

4.4.

Geleneksel Yemekler

Murat DOĞDUBAY

*Prof. Dr., Balıkesir Üniversitesi,
Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, dogdubay@balikesir.edu.tr*

Göksel Kemal GİRGİN

*Doç. Dr., Balıkesir Üniversitesi,
Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, girgin@balikesir.edu.tr*

Mehmet SARIOĞLAN

*Doç. Dr., Balıkesir Üniversitesi,
Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, msarioylan82@yahoo.com.tr*

Samet ÇEVİK

*Doç. Dr., Bandırma Onyediy Eylül Üniversitesi,
Turizm ve Otel İşl. Programı, scevik@bandirma.edu.tr*

Melahat YILDIRIM SAÇILIK

*Doç. Dr., Bandırma Onyediy Eylül Üniversitesi,
Turizm ve Otel İşl. Programı, msacilik@bandirma.edu.tr*

Meziyet NARİN

*Öğr. Grv., Balıkesir Üniversitesi, Burhaniye Meslek Yüksek Okulu,
Otel, Lokanta ve İkram Hiz. Böl., mnarin@balikesir.edu.tr*

Semih SARIPEK

*Öğr. Grv. Bandırma Onyediy Eylül Üniversitesi,
Turizm ve Otel İşl. Programı, ssaripek@bandirma.edu.tr*

BALIKESİR MUTFAK KÜLTÜRÜ

Anadolu'nun kuzey batısında yer alan Balıkesir; Marmara ve Ege denizlerine kıyısı olan, doğal ve kültürel bakımdan zenginlikleri ile önemli bir turizm şehridir. Ayvalık, Edremit, Erdek gibi yerleşim bölgeleri deniz ile iç içeyken, Susurluk ve Bigadiç gibi yerleşim bölgeleri daha iç bölgelerde yer almaktadır. Dursunbey ve Sındırgı gibi dağlık bölgelerin yanında Gönen ve Havran gibi ovalık bölgeler ile deniz ikliminin etkili olduğu bölgelerin varlığı bu mutfağın zenginliğine de kaynaklık etmektedir.



Fotoğraf 1: İl Gıda Haritası

Kaynak: <https://www.balikesir.gov.tr/kurumlar/balikesir.gov.tr/Sayfalar/yatirimlarimiz/14.png>

Balıkesir yöresi yemek kültürü; Türk mutfak kültüründe de olduğu gibi coğrafi şartları ve çeşitli etnik grupları bünyesinde barındırması nedeni ile de zengin bir mutfak kültürüne sahiptir. Özellikle; Yörük, Çerkez, Muhacir, Boşnak, Manav, Türkmen, Çetmi ve Pomak gibi farklı kökenlerden gelen toplulukların varlığı zengin bir mutfak kültürü oluşturmuştur. Coğrafi anlamda Marmara Bölgesi'nde olsa da Ege kıyısına sahip olduğu için iki bölgenin de yemek kültüründen etkilenmiştir. Özellikle kendi topraklarında yetiştirdiği ürünler ve hayvancılıktan gelen süt ile et, mutfağın temelini oluşturmaktadır.

Balıkesir ili verimli topraklara sahip olduğu

için çok çeşitli ürünler yetiştirilmektedir. Her türlü sebze ve ot bulunmaktadır. İlin coğrafyasında tarıma elverişli toprakların büyük bir kısmında tahıl ekimi yapılmaktadır. Geri kalan kısımlarda ise baklagiller ve sanayi bitkileri yetiştirilmektedir. Baklagillerin en çok yetiştirildiği yöredir. İlde genel olarak yetiştirilen tarım ürünleri; tahıl ürünleri, susam, haşhaş, ayçiçeği, tütün, şeker pancarı, domates ve kavundur. Yetiştirilen diğer önemli ürünler ise tütün, taze fasulye, börülce, şeftali, elma ve mandalınadır. Çiçek soğanı yetiştiriciliğinde öncelikli iller arasında yer alan Balıkesir, Türkiye'de çiçek soğanı üretiminde 2. sırayı almıştır.



Fotoğraf 2: Pazardan Görünüm

Kaynak: https://www.balikesir.tarimorman.gov.tr/FotografGalerisi/20200512_Do%c4%9fru%20Adres%20Bal%c4%b1kesir/aa.jpg?RenditionId=3

Körfez bölgesinde zeytin üretiminin gelişmiş olması; yemeklerde zeytinyağı kullanımının yaygın olmasını ve zeytin kültürünün gelişmesini de sağlamıştır. Balıkesir yöresinde iç kesimlerde yemeklerde zeytinyağının yanında çiçek yağı ve tereyağı da kullanılmaktadır. Yörede hayvancılığın çok gelişmiş olması hayvansal ürünlerin ve süt ürünlerinin tüm sofralarda yerini almasına zemin hazırlamıştır.

Balıkesir mutfağının temel kaynağını "düğünlerde ve bayramlarda geçmişten günümüze yapılagelen yemekler" oluşturmaktadır. Bunun yanında eskiden beri sofralarda tüketilen yemekler ve günlük yemek alışkanlıklarından doğmuş yiyecekler bulunmaktadır.



Fotoğraf 3: Balıkesir Zeytinyağı

Kaynak: <https://etkinlikbalikesir.com/backend/api/assets/s/post-kopya-2..png>

Balıkesir Mutfak Özellikleri

İlgili alanyazında ve uygulamada; bir yerin mutfak özelliklerinin ortaya konulmak istenmesi durumunda; *mutfağın evin içerisindeki konumu, yemek pişirmede kullanılan ocaklar, yemek pişirmede kullanılan araç gereçler, öğün ve yemek yeme* özelliklerinin bilinmesi gerekmektedir (Demirel, H. ve Karakuş, H. 2019:1387).

Mutfağın evin içerisindeki konumu

Önceden evlerin giriş bölümünde bulunan ve “hayat” denilen mutfaklar, her odadan ulaşılabilen ve üzeri kapalı bir alan iken günümüzde ayrı bir bölüm olarak evin içinde bulunmaktadır.

Yemek pişirmede kullanılan ocaklar

Oldukça tasarruflu olan Balıkesirliler, geçmişte olduğu gibi bugün de bazı köylerde birkaç yemeği birden pişirebilmek için saycak, sacayağı (3 ayaklı say ocağı), saç ocak ve kuzine kullanmaktadırlar. Günümüz koşullarında gazlı ocak ve elektrikli fırınlar daha çok kullanılmaya başlanmıştır.

Yemek pişirmede kullanılan araç gereçler

Geçmişte toprak kap, emaye tencere, bakır tencere ve alüminyum tencere kullanılırken, günümüzde ise her ne kadar bakır tencerelerde pişen yemeklerin daha lezzetli olduğu düşünülse de kullanım kolaylığı ve pratikliği gibi nedenlerle daha çok çelik tencere, teflon tencere ve düdüklü tencere kullanılmaktadır.

Öğün ve Yemek Yeme

Yenilen öğün sayısı, çeşidi ve zamanı

Geçmişte sabah, öğle ve akşam olmak üzere gün içerisinde toplamda 3 öğün yenmekteydi. Sabah kahvaltısı yaz aylarında genellikle tarlada çalışıldığı için sabah ezanından hemen sonra yenirken, kış aylarında 07:30 – 08:30 arası, öğle yemekleri 12:30 – 13:30 arası, akşam yemekleri ise 18:30 – 20:30 arasında yenmekteydi.

Günümüzde ise sabah uyanma saati ve durumuna göre kahvaltı 08:30 – 10:30 arası, öğle yemeği 12:30 – 13:30 arası, akşam yemeği ise 18:30 – 20:30 arası yenmektedir.

Her öğün için yemek pişirmeye ayrılan süre

Balıkesir halkı öğünlerin hazırlanma aşamasına ayrılan süreye çok dikkat ederler. Bunun nedeni sahip oldukları işlerden kaynaklanmaktadır. Sabah kahvaltısına 15-20 dakika; öğlen yemeğine 30-40 dakika ve akşam yemeği için 60 dakika gibi süre ayırırlar.

Öğle ve akşam yemekleri için hazırlanan yemek çeşitleri

Geçmişte öğle yemekleri için genellikle 2 çeşit hazırlanırken günümüzde 3-4 çeşit hazırlanmaktadır. Akşam yemeği için geçmişte 3-4 çeşit hazırlanırken günümüzde ise 3-5 çeşit yemek hazırlanmaktadır.

Yemeğin nerede yendiği

Yemekler geçmişte yer sofrasında (kasnak üzerine konan büyük yuvarlak siniler üzerinde) yenirken, günümüzde ise zaman zaman masada ve zaman zaman yer sofrasında yenmektedir.

Kalabalık aile ortamlarında ve aileler bir araya toplanınca yemekler genellikle iki siniye paylaşılır ve herkes yere oturmakta ve o sininin içindeki tek bir tabakta yenmektedir.

Balıkesir Yemekleri

1. Askalı Burus (Şevketi Bostan): Etle otu karıştırarak çeşitli yemekler yapan Balıkesirliler, şevketi bostan otunun böbrek hastalıklarına iyi geldiğini bilmekte ve bu otla yapılan yemek ve salataları sıklıkla tüketmektedirler. Şevketi bostan otu magnezyum ve kalsiyum açısından zengin bir yapıya sahiptir. Kış hastalıklarının önüne geçebilen bu ot sayesinde kan dolaşımını, zihni güçlendirmek ve midedeki şişkinliği gidermek mümkün olmaktadır. Bu yüzden Balıkesirliler kuzu etiyle pişirerek şevketibostan otunun besleyiciliğini artırmayı sağlamaktadırlar. Bahar aylarında toplanan bu otla yapılan “Askalı burus” Balıkesir'in adalarında ve Bandırma ilçesinde genellikle Mart Nisan aylarında pişirilir.

2. Asma Yapraklı Pide: Balkanlardan Balıkesir'e taşınan geleneksel bir hamur işidir. Trakya mutfağında loznik ismiyle ya da asmalı pide, asma yapraklı göçmen pidesi gibi farklı adlarla da yapılmış sürdürülen bu hamur işine, Balıkesir'de de daha çok Pomak köylerinde rastlanılmakta ve asma yapraklı pita ismiyle bilinmektedir. Asma yapraklarının orijinalinde zeytinyağı ve mısır unu kullanılmaktadır ve asma yapraklarının tazedden kullanılması tercih edilir. Asma yapraklarının diğer malzemeleri arasında yoğurt, taze soğan, pırasa, maydanoz, taze nane, şeker, pul biber ve tuz yer almaktadır. Önemli bir yapım ritüeli barındıran asma yapraklıda öncelikle sini, zeytinyağı ile yağlandıktan sonra asma yaprakları sininin yanlarından taşacak şekilde döşenir. Boza kıvamına getirilmiş olan hamur, bu yaprakların üzerine yayıldıktan sonra siniden taşan yapraklar hamurun üzerine kapatılır. Diğer asma yaprakları da hamurun üzerini örtecek şekilde dizilir.

