

Pekmez, Bal ve Şeker: Helvaya Statü Veren Tatlandırıcılar

Molasses, Honey and Sugar: The Sweeteners that Give Statute to Halva

Çiğdem KARA*

Anadolu Üniversitesi, Türk Dili ve Edebiyatı Bölümü, cigdemk@anadolu.edu.tr

ORCID Numarası | ORCID Number: 0000-0002-6059-6382

ÖZ

Makalede helva üç ana tatlandırıcı olan pekmez, bal ve şeker konu edilmektedir. Örnekleme ise üzerinden yapılmaktadır. Üç tatlandırıcının kullanıldıkları dönemler, tarifler ve tüketicilerinin kimler olduğu yönünde sorular sorulmaktadır. Bu şekilde, helvanın tatlandırıcılarının tercih edilmesinde toplumsal tabakanın etkisinin belirlenmesi amaçlanmaktadır. Çalışmada kullanılan veriler, yemek kitaplarından ve Türklerin yaşadıkları farklı coğrafyalarla tarihi dönemler üzerine yapılmış, tatlandırıcılarla helvaya değinen araştırmalardan elde edilmiştir. Makale dört kısımdan oluşmaktadır. İlk başlıkta antik bir tatlandırıcı olan pekmeze ve Eski Türklerdeki tatlı tüketimin sınıfsallığına değinilmektedir. İkinci başlıkta şekerin diğer tatlandırıcılardan ayrılma nedenleri, ticari bir ürün olması odağından ele alınmaktadır. Üçüncü bölümde tatlandırıcı tercihi, bal ve şekerin, özellikle fiyat açısından kıyaslanmasıyla tartışılmaktadır. Dördüncü başlıkta ise tatlandırıcı tercihinin ağırlıklı olarak estetik gerekçeleri üzerinde durulmaktadır. Çalışma sonunda yapılan çıkarımlardan bazıları şunlardır: Pekmez, en eski kültürel olarak üretilmiş tatlandırıcı olarak önce gösterişçi tüketimde yer almışsa da, zamanla bu işlevi şeker üstlenmiştir. Bu yüzden sonraki dönemlerde pekmez dar gelirlilik ve ekonomikle ilişkilendirilmiştir. Bal, şekerden daha ucuz olduğu için merkezdeki orta sınıflar kadar çevre yerleşim yerlerinde de kullanılmıştır. Buna rağmen günümüzde bal ve pekmez yeni bir toplumsal grup olan sağlıklı beslenme eğilimli tüketicilerin tatlandırıcı listesinde ilk sırayı paylaşmaktadırlar. Pahalı ve getirilmesi güç olan şeker, sarayda ve zenginler arasında en çok tercih edilen tatlandırıcıydı. Kişi, grubuna uygun bir davranış olarak, bir tatlandırıcı tercih edebilmektedirler. Ama seçiminde damak tadı, yemeğin rengi ve başka amaçlar da etkili olabilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Helva, pekmez, bal, şeker, sınıfsal tüketim

ABSTRACT

The subjects of this study is molasses (pekmez), honey and sugar that are there main sweeteners of halva. Some questions about to the periods their used, their recipes and consumers, asked to these three sweeteners. In this way, it is aimed to determine the effect of social stratification on the preference of the halva sweeteners. The data used in the study are obtained from cooking books and the researches on different geographies and historical periods that Turks lived, and mentioned sweeteners and halva. The study consists of four sections. In the first section, besides an antique sweetener pekmez, class consumption of sweet and sugar in Old Turks are mentioned. In the second section, the reasons for the separation of sugar from other sweeteners are considered by the focus of the fact that sugar is a commercial product. In the third section, the choice of sweetener is discussed by comparing honey and sugar, especially in terms of price. In fourth section, the aesthetics reasons of the choice of sweetener are emphasized. Some of the conclusions made at the end of the study are: Molasses, as the oldest culturally produced sweetener, has been involved in conspicuous consumption, but over time, this function has taken on sugar. For this reason, in the later periods pekmez was related with low-income and economy. Because honey is cheaper than sugar, it is used by middle-class in the center as well as peripheries. However nowadays honey and pekmez are shared the first place in the sweeteners list of a new social group ff consumers who tend to eat healthy. Sugar was most preferred sweetener in palace and among the rich peoples. Person may prefer a sweetener as an appropriate behavior to his own group. But the taste, the color of food, and the other intends can be effective in his choice.

Keywords: Halva, pekmez, honey, sugar, class consumption

Giriş

Helva konusu incelenirken şu iki durum hemen dikkat çekmektedir: “Helva” kelimesinin günümüze göre geniş anlamda kullanımı ve tatlandırıcı çeşitliliği. İlk duruma örnek olarak *zülbiye helvası* verilebilir. Osmanlı’nın Klasik Döneminde, “yılın her mevsiminde” yapılan ve tüketimi bayramlarda daha da artan (Bilgin, 2008: 104-5) dönemin popüler helvası *zülbiyye*, şerbetli bir hamur kızartmasıdır (nişasta, yoğurt, un, ekşi maya, badem yağı, böbrek yağı) (Terzioğlu, 1992: 54). Diğer popüler helva *halkaçını* de (kepeksiz un, nişasta, böbrek yağı; kızardıktan sonra şekere yatırılır) bir hamur kızartmasıdır. Bu örnekler, helva kelimesinin kökenine uygun (Ar., *tatlı yiyecek*) birer adlandırma olarak yorumlanabilir. Ancak günümüzde helva, biraz daha anlam daralmasına uğrayarak, çoğunlukla üç yaygın çeşidiyle bilinmektedir: Tahin, irmik ve un.

Helva konusundaki diğer dikkat çekici durum da tatlandırıcı tercihinin yıllar ve yaşam çevrelerine göre farklılık göstermesidir. Örneğin, biraz kaba dokusu olan günümüz helvalarının ataları *kavut*^{a1} ve *talkan*^{a2}, hangi durumda tercih edildikleri bilgisi olmasa da bal, pekmez ya da tatlı yemişin yanı sıra şeker de katılabilmekteydi (Ögel, 1991b: 357, 359, 361, 403-4). Şirvanî (2018), 15. yüzyıl helva severlerine şeker ve balı tatlandırıcı olarak eş oranda önermekteydi. Nevin Halıcı (2009: 263-5) ise “meyaneli hamur tatlıları”nın şerbeti için sadece şekeri önermektedir. İşte makalede de bu konu üzerinde durulmaktadır. Tatlandırıcı kullanımında yinelenen tercihler belirgin bir kalıp oluşturmaktadır mıdır? Helva yapımında kullanılan tatlandırıcı çeşidinin toplumsal yapıya, yerel kültüre ve/veya bireylerin tercihine dayalı bir açıklaması olabilir mi?

Makalenin temel sorusuna yanıt aranırken uygulama merkezli (*practice-oriented*) antropolojik bakıştan yararlanılmıştır (Ortner, 1984: 146-8, 150, 154). Uygulama merkezli bakış açısına sahip araştırmacılardan Bourdieu (2015: 265, 273-4), 1970’lerde Fransa’da yaptığı çalışmada, sınıfsal bir temele dayalı olarak iki tip beğeni (lüks ve zaruri) olduğunu ve bu beğenilerin üç temel kalemde (beslenme, kültür ile kendini takdim, temsil için yapılan harcamalar), üç tüketim yapısında (eğitimciler; serbest meslek sahipleri; sanayici ve büyük tüccarlar) ayrıtıldığını belirlemiştir. Yani bir porsiyonu oluşturan malzemeler, porsiyonun miktarı, içerdiği kalori, nerede yendiği, neye konduğu, neyle servis edildiği gibi ayrıntılar bireylerin eğitim ve kültürel sermayeleriyle, meslek grupları ve gelir düzeyleriyle ilişkilidir. Bu şekilde Bourdieu, genelde birbirinden ayrı incelenen yapı – kültür – aktör arasındaki etkileşimsel ilişkiye ve bununla gelişen sınıf temelli bir kültürel kalıbın varlığına dikkat çekmiştir.

Öyleyse, bireylerin gündelik yaşamlarındaki küçük ve önemsiz gibi görünen rutin davranışlarından biri olarak, “tatlıda kullanılacak tek bir malzemeyi seçmesi” rastlantısal bir eylem olmamalıdır. Buna dayanarak makalede, tatlandırıcı seçme kararının öncelikle bireylerin üyesi oldukları toplumsal grubun yapı ve kültürel sistemin gerekleri çerçevesine uygun ama kendi çıkarları doğrultusunda, yani çoklu unsurlar arası bir etkileşim sonunda alınmış olduğu gösterilmeye çalışılmaktadır. Bu amaçla da Türk kültür tarihinin farklı dönemlerinde helvadaki bal, pekmez ve şekerden söz eden, ağırlıklı olarak tarih ve halkbilimi alanlarından kaynaklar ve yemek kitapları taranmıştır. Helva tatlandırıcısına açıkça değinenleri, içerik niteliği ve onları kaleme alan araştırmacıların bakış açısı el verdiği ölçüde,³ tatlandırıcı ile birey tercihleri ve toplumsal tabakalaşma ilişkisi açısından sorgulanmıştır.

