



Conference On Managing Tourism Across Continents

MTCON'20

Kıtalararası Turizm Yönetimi Konferansı

BİLDİRİLER KİTABI



Editörler

Prof. Dr. Orhan İçöz

Prof. Dr. Muzaffer Uysal

Prof. Dr. Muharrem Tuna

Dr. Öğr. Üyesi Alaattin Başoda

DETAY
YAYINCILIK

Editörler

Prof. Dr. Orhan İçöz

Prof. Dr. Muzaffer Uysal

Prof. Dr. Muharrem Tuna

Dr. Öğr. Üyesi Alaattin Başoda



MTCON'20

Kıtalararası Turizm Yönetimi Konferansı

BİLDİRİLER KİTABI



Ankara, 2020

DETAY YAYINLARI : 1220
1. Baskı : Eylül 2020
ISBN : 978-605-254-280-4
Yayıncı Sertifika No : 46573
Matbaa Sertifika No : 26649

© Detay Anatolia Akademik Yayıncılık Ltd. Şti.

Her hakkı saklıdır. Yazarından ve yayınevinden yazılı izin alınmaksızın bu kitabın fotokopi veya diğer yollarla kısmen veya tamamen çoğaltılması, basılması ve yayınlanması yasaktır. Aksine davranış, 5846 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunu gereğince, 5 yıla kadar hapis ve adli para cezaları ile fotokopi ve basım aletlerine el konulmasını gerektirir.

Dizgi : Detay Yayıncılık
Kapak Tasarım : Detay Yayıncılık
Baskı ve Cilt : Bizim Büro Matbaacılık ve Basımevi
1. Sanayi Caddesi Sedef Sokak No: 6/1 İskitler-Ankara

DETAY
YAYINCILIK

GENEL DAĞITIM ve İSTEME ADRESİ
DETAY ANATOLIA AKADEMİK YAYINCILIK LTD. ŞTİ.
Adakale Sokak No: 14/4 Kızılay/ANKARA
Tel : (0.312) 434 09 49 • Faks: (0.312) 434 31 42
Web: www.detayyayin.com.tr • e-posta: detayyay@gmail.com

Konferans Başkanları

Muzaffer UYSAL, Ph.D.	University of Massachussets - Amherst
Orhan İÇÖZ, Ph.D.	Yaşar University

Konferans Koordinatörü

Ebru GÜNLÜ KÜÇÜKALTAN, Ph.D.	Dokuz Eylül University
------------------------------	------------------------

Konferans Koordinatör Yardımcısı

Alaattin BAŞODA, Ph.D.	Selcuk University
------------------------	-------------------

Düzenleme Kurulu

Andreas ZINS, Ph.D.	Modul University Vienna
Anna MATTILA, Ph.D.	Pennsylvania State University
Celil ÇAKICI, Ph.D.	Mersin University
Dimitrios BUHALIS, Ph.D.	Bournemouth University
Doğan GURSOY, Ph.D.	Washington State University
Frederic DIMANCHE, Ph.D.	Ryerson University, Canada
Hasan KILIÇ, Ph.D.	Eastern Mediterranean University
HS Chris CHOI, Ph.D.	University of Guelph
İbrahim BIRKAN, Ph.D.	Atılım University
Isabelle FROCHOT, Ph.D.	Univerité de Savoie
Kaye CHON, Ph.D.	The Hong Kong Polytechnic University
Kurtuluş KARAMUSTAFA, Ph.D.	Erciyes University
Levent ALTINAY, Ph.D.	Oxford Brookes University
Matthias FUCHS, Ph.D.	Mid-Sweden University
Muharrem TUNA, Ph.D.	Hacı Bayram Veli University
Necmi UYANIK, Ph.D.	Selcuk University
Nina K. PREBENSEN, Ph.D.	The Arctic University of Norway
Saleh ALSHOAIBI, Ph.D.	Sultan Qabos University
Salih KUŞLUVAN, Ph.D.	İstanbul Medeniyet University
Stanislav IVANOV, Ph.D.	Varna University of Management
Stefan KRUGER, Ph.D.	North-West University
Susanne BECKEN, Ph.D.	Griffith Business School
Yaqoob Salim AL BUSAIDI, Ph.D.	Sultan Qabos University
Zvi SCHWARTZ, Ph.D.	University of Delaware

Danışma Kurulu

Agustin Santana TALAVERA, Ph.D.	Universidad de La Laguna, Spain
Ali YAYLI, Ph.D.	Hacı Bayram Veli University
Asım SALDAMLI, Ph.D.	Mardin Artuklu University
Azize HASSAN, Ph.D.	Hacı Bayram Veli University
Cevat TOSUN, Ph.D.	Macau University of Science and Technology
Cevdet AVCIKURT, Ph.D.	Balıkesir University
Cihan COBANOGLU, Ph.D.	University of South Florida
Derman KÜÇÜKALTAN, Ph.D.	İzmir Kavram MYO
Drew MARTIN, Ph.D.	University of South Carolina
Fevzi OKUMUS, Ph.D.	University of Central Florida
Irfan ARIKAN, Ph.D.	IMC University of Applied Sciences, Krems, Austria
Kemal BIRDİR, Ph.D.	Mersin University
Maria Dolores ALVAREZ, Ph.D.	Boğaziçi University
Meryem AKOGLAN KOZAK, Ph.D.	Anadolu University
Murat HANCER, Ph.D.	University of Central Florida
Nedim YÜZBAŞIOĞLU, Ph.D.	Akdeniz University
Olimpia BAN, Ph.D.	University of Oradea, Romania
Osman Eralp COLAKOGLU, Ph.D.	Aydın Adnan Menderes University
Osman KARATEPE, Ph.D.	Eastern Mediterranean University
Osman Nuri OZDOGAN, Ph.D.	Aydın Adnan Menderes University
Serena VOLO, Ph.D.	University of Bozen-Bolzano – Brunico (Bolzano)
Sung Hee (Ally) PARK, Ph.D.	Macau University of Science and Technology
Yüksel EKINCI, Ph.D.	University of Portsmouth

