

SIİRT YÖRESİNDE SEBZE OLARAK TÜKETİLEN BAZI YABANCI OTLAR

Emrah TUNCAY

Yüksek Lisans Öğrencisi, Siirt Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Bahçe Bitkileri Ana Bilim Dalı, emrahtuncay9@gmail.com

(Sorumlu Yazar)

Muhemet Zeki KARİPÇİN

Dr. Öğrt. Üyesi, Siirt Üniversitesi, Ziraat Fakültesi, Bahçe Bitkileri Bölümü, zkaripcin@gmail.com

ÖZET

Siirt ili yenilebilir otlar bakımından oldukça zengindir. Kış ve İlkbahar mevsiminde bol yağış alan Siirt ilinde yenilebilir otlardan oluşan yemek kültürü zengindir. Yıllanyastığından (*Arum maculatum*) kenger otuna (*Gundelia tournefortii*), peynir otundan ısırgan otuna kadar çeşitli türlerde yenilebilir otlar mevsiminde toplanarak gerek çiğ gerekse pişirilerek veya salamura yapılarak tüketilmektedir. Tamamen “doğal” ortamında toplanan, çeşitli işleme tekniklerinden ve insan müdahalelerinden uzak şekilde yetişen ancak mevsiminde bulabildiğimiz ve tükettiğimiz, en önemlisi de tarımı yapılmayan ve sebze niyetine kullanılan otlardır çalışmamızın konusu. Bu otların birçoğu başka yörelerde bulunabilmektedir. Doğal sebze olarak nitelenen bu otlar, farklı metotlarla günlük gıda gereksinimlerimizi karşılayan yiyecekler arasında bulunmaktadır. Bazıları için *yılda en az bir kere yenmeli* dusturundan yola çıkılarak gerçekleştirdiğimiz bu çalışmamızda Siirt bölgesinde sebze olarak tüketilen bazı otlar bölge insanı ile görüşülerek tespit edilmiştir. Tespit edilen yenilebilir otlar arasında; Korpit (Rısvat veya Dêjnik de denir), Kenger, Ahbandır, Strizek (Altındiken), Kardi (Yıllanyastığı), Isırgan otu, Sırdım (Yabani sarımsak), Ebegümece (Tolık), Kuzukulağı, Işgın otu bunların başlıcaları arasındadır. Özellikle etken maddelerinin sağlığımız açısından önemine dair yapılan araştırmaların sonuçlarına göre bu otlara talep her geçen gün artmaktadır. Gerek şekilleri ve gerekse isimlerinden dolayı bu otlar ekzotik (exotic) sebzeler grubuna da girebilecek türlerdir. Kültüre alınmamaları ve kayıtlı pazarlama piyasalarında ticarete konu olmamalarından dolayı da minör sebzeler grubuna girebilmektedirler. Her birinin yüksek tecrübelerle aktarılmış hikâyeleri vardır. Her bir yenilebilir otun sağlığımız açısından çok değerli ve telafi edilemeyecek değerde önemi bulunmaktadır. Erken ilkbaharda başlayan yenilebilir otların toplanmasına mevsim koşullarına bağlı olarak Mayıs ayının sonuna kadar devam edilmektedir. Bu otlardan bazıları toplandığı gibi çiğ olarak veya pişirilerek tüketilmektedir. Bazı otlar ise salamura halinde işlenerek tüketilmektedir.

119

Anahtar Kelimeler: Minör-Ekzotik Sebzeler, Yenilebilir Otlar

SOME HERB CONSUMED AS VEGETABLES IN SIİRT REGION

ABSTRACT

Siirt province is rich in edible herbs. In Siirt province, where there is plenty of rain in winter and spring season, the food culture consisting of edible herbs is rich. Various types of edible herbs, from *Arum maculatum* to *Gundelia tournefortii*, from cheese grass to nettle grass, are collected in season and consumed both raw and cooked or in brine. Herbs collected in a completely natural environment, far away from various processing techniques and human interventions, but which we can find and consume in the season and most importantly are not cultivated and used for the purpose of vegetables, is the subject of our study. Many of these herbs

