



Simit, die türkische Brezel

## Essen und Trinken

### Frühstück

Frühstück ist ein wichtiger Bestandteil der türkischen Esskultur, kein Stiefkind wie in den meisten südeuropäischen Ländern. Zu einem traditionellen türkischen Frühstück (kahvaltı) werden Weißbrot, Marmelade, Ei (meist hartgekocht), Oliven, Gurken, Tomaten, Butter und Schafskäse gereicht. Letzteren genießen Türken zusammen mit Honig auf dem Brot. Dazu trinkt man Tee oder Nescafé. Filterkaffee, Cappuccino & Co gibt es auch in der Türkei, für gewöhnlich aber nicht beim Hotelfrühstück. Türken essen als Brotaufstrich auch *pekmez* (eingedickter Traubensaft) und *tahin* (Sesammus) zum Frühstück – sehr empfehlenswert. Wer außer Haus frühstücken möchte, findet Unmengen an Cafés mit teils tollem Angebot.

### Vorspeisen

Wählen Sie zwischen pikanten Joghurtcremes (*haydari*), würzigen Gemüsepürees (*ezme*), kaltem Gemüse in Olivenöl (*zeytinyağlı*), gefüllten Weinblättern (*yaprak dolması*), Melone mit Schafskäse (*peynirli karpuz*) und ähnlichen Köstlichkeiten. *Meze* nennen die Türken solche Vorspeisen, die in Vitrinen zur Auswahl stehen und ohne die ein Abendessen schlichtweg unmöglich ist. In besseren Restaurants bereichern auch Fisch und Meeresfrüchte wie *tarama* (rosafarbene Rogenpaste mit Zitronen), *lakerda* (in Salz und Öl eingelegerter Bonito), Krabben (*karides*) oder *hamsi* (s. u.) in Öl die Mezetablets. Außerdem gibt es hier kalte Leckereien mit Fleisch wie z. B. Hühnchensalat. Sie können auch auf den Hauptgang verzichten und nur Vorspeisen wählen; in vielen Restaurants ist das kein Problem. Dazu wird stets – wie zu allen Gerichten – frisches Weißbrot gereicht.

Suppen nehmen die Türken als Vorspeise außerhalb der eigenen vier Wände

eher selten zu sich. Man isst sie als Frühstückersatz, zwischendurch oder nach durchzechten Nächten. Viele Schnapsnasen schwören auf die Alka-Seltzer-Wirkung von Kuttelflecksuppe (ışkembe çorbası) – sicher nicht jedermanns Geschmack. Wer dennoch als Vorspeise eine warme Suppe vorzieht, sollte die herzhafte Linsensuppe (mercimek çorbası) probieren.

## Kebab & Co

Am beliebtesten sind *kebab* und *köfte*. *Kebab* ist der Oberbegriff für Fleischgerichte jeglicher Couleur, die gegrillt, geschmort, gebraten oder gebacken sein können und vom Lamm (kuzu), manchmal auch vom Kalb (dana) oder Geflügel stammen, dann insbesondere vom Huhn (tavuk). Zu *döner kebab* braucht wohl nichts mehr gesagt zu werden. Beim *şiş kebab* handelt es sich um einen zarten, auf Holzkohleglut gerösteten Fleischspieß, zu dem als Beilage gewöhnlich Reis oder Bulgur (Weizengrütze) gegessen wird. Beim *patlıcan kebab* wird der Spieß mit Hackfleisch und Auberginen bestückt. *Bursa kebab* (oft auch *İskender kebab* genannt) verdient seinen Namen nur dann, wenn das Fleisch zusammen mit Joghurt und Tomatensoße auf geröstetem Fladenbrot angerichtet wird. Kosten Sie auch den *Adana kebab*, einen scharf gewürzten Hackfleischspieß. Oder *güveç*, zartes Schmorfleisch mit Gemüse im Tontopf.

