

## پژوهشی درباره کاربرد مواد خوراکی در رساله‌های برجای مانده آشپزی از روزگار صفویه: مطالعه موردی «کارنامه» و «ماده الحیوه»

یزدان فرخی\*

مرتضی محمدی\*\*

### چکیده

محتوای آنچه انسان در طول زندگی روزمره به عنوان مواد خوراکی به کار می‌گیرد، نقش مهمی در زندگی و تندرستی او دارد. چنانکه غلبه گونه ای ویژه از مواد خوراکی مانند گوشت قرمز، روغن یا از سوی دیگر حبوبات و سبزیجات می‌تواند کیفیت خوراک او را نشان دهد. این مقاله در تلاش است تا با استفاده از مطالب دو رساله آشپزی برجای مانده از ایران عهد صفوی (شاه اسماعیل اول و شاه عباس اول) ضمن استخراج نوع مواد خوراکی گوناگون در هر دو رساله، غلبه گونه های مواد خوراکی را مشخص نموده و به سپس به مقایسه آنها با یکدیگر پردازد.

پرسش این تحقیق عبارت است از اینکه چه تفاوتی در به کارگیری دسته های مواد خوراکی در هر دو رساله دیده می‌شود و در این میان چه موادی بیشتر به کار رفته است؟ به نظر می‌رسد، تفاوت محسوسی در به کارگیری مواد خوراکی در هر رساله دیده می‌شود و از جمله گوشت قرمز و حبوبات بیشترین کاربرد را در مواد خوراکی در هر دو رساله داشته است. یافته ها نشان می‌دهد، آشپز دوره شاه عباس اول در مقایسه با آشپز دوره شاه اسماعیل اول در خوراک های معرفی شده خود از گوشت قرمز کمتر و از حبوبات بیشتر استفاده می‌کرده است.

**کلیدواژه‌ها:** خوراک، مواد غذایی، شیوه تغذیه، رساله آشپزی، صفویه.

---

\* استادیار گروه تاریخ، دانشگاه پیام نور، y\_farrokhi@pnu.ac.ir

\*\* دانشجوی کارشناسی ارشد تاریخ، پیام نور، armortezamohammadi@yahoo.com

تاریخ دریافت: ۱۳۹۵/۱/۲۵، تاریخ پذیرش: ۱۳۹۵/۴/۲۲

## ۱. مقدمه

خوردن و تامین خوراک، بخش مهم از فعالیت‌های اجتماعی و اقتصادی روزمره انسان را تشکیل می‌دهد بررسی ابعاد گوناگون آن از نظر تحقیق در تاریخ اجتماعی مهم است. در این میان آشپزی پیشه محوری و آشپزان پیشه‌وران این عرصه به شمار می‌روند. حاصل فعالیت آنها به صورت حرفه‌ای، ایجاد انواع خوراکی‌ها و خورش‌ها است. به عبارتی دیگر آنچه به عنوان غذاهای متنوع و گوناگون در جوامع مختلف نام برده می‌شود و مورد استفاده قرار می‌گیرد، حاصل این نوع فعالیت آشپزها در تاریخ است.

آشپزی در ایران، تاریخ دیرینه‌ای دارد و اهمیت آن به عنوان یک فعالیت حرفه‌ای تا به آنجاست که از آن به عنوان «مکتب ایرانی» یاد می‌شود و در کنار دو تمدن کهن دیگر یعنی روم و چین مطرح شده است (ابراهیمی، ۱۳۹۳: ۱۴۱). اما از سوی دیگر این فعالیت در طول تاریخ از یک سنت شفاهی پیروی می‌کرده و کمتر مواردی است که حاصل دسترنج اینان به روی کاغذ آمده باشد. از این رو تحلیل و ارزیابی شیوه‌های انجام این فعالیت و احصاء انواع غذاها برای مورخ تاریخ اجتماعی کاری بسیار دشوار است. با وجود این محدودیت، وجود دو رساله آشپزی در عهد صفوی بسیار مغتنم است. این دو رساله شرح نسبتاً مبسوطی از انواع خوراکی‌ها و مواد مورد استفاده در آنها به دست می‌دهد.

رساله اول که «کارنامه» نام دارد، تالیف حاجی محمد باورچی بغدادی است. مولف از آشپزان دربار شاه اسماعیل بوده و آن در سال ۹۲۷ ق را برای یکی از اعیان و اشراف و رجال عصر شاه اسماعیل صفوی (حک ۹۰۷ تا ۹۳۰ ق) نوشته است (ایرج افشار، ۱۳۸۹: ۲۳). رساله دوم «ماده‌الحيوه» نام دارد که ۷۶ سال پس از رساله اول توسط نورالله نامی نوشته است. وی آشپز شاه عباس اول (حک ۹۹۶-۱۰۳۸ ق) بوده و این رساله را در سال ۱۰۰۳ ق نوشته است (افشار، ۱۳۸۹: ۲۷؛ همچنین: افشار، ۱۳۸۵: ۲۰۵-۲۱۲).

ارزش و اهمیت علمی این دو رساله از جهت ترکیب و محتوای مواد غذایی آنها است و بنابراین پرسش‌ها مطرح چنین است: آیا می‌توان از غلبه نوع خاصی از مواد خوراکی در غذاهای معرفی شده سخن گفت؟ بررسی مقایسه‌ای اطلاعات کمی استخراج شده هر دو رساله چه تفاوت و تغییری را در به کارگیری مواد غذایی نشان می‌دهد؟ چنین به نظر می‌رسد که تفاوت محسوسی در به کارگیری مواد خوراکی در هر رساله دیده می‌شود و نیز این تغییر در مقایسه میان اطلاعات آماری هر دو رساله نیز قابل ملاحظه است.

بر خلاف پژوهش هایی که درباره وضعیت خوراک و تغذیه در جهان اسلام انجام شده (Beg, 2000: 23-24; Waines, 2000:30-32)، در زمینه تاریخ خوراک و خورش در تاریخ ایران، تحقیقات مفصلی صورت نگرفته است. اما اخیراً نمونه‌ی از تحقیقات دامنه دار و ارزنده از جمله توسط علی بلوکباشی در این زمینه انجام شده است. وی در کتاب «آشپز و آشپزباشی» (بلوک باشی، ۱۳۹۲) و در مجموعه ای که به نام تاریخ جامع ایران منتشر شد. مطالب گران بهایی در زمینه آشپزی در تاریخ ایران عرضه کرده و در خصوص آشپزی دوره صفوی و مطالب دو رساله اخیر نیز اشاره هایی هر چند اجمالی به موضوع داشته است (بلوکباشی، ۱۳۹۳: ۴۸۶-۴۸۷). همچنین نجف دریابندری در دانشنامه مبسوطی که بیشتر به صورت کتابی کاربردی درباره آشپزی و طرز پخت و پز انواع خوراک ها است، در سطوری چند به محتوای دو رساله آشپزی عهد صفوی اشاره داشته است (دریابندری، ۱۳۸۴: ۹۲) و ضمن مطالب خود از دو ساله آشپزی عهد صفوی بهره هایی برده است.

