



## The wild plants consumed as a food in Mihaliççık district (Eskişehir/Turkey) and consumption forms of these plants

Ersin YÜCEL<sup>1</sup>, Feryal GÜNEY<sup>1</sup>, İlkin YÜCEL ŞENGÜN<sup>\*2</sup>

<sup>1</sup>Anadolu University, Faculty of Sciences, Department of Biology, Eskişehir, Turkey

<sup>2</sup>Ege University, Engineering Faculty, Food Engineering Department, İzmir, Turkey

### Abstract

In this study, the wild plants which are not cultivated but consumed as food in Mihaliççık district, were investigated, and their consumptions were determined. According to the results of the questionnaire applied to randomly selected families, it is obtained that 66 % of the people living in this region have been consuming wild plants as a food. It is found that this plants, which include 25 plant taxons belonging to 18 families, are consumed directly without being processed or used especially in meals, salads and pastries as an ingredient, and also consumed as a drink after boiling in water. In this study, the plants are identified as follows: *Amaranthus retroflexus* (Kızılbaçak), *Anthemis sp.* (Papatya), *Arum elongatum* subsp. *detrunctum* (Yabani Mancar, Yılan Yastığı), *Capsella bursa pastoris* (Kuş Ekmeği), *Chenopodium album* subsp. *album* var. *album* (Sirken), *Cichorium intybus* (Karakavuk), *Cirsium sp.* (Kavgan Dikeni), *Crocus chrysanthus* (Çiğdem), *Cynodon dactylon* var. *villosus* (Ayrık), *Lamium amplexicaule* (Ballıbaba), *Malva neglecta* (Ebegümece), *Mentha longifolia* subsp. *typhoides* var. *typhoides* (Yabani Nane), *Onosma isauricum* (Balotu), *Papaver rhoeas* (Gelincik), *Plantago major* subsp. *intermedia* (Kırkdamar), *Plantago lanceolata* (Kırkdamar), *Polygonum cognatum* (Kuzukulağı-Madımak), *Rumex crispus* (Efelek, Labada), *Rumex tuberosus* subsp. *tuberosus* (Efelek), *Silene conica* (Toklubaşı), *Sinapis arvensis* (Hardal), *Thymus praecox* subsp. *skorpilii* var. *skorpilii* (Kekik), *Tragopogon latifolius* var. *angustifolius* (Yemlik), *Trifolium pratense* var. *pratense* (Karabaş), *Urtica dioica* (Isırgan). Medical effects of these plants were also reported in the study..

**Key words:** Edible plants, Wild plants, Nutrition, Food, Eskişehir (Mihaliççık)

----- \* -----

### Mihaliççık ilçesinde (Eskişehir/Türkiye) gıda olarak tüketilen yabancı bitkiler ve bu bitkilerin tüketim şekilleri

#### Özet

Bu çalışmada Eskişehir'in Mihaliççık ilçesinde kültürü yapılmayan ancak gıda olarak tüketilen yabancı bitkiler incelenmiş, ve bu bitkilerin tüketim durumları belirlenmiştir. Tesadüfi olarak seçilen aileler üzerinde uygulanan anketlere göre, bölge halkının % 66'sının yabancı bitkileri gıda olarak tükettikleri saptanmıştır. Bölgede tüketilen 18 familyaya ait 25 bitki taksonunun, herhangi bir işlem uygulanmadan doğrudan tüketilmelerinin yanı sıra başta yemeklerde olmak üzere, salata ve börek iç malzemesi olarak kullanıldığı ve ayrıca kaynatıp suyu içilerek de tüketildiği tespit edilmiştir. Bu çalışmada tanımlanan bitkiler sırası ile *Amaranthus retroflexus* (Kızılbaçak), *Anthemis sp.* (Papatya), *Arum elongatum* subsp. *detrunctum* (Yabani Mancar, Yılan Yastığı), *Capsella bursa pastoris* (Kuş Ekmeği), *Chenopodium album* subsp. *album* var. *album* (Sirken), *Cichorium intybus* (Karakavuk), *Cirsium sp.* (Kavgan Dikeni), *Crocus chrysanthus* (Çiğdem), *Cynodon dactylon* var. *villosus* (Ayrık), *Lamium amplexicaule* (Ballıbaba), *Malva neglecta* (Ebegümece), *Mentha longifolia* subsp. *typhoides* var. *typhoides* (Yabani Nane), *Onosma isauricum* (Balotu), *Papaver rhoeas* (Gelincik), *Plantago major* subsp. *intermedia* (Kırkdamar), *Plantago lanceolata* (Kırkdamar), *Polygonum cognatum* (Kuzukulağı-Madımak), *Rumex crispus* (Efelek, Labada), *Rumex tuberosus* subsp. *tuberosus*

\* Corresponding author / Haberleşmeden sorumlu yazar: Tel.: +902323113028; E-mail: ilkin.sengun@ege.edu.tr

(Efelek), *Silene conica* (Toklubası), *Sinapis arvensis* (Hardal), *Thymus praecox* subsp. *skorpilii* var. *skorpilii* (Kekik), *Tragopogon latifolius* var. *angustifolius* (Yemlik), *Trifolium pratense* var. *pratense* (Karabaş), *Urtica dioica* (Isırgan)'dir. Çalışmada ayrıca bu bitkilerin tıbbi etkileri hakkında da bilgi verilmiştir.

**Anahtar kelimeler:** Yenen bitkiler, Yabani bitkiler, Beslenme, Gıda, Eskişehir (Mihalıççık)

## 1. Giriş

### 1.1. Araştırma alanının coğrafik durumu ve topografyası

Eskişehir ili 29° 58' ve 32° 04' doğu boylamları, 39° 06' ve 40° 09' kuzey enlemleri arasındadır. Araştırma alanı olarak seçilen Mihalıççık, Eskişehir'in bir ilçesi olup merkezin kuzeydoğusunda yer alır. Davis'in kareleme sistemine göre A3 ve B3 karelerinin birleşim bölgesindedir.

Mihalıççık, Yukarı Sakarya kesiminde Sündiken Dağlarının güneydoğusunda kurulmuştur. İlçenin yüzölçümü 1650 km<sup>2</sup>, rakımı ise 1325 m'dir. Mihalıççık'ın toplam nüfusu 18.696, şehir nüfusu 4706, köy nüfusu ise 13.990'dır (Eskişehir Tarım Master Planı, Aralık 2002). İlçe merkezinin Eskişehir'e uzaklığı 90 km'dir. İlçenin doğusunda Beypazarı ve Polatlı (Ankara), batısında Alpu ve Beylikova, kuzeyinde Nallıhan (Ankara), güneyinde Sivrihisar ve güneybatısında Mahmutiye ilçeleri bulunmaktadır. Mihalıççık'ın doğusunda ve kuzeyinde Sakarya Vadisi, güney eteklerinde ise Porsuk Vadisi uzanmaktadır.

İlçenin güney, güneydoğu ve güneybatı kesimleri tamamen ovalıktır. Bu ovaları Porsuk Çayı sular. Orta kesimlerde bulunan Sündiken dağlarının yüksekliği 1500–1800 m'dir. Bu dağlar verimli ormanlarla kaplı olup doğudan batıya doğru uzanmaktadır. Özellikle ilçenin Çatacık Mevkiinde yaşları 200–400 arasında değişen sarıçam türlerinden oluşan 10,5 ha'lık bir tabiat anıtı bulunmaktadır (Eskişehir Tarım Master Planı, Aralık 2002). Güneyde ise Porsuk Vadisine dik olarak uzanan karaçam dağları bulunur. Sündiken Dağlarının en yüksek tepeleri Hamidiye, Kartal, Beşpınar ve Kızıltepe'dir. En yüksek tepe olan Kızıltepe'nin yüksekliği 1818 m'dir. Sündiken Dağlarının batı uzantısında Yeşilyurt, Yumaklı, Otluk, Mavzut, Büyük ve Küçük Sasa Yaylası, kuzeydoğusunda Belen Yaylası, doğusunda Gencek, Kazanpınarı, Eğriova Yaylaları yer almaktadır.

Porsuk çayı ilçenin Yunusemre ve Sazak köylerinden geçmekte, topraklara verimlilik katarak Sakarya nehrine dökülmektedir. İlçeye uzaklığı 4 km olan Ömerköy Göleti, ormandan çıkan suların toplanmasıyla oluşan sulama amaçlı bir gölettir. Gürleyik köyünün güney yamaçlarından çıkan Gürleyik Çayı, köy arazilerini sulayarak Gökçekaya Baraj Gölüne dökülmektedir. İlçenin kuzeydoğusunda yer alan Sarıyar Baraj Göleti, ülkemizin elektrik üreten ilk barajlarından biridir. Akçaören, Çalkaya, Süleler köylerinin geçim kaynağını oluşturan Gökçekaya Baraj Göleti ise ilçenin kuzeybatısında yer almaktadır.

İlçe madenler bakımından oldukça zengindir. Kavak köyü Yazlık deresi mevkiinde bulunan krom madeni, Türkiye'nin en derin, Dünyanın da sayılı krom işletmelerindedir. Koyunağlı ve Beyköy köylerinde linyit kömürlerinin üretimi yapılmaktadır. Çukurören ve İkizafer köyleri sınırları içinde yer alan kil ocakları bugün önemini yitirdiği için faaliyet göstermemektedir. Yunusemre beldesi civarında metamorfize tipi mermer çıkarılmaktadır. Diközü, Yarıkcı, Hamidiye, Bahtiyar, Karaçam köylerinde kobalt-nikel; Üçbaşı köyünde, kaolin; Karaçam köyünde demir-nikel; Sazak köyünde talk ve amyant; Kayı köyünde magnezit; Mihalıççık merkezinde ise krom, asbest, manganez, demir ve amyant madenleri önemli maden ocaklarındandır.

Mihalıççık ilçe sınırları içerisinde 11 km uzaklıktaki Yarıkcı kaplıcası termal tesisleri açısından dikkat çekicidir. Buradaki suyun romatizma, siyatik ve böbrek hastalıklarına iyi geldiği bilinmektedir. Üçbaşı Köyünde çıkan ve suyunun şifalı olduğu bilinen "Uyuz Hamam" yerel olarak cilt hastalıklarının tedavisinde olumlu sonuçlar vermesine karşın, yaygın bir şekilde kullanıma açılmamıştır.

Mihalıççık ilçesinin yüksek kesimlerinde geçici kiraz çeşitleri yönünden önemli bir potansiyel bulunmaktadır. Son yıllarda bu bölgede kapama kiraz bahçeleri kurularak ihracata yönelik üretim yapılmaktadır (Eskişehir Tarım Master Planı, Aralık 2002). İlçenin Sakarya nehri boyunca sebze üretim potansiyeli oldukça yüksektir. Mihalıççık ilçesinin mikro klima özelliği gösteren bölümlerinde örtü altı sebzeçiliği geliştirme çalışmaları yapılmakta ve bölgede bu konuda da önemli bir potansiyel bulunmaktadır (Anon., 2002).

### 1.2. Yenebilen yabani bitkilerin önemi

Yabani bitkiler eski dönemlerden beri insanlar tarafından yaşayış tarzlarına bağlı olarak farklı amaçlarla değerlendirilmiştir Anadolu'da yaşamakta olan "Anadolu insanı" da, Yontma Taş Devrinden beri sürekli olarak çevresindeki bitkilerden yararlanmıştır. Bu bitkilerin yararlı ve zararlı özellikleri, insanlar tarafından kullanılmaya başlanmasıyla tecrübe edilerek öğrenilmiştir. Cilalı Taş Devrinde bitki ve hayvan yetiştiriliciliğine geçilmesi ile birlikte yabani bitkilerin beslenmedeki önemi azalmış, ancak kıtlık dönemlerinde halk yine de yabani bitkilerden yararlanmıştır. (Baytop, 1984).

