



Yunus Arifoğlu

Doçent Dr., Eskişehir Osmangazi Üniversitesi/İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi/Tarih Bölümü,
Eskişehir/Türkiye

Assist. Prof., Eskişehir Osmangazi/Faculty of Humanities and Social Sciences/Department of
History, Eskişehir/Turkiye



eposta: ynsarfglu@gmail.com



<https://orcid.org/0000-0001-7931-8617>



RorID: <https://ror.org/01dzjez04>

Atıf/Citation: Arifoğlu, Y. 2024. Abbasî Mutfağında Lezzet Bileşenleri veya Cennetin Habercileri;
Baharatlar, Soslar, Çeşniler. *Avrasya Uluslararası Araştırmalar Dergisi*, 12/38, 46-61.

<https://doi.org/10.33692/avrasyad.1358521>

Makale Bilgisi / Article Information

Yayın Türü / Publication Type:	Araştırma Makalesi/Research Article
Geliş Tarihi /Received:	11.09.2023
Kabul Tarihi/Accepted:	29.11.2023
Yayın Tarihi/Published:	15.03.2024

ABBASÎ MUTFAĞINDA LEZZET BİLEŞENLERİ VEYA CENNETİN
HABERCİLERİ; BAHARATLAR, SOSLAR, ÇEŞNİLER

Öz

Baharatın medeniyet hayatında oynadığı rol kayda değerdir. Damak tadının ortaya çıkmasıyla yemeği lezzetli hale getirme isteği, baharat sayesinde mümkün olmaktadır. Mutfakta baharatın en önemli işlevi yemeği hamlıktan kurtarıp lezzetlendirerek iştah açmasıdır. Baharat, yemeğin yapısını değiştirmek, çeşnisini güzelleştirmek, renk katmak için pek çok amaçla kullanılırdı. Tuz ilk ve hep de en değerli baharat olma özelliğine sahipti. Ancak insan bununla iktifa etmeyerek farklı baharatların ardına düştü. Karabiber, haşhaş ve kimyon mutfakların vazgeçilmezleri haline geldiler. Baharat keşfi durmadan devam etti. Abbasîler zamanında yeni baharatlar mutfağa girdi. Abbasî mutfağında baharatın kullanım alanı oldukça genişti. Tatlı veya iştah açıcı baharatlar her türlü yemeğe rahatlıkla konabildiğinden yemekler çoğunlukla baharatla terbiye edilirdi. Yemeklerin lezzetlendirilmesi, damaktaki yağlanmayı temizlemek, iştahı açmak ve sindirime yardımcı olmak için bir takım malzeme, çeşniler, soslar, mezeler ve macunlar hazırlanırdı. Soslar mutfakta geniş bir tat yelpazesi oluşturulardı. Abbasîlerde bazı soslarda, Nebati, Sasani ve Yunan etkisi söz konusudur. Yemeklerin en belirgin özelliği ekşi çeşnilerdi. Çeşniler, ekşi, tatlı, acı ve tuzlu arasında bir denge arayışının sonucu olarak doğdular. Bu yolculuk Yeniçağ'da da devam etti. Baharata olan arzu, ticaret güzergahlarını belirledi, yeni dünyaların keşfine yol açtı. Baharat farklı milletlerle temas kurulmasını, kültürel çeşitliliğin ve zenginliğin doğmasına neden oldu. Bu çalışmada lezzet bileşenleri olan ve Abbasî mutfağını bir sanat haline getiren baharatlar incelenecek, onların yol açtığı mutfak zenginliği içerisinde sos ve çeşnilere temas edilecektir.

Anahtar Kelimeler: Abbasîler, Lezzet, Mutfak, Baharat, Kültür.





Abbasî Mutfağında Lezzet Bileşenleri veya Cennetin Habercileri; Baharatlar, Soslar, Çeşniler

FLAVOR COMPONENTS OR HERALDS OF PARADISE IN ABBASİD CUISİNE; SPICES, SAUCES, SEASONİNG

Abstract

The role played by spice in the life of civilization is remarkable. With the emergence of taste, the desire to make food delicious was possible thanks to spices. The most important function of spices in the kitchen was to save the food from rawness, flavor it, and increase appetite. Spices were used for many purposes: to change the structure of the food, to beautify its flavor, and to add color. Salt was the first and always the most valuable spice. However, people did not feel satisfied with it and fell behind with different spices. Black pepper, poppy, and cumin have become indispensable in the kitchen. Seeking spices continued unabated. During the Abbasid period, new spices entered the kitchen. The use of spices in Abbasid cuisine was quite common. Meals were often flavored with spices. Many condiments, sauces, and appetizers were prepared to add flavor to the dishes, cleanse the palate, stimulate the appetite, and aid digestion. Sauces created a wide variety of flavors in the kitchen. The most distinctive feature of the dishes was the sour condiments. Condiments were born as a result of the search for balance between sour, sweet, bitter, and salty. This journey continued in the modern era as well. The desire for spices also determined trade routes and led to the discovery of new worlds. Spices provided contact with different nations and caused cultural diversity and richness to emerge. In this study, spices, which are the aromatic elements that make Abbasid cuisine an art, will be examined. In addition, sauces and condiments, which are other components of taste, will be evaluated.

Keywords: Abbasids, Taste, Cuisine, Spices, Culture.

Giriş

Baharatlar, uzun ticaret yolunun oluşmasında (Baharat Yolu) ve yeni güzergahların belirlenmesinde etkin araçlar haline geldiler. Yükte hafif pahada ağır olan bu sevimli lezzet bileşenleri, yeni coğrafyaların keşfinde, farklı toplumlarla temasta da etkili araçlardan oldular. Onlara olan erişim arzusu farklı dünyaların tanınmasını sağladığı gibi kültürler arasında etkileşimin meydana gelmesinde de onlar, aktif rol oynadılar.

Ortaçağ'da sahip oldukları gizemden dolayı baharatlar, hayali -sanki kaf dağının ardında- bir dünya tasarımını doğurdular. Bundan dolayı bu dünyanın peşinde pek çok maceraperest yollara düşmüş ve baharatların merkezini bulmayı ummuştu. Kolomb'un Amerika'yı keşfine giden macerası bu tutkunun neticesiydi.

Baharatlar mistik anlamda cennet yiyecekleriydi. Alışılmadık tat ve kokuya sahip oldukları için köklerinin cennete başlayıp, yeryüzüne kadar uzanan cennetin kıymıkları olarak görülürlerdi. Başlangıçta tedavi amaçlı ve ritüellerde kullanılan bir nevi ilaçlardı. Mucizevi yönleriyle böcek ve haşereyi kovucu, zararlı böcek ve hayvanları uzaklaştırıcı etkileri vardı. Bu özelliklerinin yanı sıra baharatların ilgi görmelerinde, ticarete aktif olarak yer almaları;





uzun mesafeli yolculuklara karşı dayanıklı olmaları, bozulmamaları, hafif olup kolayca taşınabilmeleri gibi sebepler etkili olmuştur. Elde edilmelerinin zor olması, her yerde bulunamayışları, damağı lezzetlendirmeleri onlara olan isteği ve talebi arttırmıştır. Pahalı ve çoğunlukla nadir ürün olmaları sebebiyle zenginliğin ve cömertliğin bir göstergesi olarak soylu mutfaklarının temel malzemesi haline gelmişlerdir (Standage, 2020: 89).

Mutfakta baharatın en önemli işlevi yemeği hamlıktan kurtarıp lezzetlendirerek iştah açmasıydı. Baharat, yemeğin yapısını değiştirmek, çeşnisini güzelleştirmek, renk katmak için pek çok amaçla kullanılırdı. Yine çeşni ve sosların hazırlanmasında, yiyecekleri korumada, yemekleri lezzetlendirmede, ilaç sanayisinde, basit tedavi kullanımında, evi havalandırmada, temiz koku yaymada ve Ortaçağ insanının hayatının her alanında kullanılırdı. Baharatlar Ortaçağ mutfağında sevilen; ekşi, asitli ve kekre tatlardan bazılarını sağlardı. Baharat kullanımı hem belli duyulara yönelik zevkin bir yansıması hem de esas itibariyle dört mizaç teorisinin gereği oldukları için çok kullanılırdı.¹ Bütün bunlara binaendir ki Ortaçağ'ın yemek zevki, her türlü yiyeceğe bol miktarda eklenen baharat tutkusuyula nitelendirilmektedir (Câhiz, 1981: 132, 193 vd; İbn Seyyar, 2007: 6-7; Kâtib Bağdâdî, 2009: 45-60 vd; Fuzulî, 2017: 10-15; Bakır, 2000).

