



Çiriş Otunun Mutfak Kültüründeki Yeri: Bingöl İli Örneği (The Place of Çiriş Grass in Culinary Culture: The Case of Bingöl Province)

* Elif KAYMAZ^a , Sevim USTA^a 

^a Sakarya University of Applied Sciences, Faculty of Tourism, Department of Gastronomy and Culinary Arts, Sakarya/Türkiye

Makale Geçmişi

Gönderim Tarihi: 07.03.2023

Kabul Tarihi: 20.06.2023

Anahtar Kelimeler

Çiriş otu

Bingöl

Yöresel yemekler

Mutfak kültürü

Öz

Yenilebilir yabani otlar hem lezzetleri hem de sağlığa faydaları açısından çeşitli yöresel yemekler içerisinde kullanılmaktadır. Zamanla insanların beslenme alışkanlıklarında yaşanan değişimler ve sağlığa faydalı besinlerin tüketilmesine yönelik gelişen eğilimler, ot yemeklerine olan talebi de artırmıştır. Bingöl yöresinde, yılın belirli dönemlerinde tüketilen Çiriş otu da sağlığa faydaları ve yemeklere kattığı lezzet açısından önemli görülmektedir. Bu doğrultuda çalışmanın amacı, çiriş otunun Bingöl mutfak kültüründeki yerinin tespit edilmesidir. Araştırmada nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. İstanbul'da yaşayan, aile kökeni Bingöl olan 11 kadın katılımcıyla görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Yarı yapılandırılmış görüşme formuyla katılımcılardan elde edilen veriler betimsel analiz yöntemiyle analiz edilmiştir. Analiz sonucunda katılımcıların çiriş otuyla yapılan yemeklere dair bilgilerinin sınırlı olduğu görülmüştür. Bu kapsamda pilav, kavurma, çorba ve börek olmak üzere çiriş otuyla yalnızca dört yemeğin yapıldığını bildikleri saptanmıştır. Literatürde çiriş otuyla çay yapıldığı ifade edilmiş olsa da katılımcıların tümü çiriş otuyla çay yapmadıklarını belirtmişlerdir. Bir diğer önemli sonuç, katılımcıların otlarla yapılan yemekleri ailelerinden öğrenmeleridir. Bu durum çiriş otu kültürünün sürdürülebilmesini sağlamıştır. Ancak kültürün sözlü olarak aktarılması yerine tarif kitaplarında yer verilmesinin, otun tanıtımının artırılmasının, devletin resmi sitelerinde (Kültür Portalı, Bingöl İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü) yer verilmesinin, restoran menülerinde bulunmasının daha etkili olacağı düşünülmektedir.

Keywords

Asparagus

Bingöl

Local dishes

Culinary culture

Abstract

Edible wild herbs are used in various local dishes in terms of both their taste and health benefits. Over time, the changes in people's eating habits and the developing trends towards consuming foods that are beneficial to health have also increased the demand for grass dishes. Çiriş herb, which is consumed in certain periods of the year in the Bingöl region, is considered important in terms of its health benefits and the flavor it adds to the dishes. In this direction, the aim of the study is to determine the place of asparagus in Bingöl culinary culture. Qualitative research method was used in the research. Interviews were conducted with 11 female participants living in Istanbul, whose family origin was Bingöl. The data obtained from the participants with a semi-structured interview form were analyzed by descriptive analysis method. As a result of the analysis, it was seen that the knowledge of the participants about the dishes made with asparagus was limited. In this context, it was determined that they knew that only four dishes were made with çiriş herb, namely rice, roasted meat, soup and börek. Although it has been stated in the literature that tea is made with asparagus, all of the participants stated that they do not make tea with asparagus. Another important result is that the participants learned about the dishes made with herbs from their families. This situation has enabled the continuation of the weed culture. However, it is thought that it will be more effective to include the culture in recipe books, to increase the promotion of the herb, to include it in the official websites of the state (Culture Portal, Bingöl Provincial Directorate of Culture and Tourism) and to include it in restaurant menus instead of transferring the culture orally.

Makalenin Türü

Araştırma Makalesi

* Sorumlu Yazar

E-posta: elifkaymaz@subu.edu.tr (E. Kaymaz)

DOI: 10.21325/jotags.2023.1239

GİRİŞ

Eski çağlardan bu yana insanlar, yaşamlarını sürdürmek ve faydalı besinleri yemeklerde kullanmak amacıyla yabani bitkilerden yararlanmışlardır. Özellikle insanoğlu, toplayıcı döneminde yabani otlarla beslenerek yeme-içme ihtiyaçlarını karşılama yoluna gitmiştir. Beslenme amacıyla kullanılmasının yanı sıra ilaç, evcil hayvanların beslenmesi gibi çeşitli durumlarda da yabani otlar kullanılmıştır (Vishwakarma & Dubey, 2011, s. 555). Bu dönemlerde yabani otlar mutfak kültürlerine yerleşmesiyle birlikte yöresel mutfaklarda ot yemekleri olarak adlandırılmaya başlanmıştır. Çeşitli toplumların yöresel mutfaklarında yer bulan yabani otlar, tüketim açısından her halkın kendi zevkine ve geleneklerine göre şekillenmiştir (Ham vd., 1997, s. 155; Rajasab & İsaq, 2004, s. 419). Türkiye’de sahip olduğu coğrafi konum ve toprak yapısı bakımından doğal olarak yetişen 12.000’den fazla bitkinin ve yaklaşık olarak 3000’e yakın endemik bitkinin bulunduğu bilinmektedir. Yenilebilir otlar arasında yer alan yabani otlar, insan faktörü olmaksızın kendiliğinden bağımsız bir şekilde dağlık alanlarda yetişen ve gelişim gösteren otlardır. Yetiştikleri bölgenin iklimine göre şekillenen ve çeşitli özelliklerine göre mutfaklarda kullanıldığı bilinen bitkileri de ifade etmektedir (Ceylan & Akar Şahingöz, 2019, s. 2205).

Tarihsel olarak yenilebilir otların kullanımı incelendiğinde birçok farklı amaç doğrultusunda kullanıldıkları görülse de temelde kuraklıkla karşı karşıya kalan bireylerin yemek ve besin ihtiyacını karşılamada kullanıldıkları bilinmektedir. Bireylerin günlük besin ihtiyaçlarını karşılaması, sağlıklı beslenme açısından katkısının büyük olması mutfaklarda kullanımı açısından önemli bir unsurdur (Şimşek vd., 2020, s. 9). Yenilebilir otlar, mutfaklarda sebze, meyve, şifalı bitkiler, çay, baharat gibi çeşitli formlarda kullanılmaktadır. Bunun yanı sıra içeriğinde bulunan çeşitli antioksidan maddeler vücudun bağışıklığını artırmada önemli olarak görülmektedir (Siriamornpun vd., 2014, s. 1010). Mutfaklarda tüketim şekillerine bakıldığında genellikle çiğ ya da pişmiş şekillerde kullanılmaktadırlar. Kurutularak baharat halinde kullanılabilen yenilebilir otlar, dövülerek, çay, reçel, turşu vb. şekillerde de tüketilebilmektedir. Yenilebilir otlarla hazırlanan karışımlara ek malzemeler dahil edilerek dondurma, balık marinasyonu, yoğurt, peynir, tarhana vb. yiyeceklere lezzet ve aroma vermek, besin değerini artırmak amacıyla da kullanılmaktadırlar. Ayrıca yenilebilir otlar, kışın mevsimi geçen sebzelerin yerine kullanılarak yemeklerde çeşitliliği artırmaktadır. Yörelere karakteristik özelliklerinden etkilenerek gelişim gösteren yenilebilir otların tüketimi de bölgenin tarihinden, tüketim şekillerinden, pişirme tekniklerinden ve sahip olduğu diğer yiyecek-içecek ürünlerinin lezzetlerinden etkilenmektedir. Bu etkilerin sonucunda her bölgenin kendine has lezzetleri ve yemekleri ortaya çıkmaktadır (Urhan vd., 2016, s. 47).

