

پلو و دلمه، دو غذای سنتی کشور آذربایجان

طیف وسیع و متنوع غذاهای آذربایجان از فرهنگ و تاریخ غنی این کشور حکایت دارد.



آشنایی با فرهنگ کشورها با گردشگری خوراک

سفر برای غذا به یکی از انگیزه‌های گردشگری در بسیاری از کشورهای جهان تبدیل شده است. برای گردشگری با هدف غذا اصطلاحات متفاوتی مانند *culinary tourism*، *gourmet tourism*، *Cooking and food tourism* و *gastronomy tourism* رواج دارد. غذا یکی از حامل‌های اصلی فرهنگ هر جامعه می‌باشد. آشنایی با فرهنگ غذایی کشورها زمینه‌ساز آشنایی با آداب و رسوم، هویت و سنت‌های ملت‌ها را فراهم می‌آورد.

غذاهای متنوع آذربایجان معرف فرهنگ غنی این کشور

غذاها در معرفی فرهنگ و تاریخ هر منطقه‌ای نقش کلیدی ایفا می‌کند. آذربایجان نیز از این قاعده مستثنی نیست! با داشتن ترکیب وسوسه‌کننده‌ای از ذائقه خاورمیانه و اروپای شرقی، غذاهای آذربایجانی به طرز باورنکردنی خوشمزه‌اند. گستردگی غذاهای آذربایجانی، احتمالاً به خاطر تنوع آب و هوایی این کشور، و همچنین قرار داشتن در کنار دریای خزر است (جایی که غذاهای خوشمزه دریایی از آن می‌آید). غذاهای آذری شامل گستره متنوعی از انواع بشقاب‌ها مانند پلو (برنج پوشیده شده با زعفران که بشقاب ملی آذربایجان نیز به شمار می‌رود)، انواع مختلف کباب‌ها، بشقاب‌های دریایی، میوه‌ها و گیاهان تازه است.

در این مقاله قصد داریم ۲ مورد از غذاهای سنتی آذربایجان به همراه مواد اولیه تشکیل دهنده و تاریخچه آن را معرفی نماییم. اگر به غذاهای آذری علاقمند هستید با ما همراه باشید.

پلو، یکی از محبوب ترین غذاهای آذربایجانی

یکی از مشهورترین و محبوبترین غذاهای سنتی آذربایجان پلو (Plov) است. در تهیه این غذای خوشمزه از برنج معطر شده با زعفران، گوشت پخته شده، پیاز، آلو خشک، میوه های خشک شده، تخم مرغ و سبزیجات تازه استفاده می شود. باید بدانید که بالغ بر ۴۰ نوع دستور پخت مختلف برای پلوی آذربایجانی وجود دارد؛ و احتمالاً خیلی بیشتر از آن، چرا که تقریباً هر خانواده ای دستور پخت مختص به خود را دارد!!



پلو آذربایجانی

پلو، یادگار دوره اسکندر کبیر

یکی از اولین اشاراتی که در تاریخ به پلو شده، به دوره «اسکندر کبیر» در قرن سوم پیش از میلاد بر می گردد. برای اسکندر در یکی از سفرهایش به استان های شرقی ایران، در یک ضیافت شاهانه پلو سرو شده بود. گفته می شود که سربازان اسکندر دستور پخت پلو را با خود به مقدونیه آوردند، و پس از آن، این غذا به تمام یونان گسترش پیدا کرد.

لازم به ذکر است که «ابوعلی سینا» دانشمند نامدار ایرانی نیز، دستور پخت این غذا را در کتاب های طب خود آورده است.

