KARADENİZ ARAŞTIRMALARI ENSTİTÜSÜ DERGİSİ
THE JOURNAL OF INSTITUTE OF BLACK SEA STUDIES

2026 12 / 25 (99-108)

Yıldırım, Rabia - Demirci, Barış, "Kolhislerin Günümüz Trabzon Mutfağındaki Yansımaları", *Karadeniz Araştırmaları Enstitüsü Dergisi*, 12/25, ss. 99-108.
DOI: 10.31765/karen.1779141

Bu makale etik kurul izni ve/veya yasal/özel izin alınmasını gerektirmemektedir.

This article doesn't require ethical committee permission and/or legal/special permission.

* Araştırma Makalesi / *Research Article*

** Öğr. Gör., Dr.,
Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi, Kadirli Uygulamalı Bilimler Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü
Osmaniye/TÜRKİYE
rabia.yildirim@osmaniye.edu.tr.
ORCID: 0009-0003-5899-5098

*** Doç. Dr.,
Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü,
Eskişehir/TÜRKİYE
bdemirci@ogu.edu.tr
ORCID: 0000-0002-1247-1841

Anahtar Kelimeler: Kolhis, Trabzon Mutfağı, Kültürel Miras

Keywords: Colchis, Trabzon Cuisine, Cultural Heritage

KOLHİSLERİN GÜNÜMÜZ TRABZON MUTFAĞINDAKİ YANSIMALARI*

Rabia YILDIRIM** - Barış DEMİRCİ***

Öz: Toplulukların veya belirli yörelerin mutfak kültürü birçok unsurlardan etkilenebilmektedir. Anadolu tarihinde dikkat çeken bölgelerden birisi de Trabzon'dur. Trabzon'un tarihi incelendiğinde imparatorluklara ev sahipliği yapmasının yanında farklı milletlerce ele geçirilmek için savaşılmaya değer görüldüğü anlaşılmaktadır. Bu milletlerden birisi de Kolhislerdir. Bu çalışma, Karadeniz'in doğusunda tarihsel uygarlıklardan kabul edilen Kolhislerin, Trabzon mutfak kültüründeki etkilerini ortaya koymayı amaçlamaktadır. Bu bağlamda çalışmanın temel amacı, Kolhislerin mutfak kültürüyle Trabzon'un geleneksel yemek kültürü arasında tarihsel ve kültürel bir bağ olup olmadığını ortaya koymaktır. Çalışmada nitel yöntem benimsenmiş; tarihsel kaynaklar, arkeolojik bulgular ve bölgenin gastronomik literatürü taranarak karşılaştırmalı analiz yapılmıştır. Kolhislerin temel besin kaynakları olan balık, hayvansal ürünler ve fındık gibi ürünlerin günümüzde de Trabzon mutfağında önemli olduğu saptanmıştır. Çalışmanın bulguları, gastronomik öğelerin yalnızca beslenmeye yönelik pratikler değil, kültürel kimliğin ve tarihsel belleğin önemli taşıyıcılarından olduğunu göstermektedir. Çalışmanın sonunda, bölgesel mutfakların korunmasına yönelik önerilerde bulunulmuştur. Bu doğrultuda, geleneksel tariflerin kayıt altına alınması, yerel ürünlerin coğrafi işaret süreçlerine dâhil edilmesi, tarım ve hayvancılık faaliyetlerinde bu kültürü korunmasını sağlayacak güncellemelere gidilmesi gibi stratejiler önerilmektedir. Bu önerilerin gerçekleştirilmesi, yalnızca Trabzon'un değil, Anadolu'nun diğer yerel mutfaklarının da kültürel sürdürülebilirliğine katkı sağlayacaktır. Bunun yanında Türk mutfağının uluslararası arenada daha fazla tanınmasını sağlayacak, olası kültür hırsızlığının önüne geçilmesine yardımcı olacaktır.

REFLECTIONS OF COLCHIS IN TODAY'S TRABZON CUISINE

Abstract: The culinary culture of communities or regions can be affected by many factors. Trabzon is one of the regions that draws attention in Anatolian history. When the history of Trabzon is examined, it is understood that in addition to hosting empires, it was also seen as worth fighting for by different nations. One of these nations is the Colchians. This study aims to reveal the influence of the Colchis, which is considered a historical civilization in the east of the Black Sea, on the culinary culture of Trabzon. It has similarities with today's Trabzon cuisine, especially in terms of its gastronomic practices. In this context, the main purpose of the study is to determine whether there is a historical and cultural link between the culinary culture of the Colchians and the current gastronomy of Trabzon. A qualitative method was used in the study, and then comparative analysis was used by scanning historical sources, archaeological findings and regional gastronomy literature. It has been determined that products such as fish, animal products and hazelnuts, which are among the basic food sources of the Colchis, still have an important place in Trabzon cuisine today. The findings of the study show that gastronomic elements are not only nutritional practices but also important transmitters of cultural identity and historical memory. At the end of the study, recommendations were made for the preservation of regional cuisines. With this aim, strategies such as recording traditional recipes, protecting local products with geographical indication processes and making updates to ensure the preservation of this culture in agricultural and animal husbandry activities are suggested. The implementation of these suggestions will contribute to the cultural sustainability of not only Trabzon but also other local cuisines of Anatolia. In addition, it will ensure that Turkish cuisine is better known in the international arena and help prevent possible cultural theft by other nations.

Geliş Tarihi / *Received Date*: 06.09.2025
Kabul Tarihi / *Accepted Date*: 05.06.2026

Giriş

İnsan 10 milyon canlı türünden birisi olup 4000 memeli de dahil olmak üzere bu türlerin arasında, kendini ve etrafındaki dünyayı inceleyebilmek için gereken biyolojik donanıma sahip tek canlıdır.[1] Bütün dünyaya yayılmış ve en zorlu koşullara bile uyum sağlamayı başarabilmiş olan insan, hayatta kalabilmek için üstesinden gelmek zorunda olduğu birçok yerel sorunlarla ve tehlikelerle mücadele etmiştir. Bununla birlikte tüm insanlar biyolojik ve fiziki açılardan birbirine oldukça benzemektedir.[2] Temel ihtiyaçlar için de böyle bir ortaklıktan bahsedebilmek mümkündür. National Aeronautics and Space Administration (NASA)[3] hayatta kalabilmek için yiyecek, su, hava ve barınağın elzem olduğunu, herhangi birinin eksikliği halinde yaşamın idame ettirilemeyeceğini belirtmiştir. Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşinde ihtiyaçların aciliyet sıralaması fizyolojik, güvenlik, aidiyet/sevgi, saygınlık ve kendini gerçekleştirmeye doğru ilerlemektedir. Buradaki fizyolojik sınıfında nefes alma, yemek, su, cinsellik gibi en temel unsurlar; güvenlikte beden güvenliği, sağlık barınma gibi unsurlar; aidiyette aile, arkadaşlık gibi unsurlar; kendini gerçekleştirmedeyse problemleri çözme, gerçekleri kabul etme gibi unsurlar yer almaktadır.[4]