Yenilebilir otlardan biri olan Çiriş otu, Türkiye’de Güneydoğu Anadolu, Doğu Anadolu, Ege ve Akdeniz bölgelerinin yöresel mutfaklarında yer alan ve çeşitli yemeklerin içerisinde kullanılan bir ot olarak bilinmektedir. Özellikle Bingöl yöresinde tüketilmektedir (Badayman vd., 2018, s. 52). Yapraklarının pırasaya benzetildiği Çiriş otu, besin açısından fakir ve kuru topraklarda yetişmektedir. Dağlık alanlardan toplanarak yıkanıp süzildikten sonra kavurma veya haşlama yöntemleriyle yemeklere katılmaktadır. Yemeklerin içerisinde et lezzeti vermektedir. Ancak çiğ olarak tüketilmesi aşamasında kötü bir kokuya sahip olduğu bu nedenle de çiğ tüketiminin daha az olduğu bilinmektedir. Çiriş otunun uygun kısımları, bulgur, yumurta, pirinç gibi çeşitli ek malzemelerle eşleştirilerek lezzetli bir yöresel yemek ortaya konulmaktadır (Apuhan & Beyazkaya, 2019, s. 35).

Literatürde yer alan çalışmalar incelendiğinde Bursal vd., (2013)’nin Çiriş otunun (*asphodelus aestivus*) antioksidan aktivitesinin belirlenmesi; Sakar vd., (2008)’in Çiriş otunun azot bağlama kapasitesi; Yazmış ve Özpınar

(2019)'ın Çirişotu (*Asphodelus aestivus* Brot.) ile mücadelede *Capsodes infuscatus* Brulle'un kullanılma olanağının araştırılması gibi konuların ele alındığı görülmektedir. Bu bağlamda Çiriş otunun çalışma konusu olarak seçilmesinin nedeni mutfaklarda kullanımına dair sınırlı sayıda çalışmanın bulunmasıdır. Bu doğrultuda araştırmanın amacı, çiriş otunun Bingöl mutfak kültüründeki yerinin tespit edilmesidir. Bu çalışmayla hem akademik yazına hem de kaybolan bir lezzet olarak görülen çiriş otunun gündeme getirilerek tanıtılmasına katkı sağlanması hedeflenmektedir.

Kavramsal Çerçeve

Çiriş Otu

Çiriş otu, 1753 yılında Carl Linnaeus tarafından tanımlanan *Asphodel* ailesi olarak bilinen *Asphodelaceae* içinde yer alan çok yıllık çiçekli bitkilerin bir cinsidir. Zambakgiller (*Liliaceae*) familyasına ait olduğu bilinmektedir. Latince *Asphodelus aestivus* L. olarak adlandırılmaktadır. İran, Batı Afganistan, Irak, Filistin, Lübnan, Suriye ve Kafkasya'da bulunan çiriş otu, Türkiye'de Doğu, Güneydoğu Anadolu ve İç Anadolu bölgelerinde yetiştirilmektedir. Yeni Zelanda, Avustralya, Meksika, Amerika vb. ülkelerde de yetiştirildiği bilinmektedir. Sarıçiçekleri bulunan ve yeşil yapraklara sahip otsu çok eski bir bitkidir. Çiriş otu bitkisi güneş alan ve dinlendirilmiş topraklarda ve ılıman iklime sahip bölgelerde yetiştirilmektedir. Mayıs ve Nisan aylarında çiçek açan çiriş otu bitkisi, dağlık bölgelerden toplanmaktadır (Güvenç & Kaya, 1996, s. 371). Kılıç şeklinde olan yaprakları, 35 cm boyunda ve 3 cm eninde olmak üzere 7 mm büyüklüğünde bezelyeye benzeyen yeşil meyveleri bulunan bir bitkidir (Karaca vd., 2015, s. 30). Çiriş otu türleri incelendiğinde, “*Asphodelus acaulis*, *Asphodelus aestivus*, *Asphodelus albus*, *Asphodelus ayardii*, *Asphodelus bakeri*, *Asphodelus bento-rainhae*, *Asphodelus cerasiferus*” gibi çeşitlerinin bulunduğu görülmektedir. Dünya Seçilmiş Bitki Aileleri Kontrol Listesine göre (WCSP) 18 üst tür olmak üzere alt türleri ile birlikte toplamda 27 türe sahiptir. Bu çeşitler içerisinde *Asphodelus aestivus*, Türkiye'de yetişen çiriş otu türü olarak bilinmektedir (Malmir vd., 2018, s. 2). Kendine has bir kokuya sahip olan çiriş otu için halk arasında çeşitli isimler kullanılmaktadır. Bunlar; gulluk, güllük, gulik, yabani pırasa, sarızambak, dağ pırasası, kirkiş otu, yeling otu gibi isimlerdir (Badayman vd., 2018, s. 50).

Çeşitli kaynaklarda Yunan efsanesinde geçen bir bitki olduğu söylenmektedir. Ölüler ve yeraltı dünyasıyla bağlantılı olduğu düşünülen ünlü bitkilerden biridir. Çiriş otu bitkisinin ölülerin uğrak yeri olan büyük çayır olarak adlandırılan yeri tümüyle kapladığı ifade edilmektedir. Aynı zamanda Yunan mitolojisinde ölülerin en sevdiği yemek olarak kabul edilmesi bakımından mezarlara dikildiği ya da çelenk şeklinde mezarların üzerine yerleştirildiği de yazılı bilgiler arasındadır. Çiriş otunun ölümle bağdaştırılmasının nedeni bitkinin yapraklarının grimsi-sarımsı bir renkte olması ve bu renklerin ölümün solgunluğunu çağrıştırması olduğu ifade edilmektedir. Bitkinin kök kısımlarının daha çok Yunan halkının yoksul kesimi tarafından tüketildiği bilinmektedir. Zehirli yılan ısırıklarına karşı koruyucu etkiye sahip olduğu düşünülürken fareler için öldürücü bir bitki olarak açıklanmaktadır. Yunan mitolojisinin yanı sıra Roma mitolojisinde de önemli bir yemek olarak geçtiği bilinmektedir (Tugay vd., 2012, s. 141).

Çiriş otu tarihi süreç içerisinde gıda olarak tüketilmesinin yanı sıra geleneksel tıpta da yoğun olarak kullanılan bir bitki olmuştur. Yara iyileştirici etkisinin bulunması, saçkıran tedavilerinde, vücutta bulunan zararlı mikroorganizmaların öldürülmesinde, ağrı kesici olarak, apse ve egzama tedavisi gibi hastalıkların iyileştirilmesinde kullanıldığı tespit edilmiştir (Arslan vd., 2020: 298). Bitkinin kök bölgesinde yüksek oranda fruktan bulunmaktadır. Bu nedenle kökleri karaciğer bozukluklarının giderilmesi, mide tahrişinin önlenmesi, vücutta meydana gelebilecek

sivilcelerin tedavisinde ve kemiklerin kaynaması işleminde kullanılmaktadır. İçeriğinde bulunan C vitamini sayesinde bağışıklık sisteminin iyileştirilmesinde de etkilidir. Tıbbın yanı sıra ciltçilikte, ayakkabı yapılandırma alanında, maya endüstrisinde, kumaşlara parlaklık ve sertlik vermek amacıyla kullanıldığı bilinmektedir (Okçu & Kaplan, 2017, s. 262; Karataş vd., 2011, s. 35).