Dünya üzerinde 750.000-1.000.000 arasında bitki türünün bulunduğu tahmin edilmekte olup bunlardan 500.000 kadarı tanımlanıp isimlendirilmiştir (Baytop, 1984). Ancak mevcut bitki çeşitliliğinin yanı sıra kullanılan bitki

türü sayısı çok azdır ve bu sayı gün geçtikçe de azalmaktadır. Günümüzde dünya genelinde gıda olarak tüketilen bitkilerin yaklaşık olarak 20 türden elde edildiği bildirilmektedir. Gıda olarak kullanılan yabancı bitki türlerinin ise 10.000'nin üzerinde olduğu rapor edilmiştir (Baytop, 1984). Gelişen teknoloji sayesinde verimlilik ve kalite bakımından üstün bitki türleri yetiştirilmekte ve bu nedenle de gen mühendisliği ve bunun çalışma kapsamına giren bitkilerin kullanımı yoğunluk kazanmaktadır. Bununla birlikte doğada isimlendirilmemiş çok sayıda bitki türünün bulunduğu, bu bitkilerin kullanılmadığı ve bu konuda yeterince çalışma yapılmadığı gerçeği unutulmamalıdır (Önde ve Vurdu, 1988).

Ülkemizin coğrafik yapısı ve iklim özellikleri, son derece zengin bitki çeşitliliğine olanak sağlamaktadır. Bu güne kadar Anadolu'da yetişen 9.000'den fazla bitki türünün bulunduğu ve bunlardan 3.000 türün endemik olduğu, yani sadece ülkemizde yetiştiği tespit edilmiştir (Önde ve Vurdu, 1988). Türk halkı, çoğunluğunun kırsal bölgelerde yaşaması nedeniyle bu yabancı bitkilerin büyük bir bölümünü gıda amaçlı, bir kısmını ise baharat, ilaç ve boyar madde olarak kullanmaktadır (Baytop, 1984). Gıda olarak kullanılan bitkiler; çiğ olarak, haşlanarak veya haşlanıp süzülükten sonra içine bulgur, pirinç katılarak, yumurtalı veya yumurtsız, sarımsaklı yoğurt ilave edilerek veya dolma şeklinde kullanılmaktadır. Özellikle sebze az olduğu ilkbahar mevsiminde yeni gelişmekte olan yabancı bitkiler, başta Ege ve Doğu Anadolu Bölge'leri olmak üzere ülkemizin her tarafında yaygın olarak kullanılmaktadır (Arslan, 1992). Bazı bölgelerde (özellikle Batı ve Güney Anadolu'da) sebze olarak tüketilen yabancı bitkiler mevsimi geldiğinde semt pazarlarında satılmaktadır. Yabancı bitkilerin sebze olarak kullanımı büyük kentlerde de görülmektedir. İstanbul'un bazı pazarlarında (Çarşamba Pazarı, Pendik Pazarı gibi) Çiğdem (bu isim altında *Ornithogalum siphorpii* W. Greuter türü çiçekli ve yumru olarak satılmaktadır), Ebegümeçi (*Malva sylvestris*), Evelik (*Rumex crispus*), Gelincik (*Papaver rhoeas*), Hindiba (*Taraxacum officinale*), Hodan (*Trachystemon orientalis*), Isırgan (*Urtica dioica*), Kazayağı (Delimaydanoz) (*Falcaria vulgaris* Bernh), Kuşotu (*Stellaria media* (L.) Vill.), Kuzukulağı (*Rumex tuberosus*), Rezene (Arapsaçı) (*Foeniculum vulgare* Miller), Turpotu (*Raphanus* sp.) gibi yabancı bitkilerin satıldığı tespit edilmiştir (Baytop, 1984). Antalya'da da seralarda ve tarla kenarlarında kendiliğinden yetişen ve üreticiler tarafından toplanarak semt pazarlarında satışa sunulan ürünler arasında Arapsaçı (*Foeniculum vulgare*), Turpotu (*Raphanus* sp.), Ebegümeçi (*Malva sylvestris*), Isırgan (*Urtica dioica*), Gelincik (*Papaver rhoeas*), Kuzukulağı (*Rumex acetosella*), Misliot (*Pimpinella saxifraga*), Radika (*Taraxacum serotinum*), Sevket-i bostan (*Scolymus hispanicus*), Labada (*Rumex obtusifolius*) bulunmaktadır (Certel vd., 2006). Türkiye'de yabancı bitkilerin gıda olarak kullanılışı yaygın olmasına karşın, yabancı bitkilerin tanımlanması, kullanım amaçları ve besin değerlerinin belirlenmesine yönelik sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır (Yapıcı vd., 2009; Yücel, 2008; Yücel ve Unay, 2008; Certel vd., 2006; Demir, 2006; Kırbağ ve Zengin, 2006; Kaya vd., 2004; Tosun vd., 2003; Şimşek vd., 2002; Yücel ve Tülükoğlu, 2000).

Yabancı bitkiler gıda amaçlı kullanılmalarının yanı sıra tıbbi amaçla da kullanılmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü (WHO), 1980 yılında tıbbî bitkileri "bir veya daha fazla organıyla tedavi edici veya hastalıkları önleyici olabilen veya herhangi bir kimyasal farmasötik sentezin öncüsü olabilen bitki çeşidi" olarak tanımlamıştır (Yıldırım, 2004). Tıbbi bitkiler ile tedavi kültürel ve geleneksel bir olgudur. Bitkilerin tedavi amacıyla kullanımlarına dair ilk deliller, Yakın-Doğu'nun eski kavimlerinde görülmektedir (Seyidahmedov ve Atamov 2008). Eski zaman medeniyetinin beşiği sayılan Asya ve Mısır'ın en şaşıla devirlerinde, tıbbi bitkilerin ilaç ve gıda olarak kullanıldığı bilinmektedir (Makaklı, 1982). Son yıllarda sağlık konusunda duyarlılığın artması, artan hastalıklara karşı sentetik ilaçların yetersiz kalması ve yan etkilerinin saptanması doğal ürünlerin kullanımına olan eğilimi arttırmıştır (Özer vd., 2004). Birçok bitki mikrobiyolojik, farmakolojik ve bitki savunma mekanizması bakımından çok yönlü araştırılmaktadır.

Bitkisel kaynaklı gıdalarda bulunan fenolik maddeler, diyet lifi, vitamin ve minerallerin, sağlık üzerine olumlu etkileri bilinmekte olup bu gıdalar fonksiyonel gıda olarak değerlendirilmektedirler. Fonksiyonel gıdaların başta kardiyovasküler hastalıklar olmak üzere kanser ve osteoporoz gibi sağlık sorunlarının ortaya çıkma risklerini önleme ve/veya azaltma, mental performansı geliştirme gibi etkileri bulunmaktadır (Anon., 2004a; Sarkar, 2007). Bununla birlikte yabancı bitkiler yüksek antioksidant aktiviteye sahip bileşikler içermektedirler (Ho vd., 1994). Antimutajenik, antikarsinojenik, antiaging gibi birçok biyolojik fonksiyon, bu antioksidantlardan kaynaklanmaktadır (Nishina vd., 1991). Doğal kaynaklı antioksidantlar tahıl ve baklagillerde, yabancı bitki ve bitki kaynaklı içeceklerde bulunmakta olup bunlar fenolik bileşikler, azotlu bileşikler (alkaloidler, klorofil türevleri, proteinler, aminler), polifonksiyonlu organik asitler ve karotenler olarak bilinmektedirler (Foo ve Porter, 1981; Larson, 1988). Epidemiyolojik çalışmalar, kalp damar ve kanser hastalıkları oranı ile yabancı meyve-sebze tüketimi arasında ters bir ilişki olduğunu ortaya koymakta ve yabancı bitkilerin bu özelliklerini, antioksidant özellikli bileşiklere (askorbik asit, tokoferoller, karotenoidler, flavonoidler) dayandırmaktadırlar (Endo vd., 1985).

Çeşitli bitkilerin yiyecek, çay veya baharat olarak tüketilmesinin, hastalıklardan korunma ve iyileşmede önemli rol oynadığı belirtilmektedir. Son yıllarda tıbbi amaçlarla kullanılan bitkilerin antimikrobiyal etkileri üzerine pek çok çalışma yapılmıştır (Kırbağ ve Zengin, 2006; Kırbağ ve Bağcı, 2000; Dığrak vd., 1999; Kırbağ, 1999; Sür vd., 1998; Demirbağ vd., 1997). Bazı bitkilerin yaprak, gövde, kök, çiçek, tohum, filiz gibi kısımları, su ile kaynatılarak (dekoksasyon) veya kaynamış su (infüzyon) veya yağ içinde bekletilerek, lapa halinde veya tohumu balla karıştırılarak, çeşitli hastalıkların tedavi edilmesi amacıyla kullanılmaktadır. Dünya genelinde tedavi amaçlı kullanılan bitki sayısı 21000 civarındadır. Ülkemizde ise 9000 bitki türünden ancak 500 kadarı tedavi amaçlı kullanılmaktadır (Koç, 2000). Anadolu halkının yabancı bitkileri tıbbi amaçla kullanışı çok eski devirlere kadar uzanmaktadır. Ancak tıbbi bitkilerin aşırı miktarlarda veya çok uzun süreli kullanımı zehirlenmelere neden olmakta, bazen de zehirli olduğu bilinmeyen bitkilerin gıda olarak tüketilmesi sonucunda önemli sağlık problemleri ortaya çıkmaktadır. Yabancı bitkilerin koku ve tat

verici olması, bu bitkilerin baharat olarak kullanımına da olanak sağlamaktadır. *Allium*, *Origanum*, *Mentha* ve *Thymus* gibi bazı türler bu amaçla kullanılmakta olup, bu tüketim şekli Anadolu’da oldukça yaygındır (Baytop, 1984).

Bu çalışmada Eskişehir’in Mihalicçık ilçesinde gıda olarak tüketilen, yabani bitkiler ve bu bitkilerin tüketim şekillerinin saptanması amaçlanmıştır.

## 2. Materyal ve yöntem

Bu çalışmada Eskişehir’in Mihalicçık ilçesi ve köyleri araştırma alanı olarak belirlenmiş ve bu bölgede yetişen, gıda olarak tüketilen ancak kültürü yapılmayan yabani bitkiler araştırma materyali olarak seçilmiştir. Çalışmada öncelikle ilçe merkezi ve çevre köylerde kültürü yapılmayan ancak yenen yabani bitkilere ait veriler toplanmış, daha sonra elde edilen veriler istatistiksel olarak değerlendirilmiştir. Veri toplama tekniği olarak anket kullanılmıştır. Anketlerde, tüketilen bitkilerin çeşidi, ne kadar süredir kullanıldıkları, bu alışkanlığın nereden edinildiği, tüketim şekli, pişirme yöntemleri gibi sorulara yer verilmiştir. İlçe merkezi ve çevre köylerde yaşayan 100 kişiye bu anketler uygulanmış ve sonuçlar istatistiksel olarak değerlendirilmiştir. Ayrıca yerli halktan çok sayıda yaşlı kişi ile görüşmeler yapılmış, konu hakkında detaylı bilgi edinilmiştir. Çalışmada materyal olarak seçilen yabani bitkilerin, yöresel olarak en yaygın kullanılan isimleri esas alınmış ve bitkilerin toplanma ve tüketim tarihleri, yörenin ekolojik koşullarına göre değerlendirilmiştir.

## 3. Bulgular

Bu çalışmada, Mihalicçık (Eskişehir) ilçesinde halk tarafından gıda olarak tüketilen yabani bitkiler ve bu bitkilerin tüketim şekilleri araştırılmıştır. Araştırma sonucunda 18 familyaya ait 25 bitki taksonu tespit edilmiştir. Bu bitkilerin tüketim biçimleri ve tüketici özellikleri anketlerle belirlenmiş, elde edilen veriler istatistiksel olarak değerlendirilmiştir.