Geçmiş yıllarda daha çok sacayağı üzerinde, odun ateşinde ya da kuzinede pişirilen asma yapraklı, günümüzde tavada ya da sinide ocak üzerinde pişirilebilmektedir. Göç mutfağının en belirgin ürünlerinden olan asma yapraklı pide, Balıkesir'in Kapıdağ bölümünde (Bandırma, Erdek) halen sıklıkla yapılmaktadır.

3. Ayva Tatlısı–Elmasiye: Genellikle kış aylarının tatlısı olarak yapılan Balıkesir Burhaniye'nin enerji verici bir tatlısıdır. Ayvaların elma ve tarçının zengin aromasını alacak şekilde pişirilerek; süt, un ve şekerle elde edilen muhallebi ile birleştirilerek üzerine cevizle servisinin yapıldığı bir meyve tatlısıdır.

4. Ayvalık Tostu: Ayvalık'ın marka haline gelen tostunun ünü il dışına ulaşmıştır. Bu tost diğer tostlardan ayıran en önemli nokta kullanılan peynirin kaşar peyniri yerine tulum peyniri olmasıdır. İçerisinde bulunan domates, sucuk, sosis gibi malzemelerinin gözle görünür şekilde bol olması tostun belirgin özelliğidir. Ayvalık tostunun ekmeği de Balıkesir'e özgü bir undan yapılmaktadır ve dayanıksız olmasından dolayı buzdolabında muhafaza edilir.

5. Bacına: Balıkesir Gömeç'te özellikle kurban bayramlarında hazırlanan kavurma ile yapılanı makbul olan hazırlanma ve tüketim süreçlerinde paylaşmayı ön plana çıkaran geleneksel bir yiyecektir. Fırında pembeleşinceye kadar pişirilen ya da aynı malzemelerle tencerede karıştırılarak kaynatılıp bulamaç haline getirilen hamur yağlanmış tepsiye dökülerek üzerine bolca ısıtılmış kurban kavurması yayılır. Bacına yemeği, ortada kaşıkla etinden ve hamurundan alınarak birlikte yenilme özelliği taşımaktadır.

6. Balıkesir Höşmerim Tatlısı: Türkiye'de farklı bölgelerde de tanınması ve tescillenmesine rağmen höşmerim tatlısının asıl ortaya çıktığı yer Balıkesir'dir. Osmanlı döneminden

günümüze ulaşan Balıkesir hoşmerim tatlısı yapılışı itibariyle diğer bölgelerdeki benzerlerinden ayrılmaktadır. Genel olarak hoşmerim tatlısı tuzsuz peynir, şeker, irmik, yumurta sarısı ve renklendirici ile kaynatılarak yapılmaktadır. Balıkesir denince akla ilk gelen lezzetlerden biri olan hoşmerim, 21.02.2011 tarihinden itibaren geçerli olmak üzere “Balıkesir Hoşmerim Tatlısı” adıyla mahreç işaretli coğrafi işaret olarak tescillenmiştir (Türk Patent ve Marka Kurumu, 2014). Hoşmerim, Balıkesir'in hemen her yerinde yapılmaktadır ve il dışında damakta yarattığı lezzet ile dillere destan bir tatlıdır.

7. Balıkesir Kaymaklısı: Balıkesir'de özel günlerin vazgeçilmez ikramlığı olan Balıkesir kaymaklısının ana özelliği, sacda pişirilen yufkalarla yapılmasıdır. Yufkaların sütle ıslatılıp ve aralarına kaymak ve ceviz konulmasıyla elde edilen bu tatlının pişirildiği an tüketilmelidir. Balıkesir kaymaklısı, çabuk bozulan niteliğe sahip olmasından dolayı baklava gibi diğer illere yayılamamıştır. Fakat Balıkesir'in kendine has kaymağı ile şehrin pek çok bölgesinde yapılmaktadır.

8. Balkabağı Böreği: Tepsie konulan yufkaların iç malzemesi olarak balkabağının rendelenerek şeker ve karabiber ilave edilip üzerine yumurta sarısı sürüldükten sonra fırında pişirilen ve Balıkesir Gömeç'in pratik bir yiyeceğidir. Malzemelerin altında ve üstünde ikişer adet yufka olması; tuzlu olmayan, şekerinin de az olması özelliğinden dolayı, diyet yapanların da tüketebileceği, dilimlenerek servislerinin yapıldığı, sağlıklı bir börek türüdür.

9. Basma Helva: Balıkesir'in Gömeç ilçesinde, genellikle uzun kış gecelerinde eş-dost ve akrabaların toplandığı zamanlarda ikram edilen bir tatlıdır. Su, yağ ve unun kavrulmasıyla elde edilen karışım kalburdan geçirilip şerbetlendikten sonra tepsie bastırılır. Ardından susamla kaplanarak baklava dilimi şeklinde

kesilir ve servis edilir.

10. Bigadiç Güveci: Bigadiç güveci, yüzyıllardır atadan-dededen gelen bir yemektir. Bigadiç tarihten bugüne tarım ve hayvancılıkla geçimini sağlamaktadır. Bölgede yetiştirilen küçükbaş hayvanların etlerinin lezzeti, geniş meralardaki kekik ve diğer endemik bitkilerden dolayı farklılık göstermektedir. Bigadiç kültüründe güveç, kasaplarda oluşturulan oturma alanlarında servis edilmektedir. Ayrıca özel günlerde ve yemekli misafirliklerde aileler, mahalle aralarındaki fırınlarda güveç hazırlayarak evlerde de sunum yapmaktadır. Özellikle bir gelenek olarak her hafta cuma günleri, damatlar kayınvalidelerine akşam yemeğine gittiğinde, sofralarda mutlaka güveç yer almaktadır.

11. Bigadiç Helvası: Bigadiç ilçesinde 200 yılı aşkın süredir aynı teknikle üretilen helva, doğallığı ve eşsiz lezzetiyle ilçe halkı ve çevre illerdeki vatandaşlardan yoğun ilgi görmektedir. Bigadiç helvası kullanılan malzemeleri, yapılış tekniği ve dededen toruna ustasının kıvamı sayesinde, benzerlerinden lezzeti, aroması, ağızda dağılması ve yiyenleri hiç rahatsız etmemesi ile çok farklılık göstermektedir. Bigadiç helvasında glikoz veya mısır şurubu kesinlikle kullanılmamaktadır. Yapımında özel olarak üretilen yerli organik susam kullanılmaktadır.

12. Bigadiç Kapaması: Bigadiç kapaması, eskiden evlerde ekşi mayadan yapılan köy ekmeğinin bayatlama sonucu çöpe atılmaması ve değerlendirilmesi için yapıldı. Analarımızın bayatlayan ekmeği kibrit kutusu büyüklüğünde küçük parçalara ayırarak üzerine sıcak su ile sulandırılmış salça ekleyerek yumuşattıkları bu yemeğe lezzet katmak için üzerine tavuk eti veya diğer etlerden didiklenerek yapılan bir tasarruf yemeği olarak hazırlanmaktaydı. Yöremizde ekmeğın paparası olarak da adlan-

dırılmaktadır. Günümüzde düğünlerin başyemeğidir.

13. Bulgur Çekme: Bulgur çekme, Susurluk ilçesinde özellikle harman mevsiminde yapılır. Akşamdan kurulan bulgur kazanlarının altını ateşlemek ve odun atmak, genç kızların görevidir. Bulgurun ateşten alınıp dibeklere konmasından sonra delikanlılar, bulguru tokmaklarla dövme işinde kızlara yardım ederler. Bulgur çekme, genç kız ve delikanlıların birbirlerine maniler döktükleri bir ortamdır.

14. Çayırılı Oğlak Eti: Bir Hıdırellez yemeği olan bu yemeğe, Marmara Adası'nda, içindeki malzemelerin özelliğinden dolayı kışın uğurlanıp yazın karşılanması atfı yüklenmiştir. Salça ve zeytinyağlı sosta oğlak etinin her iki tarafı soslanır. Sosa bulanık etler, ada zeytin-yacı ve kuru soğandan oluşan malzemelerle birlikte tencereye konur. Yemeğin pişmesine yakın taze soğan, marul ve taze nane ilave edilir. Özellikle marul ile yemeğin pişip pişmediği takip edilir.

15. Çıldır: Savaş ve seferberlik yıllarında yokluk ve kıtlığın yaşandığı dönemde Balıkesir'in çok az un ve otları yaptıkları bir yemektir. Doğadan toplanan otlarla (ısırgan, yeşil soğan, ıspanak) sıvı bir un bulamaç hazırlanır. Tepsiye dökülen bulamacın içine atılan otlar hafifçe yayılır ve üzerine yağ gezdirilerek fırında pişirilir. Çıldır yemeğinin tepsinin ortasına yerleştirilen bir kâse yoğurda elle bandırarak yenme özelliği de bulunmaktadır.

16. Çıplak Yemeği: Kış aylarında tüketilmek üzere kadınların bir araya gelerek imece usulü yufka ekmek yapımı Balıkesir'de çok yaygındır. Özellikle Balıkesir'in Havran ilçesinde yapımı yaygın olan çıplak yemeği, bu yardımlaşma günlerinde öğle ve akşam öğünlerinde tüketilmektedir. Biber, domates ve patlıcandan oluşan kızartma türündeki içeriğin tepsiye dizilen kuru

yufkanın üzerine dökülmesi ile hazırlanmaktadır. Çıplak yemek denmesinin nedeni ise çok kolay bir şekilde hazırlanmasından kaynaklanmaktadır.

17. Çibez Salatası: Çibez otu özellikle Ege Bölgesi genelinde ilkbahar mevsiminin tamamında yetişen bölgeye özgü yerel bir ot türüdür. Ayrıca bölgede lahana patlağı olarak da bilinmektedir. İlkbahar aylarında yetiştiği için tüketimi o aylar ile sınırlıdır. Bölge halkı ise ağırlıklı olarak salata olarak tüketimini tercih etmektedir. Bölge halkının temel tüketim amacına bakıldığında ise genellikle sindirime yardımcı olduğu düşüncesi hâkimdir.

18. Çullama: Balıkesir Burhaniye'de basit malzemelerle hazırlanan ancak gerek görünüm gerekse lezzet ve besleyici olma özelliği açısından özel günlerde ana yemek özelliği taşımaktadır. Tavuk butları, havuç, soğan, zeytinyağı ve domates suyu ile hazırlanan pilavın tepsiye yufka arasında katman şeklinde yerleştirilerek pişirme işleminin fırında tamamlandığı ve börek gibi kesilerek sıcak servisi yapılan bir yemektir.