Fizyolojik ihtiyaçların başında gelen elementlerden birisi olan beslenme anne karnından yaşlılığa kadar insanın her döneminde önem taşıyan, kişilerin büyüme ve gelişme potansiyellerine ulaşabilmeleri, hastalıklardan korunmaları ve kaliteli bir yaşam sürmeleri için temel bir gereksinimdir.[5] Bununla birlikte beslenmenin vazgeçilmezleri olan besin ve yemek beslenmeyle yakın ilişkili olmakla birlikte ona denk değildir. Besin fizyolojik bir ihtiyaçtan daha fazlasını ifade etmekle birlikte dünyanın farklı yerlerinde uygarlıkların ortaya çıkmasında ve medeniyetler arası bağlantının kurulmasında aracı bir rol üstlenmiştir.[6] Yemekse besin kavramından daha fazla mana içermektedir. İnsanların ne yedikleri coğrafi ve iklim koşullarına bağlı olmakla birlikte[7] onların kültürüne de bağlıdır.[8]

Kültür hem bireyleri her zaman çevreleyen, başkalarıyla olan etkileşim tarafından sürekli olarak canlı tutulan ve yaratılan, liderlik davranışı tarafından şekillendirilen dinamik bir olgu hem de davranışı yönlendiren ve sınırlayan bir dizi yapı, rutin, kural ve norm olarak ifade edilebilmektedir.[9] Şekillendiği ve şekillendirdiği birçok faktöre bağlı olduğu bilinen kültürün bağıntılı olduğu alanlara coğrafi koşullar, tarım ve hayvancılık faaliyetleri, dini inançlar örnek verilebilmektedir. Bunlara ilaveten savaşlara, ticarete, kültürel etkileşime yol açabilen farklı milletlerle gelişen iletişim de bu nevi unsurlar arasında yer almaktadır. Nitekim etkileşimler sonucunda topluluklar birbirlerine tesir edebilmektedir. Bu tesirin sonucunda ise yeme içme alışkanlıklarında değişim ve gelişimler izlenebilmektedir. Bunlara birçok örnek verilebilmektedir. Kıtlık dönemi olarak da anılan Orta çağ öncesi kavimler göçü sürecinde savaşlara bağlı olarak felaketler meydana gelmiş, halk toplulukları ve kültürler birbirine karışmış, tarımda gerilemenin de ortaya çıkmasıyla kıtlık baş göstermiştir. Toplumlar bu sebeplerden ötürü eğrelti otu, fındık çiçeği gibi ürünleri toz haline getirerek ekmeklerini yapmak durumda kalmışlardır[10]. Avusturalya'nın erken dönem göçmenleri arasında kanguru eti önemli bir protein kaynağını teşkil ederken Avrupa tarzı çiftçilik ve çiftlik hayvanlarının gelmesi ile bu durum değişmeye başlamıştır.[11] Demokrat Parti döneminde izlenmiş olan tarımda makineleşme politikasının bir sonucu olarak köylerde insan gücüne olan ihtiyaç azalmış ve diğer illerden büyük şehirlere, taşıyabileceğinden çok daha fazla göçler olmuştur.[12] Bu durum ülke içindeki farklı etnik grupların farklı yiyecek içecekleri tanımasına yardımcı olmuştur. Anlaşılabileceği üzere toplulukların birbirlerinin beslenme alışkanlıklarını etkilemesi tek bir ülkeyi aşıp ülkeler bazında olabileceği gibi bir ülkenin belirli bir kısmı ile de sınırlı olabilmektedir. Bu etkileşimin geçmişi yüzyıllar öncesinden gelebileceği gibi yakın bir tarihe de dayanabilmektedir.

Yapılan alanyazın incelemelerinde Kafkas tarihinde yok sayılamayacak bir konuma sahip olan Kolhis mutfak kültürünün günümüz Trabzon mutfağına yansımasına dair bir çalışma bulunmamasından ötürü böylesi bir

[1] Haviland ve Herald, 2021: 51.
[2] Bates, 2018:4.
[3] NASA, 2006.
[4] Trivedi ve Mehta, 2019: 39.
[5] Şanlıer, 2020: 1.
[6] Standage, 2020: 12.
[7] Akyürek ve diğerleri, 2024
[8] Közleme, 2012: 13.
[9] Schein, 2004: 1.
[10] Kutluay Merdol, 2020: 152.
[11] Ichijo ve Ranta 2016: 130.
[12] Yurtoğlu, 2017: 334.

konuda derleme çalışması yapılması planlanmıştır. Bu konuda herhangi bir çalışmanın olmaması aynı zamanda çalışmanın önemini oluşturmaktadır. Bu önem ve plan dahilinde Trabzon'un tarihinde yer almış olan Kolhislerin Trabzon beslenme alışkanlıklarına yansımasının netleştirilmesi amaçlanmıştır. Söz konusu millete ait incelemelerin çok fazla olmamasından ötürü ulaşılabilen ve bilgi güvenilirliğinin yüksek olduğu her bilimsel ve resmî kaynak incelemeye tabi tutulmuştur.

1. Literatür Taraması

Kolhis ve Trabzon tarihi incelendikten sonra dahil edilmesi gerek zaman aralıkları belirlenmiştir. Akademik veri tabanları, Gürcistan, Rusya ve Türkiye'ye ait resmî kurumların internet siteleri taramaya dahil edilmiş, bu süreçte İngiliz, Rus, Gürcü ve Türk dilinden faydalanılmıştır. Literatür taraması esnasında herhangi bir verinin gözden kaçmaması adına aynı anahtar kelimeler bahsi geçen dillerin hepsinde taratılmıştır. "*Kolhis, Trabzon, Kolhis mutfak kültürü, Trabzon mutfak kültürü, Kolhis'te tarım ve hayvancılık, Trabzon tarihinde tarım ve hayvancılık, Kolhislerde ticaret, Trabzon tarihinde ticaret*" bu anahtar kelimelerin bazılarıdır. Ulaşılan kaynakların kaynakçaları da gözden geçirilerek gerek herhangi bir kaynağın atlanmaması gerekse verilerin güvenilirliğini yüksek tutulması amaçlanmıştır.