### 3.1. Bitkilerin tüketim biçimlerine ilişkin anket sonuçları

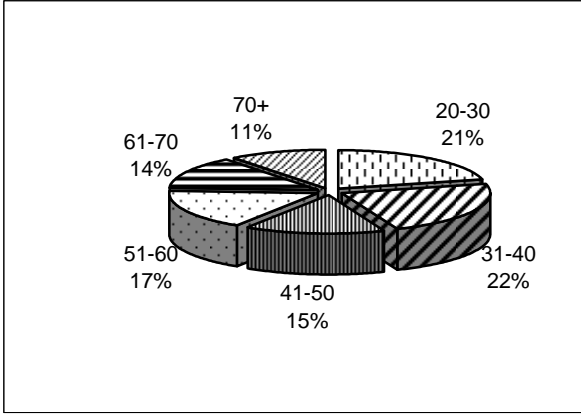
Mihalicçık ilçesinde gıda amaçlı tüketilen yabani bitkileri saptamak amacıyla yapılan anket çalışmasına katılan bireylere ait kişisel bilgiler Tablo 1-3 ve Şekil 1-6’de verilmiştir. Anketlere 34 erkek ve 66 bayan olmak üzere toplam 100 kişi katılmıştır. Anket çalışmasında beşerli yaş gruplarından oluşan toplam 11 grup oluşturulmuştur. Tablo 1’den de görüldüğü üzere, anket uygulanan kişilerin çoğunluğunu 41-45 yaş grubu (% 14) oluşturmaktadır.

Tablo 1. Ankete katılanların cinsiyet ve yaş dağılımları  
Table 1. Sexuality and age distribution of survey participants

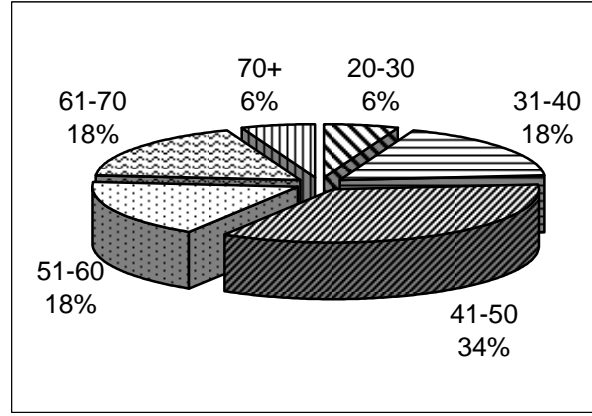
DEĞİŞKENLER		YÜZDE ORANI (%)
CİNSİYET	Bay	34
	Bayan	66
YAŞ	20-25	11
	26-30	5
	31-35	12
	36-40	9
	41-45	14
	46-50	8
	51-55	10
	56-60	7
	61-65	9
	66-70	6
	71+	9

Ankete katılan kişilerin yaş dağılımları cinsiyet bazında değerlendirildiğinde, bayanların % 22’sinin 31–40 yaşları arasında, % 21’inin 20–30 yaşları arasında ve diğerlerinin 41 yaş ve üzerinde olduğu belirlenmiştir (Şekil 1). Ayrıca ankete katılan bayların çoğunluğunun yaş ortalamalarının bayanlardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Şekil 2).

Anketin uygulanmış olduğu toplam 100 kişiye yöneltilen “yabani bitkileri tüketiyor musunuz?” sorusuna, bayanların % 49’undan, erkeklerin ise % 27’sinden evet cevabı alınmıştır (Tablo 2). Dolayısıyla ankete katılanların % 66’sının günlük hayatlarında farklı yabani bitkileri tükettikleri, % 34’ünün ise herhangi bir yabani bitki tüketmediği saptanmıştır.



Şekil 1. Ankete katılan bayanların yaş dağılımı  
Figure 1. Age distribution of female participants of survey



Şekil 2. Ankete katılan bayların yaş dağılımı  
Figure 2. Age distribution of male participants of survey

Tablo 2. Cinsiyet ve yabani bitki tüketimine ilişkin çapraz tablo  
Table 2. Cross table between sexuality and wild plant consumption

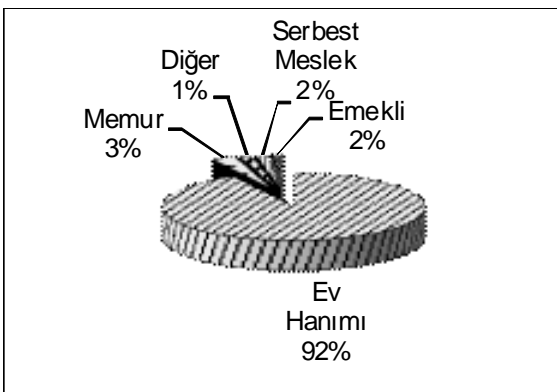
Cinsiyet	Yabani Bitki Kullanımı		Toplam
	Evet	Hayır	
Bay	17	17	34
Bayan	49	17	66
Toplam	66	34	100

Tablo 3'den görüldüğü üzere ankete katılanların çoğunluğunu (% 61) ilkökul mezunları oluşturmaktadır. Bununla birlikte ankete katılanların % 10'unun üniversite mezunu olduğu, % 9'unun okuma-yazma bilmediği, % 3'ünün ise herhangi bir okuldan mezuniyeti bulunmamasına karşın okuma yazmayı bildiği belirlenmiştir. Meslek grupları baz alınarak inceleme yapıldığında, ankete katılanların çoğunluğunu (% 61) ev hanımlarının oluşturduğu görülmektedir (Tablo 3).

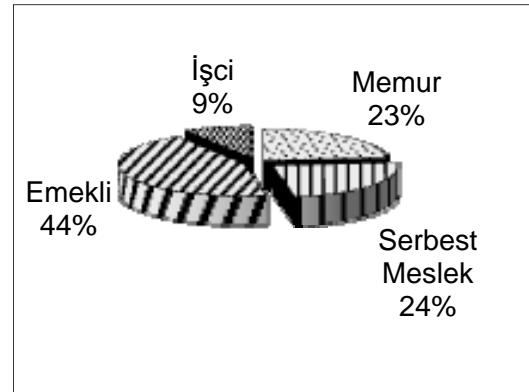
Tablo 3. Ankete katılanların eğitim durumu ve mesleki dağılımları  
Table 3. Education and vocation distribution of survey participants

DEĞİŞKENLER	YÜZDE ORANI (%)	
EĞİTİM DURUMU	Okur-yazar değil	9
	Okur-yazar	3
	İlkokul	61
	Ortaokul	8
	Lise	9
	Diğerleri	10
MESLEK	Ev hanımı	61
	Memur	10
	İşçi	3
	Serbest Meslek	9
	Emekli	16
	Diğer	1

Ağırlığını bayanların oluşturmuş olduğu anketlerde mesleki dağılımlar cinsiyet bazında incelenmiş (Şekil 3 ve Şekil 4), ankete katılan bayanların çoğunluğunun (% 91) ev hanımı olduğu belirlenmiştir. Bunun dışında % 3'lük dilimi memurların, % 2'lik dilimi ise serbest meslek, emekli ve diğer meslek gruplarının oluşturmuş olduğu tespit edilmiştir (Şekil 3).



Şekil 3. Ankete katılan bayanların mesleki dağılımı  
Figure 3. Vocation distribution of female participants of survey



Şekil 4. Ankete katılan bayların mesleki dağılımı  
Figure 4. Vocation distribution of male participants of survey

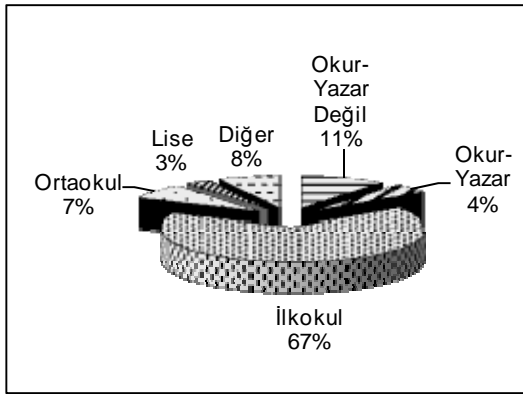
Ankete katılan bayların çoğunluğunun (% 43) emekli olduğu, ayrıca serbest meslek sahipleri ve memurların % 24'lük dilimde; işçilerin % 3'lük dilimde yer aldığı belirlenmiştir (Şekil 4). Yabani bitki tüketiminin meslek ile ilişkisi incelendiğinde, en yüksek tüketimin (% 47) ev hanımlarında olduğu, bunu % 12'lik oranla emeklilerin takip ettiği belirlenmiştir (Tablo 4).

Tablo 4. Meslek ve yabani bitki tüketimi ilişkisi

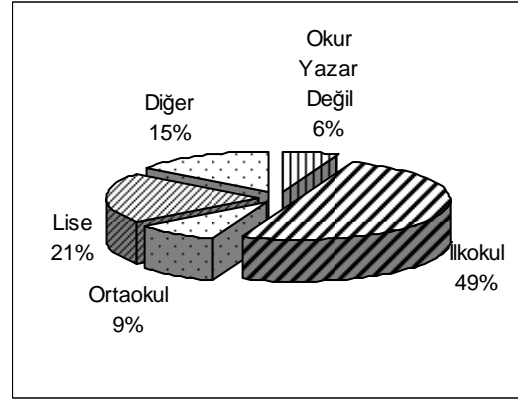
Table 4. Relation between vocation and wild plant consumption

Meslek Grubu	Yabani Bitki Kullanımı		Toplam
	Evet	Hayır	
Ev hanımı	47	14	61
Memur	2	8	10
İşçi	-	3	3
Serbest Meslek	5	4	9
Emekli	12	4	16
Diğer	-	1	1
Toplam	66	34	100

Çalışmada ankete katılan kişilerin eğitim durumlarını belirlemeye yönelik cinsiyet bazında değerlendirme de yapılmıştır (Şekil 5 ve Şekil 6). Değerlendirme sonuçlarına göre ankete katılan bayanların % 10'unun okur-yazar olmadığı, % 5'inin sadece okur-yazar olduğu belirlenmiştir. Eğitim durumları detaylandırıldığında bayanların çoğunluğunun (% 66) ilkokul mezunu, % 8'inin ortaokul ve % 3'ünün ise lise mezunu olduğu saptanmıştır (Şekil 5). Ankete katılan bayların ise % 6'sının okur-yazar olmadığı, buna karşılık % 49'unun ilkokul mezunu, % 9'unun ortaokul ve % 21'inin lise mezunu olduğu belirlenmiştir (Şekil 6).



Şekil 5. Ankete katılan bayanların eğitim durumu  
Figure 5. Education of female participants of survey



Şekil 6. Ankete katılan bayların eğitim durumu  
Figure 6. Education of male participants of survey

Ankete katılan kişilerin eğitim durumları ile yabani bitki tüketim durumları ilişkilendirildiğinde, çoğunluğu % 48'lik oranla ilkokul mezunlarının oluşturduğu, en düşük tüketimin ise lise mezunlarında olduğu tespit edilmiştir (Tablo 5).

Tablo 5. Eğitim durumu ve yabani bitki tüketimi ilişkisi

Table 5. Relation between education and wild plant consumption

Eğitim Durumu	Yabani Bitki Kullanımı		Toplam
	Evet	Hayır	
Okur-yazar değil	7	2	9
Okur-yazar	3	-	3
İlkokul	48	13	61
Ortaokul	4	4	8
Lise	1	8	9
Diğer	3	7	10
Toplam	66	34	100

Çalışmada yabani bitki tüketme alışkanlığını anne-baba ve kardeşlerinden edinenlerin % 37'lik bir oranla çoğunluğu oluşturduğu tespit edilmiştir (Tablo 6). Bununla birlikte yabani bitkileri tüketme alışkanlığını yaşlı büyüklerinden öğrenenlerin % 32, kendi tecrübesiyle öğrenenlerin % 5, bölgenin eskiden beri gelen geleneğine bağlı olarak bu bitkileri tüketenlerin % 25 oranında olduğu saptanmıştır.

Tablo 6. Yabani bitkilerin kullanılma alışkanlığı  
Table 6. Practice of wild plant consumption

DEĞİŞKENLER			YÜZDE ORANI (%)
Bitkileri kullanma alışkanlığı	Anne-baba kardeş	Evet	37
		Hayır	29
	Yaşlı büyükler	Evet	32
		Hayır	34
	Kendi tecrübesi	Evet	5
		Hayır	61
	Bölgenin eski geleneği	Evet	25
		Hayır	41

Uygulanan anketler sonucunda gıda olarak tüketildiği tespit edilen 25 yabani bitki türü Tablo 7’de verilmiştir.

