

## ETKİLİ DESTİNASYON YÖNETİMİ AÇISINDAN KASTAMONU İLÇE BELEDİYELERİ BİLGİ KAYNAKLARINDA DEĞİNİLEN GASTRONOMİK UNSURLARIN TESPİTİ

**Dr. Öğr. Üyesi Gülizar AKKUŞ**

Kastamonu Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Turizm Rehberliği Bölümü

**Dr. Öğr. Üyesi Çetin AKKUŞ**

Kastamonu Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü

**Arş. Gör. Özge ÇAYLAK DÖNMEZ**

Kastamonu Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü

### ÖZET

Destinasyonların etkin bir şekilde yönetilebilmesi için, yönetim biliminin ilk aşaması olan planlamanın doğru yapılması gerekir. Aksi takdirde plansız bir gelişim, birçok sıkıntıyı beraberinde getirecektir. Bu sebeple bir turizm destinasyonu için amaç ve hedefler belirlenmeden önce bölgenin turizm potansiyeli değerlendirilir ve çeşitli envanter çalışmaları yürütülür. Yapılan bu araştırmalar konusunda kamu bilgilendirilerek hem turist akışı hem de yerel halkın turizm gelişimine dâhil olma ya da katılma oranı artırılır.

Bu araştırmada, Kastamonu ilçe belediyelerinin yörenin gastronomik unsurlarına ilişkin paylaştığı bilgiler derlenmiştir. İlçe belediyelerinin basılı ve web tabanlı bilgi kaynakları taranmıştır. Araştırma sonucunda 12 ilçe belediyesinin basılı kaynaklarında veya web sitelerinde yöresel gastronomik ürünlere yer verdiği tespit edilmiştir. Yalnızca iki belediyenin (Taşköprü ve Devrekâni) hem basılı kaynaklarında hem de web sitesinde gastronomik değerlerine ilişkin bilgiler paylaştığı belirlenmiştir. Ancak bu iki bilgi kaynağındaki gastronomik unsurlarda çeşitli farklılıklar tespit edilmiştir. En fazla gastronomik bilgi paylaşan belediye, Bozkurt Belediyesi olmuştur. En az bilgi paylaşan belediye ise Pınarbaşı Belediyesi'dir. Belediyelerin basılı kaynaklarında en sık adı geçen gastronomik unsurların ana yemek ve tatlı, web sitelerinde en çok değinilen ürünlerin ana yemek ve hamurışı ürünler olduğu tespit edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** İlçe Belediyeleri, Bilgi kaynakları, Gastronomik unsurlar, Kastamonu

### ABSTRACT

In order to manage destinations effectively, planning, which is the first stage of management science, must be done correctly. Otherwise, an unplanned development will bring many difficulties. For this reason, the tourism potential of the region is evaluated and various inventory studies are conducted before the objectives and targets are determined for a tourism destination. By informing the public about these researches, both the flow of tourists and the participation of local people in tourism development are increased.

In this research, the information shared by Kastamonu district municipalities about the gastronomic elements of the region was compiled. Printed and web-based information sources of district municipalities were searched. As a result of the research, it was found that 12 district municipalities included local gastronomic products in their printed resources or web sites. It was determined that only two municipalities (Taşköprü and Devrekâni) shared information on their gastronomic values both in their printed sources and on the website. However, various differences have been identified in the gastronomic elements in these two sources of information. Bozkurt Municipality was the municipality that shared the most gastronomic information. Pınarbaşı Municipality is the municipality that shares the least information. It was found that the most frequently mentioned gastronomic elements in the printed sources of the municipalities were main course and dessert, and the most frequently mentioned products on the website were main course and pastry products.

**Keywords:** District Municipalities, Information Sources, Gastronomic Elements, Kastamonu

## GİRİŞ

Turizm destinasyonlarının etkin bir şekilde yönetilebilmesi için özellikle kamu sektörü paydaşlarına büyük sorumluluk düşmektedir. Kamu sektörü paydaşı sıfatıyla yerel yönetimlerin ise buldukları bölgenin turistik çekiciliklerine dair bilgi paylaşımı konusunda daha aktif bir rol oynaması beklenir. Çünkü yerel yönetimler, mikro açıdan bölgeyi en iyi tanıyan kamu sektörü paydaşlarıdır. Belediyeler, il özel idaresi ve muhtarlıklardan oluşan yerel yönetimler içerisinde bilgi paylaşımı açısından belediyelerin ise daha etkili olduğu söylenebilir.

Bu araştırmada Kastamonu ilçe belediyelerinin bölgenin gastronomik çekiciliklerine dair bilgi kaynaklarını inceleyerek potansiyelin değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Literatür taraması ardından, Türkçe yazında araştırmacıların sıklıkla belediye web site içeriklerini ya da e-belediyeçilik faaliyetlerini değerlendirdiği gözlenmiştir. Destinasyon pazarlaması ve yönetimi açısından belediye web sitelerindeki turizm bilgilerini değerlendiren bir araştırmaya (Güçer, Hassan ve Pelit, 2013) rastlanmakla birlikte, bu çalışmada sadece gastronomik unsurlar değerlendirilmiştir. Bu sebeple çalışma, diğer araştırmalardan ayrılmakta ve özgün bir değer taşımaktadır.

## LİTERATÜR TARAMASI

Büyükşehir belediyelerinin tanıma ve tanıtma faaliyetlerinde web sitelerinden yararlanma durumlarının irdelendiği araştırmalar (Tarhan, 2007; Doğu, 2008; Özüpek, 2010; Yağmurlu, 2011; Tanyıldızı & Karatepe, 2011; Şenyurt, 2016) bulunmakla birlikte, araştırma konusuna en yakın üç araştırma Yürüdü (2008), Horng, Horng ve Tsai (2010) ile Güçer, Hassan ve Pelit (2013) tarafından gerçekleştirilmiştir. Yürüdü (2008) Tokat'taki mülki idare ve belediye web sitelerinde yayınlanan coğrafi kavram ve bilgilerin doğru biçimde kullanılıp kullanılmadığını araştırmıştır. 14 kurumun web sitesi incelenmiş ve bulunan coğrafi bilgi yanlışlarının nedenleri ile kaynaklarına değinilmiştir.

Horng, Horng ve Tsai (2010) mutfakların tanıtımı ve mutfak turizmini geliştirme amacı ile devlet tarafından oluşturulan web sitelerini uluslararası boyutta incelemiştir. Hong Kong, Japonya, Kore, Singapur, Tayvan ve Tayland web sitelerinin benzer mutfak pazarlama tekniklerini kullandığı ancak tanıtım faaliyetlerinde yazılı açıklamalar, fotoğraflar ve yerel lezzetler kullanma açısından bazı farklılıklarının olduğu tespit edilmiştir. Güçer, Hassan ve Pelit (2013) ise destinasyon pazarlaması açısından büyükşehir belediye web sayfalarındaki turizm ile ilgili faaliyetleri belirlemeyi amaçlamıştır. Türkiye'deki tüm büyükşehir belediyelerinin web siteleri, oluşturulan bilgi formu aracılığıyla değerlendirilmiştir. Formda web sitesinde seyahat bilgisinden, dil seçeneğine, döviz çeviriciye kadar turizm ile bağlantılı tüm bilgilere yer verilip verilmediği saptanmıştır. Araştırma sonucunda büyükşehir belediyelerinin web sitelerinde, turizm açısından güncel bilgilere yer verdiği, özellikle İstanbul, Antalya ve Konya belediye web sitelerinin oldukça aktif olduğu tespit edilmiştir.

Literatür taraması sonucu yerel yönetimlerin web sitelerinin değerlendirildiği araştırmalar tespit edilirken, bu sitelerdeki turizm ya da gastronomik faaliyetlerinin değerlendirildiği iki araştırmaya rastlanmıştır. Bununla birlikte yerel yönetimler tarafından basılan yazılı kaynakların değerlendirildiği herhangi bir araştırma tespit edilememiştir. Bu araştırmada ise ilçe belediyelerinin basılı kaynaklarında ve web sitelerinde yer alan gastronomik ürün çeşitliliğine dair bilgilerin derlenmesi amaçlanmıştır. Bu sayede Kastamonu ilinin bir turizm destinasyonu olarak etkin bir şekilde yönetilebilmesi için bilgi kaynaklarının etkili bir şekilde kullanılıp kullanılmadığı tespit edilebilecektir.

## YÖNTEM

Bu araştırmada, Kastamonu ilçeleri yerel yönetimlerinin yörenin gastronomik unsurlarına ilişkin bilgilendirme faaliyetleri değerlendirilmiştir. İlçe belediyelerinin basılı ve web tabanlı bilgi kaynakları taranmıştır. Araştırma evrenini toplam 19 adet Kastamonu ilçe belediyesi oluşturmaktadır olup, tam sayıma gidilmiştir. Ancak araştırma kapsamında her ilçe belediyesinden basılı kaynak toplanması maliyet açısından mümkün olmadığı için tüm ilçelere tek bir mekânda ulaşabilmek adına Kastamonu tanıtımına dayalı iki fuara katılım sağlanmıştır. Fuarlar, 27-30 Haziran tarihinde İstanbul'da düzenlenen Batı Karadeniz Turizm, Tanıtım ve İşbirliği Fuarı-BAKAF ile 22-26 Kasım 2018 tarihinde düzenlenen İstanbul'da Kastamonu Günleri'dir. Fuarlarda ilçelerin tanıtım amaçlı kullandığı tüm broşür, kitap ve kitapçıklar toplanmıştır. Basılı kaynaklardaki tüm gastronomik unsurlar yazarlar tarafından detaylı bir şekilde kontrol edilerek, raporlanmıştır. Ayrıca tüm ilçe belediyelerinin resmi internet sitelerine girilerek, gastronomik değerlere ilişkin paylaşılan bilgiler toplanmıştır. Online araştırma ise 7-20 Ocak 2019 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir.