Bilim Kurulu

Agustin Santana TALAVERA, Ph.D.	Universidad de La Laguna, Spain
Akın AKSU, Ph.D.	Akdeniz University
Albert ASSAF, Ph.D.	University of Massachusetts-Amherst
Ali YAYLI, Ph.D.	Hacı Bayram Veli University
Andreas ZİNS, Ph.D.	MODUL University Vienna
Anna MATTILA, Ph.D.	Pennsylvania State University
Asım SALDAMLI, Ph.D.	Mardin Artuklu University
Atila AKBABA, Ph.D.	İzmir Kâtip Çelebi University
Atila YÜKSEL, Ph.D.	Aydın Adnan Menderes University
Aytuğ ARSLAN, Ph.D.	İzmir Kâtip Çelebi University
Azize HASSAN, Ph.D.	Ankara Hacı Bayram Veli University
Beykan ÇİZEL, Ph.D.	Akdeniz University
Bilgehan GÜLCAN, Ph.D.	Ankara Hacı Bayram Veli University
Burcu Selin YILMAZ, Ph.D.	Dokuz Eylül University
Cafer TOPALOĞLU, Ph.D.	Muğla Sıtkı Koçman University
Celil ÇAKICI, Ph.D.	Mersin University
Cevat TOSUN, Ph.D.	The George Washington University (GWSB)
Cevdet AVCIKURT, Ph.D.	Balıkesir University
Cihan ÇOBANOĞLU, Ph.D.	University of South Florida
Derman KÜÇÜKALTAN, Ph.D.	İzmir Kavram Vocational School
Dimitrios BUHALİS, Ph.D.	Bournemouth University
Doğan GÜRSOY, Ph.D.	Washington State University
Düriye BOZOK, Ph.D.	Balıkesir University
Drew MARTIN, Ph.D.	University of South Carolina
Ebru GÜNLÜ KÜÇÜKALTAN, Ph.D.	Dokuz Eylül University
Elbeyi PELİT, Ph.D.	Afyon Kocatepe University
Emrah ÖZKUL, Ph.D.	Kocaeli University
Ercan SİRAKAYA TURK, Ph.D.	University of South Carolina
Erdoğan EKİZ, Ph.D.	Mohammed VI Polytechnic University
Fatma ARSLAN, Ph.D.	Necmettin Erbakan University
Fevzi OKUMUŞ, Ph.D.	University of Central Florida
Frederic DİMANCHE, Ph.D.	Ryerson University, Canada
Fusun İSTANBULLU DİNÇER, Ph.D.	İstanbul University
Gül GÜNEŞ, Ph.D.	Selçuk University
Güney ÇETİN GÜRKAN, Ph.D.	Trakya University

Hasan KILIÇ, Ph.D.	Eastern Mediterranean University
HS Chris CHOİ, Ph.D.	University of Guelph
Irem ONDER, Ph.D.	University of Massachusetts
Isabelle FROCHOT, Ph.D.	Univerité de Savoie
Issam A. Ghazzawi, Ph.D.	University of La Verne
İbrahim BİRKAN, Ph.D.	Atılım University
İbrahim ÇETİN, Ph.D.	Akdeniz University
İrfan ARIKAN, Ph.D.	IMC University of Applied Sciences, Krems, Austria
İsmail KIZILIRMAK, Ph.D.	İstanbul University
Kamil UNUR, Ph.D.	Mersin University
Kemal BİRDİR, Ph.D.	Mersin University
Kemal BÜYÜKGÜZEL, Ph.D.	Zonguldak Bülent Ecevit University
Kurtuluş KARAMUSTAFA, Ph.D.	Erciyes University
Kutay OKTAY, Ph.D.	Kastamonu University
Levent ALTINAY, Ph.D.	Oxford Brookes University
Maria Dolores ALVAREZ, Ph.D.	Boğaziçi University
Matthias FUCHS, Ph.D.	Mid-Sweden University
Medet YOLAL, Ph.D.	Anadolu University
Mehmet SARIŞIK, Ph.D.	Sakarya Applied Sciences University
Meryem AKOĞLAN KOZAK, Ph.D.	Anadolu University
Muharrem TUNA, Ph.D.	Ankara Hacı Bayram Veli University
Murat AKSU, Ph.D.	Çanakkale Onsekiz Mart University
Murat ÇUHADAR, Ph.D.	Süleyman Demirel University
Murat DOĞDUBAY, Ph.D.	Balıkesir University
Murat HANÇER, Ph.D.	University of Central Florida
Murat YEŞİLTAŞ, Ph.D.	Burdur Mehmet Akif University
Mustafa TEPECİ, Ph.D.	Celal Bayar University
Nina K. PREBENSEN, Ph.D.	The Arctic University of Norway
Nuray Selma ÖZDİPÇİNER, Ph.D.	Pamukkale University
Oğuz DİKER, Ph.D.	Çanakkale Onsekiz Mart University
Oğuz TÜRKAY, Ph.D.	Sakarya Applied Sciences University
Oğuzhan İLBAN, Ph.D.	Balıkesir University
Oktay EMİR, Ph.D.	Anadolu University
Olimpia BAN, Ph.D.	University of Oradea, Romania
Onur GÜLBAHAR, Ph.D.	Batman University