موضوع خوراک، مواد خوراکی و آشپزی به طور کلی در مجموعه ای که تحت عنوان «فرهنگ آشپزی در خاورمیانه» زیر نظر «س. زبیده» و «ریچارد تاپر» منتشر شده، توسط محققان مورد بررسی قرار گرفته است. از جمله برت فراگنر در مقاله ای با عنوان «از قفقاز تا بام دنیا: سرگذشت آشپزی» اشاره های اجمالی به بحث آشپزی و خوراک در ایران نموده است (Fragner, 1994: 58). همچنین در مجموعه دانشنامه ایرانیکا نیز مدخل هایی مرتبط با آشپزی و خوراک منتشر شده است. از جمله ذیل مدخل «پخت و پز» در ایران تنها یک نگاه اجمالی به موضوع مورد بحث شده و تنها در یک مورد به دوره صفوی اشاره شده است (Ghanoonparvar, 1993). با این همه در برخی مقالات، آشپزی دوره صفویه بیشتر مورد توجه قرار گرفته است (Ghanoonparvar, 1998:91-97). افزون بر این در همان دانشنامه ایرانیکا با رویکردی تاریخی و مردم شناسانه و ذیل مدخل هایی چون «آشپزی» (Fragner, 1987)، «آش» (Elāhī, 1987)، «آبگوشت» (Ramazani, 1982)، «خورشت» (Elāhī, 2008) آثاری در زمینه مرتبط با موضوع مقاله حاضر منتشر شده است. اخیراً هوشنگ شهابی نیز در مقاله ای به سنت های کهن آشپزی در ایران نیز اشاره ای اجمالی می کند (Chehabi, 2003: 43-61).

## ۲. روش بحث

در پژوهش حاضر مواد خوراکی به کار رفته به ۱۳ دسته مختلف مشتمل بر «غلات»، «گوشت قرمز»، «گوشت مرغ و ماکیان»، «تخم مرغ»، «حبوبات و صیفی جات»، «روغن»، «ادویه»، «عرقیات»، «ترشیجات»، «شرینی جات»، «لبنیات»، «خشکبار و میوه» و «سبزیجات» تقسیم شده است. حاصل این دسته بندی از اطلاعات موادی خوراکی در به صورت آماری در دو جدول و در بخش پیوست قرار داده شده است.

از مهم ترین موارد حائز اهمیت در خصوص تحلیل موادخوراکی معرفی شده در رساله های مورد بحث این مقاله، توجه به تفاوت رژیم غذایی عهد صفوی با روزگار معاصر است. برای نمونه بر پایه گزارش های موجود از روزگار صفویه می توان گفت در ایران دو وعده غذایی در طول شبانه روز صرف می شده است که بر اساس مواد خوراکی مورد استفاده، یک وعده آن را می توان با صبحانه (یا چاشت) مطابقت داد و وعده دیگر را با نهار و شام کنونی و معمول در ایران کنونی مقایسه نمود(نک: تاورنیه، ۱۳۸۳: ۳۰۷؛ شاردن، ۱۳۷۲: ۸۲۲-۸۳۲). از این رو مواد غذایی معرفی شده در هر دو رساله کارنامه و ماده الحیوه، بیشتر با خوراک های مورد استفاده در وعده های خوراکی در نهار و شام معمول در ایران کنونی قابل مقایسه است و البته طبیعی است که با توجه به خوراک های معرفی شده در این دو رساله وعده صبحانه را می توان در تحقیق دیگر و بر اساس منابع پراکنده عهد صفوی مورد تحقیق قرار داد.

همچنین با توجه به اینکه مولفان از نگارش این رساله های عمدتاً آموزش آشپزان و اهداف تعلیمی برای پیشه وران بوده است، در خصوص تعمیم و بسط دادن دستاورد تحقیق و آمارهای به دست آمده از این رساله ها، رعایت احتیاط ضروری است و لازم که بر اساس تحقیقات بیشتر از لابلائی منابع مختلف تاریخی، دستاورد تحقیق حاضر مورد تعمیم و تحلیل فراگیر قرار گیرد. از این رو در خصوص تعیین اینکه مواد غذایی و خوراکی مورد بحث، مورد استفاده چه گروهی از جامعه ایران عهد صفوی بوده است، دشوار است.

با این همه احتمالاً با توجه به اینکه آشپزان مولف این دو رساله به دربار صفوی و به طور کلی هیات حاکمه خدمت می کردند، استفاده از آن بیشتر برای گروههای اخیر بوده است. اما به هر حال تعمیم این خوراک ها به جامعه دوره صفوی و بخش های مختلف آن، نیازمند تحقیقات وسیع تر کیفی و کمی در منابع عهد صفوی است و در واقع تحقیق حاضر مقدمه تحقیقات در این زمینه خواهد بود. حاصل گردآوری و استخراج داده های این دو

رساله در دو جدول پیوست قابل مشاهده بوده و حاصل هر یک از دسته های مواد غذایی به طور کلی در دو جدول زیر قابل ملاحظه است.

جدول آمار گروه های غذایی در رساله آشپزی ماده الحیوه		ردیف
سبزیجات	۸۲	۷۱/۹۲
خشکبار - میوه	۶۴	۵۶/۸۴
لبنیات	۱۵	۱۳/۱۵
شیرینی جات	۴۹	۴۲/۹۸
ترشیجات	۳۴	۲۹/۸۲
عرقیات	۶	۵/۳۶
ادویه	۷۶	۶۶/۶۶
روغن	۶۴	۵۶/۸۴
حیوانات و صیفی	۶۵	۵۷/۰۱
تخم مرغ	۹	۷/۸۹
گوشت مرغ ماکیان	۴۰	۳۵/۰۸
گوشت قرمز	۶۲	۵۴/۳۸
غلات	۸۱	۷۷/۱۹
تعداد		درصد

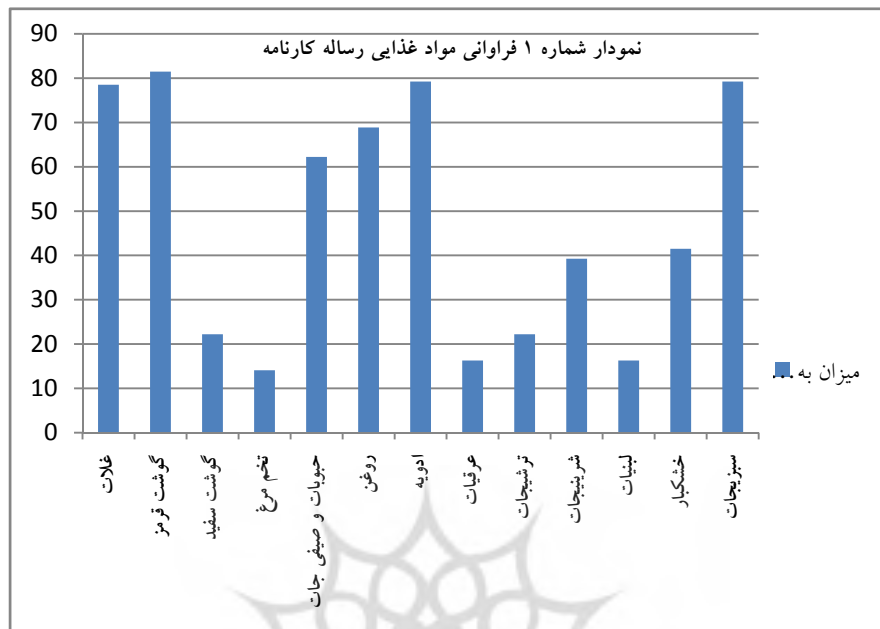
جدول آمار مواد خوراکی گروه های غذایی در رساله آشپزی کارنامه		ردیف
سبزیجات	۱۰۷	۷۹/۳۵
خشکبار - میوه	۵۶	۴۱/۴۸
لبنیات	۲۲	۱۶/۲۹
شیرینی جات	۵۳	۳۹/۲۵
ترشیجات	۳۰	۲۲/۲۲
عرقیات	۲۲	۱۶/۲۹
ادویه	۱۰۷	۷۹/۳۵
روغن	۹۳	۶۸/۸۸
حیوانات و صیفی	۸۴	۶۲/۳۲
تخم مرغ	۱۹	۱۴/۰۷
گوشت مرغ ماکیان	۳۰	۲۲/۲۲
گوشت قرمز	۱۱۰	۸۱/۴۸
غلات	۱۰۶	۷۸/۵۱
تعداد		درصد

### ۳. تحلیل داده‌ها

بر اساس مطالب به دست آمده از محتوای جدول‌های مرتبط با هر دو رساله کارنامه و ماده الحیوه می‌توان تصویری تقریبی از مواد خوراکی به کار رفته در انواع خوراک و غذاهای معروف و مشهور روزگار صفویه به دست آورد. در این میان مواد خوراکی به کار رفته در انواع خوراک‌ها به ۱۳ دسته تقسیم می‌گردد و بر اساس این ۱۳ فقره از انواع مواد غذایی به تحلیل محتوای آمارهای به دست آمده از هر دو رساله پرداخته خواهد شد.