## BULGULAR

19 ilçe belediyesi içerisinde yedisinin (Abana, Azdavay, Çatalzeytin, Devrekâni, İnebolu, Taşköprü, Tosya) basılı kaynaklarında, yedisinin (Bozkurt, Daday, Devrekâni, Küre, Pınarbaşı, Seydiler, Taşköprü) web sitelerinde gastronomik unsurlara değindiği, yedisinin (Ağlı, Araç, Cide, Doğanyurt, Hanönü, İhsangazi, Şenpazar) ise ne basılı ne de web tabanlı kaynaklarında bu unsurlardan bahsetmediği tespit edilmiştir. Yalnızca iki belediyenin (Taşköprü ve Devrekâni) hem basılı kaynaklarında hem de web sitesinde gastronomik değerlerine ilişkin bilgiler paylaştığı belirlenmiştir.

Basılı kaynaklarında gastronomik unsurlara değinen yedi belediye ve değerlere ilişkin detaylı bilgi Tablo 1'de sunulmuştur.

**Tablo 1.** Basılı Kaynaklarda Değinen Gastronomik Unsurlar

### ABANA

**Kaşık Helvası:** Tereyağında kısık ateşte kokusu çıkana kadar kavru lan unun üzerine pudra şekerinin eklenmesi ve kaşıkla şekil verilmesi ile elde edilen tatlı (URL 1).

**Cabada Güveç:** Kuşbaşıdan küçük olarak doğranıp az haşlanan etin güveç içine yerleştirilmesi ve üzerine kuşbaşı şeklinde doğranıp kızartılan patates, patlıcan, domates ve biberin ilave edilmesi, ardından çeşitli baharatlar ile tatlandırılmasıyla yapılan yemek çeşididir (URL 2).

**Kulaklı Makarna:** Çene çarpan olarak da bilinmektedir. Un, tuz, yumurta ve su ile yoğrulmuş hamur tatar mantısı kalınlığında açılır ve kesilir. Yoğurt, yumurta ve çeşitli baharatlardan iç harcı hazırlanır. Hazırlanan iç harcıdan yarım çay kaşığı kadar kesilen hamur içine yerleştirilir ve üçgen şeklinde kapatılır. Kaynayan suda haşlanıp süzülür. Üzerine kızgın tereyağ ilave edip servis edilen bir yemektir (URL 3).

**Bazlamaç:** Un, su, tuz ve yumurtadan kulak memesi kıvamında hamur yoğrulur. Hamur eşit parçalar halinde ayrılıp, yemek tabağı büyüklüğünde açılır. Açılan hamurlar arasında sıvıyağ sürülerek üstüste konulup rulo halinde sarılır ve ardından gül şeklinde bekletilir. Bekletilen hamur tekrar tabak büyüklüğünde açılır ve sacda az yağda kızartılır (URL 4).

**Hodan:** Kimi yörelerde kaldırak olarak geçen hodan, temizlendikten sonra hafif yumuşayana kadar haşlanır. İnce ince doğandıktan sonra kavru lan soğan içerisine eklenip kavru lur. Üzerine yumurta kırılarak çeşitli baharatlar eklenerek pişirilen yemektir (URL 5).

**Et Suyu Gözleme:** Kaynaklarda tarifi bulunamamıştır.

**Ekşili Tarhana Çorbası:** Tarhana soğuk su içerisinde bekletilir. Domates, sarımsak, biber ve zeytinyağı bir tencerede kavru lur, üzerine soğuk su, nohut, bulyon ve tarhana eklenir. Çorba kıvam aldığı anda sıcak iken servis edilir (URL 6).

**Diken Mancarı (Düzlemek):** 'Diken' denilen otların dışı temizlenir ve küçük küçük doğranır. Ardından soğan ile beraber yağda kavru lur. Üzerine yumurta kırılarak sıcak servis edilen bir yemektir (Katılımcı 1).

**AZDAVAY**

**Islama:** Doğal mantar, tavuk, yufka ve tereyağından yapılan geleneksel hale gelmiş bir yemektir.

**Kara Çorba:** Kızamık/karamuk ekşisi, köy tavuğu, tereyağ ve undan yapılan bir çorbadır.

**Pekmez:** Yörede özellikle elma, armut ve alıçtan yapılmaktadır.

**Sirke:** Sonbaharda genellikle yabani acı elmadan yapılır.

**Ekşi:** Bir tür meyve suyudur. En çok kızılılık kirazi/kiren, yabani erik, karamuk ve yabani elmadan yapılır.

**İhlamur:** İlçenin sembolü haline gelen ıhlamur ağaçlarından toplanan ıhlamur çiçekleri kurutularak elde edilir.

**Azdavay Çiçek Balı:** Çiçek türleri açısından zengin yörede, elde edilen bal tanımlanmamış '*organik çiçek balı*' olarak kabul edilmektedir (Azdavay Belediyesi Broşürü, 2018).

**ÇATALZEYTİN**

**Kurumantı:** Haşlanan pirincin soğan ve kıyma ile kavrulmasıyla elde edilen iç harcın, un, tuz, yumurta ve suyla yapılan hamur içine konularak bohça şekli verilmesi ve yağda kızartılması ile elde edilen bir yemektir.

**Islama:** Kemikli dana eti, soğan, sarımsak ve patates haşlanır. Yufkalar rulo halinde 3-4 cm uzunluğunda kesilir ve kesilen kısımlar yüzeye gelecek şekilde tabağa yerleştirilir. Yufkanın yanına haşlanan et, soğan ve patates ilave edilir. Haşlama suyu ile de yufka ıslatılır. Üzerine kızdırılmış tereyağ ve ceviz eklenerek servis edilen bir yemektir.

**Kulaklı:** Kulaklı yemeğinin kurumantıdan tek farkı kurumantının kızartılması, kulaklının haşlanmasıdır.

**Müzmüldek:** Haşlanıp ince doğranan müzmüldekler (bir tür ot) soğan ve çeşitli baharatlar ile kavrulup pembeleştirilir. İsteğe göre yumurtalı ya da sarımsaklı yoğurt ile yapılan bir yemektir (CİYE Çatalzeytin Belgeseli, 2008: 150).

**DEVREKÂNİ**

**Cırık Tatlısı:** Un, su ve maya ile cıvık bir hamur yoğrulur. Yoğurulan hamur kaşık yardımı ile yağa atılarak kızartılır. Kızartılan hamurlar soğuk şerbete atılıp şerbete emmesi sağlanır. Kimi zaman sıcak kimi zaman da soğuk olarak servis edilen bir tatlıdır.

**Banduma:** İkiye ayrılan yufkalar 6-7 cm. uzunluğunda kesilir ve ardından hindi suyu ile ıslatılarak tepsiye ortası boş olacak şekilde yatay dizilir. Boşluk alana ince ince ufalanmış hindi eti ve kızdırılmış tereyağ eriterek ilave edilir. Üstü bir müddet kızarıncaya kadar fırında bekletilip ardından servis edilen bir yemektir.

**Etli Ekmek:** Dana kıyma ve soğan, çeşitli baharatlar ilave edilerek kavrulup iç harcı hazırlanır. Un ve sıvıyağ ile yoğrulan hamur sac ya da tava içerisine sığacak büyüklükte açılır. İç harç, açılan hamur içine yarıya kadar ilave edilir, diğer yarısı ile de üzeri kapatılır. Bu yemek sıcak olarak servis edilir (Devrekâni Belediyesi Broşürü, 2018).

**Köle Hamuru:** Bir tencerede tuz ve sıvıyağ eklenmiş su kaynatılır. Kaynayan suya yavaş yavaş un ilave edilip sürekli karıştırılır. Tüm un eklendikten sonra 5-10 dakika unun kokusu çıkana kadar pişirmeye devam edilir. Suya batırılmış kaşık ile küçük parçalar halinde servis tabağına yerleştirilir. Pekmez ya da şeker ve ceviz içi karışımı ile servis edilen bir tatlıdır (URL 7).

**Tarhana Çorbası:** Soğan, domates ve biber piyaz doğranır. Tuz, tarhana otu, darak dalı, çörtlük ve yoğurt tek kapta toplanıp karıştırılır ve ekşimeye bırakılır. Yaklaşık 2-3 gün sonra bu karışım daha büyük bir kaba katılır ve yavaş yavaş un eklenir. Elde edilen unlu karışım 3-4 gün sonra mayalandıktan sonra cam kavanozlarda saklanır. Suyla açıldıktan sonra kaynatılıp sıcak olarak servis edilir (URL 8).

**Çekme Helva:** Özü olmayan un ve yağ kavrularak meyane edilip soğumaya bırakılır. Ayrı bir kapta şeker, su ve limon akide şekeri kıvamına gelene kadar kaynatılır ve soğuk tezgâh üzerine dökülür. Ardından şeker ağartma makinesinde bir müddet ağartılır ve devamında 4-5 kişi bu şekeri karşılıklı çekip meyaneyi ekleyerek uzatılır. Çekme helva denmesinin nedeni de budur (URL 9).

**İNEBOLU**

**Kızılılık Tarhanası:** Kızılıklar kaynatıldıktan sonra salça, kırmızı biber, yeşil biber, dereotu, un ve diğer malzemeler eklenir. İyice yoğurulduktan sonra evin güneş ışığı görmeyen kısmına, çarşaf üzerine hamurdan parçalar koparılarak kurumaya bırakılır. Kuruduktan sonra elekten geçirilip un haline getirilir. Sıcak çorba olarak tüketilir.

**Pide:** Soğan ve kıyma kavrulur ve soğutulur, üzerine doğranmış maydonoz eklenerek iç harcı oluşturulur. Uzunlamasına açılan hamur içerisine iç harcı konulup meşe ve gürgen ateşi yanan taş fırınlarda pişirilir (İnebolu Belediyesi Broşürü, 2017).

