



# مقدمة

عن المساهمين:

رغد الصافي، مواليد بغداد، مهندسة مدنية ومصممة داخلية وخبيرة طهي من حيث المهنة وعاشقة للطعام، لقد حولت الفخر الذي تحمله لبلدها إلى إرث دائم من خلال كتابها الأول للطبخ - العراقي "الطاولة العراقية". وهنا تواصل رغد الفائزة بجائزة كتاب الطبخ - Gourmand 2017 عرض المأكولات الرائعة وثقافة "أرض نهرين" للعالم.

محمد غازي الأخرس، دكتوراه في الأدب العربي، من مواليد بغداد، ومؤلف لسبعة كتب، منها: دفاتر خردة فروش، قصخون الغرام، السيرة الذاتية والعنف الثقافي، ليلة المعاطف الرئاسية، ومقاطع قصيرة متنوعة منشورة. حصل على جائزة الإبداع في العراق عام 2017 عن كتابه قصخون الغرام.

كتاب "الاكل يجمعنا" "United through Food" ليس مجرد كتاب لوصفات الطبخ، بل هو اشارة وتقدير وتوثيق للتنوع الغني لتاريخ وحضارة العراق، والذي كان دوما موطنا للعديد من الحضارات والسكان من مختلف الأعراق والأديان، وذلك يعود للموقع الجغرافي لبلاد ما بين النهرين القديمة والتي يقع العراق في قلبها. وتعد المائدة العراقية التي تقوم الأسر بتحضيرها في المنزل من العناصر الأساسية التي تجمع العراقيين والعراقيات وتعزز هويتهم الوطنية.

تتسم الثقافة العراقية بحسن الضيافة والكرم حيث يقوم افراد العائلة والأصدقاء بإعداد الطعام والجلوس معاً على المائدة للتسامر والاستمتاع بوجبات لذيذة تتميز بتقاليد ثرية في الطهي. اذ لا شيء يجمع الناس أكثر من رائحة "الدولما" التي تنبعث من قدر الطهي على الموقد ظهيرة يوم بارد في شهر يناير، أو صوت الشاي العراقي المخمرو وهو يغلي بينما تتجمع العائلات والأصدقاء والجيران يتسامرون في اركان البيت.

فيما نحن نحتفل بمطابخها العراقية النابضة بالحياة، لا يمكننا أن ننسى المصاعب والتحديات التي تحمّلها العراقيون والعراقيات نتيجة عقود من الصراعات والتي كان آخرها احتلال تنظيم داعش وما خلفه من مآسي ودمار وشرخ في النسيج العراقي. ونحن في برنامج الأمم المتحدة الإنمائي نتشرف بدعم العراق للمضي قدماً من أجل بناء مجتمعات آمنة ومزدهرة، يسودها التسامح الذي كان سيمة من سمات العراق. نعمل على تشخيص اسباب النزاع ومعالجتها بينما نحاول أن نبرز ما يجمع العراقيون والعراقيات من تاريخ وثقافة ونسعى لتعزيزه كالموسيقى والشعر والطعام وغيرها.

تجتمع الشعوب على وجبة الطعام في جميع أنحاء العالم مما يسمح لنا بالتحدث بلغة مشتركة من خلال التعرف على التقاليد الفريدة لبعضنا البعض، والأستثمار في هذا يعزز التآلف والتعايش ما بين الناس.

يعتبر كتاب الطبخ هذا فرصة للجميع للاحتفال بتقاليد العراق العريقة والاعتراف بالدور المهم للأشياء الصغيرة التي تجمع العراقيين والعراقيات معاً. أمل أن تستمتعوا بقراءة تاريخ المحافظات والمأكولات المتنوعة في العراق بقدر ما ستستمتعون بإعداد ومشاركة الوصفات الشهية مع أحيائكم وجيرانكم. بالعافية.

زينة علي احمد  
الممثل المقيم لبرنامج الأمم المتحدة الإنمائي في العراق

## الفصل الحادي عشر

محافظة القادسية

## الفصل الثاني عشر

محافظة ديالى

## الفصل الثالث عشر

محافظة الأنبار

## الفصل الرابع عشر

محافظة صلاح الدين

## الفصل الخامس عشر

محافظة نينوى

## الفصل السادس عشر

محافظة كركوك

## الفصل السابع عشر

محافظة أربيل

## الفصل الثامن عشر

محافظة السليمانية

## الفصل التاسع عشر

محافظة دهوك

## الفصل الأول

مقدمة

## الفصل الثاني

محافظة البصرة

## الفصل الثالث

محافظة ميسان

## الفصل الرابع

محافظة ذي قار

## الفصل الخامس

محافظة واسط

## الفصل السادس

محافظة المثنى

## الفصل السابع

محافظة بغداد

## الفصل الثامن

محافظة بابل

## الفصل التاسع

محافظة النجف

## الفصل العاشر

محافظة كربلاء

# محتوى الكتاب



## الفصل الأول العراق.. معلومات عامة

يتألف سكان العراق من أقوام عديدة، ففي تاريخه القديم سكنه السومريون والاكاديون والآشوريون والبابليون والعرب والكرد، وأقليات أخرى كالمندائيين واليهود. واستمر هذا التنوع في العصر الحديث وتعمق ليضاف له أقوام نزحوا إلى العراق في القرون الأخيرة، واندمجوا في فسيفسائه مثل التركمان والأرمن. فقد قدم التركمان إلى العراق منذ العصر الأموي وكثر عددهم في العصر العباسي الثاني. وينتشر التركمان على خط ممتد من الشمال الغربي إلى الجنوب الشرقي، أي من "تلعفر" في محافظة نينوى إلى التون كوبري وطوز خورماتو بمحافظة كركوك، وصولاً إلى مندلي في ديالى. ويعتقد أن أجداد هؤلاء جاءوا ضمن القوات التي كانت في جيش السلطان مراد الرابع الذي استرد العراق من أيدي الصفويين سنة 1638 م<sup>1</sup>.

غير بعيد عن هذا، تنوع المجتمع العراقي بين شرائح حضرية وريفية، وأخرى بدوية. ويأتي هذا التنوع بوصفه نتاجاً للتنوع البيئي الذي ميّز بلاد الرافدين، ما انعكس بالضرورة على ثقافات الجماعات العراقية المتأخية، حيث ساهم هذا التنوع في أن تتأثر الواحدة بالأخرى، وبالنتيجة تم ترحيل عناصر الثقافة الاجتماعية الخاصة بكل جماعة وبيئة إلى الجماعات الأخرى. ويشمل ذلك منظومة القيم السائدة في المجتمع، وثقافتها كالفنون والآداب والأزياء وطرز العمارة وثقافة الطعام.

### المحاصيل الزراعية والحيوانية

يعد العراق، ومنذ آلاف السنين، انموذجاً للبلاد الغنية بمحاصيلها الزراعية والحيوانية، وهذا عائد لوجود نهري دجلة والفرات اللذين اعطيا الحياة لآلاف القرى على ضفافهما، وكانا الركيزة الأساسية لنشوء الحضارات المتعاقبة في البلاد. لهذا حين دخل العرب بلاد الرافدين استغربوا كثرة الزروع وتشابك الأشجار والنخيل فأطلقوا على العراق تسمية (أرض السواد)، وهو ما لاحظته المؤرخ الإغريقي هيروديتس حين زار بابل وأشور، فقال إنها بلاد تتميز بكثرة الأثمار والترع شأن مصر، وإنه (لشدة الخصب كان عرض ورقة النبات يبلغ أربعة قراريط)<sup>2</sup>. ومن المحاصيل الزراعية التي تنتشر في العراق الحبوب بكافة أنواعها وأبرزها القمح والشعير والرز، والسّمسم والبقوليات وأشجار الفواكه كالعنب والبرتقال والبطيخ والكمثرى، والخضر بكل أنواعها من باذنجان إلى خيار ومن بامياء إلى بصل. أما الثروات الحيوانية فتتميز بكثرتها وتنوعها الكبيرين، فهناك الحيوانات الداجنة كالأغنام والأبقار والماعز والدجاج والطيور، وهناك الأسماك التي يعتمد عليها السكان ويعودونها وجبة أساسية في موائلهم.

### تاريخ المطبخ العراقي

يعود تاريخ المطبخ العراقي إلى ما يقارب 10 آلاف عام، وبحسب أدوات الطبخ التي عثر عليها الأثريون، طوّر العراقيون مطبخهم بشكل فريد بحيث كانوا يطبخون أعقد الأطباق. يقول كافي كوفمان مؤلف كتاب (الطبخ في الحضارات القديمة) إنه على الرغم من أن بلاد الرافدين كانت خليطاً من المجموعات العرقية، فإن الأدلة المكتوبة تشير إلى أن الشعوب المختلفة كانت تشارك بكثير من عادات الطعام<sup>3</sup>. وتشمل هذه العادات أعرافاً اجتماعية وثقافة تركيب للطعام. ومما يؤسف له أننا لا نملك الكثير من المعطيات حول قائمة الوصفات التي اعتمدها أبناء الرافدين في العصور القديمة. مع هذا، فقد وصلت إلينا منهم 35 وصفاً منقوشة على ثلاثة ألواح طينية تشكّل جزءاً من المجموعة البابلية التي تحتفظ بها جامعة ليل حالياً، وكتبت الألواح في زهاء 1650 ق.م، وتضمّ وصفات غذائية معروفة بعضها ما اليوم<sup>4</sup>.

يعود ظهور أولى التجمعات السكنية في بلاد الرافدين إلى ما يسميه الباحثون بمرحلة ما قبل القرية (60000 – 9500 ق.م)، أي بين العصر الحجري القديم حتى العصر الحجري الوسيط، وتركزت الحياة في هذه الفترة في المنطقة الجبلية، قرب كركوك والسليمانية، وعثر الأثريون على أولى الكهوف المعروفة بـ"شانيدر" و"هزار مرد" و"براك" و"كيوان" و"حجية" وغيرها. في مرحلة لاحقة انتقل الإنسان الرافديني من الكهوف ليشيد أولى التجمعات السكنية في قرى صغيرة، مثل (زاوي جي) و(كريم شاهر)، وصولاً إلى مستوطنة "جرمو" التي تقع على بعد 11 كم شرق جمجال، وعثر فيها على بقايا بيوت تتراوح بين 30 – 40 بيتاً<sup>5</sup>. وفي العصور اللاحقة انتقل الوجود البشري إلى الجنوب فكان أن تأسست أولى المدن وهي أريدو التي يعتقد الأثريون أنها كانت أقرب للميناء كونها تقع على بعض البحيرات، وزعموا أنه كان لها اتصال بالخليج. واحترف أهل أريدو صيد السمك ودأبوا على تقديمه قرباناً للمعبود<sup>6</sup>، ولا ننسى مستوطنة (تل الصوان) التي تبعد 11 كم عن سامراء الحالية بوصفها أول البوادر الحقيقية لنشوء المدن بالمفهوم الذي سنراه في بلاد الرافدين، ونشأت هذه المستوطنة في حدود 5350 ق.م، وكان معها مستوطنات مثل (يارم تبه) في سهل سنجار<sup>7</sup>.

من هذه البدايات الحضارية انطلق تاريخ العراق قديماً فكان أن تشكلت حضارة سومر في الجنوب وتركزت في أوروك وكيش ولكش وأور. وفي هذه المرحلة ظهرت دويلات المدن واخترع السومريون الكتابة المسمارية، ثم تلا ذلك ظهور الممالك ثم الإمبراطوريات الأكديّة والبابليّة والآشوريّة.

لكن الأمر انتهى باحتلالات اخمينية وساسانية، ثم احتلها الرومان، ودخلها العرب المسلمون ليؤسسوا مدن الكوفة والبصرة وبغداد وواسط. وخلال هذه القرون تحول العراق إلى مركز للحضارة العربية الإسلامية وقبلة للعالم، لاسيما في العصر العباسي الأول. لكن تلك القرون الذهبية انتهت بسلسلة احتلالات كان أطولها الهيمنة التركية التي دامت قرابة ستة قرون وانتهت بالحرب العالمية الأولى واحتلال بريطانيا للعراق، وهذا الأخير اكتمل عام 1918 بدخول الإنكليز بغداد. بعد ذلك بسنتين ابتداء عهد الانتداب ونصب فيصل الأول ملكاً لتتشكل الدولة العراقية التي استقلت عام 1932<sup>8</sup>.

### ديموغرافيا العراق

جغرافياً، يقع العراق في الجزء الشمالي من الجزيرة العربية، وتحده من الشمال تركيا، ومن الشرق إيران، وغرباً تحده سوريا والأردن. أما جنوباً فتحده السعودية والكويت. تبلغ مساحة العراق ما يقارب 143250 ميلاً مربعاً أو ما يعادل 446713 كم مربع. ويتميز بيئة شديدة التنوع، فهناك قسم جبلي وقسم سهلي، وثمة صحراء شاسعة، فضلاً عن وجود نهري دجلة والفرات اللذين سمي العراق بهما منذ أن زاره المؤرخ الإغريقي هيروديت ووصف البلاد مركزاً على أهمية المهرية<sup>9</sup>، ناهيك عن المسطحات المائية الواسعة في جنوب البلاد، وتسعى الأهوار وتعد بيئة فريدة بثقافتها. ولا ننسى وجود منفذ على الخليج العربي يتمثل بشط العرب الذي يصب فيه الرافدان، دجلة والفرات، ويصب هو بدوره في الخليج العربي.

# الفصل الأول العراق.. معلومات عامة

## عادات الطعام

يتميز العراقيون عموماً بعدة مميزات فيما يخص ثقافتهم وعاداتهم في الطعام، وأبرز هذه المميزات شدة احتفائهم به ودخوله في منظومة قيمهم الأخلاقية بوصفه علامة على التراحم والانسجام وحب الآخرين. لهذا استخدموه وسيلة لإرضاء آلهتهم وتقديمه ندوراً لتلك الآلهة. من ثم، تحوّل هذا التزوع ليشمل الأموات، فكانوا يوزعون أطيب الأطباق لأرواح الموتى. استمرت هذه الممارسة لآلاف السنوات وصولاً لأيامنا هذه، إذ ما زال العراقيون يمارسونها بتسمية (الثواب).

إن ظاهرة توزيع الطعام وتبادله في الأعياد والمناسبات الدينية لشقّى المبررات ساهمت بتقوية تماسك المجتمع العراقي وإحداث نوع من التسامح وتقبّل الآخر. فالمسيحي يتقبّل طعام المسلم، والمسلم يشترك مع اليهودي في وجباته، ويشمل الأمر طوائف المسلمين الذين يشكلون أغلبية السكان في العراق. في المحلة الواحدة، قد تجد عوائل من مختلف الانحدارات الدينية والطائفية والقومية، لكن هذه العوائل يمكن أن تجتمع في الولائم بأريحية وانسجام، وهي لا ترفض استقبال الأطباق الموزعة في شهر رمضان مثلاً أو في مناسبة العاشر من محرم أو ولادة الرسول أو في ميلاد السيد المسيح أو في غيرها من المناسبات والاعیاد.

بحسب كوفمان، كان العراقيون القدماء يحتفون أيّما احتفاء بالخبز والعصائد، فهناك 300 صنف من الخبز موثق كتابياً. وفي الوصفات الـ 35 التي وصلت، يصفون البسكوت وثرید الخبز مع التمر والزبدة الحيوانية التي لا تزال تستخدم حتى اليوم باسم (زبد العرب) واللبن الخائر والجبن المخردل. وهناك ما يطلقون عليها (العصيدة العيلامية)، ويشي الاسم بوجود أطباق مستوردة من خارج بلاد الرافدين، وواضح أن هذه الظاهرة استمرت طوال تاريخ المجتمع العراقي. هناك أكلات وردت من إيران وتركيا والخليج، ناهيك عن أكلات الجزيرة العربية والشام. أما وصف البابليين للعصيدة العيلامية فيؤكد أنهم يعترفون بوجود تلك الأطباق الأثنية والعرقية التي دخلت المطبخ العراقي كما يجري اليوم بالضبط.

إن قائمة جامعة ليبل تعرض أكلات جد خاصة مثل (المفطّح)، ولكنهم يسمونها (الحمل أو الرضيع المحمص)<sup>10</sup>. وهناك البيطّ المحمص وحمّام أمورسانو المعمول بالمرق، وقد يكون نفسه المعروف حالياً في الأهوار، أي الأطباق المكوّنة من طيور الخضيرى والمسكة وغيرهما. كذلك يصفون (اليخني) التي لا تزال تعمل في العراق، وما يسمونها الكبة النية المعمولة من البرغل. ووجود هذه الأكلة ربما ينقض الفرضيات التي تعزو الكعب الموصلية إلى بلاد الشام. هناك أيضاً السمك المشوي والبصل المحمص (المحمص)، وحساء الباقلاء وهريس الباذنجان. وعرفوا أيضاً سلطة الخيار والشوندر، وهناك المرسو أي فطيرة التمر والفسق وكعك التمر.<sup>11</sup>

مع مرور الزمن، وصل الموروث نفسه إلى الأجيال اللاحقة وصولاً إلى العصر الوسيط حين وفد العرب إلى العراق وأسسوا فيه واحدة من أكبر الحضارات. وقد وردت من تلك القرون عشرات الأطباق التي تحدّث عنها المؤلفون والمصنّفون، لدرجة أن المؤلف محمد بن الحسن الكاتب البغدادي وضع كتاباً بعنوان (كتاب الطبخ) ضمّ أكثر من 170 وصفة كانت منتشرة في العراق وبلاد الشام. لكن أغلبها ذو طابع عراقي يتحدر من مختلف البيئات، من أقصى الجنوب إلى أقصى الشمال، بدليل أن الكتاب يورد وصفة السمك بالتنور بالطريقة العراقية التي لا تزال تعمل حتى اليوم في الأرياف والمدن<sup>12</sup>، مثلما يورد أكلة تقترب من (المخلمة) التي تعمل اليوم، ويطلقون عليها (العنبرية)<sup>13</sup>. وهذا يعني أن ثقافة الطعام أسهمت منذ أقدم العصور في تكوين هوية وطنية عامة، فالجنوبي والشامي والغربي والشرقي يشتركون في أطباق معينة، مثلما يحتفظون بأطباق أخرى محلية الطابع، وهذا عائد انثروبولوجيا إلى التنوع البيئي وتعددية المجتمع العراقي.

# عادات الطعام

## في البصرة الفصل الثاني

### مجتمع البصرة

تاريخياً، يتميز الشعب البصري بالتنوع منذ بدايات تكون المدينة، فهناك العرب والفرس والهنود، وهناك أقلية نجدية استوطنت الزبير منذ نهايات القرن التاسع عشر<sup>14</sup>، وإضافة للنجديين، وجدت جاليات هندية وفارسية وتركية ملاذاً لها في البصرة. أما فيما يخص التنوع الديني والمذهبي، فيعد مجتمع البصرة مثلاً لا يخفى على وجود مبدأ التنوع، فهناك المسلمون والمسيحيون من الكلدان والسريان والآشوريين. وفيها يهود وأقلية من الصابئة المندائيين والبهائيين.

