

غذاهای بومی مردم کازرون

دیگر غذاها

چنگال

بردونوع است: چنگال شکر و روغن، چنگال ریچال. این نان خشک و شکننده را در پارچه‌ای ریخته، چنگ می‌زنند تا به قطعات ریز تبدیل شود، این عمل را پزاندن نان می‌گویند. سپس آن را در کاسه می‌ریزند و مقداری شکر و روغن گرم شده را با آن مخلوط می‌کنند تا شکر و روغن به خوردن نان برسد، چنگال آماده خوردن است.

چنگال ریچال (ریچال از لورک درست می‌شود). لورک ماده اول کشک است که بعداً گلوله گلوله و خشک می‌کنند آن را کشک می‌نامند. لورک را با نان، پیاز و خیار می‌خورند.

برای تهیه ریچال، لورک را با ادویه، نمک، سیر و یا پیاز مخلوط می‌کنند تا رنگ آن از سفیدی به زردی تبدیل شود، ریچال را هم با نان و خیار می‌خورند. برای چنگال ریچال، نان را به همان ترتیب که گفته شد می‌پزاندند و بر آن ریچال می‌ریزند، سپس کمی هم نعناع خشک به آن اضافه می‌کنند و چنگ می‌زنند تا مخلوط شود، ریچال را با خیار می‌خورند. این غذا هرچند خوشمزه اما بی‌خاصیت است.

چندر ماشک

چندر یعنی چغندر و ماشک همان ماش است. ابتدا چغندر و ماش را تمیز می‌کنند و می‌شویند و کمی آب روی آن می‌ریزند و روی اجاق می‌گذارند. وقتی جوشید، آب چغندر و ماش را می‌گیرند و در ظرفی جداگانه گذاشته و آن را می‌کوبند تا له شود، بعد پیازداغ و سیر و فلفل سرخ کرده را در دیگ ریخته و آب چغندر و ماش را که قبلاً آماده کرده بودند را به آن اضافه می‌کنند، سپس کمی آب‌لیمو یا آب‌نارنج به‌عنوان چاشنی به آن می‌افزاییم و می‌گذارند تا خوب بپزد. این غذا را هم می‌توان با نان و هم به‌صورت تیلیت خورد.

توله ماست

توله ماست گیاهی است به رنگ سبز که در کنار مزارع، جوی‌ها و در زمین‌های آبرگیر و هنگام بهار می‌روید و بلندی آن به ۳۰ تا ۴۰ سانتی‌متر می‌رسد. کم‌شاخه و نازک است و تبعی سرد دارد.

توله را می‌چینند و پس از خرد کردن کمی سیر در آن می‌ریزند، می‌جوشانند، سپس صاف می‌کنند و بعد از آن خنک شده با ماست مخلوط کرده و آن نمک و فلفل سیاه اضافه می‌کنند.

توله ماست آماده است. بعضی آن را به‌عنوان دسر می‌خورند.

پلو بابونه

بابونه گیاهی است که در ابتدای بهار در دشت‌های کازرون می‌روید و نوع است؛ یکی بابونه با گل‌های کوچک و گلبرگ‌های سفید و میانه زردرنگ است که از گل آن به‌عنوان دارو استفاده می‌کنند. نوع دیگر را بابونه گاو می‌گویند که به همان شکل اما دارای بوته و گلی درشت است و مورد استفاده قرار نمی‌گیرد.

برای تهیه این پلو همان بابونه‌های کوچک را می‌چینند و زمان دم دادن برنج یعنی وقتی آن را صاف می‌کنند، مقداری بابونه خرد شده را بر آن می‌پاشند و با ماشی که قبلاً جوشانده‌اند مخلوط می‌کنند و از آنجا که معمولاً این پلو را با خورشت نمی‌خورند، زمان دم دادن آن، چند دانه تخم، متناسب با مقدار پلو و افراد خانواده، با پوست لایه برنج می‌گذارند تا وقتی که پلو دم بکشد تخم‌مرغ‌ها هم حالت آب‌پز سفت شود.