Bunun dışında Kolhislerin hüküm sürecinde ve ardındaki yıllarda yazılmış olan antik kaynaklar araştırılmış, içerilerindeki bilgiler ayıklanmış ve çalışmaya dahil edilmiştir. Bununla birlikte ele alınan topluluğun antik bir döneme ait, haklarında yapılan çalışmaların kısıtlı olması pişirme yöntemleri, saklama biçimleri, ritüellerin içeriği, sofra düzenleri ve gıda sembolizmi hakkında detaylı bilgi edinilmesini sınırlamıştır. Kolhislere ve Trabzon tarihine dair mutfak kültürünü işaret eden verilerin biriktirilmesinin ardından günümüz Trabzon mutfak kültürü mercek altına alınmış, söz konusu bilgiler birbirleriyle karşılaştırılmıştır. Son aşama olarak elde edilen bulgular yorumlanmış ve çıkarımlarda bulunulmuştur.

1.1. Kolhis

Kolhis Doğu Karadeniz ile Kafkas dağları arasında kalan bölgeye Yunan kaynaklarında verilen addır.[13] Kolhis Bölgesi kuzeyinde Karadeniz, güneyinde Armenia ve Cappadocia, batısında Galatia ve Paphlagonia, doğusunda ise Iberia ile çevrelenmiştir. Bölge halkına Kolhisliler denilen Kolhis bölgesinin bir açıdan sınırlarını belirleyen Kafkas Dağları, bölgenin çevresiyle olan kültürel, ekonomik, ticari ve sosyal iletişiminin limitli olmasına yol açmıştır. Coğrafi özelliklerinden ötürü daha çok deniz yoluyla iletişimin kurulduğu alanda çoğunlukla Grek dünyasıyla iletişim içerisine girmiştir.[14] Karadeniz kıyısında büyük bir Kolhis kabileleri birliğinin varlığı ise MÖ. 13. yüzyıldan itibaren bilinmektedir.[15]



Şekil 1. Reditus Decem Millium Graecorum.[16]

[13] Bilgin, 2000: 25.
[14] Mutlu, 2019: 62.
[15] Georgian National Academy of Sciences, 2025.
[16] Wilkinson, 1815.

Kolhis bölgesi ile alakalı bilgiler Kolhis devletinden itibaren daha belirgin bir şekilde aktarılması mümkün olsa da krallık öncesinde de Kolhis kültüründen bahsetmek mümkündür. "Proto Kolhis" olarak da adlandırılan MÖ. 3. ve 2. binyıllarda savunma hendekleriyle çevrili ve yapay tepeler üzerine kurulmuş ahşap kütük binalardan oluşan yerleşimler yaratılmış, bronz metalurjisi, tarım ve hayvancılık faaliyetleri teşvik edilmiştir. MÖ 2. binyılın ortalarından itibaren birleşik bir sistem karakteri kazanan ve bilimsel literatürde "Kolhis Bronz Kültürü" olarak bilinen kültürün temelleri atılmıştır. Kolhis topraklarında demir metalurjisinin geliştiği ve demir silahların tarımda öncü hale geldiği MÖ. 9.ve 8. yüzyıllarda kadar bronz Kolhis baltasının tarımsal ve belki de askeri amacını yavaş yavaş kaybettiğini ve yalnızca ritüel-kült işlevinin kaldığı varsayılmaktadır.[17] Yunan ve Roma kaynaklarında ise "altınca zengin" olarak anılmaktadır.[18] Günümüzde ise – aynı zamanda Kolhislerin de vatanı olan Gürcistan'da - Gürcü halkı, metalurjinin kurucusu olduklarına inanmaktadır.[19]

Arkeolojik kazılarda Kolhis Krallığı tarihinin milattan önce (M.Ö.) 8. yüzyıla kadar dayandığı görülmektedir.[20] M.Ö. 6. yüzyılın ortalarına kadar Kolhislere ait maddi kültüre dair elle tutulur bilgiler henüz edinilememiş olsa da M.Ö. 5. yüzyılda belirli bir düzeyde süreklilik görülmeye başlanmıştır.[21] Bu dönemde Greko-Pers savaşlarından ötürü ticari ve ekonomik ilişkileri zayıflamışsa da savaşların sona ermesiyle uluslararası ticarette aktif olarak yer almıştır.[22] MÖ 5. yüzyıldan kalma bir Kolhis mezarlığından elde edilenler Yunan ve Ahameniş medeniyetlerinin özümsendiğini ve yeniden şekillendirildiğini ortaya koymuştur.[23]

Öte yandan MÖ 5. yüzyılda, yerel soyluların ikametgahlarının bulunduğu Kolhis'in orta kesimlerinde Yunan özelliklerinin hemen hemen hiç etkisi görülmemiştir.[24] Bununla birlikte klasik yazarlar Kolhis Bölgesi'nde Phasis, Gyenos ve Dioscuria olmak üzere Yunanlıların üç şehir kurduğunu da aktarmaktadır.[25] MÖ 3. ve 1. Yüzyılları arasına ait arkeolojik materyallere göre, bu dönemde Kolhis'in Yunan dünyasıyla aktif ticaret, ekonomik ve kültürel ilişkilere sahip olmaya devam ettiği görülmektedir.[26] Roma etkisine ise MÖ. 1. yüzyılda girmiştir.[27] Bu etkinin çoğunlukla ekonomi ile bağlantılı olmuş, ticaretle alakalı birtakım değişmeler yaşanmıştır.[28] Ancak Roma etkisinin seviyesi Kolhis bölgeleri arasında değişiklik göstermektedir. Castellumların etrafındaki yerleşim yerlerinin yanındaki kıyı şeridi boyunca bu etki daha belirgin olmuşken 1. ve 4. yüzyıllarda Doğu Karadeniz Bölgesinin yerel nüfusunun Romalılaşma düzeyi, klasik bir Roma İmparatorluğu şehirleri karakteristiğini taşımamıştır.[29] MÖ. 1. yüzyılın sonuna doğru ise Kolhisler Lazoi olarak anılmaya başlanmış ve Lazlar 4. yüzyıla kadar Kolhis'te egemenlik kurmuşlardır.[30] Milattan sonra (M.S.) 4. yüzyılda Hıristiyanlığın, Roma'nın resmi devlet dini oluşuyla Kolkhis Hıristiyanlaşmış, bu dönemden itibaren uzun zamandır olan Kolhis Krallığı siyasi tanımlaması yerini Lazika Krallığı'na bırakmıştır.[31]

1.2. Kolhisler ve Lazlar

Laz halkının kökeni MÖ 8. yüzyıla kadar uzanmaktadır. Lazların tarihi oldukça eski bir geçmişe sahip olan Kolhi kavmi ile yakından ilişkilidir. Bizans işgalinden önce Kolhis halkı Laz olarak anılmıştır.[32] Kolhilerin Lazların atası olduğuna dair ortaya konan bilgiler başka tarihçiler tarafından da doğrulanmaktadır.[33] Hani haklı olarak da anılan Lazlar, Trabzon'dan Afganistan'a kadar Karadeniz kıyısında oldukça geniş bir bölgede yaşamışlar, Kolhis Krallığı'nın Roma istilasına uğramasının ardından krallığın egemenliği Lazlara geçmiş ve Lazika olarak anılmaya başlanmıştır.