### المائدة البصرية

تضمّ المائدة البصرية ثلاثة أنواع من الأطباق، الأول يتمثل بأكلات بصرية خالصة لا توجد في غيرها من مدن العراق، وهذا عائد إلى ارتباط عناصر هذه الأكلات بمنتجات مخصصة لا تقدمها سوى بيئة البصرة، وأشهر مثال على ذلك هي الأطباق التي تؤلف الأسماك البحرية عنصرها الأساس، مثل سمك (الزبيدي) و(الروبيان) و(الصبور) و(المزلگ)، وبقية الأنواع البحرية التي يصطادها صيادو الفاو، وتنفرد بها مدينة البصرة عن مدن العراق الأخرى. ويجب أن ننتبه إلى أن المائدة البصرية ترتبط، بعلاقة من نوع ما مع المائدة الخليجية التي تشترك بالعناصر الغذائية البحرية نفسها. لهذا فالأطباق الموجودة في البصرة هي نفسها التي يعدها الكويتيون وشعوب الخليج الأخرى ولكن بتسميات مختلفة.

ما يميز مائدة البصرة، بهذا الخصوص، هي أخذها من موائد المدن الجنوبية القريبة وبقية مدن العراق، بفعل التواصل اليومي والعلاقات الاجتماعية، لهذا تبدو المائدة البصرية مثلاً للتنوع. إضافة إلى الأطباق البحرية، ثمة إضفاء لروح بصرية على أنواع الأكلات التي تشترك بها المدينة مع مدن العراق الأخرى، فالبصريون مثلاً يصنعون مرقة (الشبزي) بنوعين هما اللحم والصبور. فاللحم تشترك به مع مدن العراق الأخرى بينما تنفرد بشبزي الصبور. ويصحّ الأمر على أنواع الحلوى البصرية ومنها حلوة نهر خوز و(الماغوطه) والقربوج، التي هي عبارة عن معجنات تصنع من الطحين وتحمص على (الطابگ)، ويوضع في داخلها السكر والدارسين، وتقدم على شكل سندويج.

النوع الثاني من الأطباق يتألف من أكلات تشترك بها البصرة مع المدن القريبة منها، الواقعة في البيئة الجنوبية ذاتها، فهناك العديد من المشتركات بين محافظات البصرة وذي قار وميسان خصوصاً، مثل (المسموطة) و(التثخان) أو (مرق السمك)، و(مطبگ السمك) وغيرها. لكن هذه المشتركات تخضع لمتغيرات تتبع المدينة التي تحضر فيها. فالبصريون مثلاً يعملون مرگة السمك بطريقتين، الأولى تشبه ما يعمل في ميسان وذي قار وتسمى (المسموطة)، أما الطريقة الثانية الخاصة بالبصرة فتسمى (المعلوگة) كما سترى.

النوع الثالث من الأطباق يتألف من قائمة الأطباق الوطنية التي تنتشر في جميع المدن العراقية مثل المرققات، والمحموسات والمشويات، وأنواع المطبگ والكبب وأنواع الرز والخبز والحلويات والمشروبات. ولدينا هنا عشرات الأطباق القديمة والحديثة، مثل الدولمة والشيخ محشي، والسمك المسقوف وكباب الطاوه أو العروگ، وتشريب البامية والدليمية وأنواع القوزي والسمك المقلي والتبسي وغيرها.

### أطباق السمك

يحتفي المطبخ البصري بالسمك البحري والنهري بشكل أصبح به السمك علامة المدينة الفارقة، فهي تطل على البحر والنهر ويعد السمك أهم مادة في حياة البصريين. وفي العادات الاجتماعية في البصرة فإنهم يخصصون يومي الأربعاء والجمعة للسمك فقط، فالأربعاء يخصص للسمك البحري حيث يهتمون بطبخه بطرق معقدة كأن يصنعونه مرقة أو مطبگ أو مقلياً، في حين يخصصون الجمعة للسمك المشوي حصراً.

تقع محافظة البصرة أقصى جنوب العراق، وتحدها من الشمال محافظات ميسان وذي قار، ومن الغرب المثنى بينما تحدها الكويت جنوباً، وإيران شرقاً. وتبلغ مساحة المحافظة (19730) كم<sup>2</sup>، ويقطنها حالياً قرابة مليونين ونصف المليون نسمة يتوزعون في سبعة أضية تؤلف بمجملها ستة عشر وحدة إدارية (ناحية). ويتصف مناخ البصرة بأنه صحراوي حار، قليل الأمطار وتزيد فيه نسب الرطوبة.

تأسست المدينة سنة 14 هـ (635 م) بأمر من الخليفة الثاني عمر بن الخطاب، لتكون معسكراً للمقاتلين العرب الذين شرعوا في فتح العراق، وشيدت فيها بدءاً مجموعة كبيرة من الأكواخ المصنوعة من القصب وسعف النخيل، لكن المستوطنة تطورت سريعاً لتتحول إلى مدينة أهلة بالسكان، وساعد على ذلك بشكل خاص توافد التجار والحرفيين على المدينة<sup>15</sup>. ومع تأسيس مدينة الكوفة، وبعدها بغداد عام 762 م أصبح العراق مكوّناً من المدن الثلاث التي باتت مراكز أساسية للحضارة العربية في كلّ المجالات.

حافظت البصرة على الأهمية الحضارية نفسها طوال تاريخها وصولاً إلى العصر الحديث حيث تحولت في منتصف القرن التاسع عشر إلى ولاية ضمن الولايات الثلاث التي يتكون منها العراق، وهي بغداد والموصل والبصرة، ثم صارت لواءً في عام 1866<sup>16</sup>.

تتميز البصرة ببيئة فريدة لا تتوفر في بقية المدن العراقية، فهي تجاور البحر والصحراء في الوقت نفسه. من الشرق هناك شط العرب المرتبط بالخليج، ومن الغرب تحدها الصحراء، أما بالنسبة لطبيعتها النهرية، فالبصرة هي المدينة العراقية الوحيدة التي يخترقها نهران، فثمة الفرات الذي يأتي من الهضبة الغربية ثم دجلة الذي يخترقها من الشرق وصولاً إلى التقائهما في شط العرب.

ومن النهرين تتفرع مئات الأنهار والجداول لدرجة أنّ مجلة (لغة العرب) تذكر أنّ أنهار البصرة في بدايات القرن العشرين كانت تبلغ 634 نهراً، منها 164 تتفرع من الجهة الشرقية لشط العرب ابتداءً من قضاء القرنة حتى مدينة المحمرة الإيرانية<sup>17</sup>. وفضلاً عن البحر والبادية والانهار، تحدّ البصرة من الشمال أهوار شاسعة تمتد إلى الحويزة المشتركة بين العراق وإيران.

يقول عنها ابن بطوطة عام 725هـ أنّ "مدينة البصرة إحدى أمهات العراق الشهيرة الذكر في الأفاق الفسيحة الأرجاء، المؤنقة الأبناء ذات البساتين الكثيرة والفواكه الاثيرة، توقّر قسمها من النضارة والخصب لما كانت مجمع البحرين الأجاج والعذب.. وأهل البصرة لهم مكارم أخلاق وايناس للغريب وقيام بحقه فلا يستوحش فيما بينهم غريب"<sup>18</sup>.

لقد انعكس هذا التنوع البيئي في منتجات المدينة الزراعية والحيوانية، ومن ثمّ انعكس في غنى المائدة البصرية وتنوع عناصرها. فأنت تجد أسماك البحر إلى جانب أسماك النهر، وتجد شتى أنواع الفواكه والخضر إلى جانب لحوم الأغنام والأبقار، ناهيك عن مختلف أنواع الدجاج والطيور. ولا ننسى وجود التمور بكافة منتجاته، ذلك أن البصرة منذ أن عرفت عدت بستان نخيل هو الأكبر في العالم.

# عادات الطعام

## في البصرة الفصل الثاني

### أطباق أخرى

إضافة للأطباق البحرية، يهتم البصريون بمائدتهم اهتماماً كبيراً، وهناك العديد من الوصفات التي تعكس غنى وتنوع المصادر الثقافية المشكلة لثقافة المجتمع البصري. هناك مثلاً إكلة السمبوسك ذات الأصل الهندي، وتتكون الوجبة من عجينة خاصة يخلط فيها الطحين مع الماش والعدس المسلوق والبصل المفروم والبطاطا المقلية مع الكاري والفلفل الأحمر والكمون والملح. وهناك أنواع الشوربات التي يفضلها البصريون ومنها السبع أشكال التي تتكون من الماش واللوبيا والفاصوليا والباقلاء والتمن والعدس الاخضر والحمص وهناك من يضيف السلغ. وفي البصرة أيضاً يصنعون بعض الاكلات المعروفة في بقية المدن بطريقتهم، فهم مثلاً يصنعون المسموطة مع البامياء، وفي أكلة أخرى يطلق عليها البصريون (المعركة) يكون فيها السمك طازجاً ولا يحتوي على البامياء. ويضاف للمرق المعجون والطرشانة ويكون لونها مائلاً للأحمر في حين يكون لون مرقة المسموطة اصفر وتخلو من الطماطم والمعجون والبهارات.



ليست هذه القاعدة مطلقة، لكن يمكن ملاحظة الظاهرة في حياة البصريين عموماً. أما من ناحية الاحتفاء بالضيوف، فإن البصريين يحرصون على تقديم أطباق بحرية لهم كونها تمثل هوية خاصة للمدينة. ومن أنواع الاسماك التي تتواجد على المائدة البصرية: الصبور، الزبيدي، الهامور، مزلك، الشانك، النويبي، الداكوك، المخيط، الشماهي، البياح، الروبيان، الخشني، الزوري، السمتي، الكطان، الجري، الشبوط، أبو عليوي، المتوت والحمام، وتشتهر البصرة بطريقة عمل حشوة السمك التي تستخدم مع سمك الصبور عادة ويسمونها (دقوز) وهي لفظة تركية معناها تسعة ومكوناتها التسعة هي البصل والتمر هند وكرفس والثوم والخل والطماطم والفلفل الحاد ونومي البصرة والفلفل الاخضر. تتنوع طرق طبخ السمك البحري من الشواء إلى القلي، ومن تقديم السمك وحده أو في مرقه أو مع الرز والمكونات الأخرى.

من بين ألد الأطباق التي انتشرت من البصرة إلى بقية المدن، طبق (المكشت) وهي أكلة ساحلية تنتشر في سواحل الخليج ويعمل إما من سمك الهامور أو التونة وطريقته أن يسلق مع الفلفل الاسود ويفلس ويخلط البصل والاشبنت ونومي البصرة المطحون والجزر والكشمش والثوم والبهارات، مع قليل من الرز ثم يوضع الخليط على النار. وهناك الروبيان المحموس بالصلصة والروبيان المطبغ مع الرز والكشمش واللوز والشعرية وهو ما ستجدونه بالتفصيل في مرقق الأكلات الخاصة بهذا الفصل.

وهناك الأطباق التي يشكل الزبيدي مادتها الأساس، ومنها مطبغ الزبيدي أو كبسة الزبيدي وهناك من يقدم الزبيدي لوحده مقلياً. وفيما يتعلق بمرقة السمك كما يصنعها البصريون، فإن للبصريين طريقتهم المختلفة فهم يستخدمون السمك مرة طازجا ومرة يستخدمون المسموط أو المنكوط، والفرق بينهما أن المسموط يملح وينظف ويهر ثم ينشر تحت الشمس حتى يجف، ويستعمل بعدها، أما (المنكوط) فطريقته أن يفتح السمك وينظف بطنه مسحا بخرقه دون غسله بالماء، ثم يملح ويوضع في صينية مغطاة في مكان ظليل، وبعد يومين يخرج بعد أن ينشف من مائه ويجمد أو يعمل منه مرقة يسمونها (الملعوكه). وقديماً كان أهل البصرة يضعون السمك المنظف في أكياس من الخيش ويدفنونه تحت الارض. ولدى البصريين نوع من المرق يسمونها (الملعوكه) وهي عبارة عن صبور يحشى ويتبل ثم يقلى بعد أن يلف بأوراق من الخوص، ثم يضاف له الماء والمعجون وبقية المواد.

عدا هذه الطرائق البصرية الخالصة، تنتشر في البصرة طريقة شوي السمك بالتنور كما في مدن الجنوب الأخرى، وفي العقود الأخيرة انتقلت طريقة السمك المسكوف بالطريقة البغدادية.



## تمن روبيان

من الاكلات المشهورة في جنوب العراق وفي مدينة البصرة على التحديد، القريبة نسبياً من الخليج العربي والتي يكثر فيها المأكولات البحرية والليمون المجفف (نومي بصرة) الذي كان يستورد من عمان والهند عن طريق ميناء البصرة ويوزع الى مدن العراق لذا سمي بهذا الاسم. وكذلك يستعمل مسحوق النومي بصرة في كثير من الوصفات ويمكن عمله بنفسك.

يغلي الليمون مع الماء المالح ثم يجفف بالشمس الى ان يصبح داخله اسود تسحق كل ليمونة بسكينة وتزال البذور لمنع حدوث مرارة بالطعم. وباستعمال طاحونة الهارات، يطحن الليمون لجعله مسحوق.

### المقادير (5 اشخاص)

|                            |                |
|----------------------------|----------------|
| رز بسمتي حبة طويلة         | 2 كوب          |
| الماء حسب الحاجة           | 2 كوب          |
| ملح                        | 1 ملعقة طعام   |
| زيت نباتي                  | 3-4 ملعقة طعام |
| زيت نباتي او زيت جوز الهند | ¼ كوب          |
| فص ثوم مطحون               | 2              |
| بصلتين صغيرة مشرحة طولياً  | 2              |
| مسحوق الكاري               | 1 ملعقة كوب    |
| مسحوق الزنجبيل الطازج      | ½ ملعقة كوب    |
| كزبرة                      | ½ ملعقة كوب    |
| مسحوق نومي بصرة الجاف      | 1 ملعقة كوب    |
| ماء الزعفران               | 3 ملعقة طعام   |
| روبيان                     | 1 كوب          |
| كشمش                       | 3 ملعقة طعام   |
| روبيان حجم كبير            | 1 كوب          |
| صنوبر محمص                 | ¼ كوب          |

### طريقة التحضير

يطبخ التمن مع زيت نباتي حسب طريقة طهي الرز الأبيض يسخن الزيت في مقلاة ويحمر البصل مع الثوم. يضاف مسحوق الكاري، والزنجبيل، والكزبرة، مع ماء الزعفران ومسحوق النومي بصرة ويخلط جيداً. يضاف الروبيان الصغير ويستمر بالطبخ 3-4 دقائق، ويقلب من حين لآخر. يضاف الكشمش ويرفع من النار. يقلى الروبيان في كمية زيت قليلة لمدة 2-3 دقائق تقريباً على كل جهة. للتقديم، اما يخلط التمن المطبوخ مع خليط الروبيان، ويجمل بالروبيان الكبير والصنوبر او يقدم التمن وفوقه طبقة خليط الروبيان.

## المقادير (4-5 اشخاص)

|                                    |              |
|------------------------------------|--------------|
| زيت                                | 4 ملعقة طعام |
| بصل مقطع شرائح خفيفة               | 1            |
| فص ثوم مطحون                       | 2            |
| لحم خروف مع العظم، مقطع بقطع صغيرة | ½ كيلوغرام   |
| ماء حسب الحاجة                     |              |
| سبانخ مقطع او 2 ½ كوب سبانخ مجمد   | 5 كوب        |
| كمون                               | ¼ ملعقة كوب  |
| كركم                               | ½ ملعقة كوب  |
| مسحوق نومي بصرة الجاف              | ½ ملعقة طعام |
| نومي بصرة مجفف بالكامل             | 2            |
| كزبرة مقطعة                        | ¼ كوب        |
| عصير الليمون                       | 2 ملعقة طعام |
| روبيان                             | 1 ملعقة طعام |
| شبت مقطع طازج                      | 3 ملعقة طعام |
| معدنوس مقطع طازج                   | ¼ كوب        |
| فاصوليا حمراء منقوعة ومطبوخة       | ¼ كوب        |
| الملح والفلفل حسب الرغبة           |              |

## طريقة التحضير

تسخن ملعقتان طعام من الزيت في قدر كبير ويقلى البصل والثوم واللحم حتى يصبح لونه داكن.

يضاف الماء الى القدر ويترك حتى يغلى، ثم تخفف حرارة النار ويترك على نار هادئة حتى يصبح اللحم لين (حوالي 21- ساعة).

يسخن باقي الزيت في مقلاة منفصلة، ويضاف السبانخ ويقلب حتى يصبح طريا، يضاف الكركم ومسحوق النومي بصرة الجاف والنومي بصرة المجفف الكامل، عصير الليمون والشبت والمعدنوس والفاصوليا والملح والفلفل.

يضاف مزيج السبانخ مع اللحم في القدر، ويغطى ويطبخ على حرارة هادئة لمدة إضافية 10-15 دقيقة ويقدم.



# عادات الطعام

## في ميسان الفصل الثالث

تمتد حدود محافظة ميسان من جنوب محافظة واسط حتى شمال البصرة، ويحدها من الشمال وادي نهر الجباب على ضفة دجلة اليسرى، ومن الجنوب نهر السطيح الذي يصب في دجلة من الجهة اليمنى، ونهر العقيق المندرس في الجهة اليسرى، ومن الشرق أهوار الحويزة التي تمتد إلى إيران.

تبلغ مساحة المحافظة الكلية 16072 كم<sup>2</sup>، ويقطنها قرابة المليون ومائة ألف نسمة، وتشكل الأهوار أكثر من 40% من مساحتها، وتمتد من جنوبها وجنوبها الشرقي وجنوبها الغربي. في حين يقطع نهر دجلة وسط مدينة العمارة ويتفرع منه عدد من الأنهار مثل نهر المجر والكحلاء والمشرح والعمارة، فضلاً عن عشرات الروافد الصغيرة.

سميت المحافظة بـ (ميسان) على اسم المملكة الشهيرة التي حكمت فيها للفترة بين عامي (223 - 187 ق.م)، وتفيد المصادر أنّ المملكة المذكورة كانت قد نشأت في جنوب أرض بابل، وكانت في البداية تحت حماية دولة السلوقيين لكنها استقلت لاحقاً وحكمها ثلاثة وعشرون ملكاً<sup>21</sup>. أما في العصور الحديثة فتروي الوثائق أنّ مدينة العمارة، عاصمة محافظة ميسان، أسست من قبل الوالي العثماني محمد نامق باشا الذي حكم من 1861 إلى 1867 م<sup>22</sup>. وكان هذا الوالي قد أنشأ معسكراً على نهر دجلة أطلق عليه تسمية (الأوردي) أي المعسكر، ثم توسع ليصبح مدينة صغيرة سميت (العمارة)، وكانت في البدء مجرد عدد محدود من البيوت سكنها الجنود ثم توافد الكثير من الناس عليها، وبقي وضعها مشمولاً بالنظام العسكري مدة عام حتى ألحقت بولاية البصرة، لتكون قائمقامية<sup>23</sup>. وفي القرن العشرين، استقلت المدينة عن ولاية البصرة وأصبحت لواءً (محافظة) يضم عدداً من الأفضية هي قضاء العمارة وقضاء علي الغربي وقضاء علي الشرقي وقضاء قلعة صالح.

### البيئة والمجتمع

طوبوغرافياً، تنقسم ميسان إلى جزئين، جزء يابس يمثل ٦٠٪ من حجم المحافظة، ويتميز هذا الجزء بخصوبته الكبيرة لوجود العديد من الأنهار فيه. وجزء ثانٍ مغمور بمياه الأهوار وهو الذي يعطي لميسان الجزء الأهم من هويتها، لفرادة الحياة الطبيعية فيه وتميّز ثقافة الأهالي الذين يعتاشون على صيد الأسماك والطيور وتربية الجاموس. وتعد هذه الأهوار بإمكانيات اقتصادية كبيرة إذا أحسن توظيفها سياحياً واقتصادياً.