نیم تا سه‌ربع ساعت بعد پلو دم می‌کشد. این غذا را بیشتر زمانی می‌پزند که افراد خانواده دچار سرماخوردگی شده باشند.

لکک

لول گندم را پاک کرده، آسیاب می‌کنند سپس آرد آن را جدا و گندم‌های خرد شده را در دیگ می‌ریزند و بدون روغن، سرخ می‌کنند. وقتی خنک شد آن وزن کرده روی هر دو کاسه لکک یک کاسه آب می‌ریزند بعد مثل آش دم می‌کنند. در اینجا به سه ترتیب ممکن است لکک را بپزند:

اول: اگر بخواهند کلم و بادمجان بپزند، موقع دم کردن، آن را در دیگ خورد و موقع خوردن، روغن اضافه کرده و با خورشت صرف می‌کنند.

دوم: اگر بخواهند لکک شیر و روغن بپزند بعد از نیم ساعت که لکک دم کشید روی آن شیر و روغن می‌ریزند، این غذا تا ربع ساعت بعد دم می‌کشد.

اگر نرگسی (هویج زرد) را که قبلاً رنده کرده‌اند، همراه با شیر و روغن به لکک اضافه می‌کنند، لکک شیر و نرگسی درست می‌شود.

سوم: اگر بخواهند لکک دمی بپزند، گوشت چرب (گوشت دمی) با کمی لپه و گوجه‌فرنگی را که قبلاً کمی پخته شده هنگام دم کردن لکک به آن اضافه می‌کنند و رها می‌کنند تا دم بکشد. لکک غذای بسیار مقوی و خوشمزه است.

ملق

ملق همان ملخ است که هنگام به خوشه نشستن مزارع گندم و جو در جنوب سیل آن‌ها به راه می‌افتد.

بعضی از مردم به شکار ملخ می‌رفتند و گونی خود را از آن پر کرده و برای چند روز انبار می‌کردند.

ملخ‌ها را در یک دیگ بزرگ می‌ریختند، به آن نمک می‌زدند و با بال و پا و دست و سر می‌پختند، به‌طوری که ربع ساعت اول تعدادی از ملخ‌ها از دیگ بیرون می‌پریدند. دو سه ساعت بعد ملخ‌ها می‌پختند و ملخ‌پزهای حرفه‌ای آن را می‌فروختند و به سر چهارراه‌ها می‌آوردند و فریاد می‌زدند:

«ملقن، چیشش پقن، هر کی نخورده احمقن» یعنی: ملخ است، چشمش باز و درشت است، هر کسی آن را نخورده احمق است.

و مردمی که ملخ را می‌خریدند، موقع خوردن بال و پایش را می‌کنند و با سرش دور می‌انداختند و محتویات شکمش که لوله‌ای از محل گردن بود هنگام جدا کردن سر ملخ، بیرون می‌آمد.

ملخ دو نوع است: یکی ملخ خاکستری که آن را ملخ مصری (کشور مصر) یا کناری می‌گفتند، گوشتش سفت‌تر و خوشمزه‌تر بود. دیگری ملخی که لاغر بود و بدنی پوچ داشت، ملق زردک نام داشت و بیشتر ملخ‌هایی که می‌آمدند از این نوع بودند.

مُنَجِّنا

مُنَجِّنا از گوشت گنجشک، پیاز، روغن و عدس درست می‌شود. ابتدا در شکم گنجشک‌ها پیازداغ که قبلاً آماده شده می‌ریزند و آن را می‌دوزند، این حالت را تپاندن می‌گویند.

گنجشک‌ها را در دیگ ریخته، عدس، ادویه، نمک و لیمو به آن اضافه می‌کنند و مثل آب‌گوشت می‌پزند.

مُنَجِّنا غذای بسیار لذیذ است که با نان به‌صورت تیلیت می‌خورند.