M.Ö. binli yıllarda Yemen kraliçesi Belkıs'ın Kral Süleyman'a gönderdiği baharatlar zenginliğin bir göstergesi olarak lüks hediyelerdi. Buna tekabül eden bir dönemde baharat, Doğu Akdeniz Havzasına getirilmeye başlandı. Öyle anlaşılıyor ki lüks bir tüketim malzemesi olan baharatlar Yemen'deki güçlü krallıkların tekellendeydi. Doğu Akdeniz Havzası'nda baharatların Mısır'dan başlayarak bu havzaya yayıldığı, aktif olarak tüketilmeye ve mutfakta yer almaya başladığı ve bunların Babillerin son zamanlarında kayıt altına alındıkları görülmektedir. Böylece uzak bölgelerle ticaret bu sayede başlamış ve bir ticaret güzergahı olan "Baharat Yolu" açılmıştır. Birinci yüzyılda ise Roma'nın baharata ilgi duymasıyla birlikte bu yol, Güney Avrupa'ya kadar uzanmış, aynı zamanda bu imparatorluğun baharata iltifatı yola süreklilik kazandırmıştır. Böylece güçlü bir ticari ağ baharatlar sayesinde kurulmuştur (K. Baipakov, 2000; Outram, 2007: 58; Grimm, 2007: 63-97).

1. Abbasî Mutfağında Baharatların Yeri

¹ Dört mizaç teorisi diğer adıyla Anâsır-ı erbaadır. Bu kurama göre kanın özelliği sıcak ve nemli olmasıdır. Neşeli ve sıcakkanlı mizacı yaratır. Sarı safra sıcak ve kurudur. Öfkeli mizacı yaratır. Kara safra soğuk ve kuru, melankolik bir mizaca yol açar. Balgam soğuk ve nemlidir. Soğukkanlı ve uyusuk bir mizaca yol açar. Pişirmenin bir gıdanın niteliğini değiştirdiği düşüncesiyle her gıdanın uygun şekilde hazırlanması salık verilmekteydi. Misal kavurma veya kızartma gıdayı kuruturken, haşlama ise nemlenmesine yol açardı. Bu anlayış çerçevesinde kuru gıdaların haşlanması, nemlilerin ise kızartılmaları veya fırınlanmaları tavsiye edilmekteydi. Bu yöntem bedensel sıvı dengesinin korunmasını sağladığı gibi hazmı da kolaylaştırıyordu. Ayrıca bkz. (Fuzulî, 2017: s. 10-15; İbn Miskeveyh, 1983: s. 40, 148; Nasîrüddîn Tûsî, 1981: s. 145; Kâtib Bağdadî, 2009: Şihâbuddin el-Akfehî, 2009: s. 170-173; Koyuncu, 2019: s. 75-97).





Abbasî Mutfağında Lezzet Bileşenleri veya Cennetin Habercileri; Baharatlar, Soslar, Çeşniler

Abbasî mutfağında baharatın kullanım alanı oldukça genişti. Tatlı veya iştah açıcı baharatlar her türlü yemeğe rahatlıkla konabildiğinden yemekler çoğunlukla baharatla terbiye edilirdi. Baharat sade, kızartılmış ve kuru yemeklerde yoğun bir şekilde kullanılırdı. Baharatlar, katı püreler, tatlı ve ekşi soslar, tatlandırıcı olarak şeker, bal, pekmez, pişmiş sebzeler, sıcak şarap, toz ya da pudra şekeri yemeklerde kullanılıyordu. Baharat, zeytinyağı ve tereyağına dayalı soslarda bir işleve sahipti (Câhiz, 2012: 242-244; Mesudî, 2018: 45-46, 149-146; İbn Seyyar, 2007; Kâtib Bağdâdî, 2009; Miller, 2007: 135-145).

Abbasî mutfağında yemeğin görsel açıdan güzel görünmesi, önemsenen bir durumdu. Kap seçimi ve kaptaki sunumun görseelliği bir hassasiyet göstergesi idi. Bu sebeple yemekler, sebzelerle olduğu gibi baharatlarla da renklendirilirdi. Güzel koku dünya nimetleri arasında önemli bir konuma sahip olduğu için gerek taze ve gerekse kuru baharat koku verici olarak da kullanılırdı. Çünkü baharat, hayal gücüne de hitap ediyordu, onlar bir nevi cennet bahçesinden güzel kokular taşıyorlardı (Kâtib Bağdâdî, 2009: 45-60 vd.; Standage, 2020).

Abbasîler'de baharat, yoğun olarak ilaç sanayide kullanılırdı. Gene hasta yemekleri de baharatla bir nevi ilaca dönüştürülürdü. Misal, et suyu çorbası hazırlanır, içine toz biber, zencefil ve karanfil eklenerek hastalara içirilirdi. Veba zamanlarında gül suyu tütsü işlevi görerek, evin her tarafında serpiştirilirdi. Bu zamanlarda dış ortamlarda, biber, gül yaprağı ve diğer aromatik bitkilerden yapılan bir karışım taşınırdı. Bir bitki tatlandırıcı, ilaç, koruyucu, esans ve bazen de bunların toptan bir bileşimi şeklinde kullanılabilirdi (İstahrî, 262; Hudûdu'l-Âlem, 56; İbşihî, 1983: II, 64-65; Bakır, 2000).

Abbasîler'de baharat kullanımı yoğunluğu her anlamda kendisini göstermektedir. Öyle ki damak zevki incelmış olanlar nadiren baharatsız yemek tüketirlerdi. Özellikle de 9. yüzyılda baharat kullanımı zirveye çıktı. Baharata olan bu ilgi yerinde keşfedilmesine itti. 9. yüzyılda yeni ve şaşırtıcı aromaların peşine düşülmesiyle yeni baharatlar keşfedildi ve bunlar mutfakta yer edinmeye başladılar (Kâtib Bağdâdî, 2009: 45-60 vd.; Miller, 2008).

Abbasîler'e, melekotu, haşhaş ve kimyon, sinameki, tarçın, beyaz biber, uzun biber, kakule, sarısabır, mürrüsafi ve daha pek çok baharat Doğu Akdeniz Havzası'nda yaşayan milletlerden özellikle de Nebatîler'den miras kaldı. Bu dönemde ise tarçın, muskat, karanfil, kakule, safran, zencefil gibi çok sayıda baharat ilk kez kullanıldı. Baharat çeşitliliği arttı. Yenileriyle birlikte yaklaşık iki yüz çeşit baharat mutfağa girdi. Abbasîler döneminde tuz, karabiber, adaçayı, süsen, kaya kekiği, yaban kerevizi, rezene, beyaz zambak, gül, kişniş, kuşkonmaz, kekik, boyotu, biberiye ve nane en çok kullanılan baharatlardandı. Özellikle bir mutfakta el altında bulunması gereken baharatlar; gül suyu, safran, zencefil, zerdeçal, kişniş tohumu ve otu, karabiber, Seylan ve Çin tarçını, sumak, damla sakızı idi (Kâtib Bağdâdî, 2009: Cehşiyârî, 1980: 283; Laudan, 2013: 132-139).