19. Çirli (Kaymaklı) Fasulye: Madra yaylalarında yaylacılık kültürü olan Kırtık'ta özellikle Sinekli ve Kır yaylalarında yetişen beyaz barbun fasulye tazesinin haşlanarak tuz, zeytinyağı ve sütün kaymağından elde edilen Çir, ısıtılıp üzerine ilave edilerek sıcak servisi yapılan bir yemektir. Bilinirliği eskilere dayanmasına rağmen günümüzde de yerel halk arasında, özellikle Balıkesir Burhaniye'de eş dost akrabaların bir araya geldiklerinde severek tükettikleri geleneksel bir yemektir.

20. Dağar Kebabı: Dağar, topraktan yapılan ağız geniş tabanlı dar olan çömleğe verilen yemek pişirme aracıdır. Balıkesir'in genelinde yapılmasına rağmen Bigadiç eti ile yapılması farklılık arz etmektedir.

21. Damat Paçası: Kuru yufkaların tavuk suyu ile ıslatılıp üzerine tavuk, yoğurt ve tereyağı konularak fırında pişirilmesi sonucu oluşan “damat paçası” yemeği, özellikle Balıkesir Bandırma ilçesindeki düğünlerin ve bayramların vazgeçilmezidir. Önceleri “maşinga” denilen kuzine sobalarının fırınlarında pişirilmesi makbulken günümüzde bu ev fırınlarında da yapılmaktadır. Özellikle yemeğin hazırlandığı tepsinin ortasına konulan altının bulunması, damat paçasının tüketilmesindeki heyecanı artırır. Bu adette altın kimin kaşığına geldiye sahibi o olur.

22. Deve Dongur Aşı (Kozak): Mayalı hamurdan mantı gibi yapılır. Un, bulgur, soğan, karbonat, su ile yoğrulup parmak kalınlığında hamur haline getirilir. Küp şeklinde kesilen hamurlar, et suyunda haşlanarak, üzerine limonlu sarımsaklı sos ilave edilir.

23. Diple Tatlısı: Balıkesir Burhaniye'de nişan töreninden önce yapılan söz kesme töreninden sonra kız evinden oğlan evine bohça karşılması olarak yapılan ziyarette götürülen özel gün kutlama tatlılarından birisidir. Ayrıca Kurban Bayramı'nda kız tarafından erkek tarafına giderken de aynı tatlı ile ziyaret yapılmaktadır. Baklava yufkası gibi hazırlanan yufkaların altları kısa üstleri uzun kesilerek birleştirilmesi sonucu elde edilen gül şeklindeki bezeler zeytinyağında pembeleşinceye kadar kızartılır. Bu, üzerine soğuk şerbet dökülerek hazırlanan ve görünümü çok zarif olan bir tatlıdır.

24. Düğün Çorbası: İsminden de anlaşılacağı gibi düğün çorbası özel günlerin vazgeçilmez yemekleri arasında yer almaktadır. Özellikle düğün, sünnet, kutlama gibi günlerde sofrada sıkça yer bulmaktadır. Genellikle düğün çorbası özel günlerde yapıldığı için oldukça fazla miktarlarda hazırlanmaktadır. Düğün çorbası Türkiye'nin hemen her bölgesinde

bilinmekte ve yapılmaktadır. Ancak Balıkesir bölgesinde yapımı farklılaşarak içerisine tahin ilave edilmektedir. Bu çorba kaynayan et suyunun içerisine küçük küçük kesilen hamurların ve haşlanmış nohutların eklenmesiyle hazırlanmaktadır. Ayrıca bölgede etli çorba ya da gerdan çorbası olarak da bilinmektedir.



Fotoğraf 4: Düğün Çorbası

25. Enginar Salatası: Ayvalık Cunda Adası'ndaki mutfak kültürünün en önemli ürünleri arasında zeytinyağlı sebze yemekleri gelmektedir. Enginar çok yaygın olarak farklı lezzetlerde kullanılmaktadır. Enginar salatası için özellikle ilkbaharda yaprakları ayıklanan enginar tablaları limonla ovularak tuzlu suda



Fotoğraf 5: Enginar Salatası

bekletilip süzülerek ince dilimler halinde doğranıp limon suyu ve zeytinyağı ile servis edilmektedir. Söz konusu salatanın özelliği fazla işlem gerektir-medeyen kısa sürede hazırlanması ve besin değerinin yüksek olmasıdır.

26. Etli Pirinç Çorbası: Balıkesir Burhaniye'de özellikle düğün evinde ince yemek olarak tabir edilen bir çorbadır. Et suyuna pirinç eklenerek hazırlanan çorbada pirinç yerine şehriye de kullanılmaktadır.

27. Erik Ekmeği: Balıkesir Savaştepe Kovukyurt yöresinde geleneksel olarak imce usulü hazırlanan bir yiyecektir. Olgun eriklerin kendi suyunda kaynatılarak az şeker ilavesi yapıldıktan sonra kevgirden geçirilerek tepsi- lere serilir. Erik ekmeği, güneşte kurutularak elde edilen ve aynı zamanda kadınların kış hazırlıkları arasında yer alan önemli bir besindir. Kuruyan bu erik marmelatı kurusu, şeker çikolata niyetine özellikle çocukların severek tükettikleri bir ekmektir (katıktır).



Fotoğraf 6: Erik Ekmeği Hazırlanması

28. Fırında Kuzu Eti: Balıkesir Burhaniye ilçesinin geleneksel düğün yemeklerinden biri olan fırında kuzu eti, içeriği çok fazla çeşit malzeme olmadan hazırlanan, besleyici özelliği yüksek bir kutlama yemeğidir. Parçalanarak doğranan kemikli kuzu etleri, zeytinyağı, tuz ve karabiber ilave edilerek odun ateşi ile ısınmış olan fırında akşamdan sabaha kadar pişirilir.

29. Göbete (Bandırma): Bandırma yöresinde özel günlerde yapılan geleneksel bir yemek türüdür. 7 kat sade olarak dizilen yufkaların ardından tavuk eti ve pilav konulduktan sonra tekrar 7 adet yufka serilerek fırında pişirilen ve Bandırma yöresinde özellikle Tatar ailelerin kız isteme törenlerinde sundukları bir börek türüdür.

30. Gül Toplu Sütlaç: Muhallebi, sütlaç, pelte, aşure gibi tatlılarda kullanılacağı zaman tekrar havanda toz haline getirilerek üzerine ilave edilme özelliği olan gül toplarının hazırlanması ile ilgili Zeytinli, Burhaniye, Karaağaç gibi yerleşim yerlerinde geleneksel beslenme kültürü açısından benzerlik göstermektedir. Gül yapraklarının sarı olan kısımları kesilerek yıkanıp süzöldükten sonra karanfil, damla sakızı ilave edilerek havanda macun (hamur) haline gelinceye kadar dövülür. Hamurdan alınan küçük parçalar kenarları ince kıvrılan ortası bombeli toplar elde edilir. Temiz bir bez üzerinde havadar bir yerde kurutulan gül topları bez torbalarda muhafaza edilir. Haşlanan su ve pirince süt ilavesi ile kaynatılarak buğday nişastası ile pişirme işlemi tamamlanan sütlaçın hoş kokması için damla sakızı, ıtır veya gül topları ilave edilir.

31. Haluj Yemeği: “Kafkas mantısı, Çerkes



Fotoğraf 7: Gül Toplu Sütlaç



Fotoğraf 8: Sosu Üzerine İlave Edilme Öncesi Haluj Yemeği

mantısı, Hıngel, hıngel ve hambal” isimleriyle de telaffuz edilebilen haluj, daha çok patatesli olarak tercih edilmekle birlikte peynir ya da kıyma kullanılarak da yapılabilir. Çerkeslerde kız isteme törenlerinin ve düğünlerin vazgeçilmez yemeklerinden biridir. Balıkesir’in kuzey bölümünde Bandırma, Erdek ve Manyas ilçelerinde düğün öncesi hazırlanan haluj, genellikle akşam geç saatte sona eren düğün bitiminde bütün konuklara ikram edilmektedir. Özellikle un, su, tuz karışımından oluşan bir hamurla yapılan, içine genellikle Çerkes peyniri konulup kapatılan (yarım ay şeklinde) ve haşlanarak pişirilip üzerine yağ (tereyağı veya sıvıyağ), pul biber, nane ile hazırlanan sosu ve yoğurt (isteğe göre sarımsaklı) ilave edilerek sunulan özel günlerin yemeğidir. Haluju yapan kişi içine iç harcıyla birlikte temizlenmiş madeni parayı da koyar. Kimin kaşığına gelirse şansının çok olacağı ile ilgili söylenen geleneksel bir ritüel de söz konusudur.

32. Harşo (Tirit): Kolaylıkla hazırlanmasından dolayı Balıkesir Balya insanı genellikle akşamları tarla dönüşlerinde harşo yemeği yerler. Bayat ekmeklerin değerlendirildiği harşo yemeği et, soğan ve yağlı kaynar suyla yapılır. Bu yemeğin yenmesi için soğuması beklenir ve mutlaka erik hoşafı ile yenir.

33. İncir Pekmezi: Kayısı buruk incir olarak isimlendirdiğimiz olgunlaşmış incir ile Balıkesir Edremit’te geleneksel olarak yapılan özel yiyecek türüdür. İncirler dalından toplanıp yıkandıktan sonra içme suyu ile kaynatılır. Yeşil incir yaprakları kazanın içine sarkıtılarak kazandaki pekmez döndürülür. Koyulaşma devam edene kadar kaynatılıp yapraklar çıkarılır, süzgeçten geçirilerek, koyulaşması için güneşte bekletilir ve sonrası küpler veya kavanozlarla serin ve karanlık yerde saklanır. En önemli geleneksel üretim yöntemi olarak pekmez toprağı yerine taze incir yapraklarının kullanılmasıdır.

34. İvrindi Kelle Peyniri: Koyun, keçi ve inek sütünden ya da bunların karışımı kullanılarak üretilen; sert kabuklu, rengi sarıdan beyaza kadar olabilen, yanıksız ve gözenekli yapıda, sertlik derecesine göre ise ağırlıklı olarak sert ve az da olsa yarı-sert peynir sınıfına giren, salamura olgunlaştırılmış bir peynirdir. Maya olarak şırdan mayası kullanılır. İvrindi kelle peynirinin geçmişi eskiye dayanır. Coğrafi sınıra özgü üretim metodu bulunur ve coğrafi sınırın mutfak kültürü ile ekonomisinde önemli yere sahiptir. Üretimde kullanılan sütler coğrafi sınırdan temin edilir. Bu sebeplerle coğrafi sınır ile ün bağı bulunan İvrindi kelle peynirinin tüm üretim aşamaları, coğrafi sınırdan gerçekleşmelidir. İvrindi kelle peyniri, Türk Patent ve Marka Kurumu tarafından 09.02.2022 tarihinden itibaren geçerli olmak üzere mahreç işaretli coğrafi işaret olarak tescillenmiştir (Türk Patent ve Marka Kurumu, 2017).

