

# Türk Dünyası Uygulama ve Araştırma Merkezi Yemek Kùltürü Dergisi

**2018/1**

*Sahibi (Rektör)*

Prof. Dr. Hasan Gönen

*Editör*

*Hayati Çetin*

*Editör Yardımcıları*

Rabia Hazal Keskin

Ayten Çetin

*Sorumlu Müdür*

Prof. Dr. Hilmi Özden

*Yayın Kurulu*

Türkiye Ve Türk Dünyasında Konu İle İlgili Bilim İnsanları

Sahibi	Prof. Dr. Hasan Gönen (Rektör)
Yayın Komisyon Başkanı	Prof. Dr. Adnan Konuk (Rektör yardımcısı)
Yayın Komisyonu Başkan Yardımcısı	Prof. Dr. İlhami Ünlüođlu (Rektör yardımcısı)
Yayın Komisyonu	Prof. Dr. Ahmet Kartal
	Prof. Dr. Özden Tezel
	Doç. Dr. Osman Nuri Çelik
	Yrd. Doç. Dr. Adil Şen
	Yrd. Doç. Dr. Ertuđrul Karaş
	Yrd. Doç. Dr. Oktay Berber
	Öđr. Gör. Semih Öz
İdari Sorumlu	Necmettin Başkut
	Hülya Şenyücel
	Zekeriya Yıldırım

Derginin tümü ya da bir bölümü/böölümleri Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Türk Dünyası Uygulama ve Araştırma Merkezi'nin yazılı izni olmadan elektronik, optik, mekanik ya da diğer yollarla basılamaz, çoğaltılamaz ve dağıtılamaz.

*No part of this journal may be printed, reproduced or distributed by and electronical, mechanical or other means without the written permission of the Eskişehir Osmangazi University Turkish World Training and Research Center.*

Yazışma Adresi

Adres: Türk Dünyası Uygulama ve Araştırma Merkezi Yemek Kùltürü Dergisi, 26480 Eskişehir, Türkiye

Editör: Rabia Hazal Keskin

Telefon:

e-posta: rabiahazalkeskin@gmail.com

Editör Sekreteri: Zekeriya Yıldırım

Türk Dünyası Uygulama ve Araştırma Merkezi Merkezi Yemek Kùltürü Dergisi

Osmangazi Üniversitesi, 26480 Eskişehir, Türkiye

Tel: +90 222 239 29 79 / 4499

e-posta: [zekeriya@ogu.edu.tr](mailto:zekeriya@ogu.edu.tr)

ISSN

## Türk Dünyası Uygulama ve Araştırma Merkezi Yemek Kültürü Dergisi

### ÇIKIŞ AMACI

**Türk Dünyası Uygulama ve Araştırma Merkezi Yemek Kültürü Dergisi**, Besin, Besin öğeleri, Besin Hazırlama, Beslenme Boyutları ve Süreci, Beslenme Sorunlarında yaklaşımlar, gibi bilimsel konular ile kültürel, bireysel ve ailesel yaklaşımları bütünleştiren, yemek olarak yenilenleri yemek kültürü boyutu ile bu konudaki etmenlerin yanında tüm yemek ile ilgili etmenleri, boyutları, süreçleri, beyin ile ilgili bilimsel konuları, metabolizma, diyet ve besin konuları bünyesinde konu olarak bulunduran; Alerji Bilimi dahil, Pediatri, Dahiliye, Nöroloji, Cerrahi Bilimler ve bununla ilgili Sağlık Bilimleri ile Sağlık Yaklaşımları ile Tıp Bilimine dayanan, buradan kaynak alan, bilimsel konularında tüm fen ve bilime dayalı, insanlığı temel alınan hususlarda, örneğin; Sosyal Bilimleri katarak, Felsefe, Eğitim, İletişim ve Bilişim Bilimlerini Yemek Kültürü ve İnfeksiyon Bilimi ile bütünleştiren bir e-dergi niteliğindedir.

