

سفر به شاهراه خراسان با طعم جوشپره

جوشپره خراسانی (آش خراسانی)، یک غذای محلی با طعم فوق العاده است که در دی ماه ۱۳۹۹ در فهرست آثار معنوی کشور به ثبت رسیده است.



شناخت فرهنگ اقوام با گردشگری غذا

شناختن غذاهای محلی و سنتی یک منطقه، اطلاعات زیادی را درباره باور، فرهنگ، ذوق و سلیقه، دانش بومی، معیشت و اقلیم آن منطقه به ما می‌دهد. می‌شود در خانه خود با شیم و با پختن یک غذای محلی، ایرانگردی یا جهانگردی کنیم. گویی که در سفر هستیم و یک میزبان بومی مهربان با لذیذترین غذاها از ما پذیرایی می‌کند. پس بهتر است با شناخت غذاهای محلی هر منطقه، به زنده نگه‌داشتن آن رمز و رازها کمک کنیم. گردشگری غذا این روزها نقش مهمی در صنعت توریسم دارد. پس چرا ما با این همه تنوع فرهنگی، دست به کار نشویم؟! با من همراه شوید تا با طعم یک غذای محلی، رهسپار شاهراه خراسان و جاده ابریشم شویم. غذایی که می‌گویند نام آن، در تاریخ بی‌هقی نیز وجود دارد. **جوشپره خراسانی**؛ این آش خراسانی، در دی ماه ۱۳۹۹ در فهرست آثار معنوی کشور به ثبت رسیده است.

شاهراه خراسان، محل عبور جاده ابریشم

احتمالاً همه ما نام جاده ابریشم را بسیار شنیده‌ایم. جاده‌ای مهم و حیاتی که قلب اقتصادی دوران خود بوده است. این جاده، برای قرن‌ها رد پای بازرگانان، تجار و مسافرانی را که از آن عبور کرده‌اند، در خود ثبت کرده است. اما آیا می‌دانید که جاده ابریشم در ایران، از کدام نقاط عبور می‌کرده؟! درست است؛ شاهراه خراسان! این مسیر پررونق در آن روزگاران، محل اتصال شرق به غرب بوده است. اتصال ماوراءالنهر و ترکستان به بین‌النهرین و ترکیه امروزی.



موقعیت شهرها، عامل رونق مناطق

در روزگاران گذشته، قرار گرفتن یک منطقه در مسیرهای مهم بازرگانی، عامل رونق و قدرت آن منطقه بوده است. خراسان بزرگ نیز مستثنی نبوده و در آن زمان قدرتی دوچندان داشته است. این شاهراه دو جاده فرعی داشت: حد فاصل نیشابور — بسطام و مسیر موازی آن، نیشابور — سبزوار — بسطام؛ که البته جاده اول رونق بیشتری داشته است. دلیل آن هم محصولات بیشتر و امکان تهیه آذوقه برای کاروان‌ها قلمداد می‌شود.



گنابادگردی و کشف فرهنگ مردم این خطه

حالا می‌خواهیم صفحات تاریخ را ورق بزنیم و لایه‌های فرهنگی مردمان این خطه را کشف کنیم. ابتدا به گناباد سفر می‌کنیم. این شهرستان در همسایگی استان خراسان جنوبی قرار گرفته است. با توجه به آثار باستانی، قدمت این منطقه به دوران پیش از تاریخ بازمی‌گردد. در دوران هخامنشیان نیز اعتبار و شهرت فراوانی داشته است. حتی شاید برایتان جالب باشد که بدانید فردوسی بزرگ در شاهنامه از مناطق این شهرستان نام برده! اگر به این منطقه سفر کردید، از روستاگردی، تماشای باغ‌های انار و مزارع زعفران غافل نشوید.



دوری از غم و غصه با جوشپره

اما به سراغ جوشپره برویم. گویا این غذا هم جسم را محظوظ می‌کند و هم روح را! چرا که می‌گویند اگر جوشپره را میل کنید، غم و غصه از شما دور می‌شوند! جالب است بدانید که درگوش محلی، "جوش" به معنای غم و غصه و "پره" به معنای رفتن است. همین دلیلی است که اقوام و دوستان و آشنایان دور هم جمع شوند و با هم جوشپره درست کنند. چرا که مراحل درست کردن این غذا نیز لذت‌بخش و مفرح است. اما عده‌ای نیز آن را گو شواره می‌نامند. چرا که خمیرهای درون غذا به شکل گوش درمی‌آید! البته علت دیگر آن را پاره شدن خمیرها به هنگام طبخ نیز می‌دانند و به همین دلیل آن را گوشپره یا جوشپره می‌نامند. در ضمن اگر گیاهخوار هستید، جوشپره با حذف گوشت، یک غذای مناسب برای شما نیز می‌باشد. پس منتظر چه هستید؟!



