



KIBRIS MUTFAK KÜLTÜRÜ ÜZERİNE BİR İNCELENME (AN EXAMINATION ON CYPRUS CULINARY CULTURE)

Aysun YILMABAŞAR^{1*} (orcid.org/ 0000-0002-6371-4743)

Fügen DURLU ÖZKAYA² (orcid.org/ 0000-0003-2893-9557)

¹Doğu Akdeniz Üniversitesi, Turizm Fakültesi Gastronomi ve Mutfak Sanatları, Gazimağusa, KKTC

²Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi, Turizm Fakültesi Gastronomi ve Mutfak Sanatları, Ankara, Türkiye

Özet

Kıbrıs mutfak kültürü zenginliğini, içinde bulunduğu coğrafyaya, tarihi olaylara, ekonomik, ekolojik, kültürel yapısına, gelenek ve göreneklerine, yüzyıllar boyunca diğer farklı kültürlerle etkileşim içerisinde olmasına borçludur. Bu zengin mutfak kültürünün tanıtımına katkıda bulunarak bilinirliğini arttırmak ve unutulmasının önüne geçmek hedefiyle nitel araştırma yöntemi olan doküman incelemesi yoluyla bir derleme çalışması gerçekleştirilmiştir. Çalışmada veriler ikincil veri türleri olan yazılı belgeler ve yazılı olmayan televizyon, sosyal medya incelemelerinden elde edilmiştir. Bu kapsamda Kıbrıs Mutfak Kültürü yemek tarifleri kitapları, Kıbrıs folkloru kitapları, Kıbrıs Türk ağız sözlükleri ile sosyal medya Kıbrıs mutfağı yemek program çekimleri gibi yazılı ve görsel kaynaklar incelenerek Kıbrıs mutfak kültüründe yeme alışkanlıkları, Kıbrıs mutfağına özgü pişirme yöntemleri ile kullanılan araç gereç ve mutfak ekipmanları, yemekle ilgili inanış ve sözler ile Kıbrıs mutfağına özgü öne çıkan terim ve kavramlar derlenmiştir. Çalışma kapsamında Kıbrıs gastronomi literatürünün genişletilmesine katkıda bulunmak hedeflenmektedir.

Anahtar Kelimeler: Kültür, Yemek Kültürü, Kıbrıs Mutfak Kültürü

Abstract

Cyprus culinary culture owes its richness to the geography in which it is located, historical events, its economic, ecological, cultural structure, traditions and customs, and its interaction with other universal cultures for centuries. A review study was conducted through document review, which is a qualitative research method, with the aim of contributing to the promotion of this rich culinary culture and preventing it from being forgotten. Written documents and unwritten television, which are secondary data types in the study, were obtained from social media reviews. In this context, written and visual sources such as Cypriot Cuisine recipe books, Cypriot folklore books, Turkish Cypriot oral dictionaries and social media Cypriot cuisine cooking program shots were examined and eating habits in Cypriot culinary culture, tools and kitchen equipment used with cooking methods specific to Cypriot cuisine, beliefs and sayings related to food, as well as prominent terms and concepts specific to Cypriot cuisine were compiled. Within the scope of the study, it is aimed to contribute to the expansion of the Cyprus gastronomy literature.

Keywords: Culture, Food Culture, Cyprus Culinary Culture

Giriş

İnsanların yaşamlarını sürdürmek için beslenmek durumunda kalmaları ilk çağlardan bu yana yeme-içme ile ilgili birtakım kuralların ortaya çıkmasını sağlamıştır. Zamanla bu kurallar toplumların kendi öz benlik ve değerleri çerçevesinde dini inanç ve geleneklerine de etki ederek kendilerine özgü mutfaklarının ve yemek kültürlerinin oluşmasını sağlamıştır. Bu bağlamda toplumların mutfak kültürlerinin toplumların ait oldukları kültürel, ekolojik, coğrafi, tarihi ve ekonomik sürece göre şekillendiği ifade edilebilmektedir.

Dünya üzerinde ekonomik, sosyo-kültürel ve inançlar yönünden farklılıklara sahip birçok toplum vardır ve toplumların sahip olduğu bu farklılıklar birbirlerinden ayrışan veya benzeşen yönleri olan mutfak kültürlerini ortaya çıkarmaktadır (Düzgün ve Durlu Özkaya, 2015). Ateşin kontrolü, alet üretim ve kullanımı, yerleşik hayata geçişle birlikte tarım ve hayvancılığın başlaması gibi gelişmeler sosyo-kültürel değerleri oluşturan değişimlerdir. Yeme ihtiyacından doğan bu gelişmeler yüz yıllar içerisinde toplumların sosyo-kültürel yapısını da şekillendirmiştir. Gıdanın yemeğe dönüşme süreci yemeğin kültürel tarihinin temellerinin atılmasını sağlamıştır.

* Sorumlu yazar: aysun.yilmabasars@emu.edu.tr

DOI: 10.33083/joghat.2023.355

Kültür ve beslenme kavramlarının bir araya gelmesiyle ortaya *yemek* kavramı çıkmaktadır. Beslenmek fiziksel bir olgu niteliği taşıırken, yemeği yeme eylemi de kültürel bir olgu olarak kabul görmektedir. Dolayısıyla yemeğin kültürel boyutunu ifade ederken; etnik toplulukların veya ülkelerin paylaştıkları ortak yeme içme alışkanlıklarını belirtmek üzere *yemek kültürü* veya *mutfak kültürü* ifadeleri kullanır (Aksoy ve Ünner, 2022). Bu durumda kültürün önemli bir parçası olan besin -yemek ve mutfak etrafında şekillenen pratikler ve uygulamalar ilk yaşamdan bu yana var olmakta ve komşularla ticaret, savaşlar, göçler gibi çeşitli sebeplerle yaşanan etkileşim, farklı mutfak kültürlerini ortaya çıkarmaktadır. Yemek kültürü oluşumunda yaşanan coğrafya, din, sosyo-ekonomik yapı, etnik çeşitlilik gibi unsurlar etkili olmaktadır (Ademoğlu, 2022). Bu noktalardan hareketle çalışmada kültür, yemek kültür ilişkisi ve Kıbrıs mutfak kültüründeki yeme alışkanlıkları ile mutfağa özgü özellikler derlenerek aktarılmaktadır.

Kavramsal Çerçeve

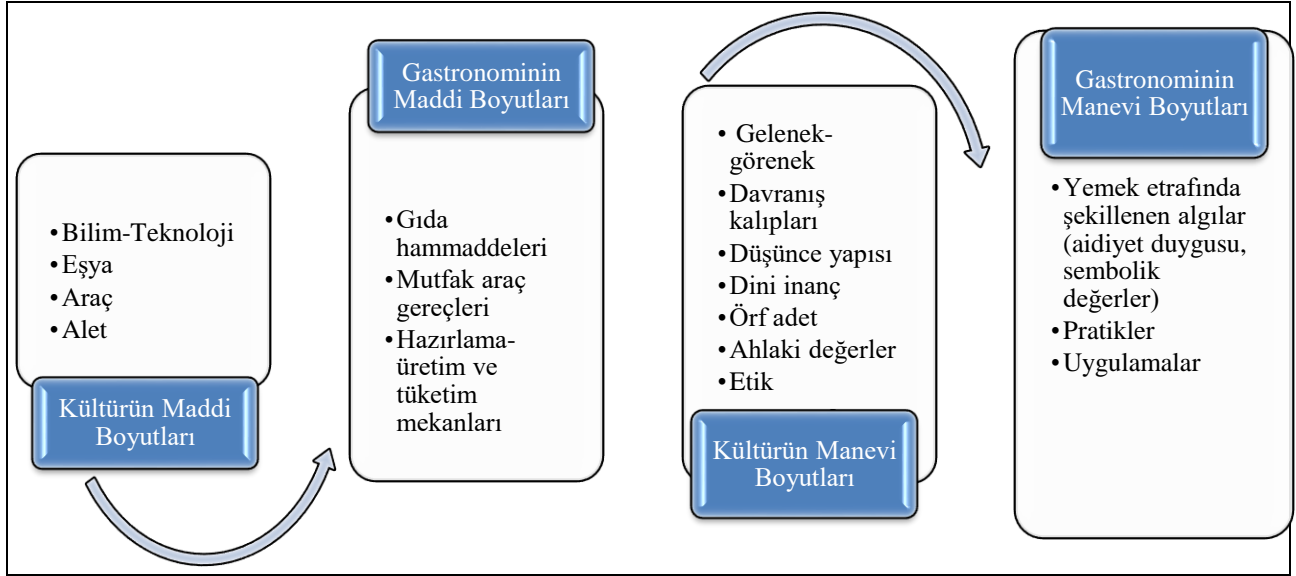
Kültür ve Kültürün Boyutları

Kültür, doğuştan var olan biyolojik donanımlar temelinde ortaya çıkmaktadır. Toplumsal olarak öğrenilerek, toplumsal etkileşim yoluyla aktarılmaktadır. Kültür toplumun yaşamında yer alan maddi ve manevi tüm öğeleri içine almakta ve insanoğlunun yaşam tarzı ile dünya görüşünün bileşiminden meydana gelen karmaşık evrimsel bir adaptasyon aracıdır (Türk, 2021). Turhan'a (1997) göre kültür toplumların maddi ve manevi değerlerinin toplamıdır ve toplum içerisindeki bilgileri, değer yargılarını, kavramları, alışkanlıkları ve ortak görüşleri ile çeşitli davranış şekillerine sahiptir.

Sosyal bilimler metodolojik işlevselci yaklaşımın öncüsü Malinowski genel bir ifade ile kültürü, ihtiyaçların giderilmesi ve somut problemlerin çözümünde yardımcı araç olarak kabul etmektedir. Bu bağlamda kültür kavramı; rastgele ortaya çıkan bir olgu olmaması, bireylerin ve toplumların temel birçok ihtiyacını tatmin etmesiyle ortaya çıkmaktadır. Malinowski'ye göre kültürel faktörler ihtiyaç giderme işlevlerini yerine getirdikleri için anlamlıdır ve insan bedeninin doğal olarak karşılanması gereken ihtiyaçların giderilmesinde maddi bir araçtır (Malinowski, 1992).