İlk baharat olarak kabul edilen tuz, Abbasîlerde dil bilgisi kadar önemli olup ve mucizevi bir değere sahipti. Bu baharat mutfakta ve hayatın her alanında kullanım





yoğunluğundan dolayı ritüellerin bir parçası haline gelmiştir. Tuz, en bariz çeşni katıcı olmanın yanı sıra tuzun koruyucu bir özelliğinin de olması kullanım değerini ve kullanım oranını arttırmıştır. İlgili baharat tat kavramını bir bütün olarak etkilerken, yiyeceklerin dayanıklılığını artırıyordu. Söz konusu emtia yemeği tatlandırmada olduğu gibi korumada da öne çıkan temel bir gıda idi. Salamura, çeşni, turşu, ilaç ve pek çok alanda olduğu gibi özellikle de et, balık ve tereyağı gibi süt ürünlerini uzun süre muhafaza edilmesinde kullanılan temel gıdaydı. Abbasiler zamanında iki çeşit tuz kullanılırdı. Birisi sıradan tuzdu. Diğeri Nişabur civarından temin edilen andarani tuzu idi. Bu en değerlisi idi. Ona cilalanmış gümüş tuz denilirdi. Kâtib Bağdâdî gibi gastronomi uzmanları andarani tuzunu tavsiye ederlerdi. Ancak onun bulunmadığı durumlarda saf toz ve topraktan arındırılmış beyaz tuz tercih edilirdi (Kâtib Bağdâdî, 2009: 39-42).

Baharatların işlevleri değişiklik arz ederdi. Bir baharatın tatlandırıcı, ilaç, koruyucu, esans ve bazen de bunların toptan bir bileşimi şeklinde kullanıldığı görülmektedir. Abbasilerde acı biber çok tüketilirdi. Eski baharatlardan birisi olan karabiber, bu dönemde de hala iksir muamelesi görmekteydi. Bu baharat tuzun etkisinin dengelenmesi için kullanılırdı. Karabiber, tuzun yakıcı ve keskin tadını önlemekteydi. Diğer bir kullanım sebebi sıcak bölgelerde terleme yoluyla sağladığı serinlikti. Bu baharata verilen değeri; *“Hayatında bibere yer vermek, neşe katmaktır, çünkü biber iyi bir uyarandır. Depresyona karşı iyi bir iyileştiricidir”*, ifadelerinde görülmektedir. Sahip olduğu bu kıymetten dolayı acı biber (karabiber) alışkanlığa ve bir tür bağımlılığa dönüşmüştür. Modern zamanda yapılan çalışmalar ise biberde bulunan maddenin ağzımızda ve dilimizde zehirlere karşı korunma mekanizmasına tekabül eden bir dizi acı verici reaksiyona sebep olduğu ve bunun üzerine beynin acıyı hafifletmek için endorfin salgıladığını göstermektedir. Hasılı burada bağımlılık yapan şeyin acının ve zevkin bir karışımı olduğu söylenebilir (Bakır, 2000: Tez, 2021: 49).

Abbasiler’de nane, baharatların arasında seçkin bir yere sahipti. Hem tazesini hem de kuru makbuldu. Nananın hemen her yemekte kullanıldığı görülür. Aşçılar her yemeğin nane ile servis edilmesini önerirlerdi. Nananın bu denli yoğun kullanılmasının sebebi nefes açıcı kokusuyla iştah açmasıydı. Damak zevki incelmış olanların sofralarından naneyi eksik etmedikleri dikkat çekmektedir (Ahsen, 2019: 119)

Kuşkonmaz, şiirlere konu olan bir baharattı. Abbasî halifesi Müstekfi’nin toplantılarında kuşkonmaz ana tema olurdu. Kuşkonmaz, serinletici ve sakinleştirici bir etkiye sahipti. Ancak yüksek damak zevki sahibi olanların bu baharatı tükenmekten sakındıkları görülmektedir. Kişniş, yeşil ve taze olarak tüketilirdi. Kimyon, zencefil, karanfil, kekik, zahter, dereotu taze/yeşil olarak kullanılırdı (Kâtib Bağdâdî, 2009: 141-151; Ahsen, 2019: 97-125).

Kokulu otlar, kuru ve taze dereotu, kereviz yaprağı, kuru ve taze nane, kekik, kişniş otu ve reyhan, kâfur, sakız, safran, misk, gül yaprağı ve suyu, tarçın, esmeramber, zencefil, kişniş tohumu ve şeytanterisi idi. Bunlar kapların güzel kokmasında da kullanılırlardı. Yine





Abbasî Mutfağında Lezzet Bileşenleri veya Cennetin Habercileri; Baharatlar, Soslar, Çeşniler ağaç kavunu, turunc yaprakları, kekik ve kuru gül yaprakları, sakız ve havlican kap-kacak temizliğinde kullanılan baharatlardı (Kâtib Bağdâdî, 2009: 39-42).

Abbasîler döneminde gelişen ıtriyat sanayi ile bitkilerden yoğun olarak koku da üretilmekteydi. Parfümeri ürünleri, gülsuyu, damıtma, her türlü çiçek, gül, nilüfer, menekşe, yasemin, nergis, zambak, mersin gibi bitkilerden koku ve kokulu su ve çeşitli ürünler elde edilirdi (Câhız, 2001: 323; Hudûdu'l-Âlem, 56; İbşihî, 1983: II, 64-65; İstahrî, 262; İbn Havkal, 1939: 298-299. Makdisî, 324, 326; Bakır, 2000: 78).

Bu dönemde baharatların sahip olması gereken özellikler de belirlenmişti. Kışniş otunun rengi yeşil, tadı keskin olmalı, kimyon ve frenk kimyonunun tadı keskin olmalı, tarçın kabuğu sert, kalın ve sıkıca sarılı olmalı, kokusu nüfuz edici olmalı, tadı dili yakıcı özelliğe sahip olmalıydı. Damla sakızının tozsuz ve kirden arınmış büyük ve parlak tanecikli olan türü tercih edilmeliydi. Biber taze ve iri öğütülmüş olmalı, zencefil yabancı değil, kültür zencefili olmalı, baharatlar genel olarak temiz olmalı, iyice ayıklanarak kullanılmalıydı (Kâtib Bağdâdî, 2009: 39-42).

Abbasî yemeklerinde çok çeşitli ve farklı baharatlar kullanılırdı. Örneğin güveçlere; dövülmüş ıspanak, kimyon, kuru kışniş, biber, damlasakızı, küçük tarçın kabuğu parçaları ve dövülmüş sarımsak malzemeleri konulurdu. Yine ekmeğe; zencefil, kabuklu susam tohumu, kendir tohumu, anason, kimyonla kızartılmış çörek otu, haşhaş tohumu, taze sedefotu yaprakları, safran, şamfıstığı ve etrafü't-tib katılırdı. Bir başka örnek olarak büyük ve yuvarlak yapılan kubabların/köftelerin üzerine, biber, damlasakızı, tarçın, zencefil, safran, acı portakal, limon suyu ve nane serpilirdi.

Abbasî mutfağında yemeklerin yanı sıra çeşnilerde ve soslarda da baharat çeşitliği göze çarpmaktadır. Misal, çeşnilerde; hint sümbülü yağı, hint karabiberi, defneyaprağı, hindistan cevizi, muskat, karanfil, gül, biber, zencefil, kakule gibi baharatlar kullanılırdı. Salataları ve yemekleri süslemek için kokulu tuzlar, aromalı bitkiler, gül, misk, gül özü, nane, kışniş suyu, limon suyu, koruk suyu, gül ve diğer şıralar, badem sütü, üzüm, hurma, nar ve diğer reçeller yemeklerin süslenmesinde kullanılırdı. Servisten önce mutlaka gül suyu veya nane serpilirdi. Nar taneleri ve yumurta da süslemede kullanılan ürünlerdendi. Örneğin bir çeşit kekik veya nane (nammam) tarhanada çeşni olarak kullanılırdı (İbn Seyyar, 2007: 6-13; Kâtib Bağdâdî, 2009: 45-60, 129-131).

Baharatların dört mizaç kuramına göre mevsimler dikkate alınarak kullanılmaları da dikkat edilen hususlardandı. Örneğin kışın sıcak ve kuru özelliklere sahip, yazın ise soğuk ve nemli hususiyetleri haiz baharatlar tercih edilmeliydi. Baharat kullanımında talimatlar belirsizdi, mutlak bir ölçü olmamakla birlikte bu bir tutam şeklinde geçerdi. Baharat kullanımı her şeyden önce bir zevk meselesi idi, bu nedenle miktarının belirlenmesi de kişilere bırakılmıştı (İbn Seyyar, 2007: 6-13 vd.; Kâtib Bağdâdî, 2009: 45-60, 129-131 vd.).