can be found in other regions. These herbs, which are called natural vegetables, are among the foods that meet our daily food requirements with different methods. There is a saying for some herb that it should be eaten at least once in a year. In this study, some of the herbs consumed as vegetables in Siirt region were determined by interviewing with the people of the region. Among the edible herbs detected; Korpit (also called Rışvat or Dêjnik), Kenger, Ahbandır, Strizek (Altındiken), Kardi (Serpole), Stinging Nettle, Sırım (Wild Garlic), Mallow. According to the results of researches on the importance of active substances in our health, the demand for these herbs is increasing day by day. Because of both their shapes and their names, these herbs are also species that can enter exotic vegetables group. They may also enter into a group of minor vegetables because they are not traded and are not traded in the registered marketing markets. Each has stories transmitted with high experiences. Each edible herb is of great value in terms of our health and cannot be compensated. The collection of edible herbs started in early spring is continued until the end of May depending on the seasonal conditions. Some of these herbs are collected as raw or cooked as collected. Some herbs are processed by being processed in brine.

Keywords: Minor-Exotic Vegetables, Edible Herbs.

GİRİŞ



Resim 1. Siirt İli Haritası (Anonim, 2019a).

Konumu itibarı ile ülkemiz iklim ve ekolojik özellikler bakımından zengin bir bitki çeşitliliğine sahiptir.(Kaya ve ark., 1998; Sezik, 1990). Dört mevsimin belirgin bir şekilde yaşandığı Siirt'te birçok meyve ve sebze yetişmekte ve zengin bir toprak yapısına sahiptir. Bölgede el sanatları (kilim ve battaniye) gelişmiş, meyveçilikte Siirt'te has çeşitler(zivzik narı, iri taneli fıstığı , tayifi üzümü vb) mevcut olup, arıcılık, büyük ve küçük baş hanvancılık yapılmakta, doğal güzellikleri ve evliaları ile görülmeye değer bir şehirdir. Güneydoğu Anadolu Bölgesi'nin kuzey doğu ucunda yer alan Siirt doğudan Şırnak ve Van, kuzeyden Batman ve Bitlis, batıdan Batman, güneyden Mardin ve Şırnak illeri ile çevrilidir. Bölge Güneydoğu Anadolu düzlüklerinden sonra birden yükselmekte, doğu ve kuzey kesimleri bol yağış almaktadır. bu sebeple , kuzeyden Muş Güneyi Dağları, doğudan Siirt Doğusu Dağlarıyla çevrili olan il alanı, Dicle ırmağı'nın önemli su toplama alanlarından birini oluşturmaktadır. İl topraklarının tümü Dicle Havzasına girmektedir. Türkiye'nin dördüncü büyük su havzası konumunda yer almaktadır. Siirt bol yağış alan zengin yaylalarla çevrilidir (Anonim, 2019b).

Dört mevsimin belirgin bir şekilde yaşandığı Siirt'te karasal iklim görülmektedir. İlin kuzey ve doğu kesimlerinin kışları daha sert geçerken diğer bölgeleri ise daha ılık bir hava görülmektedir. İlde yazları sıcak ve kurak geçmektedir. Bundan dolayıdır ki Siirt zengin bir bitki ve hayvan çeşitliliğine sahiptir(Anonim, 2019c). Güneydoğu Anadolu bölgesi birçok bitki türüne sahip olup, bunların büyük