**Katmer:** Açılan yufka yağlanır. Alt üste katlanarak yeniden açılır. Sade olarak sac da yağlanarak pişirilir (URL 10).

**Etlı Ekmek:** İki kez çekilmiş kıyma ile soğan, maydonoz ve baharatın mayasız hamur içine konarak sacda kavrulması ile oluşan börek çeşididir (Kastamonu Travel, 2017: 92).

**Döner:** Pilav üstü servis edilen bu yemek çeşidinin diğer dönerlerden farkı meşe odunu kömürü ile pişirilmesidir (URL 11).

**Güveç:** Caba içerisinde sadece et ve patetes bulunan, ağzı hava almayacak şekilde pişirilen yemek çeşididir. Diğer güveçlerden farkı, etin kendi yağı dışında yağ eklenmemesidir (İnebolu Belediyesi Broşürü, 2017).

**Su Böreği:** Yumurta, süt ve tuz ile yumuşak bir hamur yoğrulup, tek tek açılır. Açılan hamurlar önce kaynayan suda kaynatılır, ardından soğuk su dolu bir kaptaki soğutulur. Tabanı yağlanmış tepsi içerisine kaynatılan hamurlar aralarına eritilmiş tereyağı sürülerek sıra sıra dizilir. Eşit olacak şekilde ayrılan hamurların arasına peynirli iç harcı eklenir ve kalan yufkalar tepsiye dizilir. Hepsini bittikten sonra kabarmaması için üzerine bıçak batırılarak kesikler atılır. Üzerinin kızarması için fırında pişirilir. Sıcak servis edilen bir börek çeşididir (URL 12).

**Kulaklı Makarna:** Un, tuz, yumurta ve su ile yoğrulan hamur tatar mantısı kalınlığında açılır ve kesilir. Yoğurt, yumurta ve çeşitli baharatlardan iç harcı hazırlanır. Hazırlanan iç harcından yarım çay kaşığı kadar kesilen hamur içine yerleştirilir ve üçgen şeklinde kapatılır. Kaynayan suda haşlanıp süzülür. Üzerine kızgın tereyağ ilave edilip servis edilen bir yemektir (URL 13).

**Çekme Helva:** Özü olmayan un ve yağ kavrukları meyane edilip soğumaya bırakılır. Ayrı bir kaptaki şeker, su ve limon akide şekeri kıvamına gelene kadar kaynatılır ve soğuk tezgâh üzerine dökülür. Ardından şeker ağartma makinesinde bir müddet ağartılır ve devamında 4-5 kişi bu şekeri karşılıklı çekip meyaneyi ekleyerek uzatılır (URL 10).

**Kaşık Helvası:** Tereyağında kısık ateşte kokusu çıkana kadar kavrukları unun üzerine pudra şekerinin eklenmesi ve kaşık ile şekil verilmesi ile elde edilen tatlıdır (URL 14).

**Meşhur İnebolu Ekmeği:** Ekşi maya ile harmanlanarak oluşturulan hamurun, meşe ve gürgen odunu alevinde, taş fırın içerisinde pişen ekmeğidir (İnebolu Belediye Başkanlığı, 2017).

**Tarihi Boyran Simidi:** Doğal şebeke suyu ile yoğrulan hamur, içerisinde su ve pekmez olan suda haşlanır. Ardından susamlı ya da susamsız olarak meşe veya gürgen odunlarının ateşi ile tavlanan taş fırınlarda pişirilen hamur işidir (İnebolu Belediyesi Broşürü, 2017).

## TAŞKÖPRÜ

**Sarımsak:** Taşköprü Belediyesi tarafından coğrafi işaret alınan ve dış kabuğunun hafif mor olması ile diğer sarımsaklardan ayrılabilen olan sarımsak türüdür (Taşköprü Belediyesi Kitapçığı, 2018).

## TOSYA

**Dernek Pilavı:** Dernek pilavı bir yemek ismi değil, düğün ve sünnet kutlamaları için yapılan geleneksel yemek ikramına verilen isimdir. Yapılan tüm yemekler tek tabaktan yenir. İkram genellikle keşkek ile başlar, et ile devam eder. Etin ardından Tosya'nın en kaliteli pirinçlerinden Sarıkılçık'tan yapılan pilav ikram edilir.

**Helva Topu:** Tosya'da sünnet düğünlerindeki geleneksel ikramlardan biridir. Adını davetlilere ikram edilen büyük tahin helvası kalıplarından alan tatlı türüdür.

**Basma Helva:** Bilinen un helvası ile aynıdır. Dernek pilavının ardından ikram edilen tatlı çeşididir.

**Keşkek:** Ölçüsüne göre keşkeklik buğday, parça et, salça, soğan, yağ ve çeşitli baharatlar ile yapılan yemektir.

**Tarhana:** Dorak tohumu (dereotu tohumu) katılan farklı bir tarhana çeşididir. Genelde hamur tarhana şeklinde kullanılmakla birlikte kurutulduğu da olur. Çorba yapılacağı zaman bir kaşık tarhana suda açılır, yağ, soğan, salça, domates ve kıyma bir kaptaki pişirilir ve sıcak servis edilir.

**Loş:** Ocakta kaynayan su içerisine biraz tuz attıktan sonra un katılarak devamlı karıştırılır ve pelteden koyu bir kıvam alana kadar pişirilir. Pişen hamur ıslatılmış kaşık yardımı ile tabana yayılmış ceviz üzerine çikartılır. Sıcak servis edilen bir tatlı türüdür.

**Saçalama:** Hangi sebzeden saçalama yapılmak isteniyorsa küçük küçük doğranır, soğan ve salça ile yağda sotelenir. Yeteri kadar su ve tuz ilave edildikten sonra üzerine belirli bir miktar pirinç eklenir. Sıcak servis edilen bir yemektir.

**Tatarböreği:** Haşlanan fiyonk makarnanın üzerine üç kat olacak şekilde sarımsaklı yoğurt ve kıyma, soğan, maydonoz ve belirli baharatlar eklenerek oluşturulan, sos eklenerek yapılan bir yemektir.

**Galle:** Kurutulmuş elma dilimlerinin ve erik kurusunun toprak caba ile Ramazan fırınında pişirilmesi ile elde edilen Tosya usulü hoşaftır.

**Kabak Sulusu:** Dilimlenmiş sakız kabağı ile birlikte soğan, salça ve dereotunun yağda kavrulması ve üzerine su eklenmesiyle yapılan yemektir.

**Toyga Çorbası:** Yoğurt, pirinç, un, et suyu ve haşlanmış tavuk eti ile pişirilen bir çorba çeşididir. Yayla çorbasına göre yapılışı biraz daha farklı olup, ayran ile pirinç yoğurdun kesilmemesi için kaynayana kadar karıştırılır.

**Sarımsaklı Aş:** Haşlanan eriştenin üzerine sarımsaklı yoğurt eklenip kaynayana kadar pişirilerek yapılan bir çorbadır.

**Mıhlama:** Çiğ ıspanağın soğan ile kavrulduktan sonra üzerine yumurta kırılması ile yapılan yemektir. Ispanaklı yumurtadan farkı ıspanağın haşlanmadan kavrulmasıdır.

**Biş:** Mayalanmış hamurdan ufak parçalar kopartılarak kızgın yağda pişirilmesi ile yapılan bir hamur işidir.

**Şeker Pancarı (Çükündür):** Şeker pancarının bütün olarak taş fırında pişirildiği ve dilimlenerek servis edildiği bir yemektir.

**Gavur Pancarı:** Gavur pancarı otu, soğan, kıyma, salça, üzüm sirkesi ve çeşitli baharatlar eklenerek yapılan bir yemektir.

**Düdük Makarnası:** Hazırlanan hamur, açma tahtası boyutunda açılarak küçük kareler halinde kesilir. Düdük makarnası yapımında kullanılan kalem ebatlarındaki küçük ahşap çubuk ile çapraz şekilde yuvarlanarak rulo haline getirilir. Hazırlanan makarnalar suda haşlanarak pişirilir.

**Köfter:** Pestil ile aynıdır. Kaynamış dut suyunun nişasta ile pişirilmesi ve temiz bez üzerinde güneşte kurutulması ile yapılan şekerleme türüdür.

**Soğan Ölmesi:** Yarım ay şeklinde doğranan soğanın kıyma, salça, sirke ve çeşitli baharatlar ile kavulmasıyla yapılan bir yemektir.

**Cıngan Paklosu:** Dut pekmezinin üzerine su eklenerek kaynatılması ve içerisine ekmek eklenerek yumuşayınca kadar bekletilmesi ile oluşturulan yöreye özgü bir tatlıdır.

**Ağda:** Üzüm pekmezinin uzun bir kaşık yardımı ile günlerce karıştırılması ve daha koyu hale getirilmesidir. Zile pekmezi denen pekmeze benzer bir görüntüsü vardır.

**Taş Kadayf:** Dışı yumurtaya bulanıp kızartılan kadayıfın sonrasında soğuk şerbete atılması ile yapılan bir tatlıdır. Üzerine ceviz, kaymak ve Hindistan cevizi eklenerek servis edilir.

**Tosya Köy Ekmeği:** Hamurunda ekşi maya kullanılan kabuğu sert, içi sıkı ve ve dolu olan yöreye özgü ekmek çeşididir (A'dan Z'ye Tosya, 2016: 192-199).

\*Tarifler üçüncü yazar tarafından derlenmiştir.

Basılı kaynaklarında en çok gastronomik ürüne yer veren ilçe belediyesinin 22 ürün ile Tosya Belediyesi olduğu tespit edilmiştir. Bunu 12 ürün ile İnebolu, sekiz ürün ile Abana, yedişer ürün ile Azdavay ve Devrekani, dört ürün ile Çatalzeytin belediyeleri takip etmiştir. Taşkoprü belediyesinin ise basılı kaynaklarında yalnızca bir gastronomik ürüne değindiği belirlenmiştir. Bu ürünler içerikleri göz önüne alınarak detaylandırılmış ve Tablo 2 ortaya konmuştur.

