

## روش پخت قُلُقُل شوستری (آش سنتی شوستر)

میلاد خیاط<sup>۱</sup>

مسعود ولی عرب<sup>۲</sup>

### چکیده

قُلُقُل<sup>۳</sup> بر (وزن سُنْبُل) (آش سنتی شوستر) از جمله غذا سنتی خوزستان، که به روش خاصی تهیه و طبخ شده و شهر شوستر مرکز اصلی تولید آن محسوب می گردد. این فناوری تامین کننده معیشت بخشی از ساکنین این شهر به لحاظ اقتصادی از گذشته های دور تا کنون است. قُلُقُل ریشه در فرهنگ شو شتر دارد؛ به نوعی که مردم اعتقاد دارند در طول یک هفته، این غذای پر انرژی جز وعده های غذایی شان باشد. این غذا، صبحانه اصیل و لذیذ مردم شو شتر است، که امروزه به عنوان عصرانه و شام نیز از آن استفاده فراوان می شود. اما در اصل قلقل غذایی مخصوص برای مراسم مذهبی به ویژه در ایام ماه مبارک رمضان که نقش اساسی در رنگین نمودن سفره های افطاری مردمان این دیار به شمار می رود. هدف این پژوهش، معرفی و آشنایی بیشتر آش سنتی شو شتر (قُلُقُل) می باشد.

کپی برداری از قُلُقُل (آش سنتی شو شتر) در نواحی دیگر استان باعث می شود تغییراتی در مواد اولیه و نحوه پخت آن صورت بگیرد که این غذا را از حالت اولیه و سنتی خارج می کند. همچنین استفاده از نخود لپه به جای عدس و نیز اضافه کردن برنج به آن و در آخر تغییر در کیفیت و میزان حجم گوشت مورد نیاز این غذای سنتی باعث گردیده که طی گذر زمان تغییراتی در طعم و رنگ ظاهری آن صورت گیرد و تغییرات عنوان شده در بالا کیفیت و شکل سنتی این غذا را تهدید کند. به دلیل پتانسیل بالا برای جذب توریست و خرید به عنوان صبحانه ای لذیذ شو شتری و همچنین امکان صادرات (غذای نیم آماده به صورت کنسروی) به خارج از استان و حتی کشور، حفظ آن ضروری است.

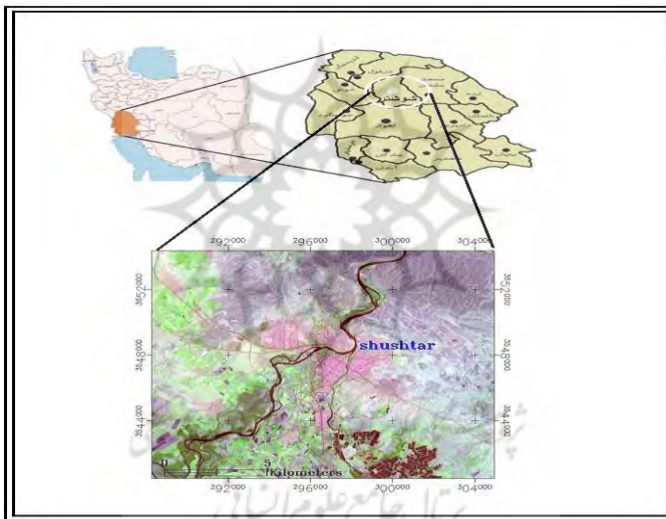
**کلید واژگان:** شو شتر، قلقل، آش سنتی، فرهنگ عامه.

۱. کارشناسی ارشد عمران، مدرس دانشگاه آزاد اسلامی واحد شو شتر و سما و پژوهشگر فرهنگ محلی شو شتر.