محتوای رساله کارنامه نشان می‌دهد که گوشت قرمز (اعم از گوسفند و گاو)، به عنوان یکی از مواد خوراکی به میزان ۸۱/۴۸ درصد، بیشترین مصرف و کاربرد را در میان مواد خوراکی دیگر داشته است. پس از آن ادویه به میزان ۷۹.۲۵ درصد، سبزیجات به میزان ۲۵.۷۹ درصد و غلات به میزان ۷۸.۵۱ درصد، در مقام بعدی مواد اصلی خوراکی در این رساله قرار می‌گیرند. در این میان تخم مرغ به میزان ۱۴.۰۷ درصد کمترین مصرف و استفاده را نزد آشپزان عهد شاه اسماعیل صفوی در پخت و پز غذاها داشته است. همچنین لبنیات نیز پس از آن به میزان اندکی یعنی ۱۶.۲۹ درصد به کار رفته است.

همچنین از اطلاعات به دست آمده جهت طعم و میل غذاها از جهت شیرینی و ترشی، در مجموع خوارک‌ها میل بیشتری به مواد شیرین کننده داشته و میزان شرینجات ۳۹.۲۵ درصد و ترشیجات با میزان نسبتاً کمتری ۲۲.۲۲ درصد در مواد خوراکی‌ها مشاهده می‌شود و در مابقی طعم‌ها از دسته عرقیجات گرفته شده است. در مجموع چنین استنباط می‌شود که در میان انواع غذاهای معرفی شده در رساله کارنامه میزان ۱۱.۱۱ درصد خوراک‌ها منحصراً گیاهی بوده و در ۸۸.۸۸ درصد موارد خوراک‌ها با استفاده از گوشت‌های مختلف پخت و پز می‌شده است.

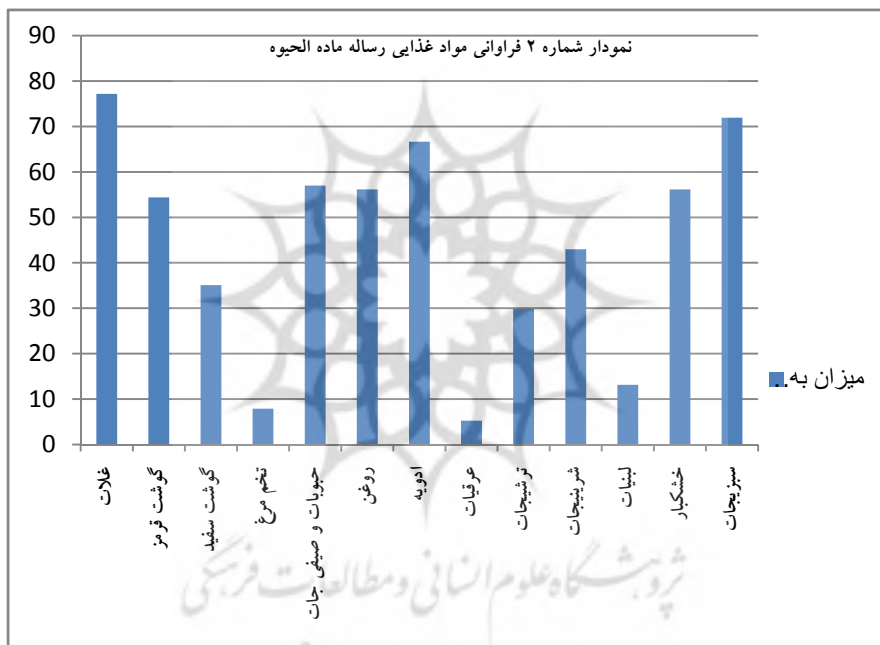


در این رساله غلات به میزان استفاده ۷۷.۱۹ درصد، مهمترین مواد غذایی بوده و بیشترین استفاده را در میان مواد دیگر داشته است. این مقام و رتبه عمدتاً در نتیجه کاهش میزان استفاده از گوشت قرمز در میان انواع خوراک های معرفی شده در رساله ماده الحیوه بوده است. در این رساله گوشت قرمز با کاهش ۲۷.۱ درصد به میزان ۵۴.۳۸ درصدی رسیده است. پس از غلات مواد خوراکی چون سبزیجات با میزان ۷۱.۹۲ درصد، ادویه به میزان ۶۶.۶۶ درصد، حبوبات به میزان ۵۷.۰۱ درصد، روغن ۵۶.۱۴ درصد و خشکبار و میوه به میزان ۵۶.۱۴ درصد، بیشترین استفاده و کاربرد ها را در پخت و پز خوراک های این رساله داشته است.

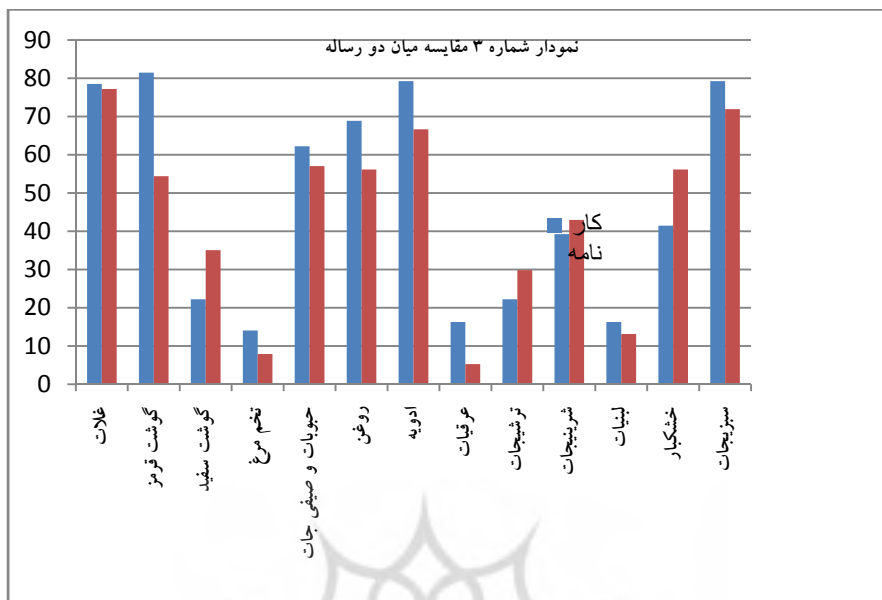
با بررسی آمارهای به دست آمده چنین استنباط می شود که به طور کلی در محتوای مواد غذایی رساله دوم در مقایسه با رساله اول از جهت به کارگیری دسته های مختلف مواد خوراکی تفاوت کاهشی و افزایشی قابل محسوسی داشته است. چنانکه مواد به کار گرفته شده در رساله ماده الحیوه در مقایسه با رساله کارنامه در خصوص موادی چون گوشت قرمز، روغن، ادویه و سبزیجات، عرقیات، تخم مرغ و لبنیات روند کاهشی دیده می شود و غلات نیز به میزان بسیار اندکی کاهش یافته است. در این میان گوشت قرمز به میزان ۲۷.۱ درصد، روغن ۱۲.۷۴ درصد، ادویه ۱۲.۵۹، عرقیات ۱۱.۰۳، سبزیجات ۷.۳۳ درصد، تخم مرغ ۶.۱۸، حبوبات ۵.۲۱ درصد، لبنیات ۳.۱۴ درصد و سرانجام غلات ۱.۳۲

درصد به ترتیب بیشترین و کمترین میزان کاهش را نشان می‌دهند. در این میان غلات در نسبت با مواد خوراکی دیگر نسبت بالاترین مقدار را حفظ کرده است.

