

Zor günümüzde yanımızda olan yemekler ve insanlar

Vefat yemekleri... Havalarda bu kadar güzelken bu konu da nereden çıktı diyebilirsiniz. Zor günleri hatırlamak, hırs, telaş ve kaygıların boşluğunu hissettiriyor insana. Bir taraftan da âdetlerin güzelliği, sevginin, dostluğun, ailenin ve iyi günde kötü günde bir arada olmanın kıymeti başka tür bir huzur ve mutluluk veriyor, sakinleştiriyor bizi. Bilhassa biraz dinginliğe ihtiyaç duyduğumuz şu günlerde.

İşte helva da bu hisle vücut buluyor sofralarımızda. Cenaze töreni dönüşü gençler bir telaş mutfağı geçiriyorlar. Helva kavurmadaki deneyimli kişi, bir büyük kazanın başına geçiyor. Önce irmik, yağ ile 40-50 dakika kavuruyor. Herkes teker teker tencerenin başına geçip duasını ve içini döküyor helvaya. Durmadan karıştırarak, kaybettığı kişiye fırsat bulup da söylemek istediklerini helvaya katarak... Bu veda, mezarlıktakinden belki biraz daha farklı, insana başka tür bir hafifleme ve huzur veriyor. Gidenin huzura erdiğini hissediyorsunuz sanki... Yoksunluk hissi olmadan, hüzünlü ama huzurlu bir veda... Vedalaşma bitiyor, pembeleşen ve tane tane ayrılan helvaya bir tarafta kaynatılmış su, süt ve şeker karışımı yavaş yavaş dökülüyor. Bu nispeten tehlikeli bir işlem, özellikle de büyük kazanda yapıldığında... Ardından bir iki kez daha karıştırılır ve kapağı kapatılır, kısık ateşte dinlenip demleniyor helva.

O usul usul demlenirken dualar okunmaya başlanıyor. Dua sona erdiğinde, önce hocaya ve büyüklere, telaş içerisinde helvalar ikram ediliyor. Bu koşuşturma nedir diye düşünmemek elde değil çoğu zaman. Ama öyle anlamlı bir telaş ki... Bu sırada büyüklükler, servis yapan gençlerin koşturmacasını takdir ediyor. Gençler, ağırlaşan yükleri umutlandırıyor, serinletiyor olsa gerek. Cenaze evinde yemek pişmez; komşular ve dostlar getirir yemekleri. Ölü evine gidiğinde yemek yemek de âdetendir. En yakın dostlar, uzak akrabalar sorar, "Cenazeden sonra yemeği ben hallediyim mi?" diye. Sonraki günlerde de yemek taşınır eve. Ölüme karşı çaresiz teslimiyette, yakınlar için insanın elinden gelenin en iyisini yemek yapmak. Bu âdeti hatırlatmak kadar, bu vesileyle lezzetli bir sulu et ve ideal pilav tarifi



İRMİK HELVASI

Malzemeler

İrmik,	1,5 su bardağı
Dolmalık fıstık,	1 avuç
Tereyağı,	2 çorba kaşığı
Süt,	1 bardak
Su,	1 bardak
Şeker,	1,5 bardak

Tarifi yazının içerisinde!

paylaşabilmek de ayrıca güzel. Bu iki tarif neredeyse ekmek kadar esastır, dolayısıyla en güzelini yapabilmek önemlidir.

Vefat yemeğinin olmazsa olmazı pilav, parça et veya tavuk, bir de börekler. Kültürden kültüre değişiklik gösterir elbette; farklı yörelerde dolma, mercimek köftesi, kekkek, cacık, salata gibi farklı yiyecekler de sunulur. Et, sulu ve kuşbaşı olur ki tek bir çatal veya kaşıkla yenebilsin ve o telaşa fazladan bıçak gerektirmesin; bir de suyu pilava karışıp lezzet versin ve iştahı olmayanların yemelerini kolaylaştırsın. Geleniğin güzelliği bu ayrıntıları içerisinde barındırması.