Unter die Bezeichnung *köfte* fallen frikadellenähnliche Hackfleischgerichte aus Hammel-, Lamm- oder Rindfleisch (gebraten oder gegrillt). Die leckeren „Frauenschenkel“ (kadınbudu), die mit Reis und Zimt verfeinert und anschließend paniert werden, haben ihren Namen übrigens von der Form der Frikadelle.

Türken lieben zudem Innereien wie z. B. gebratene Leber (ciğer) oder Nieren (böbrek). Als Innereisnack wird

an vielen Straßenecken *kokoreç* angeboten: gegrillte Därme, die mit Zwiebel und Tomate ins Brot kommen (mancherorts auch *boklu sandviç*, „Sandwich mit Scheiße“, genannt). Nebenbei haben Sie auch noch die Möglichkeit, eine Vielzahl anderer Kuriositäten zu probieren, z. B. gegrillte Schafshoden (koçyumurtası), gedünstete Schafsköpfe (kelle) oder gekochte Hammelfüße (paça).

## Gemüse

Gemüse ist weniger Beilage als vielmehr die Grundlage türkischer Gerichte. Die Auswahl an Schmortöpfen, Aufläufen und Eintöpfen ist riesig. Dabei kommen auch Gemüsesorten zum Zuge, die in Mitteleuropa eher unbekannt sind wie Okraschoten (bamya) oder Portulak (semizotu). Anders bei den Kräutern und Gewürzen: Verwendet werden keinesfalls geheimnisvolle orientalische Exoten, sondern in erster Linie die uns vertrauten Klassiker wie Pfeffer, Paprika und Petersilie. Knoblauch wird seltener eingesetzt, als man sich vorstellen mag.

Beliebt sind insbesondere Dolma-Gerichte. Dabei handelt es sich um gefülltes Gemüse, z. B. mit Reis und Hackfleisch gefüllte Zucchini (kabak dolması) oder Paprikaschoten (biber dolması). In der Regel wird dazu Joghurt gegessen. Ebenfalls schmackhaft sind Eintöpfe wie *kıymalı ispanak* (Spinat mit Hackfleisch) oder *şakşuka* (anders als in Israel kein Eiergericht, sondern ein Gemüseintopf aus Auberginen, Zucchini und roten Paprika).

## Fisch

Welche Fischgründe der Bosphorus, das Schwarze Meer und das Marmarameer aufweisen, spiegeln die Speisekarten wider. Die gängigsten Fischarten sind – je nach Fang- bzw. Schonzeit – Blaubarsch (lüfer), Merlan bzw. Wittling

(mezgit), Seebarsch (levrek) und Goldbrasse (çupra oder çipura; Seebarsch und Goldbrasse stammen meist aus der Zucht und sind daher preiswert), Brauner Zackenbarsch (orfoz), Weißer Zackenbarsch (lagos), Bonito (palamut), Makrele (uskumru), Bastardmakrele (istavrit), Meeräsche (kefal) und Steinbutt (kalkan), die in der Regel gegrillt oder gebraten werden. İstanbuler Spezialitäten sind zudem *hamsi* – Schwarzmeersardinen, die mit Haut und Gräten verzehrt werden – und *midye*, frittierte Miesmuscheln (aus dem Marmarameer) mit Knoblauchsoße, die auch im Sandwich angeboten werden. Oktopus (ahtapot) und Calamares (kalamar) finden auch in leckeren Vorspeisensalaten Verwendung. Selbst Austern (istridiye) bereichern das heimische Angebot, diese stammen aus den Dardanellen.

## Teigwaren

Nahezu eine komplette Mahlzeit ersetzt *börek*, eine blätterteigähnliche Strudel-spezialität, die mit Hackfleisch, Spinat

oder Schafskäse gefüllt wird. Mit ähnlichen Zutaten belegt man die *pide*, ein knuspriges Teigschiffchen. Eine Kostprobe wert ist auch *lahmacun*, die türkische Pizza mit Hackfleisch und Kräutern. *Manti* nennen sich die türkischen Ravioli, die so klein sein sollen, dass 30 davon auf einen Löffel passen. Man isst sie mit Knoblauchjoghurt, zerlassener Paprikabutter und Minze.