Orhan BATMAN, Ph.D.	Sakarya Applied Sciences University
Osman Eralp ÇOLAKOĞLU, Ph.D.	Aydın Adnan Menderes University
Osman KARATEPE, Ph.D.	Eastern Mediterranean University
Osman Nuri ÖZDOĞAN, Ph.D.	Aydın Adnan Menderes University
Ömer ŞANLIOĞLU, Ph.D.	Erciyes University
Özlem GÜZEL, Ph.D.	Akdeniz University
H. Ridvan YURTSEVEN, Ph.D.	Ataşehir Adıgüzel Vocational School
Ruher GENÇ, Ph.D.	Turkish-German University
Salih KUŞLUVAN, Ph.D.	İstanbul Medeniyet University
Selda UCA, Ph.D.	Kocaeli University
Selma MEYDAN UYGUR, Ph.D.	Ankara Hacı Bayram Veli University
Serena VOLO, Ph.D.	University of Bozen-Bolzano – Brunico (Bolzano)
Seyit KÖSE, Ph.D.	Bolu Abant İzzet Baysal University
Silvia SCARAMUZZI, Ph.D.	University of Florence
Stanislav IVANOV, Ph.D.	Varna University of Management
Stefan KRUGER, Ph.D.	North-West University
Suavi AHİPASAĞLU, Ph.D.	Sivas Cumhuriyet University
Şafak ÜNÜVAR, Ph.D.	Selçuk University
Şenol ÇAVUŞ, Ph.D.	Sakarya Applied Sciences University
Şeymus BALOĞLU, Ph.D.	University of Nevada
Şule AYDIN, Ph.D.	Nevşehir Hacı Bektaş Veli University
Umut AVCI, Ph.D.	Muğla Sıtkı Koçman University
Yan LIBO, Ph.D.	Macau University of Science and Technology
Yousery Nabil M. K. ELYASED, Ph.D.	Umm Alqura University and Helwan University
Yusuf AYMANKUY, Ph.D.	Balıkesir University
Yüksel EKİNCİ, Ph.D.	University of Portsmouth
Zafer ÖTER, Ph.D.	İzmir Kâtip Çelebi University
Zeynep ASLAN, Ph.D.	Adnan Menderes University
Zvi SCHWARTZ, Ph.D.	University of Delaware

Organizasyon Kurulu

Alaattin BASODA, Ph.D. (Team Coordinator)	Selcuk University
Ahmet ÇAVUŞ, Ph.D.	Atatürk University
Ahmet VATAN, Ph.D.	İstanbul Medeniyet University
Aylin GUVEN, Res.Assist.	Akdeniz University
Ayşe ATAR, Ph.D.	Ondokuz Mayıs University
Ayşegül ACAR, Res.Assist.	Karabük University
Aziz BOSTAN, Ph.D.	Adnan Menderes University
Bahadır SEZER, Lec.	Trakya University
Başak ÖZYURT, Res.Assist.	Trakya University
Beyza UYANIK, Res.Assist.	Anadolu University
Burak ATASOY, Res.Assist.	Sakarya University of Applied Sciences
Caner GÜLTEKİN, Country Manager	Hotel Linkage
Demet AĞAOĞLU	TUADER
Demet TÜZÜNKAN, Ph.D.	İstanbul Kent University
Eda HAZARHUN	Dokuz Eylül University
Engin TENGLİMOĞLU, Res.Assist.	Selçuk University
Engin PULLUK, Lec.	Burdur Mehmet Akif Ersoy University
Erdem DAŞCI, Lec.	Mersin University
Erol DURAN, Ph.D.	Çanakkale Onsekiz Mart University
Eda GÜREL, Ph.D.	Bilkent University
Emrah ÖZKUL, Ph.D.	Kocaeli University
Erhan KAYA, President of Business Development and Marketing	Hotel Linkage
F. Kübra AYLAN, Ph.D.	Selcuk University
Filiz DALKILIC YILMAZ, Res.Assist.	Nevşehir Hacı Bektaş Veli University
Filiz GUMUS DONMEZ, Ph.D.	Muğla Sıtkı Koçman University
Gaye DENİZ, Ph.D.	Nevşehir Hacı Bektaş Veli University
Gökhan YILMAZ, Res.Assist.	Akdeniz University
Grant Altay TAŞKIN, Res.Assist.	Aksaray University
Güney ÇETİN GÜRKAN, Ph.D.	Trakya University
Havva ÇIVGIN	Ankara Hacı Bayram Veli University
Hüseyin ÇEKEN, Ph.D.	Muğla Sıtkı Koçman University
İpek İtir CAN, Res.Assist.	Anadolu University
İsmail ÇALIK, Ph.D.	Gümüşhane University
Lokman TOPRAK, Ph.D.	Mardin Artuklu University
Mehmet BAHAR, Ph.D.	Kapadokya University
Mehmet TUNCER, Ph.D.	Aksaray University
Muammer MESCİ, Ph.D.	Düzce University
Muhammet ÜSTÜN, Res.Assist.	Kastamonu University
Murat Alparslan KASALAK, Ph.D.	Akdeniz University
Murat ÇUHADAR, Ph.D.	Süleyman Demirel University
Necibe ŞEN, Ph.D.	Erzincan Binali Yıldırım University
Onur ÇELEN, Lec.	Bursa Uludağ University
Nahide Övgü DEMİRAL, Lec.	Çanakkale Onsekiz Mart University
Ömer Kürşat TÜFEKÇİ, Ph.D.	Isparta University of Applied Sciences
Seden DOĞAN, Ph.D.	Ondokuz Mayıs University

Selda YORDAM, Res.Assist.	Kastamonu University
Serdar ÇÖP, Ph.D.	İstanbul Gelisim University
Serkan AYLAN, Ph.D.	Selcuk University
Şule DURU ÖĞÜN	Kara Tourism
Şule ARDIÇ YETİŞ, Ph.D.	Nevşehir Hacı Bektaş Veli University
Şule GÜLERYÜZ, Direct Booking Trainee	Hotel Linkage
Tolga ALTAŞ	Ankara Hacı Bayram Veli University
Vahit Oğuz KİPER, Res.Assist.	Sakarya University of Applied Sciences
Vesile ALTUNTOP	Ankara Hacı Bayram Veli University
Yağmur ALTINAY, Connectivity and Web Development Agent	Hotel Linkage
Yusuf ACAR, Ph.D.	Aksaray University
Zeynep ÇOKAL, Ph.D.	Nevşehir Hacı Bektaş Veli University