۲. دکترای تاریخ ایران بعد از اسلام و پژوهشگر تاریخ محلی شو شتر. [m.valiarab@yahoo.com](mailto:m.valiarab@yahoo.com)

مقدمه

از گذشته های دور با توجه به نیاز انسان به انواع خوراک، در خانه ها انواع غذاهای سنتی خانگی را طبخ می کردند که به مرور زمان و با استقبال زیاد از آنها کم کم وارد بازار شده و توانسته به عنوان فن آوری سنتی در طول چندین سال و تاکنون به اقتصاد جامعه ی محلی (شوشتر) کمک شایانی نماید. قلقل (اش سنتی شوشتری) از جمله غذاهای سنتی خوزستان محسوب می شود که به روش خاصی تهیه و طبخ می شود و شهر شوشتر مرکز اصلی تولید آن محسوب می شود. این فناوری تامین کننده معیشت بخشی از ساکنین این شهر به لحاظ اقتصادی است. این نوع آش سنتی از گذشته تا هم اکنون در مراسمات مختلف از جمله هنگام عروسی، به عنوان صبحانه به خانه داماد فرستاده می شود، همچنین به دلیل اعتقادات مذهبی این کهن شهر در مراسمات و اعیاد مذهبی خصوصا ماه مبارک رمضان، اعیاد شعبانیه، ماه صفر و عاشورا (به نیت نذری برای تولد فرزند، گره گشایی از مشکلات و یا به نیت ثواب برای درگذشتگان) مورد استفاده مردم دارالمومنین شوشتر قرار می گیرد.



شکل ۱: نقشه پراکندگی جغرافیایی

تاریخچه موضوع

در گذشته به طبّاخان حلیم و قلقل در شوشتر (حَرَسَه پَز) گفته می شد. حرسه پز هم حلیم پز باشد نوعی از سوخت چوب گز باشد (نیرومند، ۱۳۴۹: ۱۵) در کتاب واژه نامه ای از گویش شوشتری، درباره قُلُقُل چنین بیان شده، قلقل: حلیم زرد، هریسه زرد که حبوبات در آن ریخته و با زرد چوبه آنرا زرد کنند. (نیرومند، ۲۵۳۵: ۳۴۶) در کتاب واژه نامه ای از گویش شوشتری، درباره قُلُقُل به نقل از شاعر شوشتر ملا صالحا شوشتری چنین می گوید:

اِشْتِهَامَ رَفْتَهُ أَغْصَهَ شِ مُوْ وَايسُو نَاشْتَامِ      قَدَحِ قُلُقْلِيْ وِ كَاسِهِي كَلِپَاچِهِي  
معنی: از غصه فراق محبوب اشتهايم از بين رفته و اکنون صبحانه ام فقط کاسه بزرگ قلقل و کاسه کوچک کله پاچه است

نیرومند در باب قلقل چنین می گوید  
به میان هدف بگو مین گل      به حلیمی که زرد شد قُلُقْل (نیرومند، ۱۳۴۹: ۴۵)  
معنی: به وسط هدف در زبان شوشتری می گویند مین گل و به حلیمی که رنگ آن زرد است می گویند قلقل<sup>۱</sup>

در باره قلقل «آخوند ملّا محمدرضا صدر شوشتری» از شعرای نامی خوزستان در دیوان از نسخه خطی به خط شیخ محسن شرفالدین چنین بیان شده است

چنان ز گرمی امساله گشته ام بی تاب

ز باد سام و گلونه نباشدم چاره

به شوستر نبود برف و یخ چه چاره کنم

به غیر ترّه و تیور نهار چیزی نیست

همیشه میوه شوستر کنار یا شَمَل است

اگر که این بلد پیر فاریاب شود

نه طاقت و نه توانا نه خوردن و نی خواب

بغیر گنج شبستان و رفتن سرداب

خوشا بر اهل صفاهان و مردم دُزداب

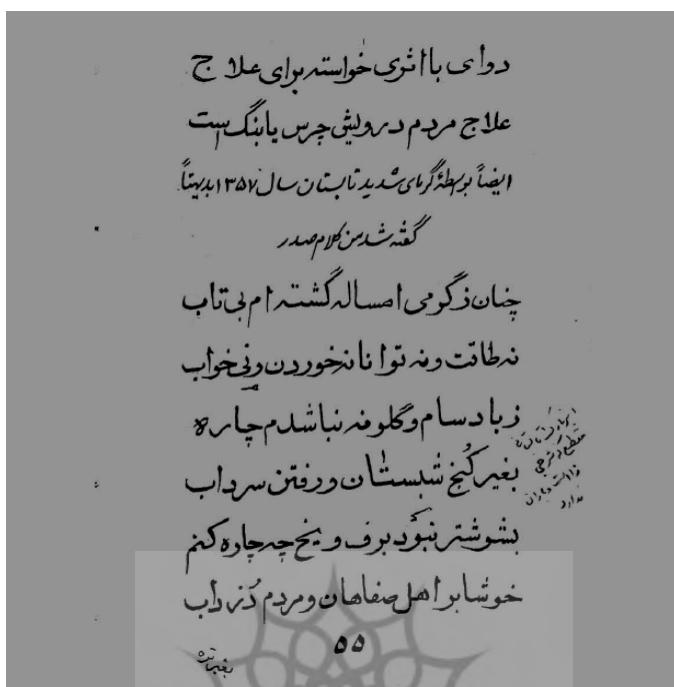
به شام قُلُقْلِ بَدْرَنگِ یا اولو الالباب