Kültürel unsurların insan davranışının oluşması üzerindeki etkisine değinen Ademoğlu (2022); genel anlamda kültürün birbirleriyle sürekli etkileşimde olan, maddi ve manevi kültür öğelerinden meydana geldiğini ifade eder. Bu noktadan hareketle maddi kültürü, sınırları içinde bulunan coğrafya ile aletler belirler; teknolojik gelişmeler ve teknik donanımlar, araç gereçler, giysiler, ekonomi, bilim gibi beceriye dayalı uygulamalar somut kültür öğeleridir. Manevi kültür öğeleri ise, toplum yaşamını şekillendiren sosyo-kültürel öğelerdir. Gelenek-görenek, düşünce yapısı, davranış kalıpları, ahlaki değerler, din, dil, inanç ve normlar bunlara örnek verilebilmektedir. (Ademoğlu, 2022). Kültürün çok boyutlu yapısı çerçevesinde *yemek kültürü*; yeme pratikleri, mutfak uygulamaları ve yeme alışkanlıkları ile ilgili inançları içeren soyut unsurlar kapsamında ifade edilebilir (Dwyer, 2023). Gelişigüzel gerçekleşmeyen bu pratikler gerek özel günlerde yapılan ve tüketilen törensel yiyecekler olsun, gerekse de gündelik yaşamın bir parçası olsun insanların biyolojik ihtiyaçlarını karşılamada çok ötesindedir. Bu pratikler gruplar, kişiler ve toplumlar için aidiyet duygusu oluştururken, karşılıklı ilişkiler bakımından sembolik değer ifade etmekte ve soyut özellikler taşımaktadır. Mutfak araç gereçleri, tercih edilen gıda türleri, hazırlama ve tüketimin gerçekleştirildiği mekanlar bakımından da somut özellikler taşır. Yemek pratiklerinin soyut ve somut unsurların beraberinde incelenmesi kültür sayesinde olmaktadır (Ege, 2022).

Şekil 1. Kültürün Çok Boyutluluğu ve Gastronomiye Yansıması



Kaynak: Yazar tarafından oluşturulmuştur.

Yemek ve Kültür

Yiyecek ile ilgili materyallerin üretimi, saklanması, dağıtımı ve kullanımı süreci içerisindeki tüm eylemler yiyecek ve yemeği yeme konusunu kültür kavramında değerlendirilmesini zorunlu kılmaktadır. Yeme alışkanlıkları küçükken öğrenilen ve uzunca süre değişikliğe uğramayan kültürel alışkanlıklardır. Aynı zamanda yiyecekler kültürün bütünleştirici bir parçası olarak görülmektedir (Beşirli, 2010). Yemek görünürde fizyolojik bir olgu iken, yemeğin nerede, nasıl, ne şekilde tüketileceği toplumsal olarak inşa edilmektedir (Gürhan, 2017). Bu doğrultuda toplumların yemek kültürünü yansıtan en önemli etken insanların yaşam şekli ile içine doğduğu toplum kültürünün özellikleri olmaktadır.

Bu durumda kültürler arası farklılığı ayırt etmeye yarayan bir sosyal yapı olarak yeme pratikleri gösterilmektedir. Yıldız ve Yalçın'a (2022) göre toplumlar arası yemek ve mutfak kültürü farklılıklarının oluşmasında; beslenme alışkanlıkları, besinleri hazırlama ve pişirme şekilleri, besinlerin tat ve şekil farklılıkları, kullanılan araç ve gereçler, hamilelik, bebeklik ve hastalıkta beslenme, öğün saatleri ve sayısı, servis şekilleri ve damak tatları etkilidir. Beşirli (2010) tarafından toplumların yemek alışkanlıklarının farklılaşmasında belirleyici etkenler; coğrafya, kültür, toplumun içinde bulunduğu ekonomik yapı ve beslenme politikaları olarak sıralanmaktadır.

Aynı zamanda yemek bir bölgeye ait kültürü şekillendirirken kimlik oluşumuna da katkı sağlamak açısından önemlidir. Toplumlar kültürlerini ifade etmek için dil gibi yemek kültürlerini de kullanmaktadırlar. İnsanların kültürel değerleri yeme alışkanlıkları üzerinde etkili olmakta ve toplumların mutfak tarihlerine bakıldığında inançları ve yaşam tarzlarına ait birçok göstergeye rastlamak mümkün olmaktadır. Başka bir ifade ile farklı bir kültürü öğrenmenin en iyi yollarından biri de o kültürün yemeklerinden geçmektedir (Taş, 2020).

Yemek alışkanlıkları, besin tüketimi, sofrada adabı, yemeğin sunum şekli, yeme kurallarının zaman içerisindeki değişimi ve endüstrileşme gibi unsurlar yemek kültürünü sosyolojik açıdan inceleme ihtiyacını doğurmuştur. Yapısalcı yaklaşımın önemli öncülerinden Claude Levi-Strauss, mutfağın toplumun yapısı ve özelliklerini fark etmeksizin tercüme ettiği bir dil olarak nitelerken, toplumların mitolojilerinin incelenmesiyle ortaya çıkarılan toplumun düşünsel yapısının benzerini yemek kültürlerinin incelenmesiyle de orta koyulacağını aktarmakta ve yemek kültür ilişkisini, çığ, pişmiş ve çürük pişirme teknikleri aracılığı ile doğadan kültüre olan dönüşüm şeklinde ifade etmektedir. Doğada kendiliğinden gerçekleşen ile kültürel dönüşümü inceleyerek yemeğin kültürel anlamına vurgu yapmaktadır (Strauss, 2020). Yemek kültürü tıpkı anadilin öğrenilmesi gibi bilinç dışı öğrenilip o kültüre özgü özellikler taşımaktadır. Dolayısıyla yemek bir topluluğun kültür örüntüsünü çözmede önemli bir araç ve iletişim sistemidir denilebilmektedir.

Ege (2022) tarafından yemek kültür ilişkisi, işlevselci yaklaşımın önemli temsilcisi olan Audrey Richards bakış açısıyla aktarılmaktadır; Richards'a göre beslenme var olan tüm ihtiyaçlar arasında en temel olanıdır ve yemek yemeyen insanlar belli bir müddet sonra yok olmaya mahkumdurlar. Fakat her şeyi yiyerek biyolojik olarak sindirebilme kapasitesine sahip olan insanoğlu sınırlı bir diyetle sahiptir. Richard bunun sebebini,

insanların içinde yaşadıkları kültürle ilişkilendirir ve kültürlerin yenilebilir nitelikte olan ürünlerin belirlenmesi konusunda uyguladığı sınırları kurallara bağlamaktadır. Günün sonunda bu kurallar öyle işlevseldir ki besin değeri yüksek olan yiyeceklerle ilgili küçük yaşlarda kaçınılması veya sevilmemesi öğretisinin kişilerde bu yiyeceklere karşı oluşturduğu olumsuz tutumla beraber bu yiyecekleri sindirmede güçlük çekilmesine bile neden olabilmektedir. Richard'a göre beslenme ihtiyacının giderilmesi üzerine kurulan beslenme sistemleri insanın doğumundan ölümüne kadar ki süreçteki kurallar ve ilişkiler bütünüdür. Ayrıca Abdurrezzak'a (2014) göre yemeğin; statü, iletişim, simge, dostluk ve arkadaşlık, toplumsallaştırma aracı olarak yiyecekler, hediyeleştirme yoluyla paylaşım, ailenin yüceltilerek üstün tutulması gibi önemli işlevlerine vurgu yapmaktadır.

Yemek ve yemek yeme sosyolojisi üzerindeki gelişimsel yaklaşımda; Stephen Mennel toplumsal süreç ve uygarlaşma kavramlarından yola çıkarak yemeğin zaman içerisinde toplumsal değişime uğrayarak farklılaşabileceğine vurgu yapar. Yemeğin besinsel değerinden çok uygarlaşma sürecinde sunulmuş biçimlerinin ön plana çıkarıldığı, iştah özdenetimi ile ölçülü yeme ve zarafetin ön plana çıkarıldığı değişimlere vurgu yapılmaktadır (Sarışık, 2019). Uygarlaşma beraberinde modernizm etkisi altında sofrada adabında değişim; yere kurulan sofralardan masada yemek yemeğe geçiş, ayrı tabak, çatal bıçak ve peçete kullanımı gibi uygulamalar yemeğin ve toplumların uygarlaşma sürecine tanıklık eden gelişmelerdendir (Gültekin, 2019).

Yemeğin sosyal yönden incelendiği bir diğer yaklaşım sembolik etkileşimcilik yaklaşımıdır. Toplumda insan davranışları bireyler arası karşılıklı etkileşim sonucunda gerçekleşmektedir. Toplumların sosyo kültürel yapılarının temelinde kişilerin üzerinde uzlaştıkları ortak kültürel semboller sistemi yatar. Yemekte ifade ettiği anlam bakımından sembol görevi görmektedir. Kutlamalar ve yas olayları gibi geçiş dönemi törenlerinde öncül olarak yemek vardır. Tüm bu törenlerde insanları etrafına toplayan masa ve yeme pratikleri başlı başına iletişim sembolü oluşturmaktadır. Bu ortamlarda tüketilen yemeklerin ne olduğu ve türü ayrı bir sembolü iken, yeme içme pratikleri bir toplumdaki grup aidiyetini güçlendiren ve toplumsal boyutları etkileyecek nitelikte sembolik işleve sahiptir (Uzun, 2023).

Yeme içme pratikleri biyolojik ihtiyacın ötesinde toplumsal bir iletişim sistemidir. Hangi yemeğin nasıl yendiği ve tüketim alışkanlıklarından; kimlik, sınıfsal aidiyet ve toplumsal statüyü çıkarmak mümkündür. Bir başka deyişle yemek pratikleri ekseninde toplumların kültürel bileşenleri ortaya konulmaktadır.

