bir dilim kesildikten sonra iç kısımları ayıklanır ve kaynatılır. Kıyma, ekmek içi, toz karabiber, tuz, maydanozdan hazırlanan dolma içi pişirildikten sonra haşlanmış soğanların içerisinde doldurulur. Yağlanmış fırın tepsisine dizilir ve fırında pişirilir.

PATATES KÖFTESİ: Köftelik bulgur, soğan, un, yumurta, tuz, nane ve kırmızı biber ve az miktar su ile yoğrulur. Bu karışım yumurta büyüklüğünde parçalar halinde yuvarlak köfteler yapılır. İçi açılarak haşlanmış rendelenmiş patates doldurularak kapatılır. Kaynayan suda pişirilir. Servis tabaklarına alınan köftelerin üzerine kırmızı biberli yağ dökülerek servis edilir.

ÜZÜM YEMEĞİ (Üzümlenme): Soğan, yağ ve kuşbaşı etle kavrulmuş karışıma, salça, tuz ve su eklenerek kaynatılır. Sarı veya siyah kuru üzüm karışıma eklenerek pişirilir. Kayseri iline özgü olmak üzere et yerine bazı yemekler pastırma veya sucuklu yapılmaktadır. Örneğin: Sucuklu pilav, pastırma kuru fasulye gibi.

NEVZİNE: Un, yağ ve tahin iyice karıştırıldıktan sonra bir tepsiye yayılıp orta sıcaklıktaki fırında pembeleşinceye kadar pişirilir. Daha sonra baklava şeklinde kesilir ve sıcak iken üzerine pekmez dökülür ve soğumaya bırakılır. Pekmez yerine koyu bir şurupla da servis edilebilir.

ASİDE: Un ve yağ hafif pembeleşinceye kadar kavrulur. Üzerine su ve pekmez eklenerek devamlı karıştırılarak kaynatılır. Sıcak olarak servis edilir.

İNCİR DOLMASI: Kuru incirlerin sapları çıkarılır, aynı yerden parmakla bastırılarak bir çukur açılır. Bu çukurlara dövülmüş fındık ve toz şeker karışımı doldurulur. Yağlanmış tepsiye dizilir. Üstlerini örtecek şekilde su konularak hafif ateşte pişirilir. Soğuduktan sonra üzerlerine bir parça kaymak konularak servis edilir.

KAYSERİ İLİNDE YAPILAN KIŞ HAZIRLIKLARI

Üzüm Turşusu: Üzümler saplarından ayrılır, yıkaılır, içi sırlı küplere konur. Üzerine üzüm şırası ve hardal konur. Kışın taze üzüm gibi yenilir.

Bostan (Karpuz) Turşusu: Küçük karpuzlar iyice yıkanır üzerlerinden delikler açılarak içi sırlı küplere konur. Üzerine sirke, su, tuz, ilave edilir. Küpün ağzına asma yaprağı konulup kapatılır. Kışın yenir.

Pancar Turşusu: Pancarlar yıkanarak kabukları soyulur, ince ince dilimlenir. Kaynar suda haşlanır, içi sırlı küplere konur. Üzerine su, sirke, tuz, konup olgunlaşmaya bırakılır.

Gilaburu Turşusu: Gilaburu nohut büyüklüğünde kırmızı top top meyvesi olan bir bitkidir. Turşusunu yapmak için, gilaburular olgunlaşınca dalından toplanır, iyice yıkanıp içi sırlı küplere konur. Küpe 1 kg.kadar buğday atılır. Üzerine su konup kışa saklanır.

Pezik Turşusu: Pancarların sapı kesilir. Bunlar suda haşlanır. Ağzı iyice kapanan naylon bidonlara veya içi sırlı küplere konur. Üzerine su, sirke, tuz konup olgunlaşmaya bırakılır.

