



پژوهشی درباره کاربرد مواد خوراکی در رساله های برجای مانده آشپزی از روزگار صفویه؛ مطالعه موردی کارنامه و ماده الحیوه

پدیدآورده (ها) : فرخی، یزدان؛ محمدی، مرتضی

تاریخ :: پژوهش نامه تاریخ اجتماعی و اقتصادی :: بهار و تابستان 1395، سال پنجم - شماره 1 (علمی-ترویجی/ISC) از 89 تا 110

آدرس ثابت : <http://www.noormags.ir/view/fa/articlepage/1175693>

دانلود شده توسط : کاربر عمومی دانشگاه دولتی اصفهان

تاریخ دانلود : 31/03/1396

مرکز تحقیقات کامپیوتری علوم اسلامی (نور) جهت ارائه مجلات عرضه شده در پایگاه، مجوز لازم را از صاحبان مجلات، دریافت نموده است. بر این اساس همه حقوق مادی برآمده از ورود اطلاعات مقالات، مجلات و تألیفات موجود در پایگاه، متعلق به "مرکز نور" می باشد. بنابر این، هرگونه نشر و عرضه مقالات در قالب نوشتار و تصویر به صورت کاغذی و مانند آن، یا به صورت دیجیتالی که حاصل و بر گرفته از این پایگاه باشد، نیازمند کسب مجوز لازم، از صاحبان مجلات و مرکز تحقیقات کامپیوتری علوم اسلامی (نور) می باشد و تخلف از آن موجب پیگرد قانونی است. به منظور کسب اطلاعات بیشتر به صفحه [قوانین و مقررات](#) استفاده از پایگاه مجلات تخصصی نور مراجعه فرمائید.



پایگاه مجلات تخصصی نور

www.noormags.ir

پژوهشی درباره مصرف مواد خوراکی در رساله‌های برجای مانده آشپزی از روزگار صفویه مطالعه موردی کارنامه و ماده الحیوة

یزدان فرخی*

مرتضی محمدی**

چکیده

آنچه انسان در طی زندگی روزمره به منزله مواد خوراکی به کار می‌گیرد نقش مهمی در زندگی و تن‌درستی او دارد. چنان‌که غلبه گونه‌ای ویژه از مواد خوراکی مانند گوشت قرمز، روغن، حبوبات، یا سبزی‌جات می‌تواند کیفیت خوراک او را نشان دهد. در این مقاله تلاش می‌کنیم با استفاده از مطالب دو رساله آشپزی برجای مانده از ایران دوره صفوی (شاه اسماعیل اول و شاه عباس اول)، ضمن استخراج نوع مواد خوراکی گوناگون در هر دو رساله، غلبه گونه‌های مواد خوراکی را مشخص و سپس آن‌ها را با یکدیگر مقایسه کنیم.

پرسش این تحقیق عبارت است از این‌که چه تفاوتی در به‌کارگیری دسته‌های مواد خوراکی در هر دو رساله دیده می‌شود و در این میان چه موادی بیش‌تر به کار رفته است؟ به نظر می‌رسد، تفاوت محسوسی در به‌کارگیری مواد خوراکی در هر دو رساله دیده می‌شود. یافته‌ها نشان می‌دهد، آشپز دوره شاه عباس اول در مقایسه با آشپز دوره شاه اسماعیل اول در خوراک‌های معرفی شده خود از گوشت قرمز کم‌تر و از حبوبات بیش‌تر استفاده می‌کرده است.

کلیدواژه‌ها: خوراک، مواد غذایی، شیوه تغذیه، رساله آشپزی، صفویه.

* استادیار گروه تاریخ، دانشگاه پیام‌نور، y_farrokhi@pnu.ac.ir

** دانشجوی کارشناسی ارشد تاریخ، دانشگاه پیام‌نور، yazdanfarrokhi@gmail.com

تاریخ دریافت: ۱۳۹۵/۱/۲۵، تاریخ پذیرش: ۱۳۹۵/۴/۲۲

۱. مقدمه

خوردن و تأمین خوراک بخش مهمی از فعالیت‌های اجتماعی و اقتصادی روزمره انسان را تشکیل می‌دهد و بررسی ابعاد گوناگون آن از نظر تحقیق در تاریخ اجتماعی مهم است. در این میان آشپزی پیشه محوری و آشپزان پیشه‌وران این عرصه به‌شمار می‌روند. حاصل فعالیت آن‌ها به‌صورت حرفه‌ای پخت انواع خوراکی‌ها و خورش‌هاست. به‌عبارتی دیگر، آن‌چه به‌منزله غذاهای متنوع در جوامع گوناگون نام برده و استفاده می‌شود حاصل این نوع فعالیت آشپزها در تاریخ است.

آشپزی در ایران تاریخ دیرینه‌ای دارد و اهمیت آن به‌منزله فعالیت‌های حرفه‌ای تا به آن‌جاست که از آن با عنوان «مکتب ایرانی» یاد می‌شود و در کنار دو تمدن کهن دیگر یعنی روم و چین مطرح شده است (ابراهیمی، ۱۳۹۳: ۱۴۱)، اما این فعالیت در طی تاریخ از سنتی شفاهی پیروی می‌کرده است و کم‌تر مواردی از دست‌رنج اینان به روی کاغذ آمده است. از این رو تحلیل و ارزیابی شیوه‌های این فعالیت و احصای انواع غذاها برای مورخ تاریخ اجتماعی کاری بسیار دشوار است. با وجود این محدودیت، دسترسی به دو رساله آشپزی در دوره صفوی بسیار مغتنم است. این دو رساله شرح نسبتاً مبسوطی از انواع خوراکی‌ها و مواد مورد استفاده در آن‌ها را به‌دست می‌دهد.

رساله اول که کارنامه نام دارد تألیف حاجی محمد باورچی بغدادی است. مؤلف از آشپزان دربار شاه اسماعیل بود و آن را در سال ۹۲۷ ق برای یکی از اعیان و اشراف و رجال عصر شاه اسماعیل صفوی (۹۰۷-۹۳۰ ق) نوشته است (افشار، ۱۳۸۹: ۲۳). رساله دوم ماده‌الحویه نام دارد که ۷۶ سال پس از رساله اول نورالله نامی آن را نوشته است. وی آشپز شاه عباس اول (۹۹۶-۱۰۳۸ ق) بود و این رساله را در سال ۱۰۰۳ ق نوشته است (افشار، ۱۳۸۹: ۲۷؛ افشار، ۱۳۸۵: ۲۰۵-۲۱۲).

ارزش و اهمیت علمی این دو رساله از نظر ترکیب و محتوای مواد غذایی آن‌هاست، بنابراین پرسش‌های مطرح شده چنین است: آیا می‌توان از غلبه نوع خاصی از مواد خوراکی در غذاهای معرفی شده سخن گفت؟ بررسی مقایسه‌ای اطلاعات کمی استخراج‌شده از هر دو رساله چه تفاوت و تغییری را در به‌کارگیری مواد غذایی نشان می‌دهد؟ چنین به‌نظر می‌رسد که تفاوت محسوسی در به‌کارگیری مواد خوراکی در هر رساله دیده می‌شود و این تغییر در مقایسه اطلاعات آماری هر دو رساله ملاحظه‌شدنی است.

برخلاف پژوهش‌هایی که درباره وضعیت خوراک و تغذیه در جهان اسلام انجام شده است (Beg, 2000: 23-24; Waines, 2000: 30-32)، در زمینه خوراک و خورش در تاریخ

ایران تحقیقات مفصلی صورت نگرفته است، اما اخیراً نمونه‌ای از تحقیقات دامنه‌دار و ارزنده، از جمله به دست علی بلوک‌باشی، در این زمینه انجام شده است. وی در کتاب *آشپزی و آشپزباشی* (بلوک‌باشی، ۱۳۹۲) و در مجموعه *تاریخ جامع ایران* مطالب گران‌بهای در زمینه آشپزی در تاریخ ایران عرضه کرده و در خصوص آشپزی دوره صفوی و مطالب دو رساله اخیر نیز اشاره‌هایی هرچند اجمالی به موضوع داشته است (بلوک‌باشی، ۱۳۹۳: ۴۸۶-۴۸۷). هم‌چنین نجف دریابندری در دانش‌نامه مبسوطی، که بیش‌تر به صورت کتابی کاربردی درباره آشپزی و طرز پخت‌وپز انواع خوراهاست، در سطور چند به محتوای دو رساله آشپزی دوره صفوی اشاره کرده است (دریابندری، ۱۳۸۴: ۹۲) و ضمن مطالب خود از دو رساله آشپزی دوره صفوی نیز بهره‌هایی برده است.