Yöntem

Çalışma nitel araştırma yöntemi olan doküman incelemesi yoluyla yapılmıştır. Yıldırım ve Şimşek'e (2016) göre, doküman incelemesi, araştırılması hedeflenen olgular hakkında bilgi içeren yazılı ve görsel materyallerin analizini kapsamaktadır. Doküman incelemesi; nitel araştırmalarda tek başına bir veri toplama aracı olduğu gibi diğer veri toplama yöntemleri ile de birlikte kullanılabilir. Bu çalışmada veriler ikincil veri türleri olan yazılı belgeler ve yazılı olmayan televizyon, sosyal medya YouTube yemek programları incelenmesinden elde edilmiştir. Bu kapsamda basılı bilimsel araştırmalar, akademik çalışmalar, Kıbrıs Mutfak Kültürü yemek tarifi kitaplarından Kıbrıs kültürüne özgü yemek tarifleri incelenmiş, yemeklerin özgün isimleri ve pişirme yöntemleri ile ölçü birimleri ile ilgili çıkarımlarda bulunulmuştur. Kıbrıs folkloru kitapları ve Kıbrıs Türk ağız sözlüklerinden Kıbrıs mutfağında öğünlerde Kıbrıs toplumunun neler tükettiği, yiyecek ve mutfak ile ilgili kavramların Kıbrıs ağızında özgün kullanılan isimleri derlenmiştir. Sosyal medya Kıbrıs mutfağı yemek programları incelenmiştir. Yapılan görsel incelemede özellikle programın yapımında kültürel değerleri yansıtan Kıbrıs toplumu içerisindeki yerel kültür aktarıcılarının konuk olduğu yapımlar tercih edilmiştir. Bu programlardan yemeklerin Kıbrıs ağızındaki özgün isimleri, mutfağa özgü pişirme yöntemleri, varsa hikayeleri ile ilgili çıkarımlar yapılmıştır. Bu noktalardan hareketle yazılı ve görsel kaynaklar incelenerek Kıbrıs mutfak kültüründe yeme içme alışkanlıkları, Kıbrıs mutfağına özgü pişirme yöntemleri ile kullanılan araç-gereç ve mutfak ekipmanları, yemekle ilgili inanış ve sözler ile Kıbrıs mutfağına özgü öne çıkan terim ve kavramlar derlenerek Kıbrıs gastronomi literatürü gelişimine katkıda bulunulması hedeflenmiştir. Makalenin araştırma konusu ve kapsamı nedeniyle etik kurulu belgesine ihtiyaç bulunmamaktadır. Çalışma araştırma ve yayın etiğine uyularak hazırlanmıştır.

Bulgular

Kıbrıs Mutfak Kültürü

Kıbrıs mutfak kültürü zenginliğini, içinde bulunduğu coğrafyaya, tarihi olaylara, ekonomik, ekolojik, kültürel yapısına, gelenek ve göreneklerine, yüzyıllar boyunca diğer evrensel kültürlerle etkileşim içerisinde olmasına borçludur.

Kıbrıs mutfağı MÖ 7000 yılından itibaren çağlar boyunca coğrafyasında egemen olmuş birçok ulusun kendine özgü özellikleri çerçevesinde etkileşim ve değişimler yaşayarak oluşmuştur (Cihangir, 2018). Akdeniz mutfak kültürü de Kıbrıs'ta yaşayan tüm bu medeniyetleri birbirine bağlayan ortak ve benzer yaşam şekillerinin temel ifade alanlarından biri olarak görülebilmektedir. 1571 yılında Kıbrıs'ın Osmanlı İmparatorluğu tarafından fethedilmesiyle beraber Kıbrıs mutfağı Anadolu mutfak kültürü ile etkileşime girerken, adada beraber yaşayan Rum ve Türk toplumlarının mutfakları Türk mutfağından ve Yunan mutfağından oldukça etkilenmiştir (Oktay ve Güden, 2021). Kıbrıs, Ortadoğu ve Anadolu mutfakları arasında benzerlikler görülmekle beraber, Kıbrıs mutfağı yüzyıllar boyunca hüküm süren gelmiş geçmiş tüm uygarlıkların etkisinde kesin bir çizgiye konulamamaktadır.

Günümüzde Kıbrıs'ta yaşayan toplumlar (Kıbrıslı Türkler, Kıbrıslı Rumlar, Maronitler, Ermeniler ve Latinler) tarafından kullanılan Kıbrıs Mutfağında benzerlikler görülmekle beraber, dinin mutfak kültürlerini şekillendirme özelliği paralelinde farklı ürünler kullanılabilen, bu sebeple yiyecek tercihlerinde farklılıklar ortaya çıkabilmektedir (Yılmazbaşar, 2021). Birlikte komşu olarak uzun yıllar beraber yaşayan bu iki ana toplumun sadece yemekleri değil, aynı zamanda yemek pişirme yöntemleri, yemek yeme düzenleri kültürel etkileşim kavramına iyi bir örnek teşkil eder (Oktay ve Güden, 2021).

Şah (2017) tarafından yapılan araştırmada, Kıbrıs'ta oldukça zengin bir yeme içme kültürünün varlığı ortaya konulmuştur. Geleneksel Kıbrıs mutfak kültürünü Türkiye, Yunanistan, İtalya, Fransa, Lübnan, Suriye ve Ermeni kökenli olduğu ve Kıbrıs adasında iklim ve bitki örtüsünün etkisinde yetişen ürünlerin kendine has özellikleri beraberinde özgün bir mutfak kültürü oluşturduğuna vurgu yapılmaktadır.

Kıbrıs Mutfak Kültüründe Yeme Alışkanlıkları

Kıbrıs toplumu geleneklerine sıkı sıkıya bağlı, var olma kültüründen gelen ve kültürünü özellikle yeme içme pratikleri üzerinden gelecek nesillere aktarmaya çalışarak yaşatma çabası içerisindedir. Bu durum Kıbrıs'ta yaşamış değişik kültürlerin yeme içme alışkanlıklarının günümüze aktarımına ve zengin bir mutfak kültürünün oluşmasında neden olmuştur. Kıbrıs mutfağında bulunan çorbalar, mezeler, yemekler, kebaplar, turşular, macunlar, salatalar, tatlı ve meze çeşitleri öğünlere lezzet katan örneklerdir (Özçil ve Özçil, 2019).

Kıbrıs aşırı sıcak ve uzun yaz döneminin yaşandığı bir iklime sahiptir. Bu iklimin etkisinde çorba tüketimi yoğun olarak kış mevsiminde görülmekte ve yaz aylarında neredeyse hiç çorba tüketilmemektedir. Tarhana, mercimek, erişteli yeşil mercimek çorbası, humus, pirinç, şehriye (şehirge), luvana, gömeç, sebze çorbası başlıca tüketilen çorbalardandır (Direktör, 1998; Şah, 2017; Akşahinler, 2020).

Geniş bir meyhane kültürüne de sahip olan Kıbrıs mutfağında zengin meze çeşitleri özel gün ve gecelerde gerek meyhanelerde gerekse de evlerde özellikle hafta sonu yakılan mangal sofralarında ana yemekten önce ayrı ayrı küçük tabaklar içerisinde sunulur ve ana yemeğe eşlik eder. Meyhane kültürü aynı zamanda Kıbrıs toplumunda sosyalleşmenin bir ifade edilme şeklidir (Altun ve Elidemir, 2023).

Başlıca mezeler ızgara hellim, humus, tahin (Lübnan usulü tarator sos) (Şah, 2017). Çakısdez (kırma yeşil zeytin), gabbar (kapari), bikla (pikla), gadın gasığı (kazayağı, katır ayağı) turşu, pulya turşu (günümüzde neslinin tükenmekte olması sebebi ile tüketilmemekte), girdama (kaya koruğu) turşusu, ahtapot, kalamar, kavrulmuş mantar, mevsimine göre yumurtalı ayrelli (kuşkonmaz), garavolli (salyangoz), ciğer, Kıbrıs pidesi içerisinde ızgara hellim ve pastırma sayılabilmektedir (Özçil ve Özçil, 2019)

Yemekler yoğun olarak tencere ve fırın yemekleri olmak üzere iki yöntemle yapılmakla beraber ızgara türü yemeklerinde Kıbrıs mutfağında önemli ve ayrı bir yeri vardır. Hafta sonları yakılan mangal ateşinde kebab çeşitleri şeftali kebabı, şiş kebab yanı sıra, deniz ürünleri, pastırma(sucuk) uykuluk kebabları ve özellikle büyük taş fırınlarda sulu fırın kebabı (et-tavuk-kelle) ve hırsız kebabı (fırın kebabı / kleftigo) önde gelen çeşitlerdendir (Direktör, 1998; Altan, 2016; Altan, 2019).

Kuzu etli veya tavuklu molohiya, tavuklu taze fasulye, tavuklu kolakas, kolakas musakkası, herse (eskiden Baf'ta düğün yemeği denilince akla Herse'nin geldiği aktarılmaktadır. "Hersesiz düğün yağışsız kışa benzer" söylemi, Herse'nin Kıbrıs mutfak kültüründeki yeri ve önemini gösterir niteliktedir. (Yorgancıoğlu, 1980; Şah, 2017)., yalancı ve etli dolma, kabak çiçeği dolması, enginar dolması, fırın badadezi, bullez, magarına bulli (tavuklu makarna), fırın makarnası, Kıbrıs köftesi, pirohu, mücendra pilavı, el makarnası, mantı yemek çeşitlerine örnek verilebilmektedir. Yaz aylarında haşlama usulü bol zeytinyağlı yemekler tüketilir. Taze ve kuru börülce, kabak haşlama, taze bakla bunlara örnektir. Ayrıca bakla, enginar, patlıcan ve pırasa zeytin yağlı yemeklere örnek verilebilir. Hırsız kebabı (fırın kebabı / kleftigo) (Altan, 2016; Altan, 2019). Av etlerinden

olan lalangı yemeği ve ova otu olan kuzu etli hostes (blodarga- gafurez) yemeği de önemli lezzetler arasındadır (Zeytincioğlu, 2011; Akşahinler, 2020).

Kıbrıs doğada yetişen yabancı yenilebilir otlar bakımından da zengin çeşitliliğe sahiptir. Özellikle kış mevsiminde toplanan yumurta otu, ayrelli, gavcar mantarı (*ferula communis*) yumurta ile pişirilmekte ve bir ana yemek niteliği taşımaktadır. Bunlarla birlikte yukarıda da belirtildiği gibi hostes, yaban ıspanağı, yaban pırasası, gömeç, lapsana (*hardal*), yabancı enginar(*gafgarit-cinara*) gibi yabancı ova otları Kıbrıs mutfak kültüründe yer alan ot yemekleri kategorisinde yer almaktadır (Yıldım Kaya, 2010). Yabancı (ova) otları, Kıbrıs toplumun mevsiminde zevkle tükettiği yiyeceklerdendir.

Kahvenin Kıbrıs toplumundaki yeri vazgeçilmezdir. Gün içerisinde çok tüketilen Türk kahvesi evde her öğünden sonra tüketilirken, gidilen her misafirlikte ve gelen her misafire önce kahvenin ikram edilmesi çok önemlidir. Kahvenin eşlikçisi su ve muhakkak geleneksel yöntemlerle yapılmış turunç macunu veya ceviz macunu ikramların gözdesidir. Yaz aylarında kahvenin yanı sıra evlerde geleneksel yöntemlerle üretilmiş turunç -mandalina karışımı soğuk içecek ve limonata, macunlardan yapılmış şerbet ikramı ön plandadır. Kış aylarında da bademden yapılan summada önemli değerlerdendir (İslamoğlu, 1994).

