



Atf/Citation

Şen, M.A., (2021), Kars mutfak kültürünün Kocaeli'ye göç etmiş Karslılar tarafından kullanılma durumunun belirlenmesi üzerine bir araştırma. Doğu Coğrafya Dergisi 26(45), 257-266

KARS MUTFAK KÜLTÜRÜNÜN KOCAELİ'YE GÖÇ ETMİŞ KARSLILAR TARAFINDAN KULLANILMA DURUMUNUN BELİRLENMESİ ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

A Research on the Determination of the Use of Kars Culinary Culture by the People of Kars Who Migrated to Kocaeli

Dr.Öğr.Üyesi Mehmet Akif ŞEN*



Öz

İnsanlar herhangi bir sebeple göç ettiklerinde mutfak kültürlerini de yanlarında taşımak istemektedirler. Göç sonucu gidilen yerleşilen bölgedeki kaynaklar mutfak kültürünün devamlılığını sağlamada belirleyici olmaktadır. Bu çalışmada Kocaeli iline göç etmiş olan Karslıların yöresel mutfak kültürlerini yaşatma durumları araştırılmıştır. Bu amaçla nitel araştırma yöntemlerinden derinlemesine mülakat tekniği ile Kocaeli'ye bağlı Darıca, İzmit, Çayırova, Dilovası, Gebze, Körfez, Derince, Karamürsel, Gölcük ilçelerinde 2019 yılı Mart ayında 18 ev hanımıyla görüşmeler yapılmıştır. Kaynak kişi olan 18 ev hanımından elde edilen bulgulara göre kaz, hangel, ayran aşı, bulgur pilavı, feselli, kesme makarna, haşıl, umaç helvası, gibi yemeklerin halen daha evlerinde yapıldığı, kaz gecelerine katılım sağladıkları, özel günlerde Kars mutfağına ait umaç helvası gibi ürünleri misafirleri için pişirdikleri ve ikram ettikleri belirlenmiştir. Kocaeli'ye göç eden Karslıların yöresel mutfak kültürlerine sahip çıktıkları ve yaşatmaya çalıştıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Kars Mutfak Kültürü, Göç, Kocaeli

Abstract

When people migrate for any reason, they want to carry their culinary culture around with them. The resources in the region of immigration are decisive in ensuring the continuity of the culinary culture. In this study, Situations of keeping local culinary cultures alive of the people of Kars, who migrated to Kocaeli province, was investigated. For this purpose, in March 2019, interviews were conducted in Darıca, İzmit, Çayırova, Dilovası, Gebze, Körfez, Derince, Karamürsel, Gölcük districts of Kocaeli with 18 housewives with using the in-depth interview technique which one of the qualitative research methods. According to the findings obtained from 18 housewives who are the source people, it has been determined that Dishes such as goose, hangel, Buttermilk Soup, bulghur pilaff, feselli, vermicelli, haşıl, umaç halva are still made at home and they cook and serve dishes such as umaç halvah from Kars cuisine for their guests on special days when they participate in goose nights. It has been concluded that the people of Kars who migrated to Kocaeli protect and try to keep their local cuisine culture alive.

Keywords: Kars Culinary Culture, Migration, Kocaeli

* Giresun Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü. mehmetakifsenn@gmail.com, 0000-0002-2987-8074

1. Giriş

Günümüzde göç sonucu insanlar buldukları yerleşim yerlerini farklı sebeplerden ötürü terk ederek kendilerine yeni bir yaşam tarzı kurmak amacıyla farklı bölgelere veya yerleşim alanlarına gitmektedirler. Göç ile insanlara veya toplumlara ait örf, adet, gelenek, görenek ve kültürde de yer değişikliği olmaktadır. Yer değişikliğinin meydana geldiği kültür öğelerinden bir tanesi de mutfak kültürüdür. Türkiye'nin en doğusunda bulunan Kars, tarımsal faaliyetleri ile göze çarpmaktadır. Tarımsal faaliyetler ile elde edilen buğday, et, süt gibi ürünler Kars mutfağının ana hammaddelerini oluşturmaktadır. Süt kullanılarak yapılan meşhur Kars kaşarı, çeçil peyniri, göğermiş peynir, tereyağının eritilerek suyunun uzaklaştırılmasıyla elde edilen sarı yağ mutfağın önemli hammaddelerindedir. Buğday kullanılarak çeşitli ekmecekler, hamur işleri, kesme makarnalar ile bulgur Kars halkının yöresel ürünleridir.

Sanayi ve çalışma alanları bakımından yetersiz olan Kars'tan insanlar Türkiye'nin farklı illerine göç etmişler ve oralarda kendilerine yeni yaşam alanları oluşturmuşlardır. 2018 yılı verilerine göre Kars dışında en çok Karşılıkların bulunduğu ilk 5 il sırasıyla 293.263 kişiyle İstanbul, 91.703 kişiyle Ankara, 82.521 kişiyle İzmir, 63.942 kişiyle Kocaeli, 31.388 kişiyle Bursa'dır (Şen ve Ekinci, 2020:109).

Bu çalışmada memleketleri dışında en çok Karşılıkların nüfusuna ev sahipliği yapan şehirlerden bir tanesi olan Kocaeli ilindeki Karşılıkların kendi mutfak kültürlerini ne derece korudukları, kendi mutfaklarına ait hangi ürünleri ürettiklerinin araştırılması amaçlanmıştır.

2. Literatür Tarama

Türkiye'nin doğusunda bulunan Kars ili Ermenistan ile, Erzurum, Ardahan, Ağrı ve Iğdır illeri tarafından çevrelenmiş, rakımı 1500 – 2000 metre arasında değişen plato üzerinde kurulu, yazları serin ve yağışlı kışları sert, soğuk ve kar yağışlı bir iklime sahiptir (Demir, 2014:213).

Bitki örtüsü bakımından zengin olan Kars'ta tahıl olarak buğday ve arpa; sebze olarak patates, soğan, beyaz lahanalar fasulye; meyve olarak ise kayısı, ceviz ve elma bolca yetişen tarımsal ürünlerdir. Çayır ve mera alanlarının fazlaca olması sebebiyle şehirde büyükbaş hayvancılık önemli bir yer tutmaktadır (Diker ve Deniz, 2017:193-194).

Tarımsal ürünler her yörede olduğu gibi Kars'ta da mutfağı şekillendirmektedir. Kars mutfağında öne çıkan yemek ve tatlılar hörre (un) çorbası, hangel, sulu köfte, erişte pilavı, haşıl, ekşili et, feselli, kaz yemeği, kesme aşı, kuymak, erişte aşı, çeçil peyniri, Kars kaşarı, Kars balı, nezik, katmer, kete, hasuda, umaç helvası olarak sıralanmaktadır (www.kars.ktb.gov.tr).

