

زبان‌شناسی گویش‌های ایرانی

سال ۸، شماره ۱، پیاپی ۱۲ (بهار و تابستان ۱۴۰۲) شماره صفحات: ۷۹ - ۱۰۲

آشپزی در فرهنگ و گویش مردمان بوشهر

نغمه حسینی^{۱*}، زهرا مؤمنی^۲

۱. استادیار فرهنگ و زبان‌های باستانی ایران، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوشهر، بوشهر، ایران.

۲. دانشجوی دکتری زبان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوشهر، بوشهر، ایران.

چکیده

آشپزی یکی از نمودهای تمدن و فرهنگ در هر قومیتی است و مطالعه شیوه‌های پخت‌وپز و آیین‌ها و باورهای درآمیکته با آن قدمی برای درک و شناخت بخشی از فرهنگ آن قومیت است. هدف از مقاله پیش‌رو شناخت آن گوشه از فرهنگ پرمایه مردمان بوشهر است که در آشپزی بومی و سنتی آنان جلوه‌گر می‌باشد. همچنین، گردآوری واژگان و اصطلاحات مربوط به آشپزی در گویش بوشهری به منظور حفظ آن از فراموشی و نابودی از دیگر اهداف این پژوهش به‌شمار می‌آید. داده‌های این مطالعه به دو روش میدانی و کتابخانه‌ای گردآوری شده و جامعه آماری، سالخوردگان کم‌سواد ساکن شهرستان بوشهر می‌باشند. آنچه در این نوشتار آمده، دربرگیرنده عادات‌های غذایی مردمان بوشهر، آیین‌های گره‌خورده با آشپزی، توصیف غذاها، نان‌ها، شیرینی‌ها و حلوهای محلی همراه با فهرستی از نام ابزارها و اصطلاحات آشپزی رایج در گویش بوشهری است. فرهنگ آشپزی بوشهری همانند دیگر فرهنگ‌ها تحت تأثیر شرایط زیست بومی و اقتصادی قرار دارد و بازتابنده باورهای دینی و آداب‌ورسوم ملی و نیز نمایانگر دیرینگی این قوم است. از آن‌جا که این فرهنگ امروزه در حال فراموشی است، هرگونه تلاش برای شناساندن و پاسداری از آن بایسته و ارزشمند می‌باشد.

واژه‌های کلیدی:

آشپزی محلی
بوشهر
عادات‌های غذایی
فرهنگ آشپزی
گویش بوشهری

تاریخچه مقاله:

دریافت: ۱۹ بهمن‌ماه ۱۴۰۱

پذیرش: ۲۷ اردیبهشت‌ماه ۱۴۰۲

* آدرس ایمیل نویسنده مسئول: hosseinaghme13@gmail.com

۱. مقدمه

تا پیش از کشف آتش، انسان‌ها، درست مانند حیوانات، هر آن‌چه در طبیعت می‌یافتند، خام می‌خوردند. آتش اجازهٔ مهار طبیعت را به انسان داد و غذا را از خام به پخته تبدیل کرد. خام و پخته در حقیقت «دو نقطهٔ مقابل در نبرد میان طبیعت و تمدن را به تصویر می‌کشند» (مونتاناری^۱، ۲۰۰۶: ۳۰). به همین دلیل است که در اساطیر، داستان‌ها و افسانه‌های عامیانه، غلبه بر آتش لحظهٔ بنیادین و اساسی تمدن بشر را می‌نماید. آتش به انسان‌ها اجازه داد که گونهٔ دیگری از خوراک را بخورند و نگهداری غذا را ممکن ساخت. مهار آتش به انسان‌ها اجازهٔ مهار منابع غذایی را داد که برای زنده‌ماندن لازم و ضروری بود. با آغاز کشاورزی در حدود ۱۰ هزار سال پیش، انسان توانست افزون بر مصرف منابعی که به صورت آماده در طبیعت یافت می‌شد، از راه پرورش گیاهان و حیوانات منبع غذایی دیگری برای خود فراهم کند. نکتهٔ مهمی که در این‌جا باید به آن اشاره کرد این است که تفاوت بسیاری بین پختن غذا صرفاً به جهت زنده‌ماندن و «آشپزی» وجود دارد. پختن تنها برای زنده‌ماندن در تمدن‌های پیشرفته تبدیل به «آشپزی» شد. آشپزی یعنی پخت‌وپز همراه با آگاهی، برای هدفی فراتر از آن که غذا را صرفاً قابل خوردن کنند (مونتاناری، ۲۰۰۶: ۹). بدین‌سان، آشپزی نه‌تنها همیشه با تمدن و فرهنگ همراه بوده است؛ بلکه خود یکی از وجوه مهم تمدن و فرهنگ به شمار می‌آید (دریابندری، ۱۳۷۹: ۱۱۱).

آشپزی و تهیهٔ خوراک، فرهنگ است چرا که انسان در حالی که می‌تواند هر چیزی را بخورد، در واقع هر چیزی را نمی‌خورد و بر اساس معیارهای تغذیه‌ای، اقتصادی، اجتماعی و جنبه‌های نمادین نهاده شده در خوراک، آن را «انتخاب» می‌کند. بدین صورت خوراک به عنوان بخشی از هویت انسانی و یکی از مهم‌ترین راه‌های ابراز و انتقال این هویت شکل می‌گیرد. قدمت و پیشینهٔ دراز فرهنگ خوالی‌گری و خورش‌گری در ایران، نشان از تمدن پیشرفته و اوضاع مناسب اقلیمی و اقتصادی این سرزمین کهن دارد. در ایران به دلیل گوناگونی قومیتی، دینی، زیست‌بومی و اجتماعی، در هریک از خرده‌فرهنگ‌ها راه و روش و شیوه‌های گوناگون آشپزی را می‌توان یافت که مطالعه و بررسی آنان نه‌تنها از نظر پژوهش‌های فرهنگی، اجتماعی و مردم‌شناختی دارای اهمیت است، بلکه از لحاظ زبانی و ادبی نیز در خور توجه است. دلیل این امر گنجینه‌ای گران‌بها از نام‌های خوراکی‌ها و اصطلاحات مربوط به پخت‌وپز و آشپزی را در اختیار ما قرار می‌دهد.

هدف از پژوهش پیش رو شناخت آن گوشه از فرهنگ مردمان بوشهر است که در آشپزی محلی آنان جلوه‌گر است. شوربختانه امروزه بسیاری از غذاهای محلی از سفرهٔ این مردم برچیده شده و جای خود را به غذاهای بیگانه داده است. بنابراین پژوهش دربارهٔ غذاها و خوردنی‌های سنتی و محلی این قوم کاری بایسته و ارزشمند است. از سوی دیگر، آشنایی با واژگان و اصطلاحات ویژهٔ آشپزی در گویش بوشهری از دیگر اهداف این پژوهش است. در این نوشتار، نخست به عادت‌های غذایی و آیین‌های درآمیخته با آشپزی و سپس به شرح

^۱ M. Montanari

خوراک‌ها، نان‌ها، شیرینی‌ها و حلوهای محلی و واژگان و اصطلاحات ویژه آشپزی پرداخته می‌شود. خوراک‌هایی که در این نوشتار از آنان یاد می‌شود، کمابیش در همه استان شناخته شده‌اند؛ هر چند شیوه پخت آنان ممکن است از جایی به جای دیگر اندکی متفاوت باشد. افزون بر آنچه گفته شد، برای نمایش کهنگی، قدمت و تبارمندی خوراک‌ها به جستجوی نشانه‌هایی از آنان در رساله‌های آشپزی بر جای مانده از دوره صفوی، قاجار و نیز دیوان بسحاق اطعمه پرداخته می‌شود که سفره مردمان روزگار تیموریان را به تصویر می‌کشد.

۲. پیشینه پژوهش

در سال‌های اخیر در ایران پژوهش‌هایی درباره غذا و پیوند آن با مردم‌شناسی، فرهنگ و... صورت پذیرفته که اگرچه تعدادشان در مقایسه با پژوهش‌های گسترده جهانی اندک و انگشت‌شمار است، اما در جای خود آموزنده و روشنگر هستند. از آن جمله می‌توان به ودادهیر و همکاران (۱۳۹۳) اشاره کرد که به فرهنگ غذایی مردمان مناطق روستایی و عشایری استان لرستان می‌پردازند. بلوک‌باشی (۱۳۹۲) به روند تکوین و دگرگونی آشپزی ایرانی از کهن‌ترین زمان تا امروز و چگونگی رشد و گسترش این فرهنگ در جوامع مسلمان جهان می‌پردازد. حسن‌زاده (۱۳۸۷) در مجموعه مقالات خوراک و فرهنگ مقالاتی در زمینه غذا منتشر کرده است. مظلوم‌زاده (۱۳۸۳) به روش‌های سنتی تهیه غذا و غذاهای محلی مردم کازرون پرداخته است.