Kahvaltı günün en önemli öğünü olmakla beraber, ağırlıklı olarak unlu mamullerin tüketimi ön plandadır. Sütlü nescafe veya sütlü çay eşliğinde gabira (kızarmış ekmek) hellimli- zeytinli bulla, tahinli bitta, pilavuna, çörek (Yorgancıoğlu, 1980; Şah, 2017; Özçil ve Özçil, 2019). Kafes, peksemet, önemli kahvaltılıklar arasındadır. Ek olarak sofraların olmazsa olmazı, Kıbrıs iklim ve bitki örtüsüne has Kıbrıs zeytininden yapılmış çakısdas (yeşil kırma zeytin), Kıbrıs'ın coğrafi işaretli ürünü hellim, yumurta, reçel ve macun çeşitleri kışın özellikle alıç macunu kahvaltılara eşlik etmektedir.

Kıbrıs toplumu için ekmek tıpkı tarih öncesi dönemde Sümerlerde olduğu gibi temel gıda maddesidir. Geçmişte hamur yoğurma Kıbrıslı tüm hanımların temel uğraşlarından biriydi ve ev hanımlarının çeyizinden gelen farklı boyutlarda hamur tekneleri bulunmaktaydı (İslamoğlu ve Öznur, 2010). Üretken bir yapıya sahip olan Kıbrıs insanı ektiği buğdaydan un elde eden, bu unla ekmek ve çeşitli unlu mamuller üreten, ekonomisine katkı yaparken de doğal ürünlerle beslenen bir toplumdur. Taş fırınlarda yapılan köy ekmeği, çörek, peksimet, kafes, hellimli-zeytinli bulla, pilavuna, kabak böreği, tahinli bitta, nor-hellim-kıyma böreği en çok tercih edilen unlu mamuller arasındadır (İslamoğlu, 2013; Şah,2017; Altan, 2019).

Kıbrıs mutfak kültüründe tamamlayıcı bir role sahip olan tatlılardan; ekmek kadayıfı, sini ve saç katmeri, samsı, şamişi, sütlü börek, gulurikyaya, zaman zaman atıştırılmalık yemiş olarak da adlandırılan golifa, Kıbrıs' a has üzüm ve harnuplardan elde edilen paluze, köfter, sucuk, önemli kültürel değerler arasındadır. Yine yaz mevsiminde gül şuruplu muhallebi severek tüketilen önemli bir alışkanlıktır. Kıbrıs mutfak kültürünün önemli bir parçası olan macunlardan ilkönce ceviz, turunç ve alıç macunu akla gelmektedir. Sırasıyla incir, kabak, portakal, bergamot, hurma, karpuz, patlıcan, üzüm, ayva macunları yapılır severek tüketilir. (Direktör, 1998; Aydoğdu, 2016). Yukarıda da belirtildiği üzere konuk ağırlamanın en kolay ve etkili yöntemi kahvenin lezzet ortağı macun ikramı çok eskiden beri sürdürülen önemli bir gelenektir. Aynı zamanda macun türleri Kıbrıs'ı ziyaret eden turistlerin ülkelerine dönerken hediye olarak götürdükleri, önemli gastronomik unsur olarak turizme katkı sağlamaktadır (Ertürk, 2018).

Salatalar öğlen ve akşam öğünlerinde ana yemeğin yanında muhakkak yerini almaktadır. Kıbrıs'a özgü kırmızı toprakta yetişen patateslerden yapılmış patates salatası, golyandıro (taze kişniş yaprakları) salatası, Luana salatası, bakla yaprağı salatası, pancar salatası ilk akla gelen salatalardandır.

Kıbrıs mutfak kültüründe geçmişten günümüze içecek çeşitliliğine bakıldığında alkollü ve alkolsüz içeceklerin önemli olduğu söylenebilir. Kıbrıs şarabının hikayesi 4000 yıl önceye dayanmaktadır. İlk olarak 8000 yıl önce Karadeniz kıyılarında yetiştirilmeye başlayan üzüm, zamanla Güneye ve Güneydoğuya, Mezopotamya'ya, Suriye ve Mısır'a yayılmış, 4000 yıl önce Akdeniz'i aşarak ana karanın güney doğusundaki yerleşimciler beraberinde Kıbrıs'a getirildiği düşünülmektedir. Adada sofraya üzümü ve şarap üzümü olmak üzere 2 grup üzüm yetiştirilmektedir. Verigo iri taneli mükemmel lezzetli bir sofraya üzümüdür. Aynı şekilde çekirdeksiz sultani üzümü de sofraları süslemektedir. Kıbrıs'a özgü, asit seviyesi düşük olan *Mavro* (kara üzüm) ve *Xynisteri* beyaz, çekirdekli üzümler şarap yapımında kullanılmaktadır (Kilitkayalı, 2019).

Eskiden Rum toplumunda şarap içme alışkanlığının ön planda olduğu, Türk toplumunun Kapsula, Angila, 31 Peristiani gibi Kıbrıs brandysyi içmeyi tercih ettikleri bilinmektedir. İçilen içki ne olursa olsun tamamı *Bodiri* isimli küçük bardaklarla içilirdi. Kıbrıs'ta yetiştirilen üzümlerden ayrıca Zivaniya adında Kıbrıs'a özgü bir içki de üretilmekte ve tüketilmektedir. (Şah, 2017; Özçil ve Özçil, 2019).

Kıbrıs mutfak kültürünün ve Kıbrıs coğrafyasının önemli bir kültürel değeri Hellim/Halloumi yakın dönemde adanın coğrafi işaret almış gastronomik değeridir. Geleneksel olarak koyun, keçi-koyun karışımı sütten üretilen hellim son yıllarda inek sütünden de üretilmektedir (Erbay vd, 2010). Ada coğrafyası ve ikliminde yetişen otlarla beslenen hayvanların sütü ile üretilmesi hellimi öne çıkarmakta ve yerelleşmesini sağlamaktadır (Ulusoy, Hecer ve Berkan 2020).

Hem arkeolojik hem de dil bilimi çalışmalarında Hellimin kökeninin Mısır'a dayandığı görülmektedir. Bazı kaynaklar Kıbrıs adasına Arap tüccarlar (Suriye, Filistin) ile taşındığını gösterirken, Hellim tüketiminin Mısır ve Roma uygarlıklarına kadar uzandığı ifade edilir. Özellikle Osmanlının Mısırda iki ayrı dönemde hüküm sürmesi ve aynı dönemde Kıbrıs'ta da egemen olması hellimin Kıbrıs adasına gelişine ışık tutmaktadır. Bununla beraber Latin ve Roma uygarlıklarında Fettuçine ve makarnalara uygulanan peynir üfelenmesine benzer alışkanlığın, Kıbrıslı Türk ve Kıbrıslı Rumlar'da geleneksel hellimli magarina bulli yemeğinde uygulanması hellim ürünün adaya farklı uygarlıklarca da getirilmesinin iyi bir kanıtı olarak görülebilmektedir (Osam ve Kasapoğlu, 2010). Kıbrıs mutfağında yer alan başlıca yemekler Tablo 1'de yer almaktadır.

Tablo 1. Kıbrıs Mutfağına Özgü Başlıca Yiyecek ve İçecekler

Çorbalar	Tarhana çorbası, Sebze çorbası, Mercimek çorbası, Erişteli yeşil mercimek çorbası, Humus çorbası, Şehriye (Şehirge) çorbası, Pirinç Çorbası, Luvana (Mürdümük) çorbası, Gömeç çorbası
Mezeler	Kıbrıs pidesi içinde ızgara hellim ve pastırma, Humus, Tahin, Çakısdez, Gabbar (Kapari) turşusu, Bikla (Pikla), Kadın gasığı (Kazayağı) turşusu, Girdama (Kaya kuruğu) turşusu, Ahtapot, Kalamar, Izgara/Kavrulmuş Mantar, Yumurtalı Ayrelli (Kuşkonmaz), Kavrulmuş Ciğer, Garavolli (Salyangoz), Bildircin ve Bildircin yumurtası turşusu, Pulya Turşusu (günümüzde nesli koruma altına alındığından yapılmamaktadır)
Kebablar	Şeftali kebabı, Şiş kebab, Köfte kebabı, Deniz ürünleri kebabları, Sulu fırın kebabı (et, aevuk, kelle), Uyluk kebabı, Kelftigo (Hırsız) Kebabı, Pastırma ve Hellim kebabları
Tencere ve Fırın Yemekleri	Molohiya, Kolokas (Gövelez), Bullez, Herse, Fırın Makarnası, Yalancı ve Etili dolma çeşitleri (Enginar, Kabak çiçeği, bağ yaprağı, soğan, kabak, patlıcan), Magarina Bulli (Tavuklu makarna), Patates köftesi, Fırında tavuklu patates, Mücendra pilavı, Bumbar dolması, Pirohu, Taze ve Kuru Börülce, Kabak haşlama, Taze ve Kuru Bakla, Kuru baklagil çeşitleri, Bulgur ve Pirinç Pilavı
Yaban Ot Yemekleri	Kuzu etli Hostes (Blodarga), Yumrta otu, Ayrelli, Gavcar (ferula communis) Mantarı, Gömeç, Lapsana, Yaban Pirasası, Yaban Ispanağı, Yabani Enginar (Gafgarit, Cinara)
Ekmek ve Unlu Mamuller	Köy ekmeği, Çörek, Hellimli Zeytinli Bulla, Pilavuna, Kafes, Peksemet, Gabak böreği, Hellim-Kıyma-Nor Böreği, Dilifti (Dilihti),
Macunlar	Ceviz macunu, Turunç macunu, Alıç (yemişen, akdiken) macunu, İncir macunu, Kabak macunu, Portakal macunu, Bergomot macunu, Hurma macunu, Üzüm macunu, Karpuz macunu, Ayva macunu, Patlıcan macunu
Tatlılar	Gulurikya, Ekmek kadayıfı, Sütü börek, Sini ve Saç Katmeri, Şamişi, Samsı, Gül şuruplu muhallebi
Atıştırmalıklar	Goliva (Koliva), Bademli Üzüm sucuğu, Paluze, Köfter, Eskiden şu an bulunmayan Gannavuri (Kendir tohumu) yemişi
İçecekler	Kahve, Summada, Limonata, Turunç Mandalina karışımı soğuk içecekler, Zivaniya, Kıbrıs şarabı, Eskiden daha yoğunlukta tüketilen; Kapsula, 31 Peristiani, Angila, Kıbrıs Brandysi

Kaynak: Yorgancıoğlu, 1980; İslamoğlu, 1994; Direktör, 1998; Yıldırım, 2010; Altan, 2016; Şah, 2017 Ertürk, 2018; Altan, 2019; Akşahinler, 2019; Özçil ve Özçil, 2019; Kilitkayalı, 2019; Altun ve Elidemir, 2023; Zekai Altan ile Otantik Kıbrıs Mutfağı YouTube Programları, 2021-2023.