[17] ბამეგრელო, 1999:39.
[18] Dişli, 2019: 72.
[19] ცინცაბაძე, 2009: 187.
[20] Kızgut, 2016: 38.
[21] Tsetskhladze, 1995: 314.
[22] Lordkipanidze, 1983: 130.
[23] Kohl ve Lordkipanidze, 2005: 167.
[24] Tsetskhladze, 1992.
[25] Kohl ve Lordkipanidze, 2005: 165.
[26] ჯამბურია, 2022: 64.
[27] Lawrence, 2018: 72.
[28] Gamkrelidze, 2010: 214.
[29] თოდუა, 2003: 187.
[30] Lawrence, 2018: 73- 76.
[31] Kızgut, 2016: 153.
[32] Tanış ve Kalkışım, 2025; Vanilişi ve Tandilava, 2005: 7-8.
[33] Avcı, 2002

Lazların mutfak kültürlerinde meyveler arasında şeftali, elma, armut, üzüm, erik, kiraz, nar, ayva, ahududu, Bektaşi üzümü, portakal, limon, mandalina, incir ve diğer meyve bahçelerinin yanı sıra fındık ağaçları yer almaktadır. Yapılan reçel türleri arasında üzüm, incir ve armut bulunmaktadır. Bunun yanı sıra üzümden pekmez, sirke, şarap da üretilmiştir. Üzüm pekmezinden karabuğday ile fasulyenin karıştırılmasıyla yapılan "pelamushi" ve reçel benzeri bir yapısı olan "majuni" hazırlanmıştır. Üretilen şaraplara üretim aşamasında ekmek ya da hamur, tuz ve çivi eklenmiştir. Çivinin sert bir şarap olmasına katkıda bulunacağına; tuzun şarabın koyu bir kıvamda olmasının önüne geçeceğine, ekmeğin ise şarabı tüketilebilir hale getireceğine inanmışlardır.

Sebzelerde bezelye, fasulye, pırasa, kişniş, maydanoz, soğan, salatalık tüketilmiş ve çeşitli turşular yapılmıştır. Tahıl olarak ise pirinç ve mısır kullanılmıştır. Avcılık Laz kültüründe oldukça değerli bir konuma sahiptir.

Kültür içinde avcılık oldukça değerli bir konuma sahip olup tüketilen etler arasında kuzu ve keçi eti bulunmaktadır. Öte yandan öne çıkan hayvancılık aktivitesi balıkçılık olmuştur.[34]

Günümüzde ise Laz mutfağı, bölgenin coğrafyası, iklimi ve doğal kaynakları tarafından şekillendirilmiştir. Sebzeler, kara lahana, peynir, mısır ve hamsi Laz mutfağında öne çıkan gastronomik ögeler arasındadır. Ayrıca, süt ve süt ürünlerinden yapılan yemekler de önemli bir yere sahiptir. [35]

1.3. Kolhis ve Trabzon

Ksenophon On Binlerin Dönüşü eserinde Trabzon hakkında Kolhis bölgesindeki Sinopluların kolonisi olarak bahsetmektedir.[36] MÖ. 8. yüzyılın 20'li yıllarından itibaren, Kolhis'in zayıflamasının ardından Kolhis kabilelerinin bir kısmı günümüzdeki Trabzon bölgesine yerleşmiştir. MÖ. 2.-1. yüzyılların başında, Kolhis, Pontus kralı Mithridates VI Eupator tarafından fethedilmiştir.[37] MÖ. 670 dolaylarında Miletliler tarafından ele geçirilerek Helenleştirilen Sinope şehri ilerleyen zaman dilimlerinde doğuya doğru Ordu, Giresun ve Trabzon'da ticaret kolonileri kurmuştur. Tarihsel süreç içinde istilalarla gerek Sinop gerekse diğer koloni şehirleri ortadan kalkmıştır. Bu koloni şehirlerinden Trabzon'un ömrü Sinop, Ordu ve Giresun'dan daha uzun olmuştur.[38]

Bölgenin antik etnik yapısı, Trabzon çevresindeki yerliler "Koli'', günümüzdeki Sürmene ve Of yörelerindeki yerliler ''Makronlar'' ve Trabzon'un batı yörelerindeki yerliler ''Mösinekler'' olmak üzere belli başlı 3 kavim olarak sınıflandırılabilmektedir. Bunların haricinde Kolhlardan ayrılma Deiller adlı kabile de bugünkü Maçka yöresinin yerlilerini oluşturmaktadırlar. Günümüzde bile Trabzon' da yaşayan halk farklı etnik gruplardan oluşmaktadır.[39] Bu durum Kolhislerin alt kollarının da Trabzon yerleşkesinde bulunduklarını göstermektedir.

1.4. Kolhis Bölgesi Yiyecek İçecek Kültürü

Kolhis Bölgesi'nin coğrafi durumu, dağlık yapısı ve bitki örtüsü göz önüne alındığında diğer bölgelere kıyasla sığır gibi büyükbaş hayvanların, daha verimli, daha yüksek kalite ve özellikte yetiştiriciliğine uygun olmuş olabileceği öne sürülebilmektedir.[40] Doğu Karadeniz kıyısındaki arkeolojik kazılarda inek, koyun ve keçi kemik kalıntıları bulunmuştur.[41] Arrianus'un Karadeniz Seyahati eserinde,[42] gezisi sırasında Trabzon'dayken bir boğayı kurban olarak sunduklarını, hayvanın iç organlarına baktıklarını ve libasyon yaptıklarını aktarmıştır. Antik kaynaklardan edinilen bilgiye göre boğadan elde edilen ürünler bölge halkı tarafından sıkça kullanılmış, geleneklerinde kralların hediyeleşmelerinde birbirine gönderilmiştir.[43]

Yağış, Kolhis Ovası'nda bitki örtüsünün, özellikle ormanların, hızla büyümesini sağlamış ve bu durum antik çağlarda tarımın gelişmesinin önünde büyük bir engel olmuştur. Buna ilaveten fazla yağış beraberinde Kolhis Ovası'nda bataklık bir yüzeye ve aşırı su birikmesine yol açmıştır.[44] Ancak bu durum tarım faaliyetlerini tamamen engellememiştir.

