

شنامام

غداماوشیرنمای

محلے

استان آذربایجان شرقی



شناسنامه غذاها و شیرینی های محلی استان آذربایجان شرقی

مؤلف: مریم احباب

مترجم: فرزاد رشیدی

مدیر هنری: مریم احباب

طراحی: سمیرا صدفی

نوبت چاپ: اول - زمستان ۱۳۹۶

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

لیتوگرافی: فرآیند گویا

چاپ: خانه فرهنگ و هنر گویا

صحافی: گوهر

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۸۷۴۱-۸۱-۰۰

قیمت: ۱/۲۰۰/۰۰۰ ریال

کتابخانه هنر و زندگی

تهران - خیابان کریمخان زند پلاک ۸۹

تلفن: ۸۸۸۲۳۱۲۰ - ۸۸۸۳۸۴۵۳ - ۸۸۸۲۸۸۸۴

تأمین و فروش کتاب: ۰۹۱۴۲۵۵۵۴۳۰

www.gooyabooks.com

Email: info@gooyabooks.com

همه حقوق کتاب شناسنامه غذاها و شیرینی های

محلی استان آذربایجان شرقی محفوظ است.

هر گونه استفاده غیر مجاز از آن از جمله نقل،

تکثیر، پخش محتوای کتاب، تصاویر کلا یا جزئی

از طریق چاپ روی کاغذ، ضبط نوار ویدیویی،

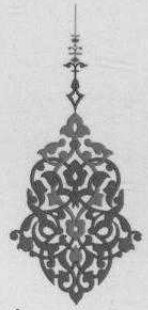
دیسک فشرده، دسکت کامپیوتر و فضای مجازی

پیگرد قانونی دارد.

سرشناسه	: احباب، مریم
عنوان و نام پدیدآور	: شناسنامه غذاها و شیرینی های محلی استان آذربایجان شرقی = /East Azerbaijan Traditional Food and Pastries
مشخصات نشر	: تهران: آوردگاه هنر و اندیشه، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	: ۲۶۴ ص.، مصور (رنگی).: ۲۹x۲۲ سم.
شابک	: 978-964-8741-81-0
وضعیت فهرست نویسی	: قیفا
موضوع	: آشپزی ایرانی -- آذربایجان
موضوع	: Cooking, Iranian -- Azerbaijan
شناسه افزوده	: رشیدی، فرزاد، ۱۳۳۹ -، مترجم
رده بندی کنگره	: TX۷۲۵ /الف۹/۳ ۱۳۹۶
رده بندی دیویی	: ۶۲۱/۵۹۵۵۳
شماره کتابشناسی ملی	: ۲۹۰۲۵۱۷