تهیه و تنظیم: حسین قاسمی، برگرفته از کتاب سنت‌های مردم کازرون

آش‌ها

به گزارش کازرون‌نگاه در شهرستان کازرون غذاهای ساده‌ای وجود دارد که شاید هیچ جای دنیا نمونه‌اش وجود نداشته باشد و شاید هم هیچ‌کس نتواند این غذا را حتی بارهنگامی پخت، آن‌چنان که کازرونی‌ها طبخ می‌کنند، طبخ کند. در زیر بخش اول این مجموعه که یادآور غذاهای سنتی کازرون است نوشته شده است که خواندنی است.

اوداگک

او یعنی آب و او داگک یعنی آب داغ. این غذا به‌صورت کل جوش تهیه می‌شود با این تفاوت که روی پیاز و روغن (پیازداغ) به‌جای آب و ماست، آب خالی و گاهی هم کمی گوجه‌فرنگی در آن می‌ریزند و شملی (شملیز یا شملیله) به آن اضافه می‌کنند.

بعد آن را کمی به هم می‌زنند، اگر به جوش آید، ایرادی ندارد، اوداگک را با نان تیلیت می‌کنند و می‌خورند.

اوداگک شملی

اوداگک شملی (شملیز یا شملیله): اول پیاز و روغن را در تابه روی آتش می‌گذارند و شملی را در آن سرخ کرده و در آب می‌جوشانند و بعد از یک جوش اوداگک شملی حاضر است. این غذا را به‌صورت تیلیت می‌خورند. نام دیگر این غذا گربه برده است، چون پخت آن کاملاً شبیه قلیه ماهی است؛ اما ماهی ندارد. قلیه یک غذای بندری است که از آنجا به سایر نواحی جنوب آمده است.

آش کارده

کارده آش تلخ است که اوایل بهار در اطراف کوه می‌روید. وقتی آن را چیدند می‌جوشانند تا شیره تلخش خارج شود، بعد آن را در هوای آزاد می‌گذارند تا خشک شود.

برای تهیه آش کارده اول کارده را پاک می‌کنند سپس آن را شب تا صبح خیس می‌دهند و می‌کوبند تا تمام سبوس جو از مغز جدا شود، بعد آن را می‌افشانند و اضافات جو را می‌گیرند و همراه با کارده و سیر و شوید زیاد در دیگ می‌ریزند و پس از آن مقداری آب به آن اضافه می‌کنند تا کاملاً بجوشد و دانه‌های جو مانند دانه‌های برنج پف کند و کش بیاید.

بعد به‌عنوان چاشنی، خلال پوست نارنج و قره‌قروت یا سرکه در آن ریخته، در یک سینی آتش می‌ریزند و روی دیگ می‌گذارند.

شعله زیر دیگ را کم می‌کنند تا به‌طور ملایم بجوشد. آش کارده باید چند ساعت در حال دم کشیدن باشد.

آش کارده ترش‌مزه و تهیه آن بسیار مشکل است، به این دلیل کمتر کسی زحمت پختن آن را می‌کشد و اکثر مردم، آش کارده را از افراد خاصی که با مهارت، می‌پزند خریداری می‌کنند.

آش مجک

مج یعنی مغز و چون آش مجک را با مغز بادام کوهی می‌پزند به این نام خوانده می‌شود. بادام کوهی را در محل آخرک می‌کوبند و این غذا را آش آخرک هم می‌نامند. آخرک که دانه‌های کمی بزرگ‌تر از یک نخود است از درخت می‌چینند.

در ابتدا تلخ است، اگر بخواهند به‌تنهایی و مثل تخمه بشکنند آن را شیرین می‌کنند، یعنی در یک دیگ بزرگ می‌جوشانند و نمک می‌زنند، اما اگر برای استفاده در آش باشد به همان صورت تلخ از آن استفاده می‌شود.

برای پختن آش مجک، آخرک شیرین‌شده را به همان صورتی که از درخت چیده‌اند با یک سنگ روی سطح تمیزی می‌کوبند تا مغز و پوستش در هم شود سپس آن را در یک هاون تمیز و بزرگ می‌ریزند و آنقدر می‌کوبند تا کاملاً نرم و پوست و مغز آن‌چنان خرد و مخلوط شود تا اگر در دست فشار دهند، روغن مغز آخرک از آن بچکد.