دریابندری (۱۳۷۹) از دریچه فرهنگ به آشپزی نگریسته است. او در جلد نخست این کتاب، اطلاعاتی درباره مکتب‌های آشپزی از جمله مکتب ایرانی ارائه داده و در ادامه دستور پخت انواع خوراک‌های سنتی و محلی ایرانی و غیرایرانی را همراه با بیان تاریخچه‌ای مختصر از هر غذا آورده است. دستور پخت چندین غذای محلی بوشهری را می‌توان در این کتاب یافت. همچنین یاحسینی (۱۳۸۷) دستور پخت تعدادی از غذاهای محلی بوشهری را ارائه می‌کند. کهن‌ترین اثری که در آن به غذاهای محلی بوشهر اشاره شده است، *مغاص اللثالی و منار اللیالی* به قلم سدیدالسلطنه مینابی بندرعباسی است که با نام *سرزمین‌های شمالی پیرامون خلیج فارس و دریای عمان در صد سال پیش* به چاپ رسیده است. این اثر شامل مطالب گوناگونی درباره خوراکی‌ها، آداب‌ورسوم و مسائل سیاسی و اجتماعی سواحل و جزایر پیرامون خلیج فارس طی صد سال گذشته است.

۳. روش پژوهش

این پژوهش از نظر هدف، پژوهشی توصیفی است که به مطالعه و توصیف شیوه‌های غذایی^۱ مردمان بوشهر می‌پردازد. گردآوری داده‌های این پژوهش به دو روش میدانی و کتابخانه‌ای انجام می‌پذیرد. بدین ترتیب که برای دستیابی به عادت‌ها، فرهنگ غذایی و اصطلاحات ویژه آشپزی و پخت‌وپز از روش میدانی و ابزار مصاحبه استفاده

^۱ Foodways

شده است و برای یافتن نشانی از خوراک‌ها در متون تاریخی آشپزی و نیز یافتن فرهنگ غذایی همانند در دیگر شهرها منابع کتابخانه‌ای مدنظر قرار گرفته‌اند. جامعه آماری در این پژوهش مردمان سالخورده و کم‌سواد ساکن شهر بوشهر با میانگین سنی ۶۰ تا ۸۰ سال است.

۴. تحلیل داده‌ها

این بخش به مفاهیمی همچون عادت‌های غذایی، خوراک‌ها و آیین‌ها و خوراک‌های محلی می‌پردازد.

۴-۱. عادت‌های غذایی

بدون تردید یکی از عوامل مهم و کلیدی در تعیین نوع غذای هر قومیت، شرایط جغرافیایی و زیست‌بومی آنان است. از این رو طبیعی است که غذاهای دریایی سهم بزرگی از سبد غذایی مردمان ساحل‌نشین بوشهر را به خود اختصاص دهد. ماهی، میگو، خرچنگ و دیگر آبزیان، شالوده اصلی آشپزی سنتی بوشهری را تشکیل می‌دهند و کدبانوان بوشهری در پخت انواع و اقسام خوراک‌ها از این میوه‌های دریایی مهارت دارند. وجود نخلستان‌های پر بار در استان بوشهر و در دسترس بودن انواع رطب و خرما موجب شده است که آنان همواره شیرینی‌ها و حلواهای متنوعی از خرما بسازند و بر سر سفره‌های‌شان بنهند. همچنین، بوشهری‌ها از شیر خرما در پختن برخی غذاها و نان‌ها استفاده می‌کنند.

یکی دیگر از محصولات کشاورزی مهم استان، گندم است که با آن انواع نان‌ها، شیرینی‌ها و حلواها را می‌پزند و از بلغور آن، که به گویش محلی لَلک یا گِمنه می‌گویند، خوراک‌های گوناگون می‌سازند. همچنین از آرد گندم رشته محلی درست می‌کنند و با آن انواع خوراک‌ها و آش‌ها را می‌پزند. شله‌ها (آش) و سوپ‌های ساده و کم‌خرج که با حبوبات، غلات و سبزی‌های محلی پخته می‌شوند، از دیگر خوردنی‌های پسندیده این مردمان است. بوشهری‌ها غذاهای تندوتیز و پرادویه را می‌پسندند و در بیشتر خوراک‌های‌شان تمر هندی می‌ریزند. این امر نشان می‌دهد که ذائقه آنان تا حد زیادی از آشپزی هندی و عربی متأثر شده است. افزون بر آن، برخی غذاها که در اصل بومی سواحل عربی خلیج فارس بوده‌اند وارد آشپزی بوشهری شده و آن‌جا حق آب و گل پیدا کرده‌اند و امروزه جزو غذاهای محلی این دیار به شمار می‌آیند. اعتقاد به سرشت گرم و سرد خوراکی‌ها که از ویژگی‌های آشپزی ایرانی است، در آشپزی محلی بوشهری نیز نمایان است. چنانچه این مردمان می‌کوشند مواد غذایی را به گونه‌ای درهم‌آمیزند که خوراک به دست آمده از نظر گرمی و سردی دارای تعادل باشد. از این رو است که اغلب ماهی را با سیر و سبزیجات گرم‌سرشت می‌پزند و در کنارش حلوا و خرما می‌خورند و از خوردن دوغ و ماست با آن پرهیز می‌کنند یا این‌که انار را با هلیم و هندوانه را هم‌زمان با ماست نمی‌خورند.

در کنار غذای‌شان معمولاً از ترشی‌های گوناگون و سبزیجات محلی استفاده می‌کنند. سنت پختن نان از گذشته دور در بوشهر رایج بوده است؛ چنان‌که سدیدالسلطنه (۱۳۸۶: ۴۹-۴۸) به پخت انواع نان از جمله بِل‌بَل، گِردِه، تیر تنوری و تاوه اشاره کرده است. امروزه در شهرها با پیدایش فناوری‌های صنعتی نان را آماده می‌خورند و کم‌تر در خانه می‌پزند؛ اما سنت پخت نان در روستاهای کوچک به ویژه برای روزهای جشن و شادمانی هنوز پا بر جا است. نان پزی به عنوان میراث ناملموس استان بوشهر در فهرست آثار ملی به ثبت رسیده است.^۱

۴-۲. خوراک‌ها و آیین‌ها

در بسیاری از فرهنگ‌ها خوراک‌ها کارکردی فراتر از زنده نگاه داشتن انسان‌ها پیدا می‌کنند و آن زمانی است که با حضورشان در آیین‌ها مفهومی نمادین می‌یابند و ابزاری برای انتقال هویت دینی و ملی آن فرهنگ می‌شوند. در فرهنگ مردمان بوشهر نیز شاهد حضور معنادار خوردنی‌ها در آیین‌های دینی و ملی هستیم. خوردنی‌هایی که به رسم نیاکان و گذشتگان همراه با آداب و رسوم ویژه‌ای آماده می‌شوند و بدین‌سان نقش نمادین خود را ایفا می‌کنند.

۴-۲-۱. نوپوشی [nu puši]

آیین نوپوشی (نان‌پوشی) را در مکان‌های مقدس مانند مسجد یا قدمگاه برای کودکان بیمار یا نذرشده برگزار می‌کنند. بدین صورت که کودک را روی زمین می‌خوابانند و در حالی که دعا می‌خوانند و خداوند را یاد می‌کنند تمام بدنش را با نان می‌پوشانند، سپس نان‌ها را تکه‌تکه می‌کنند و در میان‌شان مسقطی یا حلوهای محلی دیگر می‌گذارند و میان مردم پخش می‌کنند. آن‌هایی که صاحب فرزند نمی‌شوند هم از این نان و حلوا می‌خورند و نذر می‌کنند که اگر خداوند فرزندی به آن‌ها بخشید آیین نوپوشی را برایش به‌جا بیاورند. این مراسم را بیش‌تر در ماه محرم و در کنار مَخْتَك (گهواره) علی‌اصغر (ع) برگزار می‌کنند. آیین نوپوشی به عنوان میراث ناملموس استان در فهرست آثار ملی ثبت شده است.^۲

۴-۲-۲. آیین‌های باران‌خواهی

یکی از آیین‌هایی که مردمان بوشهر به هنگام خشک‌سالی برگزار می‌کنند، آیین پختن هریسه (هلیم) است. هریسه آشی قوام‌دار است که از گندم، گوشت، حبوبات و گاهی شیر تهیه می‌شود. هریسه را معمولاً در حسینیه‌ها می‌پزند و اهالی شهر یا روستا در تهیه مواد اولیه و نیز به هنگام بار گذاشتن آن با یکدیگر همکاری

^۱ به شماره ۲۹۲ و تاریخ بیست و هشتم آبان ماه ۱۳۹۰

^۲ به شماره ۴۳۰ و تاریخ ششم دی ماه ۱۳۹۰

می‌کنند. از آن‌جا که زمان پخت این غذا طولانی است، به نوبت آن را هم می‌زنند و هنگام هم‌زدن دعا و نیایش بسیار می‌کنند و از خداوند می‌خواهند که باران رحمتش را بباراند. پس از اذان صبح هریسه آماده و میان مردم تقسیم می‌شود. آیین پخت هریسه به عنوان میراث ناملموس این استان در فهرست آثار ملی به ثبت رسیده است.^۱ در آیین دیگری که برای بارش باران برگزار می‌شود و گلی گلین [geli gelin] نام دارد نیز شله گندمی (آش گندم) می‌پزند و هنگامی که آماده خوردن شد مهره‌ای در آن می‌اندازند. مهره زیر دندان هر که رفت باید سنگ آسک (سنگ آسیاب) بر دوش بگیرد و به همراه دیگران به سوی قبله برای دعا و طلب باران حرکت کند. اگر باران بیارد در بیش‌تر منازل بوشهر معجونی به نام شیره که از قبل از خرما بی‌هسته، شیرۀ خرما، کنجد و مغز گردو درست و آماده کرده‌اند به یمن باران آمدن میل می‌کنند و دسته‌جمعی می‌خوانند: بارون تیره، تیره دسام (دست‌هایم) تو خرما شیره (افشار سیستانی، ۱۳۶۹: ۴۶۸).