موضوع خوراک، مواد خوراکی، و آشپزی به‌طور کلی در مجموعه‌ای با عنوان *فرهنگ‌های آشپزی در خاورمیانه* زیر نظر سامی زبیده و ریچارد تاپر منتشر شده است و محققان آن را بررسی کرده‌اند. از جمله برت فراگنر در مقاله‌ای با عنوان «از قفقاز تا بام دنیا: سرگذشت آشپزی» اشاره‌های اجمالی به بحث آشپزی و خوراک در ایران کرده است (Fragner, 1994: 58). هم‌چنین در *دانش‌نامه ایرانیکا* مدخل‌هایی مرتبط با آشپزی و خوراک منتشر شده است. از جمله ذیل مدخل «پخت‌وپز» در ایران نگاهی اجمالی به موضوع مورد بحث شده و فقط در یک مورد به دوره صفوی اشاره شده است (Ghanoonparvar, 1993)، اما در برخی مقالات به آشپزی دوره صفویه بیش‌تر توجه شده است (Ghanoonparvar, 1998: 91-97). افزون بر این، در همان *دانش‌نامه ایرانیکا* با رویکردی تاریخی و مردم‌شناسانه و ذیل مدخل‌هایی چون «آشپزی» (Fragner, 1987)، «آش» (Elāhī, 1987)، «آبگوشت» (Ramazani, 1982)، و «خورشت» (Elāhī, 2008) آثاری مرتبط با موضوع مقاله حاضر منتشر شده است. اخیراً هوشنگ شهابی نیز در مقاله‌ای به سنت‌های کهن آشپزی در ایران اشاره‌ای اجمالی کرده است (Chehabi, 2003: 43-61).

۲. روش بحث

در پژوهش حاضر مواد خوراکی به‌کاررفته به سیزده دسته گوناگون مشتمل بر «غلات»، «گوشت قرمز»، «گوشت مرغ و ماکیان»، «تخم‌مرغ»، «حبوبات و صیفی‌جات»، «روغن»، «ادویه»، «عرقیات»، «ترشی‌جات»، «شیرینی‌جات»، «لبنیات»، «خشک‌بار و میوه»، و «سبزی‌جات» تقسیم شده است. حاصل این دسته‌بندی از مواد خوراکی به صورت آماری در دو جدول و در بخش پیوست قرار داده شده است.

از موارد حائز اهمیت در خصوص تحلیل مواد خوراکی معرفی شده در رساله‌های مورد بحث توجه به تفاوت رژیم غذایی دوره صفوی با دوران معاصر است. برای نمونه، بر پایه گزارش‌هایی از دوره صفویه می‌توان گفت در ایران دو وعده غذایی در طی شبانه‌روز صرف می‌شده است که براساس مواد خوراکی مصرف‌شده یک وعده آن را می‌توان با صبحانه (یا چاشت) مطابقت داد و وعده دیگر را با نهار و شام معمول در ایران کنونی مقایسه کرد (تاورنیه، ۱۳۸۳: ۳۰۷؛ شاردن، ۱۳۷۲: ۸۲۲-۸۳۲). از این رو مواد غذایی معرفی شده در هر دو رساله کارنامه و ماده‌الحیوة بیش‌تر با خوراک‌های مورد استفاده در وعده‌های نهار و شام معمول در ایران کنونی قابل مقایسه است؛ البته طبیعی است که با توجه به خوراک‌های معرفی شده در این دو رساله وعده صبحانه را می‌توان در تحقیقی دیگر و براساس منابع پراکنده دوره صفوی بررسی کرد.

هم‌چنین، با توجه به این‌که هدف مؤلفان از نگارش این رساله‌ها عمدتاً آموزش آشپزان و تعلیم پیشه‌وران بوده است، در بسط‌دادن دستاورد این تحقیق و آمارهای به‌دست‌آمده از این رساله‌ها رعایت احتیاط ضروری است و می‌بایست براساس تحقیقات بیش‌تر از لابه‌لای منابع متعدد تاریخی دستاورد تحقیق حاضر تعمیم داده شود و به‌طور فراگیر تحلیل شود. از این رو، تعیین این‌که مواد غذایی و خوراکی مورد بحث را چه گروهی از جامعه ایران در دوره صفوی استفاده می‌کردند دشوار است.

احتمالاً، با توجه به این‌که مؤلفان این دو رساله در سمت آشپز به دربار صفوی و به‌طور کلی هیئت حاکمه خدمت می‌کردند، مصرف این خوراکی‌ها بیش‌تر برای گروه‌های اخیر بوده است، اما به هر حال تعمیم این خوراک‌ها به جامعه دوره صفوی و بخش‌های گوناگون آن نیازمند تحقیقات وسیع‌تر کیفی و کمی در منابع دوره صفوی است و در واقع تحقیق حاضر مقدمه تحقیقات در این زمینه خواهد بود. حاصل گردآوری و استخراج داده‌های این دو رساله در دو جدول پیوست بیان شده است و حاصل هر یک از دسته‌های مواد غذایی به‌طور کلی در دو جدول زیر ملاحظه‌شدنی است.

جدول ۱. آمار گروه‌های غذایی در رساله آشپزی ماده‌الحیوة

ردیف	غلات	گوشت قرمز	گوشت سفید و ماهیان	تخمین	سبزیجات و میوه‌ها	روغن	ادویه	غرفیان	ترشی‌جات	شیرینی‌جات	لبنیات	خشکبار میوه	سبزیجات
تعداد	۸۸	۶۲	۴۰	۹	۶۵	۶۴	۷۶	۶	۳۴	۴۹	۱۵	۶۴	۸۲
درصد	۷۷/۹	۵۴/۳	۳۵/۰	۷/۹	۵۷/۰	۵۶/۰	۶۶/۳	۵/۲	۲۹/۲	۴۲/۹	۱۳/۵	۵۶/۴	۷۱/۹

جدول ۲. آمار گروه‌های غذایی در رساله آشپزی کارنامه

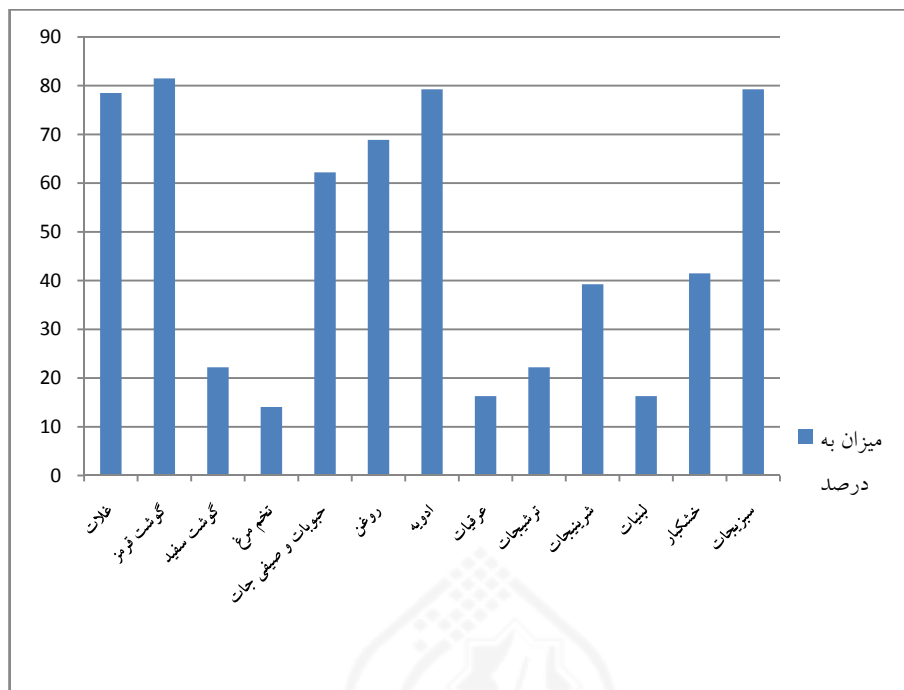
سبزی-جات	خشک‌بار - میوه	لبنیات	شیرینی-جات	ترشی-جات	عرقیات	ادویه	روغن	حبوبات و صیفی	تخم‌مرغ	گوشت مرغ، ماهیان	گوشت قرمز	غلات	ردیف
۱۰۷	۵۶	۲۲	۵۳	۲۰	۲۲	۱۰۷	۹۳	۸۴	۱۹	۳۰	۱۱۰	۱۰۶	تعداد
۷۹/۲۵	۴۱/۴۸	۱۶/۲۹	۳۹/۲۵	۲۲/۲۲	۱۶/۲۹	۷۹/۲۵	۶۸/۸۸	۶۲/۲۲	۱۴/۰۷	۲۲/۲۲	۸۱/۴۸	۷۸/۵۱	درصد

۳. تحلیل داده‌ها

براساس مطالب به‌دست‌آمده از جدول‌های مرتبط با هر دو رساله کارنامه و ماده‌الحیوة می‌توان تصویری تقریبی از مواد خوراکی به‌کاررفته در انواع غذاهای مشهور دوره صفویه به‌دست آورد. در این میان مواد خوراکی به‌کاررفته در انواع خوراکی‌ها به سیزده دسته تقسیم می‌شود و براساس این سیزده نوع مواد غذایی محتوای آمارهای به‌دست‌آمده از هر دو رساله تحلیل خواهد شد.