Bir kaseye biraz et konulur, üzeri pilav ile kapatılır ve sonra ters çevrilip bir tabakta sunulur pilav üstü et sek-



linde. Ayrıca ayrıran en güzel içecektir, sedatifi etkisiyle hem mideyi, hem ruhu rahatlatır. Duaların saatine göre önce yemek yenip helva arkasından da yenilebilir. Kimi sütü yapıp helvayı, kimi önce sade kavurup yağsız, kimi yağ ile. Kimi tane tane sever, kimi kalıp gibi daha sulu. Kimi gül suyu koyar içine, kimi badem, kimi fıstık, kimi hellim. Hepsinin ayrı ayrı değeri var...

Farklı din ve gelenekler ayrı gözükle de temelde ölü evinde yemek pişmez. İstanbul Ermenilerinde merhumun yedisini çıktığında irmik helvası yapılır, Müslümanlarda ise ilk gün. Musevilerde helvanın yerini yumurta alır, yanına kaşarpeyniri, beyazpeynir ve zeytin de eşlik eder, anasonlu bir bisküvi yenilir. Hepsinde ilk günün ve yedinci günün ayrı bir önemi vardır. Bazısında otuz, bazısında kırkuncu gün dualar okunur. Yenilenler içilenler ayrı gözükle de temel duyguyu aynır. Zor günlerinde sevdiklerinin yanında olmak ve birlikte yenilen yemekler ile hayatın devam ettiği hissiyatı...

Helva ile dünyaya geleni helva ile uğurlamak da çok derin ve manidardır. Kimileri evine taşınan mutfağı kurduğunda ilk iş helva pişirir, kimileri de çocukları doğduğunda. Mevlevîlik'te sabrı ifade eder helva. Kavururken dayanmayıp altını açarsanız ya yanar ya da tutmaz. Bazen mutluluğu, bazen barışı, bazen de ölümü ve vedayı şişirir içine. Mutfakımızda pişer ve akar gider hayat gibi, telaş ve hırsın gelip geçiciliğini, sabrın gerekliliğini tatlısından hissettirerek.

"Yakın zamanda kaybettüğim eniştem Dr. Selçuk Sömek, anneanne gibi sevdiğim saydığım Sevim Kayralcı, insan sevgisinden uzaklaşmış kimselerin aldığı kararlarla bu hafta hayatını kaybedenler ve şehitlerimiz anısına yazılmıştır. Hoşgörü ve sevgiden uzak kalmamak dileğiyle..."

istemeyiz. ■ Son aşama ise kaybı sindirme, KABULLENİŞ....

Bu törenler ve âdetler, kültür dediğimiz, şu an var olan bütün bilgisayarlardan daha fazla bilgi taşıyan ve harmanlayan mekanizmanın acı karşısında insanı rahatlatma yönteminin algoritmasıdır.



Lezzet garanti

Kuşbaşı et, hem kolay hem lezzetli bir yemek... Hele bir de dökmeye tencerede yaparsanız, tadının nasıl güzelleştigine şaşıracaksınız... Tavuk suyu (*), Sonrası size kalmış, sade ya da pilav üstü. Afiyet olsun...

KUŞBAŞI ET

Malzemeler

Kuşbaşı et,	1 kg.
Soğan,	3 tane
Sarımsak,	5 diş
Kırmızı dolmalık biber,	1 tane
Yeşil dolmalık biber,	1 tane
Havuç,	2 tane
Un,	2 çorba kaşığı
Tuz,	1 çay kaşığı
Tane karabiber,	1 avuç
Defne yaprağı,	10 tane
Tavuk suyu (*),	3/4 bardak
Üçün sirkesi,	5 çorba kaşığı
Taze kekik,	5 dal
Biber salçası,	1 çorba kaşığı
Riviera zeytinyağı,	7 çorba kaşığı

Etinizi 2'er cm.lik küpler halinde kesin. Soğanları, yuvriyak kalacak şekilde 1 cm.lik dilimlere ayırın, dilimleri yarım daireler halinde ikiye kesin, sonra da ellerinizle açarak bir sürü yeniay elde edin. Dolmalık biberleri 1 cm. kalmıyınca şeritler halinde kesin. Havuçları da tavla zarı büyüklüğünde küplere ayırın.