خوشا بر آنکه خورد سیب و خربوزه گُرباب

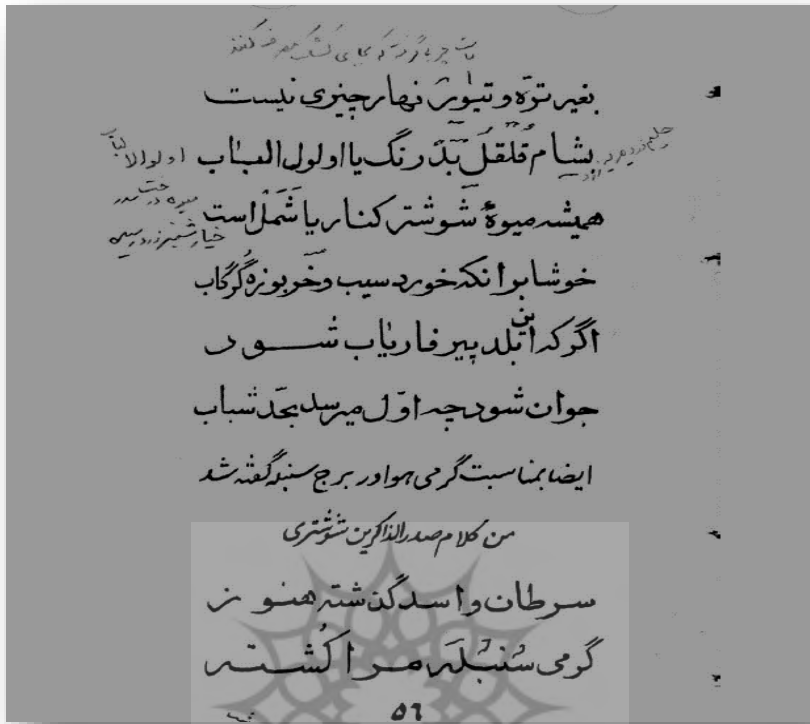
جوان شود چه اول می رسد به حدّ شباب (صدر شوشتری، بی تا: ۵۷-۵۶)



۱. ادیب فرزانه استاد محمد باقر نیرومند به زیبایی هرچه تمام تر در کتاب نصاب شوشتری برای تقریباً هر واژه از گویش شوشتری یک مصرع شعر گفتند که در اوج زیبایی به معرفی آن واژه نیز اشاراتی می شود



شکل ۲: دیوان شعر صدر شوشتری (این نسخه خطی هست)



شکل ۳: دیوان شعر صدر شوشتری (این نسخه خطی هست)

مواد مصرفي در قلقل براي ۵ نفر

مقدار	مواد لازم
۵۰۰ گرم	سر دس گوسال (سر دست گوساله-گاو يا گاوميش)
۱۰۰ گرم	لوبيه سفيد (لوبيا سفيد)
۲۰۰ گرم	گنوم پوس کند ( گندم پوست کنده)
۱۰۰ گرم	نخوت (نخود)
۱۰۰ گرم	بق له سوز (باقلاي سبز)
۱۰۰ گرم	لوبيه سرخ (لوبيا قرمز)
۱۰۰ گرم	عدس
به ميزان دلخواه براي تزئين	نعنا و سير داغ
به ميزان لازم	نمک (نمک)، فلفل سيه ( فلفل سياه)، فلفل سرخ ( فلفل قرمز)
۱ قاشق غذا خوري	زرد چو (زردچوبه)،
۲ عدد	پياز
۱ عدد	قلم گاو يا گاوميش