مقدمات پخت جوشپره گنابادی

ابتدا بیایید مواد "بار آش" یا همان مواد میانی را تهیه کنیم. برای ۴ الی ۵ نفر، بسته به علاقه خود، یک پیمانه لوبیا یا نخود را از ۱۲ یا ۲۴ ساعت قبل خیس کنید. روز موعود که فرا رسید، یک پیمانه لوبیا یا نخود خیس خورده را به همراه یک پیمانه عدس و آب کافی بپزید. اگر در آشپزی تازه‌کار هستید، این نکته را بدانید که زمان پخت عدس، از لوبیا و نخود کمتر است. بنابراین به صورت جداگانه آن‌ها را بپزید. آن قدر زمان بدهید که تمام حبوبات به خوبی پخته و میزان آب کاهش پیدا کند. پس از خنک شدن حبوبات، آن‌ها را به همراه دو عدد پیاز

متوسط و دو عدد سیر تازه چرخ کنید. امان! امان از سیر تازه! چه غوغایی به پا می‌کند! در این منطقه جوشپره را با گوشت چرخ‌کرده نیز طبخ می‌کنند. کافی است تا در این مرحله گوشت را به میزان دلخواه، با مواد قبلی به خوبی مخلوط کنید. اگر تمایل ندارید، می‌توانید بدون گوشت نیز ادامه دهید. زردچوبه، نمک و فلفل را نیز به میزان دلخواه اضافه کنید. اما پایان‌بخش این مرحله: کنجد، شاهدانه یا بادام خردشده را تفت دهید و به مواد قبلی اضافه کنید. چه عطری بلند می‌شود! از معجزه گردو نیز غافل نشوید. اضافه کردن گردو خردشده نیز طعمی رویایی به این غذا می‌دهد.

جذاب ترین بخش پخت جوشپره، آماده کردن خمیر

حالا مواد آماده شده را کنار بگذارید تا به قسمت جذاب ماجرا برسیم. درست کردن خمیر! چه لذتی دارد! اگر به من باشد، می‌گویم هر غذایی که در آن به نوعی خمیر به کار می‌رود، لذیذترین است. مقداری نمک و ۴ پیمانه آرد گندم را خوب مخلوط کنید. سپس به تدریج آب را به آرد بیفزایید تا خمیر شکل بگیرد. به خاطر داشته باشید که نباید آب را به یک باره در ظرف آرد خالی کرد. در چند مرحله این کار را انجام دهید، تا خمیری با بافت خوب به دست آید. همین! آسان نیست؟! حالا خمیر را مدتی کنار بگذارید تا کمی استراحت کند.

تیرآش، ابزار باز کردن خمیر در فرهنگ گنابادی

وردنه یا به قول گنابادی‌ها، تیرآش را بردارید و خمیر را باز کنید. پس از باز شدن خمیر، نوارهای بلند به عرض ۴ سانتی‌متر برش دهید. از موادی که تهیه کرده‌اید، به اندازه یک بند انگشت بردارید؛ سپس آن‌ها را با فواصل ۴ سانتی‌متری روی هر نوار قرار دهید. سپس نوار دیگری را روی نوار پرشده قرار دهید. با انگشت دو نوار خمیری را به هم فشرده کنید؛ به گونه‌ای که انگار می‌خواهید قطاب یا پیراشکی درست کنید. سپس با چاقویی تیز، فضای میان بالشتک‌های شکل‌گرفته را برش دهید. بفرمایید. جوشپره‌های خام حاضرند! دقت کنید که لبه‌های خمیر به خوبی چسبیده و بسته باشد. در غیر این صورت، در مرحله بعدی زحماتتان هدر می‌رود! به میزان لازم آب جوش بیاورید. سپس جوشپره‌های خام را درون آب جوش بریزید. مقداری نمک به آب اضافه کرده و حدود ۴۰ دقیقه الی یک ساعت زمان بدهید تا پخته شوند. دیگر چیزی نمانده، تحمل کنید!

طعم ناب جوشپره گنابادی با کشک محلی

حالا تا جوشپره‌ها بپزند، کشک را آماده می‌کنیم. میزان استفاده از کشک دلخواه است. ولی اگر نظر من را بخواهید، هر چه کشک بیشتر باشد، غذا خوشمزه‌تر می‌شود! ابتدا در ظرفی مقداری روغن داغ کنید؛ سپس اندکی زعفران یا زردچوبه را به همراه دو قاشق نعناع خشک و فلفل اضافه کنید. پس از مخلوط شدن، سریعاً

کشک را اضافه کنید تا مخلوط نسوزد. خیلی خوب. ترکیب جادویی ما هم آماده شد! منتظر چه هستید؟! زمان غذا خوردن است!

