

Atıf İçin: Aladı İnci H, Satıl F, Selvi S, 2022. Yenilebilir Doğal Bitkilerin Etnobotanik ve Gastronomik Açından Değerlendirilmesi: Edremit Körfezi (Balıkesir) Örneği. İğdır Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 12(3): 1375-1385.

To Cite: Aladı İnci H, Satıl F, Selvi S, 2022. Respect of Ethnobotany and Gastronomy of Edible Wild Plants: Edremit Gulf (Balıkesir) example. Journal of the Institute of Science and Technology, 12(3): 1375-1385.

Yenilebilir Doğal Bitkilerin Etnobotanik ve Gastronomik Açından Değerlendirilmesi: Edremit Körfezi (Balıkesir) Örneği

Hatice İNCİ ALADI¹, Fatih SATIL², Selami SELVİ^{3*}

ÖZET: Günümüzde insanların farklı kültürlerle olan ilgisi, sağlıklı yaşam hakkında giderek bilinçlenmeleri, doğal gıdalara eğilim göstermeleri ve gastronomik deneyimler yaşama istekleri gibi farklı nedenler yöresel mutfaklara olan talebi giderek artırmaktadır. Ülkemizde, özellikle son yıllarda yapılan gastronomi yarışmaları ve ot festivalleri aynı zamanda yapıldığı bölgenin turizm çekim gücünü önemli derecede etkilemektedir. Balıkesir ilindeki Kaz Dağı, Madra Dağı, Ulus Dağı gibi zengin floristik alanlarda bolca yetişen çok çeşitli gıda bitkileri gastronomik açıdan önemli birer kaynaktır. Bu çalışmada; Balıkesir’de doğal olarak yetişen yenilebilir otlar tespit edilmiş ve yöre insanları tarafından hangi yemeklerde kullanıldığı ve diğer etnobotanik kullanımları ortaya konulmuştur. Araştırma sonucunda 21 familyaya ait 45 cins ve 56 taksonun yemeklerde kullanıldığı tespit edilmiştir. Yaprak ve topraküstü kısımlarının yemeklerde daha çok kullanıldığı görülmüştür. Yabani otlardan en fazla yapılan yemek çeşitlerini kavurma (36 bitkiden), otlı yemek (24 bitkiden) ve salata (22 bitkiden) izlerken en az yapılan yemeklerin de çırpma (3 bitkiden), akıtma (1 bitkiden) ve dolma (1 bitkiden) olduğu ortaya konulmuştur. Ayrıca bir bitkinin baharat (*Foeniculum vulgare*) ve 8 bitkinin de ot yemekleri haricinde tıbbi olarak kullanıldığı belirlenmiştir. Otların tüketilme biçimlerine ve pişirme tekniklerine bakıldığında ise çoğunlukla salata, zeytinyağı ile kavurma ve haşlama içinde pişirme yöntemlerinin kullanıldığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Edremit Körfezi, etnobotanik, yerel otlar, gastronomi, flora

Respect of Ethnobotany and Gastronomy of Edible Wild Plants: Edremit Gulf (Balıkesir) Example

ABSTRACT: Today, different reasons such as people's interest in different cultures, their increasing awareness about healthy life, their tendency to natural foods and their desire to experience gastronomic experiences increase the demand for local cuisines. In our country, especially in recent years, gastronomy competitions and herb festivals also significantly affect the tourism attraction of the region where they are held. A wide variety of food plants that grow abundantly in rich floristic areas such as Ida Mountain, Madra Mountain and Ulus Mountain in Balıkesir province are an important gastronomically important resource. In this study; Edible herbs that grow naturally in Balıkesir have been identified and the dishes used by the local people and other ethnobotanic uses have been revealed. As a result of the research, it was determined that 45 genera and 56 taxa belonging to 21 families were used in food. It has been observed that the leaves and aboveground parts are used more in food. Roasting (from 36 taxa), herbs (from 24 taxa) and salad (from 22 taxa) are the most common types of dishes made from wild herbs, while the least-cooked meals are whipping (from 3 taxa), pouring (from 1 taxon), and stuffing (from 1 taxon). has been placed. In addition, it was determined that one species (*Foeniculum vulgare*) was used as a spice and 8 species were used medicinally, except for herb dishes. When we look at the consumption patterns and cooking techniques of herbs, it has been seen that mostly salad, olive oil roasting and boiling cooking methods are used.

Keywords: Edremit Gulf, etnobotany, local herbs, gastronomy, flora

¹ Hatice İnci ALADI ([Orcid ID: 0000-0003-2605-4018](https://orcid.org/0000-0003-2605-4018)), Balıkesir Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü Biyoloji Anabilim Dalı, Balıkesir, Türkiye

² Fatih SATIL ([Orcid ID: 0000-0002-4938-1161](https://orcid.org/0000-0002-4938-1161)), Balıkesir Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Biyoloji Bölümü, Balıkesir, Türkiye

³ Selami SELVİ ([Orcid ID: 0000-0002-9959-6945](https://orcid.org/0000-0002-9959-6945)), Balıkesir Üniversitesi, Altınoluk Meslek Yüksekokulu, Bitkisel ve Hayvansal Üretim Bölümü, Balıkesir, Türkiye

***Sorumlu Yazar/Corresponding Author:** Selami SELVİ, e-mail: sselvi@balikesir.edu.tr

GİRİŞ

İnsanoğullarının, dünyaya gelişinden itibaren yaşamlarını devam ettirebilmek için zorunlu olarak doğada yiyecek arayışı içerisinde bulunduğu bilinmektedir. Bu zorunluluk insanoğlunu araştırmaya yöneltmiş ve deneme yanılmalarla birlikte dağlardan topladıkları yabancı bitkileri gıda olarak tüketmeye başlamışlardır. İnsanoğlunun bitkilerle olan bu ilişkileri de etnobotanik kavramının ortaya çıkmasına katkı sağlamıştır (Koçyiğit ve Özhatay, 2008).

Etnobotanik kavramı, ilk kez John W. Harshberger tarafından 1895 yılında yerli halkın bitkileri kullanımını üzerindeki çalışmaları sırasında ifade edilen önemli bir terim olmuştur. Günümüzde ise insanların bitkilerden hangi amaçlarla (gıda, şifa, yakacak, süs, nazarlık, oyuncak, el sanatları vb.) kullandığını ortaya koyan ve gelecek nesillere aktarılmasını sağlayan önemli bir alandır (Satıl ve ark. 2008; Polat ve ark. 2012).

Etnobotanik ilişkiler çerçevesinde; insanoğlunun yabancı otları ilk çağlardan günümüze değin yemeleri, birtakım kuralların ortaya çıkmasına sebep olmuştur. Bu kurallar, zaman içinde toplumların kendi öz benlikleri ve yargılarına göre dini inançlar ve geleneksel törenlerini de etkileyerek kendilerine özgü mutfak kültürünü ortaya çıkarmıştır (Solmaz ve Dülger Altınar, 2018).

Günümüzde mutfak kültüründe değerlendirilen yabancı bitkilerin çoğu otsu özellikte olduğundan, gastronomik açıdan bunlara “ot yemekleri” ismi verilmiş ve otsu haldeki bitkilerin çeşitli kısımlarından faydalanılarak oluşturulan yemekler için ifade edilen bir kavram olarak da nitelendirilmiştir (Çetinkaya ve Yıldız, 2018).