۳-۲-۴. نیمه برات [nimey berât]

نیمه شعبان در برخی متون شب برات نامیده شده و این بدان دلیل است که بنا به روایات اسلامی، خداوند در این شب «برات آزادی» از دوزخ را به بندگان خود می‌بخشد. مردمان بوشهر نیز در این روز آیین نیمه برات را به یاد درگذشتگان و برای آمرزش آنان با پختن حلوی خرمایی و زولبیا و بامیه و پخش کردن آن میان همسایگان، دوستان و آشنایان برگزار می‌کنند.

۴-۲-۴. گرگشو [gere gošu]

آیین گرگشو (گره‌گشا) در شب پانزدهم ماه مبارک رمضان اجرا می‌شود. کودکان کیسه‌هایی را به گردن‌شان می‌آویزند و بر درخانه‌ها می‌روند. صاحب‌خانه‌ها به آنان آجیل ویژه‌ای که از قبل آماده کرده‌اند می‌دهند تا گره از کارشان گشوده شود. این آجیل شامل دُنگ (گندم بوداده)، بوج (ذرت بوداده)، آلوک (بادام کوهی)، شیرینی‌های محلی، شکلات و نقل است. امروزه این آیین در شهر بوشهر به فراموشی سپرده شد، اما در برخی روستاهای کوچک هنوز برگزار می‌شود.

۳-۴. خوراک‌های محلی

آش بوشهری [‘âš-e-bušehri]: از آش‌های بسیار پرآوازه استان بوشهر است که از ترکیب گوشت، لوبیا قرمز، برنج، پیاز، سبزیجات خوشبو، نمک، فلفل قرمز و دیگر افزارها درست می‌شود و باید کاملاً قوام آمده و کش‌دار

^۱ شماره ثبت ملی: ۱۲۱۰ به تاریخ پنجم خرداد ماه ۱۳۹۵

باشد. این آش را به ویژه در مراسم سوگواری امام حسین (ع) درست می‌کنند و به عنوان صبحانه میان عزاداران پخش می‌نمایند. فرهنگ تهیه این آش به عنوان میراث معنوی استان بوشهر به ثبت ملی رسیده است.^۱

آش هف دنگرو [‘âš-e- haf dengeru]: آشی است که از ترکیب هفت نوع حبوبات از جمله نخود، لوبیا چیتی، لوبیا چشم بلبل، عدس سبز و قرمز، ماش و باقلا تهیه می‌شود. هنگامی که کودک به موقع دندان در نمی‌آورد نذر می‌کنند و اگر حاجت‌شان برآورده شد و دندان کودک بیرون زد، این آش را می‌پزند و برای همسایگان و نزدیکان می‌برند.

آلو تماته [‘âlu temâte]: خورشتی است که از پیاز، آلو (سیب زمینی) و تماته (گوجه فرنگی) تهیه می‌شود. این خوراک در کازرون هم پخته می‌شود و افزون بر آن چه گفته شد، شملیز (شنبليله)، آب غوره یا آب لیمو و لیمو عمانی هم در آن می‌ریزند و با نان و ترشی گُلک موسیر می‌خورند (مظلوم‌زاده، ۱۳۸۳: ۱۴۲).

آلو عدس [‘âlu adas]: آلو عدس یا دال عدس از عدس قرمز، آلو (سیب زمینی)، پیاز و کمی سس تماته تهیه می‌شود. این خورشت را همراه با لک (گمنه) یا برنج می‌خورند. این خوراک را در کازرون نیز می‌پزند با این تفاوت که گاهی در پختن آن از گوشت استفاده می‌کنند (مظلوم‌زاده، ۱۳۸۳: ۹۹).

او آردک [‘ow ârdak] یا **او آرد** [‘ow ârd]: سوپی است ساده از ترکیب آب و آرد.

او پیا [‘ow piâ]: سوپی ساده از ترکیب آب و پیاز.

او خاک [‘ow xâg]: همانند قلیه درست می‌شود اما به جای ماهی، خاک (تخم مرغ) در آن می‌ریزند.

او خنکو [‘ow xonoku]: خوراکی است که از ترکیب گرد ماهی مُتو همراه با زیره، لیمو خشک، نمک و فلفل قرمز تهیه می‌شود و در فصل تابستان همراه با نان محلی، پیاز، سبزی پرگو و ریحان می‌خورند.

او داغک [‘ow dâyak]: خوراکی بسیار ساده است از آب، روغن و پیاز. چنانچه در این غذا از تخم مرغ استفاده شود به آن اشکنه [‘eškene] می‌گویند. این غذای ساده و کم‌خرج در کازرون نیز به همین نام پخته می‌شود (مظلوم‌زاده، ۱۳۸۳: ۱۶۲).

او رشته [‘ow rešte]: آش رشته

او کرکو [‘ow karku]: کرکو همان خیار چنبر است که از آن همراه با پیاز، سیر، تماته، نخود لپه و تمر هندی خورشت درست می‌کنند و با گمنه می‌خورند.

او ماشک [‘ow mâšak]: سوپ ماشک (ماش)

او مُتو [‘ow motu]: غذایی است که از ترکیب گندم، دوغ و ماهی مُتو تهیه می‌شود. ماهی مُتو ماهی کوچکی است که در سواحل خلیج فارس صید می‌شود. این ماهی را پس از صید بر روی شن و ماسه ساحل پهن می‌کنند

^۱ شماره ثبت ملی فرهنگ پخت آش بوشهری ۱۲۱۸، به تاریخ پنجم خرداد ماه ۱۳۹۵

تا خشک شود سپس آن را می‌کوبند، الک می‌کنند وقتی به شکل گُرد در آمد از آن در پخت غذاهای محلی استفاده می‌نمایند.

او نخودک [ow noxadak]: آب نخود، سوپی بسیار ساده از ترکیب نخود کوبیده و الک شده همراه با آب و اندکی نمک و زردچوبه است. این سوپ را بیش‌تر برای بیماران به ویژه آنان که چشم‌درد داشتند، درست می‌کردند (دریابندری، ۱۳۷۹: ۶۸۵). در کازرون او نخودک پخته‌شده را در لگن تریدخوری می‌ریزند و سر سفره می‌برند و با نان ترید می‌کنند و می‌خورند (مظلوم‌زاده، ۱۳۸۳: ۱۷۲).

باپیری [bâpîri]: باپیر در گویش دشتی همان باباپیر یا پدربزرگ است و باپیری یعنی غذای آبا و اجدادی (دریابندری، ۱۳۷۹: ۱۲۸۰). ماهی شور را همراه با پیاز و لیموی عمانی و زردچوبه می‌پزند و به صورت آب‌دار همراه با نان می‌خورند.

בלالیت [belâlit]: ترکیبی از ماکارونی آب کش شده همراه با شکر، گلاب، روغن، هل و گاهی زعفران است. این خوراک را در بوشهر، بندرعباس و دیگر بندرهای جنوبی به عنوان صبحانه می‌خورند.

پکورا [pokurâ]: پاکورا غذایی هندی پاکستانی است که میان مردم جنوب ایران رواج دارد. ترکیبی از آرد نخود و سفید، پیاز، گشنیز، شوید، تره‌فرنگی و چاشنی‌های گوناگون است که همانند کوکو دانه‌دانه در روغن سرخ می‌شود.

پلیل [pelil]: ابتدا ماهی‌های کوچک را آب‌پز و در روغن همراه با پیاز سرخ می‌کنند. سپس به آن گندم اضافه می‌کنند و خوب می‌پزند. در برخی نقاط استان به جای ماهی از چغندر استفاده می‌کنند.

پلیل شیرینی [pelil šîri]: برای تهیه این نوع پلیل، خرما را در آب حل می‌کنند و روی اجاق می‌گذارند؛ سپس روغن، دارچین و زنجفیل را می‌افزایند و دم می‌کنند.

پهتی چندر [pahti čondar]: پهتی یا پتی آشی مناسب فصل زمستان است که از چُنْدَر (چغندر)، لوبیا، ماش و سبزی و تمر هندی تهیه می‌شود. در کازرون این آش را چندر ماشک [čondar mâšak] می‌نامند و به جای تمر هندی از آب نارنج یا لیمو استفاده می‌کنند (مظلوم‌زاده، ۱۳۸۳: ۱۴۶).

