

# Y İ d Ta h

Ali ÖZDEN

Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi, Gastroenteroloji Bilim Dalı, Ankara

Gezici toplumların M.Ö. 12.000-11.000'lerde avcılık ve toplayıcılıktan yavaş yavaş yerleşik düzene geçtiği tahmin edilmektedir. Yerleşik düzene geçen bu topluluklar yaban hayvanlarını ve yabancı bitkileri evcilleştirerek besin kaynağı olarak kullanmaya başladılar. Koyun ve keçi M.Ö. 8.000'lerde, inek M.Ö. 6.000'lerde, manda M.Ö. 4.000'lerde Asya'da evcilleştirilmiştir. Koşullar toplulukları gezgin bir yaşama zorladığı için insanlar hayvanlarla birlikte gezerek, göçerek, yaşayarak onlardan yararlanmışlardır. Ayrıca Asya içlerinden Avrupa içlerine kadar göçen insan toplulukları evcil hayvanları ile birlikte o zahmetli yolculuğu gerçekleştirmişlerdir. Böylece yaşanan etkileşim ile Avrasya kültürü oluşmaya başlamıştır.

Sümerler (M.Ö. 3.500), Hititler (M.Ö. 2.500), İsrailoğulları (M.Ö. 1.100) süt veren hayvanları hem yetiştirip hem de sütünü tüketmekteydiler.

Son zamanlarda yapılan araştırmalar yakın doğuda keçi, koyun, inek evcilleştirilmesinin M.Ö. 8 bininci yıllarda olduğunu ortaya koymuştur. Bu hayvanların etinden, kılından, yününden ve sonraları da sütünden yararlanılmaktaydı.

İngiltere'de M.Ö. 4 binli yıllarda, Doğu Avrupa'da M.Ö.6 binli yıllarda Güney Doğu Avrupa ve Yakın Doğuda M.Ö. 5-7 binli yıllarda SÜT kullanımının olduğu anlaşılmaktadır. M.Ö. 7 binlerde sütün kullanılmaya başladığını, o devirde kullanılan süt çömlerinde yapılan <sup>13</sup>C çalışmalarından öğrenmekteyiz.

Yoğurt; memeli hayvanların evcilleştirilmesi ile başlayan süreçte hayvanın yavrusuna sunduğu süte insanın göz dikmesi ile başlayıp sonra ortak olması ile sonuçlanınca sütün muhtemelen doğal koşullarda fermantasyon bakterisi ile buluşması sonucunda oluşmuştur. Sütü fermantasyona uğratan Laktik Asit bakterileri sütü pıhtılaştırarak yoğurda dönüştürürler. Yoğurt laktik asit bakterilerinin yarattığı bir eserdir. Memelilerden sağılan süte doğal çevreden yoğurt yapma yeteneğine sahip mikroorganizmaların bulaşması ile sıcak iklim koşullarında doğal olarak yoğurdun oluşmuş olma olasılığı yüksektir.

Çoban memeli hayvanın yavrusuna sunduğu süte ortak olmuş sütü sağdıktan sonra içmemiş, sütü yoğurt otu veya bir



M.Ö. 2900 - 2460'a ait bir Babil kabartma figüründe süt üretimi ve işlenmesi.

çalı ile karıştırıp uyutarak, yoğurt oluşturup kendine katık etmiştir.

Yoğurdun keşfi konusunda rivayet çoktur. Olası gerçek ise; bir zamanlar Asya steplerinde sürülerini besleyen atalarımız yaşamlarını devam ettirebilmek için sürülerin sütünü tüketmek zorunda kalmışlar ve zamanla sütü işlemeyi öğrenmişlerdir. Atalarımız yoğurdu ve kıymızı göçtükleri her yere taşımışlardır. Günümüzde “yoğurt” kelimesi tüm dünya lugatlarında Türkçe bir kelime olarak bildirilmektedir. Bu tarihi gerçeğin onaylanmasıdır (Encyclopaedia Britannica, Oxford English Dictionary, Webster’s Dictionary).