Gastronomi sözcüğü ilk kez Joseph Berchoux’un “gastronomi ya da tarladan sofraya insan” (1801) adlı eserinde kullanılınca dile yerleşmiş, daha sonra 1835 yılında Fransız Akademisi “gastronomi” sözcüğünü resmileştirmiştir (Karaca ve ark. 2015). Gastronomi, bir bölgeye özgü yemekleri sunarak ve bölgenin kültürel kimliğini ve mirasını yansıtarak söz konusu bölgeye rekabet avantajı sağlayan, daha önce yaşanmamış bir yiyecek içecek deneyimi yaşamak için seyahat motivasyonu getiren ve seyahat davranışlarının güdülenmesine önemli ölçüde yardımcı olan etkili bir bilim dalıdır (Deveci ve ark. 2013). Özellikle son yıllarda gastronomiye verilen önemin artmasıyla ülkelerin sahip oldukları yerel mutfak kültürleri önemli turistik ürün ve kültürel çekicilik unsurlarından biri haline gelmiştir (Küçükkömürler ve ark. 2018).

Türkiye; coğrafi konumu, jeomorfolojik yapısı, çeşitli habitat tiplerine sahip oluşu ve değişik iklim tiplerinin etkisi altında bulunması nedeniyle zengin bir biyoçeşitliliğe ev sahipliği yapmaktadır (Polat ve Selvi, 2011; Kök ve ark. 2020). Bu zengin biyoçeşitlilikte birçok yabancı (doğal) ot çeşitleri de yetişmekte ve ülkemiz mutfağında özellikle Ege ve Akdeniz Bölgesi’nde yabancı otlar önemli bir yer teşkil etmektedir (Ertuğ 2004; Kök ve ark., 2020).

Floristik ve mutfak kültürü açısından değerlendirildiğinde, Ege Bölgesi’nde yer alan Edremit Körfezi’de ot yemeklerinin çeşitliliği açısından ülkemizin önemli yerlerinden birini temsil etmektedir (İnci Aladı ve ark., 2019). Türkiye’nin batısında konumlanan Edremit Körfezi, biyoçeşitlilik açısından zengin olan Kazdağı ve Madra Dağlarını barındırdığından yemek kültürü açısından da oldukça zengin bir kompozisyon içermektedir (İnci Aladı ve ark., 2019; Polat ve Selvi, 2020).

Edremit Körfezinde şu ana kadar yapılmış etnobotanik çalışmalarda; yöre halkı tarafından doğal yetişen bitkilerden çorbalar, sebze yemekleri, börekler, sarmalar, salatalar ve tatlıların yapıldığı; ayrıca, özel aromaya sahip olanlarının da baharat ve keyif çayı olarak gıdalarda kullanıldığı kayıt altına alınmıştır (Satıl ve ark. 2006; Polat 2010; Paşa ve Selvi 2011; Polat ve Satıl 2012; Selvi ve ark. 2013; Kalankan ve ark. 2015; Güner ve Selvi 2016; Selvi ve ark. 2018; Ayyıldız ve Sarper 2019). Bitkilerin mutfaklardaki bu çok çeşitli kullanımları Edremit Körfezi’nin gastronomi açısından önemli

bir potansiyel olduğunu da ortaya koymaktadır. Yapılan literatür araştırmalarında, Edremit Körfezi'nde yetişen bitkilerin mutfaklarda kullanımı üzerine yapılmış gastronomi ağırlıklı çalışmalara da rastlanmaktadır (Solmaz ve Dülger Altın, 2018; Yılmaz ve Akman, 2018; Sarıoğlu ve ark., 2020; Uğuz ve ark., 2020; Yalın, 2020; Sarıoğlu ve Yalın 2021). Ancak bu çalışmaların daha çok gastronomi turizmi ve mutfak kültürü üzerine odaklandığı ve etnobotanik bir envanter çalışması olmadığı görülmektedir. Bu çalışmada, gastronomi turizmi yanında yemeklerde kullanılan türlerin bilimsel teşhislerine ve etnobotanik kullanımlarına da ayrıntılı olarak yer verilerek bu eksikliğin giderilmesi amaçlanmıştır.

Çalışmada, Edremit Körfezi'nde kendiliğinden yetişen ve mutfaklarda değerlendirilen doğal bitkilerin envanteri ortaya çıkarılarak bunların Türkçe/ yerel adları, kullanılan organları, hangi yemeklerde kullanıldıkları ve tıbbi özelliklerine yer verilmiştir. Ayrıca, Edremit Körfezi yöresel mutfağının sürdürülebilirlik çerçevesinde, gastronomi açısından değeri ortaya konulmuştur. Bu çalışma ile bakla (*Vicia faba* L.), mercimek (*Lens culinaris* L.), lahana (*Brassica oleracea* L.), bamya (*Abelmoschus esculentus* (L.) Moench), zeytin (*Olea europaea* L.) vb. gibi ülkemizde kültüre alınan bitkiler dışında doğal yetişen yenilebilir otsu bitkilerin kapsamlı olarak envanteri ortaya konulmuş ve yerel halkın bu bitkileri mutfaklarda nasıl değerlendirdiğine yer verilerek bu bitkilerin ve kullanım şekillerinin gelecek nesillere aktarılması amaçlanmıştır.

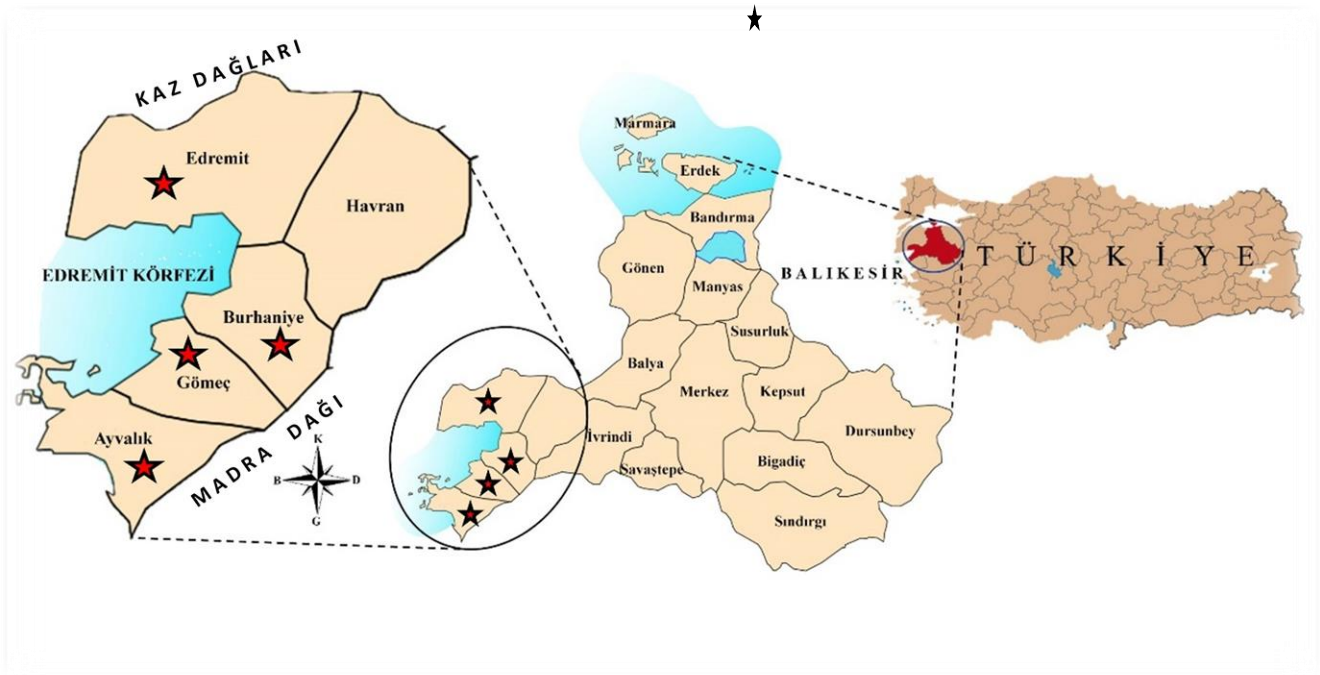
MATERYAL ve METOT

Çalışma alanı; Balıkesir'e bağlı Edremit Körfezi sınırları içerisinde yer alan 4 ilçeyi (Edremit, Burhaniye, Gömeç ve Ayvalık) kapsamaktadır. Körfezin kuzeyi Kazdağları, doğu/güneydoğusu ise Madra Dağı ile çevrilmiştir. Şekil 1' de çalışma alanı ve çalışılan ilçeler gösterilmiştir.