---

[34] Coşan ve Seçim, 2020; ვანილიში და თანდილავა, 1964: 12-83.
[35] Oğan, 2025.
[36] Ksenophon, 2014: 187.
[37] Georgian National Academy of Sciences, 2025.
[38] Karagöz, 1998: 39-41.
[39] Karagöz, 1998, 11-18.
[40] Mutlu, 2019: 77.
[41] Giorgadze ve Inaishvili, 2015: 154.
[42] Arrianus, 2015: 5.
[43] Mutlu, 2019: 72.
[44] ბამეგრელო, 1999: 46.

Kolhian Ovası'nın Erken Tunç Çağı yerleşimlerinde çok sıralı arpa, sakalsız buğday, darı, kavuzlu buğday gibi ekili bitkilere rastlanılmıştır. Yazılı kaynaklarda ise Kolhis'te arpa, buğday, kestane, fındık, üzüm, elma, sebzelerin yetiştirildiğinden bahsedilmektedir; bunlara ek olarak bal ve keten ihraç edilen ürünler arasında yer almıştır.[45] Namcheduri tepesinde yapılan arkeolojik kazılarda bir buğday demeti keşfedilmiş olsa da[46] tahıllar arasında darının diğerlerine göre daha özel bir konumu bulunmaktadır. Uzun zamandan beri Avrupa Neolitiği'nde ve Kafkasya'da da var olduğu tahmin edilen darı, 40-90 gün arasında büyüyebilmesi, buğdaya göre daha az su istemesi ve kuraklığa dayanıklı olması yetiştirilmesini çekici hale getirmiştir. Nitekim *Pichori* ve kalıntıları MÖ 2011 ile 1771 yılları arasına tarihlenen *Setaria italica* darısı Karadeniz kıyısında bulunmuş, Kafkasya'daki en eski darı örneklerini teşkil etmiştir.[47] Bununla birlikte Karadeniz'in doğu kıyısındaki bölgede tahıl hasadı oldukça sınırlı gerçekleştirilebilmiştir.[48] Osmanlı'nın son dönemlerinde Trabzon'un tahıl açısından dışa bağımlı olduğu bildirilmektedir.[49]

Arrianus, eserinde,[50] Phasis şehrinden sonraki Kolhis için en önemli kentlerden birisi olan Dioscurias'a Kafkas dağlarında yaşayan kavimlerin birçoğunun özellikle tuz almaya geldiklerini, Dioscurias halkınınsa bu tuzun belirli bir kısmını denizden çektikleri suyu kaynatarak elde ettiğini aktarmıştır. Mezarlardan elde edilen kalıntılar arasında tuzluk da bulunmuştur.[51] Deniz suyuyla halkın tuz ihtiyacının bir kısmı giderilmiştir. Bölgedeki deniz kıyısı ve balık bakımından zengin nehirler balıkçılık; sık ormanlar ise avcılık faaliyetlerini geliştirmiştir. Yunus, yaban domuzu, yaban keçisi ve su kuşu kemikleri alandaki balıkçılık ve denizcilik faaliyetleri hakkında bilgi veren unsurlar arasındadır.[52]

Bölgedeki tarihi kalıntılar şarabın tüketildiğini göstermektedir. MÖ. 5. Binyıldan beridir bölgede şarap üretilmektedir.[53] Phasis aracılığıyla keten tohumunun yanı sıra şarap da ihraç edilmiş[54], ithalata da başvurulmuştur. Yunanlı tüccarlar Kolhis'e çoğunlukla sanatsal ve güzel sofra seramikleri, kaliteli şarap, zeytinyağı ve çoğunlukla yemek pişirmede kullanılan parfümler getirmişlerdir.[55] Mezarlıklarda şarap içmek için kullanılmış siyah sırlı kaplar bulunmuştur.[56] Bu siyah sırlı çömlekler Atinalı tüccarların Attika seramik atölyelerinin has seri üretimi getirmesi sayesinde üretilmiştir.[57] Bu kaplara ilaveten Karadeniz kıyılarında, Kafkasya'da, Doğu Anadolu'da ve İran'da örneklerine rastlanılmış olan rhytonlar da içki içmek maksadıyla kullanılmıştır. Bununla birlikte cenaze törenlerinde sıkça görülmesine rağmen bazı durumlarda içki kapları olarak kullanılmasının uygun olmaması, rhytonun kutsal işlevlerinden birinin ölülerle ilgili ritüellerde kullanılması olduğu ihtimalini doğurmaktadır.[58] Ayrıca Vani arkeolojik alanında keşfedilmiş ve incelenmiş, MÖ. 4. ve 3. yüzyıllara tarihlenmiş mezarlarda sürahilere ve amforalara sıkça rastlanılmıştır.[59] Bu eşyaların yüzeysel bir ihtiyaç karşılama aracı olmadığını düşündürmektedir.

1.5. Trabzon Yiyecek İçecek Kültürü

Trabzon Doğu Karadeniz bölgesinde yer almaktadır. Karadeniz mutfak kültürünün şekillenmesinde şehirlerin denize kıyısının olup olmaması etkili olmaktadır. Nitekim kıyı şeridinden balık, karalahana ve mısır en önemli üç girdidir. Mısır bu alanlarda buğday yerine ekilmektedir. Günümüzde mısıra darı da denilmektedir.[60] Karadeniz'in doğusunda çay ve fındık halkın önemli gelir kaynaklarından olup mutfakta da yerini almaktadır.[61]

[45] Gamkrelidze, 2012: 42.
[46] Giorgadze ve Inaishvili, 2015: 154.
[47] Martin ve Messager, 2021.
[48] Tsetskhladze, 1992: 253.
[49] Karaçavuş, 2010.
[50] Arrianus, 2005: 3.
[51] Tsetskhladze, 1992: 229.
[52] Giorgadze ve Inaishvili, 2015; ცინცაბაძე, 2009: 187.
[53] ცინცაბაძე, 2009: 187.
[54] Gamkrelidze, 2012: 58.
[55] Georgian National Academy of Sciences, 2025.
[56] Tsetskhladze, 1992.
[57] Lordkipanidze, 1983: 130.
[58] Gamkrelidze, 2009: 204-205.
[59] Kacharava ve Kharabadze, 2011: 23-37.
[60] Türk Dil Kurumu, 2026.
[61] Gürsoy, 2013: 87.

Bizans ve Osmanlı mutfağının etkisiyle gelişen Trabzon mutfak kültüründe Türk mutfak kültürünün beslenme alışkanlıkları oldukça baskındır.[62] Etlerde büyük ve küçükbaş hayvancılık öncelikli olmaktadır.[63] Yaz aylarında mera ve yaylalardan yararlanan koyun ve keçi sürüleri, kış aylarında fındık bahçelerinden yararlanmak suretiyle beslenme sorunu yaşamamaktadır.[64] Bu durum bölgedeki küçükbaş hayvancılığın sürdürülmesinde yardımcı olmaktadır. Hayvancılıkla uğraşılan iç kesimlerde süt ürünlerinin kullanımı da yaygındır.[65] Coğrafi işaret almış 9 gastronomik ögenin 6'sının temel maddesini hayvansal ürünler oluşturmaktadır.[66] Daha içte bir konuma sahip olan Tonya'ya ait coğrafi işaretli Tonya Tereyağı' nın Avrupa Komisyonu'nda da coğrafi işaret alabilmesi için gereken başvurular yapılmıştır.