**Tablo 2.** Gastronomik Ürün İçerikleri

<b>ABANA:</b> 1 çorba, 4 ana yemek, 2 hamur işi, 1 tatlı.
<b>AZDAVAY:</b> 1 çorba, 1 ana yemek, 3 işlenmiş ürün, 2 organik ürün.
<b>ÇATALZEYTİN:</b> 4 ana yemek
<b>DEVREKÂNİ:</b> 1 çorba, 2 ana yemek, 3 tatlı
<b>İNEBOLU:</b> 1 çorba, 4 ana yemek, 5 hamur işi, 2 tatlı
<b>TAŞKÖPRÜ:</b> 1 organik gıda
<b>TOSYA:</b> 3 çorba, 8 ana yemek, 7 tatlı, 2 hamur işi, 2 işlenmiş gıda

Tablo 2 incelendiğinde, ilçe belediyelerinin en çok ana yemek ve tatlı adı paylaştığı, bu oranda Tosya Belediyesinin önemli bir rolü olduğu tespit edilmiştir. Belediyeler tarafından en az vurgulanan ürünlerin ise organik ve işlenmiş ürünler olduğu belirlenmiştir. Organik ürünlerin Azdavay ve Taşköprü belediyeleri tarafından, işlenmiş ürünlerin ise yine Azdavay belediyesi ve buna ek olarak Tosya belediyesi tarafından paylaşıldığı görülmüştür.

Web sitelerinde gastronomik unsurlara değinen ilçe belediyeleri ve unsurlara ilişkin bilgiler Tablo 3’de sunulmuştur. Araştırma sonucunda en fazla bilgi paylaşan belediyenin Bozkurt Belediyesi olduğu tespit edilmiştir. En az bilgi paylaşan belediye ise Pınarbaşı Belediyesi’dir. Bozkurt Belediyesi 35 gastronomik unsura, Pınarbaşı Belediyesi yalnızca iki unsura değinmiştir.

**Tablo 3.** Web Kaynaklarında Değinen Gastronomik Unsurlar

### **BOZKURT**

**Mısır Ekmeği:** Mayasız mısır unu, sıvıyağ, un, tuz ve ılık sudan hamur oluşturulur. Tabanı yağlanmış tepsiye yerleştirilir. Ilık su ile üzeri düzeltilip kesilir, fırında pişirilir (URL 43).

**Soğanlı Ekmeği:** Ocakta zeytinyağı, kuru soğan ve pırasa kavrulur. Ocaktan alındıktan sonra üzerine un, tuz, maya eklenir ve kaşık ile karıştırılır. En son suyu eklenir ve hamur yoğrulur. Bir tepsiye hamur yayılır ve mayalanana kadar bekletilir. Fırında pişirilip dinlendirildikten sonra servis edilir (URL 15).

**Hamullu:** Mayalandırılan hamur yumurta büyüklüğünde parçalara ayrılır. Daha sonra yaslağaç adı verilen tahta üstünde düzleştirilerek yaklaşık 0,5-1 cm. kalınlıkta daire biçiminde açılır. Önce sacda ardından tel ızgara üzerinde doğrudan közle temas ettirilerek pişirilen ekmeğdir (URL 10).

**Bazlama:** Hamur yoğrulur, oklava ile açılır ve yağlanır. Tekrar toplanan hamur birkaç defa yağlanıp katlanır. Sacda altı üstü yağlanarak pişirilir (URL 10).

**Gözleme:** Mayalanan hamurdan alınan pözüler (bezeler) yoğrularak unla kıvama getirilir. Daha sonra düzleştirilerek tahta üzerinde inceltirilir. 0.5 – 1 cm. kalınlığında 25 cm. çaplı hamur sacda pişirilirken yağda da kızartılabilir. Pekmez, şeker şerbeti, elma-ayva hoşafı ile birlikte ikram edilir (URL 10).

**Tepsi Ekmeği:** Yaş maya, su, süt, tuz, şeker, zeytinyağı ve undan yumuşak bir hamur yoğrulur. Yağlanmış tepsi içerisine yerleştirilir ve üzerine sıvıyağ sürülür. Fırında pişirilir, üzerine su serpilir. Üzeri farklı örtü ile kapatılıp dinlendirilir. Sonrasında kesilip servis edilir (URL 16).

**Uğmaç Çorbası:** Una azar azar su eklenerek elde edilen ufak taneler suda haşlanır ve ardından haşlama suyuna yoğurt ve kızarmış yağ eklenir. Sıcak içilen bir çorba çeşididir (URL 10).

**Kızılık Tarhanası:** Kızılık, un, domates, soğan, yeşil biberle yapılan çorba çeşididir (URL 10).

**Ak Tarhana:** Yoğurt ve ayranın unla karıştırılması ile yapılan kurutulmuş bir tarhana türüdür (URL 10).

**Kabak Çorbası:** Tereyağ ve un kavrulur. Küp küp doğranmış kabaklar üzerine eklenip sotelenir. Sarımsak eklenir. Et suyu ve su eklenerek kaynatılır. Dereotu eklenip bir taşım daha kaynatılır ve ardından karıştırıcı (blender) yardımı ile çekilir. Sıcak servis edilen bir çorbadır (URL 17).

**Bulgur Çorbası:** Bulgur, yoğurt, nane, soğan, yağ ve sudan oluşur. Süzülerek ayrılan bulgur tencereye veya cabaya konarak kaynamaya bırakılır. Pişince tuz katılıp üstüne yağ içinde kızartılan piyaz doğranmış soğan katılır. Yoğurt ve nane ilave edilir (URL 10).

**Kestane Çorbası:** Özellikle Bozkurt çevresinde çok bilinen bu çorba, pişirilmiş kuru kestane, un, tuz ve su ile yapılır. Kurutulmuş kestane haşlanır, tuz katılır, su ile ezilen un ilave edilerek pişirilir. Bu çorbaya, tuz yerine bir miktar şeker ilave edilerek de yapılabilir. Buna *kestanebulamacı* da denir (URL 10).

**Un Çorbası:** Un, tuz, su yağ, soğan ve salçanın malzeme olarak kullanıldığı bu çorbada, un ve yağ bir tencerede kavrulur, üzerine tuz ve karabiber ilave edilir. Kavrulmuş un ayran içerisinde eritilir. Kaynar su ile pişirilir (URL 10).

**Islama:** Banduma ile aynıdır. Tek fark tavuk eti ile yapılır ve yatay biçimde dizilir (URL 18).

**İç:** Tarifine ulaşılammıştır.

**Tirit:** Kastamonu’ya özgü olan kel simitlerin küçük küçük doğranması ve ardından etsuyu ile ıslatılması ile hazırlanan, üzerine sarımsaklı yoğurt ve kavrulmuş kıymalı soğanlı harcın eklenmesi ile yapılan bir yemek çeşididir (Kastamonu Travel, 2017: 162).

**Hamur Tokası:** Tarife ulaşılamamıştır.

**Kulaklı Makarna:** İkiye kapatılmış üçgen şeklinde mantıdır. Mantıdan biraz daha suludur. İlk tabak sade, ikinci tabak soslu (sarımsaklı yoğurt ve tereyağlı) tavsiye edilir (URL 19).

**Para Makarnası:** Eriştenin kare halinde kesilmiş olanıdır (Katılımcı 2)

**Kesme Makarnası:** Kesme hamuru haşlanıp süzülür. Üzerine sarımsaklı yoğurt ve yağda kavruan salça ve nane konarak servis edilir (Katılımcı 2).

**İspanaklı Börek:** İspanaklar sıcak suda haşlanıp süzülür. Ardından yağda soğan ve yumurta ile kavrulur. Yufka açılır, içerisine yağ sürülür ve ıspanaklı iç harçtan yufkanın her tarafına dökülür. Kol böreği gibi yufka bir uçtan diğer uca sarılır. Yağlanmış tepsiye dizilir. Fırında pişirilir ve sıcak servis edilir (URL 20).

**Kuş Böreği:** Tarife ulaşılamamıştır.

**Sulu Köfte:** Kıyma üzerine tuz ve karabiber eklenerek küçük küçük yuvarlanır. Bir tencere içerisinde soğan ve yeşilbiber tereyağ ile beraber kavrulur. Salça ve küp doğranmış patates eklenip biraz daha kavrulur. Su eklenip kaynatılır. Kaynayan su üzerine köfteler eklenir ve köfteler pişene kadar kaynatılmaya devam edilir. Kaynatılıp dinlendirildikten sonra servis edilir (URL 21).

**Pıhtı:** Büyükbaş veya küçükbaş hayvanın kafası ve dili, sarımsak, sirke ve tuz ile yapılır. Kafa ve dil iyice temizlenip haşlanır. Etler bir tencere içerisine iri parçalar halinde doğranır. Üzerine sarımsak doğranır ve etlerin haşlandığı sudan üzerine ilave edilir. Su miktarı eti bir miktar geçecek şekilde ayarlanır. Tuz ve sirke eklenerek kaynatılır ve oda sıcaklığına geldiğinde buzdolabına kaldırılır. Bir gece buzdolabında bekletilir. Tencere içerisindeki pıhtı servis tabağına ters çevirilerek aktarılır. Soğuk servis edilir (URL 22).

**Güveç:** Bu yemeğin yöresel adı *cöbü*'dür. Cabaya kemikli et, patlıcan, yeşilbiber, patates, tuz, biber konur, üzerine domates eklenip kapatılır ve taş fırında pişirilir (URL 10).

**Bulgur Pilavı:** Yörede ekşili bulgur pilavı, etli siyez bulguru pilavı, domatesli bulgur pilavı gibi çeşitleri yapılır (Katılımcı 1).

**Mantarlı Pilav:** Yıkayıp ince dilimlenmiş mantarlar yağda sotelenir. Mantarlar suyunu salıp çekince yıkanan piriçler eklenir ve beraber kavrulmaya devam edilir. Pirinçler de kavrulunca üzerini bir parmak geçecek kadar sıcak su eklenir, tuz, tereyağ ve karabiber ilave edilerek pişmeye bırakılır (URL 23).

