

Gastronomi ve Dünya Mutfakları

Gastronomi dünyada son yüzyılda gelişen bir bilim dalı. Gastronomi Eski Yunancada mide demek olan “gaster” ve kural, gelenek görenek, kanun anlamına gelen “nomos” sözcüklerinden türetilmiştir. Her ne kadar “mide kuralları” anlamına geliyor olsa da kapsamı çok daha geniş. Yiyeceklerin tarladan toplanmasından yenmeye hazır hale getirilerek sofrada sunulmasına kadar geçen tüm süreci ifade ediyor. Gelin nelerin bu bilim dalının kapsamına girdiğini ve dünya mutfaklarından örnekleri birlikte görelim.



Gastronomi yenebilir tüm maddelerin yenmeye hazırlanışını ve farklı pişirme tekniklerini ele alır. Elbette gastronominin alanına bu maddelerin sağlığa uygun olması konusu da girer.

Yiyecek ve içeceklerin güvenilir yerlerden alınması, sağlıklı koşullarda depolanması, saklanması, sağlığa uygun bir şekilde pişirilmesi ve sunulması da bu bilim dalının ilgi alanlarından.

Gastronomi yemek ve kültür arasındaki ilişkiyi de inceliyor. Hepimiz yemek yiyoruz. Yediğimiz yemekler, onları pişirme ve yeme şeklimiz kültürümüzün bir parçası. Günümüzde yemek kültürü karnımızı doyurmaktan çok daha fazla şey ifade ediyor. Yemek yemeyi bir gereksinim olmaktan çıkararak kültürel bir olguya dönüştürmüş durumdayız. Beslenmek ve doymanın yanı sıra yemek yemekten keyif almak istiyor, lezzet ve görselliğe önem veriyoruz. İşte tüm bunlar gastronominin konusuna giriyor.



Getty TÜRKİYE

Gastronomi, yiyecek ve içeceklerin kalitesi kadar servisi, yemek yenilen yerin ve orada görevli kişilerin özellikleri gibi konularla da doğrudan ilişkili.

Türk mutfağı

Yemekleri ve yemek pişirme yöntemlerini biraz da coğrafya belirliyor. Deniz kıyısında balık, kalamar, karides gibi deniz ürünleri bolca tüketilirken iç kesimlerde tarım ve hayvancılığa dayalı yiyecekler daha çok tüketiliyor.



Dijitalimaj / Alamy

Zeytinyağlı çeşitleri ve lavaş

Türk mutfağının vazgeçilmez yiyecekleri arasında kırmızı ve beyaz et, pilav, ekmek, erişte, zeytinyağlı, güveç, yahni, börek ve tatlı çeşitleri yer alıyor.



Mercimek çorbası

Dijitalimaj / Alamy

Türkler de yaşadıkları farklı yerlerde farklı yemek ve yemek pişirme yöntemlerini kültürlerine eklemişler. Böylece Türk mutfağı çok zengin hâle gelmiş.



Karnıyarık ve pilav

Dijitalimaj / Alamy

Dünya mutfaklarından örnekler

Gastronomi denince akla ilk olarak İtalya ve Fransa geliyor. Aslında insanlık tarihi kadar eski bir geçmişe sahip olan bu bilim dalı, Rönesans'la birlikte bu iki ülkede gelişmeye başlamış. Dünyada çok zengin mutfaklara sahip başka ülkeler de var. Bunlardan bazılarını birlikte göz atamaya ne dersiniz?



İtalyan mutfağının çok incelikli ve karmaşık ilkeleri var. İtalyan mutfağı dünyanın her yerinde bilinen ve sevilen, zengin bir mutfak. Çeşitli boyut ve şekillerde hazırlanan makarnanın yanı sıra pirinç, pizza ve bir tür mısır lapası olan polenta İtalyan mutfağında öne çıkıyor.



Getty TÜRKİYE



Dijitalmaj / Alamy

Fransız mutfağı da zenginliği ve çeşitliliğiyle ünlü. Tereyağı, peynir, kabuklu deniz ürünleri, beyaz et ve makaron, kruvasan, baget gibi unlu ürünler Fransız mutfağının vazgeçilmezleri arasında.

Çin mutfağı dünyanın en zengin mutfaklarından biri. Çin mutfağında soya sosu, soya sütü ve tofu adı verilen soya peyniri özel önem taşıyor. Çin mutfağının vazgeçilmezleri arasında mantı, börek gibi unlu yiyecekler, pilavlar, körpe mısır, Çin lahanası, Çin brokolisi gibi sebzeler ve mantar yer alıyor.



Dijitalmaj / Alamy

Hint mutfağında baharatlar bolca kullanılıyor. Tatlıdan ete kadar tüm yiyecekler baharatlarla hazırlanıyor. Sebze, pirinç, mercimek, beyaz et, dosa adı verilen içi peynir ya da sebzelerle doldurulmuş ince krepler sıklıkla tüketiliyor.



Dijitalmaj / Alamy



Getty TÜRKİYE

Tortilla ekmeğinde dürüm

Meksika mutfağı Fransız, Hint, Tayland, Arap mutfaklarının bir sentezi. Bu mutfakta mısır, fasulye, avokado, yerfıstığı, domates, su kabağı gibi meyve ve sebze çeşitleriyle kakao ve vanilya gibi malzemeler önemli rol oynuyor. Hemen hemen tüm yemekler mısırla yapılıyor. Pirinç, kırmızı ve beyaz et sıklıkla tüketiliyor. Tortilla adı verilen ince dürüm ekmekleri, tako adı verilen dürümleri, acılı yemekleri ve ızgara peynirli sandviçleri dünyaca ünlü.



Karamelize soğan soslu ızgara tavuk

Dijitalimaj / Alamy

Güney Afrika mutfağında kırmızı ve beyaz et, ekmek, sebze, baklagil, tahıl ezmesi, muz, pirinç, fıstık ezmesi bolca kullanılıyor. Bu mutfağın vazgeçilmeziyse yerfıstığı.

Tayland mutfağında otlar ve baharatlar çok kullanılıyor. Bu mutfakta detay ve çeşitliliğe çok önem veriliyor. Pirinç, erişte, kırmızı ve beyaz et, deniz ürünleri, Hindistan cevizi ve sebzeler bu mutfağın olmazsa olmazları.



Karidesli çorba

Dijitalimaj / Alamy

Japon mutfağının ana yiyecekleri arasında pirinç ve deniz ürünleri bulunuyor. Çeşitli balıklar, ahtapot, kerevit, karides, miso çorbası, pilav, sebze ve noodle bu mutfağın vazgeçilmezleri. Bu mutfağın Doğu Asya'daki diğer ülke mutfaklarından farkı, yağ ve baharatların daha az kullanılması.



Suşi

Dijitalimaj / Alamy

Yazımızın hazırlanmasına katkılarından dolayı Gazi Üniversitesi Turizm Fakültesi Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü'nden Doç. Dr. İrfan Yazıcıoğlu ve Arş. Gör. Alper Işın'a teşekkür ederiz.

Seçil Güvenç Heper

Bilim Çocuk 19

