

لوبیا و عدس در آن ریزند و کوفته ریزه را نیز جداگانه درست کنند، همینکه گوشت و ضمائم آن نیمه پز شد، مغز گردوی پوست کنده و چغندر ریز شده و کوفته ریزه در آن داخل کنند و پس از پخته شدن، رب انار یا آب انار ریخته قدری هم شیره آرد برنج با نعنای داغ و سیرداغ و ادویه و فلفل، در آن داخل کنند و پس از چند جوش و به قوام آمدن، پایین آورند.<sup>۱</sup> «بطور کلی قلیه گوشتی است که در روغن میان دیگ بریان کنند همچنین به خورشی گویند که در آن گوشت هست و اقسامی دارد مثل قلیه اسفناج، قلیه آلوچه، قلیه بادمجان و کدو و غیره... ناصر خسرو در وصف مؤمنین قشری و ساده لوح می گوید:

روی زی محراب کی کردی گرنه در بهشت  
بر امید نان و دیگ قلیه و حلواستی  
ناصر خسرو

از حلق چون گذشت شود یکسان  
با نان خشک قلیه هارونی  
ناصر خسرو

«یکی از دیگری پرسید که قلیه را با قاف کنند یا به غین گفت قلیه نه با قاف  
کنند نه به غین، قلیه به گوشت کنند. (عبید زاکانی)

وصف تتماج پراز قلیه چه شاید کردن  
که به هر برگ نبشتست هزاران اسرار<sup>۲</sup>  
«بسحق اطعمه»

آبگوشت غذائی است همگانی که از گوشت و نخود و لوبیا پزند و گاه  
گوجه فرنگی، سیب زمینی، بادمجان و پیاز نیز بر آن بیفزایند.

ادویه - ادویه انواع و اقسام مختلف دارد که از آنجمله فلفل، زیره، زردچوبه،  
هل، میخک، دارچین، قرنفل، زنجبیل، خونجان، زعفران، خردل، نمک، تخم کشنیز،  
بوزار و غیره.

کباب - یکی از غذاهای لذیذی است که از دیرباز مورد استفاده مردم بوده است  
در تحفه حکیم مؤمن در وصف آن چنین آمده است: «کباب اسم عربی گوشت به آتش  
برشته شده است و اختلاف خواص آن بر حسب اختلاف لحوم و بهترین او گوشتهای  
لطیف است که در پختگی و برشتهگی جمیع اجزای آن به یک قرار باشد، فردوسی گوید:

۱. فرهنگ معین، ج ۲ ص ۲۷۲۴.

۲. لغت نامه دهخدا، ص ۴۶۲.

همی پرورانندشان سال و ماه به مرغ و کباب و بره چند گاه  
 دوستان وقت عصیر است و کباب راه را گرد نشاندست سحاب  
 بوی کباب می رسد از مطبخم به دل پیغام آشنا نفس روح پرور است  
 منوچهری

○○○

ای یار اگر بزیره و گشنیز بگذری سوزدل کباب بره عرضه یک به یک  
 شاهی که بر رعیت خود می کند ستم بسحق اطعمه  
 مرغ بریان به چشم مردم میر کمتر از برگ تره برخوان است  
 وانکه را دستگاه و قدرت نیست شلغم پخته مرغ بریان است  
 صائب سعدی

○○○

قرنها قبل از سعدی رود کی به خوراک طبقه محروم و ستمکش (یعنی نان جوین)  
 اشاره می کند:

بسا کسا که جوین نان همی نیابد سیر «رود کی»

ارده - کنجد را در آسیای مخصوص که آن را ارده آسیا گویند، آسی کنند و چیزی به قوام عسل از آن حاصل نمایند و آن را با قند و نبات و خرما و شیره آمیخته خورند و جلوانی که از آن سازند آن را حلوائی ارده گویند، بسحق اطعمه گوید:  
 کاسه ارده و دوشاب گرت پیش نهند چون لران از سر رغبت بخور و شرم مدار  
 نمک سود - گوشت خشکیده و نمک زده، مقابل گوشت تر و تازه - ظاهراً گوشت قدید با گوشت نمک سود غذای طبقات متوسط و فقیر بوده و از نظر طبیبی غذای مطلوبی به حساب نمی آمده نویسنده ذخیره خوارزمشاهی می نویسد:

«... و دایه را باید از نمک سود و غذاهای جامد پرهیز کند.»

فردوسی در اشعار خود از محرومیت هائی که تحمل کرده است یاد می کند:

نه داری نمک سود و هیزم نه نان  
نه شب دوک ریزی همی چون زنان  
نماندم نمکسود و هیزم نه جو  
نه چیزی پدید است تا جودرو  
فردوسی  
فردوسی

از قدیم سبزیهای خام به عنوان اغذیه نفاخ شناخته شده‌اند:

گر در حکایت آید بانگ شتر کند  
آروغها زند چو خورد ترب و گندنا  
لبیبی  
تُتماج - به ضم اول و سکون دوم لفظی است ترکی و آن نوعی آش خمیر است که  
با دوغ و کشک سازند.