**Mancar Kavurması:** Yörede mancar denilen pancar otu temizlenip doğranır. Öncelikle yağda soğan kavrulur, üzerine doğranmış mancarlar eklenir, kavrulmaya devam edilir. Tuz, salça, karabiber ilave edilir. Yumurta kırılır pişince altı kapatılarak sıcak servis edilir (Katılımcı 2).

**Bulgurlu Manca:** Tereyağında kavruan soğan ve havuç üzerine mancarlar eklenir, kavrulmaya devam edilir. Salça ve su eklenir, karıştırılır. Bulgur eklenir pişirilmeye devam edilir. Çeşitli baharatlar eklendikten sonra bir süre daha kaynatılır. Sıcak servis edilir (URL 24).

**Mancar Dolması:** Manca yapraklarının yeşilleri toplanarak haşlanır. Daha sonra iç malzeme ile sarılır (URL 10).

**Kaygana:** Kırılan yumurtalara tuz ve biber ilave edilir. Çırpılır, düzgün dilimlenmiş bayat ekmekler yumurta ağdasına batırılarak kızgın yağda kızartılır. Yumurtanın içine maydanoz, beyaz peynir ilave edilebilir (URL 10).

**Patates Kavurması:** Önceden haşlanan patates rendelenir. Soğan yağda kavrulur. Üzerine rendelenmiş patates eklenip kavrulmaya devam edilir. Tuz, pul biber, karabiber eklenir. Biraz daha kavruktan sonra altı kapatılıp servis edilir (URL 25).

**Patates Köftesi:** Patatesler haşlandıktan sonra derin bir kapta ezilir. Maydanoz, yumurta ve baharatlar eklenip karıştırılır. Karışıma yavaş yavaş un ilave edilerek yoğrulur. Eller unlanarak harçtan alıp yuvarlak yassı köfteler yapar. Yapılan köfteler önce una sonar çırpılmış yumurtaya bulanarak kızartılır (URL 26).

**Diken Mancarı Kavurması:** Dikenotu temizlenir, suda haşlanır. Tencerede küçük küçük soğanlar zeytinyağında kavrulur. İçine küçük doğranmış biber, domates ve haşlanan dikenuçları eklenir. Çeşitli baharatlar ile tatlandırılarak kısık ateşte pişirilir. Altı kapatılıp dinlendirildikten sonra servis edilir (URL 27).

**Hodan Kavurması:** Temizlenen hodan otu, üzerini geçecek kadar suyla biraz yumuşayana kadar haşlanır. Süzgeçte suyu süzülüp ince ince kesilir. Başka bir tavada ince doğranmış soğan kavrulur, kırmızı toz biber atılır biraz daha karıştırılıp haşlanan hodan otu katılarak kavrulmaya devam edilir.



Biraz daha kavrulunca ayrı bir tabakta kırılan yumurtalar ve tuz eklenir. Yumurtalar pişince ocaktan alınır (URL 28).

### DADAY

**Tarhana:** Kaymaklı yoğurt içerisine dereotu batırılır. Bir miktar olgun domates, kuru soğan, yeşilbiber (acı-tatlı) konur, isteğe göre fesleğen, nane konulabilir. 10-15 gün bekletilen bu karışım kevgirden geçirilerek tortu ve artıklar ayıklanır, elenmiş unla yoğrularak hamur haline getirilir. Hazırlanan tarhana hamur halinde kullanıldığı gibi kurutulup, kevgirden geçirilerek toz halinde de kullanılabilir (URL 29).

**Uğmaç Çorbası:** Un, su, yoğurt (ayran) ve tereyağı kullanılır. Una azar azar eklenen su ile un, ufak taneler haline getirilir. Bulgur gibi olan malzeme kaynar suya azar azar salınarak kaynatılır. Pişince yoğurt ve kızarmış yağ katılır. Sıcak servis edilen bir çorba çeşididir (URL 29).

**Ekşili Pilav:** Önceden haşlanan bulgura yayık ayranı ile birlikte nane, maydanoz, ebe gömeci, dereotu, tuz, biber ilave edilerek kaynatılır. Domates, yeşil biber de ilave edilebilir. Üzerine salçalı kızartılmış tereyağı dökülüp servis edilir (URL 29).

**Tirid:** Bayat ekmekler küçük lokmalar halinde doğranıp bir tepsiye yerleştirilir. Tavada yağ eritilir ve ince ince doğranmış soğan hafifçe öldürülür. Kıyma, tuz, biber eklenir. Kıyma pişince bu karışımın içine bir bardak su dökülür ve tekrar pişirilir. Dökülecek su ekmekleri ıslatacak kadar olmalıdır. Tiridin kıymalı, yağlı, biberli kısmı pişince, bu karışım tepsideki ekmeklerin üzerinde gezdirilir. Ayrıca küçük bir tavada kızdırılan tereyağı da tiridin üzerine dökülür. Tirid, serme denen ekmekle de yapılır (URL 29).

**Banduma:** Esas malzemeleri yufka (serme), hindi veya tavuk suyudur. Pişirilen yufkalar katlanır. 3-4 parçaya kesilir. Hindi suyuna batırılan parçalar içi yağlanmış hafif ateşteki tepsiye dizilir. Her katın arası eritilmiş tereyağ ile yağlanır. Aralarına tavuk veya hindi etleri parçalanarak konup sıcak servis yapılır. Yufkalar tepsiye daire biçiminde ortası yüksek ve delik kalacak şekilde dizilir. Dizilen yufkaların ortasındaki boşluğa yağlı hindi suyu dökülür (URL 29).

**Etli Ekmek:** Çekilmiş et içerisine soğan ve çeşitli baharatlar katılır. Bunlar bir miktar su ile iyice karıştırıldıktan sonra oklava ile açılmış hamurun arasına serilir. Hamur ikiye katlanarak etler kapatılır. Yarım ay şeklini alan etli ekmek fırında veya sacda pişirilir. Üzeri yağlanarak servis edilir (URL 29).

**Gözleme Ekmeği:** Hamur mayalanmaya bırakılır. Zamanı gelince iki milim kalınlığında açılır, mevsimine göre gözlemenin içerisine istenen malzeme ilave edilir. Sac üzerinde her iki yanı kızarıncaya kadar yağlanarak pişirilir. Pişen gözleme dilimlenerek soğuk ayran ve yeşillik ile birlikte servisi yapılır (URL 29).

**Gatmer Ekmeği:** Hamur yaslağaça açılır. Şipi (bir katıyağ türü) ile yağlanır. Yuvarlak olan yufka dört tarafından katlanır ve tekrar yuvarlanır, yağlanır. Kare şekli verilen yufka oklağaç denilen sopa ile saca bırakılır. Pişmek üzere iken her iki tarafı da sacda yağlanır. Bişleğeç denilen ince ve düzgün bir tahta ile tepsiye alınır, soğuk ayran ve mevsimsel yeşillik ile servisi yapılır (URL 29).

**Sıkma:** Elle mayalı olarak biraz cıvık hazırlanan hamur kızdırılmış yağa bırakılır. Hamur hazırlanırken bazen süt, bazen de yumurta ilave edilir. Avuç içine alınan hamur, avucun kapatılmasıyla işaret parmağı ile başparmak arasından çıkarılır. Ceviz büyüklüğündeki parça yağa batırılmış kaşıkla alınarak yağa bırakılır. Yağda kızartılan parçalar sıcak servis yapılır. Sıkmalar genel olarak toz şekere ya da pekmeze bandırılarak yenir (URL 29).

**Serme Ekmeği:** Açılan yufka alevli ateşte pişirilir (URL 29).

**Sac Cizlemesi:** Un, yumurta, kabartma tozu, tuz bir kabin içinde peltemsi olacak şekilde su ile sıvılaştırılır. Kepçe ile kızgın yağlanmış sacın üzerine dökülür. Kendiliğinden dağılan hamurun kenarları dantel gibi süslü bir şekil alır (URL 29).

### DEVREKÂNİ

**Cıvık Tatlısı:** Un, su ve maya ile cıvık bir hamur yoğrulur. Yoğrulan hamur kaşık yardımı ile yağa atılarak kızartılır. Kızartılan hamurlar soğuk şerbete atılıp şerbeti emmesi sağlanır. Kimi zaman sıcak kimi zaman da soğuk olarak servis edilen bir tatlıdır.

**Banduma:** İkiye ayrılan yufkalar 6-7 cm. uzunluğunda kesilir ve hindi suyu ile ıslatılarak tepsiye ortası boş olacak şekilde dizilir. Boşluk alana ince ince ufalanmış hindi eti ve kızdırılmış tereyağ eritilerek ilave edilir. Üstü bir müddet kızarıncaya kadar fırında bekletilip ardından servis edilen bir yemektir (Devrekâni Belediyesi Broşürü, 2018).

**Düğün Böreği:** Un, tuz ve su kullanılarak hamur yoğrulur. Yoğrulan hamur oklava kullanmadan, sıvıyağ sürülerek el ile çekilerek ve baş üzerinde çevrilerek inceltir. Sonra kare şeklini alacak şekilde katlanır, her katına yağ sürülür. Tepsilere yerleştirilerek pişirilir (URL 30, URL 31).

**Tarhana:** Soğan, domates ve biber piyaz doğranır. Tuz, tarhana otu (darak dalı), çörtlük otu ve yoğurt tek kapta toplanıp karıştırılır ve ekşimeye bırakılır. Yaklaşık 2-3 gün sonra bu karışım daha büyük bir kaba katılır ve yavaş yavaş un eklenir. Elde edilen unlu karışım 3-4 gün sonra mayalandıktan sonra cam kavanozlarda saklanır. Sıcak olarak servis edilen bir çorbadır (URL 32).