Kaz kültürü Karşılıklar için çok özel olup, eti çok sevilmektedir. Kar yağdıktan sonra kesilen kazların içleri kar ile ovulur ve tuzlanarak ayazda kurutulur. Bunun için yüksek bir yere asılır. Ardından kuruyan kazlar evin dışındaki sandıkların içerisinde muhafaza edilir. Kaz yemekleri ve bazı ekmecek çeşitlerini pişirmek için tandır kullanılmaktadır. Özel olarak beslenen kazlardan yapılan yemekler Kocaeli'de kaz gecesi adı altında yapılan organizasyonlarda tüketilmektedir. Kaz geceleri gurbetteki Karşılıkların birlikteliğini sağlamada, paylaşımcı olma adına, mutfak kültürünü gurbette yaşatma adına önemli organizasyonlardır (Şen ve Ekinci, 2020:119-121).

Bayat (2020:2643) Kars yöresi yiyecek içecek işletmeleri menülerinde yer edinmiş bazı yöresel yemekleri tanıttığı çalışmada bu ürünleri kaz, haşıl, hangel, piti, kete, umaç helvası, hörre aşı, evelik aşı, erişte aşı, ayran aşı olarak belirtmiştir.

Çanakçı (2019:892) yapmış olduğu bir çalışmada Kars'ı ziyaret eden turistlerin Kars dendiğinde akıllarına ilk gelen yöresel yiyeceklerin kaz, kaşar peyniri, piti ve bal olduğunu, ziyaretleri esnasında yöresel yiyeceklerden de en çok kaz, piti, evelik çorbası, hangel, kaşar peyniri ve bal deneyimledikleri sonucunu elde etmiştir.

Kafkasya bölgesinde yaşamış bir toplum olan Karaçay Türkleri buldukları bölgede meydana gelen savaş sonucu göç etmek durumunda kalmışlardır. Karaçay göçmenlerinin bir kısmı Konya'nın Selçuklu, Karatay ve Meram ilçelerine yerleşmiştir. 1905 yılında bu ilçelere yerleştirilen Karaçay Türklerinin düğün, cenaze ve misafir ağırlama gibi özel günlerinde yaptıkları yemeklerde göç sonrası önemli bir değişim meydana gelmemiştir. Fakat bu yemeklerin çevre toplumlar tarafından tanınma noktasında sıkıntılar yaşanabilmektedir (Seçim ve Kaya, 2020:81-82).

12. yüzyıldan itibaren Ahıska Türkleri Türkiye'nin kuzey doğusuna ve şimdiki Gürcistan sınırına denk gelen Ahıska bölgesinde, Çoruh nehri, Meshet ile Cehavet sıradağları ve Borçalı arasında yaşamakta iken çeşitli sebeplerle göç zorlanmışlardır (Bayraktar, 1999; Sezgin ve Ağacan, 2003). Göç sonrasında Türkiye'de Konya, Karaman ve Osmaniye illerinde yerleşik halde bulunan Ahıska Türklerinin yemek kültürlerindeki değişimin

belirlenmesi üzerine bir araştırma yapılmıştır. Yapılan araştırmaya göre özellikle mutfak kültürü bağlamında, kış hazırlıklarında göç sonrası bazı farkların ortaya çıktığı belirtilmektedir. Buna göre Ahıska bölgesinin uzun ve soğuk kış koşullarına sahip olması ile bu durum göz önünde bulundurularak yapılan kış hazırlıkları, Türkiye'ye gelenler tarafından zamanla yeni yerleştikleri bölgenin daha hafif olan kış koşulları dikkate alınarak yapılmaya başlanmıştır. Araştırmada komşuluk ilişkilerinin gelişmesiyle bazı yemeklerin yapımında değişikliklerin meydana geldiği ortaya çıkarılmıştır. Ahıska bölgesinden Türkiye'ye göç eden Ahıska Türklerinin Ahıska'da yaptıkları hamur işleri, hangel, kesme erişte, makarna, pastırma, sucuk gibi ürünlerini Türkiye'de de yaptıkları görülmektedir. Bu da mutfak kültürünün korunan kısımlarının olduğunu ortaya koymaktadır (Seçim ve Kaya, 2019).

Türkiye İstatistik Kurumu verilerine göre 2019 yılında Kars'ın nüfusu 285.410 kişidir. Aynı dönemde Kocaeli ilinde Kars nüfusuna kayıtlı kişi sayısı ise 65.461 olarak hesaplanmıştır (www.tuik.gov.tr). 2018 yılında Kars dışında en çok Karslının yaşadığı 4. il Kocaeli'dir.

3. Amaç ve Yöntem

Çalışmanın amacı, Kars mutfak kültürünün herhangi bir sebeple başka şehirlere göç etmiş Karslılar tarafından göç ettikleri yerlerde yaşatılıp yaşatılmadığını, Kocaeli ili örneği üzerinden yola çıkarak değerlendirmektir.

Kocaeli iline göç ederek yerleşmiş Karslıların, Kars mutfak kültürüne ait yemekleri ve yemek üretim tekniklerini kullanıp kullanmadıklarının değerlendirildiği bu çalışmada şu araştırma sorularının cevapları aranmıştır.

AS 1: Kocaeli'de Kars iline ait hangi yöresel yemekler yapılmaktadır?

AS 2: Kocaeli'de Kars iline ait yöresel yemekler yapılırken hangi yöresel yemek üretim teknikleri kullanılmaktadır?

AS 3: Kars'ta üretilip Kocaeli'ye getirilip tüketilen yöresel gastronomik ürünler varsa bunlar nelerdir?

AS 4: Göç, mutfak kültüründe ne tür değişimler meydana getirmektedir?