در مقابل در مجموع خوراک‌های معرفی شده در رساله ماده الحیوه در برخی موارد نظیر بهره‌گیری از گوشت سفید، شیرینیجات، ترشیجات و خشکبار افزایش نسبتاً چشمگیری مشاهده می‌شود. بیشترین افزایش مربوط به کاربرد خشکبار و میوه در خوراک‌ها به میزان ۶۶.۱۴ درصد است. سپس گوشت سفید اعم از مرغ، ماکیان و ماهی به اندازه ۸۶.۱۲ درصد افزایش یافته است. ترشیجات با درصد ۶.۷ و شیرینیجات به میزان ۳.۷۳ در مراتب بعدی روند کاهشی مواد خوراکی در رساله ماده الحیوه را تشکیل می‌دهد.







#### ۴. نتیجه گیری

این پژوهش عمدتاً بر استخراج آماری مواد غذایی به کار رفته از دو رساله متفاوت و مربوط به دو دوره مختلف روزگار حکمرانی عهد صفویه متمرکز بوده است. آمارها بر مبنای مواد خوراکی استخراج شده در ۱۳ گونه مختلف به دست داده شده است. بر اساس نتایج آماری به دست آمده از مواد خوراکی این دو رساله مشخص می شود که در رساله مربوط به عهد شاه اسماعیل (حک ۹۰۶ تا ۹۳۰ق) گوشت قرمز بیشترین کاربرد و استفاده را نزد آشپزان برای پخت و پز داشته است. سپس بر اساس همان آمار به دست آمده، این مرتبه و جایگاه در رساله عهد شاه عباس اول (حک ۹۹۶ تا ۱۰۳۸ق) به غلات تعلق گرفته است.

همچنین مواد خوراکی چون حبوبات، سبزیجات و ادویه به لحاظ میزان کاربرد در مجموع خوراکها، از مهمترین مواد خوراکی مستعمل در خوراکهای هر دو رساله بوده است. در مجموع آشپزان در میان مواد خوراکی که معرفی کرده اند، میل بیشتری به مواد شیرین کننده خوراکها داشته اند و سپس ترشی به عنوان طعم دهنده دیگر در مقام بعدی قرار داشته است. همچنین در رساله دوم میزان کاربرد و مصرف عرقیات در میان خوراکها کاهش داشته و در مقابل مواد طعم دهنده ترش و شیرین، روند افزایشی نیز داشته است. افزون بر این، در رساله دوم در مقایسه با رساله نخست، فراوانی استفاده و کاربرد گوشت

سفید مشتمل بر مرغ، ماکیان و ماهی روند افزایشی پیموده و خوراک‌های بیشتری از این مواد بهره برده‌اند. در کنار این تغییر می‌توان به افزایش میزان استفاده از روغن و ادویه در رساله دوم نیز اشاره کرد.

محتوای هر دو رساله بازتابی از تفاوت سلیقه آشپزی در به کارگیری مواد غذایی از سوی هر دور آشپز مشهور عهد صفوی است. اما در خصوص تعمیم نتایج به دست آمده از هر دو رساله و تحلیل این تغییرات، بدون مطالعات گسترده در منابع مختلف و انجام تحقیقات دیگر رعایت جانب احتیاط ضروری است. اینکه تا چه اندازه تغییرات استفاده از مواد غذایی و به طور کلی رژیم خوراکی جامعه عهد صفوی را بازگو می‌کند موضوعی است که تنها با تحقیقات دامنه دار در این زمینه می‌توان آن را مشخص کرد.

هنگامی که نتایج این تحقیق در کنار تحقیقات بیشتر در این زمینه قرار گیرد، آنگاه می‌توان در خصوص دلیل کاهش و افزایش استفاده از یک مواد خوراکی در یک دوره را مرتبط با جریان‌های اقتصادی مثل افزایش پرورش احشام، قحطی، آفت‌ها و سیاسی مانند جنگ، تحریم و تحولات دیگر مرتبط دانست. برای نمونه گرچه در این مرحله از تحقیقات نمی‌توان گفت که کاهش روند میزان گوشت قرمز در مواد غذایی روزگار شاه عباس از یک منظر تحت تاثیر تضعیف قزلباش‌ها و به طور کلی محدود تر شدن حیات گله داران در این دوره و افزایش استفاده از غلات در اثر توسعه کشاورزی و حمایت از روستاییان در مقایسه با دوره شاه اسماعیل اول بوده است، اما دست کم دستاورد این تحقیق می‌تواند زمینه‌ای برای تحقیقات بعدی قرار گرفته و با دستاورد پژوهش‌های دیگر آن را مورد ارزیابی قرار داد.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

## پیوست

پیوست: جدول‌های شماره ۱ و ۲ مواد خوراکی هر دو رساله

توضیح: در مطالعه حاضر از آنجایی که مولفان رساله‌ها، هر یک از خوراک‌های مورد بررسی و معرفی خود را به صورت جداگانه و به عنوان یک واحد خوراک توضیح و تشریح نموده‌اند، از این رو بررسی هر یک به صورت جداگانه سهولت دارد. اما به هر حال مولفان در مواردی هم در خصوص مواد غذایی خود اطلاعات دقیقی به دست نمی‌دهند و نوع مشخصی را تعیین نمی‌کنند و از این رو در جدول‌های زیر در خصوص مواد غذایی اگر نوع به خصوص آن مشخص شده باشد، به آن اشاره می‌رود؛ در غیر این صورت تنها

یزدان فرخی و مرتضی محمدی ۱۰۱

به وجود کلی آن اشاره می‌شود و در مواردی که اشاره کلی هم در دست نیست، با علامت خط فاصله به نبود آن اشاره می‌شود.

جدول شماره ۱ مواد خوراکی به کار رفته در هر یک از خوراکی‌های ذکر شده در رساله کارنامه

ردیف	نام غذا	غلات	گوشت قرمز	گوشت سفید	تخم مرغ	حبوبات و صیفی	روغن	ادویه	عربیات	زرشبات	شیرینجات	لبنان	خشکیکار - میوه	سبزیجات	ارجاع به صفحه رساله
۱.	کماج ساده	✓	-	-	-	-	✓	✓	-	-	-	✓	-	-	ص ۶۹
۲.	کماج به	✓	-	-	-	-	✓	✓	✓	-	✓	✓	✓	-	۶۹-۷۰
۳.	کماج مرصع	✓	✓	-	✓	-	✓	✓	✓	✓	✓	-	✓	✓	۷۰-۷۱
۴.	کماج قبولی	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	-	✓	✓	✓	✓	۷۲-۷۳
۵.	کماج ورق	✓	✓	-	-	-	✓	✓	-	-	-	-	-	✓	۷۴
۶.	آش ماهیچه	✓	✓	-	-	-	✓	✓	-	✓	✓	-	-	✓	۷۵
۷.	ماهیچه بر	✓	✓	-	-	-	-	-	-	-	✓	-	-	✓	۷۶
۸.	بغرای مرصع	✓	✓	-	-	-	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	۷۶
۹.	نوع دیگر بغرا	✓	✓	-	-	-	✓	✓	-	✓	✓	-	✓	✓	۷۸
۱۰.	بغرای خوارزمی	✓	✓	-	-	-	✓	✓	✓	✓	✓	-	✓	✓	۷۸
۱۱.	بغرا بر و سرانگشتی	✓	✓	-	-	-	✓	✓	-	✓	✓	-	✓	-	۷۸ و ۷۹
۱۲.	آش رشته	✓	✓	✓	-	✓	✓	✓	-	✓	✓	-	-	✓	۷۹
۱۳.	جو شپره و زبان گنجشک	✓	✓	✓	-	✓	-	✓	-	✓	✓	-	-	✓	۷۹ و ۸۰
۱۴.	نوع دیگر جو شپره	✓	✓	-	-	-	✓	✓	-	✓	✓	✓	✓	✓	۸۰
۱۵.	منظور	✓	✓	-	-	-	✓	✓	-	✓	✓	✓	✓	✓	۸۱
۱۶.	باوردی	✓	✓	-	-	-	✓	✓	-	✓	✓	-	✓	✓	۸۲
۱۷.	اماج، خاله بیبی، جوک	✓	✓	-	-	-	✓	-	✓	-	-	-	-	-	۸۲
۱۸.	باتماج، بندقبا، برگ بید و...	✓	✓	-	-	-	✓	✓	-	✓	✓	✓	✓	✓	۸۲ و ۸۳
۱۹.	بولانی، سنگ ریزه، زلف یار	✓	✓	-	-	-	✓	✓	-	-	-	-	-	✓	۸۳ و ۸۴
۲۰.	آش گندم	✓	✓	-	-	-	✓	-	✓	-	-	-	-	-	۸۵
۲۱.	آش حلیم	✓	✓	-	-	-	✓	-	✓	-	-	-	-	✓	۸۵ و ۸۶