2. Koruma ve Kurutma

Ortaçağ'ın genelinde olduğu gibi Abbasîler döneminde de gıdayı korumak mutfaktaki önemli işlerdendi. Dumanla tütsüleme, kurutma, tuzlama, salamura, yağ, bal gibi koruyucu yöntemlerle gıda korunmaya çalışılırdı. Koruma yöntemlerinin bir yemek kültürünü, tecrübesini doğurduğu ve giderek mutfagın zenginleşmesini sağladığı söylenebilir.

Abbasî mutfagının önemli bir veçhesini kurutulmuş yiyecekler teşkil ederdi. Bu dönemde taze gıda bulabilmek her zaman mümkün değildi. Diğer bir yönüyle oluşabilecek risklere karşı tedbirli olmak öğrenilmiş bir davranış biçimiydi. Bu sebeple de gıdaların muhafazası önemli hususlardan birisiydi. Yiyecekler çoğunlukla kurutulmuş olarak saklanırdı. Kurutma işlemi bazen baharatla bazen de baharatsız yapılırdı. Bu yöntem yaygın olarak kullanılan maliyeti az bir yöntemdi. Antiseptik maddeler olan tuz ve sirke korumada kullanılan bir diğer yöntemdi. En yaygın koruma araçlarından ikisi bal ve şekerdi. Şekerleme içerisinde kristalleşme yolu da bir saklama yöntemi idi. Buz hem soğutmada hem de yiyeceklerin taze tutulmasında kullanılırdı (Ahsen, 2019: 136-140).

Araplar geleneğinde kadid denilen kurutulmuş et yaygındı. Et ve balık namaksud adı verilen bir yöntemle güneşte kurutulurdu. Namaksud için et dilimler halinde kesilir, tuzla terbiye edilir geniş bir kalasın üzerinde güneşte kurutulurdu. İstenildiği zaman et, suyla ıslatıldıktan sonra pişirilirdi. Koyun ve sığır eti irmik, baharat ile terbiye edilerek korunur ve hazır gıda olarak tüketilirdi. Naknika gibi karmaşık ve masraflı koruma yöntemleri de vardı. Sebzeler, meyveler, küçük balıklar, kuşlar değişik baharatlarla naknika denilen bir usulle saklanırdı. Bal, şeker, şeker pekmezi, limon, yağ, hardal, kavrulmuş ve öğütülmüş ceviz, fındık gibi kuru yemişler de bu yöntemle korunurdu. Salamura (tuz ve sirke kullanılarak) gıdanın korunmasında öne çıkan bir yöntemdi. Konserve de bir çeşit koruma biçimiydi. Özellikle dayanıksız yiyecekler şekerle konserve edilerek korunmaya çalışılırdı (Şeyzerî, 1993: 33; İbn Uhuvve, 1938: 94, 113-115).

Yazın içecekleri serinletmek ve yiyecekleri korumak için buz kullanılmaktaydı. Buz yazın hemen her alanda kullanılan en önemli araç olup genel olarak toplumun her kesimince kıymet verilen bir üründü. Özellikle de soyluların evlerinde buz eksik olmazdı. Cahiz'in (2012) gözlemlerinden anlaşıldığı üzere yemekle birlikte sunulan en kıymetli şey soğuk su idi.

Buz koruma sağladığı gibi buzun da korumaya ihtiyacı vardı. Tahta talaşı ve beze sarılı bir şekilde temin edilen buz, geniş çukurlar kazılarak yeraltında saklanırdı. Buz sebze ve meyvenin taşınmasında, korunmasında ve taze tutulmasında en önemli araç idi. Horasan ve Harizm bölgesinin kavunları buz ile kaplanmış kurşun kutular içerisinde Bağdat'a ulaştırılırdı. Örneğin bir hac yolculuğu esnasında Cemile binti Nasıru'd-Devle çömleklerle getirdiği taze sebzeleri misafirlerine ikram etmişti. İtibarın bir göstergesi olarak bu oldukça önemli bir şeydi (Ahsen, 2019: 138-140).





Abbasî Mutfağında Lezzet Bileşenleri veya Cennetin Habercileri; Baharatlar, Soslar, Çeşniler

Buzun önemine binaen Bağdat'ta gelişmiş bir buz sektörü vardı. Bu sektör bunu nasıl koruyacağını biliyordu. Profesyonel işleniş biçimine sahipti. Buzun uzak mesafelerden taşınması, güneşten korunması ve uzun süre muhafaza edilmesi çeşitli usullerin doğmasını zorunlu kılmaktaydı. Buz kimi zaman kurşun kaplar, kimi zaman keten kumaşlarla korunurdu, tahta telaşıyla korunması da başka bir yöntemdi. Depolamak için de derin kuyular kazılır, orada muhafaza edilirdi. İbn Cevzi, bir tacirin yazın kavurucu sıcaklığında beş rıtl bunu eritmeden muhafaza ettiğinden bahsetmektedir. Yazın dolu ve kar preslenerek buz ihtiyacı giderilirdi. Ahsen'den aktarıldığı üzere (2019; İbn Cevzî, 1992: IX, 44).

Buz için kıymete haiz ölçülerde para harcanırdı. Buza olan talepten dolayı zaman zaman buz fiyatları ciddi oranda artış gösterirdi. 9. ve 10. yüzyılda hilafetin harcamalarının kayda değer bir kısmı buza gitmekteydi. Bazı ziyafetlerde dört bin buzun kullanıldığından bahsedilmektedir. Örneğin vezir, İbn Furat bu görevi getirilmesinin ardından verdiği bir ziyafette bahsi geçen miktarda bir buz tüketmişti (İbnü't-Tiktakâ, 2016: 192).

Yeşil sebzeler kurşun kaplı kaplarda Şam'dan Mutasım'a getirilirdi. Bunlar, su, tuz ve kekik ile korunarak getirilirdi. Bunun yanı sıra topraktan imal edilen büyük çömlek küpler de yiyeceğin saklandığı ve sebze-meyvenin korunduğu eşyalardandı. Büyük küplerde toprağın içinde saklama da bir tür koruma yöntemi idi. Zahire, özel ağaçtan ahşaptan yapılan ambarda saklanırdı. Sıvı yağ fıçı, küp ve sarnıç gibi yerlerde korunurdu (Ahsen, 2019: 138-140).

Piştirilen gıda, sirke ve asitli diğer sıvaların içinde muhafaza edilirdi. Kısa zamanlı olarak bozulmadan durabilen yemekler yolculuk esnasında tercih sebebiydi. Mesela Sıkbaç yemeği, uzun süre bozulmadan durabilirdi. Çünkü soğuk sıkbaç yemeği bir nevi kavurma yerine geçerdi. Süt en kolay peynire dönüştürülerek korunurdu. En uzun süreli dayanıklı peynir türü kurut/keş peyniriydi (Câhiz, 2012: 39).