چنگال [čengâl]: برای تهیه چنگال یا چنگالی، نان محلی را خرد و با شکر، خرما و روغن محلی ترکیب می‌کنند و به عنوان میان‌وعده می‌خورند. گاهی به جای روغن و شکر از لورک و ریچار استفاده می‌کنند. این خوراک ساده در بیش‌تر استان‌های کشور از جمله فارس، هرمزگان، خراسان و کرمانشاه رایج است. شیخ اطعمه (۱۳۹۳: ۵۶-۵۲) حکایتی دارد به نام اسرار چنگال که در آن از چنگال و یک‌یک ترکیباتش سخن گفته است. چند بیتی از این حکایت:

چرب و گرم‌ونرم و خوش‌خوار آمده / محرم هر صاحب اسرار آمده
مرد صاحب‌دل در آن اثنای حال / کرد از ترتیب و ترکیبش سؤال

گفت اصلم روغن و خرما و نانست ذوق شیرینی من در هر دهانست
آردی روغن به من دال آمدست نام من از غیب چنگال آمدست

حشو [hašu]: موادی مانند پیاز داغ، کشمش، گردو، زرشک و سبزیجات بويا که درون شکم ماهی یا مرغ قرار می‌دهند.

خاک تماته [xâg temâte]: ترکیبی از تخم مرغ و گوجه فرنگی، املت است. خاک در گویش بوشهری به معنای تخم مرغ و تماته و امواژه به معنای گوجه فرنگی است.

دغل [deḡal]: خوراکی است که در زمستان از سبزی کوهی به نام توله (پنیرک) درست می‌کنند.

دمپخت میگو [dampoxt-e-meigu]: میگو را همراه با سیر و سبزیجات بويا و چاشنی‌های مخصوص تفت می‌دهند و همراه با برنج دم می‌کنند.

دنگرو [dengeru]: آشی که از ترکیب گندم و حبوبات تهیه می‌شود.

دوپیزی خساک [dopiyâzey xesâk]: ترکیبی از خساک (ماهی مرکب)، پیاز، سیر، سس تماته و چاشنی‌های خاص است. ممکن است به جای خساک از میگو استفاده کنند و در این صورت نام غذا دوپیزازه میگو خواهد بود.

دقوس موی [deḡus-e-moy]: این غذا در تمام استان به ویژه شهرستان دیلم رواج دارد. در دیلم این خوراک را با ماهی زبیدی (حلوا سفید) تهیه می‌کنند. ماهی‌ها را سرخ می‌کنند؛ آن‌گاه سس بسیار تندی که از ترکیب سس تماته، سیر، پیاز، آب‌لیمو، تخم گشنیز تهیه شده روی آن می‌ریزند.

رشته تپک [rešte topak]: ترکیبی از رشته محلی، لوبیا چشم بلبلی، پیاز، پودر لیمو، زرد چوبه، فلفل و دیگر بوافزارها است. گاهی در پخت این خوراک از بادنجان و تماته (گوجه فرنگی) نیز استفاده می‌کنند.

رشته شلو [rešte šolu]: رشته را همانند برنج می‌پزند و دم می‌کنند؛ سپس با ماهی یا بادنجان سرخ‌شده می‌خورند.

ریچار [ričâr]: خوراکی با پیشینه تاریخی دراز که از لورک، سیاه دانه، موسیر، نمک و زردچوبه درست می‌شود. سدیدالسلطنه (۱۳۸۶: ۴۹) از این غذا یاد می‌کند و می‌گوید مردمان بوشهر در تابستان پنیر و لورک و ریچار می‌خورند گویا رسم خوردن این غذا در شیراز قدیم هم رواج داشته است؛ چرا که شیخ اطعمه (قرن نهم) (۱۳۹۳: ۴۲) درباره‌اش چنین سروده است:

به یمینت چه بُود؟ کشکنه و بورانی بر یسارت چه بُود؟ نان و پنیر و ریچار^۱ در مقابل چه بُود؟ دنبه گرد و فربه در عقب ذکر مبار است، تو خاطر خوش دار

این غذا را در کازرون به نام ریچال [ričâl] می‌شناسند و با پیاز، انگور یا خیار می‌خورند (مظلوم‌زاده، ۱۳۸۳: ۵۹).

سالونه [sâlune]: ماهی را سرخ می‌کنند و همراه با سس مخصوصی که از آرد، تماته، تمر هندی، نمک و فلفل درست می‌شود، می‌خورند.

سندلیق [sendeliy]: خوراک سنگدان پرندگان است که آن را خوب می‌شویند و در پیاز سرخ می‌کنند.
شله تماته [šolle temâte]: کته گوجه فرنگی، ترکیبی از برنج، تماته (گوجه فرنگی) و پیاز است که به صورت دمی درست می‌شود. این غذا را به عنوان چاس (نهار) با ترشی بادنجان می‌خورند.

شله خرما [šolle xormâ]: خرما را در ظرفی به خوبی له می‌کنند تا شیرۀ آن بیرون بیاید. آن‌گاه شیرۀ را با آرد و کمی زردچوبه و زنجبیل مخلوط می‌کنند و هم می‌زنند تا غلیظ شود. این خوراک را بیش‌تر در روزهای بارانی درست می‌کنند.

شله موبنی [šolle moyini] یا **شله موبنکی** [šolle moynaki]: بلغور گندم را خوب می‌پزند؛ سپس سبزی، سیر، لوبیا، عدس، ماهی شور و دیگر چاشنی‌ها را بدن می‌افزایند و هم می‌زنند تا کشدار و غلیظ شود. این غذا را بیش‌تر در فصل زمستان یا به هنگام سرماخوردگی می‌خورند. نام دیگر این غذا شله گنمی (گندمی) است.

قاتق [qâtoq] یا **کاتخ** [kâtox]: خورشت، خورشتی که با نان خورده می‌شود. در دیوان اطعمه (۱۳۹۳: ۶۸) این واژه به صورت قتق [qateq] آمده است: «رشته آن دُنبه ندارد که بدو رشک بَرند یا ز بهر قتق آن غم بیهوده خورند».

قلیه موبی [qalye-ye- moyi]: قلیه ماهی خورشت پرآوازه بوشهری است که امروزه در دیگر شهرهای ایران هم طرفداران بسیاری دارد. این خورشت را از ترکیب ماهی‌های گوشتی، مانند: سنگسر، هامور، شیر، سکن و...، سیر، تمر هندی و سبزیجات بويا و البته مقدار زیادی فلفل درست می‌کنند و با برنج یا گمنه (للك) می‌خورند. دریابندری (۱۳۷۹: ۹۵-۹۶) در مورد واژه قلیه که برابر خورشت است، چنین می‌نویسد: «ایرانیان بر اثر تماس با اعراب در خاک ایران، همچنین به واسطه قشر نازک اشرافیت ایرانی که در پیرامون دربار عباسی به وجود آمد، با

^۱ میرزا حبیب اصفهانی در واژه‌نامه‌ای که در شرح لغات دشوار دیوان اطعمه (۱۳۹۳: ۱۸۹) آورده ریچار را برابر مرتباً دانسته است. درست است که امروزه در برخی گویش‌ها مانند آشتیانی مربا را ریچار می‌گویند؛ اما به نظر می‌رسد مقصود از پنیر و ریچار همین غذایی باشد که امروزه در کازرون و بوشهر رایج است و نه مربا.

فرهنگ عربی آشنا شدند و گذشته از دیانت اسلام بسیاری از آیین‌های زندگی از جمله پخت‌وپز بعضی از غذاهای آشپزی بغداد را از اعراب آموختند... کلمات قلیه به جای خورش، مسمن به جای پروار و پُر کرده یا شکم گرفته، معطر به جای بویا و... از این جمله‌اند». ممکن است به جای ماهی از میگو استفاده شود؛ در این صورت نام غذا قلیه میگو است.

قیمه بوشهری [yeime bušehri] این خورش در بوشهر همانند دیگر شهرها از ترکیب گوشت، لپه، سیب زمینی و رب گوجه‌فرنگی درست می‌شود؛ با این تفاوت که اینجا قیمه را پس از پختن به‌خوبی با گوشت‌کوب می‌کوبند تا له و کشدار شود؛ سپس کمی گلاب به آن می‌افزایند. قیمه بوشهری را بیش‌تر با شکر پلو (شیرین‌پلو) می‌خورند. این خوراک را معمولاً در ماه محرم و صفر بر سر سفره‌های نذری می‌نهند.

کبه [kebbe]: کبه در واقع غذایی عربی است که در میان مردمان جنوب کشور رواج دارد و به گونه‌های مختلفی تهیه می‌شود. در بوشهر این خوراک را از گمنه یا لک (بلغور نرم گندم) تهیه می‌کنند؛ بدین صورت که از ترکیب لک، گوشت، پیاز و چاشنی‌های مخصوص کوفته‌هایی می‌سازند و در میان این کوفته‌ها پیاز سرخ‌شده، گردو، زرشک و کشمش می‌ریزند و در روغن سرخ می‌کنند.

