

به نام خدایی که عشق را آفرید

کدامستان مطبخ

دولت، غذا، سرایانی



پروانه نصرانی



انتشارات صباای الوند

تهران ۱۴۰۳

سرشناسه	: نصرالهی، پروانه، ۱۳۴۶-
عنوان و نام پدیدآور	: داستان مطبخ : داستان غذاهای ایرانی/گردآوری پروانه نصرالهی
موضوع	: ویراستار مهناز سیدجواد جواهری.
مشخصات نشر	: تهران: صبای الوند، ۱۴۰۳.
مشخصات ظاهری	: [۹۹ص: مصور: ۵/۲۱×۵/۱۴] س.م.
شابک	: 978-622-4882-06-6
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
موضوع	: آشپزی ایرانی - تاریخ - نذر - ایران
رده بندی کنگره	: TX۷۲۵
رده بندی دیویی	: ۵۹۵۵/۶۴۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۹۸۳۶۳۶۲

انتشارات صبای الوند



نام کتاب	: داستان مطبخ (داستان غذاهای ایرانی)
ناشر	: صبای الوند
گردآوری	: پروانه نصرالهی
ویراستار	: مهناز سیدجواد جواهری
مدیر فنی	: رامین موسائی
صفحه آرا	: پروانه نصرالهی
چاپ اول	: ۱۴۰۳
شمارگان	: ۲۰۰ نسخه
چاپ	: پیشگامان
بها	: ۹۵ هزار تومان
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۴۸۸۲-۰۶-۶
	ISBN: 978-622-4882-06-6

همه حقوق چاپ و نشر این اثر برای نشر صبای الوند محفوظ است.

تکثیر، انتشار و بازنویسی این اثر یا قسمتی از آن به هر روش بدون

مجوز کتبی از ناشر ممنوع بوده و پیگرد قانونی دارد.

نشر صبای الوند: تهران، شریعتی، خیابان سمیه، کوچه طباطبایی مقدم

تلفن: ۷۷۶۵۴۵۲۱

بن بست بهار پلاک ۶

پست الکترونیکی:

Sabayealvand@yahoo.com

Sababook1400@gmail.com

فهرست مطالب

بخش اول

۱۳.....	مقدمه
۱۵.....	تاریخچه آشپزی ایرانی
۱۹.....	داستان قرمه سبزی
۱۹.....	قرمه سبزی
۲۲.....	دستور پخت قورمه سبزی در زمان قاجار
۲۴.....	قورمه سیب
۲۵.....	قورمه به
۲۶.....	آبگوشت قورمه سبزی
۲۶.....	غذای محبوب اخوان المسلمین
۳۰.....	فسنجان ماحصل تقیه ایرانیان در زمان ضحاک
۳۵.....	آبگوشت
۳۶.....	نخودآب؛ پدر بزرگ آبگوشت
۳۷.....	بُزباش تا آبگوشت اسپانیایی
۴۰.....	آبگوشت بهی (= به) و آبگوشت سیب
۴۰.....	آبگوشت آلوچه و زردآلو
۴۰.....	آبگوشت بره

- ۴۱..... تنک آب.
- ۴۲..... آبگوشت بادنجان (بادنجان)
- ۴۲..... آبگوشت کشک
- ۴۳..... گوشتابه.
- ۴۳..... آبگوشت مرغ خانگی و دیگر پرندگان.
- ۴۵..... چرا در شب عید سبزی پلو و ماهی می خوریم؟
- ۴۷..... فلسفه خوردن کوکوسبزی همراه با ماهی در شب عید
- ۴۹..... داستان کباب
- ۵۱..... نخستین چلوکبابی ها.
- ۵۲..... چلوکبابی های معروف.
- ۵۴..... داستان میرزا قاسمی
- ۵۵..... میرزا قاسمی چگونه تهیه می شود؟
- ۵۶..... تاریخچه خورش قیمه
- ۵۷..... پادشاه خورش ها از دوره ساسانیان
- ۶۲..... چند خورش قدیمی
- ۶۳..... خورش متنج
- ۶۳..... خورش مسمن
- ۶۵..... غذاهای ناشناخته ایرانی
- ۶۶..... دوره ساسانی
- ۶۷..... پس از ورود اسلام به ایران
- ۶۹..... دوره سلجوقیان، ایلخانیان و گورکانیان
- ۶۹..... دوره صفویه
- ۷۰..... دوره قاجار

بخش دوم

- ۷۴..... فلسفه نذری از کجا می‌آید؟
- ۷۵..... تاریخچه نذری در ماه محرم
- ۷۶..... هم‌زدن غذای نذری
- ۷۶..... غذای نذری عاشورا چیست؟
- ۷۷..... داستان نذری‌ها در تاریخ؛ نان و ماست تا قیمه!
- ۷۷..... نقش زنان در غذاهای نذری
- ۷۸..... فرمازنون یا فرما بزوئن
- ۷۸..... زنجان
- ۷۹..... کوچه حلواپزان در تهران
- ۷۹..... سقاخانه سر بازار زرگرها
- ۸۰..... نذر هفت کاسه بشقاب
- ۸۰..... مجمع‌گذاری در نوشهر
- ۸۰..... پلاخوار
- ۸۱..... نان پیری در بهبهان
- ۸۱..... تبریز
- ۸۲..... آش گندم یزد
- ۸۲..... پخت و توزیع غلور زابلی (حلیم سنتی سیستان)
- ۸۳..... مراسم شامی‌پزان در قم
- ۸۳..... کاشان (گوشت و لوبیا یا آبگوشت پلو)
- ۸۴..... رشت (خورش فسنجان)
- ۸۴..... مشهد (شله)
- ۸۵..... سمنان (خورش آلو ترش)
- ۸۵..... مازندران (شیر برنج)
- ۸۶..... لاهیجان (قیمه چرخ کرده)
- ۸۶..... زنجان (حلیم)
- ۸۷..... دزفول (قیمه نخودی)
- ۸۷..... شیراز (خورش قیمه با شکر پلو)
- ۸۷..... خوی (آش حدیح)

۸۸.....	کرمان (آبگوشت متنجنه)
۸۸.....	یزد (آش گندم)
۸۹.....	ارومیه (پیچاق قیمه)
۸۹.....	اهواز و خوزستان (خورش سبزی)
۸۹.....	اراک (آش بی بی سه شنبه)
۹۰.....	اصفهان (بریانی)
۹۱.....	همدان (آبگوشت، قیمه، قورمه سبزی)
۹۱.....	بوشهر (قیمه بوشهری)
۹۱.....	شادگان (قورمه سبزی، کلوچه، حلوا)
۹۲.....	هویزه (شله زرد، حلیم)
۹۲.....	خرمشهر (قیمه نجفی)
۹۳.....	سیستان و بلوچستان (غلور زابلی)
۹۳.....	قزوین (قیمه نثار)
۹۴.....	تهران (قیمه)
۹۵.....	گرمسار (ته چین)
۹۶.....	لرستان (عدس پلو)
۹۶.....	کرمانشاه (خورشت خلال بادام)
۹۶.....	دامغان (مانی پلو)
۹۷.....	لنگرود (سیاه پلو)
۹۷.....	کرمان (آبگوشت متنجنه یا آبگوشت امام حسینی)
۹۷.....	اردبیل (قیمه پیچاق)
۹۸.....	کاشان (آبگوشت پلو)
۹۹.....	منابع