Diğer taraftan tandır ekmeği gibi uzun süre dayanabilen ekmekler yapıldı. Ekmeğin yanı sıra hamur kurutma yöntemleriyle yapılan ürünler de ortaya çıktı. Abbasîler'den önce sert/durum buğdayının öğütülmesi ve işlenmesi noktasında yeterli teknoloji yoktu. Durum buğdayından elde edilen unun pişirme ve kurutma süreçlerinde kırılmaması, pişirilirken dokusunu ve tadını koruması önemliydi. Makarna veya erişte işte bu buğday türünden yapılmaktaydı. Abbasîler'den önce bu özellikte bir unun üretilmediği görülmektedir. Bu buğday türü hem Çin'de yetiştirilmemekteydi hem de bu teknoloji henüz ortaya çıkmış değildi. Tel şehriye anlamına gelen itriyyenin Bağdat temelli olduğu üzerine de genel bir kanaat vardır. Bu şehirde yazılan yemek ve sağlık kitaplarında bundan bahsedilmesi de buna dayanak olmaktadır (İbn Seyyar, 2007; İbn Butlan, 2014) gibi benzer eserler itriyyeden bahseden eserlerdir. Durum buğdayından ekmek üretilmediğinden bu buğday ununun farklı şekilde değerlendirilmesi ihtiyacı belirdi ve bu zorunlu olarak erişte veya makarnayı ortaya çıkardı. Abbasîler zamanında gelişen buğday öğütme teknolojisi ise bunu mümkün kıldı. Böylece durum buğdayı daha iyi değerlendirildi. Buna bağlı olarak 9. yüzyılda Abbasî





coğrafyasında kurutulmuş hamur işleri imal edilmeye başlandı. Tel şehriye, kesme erişte bu dönemde ortaya çıkararak gelişti ve bu öncelikle İslam coğrafyasında yaygınlaşarak mutfağın temelinde yer almaya başladı. Akabinde bu ürün Marco Polo henüz dünyaya gelmeden İtalya'ya ulaştı (İdrisi, 2021: 63; Kâtib Bağdâdî, 2009: 70-71; Perry, 2014: 10; Tez, 2021, 56).

9. yüzyılda Bağdat'ta kurutulmuş hamur işleri olan tel şehriye, kesme erişte geleneği Bağdat'tan Endülüs ve Sicilya'ya kadar ulaştırıldı. 12. yüzyılda Sicilya'nın Palermo şehri bu konuda öne çıkmaya başlamıştı. İdrisi, II. Roger'e sunduğu coğrafya kitabında ince ve uzun makarna anlamına gelen itriyenin bu şehirde yoğun bir şekilde üretildiğinden bahsetmektedir (İdrisi, 2021: 63). Endülüs'te ise "*Kitabı Tabih fi el-Mağrib ve'l Endelüs*" isimli eserde makarnaya dair en erken tarifler yer almaktadır (Zaouali, 2016: 11-13, 20-26; Tez, 2021: 36-39). 13. yüzyılda bunun İslam coğrafyasının pek çok bölgesinde gelişmiş bir düzeye ulaştığı ve çok sayıda çeşidinin ortaya çıktığı Kâtib Bağdadî'nin eserinde görülebilmektedir (Kâtib Bağdâdî, 2009, 70-71; Perry, 2014: 10; Tez, 2021, 56).

3. Ekşiler ve Aroma Verici Malzemeler

Abbasî mutfak kültüründe yemeklerin lezzetlendirilmesi, damaktaki yağlanmayı temizlemek, iştahı açmak ve sindirime yardımcı olmak için bir takım malzeme, çeşniler, soslar, mezeler ve macunlar hazırlanırdı. Bununla birlikte Abbasî mutfağında ekşi-tatlı aroması ön plandaydı. Buna bağlı olarak aromalı bitkilerin kullanımı 9. yüzyılda artmaya başladı. Bunun neticesinde bu yüzyıldan itibaren yerel ve egzotik baharatlar, bitkiler, ağaç yaprakları, tohumlu bitkiler, tanecikli meyveler, kökler, sakızlar, kabuklar ve güllerin goncalarından elde edilen kırk çeşit doğal tatlandırıcılar aşçıların vazgeçilmezleri oldular (Câhiz, 2012: 48, 103 vd; Kâtib Bağdâdî, 2009: 43, 131-141 vd.).

Araplar İslamiyet öncesinde ekşi-tatlı aromasını hurma ve meyvelerle sağlarken, medeniyetin gelişimine bağlı olarak özellikle de Abbasîler döneminde şeker, sirke ve diğer bitkiler bu anlamda aktif olarak kullanılmaya başlandı. Yemeğe ekşilik vermek için, sirke, koruk ve suyu, sumak ve suyu, vişne, kayısı, ayva, turunc suyu, nar ve limon suyu, tatlılık için bal, yaş ve taze hurma, üzüm, pekmez ve şeker kullanılırdı. Bunlar İslam coğrafyasının her bölgesinde kendisine yer bulmaya başladılar (Câhiz, 2012: 48, 103 vd; Kâtib Bağdâdî, 2009: 43, 131-141).

İslamiyet öncesinde Doğu Akdeniz Havzası'nda sirke, her kesim tarafından tüketilen bir içecek ve kullanım alanı oldukça geniş bir sıvı idi. İyi bir antioksidan olan sirkenin kullanımına dair ilk izler M.Ö. 1700 yıllarına ait olup Eski Babil döneminden kalmaz. Sirke bir Sami geleneği olarak ortaya çıkmış, Fenikeliler aracılığıyla bütün Akdeniz dünyasına yayılmıştır (Grimm, 2007: 78).

Abbasî dönemine gelindiğinde her türlü bitki ve meyveden sirke üretilirdi. Üzüm, hurma, arpa ve pirinçten yoğun olarak sirke yapılırdı. Sade sirke üretildiği gibi içine, adaçayı, tarhun, böğürtlen, ahududu ve gibi şeyler konularak lezzetli aromalı sirkeler de imal edilirdi.





Abbasî Mutfağında Lezzet Bileşenleri veya Cennetin Habercileri; Baharatlar, Soslar, Çeşniler

Sirke sarımsakla birlikte iyi ikili olup her çeşit turşuda kullanılırdı (İbn Seyyar, 2007: 11-13; Kâtib Bağdâdî, 2009: 129-141).

Abbasîler döneminde ekşili yemeklerin çoğunda sirke yer alırdı. Tedavide, ilaç kullanımında, yemeklerde, suyun içilebilir hale getirilmesinde, korumada, soslarda, çeşnilerde ve her türlü temizlikte dezenfektan olarak sirke yoğun olarak kullanılırdı. Salgın hastalıklara karşı sirke ve sarımsak ikilisi bolca kullanılırdı. Sirke ayrıca cilt bakımı için de kullanılan bir sıvı olup kaşıntılara, egzamaya, cilt çatlaklarına, saçlara ve boğaz temizlemede kullanılırdı. Ateşi düşürür, migrene iyi gelir ve susuzluğu giderir. Bağışıklığı güçlendirerek hastalıklara karşı koruma sağlar. Sirke her anlamda aktif olarak kullandığı için her evde bulundurulması gereken temel sıvılardan birisiydi (Câhiz, 2012: 48, 103 vd; Kâtib Bağdâdî, 2009: 43, 131-141).

4. Çeşniler

Yemeklerin en belirgin özelliği ekşi çeşnilerdi. Bunlar ekşi, tatlı, acı ve tuzlu arasında bir denge arayışının sonucu olarak doğdular. Çeşnilerin kullanımı dengeleyici sıcak ve kuru bileşenlere ilişkin teorilerin yansıması olmalarının yanı sıra Abbasî mutfağında sevilen; ekşi, asitli ve kekre tatlardan bazılarını sağlardı. Bunlar genelde sebzelerden ve sütten imal edilirdi. Meyvelerden elde edilen çeşni katıcılar da vardı. Çeşnilerde, hint sümbülü yağı, hint karabiberi, defneyaprağı, hindistan cevizi, muskat, karanfil, gül, biber, zencefil, kakule gibi baharatlar kullanılırdı. Özellikle de yemeğin kendi öz suyunun verdiği ekşimsi tat da çeşni olarak kullanılırdı. Semn adı verilen bir tereyağında da ekşilik olduğu için çoğunlukla bu yağdan yemek yapılırdı. Bu ekşilik aşçılar tarafından beğenilen bir şeydi. Bu bakımdan yemeğe dâhil edilen çeşnilerin de olduğu görülür (Kâtib Bağdâdî, 2009: 131-139).