2018-2021 yıllarını kapsayan çalışma süresince belirli köylere ve semt pazarlarına ziyaretler gerçekleştirilmiş ve kaynak kişiler tespit edilmiştir. Bu kaynak kişilerin seçiminde; bulunduğu kırsal yerleşim alanlarında en az 20 yıl ikamet eden 40 yaş ve üzeri ev hanımları, çiftçiler, köyün en yaşlıları ve semt pazarlarında yenilebilir otları satan pazarcılar dikkate alınmıştır. Bu kriterlere uygun kaynak kişilerle yapılandırılmış ve yarı yapılandırılmış görüşme yöntemi uygulanarak aşağıdaki soru tipleri yöneltilmiştir.

- Bu mevsimde hangi yenen otları toplarsınız ?
- Gıda olarak en çok hangi otları topluyorsunuz ?
- Bu bitkilerin hangi kısımları (tüm bitki, kök, gövde, yaprak vb.) kullanılmaktadır
- Nasıl hazırlıyorsunuz; hazırlama yönteminiz (haşlama, doğrama, kavurma vb.) nasıldır ?
- Yabani otları gıdalarda hangi amaçla (yemek, salata, çorba, börek, baharat vb.) kullanırsınız?
- Birden fazla ot kullanarak hazırladığınız gıda çeşitleri (yemek, salata, çorba, börek, baharat vb.) var mı ?
- Gıda olarak tükettiğiniz bu bitki/bitkileri şifa amacıyla da kullanır mısınız? Eğer kullanırsanız hangi hastalıkların tedavisine iyi gelmektedir ?

Görüşme esnasında kaynak kişilere yöneltilen bu sorulara alınan cevaplar ses kayıt cihazı ve not defterleri kullanılarak kayıt altına alınmıştır. Edremit Körfezi'nde yürütülen çalışmada 95' i kadın 25' i erkek toplamda 120 kaynak kişiyle görüşülmüştür. Çalışma alanında görüşme yapılan kaynak kişilerin demografik özellikleri Çizelge 1' de verilmiştir.



Şekil 1. Edremit Körfezi çalışma alanı haritası (Çalışılan bölgeler ☆ ile işaretlenmiştir)

Ayrıca gıdalarda kullanımı tespit edilen bitki taksonlarının bilimsel/yöresel isimleri, yöresel isimleri, kullanım amacı ve metodu, kullanılan kısımları ile kullanım değerleri (UV) ortaya konulmuştur. Kaynak kişilerin en çok hangi otları gıdalarda kullandığını gösteren nicel bir yöntem olan kullanım değeri (UV) aşağıdaki formüle göre hesaplanmıştır: $UV = U / N$ burada U; atıf sayısı ve N bilgi alınan kişi sayısıdır (Trotter ve Logan, 1986).

Çizelge 1. Çalışma alanında görüşme yapılan kaynak kişilerin demografik özellikleri

Demografik Özellikler		Kaynak kişi sayısı	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	95	79
	Erkek	25	21
Yaş	40 -55 arası	62	51.7
	56 – 71 arası	43	35.8
	71 ve üzeri	15	12.5
Eğitim Durumu	Okuryazar değil	7	5.8
	İlkokul	65	54.2
	Ortaokul/Lise	43	35.8
	Yüksekokul	5	4.2
Meslek	Ev hanımı	65	54.2
	Emekli	12	10
	Çiftçi	18	15
	Pazar esnafı	25	20.8

Saha çalışmaları sonucunda, kaynak kişilerin gıdalarda kullandıkları bitkiler doğal ortamlarından toplanmış ve çeşitli floristik eserlerden yararlanılarak teşhisleri gerçekleştirilmiştir (Davis, 1965-1985, Davis vd., 1988; Güner vd., 2000). Taksonların Türkçe isimleri “Türkiye Florası”nın yaygın etkisini artırmak amacıyla hazırlanan Türkiye Bitkileri Listesine göre verilmiştir (Güner ve ark. (2012). Teşhisi yapılan örnekler etiketlenerek herbaryum materyali olarak Balıkesir Üniversitesi Altınoluk Meslek Yüksekokulu Botanik Laboratuvarı’nda korunmak üzere saklanmıştır.

BULGULAR VE TARTIŞMA

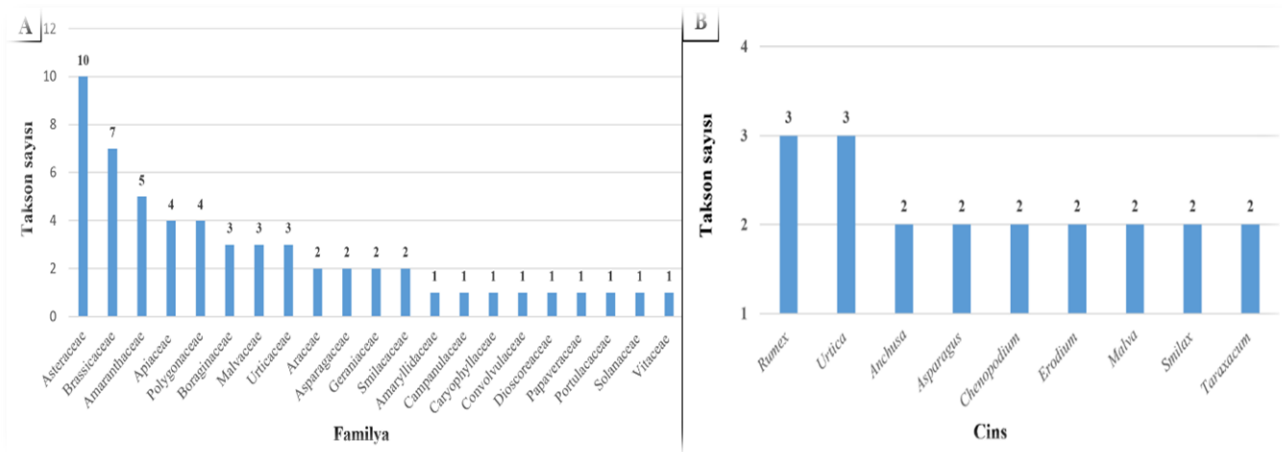
Edremit Körfezinde yemeklerde kullanımı olan doğal bitkileri ortaya çıkarmak için kaynak kişilerle yapılan görüşmeler sonucunda 21 familyaya ait 45 cins ve 56 taksonun yemeklerde kullanıldığı tespit edilmiştir. Çizelge 2’ de yemeklerde kullanımı olan tüm bitkilerin latince familya ve

takson isimleri verildiği gibi bunların Türkçe/yöresel isimleri, kullanılan organları, kullanım şekilleri ve UV değerleri de gösterilmiştir. Ayrıca çalışma alanında yaygın yapıldığı tespit edilen bazı yemek çeşitlerinin fotoğraflarına da yer verilmiştir (Şekil 2).