طرز تهيه قلقل (آش سنتي شوشتري)

ابتدا گندم را با مقداری آب روی حرارت قرار می دهیم تا کاملا پخته و نرم شود. قلم گاو و یا گاومیش را با گوشت به همراه ۲ عدد پیاز خام و مقداری آب روی حرارت قرار دهید تا کاملا پخته شود. حبوبات را که از شب قبل خیس نموده ایم با مقداری آب قلم و آب به ترتیب پخت، اول نخود را بپزید کمی که نیم پز شد لوبیا قرمز و لوبیا سفید را اضافه کنید و بعد از آن که نیم پز شدند باقالا را به همراه عدس اضافه کنید تا زمانی که کاملا پخته شوند. گندم پخته شده را با گوشت کوب برقی یا همزن صنعتی خوب هم میزنیم تا گندم نرم نرم شود بعد از آن حبوبات را اضافه نموده و با چوب لوبر یا گوشت کوب هر وسیله ی دیگری که می توانید، کمی حبوبات را نرم کنید. در این زمان زردچوبه و فلفل نمک را با اب مخلوط کرده و به قلقل اضافه نمایید

و دوباره با چو لویر یکبار دیگر قلقل را نرم می کنیم. گوشت را از ظرف خارج کنید و آن را بکوبید یا ریش کنید و داخل قلقل بریزید  
آب گوشت را نیز درون قلقل ریخته و بعد از آن شروع به کوبیدن آخر توسط چوب لویر می شود تا زمانی قلقل را میزنید تا دیگر گوشت و دیگر مواد با چشم قابل جدا کردن نباشند بعد اجازه دهید تا قلقل شما کاملا جا افتاده و لعاب دار شود. در پایان روی قلقل را با کمی نعنا داغ یا روغن حیوانی تزیین کنید.

### روش نگهداری و میزان استفاده قلقل (آش سنتی شوشتر)

قلقل به دلیل مواد اولیه به کار برده شده از ماندگاری بالایی برخوردار نیست. اما می توان آن را برای مصرف تا حداکثر یک روز در یخچال نگهداری کرد اما پیشنهاد می گردد برای لذت بردن از این خوراکی لذیذ حتما در همان روز طبخ و داغ با مقداری روغن حیوانی مصرف گردد.  
قلقل تولید شده شوشتر علاوه بر مصرف اهالی این شهر در سایر نقاط استان خوزستان نیز خواهان زیادی داشته و هر ساله برای مراسمات مذهبی از شوشتر قلقل پزان به شهرهای مجاور می روند و طبخ این آش سنتی لذیذ را انجام می دهند. این آش منحصر به فرد (قلقل) به خصوص در ایام نوروز مورد استقبال گردشگران و مسافران خارجی و داخلی که به شوشتر سفر می کنند قرار می گیرد.

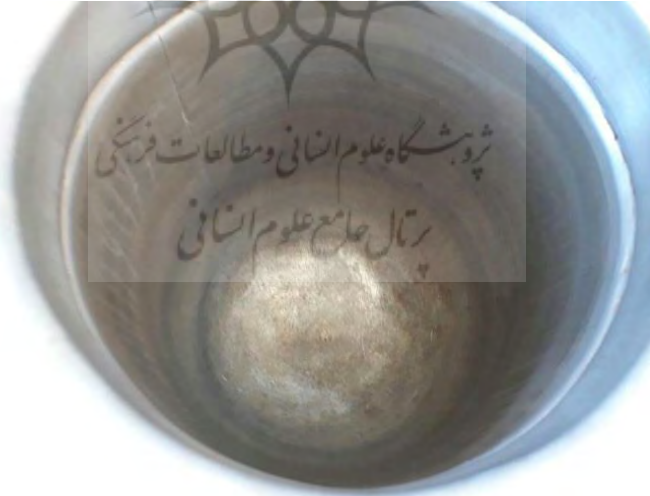
### ابزار و اشیاء وابسته

چو لویر (چوو لویر) «č» Levir ۵ تکه چوبی خراطی شده به شکل گرز به بلندی ۱ الی ۱,۷۵ و قطر دسته ۴ الی ۶ سانتی متر و کوبنده ۱۰ الی ۱۵ سانتی متر جهت کوبیدن و میکس شدن مواد خصوصا گوشت مورد استفاده قرار می گیرد برای چو لویر از درخت کنار استفاده می شود که کیفیت و استحکام بسیار بالایی دارند  
لویر Levir «» «» دیگی بزرگ با که انتهای آن قوس دار است و در شهرهای دیگر آن را دیگ حلیم پزی می نامند.