یزدان فرخی و مرتضی محمدی ۱۰۳

۱۴۷	√	√	-	√	-	-	√	-	√	-	-	√	√	قلیه سماق	۴۹.
۱۴۷ و ۱۴۸	√	√	-	√	√	-	-	-	√	-	√	√	-	[آب] قلیه لیمو و نارنج و عرق نعناع	۵۰.
۹۵	√	-	√	-	-	-	√	-	√	-	-	√	√	ماست و	۵۱.
۹۶	√	-	√	-	-	-	-	√	-	-	-	√	√	ماست با نوعی دیگر	۵۲.
۹۶	√		√	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	لبنیه	۵۳.
۹۶ و ۹۷	-	√	√	√	-	-	-	-	-	-	-	-	√	شیربرنج	۵۴.
۹۷	-	-	√	√	-	-	√	-	-	-	-	-	√	شیر و رشته	۵۵.
۹۷	-	-	√	-	-	-	√	√	-	-	-	-	√	شیرپلاو	۵۶.
۹۹	√	√	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	-	آش سرکه	۵۷.
۹۹ تا ۱۰۲	√	√	-	√	-	-	√	-	√	√	-	√	√	آش سماق	۵۸.
۱۰۲	√	√	-	-	-	-	-	-	√	√	-	√	√	آش سماق نوعی دیگر	۵۹.
۱۰۲ و ۱۰۳	√	√	-	√	-	-	√	-	√	√	-	√	√	آش تمرهندی	۶۰.
۱۰۳	√	√	-	√	√	-	-	-	√	-	√	√	√	آش نارنج	۶۱.
۱۰۳	√	√	-	-	-	-	-	-	√	√	-	√	√	آش ناردان	۶۲.
۱۰۴	√	-	-	-	√	-	√	-	√	-	-	√	√	آش انار	۶۳.
۱۰۴ و ۱۰۵	√	√	-	-	-	-	√	-	√	-	-	√	√	آش غوره، آلوچه، زردآلو و آلو تاز	۶۴.
۱۰۵	√	√	-	-	-	-	-	-	√	√	-	√	√	آش رواج و آش سیب	۶۵.
۱۰۶ و ۱۰۷	√	√	-	√	-	-	-	-	√	-	-	√	√	آش غوره، زرشک و زغال خشک	۶۶.
۱۰۶	√	√	-	√	-	-	-	-	√	-	-	√	√	آش ربها	۶۷.
۱۰۷	-	-	-	-	-	-	√	√	-	-	-	√	√	هریسه گندم	۶۸.
۱۰۷ و ۱۰۸	-	-	-	-	-	-	√	√	-	-	-	√	√	هریسه جو	۶۹.
۱۰۸ و ۱۰۹	-	-	√	√	-	-	√	√	-	-	-	√	√	هریسه شیر با برنج	۷۰.
۱۴۸	√	√	-	-	-	-	-	-	√	-	-	√	-	قلیه غوره و آلوچه	۷۱.
۱۴۸ و ۱۴۹	√	-	-	√	-	-	√	-	-	-	-	√	-	قلیه رواس	۷۲.
۱۴۹	√	√	-	√	√	√	-	-	√	-	-	√	-	قلیه سیب و قلیه به	۷۳.
۱۴۹ و ۱۵۰	√	√	-	√	√	-	-	-	√	-	-	√	-	قلیه رب انار و ...	۷۴.
۱۵۰	√	√	-	√	-	√	√	√	√	√	-	√	√	قلیه قیصی	۷۵.
۱۵۰ و	√	-	-	-	-	-	√	√	√	√	-	√	-	قلیه دو پیازه و قلیه	۷۶.

۱۰۴ پژوهشی درباره کاربرد مواد خوراکی در رساله‌های برجای‌مانده آشپزی از روزگار صفویه: ...

۱۵۱													پا [ش] پرن		
۱۵۲ و ۱۵۱	√	-	-	√	-	-	√	√	√	-	-	√	-	قلیه گزر و قلیه نرگسی	۷۷.
۱۵۳ و ۱۵۲	√	-	√	-	-	-	√	√	√	-	-	√	-	قلیه‌های بورانی و..	۷۸.
۱۵۴ و ۱۵۳	√	√	√	-	-	-	-	√	√	-	-	√	-	سنگسیر گوشت بره و گوسفند	۷۹.
۱۵۵ و ۱۵۴	√	-	√	-	-	-	√	√	√	-	-	-	-	بادنجان برشته	۸۰.
۱۲۰ و ۱۱۸	√	√	-	-	√	√	√	√	√	√	√	√	√	خشکه پلاو	۸۱.
۱۲۱	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	شيله پلاو	۸۲.
۱۲۲ و ۱۲۱	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	√	√	√	نوع دیگر شيله پلاو	۸۳.
۱۲۳ و ۱۲۲	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	√	-	√	شيله پلاو مرغ و ...	۸۴.
۱۲۳	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	شيله پلاو با گوشت بره	۸۵.
۱۲۴	√	√	-	-	-	-	√	√	-	√	-	√	√	نرگسی پلاو	۸۶.
۱۲۷ و ۱۲۸	√	√	-	√	-	√	√	√	√	√	√	√	√	قبولی پلاو	۸۷.
۱۲۸	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	نوع دیگر قبولی	۸۸.
۱۲۹	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	قبولی ساده	۸۹.
۱۳۰ و ۱۲۹	√	-	-	-	-	-	√	√	√	√	-	√	√	رشته پلاو	۹۰.
۱۶۴ و ۱۶۳	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	√	√	√	گیبای گوشت مرغ	۹۱.
۱۶۴	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	گیبای گوشت گوسفند	۹۲.
۱۶۴	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	نوعی دیگر گیبا	۹۳.
۱۶۴	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	-	نوعی دیگر گیبا	۹۴.
۱۶۵	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	گیبای کدو	۹۵.
۱۶۶	√	-	-	-	√	-	√	√	√	-	-	√	-	گیبای پهلوی گوسفند	۹۶.
۱۶۷ و ۱۶۶	√	-	-	-	-	-	√	√	-	-	-	√	√	گیبای دیگ	۹۷.
۱۶۷	-	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	گیبای شکنه بره	۹۸.
۱۶۷	√	-	-	√	-	√	√	√	√	-	-	√	√	[گیبای] جرب روده گوسفند	۹۹.
۱۷۰	√	√	-	-	√	√	-	√	√	-	-	√	√	کباب بره	۱۰۰.
۱۰۹ و	√	-	-	√	-	-	√	√	-	-	-	√	√	هریسه برنج بی	۱۰۱.