Kıbrıs Mutfağına Özgü Pişirme ve Saklama Yöntemleri

1950'li yıllara kadar Kıbrıs'ta yemekler mutfak olarak her evin dışına inşa edilen aşevlerinde pişirilirken, yemeğin ev içinde yenildiği ifade edilmektedir. Evin dışında yapılan bu uygulamanın en önemli sebebi insanların çalı ve odun kullanarak yaktıkları ocakları kullanması gösterilmektedir. Alçıcioğlu (2018) tarafından, aşevleri tasvir edilirken; aşevlerinin duvarlarında ahşap raflarda macunlar ve yağlar dizildiğini, siniler, sestalar asıldığı aktarılmaktadır. Aynı zamanda bakır tencere, ekmek teknesi ve penevet (ekmek hamuru dizme tahtası) yemek yerken kullanılan açığı tahtası, duvara çakılmış tabaklık görevi gören tahta parçası aşevlerinde yer almaktaydı. 1950'lerde evler gaz yağı (lambda suyu) ile çalışan ıslım ocağı ile tanışmasıyla mutfakların evlerin içine yapılmaya başlandığı ifade edilmektedir. İslimin 20 yıllık saltanatını sonrasında günümüz gaz ocakları devreye girmiştir (İslamoğlu, 2013).

Kıbrıs mutfak kültüründe yemekler; fırın yemekleri, tencere yemekleri, gavrıntı (kızartma) ve mangal yemekleri olarak ayrılmaktadır. Bu yöntemler aşağıdaki başlıklarda açıklanmaktadır.

Tencerede Pişirme (tencere yemekleri): Kıbrıs mutfağında yemeklerin yahni usulü ve haşlama usulü pişirilmesidir. Et ürünleri, zeytin yağlı sebze yemekleri, kuru baklagil çeşitleri pilavlar.

Fırında Pişirme (fırın yemekleri): Fırın yemekleri (fırına koyabilecek her türlü et, tavuk, balık etleri ile sebze çeşitleri), hamur işi ve tatlılar sayıları gün geçtikçe azalmakla beraber varsa evlerin bahçelerindeki taş fırınlarda veya elektrikli fırınlarda pişirilmektedir.

Tavada Pişirme (gavrıntı): Kıbrıs mutfağına özgü yemeklerin et, tavuk, balık, av eti, Kıbrıs köftesi, patates, bullez, yaz sebzeleri, hamur işi ve tatlı çeşitlerinin derin yağda tava veya günümüzde fritöz kullanarak pişirilmesi yöntemidir.

Açık Ateşte Pişirme: Mangal geleneğinin sürdürüldüğü et, tavuk, balık, av etlerinin ızgara edildiği bir yöntemdir.

Kıbrıs mutfak kültüründe yemek pişirme yöntemlerinden bahsederken özellikle geçmişte gıda saklama yöntemlerinden de bahsetmek yerinde olacaktır. 15 günde bir yapılan ekmeklerin aşevlerinin tavanlarına asılı Tabacalar da muhafaza edildiği ifade edilir (Yorgancıoğlu, 2000). Etlerin bozulmasının önüne geçmek için kendi yağlarında kızartılır ve evlerin içindeki "mağaza evi" denilen karanlık odalarda saklanması, yine aynı şekilde bu serin odalarda her tarafı telli dolaplarda samarella ve nor gibi gıdaların raf ömürlerinin uzatılması elektriksiz dönemlerde kullanılan yöntemler olarak aktarılmaktadır (Alçıcioğlu, 2018). Günümüzde her evde derin dondurucu bulunmakta ve saklama yöntemi daha çok derin dondurucularda gerçekleştirilmektedir.

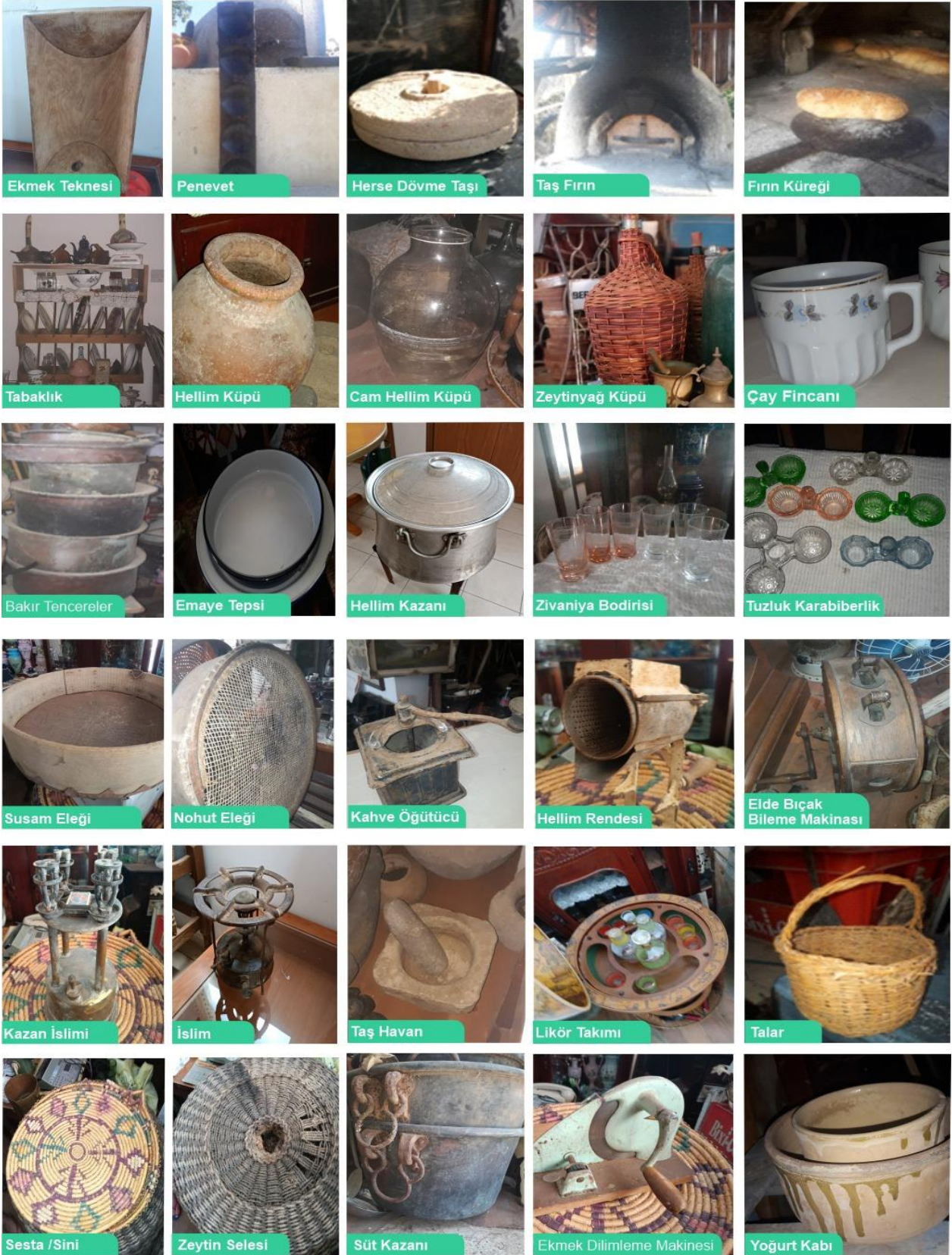
Kıbrıs Mutfak Kültüründe Kullanılan Araç Gereç ve Ekipmanlar

Yiyecek üretim işlevinin yerine getirilmesinde önemli faktör geleneksel ve modern mutfak araç-gereç ve ekipmanlarının kullanılmasıdır. Geçmişten günümüze mutfaklarda yiyecek ve içecekleri yıkama-temizleme, doğrama-kesme, sıkma, ezme, pişirme, süzme, karıştırma, ısıtma, bileme, saklama-koruma gibi işlevler mutfak araç-gereç ve ekipmanları sayesinde gerçekleştirilmektedir. Mutfaklarda kullanımda olan bu araç-gereç ve ekipmanlar işlevleri açısından, kullanım amacı açısından ve içinde bulunduğu kültür açısından birçok etken ile farklılıklar göstermektedir (Oğan, 2021).

Yapılan doküman incelemeleri doğrultusunda Kıbrıs mutfağına özgü ve geleneksel olarak kullanımı bulunan araç-gereç ve ekipmanlara bakıldığında geçmişte daha çok ekipmanların bakır ağırlıkta olduğu, daha çok ekmek üretim ekipmanları ve süt ve süt ürünleri üretiminde kullanılan ekipmanların ön planda olduğu söylenebilmektedir.

Fotoğraflardaki örnekler incelendiğinde geçmişten günümüze ekipmanların materyallerinin değiştiği görülmektedir. Geçmişte bakır olan süt ve hellim tencereleri, günümüzde yerini alüminyum ve çelik tencerelere bırakmış, farklı boyutlardaki toprak hellim küpleri yerini cam hellim küplerine bırakmış, toprak zeytinyağı küpleri yerini cam zeytinyağı küplerine bırakmıştır. Zaman içerisinde değişim ve dönüşüm ile ahşap, taş, toprak, bakır, emaye, alüminyum cam, porselen gibi malzemelerden yapılmış ekipmanların yoğun olarak kullanıldığı belirlenmiştir. Ekipmanlara bakıldığında iklimin de etkisiyle, daha çok kuru tarım ağırlıklı üretim ve hayvancılığın ön planda olduğu ifade edilebilir. Resim 1'de araştırmacı tarafından köy ziyaretleri sırasında çekilmiş fotoğraflara yer verilmiştir.

Fotoğraf 1. Geçmişten günümüze Kıbrıs mutfak kültüründe kullanılan araç-gereç ekipmanlar



Fotoğraflar: Yazar tarafından fotoğraflanmıştır.