نام تتماج بر زبان راندم  
ماست را آب در دهان آمد  
بسحق اطعمه  
بورک - آشی است که با ماست و سیر بزنند.

بامدادی که بود از شب مستیم و خمار  
پیش ما جز قلدح بورک پرسیر میار  
بسحق اطعمه  
آب تتماج - نوعی از آش خمیر است که با دوغ و کشک سازند و آب تتماج در  
مورد تحقیر و بیان کم قیمتی و اندک بهائی چیزی بکار رود.

نعمت دنیا چون آب تتماج است که پیش سگان ریزند - «معارف بهاء ولد»  
آب تتماجش دهد کاین را بگیر  
گر نمی خواهی که نوشی زاین فطیرا  
مثنوی

به نظر قزوینی نیز تتماج کلمه‌ای ترکی و به معنی نوعی از اغذیه معروف نزد  
ترکان است که آن را از آرد و سیر و ماست ترتیب می‌داده‌اند و به فارسی آن را «لاخسه»  
می‌گفتند و امروز نیز در نواحی خراسان غذایی معمولی است.<sup>۲</sup>

زرد برنج - ظاهراً «مواد غذایی است که از برنج و روغن و شکر و زعفران سازند»  
و امروز آن را «شله زرد» نامند و گویا «برنج زرد» در این بیت بسحق اطعمه هم بدین

۱. معارف بهارالدین ولد، پیشین، ۴۶۳.

۲. محمد قزوینی: احمد بن منوچهر شصت کله، مجله یادگار، س اول، ش ۴۲، ص ۵۳.

معنی است.

حسد چه می‌بری ای کاسه لیس بر بسحق  
برنج زرد و عسل روزی خداداد است<sup>۱</sup>  
ترید - غذایی است که از ریزه کردن نان در شیر یا دوغ پدید می‌آید. عبد مناف  
هر مردی را چهار نان و عصارة خوردنی و یک لخت گوشت بدادی و هاشم ترید بیفزود تا  
نان بیشتر شد و او را بدین سبب هاشم ترید نام کردند (لانه هشم الترید).  
ترید کردن، اشکنه کردن شکستن نان در طعام.

کشکبا، گرچه غلیظ است تریدش باید  
پند ما گوش کن و در عمل آور زنهار<sup>۲</sup>  
بسحق اطعمه

وصف نادر میرزا از آش رشته تبریز خواندنی است:

### آش رشته در تبریز

در تاریخ تبریز نادر میرزا ضمن توصیف خصوصیات ماه رمضان در وصف آش رشته  
چنین آمده است: «به ماه مبارک به بازار دیگهای بزرگ گشاده دهان که «تبان» گویند،  
در چند جای به کار گذارند و از آرد گندم رشته پزند و آن را «لقمه عزیز» گویند و بس  
گرامی شمارند، این رشته را چون به خانه آرند، زن با خوشروئی و خندان و شادان اندکی  
آب بر آن افشانند، مالش دهد، که نرم گردد، پس دوشاب بدان ریزد و اندکی زنجبیل  
کوفته افشانند و مغز گردکان کوفته بدان بیامیزد، خمیری شیرین گردد و سخت به حرص و  
شره بخورند و بهترین لذایذ دنیا داند و برای بزرگان با شیره قند و مغز بادام و هل و زنجبیل  
سازند و مشتریان و ارباب سلیقه از زنان، رشته نگاه دارند، پس از رمضان خورند و این  
کدبانویی نامی باشد. چون رمضان بگذرد رشته پزان بر بندند تا سال دیگر نگشایند و مردم  
حسرت خورند که رمضان آید که رشته خوریم.»

شربت - آشامیدنیهایی که از دیرباز در ایران معمول بوده است. در لغت‌نامه  
شادروان دهخدا چنین آمده است: شربت غوره، انار، سکنجبین... ذخیره خوارزمشاهی  
شربت زوفا، شربت زرک نعنای، شربت زرک، شربت ربواج، شربت دینار، شربت

۱. حواشی فیه مافیه، پیشین، ص ۳۳۹.

۲. لغت‌نامه دهخدا، پیشین، ص ۶۴۹.

خرغوله، شربت حماض ترنج، شربت حب الاس، شربت تمرهدی، شربت جو، شربت بادرنجویه، شربت بادام، شربت انجیر.

شربتهای طبی - شربت بیدمشک، شربت بنفشه، شربت هفت بادام، شربت نعناع، شربت کوکنار، شربت نیلوفر، شربت لیموی سفرجلی - شربت گل مکرر، شربت گل گاو زبان، شربت خشخاش، شربت فواکه (میوه‌ها)، شربت غوره، شربت عناب، شربت صندل، شربت سیب و صندل، شربت سیب، شربت سوسن، شربت سکنجبین. رجوع شود به کتب طبی قدیم و مخزن الادویه و تحفه حکیم مؤمن و جزاینها. شربت دانش را به عنوان مسهل و دوی قی به کار می‌بردند.

