

## نان‌های اصیل ایرانی برای افطار

نان از هر نوع و شکلی که باشد، برکت سفره‌های ایرانی است. این برکت سفره در وعده‌های سحر و افطار ماه رمضان جایگاه خاصی دارد. بسیاری از روزه‌داران ترجیح می‌دهند طعم متفاوت و خوشمزه نان‌های خانگی را در این ایام تجربه کنند. اگر دوست دارید با نام‌های محلی شهرهای مختلف ایران آشنا شوید با عالی گرد همراه باشید.



### نان مخصوص افطار در مازندران

#### قماق

یک نان مازندرانی می‌باشد که با سبزیجات تهیه می‌شود. قماق از نان‌های بسیار قدیمی این شهر است. در زمان گذشته قماق را روی گاز می‌پختند. روی درب تابه یا قابلمه مورد نظر زغال می‌گذاشتند تا خوب پخته شود. قماق بیشتر برای مهمانی‌ها پخته می‌شود.



## نان مخصوص افطار در تبریز

### زنجفیلی کوکه



زنجفیلی کوکه یا نان زنجبیلی یکی از نان‌های معروف و محبوب تبریز است که در اکثر قنادی‌ها فروخته می‌شود. این نان بافت لطیف و طعم بسیار خوشایند و دلچسبی دارد. بیشترین مصرف نان زنجبیلی تبریز در ماه رمضان است اما در سایر روزها هم مورد توجه مردم قرار دارد.

## نان مخصوص افطار در تهران

### شیرمال



نان شیرمال یکی از نان‌های خوشمزه‌ای است که به روش‌های مختلف پخته می‌شود. این نان در ماه رمضان و در وعده سحر و افطار سرو می‌شود. شیر، تخم مرغ، آرد و شکر از مواد اصلی برای پخت این نان هستند.

## نان مخصوص افطار در خوزستان

### کلوچه دزفولی



کلوچه خرمایی دزفولی همان طور که از نامش پیداست، با خرما مغز دار می‌شود. این کلوچه سنتی مربوط به شهر دزفول است. کلوچه خرمایی بافت لطیفی دارد که از تخم مرغ در پخت آن استفاده نشده است. این کلوچه‌ها سبک و خوشمزه است و به عنوان شیرینی یا نان در سفره افطار سرور می‌شود.



## نان مخصوص افطار در سنندج

### برساق

برساق از نان‌های سنتی و محلی کردستان است که در استان‌های ایلام و لرستان و کرمانشاه نیز طرفدار دارد. این نان در ماه رمضان پای ثابت سفره‌های افطاری سنندج است. آرد، ماست محلی، روغن حیوانی، تخم مرغ و شکر از مواد تشکیل دهنده این نان می‌باشد.



### کولیره

نان کولیره جزو نان‌های خوشمزه و محلی سنندج است که درست کردن آن بسیار راحت و آسان است. این نان محلی بسیار خوشمزه و شیرین است. به زبان محلی به آن گیتیه یا کولیره می‌گویند و تقریباً شبیه نان روغنی است.



### نان جشن

نان جشن یکی دیگر از نان‌های محلی سنندج است که در ماه رمضان و در روز عید فطر پخته می‌شود.

## نان مخصوص افطار در همدان

### کماج

نان کماج یکی از انواع نان‌های سنتی و خوشمزه ایرانی است که در ماه رمضان سر سفره‌های افطار مردم همدان وجود دارد. این نان خوشمزه شباهت زیادی به فطیر دارد.





## نان مخصوص افطار در بندرعباس

### ریخته

نان ریخته یکی از نان‌های سنتی مردم بندرعباس محسوب می‌شود که در ماه رمضان برای وعده افطار آماده و پخت می‌شود.



## نان مخصوص افطار در شهرکرد

### نان کاکولی

کاکولی یک نان سنتی و محلی است که در شهرکرد در تنور طبخ می‌شود. پخت این نان بیشتر در ماه رمضان مرسوم است و جزء سوغات خوشمزه این شهر به حساب می‌آید. نان کاکولی در ظاهر کمی با نان جو شباهت دارد البته این نان طعم شیرینی دارد. در پخت این نان از گردو خرد شده و کشمش استفاده می‌شود. روی نان کنجد و سیاه دانه ریخته می‌شود و نانی بسیار مقوی و پر خاصیت برای روزه داران می‌باشد.



## سخن پایانی

معرفی نان‌های محلی تمامی شهرهای ایران در یک مطلب نمی‌گنجد، از این‌رو در این مقاله به بخشی از پرتعدادترین نان‌های سنتی شهرهای مختلف ایران اشاره شد.

در تنظیم این مقاله از منابع زیر استفاده شده است:

<https://chishi.ir/>

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

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

تهیه و تنظیم: آيسان پژوهان فر

ویرایش: تیم تولید محتوای عالی گرد