تشكل منتجات الأهوار ثروات لا غنى عنها بالنسبة للمحافظة والعراق عموماً. وفي إحصائيات رسمية، بلغ إنتاج المحافظة من محصول الرز عام 2018 قرابة 721 طناً وبلغ انتاجها من محصول الحنطة أكثر من ١٣٥ ألف طن، بينما بلغ محصول الشعير قرابة 26 ألف طن، أما التمور فبلغ إنتاجه أكثر من 8000 طن<sup>24</sup>.

فيما يخصّ الثروات الحيوانية، تعدّ ميسان من أغنى محافظات العراق، لاسيما في الثروة السمكية الضخمة التي تعود إلى وجود الأهوار فيها. فضلاً عن الأغنام والأبقار والجواميس. كذلك هناك وجود للطيور التي تميّزت بيها بيئة الأهوار، سواء المهاجرة أو المستوطنة. ومن أنواعها المفضلة لدى سكان ميسان والجنوب ومدن العراق الأخرى: البرهان والخضيري والبريشة والمسيكة والجذاف ودجاج الماي وغيرها.

في هذه البيئة الساحرة عاش الميسانيون منذ آلاف السنين وعرفوا بطبيعتهم وتسامحهم. ورغم أن العنصر العربي المسلم غالب على المجتمع، إلا أن هناك أقليات عديدة عاشت معهم مثل المسيحيين واليهود والصابئة المندائيين. وعمل اليهود والمندائيون في صياغة الذهب والفضة، وتفنن الآخرون كذلك في صناعة وتصليح القوارب قرب الأنهار<sup>19</sup>.

### أطباق ميسان

تنقسم أطباق المائدة الميسانية إلى ثلاثة أنواع: النوع الأول يضمّ الأطباق المحلية التي لا تتوفر في بيئة أخرى، وأهمّ الأطباق التي شكّلت هوية خاصة لميسان هما (الطابك والسمك) و(السيّاح). فهاتان الأكلاتان ميسانيتان خالصتان ولا يعملان في مدينة أخرى. لكن ابتداءً من عقد الخمسينيات في القرن العشرين، مع بدء ظاهرة الزواج من أرياف ميسان إلى المدن الأخرى لاسيما بغداد، انتقلت الأكلاتان مع النازحين فعرّفهما أبناء المدن الأخرى واستطعموهما، فصار الميسانيون يقدمونها في بعض الأماكن مثل مساطر العمالة<sup>20</sup>. أما الأكلات الأخرى التي تنتمي إلى المائدة الميسانية المحلية فهي وجبات الطيور وبعض الحلويات المصنوعة من الحليب والرز والجزر ومن أبرزها حلاوة الجزر التي سنعرضها في الملحق الخاص بهذا الفصل، وهي تنتشر في العمارة وتقدم بعد وجبات الطعام.

النوع الثاني من الأطباق يضم قائمة من الأكلات المنتشرة في بيئة الجنوب حيث يمكن أن تراها في البصرة والناصرية والشطرة والرفاعي مثلما تراها في السماوة وصولاً إلى واسط. وتتركز هذه القائمة حول مادة السمك واللحم والرز والقمح، فبيئة الجنوب تعتمد هذه المواد الأربعة في حياتها بشكل كبير، لهذا تجدهم يتفننون في تهيئتها بطرق عديدة. هناك السمك المشوي والمقلي والمطبوخ كمرق، فضلاً عن تقديمه مع الرز سواء الأحمر أو البرياني. كذلك الأمر مع اللحوم الحمراء، فمائدة الجنوب تزخر بتقديمها عبر عشرات الأطباق، مرة يعملونه على شكل تشريب، وتارة على شكل محموس كما في (الحميسه) المسماة في بغداد بـ(الجلفراي). حيناً تراهم يهيئونه مع البرياني، وفي حين آخر يشوونه بأسياخ في التنور ويأكلونه مع الخبز.

يصحّ الأمر نفسه على الزر والقمح، فهاتان المادتان تشكلان جزءاً أساسياً من المائدة الجنوبية. وهناك أنواع كثيرة من الأطباق الخاصة بالرز، بعضها استورد من الجوار الإيراني أو التركي مثل طبق (البرده بلاو)، وهناك ما يسمونه (الشلة) وهو رز يخلطونه بالعدس والماش والبصل والهبات، ويكون شبه سائل مكثف، ناهيك عن التمن وماش الذي يؤكل مع اللبن الخائر، والخ.

أما القمح، فالجنوبيون والعراقيون عموماً يعتمدون عليه بشكل أساسي، ولديهم في ميسان طرقهم في تهيئته، سواء كأرغفة تقدم مع وجبات الطعام الأساسية أو كمعجنات خاصة تؤكل وحدها مع اللبن أو الشاي أو الحليب. مثال على ذلك الخبز الذي يطلقون عليه (الرصاع)، ويكون سميكا نوعاً ما ويشوى على صاج من المعدن أو على الطابك، والطابك قرص طيني مفخور كما سنعرف. هناك أيضاً الخبز المقلي حيث توضع القرصة في المقلاة وتقلّى بالزيت أو الدهن الحر. وتختلف تسميتها من مدينة إلى أخرى، ففي الجنوب يطلقون عليها (عروك بالطاوه)، وفي الوسط يسمى خبز بدهن. وفي الجنوب يخبزون ما يسمونه (خبز الكاع) وهو أن يخبز دقيق القمح مباشرة في نار المطال وتكون القرصة سميكة، ويسمونه (مرّظف) ويؤكل مع بعض الغموس كالدّهن الحر أو الزبد، وقد يفرث باليد ويخلط بالدهن ليسمى مريس. ولا ننسى أنواع الحلوى الشعبية التي يعملها الجنوبيون عموماً والميسانيون بشكل خاص، ومنها (البحت) وهو حلاوة تتكون من الرز والسكر والحليب، وهناك حلاوة الجزر التي تعمل من الجزر، وهناك أنواع انقرضت لتحل محلها حلويات حديثة.

النوع الثالث من الأطباق التي يعرفها الميسانيون يضمّ الأطباق الوطنية الموجودة في كل مدن العراق، وهي العشرات وتنحدر أصولها من شتى المناطق. فهناك المروقات والكباب والمحاشي والبرياني والتشاريب، والقوازي والكباب والتكة وبقية المشويات من دجاج إلى سمك، إلى جانب المخبوزات وأنواع الفطور الذي يعرفه العراقيون مثل القيصر وجبن العرب والزبدة. وهناك أكلة الباجه التي يتفنن بها الميسانيون بنوعها، باجه البقر وباجه الغنم، وهو سنعرضه في ملحق هذا الفصل.

#### الأطباق الأهوارية

من أشهر أطباق ميسان هو (الطابك والسمك) كما قلنا، ومفردة الطابك تطلق على الآلة التي يخبز بها دقيق الرز. ومن ثم عمت دلالتها لتطلق على الرغيف نفسه. والطابك عبارة عن قرص طيني سميك ومفخور يوضع على ثلاث ركائز من الطابوق، وتوقد تحته النار، ثم يصب عليه سائل مكوّن من دقيق الرز المعجون بالماء. وحين تنضج الطبقة السفلى من العجينة، يؤتى بأقراص متجمرة صغيرة من الوقود المصنوع من فضلات الأبقار(المطال)، وتوضع فوق الطبقة العليا التي تبيست. وبعد نضوجه من الجانبين، تنظف الطبقة العليا مما تبقى من الرماد ويقدم الطابك مع السمك المشوي الذي يفضلونه من نوع الكطان. وبعض الريفين يخلطون عجينة الطابك بأسمك صغيرة من نوع الزوري ثم ينضجونه بالطريقة السالفة نفسها ويؤكل الطابك في هذه الحالة وحده كما تؤكل البيتزا. ولا يختلف (السيّاح) في شيء عن الطابك، فمادته دقيق الرز (طحين التمن) أيضاً، إلا أنه يكون بطبقة أرقّ ويعمل على آلة تسمى (الصاجه) وهي طبق معدني محدد يوضع فوق النار حتى يحى ثم يسكب عليه سائل دقيق الرز المذاب في الماء، ويسوى باليد ليكون مستويًا. وهو عادة لا يستغرق وقتاً طويلاً للنضج. وبمجرد أن يستخلص من الصاجه يقدم ساخناً مع البيض أو الزبد، وأحياناً يقدمون معه السمك المقلي المتوسط الحجم. وهنا يفضلون نوع البني وليس الكطان، ويشترط في السيّاح أن يكون ساخناً وإلا فقد نكهته. ساخناً وإلا فقد نكهته.



#### المقادير (4-5 اشخاص)

| الحشوة                     | حساء         | حساء                       |
|----------------------------|--------------|----------------------------|
| 1 رأس خروف منظف            | 3-2          | بصل مقشر                   |
| 1 كرشة منظفة               | 1            | رأس ثوم كامل               |
| 4 كوارع منظفة              | 1 ملعقة طعام | مسحوق الكاري               |
| 1 كوب رز                   | 4            | نومي بصرة مثقوب            |
| ماء، حسب الحاجة            | 4            | ورق الغار                  |
| 200 غرام لحم مفروم         | 1 ملعقة طعام | ملح                        |
| ¼ كوب شرانج لوز            | للتقديم      |                            |
| 1 ملعقة كوب ملح            | 1 كوب        | لبن                        |
| 1 ملعقة كوب بهارات/توابل   | 1 فص         | ثوم مطحون                  |
| ½ ملعقة كوب مسحوق فلفل حلو | 3-4          | خبز عراقي                  |
| ½ ملعقة كوب فلفل اسود      | 1 كوب        | حمص، منقح طوال الليل ومصفى |
|                            |              | زيت حار، حسب الرغبة        |

#### طريقة التحضير

طريقة تنظيف رأس الخروف والكرشة والكوارع هي عملية شاقة ولكن هي الشرط الرئيسي في نجاح هذا الطبق. يجب ان يضرب رأس الخروف على سطح صلب ليسمح بخروج جميع المخاط من الانف. يفصل الرأس لكي يطبخ على حدة. ويجب إزالة والتخلص من الاسنان والعيون. تسلق لمدة 2-3 دقيقة ويصفى تماما. تغسل الكرشة بعناية بماء بارد وتسلق لمدة 2-3 دقيقة. بعد التصفية وتستخدم سكينه لكشط القطع الدهنية والطبقات الداكنة. تغسل وتشف مرة ثانية. تقطع على شكل مربعات بحجم كف اليد. تغسل الكوارع بعناية بماء بارد وتسلق لمدة 2-3 دقيقة. يجفف ويزال الشعر ويحرق بالنار من اجل إزالة الخيوط الصغيرة ويغسل ويجفف مرة ثانية. وبعد كل هذا الغسل، ترش القطع النظيفة بخليط من الملح ومسحوق الكاري والطحين وبعد ذلك تغسل و تشطف مرة أخرى بمياه جارية باردة حتى يصبح لونها ابيض. وحينذاك سوف تكون القطع النظيفة جاهزة للطبخ. بدلا من ذلك، يمكن الآن شراء أجزاء ألغنم جاهزة في كثير من الأحيان وتحظر من قبل القصاب ، فقط عليك حشو الكرشة، و يتم غلهم ببطء، وبعد ذلك ابحت في المرق عن الخدين واللسان التي تعتبر افضل الأجزاء. لتحضير الحشوة: يشطف الرز وينقع في الماء البارد لمدة 30 دقيقة. يصفى جيدا. يخلط الرز مع اللحم واللوز والملح والبهارات والفلفل الحلو(الكبابية) والفلفل من اجل عمل الحشوة. بواسطة خيط قطني، تخط الكرشة على شكل مثلث وتترك فتحة. تملي الحشوة لحوالي ¼ الكرشة ويتم خياطها. لعمل المرق (الحساء): يملأ قدر كبير بالماء ويضاف البصل والثوم ومسحوق الكاري ونومي البصرة المجفف و ورق الغار والحمص والرأس والكوارع والكرش المحشوة. وتسلق وبعد ذلك تقلل الحرارة الى الوسط وتترك على نار هادئة لمدة ساعتين. يضاف ملح وتثقب الكرشة المحشوة بشوكة. ويستمر تركها على نار هادئة لمدة ساعتين او الى ان يصبح جميع أجزاء لحم الباجه لين. يخلط لبن مع الثوم لصنع صلصة. ينشر قطع مقطعة من الخبز العراقي والحمص في صحن عميق ويغطى بالمرق. وترتب قطع من اللحم في الأعلى. تجمل بصلصة اللبن والنومي حامض المجفف المطبوخ في المرق والزيت الحار، حسب الرغبة.

## لحم الباجه



## حلاوة جزر

ليست هنالك حاجة في إعادة تصحيح نظرك عندما تقرأ هذه الوصفة (خاصا عندما تأكل خضروات كثيرا وتقول الامهات ان لها الفضل في تحسين الرؤية) اجل، ان هذه الحلاوة في الحقيقة تطبخ من الجزر- ذلك انه في زمن بعيد قبل أن كانت كعكة الجزر أساسية في قائمة المقاهي، استعمل العراقيون الجزر في الحلويات.



### المقادير (4-5 اشخاص)

|                                |              |
|--------------------------------|--------------|
| جزر مبروش                      | 500 غرام     |
| زيت نباتي او زبدة              | ¼ كوب        |
| سكر بني                        | 2 كوب        |
| نشأ الذرة او 3 ملاعق طعام طحين | 2 ملعقة طعام |
| جوز                            | ½ كوب        |
| هيل مطحون                      | 1 ملعقة كوب  |
| ماء حسب الحاجة                 |              |

### طريقة التحضير

يسخن في قدر عميق ¼ كوب من الزيت و الجزر ويحرك من وقت لآخر حتى يصبح لونه بنياً ذهبياً.  
يضاف نشأ الذرة او الطحين والسكر ويخلط جيدا.  
يضاف ماء كافي لتغطية الجزر ويترك على نار هادئة حتى يثخن الخليط ويصبح لونه بني.  
يرفع عن النار ويضاف هيل وجوز. ويترك القليل من المكسرات جانبا.  
تنشر الحلاوة في صحن تقديم كبير مسطح وتزين بالجوز.

# عادات الطعام

## في ذي قار الفصل الرابع

تقع محافظة ذي قار في جنوب العراق على نهر الفرات، تحدها من الشمال محافظة واسط والديوانية، ومن الجنوب محافظة البصرة، بينما تحدها محافظة ميسان من الشرق، ومحافظة المثنى من الغرب. وتبلغ مساحة المحافظة 13839 كم<sup>2</sup> ويقطنها ما يقارب مليوني نسمة<sup>27</sup>.

تاريخياً، ولدت في محيط محافظة ذي قار أقدم حضارة عرفها الإنسان، ففيها تقع مدينة أور التي يرقى السكن بها إلى طور العبيد حوالي 4000 ق.م. وهي إحدى دويلات المدن السومرية في عصر فجر السلالات. وأعظم فترة مزّت بها أور كانت على يد مؤسس الامبراطورية السومرية أورنمو خلال امبراطوريتها الثالثة التي استمرت من عام 2112 - 2006 ق.م، وتعاقب عليها خمسة ملوك من بعده<sup>28</sup>. وتضم محافظة ذي قار العديد من الآثار زقورة أور وتلّ العويلي في ناحية البطحاء، وهناك آثار أريدو التي هي أول مدينة متحصّرة في تاريخ البشرية، عدا باد - تيبرا التي تقع غرب مدينة الشطرة، ويرقى عمرها إلى عصر العبيد. وهناك لكش التي تقع قرب ناحية الدواية، وكرسو التي تقع على بعد 16 كم شمال شرق مدينة الشطرة، واشتهرت هذه المدينة في عصر سلالة لكش الثانية 2200 - 2100 ق.م. ومن أشهر ملوكها الملك كوديا الذي عرف بتشييده المعابد<sup>29</sup>.

أما في العصر الحديث، فسميت ذي قار بلواء المنتفك، ثم أطلق عليها محافظة الناصرية في العهد الجمهوري. وفي عام 1969 تم تغيير اسمها إلى محافظة ذي قار. وتتكون المحافظة من ستة أفضية هي الناصرية والشطرة والرفاعي وسوق الشيوخ والجبايش. وأهمها هي مدينة الناصرية التي تأسست عام 1870 بأمر من الوالي العثماني المصلح مدحت باشا الذي عين ناصر باشا السعدون متصرفاً عليها، وحبب إليه الاستقرار في مدينة وترقية الزراعة بدل الترحال<sup>30</sup>. وبعد موافقة ناصر السعدون على تأسيس المدينة تم استدعاء المهندس البلجيكي جوليس تلي Julis Tilly فخطتها تخطيطاً عصرياً رائعاً، وبدأ الناس يبنون لهم بيوتاً فيها، وأول من بنى هو نعمة الله نعمون ابن اكوجيان سركيس الذي شيد أسواقاً وخانات ومقاه<sup>31</sup> وفي وقت متزامن، تم تأسيس مدن سوق الشيوخ والشطرة، ثم أسس قضاء الرفاعي بعد عقدين تقريباً. أما سوق الشيوخ فكانت مجرد سوق ثابتة لمشايخ المنتفك ومخزناً لخيرتهم وقلعة يلجؤون إليها عند الحاجة. وما إن تأسست المدينة الجديدة حتى سارع الناس إلى السكن فيها، ومنهم آلاف النجديين والعراقيين<sup>32</sup>. أما قضاء الرفاعي فتأسس على شكل قرية كبيرة عام 1893 ثم توسّع حتى أصبح مدينة عامرة.

### البيئة والمجتمع

تعد محافظة ذي قار توأماً لمحافظة ميسان من ناحية البيئة والمجتمع، فمن ناحية البيئة تغلب الطبيعة النهرية على المحافظة، فمثلما يخترق نهر دجلة محافظة ميسان، كذلك يفعل نهر الفرات والغراف (أحد فروع دجلة) مع محافظة ذي قار. فالمحافظة تقع على نهر الفرات، وهي فضلاً عن ذلك، تأخذ الأهور مساحة كبيرة منها، وهو ما يجعلها توأماً لمحافظة ميسان. في ذي قار، ثمة أهوار الجبايش وهور الحمار اللذان يمتدان إلى شمال البصرة. وأهور الجبايش هذه هي الأكبر في سلسلة أهوار العراق الممتدة في ميسان والبصرة وذي قار والديوانية وواسط، إذ تبلغ مساحتها نحو 600 كم<sup>33</sup>.

في حقل الزراعة، تمتلك محافظة ذي قار أراض شاسعة تقارب مساحتها المليون ونصف المليون دونم، وتتصدر التمور محاصيلها يليها القمح والشعير والرز والفواكه والخضروات. وفي حقل الثروة حيوانية، تملك ذي قار ثروة هائلة تتنوع من الجاموس والابقار والاعناب والماعز والجمال إلى الدواجن وطيور الأهوار المحلية والمهاجرة، فضلاً عن ثروة سمكية كبيرة يتيحها نهر الفرات والغراف فضلاً عن الأهوار.