امتحان را کار فرما ای کیا شربت دانش مده بهر نما

ما به یک شربت چنین بیخود شدیم دیگران چندین قدح چون خورده‌اند

مولوی سعدی شرنگ در مقابل شربت استعمال می‌شود و به هر چیز تلخی اطلاق می‌شود.

حفظ زمانه به یکسان ندارد درنگ گهی شهد و نوش است و گاهی شرنگ

فردوسی انواع آب - تنها خوراک و انواع و اقسام آن مورد نظر قداماً نبود بلکه راجع به انواع و اقسام آبها و خواص آنها نیز جسته گریخته مطالبی در آثار کهن دیده می‌شود. مسعودی در

مروج الذهب از قول «صاحب منطق گوید که در بعضی جاها چشمه‌های ترش است که آب آن را به جای سرکه به کار می‌برند، و هم‌اکنون جاهائی که چشمه‌های تلخ می‌جوشد و آب آن تلخ است که با هر چه بیامیزد تلخ شود سخن آورده و گفته است که علت اختلاف مزه آبها از اختلاف زمینهاست... شماره مزه‌ها هشت است نخست خوش است و شور و چرب و شیرین و ترش و تلخ و گس و تند و کسان را در آنچه گفتیم اختلاف است. قداماً درباره خواص آب سخنان گونه‌گون گفته‌اند از جمله اینکه آب خوش ولو گرم باشد ارزش غذایی دارد و اگر از درون یا برون به قدر لزوم به کار برده شود تن را صفا دهد و اگر بیشتر از مقدار لزوم به کار رود، اعضا را سست و ضعیف کند و آب سرد اعضا را محکم کند و عطش را ببرد و بسیار آن تن را سست کند؛ و بمیراند آب تلخ برای کبد و طحال سودمند

افتد و آب گوگردی برای زخمها و قرچه‌های کهنه و خارش سودمند است و آب املاح‌دار برای خارش و جرب سودمند است. آب باران برای درد پشت و عصب سودمند است. آب آهن سستی احشا و اعضای داخلی را سودمند افتد و آب مس از رطوبت تن و سر جلوگیری کند و آب گچ معده را تحریک کند و امساک آرد و جمع کند. آب زاج خون را بند آرد و آب دریا برای پیس سودمند افتد، و گروهی گفته‌اند که اگر کمی از آن را با روغن بادام خورند برای اخلاط فاسد سودمند باشد... دربارهٔ اقسام و اوصاف و منافع و مضرات آنها سخن بسیار است...<sup>۱</sup>»

از جمله کتابهایی که به مسائل مربوط به تغذیه و خورد و خوراک مردم از جهت منافع عمومی توجه شایان کرده و ضمن توصیف یکایک کسبه و پیشه‌وران از کسانی که متصدی فروش مواد غذایی بوده‌اند به تفصیل سخن گفته است، کتاب «آئین شهرداری یا معالم القریه...» است که نویسنده آن «ابن‌اخوه» چون سالها محتسب شهر بوده و از جهاتی کارهای شهرداری، شهربانی و دادستانی را انجام می‌داده، کاملاً به رموز کار کسبه و تقلبات و تزویرات بعضی از آنان آگاه بوده و سعی کرده است متصدیان امور احتساب را در ممالک اسلامی به جریان کارها و مسئولیت خطیری که به عهده دارند واقف گرداند.

ابن‌اخوه در باب دوازدهم کتاب خود از کار علافان و آسیابانان سخن می‌گوید. و می‌نویسد: احتکار غله، بر علافان حرام است و نباید گندم بد را به خوب و کهنه را به تازه بیامیزند زیرا این کار تدلیس به مردم است، و آسیابان موظف است که غله را پیش از آرد کردن، غربال کند تا از خاک و گل و غبار پاک شود. ... محتسب باید هر سه ماه یا کمتر آسیابان را به تعویض غربال وادارد، چه ممکن است سطح مشبک غربال سست شود همچنین محتسب باید آرد را بررسی کند، زیرا گاهی آرد نخود یا باقلا برای افزودن بر سفیدی، بدان می‌آمیزند و این کار خیانت است و هر که چنین خیانتی ورزد محتسب باید او را باز دارد و تأدیش کند... محتسب باید ترازو و رطل (واحد وزن) آسیابان و نیز ترازو و وزنه و پیمانها را بررسی کند و فرمان دهد که کیسه‌های حمل آرد سالم باشد... تا آرد به زمین نریزد و خریدار زیان نبیند...

شایسته است محتسب سهمیه‌ای برای آسیابان تعیین کند که هر روز آن را به دکانها نانوائی ببرند.