محتوای رساله کارنامه نشان می‌دهد که گوشت قرمز (اعم از گوسفند و گاو)، به‌منزله یکی از مواد خوراکی به میزان ۸۱/۴۸ درصد، بیش‌ترین مصرف و کاربرد را در میان مواد خوراکی دیگر داشته است. پس از آن ادویه به میزان ۷۹/۲۵ درصد، سبزی‌جات به میزان ۷۹/۲۵ درصد، و غلات به میزان ۷۸/۵۱ درصد در مقام بعدی مواد اصلی خوراکی در این رساله قرار می‌گیرند. در این میان تخم‌مرغ به میزان ۱۴/۰۷ درصد کم‌ترین مصرف را نزد آشپزان عهد شاه‌اسماعیل صفوی در پخت‌وپز غذاها داشته است. هم‌چنین لبنیات پس از آن به میزان اندکی یعنی ۱۶/۲۹ درصد به‌کار رفته است.

از اطلاعات به‌دست‌آمده درباره طعم غذاها از نظر شیرینی و ترشی برمی‌آید که در مجموع خوراکی‌ها میل بیش‌تری به مواد شیرین‌کننده داشته است و میزان شیرینی‌جات ۳۹/۲۵ درصد و ترشی‌جات با میزان نسبتاً کم‌تری ۲۲/۲۲ درصد در مواد خوراکی مشاهده می‌شود و در بقیه موارد طعم‌ها از دسته عرقیات گرفته شده است. در مجموع چنین استنباط می‌شود که در میان انواع غذاهای معرفی‌شده در رساله کارنامه میزان ۱۱/۱۱ درصد خوراکی‌ها منحصرأ گیاهی بوده و ۸۸/۸۸ درصد خوراکی‌ها با استفاده از گوشت‌های گوناگون پخت‌وپز می‌شده است.



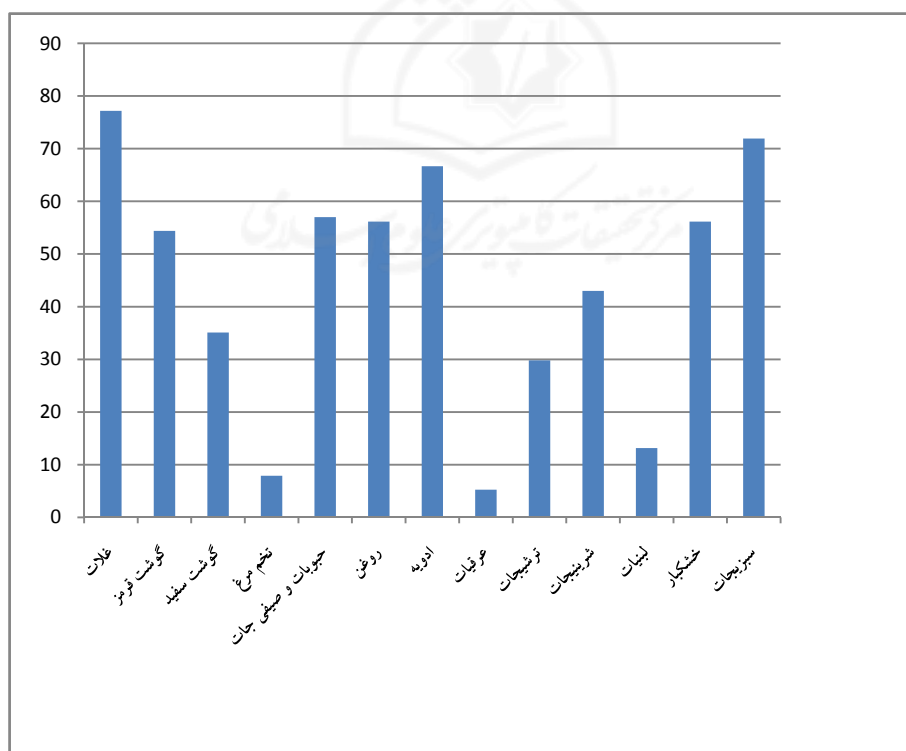
نمودار ۱. فراوانی مواد غذایی رساله کارنامه

در رساله ماده‌الحيوة غلات به میزان ۷۷/۱۹ درصد مهم‌ترین ماده غذایی بوده و بیش‌ترین استفاده را در میان مواد دیگر داشته است. این مقام و رتبه عمدتاً در نتیجه کاهش میزان مصرف گوشت قرمز در میان انواع خوراکی‌های معرفی‌شده در این رساله است. گوشت قرمز با کاهش ۲۷/۱ درصدی به میزان ۵۴/۳۸ درصد رسیده است. پس از غلات سبزیجات با میزان ۷۱/۹۲ درصد، ادویه به میزان ۶۶/۶۶ درصد، حبوبات به میزان ۵۷/۰۱ درصد، روغن ۵۶/۱۴ درصد، و خشکبار و میوه به میزان ۵۶/۱۴ درصد بیش‌ترین استفاده و کاربرد را در پخت‌وپز خوراکی‌های این رساله داشته است.

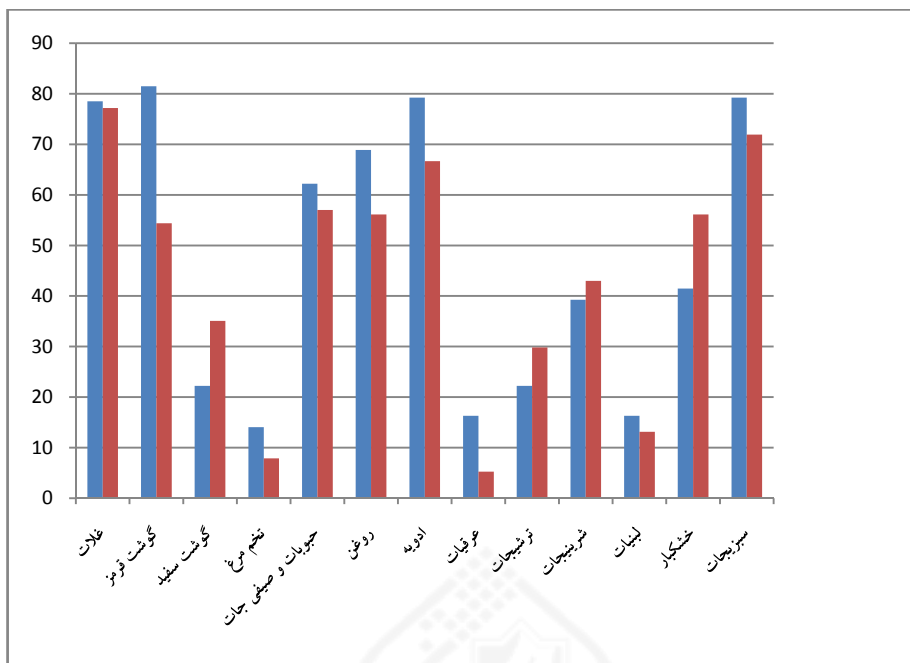
با بررسی آمارهای به‌دست‌آمده چنین استنباط می‌شود که به‌طور کلی در مواد غذایی رساله دوم در مقایسه با رساله اول، از نظر به‌کارگیری دسته‌های گوناگون مواد خوراکی، تفاوت‌های کاهشی و افزایشی محسوسی دیده می‌شود. چنان‌که در مصرف مواد خوراکی در رساله ماده‌الحيوة در مقایسه با رساله کارنامه، در خصوص موادی چون گوشت قرمز، روغن، ادویه، سبزیجات، عرقیات، تخم‌مرغ، و لبنیات روند کاهشی دیده می‌شود و غلات نیز به میزان بسیار اندکی کاهش یافته است. در این میان گوشت قرمز

به میزان ۲۷/۱ درصد، روغن ۱۲/۷۴ درصد، ادویه ۱۲/۵۹ درصد، عرقیات ۱۱/۰۳ درصد، سبزی جات ۷/۳۳ درصد، تخم مرغ ۶/۱۸ درصد، حبوبات ۵/۲۱ درصد، لبنیات ۳/۱۴ درصد، و سرانجام غلات ۱/۳۲ درصد به ترتیب بیشترین و کمترین میزان کاهش را نشان می‌دهند. در این میان غلات در مقایسه با مواد خوراکی دیگر کمترین میزان کاهش را داشته است.