35. Kabaklı Börek: Manyas Haydar Mahallesi’nin geçmişten bugüne yaşamaya devam eden, hazırlaması kolay ve besleyici özellikte olan Kabaklı Böreği için mayasız yağ ve yoğurt ile böreklik hamurdan yufka hazırlanır. Az su ve şekerle tatlandırılarak kestane kabağı püre haline getirilerek kol böreği gibi yufkalara sarılır. Üzerine zeytinyağı sürülerek

fırında pişirilir.

36. Kaçamak: Kapıdağ yöresinde yaşayan Pomakların geleneksel olarak sürdürmeye çalıştıkları yemeklerden biridir. Yöreden yöreye malzemeleri değişebilmekle birlikte kaçamağın olmazsa olmaz temel malzemesi, mısır unudur. Tereyağı gezdirildikten sonra kimi zaman üzerine pekmez ya da lor peyniri kimi zaman da haşlanmış ot ya da kavrulmuş et konarak ayran ya da yoğurtla birlikte tüketilen kaçamak, aynı zamanda Pomak köylerinin geleneksel bayram yemeklerinden biridir.

37. Kada (Fırın İçli Ekmeği): Balıkesir Balya'da somun ekmeğin haricinde bir de harcına yeşil soğan ve isteğe göre başka malzemeler katılarak da yapılan özellikli bir ekmeğin olan kada, somun ekmeğin fırınında tepsi içinde ve fırının uç kısmında pişirilir. Bir tören içinde yapımı sağlanan kada, ailenin pişerken bile başında beklediği bir ekmeğdir. Köy fırınında pişirilmek üzere hazırlanan hamurdan normal somun ekmeğin dışında bir de kada hazırlanır. Kada için başta küçük küçük kesilmiş yeşil soğan olmak üzere isteğe göre başka yiyecek malzemeleri de katılarak iç harcı hazırlanır. Fırına somun ekmeğler yerleştirildikten sonra fırının ağız kısmına bir tepsi içinde ya da öylece konur ve pişirilir. Kada fırında ekmeğin pişirileceği zaman ev halkının ayrıca beklediği ve çok lezzetli olan ekstra bir ekmeğdir.

38. Kapuska Yemeği: Kapuska yemeği Balıkesir'in bilinen en eski lezzetlerinden biri olmasına rağmen Ayvalık yerel mutfak kültüründe de yerini almıştır. Lahananın, soğan, salça, kemikli kuzu eti ile tencerede veya fırında pişirme yöntemi kullanılarak yapılan özellikle kış mevsimi yemeğidir. Kemiksiz dana veya kıymalı olarak ya da zeytin yağlısı da yapılabilmektedir. Damak tadına göre tercih farklı olsa da genellikle acılı olarak pişirilmesi gelenekselleşmiş tatlılardanır.

39. Karadere Kuru Fasulyesi: Özellikle Balıkesir Burhaniye Karadere Mahallesi yaylalarında yetişen fasulyenin sıcak suda haşlanarak, kısa süreliğine kabarmaya bırakılmasıyla yapılır. Kabaran fasulyeye zeytinyağında kavrulmuş soğan ve salça ile soğuk su ilave edilerek kısık ateşte pişirilir. Yaz aylarında tazesini de yapılan fasulye yemeği yörenin düğün ve bayramlarının vazgeçilmezi olarak bilinmektedir. Yemeğin lezzetinin Karadere Yaylasından çıkan Düdüklü Suyu ile pişirilmesinden kaynaklandığı yerel halk tarafından dillendirilmektedir.

40. Karalahana (Phali): Kış yemeği olmakla beraber yazın da pişirilen karalahana yemeği Balıkesir Balya'da neredeyse her gün her evde yapılır. Phali Balya'da bir karalahana lapası veya çorbası olarak bilinir. Lahana toplanmasında sunumuna kadar bir merasim niteliği taşır. Çömlekte ve maşingalarda pişirilmesi önem arz eden bu yemek, özellikle tahta kaşıkla ezilme işleminin yapılmasını gerektirir. Mikser kullanımı günümüzde yapılsa da tercih edilen tahta kaşıktır. Karalahana-hanadan yapılan sarmalar ise rulo şeklinde değil, üçgen ve dörtgen şekilleri verilerek sarılır Balya'da. Yemeğin asıl yapılma zamanı Ekim ayıdır. İçi lahana dolu çömleklere ocakların kenarında bekletilmeye başlandığında yemeğin yapımı için imece başlamış demektir. Mısır kırmaları ve mısır unu ile yapılan phali, kırmızı et ve fasulye katılarak da pişirilir.

41. Kardanlık Şerbeti-Damada Ağız Tatlılığı: Balıkesir Gömeç'te kız evinde yapılan nişan töreninin sonunda damada ağız tatlılığı olarak kayıvalıdeye verilen hediye "kardanlık şerbeti" olarak adlandırılır. Nöbet şekeri, su, karanfil, tarçın kaynatılıp soğutulmuş toprak ya da cam kardanlık denilen sürahiye konularak üzeri kavrulmuş, öğütülmüş badem ile süslenerek hazırlanır. 15-20 gün sonra kardanlığın içi

lokum doldurulup kulpuna da bilezik bağlanarak kız evine geri getirilir.

42. Kaşık Hamuru veya Hamur Haşlaması: Bandırma'da yapılan ve mantıya çok benzeyen bir lezzettir. Yokluk dönemlerinde öğün geçirmek ve tokluk hissiyatı vermesi için ara öğün şeklinde tüketilmiştir. İçi boş hamurlar mantı gibi pişirilip üzerine yoğurt, sarımsak ve tereyağı kızdırılır ve servis edilir.

43. Kayık: Kurban Bayramı ile bağlantısı olan, imece usulü hazırlanan ve Balıkesir Gömeç'te özel günlerde hazırlanan görseli ve içeriği besleyici geleneksel bir yemektir. Un, su, tuz, sirke ve yumurta ile çok yumuşak olmayan bir hamur hazırlanarak dinlendirilir. Kurban etli pilav pişirilerek yufka haline getirilip kare olarak kesilmiş küçük parça hamurların içlerine konur. Karşılıklı iki köşe birleştirilerek ortası açık kalacak şekilde yan yana yağlanmış tepsiye dizilerek fırında pembeleşinceye kadar pişirilip üzerine et suyu dökülerek çektirilir. Sarımsaklı yoğurt ile servis yapılır

44. Kaymak (Çir) Höşmerimi: Genellikle hayvancılıkla uğraşan dağ köylerinde yaygın olarak bilinen akşamdan bekletilmiş sütün üzerinde biriken kaymağın çir denilmektedir. Balıkesir İvrindi ilçesinde kaymak (çir) höşmeriminin hazırlanması çok kolaydır ve besleyici özelliğinden dolayı kahvaltılarının vazgeçilmezi olmuştur. Kısık ateşte kavrulan kaymağa biraz un eklenmesi esnasında isteğe göre tuz veya şeker ilave edilerek karışım sarı rengi alana kadar kavrulur. Yöre halkı tarafında genellikle tuzlu tercih edilmesi yanında; doğal süreçlerle taze olarak elde edilen kaymağın (çirin) höşmerime verdiği tat, bir kere tüketmiş olanların unutamadığı bir lezzete dönüşmektedir.

45. Kelle Paça Yahnisi Güveçte: Balıkesir Gömeç'te özel güveçlerde pişirilmesi tercih edilen kelle-paça yahnisindeki kelle ve ayakların tüylerinin ütülmesi ve temizlenmesi çok

önemlidir. Sonrasında içine konan sarımsak, salça, zeytinyağı, bol soğan, tuz ve karabiber elbette lezzeti için önemlidir ancak asıl güveci güveç yapan güvecin pişirildiği kabın kapağının kenarının hamurla kapatılması ve toprak fırında pişirilmesidir. Aynı güveçte aynı tarzda işkembe yahnisi de çok lezzetli değişik yöresel bir yemek türüdür.

46. Kepsut Et Aşısı: Balıkesir Kepsut 'ta 160 yıldır geleneksel bir yemek olan et aşısı, yörede yetişen kuzulardan yapılır. Kemiklerinden ayrılan et, domates, biber ve biber salçasıyla soslandırılıp kısık ateşte pişirilir. Pişme aşamasını tamamlayan yemek fırında kızartılır. Soğan ve yemek sonunda tahin tatlısı ile tüketilen et aşısı, il dışından çok fazla rağbet görmektedir. Bir kültür olarak görülen et aşısı, Kepsut'ta restoranların tek menüsü olabilmektedir.

47. Keşkek: Türkiye'nin pek çok bölgesinde var olan keşkek geleneği, Balıkesir'in birçok ilçesinde, daha çok kırsal yerleşmelerde halen sürdürülmektedir. Özel gün yemeği olarak bilinen keşkek, Balıkesir'de de özellikle düğünlerin vazgeçilmez geleneksel yemeklerinden biridir. Keşkek, düğünlerde büyük kazanlarda yapılır. Bu geleneksel yemeğin temel besin maddelerinden biri olan kemikli et, büyük kazanlarda kaynamaya bırakılır. Diğer temel besin maddesi olan önceden ıslatılan buğday da eklenir ve birlikte özdeşleşinceye kadar pişirilir. Hayvanın iyi ve yağlı yerlerinden alınıp pişirmeye bırakılan etler, kemiklerinden sıyrıldıktan sonra keşkeğin içinden alınır. Geleneksel keşkek gereçlerinden olan tokmaklar aracılığı ile keşkek geleneğinin önemli aşamalarından biri olan keşkek dövme gerçekleştirilir. Etin buğday ile iyice özleşmesi gerektiğinden ne kadar uzun süre dövülürse yemeğin o kadar lezzetli olacağı söylenir. İyice dövülmesiyle sakız gibi uzayan keşkek servise hazırdır. Konukseverliğin de simgesi olduğu söylenen keşkek, bazı yörelerde üzerine nohut yemeği ya

da yahni; bazı yörelerde ise tereyağı ile kavrulan kırmızıbiberli sos gezdirilerek ayran ve salata eşliğinde servis edilir.

48. Kırgaşa: Kırgaşa Bandırma Erdek yöresinde yaşayan Pomakların ölüm törenlerinde yapılan bir lokma türüdür ve mutlaka helva ile servis edilmektedir. Cenaze namazı sonrası bir poşette helva, bir poşette kırgaşa törene katılanlara verilir. Tıpkı helva gibi kırgaşanın da kokusunun 7 kat arşa kadar gittiği inancı vardır.

49. Kıрма Börek: Uzun süreli dayanıklılık gerektiren oruç dönemlerinde, kolay dağılmasından dolayı uzun yolculuklarda ve sıcak tüketilmesinin daha makbul olduğu düşüncesiyle ani misafirlik durumlarında hayat kurtaran kıрма böreği, özellikle Susurluk'ta daha çok muhacir ailelerin yaptığı börek türüdür. "Macır Pidesi" olarak da bilinen bu böreğin önem arz eden yanı yufkaların arasına sürülen süt ve kaymakta saklıdır.