کشکنه موی [kaškene moy]: کشکنه را که مخلوطی خشک‌شده از دوغ و گمنه (بلغور گندم) است، آسیاب می‌کنند و در آب می‌خیسانند. سپس ماهی را که از قبل با سبزیجات خوشبو سرخ‌شده به آن اضافه می‌کنند و بر آتش می‌گذارند تا جا بیفتد؛ سپس با نان و سبزیجات محلی میل می‌کنند. این خوراک خصوصاً میان اهالی دشتی طرفداران بسیار دارد.

گبگو [gabgu]: خوراک خرچنگ، ترکیبی است از گوشت خرچنگ همراه با پیاز و سس تماته (رب گوجه‌فرنگی).

گمنه بینگی [gemne boyongi]: روغن خَش (محلی)، پیاز و شوید را با دیگر بوافزارها میان گمنه می‌گذارند و دم می‌کنند.

گمنه پیازی [gemne piyâzi]: پیازی را که با روغن محلی سرخ شده میان گمنه می‌نهند و دم می‌کنند.

گمنه تماته [gemne tamâte]: نوعی گمنه که تماته (گوجه‌فرنگی) در آن می‌ریزند.

گمنه چنگی [gemne čangi]: این نوع گمنه با پیاز خیلی زیاد تهیه می‌شود و گاهی در آن از ماهی شور نیز استفاده می‌شود.

گمنه درهمی [gemne darhami]: پیاز را همراه با زردچوبه، گرد مُتو و لیمو در میان گمنه می‌نهند و دم می‌کنند.

گمنه زنده [gemne zende]: گمنه را بدون این که از قبل سرخ کنند، در آب جوشان می‌ریزند و دم می‌کنند. به این غذا گمنه خام هم می‌گویند.

لخ لآخ [laxlâx] یا **لخ لآخ** [laxlax]: نوعی دمپخت ماهی است که از ترکیب ماهی (بیش‌تر سَر ماهی)، سبزیجات بویا، تمر هندی یا گرد لیمو، سیر و برنج تهیه می‌شود. نام این غذا برگرفته از واژه عربی «لخلخه» به معنای بوی خوش است. این غذا چنان که از نامش پیداست گویا از سواحل عربی خلیج فارس بیرون آمده؛ ولی دوران رشد و پرورش خود را در سواحل ایرانی خلیج گذرانده است (دریابندری، ۱۳۷۹: ۸۱۲).

للك [lelak]: للك در واقع بلغور ریز گندم است که الک می‌کنند، تفت می‌دهند و سپس در آب جوشان می‌ریزند و همانند برنج دم می‌کنند. للك را با قلیه یا دیگر خورش‌ها می‌خورند. در برخی شهرستان‌های استان بوشهر این غذا را گمنه [gemne] می‌نامند و انواع گوناگونی دارد. این خوراک را در استان خوزستان هم درست می‌کنند و به آن گونِه [gevene] می‌گویند. کازرونی‌ها نیز این خوراک را للك [lalak] می‌نامند و به روش‌های گوناگون می‌پزند (مظلوم‌زاده، ۱۳۸۳: ۱۳۸).

لورک [lurak]: لورک نوعی پنیر است که از دوغ درست می‌کنند و همراه با خرما یا رطب می‌خورند. برای تهیه لورک باید دوغ را جوشاند سپس در کیسه‌ای توری ریخت تا آب آن گرفته شود. این خوردنی در کازرون با نام‌های لورک، لور [lur] یا چوکلوک [čukaluk] تهیه می‌شود و با نان و خرما یا انگور خورده می‌شود (مظلوم‌زاده، ۱۳۸۳: ۱۵۵).

ماهی تنداز [tandâz]: ماهی شکم پر را ته قابلمه می‌گذارند و سپس مخلوطی از لوبیا چشم بلبلی و برنج آب‌کش‌شده را روی ماهی می‌ریزند و دم می‌کنند و همراه با ترشی می‌خورند.

مجبوس [majbus]: مجبوس یا مکبوس خوراکی عربی است که از ترکیب برنج، ماهی یا مرغ، گوجه‌فرنگی و چاشنی‌های ویژه به شکل دم‌پخت درست می‌شود.

مرخ تپنده [morx-e-teponde]: مرخ پرواری، مرخ شکم پر.

میدم [moyedam]: نوعی دمی ماهی است که از ترکیب ماهی، پیاز، سیر، سبزیجات بویا، تمر هندی و دیگر چاشنی‌ها درست می‌شود. همه قرائن نشان می‌دهد که این غذا از سواحل عربی خلیج فارس به بوشهر آمده و در آن جا حق آب‌وگل پیدا کرده است. صورت صحیح کلمه مؤدب است به معنای ادب شده یا پرورده که در سواحل عربی خلیج فارس مویدب تلفظ می‌شود (دریابندری، ۱۳۷۹: ۸۱۵).

مُی سور [moy sur]: ماهی شور که به آن ماهی دلّه یا خمره هم می‌گویند. ماهی‌های کوچک مانند ماهی حشینه را به همراه مقدار زیادی نمک و کمی فلفل، آویشن و زیره درون خمره می‌ریزند. پس از گذشت سه ماه ماهی شور شده آماده مصرف می‌شود. ماهی‌های شور شده را در کاسه می‌ریزند و به آن آب لیمو یا تمر هندی

می‌افزایند و با نان و سبزی خرفه مصرف می‌کنند که در گویش محلی آن را پرپین [parpin] یا پرگو [porgu] می‌نامند.

ممکن است سور را با ماهی‌های بزرگ‌تر هم درست کنند که در این صورت به آن «سور مُی گتو» [sur- moy gotu] یعنی سور ماهی بزرگ می‌گویند. چنانچه ماهی سور هنگام مصرف له شود به آن مُرما [morammâ] می‌گویند. سدید السلطنه (۱۳۸۶: ۴۹) دربارهٔ این خوراک می‌نویسد: «ماهی خمیره را باید سه چهار ساعت با آب خیسانیده بعد با سرکه جوشانیده و همراه نان و پیاز و سرکه و خرما صرف نمایند». مُی گم گرفته [moy kom gerefte]: ماهی شکم گرفته، ماهی شکم پُر.

هریسه [harise]: نوعی غذای قوام‌دار که از غلات، گوشت، حبوبات و شیر تهیه می‌شود. نادر میرزا قاجار (۱۳۸۹: ۲۶) هریسه را برابر تازی هلیم می‌داند و می‌نویسد: «این پختنی در همهٔ شهرهای ایران به بازار پزند و سحرگاهان خورند. این آش نیکو ستوده است، و از هنگام کیان مانده. تازیان نیز این خورشت شناسند... خداوند شمشیر دو سر و گننده خیبر فرماید به تازی که به فارسی چنان آید: بر شما باد به خوردن هریسه، که یک خوردن آن چهل روز نیروی ستایش پروردگار دهد». به نظر می‌رسد که این خوراک در دورهٔ بسحاق شیرازی نیز رواج داشته و غذایی سخت پسندیده بوده است؛ چرا که این شاعر قرن نهم هجری در دیوان خود بارها از هریسه یاد می‌کند:

مرهم جان‌ودل ماست هریس و روغن بروای خادم و چالاک به تعجیل بیار
(۱۳۹۳: ۴۰)

یا

چشمه روغن در اطراف هریسه بامداد شیوه جناتِ تجری تحتها الانهار داشت
(همان: ۶۰)

در دورهٔ صفوی نیز این غذا پخته می‌شد؛ چنان‌که افشار (۱۳۸۹: ۱۱۳-۱۱۱) از انواع هریسه از جمله هریسه برنج، هریسه جو، هریسه شیر برنج، هریسه گندم، هریسه مرغ و ... نام می‌برد. با این وجود از دورهٔ صفوی به بعد، هلیم که اندکی با هریسه متفاوت است (تنها تفاوت استفاده از گندم پوست‌کنده در هلیم است)، در نوشته‌های مربوط به آشپزی ایرانی جایگزین شده است (الهی^۱، ۲۰۰۳: ۵). در استان بوشهر این غذای پرترفدار در همهٔ روزهای سال و به ویژه در روزهای جشن و نیز به عنوان نذری پخته می‌شود.

یتیمک [yetimak]: ترکیبی از بادنجان ریزشده، لوبیا چشم‌بلبلی، پیاز، تمر هندی، نمک، فلفل و دیگر افزارها است. این خوراک در کازرون یتیمک [yatimak] یا یتیمچه [yatimče] نامیده می‌شود و دستور پختش اندکی با یتیمک بوشهر متفاوت است. در یتیمک کازرونی افزون بر بادنجان از کدو، گوجه فرنگی، گوشت و نخودلپه هم استفاده می‌شود (مظلوم‌زاده، ۱۳۸۳: ۱۱۳).