HİTİT EKMEK KÜLTÜRÜ VE HİTİT EKMEKLERİ

Emrah KESKİN*
Tuğba DAĞ**
Büşra DÖNMEZ***

Öz

Anadolu coğrafyası, kucak açtığı birçok medeniyetle, kültürel farklılıklarıyla ve coğrafi çeşitliliğiyle önemli bir konuma sahiptir. Anadolu'nun sahip olduğu bu konum zengin mutfak kültürlerinin ortaya çıkmasında önemli rol oynamaktadır. Hititler de bu coğrafyada medeniyet kurmuş zengin mutfak kültürüne sahip medeniyetlerden birisidir. Hitit mutfağına ait birçok bilgi çivi yazılı tabletlerden elde edilmektedir. Bu tabletlerden Hitit mutfağı içerisinde et yemeklerinin, çorbalarının yanı sıra tahıl ve tahıl ürünlerinden yapılan birçok ekmek çeşidinin yer aldığı anlaşılmaktadır. Ayrıca Hitit yerleşim yerlerinde ortaya çıkan tahıl depoları, kömürleşmiş tahıl kalıntıları, dini ritüellerde tanrılarına ekmek sunmaları ekmeğin önemli bir değer olduğunu göstermektedir. Ekmeği "NINDA" olarak ifade eden Hititler farklı tahıl unlarını, biraz su, tuz ve doğal maya veya mayasız olarak hazırladıkları hamurlardan çeşitli ekmekler yapmışlardır. Hazırlanan çalışmada Hititlerin sahip olduğu zengin ekmek kültürünün incelenmesi amaçlanmıştır. Bu kapsamda Hititlerde üretilen ekmekler tespit edilmiş ve belirlenen bazı ekmeklerin uygulaması tekrar yapılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Hitit Medeniyeti, Ekmek, Gastronomi Turizmi, Kültür

HITTITE BREAD CULTURE AND HITTITE BREADS

Abstract

Anatolian geography has a prominent location with the lots of civilizations it has cherished, with its cultural varieties, and its kinds of geographical variations. This location Anatolia has plays an important role in the emergence of rich cuisine cultures. Hittites were also one of the civilizations owning a rich cuisine culture that built their civilization within this location. A great load of information regarding Hittite cuisine is gathered from tablets with cuneiform scripts. It is understood from these tablets that within Hittite cuisine, there took place meat dishes, soups and along side them, many kinds of bread made of grain and grain products. Besides, the grain warehouses discovered around Hittite settlements, carbonated pieces of bread, and their presenting their Gods bread during religious rituals indicate that bread is a precious value. The Hittians, who called bread "NINDA", cooked various kinds of bread by mixing different kinds of grain flours with a little water, salt and the dough that they prepared with natural brewing or without brewing. In the study carried out, an exploration of the rich bread culture that the Hittites had was aimed. Within this framework, as a result of the

* İletişim Kurulacak Yazar: Dr. Öğr. Üye., Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, 0000-0002-9796-2905, ekeskin@nevsehir.edu.tr

** Yüksek Lisans Öğrencisi, Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, 0000-0003-4571-4499

*** Yüksek Lisans Öğrencisi, Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, 0000-0001-5921-1302

review of literature fulfilled, the kinds of bread produced in Hittites were determined and the production of some of the bread types was revived.

Key Words: Hittite Civilization, Bread, Gastronomy Tourism, Culture

GİRİŞ

Asya ve Avrupa'yı birbirine bağlayan Anadolu sahip olduğu konum itibarıyla medeniyetlere ev sahipliği yapmış önemli bir bölgedir. Anadolu'ya gelen topluluklar burayı üzerinden geçilen bir köprü olarak görmemiş; sahip olduğu özellikleriyle çağlar boyunca yaşamayı olanaklı kılan bir kara parçası olarak algılamışlardır. Bu coğrafya Neolitik Çağ'da yerleşik yaşamla birlikte birçok kültüre ev sahipliği yaparak hızlı bir gelişim göstermiştir. M.Ö 2 binde yaşamış, güçlü ve büyük bir uygarlık kurmuş olan Hititler de Anadolu'daki bu kültürel hareketlenmeyi sağlayan uygarlıklardan birisidir (Albayrak vd., 2008; Karasu, 2006). Kesin olmakla birlikte Hititler, M.Ö 3 binli yılların sonlarında küçük gruplar halinde Anadolu'ya geldikleri ve Anadolu'da yaşayan Hatti yerleşim alanlarına yayıldıkları yönünde görüşler bulunmaktadır. M.Ö. 2 binli yılların ortalarına doğru ise Anadolu'nun orta kesiminde yani Kızılırmak yayı içindeki bölgenin neredeyse tamamını kaplayan bir imparatorluk kurdukları bilinmektedir (Hoffner, 1987). Hititler zaman içinde bölgedeki Hatti kültürüne uyum sağlayarak ve bu kültüre kendilerinden bir şeyler katarak Hitit devletinin temelini atmışlardır. Hititlerin bir devlet oluşturduğu dönemde yayıldıkları bölgede yer alan farklı diller konuşan, farklı etnik kökenden gelen ve farklı kültürler oluşturmuş insanların yaşamaları, Hititlerin özgün bir Anadolu kültürü yaratmasına katkı sağlamıştır (Sevin, 2003).

Orta Anadolu'nun sahip olduğu coğrafi ve iklimsel özellikler bu bölgede yaşayan toplulukların yeme içme kültürü üzerinde etkili olmuştur. Bu durum Hititlerin temel yeme-içme biçimlerine de yansımıştır (Nesbitt, 2000; Karauğuz, 2006). Günümüzde Hititlerin sahip olduğu mutfak kültürü ile ilgili bilgilere, tanrıları için sundukları kurbanları tabletlere yazarak kayıt altına almaları sayesinde ulaşılabilmektedir. Bu tabletler Hititlerin mutfak alışkanlıkları, pişirme teknikleri, kullandıkları yiyecek-içecek maddeleri ve yedikleri yemeklerle ilgili fikirler vermektedir (Sandıkçıoğlu, 2007).

