



## مروری بر غذاهای محلی روستای چالگر از توابع اردبیل

### مطلب رزاقی چالگر

قاشق یا ملاقه یا چمچه برای جلوگیری از سر رفتن، به هم می‌زنند. وقتی که شیر به جوش آمد حرارت اجاق را کم کرده، مقداری برنج - که قبلاً تمیز کرده و در ظرفی شسته‌اند - به آن اضافه می‌کنند. وقتی برنج در شیر کاملاً پخته شد، آتش آماده است.

آتش پخته‌شده را در کاسه یا بشقاب ریخته، صاف می‌کنند. معمولاً به آتش داخل کاسه یا بشقاب برای خوش طعم شدن و مقوی بودن، شکر، مربا (به خصوص مربای گل قند) یا عسل می‌افزایند. چون آتش غذای ساده‌ای است و چندان پر انرژی نیست، از این رو با افزودن عسل یا مربا اندکی پر انرژی‌تر می‌شود. مثلی در این مورد هست که می‌گویند: آتش آستانا، پلو بستانا، خشیل هند دستانا، یعنی آتش آدمی را تا آستانه خانه می‌برد. پلو آدمی را تا بستان می‌برد و خشیل (که یک نوع غذای محلی مغذی است) آدمی را تا هندوستان می‌برد.

غذاها از جمله عناصر فرهنگی هستند که در فرهنگ مردم جایگاه ویژه‌ای دارند. غذاهای محلی با توجه به سلیقه و ذائقه افراد آن محل پخته می‌شوند و از آنها می‌توان با عنوان فرهنگ غذایی مناطق مختلف یاد کرد. این غذاها از سال‌ها پیش در میان مردم این مناطق وجود داشته و طرز پخت آنها از طریق [تجربه] مادران به دختران - که زنان آینده روستاها هستند - منتقل می‌شود. مطلب ذیل مربوط به چگونگی پخت چند غذای محلی در روستای چالگر اردبیل است که چگونگی پخت آنها می‌تواند مورد استفاده دیگر زنان روستایی قرار گیرد.

### سوت آشی (آش شیر)

یک نوع آش ساده است و طرز تهیه آن به این شرح است: مقداری شیر (به اندازه نیاز) را پس از گذراندن از صافی (سوز گچ) (suzgaj) در دیگی ریخته و کمی آب به آن اضافه می‌کنند و سپس آن را روی اجاق می‌گذارند تا به جوش آید. هنگام جوشیدن شیر آن را با



### سوت حوررسی (حورراسی)

شیر تازه گاو و گوسفند را از صافی (سوزگچ) گذرانده در دیگ یا قابلمه‌ای به اندازه مورد نیاز ریخته و آن را روی اجاق می‌گذارند تا به جوش آید. آنگاه آرد گندم را الک کرده کم کم در ظرف شیر جوش آمده ریخته با قاشق یا ملاقه یا چمچه مرتب به هم می‌زنند. وقتی که آرد تمام شد، عمل به هم زدن را چند دقیقه بجوشد، ادامه می‌دهند و می‌گذارند مخلوط تا چند دقیقه بجوشد، آنگاه آن را برداشته و در کاسه و بشقاب ریخته و با نان – یا بدون نان – می‌خورند. این غذا را در فصل تابستان برای صبحانه می‌پزند و پخت آن برای ناهار یا شام معمول نیست.

### سوت دوغراماسی

بعد از دوشیدن شیر، آن را از صافی (سوزگچ) گذرانده، به اندازه مورد نیاز در ظرفی ریخته روی اجاق می‌گذارند تا کاملاً به جوش آید. پس از چند دقیقه شیر را در کاسه‌ها ریخته و نان را خرد کرده و در کاسه ریخته با شیر مخلوط می‌کنند و با افزودن مقداری شکر با عسل به وسیله قاشق آن را می‌خورند.

### پامادور شورباسی (شوربای گوجه‌فرنگی)

ابتدا پیاز را خرد کرده، در قابلمه یا دیگ کوچکی ریخته با روغن آن را سرخ می‌کنند. پس از سرخ شدن پیاز، مقداری آب به آن اضافه می‌کنند تا به جوش آید؛ سپس گوجه‌فرنگی شسته شده را پس از ریزریز کردن در

قابلمه یا دیگ ریخته تا کاملاً پخته شود. وقتی گوجه‌ها خوب پخته شدند در ظرفی چند تخم‌مرغ را شکانده و با محتویات قابلمه مخلوط می‌کنند که بعد از چند لحظه غذا آماده است. سپس آن را در کاسه ریخته و با افزودن نان (به صورت ترید) آن را با قاشق می‌خورند.