Tablo 7. Mihaliççik çevresinde gıda olarak tüketilen yabani bitki çeşitleri  
Table 7. Types of wild plants consumed as a food around Mihaliççik

BİTKİ TÜRÜ	YEREL ADI
<i>Amaranthus retroflexus</i>	Kızılıbacak
<i>Anthemis sp.</i>	Papatya
<i>Arum elongatum</i> subsp. <i>detruncatum</i>	Yabani Mancar, Yılan yastığı
<i>Capsella bursa pastoris</i>	Kuş Ekmeği
<i>Chenopodium album</i> subsp. <i>album</i> var. <i>album</i>	Sirken
<i>Cichorium intybus</i>	Karakavuk
<i>Cirsium sp.</i>	Kavgan Dikeni
<i>Crocus chrysanthus</i>	Çiğdem
<i>Cynodon dactylon</i> var. <i>villosus</i>	Ayrık
<i>Lamium amplexicaule</i>	Ballıbaba
<i>Malva neglecta</i>	Ebegümeçi
<i>Mentha longifolia</i> subsp. <i>typhoides</i> var. <i>typhoides</i>	Yabani Nane
<i>Onosma isauricum</i>	Balotu
<i>Papaver rhoeas</i>	Gelincik
<i>Plantago major</i> subsp. <i>intermedia</i> ; <i>Plantago lanceolata</i>	Kırkdamar
<i>Polygonum cognatum</i>	Kuzukulağı-Madımak
<i>Rumex crispus</i>	Efelek, Labada
<i>Rumex tuberosus</i> subsp. <i>tuberosus</i> .	Efelek
<i>Silene conica</i>	Toklubaşı
<i>Sinapis arvensis</i>	Hardal
<i>Thymus praecox</i> subsp. <i>skorpilii</i> var. <i>skorpilii</i>	Kekik
<i>Tragopogon latifolius</i> var. <i>angustifolius</i>	Yemlik
<i>Trifolium pratense</i> var. <i>pratense</i>	Karabaş
<i>Urtica dioica</i>	Isırgan

Uygulanan anketler neticesinde belirlenen bitkiler, tüketim yoğunluğuna göre 5 sınıfta toplanmış, en çok kullanılan bitki I.Bitki, en az kullanılan bitki ise V. Bitki olarak kodlanmıştır. Mihaliççik çevresinde yetişen yabani bitkilerin tüketim oranlarına ait bilgi, Tablo 8’de verilmiştir. Tablo’dan görüldüğü üzere bölgede yetişen yabani bitkiler arasında en çok tüketilen bitki (I.Bitki), % 10’luk oranla Ebegümeçi’dir. Bu bitkiyi Labada ve Efelek (% 9), Kuzukulağı-Madımak (% 6), Sirken (% 5), Isırgan (% 5) ve Kekik (% 5) izlemektedir. I.Bitki olarak % 1-3 oranında kullanılan diğer bitkiler ise Kuş Ekmeği, Karakavuk, Yemlik, Gelincik, Papatya, Toklubaşı, Hardal, Çiğdem, Kırkdamar ve Kavgan Dikeni’dir. II.Bitki olarak en çok Kuzukulağı-Madımak (% 10), Ebegümeçi (% 10), Kekik (% 7) ve Labada tüketilirken (% 6), III.Bitki olarak en çok Gelincik (% 11), Kuzukulağı-Madımak (% 9) ve Kekik (% 8), IV.Bitki olarak en çok Efelek (% 6) ve Gelincik, Kuzukulağı-Madımak, Toklubaşı, Labada ve Yemlik (% 5), V.Bitki olarak ise en çok Kekik (% 7), Labada (% 5) ve Gelincik (% 5) kullanılmaktadır (Tablo 8).

Tablo 9’da Mihaliççik çevresinde yetişen yabani bitkilerin kullanım süreleri ve sıklığına ait bilgiler yer almaktadır. Elde edilen verilere göre yabani bitkilerin ağırlıklı olarak (% 47) 9 yıldan fazla süredir tüketildiği tespit edilmiştir. Bitkilerin kullanım sıklığı konusunda elde edilen verilere göre, yabani bitkilerin genellikle yılda birkaç kez tüketildiği, bununla birlikte her gün tüketimin bulunmadığı belirlenmiştir (Tablo 9).

Tablo 8. Mihaliççık çevresinde yetişen yabancı bitkilerin tüketim oranları  
Table 8. Consumption rates of wild plants growing around Mihaliççık

Kullanılan Bitkiler	Bitkilerin Tüketim Oranı				
	I.Bitki %	II.Bitki %	III.Bitki %	IV.Bitki %	V.Bitki %
Kızılıbacak ( <i>Amaranthus retroflexus</i> )					1
Papatya ( <i>Anthemis sp.</i> )	3	2			1
Yabancı mancar, Yılan yastığı ( <i>Arum elongatum</i> subsp. <i>detruncatum</i> )			1	2	2
Kuş Ekmeği ( <i>Capsella bursa pastoris</i> )	1	4		3	2
Sirken ( <i>Chenopodium album</i> subsp. <i>album</i> var. <i>album</i> )	5	4	7	3	1
Karakavuk ( <i>Cichorium intybus</i> )	3	2	5	4	2
Kavgan Dikeni ( <i>Cirsium sp.</i> )	1			1	
Çiğdem ( <i>Crocus Chrysanthus</i> )	1			1	
Ayrık ( <i>Cynodon dactylon</i> var. <i>villosus</i> )			1		
Karabaş ( <i>Lamium amplexicaule</i> )				1	1
Ebegümeçi ( <i>Malva neglecta</i> )	10	10	2	3	1
Yabancı Nane ( <i>Mentha longifolia</i> subsp. <i>typhoides</i> var. <i>typhoides</i> )			3		
Balotu ( <i>Onosma isauricum</i> )			1	1	
Gelincik ( <i>Papaver rhoeas</i> )	2	2	11	5	5
Kırkdamar ( <i>Plantago major</i> , <i>Plantago lanceolata</i> )	1		1		
Kuzukulağı-Madımak ( <i>Polygonum cognatum</i> )	6	10	9	5	1
Efelek-Labada ( <i>Rumex crispus</i> )	9	6	7	5	5
Efelek ( <i>Rumex tuberosus</i> subsp. <i>tuberosus</i> )	9	5	2	6	3
Toklubaşı ( <i>Silene conica</i> )	2	4	3	5	1
Hardal ( <i>Sinapis arvensis</i> )	1			1	2
Kekik ( <i>Thymus praecox</i> ssp. <i>skorpilii</i> var. <i>skorpilii</i> )	5	7	8	1	7
Yemlik ( <i>Tragopogon latifolius</i> var. <i>angustifolius</i> )	1	4	3	5	2
Karabaş ( <i>Trifolium pratense</i> var. <i>pratense</i> )		1			
Isırgan ( <i>Urtica dioica</i> )	5	5	3	3	2

Tablo 9. Mihaliççık yöresinde yetişen yabancı bitkilerin kullanım süreleri ve sıklığı  
Table 9. Consumption time and frequency of wild plants growing around Mihaliççık

DEĞİŞKENLER		YÜZDE ORANI (%)
Bitkilerin Kullanımına Başlama Süresi	0-2 yıl	4
	3-5 yıl	6
	6-8 yıl	9
	9 ve üzeri	47
Bitkileri Kullanma Sıklığı	Her gün	-
	Haftada birkaç kez	6
	15 günde birkaç kez	5
	Ayda birkaç kez	17
	Yılda birkaç kez	38

Yapılan çalışmada, yabancı bitkilerin tüketim şekilleri de belirlenmiştir (Tablo 10). Genel olarak tüm bitki çeşitleri bir arada değerlendirildiğinde, bu bitkilerin çoğunlukla (% 15-% 38) yemek olarak tüketildiği, ikinci sırada yer alan yaygın tüketim şeklinin ise herhangi bir işlem uygulanmadan bitkinin doğrudan tüketilmesi (% 8-% 21) olduğu, bir işlem uygulamadan salata olarak tüketimin III., IV. ve V.Bitkilerde % 1-3 oranlarında, bir işlem uygulamadan yemek olarak tüketimin ise V.Bitki grubu dışında diğer bitkilerde % 3-7 oranlarında görüldüğü belirlenmiştir. Bunun dışında kaynatıldıktan sonra suyu tüketilen bitki grubunun en fazla % 7 lik oranla I.Bitki'de olduğu, salata olarak tüketimin % 2'lik oranla sadece I. ve IV.Bitki grubunda görüldüğü, salata ve yemek olarak tüketimin II.Bitki'de ve yemek+börek olarak tüketimin I. ve II.Bitkilerde % 1 oranında gerçekleştiği belirlenmiştir. Bitkilerin diğer kullanımlarının % 3-12 aralığında olduğu ve kaynatıp suyunu tüketmek+diğer kullanım alanının ise bulunmadığı tespit edilmiştir (Tablo 10).



Tablo 10. Yabani bitkilerin tüketim şekilleri  
Table 10. Consumption types of wild plants

Bitkilerin Tüketim Şekilleri	I.Bitki	II.Bitki	III.Bitki	IV.Bitki	V.Bitki
	%	%	%	%	%
Salata	2			2	
Yemek	38	32	26	25	15
Kaynatıp suyu içilerek	7	6	3	2	2
Herhangi bir işlem yapmadan	8	11	21	17	12
Diğer	6	7	12	3	7
Salata+yemek		1			
Salata+bir işlem yapmadan			1	1	3
Kaynatıp suyu içilerek+diğer					
Yemek+bir işlem yapmadan	5	7	3	6	
Yemek+börek	1	1			

Çalışmada ayrıca bitkilerin tüketim şekli ile kullanım sıklığı arasındaki ilişki, her bir bitki grubu açısından ayrı ayrı incelenmiştir. Tablo 11'den de görüldüğü üzere anket uygulanan ve yabani bitkileri tükettikleri tespit edilen 66 kişinin, değişen sıklıklarda olmak üzere, I., II. ve III.Bitki'leri kullandıkları görülmektedir. I. ve II.Bitki'lerin, haftada birkaç kez salata ve yemeklerde olmak üzere, en sık kullanılan bitki grupları olduğu, yemeklerde 15 günde bir kullanılan en yaygın bitki grubunun ise III. ve IV.Bitkiler olduğu tespit edilmiştir. Ayda birkaç kez tüketilen bitkiler incelendiğinde ise en yaygın tüketimin I. ve III. Bitki'lerde (yemeklik olarak) ve V.Bitki'de (işlem görmeden tüketilen) olduğu saptanmıştır.