Hayvancılığın Hitit ekonomisinde önemli bir yer tutmasından dolayı, hayvansal gıdaların bolca tüketildiği söylenebilir. Hititlere ait yazılı kaynaklarda sığır, yaban keçisi, koyun, keçi, camız, geyik türleri, karaca, yaban koyunu, keklik, tavşan, ördek ve domuz gibi hayvanların besin maddesi olarak tüketildiği bilgisine ulaşılmaktadır. Ayrıca bu kaynaklarda etlerin kızartılarak ya da ızgara yapılarak pişirildiğinden de bahsedilmektedir (Koç, 2006; Şensoy, 2012). Hititlerde hayvanların etini tüketmenin yanı sıra sütlerinden peynir, lor ve iç yağı gibi çeşitli ürünler üretilmiştir. Hitit mutfağında fasulye, nohut, mercimek soğan, pırasa, salatalık ve bezelye gibi sebze ve baklagiller de yer almaktadır. Bunların bir takım sulu yemeklerde veya çorbalarda kullanıldığı Hitit tabletlerinde anlatılmaktadır (Koç, 2006). Hititlerin diğer önemli besin kaynağı ise meyve ağaçlarıydı. Hitit tabletlerinde kiraz, incir, hurma, kayısı, üzüm, elma, fıstık, erik, armut, nar gibi meyve ağaçları geçmektedir. Bu meyveler çoğunlukla mevsiminde tüketilmesinin yanı sıra daha sonra tüketebilmek için de kurutulmuşlardır (Koç, 2006; Hoffner, 2003).

Hitit devletinin kurulduğu coğrafyanın buğday ve diğer tahılların ana vatanı olması, neolitik çağdan beri yapılan tahıl tarımına bağlı olarak tahıla dayalı beslenmeyi de geliştirmiştir (Nesbitt, 2000; Karauğuz, 2006). Hititlerin önemli tarım ürünleri arasında: ŠE (arpa), ZÍZ (buğday), ŠE.GIŠ (susam), tiqariia (ay çiçeği), GIŠhaššikka (haşhaş), çavdar ve yulaf gibi tahıllar yer almaktadır (Hoffner, 2003; Ünar, 2017). Hititlere ait yerleşim yerlerinde (Boğazköy, Kaman-Kalehöyük, Kuşaklı vb.) yapılan kazılarda ortaya çıkan tahıl depoları, kömürleşmiş zahire (gerektiğinde kullanılmak üzere saklanan tahıl) kalıntılarında en çok ekmeçlik tahılın bulunması ve Hitit tabletlerinde buğdaydan sıkça bahsedilmesi tahılın önemli bir besin maddesi olduğunu göstermektedir (Nesbitt, 2000; Karauğuz, 2006; Ünal, 1999). Hititler bu tahıl ürünlerinden un, makarna, bulgur, ekmeç gibi ürünler yapmışlardır. Çivi yazılı tabletlerde, Hititlerin tahıllardan 180'den fazla ekmeç ve unlu ürünler yaptığı belirlenmiştir. Yapılan bu ekmeç çeşitleri arasında; bezelyeli ekmeç, ballı ekmeç, diş ve üzüm salkımı şeklinde ekmeçler, yağlı ekmeç, ekmeç pudingi, acı ekmeç, biralı ekmeç, narlı ekmeç örnek olarak verilebilir (Albayrak vd., 2008). Elde edilen bilgiler dahilinde Anadolu'da medeniyet kurmuş önemli uygarlıklardan birisi olan Hititlerde ekmeç oldukça önemli bir değerdir.

HITIT UYGARLIĞINDA EKMEK

Türk Gıda Kodeksi Ekmeç ve Ekmeç Çeşitleri Tebliği'nin tanımına göre ekmeç, buğday ununa su, tuz, maya, aktivasyon hızını arttırmak için şeker, enzimler, malt unu, vitalgluten ve gıdalar için uygun görülen katkı maddeleri eklenip tekniğe uygun olarak yoğrulması, şekil verilmesi, fermantasyon olması için bekletilmesi ve pişirilmesi ile yapılan ürünü ifade etmektedir (Kocaadam & Acar Tek, 2016). Bu tanımdan yola çıkılarak dünya üzerinde ve Anadolu coğrafyasında yaşayan halk tarafından bilinen ve Türk Gıda Kodeksi Ekmeç tanımına uygun olarak çok sayıda ekmeç çeşidinin olduğu görülmektedir (Karauğuz, 2006).

Neolitik çağ ile birlikte Anadolu'da ekmeç üretimi ve tüketiminin yaygın olduğu bilinmektedir. Bunun en güzel kanıtı Diyarbakır/Çayönü, Burdur/Hacılar, Konya/Çatalhöyük gibi merkezlerde buğday kalıntıları ve buğdayı öğütmeç için kullanıldığı düşünölen değirmenlerin bulunmasıdır (Karauğuz, 2006). Çoğunluğun buğday unu kalıntılarının oluşturduğu ve bununla birlikte mısır, çavdar vb. tahıl unlarının kalıntıları olduğu bilinen çeşitli ekmeçlerin üretiminin yapıldığı düşünölmektedir (Arlı & Işık, 1994).

Hitit metinlerinde ekmeç üretimi ve tüketiminin önemli bir unsur olduğu, temel pişirme tekniklerinden yararlanılarak ekmeçlerin pişirildiği ifade edilmektedir. Bunun en güzel kanıtı ise Hititlerde ekmeçin kutsal bir ürün olarak ifade edilmesidir. Çok fazla ekmeç çeşidinin bulunduğu Hititlerde ekmeçin önemini vurgulayan bazı kanunlar bulunmaktaydı. Bu kanunlarda, fırınların tabanının süpürölmüş ve su serpölmüş olması, ekmeç kırıntılarının dököldüğü yerlere ve kaplarının bulunduğu kısımlara köpek ve domuzların girememesi, yemek yapılacak kaplara hayvan pisliğı bulaşmamış olması dikkat edilmesi gereken kurallardır (Karauğuz, 2006). Tüm bu sayılanlar Hititlerin ekmeçe verdikleri önemin bir kanıtı olarak görölmektedir (Ünal, 2007; Albayrak vd., 2008; Sevimli, 2005). Başka bir şekilde kanunları ifade etmeç gerekirse "Siz mutfak memurları, tanrıların ve beylerin lütfuna göre garson, aşçı, fırıncı veya şarapçı olabilirsiniz, ekmeç yaptığınız

alan sizin tarafınızdan temiz tutulmalı, kapı eşiğinden köpek veya domuz asla sokulmamalı, siz kendiniz de temiz olmak için yıkanmalısınız, temiz giysiler giymelisiniz” şeklindedir (McMahon, 2003). Bu açıklamalardan yola çıkarak büyük tapınaklarda tanrılar için çalışan özel mutfak memurlarının olduğu ve bu tapınaklarda yemek pişirmek için özel alan yani mutfakların da bulunduğu anlaşılmaktadır (Salihoğlu & Demirarslan, 2018).