Türk Evreni/Dünyasını **Yemek Kültürü** Bilimi temelinde bütünleştirerek: sosyal ve bilimsel mikro-organizmalar ile insanların çeşitli boyutta besin hazırlamadaki kullanımı, mayalar, fermente edilenler, yemek hazırlamada kullanılanlar, ayran, boza, ve bunların sosyal, kültürel ve tarihsel iletişim ve ilişkilerin oluşması, kaynaşması, etkileşimin çeşitli boyutlarda incelenmesi hedeflenmektedir. Yemeğin sosyal, kültürel, **Yemek Kültürü** olarak yaklaşımlar, önemli ve öncelikli noktaları, hasta, olgu, durumlarda, bireyin bakımı, tedavisi ile hastalıklardan önlenmesi, insanı mikroorganizmalar, mikro-flora olarak öne çıkaran fikirlerin gücü ve etkin ve yeterli yaklaşım enerjilerinin sağlanması, **Yemek Kültürü** konusunda bireylerin bakımı, temizlik ve bakımda kullanılan solüsyonların irdelenmesi, besin ve beslenme, insana destek, yardım, gibi sosyal ve tıbbi bilgileri Mikrobiyoloji, Yemek Kültürü ve Bulaşıcı Hastalıklar gibi **Bilimleri** ilgilendiren konuları ve bu kapsamı alanı içine almaktadır. Yemek Kültürü yaklaşımların gerçek verileri, bilimsel organizasyon yapısı ve tedbir, önlem ve hizmet içi eğitim dahil, organizasyonların yapısı ve çalışanların duyu ve düşünceleri de irdelenmesi ayrıca bu Derginin amaçları içinde ve kapsamındadır.

Yemek Kültürü Dergisi, sorunların, gelişim ve algılama dahil, birçok hastalıkları bedensel ve ruhsal kapsamındaki nedenlerin oluş mekanizmaları ile toplum sağlığı temelinde konu ve durum ile ilgili olan bilim dallarını da kapsamı içine almakta, İnsan ile ilgili bilimler, biyofizik, ile diğer besin, yemek ve besin maddeleri ile ilgili, diğer bilimsel boyutları da insan sağlığı ile ilgili konular kapsamında, insanların duyu ve düşünceleri gibi boyutlar da derginin alanı içindedir.

**Yemek Kültürü kapsamında**, olan durumları, örneğin bir hasta insanın tutum ve davranışları ve insanlığı zedeleyen boyutu olarak değil, insanlığı olgu sunumu ve örnek olması açısından, etik ve insanlık boyutu temelinde, bu ilkelere dayanılarak, inançlara ve insana saygı temelinde ilgili örf, gelenekler de dergiye konu olacaktır. Yeni besin hazırlamada kullanılan cihazlar, fırınlar, ocaklar, mikrodalga ile fırın karşılaştırmaları ile yeni maya ve besin hazırlama yöntemleri ile içine konulan besinler ile hazırlama metotları ile Yemek Kültürü konusunda eğitim ve bilgilendirmenin de kapsam alanı içindedir.

Besin ve yemeklerdeki i her türlü bilimsel veriler, deneysel çalışmalar, modelleme araştırmaları, hipotezler ve gelişimsel ve süreç olarak değerlendirilmeleri, tedbir, önlem, eğitim ve uygulama yaklaşımları ile insan ve insanlığı temel merkez alan, etik dayanakları olan ve **Yemek ve yemek ile ilgili Kültürel yaklaşım** konusundaki yazılar kabul edilecektir.

**Yemek Kültürü** uygulamaları ve bu konudaki eğitim, beceri ve teorik yaklaşımlar, teknolojik gelişme yanında, besin hazırlayan, açıcı ve evde yemek pişiren dahil, gurme ve sağlıklı besin konusundaki eleman ve personelin her boyutu, kişilik gelişimi katılarak, bireylerin hizmet içi ile sorundan sonra, birey ve aile, toplumun, önce, sırasında ve uzun vadeli uygulamaları ile vaka, oluşumunda eğitim ile uygulamaları ve diğer dikkat edilecekler, öneriler ile olası ihmaller aynı zamanda bu derginin kabulü içindedir.

Araştırma ve veri/kanıta dayalı yaklaşımlarda İstatistik, Biyoistatistik, bilimsel kanıta dayalı tıp açısından önemlidir, ancak kişisel görüşler, düşünceler de yayın konusu içinde olup, bu türdeki yazılar farklı kapsamda ele alınacaktır. Hakaret, aşağılama ve insanlık dışı olanlar hariç, tüm diğer görüşler kabul içindedir. Veri kesin ve kanıta dayalı, objektif olması gerekmektedir, yorum hür ve bağımsızdır. Hakaret ve aşağılama, hor görme fikir hürriyeti kapsamında olmayıp, suç ve ceza kavramında ve bireyin hakkını çiğneme ile insanlık dışı her şeyde olduğu gibi suç kapsamındadır.

Sonuç olarak açık ve net olarak her türlü görüş, yazı ve ifade, insan ve insanlık dayanağı içinde besin, yemek ve diğer insanlık ile ilgili diğer bu konudaki sosyal ve kültürel konular derginin alanı içindedir.