Kuşburnu Reçeli: Kuşburnular yapraklarından ayrılır, temizlenir ve yıkanır. Daha sonra bir tencereye konur ve çok az miktarda su ilavesi ile ateşe konulur, yumuşaması sağlanır. Yumuşayan kuşburnu kevgirden geçirilir. Kevgirden geçirildikten sonra tekrar ateşe konur. Kaynamaya başlayınca ince bir sıvı haline gelir. Bu sıvı bir leğenin üzerine örtülen tülbentten geçirilir. Bunun sebebi çekirdeklerin ayrılmasını sağlamaktır. Çekirdekler ayrıldıktan sonra tekrar ateşe konulur ve kalınlaşmaya başlayınca şeker ilave edilir. Yoğurt kıvamından biraz daha ince bir kıvama gelince ateşten alınır.

KAYSERİ İLİNE AİT STANDARTLAŞTIRILMIŞ YEMEK TARİFLERİNİN BİR PORSİYONLARININ BESİN DEĞERLERİ

Tarife: No	Yemeğin Adı	Bir porsiyon Miktarı Gr	Enerji Kalori	Karbonhidrat	Port Gr.	Yağ Gr.	Ca mg	Fe mg	A. Vit (I.u)	B1. Vit mg	B2. Vit mg	Niasin mg	C. Vit mg
1	Pastırmalı Kuru Fasulye	250 gr.	456	54.2	23.8	17.1	129	8.8	424	0.55	0.21	2.1	2
2	Kayseri Köftesi	200 gr.	511	30.0	19.3	36.2	69	3.1	2000	0.47	0.28	6.4	56
3	Üzümlerme	280 gr.	593	63.7	17.9	30.7	67	5.4	487	0.17	0.20	4.2	4
4	Patates Köftesi	250 gr.	436	45.8	13.4	22.9	56	4.9	1008	0.33	0.17	4.6	13
5	Soğan Dolması	230 gr.	263	23.6	8.3	15.5	83	2.2	1228	0.11	0.16	2.1	29
6	Pırasa Dolması	300 gr.	435	55.7	21.2	17.0	185	5.4	867	0.36	0.35	5.8	45
7	Şebit Mantı	400 gr.	989	131.2	48.9	31.4	153	4.5	1087	0.23	0.40	6.2	14
8	Fırın Mantı	300 gr.	729	85.5	22.9	34.0	151	2.7	1752	0.16	0.36	3.3	18
9	Etlı Mantı	200 gr.	762	86.0	28.0	33.4	174	3.8	1764	0.46	0.12	1.4	12
10	Arabaşı	380 gr.	423	35	20.2	24.3	27	1.5	867	0.10	0.27	6.7	10
11	Kurşunaşı	320 gr.	371	50.2	14.7	13.5	54	4.1	328	0.22	0.15	2.9	2
12	Gendime	250 gr.	200	20.2	6.1	11.0	23	1.6	236	0.14	0.07	2.3	1
13	Sucuklu Pilav	350 gr.	642	86.2	13.8	27.9	28	1.5	500	0.07	0.07	2.2	0
14	Erişte Çorbası	200 gr.	220	25.0	6.6	10.4	29	0.5	331	0.06	0.18	0.6	3
15	Pancar Çorbası	300 gr.	148	16.5	2.6	7.0	18	1.3	410	0.07	0.04	0.9	6
16	Tennuri Çorba	200 gr.	394	47.3	8.2	19.1	9	1.4	212	0.14	0.04	1.0	6
17	Pancar Salatası	200 gr.	65	13.5	2.3	0.1	31	1.4	27	0.04	0.07	0.6	14
18	Nevzine	350 gr.	1519	226	24.3	59.3	546	16.3	1167	0.36	0.31	4.1	0
19	Aside	150 gr.	516	93.0	5.5	14.0	344	8.7	510	0.07	0.15	1.6	0
20	İncir Dolması	200 gr.	681	32.2	7.8	59.4	191	3.7	827	0.23	0.08	0.9	0

KAYSERİ İLİNDE BAZI YİYECEK VE
YEMEKLERİN MAHALLİ İSİMLERİ

aşure: tatlı aş.
ayran: çalkalama.
badem: adıyaman.
baharat: avcar.
başsoğan: ker.
çemen: çaman
çerez: ülü.
çiğ börek: kıymalı börek.
domates: kavate.
ekmek: ekelemek.
etli pide: cıvıklı.
ham karpuz: şalak.
hamur mayası: eşgamur.
hamur yumağı: künt.
havuç: püçüklü.
iğde: çalı.
kabak: gabah.
kavurma: sızgıt.
kayısı: bitirge.
kebab: sövütme.
kısır: eremik.
kuru kayısı: çir.
kuru üzüm: karuburcu.
lâhana: ilaane.