یزدان فرخی و مرتضی محمدی ۱۰۵

۱۱۰													شیر	
۱۱۰ و ۱۱۱	-	√	-	√	-	-	√	√	-	-	-	√	√	۱۰۲. هریسه مغزیسته
۱۱۲ و ۱۱۱	-	-	-	-	-	-	√	√	-	-	√	√	√	۱۰۳. هریسه مرغ
۱۱۳ و ۱۱۲	-	-	-	-	-	-	√	√	-	-	√	√	√	۱۰۴. هریسه کلنگ و گاز و بط
۱۱۵	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	۱۰۵. قلیه پلاو
۱۱۶ و ۱۱۵	√	√	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	۱۰۶. قلیه پلاو نوعی دیگر
۱۱۷ و ۱۱۶	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	√	-	√	۱۰۷. داله پلاو با مرغ، کبک، دراج و ...
۱۱۷	√	-	-	-	-	-	√	√	-	-	√	√	√	۱۰۸. یخنی پلاو و بری پلاو
۱۱۸ و ۱۱۷	√	√	-	-	-	-	√	-	√	-	√	-	√	۱۰۹. جهدی پلاو
۱۱۸	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	۱۱۰. ماش پلاو
۱۵۵	√	-	√	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	۱۱۱. نوع دیگر بادنجان برشته
۱۵۶ و ۱۵۵	√	-	√	-	-	-	√	√	√	-	-	√	-	۱۱۲. قیمه کدو
۱۵۸ و ۱۵۷	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	۱۱۳. بریان گوسفند
۱۵۸	-	-	-	-	-	-	√	√	-	-	-	√	√	۱۱۴. بره بریان
۱۵۸	-	-	-	-	-	-	√	√	-	-	√	-	√	-
۱۵۹	√	-	√	-	√	-	√	√	-	-	-	√	√	۱۱۵. مطجنه گوشت گوسفند
۱۶۰ و ۱۵۹	√	√	√	√	√	-	√	√	√	-	-	√	√	۱۱۶. مطجنه بره
۱۶۰	√	-	-	-	√	-	√	√	-	-	√	-	-	۱۱۷. مطجنه مرغ
۱۶۱ و ۱۶۰	√	-	-	-	-	-	√	√	-	-	√	-	-	۱۱۸. مطجنه بچه خروس، کبوتر، دراج و ...
۱۶۱	√	-	-	-	√	-	√	√	-	-	√	-	-	۱۱۹. مطجنه ماهی
۱۷۱ و ۱۷۰	√	√	-	-	-	√	√	-	-	-	√	-	-	۱۲۰. کباب مرغ
۱۷۰	√	√	-	-	-	-	√	-	-	-	√	-	-	۱۲۱. کباب غاز و کلنگ
۱۷۰	√	-	-	-	-	-	√	-	-	-	-	√	-	۱۲۲. کفته کباب
۱۷۰	√	√	-	-	-	-	√	√	-	-	-	√	-	۱۲۳. کباب بلگ انگور

۱۲۴	زناج (لغانه)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
۱۲۵	شراحی (کباب شامی)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
۱۲۶	قلیه پوتی	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
۱۲۷	سیراب	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
۱۲۸	جیمه گوسفند	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
۱۲۹	بقلوای قرمانی	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
۱۳۰	نوع دیگر بقلوا	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
۱۳۱	نوع دیگر بقلوا	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
۱۳۲	بقلوای ساده	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
۱۳۳	قتلمه	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
۱۳۴	چاپک	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

## کتاب‌نامه

- ابراهیمی، معصومه (۱۳۹۳)، «آشپزی»، *دانشنامه فرهنگ مردم ایران*، زیر نظر کاظم موسوی بجنوردی، ج ۳، تهران: مرکز دایره المعارف بزرگ اسلامی.
- افشار، ایرج (۱۳۸۹)، «مقدمه آشپزی دوره صفوی»، *آشپزی در دوره صفویه*، تهران: سروش، ص ۱-۶۲.
- افشار، ایرج (۱۳۸۵)، «مقدمه بر رساله ماده الحیوه»، *فرهنگ ایران زمین*، ج ۱، زیر نظر ایرج افشار، تهران: سخن، ۲۰۵-۲۱۲.
- باورچی، محمد علی، آشپز، نورالله (۱۳۸۹)، *آشپزی دوره صفوی: کارنامه و ماده الحیوه*، به اهتمام ایرج افشار، تهران: سروش.
- بلوکباشی، علی (۱۳۹۲)، *آشپز و آشپزخانه*، تهران: فرهنگ جاوید.
- بلوکباشی، علی (۱۳۹۳)، «تاریخچه شکل‌گیری و تحول هنر آشپزی در ایران»، *تاریخ جامع ایران*، زیر نظر کاظم موسوی بجنوردی، ج ۱۹، تهران: مرکز دایره المعارف بزرگ اسلامی.
- تاورنیه، ژان باتیست، (۱۳۸۳)، *سفرنامه*، ترجمه حمید ارباب شیرانی، تهران: نیلوفر.
- دریابندری، نجف و رستگار فهیمه (۱۳۸۴)، *کتاب مستطاب آشپزی*، تهران: کارنامه.
- شاردن، ژان، (۱۳۷۲)، *سفرنامه*، ترجمه اقبال یغمایی، تهران: توس.

Beg, M.A.J (2000) "Tabbakh", *Encyclopedia of Islam*, Leiden: Brill, Vol. X, pp 23-24.

Elāhī, E(1987), "Āš", *Encyclopedia Iranica*, Vol. II, pp. 692-694 Available in: <http://www.iranicaonline.org/articles/as-2>, Version: 12/2/2016.

Chehabi,H.E, (2003), "The Westernization of Iranian Culinary Culture" *Iranian Studies*, Vol. 36, No. 1, Mar,pp.43-61



- Elāhī,E(2008),“Khoresh”*Encyclopedia Iranica*, Available in:<http://www.iranicaonline.org/articles/khoresh-type-of-dish-used-in-persian-cuisine>,Version: 12/2/2016.
- Fragner, Bert(1987), “Āšpazi” *Encyclopedia Iranica*, Vol. II, Available in: <http://www.iranicaonline.org/articles/spazi-cookery>, Version: 12/2/2016.
- Ibid(1994), “From the Causasus to the roof of the world: A Culinary adventure” In: Culinary cultures of the middle east, ed S. Zubaida and R.Tapper, London:I.B.Tauris, 63-71.
- Ghanoonparvar, Mohammad R(1993),Cooking: iii. Principles and Ingredients of Modern Persian Cooking” *Encyclopedia Iranica*, Vol. VI, pp. 246-252. Available in: <http://www.iranicaonline.org/articles/cooking#pt3>, Version: 12/2/2016.
- Ibid, (1998), “Culinary art in the Safavid period” in Kambiz Eslami, ed. Iran and Iranian Studies: Essays in Honor of Iraj Afshar, Princeton: Zagros.
- Ramazani,N(1982), “Āb-gušt”, *Encyclopedia Iranica*, Vol. I, pp. 47-48, Available in: <http://www.iranicaonline.org/articles/ab-gust> Version: 12/2/2016.
- Waines,D (2000) “*Tabkh*”,*Encyclopedia of Islam, Leiden: Brill,Vol. X,pp* :30-32.
- Zubaida.S, Tapper, R(1994), Culinary cultures of the middle east, London:I.B.Tauris.



