

BÖLÜM



EKMEK ÇEŞİTLERİ

Ramazan ÇAĞLAR¹

GİRİŞ

Tarihi on iki bin yıl öncesine dayanan ekme, insanlar için beslenme, sosyal ve kültürel açıdan büyük bir öneme sahiptir. Ekme temel bir karbonhidrat kaynağıdır ve vücudun enerji ihtiyacını karşılamak için gereklidir. Ayrıca, protein, lif ve vitaminler gibi diğer besin maddeleri de içerir. Bu nedenle, ekme, sağlıklı bir diyetin önemli bir parçasıdır (Erdem ve Gökmen, 2022).

Sosyal açıdan değerlendirildiğinde, ekme, toplumda birleştirici bir rol oynar. Farklı kültürden insanların bir araya gelmesini sağlayan bir gıda ürünüdür. Ayrıca, ekme yapımı, geleneksel el sanatları arasında da yer almaktadır ve toplulukları bir araya getiren bir etkinliktir (Yayla ve Şirin, 2022).

Kültürel açıdan ise ekme, farklı kültürlerde önemli bir yere sahiptir. Ekme çeşitleri ve tarifleri, kültürel mirasın bir parçasıdır ve nesilden nesile aktarılmaktadır. Örneğin, Türk kültüründe, ekme yapımı, kadınların bir araya gelerek birbirlerine yardım ettiği bir etkinlik olarak bilinmektedir (Korkut, 2021).

Ekme çeşitliliği, kültürlerin farklı malzemeleri, pişirme yöntemlerini, baharatları kullanması gibi

birçok faktöre bağlıdır (Yıldız, Çakıcı ve Uslu, 2021). Örneğin, Türk mutfağında yufka ekmeği, ince ekme ve pide gibi ekme çeşitleri yaygındır. Çünkü Türk mutfağı, hamur işleri ve ekme yapımı konusunda zengin bir geleneğe sahiptir (Alyakut ve Küçükkömürler, 2018). Aynı şekilde, İtalyan mutfağı da focaccia ve ciabatta gibi ekme çeşitleriyle ünlüdür. Bu nedenle, ekme çeşitliliği, farklı kültürlerin yemek kültürleri ve gelenekleriyle yakından ilişkilidir.

Bu bölümde ekme hamuru yoğurma tekniklerini, maya türleri, pişirme teknikleri ve un çeşitleri ile nasıl çalışılacağı konusunda bilgiler verilmektedir. Bunun yanında ekme çeşitleri ile ilgili örnek reçeteler yer almaktadır. Bu reçetelerden bazıları ise kare kod ile videolu anlatımına sahiptir.

9.1. Ekme Yapımında Kullanılan Terimler

Ekme yapımına geçmeden önce hamur yoğurma ve yapım sürecinde bilinmesi gereken bazı ürünler, işlemler ve süreçler mevcuttur. Bunlar aşağıda sırası ile açıklanmaktadır.

¹ Öğr. Gör., Akdeniz Üniversitesi, Göynük Mutfak Sanatları Meslek Yüksek Okulu, rcaglar@akdeniz.edu.tr



