|  |
| --- |
|  |

# Egenin Yöresel Yemekleri Nelerdir? Egenin Yöresel Yemeklerinin İsimleri ve Tarifleri

* [Ege Bölgesine Özgü Lezzetler](http://www.nenedirvikipedi.com/yemek-tarifleri/egenin-ege-bolgesinin-yoresel-yemekleri-nelerdir-egenin-yoresel-yemeklerinin-isimleri-ve-tarifleri-4894.html%22%20%5Cl%20%22EgeBolgesine_Ozgu_Lezzetler)
* [Ege Bölgesi Meşhur Yöresel Yemekler](http://www.nenedirvikipedi.com/yemek-tarifleri/egenin-ege-bolgesinin-yoresel-yemekleri-nelerdir-egenin-yoresel-yemeklerinin-isimleri-ve-tarifleri-4894.html%22%20%5Cl%20%22Ege_Bolgesi_Meshur_Yoresel_Yemekler)
* [Ayvalık Mutfağı](http://www.nenedirvikipedi.com/yemek-tarifleri/egenin-ege-bolgesinin-yoresel-yemekleri-nelerdir-egenin-yoresel-yemeklerinin-isimleri-ve-tarifleri-4894.html%22%20%5Cl%20%22Ayvalik_Mutfagi)
* [İzmir Mutfağı](http://www.nenedirvikipedi.com/yemek-tarifleri/egenin-ege-bolgesinin-yoresel-yemekleri-nelerdir-egenin-yoresel-yemeklerinin-isimleri-ve-tarifleri-4894.html%22%20%5Cl%20%22Izmir_Mutfagi)
* [Muğla Mutfağı](http://www.nenedirvikipedi.com/yemek-tarifleri/egenin-ege-bolgesinin-yoresel-yemekleri-nelerdir-egenin-yoresel-yemeklerinin-isimleri-ve-tarifleri-4894.html%22%20%5Cl%20%22Mugla_Mutfagi)
* [Aydın Mutfağı](http://www.nenedirvikipedi.com/yemek-tarifleri/egenin-ege-bolgesinin-yoresel-yemekleri-nelerdir-egenin-yoresel-yemeklerinin-isimleri-ve-tarifleri-4894.html%22%20%5Cl%20%22Aydin_Mutfagi)
* [Denizli Mutfağı](http://www.nenedirvikipedi.com/yemek-tarifleri/egenin-ege-bolgesinin-yoresel-yemekleri-nelerdir-egenin-yoresel-yemeklerinin-isimleri-ve-tarifleri-4894.html%22%20%5Cl%20%22Denizli_Mutfagi)

**Egenin yöresel yemekleri nelerdir, ege bölgesinin yöresel yemekleri nelerdir, ege bölgesinde yenilen yemekler hangileridir, ege yöresel yemeklerinin tarifleri nelerdir, ege de hangi yemekler pişirilir, ege de hangi yemekler meşhurdur, İzmir’in meşhur yemeği hangisidir, Ayvalık mutfağı yöresel yemekleri  nelerdir, Muğla ve Aydın’ın yöresel meşhur yemekleri nelerdir? konularını anlatacağız.**

## Ege Bölgesine Özgü Lezzetler

### Türkiye’nin diğer 6 coğrafi bölgesinde olduğu gibi Ege Bölgesinin de kendine has yöresel lezzetleri bulunmaktadır. Sebze yemeğinden et yemeğine, salata çeşitlerinden tatlılarına kadar Ege Bölgesi, kendini diğer bölgelerden ayırmaktadır. Genel olmanın dışında birde Ege Bölgesinin her bir şehrinin de kendine özgü yöresel yemekleri bulunmaktadır.

Gelin önce **Ege** Bölgesinin **şehirlerini** hatırlayalım;

* Kütahya
* Afyonkarahisar
* Uşak
* Denizli
* Muğla
* Aydın
* İzmir
* Manisa

Ege Bölgesinde özellikle Afyon ve İzmir ön plana çıkmaktadır. Afyon denince akla ilk gelen yöresel lezzet Afyon kaymağı iken İzmir denince akla ilk gelen yöresel lezzet ise İzmir köftedir. İşte sizlere Ege Bölgesinin yöresel yemekleri.