Yoğurtla ilgili efsaneler de üretilmiştir. Hz. İbrahim 175 yıl yaşamıştır. Hz. İbrahim uzun ömrünü Tanrı’nın melekleri ile gönderdiği sütü yoğurda dönüştüren mayalar ile hazırladığı yoğurdu yemesine borçlu imiş. Hz. Musa da yoğurdun Tanrı’nın kavmine gönderdiği ayrıcalıklı bir gıda olduğunu bildirmiştir. Cengiz Han’ın yayılma devrinde ulaklarından biri çölü aşmadan bir köye gelir ve matarasına su konmasını ister, fakat Moğol istilasından rahatsız olan köylü mataraya su yerine süt koyar. Asker susayınca görür ki matarasında su yerine beyaz bir sıvı vardır, tadını beğenir ve tüketir. Asker kendini çok zinde hisseder, serinlik, ferahlık hisseder ve susuzluğu geçer. Bu durumu ulu hakanına bildirir ve o günden sonra Cengiz Han ordusunun beslenme listesine yoğurdu da ilave eder.

Türklerin hayvancılıkla geçinen bir toplum olmaları nedeniyle sütü yoğurda dönüştürebilmeleri kadar doğal bir şey olamaz. Binlerce yıl Türk hakimiyeti veya Türk kültürü etkisi altında kalmış toplumların da yoğurt yapımını efendilerinden öğrenmiş olmaları çok doğaldır. Orta Asya kavimlerinin batı uzantısı olan İskitlerin yoğurt yaptığı ve yoğurda benzer yiyecekler yediklerini Hipokrat (M.Ö. 460-370) da bildirmiştir. İskitler bizim Altay kültürünün batı bölümünü oluşturan kavimlerdir.

Budist Türklerin melek ve yıldızlara yoğurt sunduklarını, bunun eski Türklerin bir geleneği olduğunu birçok uzman dile getirmiştir (I. G. Kruenitz 1803, Ökonomisch-Technische Enzykopaedie, H. Yaygun).

M.S. 8. Yüzyılda Türk Toplulukları “yoğurt” terimini kullanır. Yoğurdun kurusuna da “kurut” demektedirler. Su ile sıvılaştırılmış haline “suvuk” yoğurt dendiği görülmektedir (E. R. İzmen, Arbeiten der Yüksek Ziraat Enstitüsü Ankara 1935, Jermiya Ly Rasic, Joseph A. Kurmann YOĞURT 1978).

MS 218-222 yılları arasında Roma İmparatorluğu yapan Elagabal ekşi süttten hazırladığı iki ürünü tanımlamıştır.

- 1) Ekşi süt, bal, meyve ve undan hazırladığı “Opus Lactarum”
- 2) Ekşi süt, soğan, kekik gibi bitki ve sebzelerden hazırladığı “Oxygala” ismini verdiği yiyecek.

Büyük Hun İmparatoru Atilla sayesinde Avrupa Asya kültürü ile sıkıca temasa gelmiştir. Atilla (M.S. 404-53) 434-53 yılları arasında kardeşi Bleda ile Büyük Hun İmparatorluğunu kurmuş ve Avrupa’yı ele geçirmiştir. Böylece Avrupa Asya yemek kültürünü tanıma fırsatını da bulmuştur. Eskiden insanlar yaz mevsiminde etin kokuşmasını engellemek için eti yoğurt ile sınırladılar. Yoğurt eskiden kozmetik olarak da kullanılmıştır.

Uygur Türklerinin en temel besin maddelerinden biri yoğurttu. Onlar Budist inançlarına göre dünyayı koruyan kollayan Tanrılara yoğurt ve süttten yapılmış yiyecekler sunmaktaydılar. Budizm o devirde Türkler arasında epeyce yayılmış durumdaydı. Taklamakan Çölü’nün kuzey doğusundaki Turhan, Karahoca (Hoçu) civarında bulunan Uygur metinlerinde yoğurt ifadesi de geçmektedir. M.S. 8. yüzyıl Türkçe metinlerde yoğurt ve yoğrut ifadelerinin kullanıldığı görülmektedir.

M.S. 11 yüzyılda Kaşgarlı Mahmut tarafından 1073-1077 yılları arasında yazılan Divan-ı Lügat-ı Türk ve 1069-1070 yılları arasında Balasagunlu Yusuf Hacib tarafından yazılan Kutatgu Bilig adlı eserde yoğurt kelimesi bugünkü manada kullanılmıştır. Oğuzlar, Selçuklular, Osmanlılar hüküm sürdükleri ülkelere kültürleri ile birlikte yoğurdu da taşımışlardır.