Kıbrıs Mutfak Kültüründe Yemekle İlgili İnanış ve Sözler

Kıbrıs mutfak kültüründe yemek ve yiyecek ile ilgili inanış ve deyişlere bakıldığında, yiyeceğe verilen önem ile ekmeğin Kıbrıs mutfak kültüründe temel besin kaynağı olduğu ve nimet olarak simgelendiğini söylemek mümkün olacaktır.

Kıbrıs mutfağına özgü geçmişten günümüze öne çıkan yemekle ilgili inanış ve sözler Tablo 2’de yer almaktadır.

Tablo 2. Kıbrıs Mutfak Kültüründe Yemekle İlgili İnanış ve Sözler

<i>Yemek yerken gelenleri davet eden mâni</i>
Arpa eğdim daşlığa
Güneç çıktı guşluğa
Buyurun ekmek yeylim
Dayanılmaz açlığa
Can boğazdan gelir
Ne yer ne yedirir. Biri yer biri bakar, kıyamet ondan kopar
Yemeğin yeyicisi vardır. Ekmeği bütün ister, köpeği da tok.
Yeyecekler da canına okusunlar
Yemek buldun ye, iş buldun işle, dayak buldun kaç.
Yemekde utanma olmaz
Utanan aç galır. Yarımdan kesme, bütüne tokunma: ya da utanma
Tok olan gelsin aç olan geçsin (ters anlamda şaka)
Ekmeğin fırına atılana kadar silkelenir. Ekmekte hiçbir pislik kalmaz
Ekmeğin altı yeteri kadar kızarmazsa "ekmekler yalın ayak kaldı" denir ve ekmeğin çıkarılan ayıplanır.
Yanık ekmeğin yemek sevaptır. Yanık ekmeği yiyen bekar kız/oğlan aylıkçı ile evlenir.
Ekmeğin bayat olanı makbuldür.
Ekmeğin küflü olanını yemek sevaptır. Yiyene gürbüzlük verir, hasta olunmaz
Ekmeğin yere atılmaz, yerdeki ekmeğe basılmaz, üstünden atılmaz. Ekmeğin öpülüp başa konur ve kenara bırakılır
İnsan oturmadan yemek yerse doymaz
Çömelerek ekmeğin yemek günahıdır. Şeytanlar bütün yediklerini çekerler
Anne sofraya oturmadan yemeğe başlanmaz
Yemeğe besmele ile başlanır doyduktan sonra şükredilir

Kaynak: Yorgancıoğlu, 1980.

Kıbrıs Mutfağına Özgü Öne Çıkan Terimler ve Kavramlar

Mutfaklarda kullanılan terim ve kavramlar benzerlik gösterebildiği gibi farklılıklarda gösterebilmektedir. Bunun sebebi mutfağın içinde bulunduğu coğrafya, dil yapısı, kültürü ve ürünlerindeki çeşitlilik olarak gösterilebilmektedir (Oğan, 2021).

Günümüzde Kıbrıs mutfak kültüründe kullanılan uluslararası terim ve kavramlar olmakla beraber, Kıbrıs’a özgü çok fazla terim ve kavram dikkat çekmektedir. Kıbrıs mutfak kültüründe kullanılan terim ve kavramların yoğun olarak *Kıbrıs Ağzı* ile kullanıldığı gözlemlenmektedir. Kıbrıs mutfağına özgü terim ve kavramlar, Kıbrıs mutfak kültürünün bilinirliğinin artırılması ve tanınmasına katkı sağlaması açısından önemli görülmektedir. Yapılan doküman incelemeleri doğrultusunda öne çıkan terim ve kavramlar ile açıklayıcı kısa bilgiler Tablo’3’te yer almaktadır.

Tablo 3. Kıbrıs Mutfağına Özgü Öne Çıkan Terimler ve Kavramlar

Kavramlar	Açıklama
Açığı	Oklova – oklavayla açılmış hamur
Ayrelli	Zambakgillerden kalınca sürgünleri sebze olarak yenilen, ince uzun saplı çiçekleri sarı yeşil karışımında, nohut şeklinde kırmızı meyvesi olan bitki Kuşkonmaz

Babillaro	Bir tür erken olgunlaşan incir.
Babutsa	Dikenli incir-mısır inciri-Frenk inciri-Hint inciri olarak adlandırılan, bir tür kaktüs meyvesidir.
Bandabuliya	Tatil günleri hariç yiyecek besinlerinin birçok satıcı tarafından satıldığı üstü kapalı Pazar yeri.
Banna	[telp, terb, terf] küçük baş hayvanların iç organları kaplayan zar. Küçük baş hayvanın gömlek yağı.
Basedembo	Kabak çekirdeğinin tuzlanarak kavrulduğu atıştırma.
Bastiş	[Basdiş]: özellikle nikah ve düğün gibi törenlerde sunulan, toz hindistan cevizi, badem veya fındıklı yumurta akından yapılan bir tür tatlı mamul
Bazlamak	Hayvanları boğazından keserek yemek üzere hazırlamak
Bikla	Hint kültüründen ada'daki İngiliz sömürge döneminde Kıbrıs'a kazandırılan içki mezesi ve sandviç sosu
Baf Sakızı	1974 öncesinde Kıbrıs'ın güneyinde kalan Baf ilçesinde yapılan ve ismini bu ilçeden alan Çitlemik[menengiç-melengiç] ağacından yapılan sakız.
Bişşi	Kandil günlerinde ve bayramlarda mayalı-mayasız, tuzlu-şekerli, saçta, tavada kızartılarak, fırında pişirilen bazlama veya ince pide
Bitta	İnce yuvarlak hamur
Bodiri	Dar ağızlı küçük kadeh
Bolibeeff	İnek ve tavuk etinden yapılmış teneke kutularda satılan işlenmiş et ürünü
Bulla	Yuvarlak ve oval biçimde zeytinli ve hellimli köy ekmeği
Bullez	Kolakas bitkisinin yumrusundan çıkan uzun ince kısımlar
Bulli	Tavukların yumurtadan çıkmış yavrusu
Bumbar	Küçük ve büyük baş hayvanların kalın bağırsağına verilen isim. Bağırsakların pirinç kıyma ve ciğerle doldurulmasıyla Bumbar dolması isminde yapılan geleneksel yemek
Büryan	[Biryen]sulu veya susuz pişirilen kebab türü
Cehennem Topuzu	[Glumbra-gulumra-klumbra-guruvulla] turpgillerden kış mevsimi sebze yiyecek partneri limon ve siyah zeytindir. İçki sofralarında dilimlenip üzerine limon sıkılarak tüketilen bir mezedir.
Cellari	Yiyecek ve içeceklerin saklandığı depo, kiler
Cikla	Turşu yapılan, sivri gagalı kararmış zeytin ve böceklerle beslenen bir tür kuş
Cinnara	Gafgarit, yabani enginar
Çakısdez	[çakistes]Yeşil zeytinlerin tuzlu suya kırılarak saklanması ve kahvaltılık olarak kahvaltı sofralarında katık olarak kullanılması
Çakulet	Çukolata
Çullez	Izgara et
Çengelcik	[Çerçelukka-çörçölükya-galluga-gullurga-dercelüzya-gullurugga-gullugya-zülbiye] kaynayan pekmezin içine makarna kalınlığında sel biçiminde hamurlar atılır. Pekmezli tatlı
Dabacana	[Tabaca] dut ağacı veya kargı dallarından örülmüş evin damındaki merteğe asılan yavyan ekmeğin saklama sepeti
Daşinobitta	Tahınlı bitta

Dırabez	[Dirabez-drabez-tırabez] masa
Dribidez	Delikli bitta- saçta pişirilen pide çeşidi
Driftari	Geniş ağızlı topraktan yapılmış süt sağma kabı
Ekşi	Limon
Filcan	Çay ve kahve gibi sıcak içeceklerin içildiği kap
Fiza	[Periskan-afroza] Cam kavanoz ve tatlımsı karbonatlı su
Furun	Fırın
Gabbar	Kapari, salatalığa benzer meyvesinden ve çiçek açmamış taze yeşil filizlerinden yapılan sirkeli turşu
Gadeh	Kadeh, su içilen bardak
Gafgalli	Kurumuş ekmeğ
Garoçoçoço	Garacocco-şevkerek- siyah sısam- çörek otu
Garavolli	Salyangoz
Gaygana	Kıyma, peynir veya hellimle un ve yumurtanın karıştırılarak hazırlanan yemek
Golifa	Yeni yılda ana maddesi buğday, badem, nar, kuru üzüm ve beyazlatılmış susam ile yapılan yiyecek.
Golimbadez	Turşu yeşil zeytin
Golyanduro	Kespare-aş otu-kollandıro- kişniş maydonozgillerden güzel kökü ve aroması olan küçük yapraklı bitki salatalara eklenir.
Gurtarmak	Kurtarmak- Pişirilen yemeğin tabakalara servis edilmesi
Hellim	Sert tuzlu beyaz peynir
Herse	Keşkek-dövme-zerde dövülmüş etli buğday yemeği
İskordalia	Skordalia- Sarımsaklı ekmeğ kabuğu mezesi
Kabira	Gabira kızarmış ekmeğ dilimi
Kefgi	Andulya- su kabağı
Meleda	Az pişmiş yumurta, rafadan
Molohiya	Tohumları siyah susam büyüklüğünde sarı çiçekli, yapraklarının dallarından tek tek ayrılarak kuru veya taze etle yemeği yapılan bitki
Noro	Oro- hellim suyu
Paluze	Üzüm veya keçiboynuzu suyundan yapılan bir çeşit pelte
Pastelli	Pekmezin pişirilerek konsantre olması soğutularak pekleştirilen yiyecek
Pastırma	Şişirilmiş bağırsak içine baharlı kıymanın doldurulmasıyla yapılan işlenmiş et
Pilavuna	Mamüle özel talar peyniri ile yapılan hamur işi
Piron	Çatal
Pirohu	İçi norlu mantı
Pulya	Bağ kuşu, şerçe türünden olan turşusu ve pilavı yapılan bir av kuşudur. Günümüzde nesli tükenmekle karşı karşıya kaldığından korumaya alınmıştır.
Sadeyağ	Sütten yapılan yemeklik yağ
Samerella	Saklamak için tuzlanarak güneşte kurutma tekniği ile yapılan, kurutulmuş et
Saura	Kızartılmış barbun balıklarından yapılan bir tür turşu mezesi
Süppürga	Parçalanmış bayat ekmeğlerin yağda kızartılarak pekmez dökülerek yapılan tatlı
Şamali	Simit- irmikten yapılan üzerine badem konulan şerbetli tatlı