Çalışmada veri toplama aracı olarak nitel araştırma yöntemlerinden derinlemesine mülakat tekniği kullanılmıştır. Yerli vd. (2018)'e göre mutfak kültürü, yöresel gastronomik ürünler, geleneksel gıdalar ve bunlarla ilintili bütün unsurların tüm çerçevesiyle araştırılmasında nitel araştırma yöntemi kullanılmaktadır. Araştırmanın evrenini Kocaeli ilinde yaşayan Karslılar oluşturmaktadır. Çalışmada amaçlı örneklem tekniğine başvurulmuştur. Amaçlı örneklem grubuna dahil edilen katılımcılar araştırmanın konusu hakkında bilgiye sahip ve çalışmanın amacı ile ilgili olarak bilgi vermeye istekli kişilerdir (Özsevgeç, 2016). Araştırma için Kars'ta doğmuş ve belli bir yaşa kadar orada yaşadıkten sonra herhangi bir sebepten dolayı Kocaeli'ye göç etmiş ev hanımları seçilmiştir. Kocaeli'de bulunan Kars ve ilçelerine ait hemşeri derneklerinden bu tanıma uyan kişilere ulaşmak amacıyla destek alınmıştır. Derneklerden alınan iletişim numaraları aracılığı ile kişilerle iletişime geçilmiş, görüşme talebimizi kabul eden ve kriterlerimize uygun 18 kişiyle doğrudan görüşme gerçekleştirilmiştir. Görüşmeler, Mart 2019 tarihinde Kocaeli'ye bağlı Darıca, İzmit, Çayırova, Dilovası, Gebze, Körfez, Derince, Karamürsel, Gölcük ilçelerinde önceden telefonla aranan katılımcıların müsait oldukları zaman diliminde evlerine ziyaret yapılarak gerçekleştirilmiştir. Görüşmeler ses kayıt cihazı ile kayıt altına alınmış olup her bir görüşme ortalama 45 ile 75 dk arası sürmüştür. Kayıtlar daha sonra betimsel analiz tekniği ile incelenmiştir. Betimsel analiz tekniği, yapılan görüşmeden elde edilen verilerin düzenlendikten ve yorumlandıktan sonra okuyucu kitlesine aktarılmasıdır (Yıldırım ve Şimşek, 2008). Daha sonra konunun nihai değerlendirilmesi ile araştırma sorularına cevap bulunmuş ve öneriler sunulmuştur.

4. Bulgular

Araştırmanın katılımcılarına ait demografik özellikler olan yaş, doğum yeri, Kocaeli'nin hangi ilçesinde ikamet ettiği ve kaç yıl önce göç ettiğine dair bilgiler Tablo 1'de mevcuttur. Katılımcılarını tanımlamak amacıyla isimleri değil de K 1, K 2, K 3,....., K 18 şeklinde kodlar kullanılmıştır.

Tablo 1: Katılımcıların Demografik Özellikleri

Katılımcı Kodu	Yaş	Doğum Yeri	İkamet Yeri	Kaç Yıl Önce Göç Ettiği
K 1	52	Selim	Darıca	29
K 2	50	Arpaçay	Gebze	32

K 3	73	Susuz	İzmit	51
K 4	37	Kağızman	Çayırova	21
K 5	32	Selim	Çayırova	19
K 6	73	Kağızman	Dilovası	55
K 7	62	Susuz	Körfez	30
K 8	58	Çıldır	Derince	34
K 9	61	Posof	Gebze	38
K 10	65	Göle	Dilovası	44
K 11	43	Çıldır	İzmit	27
K 12	37	Hanak	Karamürsel	13
K 13	63	Sarıkamış	Çayırova	42
K 14	38	Selim	Körfez	14
K 15	57	Akyaka	Gebze	33
K 16	62	Arpaçay	Darıca	41
K 17	44	Göle	Gölcük	18
K 18	51	Çıldır	Karamürsel	33

Tablo 1 incelendiğinde katılımcılarımızdan 6 kişi 30 – 45 yaş aralığında, 5 kişi 46 – 60 yaş aralığında, 7 kişi ise 61 ve üzeri yaştadır. Tamamı ev hanımı olan katılımcılarımızdan 4 kişi 10 ile 20 yıl arası, 4 kişi 21 ile 30 yıl arası, 5 kişi 31 ile 40 yıl arası ve 5 kişi ise 41 yıl ve daha uzun süre önce Kars'tan Kocaeli'ye göç etmiştir. Kocaeli'de ikamet ettikleri ilçeler bazında değerlendirme yapıldığında çalışmamıza katılanlardan Gebze ve Çayırova'da oturan 3'er kişi, Darıca, İzmit, Dilovası, Körfez ve Karamürsel'de oturan 2'şer kişi ve Gölcük ile Derince'de oturan 1'er kişi bulunmaktadır. Çalışmamızın verilerini elde ettiğimiz kişilerin doğum yerlerine bakıldığında Selim ve Çıldır doğumlu 3'er kişi, Arpaçay, Susuz, Kağızman, Göle doğumlu 2'şer kişi ve Posof, Hanak, Sarıkamış, Akyaka doğumlu 1'er kişi olduğu görülmektedir. Çalışmamızda kaynak kişi olan katılımcılardan 6 kişinin doğum yerleri olan Çıldır, Posof ve Göle şu an Ardahan iline bağlı ilçelerdir. Ardahan ili daha önce Kars'a bağlı bir ilçe iken 27.05.1992 tarihinde il olmuştur (www.ardahan.gov.tr). Dolayısıyla 6 katılımcımızın doğdukları zaman söz konusu ilçeler Kars iline bağlı durumdadır.

Katılımcıların yöresel yemek kültürü ile ilgili vermiş oldukları bilgiler katılımcı bazında şu şekildedir.

K 1: *Benim evimde bizim yörenin yemekleri pek yapılmaz, çocuklarım sevmedikleri için. Ama buzdolabından kendi yaptığım kete ve feselli eksik olmaz. Bir misafirim geldiğinde çayın yanında gidecek en güzel yiyecektir. Birde bizim köyde bekarken topladığımız evelik otundan yaptığım evelik aşı yapılır o kadar. Daha çok anneme kardeşime yaptırıp yerim, bunlarda genelde haşıl, umaç helvası ve kazdır. Memleketime ait olan yemekleri burada yaptıklarına bile değişmem. Kendimiz üretir kendimiz tüketirdik. Çocuklarım Kocaeli'de doğduğu için yöresel yemeklerine çok fazla ilgi duymazlar. Daha çok kete ve feselli severler. Kete ve feselli köyde pişirdiğimiz gibi tandır ve yer ateşinde ocaktaki sacda değil de fırın ve doğalgazlı ocakta pişirmekteyim. Çayın yanında veya misafir geldiğinde bu iki yemeği tüketmekteyiz. Köyde evelik otunu toplayıp kuruttuktan sonra evelik aşı yapardık. Yazları köylere gittiğimde evelik otu toplar kurutur ve buraya getirir, evelik aşı yaparım. Yöresel ürünlerimizden çeçil peyniri, göğermiş peynir, kaşar, sarı yağ ve kaz siparişi veririm veya köyden gelen yoksa bulabildiğimi buralardaki marketlerden alırım. Kendi yöresel yemeklerimizin haricinde komşularımızdan öğrendiğimiz onların mutfaklarına ait yemekleri de tüketmekteyiz.*