Şekil 2. Doğal otlarla yapılmış çeşitli yemekler. A) Acıfıllı haşlaması; B) Karışık otlarla yapılmış salata, C) Zeytinyağlı şevketi bostan, D) Isıranlı börek, E) Arapsaçı kavurması, F) Hindiba salatası

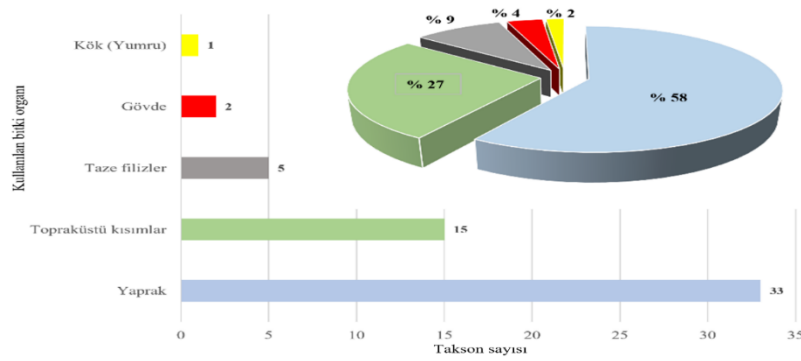
Otların sofralarda kullanımı üzerine en fazla bilgi ev hanımları (%54.2) ve pazar esnafından (%20.8) sağlanmıştır (Çizelge 1). Çalışma sonucunda gıdalarda kullanımı tespit edilen bitkilerin halk tarafından daha çok sonbahar aylarından itibaren toplanmaya başlandığı ve Mayıs ayına kadar toplanmaya devam edildiği görülmüştür. Yemeklerde kullanımı en fazla taksona sahip familyalar; Asteraceae (10 takson), Brassicaceae (7 takson) ve Amaranthaceae (5 takson) iken en fazla taksona sahip olan cinslerin *Rumex* (3 takson) ve *Urtica* (3 takson) olduğu tespit edilmiştir (Şekil 3).



Şekil 3. En fazla taksona sahip familyalar (A) ve cinsler (B).

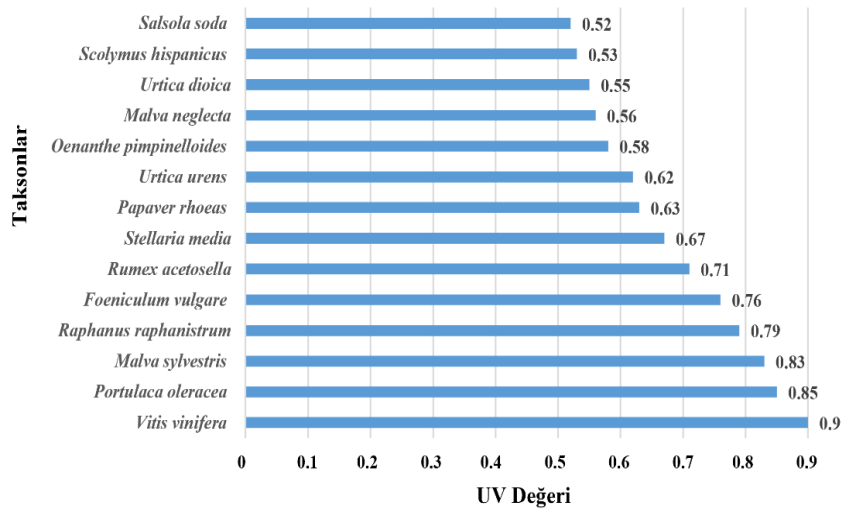
Yemeklerde bitkilerin en fazla yapraklarının (%58) ve toprak üstü kısımlarının (%27) kullanıldığı görülmüştür (Şekil 4). Yaprakların daha çok tabandan çıkanları, toprak üstü kısımlarının ise çiçek ve meyve vermeden önceki vejetasyon dönemlerindeki hallerinin toplandığı belirlenmiştir.

Yenilebilir Doğal Bitkilerin Etnobotanik ve Gastronomik Açıdan Değerlendirilmesi: Edremit Körfezi (Balıkesir) Örneği

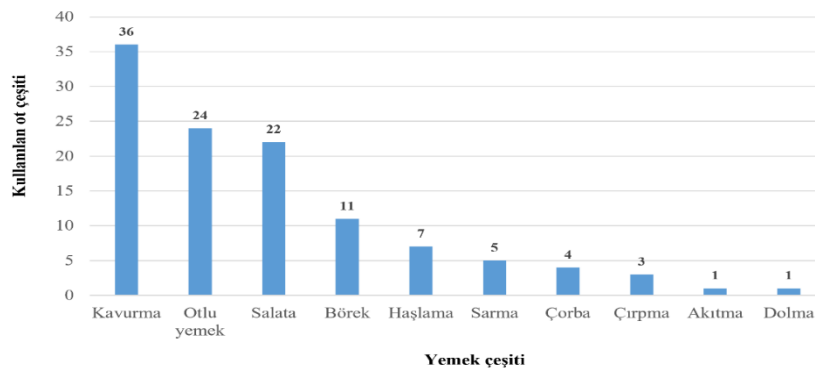


Şekil 4. Yemeklerde kullanılan bitki organlarının sayısal ve yüzdelik dağılım grafiği

Mutfaklarda en yüksek kullanımı olan taksonlar ise sırasıyla; *Vitis vinifera* (UV 0.90), *Portulaca oleracea* (UV 0.85), *Malva sylvestris* (UV 0.83), *Raphanus raphanistrum* (UV 0.79), *Foeniculum vulgare* (UV 0.76) ve *Rumex acetosella* (UV 0.71) olarak belirlenmiştir (Şekil 5).



Şekil 5. Yemeklerde en çok kullanımı olan taksonlar ve UV değeri



Şekil 6. Kaynak kişilerin yabani otlardan yaptıkları yemek çeşitleri

120 kaynak kişiyle yapılan sohbetlerde; kaynak kişilerin yabani otları 19 farklı yemek çeşitlerinde değerlendirdikleri tespit edilmiştir (Çizelge 2). En fazla yapılan yemek çeşitlerini kavurma (36 bitkiden), otluk yemek (24 bitkiden) ve salata (22 bitkiden) oluştururken; çırpma (3 bitkiden), akıtma (1 bitkiden) ve dolma (1 bitkiden) çeşitlerinin daha seyrek yapıldığı kayıt altına alınmıştır (Şekil 6).