Şamişi	Açılan yufkaların içine pişirilmiş damla sakızlı irmik konulduğu ve kapatıldıktan sonra yağda kızartılan çıkınca üzerine pudra şekeri serpilene tatlı
Şeftali Kebabı	Köftelerin bannaya sarılarak mangalda ızgara edilmesi
Şinya	Sakız ağacı
Talar	Dalar, yapılmış norun şekillendirilmek üzere içine konulan süpürge otundan yapılan bir tür sepet
Ura	Uvra-uğra, hamurun yapışmaması için üzerine un serpilmesi
Vakla	Harup ağacından meyveleri silmek için kullanılan uzun değnek
Yava	Lezzetsiz, tatsız
Yusuçuk	Mandalina
Zesto	Makarna ve pilavların etsiz pişirilmiş türü
Zivaniya	Saf İspirto
Zuk	Kıbrıs rakısı

Kaynak: Saracoğlu, 1992; Hakeri, 2003; Gökçeoğlu, 2008; Altan, 2019

Sonuç ve Öneriler

Coğrafyanın, sosyal ve kültürel faktörlerin etkisinde, tarih öncesi fiziki koşullarla şekillenmiş olan yemek; beşerî ve sosyal birçok değişkenle beraber değişir dönüşür karmaşık bir yapıya bürünür. Kıbrıs mutfak kültürü de bulunduğu coğrafya itibari ile tarih boyunca birçok medeniyetle etkileşime geçen, coğrafyaya özgü yiyecek üretim sistemleri ile büyük ve küçük baş hayvan yetiştiriciliği etkisinde oluşan yerel ve doğal özelliği ile Ortadoğu ve Akdeniz kültür havzası ile bütünlük gösteren zengin bir mutfak kültürüdür.

Kıbrıs'ta yemek ile ilgili inanışlar ve deyişler incelendiğinde; Kıbrıs toplumunun misafirperverliği, anneye duyulan saygı ve sevgi, yemeğin yaşamsal açıdan önemi ve nimet olarak sembolize edilen ekmeğin en önemli temel besin kaynağı olduğu çıkarılabilmektedir.

Kıbrıs mutfak kültüründe kullanılan terim ve kavramlara bakıldığında yoğun olarak Kıbrıs dil yapısına özgü kavramlarla karşılaşmaktadır. Buradan Kıbrıs toplumunun dil yapısını korumak için özen gösterdiği, bu bağlamda kültürün devamlılığına önemli katkı sağlandığı söylenebilir.

Bulgulardan anlaşılacağı üzere, geçmiş dönemlerde Kıbrıs mutfağına özgü mutfak araç- gereç ve ekipmanların daha çok coğrafi konum ve iklimin etkisinde şekillenen üretim faaliyetleri özelinde yoğunlaştığını söylemek mümkündür. Yoğun olarak kuru tahıl ürünlerini toplama, üretme ve işleme ekipmanları, ekmek üretim ekipmanları, süt ve süt ürünleri üretim ekipmanları Kıbrıs mutfak kültüründe önde gelen ekipmanlar arasındadır.

Toplumların yaşamlarındaki değişim, kendisini öncelikle toplum mutfaklarında göstermektedir. Bu kapsamda; Kıbrıs mutfak kültürünün bilinirliğinin artırılması yönünde çalışmalara katkı koymak önemli olacaktır. Kıbrıs mutfak kültürünün korunması, gelecek nesillere aktarımı ve gastronomik bir unsur olarak turizmde değerlendirilmesi yoluyla tanıtımına katkıda bulunmak doğrultusunda aşağıdaki öneriler verilebilir;

- Kıbrıs mutfak kültürünün unutulmasının önüne geçmek ve gelecek nesillere aktarımına katkıda bulunmak önemli bir noktadır. Geçmişten günümüze gelen ve modernleşme ile unutulmaya yüz tutmuş olan mutfak kültürünün akademik çalışmalarda artarak yer alması, gastronomi alanında gerek lisans gerekse lisans üstü eğitimlere katkı sağlayacaktır. Bu doğrultuda yapılacak çalışmalar, Kıbrıs ada turizmi açısından da değerlendirmeye alınmalıdır.
- Geleneksel Kıbrıs mutfak kültürü çalışmaları artırılarak alan yazına kaynak oluşturulabilir. Kıbrıs mutfak kültürü alanında gelecekte çalışma yapacak araştırmacılara;
 - Kıbrıs kültürü geçiş törenlerindeki gastronomik unsurlar üzerine çalışma yapılması,
 - Kıbrıs mutfağına özgü fonksiyonel gıdalar üzerine çalışılması,
 - Kıbrıs mutfak kültürü kapsamındaki tüm yayınlar taranarak varsa eksik ve unutulmuş yöresel tariflerin tespiti ve standart reçetelerinin literatüre kazandırılması önerilir. Yapılacak çalışmalar Kıbrıs mutfak kültürünün bilinirliğini sağlarken Kıbrıs gastronomi literatürünün gelişimine katkı sağlamak açısından da önem arz edecektir.

- Bulgular kapsamında görülen eksiklik üzerine; kültüre özgü birçok ekipmanın varlığı evlerde saklanıyor ve korunuyor oluşu bu malzemelerin kültür aktarımı için kullanılması önerisini akla getirmektedir. Hem turizmde destinasyon çekiciliği yaratma hem de kültürün gelecek nesillere aktarımını sağlamak adına, tematik mutfak müzesi kurulabilir. Bu müzelerde kültüre özgü kıyafetler giydirilmiş mankenler eşliğinde, Kıbrıs mutfak kültürüne özgü yeme içme ritüelleri temsili olarak müze severlerle buluşturulabilir. Bu araç-gereç ve ekipmanların gerek kültür turizmi gerekse gastronomi turizminde kullanımı turistler ve gelecek nesillere Kıbrıs mutfak kültürünün dolayısı ile toplumun sosyo-kültürel yapısının aktarımında çok önemli bir işlevsel görev üstlenecektir.
- Aynı zamanda Kıbrıs mutfak kültürünün gastronomik bir unsur olarak turizmde değerlendirilmesi bilinirliğini artırarak tanıtımına katkı koyacaktır. Öncelikle kültür turizmi içerisinde Kıbrıs mutfak kültürünün kullanımına daha da yer vererek mutfak kültürünün tanıtımına hız kazandırılırken, Gastronomi turizmi kapsamında ürün çeşitlendirmeye gidilerek genelde Kıbrıs turizmine özeldir gastronomi turizmine ivme kazandırılmasının önü açılmalıdır.

Bu kapsamda;

- Merkezi yönetimlerin ulusal ve uluslararası çalışmalarında gastro diplomasiyi yaygın olarak kullanması,
- Tüm paydaşları kapsayan bir gastronomi platformunun kurulması,
- Yerel üretime ve yerel üreticiye devlet teşvikinin sağlanması ile tüketicinin yerel-yöresel ürüne optimum düzeyde ulaşımının sağlanması,
- Turizm tanıtım ve pazarlama kapsamında reklam içeriklerinde Kıbrıs mutfağına özgü yemeklerin daha çok yer alması,
- Rehberlere Kıbrıs mutfak kültürü ile ilgili yoğun eğitimlerin verilmesi
- Ülkeye gelen turistlere gastronomik deneyimi katılarak yaşatacak atölye çalışmalarının oluşturulması (yöresel yemek ve yiyeceklerin hazırlanması, pişirilme teknik ve süreçlerine turisti katmak turistlerin mekân algısını güçlendiren, hatırlanabilir deneyimler ve olumlu duygular yaratan tekrar ziyaretlerde etkili olan önemli bir kültürel etkileşimdir).
- Yerel yönetimlerin bölgelerinin gastronomik unsurlarını ön plana çıkaracak gastronomik çekiciliği yaratmada etkin olması önemlidir. Yerel pazar ve festivallerin gastronomik unsurları ön plana çıkaracak şekilde düzenlenmesi ve özellikle turistlere yönelik etkinliklerde yöresel tatların ön plana çıkarılması,
- Geçmişten günümüze Kıbrıs sokak lezzetlerinin tespit edilerek, sokak lezzeti uygulamalarının bölgelerde yapılması,
- Kıbrıs mutfak müzelerinin kurulması,
- İlk-ortaöğretim eğitim programlarına Kıbrıs mutfak kültürünün entegre edilmesi, gelecek nesillerin kültürlenmesi ve kültürün devamlılığı açısından önemli olacaktır.
- Yükseköğretim kurumlarının Kıbrıs mutfağına özgü yerel tariflerin toparlanması ve reçetelendirilmesi kapsamında destek vermesi, yerel halkın (kültür aktarıcısı) gıda güvenliği kapsamında sertifikasyon sistemine tabi tutarak eğitim öğretime dahil edilmesi, yerel tariflerin ve tekniklerin günümüze aktarılmasına katkı sağlayacaktır.
- Turizmin önemli kaynaklarından konaklama işletmelerinin menülerinde Kıbrıs mutfak kültürüne özgü yöresel ürün ve yemeklerin kullanımının artırılması, öneriler arasında sıralanabilir.

Kaynakça

- Ademoğlu, A. (2022). *Güneydoğu Anadolu bölgesindeki özel gün ve törenlerde yapılan gastronomi uygulamaları*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Aksoy, M., Üner, E.H. (2020). *Yemeğin kültürel tarihi*. Aksoy, M., Çekiç, İ., Tahmaz, G.S. (Ed), Yemeğin kültürel temelleri, 39-60. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Akşahinler, Ş. (2020). *Kıbrıs kültüründe yemeklerimiz, annemden öğrendiklerimiz*. Lefkoşa: Okman Printing.
- Alçıncıoğlu, Ş. (2018). *Nenemin değişen (Kıbrıs kültürü üzerine yazılar)*. Lefkoşa: Argasdi
- Altan, Z. (2016). *Gizemli Kıbrıs*. İstanbul: Cinius Yayınları.
- Altan, Z. (2016). *Kıbrıs Mutfağını ve kültürünü öğreniyorum*. İstanbul: Olgü Basım
- Altan, Z. (2019). *Ada Mutfağımız*. İstanbul: Olgü Basım.

