

آثار مکتوب متعددی فرهنگ غذایی ما را ثبت کرده‌اند

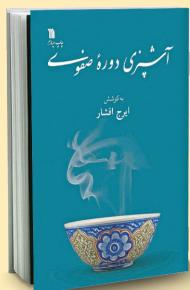
# کتاب‌های خوشمزه

مريم باقر پور

بسیاری از پژوهشگران آشپزی، ۳ مکتب آشپزی ایرانی، چینی و رومی را به عنوان مکتب‌های مادر در این زمینه می‌شناسند. آنها آشپزی ایرانی را به معنای یک هنر ظریف، مانند فرش ایرانی، هنری می‌دانند که در خانه‌های مردم ساده یا حتی فقیر و به دست زنان و دختران شهرها و روستاهای این سرزمین پرورده شده است. مکتب ایرانی، به جز تفاوت در مکتب غذایی، در شیوه پخت و آداب سفره هم کاملاً ممتاز است. در همین زمینه هم کتاب‌هایی از گذشته تاکنون در زمینه آشپزی و غذاهای تهرانی‌ها منتشر شده است که آشنایی با آنها خالی از لطف نیست.

## ۴ آشپزی دوره صفوی

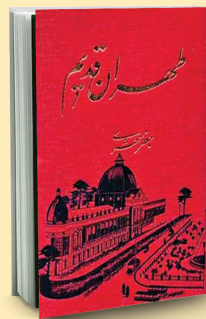
مؤلف: ایرج افشار  
چاپ: پنجم  
تعداد صفحه: ۲۶۸ صفحه  
ناشر: سروش



خلاصه: بسیاری دوره صفویه را زمان رشد و نمو پیدایش غذاهای جدید در کشور و پایتخت دانسته و معتقدند در این دوره علاوه بر رشد چشمگیر هنرهای مختلف، به‌طور اعجاب‌انگیزی، خوراک و هنر خوراک‌پزی هم رشد کرد. کتاب آشپزی دوره صفوی، موید همین موضوع و در برگیرنده ۲ رساله در زمینه آشپزی است که هر دو در دوره صفوی به نگارش در آمدند. رساله اول به نام «کارنامه» تالیف حاجی محمدعلی باورچی بغدادی است که آشپز یکی از بزرگان روزگار خود بوده و این اثر را در سال ۹۲۷ قمری، هنگام سفر به اردبیل نگاشت و رساله دوم هم «ماده الحویه» نام دارد که تالیف نورالله آشپز بود و حدوداً ۲۶ سال پس از رساله نخست به تحریر درآمد و ایرج افشار این دور رساله را در کنار هم قرار داد. البته هر یک از ۲ رساله شامل مطالبی درباره طبخ غذاها و معرفی انواع خوراکی‌های آن دوره است.

## ۱ طهران قدیم

مؤلف: جعفر شهری  
چاپ: نامشخص  
تعداد صفحه: ۲۶۴۹  
ناشر: معین



خلاصه: توسط یکی از معدود پژوهشگران ریزبین و راویان دقیق تهران زمان قاجار، تالیف شده که از کودکی شاهد اتفاقات مهمی از تهران دوره قاجار بود و از دهه ۲۰ هم خاطرات و مشاهداتش از تهران و مباحثی از فرهنگ عامه را که در حال فراموشی بود، نوشت. یادداشت‌هایی که در آینده به ۲ کتاب مهم مجموعه ۵ جلدی «طهران قدیم» و مجموعه ۶ جلدی «تاریخ اجتماعی طهران در قرن سیزدهم» تبدیل شد. تمام جلد پنجم (انتهایی) طهران قدیم، مرتبط با دستور پخت غذاهای سنتی طهران قدیم است که در آن نوشته‌ها اکثراً با گوشت، سیب‌زمینی و حبوبات سروکار دارد. پلوها و غذاهای برنجی هم طوری طبخ می‌شدند که طبع سردی برنج به زیره برود. جعفر شهری غذاهای مخصوص سحر تهرانی‌های قدیم را نام برده و دستور پخت هر یک را نیز مختصر ارائه داده است. همچنین در کتاب آمده که غذاهای پر گوشت و پر چربی برای سرما و غذای کم گوشت و کم چرب برای تابستان‌ها بود.