۷۸	سماق (سوماق)	۱۰	شهرستان‌های استان آذربایجان شرقی
۸۰	آجیل تبریز (تبریز آجیلی)	۱۱	درباره تبریز
۸۲	شیره انگور (دوشاب)		جشن‌های باستانی
۸۵	سبزی‌های کوهی استان آذربایجان شرقی (داغ گویی)	۲۲	شب یلدا در استان آذربایجان شرقی (چیلله گنجّه سی)
	شیرینی‌های استان آذربایجان شرقی	۲۴	کرسی
۸۶	نوقا (لوکا)	۲۷	منقل
۸۶	اریس یا ریس (سوت شیرینی سی)	۲۹	چهارشنبه سوری در استان آذربایجان شرقی (چَرشَنبه سوری)
۸۸	زولیا و بامیه (زولیه، بامیه)	۳۰	عید نوروز در استان آذربایجان شرقی (نوروز بایرامی)
۹۱	لوز و باقلوا (لوز، بالاوا)		آشپزخانه، اسباب آشپزخانه، تهیه مواد اولیه
۹۳	اهری (اهری)	۳۲	آشپزخانه، مطبخ، کارخانه
۹۵	قراپه (قوراپه)	۳۵	اسباب آشپزخانه در زمان قدیم
۹۶	باسلوق مراغه (باسلق)	۴۰	رشته آشی و پلویی (ریشه)
۹۸	میان پر گلایی و زردآلو (میان پور)	۴۲	اوماج
۱۰۰	حلوا گردویی (گیردکان حالواسی)	۴۳	طرز تهیه گوشت قورمه (قوروما)
۱۰۰	حلوا گردو بادامی (گیردکان بادام حالواسی)		لبنيات در استان آذربایجان شرقی
۱۰۰	حلوا گردو شکری	۴۷	مواد لبنی
	عربیات، شربت‌ها و دم‌نوش‌های معروف استان آذربایجان شرقی	۵۰	روغن زرد حیوانی (ساری یاغ)
۱۰۳	عرقیات گیاهی (عراق)	۵۲	ماست (یوغورت، قاتق)
۱۰۵	عرق شاه پیر، شاه اسپرم (شاهستون عراقی)	۵۴	پنیر ليقوان (ليقوان پنیری)
۱۰۷	عرق کاکوتی، کهلک اهری عراقی)	۵۷	کشک (قوروت)
۱۰۸	شربت گل محمدی (قربا، نول شربتی)	۵۹	عسل و سرشیر (بال قیماق)
۱۱۰	شربت خاکشیر و تخم ریحان (شوورن، ریحان توخوماسی شربتی)		نان در استان آذربایجان شرقی
۱۱۳	شربت سکنجبین (سکنجبین شربتی)	۶۰	نان ساج (ساج چوره‌یی)
۱۱۵	دم‌نوش گل گاوزبان (گوزبان)	۶۲	نان کره ای مغزدار (ایچلی کوکه)
۱۱۶	دم‌نوش پونه کوهی (یارپوز)	۶۵	نان کماج (کوماج)، نان زنجبیلی (زنجفیلی کوکه)،
	چیدمان میز و آداب پذیرایی	۶۵	نان مغزدار (ایچلی کوکه)، نان روغنی (یاغلی کوکه)
۱۱۸	آفتابه و لکن (آفتافا، لنین)	۶۹	نان اُسکو (اسکو چوره‌یی)
۱۲۰	چیدن میز غذا		محصولات باغی و کشاورزی استان آذربایجان شرقی
	چلو، پلو	۷۰	میوه‌های استان آذربایجان شرقی
۱۲۵	چلو (چیلو)	۷۳	گل محمدی (قیزیل گول)
۱۲۶	قابلی	۷۵	زعفران (زفران)
۱۳۱	زرشک پلو (زَریش پیلو)	۷۶	ادویه (آدووا)

۲۰۰	آش میوه (میوه آشی)	۱۳۳	لویا پلو (لویه پیلو)
۲۰۳	آش کلم قمری (داش کلم آشی)		خورش ها
۲۰۴	آش آبغوره (آبغورا آشی)	۱۳۴	خورش هویج (یرکوک کی خوروشی)
۲۰۷	آش اوماج (اوماج آشی)	۱۳۹	قورمه سبزی (سبزی قورما، گوی خوروشی)
۲۰۹	آش ماست (یوغورت آش / یوتداش)	۱۴۰	خورش قیمه (قیمه)
۲۱۰	سوپ زعفرانی با رشته فرنگی (ریشه سوپی)	۱۴۳	خورش بادمجان (قره بادمجان خوروشی)
۲۱۲	سوپ سرد (آبدغ خیار)	۱۴۵	خورش کرفس (کرفس خوروشی)
	ترشی ها و شور		کباب ها
۲۱۴	خیارشور	۱۴۶	کباب کوبیده (کوبیده)
۲۱۶	ترشی بادمجان (قره بادمجان تورشوسو)	۱۴۸	جوجه کباب (جوجه کباب)
۲۱۹	ترشی هفته بیجار تبریز (هفته بیجار تورشوسو)	۱۵۱	کباب بناب (بناب کبابی)
	مرباهای محلی استان آذربایجان شرقی	۱۵۳	توصیف روش پخت قدیمی کباب بناب
۲۲۰	مربای قیسی سیاه (قره قیسی موراباسی)	۱۵۵	کباب جگر و روده (جگر، بارساخ)
۲۲۳	مربای بالنگ (باله موراباسی)	۱۵۷	کباب برگ (برگ)
۲۲۵	مربای گل محمدی (قیزیل گول موراباسی)		خوراک های محلی استان آذربایجان شرقی
	دسرهای محلی استان آذربایجان شرقی	۱۵۹	کوفته تبریزی (تبریز کوفته سی)
۲۲۶	رشته ختایی (ریشه ختایی)	۱۶۴	دلمه بادمجان تبریز (قره بادمجان دلماسی)
۲۲۹	قیساوا	۱۶۶	دلمه برگ مو (پیراق دولماسی)
۲۳۰	خاگینه (قیه ماقه)	۱۷۰	آبگوشت
۲۳۲	شیربرنج (شیربرنج)	۱۷۳	کله و پاچه (کله پاچه)
۲۳۴	فرنی (فیرنی)	۱۷۵	جغور بغور (جز بز)
۲۳۷	شله زرد (ساری شيله)	۱۷۷	تاندون پاچه گاو (دامار)
۲۳۸	کاجی (قویماق)	۱۷۹	شکم پاره (قارنی یاریخ)
۲۴۰	بستنی سنتی زعفرانی	۱۸۰	کوکوی سبزی (گوی کوکوسی)
۲۴۲	سمنو (سومنی)	۱۸۳	کوکوی لویا سبز (گوی لویه کوکوسی)
	حلوای محلی استان آذربایجان شرقی	۱۸۹	شيله بلغور (یارما شيله سی)
۲۴۵	ترحلوای زعفرانی (زفران ترّحی)	۱۹۱	شوربای کالش (کالش شورباسی)
۲۴۷	حلوای زنجبیلی (زنجبیل ترّحی)	۱۹۲	بورانی کنگر (کنگر بورانی سی)
۲۴۹	حلوای گردویی (گیرد کان ترّحی)	۹۴	دویماج، دویمانج، دویماش
۲۵۰	حلوای بادام (بادام ترّحی)		آش ها و سوپ های محلی استان آذربایجان شرقی
۲۵۴	لبو (لب لبی)	۱۹۴	نکات لازم در تهیه آش
۲۵۷	سیب زمینی و تخم مرغ (یرآلما، یومورتا)	۱۹۶	آش رشته با کلم برگ سفید و هویج (ریشه آشی)