Hititler ekmeği “NINDA” olarak ifade etmişlerdir. Kelime sınırlı anlamda ekmeği, genel anlamda ise besini tanımlamaktadır. Hititlerde ekmeğin ana maddesi olan tahılın öğütülmesi değirmenlerde gerçekleşmiştir. Hititlerde 2 tür değirmen kullanıldığı düşünülmektedir, bunların ilki bugün Anadolu’da kullanılmaya devam eden ve el değirmenlerini andıran değirmenlerdir. İkinci değirmen ise taş değirmenlerdir (Karağuz, 2006).

Hititlerde çeşitli tahıl unlarına, belirli miktarda su, tuz ve maya eklenerek, hamur elde edilir ve bu hamurun pişirilmesi sonucu ekmeğe meydana getirilirdi. Hitit metinleri içerisinde ‘bir kaşığın ucu kadar’ ilave edilen maya ile hamur elde edilirdi. Elde edilen hamur topraktan yapılmış hamur teknelerinde karıştırılıp, yoğrulduktan sonra üzeri hava aldırarak keten kumaş ile örtülüp bir gün dinlendirilirdi. Hitit metinlerinde ekmeğin gramajları yönünde kesin bir bilgi olmamakla beraber büyük, küçük, tam, uzun, avuç dolusu gibi ifadelerin var olduğu belirlenmiştir. Hititler temel besin maddesi olan ekmeğe; bal, baklagiller, tohum, süt ve süt ürünleri, zeytinyağı, meyve ve sebze gibi gıda maddeleri eklemiş ve ekmeği zenginleştirmişlerdir. Hititler, yapıldıkları malzemeye göre ekmeği; mayalı, tatlı, ballı, yağlı, peynirli, salatalıklı, fıstıklı ekmeğin isimlendirmişlerdir (Karağuz, 2006). Yapıldıkları un çeşidine göre ise ekmeği; bakla unlu, kızılca buğday unlu, buğday unlu somun, nemlendirilmiş un ile yapılmış somun, kaba arpa unuyla yapılan ekmeğin, arpa somunu, kırmızı somun, esmer somun ve beyaz ekmeğin adlandırmışlardır. Hititler dini törenlerde tanrılara sunacakları ekmeği çeşitli geometrik şekillere dönüştürerek hazırlamışlardır (Sandıkçioğlu, 2009). Hazırlanan bu ekmeğin geometrik şekillerine, büyüklüklerine, ağırlıklarına, ait olduğu bölgeye ve yapılış şekillerine göre isimlendirilmiştir (Ünal, 2007). Ekmeğin; domuz, kuş, el, ağız, dil, diş, parmak, kulak, heykelcik, halka, tekerlek, çubuk, top, hilal, nar, spiral, çokgen, gözyaşı damlası ve üzüm salkımı şeklinde şekillendirilip pişirilmiştir (Karağuz, 2006).

Ekmeğin, Hititler de tedavi amaçlı üretilmesinin yanı sıra kederli günleri temsil etmek içinde yapılmıştır. Hititlerde ekmeğin paylaşılması çok önemli yer tutmakta ve hatta kıtlık dönemlerinde paylaşılmak için tumati- ve piiantalla/i- adlı ekmeğin üretilip dağıtıldığı bilinmektedir. Hititlerde bazı ekmeğe yapıldığı kentin ismi verilmekte ve ekmeğin o kentin ismiyle anılmaktaydı; Alatra ekmeği, Allina ekmeği, Ampuriya ekmeği, Hiwaššašša ekmeği, Karkiša ekmeği, Nahita ekmeği bunlara örnek olarak verilebilir. Ayrıca, koşucuların ekmeği, asker ekmeği, tanrı isimleriyle bilinen ekmeğin, insan uzuvlarına ve hayvan figürlerine benzeyen ekmeğin gibi ekmeğin de bulunmaktaydı (Karağuz, 2006; Sandıkçioğlu, 2009). Elde edilen bu bilgiler dahilinde Anadolu’da yaşamış önemli medeniyetlerden birisi olan Hititlerde ekmeğin kültürel açıdan önemli bir değer olarak nitelendirilebilir.

YÖNTEM

Dünya üzerinde önemli medeniyetlere ev sahipliği yapmış bir yer olan Anadolu sahip olduğu kültürel çeşitlilik ve coğrafi özellikleri sebebi ile geçmişten beri büyük bir öneme sahiptir. Anadolu'da medeniyet kuran devletlerden birisi de Hititlerdir. Hitit ekmek kültürünün incelenmesini amaçlayan bu çalışma, Hititlerde üretilen ekmeklerin tespit edilip kayıt altına alınmasını ve belirlenen ekmek ürünlerinin tekrardan yapılmasını amaçlamıştır. Belirlenen bu amaç doğrultusunda Hitit döneminde yapılan ekmeklerden bazıları gerekli literatür taranarak belirlenmiştir. Elde edilen bilgiler ışığında ekmeklerin tekrardan yapılması amacıyla uygulama odaklı eylem araştırması gerçekleştirilmiştir. Ekmeklerin yapım aşamasında literatür taraması sonucunda elde edilen reçeteler, çalışma yazarları tarafından uygulamalı olarak yapılmıştır.

BULGULAR VE TARTIŞMA

Hitit uygarlığına ait olan ve reçetelerine ulaşılan ekmeklerle alakalı olarak hazırlanan bu çalışmada Nında.Gur.Ra, Nahıttı Ekmeği NINDA.LAL (tam buğday unlu, ballı ve kırmızı şaraplı) ekmekleri tekrardan üretilmiştir. Ekmeklerin yapım aşamasında Albayrak ve arkadaşları (2008) tarafından belirtilen ölçüler dikkate alınmıştır. Uygulamalar sonucunda elde edilen bulgular şu şekildedir.