Yenilebilir Doğal Bitkilerin Etnobotanik ve Gastronomik Açıdan Değerlendirilmesi: Edremit Körfezi (Balıkesir) Örneği

Çizelge 2. Edremit Körfezinin yemeklerde kullanılan doğal bitkileri

Familiya	Takson adı /Toplayıcı Numarası*	Türkçe adı	Yöresel adı/adları	Kullanılan Kısımları	**Yemek çeşitleri	UV Değeri
Amaranthaceae	<i>Amaranthus retroflexus</i> L. / HA 105	Tilki kuyruğu	Kırmızı bacak, kızıl bacak, Sirken, Vilita	Topraküstü kısımlar	1,2,3	0.3
	<i>Chenopodium album</i> L. subsp. <i>album</i> /HA 178	Aksirken	Sirken	Topraküstü kısımlar	4,5,6	0.29
	<i>Chenopodium murale</i> L. /HA 145	Salmanca	Deli kazayağı, ekşi güney	Topraküstü kısımlar	1	0.29
	<i>Salicornia emericii</i> Duval-Jouve /HA 90	Deniz börülcesi	Deniz börülcesi	Topraküstü kısımlar	6,7,8	0.45
	<i>Salsola soda</i> L. /HA 92	Deniz fastilyesi	Deniz fastilyesi	Topraküstü kısımlar	7	0.52
Amaryllidaceae	<i>Allium paniculatum</i> L. subsp. <i>paniculatum</i> /HA 147	Sürüsalkım	Yoğurtçuk otu	Yaprak	5	0.34
Apiaceae	<i>Eryngium creticum</i> Lam. /HA 144	Göz diken	Sakız otu, diken	Gövde	1,2	0.25
	<i>Foeniculum vulgare</i> Mill. /HA 150	Rezene	Arapsaçı	Topraküstü kısımlar	9,10,11	0.76
	<i>Oenanthe pimpinelloides</i> L. /HA 155	Deli maydanoz	Alan maydanozu	Yaprak	5, 6	0.58
	<i>Opopanax hispidus</i> (Friv.) Griseb. /HA 200	Kaymacık/	Kaymeciçik, kaymak otu	Topraküstü kısımlar	1,6,11	0.47
Araceae	<i>Arum elongatum</i> Steven /HA 160	Yılancücüğü	Gavur otu, el kabartan,	Yaprak	1	0.04
	<i>Dracunculus vulgaris</i> Schott /HA 163	Yılanbıçağı/	Gavur otu, yılancık	Kök (Yumru)	1	0.05
Asparagaceae	<i>Asparagus acutifolius</i> L. /HA 143	Tilkişen	Tatlı filiz	Taze filizler	5,12	0.51
	<i>Asparagus aphyllus</i> L. subsp. <i>orientalis</i> (Baker) P.H.Davis /HA 179	Papazsakalı	Filiz	Taze filizler	13	0.46
Asteraceae	<i>Chondrilla juncea</i> L. /HA 171	Karakavuk	Çıtlık, hindibağ	Yaprak	12	0.50
	<i>Cichorium intybus</i> L. /HA 142	Hindiba	Acıhindiba	Yaprak	2,6	0.48
	<i>Cnicus benedictus</i> L. /HA 81	Topdiken	Diken otu, acı dürlek, şevketibostan	Topraküstü kısımlar	14	0.33
	<i>Leontodon tuberosus</i> L. /HA 84	Yumrukuaslandışı/	Hindibağ, karahindibağ	Yaprak	1	0.21
	<i>Scolymus hispanicus</i> L. subsp. <i>hispanicus</i> /HA 85	Şevketibostan	Akkız	Topraküstü kısımlar	7,14	0.53
	<i>Silybum marianum</i> L. /HA 89	Deve diken	Kenger	Gövde	15	0.14
	<i>Sonchus asper</i> (L.) Hill.subsp. <i>glaucescens</i> / HA 136	Gevirtlek	Eşek helvası, sütlu ot, yumuşak diken	Topraküstü kısımlar	5,6,13	0.45
	<i>Taraxacum aleppicum</i> Dahlst. /HA 190	Halephindibası	Tatlı hindiba	Yaprak	2,6	0.31
	<i>Taraxacum hybernum</i> Steven /HA 205	Kışçıtılığı	Karahindibağ, radika, üfleme otu	Yaprak	12	0.48
	<i>Urospermum picroides</i> (L.) Scop. ex F.W.Schmidt /HA 133	Acıyemlik	Helvacık	Yaprak	2	0.13
Boraginaceae	<i>Anchusa azurea</i> Mill. var. <i>azurea</i> /HA 192	Sığirdili	Sığirdili	Yaprak	5	0.45
	<i>Anchusa hybrida</i> Ten. /HA 188	Tatlıbaba	Sığır dili	Yaprak	2,13	0.46
	<i>Echium plantagineum</i> L. /HA 181	Kırkbatran	Deve tabanı	Yaprak	2	0.38
Brassicaceae	<i>Brassica nigra</i> (L.) W.D.J.Koch / HA 180	Karahardal	Hardalotu	Yaprak	5,12	0.43
	<i>Capsella bursa-pastoris</i> (L.) Medik /HA 127	Çoban çantası	Kuş otu	Yaprak	2,6,9	0.47
	<i>Lepidium spinosum</i> Ard. /HA 124	Dikentere	Muşurat	Yaprak	2	0.53
	<i>Nasturtium officinale</i> R.Br. Aiton /HA 121	Suteresi	Gerdeme	Yaprak	12	0.49
	<i>Raphanus raphanistrum</i> L. /HA 91	Turpotu	Eşek turpu	Yaprak	2,6,12	0.79
	<i>Rapistrum rugosum</i> (L.) All./HA 93	Kediturpu/	Hardala	Yaprak	16	0.33
Campanulaceae	<i>Sinapis alba</i> L. subsp. <i>alba</i> /HA 132	Mamanık	Hardal filizi	Yaprak	5,13	0.48
	<i>Campanula lyrata</i> Lam.subsp. <i>lyrata</i> /HA 94	Memek	İnek memesi	Yaprak	2,6	0.13
Caryophyllaceae	<i>Stellaria media</i> (L.) Vill. /HA 122	Kuşotu	Cicibücü	Topraküstü kısımlar	2,9,17	0.67
Convolvulaceae	<i>Convolvulus arvensis</i> L. /HA130	Tarlasarmaşığı	Filiz, sarmaşık	Yaprak	2,18	0.25
Dioscoreaceae	<i>Dioscorea communis</i> (L.) Caddick& Wilkin /HA 104	Dolanbaç	Acı filiz, sarmaşık filizi	Taze filizler	1, 2, 13	0.48
Geraniaceae	<i>Erodium ciconium</i> (L.) L Her /HA 168	Kocakarığnesi	Hıdırotu	Yaprak	2	0.38
	<i>Erodium cicutarium</i> (L.) L Hér. /HA 167	İğnelik	Kocakarığnesi	Yaprak	2,9,13	0.38
Malvaceae	<i>Malva neglecta</i> Wallr. /HA 126	Çobançöreği	Ebegümeci	Yaprak	1,2	0.56
	<i>Malva sylvestris</i> L. /HA 107	Ebegümeci	Develik	Yaprak	1,5,9,19	0.83
	<i>Tilia tomentosa</i> Moench /HA 82	Gümüşihlamur	İhlamur	Yaprak	19	0.08
Papaveraceae	<i>Papaver rhoeas</i> L. /HA 110	Gelincik	Gelincik	Yaprak	5,6,9	0.63

Yenilebilir Doğal Bitkilerin Etnobotanik ve Gastronomik Açından Değerlendirilmesi: Edremit Körfezi (Balıkesir) Örneği