Tablo 11. Yabani bitkilerin tüketim biçimleri ile kullanım sıklığı arasındaki ilişki  
Table 11. Relation between consumption types and frequency of wild plants

Bitkilerin Tüketim Şekilleri*								
Bitkilerin Kullanım Sıklığı	A	B	C	D	E	F	G	Toplam
I.Bitki								
Haftada birkaç kez	-	1	5	-	-	-	-	6
15 günde birkaç kez	-	-	2	1	-	2	-	5
Ayda birkaç kez	-	1	8	3	4	1	-	17
Yılda birkaç kez	-	-	24	4	4	1	5	38
Toplam	-	2	39	8	8	4	5	66
II.Bitki								
Haftada birkaç kez	-	3	-	1	1	1	-	6
15 günde birkaç kez	-	3	1	-	-	-	-	4
Ayda birkaç kez	-	6	2	-	2	4	-	14
Yılda birkaç kez	-	22	9	3	3	4	1	42
Toplam	-	34	12	4	6	9	1	66
III.Bitki								
Haftada birkaç kez	-	-	1	2	1	2	-	6
15 günde birkaç kez	-	-	4	-	-	1	-	5
Ayda birkaç kez	-	-	8	-	3	4	2	17
Yılda birkaç kez	-	-	15	-	16	3	4	38
Toplam	-	-	20	2	20	10	6	66
IV.Bitki								
Haftada birkaç kez	2	-	1	-	3	-	-	6
15 günde birkaç kez	1	-	3	-	1	-	-	5
Ayda birkaç kez	1	1	3	-	6	1	5	17
Yılda birkaç kez	5	-	13	1	10	2	7	38
Toplam	9	1	20	1	20	3	12	66
V.Bitki								
Haftada birkaç kez	4	-	1	1	-	-	-	6
15 günde birkaç kez	1	-	2	-	1	1	-	5
Ayda birkaç kez	4	1	3	-	7	1	1	17
Yılda birkaç kez	18	1	8	1	4	5	1	38
Toplam	27	2	14	2	12	7	2	66

\*A: Tüketmeyen, B: Salata, C: Yemek, D: Kaynatıp suyu içilerek, E: İşlem yapmadan, F: Diğer, G: Birden çok kullanım

Yapılan çalışmada yabancı bitkilerin toplanma ayları da saptanan bilgiler arasında bulunmaktadır. Elde edilen veriler bu bitkilerin ağırlıklı olarak Nisan ayında toplandığını (% 25–47) ortaya koymaktadır. Ait olduğu bitki grubuna bağlı olarak bitkilerin toplanma oranının Mayıs ayında % 10-22 iken Mart-Nisan ayında % 3-9 seviyelerine düştüğü tespit edilmiştir (Tablo 12).

Tablo 12. Yabancı bitkilerin toplanma dönemleri

Table 12. Harvesting period of wild plants

Bitkilerin Toplanma Ayları	I.Bitki %	II.Bitki %	III.Bitki %	IV.Bitki %	V.Bitki %
Mart- Nisan	7	9	3	6	4
Nisan	46	47	41	41	25
Mayıs	13	10	22	10	10

Farklı gruplarda yer alan yabancı bitkilerin tüketim şekilleri ile bitkilerin toplanma ayları arasındaki ilişki Tablo 13’de verilmiştir. Tablo’dan da görüldüğü üzere bitkiler toplandıkları aylara göre farklı şekillerde tüketilmektedir. Örneğin I.Bitki, Mart-Nisan döneminde toplandığında yemeklik olarak veya kaynatma gibi işlemlerden geçirilerek tüketilirken, Nisan ayında toplandığında daha çok yemeklik olarak tüketilmektedir. III.Bitki’nin farklı aylardaki tüketim biçimi incelendiğinde, Nisan ayında toplanan bitkilerin işlem yapmadan tüketildiği, Mayıs ayındaki ürünün ise daha çok yemeklik olarak tüketildiği görülmektedir. Bu durum, bitkilerin dönemsel olarak farklı olgunluk derecelerine sahip olmalarından kaynaklanmaktadır.

Tablo 13. Bitkilerin toplanma ayları ve tüketim şekilleri

Table 13. Harvesting period and consumption types of wild plants

Bitkilerin Toplanma Ayları	Bitkilerin Tüketim Şekilleri*						Toplam
	A	B	C	D	E	F	
<b>I.Bitki</b>							
Mart-Nisan	-	2	2	1	-	2	7
Nisan	2	32	3	6	-	4	47
Mayıs	-	5	2	-	4	1	12
Toplam	2	39	7	7	4	7	66
<b>II.BİTKİ</b>							
Mart-Nisan	-	-	3	3	-	2	8
Nisan	2	27	3	8	-	6	46
Mayıs	-	4	1	-	6	1	12
Toplam	2	31	7	11	6	9	66
<b>III.BİTKİ</b>							
Mart-Nisan	-	1	1	-	-	1	3
Nisan	-	16	-	19	-	5	41
Mayıs	-	9	1	1	11	1	23
Toplam	-	26	2	20	11	7	66
<b>IV.Bitki</b>							
Mart-Nisan	-	-	2	3	-	2	7
Nisan	2	15	-	13	-	10	40
Mayıs	-	5	-	2	3	-	10
Toplam	2	20	2	18	3	12	57
<b>V.Bitki</b>							
Mart-Nisan	-	-	1	2	-	1	4
Nisan	2	11	1	9	-	2	25
Mayıs	-	2	-	1	7	-	10
Toplam	2	13	2	12	7	3	39

\* A: Salata, B: Yemek, C: Kaynatıp suyu içilerek, D: İşlem yapmadan, E: Diğer, F: Birden çok kullanım

Yapılan anket çalışması sonucunda, gıda amaçlı kullanılan bitkilerin çoğunlukla taze yapraklarından faydalandığı, bununla birlikte farklı bitkilerin taze sürgününden, çiçeğinden, tohumundan, kökünden veya bitkinin tamamından faydalandığı belirlenmiştir (Tablo 14).

Tablo 14. Yabani bitkilerin farklı kısımlarının kullanımına ilişkin dağılım  
Table 14. Distribution of consuming different parts of wild plants

DEĞİŞKENLER	YÜZDE ORANI (%)	
I. BİTKİ	Taze yaprak	54
	Tamamı	9
	Taze sürgün	1
	Kökü	2
II. BİTKİ	Taze yaprak	55
	Tamamı	10
	Kökü	1
III. BİTKİ	Taze yaprak	53
	Tamamı	8
	Kökü	4
	Çiçeği	1
IV. BİTKİ	Taze yaprak	49
	Tamamı	1
	Taze sürgün	1
	Tohumu	2
	Kökü	2
	Çiçeği	2
V. BİTKİ	Taze yaprak	30
	Tamamı	9
	Tohumu	1
	Çiçeği	1

Yabani bitkilerin gıda olarak tüketimi dışında diğer amaçlarla da tüketildiği (% 39) saptanmıştır (Tablo 15). Bu bitkilerin hastalıklara şifa olması amacı ile % 8 oranında kullanıldığı, zayıflama amacı ile hiç tüketilmediği ve % 27'lik kesimin ise bu bitkileri sadece gıda amaçlı tükettiği belirlenmiştir.

Tablo 15. Yabani bitkilerin gıda olarak tüketimi dışındaki kullanım alanları  
Table 15. Consumption area of wild plants, other than as food

Kullanılma Amaçları	Yüzde Oranı (%)
Hastalıklara şifa	8
Zayıflama	0
Diğer	17
Kullandığım bitki yok	27
Hastalıklara şifa+diğer	14

### 3.2. Araştırma alanında tüketilen yabani bitkiler

Araştırma alanı olarak seçilen Mihaliççık bölgesinde gıda olarak veya tıbbi amaçla tüketilen toplam 25 yabani bitki türü belirlenmiştir. 18 familyaya dahil olan bu bitkilerin toplanma ve hazırlanma şekillerine ait bilgiler aşağıda verilmiştir.

#### 3.2.1. *Amaranthus retroflexus* L.

Familyası: Amaranthaceae

Yöresel Adı: Kızılback

Morfolojisi: Tek yıllık, 100 cm'ye kadar boylanabilen otsu bir bitkidir.

Gıda Olarak Tüketimi: Bitkinin taze yaprakları kavrularak tüketilmektedir.

Toplanma Tarihi: Nisan ayında toplanır.

Toplanma Şekli: Taze yapraklar toplanır.

Hazırlanışı: Bir tencereye kuru soğan küp şeklinde doğranır, sıvı yağ ile hafif pembeleşene kadar kavrulur ve bir miktar salça eklenir. Kıyılarak hazırlanmış bitki yaprakları da tencereye aktarılır ve iyice kavrulur, isteğe göre 2-4 yumurta kırıldıktan sonra yemek olarak tüketilir (A.H.Özden).

#### 3.2.2. *Anthemis* sp. L.

Familyası: Asteraceae (Compositae)

Yöresel Adı: Papatya

Morfolojisi: 10-30 cm boylanabilen, bir, iki yıllık ya da çok yıllık bir bitkidir.

Gıda Olarak Tüketimi: İçecek olarak tüketilmektedir. Daha çok tıbbi amaçlı kullanılmaktadır.

Toplanma Tarihi: Mayıs ayında toplanır.

Toplanma Şekli: Bitkinin tamamı toplanır.

**Hazırlanılışı:** Bitki toplandıktan sonra çiçekleri ayıklanır ve bir yere serilerek kurutulur. Kurutulan çiçekler tüketileceği zaman su ile kaynatılarak içilir. Sindirim sistemi gazlarını giderici ve hazmı kolaylaştırıcı olarak kullanılmaktadır (M. Balkan).

### 3.2.3. *Arum elongatum* subsp. *detrunctatum* H. Riedl

**Familyası:** Araceae

**Yöresel Adı:** Yabani mancar, Yılan Yastığı

**Morfolojisi:** 25-35 cm boylanabilen, çok yıllık, yumrulu bir bitkidir.

**Gıda Olarak Tüketimi:** Yemeği yapılarak tüketilmektedir.

**Toplanma Tarihi:** Mayıs ayında toplanır.

**Toplanma Şekli:** Bitkinin taze yaprakları toplanır.

**Hazırlanılışı:** Toplanan taze yapraklar erimeyecek kadar haşlanır ve iç malzemesi (kuru soğan, salça, karabiber, maydanoz ve pirinç) konularak sarılır. Pişirildikten sonra yoğurtla birlikte tüketilir (E. Doğan).

### 3.2.4. *Capsella bursa pastoris* (L.) Medik

**Familyası:** Brassicaceae (Cruciferae)

**Yöresel Adı:** Kuş Ekmeği, Ebem Ekmeği

**Morfolojisi:** 40-50 cm boylanabilen, tek veya çok yıllık otsu bir bitkidir.

**Gıda Olarak Tüketimi:** Bitkinin taze yaprakları pişirilerek yenilebildiği gibi hiçbir işlem yapmadan da tüketilmektedir.

**Toplanma Tarihi:** Mart-Nisan aylarında toplanır.

**Toplanma Şekli:** Bitkinin taze yaprakları toplanır.

**Hazırlanılışı:** İki şekilde hazırlanmaktadır:

- Taze olarak toplanan yapraklar yıkandıktan sonra kıyılır. Sadece pirinç ile pişirilen pilavın içine hazırlanmış bitki yaprakları eklenir ve bir süre bekledikten sonra tüketilir (L. Değirmenci).
- Bitkinin taze yaprakları yıkanır ve hiçbir işlem yapmadan tuzlanarak tüketilir (B. Bozok).

### 3.2.5. *Chenopodium album* L. subsp. *album* var. *album* Hegi

**Familyası:** Chenopodiaceae

**Yöresel Adı:** Sirken

**Morfolojisi:** 150 cm'ye kadar boylanabilen, tek yıllık otsu bir bitkidir.

**Gıda Olarak Tüketimi:** Bitkinin taze yaprakları kavrularak yada sulu yemeği yapılarak tüketilmektedir.

**Toplanma Tarihi:** Mayıs ayında toplanır.

**Toplanma Şekli:** Bitkinin taze yaprakları toplanır.

**Hazırlanılışı:** İki şekilde hazırlanmaktadır:

- Bir tencereye kuru soğan küp şeklinde doğranır, sıvı yağ ile hafif pembeleşene kadar kavrulur ve bir miktar salça eklenir. Kıyılarak hazırlanmış bitki yaprakları da tencereye aktarılır ve iyice kavrulur, isteğe göre 2-4 yumurta kırıldıktan sonra yemek olarak tüketilir (A. Acar).
- Bir tencereye kuru soğan küp şeklinde doğranır, sıvı yağ ile hafif pembeleşene kadar kavrulur ve bir miktar salça veya rendelenmiş domates ilave edilir. Kıyılarak hazırlanmış bitki yaprakları da tencereye aktarılır ve iyice kavrulur, isteğe göre 2-4 yumurta kırıldıktan sonra yemek olarak tüketilir. Daha sonra bir miktar su ve pirinç ilave edilerek kısık ateşte pişirilir. Sade ya da sarımsaklı yoğurt ile birlikte tüketilir (H. Arslan).