دو ظرف بزرگ یا دو لگن حبوبات و گندم را در این ظروف خیسانده می شوند.  
انبر بزرگ برای باز کردن گوشت در لویر توسط انبر انجام می گردد  
دستگاه همزن برای له کردن کامل گندم و حبوبات پخته شده



شکل ۴: چو لویر



شکل ۵: لویر





شکل ۶: انبر بزرگ

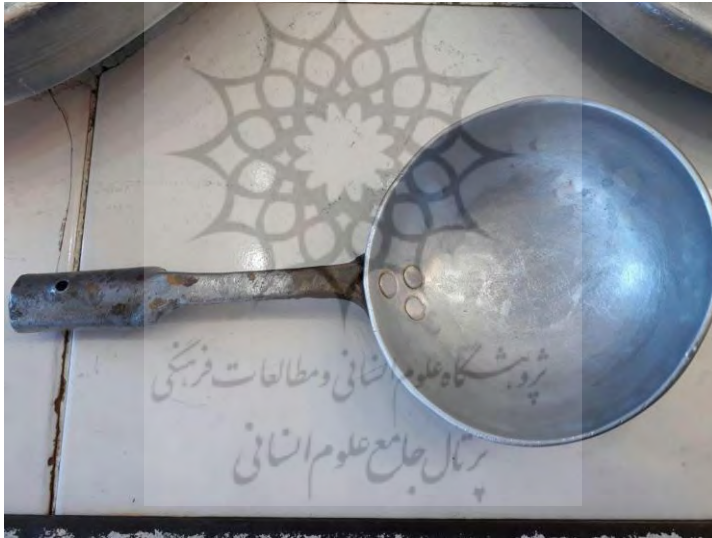
پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی



شکل ۷: دستگاه حلیم زن



شکل ۸: کفگیر حلیم پزی



شکل ۹: کمچه (ملاقه مخصوص حلیم)



شکل ۱۰: اضافه کردن حبوبات به گندم



شکل ۱۱: اضافه کردن گوشت به مواد



شکل ۱۲: کوبیدن گوشت با چوب لویز تا زمانی که گوشت ها با تمام مواد یکی شوند.



شکل ۱۳: قلقل آماده شده

### مکان های وابسته

مرکز اصلی پخت قلقل شهرستان شوشتر است ولی در روستاهای این شهرستان و شهرهای دیگر استان نیز آشپزان سنتی شوشتر به صورت پراکنده تولید می کنند. قلقل سنتی و نحوه تهیه و پخت آن نشان از ذوق و قریحه و همچنین آگاهی مردم منطقه به چگونگی بهره برداری از منابع طبیعی پیرامون خود را دارد. در دسترس بودن مواد اولیه ی اصلی آن از جمله گوشت، گندم، عدس، باقلا سبز و نخود در منطقه زمینه ای جهت تهیه آن توسط مردم فراهم می نماید.

امروزه هر گردشگر و مسافری که از این شهر دیدن می کند این آش سنتی را به عنوان صبحانه، عصرانه و یا شام استفاده می نماید. این غذا در کنار سایر جاذبه های این شهر نقش موثری در جذب گردشگر و مسافران می توان داشته باشد.

همچنین با توجه به اینکه این غذا تنها توسط آشپزان چیره دست شوشتر طبخ می شود می توان آن را به شکل کنسروی در آورد و به دیگر استان های کشور و حتی دیگر کشور ها صادر کرد. در تمام کشور حلیم طبخ می شود اما قلقل شوشتری تنها در استان خوزستان توسط آشپزان چیره دست این دیار طبخ می گردد

### ارزش های شاخص یا منحصر به فرد

با توجه به ارزش غذایی این غذا و استفاده از مواد بومی در دسترس مثل گوشت، گندم، عدس، باقلا سبز و نخود تولید شده در استان از معروفیت خاصی در استان برخوردار بوده و در صورت حمایت و افزایش تولید و استفاده از بسته بندی مناسب (کنسرو) می توان امکان توزیع آن به سایر نقاط کشور و حتی خارج از کشور را فراهم نمود.