¹ E. Elahi

یخنی [yaxni]: آبگوشت. ترکیبی است از گوشت، نخود، لوبیا، سیب‌زمینی و سس تماته. به نظر نادر میرزا قاجار (۱۳۸۹: ۲۲۵) آبگوشت در برخی شهرها نخودآب و در برخی دیگر یخنی خوانده می‌شود. او می‌نویسد: «آبگوشت با نیروترین خوردنی است، تازی و پارسی همیشه به کاربردندی، چه پختن این بس آسان و زودتر به دست آید» در شیراز نیز آبگوشت را یخنی می‌نامند. اشعار شیخ اطعمه در وصف یخنی نشان می‌دهد که این خوراک در زمان وی نیز رواج داشته و سخت پسندیده بوده است:

عشق یخنی دل ما برد به یغما امروز
مطبخی! خیز و برو دیگ کلان نه بر بار
(۱۳۹۳: ۳۹)

۴-۴. نان‌ها

بانو [bânu]: نانی است که از ترکیب آرد گندم، خرما، آب و نمک تهیه می‌شود. خمیر این نان را به صورت دایره‌هایی کوچک‌تر از نان گرده در می‌آورند و روی تاوه (تابه) می‌پزند.

بَل بَل [bal bal]: نانی است که خمیر آن با دست ورز داده می‌شود و روی تابه پخته و بیش‌تر به عنوان صبحانه مصرف می‌گردد. نام دیگر این نان مشتک [moštak] است. سدیدالسلطنه (۱۳۸۶: ۴۸) دستور پخت این نان را آورده و درباره‌اش چنین گفته است: «نان مزبور بسیار لطیف است و در بوشهر اهل محلات شبه‌ای، وعدی، کوتی، دهدشتی، بهبهانی و اهل ریشهر مصرف کنند». این نان را در کازرون بل بلک [bal balak] یا تنک [tonok] می‌نامند (مظلوم‌زاده، ۱۳۸۳: ۷۲).

بیب گلی [bib goli]: نان شیرینی است که در گذشته مردمان بوشهر چند روز مانده به عید نوروز تهیه می‌کردند. این نان شیرین ترکیبی از آرد گندم، شکر، گلاب و زعفران می‌باشد و روی تاوه پخته می‌شود.

پادرازک [pâderâzak]: نوعی نان گرد و کوچک است پُر از هل و گلاب که در تنور می‌پزند. این نان را به صورت دراز درست می‌کنند؛ به همین سبب پادرازک خوانده می‌شود. سدیدالسلطنه (۱۳۸۶: ۴۸) درباره‌ی این نان چنین می‌گوید: «مانند بی‌بی گلی سازند تفاوتی که دارد قالب آن دراز است و در آن زعفران کنند و اشخاصی که مولود تازه دارند نساوند چون که میمون ندانند».

تبدون [tabdun]: این نان ویژه جشن‌ها و عیدها به‌ویژه عید فطر است. نانی است کوچک‌تر و حجیم‌تر از گرده که روی آن را کنجد می‌پاشند.

توه ریز [tove riz]: ابتدا با آب خرما، آرد و نمک خمیر درست می‌کنند؛ سپس آن را روی توه (تابه) می‌ریزند و با دست پهن می‌کنند تا بپزد.

چپپاتی [čipāti]: برای تهیه این نان، از آرد گندم خمیر درست می‌کنند و در روغن سرخ می‌کنند. به نظر می‌رسد نام این نان برگرفته از نان چپاتی [čapāti] هندی باشد. نانی مشهور که در سرتاسر کشور هند شناخته شده است و هر روز زنان در خانه می‌پزند و همراه غذا می‌خورند. این نان در استان هرمزگان نیز پخته می‌شود. در گویش افتری نان لواش بسیار نازک را چپاتی گویند (آذری، ۱۳۸۷: ۱۳۸).

رگاگ [rogâg]: نان نازکی است که از آرد ذرت تهیه و روی توه (تابه) پخته می‌شود. این نان در لار و برخی مناطق استان هرمزگان هم تهیه می‌شود. در فین هرمزگان به آن رخته [rexta] می‌گویند.

شلشک [šolšolak]: خمیر این نان را بسیار شل (آبکی) درست می‌کنند و روی توه می‌ریزند تا بپزد. در کازرون نان شل شلک را از آرد گندم، تخم مرغ، پیاز رنده شده، روغن و زرد چوبه می‌پزند و در ماهیتابه سرخ می‌کنند (مظلوم‌زاده، ۱۳۸۳: ۸۲). این نان را در لار شلشلو [šolšolu] می‌نامند.

قراپیچ [yerâpič] یا **کراپیچ** [kerâpič]: این نان از آرد، آب، روغن، زنجبیل، دارچین و شکر تهیه می‌شود. آن را روی تابه می‌پزند و پس از پخت لوله می‌کنند. در گذشته این نان را در روزهای عید به ویژه عید فطر، برای پذیرایی از مهمان‌ها درست می‌کردند. سدیدالسلطنه (۱۳۸۶: ۴۸) در کتابش از این نان به عنوان قوارپیچ یاد کرده و دستور پخت آن را آورده است.

کلیچه [količe]: کلوچه، نوعی نان محلی شیرین.

کماچ [komâč]: نان شیرین و حجیمی است از آرد گندم و تخم مرغ که کنجد و شکر روی آن می‌پاشند و در تنور می‌پزند و به عنوان صبحانه با چای، شیر و مسقطی می‌خورند. روزه‌داران در ماه مبارک رمضان از این نان بسیار می‌خورند. در گذشته این نان به سه گونه کماچ‌تر، کماچ خشک و کماچ پنجره‌ای پخته می‌شد؛ اما امروزه تنها دو نوع نخست تهیه می‌شوند. نان کماچ یا کماچ در دیگر شهرهای ایران به روش‌های گوناگون پخته می‌شود. سدیدالسلطنه کبابی (۱۳۸۶: ۵۰) از این نان نام برده و گفته است که مردمان بوشهر بامداد آن را با چاهی (چای) می‌خورند.

گرده [gerde]: یکی از نان‌های محلی بوشهر است که برای افطاری در ماه مبارک رمضان طرفداران بسیار دارد. این نان گرد و ضخیم است و معمولاً در تنور گلی پخته می‌شود که در این حالت به آن گرده تنیری (تنوری) می‌گویند. آن‌هایی که تنور ندارند آن را در روغن سرخ می‌کنند یا روی توه (تابه) می‌پزند و به آن گردی توه می‌گویند. پیش از پخت روی گرده کنجد و روغن می‌پاشند. سدیدالسلطنه (۱۳۸۶: ۴۸) ضخامت گرده را معادل شش نان بل‌بل می‌داند.

مرشوش [maršuš]: نانی است بسیار نازک آغشته به روغن خَس (روغن محلی) و سور که روی تابه می‌پزند.

مشتک پیازی [moštak piyâzi]: مشتکی که در میان آن پیاز سرخ کرده می‌گذارند.

مشتک تینکی [moštak tineki]: مشتکی است آن را در روغن سرخ می‌کنند.
 مشتک جیکا [moštak jikâ]: مشتکی که در میان آن گیاهی محلی از خانوادهٔ سیر به نام جیکا یا جیکه می‌نهند. این گیاه بیش‌تر در گندم‌زارهای اطراف بوشهر در فصل زمستان یافت می‌شود.
 مشتک سیرموک [moštak sirmuk]: مشتکی که در میان آن گونه‌ای سیر کوهی به نام سیرموک می‌نهد.
 مشتک ناری [moštak nâri]: مشتکی که در میان آن انار و پیاز سرخ‌کرده می‌گذارند.
 نو جَلَّتی [nu jollati]: نانی است که همانند نان تیری تهیه می‌شود با این تفاوت که آن را به‌وسیله ابزاری به نام جَلَّت روی تابه می‌چسبانند تا برشته شود. پختن این نان در کازرون نیز مرسوم است (مظلوم‌زاده، ۱۳۸۳: ۸۰).

نو جماتی [nu jomâti]: نانی که شب‌های جمعه برای درگذشتگان می‌پزند و خیرات می‌کنند.
 نو خُمونی [nu xomuni]: نام‌های دیگر این نان، تیری [tiri] یا توه [tove] است و آن نانی است گرد و نازک که روی تابه می‌پزند. در کتاب سدیدالسلطنه (۱۳۸۶: ۴۸) به پختن این نان در کازرون و بوشهر اشاره شده است.
 نو زرد [nu zard]: نانی است ویژهٔ عید فطر و نوروز که خمیرش از ترکیب آرد، زردچوبه، زنجبیل (زنجبیل)، سیاه دانه، خسرودار، شیر خرم و شکر تهیه می‌شود. نان را برای بهتر پختن تا سه لایه روی تابه می‌گذارند و با هم می‌پزند سپس دانه‌دانه تا می‌زنند و در سینی می‌چینند. در برخی نقاط استان این نان را نو شیرینی (نان شیرین) می‌نامند.