NINDA.GUR.RA: (Peynirli ve İncirli)

Tam buğday unu ile yapılan

Malzemeler

1 kg tam buğday unu

450 ml su

300 gr koyun peyniri

300 gr incir

25 gr tuz

Hazırlanışı

Un, koyun peyniri, incir, su ve tuz eklenerek bir hamur elde edilir. Oda ısısında 1 saat bekletilir. Hazırlanan hamur 250 gr olacak şekilde eşit parçalara bölünür ve somun şekli verilir. 250 derecelik fırında 45 dk pişirilir.

Resim 1: Nında.Gur.Ra



Nahhiti-EKMEĞİ: (İncir, kuru üzüm ve kuru meyveli)

Tam buğday unu ile yapılan

Malzemeler

480 gr tam buğday unu

180 ml su

5 gr tuz

50 gr kuru meyve karışımı (üzüm, incir, fındık vb.)

Hazırlanışı

Un, su, tuz ve kuru meyve karışımının yarısı karıştırılarak bir hamur elde edilir. Hazırlanan hamurun üzeri keten bezle örtülerek oda sıcaklığında 1 saat bekletilir. Hititlere göre yarım avuç ölçüsünde şekillendirilip 45 dk pişirilir. Pişirdikten sonra 25 gr kuru meyve üzerine dökülerek tüketimi sağlanır.

Resim 2: Nahhiti Ekmeği



NINDA.LAL (Ballı Ekmek)

Ballı ekmek çeşitlerine verilen isimdir. Bu çalışmada 3 çeşit NINDA.LAL ekmeği yapılmıştır.

Tam Buğday Unu ve Maya ile Yapılan**Malzemeler**

1 kg tam buğday unu

500 gr bal

300 ml su

200 gr maya

Hazırlanışı

Un, maya, bal ve su birlikte yoğrulur. Oda sıcaklığında en az 2 saat bekletilir ve şekillendirilip önceden ısıtılmış 250 derecelik fırında 45 dk pişirilir. Üzerine bal dökülerek servis edildiği de Hitit yazıtlarında geçmektedir.

Resim 3: Nındal.Lal

**Haşhaş, Kırmızı Şarap ve Maya ile Yapılan**

Ballı ekmek olarak bilinen NINDA.LAL ekmeklerine bezelye, haşhaş, susam gibi ek ürünlerin eklendiği ve üzerine Hititlerin sıklıkla tükettiği kırmızı şarap dökülerek tüketilen ekmektir.

Malzemeler

300 gr haşhaş

400 ml kırmızı şarap

1 kg tam buğday unu

200 gr doğal maya

280 ml ılık su

400 gr bal

Hazırlanışı

Un bir yoğurma kabına alınır, ortasına bir çukur açılır ve içine su, doğal maya ve 200 gr bal eklenerek yoğrulur, orta sertlikte bir hamur elde edilir. Hazırlanan hamurun üzeri keten bir bezle kapatılarak 1 gece boyunca oda sıcaklığında bekletilir. Bekleyen ve aktive olan hamura haşhaş ilave edilip tekrar yoğrulur. Şekil verilen hamur 250 derecelik fırında 45 dk pişirilir. 400 ml kırmızı şarap ve 200 gr bal karıştırılıp tatlı şarap elde edilir ve parçalanmış ekmeğin üzerine dökülerek tüketilir

Resim 4: Haşhaş, Kırmızı Şarap ve Maya ile Yapılan ninda.lal



Tam Buğday Unu ve Bezelye ile Yapılan

Ballı ekmeklerin, bezelye, haşhaş, susam gibi ek ürünlerle pişirilip üzerine bal dökülerek hazırlanmasıdır.

Malzemeler

1 kg tam buğday unu

300 gr taze bezelye

300 gr bal

250 ml su

Hazırlanışı

Un, bezelye, 200 gr bal ve su yoğrulup sert bir hamur elde edilir. Oda sıcaklığında 1 saat dinlendirildikten sonra geometrik şekiller verilerek önceden ısıtılmış fırında 45 dk pişirilir. Üzerine 100 gr bal dökülerek tüketimi sağlanır.

Resim 5: Tam Buğday Unu ve Bezelye ile Yapılan NINDA.LAL



SONUÇ

Anadolu, ilk çağlardan bu yana birçok uygarlığın yaşadığı, farklı medeniyetlere ev sahipliği yapan bir bölgedir. Bu durum Anadolu'da çok boyutlu bir kültürel yapının oluşmasını sağlamıştır. Bu kültürel yapıyı meydana getiren önemli unsurlardan birisi de yemek kültürüdür. M.Ö 2 binli yıllarda yaşamış, güçlü ve büyük bir uygarlık kurmuş olan Hititler, hem Anadolu'daki kültürel hareketlenmeyi sağlamış hem de Anadolu mutfak kültürünü zenginleştirmişlerdir (Albayrak vd., 2008; Karasu, 2006). Kültürel hareketlenmeye katkı sağlayan Hititlerde et yemekleri, çorbalar, hamur işleri ve özellikle de ekmeğin üretiminin ayrı bir yeri olduğu gözlenmiştir (Sandıkçioğlu, 2007; Şahingöz, Akbulut & Örgün, 2015). İnsanlığın temel gıda maddesi olan tüm inançların kutsal saydığı ve birçok uygarlık için farklı anlamlar ifade eden ekmeğin Hititlerdeki öyküsü güz döneminde toprağın sürülmesi ve tohumun ekilmesi ile başlamaktadır. Hitit medeniyetinde çoğunluğu buğday unundan olmak üzere mısır, çavdar gibi tahıl unlarından elde ettikleri 180'den fazla ekmeğin çeşidinin olduğu belirlenmiştir. Hititler ekmeğe NINDA ismini vermişlerdir. Doğal maya, tahıl unları, tuz ve bölgede yetişen diğer meyve ve sebzelerden yapılan ekmeğin Hititlerde kutsal sayılmaktadır. Asırlar önce Anadolu coğrafyasında yaşamış insanların sahip olduğu ekmeğin kültürü günümüzde de birçok yörede farklı şekilde izlerini göstermeye devam etmektedir. Örneğin; Hititlerde kutsal sayılan ekmeğin günümüzde de kutsal sayılmakta ve ölümlerin ardından dağıtılmakta hatta tedavi amaçlı bile kullanılmaya devam etmektedir.