## Ege Bölgesi Meşhur Yöresel Yemekler

Ege Bölgesi dendiğinde akla; sıcak iklimin sıcak insanları, halis zeytinyağı, çeşit çeşit yabani otları ve dünyanın yedi harikasından biri sayılan bağları gelir elbette. Ancak tek tek şehirleri gezdiğimizde gerek coğrafi koşulların, gerekse deniz etkisinden uzaklaştıkça karasal iklime geçişin etkileri kendilerini göstermeye başlar.

Cunda Adası’nın Kaşarlı Kidonyası, İzmir’in İzmir Köftesi, Afyon’un Sıra Yemekleri, Kütahya’nın Tosunum Böreği…vs. bu yöreye özgü yemeklerden sadece bazıları.



## Ayvalık Mutfağı

Kuzeyden güneye doğru inerken duraklayacağımız ilk yöre Ayvalık. Aslında Balıkesir’in bir ilçesi olmasına rağmen, Ege Denizi kıyısında yer almasından ötürü Egeli sayılan bir mutfak, Ayvalık mutfağı. Ege mutfağının tipik bir temsilcisi sayılabilecek Ayvalık mutfağını çeşitli otlar, sebzeler, balık ve deniz ürünleri şekillendirir. **“Papalina”,** sardalyanın ufağına benzer sadece Ayvalık yöresine özgü bir balık. Gene Ayvalık’a özgü bir başka lezzet de kış aylarında daha da lezzetli olan deniz **kestanesi** yumurtaları.

Deniz kestanelerinin dişileri profesyonel balıkçılar tarafından toplanırken, yavruların toplanmamasına özellikle dikkat ediliyor. Ayrıca rüzgarlı günlerde dağılan kestane yumurtasının, deniz durgunlaştıktan birkaç gün sonra toplanmasının daha uygun olduğu belirtiliyor. Çocukluğumuzun korkulu rüyası deniz kestaneleri zeytinyağı ve limonla aslında tadına doyum olmayacak bir lezzet.

Ayvalık’ın bir diğer özelliği de yaygın olarak tüketilen Sepet, Mihaliç ve Lor peynirleri ile Orta ve Doğu Anadolu’dakinden farklı bir teknikle üretilen **Teneke** Tulumudur. Özellikle Cunda Adası’nın meşhur **Lor** Tatlısı da lor peynirinden yapılır.

**Cunda** Adası Ayvalık’ın kıyısında, deniz mahsulleriyle yapılan yemekleriyle ünlü 2000 nüfuslu bir ada. Zamanında işgalcilere karşı direnişinden ötürü adaya Ali Çetinkaya’nın ismi verilerek Ali Bey Adası olarak anılmaya başlanmış, ancak adanın bugün bilinen ve kullanılan ismi Cunda.

Cunda Adası’nda sabah kahvaltısı adanın meşhur tostuyla başlıyor. Bu tost adaya özgü ekmeklerle yapıldığından oldukça lezzetli. Adanın meşhur deniz ürünleriyle yapılan yemeklerinin başında Kaşarlı **Kidonya** geliyor. **Ayvalık’a** ismini veren Kidonya aslında bir midye türü ve Türkçe’de ayva anlamına geliyor.

Diğer bir kabuklu deniz canlısı **Akivadis** de bir tür midye. Sarımsak, beyaz şarap ve zeytinyağıyla pişiriliyor. Yabani otlar ve sebzelerle yapılan deniz mahsulleri yemekleri de Cunda’ya özgü lezzetlerden: Ahtapotlu Akkız (Akkız şevketi bostan otunun adadaki adı), Arapsaçlı sübye, Enginarlı Karides, Kalamar Dolması ve Ahtapot Köftesi. Yemeğin üzerine de meşhur Lor Tatlısı, çifte kavrulmuş lokma ya da **Ahtapot** Tatlısı adanın vazgeçilmezlerinden.