**Etli Ekmek:** Dana kıyma ve soğan çeşitli baharatlar ilave edilerek kavrulup iç harcı hazırlanır. Un ve sıvıyağ ile yoğrulan hamur sac ya da tava içerisine sığacak büyüklükte açılır. İç harç, açılan hamur içine yarıya kadar ilave edilir, diğer yarısı ile de üzeri kapatılır. Bu yemek sıcak olarak servis edilir (Devrekani Belediyesi Broşürü, 2018).

**Köle Hamuru:** Bir tencerede tuz ve sıvıyağ eklenmiş su kaynatılır. Kaynayan suya yavaş yavaş un ilave edilip sürekli karıştırılır. Tüm un eklendikten sonra 5-10 dakika unun kokusu çıkana kadar pişirmeye devam edilir. Suyu batırılmış kaşık ile küçük parçalar halinde servis tabağına yerleştirilir. Pekmez ya da şeker ve ceviz içi karışımı ile servis edilen bir tatlıdır (URL 33).

**Mantı:** Un, tuz, yumurta ve su ile hamur yoğrulur. 1cm. kalınlığında açılır. Soğan, bulgur, kıyma, salça ve çeşitli baharatlar ile iç harcı yapılır. Açılan hamur normal mantıya göre daha büyük kesilir ve içerisine iç harç eklenerek muska şeklinde kapatılır. Tabanı yağlanmış tepsiye dizilir, fırınlanır. Fırından çıkan mantı üzerine tavuk suyu dökülür. Tavuk suyunu çektikten sonra servis edilir (URL 34).

**Cizleme:** Kızgın saca (dışbükey sac) bulamaç dökülürken kaşıkla yayılır. Sac üzerinde ince yufka gibi bir katman oluşur. Çevrilerek yağlanır. Yerel ekmek çeşitlerinden biridir (URL 10).

**Ekşili Pilav:** Önceden pişirilen bulgura yayık ayrıntı, nane, maydonoz, ebegümece, dereotu, tuz ve biber eklenerek bir taşım kaynatılarak yapılan sulu bir pilavdır (URL 10).

**Tirit:** Kastamonu'ya özgü olan kel simitlerin küçük küçük doğranması ve ardından etsuyu ile ıslatılması ile hazırlanan, üzerine sarımsaklı yoğurt ile kavrulmuş kıymalı soğanlı harcın eklenmesi ile yapılan bir yemek çeşididir (Kastamonu Travel, 162).

**Haluşka (Haluçka):** Kulaklı makarnanın aynısıdır (Katılımcı 3).

**Gözleme:** Mayalanan hamurdan alınan pözüler yoğrularak unla kıvam verilir. Düzleştirilerek tahta üzerinde inceltir. 0.5-1 cm. kalınlığında 25 cm. çaplı hamur sacda pişirilirken yağda da kızartılabilir. Pekmez, şeker şerbeti, elma-ayva hoşafı ile ikram edilir (URL 10).

**Samsı:** Haşlanan patates üstüne yağda kavrulmuş soğan, sarımsak ve sucuk karışımı eklenir. Üzerine istenilen oranda baharat katılır. Açılıp ikiye katlanan yufkalar eşit şeritler halinde kesilir. Her bir parçaya belirli oranda patates iç karışımı eklenerek muska biçiminde sarılır. Son olarak tavada az yağda kızartılır ve servis edilir (URL 35).

## KÜRE

**Küre Mantısı:** Un, yumurta, tuz, yağ, sirke ve su ile yoğrulan hamur yufka büyüklüğünde açılır ve küçük kareler halinde kesilir. İç harç olarak bir tencerede kıyma, soğan, pirinç, tuz ve karabiber kavrulur. Kare kesilen hamurlar içine hazırlanan iç harç eklenir, üçgen şeklinde kapatılır. Bir tepsiye dizilir ve ocak üzerinde çevire çevire çok hafif kızartılır. Mantıların üzerini geçecek kadar et suyu eklenir, kısık ateşte pişirilir. Sıcak servis yapılan bir yemektir (URL 36).

**Yer Yapağı (Kabalak) Dolması:** Kabalak yaprakları kaynayan suya 30 saniye batırılıp çıkarılır. Hemen soğuk su dolu bir kap içerisine alınır. Un, mısır unu, zeytinyağı, soğan, su ve tuzdan cıvık bir hamur elde edilerek iç harcı hazırlanır. Haşlanan kabalak yaprakları avuç içerisine alınır, iç harcı eklenir ve sarılır. Ayrı bir tavada zeytinyağı, soğan, sarımsak ve pulbiber kavrulur. Kavrulmuş soğan ve sarımsak sarmanın üzerini saracak şekilde dökülür. Tencerenin yarısına kadar su doldurulur, pişmeye bırakılır. Sarma içerisindeki hamur piştikten sonra sıcak servis edilir (URL 37).

**Ecevit Çorbası:** Kastamonu, İnebolu güzergahında Küre ilçesi yakınında bulunan Ecevit Han'ında yapılan meşhur çorbadır. Pirinç tavuk suyuyla beraber suda haşlanır. Ayrı bir kapta çırpılmış yumurta ve yoğurt karıştırılır. Haşlanan pirinç üzerine karışım ilave edilir. Tereyağ ve nane tavada kızdırılır, çorba üzerine gezdirilip sıcak servis yapılır (URL 38).

**Banduma:** Un, su ve tuz ile yoğrulan hamur yufka haline getirilip pişirilir ve rulo halinde kesilip hindi suyuna batırılarak bir tepsiye dizilir. Bu hamurların üzerine hindi eti parçaları ve tereyağında kavrulmuş ceviziçi eklenerek servis edilen bir yemektir (URL 39).

**Ekşili Pilav (Ebegümece):** Önceden pişirilen bulgura yayık ayrıntı ile nane, maydanoz, ebegümece, dereotu, tuz ve biber eklenerek bir taşım kaynatılarak yapılan sulu bir pilavdır (URL 39).

**Haluşka:** Erişte hamuruna ekşimik (çökelek) katılır, yoğrulur. Açılıp içine ceviz konur, üzerine kızgın yağ dökülür. Buna *haluçga* da denir (URL 39).

**Çam Kozalağı Reçeli:** Yeşil ve körpe kozalaklar dalından toplanıp, temizlendikten sonra, tencereye alınır ve üzerine su konularak kaynatılır. Kaynayan çam kozalaklarının içerisine toz şeker ilave edilerek kaynatmaya devam edilir. Reçel koyu bir kıvam alınca içerisine limon suyunu ilave edilir ve birkaç dakika sonra ocaktan alınır (URL 40).

#### PINARBAŞI

**Kara Çorba:** Tavuk haşlanır, eti minik didiklenip bir kenara konulur. Tavuk suyu kaynatılmaya devam edilir. Kaynayan tavuk suyu üzerine ayrı bir kapta pürüzsüz hale getirilen un ve kızamik ekşisi eklenir. Tuz, karabiber ve tavuk eti eklenerek biraz daha kaynatılır ve sıcak servis edilir. Coğrafi işaret almış bir çorba türüdür (Pınarbaşı Belediyesi El Broşürü, 2019).

**Banduma:** Hindi suyu ve yufkadan yapılan bir yemektir. Yufka 3-4 kat yapılıp ve 7-8 cm. uzunluğunda kesilir. Önceden haşlanan hindi suyuna batırılarak tepsiye dikey şekilde dizilir. Ortada kalan boşluğa hindi eti konur. En üste tereyağı dökülür, dövülmüş ceviz içi ve küçük hindi eti parçaları ile servis edilir (Geleneğe Saygı Geleceğe Miras Kastamonu Yemekleri, t.y.: 50).

#### SEYDİLER

**Etli Ekmek:** Un, su ve tuzdan kulak memesi yumuşaklığında hamur yoğrulur. Kıyma, çekilmiş soğan, isteğe bağlı domates, yeşilbiber, yumurta ve sudan iç harç hazırlanır. Açılan hamurdan yufkaların yarım yüzüne iç harç eklenir ve diğer yarım iç harcın üzerine kapatılır. Sac üzerinde pişirilip, dışı yağlandıktan sonra sıcak servis edilen bir börektir (URL 41).

**Banduma:** Hindi suyu ve evde yapılan yufkadan yapılan bir yemektir. Yufka kalınlığında açılan ve sacda pişirilen hamur 7-8 cm uzunluğunda kesilir. Önceden haşlanan hindi suyuna batırılarak tepsiye dikey şekilde dizilir. Ortada kalan boşluğa hindi eti katılır. En üste tereyağ dökülür, dövülmüş ceviz içi ve küçük hindi eti parçaları ile servis edilir (URL 41).

**Tarhana:** Un, acı biber, tarak dalı, dere otu, domates, soğan, fesleğen ve tuz, yoğurt dolu bir kabın içine doldurulur. Malzemeler yoğurt içinde 10-15 gün kadar bekletilir. Ardından bu karışım un ile iyice yoğrulur. Yoğrulan hamur 10-15 gün mayalanmaya bırakılır. Bu müddet sonunda hamur tarhana çorbası pişirmeye hazır hale gelir (URL 41).

**Cizleme:** Un, ılık su ve maya ile cıvık mayalanan hamur, yağlanmış saca kepçe ile akıtılır. Pişince çevrilir, diğer tarafı pişirilir. İyice pişince sacdan alınarak tereyağı ile yağlanıp servis yapılır (URL 41).

**Ekşili Pilav:** Bir tencerede doğranan soğan az yağ ile kavrulur ve üzerine yeterli miktarda su eklenir. Su kaynadığı zaman bulgur eklenir ve kaynatılır. Pişmeye yakın içerisine ebegümece, yoksa ısırganotu ve yoğurt konularak pişirmeye devam edilir. Piştiği zaman üzerine eritilmiş tereyağ eklenerek sıcak servis edilir. Hafif sulu kalan bir pilavdır (URL 41).

**Tirit:** Tereyağı, soğan, kıyma veya sucuk, domates, biber, patates, tuz, karabiber ve sudan bir sos hazırlanır. Ayrı bir kapta sarımsak, yoğurt ve undan bir bulamaç hazırlanır ve pişen sosun içerisine eklenir. Küçük parçalar halinde doğranan somun ekmeği tepsi üzerine yerleştirilir ve üzerine pişen sıvı malzeme ilave edilerek servis edilir (URL 41).