## ۵ جامع الصنایع

مؤلف: ایرج افشار (مصحح)  
چاپ: اول ۱۳۸۹  
تعداد صفحه: ۳۳۳  
ناشر: مرکز پژوهشی میراث مکتوب



خلاصه: این کتاب در واقع رساله‌ای در زمینه آشپزی است که مولفی ناشناخته آن را در دوره قاجار به رشته تحریر در آورده. از طرفی گفته می‌شود «هدایت‌الله حسینی شیرازی» سال ۱۳۱۵ قمری به دستور بانویی این رساله را شنیده و نوشته است. این کتاب اطلاعات ارزشمندی درباره فرهنگ آشپزی عصر قاجار در اختیار علاقه‌مندان قرار می‌دهد و آنها را با روش‌های تهیه انواع شیرینی، خورش، کباب، پلو، دلمه، حلوا، شربت، مربا و ترشی در آن دوره آشنا می‌کند؛ از جمله اینها می‌توان به لوز زرد، حلسوای باقلوا، خورش کنگر، ترشی گل زرد، ماش پلو، مسمما بره و مرغ، کوکوی ماهی، دلمه خیار، برانی بادمجان، شربت ریواس، کوکوی گوشت و کباب شامی اشاره کرد.

## ۲ مستطاب آشپزی

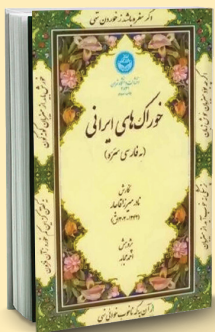
مؤلف: نجف دریابندری  
با همکاری همسرش فهیمه راستکار  
چاپ: بیش از ۳۵  
تعداد صفحه: ۱۹۶۵  
ناشر: کارنامه



خلاصه: آنچه این کتاب را با دیگر کتاب‌های آشپزی متمایز می‌کند نویسنده‌اش است. نجف دریابندری آشپزی نیست که کتاب نوشته، نویسنده‌ای است که آشپزی می‌کند. او در مقدمه کتاب مستطابش، آشپزی را از مقوله فرهنگ دانسته و از دریچه فرهنگ به آشپزخانه و سفره نگاه می‌کند و همین نگاه است که باعث شده کتاب مستطاب چیزی وای سایر کتاب‌های آشپزی باشد که خواننده‌ایم. این کتاب دوجلدی اولین بار در سال ۱۳۷۸ منتشر شده و تا امروز بیش از ۳۰ بار تجدید چاپ شده است. این کتاب درباره انواع خوراکی‌ها، مواد لبنی، پروتئینی و اسباب و لوازم آشپزخانه هم اطلاعات زیادی در اختیار مخاطب می‌گذارد. دستور پخت انواع غذا هم در آن آمده است. مستطاب حاصل ۸ سال ماجراجویی دریابندری بوده و خودش معتقد است: هر مجرب‌دی تجربه‌ای که آشپزی را با این کتاب آغاز کند به یک آشپز زبردست تبدیل خواهد شد.

## ۶ خوراک‌های ایرانی (به فارسی سره)

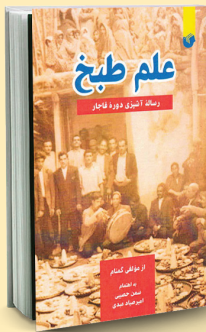
مؤلف: نادر میرزا قاجار  
چاپ: ۳  
تعداد صفحه: ۳۱۲  
ناشر: دانشگاه تهران