Ünlü gezgin Venedikli Marco Polo 13. yüzyılda yaptığı Asya seyahatinde Kubilay Han ile tanıştığı gibi süt ürünleri ile de tanışmıştır. Marco Polo kıymız ve yoğurdun yaygın şekilde tüketilmesinden bahsetmiştir. Türklerin dışındaki toplumların damak tadı yoğurda uygun düşmediğinden, yoğurt binlerce yıl Türklere özgü bir yiyecek olarak kalmıştır. Bunda Türklerin yerleşik düzene geç geçmesinin payı vardır kanısındayım. Türkler ile temasa geçen toplumlar da geçte olsa yoğurt tüketimine başlamışlardır. Yoğurt kelimesini kendi dillerine göre çevirip telaffuz edip yazarlar. Son yıllarda meyve v.s. ile tadı uygun hale getirilen yoğurtların tüketimi batı toplumlarının da hızla artmaktadır.

16. yüzyılda Fransa Kralı 1. François ateşli bir mide barsak hastalığı nedeniyle birçok ilaç kullanmış, fakat iyileşmemiştir. Kralın annesi Kanuni Sultan Süleyman’dan oğlu François

is'in tedavisi için bir hekim göndermesini rica eder. Sultan Süleyman da kralın hastalığı konusunda bilgisi olan Yahudi bir hekimi Paris'e gönderir. Bazıları bu hekimin keçilerini de yanına alarak Fransa'ya gemi ile gittiğini bazıları da koyun sü-

alır. Barcelona ve Madrid'te üne kavuşur. Isaac'ın oğlu Daniel 1929'da Paris'te Danone şirketini kurar. Artık yoghurt "Danone" marka olmuştur. 1932'de büyük bir yoghurt üretim fabrikası kurarlar ve şirket hızla büyür. 1939'da başlayan 2. Dünya Savaşı yaşama dair ne varsa alt üst etmeye başlar. 2. Dünya Savaşı özellikle Yahudiler için inanılmaz bir felaket olur. Bu koşullardaki Avrupa'da yaşam olanaksız hale gelir ve Daniel Carasso 1941'de Fransa'yı terk ederek New York'a gitmek zorunda kalır. Daniel New York'ta Yunanistan'dan gelen bazı insanların çok az miktarda da olsa yoghurt üretilip sattıklarını görür.

Daniel Carasso 1942'de Dannon Milk PRODUCT Inc'i kurar. 2. Dünya Savaşı sona erince tekrar Fransa'ya döner. Amerika tecrübesi ona modern süt ürünleri fabrikalarının nasıl kurulacağını öğrettiğinden Fransa'da modern süt ürünleri üretimi için gerekli modern tesisleri yaşama geçirir. Böylece Danone hem bir dünya markası hem de konusunda bir dünya devi olmuştur.

Danone ile ilgili internette dolaşan efsane ise usa daha yakın gelmektedir. Bu öykü yoghurtun bir Türk ürünü olduğunu da açıkça ortaya koymaktadır. 1900'lü yılların başında Selanik'teyiz. Türk mandıracı gün aşırı Yahudi bir aileye bir tepsi yoghurt bırakmaktadır. Bu mandıracı ve yoghurtu dünyanın en büyük sanayi grubunun yaratılmasına esin kaynağı olmuştur. 20. Yüzyılın ilk yıllarında Selanik'te 80.000 Yahudi ve 20.000 kadar Sabetaycı yaşamaktaydı. Karasu Ailesi Selanik şehrinin saygın ailelerindendi.