أما من الناحية الديموغرافية، فيغلب العنصر العربي المسلم، مع وجود أقليات أخرى صغيرة من اليهود والمسيحيين والصابئة المندائيين. وكان اليهود مثلاً يمسون مفتاح التجارة في مدينة الناصرية حتى بداية الخمسينيات<sup>25</sup>. أما أهم عشائر المنتفك فهي بنو مالك وبنو سعيد والأجود وتنقسم هذه القبائل إلى قرابة 15 عشيرة<sup>26</sup>.

### الأطباق المحلية

تتوزع خريطة الأطباق في مدن محافظة بين ثلاثة أنواع، النوع الأول يتألف من أطباق محلية صرف تميز مجتمع ذي قار، والنوع الثاني وهو الأكثر يتألف من أطباق تنتشر في بيئة الجنوب والفرات الأوسط، بينما يتألف النوع الثالث من الاطباق الوطنية التي تنتشر في جميع محافظات العراق مثل المشويات والمقليات وانواع الطبخات الخاصة بالرز والحلويات وغير ذلك.

فيما يخص مطبخ ذي قار الخاص، فيمكن اعتبار بيئة الأهوار هوية خاصة للمحافظة، وتتميز أطباقه بغلبة السمك والرز عليه. وإذا كانت ميسان قد تفرّدت بأكلة (الطابك والسمك) و(السيّاح)، فإن ذي قار تشترك مع ميسان بأكلات مثل (الجباب) - كباب السمك - وهي واحدة من الأكلات التي توارثها سكان الأهوار منذ القدم، ولا يزال الكثير من الذيقاريين يفضلونها في شهر رمضان. تتألف أكلة (الجباب) من السمك، حيث يوضع أولاً في إناء يحتوي على ماء حار ثم يستخرج منه العظام، ثم يخلط مع عجينة تتكون من دقيق القمح والماء وبعض التوابل، مثل الكركم والبهارات والكاري، إضافة إلى البصل والطماطم. وفي الخطوة الثانية، تشكل العجينة على هيئة أقراص أو دوائر صغيرة، ومن ثم توضع فوق الرز المغلي. وهناك طريقة يعد بها (كباب السمك) وذلك بطحنه عن بألة خشبية تسمى "الجاون"، ثم يوضع الطحين والتوابل مع الرز أثناء غليه ليكتمل.

إضافة لطبق (الجباب)، يتميز الأهواريون وأهالي ذي قار عموماً بصنع أكلة المسموطة، فتعتبر دليلاً وهوية تاريخية لسكان الأهوار، فهي واحدة من أشهر الأكلات، وتنتشر بصيغ عديدة في مدن البصرة والعمارة والسموطة والناصرية والشطرة وغيرها. وبحسب الكثيرين فإن المسموطة أكلة توارثها العراقيون من أجدادهم السومريين. وتقوم أساساً على فكرة تجفيف السمك في الهواء الطلق لحفظه لفترات طويلة، وإعادة طبخه في مناسبات خاصة مثل الاعياد الدينية وشهر رمضان. ويتم طبخ المسموطة بعد تنظيف السمك بشكل جيد، ثم يوضع في قدر، ويضاف إليه الملح وبعض التوابل، ويترك على نار هادئة. ويفضل أهالي ذي قار سمط الأسماك النهرية مثل الشلك والشانك والحمري والخشني والسمتي والبني والكطان.

ومن الأكلات التي يبرع بها أهالي الناصرية أكلة السمك المسكوف، ورغم أن هذه الأكلة ارتبطت ببغداد تحديداً وشكلت جزءاً من هويتها، إلا أن أهالي الناصرية ينافسون بغداد بالمسكوف، وسوف نرى طريقتهم في الملحق الخاص بهذا الفصل. على صلة بهذه الأطباق السمكية يفضل الذيقاريون أكلة (الثرب) وهي بيوض السمك التي تستخرج من بطونها، وهو المسى في العالم بـ (الكافيار). وتؤكل الوجبة في العادة طازجة وتقدم بشكل منفصل عن السمك، أو توضع في بطن السمكة حين تشوى بطريقة المسكوف. ويخلط (الثرب) مع البصل المحمص والنومي بصرة المفروم والزيت. ويفصل العراقيون الثرب المستخرج من بطون سمك البني والكطان أكثر من غيرها. وهم يتخلصون من ثرب سمك الحمري لاعتقادهم أنه بعض أنواعه مسمومة.



### المقادير (5 اشخاص)

|                                |   |
|--------------------------------|---|
| سمكة، دهينة طازجة، كاملة       | 1 |
| ملح وفلفل وتمر هندي حسب الرغبة |   |
| طماطة مقطعة                    | 2 |
| بصل مقطع شرائح                 | 2 |

### طريقة التحضير

تقطع السمكة بالطول. على شكل فراشة وتنظف وتغسل وترش بالملح والفلفل والتمر هندي. يعمل شقين على الجانب الخارجي من جلد السمكة. تجهز نار مفتوحة ويغرز زوج من العصي على السطح، تقريبا على بعد 30 سم من النار. تستعمل هذه العصي وتغرز في تشققات السمكة ووجهها للداخل - تترك لتشوى لمدة 50 دقيقة تقريبا إلى ساعة ، حتى يتم سواء السمك جيدا.

توضع السمكة على ظهرها وتترك لتطهى لمدة 10 دقائق إضافية. تقدم مع حلقات الطماطة والبصل.

في ذي قار أيضاً، تنتشر أطباق يستخدم فيها الدجاج، حيث يعمل الدجاج محشياً أو مشوياً، أو يسلق مع البصل والطماطم والبهارات والنومي بصرة ويقدم كمرق أو تشريب. ويتفنن أهل الأهوار بشي الدجاج في التنور أو طبخه في قدور توضع داخل التنور، بحيث تكون له نكهة خاصة. أما البط فيتفنن الصابئة المندائيون في طبخه لاسيما في أعيادهم الدينية.

من أبرز الحلويات الطبيعية التي تنتشر في ذي قار وميسان هو النبتة التي تنتجها بيئة الأهوار وتسمى (الخريط)، وعادة ما يكون موعد ظهوره على القصب ابتداءً من منتصف شهر نيسان وحتى منتصف شهر أيار. في هذه الفترة، يقوم السكان بسحب مادة الخريط من الأهوار ويكون حينئذ بلون أصفر. ثم يبدأ أبناء مناطق الأهوار بصناعته وتمر بمراحل عديدة ومعقدة إذا يجمع ويترك تحت حرارة الشمس ثم يفصل عن المواد الأخرى بقطعة قماش مخصصة ثم يوضع في أعلى إناء يحتوي على الماء ليتعرض لبخاره، ثم يتم تكسيره ويصنع على شكل أحجار متوسطة الحجم. وهو ذو مذاق حلو يستخدم كحلوى ودواء في الوقت نفسه. وتعد هذه الحلوى واحدة من علامات منطقة الأهوار، ويتم استيرادها لبغداد والبصرة وبقية المدن التي يتواجد بها الجنوبيون ممن نزحوا من الجنوب.

على إن من أشهى الأكلات التي تنتشر في ذي قار، مثلما تنتشر في بقية مدن العراق، هي الكيمر (القشطة)، والكاهي، وهاتان الأكلتين تؤكلان معا في الأعياد والمناسبات، لكنهما قد يقدمان بمعزل عن بعضهما، وهذا ما سنعرضه بالتفصيل في ملحق هذا الفصل.

## سمك مسگوف

# كاهي

من المؤكد أن خبراء التغذية ومتبعي الحمية الغذائية الصحية يختلفون على مكانة الكاهي في نظام غذائي صحي. ومع ذلك، فلا توجد طريقة أفضل لبدء اليوم من تناول قطعة من هذا النوع من المعجنات الهشة ذات الرقائق الخفيفة كرقائق عجينة البقلاوة مع الكيماز (صفحة 7) (بالإضافة إلى العسل أو الشيرة أو الدبس)، كما أنني أحب رشها بالفستق المطحون أو جوز الهند.

الكاهي مفضل لدى جميع العراقيين، لا يحتاج في الحقيقة إلى مناسبة للتمتع به. ولكن على الرغم من ذلك فإنه يعطي بهجة عند تقديمه في الأعياد والمناسبات. عادة ما يؤكل الكاهي في عيد الفطر لانهاء صوم رمضان او تقدم الى المتزوجين حديثا من قبل والدة العروسة الجديدة التي ترحب بابنتها وصهرها بوجبة فطور تتميز بالكرم في الصباح التالي للزفاف. أشك في أن حتى أكثر أخصائي التغذية صرامة سيعترضون على بداية لطيفة من هذا النوع.

من المؤكد أن خبراء التغذية ومتبعي الحمية الغذائية الصحية يختلفون على مكانة الكاهي في نظام غذائي صحي. ومع ذلك، فلا توجد طريقة أفضل لبدء اليوم من تناول قطعة من هذا النوع من المعجنات الهشة ذات الرقائق الخفيفة كرقائق عجينة البقلاوة مع الكيماز (صفحة 7) (بالإضافة إلى العسل أو الشيرة أو الدبس)، كما أنني أحب رشها بالفستق المطحون أو جوز الهند.

الكاهي مفضل لدى جميع العراقيين، لا يحتاج في الحقيقة إلى مناسبة للتمتع به. ولكن على الرغم من ذلك فإنه يعطي بهجة عند تقديمه في الأعياد والمناسبات. عادة ما يؤكل الكاهي في عيد الفطر لانهاء صوم رمضان او تقدم الى المتزوجين حديثا من قبل والدة العروسة الجديدة التي ترحب بابنتها وصهرها بوجبة فطور تتميز بالكرم في الصباح التالي للزفاف. أشك في أن حتى أكثر أخصائي التغذية صرامة سيعترضون على بداية لطيفة من هذا النوع.

## المقادير (6 - 4 اشخاص)

|             |                                |
|-------------|--------------------------------|
| 3 كوب       | طحين                           |
| ½ ملعقة كوب | ملح                            |
| 1 كوب       | ماء بارد                       |
| ¼ كوب       | زبدة أو سمن بدرجة حرارة الغرفة |
|             | زيت، حسب الرغبة                |

## طريقة التحضير

يسخن الفرن إلى 190 درجة مئوية / 375 فهرنهايت / علامة غاز 5  
ينخل الدقيق والملح في وعاء كبير. اصنع حفرة في الوسط واسكب ¼ كوب من الماء.

يُعجن المزيج ويُضاف الماء المتبقي تدريجياً حتى تصل العجينة إلى قوام متماسك. تغطى وتترك لترتاح لمدة 25 دقيقة

تقسم العجينة إلى 7 أجزاء، وعلى سطح مرشوش قليلاً بالدقيق، يفتح كل جز إلى عجينة مستطيلة رفيعة للغاية وتُدهن بالزبدة أو السمن. و تطوى الى طبقات (تدهن كل منها بالزبدة أو السمن) لعمل قطع الكاهي المستطيلة توضع العجينة في الثلاجة لمدة 20 دقيقة ومن ثم تفرش على صينية شوي مدهونة و تشوى لمدة ما بين 15-20 دقيقة او حتى تصبح محمصة من الخارج

# گیمر

ادخل كلمة الكيمر في محرك البحث جوجل وسوف تجدها مكتوبة بحروف مختلفة ولكن كلها تشير الى نفس الكريمة التقليدية اللذيذة المصنعة من حليب الجاموس (ويمكن استبدال حليب الجاموس بالحليب الكامل الدسم).

يقال بأنه سعي بهذا الاسم نسبة الى لونة الابيض التي يشبه القمر المضيء. الكيمر اصله عراقي. اكلة كلاسيكية في جميع انحاء البلد، القيمر يصنع اما في المصانع أو من قبل المزارعين المحليين المعروفين باسم العرب وبالتالي يشار اليه باسم قيمر العرب. الاستعمال الاكثر شيوعا لكريم الكيمر هو مع الكاهيو الشيرة. وايضا هو كثير الاستعمال مع الدبس (مركز عصير التمر). في هذه الحالة، توضع قطعة صغيرة من الكيمر على قطعة من الخبز العراقي الحار وتغمر

بالدبس وتؤكل. عادة ما يتم بيع هذه البهجة الكريمة في صواني كبيرة في الشارع، ولن تجدها تُباع في مكان بعيد جدًا عن المعجنات العراقية اللذيذة الكاهي.

## المقادير ( 4 - 2 اشخاص )

2 كوب كريمة ثقيلة القوام

2 كوب حليب جاموس

## طريقة التحضير

اخلط الحليب مع الكريمة في قدر، ثم ضع على حرارة معتدلة حتى يبدأ الحليب في الارتفاع. ملاحظة مهمة يجب عدم غليان السائل. تخفض الحرارة لدرجة واطئة وتترك على نار هادئة لمدة ساعتان. يطفى النار وتوضع مصفاة مقلوبة فوق القدر الساخن ويغطى بمنشفة و يترك ليبرد في دراجة حرارة الغرفة لمدة ستة ساعات على الاقل.

ضع المزيج في الثلاجة طول الليل.

تؤخذ الطبقة الصلبة السميكة من الأعلى وتقدم. والحليب المتبقي بعد القشط يمكن استخدامه لتحضير الحلويات الأخرى المعتمدة على الحليب.

تقع محافظة المثنى في أقصى جنوب السهل الرسوبي، وتحتل بأراضيها الخمسة الجزء الجنوبي الغربي من العراق، ويقع جزء منها في جنوب غرب الهضبة الغربية. تحدها من الشمال محافظة الديوانية، وتمتد حدودها الجنوبية إلى المملكة العربية السعودية، في حين يحدها شرقاً محافظتا ذي قار والبصرة، ومن الغرب وحدها محافظة النجف. للمثنى خمسة أقضية هي السماوة والرميثة والسلمان والخضر والوركاء، وتبلغ مساحتها الكلية (51740) كم<sup>2</sup>. ويقدر سكانها بمليون نسمة، تبلغ نسبة الحضريين منهم 44% بينما تبلغ نسبة الريفيين والرعاة والبدو 55%.<sup>34</sup> وورد ذكره السماوة في معجم البلدان لياقوت الحموي بقوله: (سميت بالسماوة لأن أرضها مستوية لاجر فيها). أما قضاء الوركاء فيقع إلى الشرق من الرميثة، ويبعد عن السماوة قرابة 30 كم، وفيه آثار أوروك التي هي واحدة من أقدم المدن السومرية، ويعتقد الباحثون أنّ تسمية العراق مأخوذة من اسمها<sup>35</sup>.

### بيئة المثنى

تتميز بيئة المثنى بكونها تجمع بين الطبيعة الصحراوية والنهرية، وهذا أعطاها طابعاً خاصاً، فهي تنفتح على البادية الجنوبية التي تمتد إلى الجزيرة العربية، وفي الوقت نفسه تتميز المحافظة بطابعها النهري، لجهة أن نهر الفرات يخترقها بفرعين هنا شط السبيل من شرق المحافظة، وشط العطشان من شمال السماوة. ويدخل الفرعان المحافظة عند ناحية الهلال. أما شط السبيل، فيتفرع ابتداءً من شمال مدينة السماوة إلى فرعين أيضاً، حيث يسمى الفرع الشرقي ب(السوير)، وتقع عليه ناحية السوير، ويسمى الفرع الغربي بشط السماوة. وبعد دخول شط العطشان حدود المحافظة، يجري باتجاه مدينة السماوة، ويتفرع من ضفته اليمنى نهر الصليبات، ثم يستمر شط العطشان في مسيرته ليلتقي بشط السماوة شمال المدينة<sup>36</sup>. إن اختراق نهر الفرات المحافظة بمدنها بهذا الشكل حولها إلى محافظة من أخصب محافظات العراق، يزداد على ذلك كمية المياه الجوفية الهائلة الكامنة تحت الأرض، ويقدر خزنها بعشرين مليار متر مكعب، والمتجدد منه سنوياً أربعة مليارات متر مكعب. وانعكس هذا على كمية الأراضي الصالحة للزراعة التي تقدر بمليون دونم، المزروع منها فعلياً بالحنطة والشعير لا يتجاوز 300 ألف دونم. أما الثروة الحيوانية فهناك امكانيات كبيرة تملكها المحافظة لوجود البادية الجنوبية ضمن حدودها، وتتركز هذه الثروة في ناحية (بصية) التي تعد عاصمة البادية، وتقدر أعداد الماشية من أبقار وخراف وماغز المليون رأس بينما تبلغ أعداد الأبل 100 ألف<sup>37</sup>. إن هذا التعداد البيئي جعل من محافظة المثنى خليطاً من الثقافات والقيم الاجتماعية، وساعد على هذا أيضاً كون مجتمعها انقسم إلى ثلاثة شرائح، فهناك شريحة المزارعين، وهناك شريحة الرعاة من البدو الرحل، إلى جانب شريحة حضرية تعمل بالتجارة والوظائف الحكومية.

### مائدة المثنى

لا تختلف مائدة هذه المحافظة عن المائدة العراقية عموماً وموائد مدن الجنوب الفرات الأوسط خصوصاً، ويبدو هذا نتيجة لتوسطها بين الجنوب والفرات الأوسط. لكنها مع ذلك تتميز عن غيرها بتنوع مائدتها بين الأطباق النهرية التي تشكل الاسماك عنصرها الاساسي، وبين الأطباق الصحراوية التي تشكل اللحوم عنصرها الاساسي. والمطالغ لقائمة الأكلات في مدينة السماوة مثلاً سيلحظ وجود أكلات بدوية تشترك بها بلدان الخليج مثل (الهبيط) الذي يطبخ بطريقة البدو، ويشمل التأثير بعادات تناول الطعام وطريقة الجلوس وتقديم الوجبات للضيوف. فمجتمع المثنى مجتمع مضياف كونه يزوج بين قيم البدو وقيم الريف، وعادة ما يصيّن الطعام بأوان كبيرة وصواني واسعة ويهتمون كثيراً بإظهار كثرة

طعامهم المقدم للضيوف. وهم بالعادة لا يأكلون مع الضيف بل يحرصون على خدمته وتقديم الطعام له والإلحاح في سؤاله إن كان يحتاج شيئاً. أما في داخل البيوت، فهم يقتعدون الأرض غالباً ويتناولون الطعام بأيديهم، عدا الشريحة المتمدنة التي نشأت في العقود الأخيرة اذ بدأوا يستخدمون الطاولات، ويحرصون على تزويق موائدهم بأطباق حديثة وسلطات متنوعة غادرت الطابع المحلي. مع هذا، وكما هو الحال مع المحافظات الأخرى، هناك أطباق محلية خاصة بالمثنى، أشهرها تلك المتعلقة بنبات الكما. هو نوع من انواع الفطر البري الذي يسميه أهل الخليج (الفقع)، وينمو في الصحراء بشكل موسمي خصوصاً بعد هطول الامطار. وتعد بادية السماوة أشهر مكان يظهر فيها الكما، لذلك اقتصت به وأصبح يشكل جزءاً من هويتها الخاصة. ويطبخ الكما بطرق عديدة، فهو يطبخ بطريقة المرق كما يطبخ اللحم أو بطريقة التحميص (الحمس)، فيضاف له البصل والنومي بصرة وبعض البهارات، أو يقدم على شكل مطبخ على الرز، وبعضهم يفضل مشويا.