#### TAŞKÖPRÜ

**Çevirme (Sırık) Kebabı:** Derisi yüzölüp iç organları çıkarılan küçükbaş hayvanların, sırığa takılarak 120-130 cm. genişliğinde ve 70-80 cm. derinliğindeki ocaklarda pişirilmesiyle yapılan kebab çeşididir (URL 42).

**Killik:** Fasulye veya mercimek haşlanmak üzere ateşe koyulur ve haşlandığında üzerine makarna ilave edilir. Suyunu tam çekmeden ocaktan alınır ve ayrı bir kap içerisinde yağda soğan, tuz ve karabiber kavurması ile oluşturulan sos haşlanmış yemeğin üzerine dökülür (URL 42).

**Mıhlama (Soğanlı):** Tereyağında kavruan soğan ve yeşil biber üzerine yumurta kırılması, tuz ve biber ile baharatlandırılmasıyla yapılan yemektir (URL 42).

**Mınakaşı:** Temizlendikten sonra kıyılan mancarlar yağda kavruan soğan ve üzerine su eklenmiş tencereye konulur. Bir taşım kaynatılan mancarın üzerine pirinç eklenip pişirilmesiyle elde edilen yemektir (URL 42).

**Etli Ekmek:** Kıyma, yumurta, soğan, maydanoz, tuz, çok az su ve istenilen baharatların katıldığı bir iç karışım hazırlanır. Hamur yoğrulur ve yeterli büyüklükte yufka kalınlığında açılır. Açılan yufkanın

yarısına kadar iç harcı koyulup diğer yarısı üzerine kapatılır. Sacda pişirilen böreğin dışına tereyağ sürülerek sıcak ikram edilir (URL 42).

*\*Tablo 1 ve Tablo 3'de yer alan tarifler üçüncü yazar tarafından derlenmiştir. İçeriği hakkında kesin bilgi sahibi olunamayan yemek tariflerini kesinleştirmek amacıyla Kastamonulu üç kişi ile görüşülmüştür. Görüşme verileri tariflere yansıtılmış, katılımcılara ilişkin bilgiler kaynakçada sunulmuştur.*

Web sitesinde en çok gastronomik unsura değinen ilçe belediyesi 35 ürün ile Bozkurt belediyesi olurken, en az ürün bilgisi paylaşan belediye Pınarbaşı Belediyesi'dir. Bozkurt Belediyesini 13 ürün ile Devrekâni, 11 ürün ile Daday, yedi ürün ile Küre, altı ürün ile Seydiler, beş ürün ile Taşköprü belediyeleri izlemiştir. Tarifine ulaşılmış ürünler içerikleri göz önüne alınarak detaylandırılmış ve Tablo 4'de sunulmuştur.

**Tablo 4.** Gastronomik Ürün İçerikleri

<b>BOZKURT:</b> 7 çorba, 15 ana yemek, 8 hamur işi, 2 pilav.
<b>DADAY:</b> 2 çorba, 3 ana yemek, 1 pilav, 4 hamur işi, 1 tatlı.
<b>DEVREKÂNI:</b> 1 çorba, 5 ana yemek, 1 pilav, 4 hamur işi, 2 tatlı.
<b>KÜRE:</b> 1 çorba, 4 ana yemek, 1 pilav, 1 işlenmiş gıda.
<b>PINARBAŞI:</b> 1 çorba, 1 ana yemek.
<b>SEYDİLER:</b> 1 çorba, 3 ana yemek, 1 hamur işi, 1 pilav.
<b>TAŞKÖPRÜ:</b> 5 ana yemek.

Tablo 4 incelendiğinde, ilçe belediyelerinin en çok ana yemek ve hamur işi paylaştığı, bu oranda Bozkurt Belediyesinin önemli bir rolü olduğu tespit edilmiştir. Belediyeler tarafından en az vurgulanan ürünlerin işlenmiş gıda ve tatlı olduğu tespit edilmiştir. İşlenmiş ürünlerin Küre Belediyesi tarafından, tatlının ise Daday Belediyesi tarafından paylaşıldığı belirlenmiştir.

## SONUÇ

İlçe ölçeğinde bir destinasyonun, çekicilikleri hususunda en önemli bilgi kaynağının yerel yönetimler olduğu söylenebilir. Bu sebeple turistlerin destinasyona ilişkin istediği bilgiye özellikle belediyeler aracılığıyla ulaşması muhtemeldir. Ancak birçok belediye bu sorumluluğu üstlenmemekte ya da bilgi paylaşımı konusunda etkin bir şekilde yönetilmemektedir. Bu araştırmada Kastamonu ilçe belediyelerinin bilgi kaynaklarında yöre gastronomik unsurlarına ilişkin hangi yolla ve ne tür bilgiler paylaşıldığı tespit edilmiştir. Bilgi kaynakları basılı ve web tabanlı olarak ayrıştırılmıştır. Yedi belediyenin ne basılı kaynaklarında ne de web sitelerinde gastronomik unsurlara ilişkin bilgilere rastlanmamıştır. Bu ilçeler Ağlı, Araç, Cide, Doğanıyurt, Hanönü, İhsangazi ve Şenpazar ilçeleri olup, basılı kaynaklarda aranılan bilgilere rastlanmamasının sebebi, kaynakların fuarlarda ulaşılanlar ile kısıtlanmasıdır. Bu sebeple sonraki araştırmalarda tüm ilçe belediyelerine gidilerek kaynakların yerinde temin edilmesi, daha doğru ve genellenebilir sonuçlara ulaşılmasını sağlayacaktır.

Araştırmaya başlanan tarih ve son kontrol tarihi arasında belediyelerin web sitelerinde değişiklikler yapıldığı gözlenmiştir. Taşköprü Belediyesi başlangıç tarihinde daha az gastronomik unsura yer verirken, son kontrol tarihinde sayfasını yenilemiş, yeni yemek isimleri de ekleyerek en çok gastronomik unsura değinen belediye olmuştur. Ayrıca, araştırmaya başlama tarihinde en çok bilgi paylaşan Bozkurt Belediyesi'nin son kontrol tarihinde web sitesini yenilediği ve gastronomik unsurların tamamının kaldırıldığı görülmüştür. Ancak yemeklere ilişkin bilgiler derlendiği, hatta yemeklerin yapılış şekillerine ilişkin doğru bilgiye ulaşabilmek amacıyla görüşmeler gerçekleştirildiği için bulgular değiştirilmemiştir.

Doğru tariflere ulaşabilmek amacıyla gerçekleştirilen görüşmeler neticesinde, yine tarifine ulaşamayan yemekler olmuştur. Bunlar et suyu gözleme, iç, hamur tokası ve kuş böreğidir. Bu tariflerin daha kapsamlı derinlemesine görüşmeler ile tespitinin sağlanması, yemek kültürünün devamlılığı açısından büyük önem arz etmektedir. Ayrıca, yazılı ve basılı kaynaklar

tarandıktan sonra aynı yemeklerin ilçelerde farklı isimlerle anıldığı sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte bazı ürünlerin, farklı yemek sınıfına dâhil edildiği tespit edilmiştir. Örneğin, etli ekmek birçok belediye bilgi kaynağında ana yemek olarak ifade edilirken, İnebolu, Seydiler ve Taşköprü’de börek olarak nitelendirilmektedir. Bu araştırma ile yemek türü olarak ifade edilen bazı ürünlerin aslında yemek kültürünü temsil ettiği sonucuna ulaşılmıştır. Tosya Belediyesi basılı kaynağında değinilen dernek pilavının bir yemek türü değil, düğün ve sünnet kutlamaları için yapılan geleneksel yemek ikramına verilen isim olduğu tespit edilmiştir.

Taşköprü ve Devrekâni belediyelerinin hem basılı kaynaklarında hem de web sitelerinde gastronomik değerlerine ilişkin bilgiler paylaştığı belirlenmiştir. Ancak bu iki bilgi kaynağındaki gastronomik unsurlarda çeşitli farklılıklar tespit edilmiştir. Taşköprü belediyesi basılı kaynaklarında sadece coğrafi işaretli bir ürün olan sarımsaktan bahsedilirken, web sitesinde beş ana yemek paylaşılmış ve sarımsağa yer verilmemiştir. Devrekâni Belediyesi ise basılı kaynaklarında daha az (altı) gastronomik unsura değinirken, web sitesindeki ürün çeşidi (13) daha fazladır. İki bilgi kaynağında da adı geçen ürünler banduma, etli ekmek, köle hamuru, tarhana çorbası ve cırık tatlısıdır. Basılı kaynaklarda çekme helva, ilçe gastronomik unsuru olarak ifade edilirken, bu ürüne web sitesinde değinilmediği tespit edilmiştir. Basılı kaynaklarda adı geçmeyen ancak web sitesinde ayrıca değinilen gastronomik unsurlar ise düğün böreği, mantı, cizleme, ekşili pilav, tirit, haluşka, gözleme ve samsıdır. Bu durum bahsi geçen belediyelerin basılı ve web tabanlı bilgi kaynakları arasında bir tutarsızlık olduğunu göstermektedir. Etkili destinasyon yönetimi açısından bu farklılığın giderilmesi oldukça önemlidir.