ردیف	جدول شماره ۲ مواد به کار رفته هر یک از خوراکی های رساله ماده الحیوه در رساله های برجای مانده آشنی از روزگار صفویه: ...													نام خوراک	ردیف
	سبزیجات	خشکبار - میوه	لبنیات	شیرینجات	ترشیجات	عرقیات	ادویه	روغن	حیوانات و صیغی	تخم مرغ	گوشت سفید	گوشت قرمز	غلات		
۱۹۱ و ۱۹۲	-	✓	-	✓	-	✓	✓	✓	✓	-	-	-	✓	۱. باقلاوی بزرگ	
۱۹۲	✓	✓	-	✓	✓	✓	✓	✓	-	-	✓	-	✓	۲. باقلاوی دیگر	
۱۹۳	✓	✓	-	✓	✓	-	✓	✓	-	-	✓	-	✓	۳. بورق	
۱۹۳ و ۱۹۴	-	-	-	✓	-	-	✓	✓	-	-	✓	-	✓	۴. چالقمه	
۱۹۵ و ۱۹۶	✓	✓	✓	-	✓	-	✓	✓	-	✓	-	-	✓	۵. خشک پلاو	
۲۰۳ و ۲۰۴	✓	-	-	-	-	-	✓	✓	✓	-	-	✓	✓	۶. فلفل پلاو	
۲۰۴	✓	-	-	-	-	-	-	✓	✓	-	-	✓	✓	۷. باقلی پلاو	
۲۰۴	✓	-	-	-	-	-	✓	✓	✓	-	-	-	✓	۸. چینا پلاو	
۲۰۴	✓	✓	-	-	-	-	✓	-	✓	-	-	-	✓	۹. جمالی پلاو	
۲۰۵	✓	✓	-	-	-	-	✓	-	✓	-	-	✓	✓	۱۰. دولمه پلاو	
۲۰۵	✓	-	-	-	-	-	✓	✓	-	-	-	✓	✓	۱۱. قاورمه پلاو	
۲۰۵	-	-	✓	-	-	-	-	✓	-	-	-	✓	✓	۱۲. بریان پلاو بره	
۲۰۵	✓	✓	-	-	-	-	✓	✓	-	-	-	-	✓	۱۳. قاز بریان پلاو	
۲۰۵	✓	✓	-	-	-	-	✓	✓	-	-	-	✓	✓	۱۴. بریان دلمه	
۲۰۵	✓	✓	-	-	-	-	✓	✓	-	✓	-	-	✓	۱۵. بریان مرغ (دومنزلی)	
۱۹۶ و ۱۹۷	✓	✓	✓	-	✓	-	✓	✓	✓	✓	-	-	برنج	۱۶. یزدادی پلاو	
۱۹۷	✓	✓	-	-	✓	-	-	✓	-	✓	✓	-	-	۱۷. ششتری	
۱۹۷	✓	✓	-	-	✓	-	✓	-	-	-	✓	-	✓	۱۸. بقلمه	

یزدان فرخی و مرتضی محمدی ۱۰۹

۱۹۷ و ۱۹۸	√	√	—	√	√	--	√	—	—	—	√	—	—	۱۹	دلوقیا
۱۹۹	√	-	—	--	—	--	√	—	√	—	√	√	√	۲۰	یک آبه
۲۰۱	√	-	—	--	—	--	√	√	√	—	—	√	√	۲۱	بره پلاو
۲۰۲	√	√	—	--	—	--	—	√	√	√	—	√	√	۲۲	قبولی مرصع
۲۰۳	—	√	—	--	--	--	—	—	√	—	√	—	√	۲۳	ملمع پلو
۲۰۳	—	-	—	--	—	--	√	√	√	—	—	√	—	۲۴	یخنی پلاو
۲۰۸	—	-	—	--	—	--	—	—	—	—	—	√	√	۲۵	ستل پلاو
۲۰۸	√	-	—	--	—	--	√	—	√	—	—	√	√	۲۶	ترکمان پلاو
۲۰۹	√	-	—	-	—	--	—	√	√	—	—	√	√	۲۷	لقمه پلاو
۲۰۹	—	√	—	--	—	--	—	—	√	—	√	—	√	۲۸	مرصع پلاو
۲۰۹	√	-	—	--	—	--	√	√	√	—	—	√	√	۲۹	رشته پلاو
۲۰۹	√	-	—	--	—	--	√	√	√	—	—	√	√	۳۰	قوشدلی پلاو
۲۱۰	√	-	—	--	—	--	√	√	√	—	—	√	√	۳۱	جوک پلاو
۲۱۱	√	√	-	√	√	--	√	√	√	—	√	—	√	۳۲	لیمو پلاو
۲۱۱	√	√	-	√	√	--	√	√	√	—	√	—	√	۳۳	نوع دیگر لیمو پلاو
۲۱۱	√	√	—	√	√	--	√	√	√	—	—	—	√	۳۴	به لیمو پلاو
۲۰۴ و ۲۰۵	—	-	—	--	—	-	—	√	—	—	—	—	√	۳۵	بریان پلاو ماهی
۲۰۶	—	-	√	--	—	--	—	√	—	—	—	√	√	۳۶	بریان پلاو شیر
۲۰۶	—	-	—	--	—	--	√	—	√	—	—	√	√	۳۷	بهبهان پلاو
۲۰۶	√	√	—	--	—	--	√	—	√	√	—	√	√	۳۸	نرگسی پلاو

۱۱۰ پژوهشی درباره کاربرد مواد خوراکی در رساله‌های برجای‌مانده آشپزی از روزگار صفویه: ...

۲۰۷	✓	-	—		—	--	✓	✓	—	-	-	✓	✓	گیبیا	۳۹.
۲۰۷	✓	-	—	--	—	—	✓	✓	✓	-	-	✓	✓	دولمه کلم	۴۰.
۲۰۸ و ۲۰۷	✓	✓	—	--	—	--	✓	✓	-	-	-	✓	✓	شاه بلوط پلاو	۴۱.
۲۰۸	✓	✓	-	--	—	--	✓	—	—	-	✓	-	✓	سنجری پلاو	۴۲.
۲۰۸	-	-	-	--	—	---	-	-	✓	-	-	-	✓	ماش پلاو، عروس پلاو	۴۳.
۲۰۸	-	✓	-	--	—	--	-	—	-	-	-	-	✓	سرشک پلاو، خرما پلاو	۴۴.
۲۱۱	✓	✓	—	--	✓	--	✓	✓	✓	-	✓	-	✓	نارنج پلاو	۴۵.
۲۱۲	✓	✓	✓	✓	✓	--	✓	✓	✓	✓	-	-	✓	سماق پلاو	۴۶.
۲۱۲	✓	✓	—	--	✓	--	—	—	✓	-	-	✓	✓	زرشک پلاو	۴۷.
۲۱۲	✓	✓	—	--	—	--	—	—	✓	-	-	✓	✓	آلوبالو پلاو	۴۸.
۲۱۲	✓	✓	—	--	—	--	—	—	✓	-	-	✓	✓	انار پلاو	۴۹.
۲۱۲ و ۲۱۳	✓	✓	—	✓	✓	--	✓	✓	✓	-	-	✓	✓	متنجن پلاو	۵۰.
۲۱۳	✓	✓	—	✓	✓	--	✓	✓	✓	-	-	✓	✓	بقلمه پلاو	۵۱.
۲۱۳	✓	✓	—	✓	--	--	✓	✓	✓	-	✓	-	✓	غوره پلاو	۵۲.
۲۱۴	✓	✓	—	--	—	--	—	—	—	-	-	✓	✓	سیاه پلاو	۵۳.
۲۱۴	✓	✓	—	--	—	--	✓	—	—	-	-	✓	✓	شاه توت پلاو	۵۴.
۲۱۶ و ۲۱۷	✓	✓	✓	✓	--	--	✓	✓	✓	-	✓	-	✓	سوسو پلاو	۵۵.
۲۱۷	✓	✓	—	✓	-	✓	✓	✓	-	-	-	-	✓	سبز پلاو	۵۶.
۲۱۷	✓	-	—	✓	-	-	—	✓	-	-	-	-	✓	سرخ پلاو	۵۷.
۲۱۷	-	✓	—	✓	-	-	✓	✓	✓	-	✓	-	✓	مشک پلاو و عنبرپلاو	۵۸.