### YAYIN DİLİ

Yayın dili Anadolu Türkçesi olup, İngilizce özet bulunması arzu edilmektedir. Temel olarak Türki Ülkelerinin yayınlarını kapsamaması arzu edildiği için, uluslararası bir dergi niteliğindedir. İngilizce kaleme alınanların da çift lisan olarak Türkçesi veya Türkçe özetinin de eklenmesi beklenilmektedir.

### DERGİNİN TEMEL İLKELERİ

Türk Dünyası Uygulama ve Araştırma Merkezi Yemek Kültürü Dergisi Birey hakkı (her türlü birey hakkı, civil liberties temelinde, etik ilkeler içinde olarak) dayanağı temelinde, onuru, saygısı ve insan olmanın şerefine tam uyulmasını gerekli görür. Tüm insanların birey olarak hakları herhangi bir tanımlama ve sıfat olmadan eşit olduğu kabulü ile yaklaşılmasını öngördüğü için, aşağılama, hor görme dâhil her türlü hakaret ve cins, ırk gibi ayrımların yapılmasını insanlık hakkı olarak ret ederiz. Etik ilkeler doğrultusunda ancak bilim olabileceği inancı ile tüm bireylerden de bu şekilde davranılmasını gerekli görmektedir. Yayında temel ilke insanlık ve bu temelde bireyin hakkı, bağımsızlığı olmalıdır.

Türk Dünyası **Yemek Kültürü Dergisi**, kültürel açıdan Tıp Bilimi temelinde Türkçe temelli konuşan ülkeleri bir arada bütünleştirme, sosyal ve kültürel parametrelerle, olguları ve araştırmaları birlikte harmanlama amacındadır.

### İRDELEME TEMELLERİ

Fikirlerin oluşması, karşılıklı değerlendirmesi ve irdelenebilmesi için, konularında yetkin ve uzman olan bilim adamlarının görüşlerinin alınması, derginin hakemli olması gereklidir. Fikirler ancak karşılıklı irdelene ile bütünleşme sağlanabilir. Değerlendirme yapan öğretim elemanının talebi doğrultusunda görüşlerinin de eklenmesi öngörülmektedir.

### KAPSAMI

Temel olarak:

- Editöre mektup, yazılar
- Derleme
- Özgün Yazılar
- Olgu görüşleri
- **Yemek Kültürü** konusunda ilginç mektuplar ve anılar ile tarihsel boyut
- Ortak eşgüdüm yazıları/ilkelere
- Protokoller
- Kısa görüşler
- Olgu, diğer sunular, Klinik beceri ile oluşan düşünce ve duygular
- Katkılar
- Yemek Kültürü ile yemek, besin konularında Eğitim Bilimleri
- Yemek Kültürü ile yemek, besin konularında İletişim, Bilişim Bilimleri
- Yemek Kültürü ile yemek, besin konularında, ruhsal ve Psikiyatrik yaklaşımı
- Araştırma çalışmaları, görüşler
- Yemek Kültürü ile yemek, besin konularında kaynakları
- Editöre yazılar
- Hukuksal olarak yaşam hakkı, Yemek Kültürü ile yemek, besin konularında **etik boyut**
- Yemek Kültürü ile yemek, besin boyutu

### YAYIN KURULU

Yemek Kültürü konusunda uzman olan her birey, hekimler, öğretim elemanları temel olmak üzere yayın kurulunun temel üyesidir. Tüm Türk Dünyası Uzmanları doğal yayın kurulundadır. Her editör üyenin yayını kabul etmek veya ret etmekte serbest olup, gerekçesini sunması beklenmektedir.

### SORUMLULUK BİLGİSİ

Tüm yayınlardaki görüşler, çalışmalar, olgu sunumları yayını yapan bireyin sorumluluğundadır. Hukuksal boyut olduğu zaman yayını ileten kişi doğrudan sorumlu olarak değerlendirilecektir.

Yayınlara sunulan görüşler, karşı görüşler de aynı şekilde bunları belirtenlerin sorumluluğundadır.

Herhangi bir şekilde gözden kaçan etik ihاللer ve hukuksal yayın haklarının ihlali durumunda geriye dönük yasal işlemlerin yapılacağı bilinmelidir. Ceza ancak ülkelerin yasalarına göre verilmesine karşın, etik ihاللere ve birey hakkının zedelenmesi Dergide açık olarak belirtilecek, aleni ilan edilecektir. Tüm sorumluluk yazara aittir.

Türk Dünyası Yemek Kültürü COPE etik ilkelerini benimsemektedir. Etik değerlendirmeler bu kapsamda ele alınacaktır.