En güzel bu yemeği dökmeye bir tencerede yapın... Tadının nasıl güzelleştigine şaşıracaksınız. Yağı tencereye koyun ve tencerenin tamamını bir fırça yardımıyla yağlayın. Sonra altını açıp yağı kızdırın ve bonfileleri içine atın. Dört tarafının da kızaracağı şekilde 2 dakika çevirin. Sonra bonfileleri, peçete serdiğiniz bir tabağa alın.

Soğanları (tencereyi temizlemeden) aynı tencereye atıp, harlı ateşte, kenarları hafif kızarmaya başlayıncaya kadar yaklaşık 2 dakika çevirin. Soğanları tencereden alıp, biberleri ve havuçları tencereye koyun ve 1 dakika daha çevirin. Bonfile ve soğanları tencereye geri ekleyin. Tencerenin altını en kısık ateşe alın. İki kaşık unu etlerin üstüne serpip 2 dakika karıştırın. Sonra kaynamış tavuk suyunu* ve sirkeyi ekleyin. Sarıyala karabiber, tuz, kekik, defne yaprağı ve biber salçasını da ekleyip karıştırın. 1.5 saat boyunca hiç açmadan ocaktan en ufak gözünün en kısık ateşinde pişirin.

* Tavuk suyu yerine, 1 tablet tavuk bulgunu 1 bardak kaynar suda eritip kullanabilirsiniz.

PİRİNÇ PİLAVI

Malzemeler

Pirinç,	2 su bardağı
Şehriye,	1 avuç
Su,	3 su bardağı (varsa sebze suyu)
Tereyağı,	1 çorba kaşığı
Riviera zeytinyağı,	3 çorba kaşığı
Tuz,	1 tatlı kaşığı

Tencerenin ısıtın, yağı ekleyin, biraz ısınınca şehriyeleri atıp karıştırın. Sonra sudan geçirdiğiniz pirinçleri ekleyin ve karıştırın. Bu şekilde pembeleşinceye kadar kavurduktan sonra kaynar su ilave edip tekrar karıştırın. Tuz ilave edin. Tencerenin kapağını kapatıp pilav suyunu çekene kadar kısık ateşte pişirin. Ocaktan aldıktan sonra, lapalaşması için üstüne nemli bir bez koyup tencerenin kapağını kapatın, 15 dakika dinlendirin.

KÖPÜKLÜ AYRAN

Köpüklü ayran yapmanın sırrı, bolca çırpma. Yoğurdun da doğal ve yağlı olması. Bir kavanoza yoğurt, su, suyun yarısı kadar süt ve yarısı kadar soda koyarak çırpıp köpüklü bir ayran yapabilirsiniz. Bazıları ayranı ekşi sever. Böyle sevmeyenler için süt koymamak daha iyidir. Biraz buz ve tuz atıp 3 dakika durmadan karıştırın. Servis ederken üzerine nane eklerseniz mis gibi olur. Üzerine kuru nane serpip öyle servis yapabilirsiniz.



Yasın 5 evresi

Bu yazıyı hazırlarken âdetler ile teorinin nasıl çarpıcı bir şekilde üst üste bindiğini fark ettim ve paylaşmadan geçemedim. Farklı inanış sistemlerinde vurgulanan birinci, yedinci, otuzuncu, kırkıncı günler arasında belli duyguların belli aşamalarda yaşanması için de önemli. Kübler-Ross'un Yas'ın 5 evresi modeli (5 stages of grief)

- Önce İNKÂR eder, görmezden gelmeye çalışırız.
- Sonra ÖFKELENİR, derin bir kızgınlık hissi ile yargılar ve isyan etmek isteriz.
- Biraz sakinleşip PAZARLIK ile durumu kabul edilebilir kilmaya çalışırız.
- Sonra çaresizlikle insanın gücü kesilir ve hüznün çöker, DEPRESYON... Hiçbirşey yapmaktır.