bir kısmı da endemiktir (Kaya ve ark., 1998; Sezik, 1990). Bölge insanı tarafından çeşitli ihtiyaçlarını karşılamak üzere ve bölge kadınları tarafından yalnızca mevsimi geldiğinde toplanan bitkiler bölgede bir kültür oluşturmuştur. Etnobotanik olarak bilinen bu olgu bölge insanı tarafından benimsenmiştir. Toplumca benimsediğimiz bu bitkileri çeşitli hastalıkların tedavisinde ve sofralarımızda kullanmaktayız. (Altay ve Çelik, 2011). Türkiye etnobotanik açıdan zengin bir bitki ve bilgi hazinesi durumundadır. Tıbbi amaçla bitkilerin kullanılması bölgeden bölgeye toplumun sosyal ve geleneksel yapısıyla ilgilidir. Bölgeden bölgeye değişen bitki isimleri (otantik isimler) yerine bitkilerin bilimsel literatüre, binominal adlandırmalarının düzgün şekilde yapılması gerekmektedir. Etnobotanik çalışmalarda bu yöresel isimler göz önünde bulundurularak yapılması büyük önem taşımaktadır. (Kızıl ve Tonçer , 2014). Güneydoğu Anadolu Bölgesi, Yer yüzeyinde tarımın ilk yapıldığı yer olmasından dolayı bölgedeki bitkilerin iyi araştırılması gerekmektedir. Bölge insanının büyük çoğunluğu(%35 kadar) kırsal kesimde yaşamaktadır. Bölge insanları yaşam tarzları ve alışkanlıkları sebebi ile kentsel ve kırsal kesim sürekli birbirleri ile yakın ilişkide bulunması, bölge insanların tamamına yakınının yabancı otlarla yakından ilgili olmasını sağlamıştır (Akan ve ark., 2008). Bu çalışma ile Siirt ili ve köylerinde halk arasında toplanarak tüketilen bazı sebzelerin tanıtımı yapılacaktır.



Resim 2: Siirt İli Haritası (Anonim,2019a)

Çalışmanın yapıldığı Siirt ilinin yüzölçümü 11.003 km², rakımı 902 m'dir. Siirt Güneydoğu Anadolu düzlüklerinden sonra birden yükselmekte, doğu ve kuzey kesimleri bol yağış almaktadır. bu sebeple , kuzeyden Muş Güneyi Dağları, doğudan Siirt Doğusu Dağlarıyla çevrili olan il alanı, Dicle ırmağı'nın önemli su toplama alanlarından birini oluşturmaktadır. İl topraklarının tümü Dicle Havzasına girmektedir. Türkiye'nin dördüncü büyük su havzası konumunda yer almaktadır.Siirt'te karasal iklim hüküm sürmekte ve dört mevsim en belirgin şekilde yaşanmaktadır. Doğu ve kuzey bölgelerinde kışlar daha sert ve yağışlı, güney ve güneybatı bölgelerinde ılık geçer. Yazları sıcak ve kuraktır. Bundan dolayıdır ki siirt zengin bir bitki ve hayvan çeşitliliğine sahiptir (Anonim, 2019b).

Bu çalışmadan elde edilen veriler Siirt ili, ilçeleri ve köylerinde yapılan arazi çalışmalarında bölge halkı ile yapılan ikili görüşmeler ve kendi tecrübelerimizden sonucu elde edilen gözlemler ışığında elde edilmiştir. Bitkilerin; kullanılan kısımları ve çeşitli kullanım amaçları belirtilmiştir.

Yenilebilir Otların Değerlendirilmesi

Yurt dışına ülkemizden her yıl yaklaşık 350 çeşit tıbbi bitki ihraç edilmektedir (Özhatay, 2005). Ayrıca iç pazarda tüketilip ihracata konu olmayan bitkilerde dikkate alındığında bu bitkiler katlanarak 500'ün üzerine çıktığı sanılmaktadır. Siirt ilinde yapılan arazi çalışmaları ve ikili görüşmelerin neticesinde toplamaların yapıldığı yerlerin genellikle yerleşim yerlerinden uzak, trafik yoğunluğunun olmadığı, endüstriyel kirleticilerden uzak ve tarım arazilerinin kenarlarında, bağ bahçe ve dağların

yüksek kesimlerinde toplanması sebebi ile bu bitkiler organik ürünler olma olasılıkları yüksektir. Bölge insanı tarafından toplanan bitkiler gerek toplanma zamanı ve değerlendirme biçimleri sebebiyle pazarlarda farklı dönemde yer almaktadırlar. Örneğin bazı bitkiler pazara gelirken (kenger, çiriş, peynir otu, semizotu vb.), bazıları ise (hardal, güveç otu, ebegümeci, kangal otu vb.) hiç pazara gelmeden kendileri tarafından tüketilmektedir. Erken dönemde toplanan yenilebilir otlar bu sektörün en kaliteli ürünlerini oluşturmaktadır. Maalesef, tarla açmalar ve tarlaların traktörle sürülmesi bu bitkilerin Popülasyonlarının azalmasına sebep olmaktadır. (Kızıl ve Tonçer , 2014).

