

Sağlıklı İçecekler: Renkli Beslenme Kavramının Gastronomi Trendlerindeki Yeri ve nemi

Ecem İnce Karaçeper*

zet

Amaç: Günümüzde yeni gastronomi akımları çok renkli sunumlar içermekte ve sağlıklı beslenme kavramıyla birçok noktada bir araya gelmektedir. Beslenme özelinde değerlendirildiğinde, renklerin bireyler üzerinde hem fiziksel hem psikolojik etkilere sahip olduğu bilinmektedir. Renkler, bireylerin motivasyonunu ve satın alma davranışını etkilemekte, hatta evrimii deneyimlerin etkisiyle mekn, görüntü, renk uyumu, statü ve saygınlık gibi unsurlarla birleştirilmektedir. Bu kapsamda, çalışma günümüzde ön plana çıkan renkli beslenme kavramının gastronomi trendlerindeki yeri ve önemini ortaya koymayı amaçlamaktadır.

Gereç ve Yöntem: Nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntem ile değerren tüketiciler davranışlarına alternatif olarak ortaya çıkan yeni gastronomi akımları değerlendirilmiştir. Veriler, ikincil kaynak taraması, içerik analizi ve doküman incelemesi ile elde edilmiştir.

Bulgular: Yeme içme davranışı bağlamında, yeni gastronomi trendlerinin doğal içerikli ve sürdürülebilir yapıda, gıda boyalarından, çoklu işlemlerden ve yağlı ve zararlı içeriklerden uzak bir içeriğe sahip olduğu görülmektedir. Bireylerin daha fazla gıda üretim sreline katılım sağladığı, besinleri doğal, renkli ve çiğ tüketiciler eğiliminde oldukları ve sürdürülebilir beslenme anlayışını benimsedikleri açıkça ortadadır.

Sonuç: Son yıllarda en fazla vurgulanan ve talep edilen gastronomi akımlarının: siyah yiyecekler, mor yiyecekler, bowl food, smoothie, yenilebilir çiçekler, vegan-vejeteryan beslenme, fonksiyonel gıdalar, sıfır atık, sağlıklı beslenme, raw food ve doğal yiyecekler olduğu ortaya çıkmaktadır. Ayrıca, renklerin vermiş olduğu çağrışımlar ve duygular farklı şekillerle aktarılmaktadır. r: “mor” asalet, lüks, imparatorluk, ciddiyet ve sağlık; “yeşil” doğallık, güvenlik ve sağlık; “siyah (kahve tonları)” lüks, cesaret, gelişmişlik düzeyi, toprağa dönüş ve doğallık; “kırmızı” g, canlılık, tazelik, gençlik, mutluluk; “turuncu” vitamin, enerji, sağlık ve gösteriş; “sarı” yaşam, enerji, sıcaklık ve neşe; “beyaz” doğal, sade, temiz ve katkısız şeklinde ifade edilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Renkli Beslenme, Sağlık, Gastronomi, Gastronomi Trendleri, Tüketiciler Davranışları.

* Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Kent Üniversitesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, ecem.ince@kent.edu.tr

Healthy Drinks: The Place and Importance of Colorful Nutrition Concept in Gastronomy Trends

Abstract

Ecem İnce Karaçeper[†]

Purpose: Nowadays, new gastronomy trends include very colorful presentations and come together with the concept of healthy nutrition at many points. When evaluated in terms of nutrition, it is known that colors have physical and psychological effects on individuals. Colors affect individuals' motivation and purchasing behavior and even combine elements such as space, image, color harmony, status, and prestige with the effect of online experiences. In this context, the study aims to reveal the place and importance of colorful nutrition in gastronomy trends.

Materials and Methods: Qualitative research method was used in this study. This method evaluated new gastronomic trends that emerged as an alternative to changing consumer behaviors. The data were obtained by secondary literature review, content analysis, and document review.

Findings: In the context of eating and drinking behavior, new gastronomy trends have a natural content and a sustainable structure, away from food dyes, multiple processes, and oily and harmful ingredients. It is also clear that individuals participate in the food production process more; they tend to consume natural, colored, and raw foods, and they adopt a sustainable nutrition approach.

Results: The most emphasized and demanded gastronomic trends in recent years are black food, purple food, bowl food, smoothie, edible flowers, vegan-vegetarian nutrition, functional foods, zero waste, healthy nutrition, raw food, and natural food. In addition, the associations and emotions of colors are conveyed differently. Such as "purple" nobility, luxury, empire, seriousness, and health; "green" naturalness, safety, and health; "black (brown tones)" luxury, courage, level of sophistication, return to earth, and naturalness; "red" strength, vitality, freshness, youth, happiness; "orange" vitamin, energy, health, and vanity; "yellow" is life, energy, warmth, and joy; "white" is expressed as natural, plain, clean and without additives.

Keywords: Colorful Nutrition, Health, Gastronomy, Gastronomy Trends, Consumer Behaviors.

[†] Dr., Istanbul Kent University, Gastronomy and Culinary Arts Department, ecem.ince@kent.edu.tr