¹ Eski Türklerde kavrulmuş darıyla yapılan tatlı. “Buğday kültürüne” geçmiş Anadolu’da yerini un alır.

² Kavrulmuş unla yapılan tatlı.

³ İncelenen kaynaklarda karşılaşılan sınırlılıkların ilki, ayrıntıya girilmeden yapılmış genel betimlemelerken, ikincisi incelenen topluluğun kendi içindeki tabakalaşmaya değinilmeden aynı cins tutum içindeymiş gibi bütünleştirilerek sunulmasıdır. Örneğin, Ulla Johansen (2005: 88), 1957’deki Toros Dağlarındaki Karatepe Yörükleri incelemesinde göçerlerin yabani meyveler tükettiğinden söz eder. 1919’dan itibaren Yörükleri

Çalışma dört bölümden oluşmaktadır: Öncelikle kültürel olarak üretilen olasılıkla ilk tatlandırıcı olan pekmez ve tatlı tüketiminin sınıfsallığına değinilmektedir. Ardından şekerin tatlandırıcı olarak kendisine yer bulması, şeker ticareti odağından ele alınmaktadır. Üçüncü kısımda, helva yapımında bal ve şeker kullanımı kıyaslanmaktadır. Dördüncü kısımdaysa daha çok beğeni odağından tatlandırıcı tercihini belirleyen etkenler üzerinde durulmaktadır.

Antik Pekmez

Eski Türklerin sıradan hanelerindeki yemek düzeni hakkındaki bilgiler sınırlıdır. Bu yüzden tatlının günlük kalorideki miktarı hakkında bir şey söylemek güçtür.⁴ Örneğin Eski Türk yazıtlarında sadece yemek yeme, doyma eylemiyle ilgili kelimeler geçmekte, herhangi bir yemek adı anılmamaktadır (Güldemir, 2014: 350-1). Ama Oğuz Kağan'ın davetliler için hazırlattığı masada, kelime kökeni ve içeriği bilinmeyen bir tatlı (*çubuyan*) da bulunmaktadır (Bang ve Rahmeti, 1936: 16, 36). Ancak tatlı şeyler içecek olarak tüketilebiliyordu. Örneğin İbn Battuta'da (2004: 466-7), Kırım'daki Türklerin tatlı-ekşi içecekleri olarak boza ve kımızın adı geçmektedir. Şeker, doğal meyvelerden de karşılanmaktaydı. Örneğin 13. yüzyılda Marco Polo (2003: 155, 171, 173) Kıpçakların üzüm yetiştirdiklerinden söz eder. Benzer şekilde Ögel de (1991a: 220-30, 239-44, 280-330), kimi yakın ve uzak komşulardan öğrenilmiş, kimi yerel olan, doğal şeker içeren meyveleri (örn. karpuz, dut, üzüm, erik) sıralar.

Kristalize edilmiş şeker, üretiminden on bin yıl sonra Yakındoğu'ya gelmişse de pekmez olasılıkla ilk olarak bu bölgede ve üzümünden üretilmiştir. Ne yazık ki prehistorik kazılarda Yakındoğu'daki pekmez üretimiyle doğrudan ilişkilendirilecek kanıtlar bulunamamıştır. Ama Yunan, Roma ve Bizans kültürlerinden pekmez konusunda açık deliller kalmıştır (Uhri, 2016: 48-50). Yani, pekmezi bilip kullanan Türkler yine pekmezden haberdar olan bir coğrafyaya gelmişlerdi. Bu açıdan pekmezin her dönem Türk mutfağında bulunduğu söylenebilir. Ayrıca antik ama kültürel bir üretim olan pekmezin yaygın kullanımında onun karpuz, armut, dut, pancar gibi farklı çeşitlerinin olmasının da etkisi olabileceği unutulmamalıdır. Öyleyse, Eski Türklerin kültürel üretimle elde edilmiş iki tatlısı olduğu ileri sürülebilir: Kımız ile pekmez. Bu durumda pekmez ilk kültürel olarak üretilmiş tatlandırıcı olarak da kabul düşünülebilir.

Pekmezin kullanımını gündelik ile törensel, kullananları ise ortalama insanlar ile saray ve çevresi olarak ikili gruplar halinde düşünmek mümkündür:

Sınıfsal açıdan bakıldığında pekmezin zengin mutfaklarda kullanıldığı anlaşılmaktadır. Bunun nedenlerinden biri, (genel olarak) tatlıya yüklenen simgesel anlamdır. Zira 11. yüzyılda, Yusuf Has Hacip (2006: 221, 435, 503, 637, 871, 1015) “helva / şeker / ilikle beslenmek” tabirlerini adalete erişmenin verdiği mutluluk ile yumuşak ve iyi huylu olmakla ilişkilendirerek kullanır. Ayrıca helva ve

inceleyen Ali Rıza Yalman (1977. 31, 67, 182) da kitabının bir yerinde Elbeyli köylerinde ölümünden üç ay sonra, çeşidini ve tatlandırıcısını belirtmediği bir helvanın dağıtıldığını, bir başka yerde de bu köylerde kızamık tedavisinde pekmez içirildiğini söyler. Bulgar (Bolkar) Dağlarındaki obaların yiyeceklerini sıralarken ise balı anar. Bu iki önemli araştırmadan yola çıkarak, yerleşiklerin köylerinde asma yetiştirdikleri ve pekmez yaptıkları, göçerlerinse tatlı olarak doğada bulunabilen balı ve meyveleri bilip kullandığı ileri sürülebilir. Ama kitaplarda bunu destekleyecek açık veriler olmadığından, göçerlerin ve yerleşiklerin tatlandırıcı farklılığı üzerine de kesin bir şey söylenememektedir.

⁴ Orta Asya beslenme alışkanlığının genel betimi için bkz. Mehmet Alpargu (2008). “12. Yüzyıla Kadar İç Asya'da Türk Mutfak Kültürü”, *Türk Mutfağı* içinde. Ed. A. Bilgin ve Ö. Samancı, Ankara: TC Kültür ve Turizm Bakanlığı, 17-25.

şeker tüketiminin gösterişi,⁵ lüks bir tüketim olduğunu ima eder. Zaten dar gelirli beslenme diziminin kepek ve darıdan oluştuğunu da yine o aktarır.

Tatlının bu simgesel anlamıyla uyumlu olacak şekilde, 11. yüzyılda Kaşgarlı Mahmut (2005: 524-5) insanların kavrulmuş un ya da darısı bolsa bunlara pekmez kattığını söyler. Yani, pekmezin zengin mutfaklarda kullanılmasının bir başka nedeni de, temel gıdalar un ve darının artı ürün halinde olmasıdır. Böylece fazla ve çeşitli olan malzemeyle yeni bir tarif yaratılabilecektir.

Pekmez Osmanlı sarayında da kendine yer bulmuştu. 15.-17. yüzyıllarda “Sarayda üzüm pekmezinin dışında Edirne’den gelen gül pekmezi de tüketiliyordu” (Bilgin, 2004a: 223). Ta ki 19. yüzyılda toz şeker kullanımının sarayda yaygınlaşmasıyla pekmez gibi tatlandırıcıların kullanımında belirgin bir düşüş yaşanır (Samancı, 2006: 191).⁶

Pekmezi bir tören bağlamında kullananlarsa halktır. Örneğin Anadolu kırsalında özel misafir grupları için yaygın olarak hazırlanan *tel helvanın* ağdası pekmezden de olabiliyordu (Işın, 2014: 193-4). Isparta’nın “pekmezi olan her ev” sahibinin kışın gelen misafirlerine yaptığı *haşhaşlı parmak helvası* da pekmezlidir (Koşay ve Ülkücan, 2011: 184-5). Baysal vd. (2000: 310-2), pekmezli iki helva tarifi verir ve bu tariflerin bir zamanların özel gün tatlısı olduğunu hatırlatır ve ayrıca belirtir; söz konusu tatlıların yapıldığı yerler pekmez de üretmektedir.

Yukarıdaki örneklere rağmen pekmezin daha çok halkın gündelik kullanımda tercih ettiği bir tatlandırıcı olduğu görülmektedir. Bu yönde beş farklı örnek verilebilir:

-Pekmez, tıpkı bal ve meyveler gibi, Selçuklu ve Beylikler döneminde halkın kolaylıkla ulaşabildiği tatlandırıcılardan biriydi ve sonbahar başlarında yapılırdı (Şahin, 2008: 50, 53).

-16.-17. yüzyıllarda, imaretlerdeki bayramlarda ikram edilen tatlı, şeker az ve pahalı olduğundan bol kuru üzüm, bal ya da pekmezle hazırlanırdı (Faroqhi, 2013: 80).

