

İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa</u>
1.GİRİŞ	1
2.MATERYAL VE YÖNTEM	9
2.1. Materyal	9
2.2. Yöntem	9
3.BULGULAR	14
3.1. Bitkilerin Tüketim Biçimlerine İlişkin Anket Sonuçları.	14
3.2. Araştırma Alanında Gıda Olarak Tüketilen Yabani Bitkiler	31
3.2.1. <i>Amaranthus retroflexus</i> (Kızılback)	31
3.2.2. <i>Beta vulgaris</i> (Pancar Yaprığı)	34
3.2.3. <i>Capsella bursa pastoris</i> (Kuş Ekmegi)	37
3.2.4. <i>Chondrilla juncea</i> var. <i>juncea</i> (Garlangavuk)	40
3.2.5. <i>Erodium cicutarium</i> ssp. <i>cicutarium</i> (Cacık)	43
3.2.6. <i>Malva neglecta</i> (Ebegümeci)	46
3.2.7. <i>Papaver rhoeas</i> (Gelincik)	49
3.2.8. <i>Papaver somniferum</i> (Haşhaş)	52
3.2.9. <i>Polygonum cognatum</i> (Kuzukulağı)	54
3.2.10. <i>Rumex crispus</i> (Labada)	56
3.2.11. <i>Rumex dentatus</i> ssp. <i>halacsyi</i> (Kır Pancarı)	60
3.2.12. <i>Saponaria orientalis</i> (Toklubaşı)	62

3.2.13. <i>Scariola viminea</i> (Acı Marul)	64
3.2.14. <i>Scorzonera cana</i> var. <i>jacquiniana</i> (Dede Sakalı)	67
3.2.15. <i>Silene alba</i> ssp. <i>divaricata</i> (Koyun Dili)	69
3.2.16. <i>Tragopogon dubius</i> (Yemlik Otu)	71
3.2.17. <i>Urtica dioica</i> (Isırgan)	73
3.2.18. <i>Taraxacum officinale</i> (Çıtlık Otu)	76
3.3. Araştırma Alanında Gıda Olarak Tüketilen Bitkilerin Besin Ögesi Değerleri...	79
4.TARTIŞMA VE ÖNERİLER	83
4.1. Tartışma	83
4.2. Öneriler	96
5.KAYNAKLAR	100
EKLER.	105
Ek-1.Anket Formu.	105
Ek-2.Değişkenlere İlişkin Çapraz Tablolar	108

ÖNSÖZ

Beslenme, insanlığın en temel sorunlarından birini oluşturmaktadır. Bitkilerin gıda olarak tüketilmesi insanlık tarihi kadar eskiye dayanır. Bitkiler önce doğadan toplanarak tüketilirken, daha sonra bazıları kültüre alınmış ve tarımı yapılmaya başlanmıştır. Ticari kaygılar ve kolay erişebilirlik, bir yandan kültür bitkilerinin tüketimini arttırırken, diğer yandan geleneksel olarak tüketilen birçok bitki çeşidinin ve tüketim biçiminin giderek unutulmasına neden olmuştur. Bunun sonucu olarak besleyici değeri yüksek olan birçok bitki insan diyetinden uzaklaşmıştır. Son yıllarda tıbbi ve yenen bitkilere ilişkin birçok çalışma ve yayın yapılmış olmasına karşın, yenen yabancı otların besin ögesi içeriği ve besin değeri konusunda yapılmış çalışmalar son derece azdır.

Bu çalışmada, Çifteler (Eskişehir) çevresinde gıda olarak tüketilen yabancı otların tüketim biçimleri ile gıda içerikleri belirlenerek ekonomiye kazandırılmaları amaçlanmıştır. Tesadüfi olarak seçilen aileler üzerinde uygulanan anketlere göre, bölge halkının belli bir kısmının yabancı bitkileri yiyecek olarak tükettikleri görülmüştür. Bölgede yabancı otların; başta yemek olmak üzere, salata, börek iç malzemesi veya herhangi bir işlem yapmadan doğrudan yeme gibi değişik şekillerde tüketildikleri tespit edilmiştir.

Bu kitap yenebilen yabancı otların sürdürülebilir kırsal kalkınmanın gerçekleştirilmesinde çok önemli bir potansiyel taşıdığına anlaşılmasına birazcık olsun katkıda bulunursa amacına ulaşmış olacaktır.

Prof. Dr. Ersin YÜCEL

Eskişehir