جوشپره‌ها را از آب خارج کنید. مقداری کشک در کف ظرف مورد نظر قرار دهید. جوشپره‌های لذیذ را در ظرف قرار دهید. حالا ترکیب جادویی کشک و نعنای را روی آن‌ها بریزید. برای تزیین، از پیازداغ فراوان و گردوی خردشده استفاده کنید. جوشپره خراسانی آماده است! نوش جان!

جوشپره در فرهنگ سبزواری ها

اما زیبایی فرهنگ در این است که در یک منطقه جغرافیایی، ممکن است چندین دستور پخت برای یک غذا وجود داشته باشد. پس حالا با من هم سفر شوید به مقصد سبزوار! سبزوار نیز تاریخی کهن دارد. پیدایش این منطقه را در زمان ساسانیان تخمین می‌زنند. روزگارانی نیز پایتخت سرداران بوده و بیهق نام داشته است. در تاریخ بیهقی آمده: "و سبزوار شهری بزرگ شد با انواع درخت میوه‌دار و سایه‌بخش، پس مردمان آن را سبزوار نوشتند و گفتند: سبزوار کجانات تجری من تحت الانهار." در سبزوار، رسم است که در چهارشنبه سوری آش جوشپره بپزند و میل کنند. همان‌طور که در منطقه جویین رسم است در نوروز طبخ و میل شود.

طرز تهیه جوشپره سبزواری

طرز تهیه مواد میانی جوشپره در سبزوار متفاوت است. مردم سبزوار از سبزی آش و اسفناج استفاده کرده و آن‌ها را میان خمیرهای مربعی قرار می‌دهند. این سبزی شامل: نعنای، جعفری، تره، گشنیز، شوید و پیازچه می‌باشد. همچنین در سراسر خراسان، از سبزی‌های متنوع بومی دیگر استفاده می‌شود. از جمله سبزی‌ای به نام "آجار" که طبعی گرم و طعمی شبیه به سیر دارد. یا یونجه تازه و برگ خاکشیر تازه. پس از خرد شدن سبزی‌ها، بهتر است کمی تفت بخورند. سپس به میزان دلخواه از آن‌ها در میان خمیر قرار می‌دهیم و مانند روش قبلی، آن‌ها را در آب جوش می‌اندازیم. زمان پخت در این حالت چیزی حدود ۲ الی ۳ ساعت می‌باشد.

قاتق، طعم دهنده اصیل سبزواری

اما نکته جالب بعدی این است که جوشپره سبزواری کشک ندارد. بلکه از ماست چکیده و پرچربی به نام "قاتق" استفاده می‌کنند! پس از خارج کردن جوشپره‌ها از آب، ماست و نعنای را روی آن‌ها می‌ریزیم و کار تمام است! تصور کنید چقدر لذیذ می‌شود! بعضی علاوه بر ماست، پوره گوجه‌فرنگی نیز بر روی غذا استفاده می‌کنند؛ که این امر سلیقه‌ای است و می‌توانید آن را حذف کنید.



سخن آخر

این هم از بررسی غذای محلی و سنتی جوشپره خراسانی. حتما این غذای لذیذ را امتحان و به دیگران نیز پیشنهاد کنید. هر کدام از ما نقش بسیار مهمی در حفظ و نگهداری میراث فرهنگی این سرزمین داریم. باور کنید با قدم‌های کوچک نیز می‌توان دستاوردهای بزرگی داشت.

شما چه غذاهای بومی و سنتی‌ای امتحان کردید که دوست دارید دیگران آن را بشناسند؟ منتظر شنیدن داستان‌ها و نظرات شما هستیم!

در انتها اگر دوست دارید یک نمونه مدرن و امروزی برای درست کردن این آش ببینید، با سرآشپز شاهین غنی‌زاده همراه شوید:

https://www.aparat.com/v/tepQN/%D8%A2%D8%B4_%D8%AC%D9%88%D8%B4_%D9%BE%D8%B1%D9%87

این مقاله براساس منبع زیر تنظیم شده است:

مصاحبه با آقای سروش نظریان

واژگان کلیدی: شاهراه خراسان، جو شپره خراسانی، گو شپره، گردگشری غذا، گرد شگری، ایرانگردی، گناباد، سبزوار، میراث فرهنگی، میراث معنوی

نویسنده: مهسا صارمی کیا