Çiriş Otunun Mutfakta Kullanımı

Otlar, dağlık bölgelerde kendiliğinden yeşererek büyüyen belli dönemlerde yetişen ve mevsimi geçtiğinde kuruyan bitkiler olarak tanımlanmaktadır. Yenilebilir otlar ise çalılık alanlarda doğal olarak yetişen, insanlar tarafından ekilmesi ve bakılması gerekmeyen istenen olgunluğa ulaştığında çeşitli toplama yöntemlerinin kullanılarak tüketilebilen bitkileri ifade etmektedir. Yenilebilir otlar yabancı olarak dağlık alanlarda bulunmasına rağmen sağlık açısından herhangi bir tehlike teşkil etmemektedir (Tabuti vd., 2004, s. 485). Çeşitli yörelerin ikliminden, bitki örtüsünden etkilenecek yetişen bu otlar, yöre insanları tarafından çiğ olarak tüketilebildiği gibi pişirilerek de tüketilmektedir. Yöre mutfağı içerisinde değerlendirilen yenilebilir otlar çeşitli yemeklere aroma vermek amacıyla kullanılmaktadır.

Yenilebilir otlardan biri olan ve Türkiye’de genellikle Doğu, Güneydoğu Anadolu ve İç Anadolu bölgelerinde görülen Çiriş otu, yöresel bir yiyecek olarak değerlendirilmektedir. Türkiye’de özellikle Bingöl yöresinde çiriş otuyla yapılan birçok yöresel yemek bulunmaktadır. Kök, gövde ve tohum kısımlarının yanı sıra yapraklarının yemek ve konserve yapımında kullanıldığı bilinmektedir. İtalya’da “Rignana Garganica” peynirinin üretiminden çiriş otunun yaprakları kullanılırken Türkiye’de otlu peynirin yapımında da kullanılmaktadır. Bingöl’de karların erimesiyle birlikte ortaya çıkan Çiriş otu yöre halkı tarafından topraktan toplanmaktadır (Çetinkaya & Yıldız, 2018, s. 485). Toplama işlemi gerçekleştirilirken çirişin topraktan çıkan yeşil yaprakları kesilmektedir. Çiriş otunun yoğun olarak bulunduğu bölgeler çirişlik olarak adlandırılmaktadır. Bingöl yöresinde yoğun olarak çiriş çorbası, çiriş kavurması, çiriş gözlemesi, çiriş pilavı, çiriş salatası ve çiriş böreği olmak üzere çeşitli yemekler yapılmaktadır. İçerisine konulduğu yemeğe et lezzeti katan çiriş otu çiğ halde kötü bir koku sahip olması bakımından çiğ olarak tüketimi azdır (Okçu & Kaplan, 2017: 262). Çirişten yapıldığı bilinen en ünlü yemeklerin çiriş pilavı ve çirişli yumurta yemeği olduğu bilinmektedir. Bunun yanı sıra çiriş bitkisinin yaprakları henüz taze iken çiğ olarak tüketilebilmektedir. Çiriş kavurması yapılırken haşlanan çiriş bitkisinin yumurta ile kavrulduğu veya içerisine peynir eklenerek yufka ekmek eşliğinde tüketildiği görülmektedir. Ayrıca çirişin kaynatılarak bulgur ile birlikte pişirildiği ve katılaştıktan sonra servis edilen kaşıla adında yöresel bir yemeğin olduğu da bilinmektedir. Bulgurun yumuşayana kadar pişirilerek çiriş otunun eklendiği ardından pişen bulgura süt eklenerek tekrar pişirildiği sütlü gulik çorbası bulunmaktadır (Çetinkaya & Yıldız, 2018, s. 491; Apuhan & Beyazkaya, 2019, s. 35). Çiriş ketesi ise çiriş, yumurta, soğan kullanılarak hazırlanan iç malzemenin açılan yufkanın yarısına konularak yarım ay şeklinde tandırda veya sac tavının üzerinde pişirildiği Bingöl yöresine ait bir yiyecektir. Yurt dışında kullanımında ise bitkinin kökleri kullanılarak patates ve çeşitli tahıllarla aspodel adı verilen bir ekmek çeşidinin üretildiği bilinmektedir (Badayman vd., 2018, s. 53; Mil & Denk, 2015, s. 3).

Dünya mutfaklarına bakıldığında Akdeniz beslenme biçiminin bulunduğu İspanya, İtalya, Yunanistan gibi ülkelerde çiriş otunun yenilebilir bitki türü içerisinde mevcut olduğu görülmektedir. Ancak otların yapılan yemek içeriklerine rastlanmamıştır (Kyriazopoulos vd. 2011; Savo vd., 2019; Blanco-Salas vd., 2019).

Yöntem

Araştırmada, “disiplinler arası bütüncül bir bakış açısını esas alarak, araştırma problemini yorumlayıcı bir yaklaşımla incelemeyi benimseyen” nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır (Karataş, 2015, s. 66). Nitel araştırma desenleri içerisinde yer alan açıklayıcı/ tanımlayıcı durum çalışması tercih edilmiştir. Açıklayıcı durum çalışması, bir ya da iki durum hakkında bilgi vermek amacıyla kullanılan betimsel bir desendir (Aytaçlı, 2012, s. 3). Bu araştırmada da açıklayıcı durum çalışması kapsamında Çiriş otunun, Bingöl mutfak kültüründeki yerinin tespit edilmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda, kartopu örnekleme tekniğiyle 11 kadın katılımcıya ulaşılmıştır. Kadın katılımcıların seçilmesinin nedeni ise, kadınların yöre mutfağında daha etkin bir rol almasıdır. Bu sayede çiriş otuyla ilgili daha kapsamlı bilgiye ulaşılabileceği düşünülmüştür. Araştırmada kullanılan verilerin toplanabilmesi için gerekli olan etik kurul izin belgesi Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Etik Kurulu'nun 24/01/2023 tarihi ve 73416 karar/sayı numarası ile alınmıştır.

Araştırma için öncelikle literatürde yer alan çalışmalar geniş ölçekte taranmıştır. Belirlenen konu kapsamında önemli görülen konu başlıkları, vurgulanması gereken kavramlar ve çalışmanın sınırlılıkları belirlenmiştir. Bu doğrultuda araştırmanın amacı göz önünde bulundurularak yarı yapılandırılmış görüşme formu hazırlanmıştır.

Hazırlanan yarı yapılandırılmış görüşme formu, iki bölümden oluşmaktadır. İlk bölümde katılımcıların demografik özelliklerine (yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu, memleket ve meslek) ilişkin sorular yer almaktadır. İkinci bölümde ise, katılımcılara çiriş otuna ilişkin 10 soru yöneltilmiştir. Bu sorulara, Tablo 1’de yer verilmiştir.

Tablo 1. Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formunda Katılımcılara Yöneltilen Açık Uçlu Sorular

Çiriş otunu yılın hangi döneminde ve nereden temin ediyorsunuz? Satın alıyorsanız nereden satın alıyorsunuz?
Çiriş otu kullanarak hazırladığınız yemekler nelerdir? Tariflerini anlatabilir misiniz?
Çiriş otunu çay olarak tüketiyor musunuz? Tüketiyorsanız nasıl hazırlıyorsunuz?
Çiriş otunu tüketme nedenleriniz nelerdir? Lütfen açıklayınız.
Bingöl yöresinde çiriş otuyla hazırlanan yemekler nelerdir? Lütfen açıklayınız.
Sizce çiriş otu, yemeğe ne gibi katkılar sağlamaktadır? Lütfen açıklayınız.
Çiriş otunu çiğ mi yoksa pişirerek mi tüketmeyi tercih ediyorsunuz? Pişmişse nasıl tüketiyorsunuz? Çiğse nasıl tüketiyorsunuz?
Çiriş otuyla yapılan yemekleri kimlerden öğrendiniz?
Çiriş otunu hangi gıdalarla birlikte tüketmektesiniz?
Bingöl yöresinde yiyecek içecek işletmelerinde bu yemek yer alıyor mu?