In allen Restaurants, Lokantas, Bars und Clubs herrscht (zumindest offiziell) Rauchverbot, lediglich auf Terrassen darf geraucht werden.

## Süßspeisen und Obst

Eine der beliebtesten Süßspeisen ist *baklava*, ein Gebäck aus mehreren Teigschichten, zwischen die Mandeln und Pistazien eingestreut sind. Die kleinen Rechtecke werden mit einem Sirup aus Zucker, Zitronensaft und Honig übergossen. Genauso süß und klebrig ist *helva*, eine Kalorienbombe aus Weizenmehl, Sesamöl, Honig und Zucker. Unserem Geschmack vertrauter

Unvergessliches Urlaubserlebnis: ein Fischessen am Bosphorus





sind keine Grenzen gesetzt: Wer sich zu İstanbuls Oberschicht gesellt und sein Candlelight-Dinner in einem eleganten Lokal mit Bosporusblick genießt, bezahlt schnell 60 € aufwärts pro Person (ohne Wein). Auch Fischlokale gehören zu den gehobeneren Restaurants, für ein komplettes Menü sollte man mit 25–60 € pro Person rechnen.

Die Auswahl an schicken und trendigen Restaurants ist enorm; kaum eine europäische Stadt kann İstanbul in dieser Hinsicht das Wasser reichen. Originell ist auch ein Abend in einem **Ocakbaşı**. *Ocakbaşı* heißt „am Herd“ – trefender wäre jedoch „am Grill“, denn Mittelpunkt dieser einfacheren Lokale ist ein großer Holzkohlegrill, wo die Rostspezialitäten direkt vom Feuer serviert werden.

Die meisten Restaurants besitzen eine Alkohollizenz, konservative Lokale schenken jedoch keinen Alkohol aus. Restaurants haben in der Regel täglich ab etwa 11 Uhr durchgehend bis mindestens 23 Uhr geöffnet. Da sich ein ausgiebiges türkisches Dinner über Stunden hinziehen kann, ist in besseren Restaurants für den Abend eine Reservierung empfehlenswert.

Nicht verpassen sollte man den Besuch einer **Meyhane**. Eine Meyhane ist eine Art große Restaurantkneipe, in der man zum Rakı in erster Linie Vorspeisen (*meze*) isst. Dabei wird gelegentlich traditionelle türkische Livemusik dargeboten. Laut und ausgelassen geht es zu, also kein Platz für ein romantisches Abendessen. Auch Meyhanes sind unter der Rubrik „Praktische Infos/Essen und Trinken“ bei den jeweiligen Stadtteilen aufgeführt.

## Alkoholfreie Getränke

Ob Pepsi oder Coke, überall werden die auch bei uns bekannten Softdrinks angeboten. Zum Essen wird oft Wasser (*su*) auf den Tisch gestellt. Keine Sorge:



Teepause auf der Fähre

Selbst ein İstanbuler würde niemals Wasser aus der Leitung trinken. Empfehlenswert sind frisch gepresste Fruchtsäfte (*meyve suyu*). *Ayran* gibt es nicht nur aus dem Becher, sondern auch frisch gemacht. Mehr zu *boza*, dem türkischen Energy Drink → S. 74.

Das türkische Nationalgetränk ist der *çay*. Der gute schwarze Tee aus den Plantagen der Schwarzmeerküste wird zu jeder Gelegenheit getrunken. Ob beim Frühstück, bei Geschäftsbesprechungen, im Teppichladen oder beim Friseur – nirgends fehlen die kleinen bauchigen Gläser. Für Nachschub wird stets gesorgt.