Çizelge 2. devamı

Familiya	Takson adı /Toplayıcı Numarası*	Türkçe adı	Yöresel adı/adları	Kullanılan Kısımları	**Yemek çeşitleri	UV Değeri
Polygonaceae	<i>Polygonum cognatum</i> Meissn. /HA 169	Madımak	Tavuk otu	Topraküstü kısımlar	2,9	0.52
	<i>Rumex acetosella</i> L. /HA 123	Kuzukulağı	Ekşi kulak	Yaprak	1,6	0.71
	<i>Rumex crispus</i> L. /HA 125	Labada	Alabardağı, kuzulağı	Yaprak	19	0.45
	<i>Rumex patientia</i> L. /HA 114	Efelek	Labada	Yaprak	3,9,19	0.43
Portulacaceae	<i>Portulaca oleracea</i> L. /HA 83	Semizotu	Semizotu	Yaprak	1,3,8	0.85
Smilacaceae	<i>Smilax aspera</i> L. /HA115	Gıcırdikeni	Özlemik sarmaşık	Taze filizler	5,12	0.53
	<i>Smilax excelsa</i> L. /HA 97	Dikenucu	Diken otu	Taze filizler	2	0.40
Solanaceae	<i>Solanum americanum</i> Mill. /HA 98	İtüzümü	İstifno, domatotu	Yaprak	4,12	0.38
Urticaceae	<i>Urtica dioica</i> L. /HA 103	Isırgan/	Gidişgen, karaisırgan	Topraküstü kısımlar	6,9,12,17,18	0.55
	<i>Urtica membranacea</i> Poir. ex Savigny /HA 102	Çinçar	Isırgan	Topraküstü kısımlar	9,18	0.21
	<i>Urtica urens</i> L. /HA 99	Cılağan	Akıllı ısırgan	Topraküstü kısımlar	2,9,17,18	0.62
Vitaceae	<i>Vitis vinifera</i> L. /HA 120	Asma	Asma	Yaprak	19	0.90

*Toplayıcı Adı: HA: Hatice İnci ALADI; ** Yemek çeşitleri; 1) Otlı yemek 2) Kavurma 3) Pirinçli yemek 4) Bulgur ve domatesli yemek 5) Yumurtalı kavurma 6) Salata 7) Zeytinyağlı yemek 8) Yoğurtlu yemek 9) Börek 10) Yumurtalı akitma 11) Soğanlı kavurma 12) Zeytinyağlı haşlanmış salata, 13) Haşlama 14) Etli yemek 15) Dolma 16) Yumurtalı yemek 17) Yumurtalı çırpma 18) Çorba 19) Sarma

Yemeklerde kullanılan bazı türlerin, tıbbi ve baharat olarak da tüketildiği görülmüştür. Çizelge 3'te sunulduğu gibi 8 türün yemeklerdeki kullanımı dışında ayrıca tıbbi amaçlar içinde kullanıldığı tespit edilmiştir. Haricen kullanımı olan *Dracunculus vulgaris* ve *Malva sylvestris* türleri dışında diğer tüm türlerin dahilen kullanımları tespit edilmiştir. Yine, çoğu bitki kurutulduktan sonra kullanılmasına rağmen bazı bitkiler yaş olarak (*Silybum marianum*, *Papaver rhoeas*, *Foeniculum vulgare*) kullanıldığı da kayıt altına alınmıştır. Ayrıca, bir bitkinin de (*Foeniculum vulgare*) baharat olarak tohumlarının kullanıldığı kayıt edilmiştir.

Çizelge 3. Halk arasında tıbbi amaçlarla kullanılan yenilebilir bitkiler

Takson adı	Yöresel ismi	Kullanılan kısımları	Kullanım yöntemi	Tıbbi kullanım amacı
<i>Dracunculus vulgaris</i> Schott	Gavur otu	Meyve, Yumru	Haricen / Meyveleri ve yumruları ezilerek lapa halinde kullanılır. Kesinlikle çiğ olarak yenilmez, zehirlidir	Mayasıl ve ekzama, cilt hastalıkları
<i>Foeniculum vulgare</i> Mill	Arapsaçı	Tohum, yaprak	Dahilen / Tohumları infüzyon olarak çay gibi tüketilirken yapraklar taze olarak çiğ tüketilir	Göz bulanıklığını ve kaşıntıyı giderici, gaz söktürücü
<i>Malva sylvestris</i> L.	Develik	Yaprak	Dahilen / Kurutulmuş yapraklarından infüzyon yöntemiyle hazırlanan çayı tüketilir Haricen / Kurutulmuş yapraklarından dekoksion yöntemiyle hazırlanan çayı ağızda gargara yapılır	Karın ağrısı Ağız yaraları
<i>Papaver rhoeas</i> L.	Gelincik	Çiçek	Dahilen / Çiçeklerinden yapılan gelincik şerbeti kullanılır	Öksürtük kesici, balgam söktürücü
<i>Scolymus hispanicus</i> L. subsp. <i>hispanicus</i>	Akkız	Kök	Dahilen / Dekoksion yöntemiyle hazırlanan çayı kullanılır	Böbrek ve safra kesesi taşı düşürme
<i>Silybum marianum</i> L.	Kenger	Gövde	Dahilen / Gövde dikenlerinden temizlendikten sonra çiğ olarak tüketilir	Karaciğer hastalıkları
<i>Tilia tomentosa</i> Moench	İhlamur	Çiçek ve çiçek yaprakları (brakte)	Dahilen / İnfüzyon yöntemiyle hazırlanan çayı kullanılır	Soğuk algınlığı, gribal enfeksiyonlar
<i>Urtica dioica</i> L.	Gidişgen	Tüm bitki	Dahilen / Dekoksion yöntemiyle kaynatılıp çay gibi tüketilir	Kanser tedavisi

Yemeklerde tüketilen bazı otların, özellikle *Arum* ve *Dracunculus* türlerinin toksik bileşenlere sahip olduğu bilinmektedir (Sağlık ve ark. 2002; Azab, 2017). *Arum* türleri, kalsiyum oksalat kristalleri, oksalik asit, çözünür oksalatlar ve bol miktarda güçlü lokal etkiye sahip uçucu maddeleri içeren zehirli bitkilerdir. Bunlar taze yenildiğinde ağızda ve dilde iğne batmasına benzer son derece rahatsız edici bir his ortaya çıkarmaktadır (Alan 2018; Nadiroğlu ve ark. 2018; Erarslan ve ark. 2020; Demir ve ark. 2021). Bu çalışmada; halk arasında gavur otu olarak bilinen *Arum elongatum*' un kurutulmuş yapraklarının yemeklerde kullanıldığı tespit edilmiştir. Uce ve Tunçtürk (2014)' e göre

Hakkari’de de yetişen ve “kari” olarak bilinen aynı bitkinin yaprakları taze iken tüketildiğinde öldürücü olabildiği bildirilmiştir. Bu nedenle Edremit Körfezi’nde de bu bitkinin yaprakları yerel halk tarafından iyice kurutulduktan sonra yemeklerde tüketildiği görülmüştür. Bir başka toksik bitki olan *Dracunculus* türlerinin yaprak ve yumrularında saponin ve konisin alkaloidleri, östragol, felandrin, metil kavikol, iyot, rutin, tanin, flavonoid ve kumarin içerdiği belirtilmiştir. *D. vulgaris* (Gavurotu) türünün yaprakları ve yumrularında bulunan zehirli bileşiklerden dolayı insan ve hayvanlar üzerinde toksik etkisinin olduğu bildirilmektedir (Aydın ve ark. 2017). Bizim çalışmamızda; bu türün toprak altı yumruları iyice kaynatılıp toksik olan suyu atıldıktan sonra geri kalan yumru kısmı yemeklerde kullanıldığı tespit edilmiştir.

Yılmaz ve Akman (2018); sürdürülebilir gastronomi çerçevesinde Edremit körfezi yöresel mutfaklarını araştırmışlardır. Bu çalışmada tespit edilen ve yemeklerde kullanılan çoğu bitkinin kültüre alınan bitkiler olduğu görülmekle birlikte doğal olarak yetişen kuşkonmaz (*Asparagus acutifolius*), sarmaşık (*Smilax aspera*) ve arapsaçı (*Foeniculum vulgare*)’nın da yemeklerde kullanıldığına yer verilmiştir. Bu doğal bitkilerin kullanım şekilleri çalışmamızdaki verilerle de örtüşmektedir (Çizelge 2).