-Milli Mücadele Döneminde Yunan askerlerinin (Temmuz 1921–Eylül 1922) Eskişehir’de talan ettiği ürünlerin listesine bakıldığında hemen her köyde arı kovana ile baldan ama üç köyde tonlarca üzümünden, iki yerde “bağ”dan, sadece bir yerde pekmezden söz edildiği görülmektedir. Şekerse listede geçmemektedir (Sarıkoyuncu vd., 2002: 153-210).⁷ Bu veriler dolayısıyla balın tatlandırıcı olarak yaygın olduğu düşünülebilirse de Eskişehir’de ballı değil, *kara, öküz* ya da *pekmez helvası* denen, şerbeti pekmez olan helvalar hala derlenebilmektedir (Kılıç vd., 2003: 424-5).

-İlk 1961’de basılan Anadolu yemek kültürü derlemelerindeki helva tariflerinde ağırlıklı olarak sadece pekmezin, bazen hem pekmezin hem de şekerin (bazen de sadece şekerin) adı geçmektedir (Koşay ve Ülkücan, 2011: 184-8, 192-3).

⁵ Gösterişçi tüketim, bu makalede şekerin belli bir toplumsal tabakanın kendi *iktidar ve gücünü sergilemek* üzere gerçekleştirdiği törensel nitelikli etkinliklerde ve sıradan insan davranışlarını simgesel anlamlarla çevreleyen *ayınlerde* tüketilmesini ifade edecek şekilde, antropolog Mintz’in geliştirdiği “yoğunlaşma” teriminin çerçevesinde kullanılmıştır. Bkz. Mintz, 1997: 228-9.

⁶ Olasılıkla oldukça sınırlı sayıdaki okur – yazar aşçıya ve sağlıklı yemeğe meraklı elitlere hitap eden Şirvanî (2018), adında helva kelimesi bulunan tatlıların tariflerinde tatlandırıcı olarak pekmezi anmaz. Bunun nedeni kitaba temel olan ve şerbetlerin şekerle hazırlandığı Arapça eser olabileceği gibi, tatlıların ikram edilmesi muhtemel gösterişçi elit sofraların pekmezli helvayı tercih etmemesi de olabilir.

⁷ Erzak, dükkân malı gibi ifadeler belki şekeri de içermektedir ama ayrı bir ifadeye rastlanmıştır.

-Çorum'da “eskiden”⁸ reçel dahi pekmeze yapılmış (Halıcı, 2001: 34).

-Üzüm yetiştirilen ya da pekmeze komşu illerden rahat ulaşabilen Karadeniz illerinin hemen hepsinde, nişastayla yapılan pekmez helvası olan *hasuda* yapılmakta, sabah kahvaltısı gibi ana bir öğünde tüketilmektedir (Halıcı, 2001).

-2000'lerin Nevşehir'inde basit yapım teknikleri olan *aside*, *dolaz*, *dolma*, *bulamaç* gibi kavrulmuş unla hazırlanan eski/köklü tatlılarda hala pekmez kullanılmaktadır ama un ya da irmik helvalarında pekmez yerini şekere bırakmıştır (Güldemir ve Işık, 2011: 11, 14).

Ancak pekmez konusu kaynaklarda hızla geçilmektedir. Örneğin Osmanlı Klasik Dönemine ait helvahane defteri (Terzioğlu, 1992) ve Bilgin (2004a: 61-5) helvahanede pekmez yapıldığı yönünde bir bilgi vermez. Zaten helvahane defterinde yapılan taramada pekmez kelimesi bulunamamıştır. Her ne kadar saraya yaş üzümünden kuru üzümün daha çok alınması⁹ pekmez yapımı konusunda bizi şüpheye düşürse de, 15. yüzyıl saray muhasebe defterlerinde üzüm pekmezi yapımında kullanılan pekmez toprağı (*hâk-i pekmez*) alımına rastlanmıştır (Barkan, 1979: 136, 231, 234, 245, 275). Yani, üzüm pekmezi açısından bakıldığında, pekmezin satın alınabildiği gibi sarayda da üretilebildiği söylenebilir.

Pekmezin üzerinde durulmamasının nedeni fiyatı ya da maliyetiyle ilgili olabilir mi? Bal ya da şekere göre pekmezin fiyatı nasıldı? Öncelikle pekmez, bal / şeker / kahve / kuzu eti gibi bir temel gıda olarak sayılmamaktadır.¹⁰ Yani Osmanlı'daki fiyatını yıllara ve diğer ürünlere göre kıyaslamak güçtür. Ama Tülay Artan (2006: 55-6), 16.-18. yüzyıllarda Matbah-ı Amire'nin dağıtımından da yararlanan saray ve konaklarda yaşayan Osmanlı elitlerinin “iftariyelik olarak gönderilme”, “düzensiz gönderilme”, “ender bulunma”, “pahalı olma” gibi nedenlerle “sadece satın alma yoluyla” pekmeze ulaştığını söyler.

Peki, pekmezin satın alınmasında, enderlik ya da pahalılık öncelikli nedenler olarak kabul edilebilir mi? Vergileri inceleyen tarihçiler bize ilginç bilgiler aktarmaktadır. Örneğin, Faroqi (2017: 199-200), 18. yüzyıl köylülerinin, merkezi değil yerel yönetimin tercihiyle, üzüm suyu ve pekmez için iki ayrı şekilde bağ vergisiyle karşılaştıklarından söz eder. İbrahim Solak da (2008: 222-7), 15.-16. ve 19. yüzyıllarda, bazı yerlerde üretimin az olması durumunda halkı sıkıştırmamak için üzümünden değil de sadece şirasından vergi alındığından söz eder. Ayrıca meyvelerden alınan vergiler ışığında, Osmanlı Anadolu'sunda üzümün, çoklu kullanım alanı dolayısıyla da, diğer meyvelerden daha fazla ve yaygın olarak üretildiğini belirtir. Yine de Osmanlıda üretilen her üzümün şeker oranı ve kalitesi aynı olmadığından, üzüm yetiştiriciliği kadar pekmezin “Anadolu ve Balkanlardaki üreticiler için karlı olup olmadığını” değerlendirmek kolay değildir (Faroqi, 2017: 195).

⁸ “Eskiden”, alan araştırmalarında kaynak kişilerin tarihlendirmede sıkça kullanıldığı, aşırı genelleştirilmiş bir tarihlendirme olup kaynak kişilerin yaşıyla da ilişkili olarak, onların çocukluğu ile anılarını dinledikleri yukarı doğru bir ya da iki kuşağı kapsamaktadır. Bir kuşak 30 yıl üzerinden hesaplanırsa ve Halıcı'nın araştırmasını 1990'ların sonu, 2000'lerin başında yaptığı kabul edilirse, bu ifade, en erken 1900'lerin ilk yarısını, en geç 1970'leri kastetmektedir.

⁹ Kuru üzüm, olasılıkla kırsal kesimde olduğu gibi, sarayda da tatlandırıcı olarak kullanıldığından, yaş üzümünden daha çok tercih edilirdi (Bilgin 2004a: 212, 216). Yaş meyvenin yemekten sonra yenmesi alışkanlığı Osmanlı'da olmasa da ara öğünde, misafir ikramı olarak ve çoğunlukla da hoşaf, reçel, şerbet gibi işlenmiş olarak tüketilirdi (Yerasimos, 2014: 225-6). Üzümün ne kadarının pekmeze ayrıldığı bu açıdan –en azından benim için– belirsizdir.

¹⁰ Temel gıda listesi için bkz. *İstanbul ve*, 2000.

Yani, olasılıkla pekmezde, üzümün kalite ve üretim dengesizliğinin yol açtığı bir “kıtlık” söz konusuydu. Buna rağmen, pekmezin diğer iki tatlandırıcıya göre ucuz olduğu düşünülebilir. Çünkü pekmezden ayrıca bir vergi alınmıyordu. Buna bağlı olarak da pekmezin helvaya katılması maliyeti arttırmıyordu. Örneğin, Ahmet Kankal (akt. Ekin, 2008: 173), Kastamonu’daki helvacılarda pekmezle yapılmış helvanın bala göre daha ucuza satıldığını söyler. Benzer şekilde, 1502 tarihli Bursa Belediye Kanunu’na göre, örneğin “herhangi bir helvanın okkasını dükkâncılar dört buçuğa, ayak satıcıları dört akçaya” satarken, “üzüm helvasının okkasını üç buçuğa ve dışarıdan getirenler üç akçaya satardı” (Hünkar, 2000: 165). 1632-4 yıllarında Balıkesir’de üzüm suyuyla tatlandırılmış susamdan yapılan helva okkası (1,283 kg) on altı akçeden, ballı bademli helva ise yirmi dört akçeden satılmaktaydı (Faroqi, 2013: 79).