پلو، نشان احترام و همدلی میزبان نسبت به مهمان

پلو یا به گویش آذری اش (ash)، در بسیاری کشورهای دیگر با نام پیلاف (pilaf) نیز شناخته می شود. پلو به خاطر نشان دادن احترام و همدلی به مهمانان طبخ می شود. همچنین از آن در مراسم های مهمی مانند: عروسی ها، جشن های تولد و دیگر گردهم آیی های مهم خانوادگی استفاده می گردد. پلو قسمت مهمی از عروسی سنتی آذربایجانی است. رقصنده ها معمولاً در لباس ملی به شقاب پلو را شعله ور کرده و آن را در مقابل عروس و داماد به نمایش می گذارند. در این رسم زیبا آتش نماد زندگی آینده زوج، موفقیت، دوستی و احساسات یک خانواده گرم و صمیمی است؛ برنج نیز مظهر ثروت می باشد.



پلو مجلسی آذربایجانی

دستور پخت های مشهور پلو آذربایجانی

مشهورترین دستور پخت های این غذا شامل کورما پلو با گوشت بره و پیاز، چپلا پلو با لوبیا و ماهی، سبزی قورمه پلو با گوشت بره و سبزیجات، تویوگ پلو با جوجه، شیرین پلو با میوه های خشک شده، سیودلی پلو با برنج پخته شده در شیر و شش رنگ پلو با برنج شش رنگ، تخم مرغ، سبزیجات پخته شده و پیاز سفید است.

طبع خاص پلو با گیاهی محلی در نخجوان

در ناحیه نخجوان، پلو با نوعی گیاه دانه دار محلی به نام «یرما» نیز طبخ می شود، یک نوع گندم آسیاب شده که به آن بلغور آذری نیز گفته می شود.

سه نوع روش طبخ پلو آذربایجانی

سه نوع روش پخت اصلی برای پلو ذکر می شود: داشما پلو (dashma plov)، سوزمه پلو (suzme plov) و دوشمه پلو (dosheme plov).

داشما پلو، قدیمی ترین روش پخت برنج

«دا شما پلو» که در برخی مناطق آن را با نام «چکمه» (chekme) نیز می شناسند، قدیمی ترین و ساده ترین راه پخت این غذا محسوب می شود. این روش بیشتر در نواحی غربی آذربایجان مرسوم است. در این دستور پخت، برنج به همراه آب می جوشد تا در نهایت تمام آب تبخیر یا جذب شود. گوشت، سبزیجات و میوه های خشک شده نیز درون همان دیگ برنج پخته می شوند.



داشما پلو

سرو سوزمه پلو با طعم دهنده های مختلف

در سوزمه پلو، برنج به صورت نیمه در آب جوش و نمک پخته می شود، سپس برنج را خشک کرده و به صورت یک مخروط درون دیگ می ریزند. معمولاً زعفران و کره نیز روی برنج قرار می گیرد؛ سپس آن را دم می کنند تا ترد و خوش رنگ شود. سوزمه پلو به طور مرسوم در کنار طعم دهنده های دیگری مثل گوشت گوساله، بره، گوشت پرندگان یا ماهی، به علاوه میوه های خشک شده شور یا شیرین، میوه های تازه، شاه بلوط و گیاهان تازه سرو می شود.



سوزمه پلو

طبخ ویژه دوشمه پلو آذربایجانی

برای تهیه دوشمه پلو برنج نیمه پخته در آبجوش را آبکشی و خشک می کنند. سپس به طور متناوب و لایه لایه به همراه گوشت، سبزیجات، میوه های خشک شده یا تازه و گیاهان معطر درون دیگ قرار می گیرد و بخار پز می شود. به لایه زیرین برنج در زبان آذری «پلووالتی» (plovalti) می گویند که به معنی زیر برنج است.



دوشمه پلو

دلمه، غذای سنتی و لذیذ آذربایجانی ها

یکی دیگر از غذاهای سنتی و لذیذ آذربایجان دلمه است. این غذا با استفاده از برنج پخته شده، گوشت بره چرخ شده، نعنا، دارچین و رازیانه که در برگ کلم یا برگ درخت انگور پیچیده شده، درست می شود. قریب به اتفاق رستوران های باکو این غذا را سرو می کنند.