خلاصه: این کتاب به تصحیح احمد مجاهد منتشر شده که در سال‌های ۱۲۴۲ تا ۱۳۰۳ زندگی می‌کرد و آن را به کمک همسرش نوشته. در مقدمه این اثر به قلم نویسنده نگاشته شده: شبی بانوی من گفت: «بیا ناچامه بگویم که شب بس دراز است و افسون خواب، چامه است. گفتیم: نخست تو گوی و من نیز داستانی به یاد آورم و دیگر شب بگویم. سرود که: «خورش‌های ایران زمین چند گونه است؟ گفتیم: چه دلم، خوردنی و پختنی زنان سازند و پزند. تو گوی هر آنچه دانی از این دست و من تو را ننگارنده باشم. بانو همی گفت و من هم نوشتم؛ شب‌ها تا این نامه به انجام آمد بس نیکو و نغز.» نکته جالب توجه این اثر آن است که روای و نویسنده، متن را با اشعار فارسی و عربی زینت داده‌اند و برخی خواص درمانی خوراکی‌ها و طبع آنان نیز از قلمشمان مغفول نمانده است. نادر میرزا قاجار از نوادگان فتحعلی شاه و از جمله فرهیختگان قاجار بود و این اثر از قدیمی‌ترین کتاب‌های آشپزی به حساب می‌آید. انتشارات اطراف به تازگی همین نسخه را با ویراستی مجدد و برخی بازبینی‌ها که از اشکال هم خالی نیست، به نام «کارنامه خورش» منتشر کرده که این ویراست تازه به کوشش نازیلانظمی تدوین شده است.

## ۳ علم طبخ

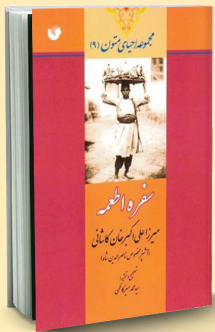
مؤلف: به اهتمام سمن حبیبی و امیر صیاد عبدی (تصحیح)  
تعداد چاپ: نامشخص  
تعداد صفحه: ۷۴  
ناشر: سفیر اردهال



معرفی: یکی از چند انگشت شمار کتاب با موضوع آشپزی است که از دوره قاجار باقی مانده و در باب طبخ انواع غذاها نوشته شده است. نویسنده این اثر «فلوج»، تخلص می‌کرد و این رساله جزو معدود رساله‌های کاملی است که در این باب به دست ما رسیده است. علم طبخ علاوه بر غذاهای ایرانی، به برخی از غذاهای فرنگی نیز پرداخته. کتاب حاضر، بی‌هیچ مقدمه و دیباچه‌ای آغاز می‌شود و تنها مؤلف به تعبیری بسیار مختصر از علم طبخ و چیستی و ماهیت این علم و نام‌بردن از اسامی کتبی که در این فن نوشته شده‌اند، اکتفا می‌کند. او پس از این سراغ دستورهای غذایی می‌رود. در عین حال که این دستورها به ترتیب حروف الفبا آورده شده، با این وجود، مؤلف یک دسته‌بندی کلی نیز از غذاهای معرفی شده در کتاب ارائه داده است. البته در مقدمه کتاب به شیوه تصحیح آن اشاره شده تا برای مطالعه مخاطب امروزی قابل فهم باشد.

## ۷ سفره اطعمه

مؤلف: میرزا علی اکبر خان کاشانی  
تعداد چاپ: نامشخص  
تعداد صفحه: ۱۲۰  
ناشر: سفیر اردهال



خلاصه: تالیف آشپز مخصوص ناصرالدین شاه قاجار است و از فعوای مطالب برمی‌آید که نه تنها در فن آشپزی صاحب مهارت و هنر بلکه انسانی فرهیخته و فاضل بوده است. اطلاعاتی که درباره پیشینه اثر آمده، از این قرار است: دکتر تولوزان فرانسوی که در آن زمان حکیم‌پاشی دربار ایران بوده برای تطبیق شیوه مداوای خود با سنین ایرانی و توفیق در معالجات، خود را نیازمند اطلاع از شیوه تغذیه ایرانیان و ترکیبات غذاهای معمول آن زمان یافت. لذا میرزا علی اکبر خان خواست که رساله‌ای جامع در شرح غذاها و اجزا و شیوه ترکیب مواد نیز در باب تهیه آشامیدنی‌ها و خوراکی‌های معمول ایرانی تدوین کند. اصل این کتاب که مشخص نیست دستخط مؤلف است یا از آن کاتب دیگر، به خط نسخ زیبا و خوانا ولی نه چندان هنری در ۸۵ صفحه رقعی کوچک نگاشته شده است. دکتر تولوزان در بازگشت به پاریس این رساله را با خود از ایران برد و سال‌های بعد رضا قوام‌نژاد آن را در مجموعه شخصی فردی به نام ایکوسکی یافت، از آن عکسی تهیه کرد و در اختیار بنیاد فرهنگ گذاشت، اما اثر پیش رونخستین بار به شکل امروزی منتشر شده است.