Mutfak kültüründe yer alan ana yemeklerinde balık, sebze, ot yemekleri, hamur işleri, et yemekleri ve sebzeli et yemekleri genel ağırlığı oluşturmaktadır. Karalahananın özel bir konumu olan yöre mutfağında pazı, tomara, fasulye gibi ot yemekleri de göze çarpmaktadır.[67] Bununla birlikte kullanılan yeşillikler bunlarla sınırlı olmamaktadır. Yöreye özgü olan ve yüzyıldan fazladır halk tarafından yemeklerde kullanılan külür otunun yanı sıra[68] yerel pazarlarda sıkça bulunabilen ısırgan otu, pırasa, marul, maydanoz, nane, taze soğan gibi ülke genelinde tanınan otların da satıldığı ve talep edildiği bilinmektedir.

Trabzon mutfak kültüründe yörede kolayca bulunan ürünlerden yapılan yemekler sık aralıklarla tüketilmekte, yalnızca kış için yemek planı ve depolaması yapılmaktadır. Özellikle en önemli kışlık yemek malzemesi turşu sıklıkla yapılmaktadır. Bölgede yetişen ürünlerin kullanımı yöresel mutfağın temel özelliği olarak görülmektedir.[69] Yörede yapılan turşu çeşitlerine fasulye, beyaz lahana, havuç, kaldirik, pancar örnek verilebilmektedir.

Trabzon mutfağında balıkçılığın gelişmiş olması nedeniyle hamsi, mezgit, palamut ve istavrit gibi balıkların ızgara, buğulama ve kızartmaları yapılmaktadır. Ayrıca tereyağlı alabalık ve fırında alabalık gibi tatlı su balıklarından yapılan yemekler mevsimsel olarak çok fazla tercih edilmektedir.[70] Bunlara ilaveten hamsi balığının yöre halkı için özel bir konumu olduğu söylenebilmektedir.[71] Hamsiden yapılan yemekle ilde sıkça tercih edilmektedir.[72]

Sonuç ve Öneriler

Tarihteki medeniyetlerin beslenme alışkanlıkları günümüzdeki beslenme alışkanlıklarına yansıyabilmektedir. Anadolu'dan gelip geçen tüm uygarlıklar kültürel birikimini sonrasındaki kültürlere aktarmış, bu sayede pek çok yemek günümüze ulaşabilmiştir. Antik Çağda Doğu Karadeniz mutfağında kendine yer bulan balık ve balık yemekleri günümüzde de benzer şekilde devam etmektedir. Kaynaklarda sadece balık tuzlaması, salamura ve garum denilen bir balık sosuna rastlanılsa da günümüzde bölgede o döneme benzer şekilde özellikle hamsinin bol olduğu sonbahar ve kış aylarında salamurası yapılmaktadır.[73] Anadolu uygarlıklarından birisi olan Hititlerde ekmek gerek temel besin maddesi olup gerekse kutsal özellikler taşımıştır. Çeşitli sebzeleri tanıyan uygarlıkta et de bir o kadar önemli bir konuma sahip olmuştur. Söz konusu uygarlığın hüküm sürdüğü İç Anadolu coğrafyasında günümüzde yöre tahıl ambarı olarak bilinmekte, hamur işleri ve kırmız et yemekleriyle öne çıkmaktadır.[74] Sümerlerin çorbaları et suyu ile tüketme alışkanlıkları günümüz Türk mutfağına yansımıştır.[75] Söz konusu durumlarda antik çağdaki beslenme alışkanlıklarının yöresel mutfaklara yansıdığı yorumu yapılabilmektedir. Benzer bir durum Trabzon mutfak kültürü için de geçerli olmuştur.

Trabzon tarih boyunca birçok millete ev sahipliği yapmış neticede bu milletlerin kültürlerini öğrenme fırsatı bulmuştur. Bu milletlerden birisi de Kolhislerdir. Kolhis toplumunun beslenme alışkanlıklarına dair elde edi-

[62] Şengül ve Türkay, 2022: 164.
[63] Trabzon İl ve Tarım Orman Müdürlüğü, 2025.
[64] Tarım Reformu Genel Müdürlüğü, 2024: 5.
[65] Karadeniz Kültür Envanteri, 2021.
[66] Coğrafi İşaret Portalı, 2025.
[67] Kardeş Çolakoğlu ve Sarıışık, 2023: 157-158.
[68] Şen ve Koç, 2024: 291.
[69] Karadeniz Kültür Envanteri, 2021.
[70] Şen, 2020: 256.
[71] Kardeş Çolakoğlu ve Sarıışık, 2023: 158.
[72] Trabzon Valiliği, 2025.
[73] Kabacık ve Aksoy, 2022: 89-91.
[74] Şengül ve Türkay, 2022: 121.
[75] Yalçın ve Yaman, 2019.

len verilere çoğunlukla arkeolojik kazılar ve antik kaynaklar vasıtasıyla ulaşılmıştır. Bunlara göre Kolhis toplumu büyükbaş hayvan, balık, yabani hayvan etleri, arpa buğday cinslerine ait tahıllar tüketilmiştir. Baharat olarak ise tuz göze çarpmakta, şarabın önemli bir değerinin olduğu anlaşılmaktadır. Günümüz Trabzon mutfağı incelendiğinde bu beslenme alışkanlıklarıyla paralel yönlerinin bulunmasıyla birlikte birtakım değişimler meydana geldiği anlaşılmaktadır. Bölgedeki Kolhis varlığının oldukça eski, coğrafi koşulların benzer olması ve ilerleyen dönemlerde farklı milletlerle de etkileşime girilmesinden yola çıkarak bu ve benzeri değişimlerin oluşması olağan olarak görülmüştür. Balık ve büyükbaş hayvan eti tüketimi değerini halen daha sürdürmekte, baharat olarak tuzun kıymetli olduğu bilinmektedir. Tahıllarda ise ağırlık arpa ve buğdaydan mısıra doğru kaymıştır. Şarap tüketimine dair resmi bir veri bulunamamıştır. Bununla birlikte Kolhis beslenme alışkanlıkları ile günümüz Trabzon mutfağının örtüştüğü noktaların bulunmaktadır. Bu durum gastronomik öğelerin yalnızca beslenmeye yönelik pratikler değil, aynı zamanda kültürel kimliğin ve tarihsel belleğin önemli birer taşıyıcısı olduğunu göstermektedir. Ancak aradaki tarihsel bağıntının daha net anlaşılabilmesi için gerek Kolhis bölgesinde gerekse Trabzon'da ilgili arkeolojik kazı çalışmalarına daha fazla ağırlık verilmesi önerilmektedir. Konu ile alakalı çalışmaların büyük bir kısmı Gürcü ve Rus kaynaklarından sağlanabilmiştir. Bu durum konunun aydınlatılması sürecinde tarafsızlığın sağlanamaması, konunun dar bir çemberde kalması hatta verilerin çarpıtılması riskini doğurduğunu düşündürmektedir. Bundan ötürü Türk araştırmacıların da ilgili çalışmalara dahil olması önerilmektedir. Bu sayede kültürel değerlerin yok olmasının ve tarihi bilgilerin belirli bir zümre tarafından çarpıtılmasıyla o şekilde kabul görmesinin önüne geçilebileceğine inanılmaktadır.