Görüşmeler, 7 Haziran-15 Haziran 2021 tarihleri arasında toplam 11 kadın katılımcıyla gerçekleştirilmiştir. Elde edilen veriler, betimsel analiz tekniğiyle analiz edilmiştir. Katılımcıların demografik özellikleri ve çiriş otuna ilişkin görüşleri frekans ve yüzde analizi yapılarak tablolaştırılmıştır. Tablolar, araştırmacı tarafından yorumlanmış ve katılımcıların dikkat çekici ifadelerine doğrudan alıntılar yapılarak araştırmada yer verilmiştir.

Bulgular ve Yorumlar

Araştırmanın bu kısmında, elde edilen bulgular analiz edilmiştir. Araştırma toplam 11 kadın katılımcıyla gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların yaş durumlarına bakıldığında en küçüğünün 21, en büyüğünün ise 62 yaşında olduğu görülmektedir. Medeni durumuna bakıldığında, %72,7 gibi büyük bir oranının evli olduğu %27,3 gibi düşük bir oranının da bekâr olduğu görülmektedir. Katılımcıların %27,3 gibi büyük bir oranı lise ve üniversite mezunudur. Memleketleri incelendiğinde %72,7’si İstanbul’da, %27,3’ü ise Bingöl’de doğmuştur. Katılımcılar, çeşitli meslek gruplarında yer almaktadır, ancak %28 gibi büyük bir oranının ev hanımı olduğu görülmektedir.

Tablo 2. Katılımcıların demografik değişkenlerine ait bilgiler

Katılımcılar	Yaş	Cinsiyet	Medeni Durum	Eğitim Durumu	Memleket	Meslek
K1	32	Kadın	Evli	Ön Lisans	İstanbul	Gıda Teknikeri
K2	45	Kadın	Bekâr	Lise	İstanbul	Bankacı
K3	21	Kadın	Bekâr	Üniversite	İstanbul	Aşçılık
K4	35	Kadın	Evli	Üniversite	İstanbul	Ev Hanımı
K5	36	Kadın	Evli	Lise	İstanbul	Eczacı Teknisyeni
K6	32	Kadın	Evli	Ön Lisans	İstanbul	Gıda Teknikeri
K7	50	Kadın	Evli	İlköğretim	Bingöl	Ev Hanımı
K8	29	Kadın	Evli	Üniversite	İstanbul	Hemşire
K9	62	Kadın	Evli	İlköğretim	Bingöl	Serbest Meslek
K10	59	Kadın	Evli	Lise	Bingöl	Ev Hanımı
K11	28	Kadın	Bekâr	Lisansüstü	İstanbul	Endüstri Mühendisi

Araştırmanın ikinci bölümünde, çiriş otuyla ilgili sorulara yer verilmiştir. Katılımcılara ilk olarak; “Çiriş otunu yılın hangi döneminde ve nereden temin ediyorsunuz? Satın alıyorsanız nereden satın alıyorsunuz?” sorusu yöneltilmiştir. Katılımcılar, çiriş otunu ilkbaharda tükettiklerini ifade etmiştir. Katılımcılardan 9’u (%81,8) çiriş otunu pazar, manav gibi satış yerlerinden aldığını belirtmiştir. K9, çiriş otunu dağlardan topladığını ifade etmiştir. K11 ise, satın almadıklarını köyden gelen akrabalarının kendilerine çiriş otu getirdiğini belirtmiştir. K7; “Şimdi satın alıyoruz. Eskiden tabii topluyorduk. Köydeyken topluyorduk. Toplarken bıçakla kenarından girip kesiyorsun böyle. Yani hafif toprağa giriyorsun” şeklindeki ifadeyle çiriş otunu toplama yöntemini aktarmıştır.

Katılımcılara “Çiriş otu kullanarak hazırladığınız yemekler nelerdir? Tariflerini anlatabilir misiniz?” sorusu yöneltilmiştir. Katılımcılardan yalnızca K11, çiriş otunu tüketmediğini belirtmiştir. Tüketen 10 katılımcının ifade ettiği yemekler, Tablo 3’de verilmiştir. Tablo incelendiğinde %28,6 oranıyla kavurma ve pilavın en sık ifade edilen yemekler olduğu görülmüştür.

Tablo 3. Çiriş otu kullanılarak hazırlanan yemekler

Çiriş Otuyla Yapılan Yemekler	%	Katılımcılar
Kavurma	28,6	K1, K4, K5, K6, K7, K8,
Pilav	28,6	K2, K3, K5, K7, K9, K10
Börek	23,8	K1, K5, K6, K7, K10
Çorba	19,0	K3, K4, K9, K10

Not: Her katılımcı birden fazla yanıt vermiştir.

Tablo 4, tablo 5, tablo 6 ve tablo 7’de katılımcıların ifade ettiği çiriş otuyla hazırlanan yemeklerin tarifleri yer almaktadır. Katılımcılar %28,6 oranıyla çiriş otu kavurmasının yapıldığını belirtmişlerdir. Çiriş otu kavurması Tablo 4’te yer verildiği şekildedir.

Tablo 4. Çiriş otu kavurması

Çiriş Otu Kavurması	
Malzemeler	Miktar (Birim Ölçüsü)
Çiriş Otu	1 kg
Tereyağı	30 gr
Tuz	Bir miktar

Tablo 5. Çiriş otu kavurması (devamı)

Hazırlanışı
Çirişler yıkanır. İçerisine soğuk su ve tuz konulup kaynaması için ocağa alınır. Kaynadıktan sonra süzgece alınır ve süzülür. Ardından elle suyu sıkılarak suyu çıkarılır. Tereyağı bir tencerede eritilir. Elle sıkılan çirişler kızgın tereyağının içine atılarak kavrulur. Kavrulduktan sonra isteğe bağlı olarak dövülmüş sarımsak konulabilir ya da yumurta kırılabilir.

Katılımcılar tarafından %28,6 oranıyla çiriş otuyla pilav yapıldığı ifade edilmiştir. Pilavın tarifi Tablo 6'daki gibi aktarılmıştır.

Tablo 6. Çiriş otu pilavı

Çiriş Otu Pilavı	
Malzemeler	Miktar (Birim Ölçüsü)
Çiriş Otu	Yarım kg
Bulgur	450 gr
Sıvı yağ	Yarım çay bardağı
Tereyağı	50 ml
Sıcak su	700 ml
Tuz	Bir miktar

Hazırlanışı
Tereyağı ve sıvıyağ bir tencereye alınır ve pişirilir. Çirişler yıkanır. Küp küp doğranır. Çiriş otu, yağın içerisine konur. Yağda kavrulur. Ardından bulgur yıkanır ve tuz ile birlikte tencerenin içerisine ilave edilir. Son olarak sıcak su konulur. Yemek piştikten sonra demlendirilir.

Katılımcılar; %23,8 oranıyla çiriş otu gözlemesi/böreğinin yapıldığını belirtmişlerdir. Gözlemenin tarifi tablo 7'de verildiği gibidir.

Tablo 7. Çiriş otu gözlemesi/böreği

Çiriş Otu Gözlemesi/ Böreği	
Malzemeler	Miktar (Birim Ölçüsü)
Çiriş Otu	1 kg
Yufka	6 adet
Sıvı yağ	45 ml
Soğan	1 adet
Tuz	Bir miktar

Hazırlanışı
Çirişler yıkanır. Sıcak su içerisinde bir süre (5 dk) bekletilir. Ardından su süzgeç yardımıyla süzdürülür. Bir tencere içerisine sıvı yağ konulur ve ardından kuru soğan eklenerek kavrulur. Soğanlar pembeleştikten sonra içerisine çiriş otu ve tuz eklenir. İsteğe bağlı olarak içerisinde pul biber, karabiber gibi çeşitli baharatlar atılır. Kavurma işleminin ardından çiriş otu yufkanın içerisine konulur. Yufka kapatılarak saça ya da ocakta pişirilir.