### 3.2.6. *Cichorium intybus* L.

**Familyası:** Asteraceae (Compositae)

**Yöresel Adı:** Karakavuk

**Morfolojisi:** 20-100 cm boylanabilen, çok yıllık bir bitkidir.

**Gıda Olarak Tüketimi:** Bitki herhangi bir işlem uygulanmadan tüketilmektedir.

**Toplanma Tarihi:** Nisan ayında toplanır.

**Toplanma Şekli:** Bitki kökleriyle birlikte toplanır.

**Hazırlanılışı:** İki şekilde hazırlanmaktadır:

- Bitkinin taze yaprakları toplandıktan sonra herhangi bir işlem uygulanmadan tüketilmektedir (Z. Taştepe).
- Bitki, kökleriyle birlikte toplandıktan sonra kök içinde bulunan süt, güneşte kurutularak bir çeşit sakız elde edilir ve bu şekilde tüketilir (G. Sivri).

### 3.2.7. *Cirsium* sp. L.

**Familyası:** Asteraceae (Compositae)

**Yöresel Adı:** Kavgan Dikeni

**Morfolojisi:** Çok yıllık, iki yıllık ya da nadiren bir yıllık bitkilerdir.

**Gıda Olarak Tüketimi:** Bitki herhangi bir işlem uygulanmadan tüketilmektedir.

**Toplanma Tarihi:** Nisan-Mayıs ayında toplanır.

**Toplanma Şekli:** Bitkinin taze sürgünleri toplanır.

**Hazırlanılışı:** Bitkinin taze sürgünlerini çevreleyen dış kısım soyulur ve içte kalan tatlı kamış, herhangi bir işlem uygulanmadan tüketilir (K. Yılmaz).

### 3.2.8. *Crocus chrysanthus* (Herbert) Herbert

**Familyası:** Iridaceae

**Yöresel Adı:** Çiğdem

**Morfolojisi:** 10-15 cm boyunda, çok yıllık, soğanlı bir bitkidir.

Gıda Olarak Tüketimi: Bitki herhangi bir işlem uygulanmadan tüketilmektedir.

Toplanma Tarihi: Mart-Nisan ayında toplanır.

Toplanma Şekli: Kökleriyle birlikte bitkinin tamamı toplanır.

Hazırlanılışı: Bitki köküyle birlikte topraktan çıkartıldıktan sonra toprak altında bulunan soğanın etrafındaki kabuklar soyularak temizlenir ve herhangi bir işlem uygulanmadan tüketilir (C. Taştepe).

3.2.9. *Cynodon dactylon* (L.) Pers. var. *villosus* Regel

Familyası: Gramineae (Poaceae)

Yöresel Adı: Ayrık

Morfolojisi: 10-20 cm boylanabilen, çok yıllık, bir bitkidir.

Gıda Olarak Tüketimi: Bitkinin kökleri kaynatılıp, içecek olarak tüketilmektedir. Tıbbi amaçla kullanılmaktadır.

Toplanma Tarihi: Mayıs aylarında toplanır.

Toplanma Şekli: Bitkinin kökleri toplanır.

Hazırlanılışı: Bitkinin kökleri bir çaydanlık içinde suyla birlikte kaynatılır ve elde edilen sıvı, astım ve nefes darlığı tedavisinde kullanılır (A.Er).

3.2.10. *Lamium amplexicaule* L.

Familyası: Lamiaceae (Labiatae)

Yöresel Adı: Ballıbaba

Morfolojisi: Gövdesi 1-45 cm boyunda, tüsüzden kısa yumuşak tüylüye doğru değişen, tek yıllık bir bitkidir.

Gıda Olarak Tüketimi: Bitki herhangi bir işlem uygulanmadan tüketilmektedir.

Toplanma Tarihi: Mayıs ayında toplanır.

Toplanma Şekli: Bitkinin tamamı toplanır.

Hazırlanılışı: Bitki toplandıktan sonra çiçeklerinde bulunan bal özü, herhangi bir işlem uygulanmadan tüketilmektedir (N.Güney).

3.2.11. *Malva neglecta* Wallr.

Familyası: Malvaceae

Yöresel Adı: Ebegümece

Morfolojisi: Tek yıllık bir bitkidir.

Gıda Olarak Tüketimi: Bitki yemeği yapılarak tüketildiği gibi tıbbi amaçla da kullanılmaktadır.

Toplanma Tarihi: Nisan ayında toplanır.

Toplanma Şekli: Taze yaprakları toplanır.

Hazırlanılışı: İki şekilde hazırlanmaktadır:

- Bir tencereye kuru soğan küp şeklinde doğranır, sıvı yağ ile hafif pembeleşene kadar kavrulur ve bir miktar salça veya rendelenmiş domates ilave edilir. Kıyılarak hazırlanmış bitki yaprakları da tencereye aktarılır ve 1 bardak su ilavesi ile iyice kavrulur. İsteğe göre pirinç de ilave edilebilir. Piştikten sonra yoğurt ile birlikte tüketilir (L.Güney).
- Bitkinin taze yaprakları yıkanır, büyük bir cezve içinde su ile kaynatılır, süzildükten sonra vücuttaki iltihabı gidermek amacıyla çay şeklinde tüketilir (İ. Dönmez).

3.2.12. *Mentha longifolia* (L.) Hudson subsp. *typhoides* var. *typhoides* Harley

Familyası: Lamiaceae (Labiatae)

Yöresel Adı: Yabani nane

Morfolojisi: Küf yada keskin kokulu, tüylü, çok yıllık bir bitkidir.

Gıda Olarak Tüketimi: Bitkinin yaprakları baharat olarak tüketilmektedir.

Toplanma Tarihi: Mayıs ayında toplanır.

Toplanma Şekli: Bitkinin tamamı toplanır.

Hazırlanılışı: Bitkinin taze yaprakları ayıklanıp yıkanır ve güneşte iyice kurutulur. Kuruyan yapraklar toz haline getirildikten sonra çorba ve yemeklerde baharat olarak kullanılır (S.Yaman).

3.2.13. *Onosma isauricum* Boiss & Heldr.

Familyası: Boraginaceae

Yöresel Adı: Balotu

Morfolojisi: 15-40 cm boyunda, çok yıllık, dik ve dallı yada basit yapıda bir bitkidir.

Gıda Olarak Tüketimi: Bitki herhangi bir işlem uygulanmadan tüketilmektedir.

Toplanma Tarihi: Nisan ayında toplanır.

Toplanma Şekli: Bitkinin tamamı toplanır.

Hazırlanılışı: Bitkinin çiçekleri içinde bulunan bal özü, herhangi bir işlem uygulanmadan tüketilmektedir (F.Altınay).

3.2.14. *Papaver rhoeas* L.

Familyası: Papaveraceae

Yöresel Adı: Gelincik

Morfolojisi: 90 cm yüksekliğinde dik gövdeli bir bitkidir.

Gıda Olarak Tüketimi: Bitki herhangi bir işlem uygulanmadan yada salata şeklinde tüketilmektedir.

Toplanma Tarihi: Nisan ayında toplanır.

Toplanma Şekli: Bitkinin taze yaprakları toplanır.

Hazırlanılışı: İki şekilde hazırlanmaktadır:

- Toplanan bitki yaprakları ayıklanıp yıkandıktan sonra herhangi bir işlem uygulanmadan tuzla birlikte tüketilir (Z.Tiryaki).
- Gelincek salatası: Bitkinin taze yaprakları yıkandıktan sonra ince ince kıyılır. Bir kasede hazırlanan tuzlu yoğurt karışımına kıyılmış bitki yaprakları ilave edilir ve salata olarak yemeklerin yanında tüketilir (L.Değirmenci).

### 3.2.15. *Plantago sp.*

#### 3.2.15.1. *Plantago lanceolata* L.

Familyası: Plantaginaceae

Yöresel Adı: Kırkdamar

Morfolojisi: 90 cm'e kadar boylanabilen, genellikle birkaç rozetli çok yıllık bir bitkidir.

#### 3.2.15.2. *Plantago major* subsp. *intermedia*

Familyası: Plantaginaceae

Yöresel Adı: Kırkdamar

Morfolojisi: 10-50 cm boylanabilen, bir yada daha çok rozet içeren, çok yıllık bir bitkidir.

Bu cinsin iki türü de aynı isimle (Kırkdamar) anılmakta ve aynı biçimde tüketilmektedir.

Kullanılışı: Bitki tıbbi amaçlı kullanılmaktadır.

Tıbbi Amaçlı Kullanılışı: Bitkinin taze yaprakları kurutulmuş kullanılmaktadır.

Toplanma Tarihi: Mayıs ayında toplanır.

Toplanma Şekli: Taze yapraklar toplanır.

Hazırlanılışı: Toplanan taze yapraklar yıkandıktan sonra güneşte kurutulur ve toz haline getirilir. Hazırlanan bitki bal ile birlikte karıştırılarak her sabah aç karnına tüketilir. Basuru tedavisinde kullanılmaktadır (A.H.Özden).

### 3.2.16. *Polygonum cognatum* Meissn.

Familyası: Polygonaceae

Yöresel Adı: Kuzukulağı, Madımak

Morfolojisi: Çok yıllık, ince, zayıf, odunsu gövdeli bir bitkidir.

Gıda Olarak Tüketimi: Bitki yemek, börek iç malzemesi olarak ve ayrıca herhangi bir işlem uygulanmadan da tüketilmektedir.

Toplanma Tarihi: Nisan ayında toplanır.

Toplanma Şekli: Bitkinin tamamı toplanır.

Hazırlanılışı: Üç şekilde hazırlanabilmektedir:

- Madımak Yemeği: Bitkinin yaprakları ayıklanıp yıkanır. Bir tencereye kuru soğan küp şeklinde doğranır, sıvı yağ ile hafif pembeleşene kadar kavrulur ve bir miktar salça eklenir. Hazırlanmış bitki yaprakları da tencereye aktarılır ve iyice kavrulur. İsteğe göre ya yumurta (2-4) kırılarak yada bir bardak su ve bir miktar pirinç ilave edilerek pişirilir (N.Çavuş).
- Madımak Salatası: Bitki yaprakları ayıklanıp yıkandıktan sonra tuz ve limon eklenerek salata şeklinde tüketilebilir (T. Akbıyık).
- Bitkinin yaprakları herhangi bir işlem uygulamadan tuzlanarak tüketilmektedir (T. Akbıyık).

### 3.2.17. *Rumex crispus* L.

Familyası: Polygonaceae

Yöresel Adı: Labada, Efelek

Morfolojisi: Boyu 150 cm'den yüksek, çok yıllık bir bitkidir.

Gıda Olarak Tüketimi: Bitki yemek olarak tüketilmektedir.

Toplanma Tarihi: Nisan ayında toplanır.

Toplanma Şekli: Taze yapraklar toplanır.

Hazırlanılışı: İki şekilde hazırlanmaktadır:

- Labada Kavurması: Bitkinin taze yaprakları yıkandıktan sonra doğranır. Bir tencerede kuru soğan sıvı yağ ile hafif pembeleşene kadar kavrulur, daha sonra taze yapraklar ilave edilir. İsteğe göre bir bardak su ve bir miktar pirinç eklenerek pişirilir (H.Arslan).
- Labada Sarması: Bitkinin taze yaprakları erimeyecek şekilde haşlanır. Kuru soğan sıvı yağ içinde pembeleşinceye kadar kavrulur. Üzerine salça, karabiber, pul biber, nane ve pirinç eklenerek iç malzemesi hazırlanır. Haşlanmış olan yapraklara, daha önceden hazırlanmış olan iç malzemedden konularak sarılır. Pişirme sırasında üzerine limon dilimleri konulur. Yoğurtla birlikte tüketilir (T. Akbıyık).

### 3.2.18. *Rumex tuberosus* subsp. *tuberosus*

Familyası: Polygonaceae

Yöresel Adı: Efelek

Morfolojisi: Bir veya çok yıllık otsu bir bitkidir.

Gıda Olarak Tüketimi: Bitki sarma yapılarak tüketilmektedir.

Toplanma Tarihi: Nisan ayında toplanır.

Toplanma Şekli: Bitkinin taze yaprakları toplanır.