İzak Karasu tıp öğrenimini tercih eder. Muayenehane açmış, sonra evlenmiştir. Bir oğlu olur adını Daniel koyar. Sonra iki kızı daha dünyaya gelir. Balkan Savaşlarında Selanik düşünce yani Yunanistan tarafından işgal edilince Yahudi cemaatinde büyük bir panik patlak verir. Yahudilerin çoğu Avrupa yollarına düşer (kalanlar da 30 yıl sonra, Hitler tarafından toplama kamplarına gönderilmiştir). Yunanlıların Selanik'e girmelerinden kısa bir süre sonra İzak Karasu, eşi ve oğlu ile birlikte İspanya'ya göç ederler (Yani 420 yıl sonra kovuldukları İspanya topraklarına geri dönmek zorunda kalırlar). İspanya 1492'de Yahudileri topluca sürmüştü fakat vatandaşlıktan çıkarmamıştır. Karasu ailesi Barcelona'ya yerleşir, bu öyküye göre yıl 1912'dir. İzak Karasu önce adını Latin harflerine göre uyarlar. İzak olur Isaac, Karasu ise olur Carasso. Sonra muayenehane açar. Fakat çok az hastası vardır. Ailesini geçindirmek için zeytinyağı ticareti yapar. Birinci Dünya Savaşı sonrasında Avrupa'da müthiş bir yoksulluk dönemi başlamıştır. Bundan İspanya

ya da nasibini alır. Bu devrede en çok ilaç sıkıntısı çekilir.

Tam o günlerde Barcelona'da çocuklar arasında barsak hastalığı salgını patlak verir. Gözleri yaşlı anne babalar kucaklarında bir deri bir kemiğe dönmüş çocukları ile diğer doktorlar gibi Isaac'ın da muayenehanesine dayanırlar ve kurtar çocuğumuzu diye yalvarırlar. Diğer doktorlar gibi Isaac'ın da elinden bir şey gelmemektedir. Gözünün önünde ölüp giden çocukların acısıyla uykusunun kaçtığı zamanlardan birinde, bir ses yankılanır belleğinde "yogurtçu, yogurtçu geldi, kaymaklı yogurtlarım var". Onu irkilten bu ses, Selanik'te evlerine gün aşırı bir tepsi kaymaklı yoghurt bırakan Türk satıcının yıllar öncesinden gelen sesidir.

Isaac "Eureka" çığlıkları atarak hamamdan çıkan Arşimed gibi yataktan fırlar ve Selanik'te barsak hastalıklarının sağaltımında yoghurtun kullanıldığını anımsar. O zaman Selanik'te hastalara günde 3 öğün birer kase yoghurt yediyorlar ve birkaç gün de hastalar sağlığına kavuşuyorlardı. Isaac yoghurtun nasıl yapıldığını bildiğinden birkaç çiftlikten topladığı süt ile evin bodrumunda yoghurt imalatına başlar, takvimler 1919'u göstermektedir. Fakat önemli bir sorun vardır. Avrupa'da yoghurt bilinmemektedir. 1500'lerin ortalarında Kanuni Sultan Süleyman barsak enfeksiyonuna yakalanan dostu Fransa Kralı 1. François'yı tedavi için yoghurtçu doktor göndermiştir. Fakat Kral iyileşince yoghurtçu doktor sırları ile birlikte İstanbul'a döner. Isaac Carasso yoghurtun Osmanlı diyarında yaygın olarak kullanıldığını anlatmaktansa bunun ilaç olarak kullanılması yararı üzerinde odaklanır. Büyük uğraşlardan sonra ilaç olarak satılması için izin alır ve yoghurt eczanelerde satılmaya başlar. Hasta çocuklarda yoghurtun etkili olduğunun görülmesi Isaac'ı umutlandırır. Yoghurt ilaç olarak tutunca sıra ona patent almaya gelir. Fakat önce bir isim bulmak gerekmektedir. Oğlunun adı Daniel'dir. Danielcik isminin Katalanca'da karşılığı olan Danon özel bir ad olması nedeniyle uygun bulunmaz. Danon'un sonuna 'e' ilave ederek DANONE markası doğar. Yoghurtçuluk çok kısa sürede Isaac'ın asil mesleği haline gelince oğlunu Fransa'ya eğitime gönderir. Daniel önce Marsilya'da ticaret lisesinde pazarlama, satış, tanıtım, muhasebe konularında kendini yetiştirir. Sonra Paris Pasteur Enstitüsünde bakteriyoloji konusunda staj görür. Daniel eğitiminden sonra Paris'te kalır çünkü babası Isaac Carasso vefat etmiştir. 6 Şubat 1929'da Paris 18. Bölgedeki bir dükkanda "Danone Yoghurtları Paris Şirketi" kapılarını açar. 1932'de Levallois Perret'teki fabrika ile de büyük bir aşama kaydedilir. Bu dünya

devinin yaratıcısı Daniel Carosso bugün 100 yaşındadır.