50. Kızılıcak Ekşisi: Balıkesir Balya ilçesinde kışa hazırlık için yapılan, ancak her mevsim tüketilen geleneksel besinlerinden biridir. Genellikle ağustos ve eylül aylarında toplanan kızılıcaklar odun ateşinde kazanlarda kaynatılarak sele sepetlere konulup süzülerek çekirdeklerinden ayrılır. Tekrar uzun süre kaynamaya tabi tutulan kızılıcakların suyunun azaltıldığı marmelat kıvamını aldıktan sonra toprak kavanozlara (safa) konulup ağzı tülbentle bağlanır. Aile fertlerinin veya komşuların birlikte imece usulü hazırladıkları "Kızılıcak Ekşisi", kullanılacağı zaman gerektiği kadar başka bir kap içerisinde su karıştırılarak ekşi şerbet olarak (tercihe göre şeker ilave edilerek) her öğünde içilebilmektedir. Ramazan'da yufka böreği ile et ve sebze yemekleri yanında veya sadece içecek olarak da tüketilmesi söz konusu unsuru yöre beslenme kültürünün geleneksel vazgeçilmez lezzetlerinden biri yapmıştır.

51. Kolyoz Dolması: Sert kolyozların kuyrukları kırılıp içleri boşaltılır. Derinin zarar görmemesine dikkat edilerek tulum şeklinde çıkarılır. Kılçıktan ayrılarak etleri temizlenir. İç malzeme için soğan kavrulur. Balığın kılçıktan ayrılmış eti ile harmanlanır. Nane, karabiber, az haşlanmış pirinç, fıstık içi ve kuş üzümü harmanlanır. Tavada tüm malzemeler aynı anda kavrulur. Kavrulan malzemeler balık derisinin içerisine dikkatlice doldurulur. Kızgın tereyağı ve zeytinyağda unlanarak pişirilip sıcak halde servisi yapılır. Kolyoz Dolması, Balıkesir Adalar ve Erdek'te önemli misafirler için ziyafet yemeği niteliğindedir.

52. Koruk Suyu: Geleneksel kullanımı çok eskilere dayanan koruk suyu elde etmek için özel cins üzümler havanda dövülerek süzülür. Seyreltilerek şeker ilave edilip koruk şerbeti şeklinde tüketilmektedir. Ayrıca ekşi olarak zeytinyağlı bamya, börülce, vb. yemeklerde de kullanılmaktadır. Serin bir ortamda özel kaplara konulup üzerine bir parmak kalınlığında zeytinyağı ilave edilen koruk suyunun hazırandan kasım ayına kadar kullanım için muhafaza edilmesi kültürü, Burhaniye'de bilinen ancak yok olmaya yüz tutmuş gıda muhafaza yöntemlerinden biri olarak karşımıza çıkmaktadır.

53. Koruk Suyu (Koruk Şerbeti): Özellikle yaz aylarında Edremit Körfezi'nde oldukça sık tüketilen bir içecektir. Tarihi açıdan bakıldığında, 1900'lü yıllardan itibaren Balıkesir bölgesinde tercih edilmektedir. Ayvalık'ta bulunan Şeytan'ın Kahvesi ve diğer tarihi kahveler ile bütünleşmiş ve yaz ayları boyunca en çok istenilen içecek olduğu belirtilmektedir. Bölge halkının temel tüketim amacına bakıldığında, genellikle sindirime yardımcı olduğu ve ağrılara iyi geldiği düşüncesi hâkimdir. Saf koruk suyunun içimini kolaylaştırmak adına bir miktar su ve şeker ilavesi yapılarak içeceğin ortaya çıktığı düşünülmektedir.

54. Kuru Yufka Böreği: Balıkesir İvrindi Çarkacı Mahallesi'ne ait kuru yufka böreği düğünlerde, Ramazanlarda, yaz işlerine çıkmadan önce kadınların imece usulü yaptıkları geleneksel bir yemektir. Hazırlanan ve kurutulan yufkaların isteğe göre lorlu, kıymalı veya bulgurlu iç malzemesi ile mısır koçanları yakılan köz ateşinde alt üst çevrilerek pişirilmesi geleneksel bir uygulama şeklindedir. Üzerine şeker dökülerek içi boş şekilde sıcak olarak tüketilme şekli de vardır. Düğünlere gelen misafirlerin kaldıkları evlere ve genç delikanlıların kaldıkları yerlere tepsilerle börekler uykuluk olarak dağıtılır. Ramazan ayında genellikle her akşam yapılması, yanına da kızılçık, erik kurusundan hoşaf yapılarak birlikte tüketilmesi geleneksel bir beslenme kültürü halini almıştır.

55. Kuyruk Kurabiyesi: Genellikle Balıkesir Edremit'te Kurban Bayramından sonra yapılan kuyruk kurabiyesinin en önemli özelliği kuzu kuyruğunun eritilerek kullanılmasının yanında özel beceri gerektiren bir tatlı özelliği taşımasıdır. Pudra şekeri, un, şerbet boyası, ağartılmış badem ile yapılan ve beyaz olarak pişmesi için kurabiye fırında iken, kontrollü pişirilmesi önemli görülen bir tatlıdır. Ayrıca hamur ayarı da çok önemlidir. Unun kurabiyelerin çatlamaması ve tepside yayılmaması için dikkatli kullanılması önem taşır.

56. Kuzu Etli Sarma-Dolma: Yemek malzemelerinin hazırlanması ve pişirilmesi süreçleri geleneksel bilgi ve beceri gerektiren özel gün yemeklerindedir. Balıkesir Edremit'te bıçakla kesilen küçük parçalara ayrılmış kuzu etlerine yeşilliklerin, pirinç ve karabiberin ilave edilerek karıştırılmasıyla yapılır. Çiğden kabak çiçeklerine doldurulur; asma yapraklarına sarılır. Geniş tabanlı bir tencerenin altına çapraz gelecek şekilde kamışlardan yerleştirir. Tencerenin dibine zeytin yaprağı ilave edilerek sarma ve dolmalar tencereye eşit şekilde

yerleştirilir. Üzerine azar azar sıcak su ilavesi ile yavaş bir şekilde geleneksel odun ateşinde pişirilmesi en önemli özellikleri arasındadır.

57. Külbastı Ekmeği (Gveri): Balıkesir Balya kadınlarının acil durumlarda yaptığı bir ekmeğe olan gveri, ocaktaki kor ve küllerin arasında incir yaprağına ya da karalahanaya sarılarak yapılır.

58. Kül Sulu Kalbura Bastı: Doğal malzemeler kullanılarak yapılan Ayvalık yöresinin geleneksel tatlılarından biridir. Bir bardak meşe ya da zeytin odunu külünden sıcak su karıştırılıp dinlendirilerek ve süzülerek elde edilen kül suyu, zeytin yağı, toz şeker, yoğurt, karbonat, çekilmiş ceviz ve irmik karışımı ile kurabiye hamuru elde edilir. Bu tatlının en belirgin özelliklerinden birisi de yuvarlanan hamur parçalarının rende üzerine bastırılarak kalbur izi elde edildikten sonra fırında zeytin yağlı tepside pişirilen şerbetli bir tatlı olmasıdır. Yörede özellikle bayramların vazgeçilmez tatlılarından biri olarak bilinmektedir.

59. Lohusa Şerbeti: Balıkesir Dursunbey ilçesinde doğum sonrası annenin baharatlarla birlikte ferahlık duyması ve sütünün daha çok olması sebebiyle anneye ve gelenlere sunulmaktadır. Kızamık şekeri kaynadıktan sonra içine bir çubuk tarçın, 10 tane karanfil koyulup biraz daha kaynatılır. Daha sonra soğumaya bırakılır. Soğuduktan sonra ikram edilir.

60. Mamalika: Erdek ve Marmara Adası'nda sıklıkla yapılmakla birlikte Balıkesir'in farklı bölgelerinde de ilgi gören mamalika; "Çoban Hamuru", "Kaçamak" ve "Papa" olarak da adlandırılmaktadır. Mısır unu, beyaz peynir ve kavrulmuş etle yapılan bu yemek oldukça doyurucudur. Kaynar su içine eklenen un, katılaşıncaya kadar pişirilir. Böylelikle elde edilen hamur, korun yakınında demlenmeye

birakılır. Bazı köylerde tabana peynir rendesi de serpiştirilir. Pişirilen hamur iki kaşık yardımıyla alınarak ve tereyağlı suya batırılarak tabağa/tepsiye dizilir. Üzerine kalan tereyağı dökülür ve sarımsaklı yoğurt ile servisi yapılır.

61. Mısır Keşkeği: Balıkesir Kepsut ilçesine özgü bir yemektir. Özellikle olarak keşkek için yetiştirilen mısırlar, taş değirmende kırılır. Kırılan mısır taneleri kuru fasulye, soğan ve salça ile yemek haline getirilir. Düğünlerin başyemeği olan mısır keşkeği için mısırlar ağustosta ekilip kasımda toplanan mısırlardır.

62. Nişasta Helvası (Bigadiç): Çeşitli bölgelerimizde ak helva ya da akça helva olarak da geçen Balıkesir Bigadiç nişasta helvasının malzemeleri nişasta, şeker, su ve tereyağdan oluşmaktadır. Eskiden özel günlerde, bayramlarda vb. kutlamalarda yapılan bu tatlı günümüzde çok fazla tercih edilmemektedir.

63. Öğre Tatlısı: Genel olarak öğre tatlısı olarak bilinen bu tatlı halk arasında yapım tekniği açısından “sütten karıştırma” olarak da adlandırılmıştır. Eskiden Susurluk'ta özel günlerin vazgeçilmez tatlılarından biri olarak sofralarda kendine yer bulmuş bu tatlı; kaynatılan süte mısır unu ve şeker ilave edilerek muhallebi kıvamına gelene kadar karıştırılır. Sürekli karıştırılması adının sütten karıştırma olarak telaffuz edilmesine yol açmıştır.

64. Özlemik Filizi: Özellikle Balıkesir'in Kazdağları civarlarında yetişen çibez otu, yetişen bölgeye özgü acı ve tatlı türü olan toplaması zor yerel bir ot türüdür. Bu nedenle yapımı pek yaygın değildir. Yumurtalı yapıldığı gibi aynı zamanda haşlanmış kuzu eti ile birlikte de yapımı bulunmaktadır. Bölge halkı ise ağırlıklı olarak yumurtalı tüketimini tercih etmektedir.