دلمه آذربایجانی

اصالت دلمه آذربایجانی در کاخ توپکاپی عثمانی

دلمه قرن هاست که به عنوان یکی از غذاهای مردم خاورمیانه شناخته می شود. اما خود واژه دلمه، به احتمال فراوان ریشه در «کاخ توپکاپی عثمانی» در استانبول دارد. فرم کلی این غذا که به صورت پر کردن سبزیجات و میوه ها با مواد غذایی دیگر مانند گوشت است، در کتاب های پیش از امپراطوری عثمانی به زبان عربی وجود دارد، مانند پر کردن بادمجان با گوشت. نمونه های مشابهی نیز در آثار یونان باستان به چشم می خورد مانند برگ انجیر پر شده با پنیر شیرین که به آن «تریون» می گویند.

دلمه ایرانی، یادگار قرن ۱۷ میلادی

پیشینه تاریخی نوع ایرانی دلمه حداقل به قرن ۱۷ میلادی باز می گردد. در قرن ۱۹ میلادی نیز آشپز دربار ناصرالدین شاه قاجار نمونه هایی از برگ انگور و برگ کلم پر شده با مواد غذایی ضبط کرده است.

دلمه نمادی از غذاهای یونانی و ترکی

خب دلمه دقیقاً چیست؟ دلمه کلمه ایست که از فعل ترکی دولماک، به معنی «پر شدن» می آید. دلمه هم اکنون به عنوان نمادی از غذاهای یونانی و ترکی محسوب می شود. همچنین می توان آن را در بالکان، کشورهای قفقاز، سواحل شرقی مدیترانه، خاور میانه، آسیای مرکزی، شمال آفریقا و غرب مدیترانه یافت.

انواع دلمه آذربایجانی

در آذربایجان انواع مختلفی از دلمه وجود دارد که بهترین آن نوعیست که با برگ درخت انگور پخته می‌شود، و در آذربایجان با نام «یاپراک دولما» (yaprak dolma) شناخته می‌شود. در مواد غذایی که برای پر کردن دلمه به کار می‌رود می‌توانید از گوشت استفاده کرده یا نکنید. دلمه ای که در آن از گوشت استفاده شده باشد معمولاً گرم یا داغ سرو می‌شود، غالباً به همراه سس. در سوی مقابل دلمه های سبزیجات معمولاً به صورت سرد سرو می‌شوند. هر دو این موارد نیز عموماً با ماست و سیر خورده می‌شود.

چهار نوع دلمه اصلی در آذربایجان سرو می‌شود:

- بادیمجان دلماسی (badimjan dolmasi): بادمجان پر شده
 - بیبار دلماسی (bibar dolmasi): فلفل پر شده
 - پومیدور دلماسی (pomidor dolmasi): گوجه فرنگی پر شده
 - یارپاک دلماسی (yarpaq dolmasi): برگ انگور پر شده
- این غذا در آذربایجان به قدری محبوب است که هم اکنون وزارت فرهنگ و گرد شگری این کشور، در صدد معرفی دلمه به سازمان یونسکو به عنوان یک غذای سنتی است.



بادیمجان دلماسی



بييار دلماسى



بييار دلماسى



پومیدور دلماسی



یارپاک دلماسی

در تنظیم این مقاله از منابع زیر استفاده شده است:

<https://www.196flavors.com/azerbaijan-parcha-dosheme-plov/>
<https://www.holidayme.com/explore/azerbaijan-dishes-cuisine-food/>
<https://www.holidayme.com/explore/azerbaijan-dishes-cuisine-food/>
<https://www.196flavors.com/azerbaijan-yarpaq-dolmasi-dolma/>
<https://en.wikipedia.org/wiki/Dolma>

واژگان کلیدی: گردشگری، صنعت گردشگری، گردشگری خوراک، غذای آذربایجانی، پلو، دلمه، آذربایجان

نویسنده: نیما عابدی

عنوان لاتین:

Plov and dolma, two traditional dishes of Azerbaijan