Hazırlanılışı: Bitkinin taze yaprakları erimeyecek şekilde haşlanır. Kuru soğan sıvı yağ içinde pembeleşinceye kadar kavrulur, üzerine salça, karabiber, pul biber, nane ve pirinç eklenerek iç malzemesi hazırlanır. Haşlanmış yapraklara iç malzemesi konularak sarılır. Pişirme sırasında limon suyu ilave edilebilir. Yoğurtla birlikte tüketilir (Z.Taştepe).

3.2.19. *Silene conica* L.

Familyası: Caryophyllaceae

Yöresel Adı: Toklubası

Morfolojisi: 10-30 cm boyunda, dik ve bir yıllık bir bitkidir.

Gıda Olarak Tüketimi: Bitki yemek olarak veya herhangi bir işlem uygulanmadan tüketilmektedir.

Toplanma Tarihi: Nisan ayında toplanır.

Toplanma Şekli: Bitkinin tamamı toplanır.

Hazırlanılışı: İki şekilde hazırlanmaktadır:

- Bir tencereye kuru soğan küp şeklinde doğranır, sıvı yağ ile hafif pembeleşene kadar kavrulur ve bir miktar salça ilave edilir. Kıyılarak hazırlanmış bitki yaprakları tencereye aktarılır ve 1 bardak su ilavesi ile iyice kavrulur. İsteğe göre pirinç de ilave edilebilir (E.Doğan).
- Bitkinin taze yaprakları herhangi bir işlem uygulanmadan tüketilmektedir (E.Taştepe).

3.2.20. *Sinapis arvensis*

Familyası: Brassicaceae (Cruciferae)

Yöresel Adı: Hardal

Morfolojisi: 20-60 cm boyunda, bir yıllık bir bitkidir.

Gıda Olarak Tüketimi: Bitki herhangi bir işlem uygulanmadan yada salata şeklinde tüketilmektedir.

Toplanma Tarihi: Nisan ayında toplanır.

Toplanma Şekli: Bitkinin taze yaprakları toplanır.

Hazırlanılışı: İki şekilde hazırlanmaktadır:

- Bitkinin taze yaprakları toplandıktan sonra yıkanır ve doğranır. Üzerine tuz ve limon eklenerek salata şeklinde tüketilir (L.Taştepe).
- Bitkinin taze yaprakları herhangi bir işlem uygulanmadan tüketilmektedir (L.Taştepe).

3.2.21. *Thymus praecox* subsp. *skorpilii* var. *skorpilii*

Familyası: Lamiaceae (Labiatae)

Yöresel Adı: Kekik

Morfolojisi: Uzun odunlu, sürüncü, dallanmış sık gövdeli bir bitkidir.

Gıda Olarak Tüketimi: Bitkinin yaprakları baharat olarak tüketildiği gibi, salata şeklinde de tüketilmektedir. Tıbbi amaçla da kullanılmaktadır.

Toplanma Tarihi: Mayıs ayında toplanır.

Toplanma Şekli: Bitkinin tamamı toplanır.

Hazırlanılışı: Üç şekilde hazırlanmaktadır:

- Bitkinin sert gövdesi ve kökleri ayrıldıktan sonra güneşte kurutulur ve toz şeklinde ufalanır. Çorbalarda ve yemeklerde baharat olarak tüketilmektedir (Ş.Dönmez).
- Bitkinin yaprakları ayıklanıp yıkanır ve zeytinyağı içine konularak salamurası yapılır. Sabahları kahvaltılık olarak tüketilmektedir (S.Çavuş).
- Bitki köklerinden ayrılarak temizlenir, bir cezve içinde su ile birlikte kaynatıldıktan sonra süzülür ve mideyi rahatlatmak, boğazı yumuşatmak ve nefes darlığını gidermek amacıyla çay şeklinde tüketilir (N.Güney).

3.2.22. *Tragopogon latifolius* Boiss. var. *angustifolius* Boiss.

Familyası: Asteraceae (Compositae)

Yöresel Adı: Yemlik

Morfolojisi: 8- 80 cm boyunda, tek veya çok yıllık bir bitkidir.

Gıda Olarak Tüketimi: Bitki herhangi bir işlem uygulanmadan veya salata olarak tüketilmektedir.

Toplanma Tarihi: Nisan ayında toplanır.

Toplanma Şekli: Köküyle birlikte toplanır.

Hazırlanılışı: İki şekilde hazırlanmaktadır:

- Bitkinin köklerinden ayrılır ve yaprakları iyice yıkanır. Kıyılarak hazırlanan yaprakların üzerine limon ve tuz eklenir ve salata şeklinde tüketilir (L.Değirmenci).
- Bitkinin yaprakları herhangi bir işlem uygulanmadan tüketilmektedir (L.Değirmenci).

3.2.23. *Trifolium pratense* L. var. *pratense*

Familyası: Fabaceae (Leguminosae)

Yöresel Adı: Karabaş

Morfolojisi: 20-60 cm boyunda, yatuktan dike doğru giden çok yıllık bir bitkidir.

Kullanılışı: Tıbbi amaçlı kullanılır.

Tıbbi Amaçlı Kullanılışı: Bitkinin çiçekleri suyla kaynatılıp içilmektedir.

Toplanma Tarihi: Mayıs ayında toplanır.

Toplanma Şekli: Bitkinin tamamı toplanır.

Hazırlanılışı: Bitki çiçekleri ayıklanır, yıkanır ve kurutulur. Su ile kaynatılıp çay şeklinde tüketilir. Damar açıcı etkisi bulunmaktadır (A.Er).

3.2.24. *Urtica dioica* L.

Familyası: Urticaceae

Yöresel Adı: Isırgan

**Morfolojisi:** Çoğu kez 150 cm, nadir olarak 250 cm'e kadar boylanabilen, çok yıllık bir bitkidir

**Gıda Olarak Tüketimi:** Bitki yemek veya börek iç malzemesi olarak tüketilmektedir. Ayrıca tıbbi amaçlı da kullanılmaktadır.

**Toplanma Tarihi:** Mart-Nisan aylarında toplanır.

**Toplanma Sekli:** Taze uç kısımları bir eldiven yardımıyla toplanır.

**Hazırlanışı:** İki şekilde hazırlanmaktadır:

- Isırgan Yemeği: Bitkinin taze yaprakları yıkanır ve süzildükten sonra doğranır. Kuru soğan iyice pembeleşene kadar kavrulur, bir miktar salça ilave edilir ve üzerine ısırgan yaprakları eklenerek pişirilir. İsteğe bağlı olarak yumurta (2-4) kırılır (S.Yaman).
- Isırgan böreği: Bitkinin taze yaprakları yıkanıp doğandıktan sonra pul biber ilave edilir ve yufka içine konularak sarılır. Yufkalar arasına yumurta, yağ ve yoğurt karışımı sürüldükten sonra pişirilir (S.Eren). Bu bitki gıda olarak tüketilmesinin yanı sıra tıbbi amaçlı olarak da iki şekilde kullanılmaktadır.
- Bitkinin taze yaprakları yıkanır. Büyük bir cezve yada çaydanlık içinde su ile kaynatılır. Daha sonra süzülerek içilir. İdrar söktürücü olarak kullanılmaktadır (İ:Dönmez).
- Bitkinin yaprakları yıkandıktan sonra papatya, maydanoz, kekik ve nane ile karıştırılır. Karışım büyük bir çaydanlık içinde su ile birlikte kaynatılır. İçileceği zaman süzülür. Astım ve nefes darlığı tedavisinde kullanılmaktadır (A.Er).

#### 4. Sonuçlar ve tartışma

Bu çalışma kapsamında, Mihaliççik ilçesinde doğal olarak yetişen ve halk tarafından besin olarak tüketilen 18 familyaya ait 25 bitki taksonu belirlenmiştir. Bu taksonlardan Amaranthaceae, Chenopodiaceae, Araceae, İridaceae, Poaceae (Gramineae), Cucurbitaceae, Equisetaceae, Malvaceae, Boraginaceae, Papaveraceae, Caryophyllaceae, Fabaceae (Leguminosae), Urticaceae familyalarından birer, Plantaginaceae ve Brassicaceae (Cruciferae) familyalarından ikişer örnek, Polygonaceae ve Lamiaceae (Labiatae) familyalarından üç örnek ve Asteraceae (Compositae) familyasından ise dört örnek bulunmaktadır. Buna göre; Asteraceae (Compositae) familyası % 22,2 oranında, Polygonaceae ve Lamiaceae (Labiatae) familyası % 16,6 oranında, Brassicaceae (Cruciferae) familyası ise % 11,1 oranında bulunmaktadır.

Türkiye'de halkın beslenmesinde önemli bir yeri olan yabancı bitkiler, özellikle kırsal kesimlerde yaşayan halk tarafından tercih edilmektedir. Mihaliççik ilçesinde yapılan bu çalışmada, halkın % 66'sının yabancı bitkileri tükettikleri ve bu alışkanlığı anne, baba ve kardeşlerinden, yaşlı büyüklerinden, kendi tecrübeleriyle veya bölgenin eski geleneğine bağlı olarak edindikleri ve bu bitkilerin çoğunlukla 9 yıldan (% 47) daha uzun süredir kullandıkları tespit edilmiştir. Ayrıca bitkilerin en çok toplandığı dönemin Nisan ayı olduğu, toplanan bu bitkilerin genellikle yapraklarının kullanıldığı ve yaygın tüketim şeklinin ise yemeklik olduğu belirlenmiştir. Yörede yabancı bitkilerin besin olarak tüketiminin yanı sıra hastalıklara şifa olarak da kullandıkları saptanmıştır.

Bitkiler buldukları yöreye göre farklı şekillerde isimlendirilmekte, standart Türkçe isimlerin kullanımı henüz tam olarak sağlanamamaktadır. Örneğin Gediz (Kütahya) ve Nazilli'de (Aydın) *Malva sylvestris* Ebegümeçi olarak isimlendirilirken, Mihaliççik yöresinde *Malva neglecta*'ya Ebegümeçi denilmektedir. Aynı şekilde Çifteler (Eskişehir)'de *Saponaria orientalis* Toklubası olarak isimlendirilirken, Mihaliççik (Eskişehir)'ta *Silene conica* bu isimle bilinmektedir. Bu durum, yöresel isimler arasında önemli farklar olduğunu ortaya koymaktadır.

Araştırma alanında tespit edilen yabancı bitkiler çoğunlukla gıda amaçlı tüketilirken, hem gıda hem de tıbbi amaçla tüketilen bitkiler de bulunmaktadır. Bu bitkilerin tüketime hazırlanma aşamalarının kişilere bağlı olarak değiştiği, ayrıca bitkilerin kullanım amacına göre farklı işlemlerin de uygulanabildiği belirlenmiştir. Genellikle tıbbi amaçlı kullanım söz konusu olduğunda, bitkinin etken maddesinin su ekstraksiyonu ile elde edildiği, buna karşılık gıda amaçlı tüketim durumunda bitkinin ya yemek olarak pişirildiği ya da çiğ olarak tüketildiği tespit edilmiştir.