65. Papalina Tava: Ayvalık Cunda adasının

deniz ürünleri arasında en yaygın olarak bilinen sardalye balığının küçüğüne verilen papalınadan yapılan yemektir. İçi temizlenen papalınalar bütün olarak una bulanıp sıcak yağda kızartılarak garnitürle servis edilerek hazırlanan Papalina yemeği hem yerel hak hem de yabancılar için tercih edilen beslenme kültürünün bir parçası olmuştur.

66. Pomak Böreği: Geçmişten günümüze gelen inanç, adet, tören, ayin ve dinsel ritüeller mutfakta da gerçekleştirilmektedir. Sındırgı ilçesinin Şahinkaya mahallesinde yaşayan Pomaklar kültürlerini ve geleneklerini günümüzde de devam ettirmektedirler. Doğum yapan anneye pirinçli börek hazırlanırken iki tane el açması yufkanın içine pirinç ve yumurta karışımı iç harç konulur. Pirinçli börek isteğe göre fırın ya da ocak başında pişirilir. Bu böreğin anneye süt yaptığına inanılır.



Fotoğraf 9: Pomak Böreği

67. Pelte: Doğum, insan hayatının başlangıcıdır. Doğum yapan kadına hayırlı olsun diye yedirilir. Pelte evde yapılan nişastanın içine su ve şeker ilave edilerek yapılan muhallebi kıvamında pişirildikten sonra kuru yemiş ile taçlandırılmasıyla hazırlanan bir tat.

68. Peynirli Patlıcan: Geleneksel Balıkesir yemeklerinden biri olan peynirli patlıcan özel-

likle Adalar, Bandırma, Erdek, Gönen, Havran, Manyas ilçelerinde yaşayan halk tarafından ağırlıklı olarak devam ettirilmektedir. Peynirli patlıcanın yapımında kullanılan peynirin Manyas peyniri, patlıcanın ise göbek patlıcanı olarak da bilinen Gönen patlıcanı olması gerekmektedir. Rendelenmiş peynir, yumurta, un, maydanoz gibi malzemelerden elde edilen karışımın patlıcanların üzerine konmasından sonra kızgın yağla buluşmasından ibaret olan peynirli patlıcan, geçmişten günümüze gelebilmiş vazgeçilmez lezzetlerden biridir. Bu yemeğin lorla yapılanına adada Rum Böreği denilmektedir. Kalabalık aile sofralarının olmazsa olmazıdır.

69. Saçaklı Mantı: Balıkesir'in özellikle Adalar, Bandırma, Gönen ve Havran ilçelerinde ramazan aylarında sahurda mutlaka yapılan saçaklı mantı, un, yumurta su ve tuz karışımından elde edilen hamurdan elde edilir. "Cıngıllı" ve "Şıngıllı" gibi isimlerle de anılan saçaklı mantı için yufka şeklinde açılan hamurlar, rulo haline getirilir. Rulolar şerit halinde kesilir ve adını alan saçaklı bir şekil elde edilir. Fırındandıktan sonra üzerine tavuk didilir ve tavuk suyu eklenir. Bazı yerlerde üzerine etli nohut da eklenir. Balıkesir'in farklı yerleşim yerlerinde

70. Sakandırık (Avunya Mantısı): Sakandırık yemeği aynı zamanda avunya mantısı olarak da Balıkesir bölgesinde sık tüketilmektedir. Yemeğin isminin Kuzey Batı Ege'nin bir bölümünün eski adı olan Agonya'dan geldiğine inanılmaktadır. Ayrıca Balıkesir bölgesinde sığırların boyunlarının altından sarkan deriye sakandırık denilmektedir. Bu yemek günümüzde genellikle tavuk eti ile yapılırsa da özellikle sığır gerdanı ile de yapımı bölgede yaygındır. Bu yüzden yemeğin isminin sakandırık olduğu dile getirilmektedir. Sakandırık yemeği daha çok özel günlerde ve aile toplantılarında hazırlanıp tüketilmektedir. Ek

olarak Balıkesir bölgesinde yemeğin adının geçtiği mâni bile bulunmaktadır.

*Avunyadır mantısı
Nohutludur atası
Yoğurt almaya gitmiş
Nuriye'nin bal kızı.*

71. Sarıbeyler Seferberlik Çöreği:

Savaştepe Sarıbeyleri'nin bilinen en eski özel gün ve kutlamalarda kullanılan çöreğidir. Dini bayramların birkaç gün öncesinde imece usulü hazırlanan çöreklerin komşu ve akrabalara dağıtılması çörekleşme geleneğidir. Ayrıca (günümüzde çok yaygın olmasa da) düğün öncesinde oğlan evinden kız evine (ailenin bütçesine göre değişen en fazla 100 çörek) hasır sepetler içinde törenle gönderilir. Kız evi bu çöreklerin içine oğlan evinden gelen helvayı koyarak düğün davetiyesi (okuntu) olarak akrabalarına dağıtır. En eski toplumsal işlevi ise, sefere giden askerlerin uzun süre bayatlamaması ve besleyici olmasından dolayı vazgeçilmez yolluğu olarak bilinmesidir. Seferberlik çöreği doğal işlenmemiş meşe külü ile kabukları ayrılan susam kullanılarak, ekşi mayalı hamurla yapılan, işlem aşamalarında el becerisi gerektiren, susamlı bir ekmek çeşididir. Saklama koşullarına uygun olarak (bez torbalarda veya taze iken ortası delinip sııklara geçirilerek asılması) muhafaza edildiğinde uzun süre



Fotoğraf 10: Sarıbeyler Seferberlik Çöreğinin Taş Fırında Pişmesi

bayatlamadan kalabilme özelliğindedir. Isıtıldığında ilk tazeliğine kavuşmasının yanında özellikle bayramlarda çocuklar için yapılan çörek “Çak-Çakı” da geleneksel beslenme kültürünün bir parçasıdır. (2014-SOKÜM Balıkesir İl Envanterine alınmıştır.)



Fotoğraf 11: Sarıbeyler Seferberlik Çöreğinin ve Çocukların Bayram Çak-Çak Çöreği

72. Sarıkız Lokması: Edremit Körfezi'nde yaşadığı rivayet edilen Sarıkız, babası tarafından adının kötüye çıktığı söylentileri nedeniyle bir dağ evinde yaşamaya mahkûm edilir. Bir gün kızını bu söylentiler nedeniyle öldürmeye yeltenen baba, bu düşünceyle kızının yanına gider. Kızından su ister ve babası suyun tuzlu olduğunu fark eder. Babası kızına, suyun nereden geldiğini sorar. Kızı da babasına cevaben Edremit Körfezi'nden eğilerek aldığını söyler ve kız orada ölür. Babası kızının bir ermiş olduğunu fark eder ve bu olay üzerine baba da orada ölür. Bu olay üzerine köylüler tarafından Sarıkız için düzenli olarak çeşitli hayırlar yaptığı anlatılmaktadır. Günümüzde ise bu inanışın etkileri ile sarıkız lokmasının yapımı bölgede görülmektedir.

73. Sarımsaklı Tavşan Etlı Bulgur Pilavı: İvrindi yöresinin Akçal köyünde düzenlenen şenliklerde sunulmaya başlanan ve giderek ilin geneline yayılan sarımsaklı tavşan etli bulgur pilavı, Yörük kültürünün izlerini taşıyan ve hem lezzetli hem de sağlıklı yöresel yemeklerden biridir. Yemek, ilk olarak köyün erkekleri tarafından av esnasında ortaya çıkmış ve zamanla köyde geleneksel olarak yapımına devam edilmiştir. Sarımsaklı tavşan etli bulgur

pilavının yapımında kullanılan bulgur, köylüler tarafından üretilmekte ve çekilmektedir. Yörede gerek köy sakinlerinin gerekse Balıkesir merkez ile diğer köy ve ilçelerde yaşayan kişilerin katılımıyla gerçekleşen etkinliklerde önemli bir yeri olan yemeğin, birlik ve beraberliğin sağlanmasında önemli bir işlevi vardır. Delikanlı ve genç kızlar, yemeğin malzemelerini birlikte tedarik ederler. Sarımsaklı pilavı pişiren kızlarsa delikanlılara gönderir yemeleri için. Delikanlılar pişirirse köyün kızlarına göndermeleri adettendir, paylaşmayı, dostlukları güçlendiren bir kutlama yemeği özelliği taşımaktadır. Doğal ortamda yetişmiş bütün tavuğun suyunda pişirilen ve sonradan etlerinin küçük parçalar halinde katıldığı bulgur pilavına ezilmiş sarımsaklar ve zeytinyağının ilave edilmesiyle demlenmeye bırakılan bu yemek, toplumsal işlevi yanında, besleyici ve sağlıklı olması, yerel beslenme kültürünün zenginliğini ortaya koyması açısından önem arz etmektedir

74. Sarma İçi Yemeği: Balıkesir Burhaniye Şahinler mahallesinde genellikle kadınların ve genç kızların çeşitli nedenlerle bir araya geldikleri zamanlarda yapılan bir toplanma yemeğidir. Kaynatılıp demlendirilen bulgura kuru-yeşil soğan, maydanoz, nane, dereotu, domates, zeytinyağı ve limon katılarak hazırlanan yemeğin taze haşlanmış asma yapraklarına sarma gibi sarılarak yenmesi özelliği bulunmaktadır.

75. Sazan Yahnisi: Sındırgı yöresinde kırmızı etin çok fazla tüketilmesinin yanında balıkçılık kültürü de vardır. Çaygören mahallesindeki barajın olmasından dolayı burada balık tüketimi de yaygındır. Barajdan tutulan küçük balıklar kızartma olarak büyük balıklar da yahni olarak tüketilmektedir. Sazan temizlendikten sonra kızgın ve bol yağda pişirilir. Soğan, kırmızı ve yeşilbiber, domates ile bir sos yapılır. Bunu içine sirke ve sarımsak katılıp kızarmış balığın üzerine dökülerek servis yapılır.



Fotoğraf 12: Sazan Yahnisi

76. Sıkma Yemeği: Balıkesir Kavaklı'da ailenin bir araya toplandığı zamanlarda özellikle kurban kavurması ile yapılan besleyici bir yemektir. İnce bulgur, un, su, 1 yumurta, kavurma, kuru nane, tuz karışımı yoğrularak dinlendirilir. Ceviz büyüklüğünde parçalar elde yuvarlanarak 3-4 cm uzunluğunda hazırlanan sıkımlar domatesli veya salçalı olarak yağ ilave edilmiş kaynayan suyun içinde pişirilir.

77. Sındırgı Sareylisi: Sındırgı ziyafet sofraları yörenin yemek kültürünü yansıtmaktadır. Sındırgı sareylisi de düğün, bayram ve ziyafetlerde yapılan bir tür tatlıdır. Kuru yufkadan oluşan her kat arasına susam ezmesi serpiştirilir. Üstüne tere yağ dökülerek fırında gevretilir. Gevretildikten sonra üzerine şerbet



Fotoğraf 13: Sındırgı Sareylisi

dökülür.