ومن أطباق المثنى الشهيرة التي يتفننون بها طبق تشريب اللحم حيث يتم تحضير الطبق من الحمص ولحم الغنم مع البهارات والبصل والمعجون والطماطم. ثم يقطع الخبز ويشرب بالمرق ويطرح فوقه اللحم. وهناك خبز العروك الذي يتفنن به أهالي مدن المثنى ولديهم طريقتهم المميزة في تحضيره كما سترى في ملحق هذا الفصل. وفي الملحق أيضاً، سنتوقف عند طبق لذيد يفضله عند أهالي المثنى وهو الرز بالجزر. ومثل بقية مدن الجنوب والفرات الأوسط، تبرع مائدة السماوة بتقديم طبق القوزي بحسب التسمية الفراتية والبغدادية أو (المفطح) بحسب تسمية الجنوب، وهو ان يطبخ خروف كامل محشي بالأرز والخضروات والمكسرات والبهارات، ويتم طهيه على درجة حرارة منخفضة للغاية في فرن مغمور أو مغلق. وعادة ما يستخدم السماويون الفحم ليعطي الطبق نكهة مدخنة، وهذه الطريقة يتفنن بها البدو والريفيون.

ومن الأكلات التي تشترك بها السماوة وأقضية المثنى الأخرى مع مدن الجنوب طبق (الشله)، وهو رز يخلط بالعدس والماش والبصل والبهارات، وتكون به عادة بعض السيولة. وهناك طبق يطلقون عليه تسمية (رأس العصفور) ويتكون من لحم مثرور مع البصل والثوم والكرفس وقليل مع الطحين. وواضح من التسمية أنّ كرات اللحم تكون بشكل رأس العصفور، ثم يسلق بماء الطماطم ويقدم كمرق. وهذه الأكلة تماثل (الكفتة) التي يصنعها سكان مدن الفرات الأوسط كالديوانية والحلة وكربلاء. ومما يربط مائدة السماوة بمائدتي ميسان وذي قار الأكلة المسماة (الدوگ) وهو طبق لذيد يتكون من البيض والدقيق حيث يمزجان جيداً، ويصب المزيج في المقلاة مع السمن والبصل، ويقلب حتى يحمر ويكون على شكل قرص دائري. وعرف هذا الطبق في بغداد ومدن الفرات أيضاً لكنه اختفى في السنوات الأخيرة. من الحلويات التي تنتشر في مدن المثنى (المبسوسة)، وتتكون من التمر المعجون جيداً، ثم يقطع الى قطع متوسطة الحجم بشكل دائري، وتؤكل من قبل الفلاحين اثناء العمل. ومثل بقية مدن الجنوب، عرفت المثنى ما يسمى ب(كليجة الرز) حيث يغلى الماء والسكر حتى ينغمد المزيج. ثم ينزل القدر ليوضع عليه طحين دقيق الرز ليعجن ويسوى بقالب خاصة مدورة، وعلى كل قطعة توضع حبة سودة للتلوين ثم تشوى في الفرن.

ويصنع أهل المثنى، مشتركين بذلك مع مدن ميسان وذي قار، ما يسمى ب(البثيث) وهي أقراص من اللبن الحامض تصنع بعدة خطوات: يوضع اللبن أولاً في قدر تشعل تحته النار الى ان يتبخر الماء وتبقى مادة كثيفة جداً. ثم توضع المادة الكثيفة تحت اشعة الشمس لتجف وتتحول بعدها الى قطع صغيرة يميل لونها الى الاصفر، وتخزن لتؤكل مع التمر. ويمكن أن يؤكل (البثيث) قبل تجفيفه ليسى حينئذ (كرثي) أو (ريجان). وهناك أيضاً حلوى (البحت)، التي انتقلت من ميسان والناصرية إلى المثنى وبقية المدن، وتتكون من رز يطبخ مع الحليب والسكر. وفي المثنى يتواجد الخبز بكل أنواعه من دقيق الشعير إلى دقيق القمح ومن خبز الدخن إلى الصمون الحجري الذي يعد بصمة عراقية خالصة. ويصنع خبز الدخن من الدخن الذي يطحن وتفرز قشوره ويعاد طحنه، ثم يعجن ويوضع على الطابغ ويرش عليه قليل من الطحين، ثم توضع فوقه كرات المطال كما في ريف ميسان. لكن في المثنى يصنع الخبز من الدخن وليس من الرز.

### المقادير (5 خبزات)

|                  |              |
|------------------|--------------|
| طماطة مقطعة      | 500 غم       |
| زيت نباتي أو سمن | ¼ كوب        |
| بصل مقطع         | 2            |
| بقادونس مفروم    | 1 كوب        |
| كرات مفروم       | ½ كوب        |
| بصل أخضر مقطع    | ½ كوب        |
| كركم             | 1 ملعقة طعام |
| كمون             | 1 ملعقة كوب  |
| كزبرة مطحونة     | 1 ملعقة كوب  |
| العجينة          |              |
| دقيق العادي      | 5 أكواب      |
| خميرة            | 2 ملعقة طعام |
| ملح              | 1 ملعقة كوب  |
| ماء              | 4 أكواب      |

### طريقة التحضير

توضع جميع مكونات العجين في وعاء خلط كبير وتُمزج مع بعضها بحركات دائرية خفيفة.

استمر بالعجن حتى تتكون عجينة طرية. يضاف المزيد من الماء إذا كانت العجينة صلبة قليلاً وتعجن مرة أخرى حتى تتشكل عجينة جيدة.

توضع العجينة في وعاء نظيف وتغطى بمنشفة مبللة وتوضع جانباً في مكان دافئ لمدة 15 دقيقة.

يُقلى البصل في القليل من الزيت حتى يصبح لونه شفافاً. اخلط اللحم وجميع الهارات والبصل الأخضر والأعشاب في وعاء واتركه ليتبل. اعجن مزيج البصل واللحم مع العجينة.

تُقسم العجينة إلى خمس كرات ، وتُرش بقليل من الدقيق وتترك لتختمر لمدة 15 دقيقة.

وفي المثلث أيضاً، يخرج أبناء المثلث إلى البراري لالتقاط نباتات طبيعية ذات مذاق رائع مثل الخباز والرغل والوطيوطة. ومن هذه النباتات تصنع طبخة يسمونها (التوله)، حيث يضيفون لها الملح والسمن. وفي المدن يضيفون لها تمر هند وليمون دوزي وبيض وباقلاء، وتطبخ كل هذه المواد بالسمن وتؤكل مع الخبز.

ومن أنواع الحلوى التي يفضلها أهل المثلث (الحلاوة الرملية)، حيث يغلي الماء والسكر وينزل في القدر، ثم توضع العجينة في صواني خاصة ترصع بالجوز واللوز. وتكون الحلاوة الرملية هشة ورملية اللون. وهناك حلوى يفضلها الأطفال والبنات يطلقون عليها (البادم) إذ يخلط الطحين والسكر مع الماء البارد، ثم يضاف لهما الدهن، ويرش بمبشور الجوز، ثم يدخل الفرن ليشوى على وجه واحد، وتعمل رقائق (البادم)

## خبز عروگ



## تمن على الجزر

من الاطباق المفضلة لي ولعائلي ومن الممكن القول أن طبق الرز البسيط هذا يحظى بشعبية كبيرة بين الضيوف. على الرغم من أنه يتطلب جهداً أقل من ، على سبيل المثال ، الباجه أو القوزي الى أن ردود الأفعال تكون جميلة ورائعة عند الضيوف.



### المقادير (6-7 اشخاص)

|  |              |
|--|--------------|
| رز حبة طويلة                               | 1 ½ كوب      |
| زيت  | ¼ كوب        |
| جزر (مقطع إلى مكعبات)                      | 2 اكواب      |
| لحم غنم أو لحم بقري (مقطع إلى شرائح رقيقة) | 500 غم       |
| بصل متوسط الحجم مقطع                       | 1            |
| قرفة                                       | 1 ملعقة طعام |
| فلفل اسود                                  | 1 ملعقة كوب  |
| ملح  | 1 ملعقة طعام |
| مرقة دجاج                                  | 2 اكواب      |
| لوز وزبيب (اختياري)                        |              |

### طريقة التحضير

ينقع الرز في الماء لمدة 30 دقيقة ثم يصفى. ضعه جانبا. يحمر اللحم والبصل في 2 ملعقة كبيرة من الزيت الساخن ويضاف المهارات والملح و 2 كوب من المرق ويترك حتى يغلي ثم يخفف النار ويترك على نار هادئة لمدة 25 دقيقة.

اضف الجزر الى خليط اللحم ويقلب حتى ينضج الجزر قم بطهي الرز باستخدام الطريقة الأساسية للحصول على رز سادة مثالي اخلط الرز مع مزيج الجزر واللحم ويوضع على نار خفيفة لمدة 10 دقائق مع التحريك من حين لآخر.

يقدم الرز ويضاف الية اللوز والزبيب المقلي (حسب الرغبة)

# عادات الطعام

## في واسط

### الفصل السادس

فيما يخص مجتمع واسط، فإنه يعد مجتمعاً ريفياً، لكن ذلك لا يعني ضعف النشاط التجاري، ففي واسط طبقة تجارية قديمة انتعشت أعمالها بفضل موقع المحافظة الذي تتوسط به بين بغداد والعمارة والبصرة. ناهيك عن كون المحافظة معبراً مهماً بين العراق وإيران. لذلك نشأت شريحة من التجار النشطين قوامها تجار أثرياء ينحدرون من بغداد، وآخرون إيرانيون وأكراد.

إن هذا التوسط بين المدن والبيئات الاجتماعية والثقافية انعكس مباشرة في ثقافة مجتمع واسط، من جميع النواحي. ففي هذه الثقافة، هناك ما هو عربي قحّ وما هو غير عربي. فمثلما ذكرنا آنفاً، كان تأسيس واسط ابتداءً قد جرى على نهر دجلة، فكان أن استوطن العرب غرب النهر وخليط من العجم والعرب والأكراد شرقه، وبقي هذا التوزيع مستمراً مئات السنين وإن كان سكنة غرب دجلة غلب عليهم العنصر الكردي لاحقاً، لذلك انعكس هذا الوضع في ثقافة المجتمع، ومن ضمن ذلك ثقافة الطعام.

#### مائدة واسط

لا تختلف أطباق الطعام الخاصة بمحافظة واسط عن غيرها من مدن العراق، فهناك مشتركات كثيرة تربطها بأطباق الجنوب وأطباق الفرات الأوسط، لكن المشتركات تقل نوعياً كلما اتجهنا إلى شمال البلاد. أما مع مدن غرب العراق فتوجد مشتركات عديدة، لتشابه بيئة المنطقتين وانفتاح واسط على البادية، وهي في كل الأحوال أقل مما يشترك به المجتمع الواسطي مع مطبخ الجنوب والفرات الأوسط. في واسط ستجد الناس يأكلون نفس ما يتناوله البصري والميساني والديقاري، كذلك النجفي والحلي والكربلاني والديواني. يشكل الرز الطبق اليومي المفضل بأنواعه جميعاً، البرياني والرز الأحمر و(تمن باغلا)، و(المطبخ)، سواء مع السمك أو الدجاج. ومثلما هو الحال في أغلب مدن العراق، يعشق الواسطي السمك وتعدد أطباقه، ومن أشهرها السمك بالطماطة، وهو طبق رائع شبيه بما يسمى في بعض المدن (تبسي السمك)، ويقدم عادة من الرز الأبيض، وسنعرض لتفاصيل هذه الأكلة الشهيرة في ملحق هذا الفصل.

وفي واسط أيضاً يمكن إن تجد الدولة بالطريقة البغدادية التي تغلب الحموضة عليها باستخدام الليمون وصلصة التمر هند، خلافاً لطعمها في ذي قار والبصرة والعمارة حيث يضيفون لها الدبس وأحياناً السكر. أما الكباب الواسطي فلا يختلف في شيء عن كباب المدن العراقية الأخرى، إلا بكونه يأخذ طعمه ونكهته من طعم لحم الخراف في الكوت، وهذه الخراف تعدّ الأفضل والألذ في العراق بل ربما في العالم. ويصحّ الأمر على الكبة التي دخلت المطبخ الواسطي في العقود الأخيرة، على اعتبار إن الكبة طبق موصلٍ أصبح بامتياز، وما من مطبخ في مدن الوسط والجنوب والغرب يخلو منه.

ونظراً لمجاورة واسط لإيران، ثمة أطباق هاجرت لتجد مكاناً لها في المائدة العراقية، مثل (التاجينه) وهي خليط من الرز واللحم والبطاطا ومواد أخرى، وتنتشر هذه الاكلة في ميسان وواسط وديالى والبصرة وهي واحدة من الأطباق المشتركة بين العراق وإيران. لكنها عادة تتعرض لمتغيرات جزئية في كل مدينة تهاجر إليها. وما يصحّ على التاجينه ينطبق على ما يسميه الواسطيون ب(أش)، والمقصود هو طبق الهريس المعروف في جميع أنحاء العراق. ويتفنن سكان بكرة وجصان بطبخه ويطلقون عليه تسمية (الأش)، في حين تسمى في كربلاء والنجف ومدن الفرات بال (شله). ويستخدم فيها حبوب القمح، إضافة إلى قليل من الأرز والماش أو العدس أو اللوبياء. وطريقته أن تنقع (الحبيّة) ابتداءً من الليل، ثم توضع مع قطع اللحم في القدر وتغمر بالماء، وتوضع على النار. وبعد أن يفور القدر تهدئ النار، وتترك لفترة قليلة، وترفع عن النار وتهرس مع اللحم، ثم يضاف إليها الملح. وبعد أن تنضج الطبخة تقدم بصحون ترش بالسكر والدارسين.

أسست مدينة واسط سنة 81 هجرية (770 م)، من قبل الحجاج بن يوسف الثقفي، لتكون معسكراً لجنوده. وسكن العرب غرب نهر دجلة الذي يخترقها بينما سكن العجم شرق النهر حيث تنفتح المدينة على حدود فارس. ويرجع سبب تسمية المدينة بواسط إلى اسم الموقع الذي اختاره الحجاج لبناء مدينته، فقد كان يسمى (واسط القصب)، لكن هناك من يقول إنها انما سميت كذلك لتوسطها بين الكوفة والبصرة<sup>38</sup>.

وتحاذي واسط من الشمال الشرقي محافظة ديالى، ومن الجنوب الشرقي محافظة ميسان، ومن الجنوب الغربي محافظة ذي قار، على امتداد نهر الغراف. ومن الغرب تحد واسط محافظتا الديوانية وبابل. أما من الشرق، فتجاورها مدينة مهران الايرانية. ويتفرع عن نهر دجلة الذي يخترق الكوت عدد من الأنهار أبرزها الدجيلي، والغراف، وشط الشطرة، وشط البدعة.

إدارياً، تتألف المحافظة من (17) وحدة تشكل ستة أفضية هي قضاء الكوت، مركز المحافظة، والعزيبية والصويرة العي والنعمانية وبدرة. وفي واسط هور يسمى (الشويجة)، يمتد إلى حوالي 18 كم شرق الكوت، وهو من المسطحات المائية التي تتسع خلال موسم الشتاء نتيجة سقوط الأمطار ونزول مياه نهر (الكلال)<sup>39</sup>. تاريخياً، لا يعرف بالضبط زمن تأسيس مدينة الكوت الحديثة، لكن بعض المصادر تؤكد أن أحد شيوخ عشيرة المياح، المسى سبيع بن خميس شيد له قلعة من الأجر في موضع الكوت الحالية عام 1812 م فكانت تلك القلعة نواة نهضتها العمرانية<sup>40</sup>، وقيل انها نسبت اليه فسميت (كوت سبيع)، ويذكر عبد الرزاق الحسيني نقلاً عن أمين الحلواني في كتابه (مختصر مطالع السعود) إن الكوت كانت موجودة في زمن ولاية سليمان باشا الممتدة 1779 الى سنة 1802، كذلك يرد ذكر للكوت في رحلة ايليس ايرون الذي انحدر الى البصرة عام 1781، وحين افتتحت شركة ستيفن لنج للنقل النهري فرعها في العراق وضعت الكوت كميناء رئيسي على دجلة بين بغداد والبصرة<sup>41</sup>.

#### البيئة والمجتمع

تبلغ مساحة محافظة واسط (38317) كم<sup>2</sup>، ويقطنها قرابة المليون ونصف المليون نسمة، ويغلب على مجتمعها الطابع العشائري حيث يقطنها العديد من القبائل العربية مثل ربيعة وبني زبيد وشمر وبني لام وفيها عشائر تنتهي لقبيلة الدليم، عدا ذلك، هناك أقلية كردية تنتشر في بعض الأفضية أبرزها قضاء العي وقضاء بدرة، ناهيك عن وجود أقلية من اصول إيرانية. عدت واسط، منذ أن عرفت قبل مئات السنين، بأنها منطقة زراعية رغم انها تمدنت في العقود الأخيرة حتى أصبحت نسبة السكان الحضر فيها تبلغ 58.2٪، بينما تبلغ نسبة الريفيين 41.8٪، وفي احصائيات رسمية صدرت عام 2018، بلغ إجمالي المساحة المزروعة بالحنطة في المحافظة 947658 دونما، وبلغ إجمالي المساحة المزروعة بالشعير 34508 دونما<sup>42</sup>. وفي العام نفسه، بلغ إجمالي إنتاج واسط من التمور 45594 طناً، ما أهل المحافظة لتكون سلة خبز العراق، وساعد على ذلك وارداتها المائية الممتازة، ففي سنة 2016/2017 تجاوزت حصيلة المياه الواردة أربعين مليار متر مكعب، وهذا معناه ضخامة ثروتها السمكية إذا تصدر واسط السمك للمحافظات القريبة، وأكثر الأسماك انتشاراً في بيئتها المائية سمك الكارب والگطان والبني والشبوط والبياح<sup>43</sup>. ويعود انتعاش الثروة السمكية في واسط إلى انتظام أنهارها بعد إنشاء سدّة الكوت عام 1939.

إنشاء سدّة الكوت عام 1939.

وفي أنواع الخبز، تشترك واسط مع بقية المدن العراقية في أنواع وطنية مثل خبز دقيق القمح الذي يخبز في التناير المنزلية الطينية على شكل أرغفة مدورة. وبنفس الطريقة يخبز دقيق الشعير. وهناك الصمون الحجري الذي ينتشر في العراق كله، من أقصى الجنوب إلى أقصى الشمال. عدا ذلك، توجد في واسط أنواع أخرى شديدة المحلية وتنتشر في مدن جنوب العراق والفرات الأوسط، ومنها الخبز المطعم الذي تطعم عجينه باللحم والبصل والفلفل، ويُسمى ببقيّة المدن (خبز عروك). وأحياناً يخلط الواسطيون مع العجينة سمك صغير من نوع (الحرش)، لهذا يسمونه (محرش)، أي مخلوط معه السمك الصغير، ويخلط هذا النوع مع السمسم. وثمة خبز عرفته واسط على نطاق واسع يسمونه الخبز المقلي، حيث توضع قرصة الخبز في المقلاة مع قليل من السمن، ثم يرش عليها السكر.

وإذا أتينا إلى الحلويات، سنجد أن المجتمع الواسطي يحتفي بهذا النوع من الأطباق، مستثمرا ما يتوفر في البيئة من محاصيل زراعية. ولا تنفرد المحافظة بنوع معين بل تشترك مع بقية مدن العراق بتلك الأطباق، ومنها ما هو ريفي مثل (البحث) و(اللقيمات) و(المحلي) والحلاوة الرمليّة وحلاوة اللوزينة التي تعود إلى أصول عباسية حيث ترد في المصادر القديمة بتسمية (اللوزينج)، وأصلها فارسي. وهناك الزلابية والبقلاوة، وزنود الست، وحلاوة الدهينة التي استقدمها الواسطيون من النجف. غير أن لأهل واسط براعة خاصة في صنع حلاوة الطحين، وهي حلاوة تنتشر في أغلب مدن العراق، لكن الواسطيين يعلمونها بطريقة مميزة كما سنرى في الملحق الخاص بهذا الفصل.