Edremit Körfezine bağlı her ilçede zeytincilik en önemli gelir kaynağıdır. Zeytinden elde edilen zeytin yağı; altın sarısı rengi, kendine has tadı, kokusu ve aroması ile yemeklere ve özellikle salatalara tat ve aroma sunan önemli bir bitkisel üründür. Körfezde yapılan çalışmalarda özellikle salataların hemen hemen hepsinde zeytinyağının kullanıldığı görülmüştür (Çizelge 2). Ayrıca son yıllarda Edremit Körfezi’nde zeytinyağı tanıtımına yönelik yapılan festivaller, bölgenin gastronomi turizmine önemli katkılar sunduğu bilinmektedir (Efe ve ark.2013; Sarıoğlu ve ark., 2020; Sarıoğlu ve Yalın, 2021).

Gastronomi turizmi “Bölgenin kendine has kültürel özelliklerini yansıttığı yiyecek ve içeceklerin tadımının deneyimlendiği, söz konusu olan bölgeye seyahat etme tercihinin olduğunu ve bölgenin talep edilme nedenlerinden biri olarak avantaj sağlayan bir turizm çeşidi” olarak tanımlamaktadır (Karaca ve ark., 2015). Edremit Körfezi ’de gastronomi turizmi açısından değerlendirildiğinde; özellikle körfezin kuzeyinde Kazdağı ve doğusunda Madra Dağı gibi biyolojik çeşitlilik açısından zengin iki dağ ile çevrilmesi körfezin yenilebilir ot çeşitliliğini arttırmakta ve ülkemizin çoğu yerine göre oldukça zengin bir mutfak kültürünün ortaya çıkmasına katkı sağlamaktadır. Ayrıca, körfezin çok çeşitli etnik kökenlere sahip insanları bir arada bulundurması da yiyeceklerdeki çeşitliliğin ve ot kültürünün daha da artmasına yol açmaktadır. Yapılan bu çalışmada da; kavurma, otlı yemek, salata, börek, haşlama, sarma, çorba, çırpma, akıtma ve dolma gibi çok çeşitli yemek çeşitlerinin yerel halk tarafından kullanılması gastronomi turizmi açısından Edremit Körfezinin zenginliğini ortaya koymaktadır.

SONUÇ

Ülkemizin bitki çeşitliliği açısından oldukça zengin olması; yemeklerde kullanımı olan yenilebilir otların çeşitliliğini de arttırmıştır. Kazdağı ve Madra Dağı gibi iki dağ silsilesini içeren Edremit Körfezi de zengin bir ot kültürüne sahip yerleşim yerlerinden biridir. Edremit Körfezi’nin daha çok kırsal yerleşim yerlerinde yaşayan ve çok çeşitli etnik kökenlere sahip yerel halkın etnobotanik bir kültür olarak geçmişten günümüze değin bu yabani bitkileri yemeklerde nasıl kullanıldığının kayıt altına alınması ve gelecek nesillere taşınması gastronomi turizminin de gelişmesi için büyük önem arz etmektedir. Hiçbir masraf ve bakıma gereksinim duymadan kendiliğinden yetişen bu yenilebilir bitkiler, özellikle kırsal kesimlerde yaşayan insanlara ekonomik açıdan katkı sağladığı gibi; bölge halkı tarafından da ucuz gıda olarak sofralarda sevilerek tüketilmektedir. Ancak bu yabani

otların, insanlar tarafından gastronomi açısından nasıl değerlendirildiğinin gastronomi açısından ortaya konulması ayrıca körfez turizmine de önemli katkılar sağlayacaktır. Bu kapsamda Edremit Körfezi'nde yapılacak gastronomi festivalleri ya da ot festivalleri ile bölgenin tanıtımları yapılarak ulusal ve uluslararası çapta tanınırlığının artmasına önemli ivme sağlayacaktır. Bunların yanında, ayrıca yabani bitkilerin yöre mutfaklarında kullanılması ot çeşitlerinin zamanla daha çok talep edilmesinin önünü açarak bazı türlerin kültür altına alınarak üretilmesine olanak sağlayacaktır. Böylelikle ot çeşitlerinin sürdürülebilir özellikler sergilemesiyle hem yemek kültürünün gelecek kuşaklara aktarılmasının önü açılacak hem de yabani otların doğal ortamlarında devamlılığı korunacaktır.

Çıkar Çatışması

Makale yazarları aralarında herhangi bir çıkar çatışması.

Yazar Katkısı

Yazarlar makaleye eşit oranda katkı sağlamış olduklarını beyan eder.

KAYNAKLAR

- Alan, Y. 2018. *Arum elongatum* Steven Ekstraktlarının Fenolik Madde Miktarı ve Biyolojik Aktivitelerinin İncelenmesi. BEÜ Fen Bilimleri Dergisi 7 (2): 370-379.
- Aydın, Ç., Özay, C., Düşen, O., Mammadov, R.Orhan, F. 2017. Total Phenolics, Antioxidant, Antibacterial and Cytotoxic Activity Studies of Ethanolic Extracts *Arisarum vulgare* O.Targ.Tozz. and *Dracunculus vulgaris* Schott. Int. J. Sec. Metabolite, 4(2): 114-122.
- Ayyıldız, S, Sarper, F. 2019. Antioksidan Baharatların Osmanlı Saray Mutfağındaki Yeri. Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 9(1): 363-380.
- Azab, A. 2017. *Arum*: A Plant Genus With Great Medicinal Potential. Eur. Chem. Bull., 6(2): 59-68. DOI: 10.17628/ecb.2017.6.59-68.
- Çetinkaya, N., Yıldız S. 2018. Erzurum' un Yenilebilir Otları ve Yemeklerde Kullanım Şekillerine Yönelik Bir Araştırma. Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi 2(1):482-503.
- Davis, P.H.(Ed.),1965–1985.Flora of Turkey and the East Aegean Islands,vol.1–9. Edinburgh University Press, Edinburgh.
- Davis,P.H.,Mill,R.R.,Tan,K.(Eds.),1988. Flora of Turkey and the East Aegean Islands, vol. 10. Edinburgh University Press, Edinburgh.
- Demir, A., Akan, H, Balos, M. M., Gümüş, H. 2021. Wild Tuber Poisoning in a Child: *Eminium intortum* (Banks & Sol.) Kuntze–A first case report. Harran Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, 18(2): 349-352.
- Denzin, N. K. (1989). Interpretive interactionism. Newbury Park, CA: Sage.
- Deveci, B., Türkmen, S., Avcıkurt, C. 2013. Kırsal Turizm ile Gastronomi Turizmi İlişkisi: Bigadiç Örneği. International Journal of Social and Economic Sciences 3 (2): 29-34, 2013.
- Efe, R. Soykan, A., Cürebal, İ., Sönmez, S. 2013. Dünya'da, Türkiye'de, Edremit Körfezi Çevresinde Zeytin ve Zeytinyağı. Edremit Belediyesi Kültür Yayınları No: 7 ISBN: 978-605-62253-0-7.
- Erarslan ZB, Ecevit Genç, G., Kültür, Ş. 2020. Medicinal Plants Traditionally Used to Treat Skin Diseases in Turkey – Eczema, Psoriasis, Vitiligo. J. Fac. Pharm. Ankara 44(1): 137-166.
- Ertuğ, F., 2004. Wild Edible Plants of Bodrum Area (Muğla, Turkey), Turk J. Bot, 28: 161-174.
- Güner A, Özhatay N, Ekim T, Başer KHC (eds.), 2000. Flora of Turkey and the East Aegean Island. (Suppl. 2), Vol. 11, Edinburgh University Press. Edinburgh, UK. 222 p.
- Güner, A., Aslan, S., Ekim, T., Vural, M., Babaç, M.T. 2012. Türkiye Bitkileri Listesi (Damarlı Bitkiler). Nezahat Gökyiğit Botanik Bahçesi ve Flora Araştırmaları Derneği Yayınları, İstanbul.
- Güner, Ö., Selvi, S. 2016. Wild Medicinal Plants Sold in Balıkesir/Turkey Herbal Markets and Their Using Properties. Biological Diversity and Conservation, 9(2): 96-101.
- İnci Aladı, H., Satıl, F., Selvi, S. 2019. Wild Fruits Sold in the Public Bazaars of Edremit Gulf (Balıkesir) and Their Medicinal Uses. Biological Diversity and Conservation, 12(1):89-99.
- Kalankan, G., Özkan, Z.C., Akbulut, S. 2015. Medicinal and Aromatic Wild Plants and Traditional Usage of Them in Mount Ida (Balıkesir/Turkey). Journal of Applied Biological Sciences 9 (3): 25-33.