تعالیم و مطالبی که ابن‌اخوه در باب دوازدهم در مورد خمیرگیران و نانوائیان ذکر می‌کند نمودار توجهی است که به بهداشت و سلامت عمومی داشته‌اند: «باید محتسب نان‌پزان و نانوائیان را ملزم کند تا سقف تنور را بلند بسازند و دودکشهای فراخ تعبیه کنند و نیز به هنگام تعمیر آتشخانه (دهنه تنور) را جارو کنند و ظروف را بشویند و آب پاکیزه به کار برند و تغار خمیر را بشویند و تمیز کنند و با حصیر بپوشانند و هرگز خمیرگیر نباید به وسیله پاها و زانوان و آرنجهای خود خمیر را به عمل آورد، چه این کار خوار گرفتن طعام است و چه بسا که از عرق بغل یا بدنش در خمیر می‌افتد و نیز به هنگام خمیر گرفتن جامه‌ای با آستینهای تنگ پوشد و دهان بند داشته باشد، زیرا چه بسا به هنگام عطسه یا سخن گفتن از آب دهان یا بینی او در خمیر می‌افتد و بر گریانش دستاری سفید ببندد تا از ریزش قطرات عرق مانع باشد.

... به هنگام روز، خمیرگیر کسی را نزد خود بگمارد که مگس‌پران بدست گیرد و مگسها را براند.

... محتسب باید نانوائیان را از پختن نان پیش از عمل آمدن خمیر، بازدارد، زیرا نان فطیر در ترازو سنگین و برای معده ثقیل است، و همچنین است در صورتیکه نمک نان کم باشد.

شایسته است که دانه‌های خوشبو از قبیل زیره سفید، کنبج و سیاه‌دانه و مانند آنها بر نان پاشند و نان را پس از آنکه خوب پخته شد از تنور درآورند.

بهرتر است که محتسب سهمیه روزانه هر دکانی را معین کند، تا شهر با کمیابی نان مواجه نشود و باید در پایان هر روز دکانهای نانوائی را بازرسی کند و نگذارد کسی از کارگران در روی کیسه‌های آرد یا در محفل خمیر گرفتن بخوابد و دستور دهد که کیسه‌ها را پس از تکان دادن و شستن بر طنابها آویزند...<sup>۱</sup>

در باب سیزدهم در مورد حسبت بر بریانگران نویسنده تأکید می‌کند که حتی الامکان جز چهارپایان فربه و لطیف شهری را که منحصرأ غلف می‌خورند ذبح

نکنند... و نیز مراقبت کنند هنگام وزن کردن درون گوشت حیوان وزنه‌ای قرار ندهند، قبل از آویختن حیوان باید شکم و پوست و دیگر اعضای حیوان را از سرگین و خون دیگر آلودگیها پاک کنند و گوشت پخته و سالم را به مشتریان تحویل دهند.

در مورد کباب‌پزان محتسب باید مراقبت بیشتر معمول دارد و مواظبت کند که کباب کوبیده را هرگز با مواد نامطلوب نظیر دنبلان و پیه کلیه و کبد نیامیزند، چه این کارها تدلیس و مراقبت محتسب در این امور لازم است و نیز محتسب باید کباب‌پزان را مکلف کند که چون از فروش برداختند و خواستند از دکان بازگردند روی گوشت یا کباب را نمک بپاشند و آن را در ظرفی خالی بگذارند تا از حشرات زمین محفوظ بماند.<sup>۱</sup>»

در مورد لکانه‌پزان (یعنی کسانی که کالباس یا قورمه درست می‌کنند) نویسنده معتقد است که باید دکان آنها نزدیک مقر محتسب باشد و مراقبت کند که لکانه را در حضور او بسازند، زیرا در آن تقلب بسیار کنند، محتسب باید مراقبت کند که گوشت گوسفند فربه‌ی را در ظرف پاکیزه‌ای بکوبند و آرد و فلفل و مواد روغنی را به اندازه لازم به آن بیامیزند و سپس گوشت کوبیده را در روده‌های تمیزی که با آب و نمک شسته شده است وارد کنند. باید محتسب مراقبت کند که گوشت بز و شتر یا حیوان لاغر دیگری را لکانه‌پزان به کار نبرند و از بیرون راندن مگس از محیط کار خود غفلت نورزند.<sup>۲</sup>»

در باب پانزدهم از دکانهای جگر پزی سخن می‌گوید و تأکید می‌کند که محتسب باید مراقبت کند که جگر بز و گاو را با جگر گوسفند نیامیزند و هر کدام را جدا تهیه کنند و در تنور بپزند و سپس نمک و زیره و گشنیز خشک و فلفل و دارچین و روغن زیتون را به جگر پخته بیفزایند و مواظب باشند گوشت مانده را با گوشت تازه نیامیزند.<sup>۳</sup>»

در مورد سلاخان نویسنده انتظار دارد مسؤولین این کار، حیوان حلال گوشت را ذبح شرعی کنند.

(و با توجه به سوره ۵ مائده آیه ۳): حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَالْدَّمَ وَلَحْمَ الْخِنْزِيرِ وَمَا أُجِلَّ بِهِ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ... یعنی حرام شد بر شما گوشت حیوان مرده و خون و گوشت خوک و

۱. همان کتاب، ص ۸۰ به بعد.

۲. همان کتاب، ص ۸۲ به بعد (به اختصار).