maydanoz: madeniş.
mumbar dolması: gıdık.
pancar: koçabaşı-dip.
pancar yaprağı: pür.
patates: kumbur.
patlamış mısır: hiç.
patlıcan: baldırcan.
patlıcan kebab: kovalama.
pestil: bastık.
pide ekmek: lavaş.
pişmaniye: telteli.
sadeyağ: sayyağ.
salatalık: zavrak.
sucuk: irişgik.
sulu ıspanak yemeği: borani.
susam yağı: şırgır.
tahin: dâan.
taze yeşil soğan: pül.
ufak bulgur: pıt pıt.
üzüm: eldaş.
yağsız peynir: çökellik.
yarma: hilise.
yufka: dürüm.

**KAYSERİ İLİNDE YEMEK HAZIRLAMADA VE PİŞİRMEDE
KULLANILAN MUTFAK ARAÇLARININ
MAHALLİ İSİMLERİ**

- bodu: su testisi,
 boraç: tahtadan yapılmış su taşımaya yarayan kap.
 ciba: üstü açık, yayvan geniş sepet.
 çırba: bakraç.
 çineğer: büyük kalbur.
 çömçe: sulu yiyecekleri tencereden tabaklara boşaltmak için kullanılan uzun saplı kepçe.
 dolak: ince tahtadan yapılmış yağ saklamak için kullanılan kap.
 eğiç: kovandaki balı kesmek veya hamuru tahtadan kazımak için kullanılan alet.
 eğri ağaç: yufka pişirilirken kullanılan ince uzun yassı ağaç.
 cvraç: yufka tahtası.
 guştane: bakırdan yapılmış içinde su ısıtılan kenarlı büyük tencere.
 helke: bakırdan yapılmış büyük su kovası.
 hereni: küçük kazan.
 hedirget: odun ateşi ile yemek pişen ocaklarda tencere altına kurulan uzun demir çubuklar.
 ilaançe: küçük leğen, mantı veya börek aşısı pişirmek için kullanılır.
 kediyemezlik: yiyeceklerin saklandığı tel dolap.
 kelen: meyve saklanan yer.
 keşk: leğen.
 kevgir: köpük tutan veya süzme işlemi için kullanılan bir çeşit süzgeç.
 kulək: 5-6 kg. yoğurdu alabilen ince tahtadan yapılmış yoğurt kabı.
 lengari: tabaktan daha büyük düz bakır kap.
 löngür: yoğurt süzme kabı.
 maşdafa: maşrapa, bakırdan yapılmış içi kalaylı, saplı, bardak yerine su için kullanılır.
 oklaa: oklava, yufka açmada kullanılır.
 ölbe: yoğurt küleği.
 özüç: içi sırlı yağ küpü.
 pınavut: hamur tahtası.
 sahan: bakırdan yapılmış yemek tabağı.
 şakşak: tahta kaşık.
 sini: yayvan, ince kenarlı, üzerinde yemek yenilen büyük bakır fepsi.
 şirilâni: sıra kaynatmaya yarayan büyük bakır leğen.
 taka: bağ ve bahçelerde kullanılan kapaksız dolap.
 telis: un çuvalı.
 tuluk: kuzu ve keçi derisinden yapılmış yağ ve peynir tulumu.
 ufluk: ekmek bıçağı.

üzlük: topraktan yapılmış çanak ve güveçler.
üznük: küçük çömlük.
yağlenek: un elemeye yarayan tel elek.
yağrik: et parçalamaya, doğramaya yarayan tahta.