## İzmir Mutfağı

İzmir mutfağı, Ayvalık gibi Ege mutfağının tipik özelliklerini taşır. İzmir denince akla ilk gelen Kumru sandviç, buzlu badem ve Kordonboyu’dur. Bazı lezzetler ait oldukları yerlerle özdeşleşir, onlarla anılır. İzmir lokma, İzmir’e özgü lezzetlerin başında gelir.

İzmir mutfağına özelliğini veren yabani ot yemekleri, Ege’nin ot cenneti Tire yöresinde yoğunlaşır. Ot kavurması, Sarmaşık ve Kuşkonmaz Kavurması diğer ot yemeklerinin yanında göze çarpanlardan. Bir de ısırgan otundan yapılan **Okma** var.

Ot yemeklerinin yanı sıra Ege’nin meşhur balığı **Çipura;** patatesli, domates soslu İzmir Köfte, düğün ve bayramlarda sıkça sunulan Keşkek ve nişasta, pirinç, şeker ile yapılıp üzerine tarçın ekilen Zerde, İzmir’e özgü yemeklerin başında gelir. **Kurban** Bayramı’ndan sonra yapılan **Sura** ise, kurban etinin kaburga kemiklerinin içinin iç pilavla doldurulup, dikilmesi ve o şekilde pişirilmesiyle yapılır.

Tarhana çorbası İzmir’de bir başka olur; kışın başında yabani otlar, un, yoğurt, domates ve kırmızı biber eşliğinde pişirilir. Daha sonra ekşimeye bırakılan bu karışım, kurutulur ve un haline getirildikten sonra kış aylarında yenmek için saklanır.

**Mücmeri,** mücvere benzer ancak kıyma soğan ve pirinç ile karıştırılıp, yoğrulur.

Diğer bir ilgi çekici yemek ise dana etinden yapılan **Papaz** Yahnisi’dir.

Tatlı olarak da kurban etinden yapılan tarçınlı **Gerdan** Tatlısı Ege yöresinin kendine has lezzetlerindendir.

## Muğla Mutfağı

Ege Denizi kıyılarında güneye doğru indiğimizde Muğla ve birer tatil beldesi olan ilçeleri çıkıyor karşımıza. Özellikle zeytinyağlıların ağırlıkta olduğu Muğla mutfağında et yemekleri de bulunuyor. Baklagiller ve sebze yemeklerinin ağırlıkta olduğu bu yörede, patlıcan Ege’nin yöresel özelliklerini yansıtan bir şekilde sıklıkla kullanılıyor.

Muğla’da önceleri sebze kurutma, reçel, pekmez, tarhana, keşkek sadece yöre halkının kendi beslenmesine yönelik olarak hazırlanırken, değişen toplumsal koşullar, meyve sebze üretiminin daha pazara yönelik bir hale gelmesine neden olmuş.

Katmer, Biber Ekşimesi, Muğla Tarhanası Muğla’ya özgü lezzetlerden olup; radika, devetabanı, gelingülü (gelincik) ve ebegümeci v.b. gibi otlardan yapılan ot kavurmaları da meşhur.

İzmir gibi bir kıyı şehri olmasına karşın Muğla’da balık ve deniz ürünlerine dayalı bir beslenme şekli yerleşmemiş. Et kavurması, Biryan (kuzu kapama), ciğer ve tavuk yemekleri Muğla mutfağında sıklıkla görülen lezzetler.
Çam balı yaygın olarak Marmaris’te üretilmekle birlikte, Muğla mutfağında da önemli bir yere sahip. Kaynatılan bala susam eklendikten sonra kesilerek yenen “Çıtırmak” Muğla’ya özgü bir tatlı.