Bazı araştırmacılar tarafından yabancı bitkilerin tüketimi ile sağlanan faydalar ve olası zararlar rapor edilmiştir (Cansaran ve Kaya, 2010). Örneğin yüksek nitrat ve nitrit içeriği özellikle çiğ olarak tüketilen bitkiler açısından önem taşımaktadır. Tosun ve arkadaşları (2003), Samsun ve çevresinde doğal olarak yetişen ve yaygın olarak tüketilen 20 farklı bitki türünü nitrat içerikleri açısından incelemiş, bu bitkilerdeki nitrat içeriğinin 32,10-8923,50 mg/kg (303,69-107253,61 mg/kg kuru maddede) arasında değişim gösterdiğini tespit etmişlerdir. Kuru maddede en fazla nitrat Kazayağı ve daha sonra sırasıyla Semizotu, Pazı, Sirken, ve Su Teresinde bulunurken, en düşük değerlerin Kırçan ve Asa Otu'nda bulunduğu bildirilmiştir. Benzer bir çalışma Certel ve arkadaşları (2006) tarafından Antalya'da semt pazarlarında satışa sunulan 10 farklı yenebilir yabancı bitki (Arapsaçı (*Foeniculum vulgare*), Turpotu (*Raphanus sp.*), Ebegümeçi (*Malva sylvestris*), Isırgan (*Urtica dioica*), Gelincik (*Papaver rhoeas*), Kuzukulağı (*Rumex acetosella*), Misliot (*Pimpinella saxifraga*) Radika (*Taraxacum serotinum*), Sevket-i Bostan (*Scolymus hispanicus*), Labada (*Rumex obtusifolius*) üzerinde yapılmış ve bu bitkilerdeki nitrat içeriği 93,74-2512,12 mg/kg arasında bulunmuştur. Her iki çalışmanın sonuçları incelendiğinde, yabancı bitkilerin nitrat içeriği açısından önemli kaynaklar olduğu görülmektedir. Yiyeceklerle alınan nitrat iyonu düşük bir toksisiteye sahip olmasına karşın, sindirim sisteminde nitrite dönüşebilme riski bulunmaktadır. Besinlerle alınan nitratın yaklaşık % 4-8'inin vücutta nitrite dönüştüğü tahmin edilmekle birlikte, nitritin özellikle bebeklerde ve küçük çocuklarda methaemoglobinemi'ye yol açtığı bildirilmiştir (Zhong vd., 2002, Anon, 2004b). İnsanlarda 8-15 gram düzeyinde nitrat alımının, karın ağrısı, bağırsak ve üriner sistemde kanama ve baygınlık gibi çeşitli sağlık sorunlarına yol açtığı; daha düşük düzeyde ama sürekli nitrat alımının ise dispepsia, mental depresyon ve baş ağrısına neden olduğu bildirilmiştir (Okafor ve Ogonna, 2003). Bununla



birlikte gıdaların işlenmesi sırasında, örneğin haşlama veya dondurma gibi işlemler sonunda nitrat ve nitrit miktarının azaldığı tespit edilmiştir (Sistrunk, 1980, Abo Bakr vd., 1986).

Bu çalışmada, Mihaliççik yöresinde gıda olarak kullanılan yabancı bitki türlerinin kullanım şeklinin, literatür bilgileri ile paralellik gösterdiği tespit edilmiştir. Bununla birlikte bazı bitkilerin (*Urtica dioica* ve *Thymus praecox* subsp. *skorpilii* var. *skorpilii*) hem gıda, hem de tıbbi amaçlı tüketildikleri belirlenmiştir.

Bu araştırmanın sonuçları, Mihaliççik yöresinde yaşayan halkın kültüre alınmamış yabancı bitkilere karşı ilgisinin oldukça fazla olduğunu ortaya koymuştur. Ancak elde edilen bulguların genellikle orta yaşın üstündeki kişilerden alınmış olması, zamanla yabancı bitki tüketimine olan ilginin azalacağı endişesini ortaya koymaktadır. Çalışmada Mihaliççik bölgesinde yetişen ve yenebilen yabancı bitkiler belirlenmiş, bu bitkilerin gıda amaçlı tüketimleri, geleneksel hazırlanma yöntemleri de verilerek detaylandırılmış ve bu bitkilerin tüketimi sonucu elde edilecek yararlar üzerinde durulmuştur. Yapılan bu çalışma ile kuşaktan kuşağa aktarıla gelen ve folklorik bilgilerle yaşatılmakta olan geleneksel bitki tüketim kültürünün, zaman içinde giderek kaybolması belli ölçüde engellenmiş olacaktır.

## Teşekkür

Çalışmalar sırasında yerel kullanımlara ilişkin bilgilerin derlenmesine yardımcı olan; A. Acar, A. Er, A. H. Özden, B. Bozok, C. Taştepe, E. Doğan, E. Taştepe, F. Altınay, G. Sivri, H. Arslan, İ. Dönmez, K. Yılmaz, L. Güney, L. Değirmenci, L. Taştepe, M. Balkan, N. Çavuş, N. Güney, S. Çavuş, S. Eren, S. Yaman, Ş. Dönmez, T. Akbıyık, Z. Taştepe ve Z. Tiryaki'ye teşekkür ederiz.

## Kaynaklar

- Abo Bakr, T.M., El-Iraqi, S.M., Huissen, M.H. 1986. Nitrate and nitrite contents of some fresh and processed Egyptian vegetables. *Food Chemistry*. 19. 265-275.
- Anonim. 2002. Eskişehir Tarım Master Planı. Aralık, 2002.
- Anonim. 2004a. Türk Gıda Kodeksi (TGK): Gıdaların üretimi, tüketimi ve denetlenmesine dair kanun hükmünde kararnamenin değiştirilerek kabulü hakkında kanun, kanun no 5179, 05 Haziran 2004 tarih ve 25483 sayılı Resmi Gazete, Ankara.
- Anonim. 2004b. WHO 2004. Nitrates and nitrites in drinking water. SDE/WSH/04.08/56.
- Arslan, N. 1992. Doğal ekonomik bitkilerin korunması. *Tarım Köy Dergisi*. 74. 17-19.
- Baytop, T.1984. Türkiye'de bitkiler ile tedavi (geçmişte ve bugün). İstanbul Üniversitesi Eczacılık Fakültesi Yayınları No: 40, İstanbul.
- Cansaran, A, Kaya, Ö.F. 2010. Contributions of the ethnobotanical investigation carried out in Amasya district of Turkey (Amasya-Center, Bağlarüstü, Boğaköy and Vermiş villages; Yassıçal and Ziyaret towns). *Biological Diversity and Conservation (BioDiCon)*. Cilt 3/2. 97-116.
- Certel, M., Sık, B., Cengiz, F., Karakas, B. 2006. Antalya yöresinde tüketilen yenebilir bazı yabancı bitkilerin nitrat ve nitrit içerikleri. *Türkiye 9. Gıda Kongresi, Bolu*. 263.
- Davis, P.H. 1965, 1988. *Flora of Turkey and East Aegean Islands*. Vol.1-10. Edinburgh University Pres, Edinburg.
- Demir, H. 2006. Erzurum'da yetişen madımak, yemlik ve kızamak bitkilerinin bazı kimyasal bileşimi. *Bahçe*. 1/2. 55-60.
- Demirbağ, Z., Belduz, A.O., Sezen, K., Nakacıoğlu, R. 1997. Bazı bitki ekstraktlarının antibakteriyel etkilerinin araştırılması. *Kükem Dergisi*. 20 /1. 49-58.
- Dığrak, M., İlçim, A., Alma, H., Şen, S. 1999. Antimikrobiyal aktiviteleri of the extracts of various plants (Valex, mimosa bark, gallnut powders, Salvia sp. and Phlomis). *Turkish Journal of Biology*. 23. 241-248.
- Endo, Y., Usuki, R., Kareda, T. 1985. Antioxidant effects on chlorophyll and pheophytin on the autoxidation of oils in the dark II. *Journal of the American Oil Chemists Society*. 62/9. 1387-1390.
- Eskişehir Tarım Master Planı, İl Tarım Kırsal Kalkınma Master Planının Hazırlanmasına Destek Projesi. 2002.
- Foo, L. Y., Porter, L.J. 1981. The structure of tannins of some edible fruits. *Journal of the Science of Food and Agriculture*. 32. 711-716.
- Ho, C.T., Ferraro, T., Chen, Q., Rosen, R.T. 1994. Phytochemical in teas and rosemary and their cancer preventive properties. *Food Phytochemicals for Cancer Prevention*. II. Tea, Spices and Herbs. (Eds) Ho, C.-T., Osawa, T., Huang, M.-T., Rosen, R.T. ACS Symposium Series 547. American Chemical Society, Washington DC. 2-9.
- Kaya, İ., İncekara, N., Nemli, Y. 2004. Ege bölgesi'nde sebze olarak tüketilen yabancı kuşkonmaz, sirken, yabancı hindiba, rezene, gelincik, çoban değneği ve ebegümecinin bazı kimyasal analizleri. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Ziraat Fakültesi, Tarım Bilimleri Dergisi (J. Agric. Sci.)*. 14/1. 1-6.
- Kırbağ, S., Zengin, F. 2006. Elazığ yöresindeki bazı tıbbi bitkilerin antimikrobiyal aktiviteleri. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Ziraat Fakültesi, Tarım Bilimleri Dergisi (J. Agric. Sci.)*. 16/2. 77-80.
- Kırbağ, S., 1999. *Hypericum perforatum* L.'un değişik ekstraktlarının antimikrobiyal aktivitesi. *Journal of Quafqaz Univ*. II/1. 102-108.
- Koç, H. 2002. Bitkilerle sağlıklı yaşam. Gaziosmanpaşa Üniversitesi. Tokat. Ümit Ofset Basımevi. Ankara.

- Larson, R. A. 1988. The antioxidants of higher plants. *Pytochemistry*. 27/4. 969- 978.
- Nishina, A., Kubota, K., Kameoka, H., Osawa, T. 1991. Antioxidizing component, musizin, in *Rumex Japonicus* Houtt. *Journal of the American Oil Chemists Society*. 68. 735-739.
- Okafor, P.N., Ogbonna, U.I. 2003. Nitrate and nitrite contamination of water sources and fruit juices marketed in South-Eastern Nigeria. *Journal of Food Composition and Analysis*. 16. 213-218.
- Önde, S., Vurdu, H. 1988. Bitki çeşitliliği ve unutulmuş gen kaynakları. *Tabiat ve İnsan*. Ankara. 22/2. 27-31.
- Özer, Z., Tursun, N., Önen, H. 2004. Yabancı otlarla sağlıklı yaşam. Renk Yayın Tanıtım Matbaacılık. Ankara.
- Sarkar, S. 2007. Functional foods as self-care and complementary medicine. *Nutrition and Food Science*. 37/3. 160-167.
- Seyidahmedov, A., Atamov, V. 2008 The beneficial plants of mountainous regions in Azerbaijan. *Biological Diversity and Conservation (BioDiCon)*. Cilt 1/1. 13-27.
- Sistrunk, W.A. 1980. Kale greens quality, vitamin retention and nitrate content as affected by preparation, processing, and storage. *Journal of Food Science*. 45. 679-681.
- Şimşek, I., Aytekin, F., Yeşilada, E., Yıldırım, Ş. 2002. Anadolu’da halk arasında bitkilerin kullanılış amaçları üzerinde etnobotanik bir çalışma. 14. Bitkisel İlaç Hammaddeleri Toplantısı. (Eds.) Başer, K.H.C., Kırimer, N. Eskişehir.
- Sür, D., Gürkan, E., Köksal, P. 1998. *Chrysanthemum coronarium* L. ve *Inula viscosa* (L.) bitkilerinin antibakteriyel ve antifungal etkileri. *Proceeding of XII th International Symposium on Plant Originated Crude Drugs*, Ankara. 233-237.
- Tosun, İ., Karadeniz, B., Yüksel, S. 2003. Samsun yöresinde tüketilen yenilebilir bazı yabancı bitkilerin nitrat içerikleri. *Çevkor*. 12/47. 32-34.
- Yapıcı, Ü., Hoşgören, H., Saya, Ö. 2009. Kurtalan (Siirt) ilçesinin etnobotanik özellikleri. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*. 12. 191-196.
- Yıldırım, Ş. 2004. Etnobotanik ve Türk Etnobotaniği. *Kebikeç*. 17. 175-193.
- Yücel, E. 2008. Tıbbi Bitkiler 1. *Cetemenler Dijital*, Eskişehir.
- Yücel, E., Tülükoğlu, A. 2000. Gediz (Kütahya) çevresinde halk ilacı olarak kullanılan bitkiler. *Ekoloji (Çevre Dergisi)*. 9/36. 12-14.
- Yücel, E., Unay, N. 2008. Çifteler ilçesinde gıda olarak tüketilen yabancı bitkilerin tüketim biçimleri ve besin ögesi değerleri. *Cetemenler Dijital*, Eskişehir.
- Zhong, W., Hu, C., Wang, M. 2002. Nitrate and nitrite in vegetables from north China: content and intake. *Food Additives and Contaminants*. 19/12. 1125-1129.

(Received for publication 28 April 2010; The date of publication 01 December 2010)