## THE AIMS AND SCOPES OF THE TURKISH UNIVERSE Nutriment Culture JOURNAL

The Turkish Universe *Nutriment Culture* Journal, is the prime source for the cooperation and collaboration of Turkish Universe, regarding *Medicine* Perceptions. Means the unifications and get together of the Food, nutrients, food preparing, feeding methods, feeding at conditons, sports etc, and nutrition at diseases. By the contribution of sciences, medical facts, as Microbiomes, for food preparation, fermentations, , fungi disease, and other basic medical Science, even community aspects, Sociology, Philosophy and other social aspects with the Nutritional Science.

Physiology, Microbiology, Biochemistry, Pharmacology, Dietetics, and other subjects concerning the food, nutrition and meal preparation.

At the food serving, preparation, composition, and cultural perspectives, acceptance and all other concepts concerning food and nutrition. for the psychiatric status and cultural precautions, traditional custom and regulation, and other counter or similar perspectives also concerns the Journal aspects. Papers resulting the experimental findings, animal studies, hypothesis and the development process and disorders in the food, meal and nutrition will find a place et this Journal.

Care and applications, including at the meal and other precaution for food production, meal preparation, special gourmet, of the cultural, social and family presenting an individual concept, process and desires, all will welcome if concerning at the microbiomes concerning fermentation, food preparation concept to this Journal for evaluation.

Biostatistics is essential for the research and evidence based aspects, also for personal comments and decisions. Evaluations are free for discussion, but the evidences must be real and true, objective ones. No rights for the mobbing and other inhuman discussion will be right to an individual.

As a summary, brief conclusion, everything concerning food, nutrition, meal preparation etc., with human being, for cultural and other social and cultural aspects will be the prime source at this Journal.

## PUBLICATION LANGUAGE

Manuscripts will be written in Turkish (Anatolian Turkish) and English in summary. The publication can be bilingual presentation in English, as outline and/or the English version/articles must have Turkish summary in brief.

## BASIC ETHICAL PRINCIPLES

Turkish Universe *Nutriment Culture* Journal, as the prime rights to the “*civil liberties*”, concerning the common food problems, poisoning and also contagious diseases, disasters and emergency medicine concern, under Human as individual Rights, all for the honor of human and esteem of as a humanity. No discriminations between any individual, the casualties that happened as; sex, race and other determinations are not acceptable even not mentioned. All humans are the same race of Homo sapiens, sapiens, and no one have right to superiority or inferiority and mobbing to others. Medicine must be leading the ethical concepts as humanity, and expected from all at the moral, virtues and Principles of Human Rights aspects. At the Journal, the main is humanity and civil rights, liberties.

Turkish Universe *Nutriment Culture* Journal, as a cultural subject, try to make close relation, cooperation and unification by social and cultural aspects, concerning the scientific subject of Infection and Inflammation Medicine, for getting together, as unification under the humanity.

## THE PRINCIPLES OF THE EVALUATION

To obtain the unification, the evaluation, assessment and valuation of the ideas, subjects and abstracts, the person for profession at the subject will be taken into notice. The peer review must be taken for valuation of the topic of the issue. The concepts of the reviewer decisions, judgements can be also mentioned at the journal, upon request of the inspector.

## CONCERNS

Manuscripts may be submitted under the following sections:

- Editorials
- Reviews
- Original Papers
- Discussion of the cases
- The historical aspects of the *Nutriment Culture* approaches, thus, on personal letters and decisions of individual perspectives
- Consensus Statements
- Protocols
- Short communications
- Novel insights from clinical practice/case reports
- Commentaries
- Educational Science
- Communication and computer science, artificial intelligence
- Psychiatry in *Nutriment Culture*
- Research briefings
- Source of *Nutriment Culture*
- Letters to the editor
- Rights to life in legal aspects, at *Nutriment Culture*
- Ethical aspects at the *Nutriment Culture*

## EDITORIAL BOARD

All the professions on *food, nutrition, meal, preparation of food, diets and other dietary concepts and nutrition at the diseases* are concern as editorial board, for this Journal. The educational individuals (professors and associated professors) preferred for the editorial board.

## DISCLAIMER/THE LEGAL RESPONSIBLTY

The statements, the opinions, the concepts on philosophy and discussions are solely and completely to the authors and contributor's responsibility. The Journal respects the individual ideas and decisions, as civil liberties. But not give the permission to make harm and other non-ethic and illegal approach to them.

The publisher and editors disclaim responsibility for any injury to person, to the property resulting from any ideas, discussions and methods, instruction or products or the advertisements, to the contents or commercial indications.