در مجموع در مصرف خوراکی‌های معرفی شده در رساله ماده‌الحيوة در برخی موارد نظیر بهره‌گیری از گوشت سفید، شیرینی جات، ترشی جات، و خشک‌بار افزایش نسبتاً چشم‌گیری مشاهده می‌شود. بیشترین افزایش مربوط به کاربرد خشک‌بار و میوه در خوراکی‌ها به میزان ۱۴/۶۶ درصد است. سپس گوشت سفید اعم از مرغ، ماکیان، و ماهی به اندازه ۱۲/۸۶ درصد افزایش یافته است. ترشی جات با ۷/۶ درصد و شیرینی جات به میزان ۳/۷۳ درصد در مراتب بعدی روند افزایشی مواد خوراکی در رساله ماده‌الحيوة را تشکیل می‌دهند.



نمودار ۲. فراوانی مواد غذایی در رساله ماده‌الحيوة



نمودار ۳. مقایسه دو رساله

۴. نتیجه‌گیری

این پژوهش عمدتاً بر استخراج آماری مواد غذایی به‌کاررفته در دو رساله متفاوت و مربوط به دو دوره از حکمرانی صفویه متمرکز است. آمارها بر مبنای تقسیم مواد خوراکی استخراج شده در سیزده گونه بیان شده است. براساس نتایج آماری مشخص می‌شود که در رساله مربوط به عهد شاه اسماعیل (۹۰۶-۹۳۰ ق) گوشت قرمز بیش‌ترین کاربرد و استفاده را نزد آشپزان برای پخت‌وپز داشته است. سپس، براساس همان آمار، این مرتبه و جایگاه در رساله عهد شاه عباس اول (۹۹۶-۱۰۳۸ ق) به غلات تعلق گرفته است.

هم‌چنین حبوبات، سبزی‌جات، و ادویه، به لحاظ میزان کاربرد در مجموع خوراکی‌ها، از مهم‌ترین مواد خوراکی مستعمل در خوراکی‌های هر دو رساله بوده‌اند. در مجموع آشپزان در میان مواد خوراکی معرفی شده میل بیش‌تری به مواد شیرین‌کننده داشته‌اند و سپس ترشی به‌منزله طعم‌دهنده دیگر در مقام بعدی قرار گرفته است. هم‌چنین، در رساله دوم میزان کاربرد و مصرف عرقیات در میان خوراکی‌ها کاهش یافته و در مقابل مواد طعم‌دهنده ترش و شیرین روند افزایشی داشته است. افزون بر این، در رساله دوم در مقایسه با رساله نخست

استفاده از گوشت سفید مشتمل بر مرغ، ماکیان، و ماهی روند افزایشی داشته و خوراکی‌های بیش‌تری از این مواد بهره برده است. در کنار این تغییر می‌توان به افزایش میزان استفاده از روغن و ادویه در رساله دوم نیز اشاره کرد.

محتوای هر دو رساله بازتابی از تفاوت سلیقه آشپزی در به‌کارگیری مواد غذایی از سوی هر دو آشپز مشهور دوره صفوی است، اما در خصوص تعمیم نتایج این مقاله درباره هر دو رساله و تحلیل این تغییرات، بدون مطالعات گسترده در منابع متعدد و تحقیقات دیگر، رعایت احتیاط ضروری است. تغییرات استفاده از مواد غذایی و به‌طور کلی رژیم خوراکی جامعه دوره صفوی موضوعی است که فقط با تحقیقات دامنه‌دار در این زمینه می‌توان آن را مشخص کرد.

هنگامی که نتایج این تحقیق در کنار تحقیقات بیش‌تر در این زمینه قرار گیرد، می‌توان علت کاهش و افزایش استفاده از ماده‌ای خوراکی در یک دوره را با جریان‌های اقتصادی مثل افزایش پرورش احشام، قحطی، آفت‌ها، و جریان‌های سیاسی مانند جنگ، تحریم، و تحولات دیگر مرتبط دانست. برای نمونه، گرچه در این مرحله از تحقیقات نمی‌توان با قاطعیت گفت که کاهش مصرف گوشت قرمز در روزگار شاه‌عباس اول از یک منظر تحت تأثیر تضعیف قزلباش‌ها و به‌طور کلی محدودتر شدن حیات گله‌داران در این دوره و افزایش استفاده از غلات بر اثر توسعه کشاورزی و حمایت از روستاییان در مقایسه با دوره شاه‌اسماعیل اول بوده است، اما دست‌کم دستاورد این تحقیق می‌تواند زمینه‌ای برای تحقیقات بعدی قرار گیرد و در پژوهش‌های آینده ارزیابی شود.

۵. پیوست

در مطالعه حاضر از آن‌جا که مؤلفان رساله‌ها هریک از خوراکی‌های مورد بررسی و معرفی خود را به‌صورت جداگانه و به‌منزله واحدی خوراکی توضیح داده و تشریح کرده‌اند، بررسی هریک به‌صورت جداگانه سهولت دارد، اما به هر حال مؤلفان در مواردی هم در خصوص مواد غذایی خود اطلاعات دقیقی به‌دست ندادند و نوع مشخصی را تعیین نکرده‌اند. از این رو، در جدول‌های زیر اگر نوع خاصی از مواد غذایی مشخص شده باشد، به آن اشاره می‌کنیم؛ در غیر این صورت فقط به وجود کلی آن اشاره می‌شود و در مواردی که اشاره کلی هم در دست نیست، با علامت خط فاصله به نبود آن اشاره می‌شود.

۹۸ پژوهشی درباره مصرف مواد خوراکی در رساله‌های برجای‌مانده آشپزی از روزگار صفویه ...

جدول ۳. مواد خوراکی به‌کاررفته در هریک از خوراکی‌های ذکرشده در رساله کارنامه

ردیف	نام غذا	غلات	گوشت قرمز	گوشت سفید	تخم مرغ	حبوبات و صیفی‌جات	روغن	ادویه	عرقیات	زرق‌جات	قشری‌جات	لبنیات	خشک‌بار - میوه	سبزی‌جات	ارجاع به صفحه رساله
۱.	کماج ساده	✓	-	-	-	-	✓	✓	-	-	-	✓	-	-	ص ۶۹
۲.	کماج به	✓	-	-	-	-	✓	✓	✓	-	✓	✓	✓	-	۶۹-۷۰
۳.	کماج مرصع	✓	✓	-	✓	-	✓	✓	✓	✓	✓	-	✓	✓	۷۰-۷۱
۴.	کماج قبولی	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	-	-	✓	✓	۷۲-۷۳
۵.	کماج ورق	✓	✓	-	-	-	✓	✓	-	-	-	-	-	✓	۷۴
۶.	آش ماهیچه	✓	✓	-	-	-	✓	✓	-	-	✓	-	-	✓	۷۵
۷.	ماهیچه بره	✓	✓	-	-	-	-	-	-	-	✓	-	-	✓	۷۶
۸.	بغرای مرصع	✓	✓	-	-	-	✓	✓	-	-	✓	✓	✓	✓	۷۶
۹.	نوع دیگر بغرا	✓	✓	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	✓	۷۸
۱۰.	بغرای خوارزمی	✓	✓	-	-	-	✓	✓	-	-	✓	-	-	✓	۷۸
۱۱.	بغرای بره و سرانگشتی	✓	✓	-	-	-	✓	✓	-	-	✓	-	-	-	۷۸ و ۷۹
۱۲.	آش رشته	✓	✓	✓	-	-	✓	✓	✓	✓	✓	-	-	✓	۷۹
۱۳.	جو شیره و زبان گنجشک	✓	✓	✓	-	-	✓	✓	-	-	✓	-	-	✓	۷۹ و ۸۰
۱۴.	نوع دیگر جو شیره	✓	✓	-	-	-	✓	✓	✓	✓	-	-	-	✓	۸۰
۱۵.	منظو	✓	✓	-	-	-	✓	✓	✓	✓	-	-	-	✓	۸۱
۱۶.	باوردی	✓	✓	-	-	-	✓	✓	-	-	-	-	-	✓	۸۲
۱۷.	اماج، خاله بی‌بی، جوک	✓	✓	-	-	-	✓	-	-	-	-	-	-	-	۸۲
۱۸.	باتماج، بندقبا، برگ بیده، و ...	✓	✓	-	-	-	✓	✓	-	-	✓	✓	✓	✓	۸۲ و ۸۳
۱۹.	بولانی، سنگ‌ریزه، زلف یار	✓	✓	-	-	-	✓	✓	✓	✓	-	-	-	✓	۸۳ و ۸۴
۲۰.	آش گندم	✓	✓	-	-	-	✓	-	-	-	-	-	-	-	۸۵
۲۱.	آش حلیم	✓	✓	-	-	-	✓	-	-	-	-	-	-	✓	۸۵ و ۸۶
۲۲.	آش جو	✓	✓	-	-	-	✓	-	-	-	-	-	-	✓	۸۶
۲۳.	نوع دیگر آش جو	✓	✓	-	-	-	✓	-	-	-	-	-	-	✓	۸۷
۲۴.	شوربای بقراطی	✓	✓	-	-	-	✓	-	-	-	-	-	-	✓	۸۹ و ۹۰
۲۵.	نوع دیگر شوربای مرغ	✓	✓	-	-	-	✓	✓	✓	✓	-	-	-	✓	۹۰