Kısaca pekmez, Osmanlı Klasik Döneminin aksine, Eski Türklerin gösterişçi tüketim araçlarından biriydi. İthal ya da (basit ya da karmaşık) endüstriyel bir süreçte üretilmek zorunda olmayan, ucuz bir üründü. Bu nedenle dar gelirli ve hedef müşteri kitlesi dar gelirlilerden oluşan tatlıcı esnaf açısından helva üretiminde pekmez kullanmak yoksunluğu önleyici (enerji, damak zevki, yiyecek çeşitliliği vb.), akılcı ve ekonomik bir seçimdi.

Ayrışma: Şeker Getirtmek

Pekmezin ve balın helva yapımında tercih edilme koşullarını anlamak için şekerin onlardan ayrılmasını sağlayan niteliklerine bakmakta yarar görülmektedir. Mintz’in (1997) şeker üzerine çalışmasından şekerin değerli olmasının birden çok nedeni olduğu anlaşılmaktadır: Kullanım alanlarının farklılaşabilmesi (ilaç; baharat/çeşni; süs malzemesi; tatlandırıcı; koruyucu); iyi karışan bir malzeme olması; gösterişçi tüketimde faydalanılması; kendisinin ve ilişkili ya da ilişkilendirilmiş ürünlerin yüksek ticari değere sahip olması; enerji ve kalori eksikliği çeken halkları doyurması. Öyleyse bu nedenlerden birkaçı ya da hepsi, şekerin helvanın diğer tatlandırıcılarının önüne geçmesinde bir etkisi olmuş olabilir. Bunu anlamak üzere şekerin Anadolu’daki duruma bakılabilir.

Ortaçağ Avrupa’sında “Hint tuzu” olarak bilinen şekerin elde edildiği *kamış*, Hindistan’ın doğal bitki örtüsünden olup Çin, İran, Orta Doğu ve Sahra’ya yayılmıştır (Toussaint-Samat, 2004: 552). *Şeker* kelimesi, Türkçeye de olasılıkla doğrudan Hintçeden ya da Farsça aracılığıyla geçmiştir.¹¹ 9. yüzyılda İran ve Türkistan’da şekerkamışından şeker üretilmesi (Mintz, 1997: 157) ve *şeker* ile *helva* kelimelerinin Türkçe yazılı kültürde 11. yüzyıldan itibaren görülmesi, Türklerin şeker bilgisinin daha eski olduğunu düşündürmektedir. Ancak şeker, Türkler için genelde ithal ve lüks bir ürün olmuştur. Bu gelişmeler şöyle özetlenebilir:

Her ne kadar Selçuklu ve Beylikler döneminde sadece saray ve çevresindekilerin düzenlediği şenlik, tören (örn. düğün) ve toplantılarda misafirlere şeker ve şekerli şerbet ikram ediliyor ve kalanlar da halka dağıtılıyorsa da, şeker bu dönemde ithal bir üründü. Bu nedenle daha çok saray çevreleri şekerle yapılmış helva ve diğer tatlıları tüketebilmekteydi (Şahin, 2008: 50). Şeker ancak, 16. yüzyıldan itibaren ülke sınırları içinden temin edilmeye başlanmıştır. Zira şeker üretim merkezleri Mısır, Suriye ve Kıbrıs, Osmanlı sınırlara dâhil edilmişti. Hatta 17. yüzyılın ortalarına dek toplam şeker tedarikinin %86’sı Mısır’dan karşılanıyordu (Bilgin, 2004a: 205; 2008: 114). Örneğin Kıbrıs ve Mısır’da “daha çok saray için üretim yapan”, yüzlerce kişinin çalıştığı şekerhaneler işletiliyordu (Karademir, 2015: 188-9). Bu bolluk sayesinde Osmanlı sarayındaki helvahanede, 16. İla 18. yüzyıllarda, hamur tatlıları hariç, helvanın yanı sıra boza, aşure, reçel, macun, marmelat, şurup ve hatta turşu gibi oldukça çeşitli

¹¹ Bkz. “sugar”, erişim: <https://www.etymonline.com/word/sugar>, indiriliş: 22.03.2018; “şeker”, erişim: <http://www.nisanyansozluk.com/?k=şeker>, indiriliş: 22.03.2018.

ürünlerde, şeker koruyucu ve tatlandırıcı olarak kullanılabilirdi (Terzioğlu, 1992; Bilgin, 2004a: 61, 63; Tavernier, 2007: 59). Kullanım alanındaki genişlemeye bağlı olarak şeker Yakın Çağda da ithal ediliyordu. Örneğin 18. yüzyılda şeker satın alınan yerler arasında Amerika ve Marsilya da vardı (Karademir, 2015: 183-4, 193-196). Ancak elde edilmesinde, ülke sınırlarındaki değişmelerin etkisinin olduğu, çeşitli sıkıntıların yaşandığı şekerin, sanayiye dayalı üretimi için 19. yüzyılda çeşitli girişimler yapılmışsa da somut sonuçlar elde edilememiştir (Karayaman, 2010). Benzer sorunlar Birinci Dünya Savaşı sırasında da tekrar eder.¹² O dönem Osmanlı'ya şeker satan Avusturya-Macaristan imparatorluğunun kendisi de iç şeker tüketimine sınırlama getirmiştir. Böylesi bir ortamda da şeker fiyatlarında “anormal artışlar” yaşanmıştır (Damlıbağ, 2016: 399-401).¹³ Şekere dalgalı erişim, Cumhuriyet döneminde de sürmüştür. Dünya savaşları ve dünya ekonomik krizi gölgesinde aralıklarla da olsa ülkede, 1926-1963 yılları arasında 17 şeker fabrikası kurulmuştur (*Cumhuriyetin*, 1973: 20-6).

Şekeri getirtmek, tüketicisini de belirlemiştir. Örneğin 17.-18. yüzyılda Anadolu'daki ortalama insanın şeker tüketimi tam olarak bilinmemektedir. Ayrıca bu yüzyıllarda üretim, iklim, taşımacılık gibi sorunlarla bazen darlık ve kıtlık da yaşanabildiğinden, şeker fiyatları sabit değildi. Bunlara ek olarak Osmanlı başkenti İstanbul şeker alım-satımında öncelikli bir konuma sahipti. Bu durum olağanüstü koşullarda daha açık görülmekteydi. Örneğin Birinci Dünya Savaşı'nda, şeker dağıtımını İstanbul merkezli ve daha çok İstanbul iç pazarına dönük olarak yapılmaya devam etmiştir (Esin, 2017: 41-43). Yukarıda değinilen zorlu koşullar, “bu gıdanın en azından şehirli üst sınıflar tarafında tadıldığına işaret” etmektedir (Karademir, 2015: 193-196).

Şekeri getirtmek, kalitesini ve bu da yine tüketicisini belirlemiştir. Pazardaki şekerin kalitesi, fiyatıyla da orantılı olarak, çok iyi değildi. 16.-17. yüzyıl pazarlarında saf, iyi rafine şeker azdı ama bugünkü akide şeker benzeri baharatlandırılmış şeker ile sakız şekerler mevcuttu (Faroqhi, 1998: 230).

Yani Anadolu halkı pekmez, bal, meyve gibi ürünler sayesinde enerji yokluğu çekmiyordu ama şekere de, özellikle de rafine şekere kolaylıkla erişemiyordu. Bu nedenle halka ulaşan şekerin öncelikli işlevlerinin, saray mutfağındaki gibi koruyucu ya da tatlandırıcı olduğu söylenemez. İthal edilmesi ve onun dağıtım şekli, şeker tüketimini sınıfsal bir davranışa dönüştürmüştü. Öyleyse merkez ve taşradaki helva tariflerindeki tatlandırıcılar da farklı olmalıdır. Bunu anlamak üzere aşağıda tatlandırıcıların tariflerdeki durumuna bakılmaktadır.

Mücadele: Bala Karşı Şeker

Bal, toplayıcılıkla da tabiattan elde edilebilen bir gıda olarak oldukça eski bir doğal tatlandırıcıdır. Selçuklu ve Beylikler döneminde bazı yerlerde (örneğin Konya) üretimi fazla olduğu tahmin edilen, şekerin bilindiği bu dönemde dahi hediye olarak gönderilecek kadar toplumsal bir değere de sahip bir üründü. Hastalık tedavisi, şerbet, tatlandırıcı, kendisinin yiyecek olarak tüketilmesi gibi farklı kullanım alanları vardı (Şahin, 2008: 50, 53).

Kovan sayısı Osmanlı'nın Klasik Döneminde bazı bölgelerde kayıt altına alınmış ve vergiye tabi tutulmuşsa da kovan başına elde edilen bal miktarı, genel olarak da bal üretimi hesaplanamamaktadır (Ekin, 2008: 166-168). Buna rağmen 1469-1863 yılları arasında saraya yapılan alımlardan, 2 ila 6 kat arasında değişen fiyatlarla balın şekerden daha ucuz bir mal olduğu anlaşılmaktadır (*İstanbul ve*, 2000:104-136). 17. yüzyılda şekerin tamamen balın yerini alamamasının bir nedeni de olasılıkla bu

¹² Bkz. Esin, 2017.