78. Sirkeli Bal Kabağı: Cundanın yerel lezzetlerinden olan bal kabağı, parmak şeklinde kesilerek unlanıp yağda kızartma işlemi yapıldıktan sonra sarımsak ve sirkeli zeytinyağının üzerine sos olarak ilave edildiği bir yemektir. Yerel ve taze malzemeler kullanılarak basit ve pratik pişirme teknikleri ile hazırlanan sirkeli bal kabağı yöresel beslenme kültürünü yansıtan çarpıcı örneklerden biridir.

79. Somata: Doğal ve sağlıklı malzemelerden hazırlanması, yaz ve kış mevsiminde tüketilmesi özelliklerinden dolayı Balıkesir Gömeç'te somatanın geleneksel lezzetleri arasında önemli bir yeri vardır. Kabukları çıkartılmış acı badem ile tatlı bademler ahşap bir leğende (kavata) taşla ezilir, bulgur küçüklüğünde bademler su ile karıştırılarak süt gibi bir sıvı elde edilinceye kadar kaynatılır ve sonra süzülür. Çubuk tarçın ve karanfilin kaynatılmasıyla elde edilen yoğun kıvamlı karışım badem sütüyle karıştırılır. Şişeye konularak dolaba kaldırılır, tatlandırılıp soğuk veya sıcak olarak içilebilmektedir.

80. Sura Yemeği: Geçmişten günümüze gelen ve Kurban Bayramının 2. günü hemen her evde gerçekleştirilen bir gelenektir. Bayramın 1. günü kesilen ve özellikle küçükbaş hayvanın kolundan elde edilen bir yemek türüdür. Sura yemeği, içine pirinç, kuş üzümü ve diğer malzemelerin yerleştirildiği bir kaburga dolmasıdır. Hazırlanan sura tepsisi taş fırınlara götürülür ve 10 ile 12 saat arasında yavaş yavaş pişmesi sağlanır. Pişirilmesi ve tüketimi bütün aile bireylerinin bir arada olmasında önemli bir etken olan yiyeceğin, fırın eti, kaburga dolması gibi isimlerle de Balıkesir'in Burhaniye, Gömeç ve Havran ilçelerinde bilinmesi, devam ettirilen bir geleneği temsil etmektedir. Bayramın 2. günü aile büyüğünün evinde sabah kahvaltısında tüketilen geleneksel bir yemektir.

81. Susurluk Ayranı: Geçmiş 1950'lere kadar uzanan ve ünü yurt dışına da yayılmış olan Susurluk ayranı, geleneksel içecek maddesi olarak Susurluk ilçesinin bir sembolü konumundadır. Susurluk ayranı adına her yıl "Susurluk Ayran Festivali" düzenlenmektedir. İçinde herhangi bir katkı maddesi bulunmayan ve sadece yoğurt ile mayalanan doğal yoğurt, tuz ve suyun uygun oranlarda karışımı yapılarak hazırlanmakta olan Susurluk ayranının en önemli özelliği köpüğüdür. Yoğurdun kendi yağı ve kaymağı alınmadan yapılması köpüğünün oluşmasındaki en önemli etkidir. Ufak bir elektrikli motor ile soğutuculu kazandan çekilerek dar bir boru aracılığıyla yüksekten hızlı bir şekilde tekrar kazana boşaltılır veya insan gücü ile yüksekten kova ile doldur boşalt yapmak suretiyle ayranın yağının, ayran üzerinde köpük oluşturması sağlanır. Susurluk ayranı, Türk Patent ve Marka Kurumu tarafından 27.02.2013 tarihinden itibaren geçerli olmak üzere mahreç işaretli coğrafi işaret olarak tescillenmiştir. Balıkesir iline özgü lezzetlerden biri olan Susurluk ayranı, Susurluk ilçesinin mola tesislerinde en çok tercih edilen içecektir (Türk Patent ve Marka Kurumu, 2017).

82. Susurluk Tostu: Susurluk ilçesine özgü olup tadı ve yapımı ile farklılık gösteren Susurluk tostı kendine özgü lezzetini, kullanılan tost makinesinin özelliği ile ekmeğinden, dana sucuğu ve çok az tuzlu kelle peynirinden almaktadır. Balıkesir'in yöresel lezzetlerinden biri olan Susurluk tostı, Türk Patent ve Marka Kurumu tarafından 27.02.2013 tarihinden itibaren geçerli olmak üzere mahreç işaretli coğrafi işaret olarak tescillenmiştir. Coğrafi işaret tescil belgesinde Susurluk tostunun yapımı ve malzemelerinin özellikleri detaylı bir şekilde belirtilmiştir. Susurluk tostunun ana malzemesi olan ekmeğe, tost tava ekmeği olarak bilinmekte ve yalnızca Susurluk ilçesinde üretilmektedir. Peynir, en az iki ay soğuk hava ortamında bekletilmiş, çok az tuzlu kelle

peyniridir. Tostun yapımında kullanılan sucuğun %100 dana eti olması gerekmektedir. Yağ olarak ise ideal kızartma süresinden dolayı margarin kullanılmalı, tereyağı tercih edilmemelidir. Eğer salça kullanılacaksa kesinlikle domates salçası kullanılması gerekmektedir. Tostun en önemli özelliği de kullanılan makine olup zincirli, ağırlık ayarı olan, döküm ısıtmalı makine kullanılması gerekmektedir ve sıcaklığı 200-250 °C olmalıdır. İlçenin sembolü olan Susurluk tostı, özellikle mola tesislerinde en çok tercih edilen ürünlerden biridir (Türk Patent ve Marka Kurumu, 2017).

83. Süt Pidesi: Balıkesir Marmara Adası'nda doğumlarda lohusa şerbetinin yanında veya Hidrellezlerde gelen misafirlere yapılır ve ikram edilir. Bir su bardağı çiçek yağı, kabartma tozu ve gerektiğinde un el marifetiyle ve hızlıca lalanga hamuru olacak şekilde karıştırılır. Oklavayla veya elle sini dışına çıkacak şekilde açılır. Bir yumurta, bir litre kaynayıp soğutulmuş sütün içerisine kırılır. Yumurtanın beyazı dağıtılırken sarıları çok dağıtılmadan yayılır. Fazlalık hamur kenarlarda ortadaki yumurtalı sütün üzerine kat kat kıvrılır. Çanak şeklindeki pide fırında üzerine kızarana kadar pişirilir. Kenarda kalan kırıtlı hamurlardan başlanarak ve ortadaki kızarmış yumurtalı süte bandırılarak yenilir

84. Şıpsı: Balıkesir'in kuzeyinde yer alan Bandırma, Erdek ve Manyas ilçelerinde büyük aile yemeklerinin ve misafir ağırlamanın başında yer alan şıpsı, hiyerarşiyi ortaya seren bir tavuk yemeğidir. Çerkeslerde sıklıkla yapılan bu yemeğin ana özelliği, pişirilen tavuk bölümlerinin kimler tarafından yenileceğine daha sofraya konmadan karar verilmesidir. Aile yemeklerinin veya misafir ağırlamanın önemli olduğu Balıkesir'de aile veya misafirlerin saygınlık ve yaşları baz alınarak tavuk etleri paylaşılır. Mısır unundan yapılan akıtmanın üzerine konularak tepsi içerisinde ikram edilir.

85. Tabak Börek: Tatarların yüzyıllardır süregelen geleneksel yemeklerinden biri olan tabak börek, Bandırma ve çevresinde yaşayan Tatarlar tarafından sürdürülen bir gelenektir. Manti yemeğine benzeyen tabak börek, şekli ve büyüklüğü bölgelere göre değişmekle birlikte kapama şeklinden dolayı bazı yörelerde şapkalı börek olarak da anılmaktadır. Eskiden tabak böreğin yapımında nohut ya da fasulye gibi sert bir bakliyat, kapanan hamurlardan birinin içine konur ve yemek esnasında ailede kime denk gelirse onun kısmetli olduğuna inanılmış. Kısmetli hamuru bulup şanslı olmak isteyen aile bireylerinin hep birlikte daha iştahla yedikleri tabak börek, aileyi bir araya getirme işlevini en iyi şekilde yerine getiren geleneksel yemeklerden biridir.

86. Tarhana Bezdirmesi: Balıkesir'de birlik ve beraberliğin en önemli göstergesi, kadınların imece usulü olarak yaptıkları yufka ekmeklerdir. Özellikle ekmeklerin yapım aşamasında hazırlanan bu yemeğin, Sındırgı'da gelenekselliği yaymak adına belediye tarafından üretimi ve satışı sağlanmaktadır. Ayrıca özel misafirlere ikram amaçlı kış aylarında sunulan bu yemekte, yufkaların üzerine haşlanmış nohut, patates ve kuru soğan konulur ve tereyağı, acı biber ve yoğurt sosuyla birlikte yenir.



Fotoğraf 14: Tarhana Bezdirmesi

87. Tepsi Böreği (Çveneburi): Balıkesir Balya'da sahur yemeklerinin baş tacıdır. Ayrıca beklenmedik misafirlere kolaylıkla hazırlanan tepsi böreği, bolca hazırlanır ve kurumaya bırakılır. Ambarlarda bekletilen tepsiler istendiği an çıkartılarak pişirilmektedir. Böreğin henüz kurumamış haline “şoti” denmektedir. Balya'da börek şerbetle yenmektedir.

88. Tepside Etli Pilav: Tandır adı verilen geleneksel odun fırınlarda pişirilen geleneksel Pomak yemeklerinden biri olup Kapıdağ yöresinde (Bandırma-Erdek) yapılmaya devam edilmektedir. Kimi zaman bulgur kimi zaman da pirincin haşlanarak kullanıldığı tepside etli pilavda bazen de bulgur ve pirinç birlikte tercih edilmekte; tepsinin yarısına bulgur, diğer yarısına da pirinç konduktan sonra üzerine etler dizilmektedir. Tepside etli pilav, bayram sabahının geleneksel yemeklerinden biri olduğu kadar düğünlerin de vazgeçilmez yemeklerinden biridir.

89. Tereyağda Karides (Çimçin Karides): Ayvalık Cunda adasının en önemli geleneksel lezzetlerinden biri de deniz ürünleridir. Karidesler temizlenip tereyağında sarımsakla sotelenir, haşlanmış karidesler ilave edilerek pişmeye yakın az pul biber eklenerek sıcak servis edilen ürün, yerel lezzetler arasında yerini almıştır.

90. Tirit (Balıkesir): Bayat ekmek, pide ve yufkaların et suyunda ıslatılıp üzerine etlerin lif lif dağıtılarak konması ile yapılan tirit yemeği, yokluk dönemlerinde israfı önlemek için bir yöntem olarak ortaya çıkmıştır. Balıkesir ve bazı ilçelerine özgü bir düğün yemeği. Özellikle sünnet düğünlerinde yapılır. Eğer sünnet düğününde tirit yapılmazsa, Balıkesirliler için o düğün, düğün değildir.