Çeşnilerin pek çoğu bunn denilen bir temele dayanırdı. Çiğ arpa hamurunun taze incir yapraklarıyla sarılması ve kırk gün boyunca ağzı gevşek bir şekilde kapatılmış kaplarda bekletilmesiyle bunn elde edilirdi. Yaprakların üzerindeki küf sporları arpaya bulaşarak onu siyah, beyaz, kömür karası ve yeşilin tonlarıyla bezer ve ona çürük yaprak aroması kazandırır. Arpa tamamen çürüyüp kurduğunda, çıkarılır ve üç tahıl için bir parça tuzun yanı sıra yeterli miktarda su eklenerek yiyeceğe lapa kıvamı kazandırılırdı. Kırk gün daha bekletildikten ve ara ara gereği kadar su eklendikten sonra murri, tuzlu bir sıvı elde edilirdi. Söz konusu çeşni tuzlu mavi su kıvamında, kırmızımsı kahverengi ve tahılımsı yapısı ile tiksindirici bir görüntüye sahip olurdu. Bu, gül yaprakları, çeşitli baharat ve aromalarla güzelleştirildi. Bahsi geçen çeşninin karışımına su yerine süt eklendiğinde kamah-ı ahmed adı verilen bir çeşni elde edilirdi. Bu günümüzde soya sosuna benzer bir tada sahiptir.

Kamah-ı rical ise çürümüş arpa kullanılmadan sadece aşırı tuzlu yoğurt bir kaç hafta boyunca açık bir kaptan tutarak ve gerektiğinde üzerine taze süt eklenerek yapılırdı. Kamah-ı rical, peynir bakterilerini farklı bir teknikle yoğurttaki yüksek asit seviyesi aşırı tuzla koruyan bir çeşni idi. Bu çeşni sütte doğal yollarla bulunan yavaş gelişen bakterilerle üretilen bildik





peynir aromasına sahiptir. Bahsi geçen çeşni bir miktar ekşiliğe sahiptir. Bir yanıla keskin, tuzlu ve yarı sıvı bir peynirdir. Peynir bakterilerinin işini yapmasından önce diğer mikropların sütü tüketmesini önlemek için peynirciler sütü pıhtılaştırır ve neminin büyük kısmını alırlardı. Bu anlamda gelişen bir sektörün varlığına rastlanmaktadır. Çünkü bu işlerin tek başına bir yerde yapılması yerine ustalaşma ile farklı mutfak zanaatçıları tarafından yapılması daha makul idi (Kâtib Bağdâdî, 2009: 129-141; Miller, 2008; Zaouali, 2016: 7, 14 vd).

Genel olarak kamah çeşnisi, nane, kereviz, pırasa, kurut/keş peyniri, hardal, ceviz ve tuz ile hazırlanırdı. Çeşni, bal kabağının kabuğu, taze süt, keş peyniri ve aroma verici maddelerle yapılırdı. Bu malzemelerle yapılan kamah, birkaç gün güneşte bekletilirdi. Koyu kahverengi bir hal alıncaya kadar güneşte bekletilmeye devam edilirdi. Güneşte pişen kamah'ın yapımına haziran ayında başlanırdı. Yaklaşık bir buçuk iki ay dinlendirilen kamah, ağustos ayında hazır hale gelirdi.

Abbasîler döneminde en yaygın çeşni kamah idi. Bütün ziyafetlerde sunulan bir çeşni çeşidiydi. Soylular hediyeleşmede bu çeşniyi kullanırlardı. Çokça tercih edilmesinden dolayı zaman zaman yüksek bürokratların öldürülmesinde de kullanılırdı. Tahir b. Hüseyin'e zehirli kamah gönderilmiş ve bu çeşniyi yedikten sonra zehirlenerek iki gün sonra ölmüştür (Şabüştî, 1986: 147-148).

Bir diğer çeşni, büyük kuru balkabağından yapılırdı. Balkabağının kabuğu kuru taze ve tuzlu süt, aromatik malzeme ile hazırlanırdı. Bu malzemeler karıştırılır, güneşe bırakılırdı. Güneşin ısıyla pişirilirdi. Bir ay demlenmeye bırakıldıktan sonra yemeye hazır hale gelirdi. Yaygın ve popüler olan bu çeşninin yüksek damak zevkine sahip olan bazı kimseler tarafından tercih edilmediği de görülmektedir (Kâtib Bağdâdî, 2009: 129-141).

Şiraz şehrinin adıyla nam salan iştahı açan hem de uyarıcı etkiye sahip olan bir diğer çeşni bi'l-bukul idi. İlgili çeşni hem iştahı açan hem de uyarıcı etkisi olan bir çeşni idi. Bu çeşni, nane, kereviz, pırasa, kurutulmuş lor, hardal, ceviz ve tuz içerirdi. Şirden mayası ile karıştırılıp koyulaştırıldıktan sonra süzdürülmüş ekşi bir süttten yapılan çeşniler sevilirdi. Sütlü patlıcan ve sütlü su kabağı ve pazıotu ile yapılan çeşniler de vardı. Tutumlu veya mali durumu iyi olmayanlar çoğunlukla zeytin suyundan yapılan basit çeşniler tercih ederlerdi (Câhiz, 2012: 122 vd.).

5. Soslar ve Mezeler

Soslar mutfakta geniş bir tat yelpazesi oluştururlardı. Bazı soslarda, Nebati, Sason ve Yunan etkisi söz konusudur. Sibak adı verilen balık sosu Abbasîler'den öncesine aittir. Soslar, yapıldıkları sebzenin adıyla anılırlardı. Genelde badılcana muhallat, lift-i muhallat gibi isimlerle bilinirlerdi. Bağdat'ta soslar, patlıcan, turp ve nane gibi taze sebzelerle yapılır, rezene, çörek otu ile tatlandırılırken, Mağrip ve Endülüs coğrafyasında sosların yapımında daha çok baharat kullanılırdı. Maşrik bölgesine ait soslar vardı. Özellikle Merv civarında 9. yüzyılda turşu ve katık olarak kullanılan soslar meşhurdu. 13. yüzyılda ise Mağrip





Abbasî Mutfağında Lezzet Bileşenleri veya Cennetin Habercileri; Baharatlar, Soslar, Çeşniler coğrafyasında buraya özgü murri tarifleri ortaya çıktı (Câhiz, 2012: 48, 103 vd; Kâtib Bağdâdî, 2009: 43, 131-141).

Murri, sos ve turşu karışımından oluşan bir tür katıktı. Gerek görüldüğü süre boyunca kurutulduktan sonra soğuk servis edilirdi. İyi bir murri'-uzun bir süre demlenme sonucu elde edilirdi. Çünkü bütün sosların en iyi oluş şekli gerekli demlenme süresi idi. Bu zaman üç ile altı ay arasında değiştiği gibi bunun için uygun bir vaktin tayin edilmesi gerekirdi. Murri, Bağdat'ta Haziran'dan Ekim'e, Endülü's'te Mart'tan Haziran'a olan bir dönemde yapılırdı (Kâtib Bağdâdî, 2009: 129-141; Miller, 2008; Zaouali, 2016: 7, 14 vd).

Murri bir tür baharata da dönüştürülürdü. Genelde bu sosun hazırlanmasında yarpuz unu, tuz, tarçın, safran ve bazı aromatik bitkiler kullanılırdı. Bütün bunların karıştırılarak gülsuyu ile hamur haline getirilir, yaklaşık kırk gün güneşte bırakılır ve her şafak vakti ile ikindide yoğrulurdu.

Bir başka murri sosu, kurutulmuş küçük balık, tuz, aromalı bitkiler, üzüm şırası, şarap ile marine edileniydi. Keçiboynuzu, limon yaprakları, portakal ağacı ve çam kozalakları gibi başkaca tatlandırıcılar içeren demlendirilmiş soslar, murri naki ile elde edildi. Bu sos, sindirilmemiş yemeklerin geçişine yardımcı olur ve beden dengesini bozabilecek salgıların ortaya çıkmasını önleyici bir özelliğe sahipti. İştahı artırıp kanı sulandırdığı gibi kanı ısıtma görüşü zayıflatma ve kaşıntıya neden olma gibi bir takım olumsuz etkileri de vardı.

Su kabağı testisinin içinde süt, yoğurt ve tuz karışımından elde edilen soslar vardı. Pancar ve asmakabağından kesmik ve ekşi yoğurt ve baharat karışımından soslar hazırlanırdı. Etle yapılan soslar da vardı. En iyi sos, içinde çok fazla irmik bulunmayan koyun etinden yapılırdı. Kabuklu yemişlerin kabukları da aroma verici malzeme olarak kullanılırdı.