K 2: *Bizim evimizde yöresel yemeklerimiz fazlasıyla yapılır ve sevilerek tüketilir. Tabi bunların başında kaz gelir. Akşam yemekte kaz varsa evdeki herkes kendini ona göre ayarlar. Bazen de piti yaparız. Kuzu eti pahalı olduğu için kurbanda küçük baş kesersek, kurban haricinde de yılda bir iki defa yaparız. Kesmeli ayran aşı olmazsa olmazımızdır, çocuklarım çok sever ve isterler. Kış olunca veya evden biri hasta olduğunda kesmeli ayran aşı yapılır. Cıncar (ısırgan) aşı benim çok sevdiğim ve sadece kendime yaptığım çocuklarımın pek sevmeyeceği bir yemektir. Özel günlerimizde özellikle de bayramlarda kete yaparım malzemesi benzer olduğundan kete yaptığımda feselli de yaptığım olur. Tanıdıklarımın cenazelerinde ve kandillerde de umaç helvası yapar dağıtırım. Bayat ekmeklerden yaptığımız ekmek aşı yemeğimiz vardır pratik olduğundan bazen hızlıca yaparım. Köyde tandır lavaşından yapardık ama burada beyaz ekmekle*

yaparız. Peynirli kesme makarna yaparım tabi üstüne göğermiş peynirimiz varsa. Köyde fazlaca yaptığımız; kurut, çeçil peynir, eski kaşarı çok yapmak isterim fakat burada yapacak ne malzeme ne de ekipman olduğu için yapamıyorum. Köye giden olursa ücreti karşılığında onlara getirtmekteyim.

- K 3:** Tabi yaşam itibariyle eskisi gibi yapamasam da hangeli çok yaparım. Her gün yapsam çocuklar ve torunlar yer. Keteyi çok yaparım yaptığımda fazlaca yaparım ki dondurucuda da hazır bulunsun. Ama yaptığım çoğu yemeği memlekette sipariş ettiğim malzemelerden yaparım. Bana göre sarıyağı olmayan hangel, hangel değildir. O ağır kokusunu verecek ki tam olsun. Hangelin üstünde ki yoğurtta yine köyden getirttiğim kuruttan (kurutulmuş yoğurt) yaparım. Bolca kesmeli ayran aşısı yaparım. Yaptığım zaman torunlar gogul için yarışır hep. Yılda 3 - 4 kez kaz pişiririm suyundan da bulgur pilavı yaparım. Kazı herkes çok severek yer. Kahvaltılarında çeçil peynir ve Kars kaşarı olmazsa olmaz. Kendim burada yapamadığım için yılda 2 kez memlekette getirtiriz. Ara ara hõrre çorbası da yapmaktayım, zaten genelde bizde hep beyaz çorba yapılır. Önceleri tandır ekmeği çok yapardık ama şimdi tandır nerede anca hazır alabiliriz. Kete yaptığım zamanlarda katmerde yaparım atarım dolaba. Tabi bunlar tandır da pişse daha lezzetli olur.
- K 4:** Kesme makarnası çok yaparım, kuruturum ve dolaba atarım, en az haftada bir pişirmeye çalışırım. Çocuklarımın yöresel olarak en çok sevdiği yemeklerden biridir. Umaç helvası, genellikle kandillerde yaparım ve bizim oralarda evden koku çıksın denilip yapılır. Cenazelerde de yemeklerin yanında dağıtılır. Patatesli yarma(buğday) çorbası, sık sık yaparım. Hatta çoğu misafirim de beğenerek yediği ve tarifini kesinlikle aldığı çorbadır. Feselli, yapımı uğraştırıcı ve zor olduğu için bunu yılda bir veya iki defa ancak yaparım. Kuymak, bizim oraların kaymağından yapılır. Bende başka kaymakla yapmayı hiç denemedim açıkçası. O sebeple yapamadığım ama tadı damağımdan hiç gitmeyen yöresel bir hamur işidir.
- K 5:** Ben yöresel yemeklerimizden çoğunu yaparım, tabi yapamadığım bazı yemeklerimizde var. Feselli, ayran aşısı, hõrre, hasuda, kesme makarna gibi yemekleri fırsat buldukça yaparım. Hasuda, bizim yörenin tatlısıdır. Bizim ailenin, yemeklerden sonra çayın yanında olmazsa olmazıdır bu yüzden sürekli yaparım. Köyde doğum yapan lohusa kadınlara kuvvet versin, sütü gelsin diye de yapılırdı. Doğum yapan komşumuz olduğunda bu tatlıdan yaparım ona. Hõrre çorbası hem lezzeti hem de bizim için soğuk kış aylarının vazgeçilmezidir. Çocuklarım hasta olduğunda yer uyurlar sabaha hiçbir şeyleri kalmaz. Kaz, bizim oraların kızıdır. Kaz lezzetini kışın köyün ayazında kurutulmasından alır. Bizim köyde akrabamız kalmadığı ve buralarda satılan aynı tadı vermediği için almıyoruz. Fakat kaz gecesine gittiğimizde tadımlıkta olsa yiyoruz.
- K 6:** Kesme makarnası, çocukluğumdan beri belki de en çok sevdiğim yemeklerimizden biridir. Hem yapım hem de pişirilmesi kolay olur. Torunlarım ve çocuklarım çok sevdiği için sürekli yapardım. Piti dediğimiz kuzudan yapılan yemeği de nadiren de olsa yaparım. Hangel, kesme makarnasıyla yapımı birbirine benzese de kıvamını tutturmak biraz zor oluyor. Genellikle misafir geldiği zaman yapardım. Nezik, bahçem de elverişli olduğu için ateş üzerinde sacda yapıyorum. Köyden bahar ve yaz döneminde gelen kaymakla yaparım. Kete, ramazan ayı başlamadan önce sahur için, bayramlardan önce ve özel misafirlerim için yapıyorum. Sarı yağı kahvaltı ve yemeklerde fırsat buldukça kullanırım fakat torunlar geleceği zaman kullanmıyorum. Tadı ve kokusu alışmadıkları için onlara ağır geliyor. Onlar burada büyüdükleri için daha kolay ve buralarda herkes tarafından bilinen yemekleri tüketiyorlar. Tabi birde normal yeşil mercimekli kesme aşımız var oda kırmızı renkte bir çorbadır. Elde kesilmiş erişteden yapılır içine yeşil mercimek katılır. Erişte kesmek biraz zor olduğu için pek fazla yapamıyorum. Birçok yemeği eskiden hep yapardım ama artık yaşlandığım için daha kolay olanlarını yapmaya çalışıyorum. Kars'a gittiğimizde veya giden olduğunda sarı yağ, kaşar ve göğermiş peynirimizi mutlaka alır veya sipariş ederiz.
- K 7:** Hangel, annemden öğrendiğim ve ilk yaptığım zamanlarda tarifini tutturmak için çok zorlansam da artık en güzel yaptığım yemeklerden birisidir. Eşimin Tokatlı olmasına rağmen severek yediği ve çok sevdiği bir yemek oldu. Yeşil mercimekli erişte pilavı, küçükken memlekette kardeşlerimle annemden yapmasını isterdik. Fakat köy merkezden uzak olduğu için her an mercimek alamıyorduk o yüzden de her an yapılamıyordu. Şimdi canım her istediğinde yapıyorum. Kars balı, köyümüze minibüslerle satıcılar gelirdi. Hem o satıcılardan hem de merkezden alırdı babam. Köyde yediğim o balın tadını burada pek bulamasam da marketlerden aldığım Kars balını kahvaltılarımın eksik etmem. Aynı şekilde bizim oraların lezzetli Kars kaşarını da eksik etmem evimden. Bal ve kaşarı köyden getirtirim. Mafiş, babam ve amcam tarlada çalışırken öğlen yemeği olarak annem yapıp götürürdü. Çay ve çeçil peyniriyle tarlada hep birlikte yerdik. Şimdi ben de çayın yanında, kahvaltıda, bazen de misafirlerime ikram ediyorum. Sarı