Katılımcılar %19,0 oranıyla çiriş otundan çorba yapıldığını ifade etmiştir. Çiriş otuyla yapılan çorba tarifine tablo 8'de yer verilmiştir.

Tablo 8. Çiriş otu çorbası

Çiriş Otu Çorbası	
Malzemeler	Miktar (Birim Ölçüsü)
Çiriş Otu	250 gram
Bulgur	70 gr
Süt	1 lt
Hazırlanışı	
Çiriş otu suyla haşlanır (suyun çirişi kaplayacak şekilde olması yeterlidir).	
Ardından içerisine pişmesi için bulgur da ilave edilir.	
Çiriş otu yumuşadığında 1 litre süt içerisine ilave edilir. Kaynatılır.	
Kaynatıldıktan sonra yarım çay bardağı bulgur katılır.	

Katılımcılara “Çiriş otunu çay olarak tüketiyor musunuz? Tüketiyorsanız nasıl hazırlıyorsunuz?” sorusu yöneltilmiştir. Katılımcıların tümü (%100) çiriş otunu çay olarak tüketmediğini ifade etmiştir.

Katılımcılara “Çiriş otunu tüketme nedenleriniz nelerdir? Lütfen açıklayınız.” sorusu yöneltilmiştir. Verilen yanıtlar, tablo 9’da görüldüğü üzere “sağlık”, “lezzet” ve “alışkanlık” kategorisi altında toplanmıştır. Tablo incelendiğinde %46,7 oranıyla bireylerin sağlıklı olması nedeniyle çiriş otunu tükettikleri tespit edilmiştir.

Tablo 9. Katılımcıların Çiriş Otunu Tüketme Nedenleri

Tüketme Nedenleri	%	Katılımcılar
Sağlık	46,7	K1, K3, K4, K8, K9, K10, K11
Lezzet	26,7	K1, K2, K5, K6,
Alışkanlık	26,7	K6, K7, K8, K9

Not: Her katılımcı birden fazla yanıt vermiştir.

Katılımcılardan K7, bu konuyla ilgili düşüncelerini “Köyde olduğumuz için kullanıyoruz yoksa çok özel bir şeyi yok. Bizim köyde aslında çok kullanılmıyor. Diğer köylerde daha çok kullanılıyor. Yok, sağlığa yararlı olduğunu düşünmüyorum. Herkes sevmiyor kokusu birazcık değişiktir” şeklinde ifade etmiştir. Bir başka katılımcı olan K10 ise; “Ya bildiğim yöremizin sebzesi mi bitkisi mi, bildiğimiz bir ot. O nedenle severek yiyoruz. Kokusu bizce güzel. Bildiğimiz bir şey olduğu için güzel. Tadı da çok güzel. Alışkanlık, bildiğimiz tanıdığımız kendi yöremizin. Sağlıklı olduğunu düşünüyorum çünkü dağlardan toplanıyor. İlkbaharda toplanıyor. Zaten bir sezonu var bitiyor” şeklindeki ifadeleriyle görüşlerini bildirmiştir.

Katılımcılara “Bingöl yöresinde çiriş otuyla hazırlanan yemekler nelerdir? Lütfen açıklayınız” sorusu yöneltilmiştir. Verilen yanıtlar, tablo 10’da verilmiştir. Katılımcıların üçü (K6, K8 ve K11) Bingöl yöresinde çiriş otuyla hangi yemeklerin hazırlandığını bilmediğini ifade etmiştir. Bu nedenle, üç katılımcının ifadelerine tabloda yer verilmemiştir. Tablo incelendiğinde katılımcıların, Bingöl’de %33,3 oranıyla çiriş otuyla en çok pilav yapıldığını ifade ettiği görülmüştür.

Tablo 10. Katılımcıların Bingöl Yöresinde Çiriş Otuyla Hazırlanıldığını İfade Ettiği Yemekler

Bingöl Yöresinde Çiriş Otuyla Yapılan Yemekler	%	Katılımcılar
Pilav	33,3	K2, K3, K4, K5, K7, K9, K10
Çorba	28,6	K2, K3, K4, K7, K9, K10
Kavurma	19,0	K1, K5, K7, K10
Börek	19,0	K1, K5, K7, K9

Not: Her katılımcı birden fazla yanıt vermiştir.

Katılımcılara “Sizce çiriş otu, yemeğe ne gibi katkılar sağlamaktadır? Lütfen açıklayınız” sorusu yöneltilmiştir. Katılımcıların verdikleri yanıtlara tablo 11’de yer verilmiştir. Katılımcılardan biri (K11), bir bilgisinin olmadığını ifade etmiştir. Bir diğer katılımcı (K7) ise, sağlığa bir yararının olmadığını, lezzetini ise beğenen çok fazla kişinin bulunmadığını ifade etmiştir. Bu nedenle iki katılımcının ifadeleri tabloda yer almamıştır. Tablo incelendiğinde, katılımcıların %61,5 ile çiriş otunu sağlıklı olmasını bir katkı olarak değerlendirdiği görülmüştür.

Tablo 11. Çiriş Otu Yemeğe Katkıları

Yemeğe Katkıları	%	Katılımcılar
Sağlıklı	61,5	K1, K2, K3, K5, K6, K8, K9, K10
Lezzetli	38,5	K1, K4, K5, K6, K8

Not: Her katılımcı birden fazla yanıt vermiştir.

Katılımcılardan K10; “Yöresel bir yemek olduğu için en azından hani yöresel bir yemek o da değişik bir tadı var. Değişik bir sebze türü” şeklindeki ifadeleriyle düşüncelerini belirtmiştir. K4 ise “C vitamini kaynağı, antioksidan içerir” ifadesiyle sağlığa yararlı olduğunu ifade etmiştir.

Katılımcılara “Çiriş otunu çiğ mi yoksa pişirerek mi tüketmeyi tercih ediyorsunuz? Pişmişse nasıl tüketiyorsunuz? Çiğse nasıl tüketiyorsunuz?” sorusu yöneltilmiştir. Katılımcıların tümü (%100) çiriş otunu pişirerek tükettiğini çiğ olarak tüketiminin bulunmadığını ifade etmiştir.

Katılımcılara “Çiriş otuyla yapılan yemekleri kimlerden öğrendiniz?” sorusu yöneltilmiştir. Katılımcıların tümü (%100) çiriş otunu annelerinden yapmayı öğrendiklerini ifade etmiştir.

Katılımcılara “Çiriş otunu hangi gıdalarla birlikte tüketmektesiniz?” sorusu yöneltilmiştir. Katılımcıların verdikleri yanıtlar, tablo 12’de yer verilmiştir. Katılımcılardan birinin (K11) “sade” olarak tükettiğini ifade etmesi nedeniyle katılımcının ifadesi tabloda yer verilmemiştir. Tablo incelendiğinde %35,0 oranıyla çiriş otuyla en sık yoğurdun tüketildiği tespit edilmiştir.

Tablo 12. Çiriş Otuyla Birlikte Tüketilen Gıdalar

Tüketilen Gıdalar	%	Katılımcılar
Yoğurt	35,0	K1, K2, K4, K5, K6, K7, K10
Bulgur	20,0	K7, K8, K9, K10
Pirinç	10,0	K3, K5
Çay	10,0	K5, K10
Soğan	5,0	K8
Sarımsak	5,0	K7
Nane	5,0	K9
Biber	5,0	K9
Kızarmış ekmek	5,0	K2

Not: Her katılımcı birden fazla yanıt vermiştir.

Katılımcılara “Bingöl yöresinde yiyecek içecek işletmelerinde bu yemek yer alıyor mu?” sorusu yöneltilmiştir. Katılımcıların 10’u (%90,9) konu hakkında bilgilerinin olmadığını ifade etmiştir. Yalnızca bir katılımcı (K10), yiyecek içecek işletmelerinde çiriş otuyla yapılan yemeklerin bulunmadığını ifade etmiştir.