۹۱ و ۹۰	√	√	-	-	-	√	-	√	-	√	√	√	شوربای نوع دیگر	۲۶
۹۲ و ۹۱	√	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	شوربای گوشت بره	۲۷
۹۳	√	-	-	-	-	√	-	-	-	√	√	-	نخوداب رقیق	۲۸
۹۴ و ۹۳	√	-	-	-	-	√	√	-	√	-	√	√	نخوداب غلیظ	۲۹
۹۴	√	-	-	-	-	√	-	√	-	-	√	-	نخوداب گوشت بره	۳۰
۱۳۰ و ۱۳۱	√	-	-	√	-	√	√	√	√	√	√	√	رشته پالو و مرغ	۳۱
۱۳۲	√	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	جوک، جو شپره، قوش دلی پالو	۳۲
۱۳۳ و ۱۳۴	√	-	-	√	-	√	√	√	√	√	√	-	مزعفر پالو	۳۳
۱۳۴	-	-	-	√	-	√	√	-	-	-	√	√	کله ماچان	۳۴
۱۳۵	-	√	-	√	-	√	√	√	-	-	-	√	زردپلو با مرصع	۳۵
۱۳۵	√	√	-	√	-	√	√	-	-	-	-	√	پلاو سرخ یا سنپوسه مرصع سرخ	۳۶
۱۳۷	-	√	-	√	-	-	-	-	-	-	-	√	سیه پالو	۳۷
۱۳۸	√	√	-	√	√	-	-	√	√	-	-	√	پالو آب لیمو و آب نارنج	۳۸
۱۳۸ و ۱۳۹	√	√	-	-	-	-	-	√	√	-	-	√	پالو غوره	۳۹
۱۳۹	-	-	-	-	-	-	√	√	-	-	-	√	پالو سماق	۴۰
۱۴۱ و ۱۴۲	√	√	-	√	-	-	√	√	-	√	-	√	سنپوسه مرصع	۴۱
۱۴۲	√	-	-	-	-	-	√	√	-	-	√	√	سنپوسه ساده	۴۲
۱۴۲ و ۱۴۳	√	-	-	-	-	-	√	√	-	-	√	√	قطاب ورق	۴۳
۱۴۳	√	-	-	-	-	-	√	√	-	√	-	√	نوع دیگر قطاب	۴۴
۱۴۳ و ۱۴۴	√	√	-	√	-	√	√	√	-	√	-	-	سنپوسه شکرپوره	۴۵
۱۴۵	√	√	-	-	-	-	√	-	√	-	-	√	قلیه حشی	۴۶
۱۴۶	√	√	-	-	-	-	√	√	-	-	-	√	قلیه زنگی	۴۷
۱۴۶	√	√	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	قلیه ناردان	۴۸
۱۴۷	√	√	-	√	-	-	√	-	√	-	-	√	قلیه سماق	۴۹
۱۴۷ و ۱۴۸	√	√	-	√	√	-	-	-	√	-	√	√	[آب] قلیه لیمو و نارنج و عرق نعنای	۵۰
۹۵	√	-	√	-	-	-	√	-	√	-	-	√	ماست وا	۵۱

۱۰۰ پژوهشی درباره مصرف مواد خوراکی در رساله‌های برجای‌مانده آشپزی از روزگار صفویه ...

۹۶	√	-	√	-	-	-	-	√	-	-	-	√	√	ماست با نوعی دیگر	۵۲
۹۶	√		√	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	لبینه	۵۳
۹۶ و ۹۷	-	√	√	√	-	-	-	-	-	-	-	-	√	شیربرنج	۵۴
۹۷	-	-	√	√	-	-	√	-	-	-	-	-	√	شیر و رشته	۵۵
۹۷	-	-	√	-	-	-	√	√	-	-	-	-	√	شیرپلاو	۵۶
۹۹	√	√	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	-	آش سرکه	۵۷
۹۹ تا ۱۰۲	√	√	-	√	-	-	√	-	√	√	-	√	√	آش سماق	۵۸
۱۰۲	√	√	-	-	-	-	-	-	√	√	-	√	√	آش سماق نوعی دیگر	۵۹
۱۰۲ و ۱۰۳	√	√	-	√	-	-	√	-	√	√	-	√	√	آش تهرندی	۶۰
۱۰۳	√	√	-	√	√	-	-	-	√	-	√	√	√	آش نارنج	۶۱
۱۰۳	√	√	-	-	-	-	-	-	√	√	-	√	√	آش ناردان	۶۲
۱۰۴	√	-	-	-	√	-	√	-	√	-	-	√	√	آش انار	۶۳
۱۰۴ و ۱۰۵	√	√	-	-	-	-	√	-	√	-	-	√	√	آش غوره، آلوچه، زردآلو، و آلوی تازه	۶۴
۱۰۵	√	√	-	-	-	-	-	-	√	√	-	√	√	آش رواج و آش سیب	۶۵
۱۰۶ و ۱۰۷	√	√	-	√	-	-	-	-	√	-	-	√	√	آش غوره، زرشک، و زغال خشک	۶۶
۱۰۶	√	√	-	√	-	-	-	-	√	-	-	√	√	آش ربها	۶۷
۱۰۷	-	-	-	-	-	-	√	√	-	-	-	√	√	هریسه گندم	۶۸
۱۰۷ و ۱۰۸	-	-	-	-	-	-	√	√	-	-	-	√	√	هریسه جو	۶۹
۱۰۸ و ۱۰۹	-	-	√	√	-	-	√	√	-	-	-	√	√	هریسه شیر با برنج	۷۰
۱۴۸	√	√	-	-	-	-	-	-	√	-	-	√	-	قلیه غوره و آلوچه	۷۱
۱۴۸ و ۱۴۹	√	-	-	√	-	-	√	-	-	-	-	√	-	قلیه ریواس	۷۲
۱۴۹	√	√	-	√	√	√	-	-	√	-	-	√	-	قلیه سیب و قلیه به	۷۳
۱۴۹ و ۱۵۰	√	√	-	√	√	-	-	-	√	-	-	√	-	قلیه رب انار و ...	۷۴
۱۵۰	√	√	-	√	-	√	√	√	√	√	-	√	√	قلیه قیسی	۷۵
۱۵۰ و ۱۵۱	√	-	-	-	-	-	√	√	√	√	-	√	-	قلیه دوپنازه و قلیه پالاش [پرن]	۷۶
۱۵۱ و ۱۵۲	√	-	-	√	-	-	√	√	√	-	-	√	-	قلیه گزر و قلیه نرگسی	۷۷