Siirt Yöresi Yenilebilir Otların Özellikleri ve Kullanım Şekilleri

Siirt ili ve köylerinde doğadan zamanında toplanarak yenilen bazı bitkilerin aşağıda tüketilme biçimleri ve kullanım amaçlarına kısaca değinilmiştir.



Resim 3. Semizotu.

Semizotu (*Portulaca oleracea*): Omega 3 yağ asidi, C vitamini ve demir bakımından zengin olan (Odhav ve ark., 2007) bu ot daha çok taze olarak toplanıp cacık, salata ve diğer bitkilerle pişirilerek tüketilmektedir. Bitki daha çok körpe döneminde iken yaprak ve gövdesi ile birlikte tüketilmektedir.



Resim 4. Ebegümece

Ebegümece (*Malva sylvestris*): Birçok hastalığa yararı olduğu bilinen bu ot daha çok pişirilerek tüketilmektedir. Sarması ve doğranılarak yemeği yapılmaktadır. Bitki daha çok körpe döneminde iken yaprak ve gövdesi ile birlikte tüketilmektedir.



Resim 5. Hardal Otu.

Hardal (*Sinapis arvensis* L.): Tıpta birçok alanda kullanılan ve özellikle kan sulandırıcı etkisi ve kabızlığı önleyen (Anonim, 2019d) bu ot bölge insanı tarafından taze salata ve kavurularak yemeği yapılarak tüketilmektedir. Bitki daha çok körpe döneminde iken yaprakları tüketilmektedir.



Resim 6. Gelincik Otu.

Gelincik otu (*Papaver rhoeas*): Buğday tarlalarında ve yol kenarlarında sıkça karşımıza çıkan bu ot, tıpta kanser gibi önemli birçok hastalığa faydası olduğu bilinmektedir (Anonim, 2019e). Bölge insanı tarafından ilkbaharın erken döneminde toplanan bu ot özellikle akşamları tuzlanarak taze tüketilen vazgeçilmez otların başında gelmektedir. Pişirilerek yemeği ve böreklerle de katılmaktadır. Bitki daha çok körpe döneminde iken yaprakları tüketilmektedir.



Resim 7. Isırgan Otu.

124

Isırgan otu (*Urtica dioica*): Tıpta birçok hastalığa iyi gelen ve C vitamini bakımından zengin olan (Ayan ve ark. 2006) bu ot yılda bir kez tüketilmesi gereken otların başında gelmektedir. Dikenleri tarafından insan vücudunda yanmalara ve kabarıklıklar oluşturduğu için dikkatli kullanılan bu ot daha çok diğer otlarla karıştırılarak pişirilmektedir. Bitki daha çok körpe döneminde iken yaprak ve gövdesi ile birlikte tüketilmektedir.



Resim 8. Akbandır Otu.

Akbandır (*Ornithogalum narbonense*): Bölge insanı tarafından daha çok peynir otu olarak bilinen bu ot Nisan Mayıs aylarında toplanmakta, peynir ve börekli (Anonim, 2019f) yemeklerde kullanılmaktadır. Özellikle birçok kalp damar hastalıklarına yararı olduğu bilinmektedir. Bitki daha çok körpe döneminde iken yaprakları tüketilmektedir.



Resim 9. Yabani sarımsak.

Yabani sarımsak (*Allium neapolitanum*): Sarımsağın sahip olduğu tüm özelliklere sahip olan bu ot Akbandır gibi peynir ve börekli yemeklere konulmaktadır. Bitki daha çok körpe döneminde iken yaprakları tüketilmektedir.



