

شکم گردی در شیراز

شیراز را می‌توان به‌عنوان یکی از شهرهای مهم تاریخی ایران معرفی کرد که از فرهنگ و ادبیات غنی ای برخوردار است. شیراز در کنار تاریخ و فرهنگ مثال زدنی خود، غذاهای سنتی و متنوعی هم دارد که نمی‌توان به‌راحتی از آن گذشت. گردشگرانی که به شیراز سفر می‌کنند، امکان ندارد طعم خوراکی‌های خوش آب و رنگ این شهر را فراموش کنند. در این مقاله قصد داریم چند نمونه از معروف‌ترین خوراکی‌های شیراز را معرفی کنیم.



اگر بخواهیم پرتعدادترین غذاها، شیرینی‌ها و نان‌های شیرازی را به شما عالی گردی‌های عزیز معرفی کنیم می‌توان به کوفته هلو، قنبر پلو، قورمه به، لوبیا پلو، شیرینی بادام سوخته، مسقطی، رنگینک، نان فسا و نان مشت اشاره کرد.

ناگفته‌هایی در مورد خوشمزه‌ترین غذاهای محلی شیراز

کوفته هلو با سالاد شیرازی

کوفته هلو یکی از غذاهای سنتی خوش‌مزه شیراز است. هویج، پیاز، تخم‌مرغ، آرد نخودچی و گوشت چرخ‌کرده را می‌توان به‌عنوان مهم‌ترین مواد اولیه این کوفته معرفی کرد. به‌دلیل پیوند خوردن نام هلو با نام کوفته، ممکن است این‌گونه برداشت شود که میوه هلو در این غذا وجود دارد، اما اثری از میوه هلو در این کوفته نیست. در حقیقت وجود نام هلو به‌دلیل شکل ظاهری کوفته و رنگ غذا است. پیشنهاد می‌کنیم این غذای خوش‌مزه را همراه با سالاد شیرازی میل کنید.



قنبر پلو، غذای مجلسی

قنبر پلو را می‌توان در زمره غذاهای سنتی شیراز به حساب آورد که بیشتر برای مجالس و مهمانی‌ها طبخ می‌شود. مواد اصلی این غذا شامل برنج، گوشت چرخ کرده، مغز گردو، پیاز، انار یا رب انار، آرد نخودچی، کشمش و ادویه است. طعم این غذا به دلیل وجود انار و کشمش، ملس بوده و شیرین یا ترش کردن آن به ذائقه شما بستگی دارد.



قورمه به، خورش شیرین

این خورش در زمره غذاهای شیرین به شمار رفته و وجود میوه به، طعم لذیذی به آن بخشیده است. گوشت گوسفند، به، شکر، پیاز، لپه خام، زعفران دم کرده، آبلیمو، زردچوبه، نمک و فلفل از مهم‌ترین مواد اولیه برای طبخ قورمه به است که در کنار هم، یک غذای خوش‌رنگ و بو را تشکیل می‌دهد.



لوبیا پلو، غذایی متفاوت به سبک شیرازی

لوبیا پلو در بیشتر شهرهای ایران تهیه می‌شود، اما تفاوت لوبیاپلو شیرازی را می‌توان استفاده از لوبیا چشم‌بلبلی به جای لوبیا سبز عنوان کرد. این غذای سنتی شیرازی برای طبخ در کنار لوبیا به گوشت و سبزیجات هم وابسته است. لوبیاپلوی شیرازی یکی از سالم‌ترین غذاهای محلی شیراز به شمار می‌رود.



رازهایی در مورد اصیل ترین شیرینی های محلی شیراز

بادام سوخته، شیرینی شادی بخش

بادام سوخته مخصوص شب یلدا و عید نوروز است. بادام سوخته با مغز بادام، شکر، آب، روغن و آبلیمو تهیه می شود. این شیرینی ترکیبی مشابه سوهان عسلی دارد با این تفاوت که در بادام سوخته شیرازی مقدار بادام موجود بیشتر از سوهان به چشم می خورد.



مسقطی، سوغاتی معروف شیراز

مسقطی یکی از شیرینی های شیراز است که بسیار خوشمزه بوده و در دهان آب می شود. مسقطی از آب، نشاسته، شکر، روغن مایع، گلاب، جوهر لیمو و بسته به عطر و طعمش از زعفران یا چیزهای دیگر درست می شود. تقریباً همه گرد شگرانی که به شیراز سفر می کنند به عنوان سوغات برای خود، دوستان و اقوام مسقطی تهیه می کنند.



رنگینک، شیرینی انرژی زا

رنگینک یکی از شیرینی های بسیار مقوی برای همه به خصوص کودکان است. شیرینی آن به خاطر داشتن خرما سیاه است که دارای خواص و انرژی زیادی می باشد. شیرازی ها رنگینک را بیش از همه در ماه رمضان برای سفره های افطار تهیه می کنند تا روزه داران با میل کردن آن انرژی لازم برای روزه داری را به دست آورند. مواد اولیه رنگینک شامل خرما، آرد گندم، خاک قند یا شکر آسیاب شده و روغن است. برای تهیه رنگینک باید این مواد را در ظرفی ریخته و با فشرده کردن بر روی همدیگر بین آنها چسبناکی به وجود آورد. پس از آن مواد به دست آمده را برش زده و در اندازه های کوچک در سینی چید.



در مورد قدیمی ترین نان های محلی شیراز بیشتر بدانید

نان فسا، شیرینی خشک

نان فسا در واقع بیشتر شبیه به شیرینی است که خشک و کوچک بوده و سوغات شهرستان فسا محسوب می شود. نان فسا با آرد گندم یا آرد نان سنگک، پودر شکر، روغن جامد، جوش شیرین، پودر زنجبیل (یک ادویه گرم)، زعفران و کنجد پخته می شود. این مواد همگی موادی گرم و مقوی بوده و این شیرینی های کوچک را به موادی مغذی و انرژی زا تبدیل می کند.



نان مَشْت، سوغاتی از شهرستان جهرم

نان مَشْت هم بیشتر از نان شبیه به شیرینی بوده و سوغات شهرستان جهرم در استان فارس است. این نان گرم با عطر دارچین و زنجبیل تازه و مواد اولیه شامل خرما، خمیر مایع، آرد گندم، روغن زردچوبه و دارچین آماده می‌شود. خانم‌ها در ایام ضعف انرژی از این شیرینی که پر از مواد طبع گرم است استقبال زیادی می‌کنند.



سخن پایانی

شهر شیراز غذاها، شیرینی‌ها و نان‌های محلی بسیار زیادی دارد. در این مقاله معروف ترین خوراکی شیراز معرفی شد. در سفر به شیراز ضمن بازدید از اماکن تاریخی و فرهنگی سری به شیرینی فروشی‌ها و رستوران‌های سنتی بزنید تا سفری به یادماندنی را تجربه کنید.

در تنظیم این مقاله از منابع زیر استفاده شده است:

<https://www.jabama.com/>

<https://www.alibaba.ir/>

<https://tourgardan.com/>

تهیه و تنظیم: آيسان پژوهان فر