The editors follow the COPE Principles (Commission of Publication Ethics) for the evaluation at the discussions.

Lawful approach for each state/country differs, therefore the conclusion will be indicated at the journal for further legitimate evaluation.

## Editörden Mektup (2018/1)

### SUNUŞ

Türk Dünyası Uygulama ve Araştırma Merkezi Yemek Kültürü Dergisinin özellikle yaşadığımız Evrende, Besin/Beslenme'nin kültürel boyutun tanımı, etkileşimi açısından önemli bir kaynak olacaktır.

Besin başlıca 5 pencereden incelenebilir.

- 1) Besin öğeleri: protein, karbonhidrat, yağ ve su gibi maddeleri
- 2) Besin maddeleri olan, yumurta, un, şeker gibi besinleri
- 3) Besinlerin hazırlanışı, besin katkıları, kültürel etkileşim
- 4) Sorunlu durumlarda beslenme, zayıflık, kilo alma rejimleri, kültürlerde farklılıklar
- 5) Besinlerin hastalıklarda kullanılması, ülser diyetleri gibi kültürel boyut ile diyet ve beslenme.

İnsanlığın, anne karnından, büyümesi ve gelişmesi için besin almalı, bunun sağlıklı olması önemlidir. Besin hazırlama ile bunun yiyecek haline dönüştürmekteyiz.

Çok çeşitli düşünsel boyutu ile var oluş, sağlıklı olma kavramı ile bütünleştirerek konuya görüşler, bakışlar ve düşünceler olarak felsefe ile birlikte, kültürel, ailesel ve bölgesel boyutları da sunulmaktadır, sunulmalıdır.

Besin ve Beslenme konusu ile olan Yemek Kültürü Derginin yaşam ve yaşamın ilk adımları olarak, var oluşmanın temellerini, temel bilimler olan, çoklu bilim dalları penceresinden de bakarak, bunları bütünleştirmek amaçlanmıştır. Bu sayıda olduğu gibi etik kavramların da tüm insan ile ilgili konuların ayrılmaz bir parça olduğu da yadsınamaz.

Besin/Beslenme boyutu ile Yemek Kültürü Dergisi temel bilimsel ile insan bilimleri olan beden ve ruhsal açıdan sosyal ve kültürel boyutları da kapsaması açısından internette bu konudaki yazıların da alındığı ve bunları yorumlayarak iletildiği görülecektir. Bu açıdan İnternet-Wikipedia gibi kaynaklardan da yararlanılmaktadır. Bazı üniversitelerin bilgilendirme için hazırladığı görüşler ve bilgilerin de ele alındığı gözlenecektir.

Resimler, çizimler ve şiirler eklenecektir, ayrıca doğa resimleri tercih edilecektir. Kaynaktan alınan grafikler ve resimler, şeklin yanında referansı sunulmaktadır.

*“Haber doğru, yorum hür”* prensibi ile katkılarda belirli bir sınırlama olmayacağı vurgulanmaktadır.

Bu sayıda temel konu olarak Eskişehir Osmangazi Üniversitesi temelinde işlenen konular bir çalışma gündeme getirilerek, konunun güncellenmesi yapılmaktadır. Bu konuda katkıda bulunanlara teşekkürü borç biliriz.

Yazım usulü; Microsoft 2016 Office Word Elite Manual Formundan hazırlanmıştır.

Yararlı olması, bilimsellik yanında bilimsel, sosyal ve kültürel katkılara neden olması dileğimle,

**Hayati ÇETİN**  
**Eskişehir, 2018**

Türk Dünyası Uygulama ve Araştırma Merkezi Yemek Kùltürü Dergisi  
2018/1: Genel Yemek Kùltürü Dergisi

# İçindekiler

<b>Derginin Amacı ve İlkeleri</b>	iii		
<b>THE AIMS AND SCOPES</b>	iv	<b>BÖLÜM 3: PROBİYOTİK</b>	117
<b>Sunuş</b>	v-vii	<b>Zeytin Hazırlama</b>	
<b>İçindekiler</b>	viii	<b>BÖLÜM 4: BESİN BOYUTU</b>	154
<b>BÖLÜM 1: BESİN-ZEHİR</b>	1	<b>Lahmacundan Bide/Pizza'ya</b>	
<b>Mono-Sodium-Glutamat; Buyon (MSG)</b>		<b>BÖLÜM 5: MAYA</b>	248
<b>BÖLÜM 2: PROBİYOTİKLI BESİN</b>	78	<b>Yoğurt Mayalarının irdelenmesi</b>	
<b>Probiyotikli Köfte</b>			