Resim 10. Çiriş Otu.

Çiriş otu (*Asphodelus microcarpus*) : C vitamini bakımından zengin ve bağışıklık sistemini güçlendiren (Anonim, 2019g)bu ot Akbandır, Yabani Sarımsak gibi ilkbahar erken döneminde toplanıp tuzlu salamura halinde muhafaza edilerek börekli yemekler ve saç ekmeğinde kullanılmaktadır. Bitki daha çok körpe döneminde iken yaprakları tüketilmektedir.



Resim 11. Kenger .

Kenger (*Gundelia tournefortii*) : Bölge insanı tarafından Nisan-Mayıs aylarında toplanıp ve pazarda yerini alan bu otun taze, tuzlu salamurası ve kavrularak yemeği yapılmaktadır. Daha çok toprak altı yaprak sapı tüketilmektedir.



Resim 12. Kangal Diken.

Kangal Diken (*Cirsium vulgare*) : Tıpta özellikle karaciğer hücrelerinin yenilenmesinde ve birçok hastalığın tedavisinde kullanıldığı (Anonim, 2019h)tespit edilen bu ot ilkbahar erken döneminde taze sürgünleri pişirilerek tüketilmekte ve ilerleyen dönemlerde çiçek sapı taze olarak tüketilen bir bitkidir. Bitki daha çok körpe döneminde iken yaprakları tüketilmektedir.



Resim 13. Rezene.

Rezene (*Foeniculum vulgare*) : Daha çok tohumları tüketilen ve yemeklere baharat olarak konulmaktadır. Birçok hastalığa iyi geldiği bilinmektedir.



Resim 14. Kuzu Kulağı.

Kuzu Kulağı (*Rumex acetosella*): İçerisinde birçok vitamin ve asit barındıran (Karataş, 2013.) bu ot ekşi bir tada sahiptir. Bölge insanı tarafından daha çok taze salata, ekşili çorba yapımında kullanılmaktadır. Bitki daha çok körpe döneminde iken yaprakları tüketilmektedir.



Resim 15. Labada.

Labada (*Rumeoc patienta*) :Bölge insanı tarafından kuzukulağı bitkisi ile sıkça karıştırılan bu ot birçok hastalığa içinde bulunan bileşikler sayesinde iyi gelmektedir (Anonim, 2019ı). Salatalarda ve sarma yapılarak tüketilmektedir. Bitki daha çok körpe döneminde iken yaprakları tüketilmektedir.



Resim 16. Işkın Otu.

Işkın otu (*Rheum ribes*): Kanser gibi ciddi hastalıklara yararı tespit edilen (Anonim, 2019i)ve ekşi tadı olan bu bitki Nisan-Mayıs aylarında gerek yaprak sapı ve gerekse çiçek sapının kabuğu soyularak taze olarak tüketilmektedir.



Resim 17. Hindiba (Anonim, 2019j).

Hindiba (*Cichorium intybus*) : Özellikle tarlalarda, kaldırımlarda ve yol kenarlarında sarı çiçekleri ile karşımıza çıkan bu ot bölge insanı tarafından pek tüketilmemekte ancak yapılan araştırmada bu bitkinin salatalarda kullanıldığı ve yurt dışında kahvesinin yapıldığı (Anonim, 2019k)tespit edilmiştir.



Resim 18. Yılan Yastığı (Anonim, 2019l).

Yılan Yastığı (*Arum italicum* M.): Bölge insanı tarafından Nisan-Mayıs aylarında toplanan acı bir tadı olması sebebi ile taze tüketmek yerine ekşili nohutlu çorbası yapılarak tüketilen ve birçok hastalığa iyi geldiğine inanılan değerli bir ottur. Bitki daha çok körpe döneminde iken yaprakları tüketilmektedir.



Resim 19. Acı Marul.