یزدان فرخی و مرتضی محمدی ۱۰۱

۱۵۲ و ۱۵۳	√	-	√	-	-	-	√	√	√	-	-	√	-	قلیه‌های بورانی و ...	۷۸
۱۵۳ و ۱۵۴	√	√	√	-	-	-	-	√	√	-	-	√	-	سنگسیر گوشت بره و گوسفند	۷۹
۱۵۴ و ۱۵۵	√	-	√	-	-	-	√	√	√	-	-	-	-	بادنجان برشته	۸۰
۱۱۸ و ۱۲۰	√	√	-	-	√	√	√	√	√	√	√	√	√	خشکه‌پالو	۸۱
۱۲۱	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	شیله‌پالو	۸۲
۱۲۱ و ۱۲۲	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	√	√	√	نوع دیگر شیله‌پالو	۸۳
۱۲۲ و ۱۲۳	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	√	-	√	شیله‌پالو با مرغ و ...	۸۴
۱۲۳	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	شیله‌پالو با گوشت بره	۸۵
۱۲۴	√	√	-	-	-	-	√	√	-	√	-	√	√	زرگسی پالو	۸۶
۱۲۷ و ۱۲۸	√	√	-	√	-	√	√	√	√	√	√	√	√	قبولی پالو	۸۷
۱۲۸	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	نوع دیگر قبولی	۸۸
۱۲۹	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	قبولی ساده	۸۹
۱۲۹ و ۱۳۰	√	-	-	-	-	-	√	√	√	√	-	√	√	رشته‌پالو	۹۰
۱۶۳ و ۱۶۴	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	√	√	√	گیبای گوشت مرغ	۹۱
۱۶۴	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	گیبای گوشت گوسفند	۹۲
۱۶۴	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	نوعی دیگر گیبا	۹۳
۱۶۴	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	-	نوعی دیگر گیبا	۹۴
۱۶۵	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	گیبای کدو	۹۵
۱۶۶	√	-	-	-	√	-	√	√	√	-	-	√	-	گیبای پهلوی گوسفند	۹۶
۱۶۶ و ۱۶۷	√	-	-	-	-	-	√	√	-	-	-	√	√	گیبای دیگ	۹۷
۱۶۷	-	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	گیبای شکنه بره	۹۸
۱۶۷	√	-	-	√	-	√	√	√	√	-	-	√	√	[گیبای] چرب روده گوسفند	۹۹
۱۷۰	√	√	-	-	√	√	-	√	√	-	-	√	√	کباب بره	۱۰۰

۱۰۲ پژوهشی درباره مصرف مواد خوراکی در رساله‌های برجای‌مانده آشپزی از روزگار صفویه ...

۱۰۹ و ۱۱۰	√	-	-	√	-	-	√	√	-	-	-	√	√	هریسه برنج بی شیر	۱۰۱
۱۱۰ و ۱۱۱	-	√	-	√	-	-	√	√	-	-	-	√	√	هریسه مغز پسته	۱۰۲
۱۱۱ و ۱۱۲	-	-	-	-	-	-	√	√	-	-	√	√	√	هریسه مرغ	۱۰۳
۱۱۲ و ۱۱۳	-	-	-	-	-	-	√	√	-	-	√	√	√	هریسه کلنگ و گاز و بط	۱۰۴
۱۱۵	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	قلیه پلاو	۱۰۵
۱۱۵ و ۱۱۶	√	√	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	قلیه پلاو نوعی دیگر	۱۰۶
۱۱۶ و ۱۱۷	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	√	-	√	داله پلاو با مرغ، کبک، دراج، و ...	۱۰۷
۱۱۷	√	-	-	-	-	-	√	√	-	-	√	√	√	یخنی پلاو و بری پلاو	۱۰۸
۱۱۷ و ۱۱۸	√	√	-	-	-	-	√	-	√	-	√	-	√	جهدی پلاو	۱۰۹
۱۱۸	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	مانش پلاو	۱۱۰
۱۵۵	√	-	√	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	نوع دیگر بادنجان برشته	۱۱۱
۱۵۵ و ۱۵۶	√	-	√	-	-	-	√	√	√	-	-	√	-	قیمه کدو	۱۱۲
۱۵۷ و ۱۵۸	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	بریان گوسفند	۱۱۳
۱۵۸	-	-	-	-	-	-	√	√	-	-	-	√	√	بره بریان	۱۱۴
۱۵۸	-	-	-	-	-	-	√	√	-	-	√	-	√	بریان قاز و مرغ	-
۱۵۹	√	-	√	-	√	-	√	√	-	-	-	√	√	مطنجنه گوشت گوسفند	۱۱۵
۱۵۹ و ۱۶۰	√	√	√	√	√	-	√	√	√	-	-	√	√	مطنجنه بره	۱۱۶
۱۶۰	√	-	-	-	√	-	√	√	-	-	√	-	-	مطنجنه مرغ	۱۱۷
۱۶۰ و ۱۶۱	√	-	-	-	-	-	√	√	-	-	√	-	-	مطنجنه بچه خروس، کیوتر، دراج، و ...	۱۱۸
۱۶۱	√	-	-	-	√	-	√	√	-	-	√	-	-	مطنجنه ماهی	۱۱۹
۱۷۰ و ۱۷۱	√	√	-	-	-	√	√	-	-	-	√	-	-	کباب مرغ	۱۲۰
۱۷۰	√	√	-	-	-	-	√	-	-	-	√	-	-	کباب غاز و کلنگ	۱۲۱

یزدان فرخی و مرتضی محمدی ۱۰۳

۱۲۲	کفته کباب	✓	-	-	-	-	✓	-	-	-	-	✓	-	۱۷۰
۱۲۳	کباب بلک انگور	✓	✓	-	-	-	✓	✓	-	-	-	✓	-	۱۷۰
۱۲۴	زجاج (لغانه)	✓	-	-	-	-	✓	✓	-	-	-	✓	✓	۱۷۱
۱۲۵	شرابی (کباب شامی)	✓	-	-	✓	-	✓	✓	-	-	-	✓	-	۱۷۱
۱۲۶	قلیة پوتی	✓	-	-	-	✓	-	✓	✓	✓	-	✓	-	۱۷۲
۱۲۷	سیراب	✓	✓	-	-	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-	۱۷۳
۱۲۸	جیمه گوسفند	✓	-	✓	-	-	✓	✓	-	-	-	✓	-	۱۷۳ تا ۱۷۵
۱۲۹	بقلاوی قرمانی	-	✓	-	✓	-	✓	✓	✓	-	-	-	✓	۱۷۷
۱۳۰	نوع دیگر بقلاوا	-	✓	-	✓	-	✓	-	-	-	-	-	✓	۱۷۷- ۱۷۸
۱۳۱	نوع دیگر بقلاوا	-	-	-	✓	-	✓	✓	✓	-	-	-	✓	۱۷۸
۱۳۲	بقلاوی ساده	-	-	-	✓	-	✓	-	✓	-	-	-	✓	۱۷۸
۱۳۳	قتلمه	-	-	-	✓	-	✓	✓	-	-	-	-	✓	۱۷۸- ۱۷۹
۱۳۴	چلیک	-	-	-	✓	-	-	✓	-	✓	-	-	✓	۱۷۹

جدول ۴. مواد به کاررفته در هریک از خوراک‌های رسالۀ ماده‌الحیوة

ردیف	نام خوراک	غلات	گوشت قرمز	گوشت سفید	تخم مرغ	حیوانات و صیغی جات	روغن	ادویه	عرقیات	ترشی جات	شیرینی جات	لبنیات	خشک‌بار - میوه	سبزی جات	ارجاع
۱.	باقلاوای بزرگ	✓	-	-	-	✓	✓	✓	✓	-	✓	-	✓	-	۱۹۱ و ۱۹۲
۲.	باقلاوای دیگر	✓	-	✓	-	-	✓	✓	✓	✓	✓	-	✓	-	۱۹۲
۳.	بورق	✓	-	✓	-	-	✓	✓	-	✓	✓	-	✓	-	۱۹۳
۴.	چالقمه	✓	-	✓	-	-	✓	✓	-	-	✓	-	-	-	۱۹۳ و ۱۹۴
۵.	خشک‌بار پادو	✓	-	-	✓	-	✓	✓	-	✓	-	✓	✓	✓	۱۹۵ و ۱۹۶

۱۰۴ پژوهشی درباره مصرف مواد خوراکی در رساله‌های برجای‌مانده آشپزی از روزگار صفویه ...