- Karaca, O.B., Yıldırım, O., Çakıcı, C. 2015. Gastronomi Turizminde Otlar, Ot Yemekleri ve Sağlıkla İlişkisi Üzerine Bir Değerlendirme. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 3(3):27-42.
- Koçyiğit, M., Özhatay, N. 2008, The Wild Edible and Miscellaneous Useful Plants in Yalova Province (Northwest/Turkey). *J. Fac. Pharm*, 40: 19-29.
- Kök, A., Kurnaz, A., Akyurt Kurnaz, H. 2020. Ege Otlarının Yöresel Mutfaklarda Kullanımı. *Journal of Tourism Intelligence and Smartness*, 3(2):152-168.
- Küçükkömürlü, S., Şirvan, N.B., Sezgin, A.C. 2018. Dünyada ve Türkiye’de Gastronomi Turizmi. *Uluslararası Turizm, İşletme, Ekonomi Dergisi*, 2(2):78-85.
- Nadiroğlu, M., Behçet, L., Çakılcıoğlu, U. 2018. An Ethnobotanical Survey of Medicinal Plants in Karlıova (Bingöl-Turkey). *Indian Journal of Traditional Knowledge*, 18(1):76-87.
- Paşa, C., Selvi, S. 2011. Kazdağları’nda (Balıkesir-Edremit) Yöre Halkı Tarafından Toplanan ve Ticareti Yapılan Tıbbi Bitkiler Üzerine Bir Araştırma. IX. Tarla Bitkileri Kongresi, 12-15 Eylül 2011, Bursa, 1409-1412.
- Polat, R., Selvi, S. 2011. Edremit Körfezi (Balıkesir)’nin Arı Bitkileri Üzerine Bir Araştırma, *Harran Üniversitesi, Ziraat Fakültesi Dergisi* 15(2):27-32.
- Polat, R., Satıl, F. 2012. An Ethnobotanical Survey of Medicinal Plants in Edremit Gulf (Balıkesir – Turkey). *Journal of Ethnopharmacology*, 139: 626–641.
- Polat, R., Selvi, S., Çakılcıoğlu, U., Açar, M. 2012. Investigations of Ethnobotanical Aspect of Wild Plants Sold in Bingöl (Turkey) local markets, *Biological Diversity and Conservation*, 5(3):155-161.
- Polat, R., Selvi, S. 2020. Turizm Yerleşim Alanlarında Peyzajda Kullanılan Bitkilerin Çeşitliliği: Edremit Körfezi (Balıkesir) Örneği. *Türk Doğa ve Fen Dergisi*, 9:62-72. <https://doi.org/10.46810/tdfd.743852>.
- Sağlık, S., Alpınar, K., İmre, S. 2002. Fatty Acid Composition of *Dracunculus vulgaris* Schott (Araceae) Seed Oil from Turkey. *J Pharm Pharmaceut Sci* 5(3):231-233.
- Sarioğlu, M., Abacıgil, TÖ, Avcıkurt, C. 2020. Zeytinyağlı Yemek Kültürünün Füzyon (Fusion) Mutfak Olgusu İle Geliştirilebilirliğine Yönelik Bir Alan Araştırması (Edremit Körfezi Örneği). *Journal of Tourism And Gastronomy Studies*, 8 (3): 2202-2213.
- Sarioğlu, M., Yalın, G. 2021. Edremit Körfezine Özgü Yöresel Yiyecek-İçecek Öğelerinin Gastronomi Turizmine Kazandırılması. *Livre de Lyon, France*.
- Satıl, F., Akçiçek, E., Selvi, S. 2008. Madra Dağı (Balıkesir/İzmir) ve Çevresinde Etnobotanik Bir Çalışma, *Biyoloji Bilimleri Araştırma Dergisi (BİBAD)*, 1(1):31-36.
- Satıl, F., Tümen, G., Dirmenci, T., Çelik, A., Arı, Y., Malyer, H. 2006. Kazdağı Milli Parkı ve Çevresinde (Balıkesir) Etnobotanik Envanter Çalışması 2004-2006, *TÜBA Kültür Envanteri Dergisi*, 5.
- Selvi, S., Dağdelen, A., Kara, S. 2013. Medicinal and Aromatic Plants Consumed As Herbal Tea and Collected from Ida Mountains (Balıkesir/Edremit), *Journal of Tekirdag Agricultural Faculty*, 10(2):26-33.
- Selvi, S., Satıl, F., Tümen, G. 2018. Edremit Körfezi’nin (Balıkesir) Sofralarda Kullanılan Yabani Otları. 4th International Non-wood Forest Product Symposium, October 4-6 2018, Bursa-Turkey.
- Solmaz, Y., Dülger Altınar, D. 2018. Türk Mutfak Kültürü ve Beslenme Alışkanlıkları Üzerine Bir Değerlendirme. *Safran Kültür ve Turizm Araştırmaları Dergisi*, 1(3):108-124.
- Trotter, RT, Logan, MH. 1986. Informant Consensus: A New Approach for Identifying Potentially Effective méDicinal Plants. Ed. Bedfore Hills, New York, 91-112.
- Uce, İ., Tunçtürk, M. 2014. Hakkâri’ de Doğal Olarak Yetişen ve Yaygın Olarak Kullanılan Bazı Yabani Bitkiler. *Biyoloji Bilimleri Araştırma Dergisi*, 7 (2): 21-25.
- Uğuz, SÇ, Yıldırım, G., Acar, A. 2020. Sakin Akımlardan Sakin Turizme Yönelim ve Edremit Körfezi’nde Örnek Bir Çalışma. *Journal of Recreation and Tourism Research*, 7(4): 715-735.
- Yalın, G. 2020. Kaybolmakta Olan Yerel Mutfak Kültürünün Turizme Kazandırılması: Balıkesir ili Edremit Körfezi örneği. *Uluslararası Global Turizm Araştırmaları Dergisi*, 4(2):101-113.
- Yılmaz, G., Akman, S. 2018. Sürdürülebilir Gastronomi Çerçevesinde Edremit Körfezi Yöresel Mutfakları. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 6(4): 852-872.