Meze, Farsça tat anlamına gelen maza'dan gelmektedir. Babaganuş gibi patlıcan ve tahinle yapılan pek çok meze vardır. Şakşuka ve tabbule de bunlardandır. Pırasa mezesi damak tadına düşkün olanların sofrasında bulunurdu. Susam'dan yapılan tahin mutfakta önemli bir yere sahipti. Bunun en bariz göstergesi humus mezesidir (İbn Seyyar, 2007: 30-33; Kâtib Bağdâdî, 2009: 131-139).

Abbasîler döneminde kullanılan en temel yağ, susam idi. Hayvansal katı yağ ile tereyağı da çok kullanılırdı. Tereyağı, Abbasîler için en kıymetli yağdı. Yemekler özellikle semn adı verilen tereyağıyla yapılırdı. Bir süzme tereyağı çeşidi olan bu yağ, ekşiliğinden dolayı çeşni olarak da kullanılırdı. Kuyrukyağı en hassas yemekler için bile uygun hale getirilirdi. Tatlılarda ise genelde badem yağı ile fıstık yağı tercih edilirdi (Câhiz, 2012: 66, 73-75, 203; İbn Seyyar, 2007, 30-37; Kâtib Bağdâdî, 2009, 41, 151 vd; İbn Uhuvve, 1938, 113).

Süt en kolay peynire dönüştürülerek korunurdu. En uzun süreli dayanıklı peynir türü kurut/keş peyniriydi. Şiraz bi-bukûl, yoğurt yapımında süte maya katılmıyor, süt kendi kendine ekşimeye bırakılıyor, ardından şirden mayası ekleniyor ve son olarak süzdürülerek





elde edilirdi. Bu süzme yoğurttan daha farklı bir üründü. Ekşi, süzme ve gibi yoğurdun her çeşidi üretilmekteydi (Kâtib Bağdâdî, 2009: 134).

Abbasî mutfağında yemekleri lezzetlendirecek çeşni, sos meze ve çeşitli aroma vericilerin yanı sıra, sindirime yardımcı olacak ve mideyi rahatlatacak yiyeceklere de ihtiyaç duyulmaktaydı. Bu ihtiyaçla Abbasî toplumunda neredeyse her evde gıda ile tedavi yöntemleri bilinirdi. Bunlar çoğunlukla bağışlığı güçlendirmeye yardımcı yiyecek ve içeceklerdi. “Her hastalığın temelinde sindirim güçlüğü yatar” ifadesinden hareketle mideyi rahatlatacak ve sindirime yardımcı olacak gıdaları tercih etmek kalıtsal bir kültür haline geldi (Câhiz, 2012: 51, 65 vd.).

Şehirli toplumun evlerinde bal ve şekerle hazırlanmış macunlar sürekli olarak hazır şekilde tutulurdu. Bunlar zamanı geldiğinde hazırlanarak sunulurdu. Macunlar ve sindirime yardımcı olarak hazırlanan karışımlar, çeşitli hastalıklara ve sindirime yardım olmalarının yanında bunların; cinsel gücü arttırıcı, spermli çoğaltıcı, arzuyu arttırıcı, idrar söktürücü ve regli düzenleyici etkilerinin olduğu görülmektedir. Bahsi geçen gıdanın nasıl alınması gerektiği konusunda net olarak belirlenen bir vakit yoktu. Söz konusu macunların kullanımı ferdi tecrübeye göre evden eve hastadan hastaya göre değişebilmekteydi. Bunlar dönem itibariyle besleyici ve takviye edici tedavi edici gıdalardı. Cüvarişni olarak bilinen bir çeşit hazmettirici macun, sindirimi kolaylaştırıcı ilaçlar, evlerde hazır halde bulundurulur, hazımsızlık durumlarında kullanılırdı (Câhiz, 2012: 51).

Sonuç

Baharatların M.Ö. binli yıllarda tedavi amaçlı bir nevi ilaç ve ritüellerde kullanıldığı görülmektedir. Zamanla hayatın her alanında yer edinen bu mucizevi bitkilerin özellikle de mutfakta damak tadına yön verdikleri anlaşılmaktadır. Bu hususiyetleri sebebiyle baharatın ilk uzun mesafeli ticaretin temel ürünü haline geldiği görülmektedir. Uzun süren yolculuğa karşı bunlar dayanıklı bitkilerdi ve ayrıca taşınmaları da kolaydı. Yükte hafif pahada ağır olmalarından dolayı onlar, tüccarın iştahını kabartan ürünler haline geldiler.

Baharatın, nadirliği, pahalı oluşu ve damak tadını belirlemesi gibi özelliğiyle soyluların ve zenginlerin mutfaklarında, sofralarında birer gösteriye dönüştüğü görülmektedir. Baharat Abbasî mutfağının hüviyetini belirleyici olmuştur. Abbasî mutfağının baharatsız düşünülemez hale geldiği çeşnilerin ve sosların yoğunluğundan anlaşılmaktadır. Çünkü baharat, iştah açar, yemeğin yapısını değiştirir, çeşnisini güzelleştirir, renk katardı.

Abbasîlerde baharatın mutfakta yoğun kullanılmasının en önemli sebebi dönemin tıp anlayışından kaynaklandığı görülmektedir. Bu dönemde dört mizaç üzerine kurulu olan tıp anlayışında baharatlar dengeleyici role sahiplerdi.

Abbasîler’de baharat kullanımı yoğunluğu her anlamda kendisini göstermektedir. Baharatın Abbasî mutfağında gerek yemeğin gerekse sosların ve çeşnilerin hazırlanmasında





Abbasî Mutfağında Lezzet Bileşenleri veya Cennetin Habercileri; Baharatlar, Soslar, Çeşniler geniş bir kullanım alanına sahip olduğu görülmektedir. Korumada, lezzetlendirme, ilaç sanayide, basit tedavilerde ve gibi pek çok alanda baharatın işlevi vardı.

Abbasîler döneminde özellikle de 9. yüzyıldan itibaren yeni ve şaşırtıcı aromaların peşine düşülmesiyle yeni baharatların keşfedildiği ve kullanıma sunulduğu görülmektedir. Tarçın, muskat, karanfil, kakule, safran ve zencefil ilk kez mutfakta kullanıldı. Böylece baharat çeşitliliği artmıştır. Bu dönemde yenileriyle birlikte yaklaşık iki yüz çeşit baharat mutfağa girmiştir.

Hülasa, baharatlar, uzun ticaret yolunun oluşmasında ve yeni güzergahların belirlenmesinde etkin bitkilerden oldular. Yükte hafif pahada ağır olan bu sevimli lezzet bileşenleri, yeni coğrafyaların keşfinde, farklı toplumlarla temasta da etkili araçlar haline geldiler. Onlara olan erişim arzusu farklı dünyaların tanınmasını sağladığı gibi kültürler arasındaki etkileşimin meydana gelmesinde de onlar, aktif rol oynadılar.

Abbasî mutfağının temelinde çeşnilerin ve sosların önemli bir yer tuttuğu görülmektedir. Doğu Akdeniz Havzası'ndaki eski birikim değerlendirilmiş ve yeni bileşenlerle çok çeşitli sos ve çeşni ortaya çıkarılmıştır. Çünkü yemeklerin kalitesini belirleyen önemli ayrıntı ekşi çeşnilerdi. Bunlar ekşi, tatlı, acı ve tuzlu dengesinin bir arayışının neticesi olarak mutfakta yer almaya başladılar. Dört mizaç teorisi de bu dengenin sağlanmasına yönelik tavsiyeleri neticesinde çeşnilerin ve sosların Abbasî mutfağının zengin tat yelpazesini meydana getirdikleri görülür.