SONUÇ:

Tarımsal ekonomik yapısının bir göstergesi olarak Kayseri Mutfağı'nda hamurışı yiyeceklerin oldukça yaygın olduğunu görüyoruz. Halk genellikle baharatlı, biberli ve hamurlu yiyeceklere düşkündür. Araştırmacı Hülya Tulgar bölgenin yemek yeme alışkanlıklarını çok iyi bildiğinden Kayseri iline ait yemeklerden 20 adedi standartlaştırılmış ve besin değerleri hesaplanmıştır.

KAYNAKLAR:

- 1- Aykut. M. : Bazı Kayseri Yemcilerinin Besin Değerleri ve Protein Kalitesi. Bes. ve Diyet Der./J.Nutr. and Diet. 16: 1987 s. 191-198
- 2- Besinlerin Bileşimi: Derleme Komitesi, Türkiye Diyetisyenler Derneği Yayını: 1, Çağ Matbaası, Ankara, 1985.
- 3- Birer, S. : Türk Toplumlarında Yemek Yeme Alışkanlıkları ve Türk Mutfağının Özellikleri, Türk Folkloru Araştırma Dairesi Yayınları. G.Ü. Basın ve Yayın Yüksekokulu Basımevi, Ankara, 1984, s. 15-25.
- 4- Deniz, R, Karabulut, A.R.: Şeyh İbrahim Tennuri Divanı Gülsen-i Niyazdan Seçmeler. Emek Matbaası, Kayseri, 1983.
- 5- Hamit, H. : Kayseri Sözlüğü, Kayseri Halk Kitapları 2, Yeni Matbaa, Kayseri, 1964.
- 6- Kayseri İl Yıllığı, 1973, Ayyıldız Matbaası, A.Ş.
- 7- Oğuz, B. : Türkiye Halkının Kültür Kökenleri I. Giriş Beslenme Teknikleri. İstanbul Matbaası, İstanbul, 1976.
- 8- Özulu, Y.E. : Kayseri, (Araştırma ve İnceleme) İş Matbaacılık, Ankara, 1973.
- 9- Özdemir, M. : Kayseri'nin Pastırmacılık Sanatı, Kayseri Matbaası, Kayseri, 1981.
- 10- Tulgar, H. : Kayseri İl'inin Yöresel Yemek Tarifelerinin Standartlaştırılması ve Besin Değerleri. H.Ü. Beslenme ve Diyetetik Programı Mezuniyet Tezi, Ankara, 1986.

11- Halkla Görüşmeler: Hayriye Baltacı, Lamia Tulgar, Remziye Sakallı.

Kaynak Kişiler ve istenilen Bilgiler :

Hayriye Baltacı, Kayseri 1922, ev hanımı. aynı zamanda baklavacılık yapıyor. Baklavaları, yanında çalıştığı birkaç kişiyle birlikte kendisi yapıyor. Kendisi okuryazar olup şu anda dul.

Sariye Sakallı: Pınarbaşı 1920, ev hanımı. okur-yazar ve dul.

Resmiye Sakallı: Pınarbaşı doğumlu. Doğum tarihi bilinmiyor. Kendisi 1987 yılında vefat etti.

Lâmîa Tulgar: Pınarbaşı 1932. ev hanımı. İlkokul mezunu, evli.

Duriye Özden: Kangal-SİVAS 1930. ev hanımı. İlkokul mezunu, evli.

Yukarıda adı geçen kaynak kişiler verdikleri bilgileri büyüklerinden görerek öğrenmişler: Hayriye Baltacı ve Sariye Sakallı yemek konusuna özellikle ilgi duymuşlar bu konuda çalışmaları olmuştur. Şimdi ikisi de çevresindekilerinin yemek konusunda danıştıkları, bilgilerine başvuru olan kişilerdir.

SUMMARY

Food Habits, Recipes and Kitchen Utensils in Kayseri

Since food habits is an important element of culture, we will study these habits in Kayseri where almost every country and village has special dishes with special names. The Kayseri kitchen has a wide range of dishes. Under the title «Turkish Kitchen» several studies have been made about the regional dishes, but most of the recipes collected during these studies are not sufficiently detailed and are of no practical use. Moreover, in these studies the nutritious values of the dishes are not given. That is why twenty of the dishes belonging to this region have been standardized and their nutritious values calculated. Apart from this the kitchen utensils used in this region have also been examined.