yağ, Kars'ta evlerin vazgeçilmez olan bu yağ yemeklerde ve kahvaltıda üzerine pekmez dökülerek yenir. Eşim kokusunu ve tadını farklı bulduğu için sevmiyor bende bu sebeple yemeklerde kullanmıyorum.

- K 8:** Kete, bayramlarımızın vazgeçilmez tatlarından biridir. Ben hem bayramlarda hem de misafirlerim için yapıyorum. Yapımı ve gevrekliğini tutturması zor olan bu yöresel lezzeti annemden öğrendim. Haşıl, bizim memleketin kış yemeğidir. Çocukken soba kenarında bütün aile toplanıp aynı tabaktan kaşıklayarak yedik. Bende kış aylarında sürekli yaparım ve ailecek aynı tabaktan kaşıklayarak yeriz, tadı öyle daha başka olur. Hasuda, sürekli yaptığım ve eşimle çocuklarımızın da severek yediği, yeni bebeği olanlara da ikram ettiğimiz yöresel bir lezzettir. Kesmeli ayran aşı, bizim oralarda gogilli denir. Yaşlısından gencine ve özellikle de çocukların en gözde yemeğidir diyebilirim. Özellikle kış aylarında hasta olduğumuzda yaparım. Kaz eti ve bulgur pilavı, ben yılbaşı gecelerinde yaparım. Bizim orda Kars'ın kızı kazdır derler. Eşim ve çocuklarımda severek yerler. Hörrre çorbasını eşim sevmediği için normal öğünlerde pek yapmıyorum fakat evde soğuk algınlığını olan varsa pişiriyorum. Katmer, kete gibi ürünleri evde imkânımız olmadığı için yapamıyoruz. Yöresel ürün satan şarküteri veya fırınlardan alıyoruz ama aynı tadı vermiyor.
- K 9:** Yöremize ait yemekleri sık sık yapmaya çalışırım. Torunlarım en çok ketemi sever ve isterler. Bende bu yüzden dolabımdan pek eksik etmem özellikle de bayramlarda. Fakat hangeli 2 haftada bir yaparım hem yapması kolay geliyor hem de çok seviliyor. Bazen gelecek misafirim önceden arar Hangel yap da yemeğe gelelim derler. Soğuk kış günlerinde de kesme aşı çorbası çok yenir, özellikle de hasta için yapılır. Çocukken Kars'ın ayazında hayvanları olatmaktan geldiğimizde yedik bizden mutlaka yılmazdı. Yılda 3 veya 4 kez de kaz ve yanında bulgur pilavı pişiririm, biri mutlaka yılbaşına denk getirilir. Zaten Karşılı olup kazı sevmeyen de bulamazsın. Kazın baş ve ayağından da yemek yapılır çocuklar hiç yemez ama ben alışkın olduğumdan çok severim. Yanına da olmazsa olmaz kaz suyundan yaptığım bulgur pilavı tabii ki. Keşke elimden gelse de burada kendim besleyebilsem ama buradaki hava şartları kazı ayazda kurutmak için elverişli olmadığı için gerçek lezzette Kars kazı yapmak mümkün değildir. Ara ara da evde sarıyağ varsa haşıl yaparım. Kahvaltılardan göğermiş ve çeçil peynirde eksik olmaz. Burada da kendim yaparsam ama nerde o malzeme, sadece şarküteriden alabiliyoruz. Birde köyden gelen birisi varsa sipariş ettiğimde gelir. Sık sık ayran aşı yaparım hem ben hem evdekiler çok severiz. Ramazanda yemek davetlerinde alışkanlık olmuş artık çorba olarak mutlaka ayran aşı yapılır. Hem arpa hem de tel şehriyeli yapılır.
- K 10:** Ben 21 yaşına kadar köyde yaşadığım için yemek kültürünü hiç kaybetmedim hala en sevdiğim yemekler bizim yörenin yemekleridir. En sevdiğim yemek ekşili kuzu etidir, bu yemeği fırsat buldukça yaparım. Evimde haftada bir mutlaka hangel yaparım çevremdekilerde çok isterler. Boş günlerimde katmer ve nezik pişirir atarım dolaba her canımız istediğinde çıkartıp tüketiriz. Ailecek kazı çok severiz hem köyden sipariş verir kendim bulgur pilavı ile pişiririm evde hem de kaz gecelerine katılıp orada hem yeriz hem sohbet ederiz, köylülerimizle bir araya geliriz. Bayat ekmeğide oldukça kolay yemek olarak ekmeğide aşı yaparım. Burada en çok tandır ekmeği yapmak isterim ama bu zamanda tandır ekmeği şehirde yapmak mümkün değil onu da ancak satın alarak tüketmekteyiz.
- K 11:** Erişte aşı, kışın sürekli yaparım, özellikle eşim ve çocuklarım hastalandıklarında yer uyurlar, sabah sapsağlam olurlar. Bazı misafirlerim içinde özellikle yapıyorum. Kete, çoğu komşum özellikle ister ve onlar için keyifle yapıyorum. Keteyi özellikle Ramazan ayı başlamadan sahurda tok tuttuğu için ve bayramlarda tatlıların yanında tüketmek amacıyla yapmaktayım. Kazı her yıl aralık ayının başlarında köyden satın alırız. Özellikle yılbaşı geceleri yaparım ve bulgur pilavı ile birlikte tüketiriz. Kaliteli kaymak bulduğumda nezik yaparım.
- K 12:** Ekmeğide aşı, çok pratik ve lezzetli olduğu için ansızın gelen misafirlerime, evde yemek olmadığında kendimize hızlıca yapmaktayım. Ayran aşı çorbası, piti, mafış, erişte aşı, kesme makarna, hangel sürekli yaptığım yemeklerdendir. Köyden getirdiğimiz sarı yağı yemeklerde gerektiğince kullanmaktayım.
- K 13:** Ben bizim oranın çorbalarını çok sever ve yaparım. Evelik en sevdiğim çorbadır bu yüzden sık yapılır. Kesmeli ayran aşını ise en çok çocuklarım severler bende kışın bol bol yaparım. Her derde de devadır derler bizim oralarda. Hastan varsa yap kesmeli ayran aşı kalsın ayağa derler. Erişte pilavı yaparım ara ara ama erişte kesmek kurutmak zor olduğu için genelde hazır alarak kullanırım. Köyden her sene mutlaka yılda iki kez falan kaz getirtirim. Eskiden daha çok kaz yedik hem ucuzdu hem de eski usul gibi ayazda kurutulurdu ama şimdi yerini daha çok derin dondurucu aldı. Onunla da aynı tadı vermiyor tabii ki. Bazen çayın yanına ya da kahvaltıda mafış yaparım. Buna da mafış tatlısı deriz. Arada bir mafışı şerbetleyip tatlı olarak ta yaparım, çocuklar ve torunlar çok sever. Ayrıca kandil, mevlit, bayram gibi