۲۱۹	✓	✓	—	✓	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-	—	قلیه لیمو	۵۹.
۲۱۹	✓	✓	—	✓	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-	—	قلیه نارنج	۶۰.
۲۱۹	✓	-	—	✓	✓	-	✓	✓	✓	-	-	-	—	قلیه پوتی	۶۱.
۲۱۹	✓	-	—	✓	✓	-	✓	—	✓	-	✓	-	—	قلیه سرکه	۶۲.
۲۲۰	✓	✓	—	✓	✓	-	✓	✓	✓	-	✓	-	—	قلیه سماق	۶۳.
۲۲۰	✓	-	—	✓	-	-	—	—	✓	-	-	✓	—	قلیه ریواس	۶۴.
۲۳۰	✓	-	—	✓	✓	-	✓	—	✓	-	✓	-	✓	آش نارنج و لیمو	۶۵.
۲۳۰	✓	-	—	-	—	-	-	—	✓	-	-	✓	✓	آش گیلکی	۶۶.
۲۳۱	✓	-	✓	-	—	-	—	✓	—	-	-	✓	-	آش ماست	۶۷.
۲۳۱	✓	-	—	-	—	-	✓	—	✓	-	-	✓	✓	آش حلیم	۶۸.
۲۳۱	-	✓	—	-	—	-	✓	✓	✓	-	-	✓	✓	آش عاشورا	۶۹.
۲۳۱	✓	✓	—	✓	-	-	—	—	✓	-	-	✓	✓	آش جو با غوره	۷۰.
۲۳۱ و ۲۳۰	✓	-	—	—	—	-	—	—	✓	-	-	-	—	آش ترخانه	۷۱.
۲۳۲	✓	✓	—	—	✓	-	✓	—	✓	-	-	✓	✓	آش گندم و سیر	۷۲.
۲۳۳	✓	-	—	—	—	-	—	✓	✓	-	✓	✓	✓	شله پلاو ساده	۷۳.
۲۳۳	✓	-	✓	—	—	-	—	✓	—	-	-	✓	✓	لبنی پلاو	۷۴.
۲۳۳	-	-	✓	—	—	-	—	✓	-	-	✓	-	✓	شله پلاو مرغ	۷۵.
۲۲۰	-	✓	-	✓	-	-	—	-	✓	-	-	-	-	قلیه غوره	۷۶.
۲۲۰	✓	-	-	✓	✓	-	✓	✓	✓	-	-	✓	—	قلیه سیراب	۷۷.
۲۲۰	✓	✓	-	—	✓	-	—	—	✓	-	-	-	-	قلیه آلوچه	۷۸.

۱۱۲ پژوهشی درباره کاربرد مواد خوراکی در رساله‌های برجای‌مانده آشپزی از روزگار صفویه: ...

۲۲۱	✓	✓	-	--	-	--	-	-	✓	-	-	-	-	قلیه چقاله بادام	۷۹.
۲۲۱	✓	-	-	✓	✓	--	-	-	✓	-	-	✓	-	قلیه به	۸۰.
۲۲۱	✓	✓	-	✓	--	--	-	-	✓	-	-	✓	-	قلیه اناردان	۸۱.
۲۲۱	✓	✓	-	✓	--	--	-	-	✓	-	-	✓	-	قلیه زرشک	۸۲.
۲۲۳	✓	-	-	--	-	--	✓	-	✓	-	-	✓	-	قلیه ساده	۸۳.
۲۲۳	✓	-	-	--	-	--	✓	-	✓	✓	-	✓	-	قلیه نرگسی	۸۴.
۲۲۳	✓	-	-	--	-	--	✓	-	✓	-	-	✓	-	شب تنور	۸۵.
۲۲۷	✓	✓	-	✓	✓	---	✓	✓	-	-	-	✓	-	آش ماهیچه	۸۶.
۲۲۷	-	✓	-	✓	✓	---	✓	-	-	-	-	✓	-	بادروی و سرانگشتی	۸۷.
۲۲۷	-	-	-	✓	✓	--	-	-	-	-	-	✓	✓	قوشدلی جوشیره	۸۸.
۲۲۷ و ۲۲۸	✓	✓	✓	✓	✓	--	✓	-	-	-	-	✓	✓	جوشیره، ریحان، کرفس و	۸۹.
۲۲۹	-	-	-	✓	✓	--	✓	-	-	-	-	✓	✓	زره داودی	۹۰.
۲۲۹	-	-	-	✓	✓	--	✓	-	-	-	-	✓	-	جوشیره ناف و ساق عروس	۹۱.
۲۲۹	-	✓	✓	---	-	--	-	-	-	-	-	-	✓	آش بولانی	۹۲.
۲۲۹	-	-	-	✓	✓	---	-	-	-	-	-	✓	-	حیدری و حسینی	۹۳.
۲۳۰	-	-	-	---	---	--	✓	-	-	✓	-	-	✓	آش اماج	۹۴.
۲۳۰	✓	-	-	--	-	-	✓	✓	-	-	✓	✓	✓	قیمه شوربا (رام الاشق)	۹۵.
۲۳۴	-	-	-	✓	✓	--	✓	✓	-	-	✓	-	✓	شله پلاو و لیمو نارنج	۹۶.
۲۳۴	-	-	-	✓	✓	--	✓	✓	-	-	✓	-	✓	شله پلاو غوره و...	۹۷.
۲۳۴	✓	-	-	--	-	--	✓	✓	✓	-	-	✓	✓	کشکک	۹۸.

یزدان فرخی و مرتضی محمدی ۱۱۳

۲۳۴	-	-	√	√	--	--	√	√	-	-	-	√	√	۹۹. هریسه
۲۳۴	-	-	√	√	---	---	√	√	-	-	√	-	√	۱۰۰. هریسه کلنگ
۲۳۵	√	√	√	√	--	--	√	√	√	-	√	-	√	۱۰۱. شیر پلاو
۲۳۶	√	-	-	--	-	--	-	√	-	-	√	√	√	۱۰۲. گیپای مرصع مرغ
۲۳۶	-	√	√	√	--	--	-	√	-	-	√	√	√	۱۰۳. هریسه برنج مع شیر
۲۳۶	√	√	√	--	-	--	-	√	√	-	-	√	-	۱۰۴. قلیه ماست
۲۱۴	√	√	-	√	--	--	-	√	-	-	-	√	√	۱۰۵. رب انار پلاو
۲۱۴	√	√	-	--	-	--	√	-	-	-	-	√	√	۱۰۶. زغال پلاو
۲۱۴	√	√	-	--	-	--	-	-	√	-	√	-	√	۱۰۷. تمر پلاو
۲۱۴	√	√	-	√	√	--	√	-	-	-	√	-	√	۱۰۸. محلی مزکی پلاو
۲۱۵	√	√	-	√	--	√	√	√	-	-	-	-	√	۱۰۹. سارو پلاو
۲۱۵	√	√	-	√	--	--	√	-	√	-	√	-	√	۱۱۰. قبولی مزعفر
۲۱۶	-	√	-	√	--	--	√	√	-	-	-	-	√	۱۱۱. مزعفر دیگر
۲۱۶	√	√	-	√	--	√	√	√	-	-	√	√	√	۱۱۲. نوع دیگر مزعفر
۲۱۶	-	√	-	--	--	--	√	-	-	√	-	-	√	۱۱۳. سنبوسه مرصع
۲۱۶	-	√	-	√	--	--	√	√	√	-	√	-	√	۱۱۴. شکر پلاو