KAYNAKÇA

Akyürek, S., Çalık, İ., Taş, S., Pir, R., Kaya, F. ve Zeybek, H. İ. (2024), "Kültürel Miras Unsuru Olarak Yayla Mutfak Kültürü: Gümüşhane İli Örneği", *Milli Folklor*, *18*(141), 78-91.

Arrianus (2005), *Arrianus'un Karadeniz Seyahatnamesi,* (hzl. Murat Arslan), (Ed. Murat Arslan), (Çev. Murat Arslan), İstanbul: Odin Yayıncılık.

Avcı, İ. (2002), *Lazlarda Sosyokültürel Değişim,* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Bates, Daniel (2018), *21. Yüzyılda Kültürel Antropoloji: İnsanın Doğadaki Yeri*, (Çev. Suavi Aydın), İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.

Bilgin, Mehmet (2000), *Doğu Karadeniz: Tarih, Kültür, İnsan,* Trabzon: Serander Yayınları.

Coşan, Dilek ve Seçim, Yılmaz (2020), "Doğu Karadeniz Bölgesinde Yaşayan Laz Topluluklarının Dili, Gelenekleri ve Mutfak Kültürü Üzerine Bir Araştırma", *Karadeniz Uluslararası Bilimsel Dergi*, *I*/45, 129-142.

Coğrafi İşaret Portalı (2025), https://ci.turkpatent.gov.tr/cografi-isaretler/liste?il=61 (10.04.2025)

Dişli, Baran Tufan (2019), *Mithridates VI Eupator Döneminde Kolkhis (İ.Ö. 101 – 63),* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir: Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Gamkrelidze, Gela (2009), "Two Silver Rhytons from West Georgia – Colchis (Mtisdziri and Gomi)", *Iberıa-Colchıs Researches on the Archaeology and History of Georgia in the Classical and Early Medieval Period*, (Ed. Georgi Gamkrelidze), Georgıan Natıonal Museum of Otar Lordkifanidze Centre of Archaeology.

Gamkrelıdze, Gela (2010), Colchological Articles II. İçinde *The Globalistic process of Romanization and Colchis,* Centre for Archaeological Studies of the GAS.

Gamkrelidze, Gela (2012), "The Land Of Colchıs And The Cıty Of Phasıs(Towards a historical-archaelogical study of western Georgia in the Classical period)", *Researches in Iberıa-Phasıs (History and archaeology of ancient Georgia),* (ed. Braund, D.) Centre Of Archaeology of Georgıan Natıonal Museum.

Georgian National Academy of Sciences (2025), კოლხეთის სამეფო. ქართული ენციკლოპედიის ი. აბაშიძის სახელობის მთავარი სამეცნიერო რედაქცია.

Giorgadze, Marine ve Inaishvili, Nino (2015), "The Colchis Black Sea Littoral in the Archaic and Classical Periods", *Hıstorıka Studi di storia greca e romana*, *5*, 151-165.

Gürsoy, Deniz (2013), *Tiridine, Tiridine, Suyuna Da Bandım: Tarihin Süzgecinde Yöresel Mutfağımız,* İstanbul: Oğlak Yayıncılık.

Haviland, William, vd. (2021), *Kültürel Antropoloji*, (Çev. İnan Deniz Erguvan Sarığlu), İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Ichijo, Atsuko ve Ranta, Ronald (2018), *Yemek ve Ulusal Kimlik: Günlük Yaşamdan Küresel Siyasete,* (Çev. Emrullah Ataseven), İstanbul: Ayrıntı Yayınları.

Kabacık, Mehmet ve Aksoy, Mustafa (2022), "Antik Çağda Doğu Karadeniz Mutfağı", (Ed. Yener Oğan) İçinde *Gastronomi Alanında Tematik Araştırmalar 1*, İstanbul: Çizgi Kitapevi.

Kacharava, Darejan ve Kharabadze, Saba (2011), "Burial rites at the Vani site in the 4th and 3rd centuries B.C." *IBERIA-COLCHIS: Researches on the Archaeology and History of Georgia in the Classical and Early Medieval Period*, (Ed. Georgi Gamkrelidze), Journal of Otar Lordkifanidze Centre of Archaeology.

Karaçavuş, Ahmet (2010), "XIV. Yüzyıl Sonu ve XX. Yüzyıl Başlarında Trabzon'da Tarım", *Uluslararası Karadeniz İncelemeleri Dergisi,* 9/9, 47-70.

Karadeniz Kültür Envanteri (2021), *Trabzon Halk Kültürü*, https://karadeniz.gov.tr/yemek-kulturu-6/ (10.11.2021)

Karagöz, İlyas (1998), *Tarihsel Süreçte Trabzon Halkı*, Trabzon: Derya Kitapevi.

Kardeş Çolakoğlu, Nazlı ve Sarıışık, Mehmet (2023), *Kıyı Karadeniz Mutfak Kültürü*, İçinde *Türkiye Gastronomi Coğrafyası,* Ankara: Detay Yayıncılık.

Kızgut, Rahim (2016), *Eskiçağ tarihinde Kolkhis Bölgesi*, Yayımlanmamış Doktora Tezi, Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kohl, Philip ve Tsetskhladze, Gocha R. (2005), *Nationalism, politics, and the practice of archaeology,* Cambridge: Cambridge University Press.

Közleme, Olgun (2012), *Türk Mutfak Kültürü ve Din,* İstanbul: Rağbet Yayınları.

Ksenophon (2014), *On Binlerin Dönüşü,* (Ed. Celal Coşkun), (Çev. Sinem Ceviz), İstanbul: Parola Yayınları.