Einen türkischen Mokka (Türk *kahvesi*), seit 2013 auf der Liste des immateriellen Kulturerbes der UNESCO, trinkt man für gewöhnlich nach einem üppigen Essen und bestellt ihn entweder



süß (şekerli), mittelsüß (orta şekerli) oder ohne Zucker (sade). Mark Twain mochte ihn nicht: „Die Tasse ist klein und verschmiert mit Satz; der Kaffee ist schwarz, dick und von abscheulichem Geschmack. Der Satz bleibt in deiner Kehle stecken, kitzelt und lässt dich eine Stunde lang husten.“ Wer auf ein solches Erlebnis wenig Wert legt, bestellt Nescafé (Neskafé), Cappuccino, Espresso oder Latte macchiato. Minimalistisch eingerichtete Hipsterröstereien und die weltweit bekannten Café-Ketten gibt es am Bosphorus mittlerweile genauso häufig wie bei uns.

Mehr zum beliebten Wintergetränk *sahlep* → S. 74.

## Bier

Die konservative AKP-Regierung tut alles, um das Volk vom Trinken abzuhalten. Mancherorts herrschen gar Alkoholverbote. Doch solange es noch ein paar trinkfreudige Verfassungsrichter gibt, ist ein generelles Alkoholverbot nicht in Sicht. Trotz immer höherer

Alkoholsteuern lassen sich die liberalen Türken nicht vom Feiern abbringen. Der Alkoholkonsum im Land nimmt kaum ab, obwohl ein Rausch mittlerweile richtig ins Geld geht.

Werbung für alkoholische Getränke ist mittlerweile verboten. Die Türken wären aber keine Türken, würden sie sich nicht kreativ über ein solches Verbot hinwegsetzen. Auf den Markisen der Bars und Tekel-Shops stehen jetzt zwar keine Biermarken mehr geschrieben. Allerdings erkennt man nun an Farben und teils auch an Wortspielen, um welche Biermarke es sich handelt. „Blau“ steht für das weit verbreitete Efes, „Gelb“ für Tuborg. Beide Biere gibt es übrigens auch als leckere Ungefilterte. Wo Guinness ausgeschenkt wird, steht nun „Greatness“ auf der Markise. Und für das süffig-malzige Bomonti wirbt man mit der Farbe „Braun“ und dem Attribut *Kendine has* („eigenwillig“). Das Bomonti kommt übrigens auch aus dem Hause Efes, der Name ist eine Hommage an die 1890 von den Schweizer Brüdern Bomonti in İstanbul

## Istanbul im Kasten

### Die Raki-Tafel – türkische Geselligkeit par excellence

Raki ist nicht nur ein Getränk. Raki steht auch für Fröhlichkeit, Unterhaltung und gutes Essen. Alles zusammen ergibt die *Raki sofrası*, die Raki-Tafel. Solche Tischpartys enden oft erst im Morgengrauen. Nüchtern verlässt sie niemand, der gemeinsame Rausch ist jedoch nicht das Ziel. Vielmehr steht ein unterhaltsames Gespräch, die sog. *Raki muhabeti*, im Vordergrund. Und natürlich die Speisen: diverse Vorspeisen (ein Muss ist dabei Melone mit Schafskäse!) und zum Hauptgericht meist Fisch; Blaubarsch (lüfer) z. B. harmoniert hervorragend mit dem Anischnaps. Der Raki wird dazu in kleinen Schlückchen genossen. Die gesellige Runde schenkt sich immer erst dann nach, wenn der Letzte sein Glas geleert hat. Übrigens hat die Raki-Tafel eine lange Tradition. Schon die Mönche des islamischen Mystikerordens der Bektaşî versuchten, gemeinsame Gebete mit gutem Essen, Raki, Musik und philosophischen Gesprächen zu verbinden.

Die Möglichkeit, an einer Raki-Tafel teilzunehmen, bietet sich für den İstanbul-Besucher leider nur selten: Die Tischgemeinschaften sind zu verschworen. An Wochenenden hat man jedoch gute Gelegenheit, sie zu beobachten, z. B. in der lebendigen Restaurantgasse Nevzade Sokak (→ Taksim und Beyoğlu, S. 111), in Kumkapı (→ S. 41) oder in den Meyhanes von Yeşilköy (→ S. 183).

gegründete, erste moderne Braustätte der Türkei.