۴-۵. شیرینی‌ها و حلواها

انگشت پیچ [‘angošt pič]: حلوایی است که بیش‌تر برای درگذشتگان خیرات می‌کنند و از آب، آرد گندم، شکر، گلاب و روغن درست می‌شود. این حلوای غلیظ و کش‌دار که به راحتی دور انگشت پیچیده می‌شود، از گذشته‌های بسیار دور همراه با سنت‌های خاصی در بوشهر پخته می‌شد. سدیدالسلطنه (۱۳۸۶: ۴۷) این حلوا را به همراه رنگینک، فرنی و باقوت از خوردنی‌های مردمان بوشهر در ماه رمضان دانسته است.
 برنج سمبا [berenj sambâ]: حلوایی است که از آرد برنج، سمبا (شنبلیله)، آرد بادام، آرد گردو، هل، دارچین، زنجبیل، فلفل سیاه، آب، روغن و گلاب تهیه می‌شود. این حلوا را اهالی دشتستان بسیار می‌پسندند و در زمان‌های گوناگون و به ویژه برای زن زائو می‌پزند.
 پسکی [pesaki]: حلوایی است که برای تهیهٔ آن خرما را در آرد بو می‌دهند و سپس همراه با روغن و گاهی ماست چنگ می‌زنند. نام دیگر این حلوا، حلوی خُرْمی [halvoy xormoy] (حلوا خرمایی) است.
 تراپیت [terâpit]: نوعی شیرینی مانند یوخه که به صورت لقمه‌ای درست می‌شود.

حلوی آردی [halvoy 'ârdi]: حلوایی است که بیش تر در روزهای عاشورا و تاسوعا برای نذری می‌پزند و از ترکیب آرد گندم، هل، روغن، گلاب، شکر و آب درست می‌شود.

حلوی پشت کمچه [halvoy pošt-e-kamče]: برای تهیه این حلوا آرد را در روغن فراوان بو می‌دهند؛ سپس خرما را در آن می‌ریزند و با کمچه (کفگیر کوچک) آن قدر هم می‌زنند تا خرما به خوبی له شود و به روغن بیفتد. در برخی مناطق استان این حلوا را پشت آسمی می‌نامند؛ آسم [assom] یا هسم [hassom] نیز به معنای کفگیر است. گاهی به این حلوا سیاه‌دانه و رازیانه هم می‌افزایند. مرسوم است که این حلوا را روز سیزده‌به در بپزند و در طبیعت میل کنند.

حلوی راشی [halvoy râši]: ابتدا شیره خرما را آن قدر حرارت می‌دهند تا به رنگ سفید درآید؛ آن‌گاه مقداری ارده به آن می‌افزایند و خوب هم می‌زنند تا سفت شود. نام دیگر این حلوا، حلوای ارده است. در گذشته این حلوا ویژه فصل زمستان بوده است (سدیدالسلطنه، ۱۳۸۶: ۴۹).

حلوی سنگک [halvoy sangak]: شیره خرما را حرارت می‌دهند تا سفید شود آنگاه از روی اجاق بر می‌دارند تا سرد و سفت شود.

حلوی سیاهو [halvoy siyâhu] یا **حلوی سیو** [halvoy siyow]: این حلوای سیاه‌رنگ را برای زنی می‌پزند که به تازگی زایمان کرده باشد. برای درست کردنش از دوی سیاه که ترکیبی است از تخم سبزیجات و داروهای گیاهی مانند سیاه‌دانه، زیره، رازیانه، خسرودار، زنیان، آویشن، زنجبیل، دارچین و... استفاده می‌کنند.

حلوی نونک [halvoy nunak]: همان حلوای سنگک است که پیش از سرد شدن در سینی پهن می‌کنند و روی آن کنجد می‌پاشند.

خبیصه [xebise]: نوعی حلوا که از آرد گندم تهیه می‌شود. در گذشته این حلوا را به شکرانه بارش باران می‌پختند.

دوی زرد [dovoy zard] یا **داری زرد روغن** [dâri zard royan]: حلوایی از زردچوبه، روغن، آب، شکر و گرد زنجبیل است که برای زن زایمان کرده می‌پزند. گاهی آن را حلوی زیمون (حلوای زایمان) می‌نامند.

رنگینک [ranginak]: حلوای پراوازه بوشهری که امروزه در دیگر شهرها هم طرفداران بسیار دارد. این حلوا ترکیبی است از رطب تازه، آرد گندم، روغن، گردو و دارچین. رنگینک را در مناسبت‌های گوناگون و به ویژه در ماه مبارک رمضان تهیه می‌کنند.

عصیده [aside]: نامش عربی است و آن حلوایی است که از آرد، روغن و گاهی شیره خرما تهیه می‌کنند. در گذشته این حلوا مخصوص نهم ربیع‌الاول بوده است (سدیدالسلطنه، ۱۳۸۶: ۴۷).

لگیمات [legimât]، نگیمات [negimât] یا لقیمات [leyimât]: ابتدا از آب، آرد، تخم مرغ و نشاسته خمیری را درست می‌کنند و به شکل گلوله‌های کوچک درمی‌آورند و در روغن سرخ می‌کنند. در پایان آن‌ها را در شیرۀ خرما گرم‌شده غوطه‌ور می‌سازند و سپس بیرون می‌آورند و میل می‌کنند. این شیرینی در ماه مبارک رمضان طرفداران بسیاری دارد.

ماکوتنه [mâkute]: حلوایی که از نشاسته تهیه می‌شود.

مسقطی [masqati]: شیرینی است که از ترکیب نشاسته، آب، گلاب، روغن، هل و زعفران تهی می‌شود. مسقطی طلایی‌رنگ در قرن گذشته در سبدهای کوچک برگ خرما از بندر مسقط به سواحل ایرانی خلیج فارس آمد و سپس در بندرعباس، لنگه، میناب و بوشهر نظیر آن دست می‌شد و هنوز هم می‌شود (دریابندری، ۱۳۷۹: ۱۵۵).

۴-۶. ابزار آشپزی و نان‌پزی

- آربیز [‘ârbiz]: غربال با سوراخ‌های کوچک.
- آسیو [‘siyow]: آسیاب
- آشپلا [âšpelâ]: آبکش. در برخی مناطق استان، مانند کاکلی برابر این واژه ترش‌پلا [torošpelâ] است.
- اسُم [assom]: کفگیر
- پاتیل [pâtil]: دیگ، قابلمه
- پریمس [pereymes]: چراغ خوراک‌پزی کوچک
- پیاله [piyâle]: کاسه
- تاپو [tâpu]: خمیره بزرگ گچ‌اندود مخصوص نگهداری گندم، خرما و آرد.
- ترازین [terâzin]: ترازو
- تنیر [tenir]: تنور نانوایی
- توه [tove]: تابه، تابه نان‌پزی.
- تویزه [tovize]: سینی یا طبق بافته‌شده از الباف خرما.
- تیرک [tirak]: چوب نازکی که با آن نان را زیوروی می‌کنند.
- تینک [tinak]: ماهی‌تابه
- جفنه [jofne]: ظرفی شبیه به تشت که در آن خمیر می‌سازند.

- جک [jak]: پارچ آب
- جلّت [jellat]: بالشتک نانویی که با آن نان را در تنور یا تابه داغ می‌چسبانند تا بپزد.
- چلوس [čolus]: چوبی برای زیر و رو کردن آتش درون تنورو.
- چوه [čove]: وسیله‌ای که با آن نان را پهن می‌کنند.
- حبانہ [hobâne]: کوزه سفیدرنگ مخصوص نگاهداری آب.
- خون [xun] ابزار گردی که خمیر نان را روی آن پهن می‌کنند.
- درف [darf]: ظرف
- درف و دول [darf-o-dul]: ظرف و ظروف
- دسیک [dassik]: نوعی کوزه سفالی بدون دسته.
- دلّه [dalle]: دبه، سطل
- دمکنی [damkoni]: دمکش، تشکچه‌ای که برای دم کشیدن برنج روی دیگ می‌گذارند.
- دوری [dowri]: بشقاب
- رنه [rene]: رنده
- روفک هاسک [rufak-e-hâsak]: پارچه‌ای که پیرامون هاسک (آسیاب دستی) می‌گذارند تا آرد پخش نشود.
- زیر [zir]: نعلبکی
- ساطیر [sâtir]: ساطور
- سپرتاس [sepertâs]: قابلمه کوچکی که سر آن چفت می‌شود.
- سپک [sepak]: ظرف مخصوص نگهداری نان.
- شربتتی [šarbeti]: کاسه کوچک
- قاب [yâb]: بشقاب تخت غذاخوری
- کدومبه [kodombe]: سه پایه‌ای که زیر دیگ یا تابه نان‌پزی می‌گذارند.
- کراخو [kerâxu]: کیسه‌ای برای نگهداری غلات
- کمچه [kamče]: کفگیر کوچک
- کلک [kelak]: منقل گلی
- کلوکی [kolowki]: ملاقه

- کولوک [kuluk] یا کولیک [kulik]: کوزه سفالی لعابدار مخصوص نگهداری ترشی یا روغن.
- کوپ [kup]: فنجان
- کیزه [kize]: کوزه
- گیللاس [gilâs]: لیوان
- گیلبله [gilile]: نوعی سبد کوچک
- لکارد [lekârd]: پارچه‌ای برای نگهداری آرد.
- مجمع [majma‘]: سینی
- مچبه [močbe]: ظرف نان، نان‌دان
- مسّه [mosse]: دسته کارد یا چاقو
- مشروه [mašrove]: پارچ آب بزرگ که بیش‌تر در مهمانی‌ها و مراسم استفاده می‌شود.
- مشقل [mešyal]: آبکش
- ملاسی [melâsi]: خمره‌ای که ماهی شور در آن تهیه و نگهداری می‌کنند.
- ملاله [melâlê]: سبدي که از سقف خانه آویزا می‌کنند (برای نگهداری مواد غذایی).
- موی توه [moy tove]: ماهی‌تابه
- نیره [neyre]: مشک دوغ‌زنی
- هُون [hovân]: هاون