Acı Marul (*Lactuca serratifolia*) : Tadının acı olması ve bölge insanı tarafından yararları ve kullanılması ile ilgili pek bir bilgileri olmaması münasebeti ile pek tüketilmeyen ama bölgede bolca bulunan bitkidir. Diğer otlara nazaran Siirt'te kullanımı azdır.



Resim 20. Güveç Otu.

Güveç otu (*Anchusa azurea* Miller var. *azurea*): bölge insanı tarafında Guriz (Doğan ve Tuzlacı, 2015) olarak bilinen ve Nisan-Mayıs aylarında toplanıp kavrularak yemeği sıkça yapılan bir bitkidir. Bölge insanı tarafından bilinen bir hikâye mevcuttur. Kirpi yılanı yedikten sonra mutlaka bu bitkinin kök kısmından yemeli aksi takdirde yılanı yiyen kirpi ölmüş. Bu söylence bölge insanı tarafından dile getirilir. Bitki daha çok körpe döneminde iken yaprak ve toprak altı gövde ile birlikte tüketilmektedir.



Resim 21. Kuş Ekmeği (Anonim, 2019m).

Kuş Ekmeği (*Polygonum aviculare*) : Körpe iken taze tüketilse bile daha çok karışık otlarla kavrularak tüketilen bir ottur. Bitki daha çok körpe döneminde iken yaprakları tüketilmektedir.



Resim 22. Sarmaşık.

Sarmaşık (*Convolvulus arvensis*) : Tadı acı olması sebebiyle acı filizde denilen bu ot daha çok kavrulularak tüketilmektedir.



Resim 23. Su Teresi (Anonim, 2019n).

Su Teresi (*Nasturtium officinale*) : Terenin kullanıldığı her yerde kullanılabilen bu ot suyu çok sever. Bitkinin minik beyaz çiçekleri vardır. Salatalarda, çorbalarda kullanılabilir, böreklik karışımlarda yer alabilir, diğer otlarla birlikte kavrulabilir. Bitki daha çok körpe döneminde iken yaprakları tüketilmektedir.



Resim 24. Yabani Pazı (Anonim, 2019p).

Yabani Pazı (*Rumex obtusifolius*) : Yabani pazının sapları kırmızıdır. Dolması, salatası, çorbası ve kavurularak yemekleri yapılan bir bitkidir. Bitki daha çok körpe döneminde iken yaprakları tüketilmektedir.

SONUÇ

132

Bitkilerin doğal yaşam alanları ve sayıları üzerine; insanların yaptığı yanlış ve bilinçsiz otlatmalar önemli derecede baskı uygulamaktadır. Bununla birlikte tarımda makineleşme ve tarımda traktörün kullanılmaya başlanması ile birlikte tarla açmaların artması ile bitki popülasyonlarının önemli derecede azalmasına ve doğal yaşam alanlarının yok olmasına sebep olmuştur. Tarım arazilerinde traktörün kullanılmasıyla yabancı ot olarak bilinen bu otların büyük çoğunluğu zarar görmüş, özellikle herbisit kullanılmaya başlamasıyla bunlar yok olmaya yüz tutmuştur. (Kızıl ve Tonçer , 2014).

Etnobotanik açıdan Güneydoğu Anadolu bölgesinde yapılan çalışmalar yetersizdir. Bölgedeki bitkilerin tespit edilmesi, literatüre eklenmesi ve ülke ekonomisi bu bitkilerin kazandırılması büyük önem arz etmektedir (Kızıl ve Tonçer , 2014).

Kanımızca bu değerli otların toplanmasında Kızıl ve Tonçer (2014)'ün belirttiği gibi aşağıdaki hususların dikkate alınması gerekmektedir;

- ✓ Bu tür otların toplanmasında türün yok olacağına sebep verecek şekilde olmamalı, tükenmekte olan otlar özel alanlarla çevrilmeli,
- ✓ Mümkünse toplayıcıların eğitimden geçirilmeli,
- ✓ Bin bir türlü zahmetlerle topladıkları ürünlerini ana yoldan ayrılmadan toplayıcıları bekleyen ara tüccarların insiyatifine bırakılmayacak şekilde pazar koşulları oluşturulmalı,
- ✓ Sertifikalandırma ile bu pazara olumlu müdahale edilmeli,
- ✓ Ürünler ekolojik sınıfta değerlendirilmeli,
- ✓ Süper marketlerde bu otlar için reyon bulunmalı,
- ✓ Doğada üretimin desteklenmeli,
- ✓ Bazı otlar artık kültüre alınmalı.