Kutluay Merdol, Türkan (2020), *Beslenme Antropolojisi-1*, Ankara: Hatiboğlu Yayınları.

Lawrence, Paul (2018), **"**From Colchis to the Laz", İçinde *Language and society*, (Ed. Vladimir Mikhaylovich Alpatov vd.) ISSN 2313-5816, Institute of Linguistics at the Russian Academy of Sciences Institute for Bible Translation: Moskov.

Lordkipanidze, Othar (1983), "The Greco-Roman World and Ancient Georgia (Colchis and Iberia)", *Publications de l'École Française de Rome*, *67*/1, 123-144.

Martin, Lucie vd. (2021), "The place of millet in food globalization during Late Prehistory as evidenced by new bioarchaeological data from the Caucasus", *Scientific Reports*, *11*/1, 13124.

Mutlu, Gülseren (2019), "Antikçağ Kolkhis'te Boğa Figürü", *Karadeniz Uluslararası Bilimsel Dergi*, XXXXI/, 62-79.

National Aeronautics and Space Administration (NASA) (2006). Human Needs Exploration: Then and Now. https://www.nasa.gov/wp-content/uploads/2009/07/162514main_Human_Needs.pdf (15.03.2025)

Oğan, Yener (2025), "An ethnographic insight into the Laz cuisine culture in Artvin (Turkey)", *International Journal of Gastronomy and Food Science,* 39. 101132.

Schein, Edgar (2004), *Organizational Culture and Leadership*, San Francisco: Jossey Bass a Willey Imprint.

Standage, Tom (2020), *İnsanlığın Yeme Tarihi,* (Çev. Gencer Çakır), İstanbul: Maya Kitap.

Şanlıer, Nevin (2020), "Beslenme ve Besin Ögeleri", *Anne ve Çocuk Beslenmesi,* Ankara: Pegem Akademi, 1-44.

Şen, Ali ve Koç, Beyza (2024), Trabzon İli Yöresel Mutfak Kültürüne Ait Külür Otu Yemeği Üzerine Nitel Bir Araştırma, *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, XIII/1, 285-294.

Şen, Mehmet Akif (2020), "Gastronomi Turizmi Kapsamında Trabzon Mutfağına Özgü Bir Ürün 'Kuymak'", *Karadeniz İncelemeleri Dergisi*, XV/29, 251-268.

Şengül, Serkan ve Türkay, Oğuz (2022), *Türkiye'nin Yöresel Mutfakları*, Ankara: Detay Yayıncılık.

Tanış, Ayşe Hilal ve Kakışım, Can (2025), "Müslim minority groups in Türkiye within the framework of multiculturalism: a study on the Laz community", *Karabük Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, V/1, 133-146.

Tarım Reformu Genel Müdürlüğü (2024), Trabzon tarımsal yatırım rehberi 2024, https://www.tarimorman.gov.tr/TRGM/TARYAT/Belgeler/Tar%C4%B1msal%20yat%C4%B1r%C4%B1m%20rehberi/Trabzon%20Tar%C4%B1msal%20Yat%C4%B1r%C4%B1m%20Rehberi.pdf (10.04.2025)

Trabzon İl ve Tarım Orman Müdürlüğü 2025, *Hayvancılık*, https://trabzon.tarimorman.gov.tr/Menu/34/Hayvancilik (07.04.2025)

Trabzon Valiliği (2025), *Yöresel yemeklerimiz*, http://www.trabzon.gov.tr/yoresel-yemeklerimiz (10.04.2025)

Trivedi, Anjanaben ve Mehta Amit (2019), "Maslow's hierarchy of needs-theory of human motivation", *International Journal of Research in all Subjects in Multi Languages*, VII/6, 38-41.

Tsetskhladze, Gocha (1992), "Greek colonization of the eastern Black Sea littoral (Colchis)", *Dialogues d'histoire ancienne*, XVIII/2, 223-258.

Tsetskhladze, Gocha (1995), "Did the Greeks go to Colchis for metals?", *Oxford Journal of archaeology*, XIV/3, 307-331.

Türk Dil Kurumu 2025, https://sozluk.gov.tr/ (24.03.2026).

Yalçın, Eren ve Yaman, Melek (2019), "Yazılı Kaynaklara Göre Sümer Mutfağının Günümüze Yansımaları", *The Journal*, XII/67, 536-542.

Yurtoğlu, Nadir (2017), *Demokrat Parti Dönemi Tarım Politikaları ve Siyasi, Sosyal, Ekonomik Hayata Tesirleri* (1950-1960), Ankara: Atatürk Kültür, Dil ve Tarih Yüksek Kurumu.

Vanilişi, M. ve Tandilava, A. (2005), *Lazların Tarihi,* İstanbul: Ant Yayınları.

Wilkinson, Robert (1815), *Reditus Decem Millium Graecorum*. David Rumsey Historical Map Collection, https://www.davidrumsey.com/luna/servlet/detail/RUMSEY~8~1~241895~5512790:Reditus-Decem-Millium-Graecorum-?sort=Pub_Date (15.03.2025)

ბამეგრელო, ძოლსმსIი (1999), არქეოლოგიის, ენათმეცნიერების, ისტორიის, ხუროთმოძღვრებისა და ეთნოლოგიის ნარკვევები. (ed. ანთელავას, ი). თბილისი -ზუგდიდი: საქართველოს მეცნიერებათა აპადემია სამეგრელოს სამხარეო სამეცნიერო ცენტრი

ცინცაბაძე, მიხეილ (2009), ქართველი ტომები ძვ.წ. VII – ძვ.წ. LI ათასწლეულებში. ISBN: 978-9941-0-1460-4. https://dspace.nplg.gov.ge/bitstream/1234/477712/1/Qartveli_Tomebi_Dzvw_VII_Dzvw_I_Ataswleulshi_2009_Wigni_I.pdf (15.03.2025)

ჯამბურია, სალომე (2022), აბრეშუმის გზის ისტორიულ-არქეოლოგიური კონტექსტი საქართველოში და მისი პერსპექტივა. Yayınlanmamış Doktora tezi, Tbilisi: Ivane Javakhishvili Tbilisi State University

თოდუა, თემურ (2003), რომაული სამჭარო და კოლხეთი I - IV სს. İçinde Roman world and Colchis. თბილისი: თბილისის უნივერსიტეტის გამომცემლობა. I158M 99940-13-98-X.

ვანილიში, მუჰამედ და თანდილავა, ალი (1964). ლაზეთი.თბილისი: საბჭოთა საქართველო

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı: Araştırmacılar makaleye eşit oranda katkı sağlamışlardır.

Çıkar Çatışması Beyanı: Bu çalışmada herhangi bir potansiyel çıkar çatışması bulunmamaktadır.