۴-۷. پاره‌ای از اصطلاحات آشپزی

- اّفو [offu]: غذای بچه
- اوپز کردن [ow paz kerdan]: آب‌پز کردن
- او تلنگو [ow telengu]: خوراک آبکی
- او قاشقی [ow yašoyi]: آب قاشقی، در مورد بیمار بدحالی به کار می‌رود که با قاشق آب در دهانش می‌ریزند.
- اوکش کردن [ow keš kerdan]: آب‌کش کردن
- بارنهادن [bâr nehâdan]: دیگ را روی اجاق گذاشتن کنایه از شروع آشپزی است.
- بختن [bextan]: بیختن، الک کردن

- برشندن [beršondan]: برشته کردن
- برشنده [beršonde]: برشته
- برکردن [ba:r kerdan]: بهر کردن، تقسیم یا پخش کردن (غذا).
- بن بریز [bonberiz]: پیاز داغ
- بن گرفتن [bon gereftan]: ته گرفتن
- پشک خوردن [pešk xordan]: وارفتن
- پلکوندن [pelkondan]: غلتاندن (در آرد)
- پلیس [pelis]: مقدار کمی از هر چیز (در مورد نمک، فلفل و...)
- پنج زدن [penj zedan]: ورز دادن، چنگ زدن
- تل [ta:l]: تلخ
- تلفت [toloft]: تفاله
- تلنگ [teleng]: آبکی، رقیق
- تیف کردن [tif kerdan]: حال آوردن برنج
- تویزه زدن [tovize zedan]: پاک کردن برنج یا حبوبات در سینی
- جر [jer]: گوشت ناپز
- چاس [čâs]: ناهار
- چالو کردن [čâlu kerdan]: روشن کردن (اجاق)
- چنچنک [čenčenak]: تنقلات
- چنگ چنگو کردن [čeng čengu kerdan]: پیوسته در حال غذا خوردن بودن. چنگ به معنای نوک پرندگان است و این اصطلاح درباره کسی به کار می‌رود که مدام در حال خوردن و نوک زدن به غذاست.
- خلط کردن [xelt kerdan]: مخلوط کردن
- خوراک ساختن [xorâk sâxtan]: غذا پخت
- خیسوندن [xisonдан]: خیساندن
- دار و دوا [dâr o dovâ]: بوافزارها، ادویه جات
- درف کردن [darf kerdan]: غذا کشیدن

- دو مزه [do maze]: ملس
- دون [dun]: سفت (در مورد برنج)
- دون کشیدن [dun kešidan]: قد کشیدن برنج
- رسیده [reside]: ورآمده (در مورد خمیر)
- زر داده [zor dâdan]: تفت دادن
- زفر [zefr]: بوی زُخم غذا
- زنده [zende]: نیخته
- ساس تمانه [sâs temâte]: رب گوجه فرنگی
- سلیت سلیت کردن [seleyt seleyt kerdan]: تکه تکه کردن
- سور [sur]: شور
- سوس [su:s]: سبوس
- شخ زدن [šox zedan]: هم زدن
- شله شدن [šolle šodan]: نرم و شفته شدن
- شوم [šum]: شام
- شیرین [širi]: شیرین
- قرمز کردن [yermez kerdan]: سرخ کردن
- قل خوردن [yol xordan]: جوشیدن
- قیت دادن [yit dâdan]: قورت دادن
- کرچندن [korčondan]: با صدا خوردن غذا، قرچ قرچ کردن
- کفتن [koftan]: کوبیدن
- کم کردن [kom kerdan]: پاک کردن شکم مرغ و ماهی.
- کم گرفتن [kom gereftan]: پروار کردن و پُر کردن شکم مرغ و ماهی
- کمو [komu]: شکمو
- کل کردن [kal kerdan]: تکه کردن
- کوت کردن [kut kerdan]: برگرداندن، زیر و رو کردن

- **لت کردن** [let kerdan]: هم‌زدن مداوم غذا (مانند هلیم، آش و...). نادر میرزا قاجار (۱۳۸۹: ۱۹۳) از اصطلاح «خایه لت‌زده» به معنای تخم‌مرغ هم‌زده استفاده کرده است.
- **لس کردن** [las kerdan]: تفت‌دادن پیاز بدون روغن برای سبک و طلایی شدن آن.
- **مشت شدن** [mašt šodan]: غلیظ شدن
- **مر** [mer]: سرکشیدن
- **مُطبخ** [motbax]: آشپزخانه
- **مق** [mey]: مکیدن
- **نشتی** [naštēy]: ناشتایی، صبحانه
- **هردن** [hardan]: آسیاب کردن

۵. نتیجه‌گیری

سرزمین پهناور ایران گنجینه ارزشمندی از فرهنگ، هنر، زبان و ادب را در خود جای داده است. بدون تردید، آنچه موجب این پرمایگی شده نیز گوناگونی و فراوانی خرده‌فرهنگ‌هایی است که شناساندن، ارزش نهادن و پاسداری از آنان بر عهده پژوهشگران حوزه فرهنگ و ادب عامه است. آنچه که در این نوشتار برشمردیم، نشان از غنای فرهنگی و ادبی مردمان بوشهر دارد که شوربختانه به دلایل گوناگون از جمله گسترش ارتباطات با عناصر بیگانه و در نتیجه یکسان شدن فرهنگ‌ها و زبان‌ها رو به نابودی و فراموشی است و کوشش‌هایی از این دست می‌تواند در آشنایی همه مردم به ویژه نسل جوان با فرهنگ و گویش بومی کارساز باشد و زمینه‌های پاسداری از آن را فراهم آورد.

پژوهش درباره فرهنگ غذایی دیگر نقاط استان، گردآوری نام میوه‌ها، سبزیجات محلی و گیاهان دارویی، ثبت اصطلاحات ویژه آشپزی و پخت‌وپز در دیگر گویش‌های رایج در استان و برشمردن روش‌های سنتی نگهداری و تهیه مواد غذایی نیز از جمله موضوعاتی است که می‌تواند در آینده مورد توجه پژوهشگران قرار گیرد.

منابع

- آذری، غلامرضا (۱۳۸۷). فرهنگ واژگان گویش‌های ایرانی. تهران: هُزار.
- افشار، ایرج (۱۳۸۹). آشپزی دوره صفوی. تهران: سروش.
- افشار سیستانی، ایرج (۱۳۶۹). نگاهی به بوشهر. تهران: موسسه انتشاراتی و آموزشی نسل دانش.
- بلوکباشی، علی (۱۳۹۲). آشپزی و آشپزخانه پژوهشی انسان‌شناختی در تاریخ اجتماعی هنر آشپزی. تهران: فرهنگ جاوید.
- بوسحاق اطعمه، احمدبن حلاج (۱۳۹۳). وصف طعام. ویرایش محسن آزر. تهران: چشمه.

- حسن دوست، محمد. (۱۳۸۹). فرهنگ تطبیقی - موضوعی زبان‌ها و گویش‌های ایرانی نو. تهران: فرهنگستان زبان و ادب فارسی.
- حسن‌زاده، علی‌رضا (۱۳۸۷). خوراک و فرهنگ. تهران: مهرنامگ.
- دریابندری، نجف (۱۳۷۹). کتاب مستطاب آشپزی از سیر تا پیاز. تهران: کارنامه.
- سدیدالسلطنه بندرعباسی، محمدعلی (۱۳۸۶). سرزمین‌های شمالی پیرامون خلیج فارس و دریای عمان در صد سال پیش. تهران: امیرکبیر.
- قاجار، نادر میرزا (۱۳۸۹). خوراک‌های ایرانی (به فارسی سره). پژوهش احمد مجاهد. تهران: دانشگاه تهران.
- مظلوم‌زاده، محمد مهدی (۱۳۸۳). آشپزی در فرهنگ مردم کازرون. تهران: کازرونیه.
- ودادهیر، ابوعلی محمد چقلوند، جلال‌الدین رفیع‌فر و نسرین امیدوار (۱۳۹۳). نظام غذایی بومی-سنتی: پژوهشی مردم‌شناختی در میان قوم لک در مناطق روستایی و عشایری استان لرستان. توسعه محلی. ۶ (۱)، صص. ۷۱-۱۰۶.
- یاحسینی، عصمت (۱۳۸۸). غذاهای محلی بوشهر. تهران: طلوع دانش.
- Elahi, E. (2003). Harisa. *Encyclopedia Iranica*, Vol XIII, Fasc.1, p.5.
- Montanari, M (2006) *Food is culture*. Translated by Albert Sonnenfeld. New York: Columbia University Press.