### قیسوا یا غیسوا

در یک قابلمه یا دیگ، مقداری آب ریخته، آن را روی اجاق می‌گذارند تا به جوش آید. سپس از جوشیدن آب مقداری لپه را که قبلاً تمیز کرده و شسته‌اند در آب جوش ریخته، می‌گذارند تا پخته شود. پس از پخته شدن لپه، قیسی (آریک) رسیده و چیده شده از درخت را در دیگ ریخته، به آن زردچوبه می‌افزایند تا یکی دو جوش بخورد. آنگاه پیاز را خرد کرده روغن سرخ شده در ظرف دیگر را بدان می‌افزایند. چنانچه قیسوا از نظر طعم ترش باشد مقداری شکر بدان می‌افزایند و آن را در کاسه‌ها ریخته، نان را در آن ترید می‌کنند و به وسیله قاشق می‌خورند.

### ترک

مقداری روغن در ظرفی ریخته و در حرارت می‌گذارند تا به جوش آید. آنگاه در ظرف دیگری کمی آب سرد ریخته، به اندازه لازم آرد گندم الک شده را در آب ریخته و با قاشق مرتب به هم می‌زنند. مخلوط حاصل، از خمیر شل تر است. آنگاه این مخلوط را در داخل ظرف حاوی روغن جوش آمده می‌ریزند و دوباره به هم می‌زنند، کمی زردچوبه بدان می‌افزایند و می‌گذارند چند دقیقه‌ای بجوشد. در این موقع غذا آماده

است. آن را در بشقاب‌ها ریخته و با افزودن شکر یا عسل میل می‌کنند. این غذا را اکثراً در روزهای سرد زمستان و جهت صبحانه آماده می‌کنند. البته برای زنانی که تازه زایمان کرده‌اند نیز مفید است.

### قویماق

روغن حیوانی را در ظرفی ریخته، می‌گذارند تا به جوش آید. پس از آن آرد گندم الک شده را در ظرف حاوی روغن جوشیده ریخته با قاشق مرتباً به هم می‌زنند. مخلوط به دست آمده از خمیر شل تر است. سپس به آن یک استکان آب اضافه کرده به هم می‌زنند و مقداری زردچوبه به آن می‌افزایند. پس از چند دقیقه جوشیدن، غذا آماده است. آن را در بشقاب‌ها ریخته با افزودن شکر یا عسل میل می‌کنند.

### یرآلما کوکوسی (کوکوی سیب‌زمینی)

سیب‌زمینی را به اندازه لازم آب‌پز می‌کنند. سپس پوست آن را گرفته و در ظرفی می‌ریزند و آن را با ته استکان یا گوشت کوب می‌کوبند و چند تخم‌مرغ در آن می‌شکنند و با قاشق به هم می‌زنند. آنگاه مقداری نعناع و زردچوبه و فلفل به آن می‌افزایند. در مرحله بعد آن را در ماهی‌تابه‌ای ریخته و می‌گذارند تا کاملاً داغ شود. سپس از مخلوط سیب‌زمینی و تخم‌مرغ، قاشق قاشق برداشته در ماهی‌تابه می‌ریزند. وقتی یک طرف آن پخته شد آن را برمی‌گردانند تا روی دیگر آن نیز سرخ شود. سپس کوکوی سیب‌زمینی را با نان می‌خورند.



رویش آب ریخته، آن را روی اجاق می گذارند تا آب به جوش آید. پس از چند دقیقه جوشیدن، تخم مرغها در آب پخته می شود. سپس پوستش را که چیل نام دارد جدا می کنند. تخم مرغ پخته شده را خرد کرده (کوبیده) با اضافه کردن فلفل و نمک آن را با نان می خورند. گاهی نیز سیب زمینی را با تخم مرغ آب پز نموده و سپس آنها را با هم مخلوط کرده و میل می کنند.

### آق یا آغ آش (آش سفید)

در ظرفی مقداری آب ریخته و وقتی به جوش آمد، مقداری برنج با عدس و پیاز خرد شده به آن می افزایند. کمی سبزی خشک شده نعنای هم برای طعم آن، به آن اضافه می کنند. وقتی پخته شد آن را می خورند. این غذا را معمولاً برای بیماران درست می کنند. نام این غذا وجه تشبیهی است برای غذاهایی که ساده اند و طعم چندانی ندارند. در آن صورت می گویند طعم آق یا آغ آش را می دهد یا مانند آن است.

### شور یومورتا (تخم مرغ آب پز)

تعداد مورد نیاز تخم مرغ را در ظرفی گذاشته و