– Foça, deniz kıyısında şirin bir tatil ilçemiz, balıkları ile yabani otları en fazla ilgi çeken yemekleri…

– Fethiye denince akla ilk gelen alabalık restoranları…

– Dalyan da ise ünlü Dalyan Kefali’nin en makbulü “Kocakafa” denen Mavlu Kefali ile mavi yengeçlerin kömür ateşinde ızgarası çok meşhur… Burada ayrıca doğal üzüm ve karpuz suyu da içilebilir.

– Bodrum her ne kadar turizm potansiyeli ile anımsansa da, Bodrum mutfağı baklagiller ve sebze yemekleriyle anılır. Çökertme Kebabı ile Ege Patlıcanı Bodrum’a özgü lezzetler arasında sayılabilir…

## Aydın Mutfağı

Ege kıyılarından iç kesimlere doğru ilerlerken, Selçuk-Aydın yolunda incir çıkıyor karşımıza. İncirin yanı sıra, zeytin, av hayvanları ile yapılan yemekler, tahıl ve yörük ekmeği bu yöreye özgü lezzetlerden. Yoğurtla yenen kıyma ve undan yapılan Yuvarlama, Ciğer Zarı ve Paşa Böreği ile Ege’nin düğün ve bayram yemeği Keşkek bu yörede en güzel yapılan yiyeceklerden. Ayrıca Kulak Çorbası, Patlıcan-Biber Taratorlu Turşu, Etli Kereviz ve Pelvize Tatlısı da bu yöreye özgü diğer lezzetlerden örnekler.

## Denizli Mutfağı

Afrodizyak Kuzu Göbeği Kavurması, Bıldırcın Dolması, Çabutaşı, Alaçora, Tirik/Tuzlama, Mumbar Dolması, Arapaşı, Kuru Balcan Dolması, Denizli Turşusu, Tahinli Pide, Denizli’nin kendine has tandır kebabı…

### Fesleğen Yağı ile Lezzetlendirilmiş Tarhana Çorbası

#### Tarhana Çorbası Malzemeleri

* 50 gr köy tarhanası
* 10 gr soğan
* 10 gr yeşil biber
* 1 diş sarımsak
* Az taze nane
* 1 cl fesleğen yağı
* Az tuz
* Az pul biber
* 6 cl tavuk suyu

#### Tarhana Çorbası Yapılışı

Tarhana ılık tavuk suyu ile yumuşatılır ve kıvamı açılır. Soğan ve sarımsak kavrulur ve biber ilave edilir. Az domates pastası veya salça ilave edilir. Ilık tavuk suyunda açtığımız tarhanayı ilave ederiz. Tadını test ederek servis ederiz.

### Acılı Karides Salatası

#### Acılı Karides Salatası Malzemeleri

* 80 gr iç karides
* 20 gr salatalık
* 10 gr renkli biberler
* 1/8 adet akdeniz yeşillikleri
* ¼ adet limon
* 2 cl zeytin yağ
* Az toz biber
* Az tuz
* 1/20 adet maydanoz
* 1/20 adet dereotu

Karidesler haşlanarak dereotu, maydanoz, tuz, toz biber, limon suyu,zeytinyağ, renkli biberler, salatalık beraber harmanlanır ve üzerine akdeniz yeşillikleri konur.

### Otlu Dolama Börek

#### Otlu Dolama Börek Malzemeleri

* 200 gr un
* 80 gr su
* 50 cl. Sızma zeytinyağı
* Az tuz
* 80 gr Tereyağı
* Radika, Turp Otu, Hardal otu, Arapsaçı
* 80 gr taze soğan
* 3 -4 diş sarımsak
* 1 adet yumurta
* Kiraz domates
* Endüvyen yaprağı
* Kırmızı biberli yağ

#### Otlu Dolama Börek Yapılışı

\*\* Otlar yıkanıp ve süzdürüldükten sonra kaynar tuzlu suda haşlanır. Daha sonra bıçak ile çentilir. Bir tavada zeytinyağı kızdırılıp sarımsak ve soğan sote edilip otlar eklenir.

\*\* Un, su ve tuz beraber yoğrularak kulak memesi kıvamında hamur elde edilir ve erimiş tere yağ ile serpilerek yufka açılır.