- Altun, Ö. ve Elidemir, S. N. (2023). Kıbrıs meyhane lezzetlerinin gastronomi turizmi bağlamında incelenmesi. *Sosyal, Beşerî ve İdari Bilimler Dergisi*. 6(3), 410-426
- Aydoğdu, F.S. (2016). *Kıbrıs Mutfağında geleneksel lezzetler*. Adana: Class Media Ajansı
- Beşirli, H. (2010). Yemek, kültür ve kimlik. *Milli Folklor Dergisi*, 11(87), 159-169. Son Erişim: <https://search.trdizin.gov.tr/tr/yayin/detay/107558/>
- Cihangir, Y. (2018). Geleneksel Kıbrıs Türk mutfağında yer alan yaban (ova) otları yemeklerinin kültürel bir değerlendirilmesi. Uluslararası geleneksel ve yöresel değerler sempozyumu, 91, 903-907. Afyonkarahisar Sandıklı Belediyesi, Afyonkarahisar.
- Direktör, Ş. (1998). *Kıbrıs Türk Mutfağı*. Lefkoşa: Galeri Kültür Yayınları.
- Düzgün, E. ve Durlu Özkaya, F. (2015). Mezopotamyadan günümüze mutfak kültürü. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 3(1), 41-47.
- Dwyer, T.J. (2023). Food culture. *Encyclopedia of Human Nutrition*, 4. Editon. 270-281 <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-821848-8.00023-8>
- Ege, G. (2022). *Kültür, kültürün unsurları ve kültür yaklaşımları*. Aksoy, M., Çekiç, İ., Tahmaz, G.S. (Ed), Yemeğin Kültürel Temelleri, 1-38. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Erbay, Z., Koca, N. ve Üçüncü M. (2010). Hellim peynirinin bileşimi ile renk ve dokusal özellikleri arasındaki ilişkiler. *Gıda*. 35(5), 347-353.
- Ertürk, M. (2018). Kıbrıs Türk Mutfağında macunlar. *Journals of Tourism and Gastronomy Studies*, 6(2), 317-333
- Gökçeoğlu, M. (2008). *Kıbrıs Türk ağızları sözlüğü*. 1. Baskı, Türkiye İş Bankası Yayınları
- Gültekin, H. (2019). *Yeme sosyolojisi bağlamında üniversite öğrencilerinin yemek yeme alışkanlıklarının değerlendirilmesi*. Cumhuriyet Üniversitesi Örneği. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Gürhan, N. (2017). Yemek ve din: yemeğin dini simgesel anlamaları üzerine bir inceleme. *İnsan ve Oplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 1204-1223. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/315432> Son Erişim: 31.03.2023
- Hakeri, B.H. (2003). *Hakeri'nin Kıbrıs Türkçesi Sözlüğü*. Gazimağusa: Samtay Vakfı Yayınları
- İslamoğlu, M. (1994). *Kıbrıs Türk kültür ve sanat*. Lefkoşa: Yakınoğlu Üniversitesi Matbaası.
- İslamoğlu, M., Öznur, Ş. (2010). *Kıbrıs'ın kültür mirası geleneksel Kıbrıs Türk ve Rum düğünleri*. Lefkoşa: Gökada yayınları
- İslamoğlu, M. (2013). *Geleneksel Kıbrıs Türk Mutfağı*. Lefkoşa: Gökada yayınları
- Kilitkayalı, T. (2019). *Gastronomi turizmi kapsamında şarap turizmi, KKTC Girne ilçesini ziyaret eden turistlere yönelik bir araştırma* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Doğu Akdeniz Üniversitesi Lisans Üstü Eğitim Enstitüsü, Gazimağusa, KKTC.
- Malinowski, B. (1992). *Bilimsel Bir Kültür Teorisi*. İstanbul:Kabalıcı Yayınları
- Oğan, Y. (2021). *Artvin ilinin gastronomi değerleri; yiyecek içecek hizmeti sunan işletmeler ve satın alan turistler üzerine bir inceleme* (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Ankara
- Oktay, S., Güden, N. (2021). Yunan, Türk ve Kıbrıs mutfaklarının gastronomik kültürel yansıması. *Journals of Gastronomy Hospitality and Travel*. 4(2), 465-481
- Osam, N., Kasapoğlu, M. K. (2010). Hellim: kültürel bir değer kimlik çözümlemesi. *Milli Folklor*, 22(87), 170-180. <https://www.millifolklor.com/PdfViewer.aspx?Sayi=87&Sayfa=167> Erişim Tarihi: 29.04.2023
- Özçil, A. ve Özçil, İ.E. (2019). *Adamızın lezzetleri*. Lefkoşa: Okman Printing.
- Saracoğlu, E. (1992). *Kıbrıs ağızı*. Lefkoşa:KKTC Milli Eğitim ve Kültür Bakanlığı Yayınları

- Sarıışık, M. (2019). *Tüm yönleri ile gastronomi bilimi*. Ankara: Detay Yayıncılık
- Strauss, C.L. (2020). *İrk, tarih ve kültür*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Şah, M. (2017). *Kıbrıs'ın tatları*. Lefkoşa: Zoom Yayınları
- Taş, D. (2020). *Edirne'nin İpsala ilçesinin sınır köylerinde unutulmaya yüz tutmuş yemeklerin unutulma nedenleri üzerine bir araştırma* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Lisansüstü, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Anabilim Dalı, Ankara.
- Turhan, M. (1997). *Kültür değişimleri*. İstanbul: Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Vakfı Yayınları
- Türk, H. (2021). *Kültür kuramı ve kavramı, sosyo kültürel antropoloji*. 1. Basım, Atlas Akademik Basın Yayınları
- Ulusoy, B. H., Hecer, C., Berkan, Ş. (2020). Investigation of microbiological hazards in traditional Halloumi/Hellim manufacturing process. *Atatürk Üniversitesi Veteriner Bilimleri Dergisi*, 15(3), 196-206.
- Uzun, B. (2023). *Üniversite öğrencilerinin pandemide yeme içme pratiklerindeki değişimlerin yemek sosyolojisi bağlamında incelenmesi: İstanbul İli Örneği*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), TC Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yıldırım Kaya, F. (2010). *Kuzey Kıbrıs'ın faydalı bitkilerinin ve kullanım alanlarının araştırılması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Yakınoğlu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Lefkoşa KKTC.
- Yıldız, K. A., Yalçın, E. (2022). *Kültür ve lezzet algısı*. Aksoy, M., Çekiç, İ., Tahmaz, G.S. (Ed), Yemeğin kültürel temelleri, 22-38 Ankara: Detay Yayıncılık.
- Yılmazbaşar, A. (2021). *Kuzey Kıbrıs gastronomi turizm potansiyelinin tespiti ve geliştirilmesinin değerlendirilmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Doğu Akdeniz Üniversitesi Lisans Üstü Eğitim Enstitüsü, Gazimağusa KKTC.
- Yorgancıoğlu, O.M. (1980). *Kıbrıs Folkloru*.
- Yorgancıoğlu, O.M. (2000). *Kıbrıs Türk Folkloru, duydum, gördüm, yazdım*.
- Zeytincioğlu, F. (2011). *Mutfak güncesi 4*. Erişim Tarihi: 27.04.2023, https://haber.kypr.com/afd0651b-2011_03_12.html
- Zekai Altan ile Otantik Kıbrıs Mutfağı. (15 Ocak 2021). *Bikla* [Video]. YouTube. <https://youtu.be/io2T30ybQ64?si=xF1cIkoq6ZE6QBM9> Erişim Tarihi: 05.03.2023
- Zekai Altan ile Otantik Kıbrıs Mutfağı. (1 Mart 2021). *Şamişi* [Video]. YouTube. <https://youtu.be/rNbvYRhcYB8?si=tBIZGDbGBPcoOGDz> Erişim Tarihi: 05.03.2023
- Zekai Altan ile Otantik Kıbrıs Mutfağı. (30 Mart 2021). *Fırın kebabı* [Video]. YouTube. <https://youtu.be/GBX8czY2umY?si=U1x5dfKeQ2-vOqEy> Erişim Tarihi: 05.03.2023
- Zekai Altan ile Otantik Kıbrıs Mutfağı. (5 Nisan 2021). *Badedez fırında ve tel kadeyi* [Video]. YouTube. <https://youtu.be/R5YD5p0sDg0?si=SMINr5tWxyt-VFxx> Erişim Tarihi: 05.03.2023
- Zekai Altan ile Otantik Kıbrıs Mutfağı. (8 Nisan 2021). *Şeftali kebabı* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=kaErJPCBV6w> Erişim Tarihi: 08.03.2023
- Zekai Altan ile Otantik Kıbrıs Mutfağı (09 Ocak 2022). *Otantik Kıbrıs mutfağı pirohu* [Video]. YouTube. <https://youtu.be/h8jFZMf8KII?si=mOnp1ivsTyDetoqk> Erişim Tarihi: 15.03.2023
- Zekai Altan ile Otantik Kıbrıs Mutfağı (11 Eylül 2022). *Pilavuna* [Video]. YouTube. <https://youtu.be/YPTkQWZ2RWM?si=GdHgNovvgVDOEHm2> Erişim Tarihi: 05.04.2023
- Zekai Altan ile Otantik Kıbrıs Mutfağı (6 Kasım 2022). *Köfte* [Video]. YouTube. <https://youtu.be/JKMkl120XHU?si=7B9pFQ5M8xqX69pf> Erişim Tarihi: 05.04.202
- Zekai Altan ile Otantik Kıbrıs Mutfağı (15 Ocak 2023). *Mücedra pilavı* [Video]. YouTube. <https://youtu.be/ju0ao8G-hnY?si=4cJhtbhpXwqrF5qJ> Erişim Tarihi: 08.04.2023

- Zekai Altan ile Otantik Kıbrıs Mutfağı (4 Şubat 2023). *Kolokas musakka* [Video]. YouTube. https://youtu.be/yPTdMv9HI2k?si=2JarOAZPW4o9_yWd Erişim Tarihi: 08.04.2023
- Zekai Altan ile Otantik Kıbrıs Mutfağı (4 mart 2023). *Zeytinli* [Video]. YouTube. https://youtu.be/5RnyDWyQ8uo?si=zTHO-r34s1_fo18c Erişim Tarihi: 01.06.2023
- Zekai Altan ile Otantik Kıbrıs Mutfağı (8 Nisan 2023). *Aliç macunu, Paluze, Şifa macunu* [Video]. YouTube. <https://youtu.be/PHhFgqOhkHw?si=ds2yp0z0JRxe7xLJ> Erişim Tarihi: 06.06.2023