۲۰۳ و ۲۰۴	√	-	-	--	-	-	√	√	√	-	-	√	√	۶. فلفل پلاو
۲۰۴	√	-	-	--	-	-	-	√	√	-	-	√	√	۷. باقلی پلاو
۲۰۴	√	-	-	--	-	-	√	√	√	-	-	-	√	۸. چیناپلاو
۲۰۴	√	√	-	--	-	-	√	-	√	-	-	-	√	۹. جمالی پلاو
۲۰۵	√	√	-	--	-	-	√	-	√	-	-	√	√	۱۰. دولمه پلاو
۲۰۵	√	-	-	--	-	-	√	√	-	-	-	√	√	۱۱. قاورمه پلاو
۲۰۵	-	-	√	--	-	-	-	√	-	-	-	√	√	۱۲. بریان پلاو بره
۲۰۵	√	√	-	--	-	-	√	√	-	-	√	-	√	۱۳. غاز بریان پلاو
۲۰۵	√	√	-	--	-	-	√	√	-	-	-	√	√	۱۴. بریان دلمه
۲۰۵	√	√	-	--	-	-	√	√	-	-	√	-	√	۱۵. بریان مرغ (دومنزلی)
۱۹۶ و ۱۹۷	√	√	√	--	√	-	√	√	√	√	-	-	√	۱۶. یزدادی پلاو
۱۹۷	√	√	-	--	√	-	-	√	-	√	√	-	-	۱۷. ششتری
۱۹۷	√	√	-	--	√	-	√	-	-	-	√	-	√	۱۸. بقلمه
۱۹۷ و ۱۹۸	√	√	-	√	√	-	√	-	-	-	√	-	-	۱۹. دلوقیا
۱۹۹	√	-	-	--	-	-	√	-	√	-	√	√	√	۲۰. یک‌آبه
۲۰۱	√	-	-	--	-	-	√	√	√	-	-	√	√	۲۱. بره پلاو
۲۰۲	√	√	-	--	-	-	-	√	√	√	-	√	√	۲۲. قبولی مرصع
۲۰۳	-	√	-	--	-	-	-	-	√	-	√	-	√	۲۳. ملمع پلو
۲۰۳	-	-	-	--	-	-	√	√	√	-	-	√	-	۲۴. یخنی پلاو

یزدان فرخی و مرتضی محمدی ۱۰۵

۲۰۸	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	√	√	ستل پلاو	۲۵
۲۰۸	√	-	-	-	-	-	√	-	√	-	-	√	√	ترکمان پلاو	۲۶
۲۰۹	√	-	-	-	-	-	-	√	√	-	-	√	√	لقمه پلاو	۲۷
۲۰۹	-	√	-	-	-	-	-	-	√	-	√	-	√	مرصع پلاو	۲۸
۲۰۹	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	رشته پلاو	۲۹
۲۰۹	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	قوش دلی پلاو	۳۰
۲۱۰	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	جوک پلاو	۳۱
۲۱۱	√	√	-	√	√	-	√	√	√	-	√	-	√	لیموی پلاو	۳۲
۲۱۱	√	√	-	√	√	-	√	√	√	-	√	-	√	نوع دیگر لیموی پلاو	۳۳
۲۱۱	√	√	-	√	√	-	√	√	√	-	-	-	√	به لیموی پلاو	۳۴
۲۰۴ و ۲۰۵	-	-	-	-	-	-	-	√	-	-	-	-	√	بریان پلاو ماهی	۳۵
۲۰۶	-	-	√	-	-	-	-	√	-	-	-	√	√	بریان پلاو شیر	۳۶
۲۰۶	-	-	-	-	-	-	√	-	√	-	-	√	√	به بهان پلاو	۳۷
۲۰۶	√	√	-	-	-	-	√	-	√	√	-	√	√	زرگی پلاو	۳۸
۲۰۷	√	-	-	-	-	-	√	√	-	-	-	√	√	گپیا	۳۹
۲۰۷	√	-	-	-	-	-	√	√	√	-	-	√	√	دولمه کلم	۴۰
۲۰۷ و ۲۰۸	√	√	-	-	-	-	√	√	-	-	-	√	√	شاه بلوط پلاو	۴۱
۲۰۸	√	√	-	-	-	-	√	-	-	-	√	-	√	سنجری پلاو	۴۲
۲۰۸	-	-	-	-	-	-	-	-	√	-	-	-	√	مانش پلاو، عروس پلاو	۴۳

۱۰۶ پژوهشی درباره مصرف مواد خوراکی در رساله‌های برجای‌مانده آشپزی از روزگار صفویه ...

۲۰۸	-	√	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	√	سرشک پلاو، خرماپلاو	.۴۴
۲۱۱	√	√	—	-	√	-	√	√	√	-	√	-	√	نارنج‌پلاو	.۴۵
۲۱۲	√	√	√	√	√	-	√	√	√	√	-	-	√	سماق‌پلاو	.۴۶
۲۱۲	√	√	—	-	√	-	-	-	√	-	-	√	√	زرشک‌پلاو	.۴۷
۲۱۲	√	√	—	-	-	-	-	-	√	-	-	√	√	آلبالو‌پلاو	.۴۸
۲۱۲	√	√	—	-	-	-	-	-	√	-	-	√	√	انارپلاو	.۴۹
۲۱۲ و ۲۱۳	√	√	—	√	√	-	√	√	√	-	-	√	√	منتجن‌پلاو	.۵۰
۲۱۳	√	√	—	√	√	-	√	√	√	-	-	√	√	بقلمه‌پلاو	.۵۱
۲۱۳	√	√	—	√	-	-	√	√	√	-	√	-	√	غوره‌پلاو	.۵۲
۲۱۴	√	√	-	-	-	-	√	-	-	-	-	√	√	سیاه‌پلاو	.۵۳
۲۱۴	√	√	—	-	-	-	√	-	-	-	-	√	√	شاه‌نوت پلاو	.۵۴
۲۱۶ و ۲۱۷	√	√	√	√	-	-	√	√	√	-	√	-	√	سوسوپلاو	.۵۵
۲۱۷	√	√	—	√	-	√	√	√	-	-	-	-	√	سزی‌پلاو	.۵۶
۲۱۷	√	-	—	√	-	-	—	√	-	-	-	-	√	سرخ‌پلاو	.۵۷
۲۱۷	-	√	—	√	-	-	√	√	√	-	√	-	√	مشک‌پلاو و عنبرپلاو	.۵۸
۲۱۹	√	√	—	√	√	-	√	-	√	-	√	-	—	قلیه لیمو	.۵۹
۲۱۹	√	√	—	√	√	-	√	-	√	-	√	-	—	قلیه نارنج	.۶۰
۲۱۹	√	-	—	√	√	-	√	√	√	-	-	-	—	قلیه پوتی	.۶۱
۲۱۹	√	-	—	√	√	-	√	-	√	-	√	-	—	قلیه سرکه	.۶۲
۲۲۰	√	√	—	√	√	-	√	√	√	-	√	-	—	قلیه سماق	.۶۳

یزدان فرخی و مرتضی محمدی ۱۰۷

۲۲۰	√	-	—	√	-	-	—	—	√	-	-	√	—	قلیة ریواس	۶۴
۲۳۰	√	-	—	√	√	-	√	—	√	-	√	-	√	آش نارنج و لیمو	۶۵
۲۳۰	√	-	—	-	—	-	—	—	√	-	-	√	√	آش گیلکی	۶۶
۲۳۱	√	-	√	-	—	-	—	√	—	-	-	√	-	آش ماست	۶۷
۲۳۱	√	-	—	-	—	-	√	—	√	-	-	√	√	آش حلیم	۶۸
۲۳۱	-	√	—	-	—	-	√	√	√	-	-	√	√	آش عاشورا	۶۹
۲۳۱	√	√	—	√	-	—	—	—	√	-	-	√	√	آش جو با غوره	۷۰
۲۳۰ و ۲۳۱	√	-	—	—	—	—	—	—	√	-	-	-	-	آش ترخانه	۷۱
۲۳۲	√	√	—	—	√	—	√	—	√	-	-	√	√	آش گندم و سیر	۷۲
۲۳۳	√	-	—	—	—	—	√	√	√	-	√	√	√	شله پلاو ساده	۷۳
۲۳۳	√	-	√	—	—	—	—	√	—	-	-	√	√	لبنی پلاو	۷۴
۲۳۳	-	-	√	—	—	—	—	√	-	-	√	-	√	شله پلاو و مرغ	۷۵
۲۲۰	-	√	-	√	—	—	—	-	√	-	-	-	-	قلیة غوره	۷۶
۲۲۰	√	-	-	√	√	—	√	√	√	-	-	√	—	قلیة سیراب	۷۷
۲۲۰	√	√	-	—	√	—	—	—	√	-	-	-	-	قلیة آلوچه	۷۸
۲۲۱	√	√	-	—	—	—	—	—	√	-	-	-	-	قلیة چقاله بادام	۷۹
۲۲۱	√	-	-	√	√	—	—	—	√	-	-	√	-	قلیة به	۸۰
۲۲۱	√	√	-	√	—	—	—	—	√	-	-	√	-	قلیة اناردان	۸۱

۱۰۸ پژوهشی درباره مصرف مواد خوراکی در رساله‌های برجای‌مانده آشپزی از روزگار صفویه ...