¹³ Damlıbağ (2016), sakarinin savaş boyunca esnaflar tarafından çeşitli içeceklerde (çay, kahve, komposto) şeker yerine kullanılmasına izin verildiğinden söz ederse de helvacı şerbetlerini anmaz.

fiyat farklılığıdır. Bu nedenle o dönemin gözde tatlısı *palûdenin* ana tatlandırıcısı bal olsa da ancak “çok özel durumlarda şekerle” yapılıyordu (Yerasimos, 2014: 233). Bu yüzyılda balın hala yaygın kullanılmasının bir diğer nedeni de şekerin uzak diyarlardan getirilmesidir. Osmanlı topraklarında üretilen şekerin yanı sıra Frenk (olasılıkla Portekiz), İngiliz ve Fransız şekerinin de satın alınıp kullanıldığı bu yüzyılda yine de şekerin girmediği mutfaklar vardı ve buralarda “tatlandırıcı olarak bal ve kuru meyveler (özellikle üzüm) kullanılmaktaydı” (Bilgin, 2004a: 205-8).

Aslında bal da, 15. yüzyıldan itibaren saraya İstanbul iç pazarından değil, örneğin Eflak ve Boğdan’dan getirtilirdi. Yine de “vezirlere ve diğer divan üyelerine sunulan” yemeklerde nadir olan şeker kullanılırken, örneğin 17. ve 18. yüzyıllarda yeniçerilere yapılan baklavaların şerbeti ballıydı (Ekin, 2008: 169-171, 173). Yani saray balı tüketse de, gösterişçi tüketimde yerini şekere bırakıyordu. Bu nedenle şekere göre daha ucuz ve erişimi kolay olan bal, elit tabaka dışındakilerce tüketiliyordu. Ancak 19. yüzyılda dahi “şeker tatlı yapımında kullanılan lüks ve pahalı bir malzemeydi. Dolayısıyla zenginlerin tüketimi ile sınırlıydı” (Samancı, 2008:206). Balın hâkimiyeti de bu yüzyılda kırılabilmiştir (Bilgin, 2004b: 290).

Tam da şekerin elit tüketimini desteleyecek şekilde, 1608 ve 1767 yılları arasında tutulmuş saray helvahane defterinde, adında “helva” kelimesi geçen tariflerde şekerin kullanıldığı görülür. Tariflerin sadece birinde hem şeker hem de bal önerilmektedir (Terzioğlu 1992: 54, 56, 58). İstanbul’da 1883 yılında (*Yeni Yemek*, 2017 [1883]: 76-7) ve Muammer Mihri’nin 1924’te yeniden bastığı bir yemek kitabındaysa helvalardan sadece *keten helvasında* bal reçetededir (*Yemek Hıfz*, 2016 [1924]: 76). Yine İstanbul’dan Hadiye Fahriye (1342 [1923-4]: 34-45), sekiz çeşit helva tarifi için sadece şekerli şerbeti ve onun iki hazırlama usulünü verir. Yani İstanbul’daki yemek kitabına başvuracak bilinçli aşçı ya da yemek hazırlayıcılarının ana malzemesi şekerdi. Bu eğitilmiş ve becerikli kesim için şeker ulaşılabilir ve yiyeceğe katkıları tanınıyor olmalıydı. Bu görüş bir başka yemek kitabıyla da desteklenebilir. Olasılıkla 1859’da Edirne’de kaleme alınmış bir yemek kitabında tatlıların neredeyse yarısı ama helvaların hemen hepsi bal ya da şekerle, ancak önemli bir kısmı ise sadece balla tatlandırılmaktadır (*Ali Eşref*, 1992: 13-31).

Öyleyse bu malzeme farklılığı, daha önce söylenen şeker dağıtımındaki merkez İstanbul’un ayrıcalığının, çevredeki tüketim alışkanlığına ve dolayısıyla da tariflere bir yansımaları olarak yorumlanabilir. Ayrıca tarif okuma ve uygulama bilinciyle becerisi de göz önünde tutulduğunda şekerin bir dönemin profesyonel pişiricilerine özel bir malzeme olduğu düşünülebilir.

Tatlı yemek, elit sınıfların bir ayrıcalığı olarak kalmamıştır. 14. yüzyılda Konya (İbn Battuta, 2004: 413), 17.-18. yüzyıllarda İstanbul, Çorum, Kayseri, Balıkesir gibi Osmanlı’nın farklı şehirlerinde, sıradan insanların yaşadığı yerlerden zengin mahallelerine kadar helvacı esnaf satış yapmaktaydı (Faroqhi, 2013: 79). Hatta bu dönemde diğer Anadolu kentlerinden farklı olarak İstanbul’un her yerine dağılmış 98 helvacı dükkânı bulunuyordu (Faroqhi, 2016: 265-7). Bu dükkânlarda satılan helvaların çeşitleri bilinmemektedir ama örneğin irmik helvasının satılmadığı, evlerde yapıldığı varsayılmaktadır (Faroqhi, 2013: 79). Tabii bu yaygınlaşmanın¹⁴ bir de bedeli bulunmaktadır. Alım gücü ve yaşam çevresi farklı olan müşterilerine uygun olarak esnaf tatlıyı da ucuz ve kaliteli olmak üzere iki nitelikte hazırlamaktaydı. Ucuz helva için asıl tarifteki bazı malzemelerin muadili kullanılırdı. Örneğin yumurta yerine helvacı kökü, şeker yerine bal ve pekmez (Işın, 2009: 163-174;

¹⁴ “Yaygınlaşma” bir terim olup bu makalede antropolog Sidney W. Mintz’in tanımladığı çerçevede kullanılmaktadır. Terim şekerin, sıradan, gündelik ama gerekli bir şey yapan dönüşümü; kalori kaynağı olarak tüketilmesindeki artışı; yeni kullanım alanları ve anlamlarının ortaya çıkmasını ifade eder (Mintz, 1997: 226-7, 253).

Faroqhi, 2013: 79). Bu açıdan bal da, pekmez gibi, hem ekonomik, hem de alıştırılmış ya da mecbur kalınmış damak tadıyla ilişkili bir başka tatlandırıcı olarak düşünülebilir.

Günümüzde şeker, tartışmasız temel tatlandırıcıdır. Hatta yeni ticari rakiplere (örneğin mısır şurubu) karşı mücadele vermektedir. Bal tüketimiye artık eğitim düzeyi yüksek ailelerde yaygındır. Yine de bu oran şekerle göre hala düşüktür. Bal tüketim alışkanlığı ve balın şifa olduğu bilgisi yaygın da, günümüzde arı ürünleri tüketimi arttırılamamaktadır (*Türkiye Aracılığının*, 2016: 46-6, 59-61). UN'un *Food and Agriculture Organization*'ın 2014 verilerine göre Türkiye'de üretilen balın %98'i yurt içinde tüketilse de kişi başı yıllık bal tüketimi ortalama 1,30 kg'dır (akt. Engindeniz ve Uçar, 2014: 118). Bir başka çalışmaya göre de (Akbay, Bilgiç ve Miran, 2008: 59), hanedeki birey sayısı arttıkça tüketimi azalan gıdalar arasında bal da bulunmaktadır ama böylesi hanelerde tüketim olasılığı artan ürünler arasında "şeker ürünleri" yer almaktadır. Aynı çalışmaya göre eğitim seviyesi arttıkça ailelerde balın tüketimi artmakta, şeker tüketimi ise azalma eğilimi göstermektedir.

Öyleyse uluslararası pazarın sunduğu yeni temel madde olan şeker birkaç yüzyıl sürse de, ticaret – üretim – erişim koşullarındaki iyileşmelerle öncelikle merkezlerindeki gündelik tüketim alışkanlığında yerel olana baskın gelmiştir. Bu değişim sürecinde, tüketicilerin üyesi olduğu toplumsal tabakaya da bağlı olarak, şeker uzun süre kentlerde bala karşı bir üstünlük kazanmıştır. Ama günümüzde bal yeni bir toplumsal grup (bilinçli tüketici) tarafından yeniden keşfedilmekte ve tüketilmektedir. 18. yüzyılın sonundan itibaren, şeker hastalığının tanımlanmasıyla paralel olarak şekerin tatlandırıcı ve koruyucu olarak kullanımının arttığı, ilaç olarak kullanımının azaldığı görülür (Mintz, 1997: 168, 171). Günümüzde artan obezite ve şeker hastalığı¹⁵ yüzünden sağlıklı yaşam için doğru beslenme eğilimleri birlikte yürütülmektedir. Bunu destekler nitelikte, diyet ya da sağlıklı beslenme önerilerinde geçen ve evde yapılacak olan un ya da irmik helvası tariflerinde şeker yerine iki eski geleneksel tatlandırıcıya rastlanmaktadır: Bal ve pekmez.¹⁶

Tercih: Helvanın Estetiği

Uygulama merkezli bakışa sahip halkbilimci Linda Dégh (2001:418-422), tercih etmenin her halkbilimsel eylemin prelüdü olduğunu söyler. Ona göre halk kültürünün tamamı, ortaklaşa davranan bir topluluk olarak düşünülen, bu yüzden de etkin oldukları ve seçim yaptıkları göz ardı edilen bireylerin icrasıdır. Toplumsallaşma ve üyeler arası iletişim sürecinde bireylerin ilgi alanları, referans grupları, tercihleri, çıkarları doğrultusunda seçilir, uygulanır, aktarılır ve bu sırada ilettikleri mesaj da, unsurun kendi gibi biçimlenir. Buna göre bazı helva tariflerinin yaygın olmasının nedeni ya da bazılarının unutulması bireylerin tercihleri dolayısıyladır. Yukarıda gösterilmeye çalışıldığı üzere malzemeye sahip olmak, arzu edilse bile koşullar gereği her zaman mümkün değildi. Buna rağmen eldekini değerlendirmek, yani tatlı olarak helva yapmak, helvanın tarifini seçmek ve bir tatlandırıcı belirlemek, kültürel ama bireysel bir tercih meselesidir.