SONUÇ

Araştırmada çiriş otunun Bingöl mutfağındaki yeri tespit edilmeye çalışılmıştır. Bu kapsamda birtakım sonuçlar elde edilmiş ve bu sonuçlar doğrultusunda öneriler geliştirilmiştir.

Okçu ve Kaplan'ın (2017) araştırmasında ifade ettiği üzere çiriş otuyla hazırlanan birçok ürün (çiriş salatası, çiriş yumurta yemeği vb.) bulunmaktadır. Ancak araştırma sonucunda, katılımcıların yalnızca dört farklı (kavurma, pilav, börek, çorba) yemek hazırlandığını ifade ettikleri görülmüştür. Bu durum çiriş otuyla hazırlanan yemeklerin çeşitlerinin bilinirliğinin az olduğunu göstermektedir. Katılımcıların Bingöl yöresinde çiriş otuyla hazırlanan yemeklere örnek olarak aynı yemekleri (kavurma, pilav, börek, çorba) ifade etmesi bu durumu desteklemektedir. Aynı zamanda katılımcıların tümünün (%100) çiriş otunu çay olarak tüketmediğini belirtmesi de benzer bir sonuç vermektedir. Neticesinde, bireylerin çiriş otunu kullanım çeşitlerinin az olduğu ifade edilebilmektedir. Savo vd. (2019) İtalya'nın mutfak kültüründe yabancı otların kullanımı üzerine yazdıkları makalede benzer bir durum tespit edilmiştir. Makalede "Asphodelus" olarak geçen çiriş otunun yörede mevcut olduğu ancak yemeklerde kullanımının yaygın olmadığı ifade edilmiştir. Araştırmada bu tür yabancı otların İtalya tarihinin ve kültürünün bir parçası olduğu belirtilmiştir. Türk mutfak kültürü için de aynı yorumda bulunabileceği düşünülmektedir.

Katılımcıların %46,7 gibi büyük bir çoğunluğu sağlıklı olduğunu düşündükleri için çiriş otunu tükettiklerini belirtmiştir. Ancak katılımcıların otun sağlıklı olduğunu düşünmelerinin ana sebebi dağda yetişmesi çıkarımına dayalıdır. Bir başka ifadeyle katılımcılar bilimsel bir bilgiyle değil kendi çıkarımlarıyla otun sağlıklı olduğunu atfetmektedirler. Esasında çiriş otunun sağlığa yararına ilişkin birçok araştırma (Aslantürk ve Çelik, 2013; Petrillo vd., 2016) bulunmaktadır. Bu kapsamda çiriş otunun sağlık yönünün topluma bilimsel olarak anlatılmasının otun kullanımını yaygınlaştıracağı düşünülmektedir.

Katılımcıların tümünün (%100) çiriş otuyla ilgili yemekleri annelerinden öğrenmeleri, %36,4 oranıyla çiriş otunu tüketme nedenlerinin alışkanlık olması bireylerin ailelerinden kazandıkları mutfak alışkanlıklarını sürdürdüklerini göstermektedir. Her ne kadar ailelerin mutfak alışkanlıklarını sürdürmeleri olumlu olarak değerlendirilse de bir noktada olumsuz bir durumdur. İspanya'da yabancı otları korumak için Natura 2000 Ağı'na (Avrupa Birliği içerisinde belirlenmiş doğal çevre koruma ağı) katılmıştır (Blanco-Salas vd., 2019). Türkiye'de de bu kapsamda daha stratejik ve bilimsel çerçevede yol alınması önemli görülmektedir.

Araştırma sonucunda karar alıcılara, aşçılar ve işletmelere ve son olarak araştırmacılara yönelik birtakım öneriler geliştirilmiştir.

Karar Alıcılara Yönelik Öneriler

- Türk Patent ve Marka Kurumu'nun (2023) sitesi incelendiğinde Bingöl'ün coğrafi işaret alan ürünleri arasında çiriş otuyla yapılan yemeklerin bulunmadığı görülmektedir. Bu kapsamda, yemekler için coğrafi işaret başvurusunda bulunulabilir. Aynı zamanda diğer illerinde çiriş otunu içeren herhangi bir ürün ya da yemeğiyle coğrafi işaret almadığı görülmektedir.
- Bingöl İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü web sitesi ve Türkiye Kültür Portalı'nda (2023) Bingöl'ün "Geleneksel Mutfak" sayfası incelendiğinde çiriş otuyla ilgili bilgilere ya da yemeklere rastlanmamıştır. Bu noktada çiriş otuyla ilgili bilgilere yer verilebilir, diğer yemeklerde olduğu gibi tarifler paylaşılabilir. Aynı zamanda Türkiye Kültür Portalı'nda (2023) önerilen "seyahat hatırası" olarak çiriş otuna yer verilebilir.

- Çiriş otu ilkbaharda ortaya çıkan bir ottur. Bu dönemde otun bilinirliğini arttırmak amacıyla festivaller düzenlenmelidir. Festivalde, çiriş otu hakkında bilgi verilmeli, yemekler yapılarak bireylerin çiriş otunu denemesi sağlanmalıdır.
- Çiriş otunun kullanımı yalnızca mutfak kültüründe bulunan bireylerle sınırlı kalmamalıdır. Bu nedenle aşçılık, gastronomi ve mutfak sanatları alanlarında kurs ve ders veren kurumlarda çiriş otuyla yapılan yemeklere yer verilmelidir.

Aşçılara ve İşletmelere Yönelik Öneriler

- Çiriş otuyla ilgili kısıtlı tariflerin olduğu görülmektedir. Bu nedenle çiriş otuyla ilgili reçete geliştirme çalışmaları yapılmalıdır. Özellikle katılımcıların da ifade ettiği gibi kokusu ve farklı tadı nedeniyle alışmamış bireylerin çiriş otunu tüketmesi zor olmaktadır. Bu nedenle yeni tariflerle, mevcut tariflerin modernizasyonu ile bireylerin aile mutfak kültüründe olmasa dahi sevebilmesi sağlanmalıdır.
- Tarif kitaplarında, yemek programlarında çiriş otuyla ilgili tariflerin daha sık yer alması sağlanmalıdır.
- Özellikle yöresel ürünler sunan işletmelerin menülerinde çiriş otuyla yapılmış yemeklere yer verilmesi önerilmektedir.
- Çiriş otu, konserve haline getirilerek diğer mevsimlerde tüketilecek bir ürün haline dönüştürülebilir. Marketlerde satışı ve yiyecek içecek işletmelerinde kullanımı sağlanabilir.
- Katılımcılar (%81,8) çiriş otunu pazar yerlerinden aldıklarını ifade etmişlerdir. Marketlerin sebze reyonlarında, manavlarda (nadiren rastlanmaktadır) bu ürüne yer verilerek bulunabilirliği artırılabilir.

Araştırmacılara Yönelik Öneriler

- Çiriş otu gibi gün geçtikçe mutfak kültüründe kullanımı azalan yabani otlar üzerine detaylı araştırmalar gerçekleştirilebilir.

Beyan

Makalenin tüm yazarlarının makale sürecine verdikleri katkı eşittir. Yazarların bildirmesi gereken herhangi bir çıkar çatışması yoktur. Araştırmada kullanılan verilerin toplanabilmesi için gerekli olan etik kurul izin belgesi Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Etik Kurulu'nun 24/01/2023 tarihi ve 73416 karar/sayı numarası ile alınmıştır.