Bu çalışma doğrultusunda insanoğlunun beslenmesinde önemli bir yere sahip olan ekmeğin kültürel bir değer olarak sürdürülebilirliğinin sağlanması, farkındalık yaratmada önemli görülmektedir. Eski dönemlere ait olan ekmeğin kültürünün canlandırılması gastronomi turizminin gelişmesinin yanı sıra kültürel sürdürülebilirliğe de katkı sağlayabilir. Yapılan çalışma ile Anadolu'da medeniyet kurmuş Hititlerin ekmeğinden bazıları reçetelere bağlı kalınarak tekrar üretilmiş ve elde edilen ürünler kayıt altına alınmıştır. Elde edilen verilerin geliştirilmesi Anadolu'daki turizm potansiyelinin geliştirilmesine katkı sağlayabilir. Hitit ekmeği üzerine yeni reçeteler oluşturulması, ürünlerin hazırlanması ve otel işletmelerinde konaklayan misafirlere sunulması ekmeğin kültürünün devam etmesine ve bölgenin çekim gücünün artmasına katkı sağlayabilir. İfade edilenler

ışığında Hitit ekme k kültürünü ortaya çıkarmaya çalışan bu çalışma ile Hititlere ait olan bazı ekme klerin günümüz Őartlarında tekrar üretilmesi gerçekleştirilmiştir. Konuyla ilgili yapılacak diŐer çalıŐmalarda yapılan ekme klerin çeŐitlerinin artırılması, ürünlerin geliştirilmesi ve yaygınlaŐtırılması Anadolu turizminin geliŐmesine, ekonomik büyümeye ve kültürel mirasın korunarak devam ettirilmesine katkı saŐlayabilir.

KAYNAKÇA

- Albayrak, A., Solak,  . M. & Uhri, A. (2008). *Deneyssel Bir Arkeoloji  alıŐması Olarak Hitit Mutfağı*. Metro Kültür Yayınları, İstanbul.
- Arlı, M. & IŞık, N. (1994), *Türk Mutfağındaki Geleneksel Ekme k  eŐitleri. Türk Mutfak Kültürü  zerine AraŐtırmalar, Geleneksel Ekme k ilik Hamur iŐi Yemekler*. Ankara: Türk Halk Kültürünü AraŐtırma ve Tanıtma Vakfı Yayınları.
- Ertem, H. (1974). *Boğazköy Metinlerine Göre Hititler Devri Anadolu'sunun Florası*. Ankara: TTK Yayınları.
- Hoffner, H. A. (1997). *The Laws Of The Hittites: A Critical Edition* (Vol. 23). Brill.
- Hoffner, H. A. (2003). Life and Culture in the Ancient Near East. *Daily Life Among The Hittites* içinde, Averbeck, R., Chavalas, M.W., and Weisberg, D.B (Ed), MD: COL Press, 95-96, Bethesda.
- Karasu, C. (2006).  ivi Yazılı Belgelere göre Eski Anadolu Kadını Hakkında Bazı Gözlemler, *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (3), 45-66.
- Karağuz, G. (2006). *Hititler Dönemi'nde Anadolu'da Ekme k*. İstanbul: Arkeoloji ve Sanat Yayınları.
- Kocaadam, B. & Tek, N.A. (2016). Ekme k, Bira, Şarap ve YoĐurdun Orijinleri ve Tarih-sel Süreçleri. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 44(3), 272-279.
- Koç, İ. (2006). *Hititler*. Ankara: ODTÜ Yayın lık.
- McMahon, G. (2003). Instructions To Priests And Temple Officials. *The Context of Scripture*, 1, 217-221.
- Nesbitt, M. (2000). Plants and People in Ancient Anatolia. Across the Anatolian Plateau Readings in the Archaeology of Ancient Turkey, *the Annual of the American Schools of Oriental Research*, (57), 5-18.
- Salihoğlu, E.F. & Demirarslan, D. (2018). Hitit Uygarlığında Büyük Tapınak Mimarisi Ve Etkileri. *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(3), 1761-1779.
- Sandık oğlu, T. (2009). Hititlerde Yemek Kültürü. *Yemek ve Kültür Dergisi*, Aralık 15, 48-65.
- Sandık oğlu, T. (2007). Hititler Döneminde Beslenme ve Yeme-İçme Alışkanlıkları, yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Sevimli, Ő. (2005). Anadolu Uygarlıklarında Temizlik Kavramı ve Uygulamalarının Evrimi, Ph.D. Tez, Çukurova Üniversitesi, Sağlık Bilimler Enstitüsü.
- Sevin, V. (2003). *Eski Anadolu ve Trakya*. İstanbul: İletişim Yayınları.
- Şahingöz, S. A., Akbulut, B. A. &  rg n, E. (2015). Hititler Döneminde Beslenme ve Mutfak Kültürü. III. Uluslararası Halk Kültürü Sempozyumu, Ekim 08-10, Ankara. (ss: 389-395).

- Şensoy, F. (2012). Hititlerde Beslenme ve Mutfak Kültürü. T. K. Merdol içinde, *Beslenme Antropolojisi* (s. 79-92). Ankara: Hatiboğlu Basım ve Yayın.
- Ünal, A. (1999). *Hititler-Etiler ve Diğer Anadolu Uygarlıkları*. İstanbul: Etibank Yayınları.
- Ünal, A. (2007). *Anadolu'nun En Eski Yemekleri Hititler ve Çağdaşı Topumlarda Mutfak Kültürü*. İstanbul: Homer Yayınları.
- Ünar. Ş. (2017). Hitit Tarım Ekonomisinde Nam.Ra'ların Yeri ve Önemi. *Cappadocia-Journal Of HistoryAndSocialSciences*, 9 (10), 571-574.