Kaynakça

- Ahsen, Muhammed Menazir. 2019. *Abbasiler Döneminde Sosyal Hayat*. Ankara: Ankara Okulu Yayınları.
- Bakır, Abdulhalik. 2000. *Ortaçağ İslam Dünyasında İtiryat, Gıda, İlaç Üretimi ve Tağşişi*. Ankara: Bizimbüro Basımevi.
- Baipakov, K. 2000. "The Silk Route Across Central Asia" *History of Civilization Central Asia*, ed. C. E. Bosworth, Paris: Unesco.
- Câhiz, Ebû Osman Amr b. Bahr b. Mahbub el-Kinani el-Leysi. 2012. *Cimriler*. çev. Zehra Güney Gökdemir. İstanbul: Şule Yayınları.
- _____. 1981. *Buhalâ*. thk. Taha el-Haciri, Kahire: Dârü'l-Ma'ârif.
- _____. 2001. *et-Tebessur bi't-Ticare*. çev. Mahfuz Söylemez, Ankara: Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi.
- Ceşiyârî, İbn Abdullah Muhammed b. Abdus. 1980. *Kitabu'l-Vüzerâ*. thk. Mustafa es-Sekka, Kahire.
- Fuzulî, Sihhatu Maraz, çev. Kemal Küntaş, İbn-i Sina Yayınları, İstanbul 2017.
- Grimm, Veronika. 2008. "El Altında Duran Güzel Şeyler, Antik Yunan ve Roma Dünyasının Damak Tatları". *Yemek Damak Tadının Tarihi*. haz. Paul Freedman. İstanbul: Oğlak Güzel Kitaplar.
- Anonim. 2008. *Hudûdu'l-Âlem*. thk. V. Minorsky. çev. Abdullah Duman-Murat Ağarı. İstanbul: Kitabevi.





- İbn Cevzî, Ebü'l-Ferec Cemâlüddîn Abdurrahmân b. Alî b. Muhammed Bağdâdî. 1992. *el-Muntazam fi Tarihi'l-Müluk ve'l-Ümem*. thk. Muhammed Abdülkadir Ahmed Ata-Mustafa Abdülkadir Ata. Beyrut: Dârü'l-Kütübi'l-İlmiyye.
- İbn Havkal. 2014. *10. Asırda İslam Coğrafyası*. çev. Ramazan Şeşen. İstanbul: Yeditepe Yayınları.
- _____. 1939. *Suretu'l-Arz*, haz. E.J. Leiden: Brill.
- İbn Miskeveyh. (1983). *Tehzibu'l-Ahlak/Ahlakı Olgunlaştırma*. çev. A. Şener-İ. Kayaoğlu-C. Tunç. Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı.
- İbn Sad, Muhammed b. Sad b. Meni el-Haşimî el-Basrî. 2001. *Kitabu'l Tabakatu'l-Kübra*. thk. Ali Muhammed Ömer. Kahire: Mektebu'l-Hanci.
- _____. 2015. *Tabakat*. çev. Musa Kazım Yılmaz. İstanbul: Siyer Yayınları.
- İbn Seyyar, Ebu Muhammed el-Muzaffer b. Nasr İbn Seyyar Verrak. 2011. *Kitabü't-Tabîh*. ed. Fuat Sezgin. Frankfurt: Institute for the History Arabic-Islamic Science.
- _____. 2007. *Annals of the Caliphs' Kitchens (Ibn Sayyâr al-Warrâq's Tenth-Century Baghdadi Cookbook)*, nşr. Nasrallah, Nawal. E.J. Leiden: Brill.
- İbnü't-Tiktakâ. 2016. *el-Fahrî*. çev. Ramazan Şeşen. İstanbul: Bilge, Kültür Sanat Yayınları.
- İbşihî, Şehabeddin Muhammed b. Ahmed Ebu Feth. 1983. *el-Mustetref fi Külli Fennin Müstezraf*. thk. Müfid Muhammed Kumeyha. Beyrut: Dârü'l-Kutubi'l-İlmiyye.
- İbn Uhuvve, Muhammed b. Ahmed el-Kureşi. 1938. *Mealimu'l-Kurbe fi Ahkami'l-Hisbe*. thk. Reuben Levy. London: Messrs Luzac.
- İdrisî. 2021. *Kadim Dünya Coğrafyası*. çev. Ramazan Şeşen. İstanbul: Yeditepe Yayınları.
- İstahrî, Ebu İshak İbrahim b. Muhammed el-Farisi el-Kerhî. 2019. *Ülkelerin Yolları*. çev. Murat Ağarı. İstanbul: Ayışığı Kitapları.
- _____. 1967. *Mesalik ve Memalik*. nşr. M. J. de Goeje, Leiden.
- Kâtib Bağdadî, Muhammed bin Hasan bin Muhammed bin Ali bin İbrahim İbnu'l Kerim. 2014. *Kitabü't-Tabîh*. thk. Kasım Samirai. London: Dârü'l-Verrak.
- _____. 2009. *Kitâbü't-Tabîh*. çev. Nazlı Pişkin. İstanbul: Kitapyayinevi.
- Koyuncu, Z. (2019). Ahlât-ı Erbaa/Humoral Patoloji Teorisi ve Divan Şiirinde Hakkânî Örneğinde İşleniş. *HİKMET-Akademik Edebiyat Dergisi*, 10, 75-97.
- Laudan, Rachel. 2013. "İslam Transforms the Cuisines of Central and West Asia, 800-1650 C.E.", *Cuisine and Empire Cooking in the World History*. California: University of California Press.
- Makdisî, Ebu Abdullah Muhammed b. Ahmed.1992. *Ahsenu't-Tekâsîm fi Marifeti'l-Ekalim*. ed. Fuat Sezgin. Frankfurt.
- _____. 2015. *İslam Coğrafyası (Ahsenu't-Takasim)*. çev. Ahsen Batur. İstanbul: Selenge Yayınları.
- Mesudî. 2018. *İtâbü't-Tenbih ve'l-İşraf*. çev. Ramazan Şeşen. İstanbul: Bilge Kültür-Sanat Yayınları.
- Miller, H. D. 2008. "Tüketim Zevkleri, Ortaçağ İslam Mutfağının Doğuşu". *Yemek Damak Tadının Tarihi*. haz. Paul Freedman. İstanbul: Oğlak Güzel Kitaplar.
- Nasrallah, Nawal. 2007. *Annals of the Caliphs' Kitchens (Ibn Sayyâr al-Warrâq's Tenth-Century Baghdadi Cookbook)*. E.J. Leiden: Brill.





Abbasî Mutfağında Lezzet Bileşenleri veya Cennetin Habercileri; Baharatlar, Soslar, Çeşniler

Nasîrüddîn Tûsî. (1981). *Ahlâk-ı Nâsırî*. Beyrut: Dârü'l-Alemiyye.

Outram, Alan K. 2008. "Avcı Toplayıcı İnsanlar ve İlk Çiftçiler". *Yemek Damak Tadının Tarihi*. haz. Paul Freedman. İstanbul: Oğlak Güzel Kitaplar.

Perry, Charles. 2014. "Middle Eastern Food History". *Food in Time and Place*. ed. Paul Freedman. California: University of California Press. <https://www.jstor.org/stable/10.1525/j.ctt7zw3tn.11>.

Standage, Tom. (2020). *İnsanlığın Yeme Tarihi*. çev. Gencer Çakır. İstanbul: Mayakitap.

Şabüştî, Ebu'l-Hasan Ali b. Muhammed. 1986. *ed-Diyarat*. thk. Korkîs Avvâd. Beyrut: Darü'r-Raidî'l-Arabî.

Şeyzerî, Abdurrahman b. Nasr. 1993. *Nihayetu'r-Rutbe fi Talebi'l-Hisbe*. haz. Abdullah Tunca. İstanbul: Marifet Yayınları.

Şihâbuddin el-Akfehî. (2009). *Oburlar ve Asalaklar*. çev. S. Kocabaş. İstanbul: Şule Yayınları.

Tez, Zeki. 2021. *Lezzetin Tarihi*. İstanbul: Hayykitap.

Zaouali, Lilia. 2016. *Ortaçağ'da İslam Mutfağı*. çev. Barış Baysal. İstanbul: RGK Yayınları.