¹⁵ 2015 yılında 7,3 milyar olan dünya nüfusunda, 415 milyon kişinin diyabet hastası olduğu tahmin edilmektedir. Dünyada artan diyabet hastalığı oranları için bkz. "Diyabet istatistikleri", erişim: <http://www.diabetcemiyeti.org/c/diyabet-istatistikleri>, indiriliş: 11.04.2018; Türkiye'de 2016 yılında obez birey oranı %19,6 olarak saptanmıştır. Obezite artışı konusunda bkz. "Türkiye Sağlık Araştırması, 2016", TÜİK Bülteni, S. 24573, 31 Mayıs 2017.

¹⁶ Örnek helva tarifleri için bkz. "Diyet (şekersiz) irmik helvası" erişim: <http://www.milliyet.com.tr/diyet-sekersiz-irmik-helvasi-pembener-detay-pratiktarifler-2327106/>, indiriliş: 23.10.2018; "Ballı un helvası", erişim: <https://sagliklitariflerim.com/sekersiz-un-helvasi/>, indiriliş: 23.10.2018; "Şekersiz irmik helvası", erişim: <http://www.hurriyet.com.tr/lezizz/sekersiz-irmik-helvasi-tarifi-36921169>, indiriliş: 23.10.2018; "Unsuz şekerless tahin helvası", erişim: <http://www.badeninsekeri.com/unsuz-sekersiz-tahin-helvasi/>, indiriliş: 23.10.2018; "Pekmezli topak helva", erişim: <http://www.tenceretv.com/tatli-tarifleri/pekmezli-topak-helva-tarifi-20907>, indiriliş: 23.10.2018.

Daha önce anılan Eski Türklere ait tatlılar, temel gıdaların az – çok işlenmiş hallerinin doğal ya da endüstriyel şekerle buluşmasından oluşmaktadır. Bu eski basit tatlıların izi günümüzde de sürülebilmektedir. Örneğin irmik helvası, Eskişehir’de özellikle kırsal kesimlerden derlenebilen ince bulgurla yapılan helvalar (Kılıç vd., 2003: 294-5, 355) ve Samsun’da mısır unuyla yapılan helvalar (İnaltong, 2005: 80), eski dokulu helvaların yeni malzemelerle yapılmış yorumlarıdır. Çorum’da, tereyağı, un ve pekmezele *kara çuval* adı verilen basit bir helva çeşidi günümüzde de yapılmaktadır (Halıcı, 2001: 309). Böylesi helva çeşitlerinin karmaşık tariflilerle birlikte yaşamayı başarmasının iki temel nedeni olduğu ileri sürülebilir: Benzer geçim örüntüsü ve benzer beğeni.

Klasik Dönemde yapılan *bayram helvasının* malzemelerinin günümüz helvalarınıninkiyle hiç bir ilişkisi yoktur: Şeker, yumurta, sadeyağ, bal, biberli susam yağı, tane Hint hurması (Terzioğlu 1992: 56, 58). 1883 tarihli yemek kitabındaki altı helva tarifinin malzemeleri ise Klasik Döneme göre sade ama Eski Türklere göre oldukça çeşitlidir: Süt, şeker, bal, kabuğu soyulmuş badem, pirinç unu, un, irmik, nişasta, gülsuyu ve misk (*Yeni Yemek*, 2017 [1883]: 36). Şirvanî (2018: 115), *mekşufe*, *kuru hurma asidesi*, *levzine* gibi günümüzde yaygın olmayan helva tarifleri verir. 1539’daki şehzade sünnet kına gecesinde sadece *sabunî helvanın* altı çeşidi yapılmıştır (*ak*, *kızıl*, *gök*, *sarı*, *parmak*, *demirhindi*) (Tezcan, 1998: 7). Tüm bu örnekler, yalınlıktan karmaşaya geçiş yapan zevkin, toplumun ekonomik ve politik tarihiyle olan ilişkisine işaret etmektedir. Şu üçlünün, en azından bir toplumsal grubun yeni bir bilinç ve zevk kazanmasında etkili olduğu söylenebilir: Toplumsal yapı ve kurumlardaki gelişmeler; yeni malzeme, teknik ve beceriler; yeni ürünler. Yani yiyeceğin görünüşü, tadı, malzeme çeşitliliği ve hangi tarifi uygulanacağı aynı zamanda yayımlaşma eğilimi gösteren beğeniyle de ilgilidir. Bu durumda tatlandırıcı tercihi de sadece sınıfsal bir davranış, ekonomik bir tercih değil, aynı zamanda topluluk tarafından öğretilmiş ve/veya bireyin kendisi tarafından geliştirilmiş bir zevk işi olmalıdır.

Kocalarının evde yemek yiyerek daha çok vakit geçirmesini sağlamaları kadar, israfı da önlemeleri için kadınların, kendileri yapmayıp sadece yapanları denetleseler dahi yemek yapmayı bilmesi gerektiğini düşünen Hadiye Fahriye (2018: 9-15, 691-5), yemek kitabında evde hazırlanabilecek dört pekmez tarifi verir. Ancak bu pekmezleri tatlı kitabında (1342 [1923-4]), helva şerbetinde kullanmayı tercih etmez. Tatlandırıcı olarak şekerini önerir. Şekerin yemeğe profesyonel yaklaşanlar tarafından kabul görmesinin bir nedeni olasılıkla onun diğer maddelerle kolay birleşen bir tatlandırıcı olmasıdır. Yakılmadığı sürece belirgin bir renk ve koku bırakmayan şeker, katılma miktarına göre de sadece güçlü ya da zayıf bir tatlılık vermektedir. Ama konu edilen üç tatlandırıcıdan en güçlüsü baldır. Bu nedenle “helva saf baldan yapıldığı zaman onun kuruluğu ve harareti bütün helvalarınkinden fazla olur” (Şirvanî, 2018: 112). Pekmez ise ne şeker gibi iz bırakmadan karışır, ne de bal gibi güçlüdür. Örneğin, Edirne’de (İstanbul değil), pekmezin şerbet olarak kullanıldığı *sabunî helvanın* tarifini verirken yazar, bal kadar “kuvvetli ve tatlı olmadığından” suyun daha az konmasını tavsiye eder. Ayrıca helvaya “kırmızı renk” verdiğini de belirtir (*Ali Eşref*, 1992: 24). 1844’te İstanbul’da basılan ilk yemek kitabında pekmez, iki defa turşuyu mayalandırmada, bir defa muhallebinin sunumunda, bir kez de tat verişinden yararlanılarak etli kavun dolmasında bir çeşni gibi kullanılmıştır; “eğer balkabağı tatsız ise bir fincan dahi pekmez ilave ederler. Bu dahi başka çeşni peyda eder” (Mehmet Kamil, 2015: 108-9, 123, 146-7). Benzer şekilde, 2000’li yıllarda pekmez üretilen Nevşehir’de, pekmezin etli meyve yemeklerinde ve meyve tatlılarında kullanıldığı derlenmiştir (Güldemir ve Işık, 2011: 11, 14-5). Sıralanan tüm bu örneklerin ortak yönü, pekmezin yemeğe hem çeşni, hem de doğal gıda boyası olmasıdır. Pekmezin sarayda helva yapımında kullanılmamasının nedeni işte burada aranabilir. Pekmez rengini, tadını ve kokusunu katıldığı şeye de geçirmektedir. Ama bu koyu ve bulanık bir renktir. Pekmezde ne balın, ne de şekerin sağladığı parlaklıktan söz edilebilir. Öyleyse “bulanıklık” elit zevkle uyuşmamaktadır. Zaten Osmanlı saray mutfağına ait tariflerden anlaşıldığı kadarıyla misk,

gül suyu gibi hoş kokulu, şerbette su yerine süt kullanılan, parlak, altın rengi, çeşitli kuru yemişlerle süslenip tadı zenginleştirilmiş tatlılar üst sınıflarca yeğlenmekteydi.