۲۲۱	✓	✓	—	✓	—	—	—	—	✓	—	—	✓	—	قلیه زرشک	۸۲
۲۲۳	✓	—	—	—	—	—	✓	—	✓	—	—	✓	—	قلیه ساده	۸۳
۲۲۳	✓	—	—	—	—	—	✓	—	✓	✓	—	✓	—	قلیه نرگسی	۸۴
۲۲۳	✓	—	—	—	—	—	✓	—	✓	—	—	✓	—	شب تور	۸۵
۲۲۷	✓	✓	—	✓	✓	—	✓	✓	—	—	—	✓	—	آش ماهیچه	۸۶
۲۲۷	—	✓	—	✓	✓	—	✓	—	—	—	—	✓	—	بادروی و سرانگشتی	۸۷
۲۲۷	—	—	—	✓	✓	—	—	—	—	—	—	✓	✓	قوش دلی جوشیره	۸۸
۲۲۷ و ۲۲۸	✓	✓	✓	✓	✓	—	✓	—	—	—	—	✓	✓	جوشیره ریحان، کرفس، و ...	۸۹
۲۲۹	—	—	—	✓	✓	—	✓	—	—	—	—	✓	✓	زره داودی	۹۰
۲۲۹	—	—	—	✓	✓	—	✓	—	—	—	—	✓	—	جوشیره ناف و ساق عروس	۹۱
۲۲۹	—	✓	✓	—	—	—	—	—	—	—	—	—	✓	آش بولانی	۹۲
۲۲۹	—	—	—	✓	✓	—	—	—	—	—	—	✓	—	حیدری و حسینی	۹۳
۲۳۰	—	—	—	—	—	—	✓	—	—	✓	—	—	✓	آش امام	۹۴
۲۳۰	✓	—	—	—	—	—	✓	✓	—	—	—	✓	✓	قیمه شوربا (رام‌الاشق)	۹۵
۲۳۴	—	—	—	✓	✓	—	✓	✓	—	—	—	✓	—	شله پالو و لیمو نارنج	۹۶

یزدان فرخی و مرتضی محمدی ۱۰۹

۲۳۴	-	-	-	√	√	--	√	√	-	-	√	-	√	شله پلاو غوره و ...	۹۷
۲۳۴	√	-	-	--	-	--	√	√	√	-	-	√	√	کشکک	۹۸
۲۳۴	-	-	√	√	--	--	√	√	-	-	-	√	√	هریسه	۹۹
۲۳۴	-	-	√	√	--	--	√	√	-	-	√	-	√	هریسه کلنگ	۱۰۰
۲۳۵	√	√	√	√	--	--	√	√	√	-	√	-	√	شیر پلاو	۱۰۱
۲۳۶	√	-	-	--	-	--	-	√	-	-	√	√	√	گیبای مرصع مرغ	۱۰۲
۲۳۶	-	√	√	√	-	--	-	√	-	-	√	√	√	هریسه برنج مع شیر	۱۰۳
۲۳۶	√	√	√	--	-	--	-	√	√	-	-	√	-	قلیه ماست	۱۰۴
۲۱۴	√	√	-	√	-	--	-	√	-	-	-	√	√	رب انار پلاو	۱۰۵
۲۱۴	√	√	-	-	-	--	√	-	-	-	-	√	√	زغال پلاو	۱۰۶
۲۱۴	√	√	-	-	-	--	-	-	√	-	√	-	√	تمر پلاو	۱۰۷
۲۱۴	√	√	-	√	√	--	√	-	-	-	√	-	√	محلی مزگی پلاو	۱۰۸
۲۱۵	√	√	-	√	-	√	√	√	-	-	-	-	√	ساروپلاو	۱۰۹
۲۱۵	√	√	-	√	-	--	√	-	√	-	√	-	√	قبولی مزعفر	۱۱۰
۲۱۶	-	√	-	√	-	--	√	√	-	-	-	-	√	مزعفر دیگر	۱۱۱
۲۱۶	√	√	-	√	-	√	√	√	-	-	√	√	√	نوع دیگر مزعفر	۱۱۲
۲۱۶	-	√	-	-	-	--	--	√	-	√	-	-	√	سنبوسه مرصع	۱۱۳
۲۱۶	-	√	-	√	-	--	√	√	√	-	√	-	√	شکر پلاو	۱۱۴

کتابنامه

- ابراهیمی، معصومه (۱۳۹۳). «آشپزی»، در: *دانش‌نامه فرهنگ مردم ایران*، زیر نظر کاظم موسوی بجنوردی، ج ۳، تهران: مرکز دایرةالمعارف بزرگ اسلامی.
- افشار، ایرج (۱۳۸۵). مقدمه بر رساله *مادةالحيوة*، در: *فرهنگ ایران زمین*، زیر نظر ایرج افشار، ج ۱، تهران: سخن.
- افشار، ایرج (۱۳۸۹). *آشپزی دوره صفوی: کارنامه و مادةالحيوة*، تهران: سروش.
- بلوک‌باشی، علی (۱۳۹۲). *آشپز و آشپزخانه*، تهران: فرهنگ جاوید.
- بلوک‌باشی، علی (۱۳۹۳). «تاریخچه شکل‌گیری و تحول هنر آشپزی در ایران»، در: *تاریخ جامع ایران*، زیر نظر کاظم موسوی بجنوردی، ج ۱۹، تهران: مرکز دایرةالمعارف بزرگ اسلامی.
- تاورنیه، ژان باتیست (۱۳۸۳). *سفرنامه*، ترجمه حمید ارباب شیرانی، تهران: نیلوفر.
- دریابندری، نجف و فهیمه رستگار (۱۳۸۴). *کتاب مستطاب آشپزی*، تهران: کارنامه.
- شاردن، ژان (۱۳۷۲). *سفرنامه*، ترجمه اقبال یغمایی، تهران: توس.

- Beg, M.A.J. (2000). "Tabbakh", *Encyclopedia of Islam*, Vol. X, Leiden: Brill.
- Chehabi, H.E. (2003). "The Westernization of Iranian Culinary Culture", *Iranian Studies*, Vol. 36, No. 1.
- Elāhī, E. (1987). "Āš", *Encyclopedia Iranica*, Vol. II, Available in: <<http://www.iranicaonline.org/articles/as-2>, Version: 12/2/2016>.
- Elāhī, E. (2008). "Khoresh", *Encyclopedia Iranica*, Available in: <<http://www.iranicaonline.org/articles/khoresh-type-of-dish-used-in-persian-cuisine>, Version: 12/2/2016>.
- Fragner, Bert (1987). "Āšpazi", *Encyclopedia Iranica*, Vol. II, Available in: <<http://www.iranicaonline.org/articles/spazi-cookery>, Version: 12/2/2016>.
- Fragner, Bert (1994). "From the Causasus to the Roof of the World: A Culinary Adventure", in: *Culinary Cultures of the Middle East*, S. Zubaida and R. Tapper (eds.), London: I.B. Tauris.
- Ghanoonparvar, M.R. (1993). "Cooking: iii. Principles and Ingredients of Modern Persian Cooking", *Encyclopedia Iranica*, Vol. VI, Available in: <<http://www.iranicaonline.org/articles/cooking#pt3>, Version: 12/2/2016>.
- Ghanoonparvar, M.R. (1998). "Culinary Art in the Safavid Period", in: Kambiz Eslami (ed.), *Iran and Iranian Studies: Essays in Honor of Iraj Afshar*, Princeton: Zagros.
- Ramazani, N. (1982). "Āb-gušt", *Encyclopedia Iranica*, Vol. I, Available in: <<http://www.iranicaonline.org/articles/ab-gust> Version: 12/2/2016>.
- Waines, D. (2000). "Tabkh", *Encyclopedia of Islam*, Vol. X, Leiden: Brill.
- Zubaida, S. and R. Tapper (1994). *Culinary Cultures of the Middle East*, London: I.B. Tauris.