Kastamonu mutfağında geçmişten gelen birikim ile birlikte bugünkü kaynaklara göre 812 çeşit yemeğin olduğu belirtilmektedir. Bunlar içerisinde 51 çeşit ekmek ve 38 çeşit çorba bulunmaktadır. Bu çeşitlilik yemek kültürünün ne kadar zengin olduğunu gözler önüne sermektedir. Ancak bu yemeklerin yaklaşık olarak 500 çeşidinin diğer bölgelerde bilinmediği iddia edilmektedir (URL 44). Bu sebeple Kastamonu ilinin gastronomi destinasyonu haline gelebilmesi için öncelikle sahip olduğu 812 yemek çeşidinin net bir şekilde ortaya konması, hala hatırlanıp hatırlanmadıklarına ya da hangilerinin bilindiğine yönelik birtakım saha araştırmalarının yürütülmesi elzemdir. Bu araştırmalar neticesinde elde edilen bilgiler kamu sektörü paydaşları ile paylaşılarak, turistlere ya da ziyaretçilere doğru ve açıklayıcı bilgiler aktarılmalıdır. Kamu sektörü paydaşı sıfatıyla yerel yönetimlerin ise buldukları bölgenin turistik çekiciliklerine dair bilgi paylaşımı konusunda daha aktif bir rol oynaması gerekmektedir. Özellikle bilgi kaynaklarının etkili kullanıldığı bir destinasyon yönetim felsefesi benimsenmesi il açısından oldukça önemlidir.

## KAYNAKLAR

Çatalzeytin Belediyesi (2008). *CİYE Çatalzeytin Belgeseli*, Ankara: Ankamat Matbaacılık Sanayi Limited Şirketi.

Doğu, İ. (2008). *Halkla İlişkilerde Yeni İletişim Teknolojilerinin Kullanılması: Kadıköy ve Beyoğlu İlçe Belediyelerinin Kurumsal Web Sitesi Analizi* (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi). Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kocaeli.

Güçer, E., Hassan, A. & Pelit, E. (2013). “Destinasyon Pazarlamasında Belediye Web Sayfalarının Önemi: Türkiye’deki Büyükşehir Belediyelerinde Bir İnceleme”, *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(4), 47-62.

Kuzey Anadolu Kalkınma Ajansı (KUZKA) (2017). *Kastamonu Travel*, Kastamonu: KUZKA.

Özüpek, M. N. (2010). “Belediyelerin Halkla İlişkiler Çalışmalarında İnternet Kullanımı: Büyükşehir Belediyeleri Web Siteleri Üzerine Uygulamalı Bir Çalışma”, *Selçuk İletişim*, 6(3), 196-205.

Şenyurt, G. (2016). “Belediyelerin Halkla İlişkiler Uygulamalarında İnternetin ve Sosyal Medyanın Kullanımı: Konya Merkez İlçe Belediyeleri Üzerine Bir İnceleme”, *İnönü Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 1(1), 44-67.

Tanyıldızı, N. İ. & Karatepe, S. (2011). “Belediyelerin Halkla İlişkiler Çalışmalarında Web Siteleri: İki Farklı Ülke Ve İki Farklı Belediye Analizi”, *E- Journal of New World Sciences Academy (NWSA)*, 6(3), 520-538.

Tarhan, A. (2007). “Halkla İlişkilerde Tanıma ve Tanıtma Aracı Olarak İnternet: Belediyelerin Web Sayfaları Üzerine Bir Analiz”, *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi*, 4(4), 75-95.

Tosya Haber37 Gazetesi ve Matbaası (2016). *A'dan Z'ye Tosya*, İstanbul: İhlas Gazetecilik

Yağmurlu, A. (2011). “Siyasal Katılım ve Halkla İlişkiler: Ankara Merkez İlçe Belediyeleri İnternet Siteleri Üzerine Bir İnceleme”, *Türk İdare Dergisi*, 471-472, 197-216.

Yürüdü, E. (2008). “Mülki İdare ve Belediye Web Sitelerinde Yayınlanan Coğrafi Bilgilerin İncelenmesi (Tokat Örneği)”, *Erzincan Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(1), 91-103.

Horng J., Horng S. ve Tsaic C.T. (2010), Government websites for promoting East Asian culinary tourism: A cross-national analysis, *Tourism Management*, 31(1), 74-85.

### **İnternet Kaynakları:**

URL 1: <https://www.nefisyemektarifleri.com/teremyagli-kastamonu-kasik-helvasi-5342759/>

URL 2: <https://www.nefisyemektarifleri.com/cabada-guvec/>

URL 3: <https://www.mutfagimdakitadlar.com/cene-carpan-bir-kastamonu-klasigi/>

URL 4: <https://www.nefisyemektarifleri.com/katmer-bazlamac/>

URL 5: <https://www.nefisyemektarifleri.com/kaldirak-kavurmasi-hodan/>

URL 6: <https://www.mynet.com/kastamonu-usulu-eksi-tarhana-corbasi-1159886-myyemek>

URL 7: <https://www.mutfagimdakitadlar.com/kole-hamuru-bir-kastamonu-klasigi-2/>

URL 8: <https://mutfakpenceremden.com/2011/09/19/kastamonu-usulu-yas-tarhana-yapiyoruz/>

URL 9: <https://www.youtube.com/watch?v=c5Nm6t6Opl4>

URL 10: <http://www.kastamonur.com/kastamonu-mutfandan22/>

URL 11: <http://www.kastamonugazetesi.com.tr/mesenin-aromasinda-inebolu-doneri/>

URL 12: <https://www.youtube.com/watch?v=LXucCW1KoS8>

URL 13: <https://www.mutfagimdakitadlar.com/cene-carpan-bir-kastamonu-klasigi/>

URL 14: <https://www.nefisyemektarifleri.com/teremyagli-kastamonu-kasik-helvasi-5342759/>

URL 15: <https://www.evcini.com/2008/01/post-1.html>

URL 16: <https://www.youtube.com/watch?v=P0xO70GhKpU>

URL 17: <https://www.youtube.com/watch?v=KwecYsxRJzU>

URL 18: <https://yemek.com/tarif/islama/>

URL 19: <https://eksisozluk.com/kulakli-makarna--1359469>

URL 20: <https://www.youtube.com/watch?v=XUq8-YP4VNg>

URL 21: <https://www.youtube.com/watch?v=gk-JIhwkLS0>

- URL 22: <http://muhteremleafiyetle.blogspot.com/2017/12/pihti.html>
- URL 23: <https://www.nefisyemektarifleri.com/mantarli-pilav/>
- URL 24: <https://www.youtube.com/watch?v=Q-RJRm5TZNQ>
- URL 25: [https://www.youtube.com/watch?v=VuJEvEUZ\\_e4](https://www.youtube.com/watch?v=VuJEvEUZ_e4)
- URL 26: <https://www.mutfagimdakitadlar.com/patates-koftesi-bir-kastamonu-klasigi/>
- URL 27: <http://muhteremleafiyetle.blogspot.com/2011/08/diken-ucu-kavurmasi.html>
- URL 28: <https://www.nefisyemektarifleri.com/kaldirak-kavurmasi-hodan/>
- URL 29: <https://www.daday.bel.tr/yoresel-lezzetler>
- URL 30: <https://www.hedefhalk.com/haber/dugun-boregi-gelenek-haline-geldi-1188130>
- URL 31: <https://eksisozluk.com/kastamonu-dugun-boregi—3609613>
- URL32: <https://mutfakpenceremden.com/2011/09/19/kastamonu-usulu-yas-tarhana-yapiyoruz/>
- URL 33: <https://www.mutfagimdakitadlar.com/kole-hamuru-bir-kastamonu-klasigi-2/>
- URL 34: <https://www.youtube.com/watch?v=3pu0akeGZgY>
- URL 35: <https://www.lezzetlipratiktarifler.com/yoresel-yemekler/samsi-tarifi-kastamonu/>
- URL 36: <https://lezzetler.com/kure-mantisi-kastamonu-vt92196>
- URL 37: <http://www.safimutfak.com/2017/05/kabalak-dolmasi.html>
- URL 38: <https://www.lezzet.com.tr/yemek-tarifleri/corbalar/corba-tarifleri/ecevit-corbasi-kastamonu>
- URL 39: <https://kure.bel.tr/yemek.aspx>
- URL 40: <https://www.sabah.com.tr/yemek-tarifleri/tatli-tarifleri/2017/02/25/cam-kozalagi-receli-tarifi-cam-kozalagi-nasil-yapilir>
- URL 41: <http://www.seydiler.bel.tr/index.php/seydiler/yemeklerimiz.html>
- URL 42: <http://taskopru.bel.tr/v1/yoresel-yemekler/>
- URL 43: <https://www.youtube.com/watch?v=R1GTbiiSbJQ>
- URL 44: <http://www.kastamonukultur.gov.tr/TR-168435/ne-yenir.html> Erişim Tarihi: 17.08.2018

URL 1-URL 43 arası Erişim Tarihi: 14.10.2019

### **Brosür-Kitapçık**

Abana Belediyesi (2018). Abana Belediyesi

Abana Belediyesi (2018). Abana, Mobiltek.

Azdavay Belediyesi (2018). *Doğayı ve Kültürü Sevenlerin Görmesi Gereken Şehir: Azdavay*

Devrekâni Belediyesi (2018). *Devrekâni*, Kastamonu: Şafak Reklam.

İnebolu Belediye Başkanlığı (2017). İnebolu: Kayıkla Kağının Mucizeler Yarattığı Aşı Boyalı Konaklar Diyarı, İstiklal Madalyalı Tek İlçe, İnebolu: İnebolu Matbaacılık Basın Yayın ve Reklamcılık.

Pınarbaşı Belediyesi (2019). *Pınarbaşı Kara Çorbası*, Kastamonu: Yağız Ozalit Dijital Baskı Merkezi.

Reis Gıda (t.y.). *Geleneğe Saygı Geleceğe Miras Kastamonu Yemekleri*, Reis Gıda.

Taşköprü Belediyesi (2018). *Taşköprü: Sevgi, Barış ve Kardeşlik İçin Elele..*, Ankara: Navi Medya.

Görüşme Kişileri:

Katılımcı 1: İsmail Terzi (63 yaşında emekli, Kastamonu/Daday)

Katılımcı 2: Fikriye Terzi (62 yaşında ev hanımı, Kastamonu/Merkez)

Katılımcı 3: Selma Betül Sivri (20 yaşında öğrenci, Kastamonu/Devrekâni)