KAYNAKÇA

- Apuhan, A. K. & Beyazkaya, T. (2019). Bingöl'ün yenilebilir yabani bitkilerinin gastronomi turizmine etkisi üzerine bir araştırma. *Tourism and Recreation*, 1(1), 31-37.
- Arslan, D., Aslan, E. & Bilmez Özçınar, A. (2020). *Plant Species Known and Used as Asphodel in Turkey*. G. Özyazıcı (Ed.), *Research in Medicinal and Aromatic Plants*, içinde (pp. 291-312), Ankara: İksad Publishing House.
- Aslantürk, Ö. S., & Çelik, T. A. (2013). Investigation of antioxidant, cytotoxic and apoptotic activities of the extracts from tubers of *Asphodelus aestivus* Brot. *African Journal of Pharmacy and Pharmacology*, 7(11), 610-621.

- Aytaçlı, B. (2012). Durum çalışmasına ayrıntılı bir bakış. *Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3(1), 1-9.
- Badayman, M., Dinçel, E. & Alçay, A. Ü. (2018). Çiriş otu ve Türk mutfağında kullanımı. *Aydın Gastronomy*, 2(1), 51-55.
- Bilgöl İl Kültür ve Turizm Bakanlığı (2023). <https://bingol.ktb.gov.tr/TR-57172/turizm-aktiviteleri.html> (Erişim: 17.06.2023).
- Blanco-Salas, J., Gutierrez-Garcia, L., Labrador-Moreno, J., & Ruiz-Tellez, T. (2019). Wild plants potentially used in human food in the Protected Area "Sierra Grande de Hornachos" of Extremadura (Spain). *Sustainability*, 11(2), 456.
- Bursal, E., Güzel, E. & Remzi, B. (2013). Çiriş otunun (*asphodelus aestivus*) antioksidan aktivitesinin belirlenmesi. *Muş Alparslan Üniversitesi Fen Bilimleri Dergisi*, 1(1), 17-25.
- Ceylan, F. & Şahingöz, S. A. (2019). Yenilebilir otlar tüketim alışkanlığı: düziçi örneği (edible herbs habitual). *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 2204, 2225.
- Çetinkaya, N. & Yıldız, S. (2018). Erzurum'un yenilebilir otları ve yemeklerde kullanım şekillerine yönelik bir araştırma. *Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 482-503.
- Di Petrillo, A., González-Paramás, A. M., Era, B., Medda, R., Pintus, F., Santos-Buelga, C., & Fais, A. (2016). Tyrosinase inhibition and antioxidant properties of *Asphodelus microcarpus* extracts. *BMC complementary and Alternative Medicine*, 16(1), 1-9.
- Güvenç, İ. & Kaya, Y. (1996). Erzurum'da sebze olarak değerlendirilen yöresel bazı bitkiler/local wild plants used as vegetable in Erzurum. *Atatürk Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi*, 27(3).
- Ham, S. S., Oh, D. H., Hong, J. K. & Lee, J. H. (1997). Antimutagenic effects of juices from edible Korean wild herbs. *Preventive Nutrition and Food Science*, 2(2), 155-161.
- Karaca, O. B., Yıldırım, O. & Çakıcı, C. (2015). gastronomi turizmde otlar, ot yemekleri ve sağlıkla ilişkisi üzerine bir değerlendirme. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 27, 42.
- Karataş, F., Bektaş, İ., Birişik, A., Aydın, Z. & Kurtul, A. (2011). Çiriş otunda (*asphodelus aestivus* l.) suda çözünen bazı bileşiklerin araştırılması. *Süleyman Demirel Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Fen Dergisi*, 6(1), 35-39.
- Karataş, Z. (2015). Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri. *Manevi Temelli Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, 1 (1), 62-80.
- Kyriazopoulos, A. P., Fotiadis, G., Parissi, Z. M., & Abraham, E. M. (2011). Edible plant species in rangeland ecosystems of Crete, Greece. In *Grassland farming and land management systems in mountainous regions. Proceedings of the 16th Symposium of the European Grassland Federation, Gumpenstein, Austria, 29th-31st August, 2011* (pp. 505-507). Agricultural Research and Education Center (AREC) Raumberg-Gumpenstein.
- Malmir, M., Serrano, R., Caniça, M., Silva-Lima, B. & Silva, O. (2018). A comprehensive review on the medicinal plants from the genus *Asphodelus*. *Plants*, 7(1), 20.

- Mil, B. & Denk, E. (2015). Erzurum Mutfağı Yöresel Ürünlerin Otel Restoran Menülerinde Kullanım Düzeyi: Palandöken Örneği. *International Journal of Social and Economic Sciences*, 5(2), 01-07.
- Okcu, Z. & Kaplan, B. (2018). Doğu Anadolu bölgesinde gıda olarak kullanılan yabani bitkiler. *Türk Tarım-Gıda Bilim ve Teknoloji Dergisi*, 6(3), 260-265.
- Rajasab, A. H. & Isaq, M. (2004). Documentation of folk knowledge on edible wild plants of North Karnataka. *Indian Journal of Traditional Knowledge*, 3(4), 419-429
- Savo, V., Salomone, F., Bartoli, F., & Caneva, G. (2019). When the local cuisine still incorporates wild food plants: The unknown traditions of the Monti Picentini Regional Park (Southern Italy). *Economic Botany*, 73, 28-46.
- Siriamornpun, S., Sriket, C. & Sriket, P. (2014). Phytochemicals of Thai local edible herbs. *International Food Research Journal*, 21(3), 1009- 1016.
- Şimşek, A., Durmuş, E. N. İ. & Çakmak, S. D. (2020). Yenilebilir otlar ve yemeklerde kullanım şekilleri: kastamonu örneği. *Tourism and Recreation*, 2(1), 8-12.
- Tabuti, J. R. S., Dhillion, S. S. & Lye, K. A. (2004). The status of wild food plants in Bulamogi County, Uganda. *International Journal of Food Sciences and Nutrition*, 55(6), 485-498.
- Tugay, O., Bağcı, İ., Ulukuş, D., Özer, E. & Canbulat, M. A. (2012). Wild plants using as food of Kurucuova town (Beyşehir, Konya/Turkey). *Biological Diversity and Conservation*, 5(3), 140-145.
- Türk Patent ve Marka Kurumu (2023) <https://ci.turkpatent.gov.tr/cografi-isaretler/liste?il=12> (Erişim: 17.06.2023).
- Türkiye Kültür Portalı (2023). <https://www.kulturportali.gov.tr/turkiye/bingol> (Erişim: 17.06.2023).
- Urhan, Y., Ege, M. A., Öztürk, B. & Elgin Cebe, G. (2016). Türkiye gıda bitkileri veritabanı. *Ankara Üniversitesi Eczacılık Fakültesi Dergisi*, 40(2), 43-57.
- Vishwakarma, K. L. & Dubey, V. (2011). Nutritional Analysis Of Indigenous Wild Edible Herbs Used Ineastern Chhattisgarh, India. *Emirates Journal of Food and Agriculture*, 554-560.
- Yazmış, E. & Özpınar, A. (2019). Çiriş otu (*Asphodelus aestivus* Brot.) ile biyolojik mücadelede *Capsodes infuscatus* Brulle'un kullanım olanağının araştırılması. *Türkiye Biyolojik Mücadele Dergisi*, 10(2), 93-103.

The Place of Çiriş Grass in Culinary Culture: The Case of Bingöl Province

Elif KAYMAZ

Sakarya University of Applied Sciences, Faculty of Tourism, Sakarya/Türkiye

Sevim USTA

Sakarya University of Applied Sciences, Faculty of Tourism, Sakarya/Türkiye

Extended Summary

Asphodelus, one of the edible herbs, is known as a herb used in various dishes in the regional cuisines of Southeastern Anatolia, Eastern Anatolia, Aegean and Mediterranean regions in Turkey.