۳. همان کتاب، ص ۸۴.



آنچه به غیر نام خدا ذبح شود و خفه شده، و به سنگ زده و از جای بلند افتاده و به ضرب شاخ مرده و آنچه درندگان از آن خورده باشند، اما ماهی و ملخ حلال است چنانکه رسول خدا (ص) گفته است حلال شد بر شما دو مرده یعنی ماهی و ملخ و دو خون یعنی کبد و طحال (سپرن).

در مورد قصابان نیز تعالیم و اطلاعات ابن اخوه جالب و خواندنی است، به نظر او: «باید که محتسب قصابان را نگذارد تا بر در دکانهایشان کشتار کنند و معبر عمومی را آلوده سازند. حق آنست که در کشتارگاه ذبح کنند، گوشت را در خارج از دکان نیاویزند... و نیز محتسب فرمان دهد که گوشت بز را از گوسفند جدا گذارند... بعضی از قصابان برای فریفتن خریدار آلت گوسفند نر را بر روی گوشت ماده می آویزند که تقلب است. محتسب باید از فروش حیوان مریض به جای حیوان سالم جلوگیری کند. و چون کار قصاب پایان یافت باید روی تخته قصابی نمک کوبیده بپاشد تا به هنگام گرمای کرم نگذارد و نیز آن را با حصیر بپوشاند.

هرگاه محتسب شک کند که حیوان میته است یا مذبوح، با آب بیازماید، اگر بر روی آب بیاید مرده است و اگر در ته آب بماند مذبوح است، و نیز اندکی از آن را به آتش افکند اگر بچسبد میته و اگر نه مذبوح و حلال است. همچنین است در تخم مرغ که فاسدش بالای آب و تازه اش به ته آب می رود...<sup>۱</sup>»

در مورد کله و پاچه می نویسد که فروختن آنها به صورت پخته و یا ناپخته رواست... محتسب باید کپیازان را فرمان دهد تا کله و پاچه را با آب داغ پاک کنند و موهای آن را بزدایند و سپس با آب سرد بشویند، و بینی حیوان و بن بینی (خیشوم) را بشکافند و از کرم و چرک پاک کنند و کله بز را با کله گوسفند مخلوط نکنند و کله تازه را با کله مانده نیامیزند.

محتسب باید مراقبت کند که کله و پاچه را در آب شیرین بجوشانند و دارچین و مصطکی و زاج یمانی (زاج سفید) خوب و نمک بدان بیفزایند تا خوشبو و مطبوع شود، و کله را تا کاملاً نپخته باشد از دیگ بیرون نیاورند.<sup>۲</sup>»

۱. همان کتاب، ص ۸۹.

۲. همان کتاب، ص ۹۳.

در باب بیستم از هریسه پزان سخن رفته است: هریسه طعامی است که از گندم کوبیده و گوشت و روغن می پزند و محتسب مکلف است مراقبت نماید که طباخ، میزان کافی گوشت گاویا گوسفند به گندم کوبیده اضافه کند و سعی کند که گوشت را از رنگ و ریشه پاک کند و روغن هریسه باید تازه و خوشبو باشد...<sup>۱</sup>»

در مورد گروه ماهی پزان، نیز محتسب باید مراقبت کند که ترازوها و ظروفی که ماهی را در آن می گذارند کاملاً تمیز باشد، ماهی تازه را باید بشکافند و تمیز کنند و پوست و فلس آن را بپیرایند و کاملاً بشویند و آنگاه نمک بپاشند، و هنگامی که هوا گرم است بیشتر بخیسانند تا اینکه بوندهد، آنگاه آرد بپاشند و پس از آن بپزند. محتسب باید مراقب باشد که ماهی را با پیهی که از شکم او خارج می کنند نپزند، بلکه هنگام پختن آن را با زیتون بیامیزند. برای آنکه فساد ماهی به تأخیر افتد نمکسود کردن آن ضروری است...<sup>۲</sup>»

در فصل بیستم از زولبیا پزان و از خصوصیات آرد و روغن کنجد خالصی که باید در آن به کار رود گفتگویی می کند، و در مورد حلوا پزان یادآور می شود که «حلوا انواع بسیار دارد و نمی توان آنها را به یک صفت توصیف کرد، در آن موادی از قبیل نشاسته، بادام، پسته، خشخاش به کار می رود، و مشهورترین آنها حلوی عسل صابونی، لوزینه (بادامی)، خشخاشی، پسته ای، قاهریه، قُطاب، سرگنجشک، زولوبیا فرنگی است و از ده نوع زولبیای دیگر نام می برد و تأکید می کند که حلوا را باید خوب بپزند تا ناپخته یا سوخته تحویل مشتری ندهند و شیرینی آن باید عسل زنبور باشد نه قند یا مواد دیگر...<sup>۳</sup>»

در فصل بیستم و یکم از شربت سازان و کسانی که عقاقیر و داروهای گیاهی درست می کنند یاد می کند و خطاب به آنان می گوید که خدا را ناظر حال خود بدانید «بر محتسب است که آنان را بیم دهد از مجازات و از تعزیر بترساند و شربتها و عقاقیر آنها را هر زمان پس از آنکه شبانه دکانهایشان را مهر زدند ناآگاهانه بازرسی کند و ایشان را موظف بدارد که شربت را جز از قند خوب و پاکیزه مصر نپزند، محتسب باید دستور پزشکی را به آنان گوشزد کند.