## سمك بالبطماطة



### المقادير (6 اشخاص)

|                 |              |
|-----------------|--------------|
| سمك ابيض        | 1 كغم        |
| زيت الزيتون     | ¼ كوب        |
| بصل مئروم       | 1            |
| دبس الرمان      | 3 ملعقة طعام |
| معجون           | 1 ملعقة طعام |
| فلفل اسود       | 1 ملعقة كوب  |
| كمون            | 1 ملعقة كوب  |
| كزبرة مطحونة    | 1 ملعقة كوب  |
| برتقالة         | 1 ملعقة كوب  |
| مبروش (إختياري) | 1 ملعقة كوب  |
| صنوبر محمص      | للزينة       |
| اوراق المعدنوس  |              |

### طريقة التحضير

في مقلاة عميقة، اقلي السمك لمدة دقيقتين لكل جانب.

في نفس المقلاة، وبنفس الدهن، حمص البصل والثوم، ثم اضيف الطماطة، والمعجون، الملح، والبهارات و يطهى لمدة خمس دقائق. اضيف ¼ كوب ماء، يُطهى لمدة 5 دقائق أخرى، مع التحريك من حين لآخر، ضع السمك مرة أخرى في المقلاة وغطيه بصلصة الطماطم ودبس الرمان.

يطهى لمدة 7-10 دقائق.

يقدم مع الأرز الأبيض أو الخبز ويزين بالصنوبر المحمص وبرش البرتقال (إختياري) وأوراق البقدونس.

# حلاوة طحين

## المقادير (4-6 اشخاص)

|                       |              |
|-----------------------|--------------|
| ماء                   | 1 ½ كوب      |
| سكر                   | 1 ½ كوب      |
| زيت نباتي             | ½ كوب        |
| طحين                  | 2 كوب        |
| زبد                   | ½ كوب        |
| هيل مطحون             | 1 ملعقة طعام |
| جوز مفروم بشكل خشن    | 3 ملعقة طعام |
| جوز للتزيين (اختياري) | 7-10 قطع     |

## طريقة التحضير

في قدر، يذاب السكر في الماء ويترك ليلغي 5-10 دقائق حتى يصبح سميكًا. يرفع عن النار و يوضع جانبًا ليبرد.

في قدر سميك، تذاب الزبدة ثم نضيف الزيت النباتي حتى يسخن. يضاف الطحين ويقلب. يقلل درجة الحرارة إلى المتوسط مع التحريك المستمر حتى يتحول الطحين إلى اللون البني الفاتح و تصبح رائحته زكية.

ارفع القدر عن النار واسكب شراب السكر البارد بحذر. حركه بخفة حتى يصبح ناعمًا.

اعد القدر إلى درجة حرارة متوسطة واستمر في تقليب الخليط حتى يشخن ، أضف الجوز المفروم والهيل.

بيئياً، تتميز النجف بتنوعها، فهي مدينة نهريّة تقع على الفرات الذي يخترقها محوّلاً أراضيها إلى مزارع وفيرة المحاصيل وبساتين زاهرة بالثمار. وهي في الوقت ذاته تقع على صحراء شاسعة تمتد حتى الجزيرة العربية، وهذا جعلها عرضة للتأثر بقيم البدو وثقافتهم. في الزراعة، عرفت النجف بإنتاج محاصيل الحنطة والشعير والرز والسمسم، وأنواع الخضر والفواكه. وفي عام 2018 بلغ إجمالي المساحة المزروعة بالرّز 13561 دونماً، والشعير 2858 دونماً، وبلغت المساحة المزروعة بالحنطة 202114 دونماً. وكان مجموع المنتجات يزيد على 138000 طنناً. أما التمور فيبلغ انتاجه في السنة ذاتها 31155 طنناً<sup>44</sup>.

### المائدة النجفية

تعكس المائدة النجفية طبيعة المجتمع النجفي وثقافته، لهذا هي متنوعة وغنية بالعناصر والأطباق. فهناك أطباق هاجرت من الجنوب ووصلت إلى النجف مع الطلبة والمهاجرين، أو مع الزوّار الذين يفدون إليها. وهناك أطباق أخرى قدمت من شمال العراق وغربه، عدا الأطباق التي صدرتها بغداد للنجف وغيرها. ولا ننسى الأطباق التي جاءت من الجزيرة العربية بفعل وقوع النجف على تخوم صحراء تمتد إلى السعودية، ناهيك عن قائمة الوصفات الإيرانية والهندية التي أغنت المطبخ النجفي. وفي السنين الأخيرة، بفعل وسائل التواصل الحديثة، غزت المائدة النجفية أصناف شامية كثيرة. فيما يتعلّق بأنواع الأكلات، تتعايش على مائدة النجف أطباق محلية صرف لا تعرف في غير هذه المدينة، وأشهرها (الفسنجون) و(القيمة النجفية)، كذلك مرقة الطماطم التي تنفرد بها النجف. ومن أنواع الحلويات، هناك الحلوة الدهينة التي أصبحت علامة فارقة للمدينة، فضلاً عن خبز الشكر والطرشي المدبّس الذي يشتره زوار النجف من أسواقها ويحملونه، هو والدهينة، كهدايا لأقربائهم ومعارفهم.

النوع الثاني من الأطباق يضمّ أكلات تجمع مائدة النجف بمائدة مدن الفرات الأوسط عموماً، حيث تشترك النجف مع بابل والديوانية وكربلاء في قائمة طعام واحدة أشهر أكلاتها (التمن باقلاء) و(الباقلاء بالدهن)، ومرقة الكفتة فضلاً عن مرقة السبزي و(تمن الكلم) الذي تتفوق به كربلاء، و(تمن الجزر) وغيرها من أنواع الطبخات التي تعتمد الرز. ومن المهم التنبيه إلى أن طرق تحضير هذه الأطباق تختلف جزئياً بين هذه المدينة وتلك.

إلى جانب هذا النوع من الأطباق الفراتية، هناك نوع ثالث من الأكلات ذو بعد وطني يجمع المائدة النجفية بموائد المدن العراقية الأخرى، من البصرة إلى دهوك ومن الأنبار إلى ديالى. وتضم قائمة هذا النوع عشرات الأطباق، من مشويات إلى محموسات، ومن أطباق الرز والبرياني إلى السمك والتشريب. وعرفت العائلة النجفية الكبة والكباب والباچه ومطبخ السمك ومرق البامياء والفاصولياء، والسمك المسكوف والمشوي بالتنور. وعرفت أيضاً الدولة والشيخ محثي ومرقة الدجاج وبابا غنوج عدا الحلويات والسلطات والمعجنات وأنواع الكعك والخبز والصمون الحجري الذي ينتشر في كل مدن العراق. على إن النجفيين يبرعون في صنع نوع من الخبز يسمونه (خبز السكر)، وهو نوع عرفته النجف يؤكل مع الشاي، ويتكون من الطحين (الدقيق) والسكر مع القليل من الحليب والمطيبات والزيت، وقد ارتبط هذا الخبز بالنجف وكربلاء تحديداً.

### أطباق النجف

من الأطباق التي لا توجد إلا في النجف أكلة الفسنجون. ورغم أن أصل الأكلة إيراني، وفي رواية أخرى هندي، ورغم إنها توجد في مدينة كربلاء أيضاً، إلا أنها أصبحت تمثل امتيازاً نجفياً، وارتبط اسمها بالمدينة مثلما ارتبطت بها القيمة والحلاوة الدهينة ومرقة الطماطم. مع هذا فإن أشهر أكلة نجفية على الإطلاق هي القيمة النجفية والتي سنعرض طريقة تحضيرها في ملحق الفصل.

تقع محافظة النجف في جنوب غرب العراق، على حافة الهضبة الغربية، يحدها من الشمال محافظة كربلاء والأنبار، ومن الشرق بابل والقادسية، أما من الجنوب فتحدها المثنى، بينما تحدها غرباً الحدود الدولية مع السعودية.

تبلغ مساحة المحافظة 28532 كم<sup>2</sup>، وتضمّ (4) أفضية تشكل (10) وحدات إدارية، ويبلغ عدد سكانها قرابة مليون ونصف المليون نسمة، نسبة الحضر فيهم 71% ونسبة الريفيين 29%<sup>45</sup>. وتعدّ مدينة النجف عاصمة المحافظة وأكبر مدنها، إلى جانب قضاء الكوفة الذي تشكّل مدينة الكوفة مركزه الأساسي، وتمثّل أصل محافظة النجف تاريخياً، فقد بناها العرب المسلمون سنة ١٧هجرية (638 م) لتكون معسكراً للمقاتلين العرب<sup>46</sup>. وفي أثناء خلافة علي بن أبي طالب تحوّلت إلى عاصمة للدولة الإسلامية، قبل أن تتبوأ مركزاً مهماً من مراكز الحضارة ابتداءً من القرن الثاني الهجري، حيث نشأت فيها المدارس النحوية وغدت منارة من منارات الأدب والتراث. وفي عام 170 للهجرة، أثناء حكم الخليفة هارون الرشيد، تمّ اكتشاف مدفن علي بن أبي طالب قريباً من الكوفة، ليتحوّل في القرنين اللاحقين إلى عنصر جذب للزوّار، فكان أن نشأت مدينة النجف حول الضريح<sup>47</sup>. ولما كانت سنة 448 هجرية (1065 م)، انتقل إليها العالم الديني محمد بن الحسن الطوسي، خليفة الشريف المرتضى، فكانت هجرته إليها سبباً في تحولها إلى منارة علمية، فكان أن هاجر إليها العلماء وفتحت فيها المدارس الزاخرة، وغدت مدينة مهمة<sup>48</sup>.

### البيئة والمجتمع

حازت النجف أهميتها من كونها مدينة دينية مقدسة عند المسلمين لاسيما الشيعة، ففيها مرقد إمامهم الأول علي بن أبي طالب فضلاً عن أضرحة مهمة أخرى لأولياء وصالحين. وكانت شهدت عمراناً كبيراً في القرنين السابع والثامن للهجرة، وغدت محجاً للزوار وداراً للعلم والمدارس الدينية. لذلك غلب على مجتمعها طابع الهجنة الثقافية، ففيها عرب وفرس، وهاجرت إليها جماعات مختلفة من باكستان والهند، واختلط هؤلاء بسكانها ليشكلوا مجتمعاً متعدداً وغنياً بالثقافات المتنوعة. ليس هذا فحسب، فظاهرة الهجرة إلى النجف شملت العراقيين من مختلف المدن، ففي القرون الأخيرة شهدت هجرة مكثفة نحوها من أطراف المحافظة ومختلف المدن في الفرات الأوسط والجنوب وبغداد. إذ كان مئات الشبان يهاجرون إليها للترؤد بعلوم القرآن والسنة والفقه واللغة، وكانوا يعودون إلى مدنهم بوصفهم وكلاء للمراجع الدينيين أو خطباء منبر. لكن كثيراً منهم يقررون الاستقرار فيها وتكوين أسر. لهذا تجد في النجف اليوم الكثير من الأسر التي ترجع أصولها إلى الجنوب والفرات الأوسط مثلما تعثر على أسر ذات أصول إيرانية.

أما من الناحية الطبقية، فيغلب على أهل محافظة النجف الاشتغال بحقل الزراعة والبستنة، فضلاً عن اشتغال نسبة منهم بالتجارة لجهة كون المدينة أصبحت محجاً للزوار. ولا ننسى وجود شريحة عريضة تمتهن العلم والخطابة المنبرية، والتكفل بإحياء الطقوس، وهذا ما أعطى مجتمعها طابعاً خاصاً ميّزها عن بقية مدن العراق.

## المقادير (5 أشخاص)

|              |                                     |
|--------------|-------------------------------------|
| 1            | بصلة مقطعة الى شرائح                |
| 1 كيلو       | لحم غنم او بقر مقطع إلى شرائح رقيقة |
| 3            | نومي بصرة مجفف                      |
| 3            | فص ثوم مهروس                        |
| ¼ كوب        | زيت نباتي                           |
| ¼ كوب        | حمص مقسوم ومغسول                    |
| 1 كبير       | طماطة مقشرة ومفرومة                 |
| ½ ملعقة كوب  | كركم                                |
| ½ ملعقة كوب  | فلفل اسود مطحون                     |
| 1 ملعقة طعام | هيل مطحون                           |
| ½ ملعقة كوب  | قرفة                                |
| ½ ملعقة كوب  | جوزة الطيب                          |
| ½ ملعقة كوب  | كمون                                |
| ½ ملعقة كوب  | كزبرة                               |
| 1 ملعقة طعام | معجون الطماطم                       |
|              | رشة من الزعفران                     |
|              | الملح حسب الرغبة                    |

### طريقة التحضير

يُقلى البصل حتى يصبح شفافاً ، يُضاف الثوم واللحم والكركم والبهارات والليمون والملح والفلفل ويُقلب من حين لآخر حتى يصبح لونه بنيًا. أضف 2 كوب ماء. قم بتغطيته واتركه ينضج لمدة ساعة. أضف الطماطة ومعجون الطماطة والزعفران واتركه ينضج لمدة ساعة أخرى. أضف الحمص المقسوم وكوب آخر من الماء ويطهى لمدة 20 دقيقة. خذ ثلث الخليط واخبطه في الخلاط ثم أضفه إلى الخليط الأصلي واتركه على نار هادئة لمدة 30 دقيقة أخرى. تقدم ساخنة مع الرز.

.. للتنوع .

يُقشر الباذنجان إلى شرائح ويُقطع بالطول ويُقلى.

قدم القيمة في طبق كبير مع ترتيب الباذنجان فوقه مع بعض الطماطة المقلية للتزيين. نضع اليخنة في الفرن لمدة 20 دقيقة تقدم.



كذلك، ينبغي الوقوف عند الفسنجون، فهذه الأكلة ارتبطت بالنجف تحديداً وتتكون عناصرها من الدجاج المسحوب العظام والمزوع الجلد، حيث يطبخ مع الزبدة والفلفل الأسود ودبس الرمان ومكعبات البصل والكركم والجوز المطحون والراشي والسكر. ويقدم على شكل مرقة مع التمن الأبيض أو التمن باقلاء. ويفضل النجفيون عادة استخدام المواد الجيدة في صنع الطبق لدرجة أنهم يحرصون على إحضار مواد ذات منشأ إيراني، وهذا مما يدل على منشأ الطبق.

ومن أطعمة النجف التي انفردت بها مرقة الطماطم حيث توضع الطماطم في القدر مع البصل والمعجون والمطيبات ولحم الغنم وتؤكل مع التمن أو تشرب بها أرغفة الخبز. أما حلاوه الدهينة فلا تختلف في خصوصيتها النجفية عن القيمة وخبز السكر. تقتصر مكوناتها على السكر والحليب والدهن الحر، حيث تمزج هذه المواد بدقة ويضاف إليها الطحين ليكونوا عجينة طرية توضع في قالب وتشوى في الفرن بعد إضافة مبشور جوز الهند والجوز.

ومن المرققات التي برع فيها النجفيون أيما براعة رغم أنها موجودة في الكثير من مدن العراق، هي مرقة السبزي أو السبيناغ كما تسمى ببغداد، أو الشبزي كما تسمى في البصرة. ومن المعتقد أنّ أصل هذه الأكلة إيراني، ودخلت إلى النجف منذ القرن التاسع عشر، ومنها انتقلت إلى بقية المدن. لكن البصريين يروون أنها عرفت عندهم قبل الجميع ويسمونها الشبزي. فيما يتعلق بالعائلة النجفية، يفضل أن تكون مرقة السبزي باللون الأخضر، مثلما معمول به في إيران، ويضيفون للسبيناغ اللوبياء ولحم الغنم والليمون المجفف (نومي بصرة) والنعناع والشبث والبقدونس والدهن الحر (السمن البلدي). في حين يضيفون له في بقية المدن العراقية معجون الطماطم والليمون الأسود. وتؤكل مرقة السبزي مع التمن الأبيض<sup>49</sup>.

كذلك يتفنن النجفيون بتحضير مرقة الحامض حلو، التي تسمى أيضاً الطرشانة، أو (الترشالة) كما تسمى في مدن الجنوب، أو القيسي كما تسمى في بغداد. يمكن اعتبار هذه الأكلة نموذجاً على الأكلات الوطنية التي لا تخلو مائدة مدينة منها. مع هذا، انفردت النجف بطريقة تحضيرها بحيث أصبحت علامة من علاماتها، وسوف نعرض لهذه الأكلة في ملحق الفصل.

## قيمة

يحتفل العراقيون بالعديد من المناسبات المقدسة، وعادة يتم تقديم الطعام بكميات كبيرة وتوزيعها على الناس في كل مناسبة.

مثلا في يوم ذكرى استشهاد الامام الحسين لا نستطيع ان تقاوم الروائح الزكية المنبعثة من القدور الكبيرة المنتشرة في كل شارع وحي حيث تطبخ هذه القيمة اللذيذة التي يشارك الجميع في طبخها على نار هادئة والكل ينتظر حصته منها.

القيمة تملأ سماء الليل بالرائحة الشهية الدسمة . ويُظهر السكان المحليون قوتهم ويتناوبون على مشاركة مسؤوليات التحريك المطلوبة للجمع بين خليط الحمص واللحم في القدور السوداء الضخمة التي تغلي على نار هادئة، وعند الفجر يُسكب الطبق النهائي في أوعية أصغر ويعطى إلى عائلات الحي ويوزع إلى كل الزائرين المارين في هذا الشارع.

يمكن إعادة صياغة تقديم القيمة في مطبخك، مع إضافة قطع من الباذنجان المقلي والطماطم ووضعها في الفرن قبل التقديم،

## مرغة طرشانة

### المقادير (4-5 اشخاص)

|                               |                |
|-------------------------------|----------------|
| عنجاص ذهبي مجفف . (علوچه)     | ¼ كوب          |
| زيت نباتي                     | 2 ملعقة طعام   |
| لحم الضأن ( لحم الغنم)        | 500 غم         |
| مشمش مجفف (طرشانة)            | 1 ½ كوب        |
| عنجاص اسود مجفف وممزوع النواة | 1 كوب          |
| ماء حسب الحاجة                |                |
| ماء الزعفران                  | 2 ملعقة طعام   |
| ملح                           | ½ ملعقة كوب    |
| الزبيب الاصفر                 | ¼ كوب          |
| عصير الليمون                  | 2-3 ملعقة طعام |
| الدبس (اختياري)               | 1 ملعقة طعام   |
| سكر                           | 3-4 ملعقة طعام |
| هيل مطحون                     | 1 ملعقة كوب    |
| نشأ                           | 2 ملعقة طعام   |
| شرائح اللوز المقلي            | ¼ كوب          |

### طريقة التحضير

يُنقع العنجاص الذهبي المجفف (علوچه) في الماء لمدة 3 ساعات ويُصفى ، يُنقع العنجاص الاسود والمشمش المجفف في الماء لمدة ساعة و يصفى يُقطع لحم الضأن إلى مكعبات بحجم 2 سم. يسخن الزيت النباتي ويطهي اللحم على نار عالية حتى يصبح لونه بنياً. يُضاف كوبان من الماء ويُغلى المزيج ، ثم تُخفّف الحرارة (إلى منخفضة) ويُترك على نار خفيفة لمدة 30-45 دقيقة.