91. Ufalamacı Hamur: Yapım aşamaları az malzeme ile kısa sürede hazırlanabilen isteğe

göre farklı malzeme ilavesi ile çeşitli tatlar elde edilebilen geleneksel bir yemek özelliğinde olan ufalamacı hamur Balıkesir Savaştepe Sarıbeyler'de atalarımızın yaşadığı yokluk yıllarından kalma bir yemek özelliği taşımaktadır. Kaynayan suya un katılarak pişirilir. Kepçe yardımı ile su ve un iyice karıştırılarak ezilir. Kısık ateşte tavada kızartılan yağa ilave edilen hamur küçük parçalara ayrılıncaya kadar karıştırılır. Pişirme işleminden sonra isteğe göre pekmez, koyun peyniri veya kavurma ilave edilerek servis yapılmaktadır.

92. Yağ Mantısı: Balıkesir Gömeç'te bayramlarda yapılan bir yemektir. Zeytinyağı, su, tuz ve sirkede köpürtülmüş karbonat ile katı bir hamur elde edilir. Açılıp kareler halinde kesilip dört köşesi bir araya getirilerek yağda kızartılan mantılar soğuduktan sonra üzerine sıcak bol et suyu dökülür. Sarımsaklı yoğurt ve karabiber ile servis edilir.

93. Yağlı Pide: Geleneksel olarak taş fırınlarda ekme yapıldığında mayalı hamurdan hazırlanan ve Balıkesir Gömeç'te günün her öğününde tüketilebilen bir yiyecektir. Taze soğan, lor, tuz ve karabiberli iç harç zeytinyağlı mayalı hamurun içerisine konulup bohça gibi kapatılarak, bastırılarak tepsiye yaydırılır. Üzerine yumurta sarısı sürülüp çörek otu serpilerek kare şeklinde kesildikten sonra pişirilmesi yağlı pidenin en önemli özelliğidir.

94. Yoğurtlu Hamur: Balıkesir Kavaklı'da genellikle kış hazırlıkları ve Ramazan ayı öncesinde daha sonra günlük kullanım için hamurdan elde edilen yufkalar küçük kareler halinde kesilerek kurutulularak bez torbada uzun süre bayatlamadan muhafaza edilir. Günlük olarak hazırlanıp kurutulmadan da aynı özellikle yemek elde edilebilir. Kaynayan suda haşlanıp süzülen hamurların üzerine sarımsaklı yoğurt ve yağ ile servis yapılır.

95. Yufkalı: Edremit zeytininin özel günlerde yapılan yemeği olarak bilinen yufkalı; zeytinyağı, yoğurt, yumurta ile hazırlanan hamurdan ince olarak açılan 7-8 yufkanın her katına zeytin yağı sürülerek fırında pişirilmesiyle elde edilir. Haşlanan yerli horozun suyu pişen hamurun üzerine (çok sıcak olmayacak şekilde) soğuk olarak gezdirilir. Hazırlanmış pilav pişirilmiş ve üzerine horoz suyu dökülmüş yufkaların üzerine kapatacak şekilde serilir. Pilavın üstüne haşlanmış ve küçük parçalara ayrılmış horoz eti konularak üzerine karabiber ve tuz serpilerek fırında üzeri kızarıncaya kadar pişirmeye tabi tutulur.

96. Yuvalak Yemeği: Tuz, su, nane ve un ile hamur hazırlanır. Yaklaşık yarım parmak kalınlığında hamur açılır ve küp küp kesilir. Tavuk, nohut ve hamur parçaları ekşili suda haşlanır. Üzerine tereyağı eritilip gezdirilir. Balıkesir Dursunbey ilçesinde uzun kış gecelerinde tok tutması amacıyla yapılmış ve kabul görmüş bir yemektir

97. Zekeriya Sofrası: Mevlit okuma şeklinde yapılır. Çok nadir yapılmaktadır. Bir dilekte bulunan kişinin dileği gerçekleştiğinde adadıysa yapılır. Adayan kişi kırk çeşit yiyecek hazırlar. Yöresinde mevsiminde ne bulunuyorsa tatlı, tuzlu, meyve, sebze, et, hamur işi vb. gibi malzemeler kullanılır. Mevlit okunur ve okunduktan sonra orada bulunan yiyeceklerle hazırlanmış sofraya davet edilir. Yenilir, içilir sofraya duası yapılarak sonlanır.

98. Zelnik (Zennik): Balıkesir'in geleneksel hamur işlerinden biri olan zelnik veya zennik, birçok ot çeşidinin kullanıldığı bir yemektir. Bir Balkan yemeği olarak bilinen zelnik, başta Kapıdağ yöresi olmak üzere Balıkesir'in bazı bölgelerinde, halen evlerde yapılan bir otlu börek türüdür. Böreğin harcında kullanılan otlar; cancana, ıspanak, gelincik, kuzukulağı ve ısırgan otudur. İsteğe göre soğan ya da pırasa da

kullanılabilir. Hamurdan elde edilen dört bezenin açılıp yufka haline getirilmesi ve yufkaların arasına kavrulmuş otlardan oluşan harcın konup pişirilmesiyle elde edilen zelnik, geçmişten günümüze gelebilen lezzetlerden biridir.

99. Zerde – Astarlı Sütlaç (Erdek): Evliya Çelebi'nin *Seyahatname*'sinde de belirttiği gibi zerde bir matem yemeğidir. Balıkesirliler bereketinin çok olduğuna inandıkları zerdeyi kalabalık mevlitlerde ikram olarak sunarlar. Çoğunlukla Erdek ilçesinde tercih edilen zerde, normal olarak hazırlanan sütlaçın üzerine safrandan yapılan ikinci açık renk muhallebi dökülerek ikram edilir. Zerde Osmanlı döneminde saray tatlısı olarak da sıklıkla yapılırdı.

Yazılı Kaynaklar

Demirel, H. & Karakuş, H. (2019). Balıkesir Yeme İçme Kültürü ve Değişimi Üzerine Bir Alan Araştırması. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 7 (2), 1383-1404.
Kılıç, YÜCEL (2018). "Geçmişte Susuğurluk Günümüzde Susurluk", 1. Baskı, İmak Ofset, Yenibosna/İSTANBUL
Türk Patent ve Marka Kurumu, 2017.

Sözlü Kaynaklar

KK1: Ahmet IŞIK, Balıkesir-77, Emekli
KK2: Asuman İMAN, Balıkesir-80, Ev Hanımı
KK3: Ayşe BOLADAN, Balıkesir-67, İlkokul Öğretmeni
KK4: Ayşe BORA, Balıkesir-61, Ev Hanımı
KK5: Ayşe CANAN, Balıkesir-58, Erdek MYO Mutfak Personeli
KK6: Ayşe CENGİZ, Balıkesir-54, Ev Hanımı
KK7: Ali Koç, Balıkesir, Restoran İşletmecisi
KK8: Emine EFE, Balıkesir-54, Ev Hanımı
KK9: Emine SAVUT, Balıkesir-70, Ev Hanımı
KK10: Emine YILANCIOĞLU, Balıkesir-67, İlkokul, Ev Hanımı
KK11: Erkan AKBULUT, Balıkesir-38, Kepsut Halk Eğitim Merkezi Müdürü
KK12: Fahriye YILDIZ, Balıkesir-61, Ev Hanımı
KK13: Fadime KAYMAK, Balıkesir-85, Ev Hanımı
KK14: Fatma CENGİZ, Balıkesir-85, Ev Hanımı
KK15: Feriha SAÇIL, Balıkesir-64, Emekli
KK16: Gökçen EFE-Cunda / Ayvalık
KK17: Güler TAŞKÖYLÜ, Balıkesir-49, Ev Hanımı
KK18: Gülser KIZIKLI, Balıkesir-89, Ev Hanımı
KK19: Gülsüm GÖNÜL, Balıkesir-70, Ev Hanımı
KK20: Gülşen KAYGISIZ, Balıkesir-52, Ev Hanımı
KK21: Halime YILDIRIM, Balıkesir-58, Ev Hanımı

KK22: Hicran TUGAY, Balıkesir-70, Ev Hanımı
KK23: Huriye HEPER, Balıkesir-67, Ev Hanımı
KK24: İbrahim Çobanoğlu-Cunda/Ayvalık
KK25: İnci TOKSÖZ, Balıkesir-80, Ev Hanımı
KK26: İzzet DURKO, Balıkesir-62, İşletmeci
KK27: Kamile NERGİS, Balıkesir-75, Ev Hanımı
KK28: Keriman CAMBAZ, Balıkesir-80, Ev Hanımı
KK29: Mehmet Ali BÜYÜKTAŞ, Balıkesir-56, Halk Eğitim Merkezi Müdürü
KK30: Mehmet YILMAZ, Balıkesir-47, Havran Belediye Başkan Yardımcısı
KK31: Merih Hacer TURGUT, Balıkesir-84, Ev Hanımı
KK32: Mihriye BEZEK, Balıkesir-70, Ev Hanımı
KK33: Mukaddes KARAGÖZ, Balıkesir-84, Ev Hanımı
KK34: Nursen DELİBAŞ, Balıkesir-73, Emekli İlkokul Öğretmeni
KK35: Rabia ALKAN, Balıkesir-71, Ev Hanımı
KK36: Recep SAYLAK, Balıkesir -51, Bigadiç Halk Eğitim Merkezi Müdürü
KK37: Ruhiye OĞUZ, Balıkesir-86, Ev Hanımı
KK38: Sabahat Efe- Cunda /Ayvalık
KK39: Safiye GEMİCİ, Balıkesir-60, Ev Hanımı
KK40: Samet ÇEVİK, Balıkesir-54, Emekli
KK41: Serap GÜRSES, Balıkesir-57, Ev Hanımı
KK42: Serdar ÖNBAŞ, Balıkesir-81, Emekli
KK43: Sevim TAŞ, Balıkesir-74, Ev Hanımı
KK44: Şaziye BOLU, Balıkesir -51, Ev Hanımı
KK45: Şengül TOPÇU, Balıkesir-37, Sındırgı Akpınar Yaşam Merkezi Sorumlusu
KK46: Şennur TUTUŞ, Balıkesir-46, Ev Hanımı
KK47: Şevke BOZGÜL, Balıkesir-53, Ev Hanımı
KK48: Şeyma SÖĞÜT, Balıkesir-65, Emekli
KK49: Ümmügül BAŞARAN, Balıkesir- 67, Emekli İlkokul Öğretmeni
KK50: Ümmühan CÜCÜ Balıkesir-75, Ev Hanımı
KK51: Yasemin ÇÜREN, Balıkesir-44, Erdek MYO Mutfak Personeli
KK52: Yunus ÇİL, Balıkesir, Yenikavak Köy Muhtarı
KK53: Zehra HUS, Balıkesir -76, Çiftçi