özel günlerde ve torunlarım geldiğinde umaç helvasını mutlaka yaparım. Bazen kaymak veya sarı yağla kuymakta yapıyorum, tabii koktuğu için torunlar pek sevmiyorlar.

- K 14:** *Yöremize ait birçok yemeği çok severim ve yapmaya çalışırım. Ayran aşı, hangel, mafiş, evelik aşı, piti gibi yemekleri yaparım. Yaz olunca bolca erişte keserim kuruturum onunla da erişte pilavı, erişte çorbası ve peynirli erişte makarnası yaparım. Kazı zaten sevmeyen yoktur bu yüzden yılda 3-4 kez alırız, hep beraber akrabalar ile toplanır bulgur pilavı eşliğinde yeriz. Aynı zamanda kışın kaz gecelerine de katılır, orada da kaz yiyerek sohbet eder ve hasretlik gideririz.*
- K 15:** *Bizim evin dolabından eski kaşar, çeçil peynir, kaymak ve sarı yağ eksik olmaz. Her yaz, köyde evimiz olduğu için giderim malzememi de kendim yapar veya bildiğim üreticilerden alıp getiririm. Evde umaç helvası çok yaparım, çocuklar bayılırlar yemeğe. Mevrit varsa zaten mutlaka yapılır. Hangeli hem etli hem de yaprak olarak yaparım, köyden getirdiğim kurutla yaptığım zaten lezzeti çok daha güzel olur. Hörre çorbasını eşim çok sever bende sık sık yaparım. Bayrama yakın ya da özel bir misafirim gelecekte toplanır kete yaparız. Çok yenilip çabuk biteceği için bol yapar, dolaba atarım. Kuymağı haftada bir kahvaltıda yapmaya çalışırım. Şehir yerinde anca bu kadar yapıyor.*
- K 16:** *Kendimi bildim bileli köyümün yemeklerini malzemesini bulduğum sürece yaparım. Buraya geldikten sonra da durum pek değişmedi. Marketten alınan kahvaltılık malzemeleri alışkanlıktan ve ağız tadına hitap etmediğinden dolayı pek fazla tüketemiyorum. Mayıs ayı geldiğinde eşimle beraber tutarız köyün yolunu ekim sonuna kadar gelmeyiz. O zamanda da gerek köyde olsun gerek yaylada olsun kendi çeçil ve göğermiş peynirimi, kaşarımı, balımı, evelik otunu, sarı yağımı hazırlar ve buraya getiririm. Bizim başlıca yaptığımız yemekler hep hamurdandır. Zamanında buğday çok yetiştiği için un ve su gibi kolay bulunan malzemelerden hep hamur işi hazırlanmış, şimdi de alışkanlık sürdürüyoruz. Hamurlardan hangel en çok yaptığım, kesme aşı çorbası, katmer, nezik ve kete yaparım. Kaz kendimizde bakıp kuruttuğumuz için ara ara yaparım. Umaç helvasını kandil veya hayırlı işte yaparım.*
- K 17:** *Genç kızlığımdan köyümde annemden öğrendiğim yöresel yemeklerimizi elimden geldiğince burada da çocuklarıma yapmaya çalışırım. Yerimiz müsait olduğu için tandır yaptırdım. Dönem dönem Karşılı olan komşularıyla toplanıp tandır ekmeği yaparız, fazla yaparak dondurucuya atarız böylelikle uzun süre idare eder. Kurban Bayramı'nda da aynı şekilde olmazsa olmazdır. Tandır yapılmışken birkaç tanede feselli ve kete de yaparım. En iyi feselli tandırda olandır çünkü. Evimizin en sevilen atıştırmalığı tandır ekmeği arasında çeçil peynir yemektir. Kayınvalidem 67 yaşında bizi de o alıştırdığı için çok severek yeriz. Çeçil peyniri kendimiz yapamayız köyde olan eş dosttan sipariş vererek getiririz. Çocuklarımızın en sevdiği yemek kesmeli ayran aşı çorbasıdır özellikle soğuk havalarda çok yaparım. Sonrasında haşıl, yine köyden alınan sarı yağ ile yaparım. Kaz yemeği çok severiz ama pahalı olduğu için yılda bir kez yapılan kaz gecesinde ailece gidip yeriz. Kandil olduğu zaman umaç helvası yapıp çıkıp komşuya dağıtmak köyden beri gelen bir gelenektir.*
- K 18:** *Köyden geldiğim ilk dönemler anladım ki kendi yöremın yemekleri büyük nimetmiş. Bazen hamur yemekten sıkılır ve şikâyet ederdik fakat buraya geldikten sonra kıymetini bildik. En sevdiğim ve sürekli yaptığım yemek hızlı da yapıldığı için hangeldir. Şimdi bile acele yemek yapmam gereksin hemen hangel yaparım. Köyden annemin yaptığı kuruttan getiririm çünkü asıl hangel kuruttan ve sarı yağdan yapılandır. Ara ara evde de sarı yağ yapmaya çalışırım ama tereyağı buradan aldığım için lezzeti köydekiyle aynı olmuyor, zaten çocuklar da pek sevmezler. Birde memleketten gelen olursa göğermiş çeçil ve kaşar peynir alırım. Ara sıra ekme aşı yaparım bayat ekmeçleri değerlendirmek için. Çocukken yemek olmadığında annem yapardı şimdi bende bu şekilde değerlendiriyorum. Birde ekşili et yemeği var kuzu etinden çok güzel olur ara sıra yaparım bende. Tatlı olarak ise bazen hasuda yapıyorum. Hasudayı sütü gelsin diye loğusalara götürdüğüm de vardır.*

Yapılan görüşmeler sonucunda araştırma sorularının cevapları aşağıdaki şekilde derlenmiştir.