It is one of the renewable plants. It is known as a plant that is used in a variety of local cuisines of Southeastern Anatolia, Eastern Anatolia, Aegean and Mediterranean regions in Turkey. It is consumed especially in Bingöl region. After being collected from mountainous areas, washed and filtered, it is added to the meals by roasting or boiling methods. It gives meat flavor to the dishes. However, it is known that it has a bad odor when consumed raw, so raw consumption is less. A delicious local dish is created by pairing suitable parts of asparagus with various additional ingredients such as bulgur, egg and rice. The reason for choosing asparagus as the subject of study is that there are limited studies on its use in kitchens. In this direction, the aim of the research is to determine the place of aspen in Bingöl cuisine culture. With this study, it is aimed to contribute both to the academic literature and to the promotion of asparagus, which is seen as a disappearing flavor.

Qualitative research method was used in the research. The explanatory/descriptive case study, which is one of the qualitative research designs, was preferred. In this research, it is aimed to determine the place of Asphodelus in Bingöl culinary culture within the scope of explanatory case study. In this direction, 11 female participants were reached by snowball sampling technique. Considering the purpose of the research, a semi-structured interview form was prepared. The semi-structured interview form prepared consists of two parts. In the first part, there are questions about the demographic characteristics of the participants (age, gender, marital status, education level, hometown and occupation). In the second part, 10 questions were asked to the participants about the weed. Interviews were held between 7 June and 15 June 2021 with a total of 11 female participants. The obtained data were analyzed with descriptive analysis technique. The demographic characteristics of the participants and their views on weed were tabulated by frequency and percentage analysis. The tables were interpreted by the researcher and the remarkable statements of the participants were included in the research by making direct quotations.

Considering the age of the participants, it is seen that the youngest is 21 and the oldest is 62 years old. Looking at their marital status, it is seen that 72.7% of them are married and a low rate of 27.3% are single. A large 27.3% of the participants are high school and university graduates. When their hometowns are examined, 72.7% were born in Istanbul and 27.3% were born in Bingöl. The participants are in various occupational groups, but it is seen that 28% of them are housewives.

In the second part of the research, questions about the aspen grass were included. First of all, to the participants; "Which time of the year and where do you get the asparagus? If you are buying, where do you buy it from?" question was posed. The participants stated that they consumed asparagus in the spring.

“What are the dishes you prepare using asparagus? Can you explain your recipes?” question was posed. Only K11 of the participants stated that they did not consume asparagus. It was seen that roasting and pilaf were the most frequently expressed dishes with a rate of 28.6%.

The participants were asked, “Do you consume asparagus as tea? If you are consuming, how do you prepare it?” question was posed. All of the participants (100%) stated that they do not consume asparagus as tea.

“What are your reasons for consuming asparagus? Please explain.” question was posed. The answers given were grouped under the categories of “health”, “taste” and “habit”.

“What are the dishes prepared with asphodelus in Bingöl region? Please explain” was asked. Three of the participants (K6, K8 and K11) stated that they do not know which dishes are prepared with asphodelus in the Bingöl region. It was seen that in Bingöl, 33.3% stated that rice is mostly made with asphodelus.

The participants were asked, “What do you think, what kind of contributions does aspen grass provide to the food? Please explain” was asked. One of the participants (P11) stated that he had no knowledge. Another participant (P7) stated that it has no health benefits and that there are not many people who like its taste. Therefore, the statements of two participants were not included. It was seen that 61.5% of the participants evaluated the health of asparagus as a contribution.

The participants were asked, “Do you prefer to consume asparagus raw or cooked? How do you consume it if it is cooked? If it's raw, how do you consume it?” question was posed. All of the participants (100%) stated that they consumed asparagus by cooking and not consumed raw.

Ask the participants, “From whom did you learn about the dishes made with asparagus?” question was posed. All of the participants (100%) stated that they learned how to make asparagus from their mothers.

The participants were asked, “Which foods do you consume asparagus with?” question was posed. Since one of the participants (P11) stated that he consumed "plainly", the statement of the participant was not included. It has been determined that yoghurt is consumed most frequently with asphodelus with a rate of 35.0%.

In the research, it was tried to determine the place of aspen in Bingol cuisine. In this context, some results have been obtained and suggestions have been developed in line with these results.

As Okçu and Kaplan (2017) stated in their research, there are many products (chiris salad, cheesy egg dish, etc.) prepared with asparagus. However, as a result of the research, it was seen that the participants stated that they prepared only four different meals (roasting, rice, pastry, soup). This situation shows that the awareness of the types of dishes prepared with asparagus is low. The fact that the participants expressed the same dishes (roasted, rice, börek, soup) as an example of the dishes prepared with asphodelus in the Bingöl region supports this situation. At the same time, not all of the participants (100%) stated that they did not consume asparagus as tea, giving a similar result. As a result, it can be stated that the variety of individuals' use of aspen grass is low.

The fact that all of the participants (100%) learned about the food related to asparagus from their mothers, and the reasons for consuming asparagus with a rate of 36.4% were habits, show that individuals continue the culinary habits they have acquired from their families. Although it is considered positive for families to maintain their kitchen habits, it is a negative situation at some point. The use of asparagus should not be limited only to individuals in the culinary

culture. For this reason, meals made with asparagus should be included in institutions that offer courses and courses in the fields of cookery, gastronomy and culinary arts. At the same time, it should be ensured that recipes related to aspen grass should be included more frequently in recipe books and cooking programs.

Weed is a grass that emerges in the spring. During this period, festivals should be organized in order to increase the awareness of the herb. In the festival, information should be given about the herb, and meals should be made and individuals should be allowed to try it.

It is seen that there are limited recipes about asparagus. For this reason, recipe development studies should be carried out on the herb. Particularly, as the participants stated, it is difficult for individuals who are not accustomed to consume weed due to its smell and different taste. For this reason, with new recipes, individuals should be able to love even if they are not in the family culinary culture.

During the research, it was seen that there was limited research on the health effects of asparagus. Researchers should bring to the literature various studies on the health effects of asparagus.

Ek 1. Etik Kurul İzni

Evrak Tarih ve Sayısı: 22.02.2023-E.76087



T.C.
SAKARYA UYGULAMALI BİLİMLER ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Etik Kurulu

Sayı : E-26428519-044-76087
Konu : Etik Kurul Kararı 28/13 "Arş. Gör. Elif
KAYMAZ"

22.02.2023

Sayın Elif KAYMAZ

Etik Kurulu'nun 21/02/2023 tarih ve 28 No'lu toplantısında almış olduğu on üçüncü maddesine (madde 13) ilişkin karar örneği aşağıda sunulmuştur.

Madde 13 – Arş. Gör. Elif KAYMAZ' in 24/01/2023 tarihli ve 73416 sayılı dilekçesi ve ekleri görüşmeye açıldı.

Yapılan görüşmeler sonunda Turizm Fakültesi Öğretim Elemanı **Arş. Gör. Elif KAYMAZ'** in hazırladığı "**Çiriş Otuunun Mutfak Kültüründeki Yeri: Bingöl İli Örneği**" başlıklı çalışmasının Etik açıdan **uygun** olduğuna oy birliğiyle karar verilmiştir.

Prof. Dr. Taki DEMİR
Kurul Başkanı

Ek: Başvuru dilekçesi ve ekleri (12 sayfa)

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Doğrulama Kodu :BS5BZSVRRC Pin Kodu :90013

Belge Takip Adresi :
https://ebys.subu.edu.tr/enVision/Validate_Doc.aspx?eD=BS5BZSVRRC&eS=76087

Adres:Etik Kurulu
Telefon No:0 264 616 00 09 Faks No:0 264 616 00 14
e-Posta:etik@subu.edu.tr Elektronik Ağ:www.subu.edu.tr
Kep Adresi:sakaryauygulamalibilimler@hs01.kep.tr

Bilgi için: Tülin Akdoğan
Unvanı: Birim Evrak Sorumlusu



Telefon No: 0 264 616 0225

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.