KAYNAKLAR

- Görsel URL1: https://stock.adobe.com/tr/images/tortilla-wrap-bread-isolated-on-a-white-background/283869451?prev_url=detail
- Görsel URL2: https://stock.adobe.com/tr/images/fresh-pile-of-matzah/41384841?prev_url=detail
- Görsel URL3: https://stock.adobe.com/tr/images/traditional-jewish-sweet-challah-bread-on-a-wood-plate-on-wooden-table-background-with-copy-space/241007425?prev_url=detail
- Görsel URL4: https://stock.adobe.com/tr/images/franzosisches-baguette-isoliert-auf-weissem-hintergrund/272662117?prev_url=detail
- Görsel URL5: https://stock.adobe.com/tr/images/germany-bread-on-cutting-board/269245704?prev_url=detail
- Görsel URL6: https://stock.adobe.com/tr/images/a-croissant-cut-in-half-on-top-of-a-full-croissant-on-black-background/283810083?prev_url=detail
- Alyakut, Ö., & Küçükkömürler, S. (2018). Geleneksel Bir Ekmek Çeşidi: Yufka Ekmeği (A Traditional Bread Type: Yufka). *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 379, 395.
- Aplevicz, K. S., Mazo, J. Z., dos Santos Neto, N. K., Nalevaiko, F. S., & Sant, E. S. (2014). < b> Evaluation of sourdoughs for the production of bread using spontaneous fermentation technique. *Acta Scientiarum. Technology*, 36(4), 713-719.
- Awulachew, M. T. A (2021). Review of Non-gluten Components in Gluten-free Bread Characteristics, Dough Baking Quality and Viscoelastic Qualities. *International Journal of Food Science and Biotechnology*, 6(4), 115-120
- Calvel, R. (2001). *The Taste of Bread: A Translation of Le Goût du Pain, Comment le Préserver, Comment le Retrouver*. Aspen Light Publishing.
- Calvert, M. D., Madden, A. A., Nichols, L. M., Haddad, N. M., Lahne, J., Dunn, R. R., & McKenney, E. A. (2021). A review of sourdough starters: Ecology, practices, and sensory quality with applications for baking and recommendations for future research. *PeerJ*, 9, e11389.
- Cauvain, S. P., & Young, L. S. (2009). *Technology of breadmaking*. Springer Science & Business Media.
- Demir, Y. (2021). Geleneksel ekşi mayanın sağlık ve ekmeğin üzerindeki etkileri. *Aydın Gastronomi*, 5(1), 63-70.
- Erdem, N., & Gökmen, S. (2022). Zonguldak İli Çaycuma İlçesinin Geleneksel Cızlama Ekmeği Üzerine Bir Araştırma. *Avrupa Bilim ve Teknoloji Dergisi*, 38(8), 218-228.
- Forkish, K. (2012). *Flour Water Salt Yeast: The Fundamentals of Artisan Bread and Pizza [A Cookbook]*. Ten Speed Press.
- Gallagher, E., Gormley, T. R., & Arendt, E. K. (2004). Crust and crumb characteristics of gluten free breads. *Journal of food engineering*, 61(2), 217-224.
- Gisslen, W. (2013). *All Access Pack for Professional Baking 6th Edition Set*. John Wiley & Sons.
- Glezer, M. (2006). *Artisan Baking Across America: The Breads, The Bakers, The Best Recipes*. Artisan.
- Hamelman, J. (2013). *Bread: a baker's book of techniques and recipes*. John Wiley & Sons.
- Hoseney, R. C. (1994). *Principles of cereal science and technology*. American Association of Cereal Chemists.
- Karabak, S., Taşçı, R., Ceyhan, V., Özbek, K., & Arslan, H. Y. (2019). İhsangazi tarlalarından soframıza kültür mirası siyez buğdayı. *Toprak Su Dergisi*, 86-93.
- Korkut, G. (2021). Divânu Lugâ'ti-Türk'te Ekmek Adları. *Dil Araştırmaları*, 15(29), 179-195.
- Kotancılar, H. G., Güdük, H., & Seyyedcheraghi, K. (2018). The effect of the using corn flour level and additive type on quality of corn bread. *Dicle Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 7(3), 102-115.
- Plessas, S., Mantzourani, I., & Bekatorou, A. (2020). Evaluation of *Pediococcus pentosaceus* SP2 as starter culture on sourdough bread making. *Foods*, 9(1), 77.
- Reinhart, P. (2016). *The Bread Baker's Apprentice: Mastering the Art of Extraordinary Bread [A Baking Book]*. Ten Speed Press.
- Ren, S., & Ma, R. (2016). Effects of xylanase on quality of frozen dough steamed bread. *Food Science and Technology Research*, 22(4), 409-417.
- Robertson, C. (2010). *Tartine Bread*. Chronicle Books.
- Roden, C. (1997). *The book of Jewish food, an odyssey from Samarkand to New York*. Economist, 345.
- Satouf, M., & Köten, M. (2023). Un Randiman Oranı ve Yoğurma Koşullarının Arap Ekmeğinin Özelliklerine Etkisi. *Mühendislik Bilimleri ve Tasarım Dergisi*, 11(1), 349-359.
- Sidari, R., Martorana, A., Zappia, C., Mincione, A., & Giuffrè, A. M. (2020). Persistence and effect of a multistrain starter culture on antioxidant and rheological properties of novel wheat sourdoughs and bread. *Foods*, 9(9), 1258.
- Singh, S., Sethi, S., Gupta, S., Kaur, C., & Wood, E. (2019). Fermentation Of Multigrain Dough—An Approach To Reduce Glycemic Index For Healthy Bread. *EUREKA: Life Sciences*, (5), 19-31.
- Srivastava, S., Genitha, T. R., & Yadav, V. (2012). Preparation and quality evaluation of flour and biscuit from sweet potato. *J Food Process Technol*, 3(12), 1-5.
- Suas, M. (2008). *Advanced Bread and Pastry*. Cengage Learning.
- Sutton, J. C. (1998). *The New French Baker: Perfect Pastries and Beautiful Breads from Your Kitchen*. Library Journal, 123(20), 146-147.
- The Culinary Institute of America. (2013). *Baking & pastry : mastering the art and craft / The Culinary Institute of America 3th Edition st*. John Wiley & Sons, Inc.
- Tilley, K. A., Benjamin, R. E., Bagorogoza, K. E., Okot-Kotber, B. M., Prakash, O., & Kwen, H. (2001). Tyrosine cross-links: molecular basis of gluten structure and function. *Journal of Agricultural and Food Chemistry*, 49(5), 2627-2632.
- Vilmane, L., & Straumite, E. (2014). The Use of Soy Flour in Yellow Maize—Amaranth Gluten-free Bread Production. *Proc. Latv. Univ. Agr*, 31(326).
- Xu, D., Zhang, Y., Tang, K., Hu, Y., Xu, X., & Gänzle, M. G. (2019). Effect of mixed cultures of yeast and lactobacilli on the quality of wheat sourdough bread. *Frontiers in Microbiology*, 10, 2113.
- Yayla, Ö., & Şirin, E. (2022). Kentleşmenin İnce Ekmek Yapımı ve Paylaşımı Geleneği Üzerindeki Etkisinin Belirlenmesi: Kadırlı Örneği. *Journal of Academic Value Studies*, 8(4).
- Yıldız, B., Çakıcı, A., Uslu, D. Y., & Uslu, H. (2021). Ekmek üretiminde ekşi maya üzerine taze meyvelerin kullanımının etkisi. *Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Mühendislik Bilimleri Dergisi*, 10(1), 150-159.
- Zhou, J., Liu, J., & Tang, X. (2018). Effects of whey and soy protein addition on bread rheological property of wheat flour. *Journal of texture studies*, 49(1), 38-46.