\*\* Yufkanın iç kısmına bol miktarda tere yağ sürülerek hazırlanan içi ile birlikte sarılır. Üzerine tere yağ ve yumurta sürülerek pişirilir.

\*\* Pişen börek resimde ki biçimde servis edilir.

### Çökertme Kebabı

#### Çökertme Kebabı Malzemeleri

* 100 gr dana bonfilesi
* 1 adet patates
* 1 adet domates
* 1 adet soğan
* 1 diş sarımsak
* 40 gr yoğurt
* 10 gr tere yağ
* Az tuz
* Az karabiber

#### Çökertme Kebabı Yapılışı

\*\* Soğan ve sarımsak branuaz şekilde doğranarak kavrulur ve kabuğu soyulmuş domates ilave edilir ve biraz su koyarız ve sosun suyunu çekmesini bekleriz.

Sponsorlu Bağlantılar

\*\* Patates kabukları soyularak kibrit tabiri ile doğranır ve derin yağda kızartılır. Bonfile tatlandırılarak ızgarada kızartılır ve dilimlenir patatesler altta olacak şekilde üzerine sos, onun üzerine et konur ve en son yoğurt gezdirilir. Tereyağ yakılır ve üzerine verilir.

### Miyane Çorbası

#### Miyane Çorbası Malzemeleri

* 3 çorba kaşığı sade yağ
* 2 su bardağı un
* Su

#### Miyane Çorbası Yapılışı

Sade yağı kızdırılarak içine un katılır. Karıştırılarak kavrulur. Az pembeleşince üzerine sıcak su karıştıra karıştıra dökülür. Bir taşım kaynayınca indirilir.

### Top Tarhana

Bir tencereye et, biraz tuz, mevsimine göre iki üç kuru veya taze biber ve böğrülce, su, tarhana konup 2 -2.5 saat kaynatılır. Eti pişince diğerleri de pişmiş demektir. İndirilir, ılık olarak yenir.

### Karma Katma

#### Karma Katma Malzemeleri

* 1 kg. Patlıcan
* 3 kaşık katı yağ
* 3 baş soğan
* 3 kaşık salça
* 3 adet domates
* Tuz
* Bulgur

#### Karma Katma Yapılışı

Patlıcanlar soyularak doğranır, bir tencerede yağla soğan kavrulur, domates ilave edilerek de kavrulur , üzerine doğranmış patlıcanlar konur. Tuz ve az su ilavesiyle kaynatılır. Biraz kaynadıktan sonra su ve biraza bulgur ilave edilir. Bir iki taşım daha kaynatılır ve indirilir.

### Et Köftesi

#### Et Köftesi Malzemeleri

* 750 gr. koyun kıyması
* 2 Adet soğan (rendelenmiş)
* 100 gr. ekmek içi
* 2 adet yumurta
* 1 çorba kaşığı karabiber
* Tuz
* 4 çorba kaşığı tereyağı veya sıvı yağ
* 1 su bardağı un

#### Et Köftesi Yapılışı

Kıyma, soğan, ekmek içi, karabiber, tuz, yumurta katılarak hep beraber yoğurulur, sonra hamur küçük yassı köftecikler haline getirilir. Una bulandıktan sonra kızdırılmış yağda kızartılır.

### SURA

Kuzunun kaburga kısmı alınır. Kemikle et arasına (pirinç, üzüm, ince doğranmış ciğer, karabiberden mütekkil ) iç doldurulur. Dikilir. Büyükçe bir tencere içinde suda haşlanır. Kaynarken şişle birkaç yerinden patlamaması için delinir. eti pişince içte pişmiş demektir. Çıkarılır. Suyu süzüldükten sonra yağda kızartılır. Tencerede ki suyu et suyu olarak kullanılır.

### KULAK AŞI

Hamur açılır, 4 köşe küçük kesilir, içine peynir veya kıyma konur. Muskalama kapatılır. Kaynar suda pişirilir. Üstüne yağ dökülür. Yoğurt da katıldığı olur.