يضاف العنجاص المصفى ، المشمش المصفى ، العنجاص الاسود ، ماء الزعفران ، ملح و نصف كوب من الماء و يترك حتى الغليان. خفف الحرارة و اتركها على نار هادئة لمدة 10 إلى 15 دقيقة. يضاف الزبيب وعصير الليمون والدبس والسكر والهيل و يقلب و يترك على نار هادئة لمدة 3 دقائق. يذاب النشا في ½ كوب ماء و يضاف إلى الخليط و يقلب و يستمر على نار هادئة حتى تتكثف الصلصة (حوالي 3 دقائق). يُرفع عن النار و يُزين باللوز المقلي.



# عادات الطعام

## في الديوانية الفصل الثامن

ومما عرفت به المحافظة انفرادها بزراعة شاي الكوجرات، الذي دخل العراق عبر بوابها في نهاية عشرينيات القرن العشرين، وتمت زراعته ابتداءً من الثلاثينيات فأصبح علامة فارقة للمحافظة. إن الطابع الزراعي للمحافظة كان يعني بالضرورة غلبة الحياة الريفية عليها. فالمجتمع الديواني بقي فلاحياً بشكل شبه كامل حتى الخمسينيات، ثم تمدّن جزء من المجتمع شيئاً فشيئاً، حتى وصل إلى مستوى جيّد في عقد السبعينيات، قبل أن يتراجع بعدها.

عشائرياً، غلبت على محافظة الديوانية بأقضيئها قبائل بنو حچيم والغزالات وآل فتلة وبنو الحسن وآل الأغر وآل بدير والخزاعل. وهي قبائل عربية مسلمة مع وجود أقليات دينية من اليهود والمسيحيين، ولا نعدم وجود عوائل كردية أيضاً لكنها قليلة عموماً<sup>50</sup>.

### مائدة الديوانية

لا تنفرد الديوانية بأطباق خاصة بها مثل ميسان والبصرة والناصرية والنجف مثلاً، بل انها تجمع أغلب أطباق العراق الشائعة، مع احتفاء خاص بأطباق مدن الفرات الأوسط والجنوب. وفي العقود الأخيرة، بدأت تستقبل أكالات من شمال العراق فعرفت أنواع الكبب الموصلية، واللحم بعجين. ومن غرب العراق عرفت أكلة الدليمية التي غزت مائدتها مثلما غزت موائد المدن الأخرى.

مع هذا يمكن ملاحظة غلبة الأطباق الفراتية التي تتألف من اللحوم والأسماك، والبقوليات والرز، فضلاً عن الحلويات والمخللات. هناك مثلاً طبق التمن باكلا الذي يصنونه بطريقة تميزت بها مدن الفرات، وهو أن يخلط الرز مع الباقلاء الخضراء، وتؤكل عادة مع اللبن الخاثر، ويخلطون به اللحم المفروم أحياناً. هناك أيضاً أطباق تؤكل في الفطور مثل المخلمة التي يخلط فيها البيض والبصل والطماطم واللحم، وهناك البطاطا بالبيض حيث تقلى أصابع البطاطا ثم تنشف من السمن قبل أن يعاد قلبها مع البيض. هناك أيضاً المعلاك والفشايش القلي، وهذه الأكلة تعد أكلة وطنية تنتشر في كل مدن العراق، لكن بعض العوائل تكتفي بالمعلاك دون الفشايش، وعادة يضيفون له البصل والبهارات والنومي بصرة، وبعضهم يضيف له معجون الطماطم.

وبما أن الديوانية مدينة نهريّة، فقد شاع فيها مطبخ السمك، إضافة إلى مطبخ الدجاج، وهناك المقلوبة التي تعمل إمّا من الدجاج أو اللحم، وتخلط فيها مع مواد مختلفة مثل الرز والباذنجان والطماطم والفلفل والبصل. أما في قائمة المرققات، فتحثفي العائلة الديوانية كثيراً بمرقة البامياء والفاصولياء، والشجر (القرع) ومرقة السمك، ومرقة الدجاج، كذلك مرقة الباذنجان ومرقة البطاطا. وعلينا هنا التنويه إلى مرقة الكمأ التي يفضلها أهالي الديوانية شأنهم شأن أهالي السماوة والناصرية، فالديوانية تحادد بادية السماوة كما قلنا، لذلك تنتشر الأكالات نفسها ومنها (الهببب). الطبق المفضل للريفيين في عموم محافظات الفرات والجنوب ومدن الغرب.

ومن أنواع التشريب المعروفة في الديوانية تشريب اللحم وتشريب الدجاج، وقد يكون التشريب بالمعجون، فيطلقون عليه تشريب أحمر، أو بدون المعجون فيسمونه تشريب أبيض. ويعمل التشريب عادة من لحم الغنم ويضيفون له الطماطم والحمص والبصل والمطيبات. وفي الديوانية كما في بعض المحافظات الأخرى، يعملون نوعاً خاصاً من التشريب يضيفون إليه الباذنجان ويسمونه (تشريب بالباذنجان)، وهو طبق غريب فيه ابتكار وسعة خيال سنعرضه في ملحق الفصل.

ثمة ميزة يجب ذكرها هنا وهي انفراد مدينة الديوانية مع ميسان بعمل الكباب من لحوم الجمال، وهذه الأخيرة تنتشر في البوادي المحيطة بالمحافظة وصولاً إلى بادية السماوة وذي قار. ومن المعلوم أن لحم الكباب يحضر عادة من خليط لحم البقر والغنم وشحم الغنم، لكن بعض مطاعم الديوانية عُرفت كباب لحوم الجمال. وفي السنين الأخيرة غزت محافظة الديوانية طريقة تحضير لحوم الدجاج ليشوى بأسياخ الكباب، وهذه الاكلة انتشرت في جميع محافظات

تعد محافظة الديوانية من أهم محافظات الفرات الاوسط، يحدها شمالاً محافظتا بابل وواسط ومن الشرق تحادد محافظتي ذي قار وواسط، ومن الجنوب تحدها محافظة المثنى، ومن الغرب محافظة النجف. تبلغ مساحة الديوانية نحو (8153) كم<sup>2</sup>، وبذلك تشكل نحو 8.1% من مجموع مساحة محافظات منطقة الفرات الأوسط. ويبلغ عدد سكانها قرابة مليونين ومائتي ألف نسمة، نسبة الحضر فيهم 57% بينما نسبة الريفيين 47%<sup>51</sup>.

تضم المحافظة حالياً 14 وحدة إدارية، أربعة أفضية وعشر وحدات إدارية بمستوى ناحية. هناك قضاء الديوانية الذي يضم مركز القضاء مدينة الديوانية، ونواحي: السنية، والشافعية، والدغارة. وقضاء عفك الذي يضم عفك مركز القضاء، وناحيتي آل بدير وسومر. وقضاء الشامية الذي يضم مركز قضاء الشامية، ونواحي: غماس، والمهناوية، والصلاحية، فضلاً عن قضاء الحمزة الذي يضم مركز قضاء الحمزة، وناحيتي السدير، والشنافية.

ولم تظهر الديوانية بشكلها الحالي إلا مع بدايات القرن الثامن عشر، بعد ذبول مدينة الرماحية التي أخذ اسمها من نهر الرماحية المندرس. وبعد أقول عصرها هاجر سكانها إلى مدينة الحسكة وأبدل لواء الرماحية بلواء الحسكة. وأقدم إشارة للديوانية وردت عند الرحالة ادوارد ايفز الذي أتمّ رحلته عام 1754، تلاه الرحالة الدنماركي الشهير نيبور الذي زارها عام 1766، وذكرها أيضاً الرحالة الملازم صاموئيل ايفرز عام 1779<sup>52</sup>.

وابتداء من القرن التاسع عشر الذي شهد بدايات التنظيم الإداري الحديث في العراق، مرّت الديوانية بسلسلة من التعديلات الإدارية. ففي عام 1858 كانت تمثل قضاءً يعرف بقضاء الديوانية، يتبع للواء الحلة الذي يتبع بدورة لولاية بغداد. لكن في العام 1890 رفعت مرتبتها الإدارية إلى مرتبة لواء (محافظة)، وأصبحت تعرف بلواء الديوانية، وكان أول متصرف عليها هو سعيد باشا، ثم أدراها من سنة 1893 الى 1912 ثمانية عشر متصرفاً آخرهم شوكت باشا<sup>53</sup>. وتأرجحت خريطةها، بعد ذلك، اتساعاً وتقليصاً، فضمت إليها بعض المناطق في فترات معينة، واقتطعت منها مناطق في فترات أخرى، ثم استقرت على ما استقرت عليه منذ عام 1969 حيث سميت محافظة الديوانية، ثم القادسية نسبة إلى المعركة التي جرت فيها بين العرب المسلمين والفرس.

### البيئة والسكان والمجتمع

عرفت الديوانية منذ قرون بطابعها الزراعي نظراً لخصوبتها وكثرة البساتين فيها، فهي تتميز بكثرة مواردها المائية، فهناك نهر الفرات (شط الديوانية) وشط الشنافية الذي هو أحد فروع شط الهندية، وشط الدغارة، أحد تفرعات شط الحلة. لذلك اشتهرت المحافظة بزراعة الحنطة والشعير والرز والسمسم والخضر والفواكه فضلاً عن التمور. وفي الاحصائيات الرسمية، نعرف أنّ انتاجها من الرز عام 2018 بلغ 2050 طناً، ومن الشعير 64554 طناً، وبلغ انتاجها من الحنطة قرابة 284000 طناً. أما التمور فتجاوز المحصول 40 ألف طن في العام نفسه<sup>54</sup>.

العراق مؤخرًا، وهي ربما انتشرت كنتاج لشيوع ثقافة الحمية والتقليل من مخاطر اللحوم الحمراء، وهذه الثقافة جديدة لم يعرفها العراقيون سابقاً. عدا هذا وذلك، عرف الديوانيون أنواع الحلوى التي عرفها الجنوبيون والفراتيون، وأشهرها حلاوة طحين التمن أو رز دقيق القمح، حيث يخلطونه بالسكر والدهن ويقدمونه بعد وجبات الطعام خصوصاً في شهر رمضان. وهناك حلاوة التمن حيث يطبخون الرز ثم يضيفون إليه الحليب. وثمة أنواع كثيرة من الحلويات التي تباع للأطفال مثل حلاوة العسلية والساهون المفصص بالجوز. وهناك حلاوة يطلقون عليها البالوت وحلاوة البادم التي تنتشر في الكوت والسماعة والنعمانية والحلة وبغداد فضلاً عن البرمة والداطلي والبعبوع والنوكة والكركري وغيرها<sup>55</sup>.

على إن أغلب هذه الحلويات انقرضت لتحل محلها أنواع أخرى استوردت مثل زنود الست والبسبوسة، ناهيك عن الحلويات العراقية الأصيلة التي يعود بعضها إلى العصر العباسي وحتى قبل ذلك، مثل الزلابيه والبقلاوة واللوزينه، وحلاوة طحين التمن والمجلي والكاستر، ناهيك عن المعجنات مثل الكليجة.

في الأخير، ثمة حلوى تنتشر بشكل كبير في الديوانية وهي الزردة بالزعفران، وتتألف الأكلة من الحليب والرز وتحلى بالزعفران، وتوزع الأكلة في المناسبات الدينية كمولد الرسول محمد (ص)، وولادة بعض الأئمة والصالحين، وسوف نعرض لهذه الأكلة في ملحق الفصل.

## تشريب احمر مع الباذنجان

### المقادير (4 اشخاص)

|                                 |              |
|---------------------------------|--------------|
| لحم خروف بالعظم (عكوس)          | 1 كغم        |
| زيت                             | ¼ كوب        |
| طماطة مقطعة                     | 3            |
| بصلة مقطعة                      | 1            |
| باذنجان حجم متوسط               | 2            |
| معجون طماطة                     | 2 ملعقة طعام |
| نومي بصرة مغسول ومكسر (اختياري) | 2            |
| بهارات                          | 1 ملعقة طعام |
| ملح                             |              |
| خبز عراقي                       | 2            |
| ماء حسب الحاجة                  |              |

### طريقة التحضير

يقشر الباذنجان ويقطع إلى اربع قطع بالطول وينقع بالماء لمدة ساعة ونصف ثم يصفى. يقلى الباذنجان قليلاً ومن ثم يشوى في الفرن لمدة ١٠-١٥ دقيقة يحمص اللحم بكافة جوانبه في نفس القدر لمدة 15 دقيقة ثم يضاف اليه البصل ويحرك لمدة خمس دقائق اضافية. اضع 8 اكواب ماء مع البهارات الى القدر واتركه يغلي لمدة خمس دقائق، تخفض الحرارة ويطبخ لمدة ساعة. في مقلاة، اقلي الطماطة في ملعقة كبيرة من الزيت و يضاف معجون الطماطة ويقلب لمدة ثلاث إلى خمس دقائق ثم يضاف إلى اللحم مع نومي البصرة (اختياري) ويحرك ويتركه يطهى لمدة نصف ساعة أخرى. نضيف الباذنجان إلى اللحم ويتركه يطهى لمدة 10 إلى 15 دقيقة أخرى. اثناء ذلك، يقطع الخبز إلى قطع ثم تسكب صلصة اللحم الأحمر عليه ويترك ليتشرب الصلصة ويرتب قطع لحم الخروف والباذنجان فوقها وتقدم.

# زردة زعفران

## المقادير (5 اشخاص)

|                       |              |
|-----------------------|--------------|
| رز قصير الحبة         | 1 كوب        |
| ماء بارد              | 9 كوب        |
| سكر                   | 1 ½ كوب      |
| ماء الزعفران          | ¼ كوب        |
| زبد                   | ¼ كوب        |
| هيل مطحون، او ماء ورد | 1 ملعقة طعام |
| لوز مقطع شرائح        | ½ كوب        |
| التجميل               |              |
| دارسين                | 4 ملاعق طعام |
| لوز مشرح بالطول       | 4 ملاعق طعام |

## طريقة التحضير

ينقع الرز بالماء لمدة نصف ساعة ثم يصفى جيداً. يوضع كوب من الرز مع 8 اكواب من الماء في قدر حتى يغلي. تقلل الحرارة ويترك الرز حتى يصبح طرياً (لفترة 30 دقيقة تقريباً).

يضاف السكر وماء الزعفران وكوب ماء إضافي ويطبخ فوق نار هادئة لمدة 20 دقيقة مع التحريك بين فترة وأخرى. ويؤخذ ¼ من الخليط، يخلط في الخلاط ثم يضاف إلى الخليط الأصلي ويرفع من النار ويضاف الزبد، الهيل واللوز المشرح ويخلط جيداً.

يقدم بـ 4 صحون ويجمل بالدارسين واللوز المشرح بالطول.

# عادات الطعام

## في كربلاء الفصل التاسع

تتوسط محافظة كربلاء المنطقة الرسوبية من العراق، وتقع غرب نهر الفرات في المنطقة الوسطى على الحافة الشرقية للهبشة الصحراوية. تحدّها غرباً محافظة الأنبار، وشرقاً محافظة بابل، ومن الجنوب الغربي محافظة النجف. وتبلغ مساحتها 52856 كم<sup>2</sup>، وهي محاطة ببحر من البساتين من كلّ جانب، ويسقيها نهر الحسينية المتفرع من نهر الفرات ويبلغ طوله 29 كم.

وردت آراء عديدة حول أصل كلمة كربلاء، إذ قال بعضهم إنه محرّف من البابلية (كور بابل) وهي مجموعة من القرى بابلية، منها نينوى القريبة من أراضي سدة الهندية ثم الغاضرية التي هي أراضي الحسينية، ثم قرية كربلة بتفخيم اللام وتقرب اليوم من كربلاء جنوباً وشرقاً، ثمّ كربلاء أو عقر بابل وهي قرية في شمال الغاضريات ثم النواويس، وهي مقبرة عامة كانت معروفة قبل الفتح الاسلامي، وهناك قرية الحائر التي هي اليوم موضع ضريح الحسين بن علي وغيرها<sup>59</sup>. في كلّ الأحوال، عرفت المدينة بهذا الاسم، وحازت أهميتها وقدسيتها من ضمها قبر الحسين بن علي وأبنائه وأخوته وأصحابه، الذين قتلوا حيث دفنوا في العاشر من محرم سنة 61 هـ، بعد قدوم الحسين إلى الكوفة استجابة لرسائل أهلها الذين دعوه للقدوم كي يبایعوه. ادارياً، كانت كربلاء في العهد الملكي تشكّل لواءً (محافظة) وتضم عدة أفضية من بينها قضاء النجف. لكن النجف استقلّت فيما بعد لتشكّل محافظة وحدها، وبقيت كربلاء تضم خمسة أفضية هي قضاء كربلاء وقضاء الهندية (طويرج) وقضاء عين التمر، والنخيب والجدول الغربي. وكان قضاء الهندية يتبع لبابل سابقاً لكنه ألحق بكربلاء.

ادارياً، كانت كربلاء في العهد الملكي تشكّل لواءً (محافظة) وتضم عدة أفضية من بينها قضاء النجف. لكن النجف استقلّت فيما بعد لتشكّل محافظة وحدها، وبقيت كربلاء تضم خمسة أفضية هي قضاء كربلاء وقضاء الهندية (طويرج) وقضاء عين التمر، والنخيب والجدول الغربي. وكان قضاء الهندية يتبع لبابل سابقاً لكنه ألحق بكربلاء.

حالياً، تنقسم مدينة كربلاء إلى قسمين، فهناك كربلاء القديمة التي اقيمت على أنقاض كربلاء المشهورة في التاريخ، وكان زارها الرحالة ابن بطوطة عام 727 هـ 1326 م، وقال في وصفها إنها (مدينة صغيرة تحفّها حدائق النخل ويسقيها ماء الفرات والروضة المقدسة داخلها وعليها مدرسة عظيمة وزاوية كريمة فيها الطعام للوارد والصادر)<sup>60</sup>. أمّا القسم الثاني من المدينة، فهي كربلاء الجديدة التي عمّرت في أيام مدحت باشا عام 1869 م وبنيت عمائرهما على طراز حديث وتقاطر إليها النازحون سريعاً للعمل والدراسة والتبرّك بقرب ضريح الحسين وآل بيته. ثمّ أصبحت في القرن العشرين من أهم مدن العراق حيث يزورها سنوياً ملايين المسلمين الشيعة في العديد من المناسبات الدينية لإحياء الزيارات مثل زيارة الأربعين وزيارة النصف من شعبان<sup>61</sup>.

مدينة ريفية ومركز سياحي

تتميز كربلاء بكونها مدينة زراعية تحيطها البساتين والمزارع الشاسعة وتُعدّ سلة فواكه وحبوب لا غنى عنها بالنسبة للعراق. وفي احصائيات رسمية صدرت عام 2018 بلغ محصول التمور مثلاً 87004 طناً بينما أنتجت 28723 طناً من الحنطة، وكميات كبيرة أخرى من الشعير والفواكه<sup>62</sup>.