خوراک‌ها بخش پراهمیتی از فرهنگ مردم به شمار می‌آیند. هنوز در دنیا بسیاری از ملت‌ها و اقوام به داشتن نوع خاصی خوراک شهرت دارند. خوراک‌های هر قوم یا ملت در کنار موسیقی، زبان، گویش و آیین‌های ویژه‌ای که دارند، علاوه بر این که بیانگر اصالت، ریشه‌های تاریخی، باورها، فرهنگ، ذوق و سلیقه جمعی آن می‌باشند، آینه‌ای از نوع کار و معیشت، شرایط محیط زیست و الگوی مصرف آن قوم می‌باشند. لذا با مطالعه و تامل در خوراک‌های هر قومی می‌توان از احوال آن مردم در گذشته و حال، آگاهی به دست آورد. این کتاب را با هدف حفظ سنت‌های آیینی، احیا و بازآفرینی عده و شیرینی‌های سنتی استان آذربایجان شرقی و طی چندین سال پژوهش، داوری مسابقات ملی مهارت، تدریس در برنامه‌های آموزشی صدا و سیما، همکاری با مجلات معتبر، که با مقام مربی نمونه استانی در رشته صنایع غذایی و ثبت استاندارد غذاهای محلی استان آذربایجان شرقی با کد ملی آموزش شغل ۱-۶۳-۰۶۷-۷۵۱۲، استاندارد شیرینی سنتی آذربایجان شرقی با کد ملی آموزش شغل ۱-۷۰-۰۶۷-۷۵۱۲ استاندارد شیرینی سنتی آذربایجان شرقی با کد ملی آموزش شغل ۱-۱/۱/۳۶/۷۶-۷ و استاندارد نان سنتی اسکو با کد ملی آموزش شغل ۱-۸۲-۰۶۷-۷۵۱۲ و برپایی اولین نمایشگاه حلوا و مربا در استان، تالیف کردم تا یادگاری برای نسل‌های آینده باشد. هنر آشپزی در استان تنها در پخت یک غذا خلاصه نمی‌شود. طعم خوب، بوی اشتها آور غذا، انتخاب مواد اولیه مناسب با کیفیت عالی بخش بسیاری مهمی از آشپزی را تشکیل می‌دهد. ذوق و سلیقه در انتخاب دورچین غذا با حفظ هارمونی رنگ‌ها و طعم سبزیجات و میوه‌جات، چیدمان میز غذا، انتخاب ظروف مناسب، استقبال از میهمان با روی خوش و پدیرایی در نهایت ادب در محیطی آرام مکمل هنر آشپزی آذربایجانی‌ها می‌باشد.

با آرزوی موفقیت

مریم احباب