## Rakı

Der Anisschnaps, der geschmacklich dem griechischen Ouzo ähnelt, ist trotz horrender Preise ungebrochen populär. Die Türken trinken ihn mit Eis und Wasser verdünnt aus schmalen, hohen 0,2-Liter-Gläsern. Er erhält dann eine milchig-trübe Färbung und wird nicht zuletzt deswegen auch „Löwenmilch“ genannt. Rakı gilt als Magenelixier und Heilmittelchen gegen alle möglichen Beschwerden. Der mit Abstand populärste Rakı ist der *Beylerbeyi Göbek Rakısı*, er ist frei von Ethylalkohol und zugesetztem Zucker. Hochgeschätzt werden auch *Yakamoz Gold* und *Mercan Göbek Rakısı*. Beide werden aber nur selten in Lokalen ausgeschenkt, man bekommt sie vornehmlich in ausgewählten Geschäften. Guter Rakı unterscheidet sich von minderwertigem dadurch, dass er am Glasrand einen Film zieht.

**Tippling-Tipps:** In einfachen Lokantas wird kein Trinkgeld erwartet, wohl aber in Restaurants, dort sind 5–10 % üblich. Immer häufiger sind ein Couvert (kuver) und/oder eine Servicecharge von bis zu 12 % in der Endsumme verrechnet (aufpassen!), dann liegt es an Ihnen, ob Sie noch ein zusätzliches Trinkgeld geben möchten. In Lokalen (insbesondere in touristischen Gegenden), die keine Speisekarten haben und in denen auch die Preise nicht aushängen (zum Glück werden es immer weniger), ist es ratsam, sich vor dem Bestellen nach den Preisen zu erkundigen – Schlitzohren unter den Kellnern gibt es einige. Dort kann es auch vorkommen, dass auf den Endpreis eine „Government Tax“ erhoben wird. Das ist Nepp und sollte reklamiert werden.

## Wein

Weinliebhaber können sich auf diverse autochthone – also in der Türkei heimi-

sche – Rebsorten freuen, die bei uns (noch) weitgehend unbekannt sind. Leider aber legen viele Restaurants, insbesondere einfachere, auf eine gute Weinauswahl keinen besonders großen Wert. Unter den weißen autochthonen Sorten sind *Emir* (frisch, kräftig, ähnlich dem Silvaner), *Narince* (feine gelbfruchtige und leicht nussige Note) und *Sultaniye* (saftig, schmeckt jung am besten) hervorzuheben. Eine Kostprobe wert sind unter den roten Rebsorten *Öküzgözü* (*öküz gözü* = Ochsenauge; die Beeren, die so groß wie ihr Name sind, werden zu feinwürzigen, gut strukturierten Weinen ausgebaut), *Boğazkere* (tanninreich, dunkel und lagerfähig) und *Kalecik Karası* (dezent Tannine, mit leichter Kirschnote). Einziger Haken: Türkische Weine sind, wie sämtlicher Alkohol, teuer. Genießbare Weine bekommt man ab 8,50 € die Flasche im Supermarkt.



Ortaköy: Kumpir mit Bosphorusbrückenblick

## Kultur

Die Stadt am Bosphorus präsentiert sich als eine einzige große Bühne, als ein nie enden wollendes Theater, wenn auch nicht inszeniert. Die İstanbuler Kultur- und Kunstszene übt sich jedoch in Selbstzensur, eine Radikalität wie früher ist nicht mehr möglich. Aus fadenscheinigen Gründen abgesagte Konzerte oder Theateraufführungen sind an der Tagesordnung. Trotz alledem und trotz eines enormen Braindrains ist viel los am Bosphorus in Sachen Kunst und Kultur, und zwar auch Spektakuläres.