۱. همان کتاب، ص ۹۹.

۲. همان کتاب، ص ۱۰۱.

۳. همان کتاب، ص ۱۰۶ به بعد.

بعد از شربت‌های گوناگون، نظیر شربت گلاب، شربت نیلوفر، شربت گل سرخ، شربت سیب، شربت سرکنگبین و دهها نوع شربت دیگر نام می برد.

و در مورد مواد گیاهی، قرص ها، معجونها، و سفوفات و انواع عقاقیر می گوید که محتسب باید یکی را از اهل خبرت که به انواع ادویه آشنا باشد و صالح و نیکوکار نیز باشد به یاری خود برگزیند.

بعد نویسنده از انواع داروهای طبیعی نظیر قارچ غاریقون، ترنجبین، شیرخشت و انواع مختلف آن، خیار چنبر، فلوس، عرق نیلوفر و عرق بلسان شامی و آب جو و جز اینها مفصل بحث می کند، و در مورد شربت ففّاق (آب جو) یا ماءشعیر می نویسد که جز برای شخص گرم مزاج روا ندارند «و برای تهیه آن، جو پاک کرده (منقی) را در آب می خیسانند و پس از خشک شدن، می کوبند و روی آتش می جوشانند و پس از سرد شدن می پالایند و عسل قطار، و ادویه خوشبو و طیب و سداب بدان می افزایند و خوردن آن موجب انبساط نفس و هضم غذا می شود...»<sup>۱</sup>

در فصل بیست و هفتم ابن اخوه به مراقبت در کار شیرفروشان تأکید می کند، به نظر او باید متصدیان این پیشه ظروف شیر را با لیف برگ خرما خوب بشویند و ظروف شیر را بپوشانند تا از نفوذ مگس و دیگر حشرات جلوگیری شود - سهمیه هریک از شیرفروشان باید معین باشد زیرا اگر شیر در موعد مقرر مصرف نشود فاسد و ترش می شود.

شیرفروشان باید از فروش شیر آمیخته با آب، یا شیر بی چربی خودداری کنند. بعد می نویسد برای تشخیص شیر خالص از شیر آمیخته با آب، کافی است که موئی درون شیر کنید و بیرون آورید اگر چیزی از شیر به مونچسبد مخلوط است همچنین اگر قطره ای از شیر را به پارچه ای بچکانید اگر خالص باشد می ماند و اگر ممزوج با آب باشد، جذب پارچه می شود...»<sup>۲</sup>

در فصل بیست و ششم می گوید که فروشندگان سرکه نباید داخل آن آب بریزند، و هنگامی که بازار روغن زیتون رواج دارد فروشندگان نباید این روغن را با روغن کاجیره مخلوط کنند. سپس راه تشخیص سرکه خالص و روغن زیتون خالص را نشان می دهد. در

۱. همان کتاب، ص ۱۱۶ به بعد.

۲. همان کتاب، ص ۱۲۹.

مورد انواع ترش‌ها نیز معتقد است که محتسب مکلف است انواع آن را بازرسی کند اگر ترشی کاملاً نرسیده، به آن سرکه خوب اضافه کنند و هرگاه متغیر و فاسد است، فرمان دهد که به مزبله‌ها اندازند. همچنین پنیرها، چربیها و روغنهای فاسد را باید بدور افکند...»<sup>۱</sup>

### خوان و خوراکیهای شاهانه در عصر صفوی

در پذیراییهای سلطنتی، همینکه شاه به مجلس می‌آمد و در جایگاه خود می‌نشست، مطربان به اشاره اودست به سازی بردند و رقاصان به پایکوبی برمی‌خاستند، سپس سفره‌های زربفت پیش روی میهمانان گسترده می‌شد و انواع میوه‌های تازه و خشک، به مقتضای فصل و آجیله‌ها و شیرینی و شربت را در ظرفها و پیاله‌های طلا و چینی روی سفره‌ها می‌چیدند.

آلات موسیقی تار و کمانچه و نی لبک و قره‌نی و دایره و تنبک بود. رقاصان بیشتر زن و گاه پسر بچگان زیبا بودند، که در ضمن رقص آواز یا تصنیف می‌خواندند و گاه تصنیفهای ایشان در وصف شاه عباس بود. خدمتگزاران مجلس شاه بیشتر جوانان خوبروئی بودند که گاه به رسم زمان سلبتی کلفت می‌گذاشتند، ولی زلف سیاهشان، از دوسوی برشانه آویخته بود. اینگونه خدمتگزاران برخلاف معمول زمان، لباس کوتاهی به بر می‌کردند که دامانش از زانو نمی‌گذشت و هنگام خدمتگزاری مانع کار ایشان نمی‌شد.