Kocaeli'de Kars iline ait hangi yöresel yemekler yapılmaktadır sorusuna verilen cevaplar "kaz yemekleri, hangel, ayran aşı, bulgur pilavı, feselli, kesme makarna, haşıl, umaç helvası, nezik, piti, evelik aşı, ekme aşı, hörre aşı, kuymak, mafiş, erişte aşı, erişte pilavı, kesme aşı, ekşili kuzu etli yemek, katmer, hasuda, ısırgan aşı, yarma aşı ve tandır ekmeği" şeklinde olmuştur. Bu yemeklerin yapımında kullanılan yöresel pişirim ekipmanı olarak tek bir katılımcı "tandır" kullanılmaktadır. Köyde açık ateşte yapılan yemekler şehir yaşamında gazlı ocaklarda pişirilmektedir. Çeçil peynir, göğermiş peynir, Kars kaşarı, kaz, sarı yağ, kaymak, bal, kurut, evelik otu gibi yöresel gastronomik ürünler Karşılılar tarafından köylerinden Kocaeli'de tüketilmektedir.

Herhangi bir sebeple göç etmiş olan insanların göç sebebiyle, mutfak kültürlerinde meydana gelen değişimler şu şekildedir;

- Köy ile bağlantısı olmayan kişiler yöresel hammaddelere ulaşmakta sıkıntı çekmektedir.
- Pişirim ekipmanları ve yöntemleri modern yaşam gereği kullanılamaz hale gelmiştir.
- Hammadde, ekipman ve pişirim yöntemlerinde orijinalliğin bozulması, göç sonrası yapılmaya devam eden yemeklerin gelecekte orijinalliğinin kaybolmasına sebep olacaktır.

5. Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Kars'tan göç ederek Kocaeli'ye yerleşmiş Karşılıkların, mutfak kültürlerini devam ettirip ettirmediğini araştırmak amacıyla 18 katılımcıyla görüşülerek yapılan bu çalışmadan elde edilen sonuçlara göre, yöresel yemeklerin bir kısmı göç sonrasında yaşatılmaya devam etmektedir. Kocaeli'de yaşayan Karşılıkların yöresel olarak mutfaklarında pişirdikleri yemekler kaz, hangel, ayran aşısı, bulgur pilavı, feselli, kesme makarna, haşıl, umaç helvası, nezik, piti, evelik aşısı, ekmeğ aşısı, hõrre aşısı, kuymak, mafış, erişte aşısı, erişte pilavı, kesme aşısı, ekşili kuzu etli yemek, katmer, hasuda, ısırğan aşısı, yarma aşısı ve tandır ekmeği olarak belirlenmiştir. Bu yemeklerin yapımı için gerekli özel hammaddelerin bir kısmı Kars'tan getirilmekte bir kısmı da ikamet ettikleri yerlerdeki şarküterilerden tedarik edilmektedir. İkamet ettikleri yerlerden alınan hammaddelerin aynı lezzeti vermediği düşünülmektedir. Bayat (2020:2643)'ın yapmış olduğu çalışmada tanıtmış olduğu Kars yöresel yemekleri bizim bulduğumuz sonuçlar ile aynıdır. Çanakçı (2019:892)'nin yapmış olduğu çalışmada Kars yöresel yemekleri olarak sıralanan yemeklerin bizim çalışmamızdaki katılımcıların belirtmiş olduğu yemeklerle aynı olması yemek kültürünün değişmediği şeklinde değerlendirilmektedir.

Özellikle Kars'ta üretilen çeçil peynir, göğermiş peynir, Kars kaşarı, kaz, sarı yağ, kaymak, bal, kurut, evelik otu gibi yöresel ürünler köye gidenler vasıtasıyla getirilmektedir. Bazı katılımcılar köye giden akrabaları olmadığında bu ürünlere ulaşmakta zorlanmaktadır. Bu sebeple, Kars şehrindeki yerel ticari işletmelerin Türkiye'nin her tarafına bu ürünleri yollayabilecek bir çalışma yapmalarının hem gurbetçilere bu ürünlere ulaşma noktasında kolaylık sağlayacağı hem de yöreye ekonomik bir gelir kapısı açacağı düşünülmektedir.

Pişirme ve ürün muhafaza tekniklerinde zorunlu değişiklikler meydana gelmiştir. Köylerde bahçede kurulu olan tandır ve yer ateşinin şehir ortamında sürdürülebilirliği K17 kodlu katılımcı haricinde mümkün olmamıştır. Katılımcılar tandır ve yer ocağının yerine modern elektrikli fırınlarda ve doğalgazlı ocaklarda pişirme işlemlerini gerçekleştirmektedirler. Ayrıca köylerde arzu edildiği zaman kete, kesme makarna, feselli gibi ürünler yapıp tüketilmekte iken şehir yaşamında bu ürünler fazlaca yapılmakta ve derin dondurucuda muhafaza edilmektedir. Kocaeli Büyükşehir Belediyesi tarafından yöresel mutfağı unutturmamak adına fırın yemekleri ve ekmeğ pişirmek amacıyla köylünün ortak kullanması için şehrin belirli noktalarına köy fırınları yaptırılmıştır (Kocaeli Büyükşehir Belediyesi [KBB], 2020). Mutfak kültürünün değişikliğe uğramadan devamlılığının sağlanabilmesi amacıyla belediyenin Karşılıkların yoğun olduğu bölgelerde tandır kültürünü tekrar canlandırmak amacıyla tandır yapması ve halkın ortak kullanımına sunması önerilir.

Kaz kesilip temizlendikten sonra kuruması amacıyla ayazda asılmakta, kurumasının ardından ise tahta sandıklarda tüketileceği zamana kadar Kars'ın soğukunda muhafaza edilmektedir. Fakat Kocaeli iklimi olarak Kars'tan daha ılıman bir iklime sahip olduğu için muhafaza derin dondurucularda yapılmaktadır. Bu sebeple muhafazanın Kars ilinde yapılacağı sistemler geliştirmek ve hızlı kargo ile Türkiye'nin istenen bölgelerine sevk edilmesi mutfak kültüründe lezzetin değişmemesi bakımından önemli olarak değerlendirilmektedir.