Elbette ki insan yoğurda inanırsa bir asır yaşar. Acaba Daniel'in babası Isaac İzmir orijinli bir Yahudi midir diye de insan kendine sormadan edemiyor. Konu ile ilgili öyküler devam edecektir.

Amerika Birleşik Devletlerinde yoğurdun gündeme taşınması Amerika'ya göç eden Türklerin sayesinde olmuşsa da daha sonra Avrupa'dan gelenler de katkıda bulunmuştur. Amerika'daki yoğurt üretimi modern tesislerde yapılır. Dr. J. M. Rossel kendi adı ile kurduğu Enstitüde yoğurt kültürünü üretmeye başlar. Henneberg 1934'de yoğurdun besin değerini arttırmak için yoğurt florasına Lactobacillus acidophilus ilave etmiştir (Reform Yoghurt). 1960'lı yıllarda yoğurt florasına Lactobacillus acidophilus ve Lactobacillus bifidus ilave edilerek "Aco yoghurt" Acidophilus-Bifidus Yoghurt/special yoğurt üretilmiştir. 1960'lı yılların sonuna doğru batı toplumlarında yoğurt tüketiminin yavaş yavaş arttığı görülmektedir. O devirde Hollywood yıldızlarının beslenme uzmanı Dr. Gay-

lor House sağlık, gençlik ve güzelliğin korunması için herke-se yoğurt önererek yoğurdun tanıtımında önemli bir işlevi yerine getirmiştir. General Eisenhower'a da hekimi her gün yoğurt yemesini tavsiye etmiştir.

Yoğurt düne kadar Türklerin yiyeceği iken bugün bütün dünyada tüketilmektedir. Yoğurdun ilk yapılışı ile ilgili birçok hikaye bulunmakla birlikte akla en uygun olanı Orta Asya steplerinde göçebe bir yaşam süren hayvancılıkla uğraşan atalarımız tarafından keşfedilmiş olmasıdır. Büyük olasılıkla süt doğal çevreden etkilenerek (sıcak, mikrop bulaşı) kendiliğinden katılaşmıştır. Çünkü sütü pıhtılaştırıcı bakteriler her yerde bulunmaktadır.

Sütün pıhtılaşmış halini yani yoğurdu Türkler kadar seven hangi millet vardır? Türklerin yaşamı süt-yoğurt-ayran ile özdeşleşmiştir. Yıllar önce bir hastamın bana "Hocam, çoban sütü sağır, sonra yoğurt otunu koparıp süt kabına daldırır, sütü karıştırır sonra kabı kapatır, uzun günde güneş eğilirken süt te yoğurt olur." dediğini çok iyi hatırlıyorum.