استمرار و ادامه پخت قلقل صرفاً توسط مردم شهر شوشتر صورت گرفته و ضمن معروفیت آن به عنوان صبحانه این شهر منبع درآمد بعضی شاغلین در این حرفه می باشد. همچنین این فناوری باعث شده بعد اقتصادی زندگی بسیاری از مردم این شهر گسترش پیدا کند و به عنوان غذای محلی در خوزستان و مخصوصاً این شهر مطرح شود و توانسته توجه بسیاری از گردشگران را به خود جلب کند.

### توضیح مختصری از چند غذای شوشتری

#### حمیس توله

توله را با کمی آب می پزند تا سفت و مانند سبزی خورش سرخ شود سپس به آن ناردانه کوبیده و

روغن می افزایند و با ماست می خورند.

#### دُرشته

گندم را دست آس می کنند تا مانند خرده برنج بشود آب را می جوشانند و گندم خرد شده را در آن می ریزند و با کمی نمک و فلفل، همانند برنج دم پخت می پزند پس از پخت، روغن افزوده و می خورند. گاه برای اینکه یبوست ایجاد نکند تمر شکر با آن می خورند، برای تهیه تمر شکر تمر هندی را در آب شکر چنگ می زند تا حل شود. سپس همراه خوراک یا پس از آن می خورند.

باقلا را پوست کنده با ادویه، نمک و لیمو عمانی می پزند پس از پختن، یک یا دو قاشق: بورانی

روغن به آن می افزایند و غذای آماده شده را با نان ترید می کنند و می خورند.

### پلوی شوستری

یک عدد پیاز سرخ شده را به فیله مرغ اضافه می کنند، سپس به آن ادویه، زعفران و مقداری کمی آب می افزایند بعد از اینکه آب آن تبخیر شد لوبیای پخته شده را به آن اضافه می کنند سپس مواد آماده شده و شوید تازه شده را لابه لای برنج آبکش شده ریخته و آن را دم می کنند .  
با گوشت قلقلی یا تکه ای نیز می توان این پلو را تهیه کرد. به جای شوید تازه نیز می توان از یک لیوان شوید خشک استفاده کرد.

### آبگوشت باقلا

گوشت را به قطعات بزرگ خرد کرده مقداری نمک و زردچوبه به گوشت زده، سپس آب پیاز و گوجه کبابی شده را به آن اضافه می کنند، پس از نیم پز شدن گوشت، باقلا را به آن اضافه می کنند تا کاملا پخته گردد، دیزی آماده شده را با نان ترید می کنند.

### خوراک نون چرب

پیاز خرد شده را کمی تفت می دهند سپس گوشت را که به صورت قیمة ای خردشده به آن اضافه می کنند، نخود لپه را که از شب قبل خیس کرده به گوشت و پیاز اضافه می کنند کشمش، زعفران و ادویه را نیز به آن افزوده تا به همراه دو لیوان آب پخته شود وقتی گوشت کم آب شد و چربی روی ظرف جمع شد یک طرف نان را در چربی زده و نان ها را چرب می کنند، مواد را نیز در ظرفی جداگانه می ریزند و با نان چرب شده میل می کنند.

### حلوا قبیط

ابتدا شکر را روی حرارت قرار می دهند سپس به آن آب اضافه می کنند، پس از اینکه مخلوط آب و شکر رقیق شد به آن سفیده تخم مرغ، گلاب، چوبه ( ریشه درختی به همین نام می کوبند و با آب حرارت می دهند تا شیره آن بدست آید) و جوهر لیمو را اضافه می کنند. سپس مواد را خوب هم می زنند تا مخلوط حالت کش دار پیدا کند. حلوا را می توان در این مرحله سرو و میل کرد.

### حلوا زردک

پس از اینکه هویج را خرد کردند با مقداری آب روی حرارت قرار می دهند تا بیزد سپس شکر را به آن اضافه می کنند تا کاملا جذب هویج شود. بعد از خنک شدن، هویج پخته شده را که هنوز حدود یک لیوان آب دارد با مخلوط کن خوب زده تا کاملا له شده و به شکل پوره در آید آرد را نیز تفت می دهند تا بوی خامی آن گرفته شود و کمی سبک شود سپس روغن و زعفران دم کرده را به آرد اضافه و مخلوط می کنند و مدام هم میزنند تا غلظت مورد نظر به دست آید. در نهایت حلوا را در ظرف چیده و روی آن را با خلال پسته و نارگیل تزیین می کنند.