### Klassische Musik, Oper, Ballett und Theater

Opern- und Ballettaufführungen sowie klassische Konzerte werden fast ausschließlich von der intellektuellen Elite des Landes besucht. Doch die staatlichen Subventionen für Oper, Orchester und Konservatorium stehen immer mehr auf der Kippe. Viele konservative AKPLer haben nicht viel übrig für klassische europäische Musik und Darstellungsformen. Vor allem Ballett, wo Frauen in kurzen Röcken umhertanzen, verletzt das Schamgefühl mancher frommer Muslime. Umgekehrt lehnt die Mehrheit der Kulturschaffenden das AKP-Regime ab, so z. B. der international gefeierte türkische Pianist und Bürgerrechtsaktivist Fazıl Say. Ein paar religionskritische Tweets brachten dem Künstler einen Prozess wegen Beleidigung des Islams ein.

Auch den Theatern, zumindest den freien, geht die AKP an den Kragen. Diese erhalten im Gegensatz zu den staatlichen und städtischen Theatern kaum mehr Förderungen. Innovative oder avantgardistische Stücke werden aber auch dort immer seltener. Um

keine Probleme zu bekommen, setzt man auf Seichtes. Nur ein paar wenige freie Bühnen wagen noch experimentelle Wege.

Die Theatersaison dauert von Sept./Okt. bis April/Mai. Achtung: Nicht türkischsprachiges Theater ist selten!

### Theater und Veranstaltungsorte

**Atatürk Kültür Merkezi** (→ Karte S. 112/113), einer der Dreh- und Angelpunkte des İstanbuler Kulturlebens. Zugleich architektonisch überaus spannend: Das Innere des Hauptgebäudes mit seiner frei schwebenden Treppe ist spektakulär und manchmal auch zu besichtigen, wenn keine Operaufführungen stattfinden. Der Opersaal selbst (Türk Telekom Operası) befindet sich in der verkachelten bordeauxroten Kugel und fasst 2000 Zuschauer! Architekt des neuen Atatürk-Kulturzentrums (kurz AKM, 2021 eröffnet) war übrigens Murat Tabanlıoğlu, Sohn von Hayati Tabanlıoğlu, dem Architekten des Vorgängerbaus (2018 abgerissen). Das AKM beherbergt u. a. noch einen Theater- und einen Multifunktionsaal, ein Kino, Ausstellungsräume, eine Bibliothek und Gastronomie. Mete Cad. 2., akmistanbul.gov.tr. Anfahrt → Taksim und Beyoğlu, S. 110.

**Süreyya Operası** (→ Karte S. 160/161), das schöne Opernhaus aus dem frühen 20. Jh. befindet sich auf der asiatischen Seite. Es ist eines der beiden „Zuhause“ von Staatsoper und Staatsballett. Bahariye Cad., sureyyaoperasi.kadikoy.bel.tr. Anfahrt → Kadıköy, S. 165.

**Salon IKS** (→ Karte S. 126/127), der tolle Stadtpalast Deniz Palas ist die Heimat der İstanbuler Stiftung für Kunst und Kultur (IKSV). Hier werden Konzerte, Theater u. v. m. geboten – anspruchsvolles Programm. Obenauf ein Dachterrassenlokal und die tolle Rooftop-Bar Monkey (→ S. 114). Sadi Konuralp Cad. 5, Şişhane, saloniksv.com. Anfahrt → Galata und Karaköy, S. 129.

**Metrohan** (→ Karte S. 112/113), und noch ein imposanter Stadtpalast. In seinem EG startet die Tunnel-Bahn von Beyoğlu hinab nach Karaköy, daher der Name. Zuletzt wurde das Gebäude umfassend restauriert und in einen Kulturpalast umgewandelt. Einige Ausstellungs- und Veranstaltungsräume werden schon genutzt. Wir sind gespannt, was hier noch alles passiert. Erkan-ı Harp Sok. 2 (Tünel Meydanı), Beyoğlu. Anfahrt → Taksim und Beyoğlu, S. 110.