## D NYADA YO URDA VER LEN S MLER

**T RK YE:** Yoğurt (yoghurt)

**FRANSA:** Youghourt

**NG. LTERE, USA:** Yogurt

**AZERBAYCAN:** Gatig, Yögurt

**BAGKURT T RKLER :** Yogort, Katık

**KAZAK T RK ES. :** Ayran, Katık

**KIRGIZ:** Ayran

**ZBEK T RK ES. :** Katık

**TATAR:** Katık, Yogurt

**T RKMEN:** Gatik

**UYGUR T RK ES. :** Ketik

**ERMEN. STAN:** Madzoon, Mazzoon, Matzoon, Mazun

**ASURLAR:** Lebany

**BALKANLAR:** Tarho

**BULGAR STAN:** Nafa, Kiselo, Mleko

**MISIR:** Leben

**F. NAND. YA:** Plimoe, Plimae

**YUNAN. STAN:** Tiaourti, Oxygala, Yaourti

**IZLANDA:** Skyr

**H. ND. STAN:** Dahi, Dahli, Lassi, Chass, Matta

**.RAN:** Mast

**L. BNAN:** Laban

**MO. OL. STAN:** Koumiss

**RUSYA:** Prostokvasha, Varenetz

**SARDUNYA:** Gioddo

**S. C. LYA:** Mezzoradu

**G. NEY AFR. KA:** Joghurt

**.SVE. :** Filmjolk

**KIP. AKLAR:** Yugrat

**MEMLUKLAR:** Çuğrat

## KAYNAK A

1. Kurt A, Yoğurdun Tarihçesi ve Yeryüzüne Yayılışı, 3. Milli Süt ve Süt Ürünleri Sempozyumu İstanbul. 2-3 Haziran 1994.
2. Yaygın H, Yoğurt Teknolojisi Akdeniz Üniversitesi Ziraat Fakültesi Gıda Teknolojisi.
3. Karpa, Dowhower K, Bacteria for breakfast probiotics for Good Health Trafford Publishing Victoria, BC, Canada.
4. Anderson H, Blundell J, Chivam food selection from genes to culture. Danone Institute 2002.
5. Riehl C, Schamberger C, Michel SS, Garel K, Voillant N. The Danone Group The woman in Green Editions du Signe, 2003.
6. Rambaud JC, Buts JP, Corthier G, Flourie B, Gut Microflora Digestive Physiology and Pathology. John Libbey, 2006.
7. Ünsal A. "Silivrim Kaymak!" Türkiye'nin Yoğurtları Yapı Kredi Yayınları 2007.
8. Diamond J. Tüfek, Mikrop ve Çelik, Tübitak Yayınları 2008.
9. Evershed RP, Payne S, Sherrat AG, et al. Earliest date for milk use in the Near East and southeastern Europe linked to cattle herding. Nature "Online 6 August 2008".

## GROUPE DANONE HAKKINDA

Groupe Danone, dünya sağlıklı gıda pazarındaki lider pozisyonunu, Sütü Ürünler (taze sütü ürünler dünya birincisi), Su Ürünleri (şişelenmiş su dünya ikincisi), Bebek beslenmesi (dünya ikincisi) ve Medikal Beslenme (dünya üçüncüsü) olmak üzere dört ana iş kolunda sürdürmektedir. 5 kıtada ve 120'yi aşkın ülkede, 150 fabrikasında toplam 77,000 çalışanı bulunan Groupe Danone'nin uluslararası cirosu 2007 yılında 12,7 milyar Euro olarak gerçekleşmiştir.

Group Danone, Türkiye'de, toplumun sağlığına katkıda bulunma misyonu ve pazarı büyütme misyonu ile, 1997'den beri su pazarında Danone Hayat A. Ş., 1998'den beri sütü ürünler pazarında Danone Tikveşli AŞ, ve 2007 yılı sonu itibarıyla bebek beslenmesi ve medikal beslenme pazarında Numil A. Ş şirketleri ile faaliyet göstermektedir. Danone, Danino, Danette, Activia, Danone Doğal, Tikveşli, Birtat, Hayat, Akmina, Şaşal, Milupa, Bebelac, Nutricia markalarından oluşan sağlıklı, lezzetli, ve geniş ürün yelpazesi ile Türk tüketicisine en iyiyi sunmayı hedeflemekte olup, bu vizyonunu, Türkiye'nin 7 il/çesindeki fabrikalarında, yaklaşık 1500 personeli, hammadde-sini tedarik ettiği 12.000 çiftçi ve 1000 diğer tedarikçiyi kapsayan deneyimli tedarikçi ağı, 81 ilde 100.000 satış noktasına her gün soğuk zincirle hizmet veren 800 araç filosu ve 300 distribütörden oluşan yaygın dağıtım ağı ile birlikte yürütmektedir.

Türk toplumunun kalkınmasına katkı sağlamak amacıyla oluşturduğu "Türkiye'nin Gülümseyen Geleceği" temalı sosyal sorumluluk programı kapsamında, "Anasınfları", "Minikler Futbol Kupası", "Sağlıklı Büyüme Eğitimi" projelerini, T. C Milli Eğitim ve T. C. Sağlık Bakanlıkları ile beraber 81 ilde gerçekleştirmektedirler. Ayrıca GAP İdaresi işbirliğinde başlattığı "Su Hayat'tır" projesi ile su sorunu olan ilçe ve köylere su altyapısı götürmeyi amaçlamaktadır.