دن گارسیاد و سیلوفانی گوه را، سفیر فیلیپ سوم پادشاه اسپانی که در سال ۱۰۲۶ هجری قمری (۱۶۱۷ میلادی) از طرف آن پادشاه به دربار ایران آمده است، در وصف یکی از مجالس پذیرایی شاه عباس چنین می‌نویسد:

«... در مجلس میهمانی یا عصرانه گذشته از انواع شیرینی‌ها، مقدار زیادی خیار و گیلان و میوه‌های دیگر نیز روی سفره‌ها چیده بودند، خوراک گوشت دیده نمی‌شد، ولی برای رفع تشنگی تنگهای زرین بی‌شمار، پر از شراب و آب یخ، به نظر می‌رسید، و به هرکس که می‌خواست داده می‌شد. پیش روی شاه کمی دور از او چند

قراول و پیشخدمت چماقهای طلا در دست ایستاده بودند، در کنار هریک از سفیران بیگانه نیز جوانی که لباس ابریشمین زربفت در بر و دستاری از همان پارچه بر سر داشت با سبتهای کلفت و زلفهایی که از دوسوی سرش فروآویخته بود بر پاشنه پا نشسته، به یک دست تنگ زرین و به یک دست پیاله‌ای برای شراب دادن، آماده‌ی ساقیگری بود، و چون کسی شراب می‌خواست بیدرنگ جامی پر کرده به دستش می‌داد، اگر هم کسی خواستار شراب نمی‌شد خود جامی را که در دست داشت به سلامت کسانی که نزدیکتر بودند می‌نوشیدند... پس از آنکه ساعت شام یا ناهار فرامی‌رسید، ظروف شیرینی و میوه و آجیل را از روی سفره‌ها برمی‌چیدند و سفره‌های زربفت و تازه‌ای بر سفره‌ی پیشین مقابل میهمانان می‌افکندند، سپس خدمتگزاران مخصوص با قابهای بزرگ زرین که جملگی با سرپوشهای طلا پوشیده بود و به اصطلاح زمان لنگری نامیده می‌شد، به مجلس داخل می‌شدند و آنها را به ترتیب پیش روی میهمانان می‌گذاشتند. در این لنگریها انواع پلوه‌ها به رنگهای گوناگون با طعمهای مختلف ترش و شیرین و تند و اقسام گوشتهای گرم و سرد، از بره و گوسفند و آهو و ماهیها و غیره و انواع پرندگان از مرغ و کبک و قراول و امثال آنها دیده می‌شد که هریک بصورتی جداگانه پخته یا کباب شده بود.

از زمان شاه عباس اول رساله‌ای در دست است به نام مادة الحیوة، در تعریف انواع خوراکیهای معمول ایران از گرم و سرد، در زمان آن پادشاه که در سال ۱۰۰۳ هجری قمری نوشته شده، نویسنده این رساله نورالله نامیست که به گفته‌ی وی پدراناش از زمان پادشاهی شاه اسماعیل اول صفوی در دستگاه پادشاهان این سلسله آشپز بوده‌اند، خود او نیز، در این فن استاد بوده و در آشپزخانه شاه عباس خدمت می‌کرده است.

... این رساله همچنان که نویسنده آشپز آن اشاره کرده مشتمل بر دو مقدمه و ۵ باب است، مقدمه اول در بیان آنکه استاد کیست و صفت استاد چیست، مقدمه دیگر در اقسام باقلاوا و بورق و غیره - باب اول: در تعریف خشک پلاو، و آنچه لازمه اوست؛ باب دوم در اقسام پلاو از ترش و شیرین و ساده، در سه فصل؛ باب سیم در اقسام قلیه از ترش و شیرین و بورانی، در سه فصل؛ باب چهارم: «در اقسام آتش و آردینه و غیره؛ باب پنجم: در اقسام شله پلاو، و کشکک و هرپسه. نویسنده رساله مادة الحیوة در بابهای مختلف آن، لوازم و مواد تهیه هر خوراک و طرز پختن و آماده ساختن آن را به تفصیل بیان کرده و از دو گونه باقلاوا نزدیک شصت نوع پلو، ۱۸ گونه قلیه، بیست و دو قسم آتش و

خوراکهای گوناگون دیگر مانند انواع دلمه‌ها و کوکوها و کوفته‌ها و بورانیاها سخن رانده است، و از آنجمله دو پلویه نام مرصع پلاو، و ملمع پلاورا مخصوص میهمانی‌های رسمی و روزهای جشن سلاطین شمرده است.

هریک از قابهای پلو و لنگریهای پر از گوشت و کباب و نیمرو و کوکو و مربا و بورانی و ماست و غیره را پیشخدمتی بر سر یا در دست می‌گرفت، گاه نیز ظروف بسیار سنگین را در طبقهای زرین حمل می‌کردند، ولی همه خدمتگزاران هرگز داخل نمی‌شدند، گروهی ظروف را از آشپزخانه شاهی دست به دست به مجلس شاه می‌رسانیدند و گروه دیگر روی سفره‌ها می‌چیدند و همیشه توشمال‌باشی یا ناظر مطبخ و سفره‌چی باشی پیشاپیش آنان قرار می‌گرفتند تا در کار گستردن سفره‌ها و ترتیب طعام نظارت کنند.