KAYNAKLAR

- Akan, H., Korkut, M.M., Balos, M.M., 2008. Arat Dağı ve Çevresinde (Birecik, Şanlıurfa) Etnobotanik Bir Araştırma, Fırat Üniv. Fen ve Müh. Bil. Dergisi, 20 (1): 67-81.
- Altay V., Çelik, O., 2011. Antakya Semt Pazarlarındaki Bazı Doğal Bitkilerin Etnobotanik Yönden Araştırılması, Biyoloji Bilimleri Araştırma Dergisi 4 (2): 137-139.
- Anonim, 2019a. Siirt ili haritası. http://www.wikiwand.com/tr/Siirt%27in_il%C3%A7eleri (Erişim Tarihi: 28.05.2019).
- Anonim, 2019b. İlimiz, Siirt Valiliği. <http://www.siirt.gov.tr/ilimiz> (Erişim Tarihi: 28.05.2019).
- Anonim, 2019c. İlimiz, Siirt Valiliği. <http://siirt.csb.gov.tr/ilimiz-hakkinda-i-880> (Erişim Tarihi: 29.05.2019).
- Anonim, 2019d. Hardal Otunun Muhteşem Faydaları <https://www.bilgiustam.com/hardal-otunun-muhtesem-faydalari/> (Erişim Tarihi: 29.05.2019).
- Anonim, 2019e. Gelincik Otu Faydaları. <https://www.ot.gen.tr/gelincik-otu.html> (Erişim Tarihi: 29.05.2019).
- Anonim, 2019f. A. YILMAZ. Yöresel Lezzetler. <https://www.gazeteipekyol.com/yoresel-lezzetler-makale,2031.html> (Erişim Tarihi: 30.05.2019).
- Anonim, 2019g. Çiriş Otunun Faydaları <https://www.msn.com/tr-tr/eglenme/unluler/%C3%A7iri%C5%9F-otu-nedir-%C3%A7iri%C5%9F-otunun-faydalar%C4%B1-neler/ar-BBPcTSH> (Erişim Tarihi: 30.05.2019).
- Anonim, 2019h. Kangal Dikeninin faydaları. <https://www.bilgiustam.com/kangal-dikeninin-faydalari-nelerdir/> (Erişim Tarihi: 30.05.2019).
- Anonim, 2019ı. Labada Bitkisinin Faydaları <https://www.saglikaktuel.com/bitki-ansiklopedisi-labada-nedir-faydalari-nelerdir-1565.htm> (Erişim Tarihi: 30.05.2019).
- Anonim, 2019i. Işkının Faydaları. <https://www.gidahatti.com/eskiskin-nedir-iskin-otu-olarak-da-bitkinin-faydalari-nedir-4830/> (Erişim Tarihi: 30.05.2019).
- Anonim, 2019j. Hindiba Görseller. https://www.google.com/search?q=hindiba&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwjBjIPHusLiAhVB2qQKHQLwDqEQ_AUIDigB&biw=1920&bih=937#imgsrc=W9gHXAjiKhg-M: (Erişim Tarihi: 30.05.2019).
- Anonim, 2019k. Hindiba Nedir? Nasıl Kullanılır? <https://www.vitaminler.com/bilgi-bankasi/hindiba-nedir-nasil-kullanilir> (Erişim Tarihi: 30.05.2019).
- Anonim, 2019l. Yılan Yastığı Görseller. https://www.google.com/search?q=y%C4%B1lan+yast%C4%B1%C4%9F%C4%B1&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwjepYj5u8LiAhUyNOwKHa-ZA9EQ_AUIDigB&biw=1920&bih=937#imgsrc=O2EJ6qHyImKwGM: (Erişim Tarihi: 30.05.2019).
- Anonim, 2019m. Kuş Ekmeği bitkisi Görseller. <https://www.google.com/search?sa=X&q=ku%C5%9F+ekme%C4%9Fi+otu&tbm=isch&source=lnms&ved=2ahUKEwjvoaHPvMLiAhVKIMUKHdGvDc4QsAR6BAGGEAE&biw=1920&bih=937#imgsrc=rQciHAqoWMydM>: (Erişim Tarihi: 30.05.2019).
- Anonim, 2019n. Su Teresi Görseller. https://www.google.com/search?biw=1920&bih=937&tbm=isch&sa=1&ei=pGPvXNihEemjgwfY_Izw&q=su+teresi&oq=su+teresi&gs_l=img.1.0.0j0i67j0l8.32592.35465..36946...0.0..0.129.1108.0j9.....0....1..gws-wiz-img.kuJ9pZ9dDYQ#imgsrc=iZRjqSAehTVOFM: (Erişim Tarihi: 30.05.2019).