### حَلَوَا پَشْمَك

شیره خرما را در دیگ بزرگ مسی به مدت یک ساعت حرارت می دهند، پس از اینکه شیره به غلظت رسید، به آن ارده را اضافه می کنند سپس آنقدر هم می زنند تا خوب مخلوط گردد. نسبت شیره و ارده باید مساوی باشد.

### کلوچه شکری

زیره، رازیانه، بیکینگ پودر، نمک میوه، و شکر را مخلوط می کنند سپس آرد، مایه خمیر و روغن را به آن اضافه می کنند مقداری آب نیز به آن می افزایند، مواد را هم می زنند تا خمیر حاصل شود، خمیر را به صورت چونه در می آورند و با وردنه پهن می کنند، در نهایت خمیر را با وسایلی مثل سگ سکو به صورت لوزی شکل درآورده و در تنور دو جداره می پزند.

### کلوچه خرمايي

هسته خرما را درآورده و خرما را با روغن تفت می دهند، سپس پودر زنجبیل و کمی هم گردوی چرخ را به اضافه می کنند. کمی از خمیر را برداشته داخل آن از این مخلوط خرما گذاشته سپس با استفاده از برخی قالبها خمیر را به صورت اشکال مختلف درآورده و در تنور قرار می دهند.

### تافتون

در تهیه این کلوچه از خمیر بدون شکر استفاده می کنند، آرد، زیره، رازیانه، جوش شیرین، مایع خمیر، نمک و روغن را در آب مخلوط می کنند، یک ساعت طول می کشد تا خمیر ور آید. پس از ور آمدن خمیر آن را با وردنه پهن می کنند، سپس با قالب یا ته استکان طرح های دایره ای روی آن ایجاد می کنند وسط آن نیز کنگد می پاشند.

### تَقْکِي

برای تهیه آن از آرد، روغن، زیره و رازیانه استفاده می کنند، اندازه کلوچه خرما است ولی داخل آن خرما نمی گذارند، از شکر هم استفاده نمی کنند. برای تزیین روی آن از کمی زعفران استفاده می کنند.

### نتیجه گیری

کیبی برداری از قُلْقُل (آش سنتی شوشتری) در شهرهای استان خوزستان و دیگر استان ها باعث می شود تغییراتی در مواد اولیه و اشکال و نحوه پخت صورت بگیرد که قُلْقُل را از حالت اولیه و سنتی خارج می کند.

امید است که این پژوهش باعث معرفی بیشتر فن و روش پخت قُلْقُل سنتی (تبلیغات در رسانه ها، نمایشگاه های سوغات و خوراکی های محلی، ملی و بین المللی) شود. همچنین برنامه ریزی های آموزشی توسط متولیان امر و بسته بندی محصول برای نگهداری به مدت طولانی در این خصوص صورت گیرد.



امید است که با دادن امتیازات ویژه به آشپزان، تشویق و حمایت آنها در حفظ و ترویج این خواراکی ارزشمند اقداماتی انجام شود. شاید این تحقیق، مقدمه ای برای تهیه و تولید فیلم های مستند و قابل عرضه در رسانه ملی و بین المللی جهت آشنایی و معرفی این آش سنتی شوشتر گردد.



منابع

- صدر شوشتری، آخوند ملا محمدرضا (۱۳۱۶). دیوان اشعار، نسخه خطی در کتابخانه شرف الدین.
- مرعشی، معصومه (۱۳۸۹). فیلم آموزشی آشپزی، شوستر
- نیرومند، محمد باقر (۱۳۴۹). نصاب شوشتری، تهران: صدر
- نیرومند، محمد باقر (۲۵۳۵). واژه نامه ای از گویش شوشتری، تهران: فرهنگستان زبان ایران
- رستمی، سارا (۱۳۹۵). بررسی تاریخ فرهنگ و تمدن شوستر در عصر قاجار و پهلوی، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید چمران اهواز.



پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
رتال جامع علوم انسانی