خدمتگزاران مجلس شاه، چنانکه پیش ازین اشاره کردیم همه جوان و ساده‌روی بودند و سن و سال هیچیک از ۱۸ و بیست نمی‌گذشت. اگر شاه در مازندران بسر می‌برد خدمتگزاران مازندرانی به جای دستار، شب کلاه مانندی کوچک بر سر می‌گذاشتند که درونش از پوست و بیرونش از پارچه‌ای پشمین بود و نوکی تیز داشت ولی به فرمان شاه عباس آن را معکوس بر سر می‌نهادند، به طوریکه سر در جانب پارچه‌ای پنهان می‌شد و قسمت پوستی کلاه بیرون بود. اینگونه کلاهها را به اصطلاح زمان بُزک (به ضم ب و سکون ر) می‌گفتند.

لباس خدمتگزاران نیز از پارچه‌های نقره‌دوزی یا زردوزی شده، به الوان مختلف بود، و در رنگ لباس و کلاه و جوراب و شلوار آنان هماهنگی رعایت نمی‌شد... تمام خوراکهای گوناگون را پهلوی هم بر سر سفره می‌نهادند، همینکه قابهای پلو و لنگریهای گوشت و سایر خوردنیها چیده می‌شد سرپوش از آنها برمی‌داشتند و پلوه‌های گوناگون به رنگهای زرد، سپید، سیاه<sup>۱</sup> و سرخ به صورت اهرام پدیدار می‌شد. ظرفهای گوشت و مرغ و شربت‌های مختلف و بورانی و غیره را هم در اطراف قابهای پلومی چیدند و از انواع نان نیز

۱. از پلوه‌های سیاه یکی سیاه پلاو بود و آن را با ناردان و گوشت و کشمش و مغز بادام و شیر و ادویه گوناگون می‌پختند، و شاه اسماعیل ثانی صفوی به این پلاو میل فراوان داشت دیگر زغال پلاو و رب انار پلاو و نمر پلاو (رساله ماده الحیوة، ص ۲۴۱).

در دسترس حاضران می نهادند.

انواع نان در زمان شاه عباس عبارت بود از نانهای کماج، لواش، پنجه کش، سنگک و نان لواش نازک بود که هنوز هم در ایران متداول است. چون، غذا با دست خورده می شد، نان لواش نازک را گاه به جای دستمال به کار می بردند و دست آلوده را با آن پاک می کردند. نانهای پنجه کش و سنگک نیز به نسبت جنس و خوبی آن بدو نام خاصه و خرجی فامیده می شده است.

از انواع پرندگان، گذشته از مرغ و جوجه، خوراکیهایی از گوشت قرقاول و کبک و مرغابی و امثال آنها نیز در سفره شاهی فراوان بوده است. بوقلمون در زمان شاه عباس کمیاب بود و یکی از بازرگانان گرجی که چند بوقلمون از شهر ونیز به ایران آورده بود، آنها را دانه ای یک تومان فروخت و اگر در نظر داشته باشیم که در عهد شاه عباس پنج یا شش مرغ چاق را به یک قران می خریده اند معلوم خواهد شد که یک بوقلمون برابر پنجاه یا شصت مرغ ارزش داشته است.

در زمان شاه عباس، چنانکه از سفرنامه های سفیران و جهانگردان بیگانه برمی آید، در صرف غذا به کار بردن بشقابهای خصوصی هنوز مرسوم نبوده است، و غذا نیز بدون قاشق و چنگال و کارد با دست می خورده اند.

تکتاندرفون در جابل از فرستادگان رودلف دوم امپراتور آلمان که در ماه رجب سال ۱۰۱۲ هجری قمری (دسامبر ۱۶۰۳ میلادی) در شهر تبریز به خدمت شاه عباس رسیده و در یکی از مجالس او شرکت جسته است از مواد غذایی و طرز تغذیه ایرانیان یاد می کند.

وی در سفرنامه خود می نویسد: «... خوراکیها، بیشتر با برنج تهیه شده بود و با دست می خوردند برنج را به صورتهای مختلف با شکر یا کشمش یا عسل و بادام و ادویه گوناگون و چیزهای دیگر درآمیخته بودند، و پلوهها به قدری شیرین بود که به دشواری خورده می شد، خوراکیهای دیگر نیز از گوشت شکار و کبک و قرقاول و گوسفند و اسب کباب کرده و شربت و آب در سفره به نظر می رسید. سه یا چهار ظرف ازین خوراکیها را در سفره شاه و یکی پیش هر میهمان می گذاشتند و غذا را بی بشقاب، و با دست می خوردند، زیرا کارد و قاشقی در میان نبود...»<sup>۱</sup>