Anonim, 2019p. Yabani Pazı Görseller.

<https://www.google.com/search?q=yabani+paz%C4%B1&tbm=isch&source=univ&sa=X&ved=2ahUKEwjY8LTwwMLiAhWSyKQKHaj0DC8QsAR6BAGIEAE&biw=1920&bih=937#imgrc=yf5HaJfJCiISfM>: (Erişim Tarihi: 30.05.2019).

Ayan, A.K., Çalışkan, Ö., Çırak, C. 2006. Isırgan Otu (*Urtica spp.*)’nun Ekonomik Önemi ve Tarımı, OMÜ J. of Fac. of Agric., OMU, 21(3): 357-363.

Doğan, A., Tuzlacı, E., 2015. Tunceli’nin Bazı Yöresel Bitki Adları. *Avrasya Terim Dergisi*, 3 (2): 23 – 33.

Karataş, F. 2013. *Fırat Üniversitesi, Fen Fakültesi, Kimya Bölümü, 23119, Elazığ.*

Kaya, Z.,Kün, E., Güner, A. 1998. Türkiye Bitki Genetik Çeşitliliğinin Yerinde (IN SITU) Korunması Ulusal Planı. Çevre Bakanlığı, Çevre Koruma Genel Müdürlüğü Bitki Koruma ve Erozyonla Mücadele Daire Başkanlığı, Ankara, 96 s.

Kızıllı, S., Ertekin, A.S. 2003. Diyarbakır ve Çevresinde Yayılış Gösteren Bazı Tıbbi Bitkiler. Türkiye 5. Tarla Bitkileri Kongresi 13-17 Ekim 2003, Diyarbakır, 292-297.

Kızıllı, S. 2004. Güneydoğu Anadolu Bölgesi Bitkisel Gen Kaynaklarının Araştırılması. 2001-2004, Sonuç Raporu, Diyarbakır.

Kızıllı, S., Toncer, Ö., 2014. Güneydoğu Anadolu Bölgesinde Doğadan Toplanarak Tüketilen Bitkiler. II. Tıbbi ve Aromatik Bitkiler Sempozyumu 23–25 Eylül 2014 Yalova Sayfa 158-168.

Odhav, B., Beekrum, S., Akula, U. and Baijnath, H. (2007). Preliminary assessment of nutritional value of traditional leafy vegetables in KwaZulu-Natal, South Africa. *J. Food Compost. Anal.*, 20: 430-435.

Özhatay N., Byfield A., 2005. Türkiye’nin 122 Önemli Bitki Alanı, Doğal Hayatı Koruma Vakfı, s.1-24, İstanbul.

Sezik, E. 1990. GAP ve Tabiatın Yok olması. TÜBİTAK Bülteni, 7; (1-2).

Zeybek, N., Zeybek, V. 1994. Kapalı Tohumlu Bitkiler Sistematigi. Ege Üniversitesi, Eczacılık Fakültesi, 2. Baskı, İzmir.