بعد آن را در ظرف دیگری می‌ریزند و به آب اضافه می‌کنند و آنقدر به هم می‌زنند که مغز آخرک له شده با آب مخلوط شود و به رنگ و غلظت شیر درآید. پوست‌های خرد شده که سنگین‌تر است ته ظرف رسوب می‌کند.

سپس پارچه‌ای تمیز و نازکی روی دیگ می‌گذارند و آب شیرینی‌رنگ را صاف می‌کنند و به مقدار آخرک، برنج می‌ریزند و دیگ را به حال خودش رها می‌کنند تا آنقدر بجوشد که دانه‌های برنج از حالت دانه‌دانه بیرون بیایند و نم چین شود. هرچه آش بیشتر بجوشد، روغن آخرک بیشتر بیرون آمده و چرب‌تر می‌شود. این آش احتیاج به هیچ‌گونه چاشنی، ادویه و حتی نمک ندارد، چون با خرما و شکر می‌خورند. آش مجک بیشتر در زمستان پخته می‌شود و هرچند روز که بماند، روزبه‌روز خوشمزه‌تر می‌شود.

کل جوش

برای پختن کل جوش، ابتدا پیازداغ تهیه می‌کنند، یعنی مقداری پیاز، به میزان احتیاج در روغن سرخ کرده و کمی ادویه، نمک و مقداری نعناع خشک کوبیده، به آن اضافه می‌کنند.

بعد مقداری آب در ظرف ماستی که از قبل آماده کرده‌اند، می‌ریزند و با کمی نمک آنقدر به هم می‌زنند که کاملاً به حالت دوغ درآید. سپس کمی فلفل به کل جوش اضافه می‌کنند و آن را روی پیازداغ می‌ریزند. از این لحظه تا موقع پختن و حاضر شدن کل جوش، نباید یک‌لحظه هم از به هم زدن آن غفلت کرد چون اگر یک ثانیه آن را به هم زنند کل جوش می‌برد و خراب می‌شود، یعنی ماست آن تهنشین می‌شود و آبش بالا می‌آید.

پس از ده تا بیست دقیقه (بستگی به حرارت آتش و مقدار کل جوش دارد) کل جوش بالا می‌آید، مثل بالا آمدن شیر در ابتدای جوشیدن.

در این لحظه تا از جوش نیفتاده، آن را از روی آتش بر می‌دارند. کل جوش برای خوردن، حاضر است و آن را با نان، تیلیت (ترید) می‌کنند.

کل جوش لمریک

میوه‌ی یک بوته‌ی صحرایی است که آن را بوته‌ی لمریک می‌نامند. بوته‌ی لمریک گیاهی است بین بوته و درخت، یعنی تا حدود یک متر و اندی رشد می‌کند.

این بوته دارای شاخه‌هایی در هم و برگ‌ی شبیه برگ سدر (کنار) و کمی ریزتر و میوه‌ی آن (لمریک) به‌اندازه یک نخود و رنگش نارنجی است که اگر مدتی طولانی بر شاخه بماند، قرمز می‌شود.

طعم لمریک، ترش است.

برای پختن کل جوش لمریک ابتدا مقداری لمریک را می‌جوشانند و بعد آن را چنگ می‌زنند تا قسمت خوردنی آن‌که پوستش است، با آب، مخلوط و از هسته‌ی گرد و وسطش جدا گردد.

سپس آب لمریک را روی پیازداغ (پیاز سرخ‌شده در روغن) می‌ریزند و به هم می‌زنند. وقتی به جوش آمد، پخته شده و آن را با نان تیلیت می‌کنند.

چون لمریک فقط سالی یک‌بار و فقط برای چند روز پیدا می‌شود، این غذا را سالی یکی دو بار می‌پزند. فصل لمریک اواخر خرداد و اوایل تابستان است.