Kocaeli'de yaşayan Karşılıklar hasta olan aile bireylerinin özellikle de çocuklarının ayran aşısı, hõrre aşısı, kesme aşısı, erişte aşısı adını verdikleri çorbaları tüketmelerini sağlamaktadırlar. Bu çorbaların hasta bireyleri iyileştirdiği kendilerinin yaptıkları gözlemler sonucu aktarmış oldukları bilgilerdir. Sağlık ve beslenme ile alakalı çalışmalar yapan akademisyenlerin bu besinlerin iyileştirici özellikleri üzerinde çalışma yapmaları ile farklı yöre insanlarının da hizmetine sunulması faydalı bir gelişme olabilecektir.

Kars halkı komşuluk ve paylaşma konusuna çok önem vermektedir. Umaç helvası adını verdikleri helva kandil akşamları, mevlit okutulduğu zamanlar, dini bayramlarda yapılmakta ve ikram edilmektedir. Cenaze olduğunda cenaze evinde taziye için gelenlere ikram etmek amacıyla komşular tarafından cenaze sahibinin evine helva götürülmektedir. Ayrıca gece sahurda tok tutması amacıyla ramazan ayına girmeden birçok evde kete yapılmakta ve derin dondurucularda muhafaza edilmektedir.

Yine komşuluk ilişkileri anlamında önemli olduğunu gördüğümüz bir yemek hasuda isimli tatlıdır. Bu tatlı yeni doğum yapmış kadınlara enerji vermesi, annenin kuvvetlenmesi ve sütünün bol gelmesi amacıyla yapılarak götürülmektedir.

Kars'ın kızı kazdır söylemi Terekeme halkı tarafından kullanılan ve kazın bu kültürde ne kadar önemli olduğunu belirten bir söylemdir (Diker ve Deniz, 2017). Kocaeli'de yaşayan Karşılıkların bu söylemi bilmeleri ve

kullanmaları kaza verdikleri önemin bir göstergesi olarak kabul edilmelidir. Ekonomik durumu iyi olanlar, hemşeri dernekleri tarafından organize edilen Kaz Gecesi adını verdikleri kaz yiyerek, eğlencelerin yapıldığı, yöresel folklorik oyunların oynandığı organizasyonlara katılmakta ve hasret gidermektedirler. Bu organizasyonlar birlik ve beraberliğin kuvvetlenmesi açısından desteklenmeli ve ekonomik durumu iyi olmayanlarında kaz gecelerine katılımlarının sağlanması gerektiği düşünülmektedir. Şen ve Ekinci (2020) tarafından yapılan bir çalışmada her yıl hemşeri dernekleri tarafından Kocaeli’de düzenlenen kaz gecelerine katılımların olduğu, Karslıların burada akraba ve hemşerileriyle bir araya gelerek kaz gecesi kültürünü yaşattıklarını böylece memleket hasretine son verdikleri görüşü paylaşılmıştır. Bu sonuç bizim çalışmamızla benzerlik göstermektedir.

Yapılan çalışmadan elde edilen bulgulara göre Kars’tan Kocaeli’ye göç etmiş yöre insanının kendi öz mutfak kültürünü büyük oranda koruduğu ve yaşatmaya çalıştığı görülmektedir.

KAYNAKÇA

- Bayat, G. (2020). The Evaluation of Kars 'Local Meals and the Use of Local Products in Foodand Beverage Facilities in Kars Within Sustainable Food, *Journal of Turkish Tourism Research*, 4(3): 2640-2654.
- Bayraktar, R. (1999). *Ahıska, 21. Yüzyılda İnsanlık Dramı*, (1. Basım), İstanbul: İhlas Matbaacılık.
- Çanakçı, S.D., (2019). Gastronomi Turizmi Açısından Yöresel Mutfak Kültürünün Önemi: Kars İli Örneği, *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12(67): 886-894.
- Demir, M. (2014). Kars İlinin Arıcılık Potansiyeli ve Değerlendirme Durumu, *Doğu Coğrafya Dergisi*, 19(32), 209-230.
- Diker, O. ve Deniz, T. (2017). Kars Kültürel ve Gastronomik Kimliğinde Kaz, *Doğu Coğrafya Dergisi*, 22(38), 189-204.
- <http://www.ardahan.gov.tr/ardahan-tarihcesi>, [Erişim Tarihi: 03.09.2020]
- <https://biruni.tuik.gov.tr/medas/?kn=95&locale=tr>, [Erişim Tarihi, 11.09.2020]
- <https://kars.ktb.gov.tr/TR-54860/kars-yoresi-yemek-kulturu.html>, [Erişim Tarihi, 10.09.2020]
- <https://www.kocaeli.bel.tr/tr/main/birimler/fen-isleri-dairesi-baskanligi/26/18903>, [Erişim Tarihi, 28.09.2020]
- Özsevgeç, T. (2016). Veri toplama, (Editör) Bütün, M. ve Demir, S.B. *Nitel Araştırma Yöntemleri: Beş Yaklaşım Göre Nitel Araştırma Ve Araştırma Deseni* içinde (ss145-178). Ankara: Siyasal Yayın Dağıtım.
- Seçim, Y. ve Kaya, M. (2019). Türkiye'de Yaşayan Ahıska Türklerinin Yemek Kültürü, *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi*, 3(4): 1631-1647.
- Seçim, Y. ve Kaya, M. (2020). Karaçay Türkleri ve Yemek Kültürleri, *Gastroia: Journal of Gastronomy and Travel Research*, 4(1), 70-85.
- Sezgin, M. N. ve Ağacan, K. (2003). Dünden Bugüne Ahıska Sorunu, Ankara Çalışmaları, No:14, Avrasya Stratejik Araştırmalar Merkezi, Ankara-Mayıs, ss: 9.
- Şen, M.A. ve Ekinci, E., (2020). Kocaeli'de Kars Kaz Gecesi, (Editör.) Çetiner, H. *Gastronomi Araştırmaları* içinde (ss.103-123) Ankara: İksad Yayınevi.
- Yerli, Y., Şen, A. Ve Özbay, M., (2018) Dolaz Peyniri Üzerine Nitel Bir Araştırma: Yalvaç Örneği, *Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi*, 2(Ek.1), 630-636.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2008). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri (6. Basım)*, Ankara: Seçkin Yayıncılık.