Ama örnekler arttıkça beğeniyi belirleyen, toplumsal örgütlenme çeşitliliğiyle ilişkili başka değişkenlerin de etkili olduğu görülmektedir. Örneğin 2000’lerin Eskişehir’indeki bir köyde kadınlar “ağır geldiği için” artık un helvasının yenmediğini aktarıırken, başka bir köydeki kadınlar şekerin “masraf edilmediğini” ve helvanın pekmezele hazırlandığını vurgulamışlardır. Yine aynı çalışmada daha farklı iki köyden kadınlar, yağsız ve pişirilmeden soğuk karışım sonunda elde edilen *kara helvayı* (diğer adıyla *kocakarı helvasını*) sadece kadınların yediğini, yağsız olduğu için bu helvayı erkeklerin beğenmediğini anlatmıştır. Anlaşılmaktadır ki araştırma yapılan o köyün erkekleri, tereyağı ve şekerle yapılan *yağlı helvayı* sevip tercih etmektedirler. (Kılıç vd., 2003: 424-5, 427)

Yani gelenek denilen kitlelerin aynı şekilde uyduğu varsayılan davranış, bilgi, değer kalıbının uygulanmasında bireylerin, hanelerin, grupların zevk, beceri, cinsiyet, mutfak masraflarından yaptıkları tasarruf ve akılcı olarak yorumlanabilecek tercihleri de belirleyici olmaktadır.

Sonuç

Makalede, helva özelinde ele alınan üç tatlandırıcının tüketicileri tarafından rastlantısal bir şekilde seçilemeyeceği gösterilmeye çalışılmıştır. Helvanın tatlandırıcılarından önce pekmez, ardından şeker, tüketiciler tarafından değerli bir malzeme olarak nitelendirilmiştir. Balın ise ikisine göre daha istikrarlı bir konuma sahip olduğu anlaşılmaktadır. Ayrıca pekmez dar gelirlilikle, şeker ise sağlıklı olmayla ilişkilendirilebilmişken, bal güçlü tadı ve katıldığı diğer malzemelere parlaklık katmasının övülmesinin yanı sıra hep sağlıklı bir tatlandırıcı olarak nitelendirilmiştir. Tatlandırıcı tercihi, etkileşimsel bir süreçte belirginleşmektedir. Tatlandırıcının maliyeti, tüketicinin gelir durumu ve toplumsal tabakaya özgü tekrar edilen davranış kalıpları (törenlerde şekerli tatlı yapıp dağıtmak gibi) kadar, estetik bakış ve damak zevki, sağlıklı beslenme kaygısı, hane ya da yakın çevrede tatlandırıcı üretme olanağı da hem tatlandırıcı çeşidini, hem de tatlandırıcının katıldığı tariflerin çeşitlilik ve karmaşasını belirleyen etkenlerdir.

Zor bulunan ürün	+ yenilikçi bakış	+ haz alma	+ yüksek statü	= gösterişçi tarifler
<i>pekmez</i> <i>artı ürün</i> <i>şeker vb.</i>	<i>kültürel sermaye vb.</i>	<i>Tat ve zevk odaklı</i>	<i>yöneticiler</i> <i>elitler</i> <i>merkez sakinleri</i> <i>erkekler vb.</i>	
Yaygın ürün	+ geleneksel tarz	+ beğeni	+ düşük statü	= geleneksel tarifler
<i>darı</i> <i>pekmez</i> <i>şeker</i>	<i>kültürlenme</i>	<i>İyi pişmişle doyma</i>	<i>ortalama insanlar</i> <i>kadınlar</i> <i>çevre sakinleri</i>	

Ürün (burada pekmez, bal ve şeker) değişkendir. Çünkü tüketimi mümkün kılan şey kaynaklardır. Uluslararası pazar, pazardaki ürün çeşitliliği, ulaşım ve dağıtım ağı, artı ürün, sınırlı miktardaki yeni ürün arzı, ürünü olduğu kadar kalitesini ve erişimi için gerekli fiyat aralığını belirlemektedir.

Güç de değişkendir. İnsanlar, yaşadıkları çevre (idari merkezler, kentler, zengin mahalleleri, konaklar, çevre yerleşim yerleri, kırsal kesim, kentin dış mahalleleri vb.), meslek ve gelirleri (yöneticiler, yüksek memurlar, sermaye sahipleri, artı ürün elde edebilenler), toplumsal cinsiyetleri gibi örgütlenmelerle güç kazanırlar. Bu statüler başarıyla elde edilebildikleri gibi bir anda yitirilebilmekte ya da toplum önünde değerleri farklılaşabilmektedir. Öyleyse bir bireyin ömrü boyunca değişen güç ilişkilerine bağlı olarak tatlandırıcı tercihi de farklılaşabilir.

Yani, hem ürün çeşitliliği, hem de gücün kaynağının ne olabileceği tarihsel döneme göre ve bireyler arası etkileşime göre değişerek yeniden tanımlanabilir. Bu nedenle söz konusu iki değişkenin ürün tercihi üzerindeki etkisi göz ardı edilmemelidir.

Benzer şekilde bireylerin tüketim, seçme, yapma, yaptırma amacı da ürün ve gücü etkilemektedir. Yaratıcı, yenilikçi, gösterişçi amaçlı pişirmek ve tatlandırıcı seçmek isteyenler, yüzyıllarına göre pekmez ya da şeker ulaşmaya çalışmıştır. Gücü ne olursa olsun, doymak isteyenler ama bunu iyi bir yemekle yapmak isteyenler, gelenekçi bir yaşam ve damak tadı olanlar, gelirlerine gerçekçi bakanlar, sağlıklı bir diyet uygulama isteyenler bal ve pekmez arasında bir tercih yapacaktır.

Yani helvanın tatlandırıcısı nasıl seçilir? Toplumsal, tarihsel, kültürel yapılarla birey arasındaki etkileşimsel ilişkisi sonunda:

(Ürün + güç) x tarihsel dönem + amaç = tatlandırıcı

Kaynakça

- Akbay, Cuma, Abdulkaki Bilgiç ve Bülent Miran (2008). “Türkiye’de Önemli Gıda Ürünlerinin Talep Esnekliği”, *Tarım Ekonomisi Dergisi*, S. 14/2, 55-65.
- Ali Eşref Dede’nin Yemek Risalesi*. (1992 [1859]). (Haz.) F. Halıcı, Ankara. AKM.
- Artan, Tülay (2006). “Osmanlı Elitinin Yemek Tüketiminin Bazı Yönleri”, *Yemek ve Kültür*, S.6, 36-62.
- Bang, W. ve G.R. Rahmeti [1936]. *Oğuz Kağan Destanı*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Türk Dili Semineri Neşriyatından.
- Barkan, Ömer Lütfü (1979). “İstanbul Saraylarına Ait Muhasebe Defterleri”, *Belgeler*, C. 9, S. 13, 1-380.
- Baysal, Aysel, Türkan Kutluay-Merdol, Handan Sacır, Nevin Ciğerim ve Sevil Baçoğlu (2000). *Türk Mutfağından Örnekler*. Ankara: KB.
- Bilgin, Arif (2004a). *Osmanlı Saray Mutfağı*. İstanbul: Kitabevi Yayınları.
- Bilgin, Arif (2004b). “Osmanlı Sarayında Tüketilen İki Zıt Tadın Baş Temsilcisi: Tuz, Şeker ve Bal”, *Tuz Kitabı* içinde. (Ed.) E. Gürsoy-Naskali ve M. Şen, İstanbul: Kitabevi, 281-96.
- Bilgin, Arif (2008). “Seçkin Mekânda Seçkin Damaklar: Osmanlı Sarayında Beslenme Alışkanlıkları (15.-17. Yüzyıl)”, *Yemek Kitabı* içinde. (Haz.) S. Koz, İstanbul: Kitabevi Yayınları, 78-118.
- Bourdieu, Pierre (2015). *Ayrım*. (Çev.) D. Fırat ve G. Berkkurt, Ankara: Heretik.
- Cumhuriyetin 50. Yılında Şeker Sanayimiz*. (1973). (Haz.) O.Üçok, M.Akıncı, S. Malkoç, ve E.Koru, Ankara: Türkiye Şeker Fabrikaları A.Ş. Yayınları.
- Damlıbağ, Fatih (2016). “İkame Bir Ürün Olarak Osmanlı Devleti’nde Sakarin”, *Tarih İncelemeleri Dergisi*, S.31/2, 383-404.
- Dégh, Linda (2001). *Legend and Belief*. Bloomington: Indiana Uni. Press.
- Ekin, Ümit (2008). “Bal: Eski Bir Tadın Osmanlı İmparatorluğu’nda Üretim ve Tüketimi”, *Türk Mutfağı* içinde. (Ed.) A. Bilgin ve Ö. Samancı, Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı, 165-77.
- Engindeniz, Sait ve Uçar, Kubilay [2014]. “İzmir İlinde Arıcılığın Ekonomik Yönleri ve Sorunları”, *Tarım Ekonomisi Dergisi*, S. 20/2, 113-120.
- Esin, Taylan (2017). “‘El-Gasıb Habibullah’: Savaş, Şeker ve Milli İktisat (1914-18)”, *Kebikeç*, S.44, 25-49.
- Faroqhi, Suraiya (1998). *Osmanlı Kültürü ve Gündelik Yaşam*. (Çev.) E. Kılıç, İstanbul: Tarih Vakfı Yurt Yayınları.
- Faroqhi, Suraiya (2013). “Lezzetli Yiyecekler ve Onları Elde Etme Yolu: Osmanlı Toplumunda Özel –Ama Saraya Ait Olmayan- Yiyecek ve İçecekler”, *Yemekte Tarih Var* içinde. (Haz.) A. Avcı, S.Erkoç, E. Otman, İstanbul: Tarih Vakfı Yurt Yayınları, 77-89.
- Faroqhi, Suraiya (2016). *Osmanlı İmparatorluğu’nda Yollara Düşenler*. (Çev.) Z. Kılıç, İstanbul: Kitap Yayınevi.
- Faroqhi, Suraiya (2017). “XVIII. Yüzyılda Boğaz Kıyılarında Şarap ve Üzüm Üretimi”, *Üzümün Akdeniz’deki Yolculuğu – Konferans Bildirileri* içinde. Ed. E. Akpınar ve E. Tükenmez, (Çev.) M. Kuru, 195-207, erişim: http://www.izmeda.org/Upload_Files/FckFiles/file/Kitap/UzumunAkdenizdekiYolculuguWEB.pdf.

- Güldemir, Osman ve Nermin Işık (2011). “Nevşehir Mutfak Kültürü”, *1. Uluslararası Nevşehir Tarih ve Kültür Sempozyumu Bildirileri* içinde. (Ed.) A. Öger, Ankara: Nevşehir Üniversitesi Yayınları, 151-76.
- Güldemir, Osman (2014). “Orta Asya’dan Cumhuriyet Dönemine Türk Mutfağındaki Yemeklerin Değişimi: Yazılı Kaynaklar Üzerinden Bir Değerlendirme”, *VII. Lisansüstü Turizm Öğrencileri Araştırma Kongresi - Bildiri Kitabı* içinde. (Ed.) N. Kozak ve E. Günlü, 346-58, erişim: http://anatoliajournal.com/kongre_arsivi/lisansustu/lisansustukitaplar/2014.pdf.
- Hadiye Fahriye (1342 [1923-4]). *Tatlıcıbaşı*. İstanbul: Matbai Ahmed Kemal.
- Hadiye Fahriye (2018). *Yeni Ev Kadınının Yemek Kitabı*. (Trans.) E. Karakaş, İstanbul: Cinius Yayınları.
- Halıcı, Nevin (2001). *Karadeniz Bölgesi Yemekleri*. Konya: Gür-Ay Ofset Matbaacılık.
- Halıcı, Nevin (2009). *Türk Mutfağı*. İstanbul: Oğlak.
- Hünkar Beğendi*. (2000). Haz. N. Kadioğlu-Çevik, Ankara: KB – HAGEM.
- Işın, Priscilla Mary (2009). *Gülbeşeker*. İstanbul: YKY.
- Işın, Priscilla Mary (2014). *Osmanlı Mutfak İmparatorluğu*. İstanbul: Kitap Yayınevi.
- İbn Battuta (2004). *İbn Battuta Seyahatnamesi C.I.* (Çev.) A.S. Aykut, İstanbul: YKY.
- İnaltong, Tijen (2005). *Her Güne Bir Yemek*. İstanbul: YKY.
- İstanbul ve Diğer Kentlerde 500 Yıllık Fiyatlar ve Ücretler*. (2000). (Haz.) Ş. Pamuk, Ankara: DİE.
- Johansen, Ulla (2005). *50 Yıl Önce Türkiye’de Yörüklerin Yayla Hayatı*. (Çev.) M. Poyraz, Ankara: K. ve T. Bakanlığı.
- Karademir, Zafer (2015). “Osmanlı İmparatorluğu’nda Şeker Üretim ve Tüketimi (1500-1700)”, *OTAM*, 37/Bahar, 181-218.
- Karayaman, Mehmet (2010). “Osmanlı Devleti’nde Şeker Fabrikası Kurma Teşebbüsleri”, *Tarih İncelemeleri Dergisi*, C.25, S.1/Temmuz, 297-318.
- Kaşgarlı Mahmut (2005). *Divânü Lugâti’t-Türk*. (Haz.) S. Erdi ve S.T. Yurteser, İstanbul: Kabalcı Yayınevi.
- Kılıç, A. Yavuz, Çiğdem Kara, İbrahim Ali İleri, Canan İleri ve Sakine Çelik Öztürk (2003). “*Bir Ağz Ekmek*” *Eskişehir Geleneksel Yemek Kültürü 1 ve 2*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi.
- Koşay, Hamit Zübeyir ve Akile Ülkücan (2011). *Anadolu Yemekleri ve Türk Mutfağı*. İstanbul: Çiya.
- Mintz, Sidney W. (1997). *Şeker ve Güç*. (Çev.) Ş. Alpagut, İstanbul: Kabalcı.
- Mehmet Kamil (2015). *Melceü’t-Tabbahin*. (Haz.) G. Kut ve T. Kut, İstanbul: T.C. Türkiye Yazma Eserler Kurumu Başkanlığı.
- Ortner, Sherry B. (1984). “Theory in Anthropology since the Sixties”, *Comparative Studies in Society and History*, Vol. 26, No. 1 -Jan., 126-166.
- Ögel, Bahaeddin (1991a). *Türk Kültür Tarihine Giriş C.2*. Ankara: KB.
- Ögel, Bahaeddin (1991b). *Türk Kültür Tarihine Giriş C.4*. Ankara: KB.
- Polo, Marco (2003). *Dünyanın Hikâye Edilişi – Harikalar Kitabı 1*. (Çev.) I. Ergüden, İstanbul: İthaki.

- Samancı, Özge (2006). “19. Yüzyılın İkinci Yarısında Osmanlı Elitinin Yeme-İçme Alışkanlıkları”, *Soframız Nur Hanemiz Mamur* içinde. (Ed.) S. Faroqhi ve C. K. Neumann, İstanbul: Kitap Yayınevi, 185-207.
- Samancı, Özge (2008). “İmparatorluğun Son Döneminde İstanbul ve Osmanlı Saray Mutfak Kültürü”, *Türk Mutfağı* içinde. (Ed.) A. Bilgin ve Ö. Samancı, Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı, 199-219.
- Sarıkoyuncu, Ali, Selahattin Önder ve Mesut Erşan (2002). *Milli Mücadelede Eskişehir*. Eskişehir: Osmangazi Üniversitesi.
- Solak, İbrahim (2008). “Osmanlı imparatorluğu Döneminde Anadolu’da Meyve ve Sebze Üretimi”, *Türkiyat Araştırmaları Dergisi*, S. 24, 217-51.
- Şahin, Haşim (2008). “Türkiye Selçuklu ve Beylikler Dönemi Mutfağı”, *Türk Mutfağı* içinde. (Ed.) A. Bilgin ve Ö. Samancı, Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı, 39-55.
- Şirvanî, Muhammed bin Mahmûd (2018). *15. Yüzyıl Osmanlı Mutfağı*. (Haz.) M. Argunşah, M. Çakır, İstanbul: Gökkuşbu.
- Tavernier, Jena-Baptiste (2007). *17. Yüzyılda Topkapı Sarayı*. (Çev.) T. Tunçdoğan, İstanbul: Kitap Yayınevi.
- Terzioğlu, Arslan (1992). *Helvahane Defteri ve Topkapı Sarayında Eczacılık*. İstanbul: Arkeoloji ve Sanat Yayınları.
- Tezcan, Semih (1998). *Bir Ziyafet Defteri*. İstanbul: Simurg.
- Toussaint-Samat, Maguelonne (2004). *History of Food*. (Çev.) A. Bell, Oxford: Blackwell Publishing.
- Uhri, Ahmet (2016). *Anadolu Mutfak Kültürünün Kökenleri*. İstanbul: Ege Yayınları.
- Yalman, Ali Rıza (1977). *Cenupta Türkmen Oymakları - I*. (Haz.) S. Emir, Ankara: KB Yayınları.
- Yemek Hıfz-ı Sıhhası ve Yeni Usul Yemek Kitabı*. (2016 [1924]). (Çev.) H.A. Polat ve K. Palavar, Ed. E. Akgöz, Ankara. Detay Yayıncılık.
- Yeni Yemek Kitabı*. (2017 [1883]). (Çev. ve Sad.) Ö. Samancı, İstanbul: Çiya.
- Yerasimos, Marianna (2014). *Evliya Çelebi Seyahatnamesi’nde Yemek Kültürü*. İstanbul: Kitap Yayınevi.
- Yusuf Has Hacıp (2006). *Kutadgu Bilig*. (Çev.) R.R. Arat, İstanbul: Kabalcı.