ويمكن القول هنا أن الطابع الغالب على المدينة هو إنها مدينة ريفية في الضواحي لكنها متمدنة في المركز، لهذا ارتفعت نسبة الحضر فيها خلال العقود الأخيرة لتكون 67% في حين انخفضت نسبة الريفيين الى 33%<sup>56</sup>. وإذ نقول الحضر فإننا نعني السكان المقيمين في المدينة، ممن يعمل أغلبهم في البيع والشراء نظراً للطبيعة الدينية للمدينة وكثرة توافد الزوّار عليها. وعادة يأتي هؤلاء من أماكن كثيرة داخل العراق وخارجه، فهي مقصد المسلمين، ويزورها الخليجيون والباكستانيون وغيرهم، لكنّ الأبرز في زوارها هم الإيرانيون ممن اعتادوا على زيارة المراقد المقدسة سنوياً منذ قرون، وقرر الكثيرون منهم اتخاذ المدينة مقاماً لهم تبرّكاً بالمراقد المقدسة أو للدراسة الدينية فيها. ذلك أنها كانت تنافس النجف في هذا الجانب وعُرف فيها العديد من المدارس الدينية خصوصاً بعد منتصف القرن التاسع عشر<sup>57</sup>. لهذا تجد أن عشرات العوائل فيها تعود إلى أصول إيرانية. لقد أثر في ثقافة المدينة تأثيراً بالغاً، حيث اضطر الأهالي ممن يعملون في المدينة إلى تعلم عبارات الترحيب والتفاهم الفارسية ليستطيعوا التواصل مع الإيرانيين<sup>58</sup>. وكما سنرى، أثر هذا التلاقح في ثقافة الطعام بكربلاء كما جرى في النجف. بل نستطيع القول بهذا الخصوص أننا أمام مدينتين تؤامين كما هو الحال في محافظتي ميسان وذي قار أو بابل والديوانية.

المائدة الكربلائية

تتميز المائدة الكربلائية بالغنى والتنوع، فهي تضمّ قائمة من الأطباق شديدة المحلية إلى جانب الأطباق المستوردة سواء من بيئات العراق المختلفة أو من بيئات الجوار، وأهم ثقافة طعام أثّرت فيها هي ثقافة الطعام الإيرانية. وفقاً لهذا، نستطيع القول، أنّ هناك أنواعاً من الطعام: الأول هو الطعام الكربلائي الذي لا يوجد في غير كربلاء، والنوع الثاني هو الطعام ذو الطابع الغالب على مائدة مدن الفرات الأوسط، أمّا النوع الثالث فيضمّ قائمة الأكلات الوطنية السائدة في كل مدن العراق.

في النوع الأول، تنفرد كربلاء والنجف بأكلة الفسنجون والقيمة والهريسة وحلاوة الدهينة التي تفنن بها الكربلائيون والنجفيون، وسوف نعرض في ملحق الفصل طريقة أهل كربلاء في صنع الدهينة. ولا يجب أن ننسى هنا براعة الكربلائين بصنع الكبّة، فرغم أنّ الكبّة معروفة في كل مدن العراق، إلا أن أهل كربلاء استطاعوا ربط اسم مدينتهم بنوع مخصوص من الكبة يسمى الكبة الكربلائية، وهو ما سنعرضه بالتفصيل في الملحق الفصل.

ويعمل أهل كربلاء العديد من أنواع الأطباق التي يكون عنصرها الأساسي هو الرز، وهذا دأب العراقيين جميعاً. من هذه الأكلات ما يسمى بتمن الكلم، وتمن اللوبياء والتمن دال وتمن السكر وتمن الطماطم وتمن البخارة، وهو ذاته المسعى في مدن أخرى الرز البخاري. ويتكون هذا الطبق من الرز البسمتي ولحم الغنم بالعظم والمقطع مكعبات، والبصل وحبّة طماطم كبيرة مقشرة وجزر ومعجون الطماطم والزبيب المنقوع بماء الورد للتزيين وقليل من الزيت، ويمكن استبدال اللحم بالدجاج.

أما التمن دال فيقصدون به الرز بالعدس، وتتكون الأكلة من الرز والعدس الهندي (دال)، والبصل والثوم وحبّات الهيل والكمون، بشرط أن يطبخ الرز مرتين، مرة بالماء العادي، ويلزم ألا ينضج بشكل كامل، ومزّة بمرقة الدجاج ويخلط معه العدس والبصل المبشور والثوم، ويوضع فوق نار هادئة. ثمّة كذلك تمن جمّاً (الكمأ)، وهذه الاكلة يتفنن بها الكربلائيون من الجيل القديم وهي اليوم على وشك الانقراض. وقد عرفنا سابقاً أنّ الكمأ يكثر وجوده في بادية السماوة، ويعمل منه عدد من الأطباق التي تناولنا بعضها. لكنّ الكربلائين يطبخونه مع الرز ويسمّون الأكلة (تمن جمّاً)، وطريقة عمله شبيهة بطريقة التمن جزر وتاجينة الشلغم وسواهما، حيث يطبخ الكمأ كما يطبخ اللحم، ثم يضاف إلى الرز. ولا ننسى هنا الإشارة إلى انتشار أكلة (چلو كباب) الإيرانية وهي أكلة معقدة التركيب عرفتها العديد من العوائل الكربلائية سواء ذات الأصول الإيرانية أو العربية، وتتكون من الرز والكمأ والزبدة والزعفران والبصل والكزبره والفلفل الأسود المبروش وقليل من الزيت.

### المقادير (3-4 اشخاص)

| عجينة الكبة                      |              |
|----------------------------------|--------------|
| برغل                             | ¼ كوب        |
| الماء حسب الحاجة                 | 2 ملعقة طعام |
| جريش (فارينا)                    | 3 ملعقة طعام |
| بصل مفروم ناعم                   | 2 ملعقة طعام |
| ملح                              | 1 ملعقة طعام |
| فلفل ابيض                        | 1 ملعقة كوب  |
| حشوة الكبة                       |              |
| زيت                              | 3 ملعقة طعام |
| بصلة مفرومة ناعم                 | 1            |
| لحم بقري مفروم أو لحم خروف مفروم | ½ كيلو       |
| ملح وفلفل حسب الرغبة             | ¼ ملعقة كوب  |
| بهارات (اختياري)                 | 2 كوب        |
| بصل مفروم ناعم                   | 2            |
| فلفل ابيض                        | 2            |
| لحم بقري مفروم أو لحم خروف مفروم | 2            |
| ملح وفلفل حسب الرغبة             | 2            |
| بهارات (اختياري)                 | 2            |



فضلا عن هذه الأطباق اللذيذة، برع أهل كربلاء بأكلة (تاجين شلغم)، والتاجين مفردة إيرانية دخلت المطبخ العراقي وأصبحت من أكلاته المميزة، وتعمل من الرز والشلغم مثلما تعمل من الرز واللحم والرز والجزر، وأيضا تعمل من الرز والدجاج، وتنتشر الأكلة في جميع المدن العراقية، لكن الكربلايين والنجفيين والبابليين يضيفون الشلغم لبقية المكونات.

## كبة كربلاء

كربلاء هي موقع مرقد الامام الحسين وتعتبر من المدن المقدسة في العراق ويقوم بزيارتها ملايين الزوار كل عام.

إنها أيضاً مكان ولادة هذه الوصفة، لقد تمت صياغتها لإبراز كبة الجريش، حيث لا يتم غليها وبدلاً من ذلك تُترك للطهي في مرق مملوء بالقرفة وحبوب الفلفل والبصل. صُنعت كبة الجريش لأول مرة في الموصل شمال العراق. قام طهاة كربلاء بأخذ هذه الكبة اللذيذة وإضافة الصلصة - كأن هذا الطبق اللذيذ يوحد شمال العراق وجنوبه

### طريقة التحضير

#### العجينة

يغسل البرغل والجريش ثم ينقع في الماء لمدة 20-30 دقيقة حتى يتم امتصاص الماء وتلين المكونات ، قد يحتاج إلى إضافة المزيد من الماء ، وذلك حسب نوعية البرغل. يضاف البصل والملح والفلفل إلى الخليط وتُرم في مفرمة اللحم مرتين ، حتى تتكون عجينة ناعمة . ومن ثم تعجن باليد حتى يتماسك العجين.

#### الحشوة

يسخن الزيت ويقلي البصل في مقلاة كبيرة حتى يصبح شفافاً. ثم يضاف اللحم المفروم الى البصل المقلي ويحرك باستمرار لتفتيت كتلات اللحم حتى يصبح لونه بني. يضاف الملح و البهارات (حسب الرغبة) ، ويطبخ لمدة 3-4 دقائق إضافية ، يرفع عن النار ويضاف البقدونس واللوز والكشمش إذا رغبت في ذلك. تترك الحشوة لتبرد. استخدم عجينة الكبة : خذ كمية قليلة من العجينة وتصنع كرة صغيرة منها ، ثم تفرد في راحة اليد وتملأ بملعقة طعام من الحشوة وتغلق العجينة وتشكل مثل القرص.

#### الصلصة

يسخن الزيت في مقلاة كبيرة ويقلى البصل حتى يصبح لونه ذهبياً. يضاف جوزة الطيب والقرفة والكرم والفلفل ويحرك لمدة 3-4 دقائق ثم يضاف مرق الدجاج ويغلى المزيج. بعد غليان الصلصة تضاف الكبة، اربعة كبات في كل مرة وتغلى لمدة أربع إلى خمس دقائق ، ثم ترفع الكبة من القدر وتقدم ساخنة مع الصلصة .

## المقادير (4-5 اشخاص)

|              |                   |
|--------------|-------------------|
| 2 كوب        | طحين              |
| 2 كوب        | سكر               |
| ½ كوب        | حليب              |
| 1 ملعقة كوب  | هيل مطحون         |
| 2 ملعقة طعام | دبس تمر (اختياري) |
| 3 ملعقة طعام | دهن               |
| 2 كوب        | مبروش جوز الهند   |

## طريقة التحضير

يسخن الفرن مسبقاً على درجة حرارة 300/ F 125-150 C  
يوضع الطحين ويضاف اليه الزيت او الدهن والحليب والسكر والهيل  
والدبس ( حسب الرغبة) في وعاء وتخلط .  
تدهن صينية الشوي مع نصف كمية الدهن ( 1 ½ ملعقة طعام) ويرش  
نصف كمية جوز الهند المبشور فوقها. ثم يسكب المزيج في الصينية ويغطى  
السطح بباقي الدهن وجوز الهند.  
ويشوى في الفرن باستعمال القسم السفلي فقط لمدة 15 دقيقة. بعد ذلك  
، يستمر الشوي باستخدام القسمين العلوي والسفلي للفرن ولمدة ثلاثين  
دقيقة أخرى. ترفع من الفرن وتترك لتبرد.

قلنا في الفصل الأول أن جامعة لبيد تحتفظ بخمسة وثلاثين لوحاً تتضمن أطباقاً وردت من المجتمع البابلي القديم، وهذا يعني أنّ المطبخ البابلي من أعرق المطابخ في العالم، وهو يحوي عشرات الأطباق الموروثة من الماضي والمستحدثة في الحاضر. ناهيك عن الأكلات الوافدة من جوار بلاد الرافدين. وكما هو شأن المحافظات الأخرى، ثمة أطباق محلية عرفت بها مدن بابل وأبرزها الحلة، ومن هذه الأطباق ما عرف في مدن الفرات الأوسط الأخرى، لكن لدى الحليين طريقتهم التي تفوقوا بها على الآخرين، فطبق مثل الباقلاء بالدهن أو تشريب الباقلاء معروف في النجف والديوانية وكربلاء وبغداد وغيرها، لكن في الثقافة الشعبية العراقية قيل أن أفضل من يصنعها هم الحليون، وينافسهم في ذلك النجفيون، لهذا اخترنا هذه الأكلة لعرض طريقة تحضيرها في ملحق الفصل. ويتكون الطبق من الباقلاء المسلوقة التي يشرب بماء الخبز، ثم تقشر الباقلاء وتوضع فوق الثريد مع البيض المقلي والبصل المحمص، ثم يصلى التشريب بالسمن. كذلك يتفنن الحليون بعمل التمن باقلاء، ومرقة الكفتة اللذيذة، حيث يدقون اللحم ويصنعونه على شكل كرات ويضعونه في حساء. على إن أبرز أكلة فاقت بها الحلة كل مدن العراق هي قيمر العرب المستخلص من حليب الجاموس، وقد غدا قيمر الحلة وقيمر سدة الهندية مضرب المثل في الجودة. ويعمله الريفيون بالطريقة التقليدية بتصفية الحليب أولاً ثم غليه على درجة حرارة متوسطة حتى يفور. ثم توطأ درجة الحرارة، وتبدأ عملية خلط الحليب بمغرفة لعشر دقائق. وبعد الانتهاء ترفع درجة الحرارة ويترك الحليب يغلي لعشر دقائق أخرى. وفي مرحلة لاحقة يغطى بسلة أو مشبك معدني، ويحكم تغطية القدر ببطانية أو قطع قماش سميكة ويترك لساعات طويلة حتى تتكون قشطة سميكة في الأعلى.

ولأهل بابل شغف خاص بأنواع الشوربات وأشهرها شوربة الشلغم، التي تسمى في بغداد وبعض المدن حامض شلغم. ومكونات هذه الشورية هي السلق والشلغم (اللفت)، والسبيناغ ولحم البقر المفروم الخالي من الدهن، وقليل من الأرز. ويطبّب الخليط بالفلفل الأسود والبهارات ويضاف إليه البصل المفروم ناعماً والكزبرة المطحونة والكمون والنومي بصرة. وتُضاف كبة الجريش إلى الخليط، ثم يضعون الخليط فوق النار ويحرصون على تحريك مكوناته وهي في القدر مدة ثلاثين دقيقة كي لا يختلط بعضها ببعض الآخر أو تلتصق في قعر القدر. ويمكن تقديم هذه الشورية مع الخبز، وتتميز بطعمها الحامض. والبابلليون، مثل بقية العراقيين، يفضلونها في فصل الشتاء، مثلما يفضلون شوربة العدس صباحاً.

أخيراً، لا بد من الوقوف عند أكلة يصنعها أهل الحلة ومدن عراقية كثيرة أخرى، وهي موروثة من العصر العباسي اسماً وصفة، وقد وردت في كتاب (فن الطبخ) لمحمد بن الحسن البغدادي. إنها (المدفونة)<sup>63</sup>، التي يعرفها الحليون والبغداديون وأهل البصرة والموصل وبقية مدن العراق، لكنهم يختلفون في تسميتها من مدينة إلى أخرى. فتارة يطلقون عليها المدفونة وحيناً هي الشيخ محشي، وهيئتها أن يحضر الباذنجان والشجر (الكوسا) والطماطم وغيرها من المواد ثم تحفر وتحشى بخليط الرز واللحم والشحم ومكونات أخرى، ثم تصف في قدر وتغمر بصلصة الطماطم وتترك فوق النار الهادئة حتى تنضج. هكذا تعمل في مدينة الحلة وسواها من مدن بابل وعموم الفرات الأوسط والجنوب والوسط والغرب، غير أن بعض أهل الموصل يعملون (المدفونة) من الخيار فقط ويحشونه بالرز المطبّب بالكاري والفلفل الأسود ويضعونها في قدر لتنضج، أما متروفيهم فيكثرون من المواد ويضعون اللحم والشحم مع الرز.

إن أصل هذه الأكلة عراقي كما قلنا، فصنعة المدفونة كما ترد في (فن الطبخ)، أن يقطع اللحم السمين صغاراً وتفرم (الالية). اللية. ثم يوضع الخليط في القدر ويضاف إليه الملح والكزبرة المطحونة والدارسين، حتى إذا غلي رميت رغوته، ويؤخذ لحم أحمر فيدق دقاً ناعماً ويسلق في ماء وملح، ويلقى إليه الحمص المقشّر المدقوق والمنقوع في الماء ساعة، ثم يؤخذ الباذنجان الكبار فتقطع أقماعه ويزال ما في جوفه من بزر ويحشى بذلك اللحم ويصف في القدر بعد ان يقطع له بصل صغير.

يعدّ اسم (بابل) أيقونة حضارية كبرى، والمفردة هي الأشهر التي تدل على بلاد الرافدين، كونها ارتبطت بحضارة عظيمة هي حضارة بابل، وارتبطت في ذاكرة العالم بالجنانن المعلقة التي هي واحدة من عجائب الدنيا السبع، فضلاً عن برج بابل الذي شيده نمرود<sup>64</sup>. وكلمة (بابل) مصحفة عن (باب إيلو) وتعني (باب الإله)<sup>65</sup>، وكانت قد أصبحت بعد سقوط السومريين قاعدة للإمبراطورية البابلية، وقد وصلت ذروتها في عهد سادس ملوكها حمورابي الذي تولى العرش سنة 1728 ق.م، ثم في عهد نبوخذ نصر الثاني بين عامي (604 - 562 ق.م) وبعض الذين أعقبوه حتى احتلها كوش الفارسي عام 538 ق.م<sup>66</sup>.

وبابل اليوم هي وريثة بابل الأمس، وتتسّى بها محافظة من محافظات وسط العراق في منطقة الفرات الأوسط، وتبلغ مساحتها 5307 كم2 بينما يبلغ عدد سكانها قرابة مليوني نسمة<sup>67</sup>.

تحدّ بابل محافظات بغداد من الشمال، والأنبار وكربلاء من الغرب، وديالى وواسط من الشرق، والنجف والقادسية جنوباً. وتتشكل إدارياً من (16) وحدة تمثّل (4) أفضية هي قضاء الحلة والمسيب والهندية وقضاء الهاشمية. تشير أوثق الروايات التاريخية إلى أن مدينة الحلة الحالية شيدت في أواخر القرن الخامس الهجري على يد الأمير صدقة بن منصور في موضع يقال له الجامعين<sup>68</sup>. وازدهرت المدينة بفضل وقوعها على طريق الحج، يوم كان الفرات صالحاً لنقل البضائع والناس. وقد مرّ بها الرحالة ابن جبير ووصفها بأنها مدينة كبيرة عتيقة فيها أسواق حافلة للمرافق المدنية والصناعات الضرورية<sup>69</sup>.

### المجتمع الحلي

على الرغم من الطابع المدني الذي يسم المجتمع الحلي العريق إلا أنّ نسبة السكان الحضر لا تزال أقلّ من نسبة الريفيين، فنسبة الحضريين تبلغ 48٪ بينما تبلغ نسبة الريفيين 52٪. ويأتي ذلك من كون بابل ذات أراض خصيبة، وتحيطها البساتين من كلّ الجهات، وهي بساتين عامرة بالمحاصيل دائماً، وأهمها التمور المعروفة بكونها من أرقى الأنواع في العراق. لهذا ازدهرت في المحافظة صناعة الدبس بشكل كبير حتى أصبح دبس الحلة ماركة مسجلة لبابل، يفضلها العراقيون وحتى بعض العرب. عدا ذلك، تتوفر المحاصيل الأخرى بشكل وفير، من الحنطة إلى الشعير، ومن الرز إلى الفاكهة. ففي عام 2018، أفادت الإحصائيات بأن منتوجها من الرز بلغ أكثر من 10000 طن بينما بلغ إنتاج الحنطة 222 الف طن والشعير أكثر من 10000 طن، أما التمور فبلغ انتاجه قرابة 100 ألف طن<sup>70</sup>. اجتماعياً، يتميز المجتمع الحلي بالتنوع، فهناك مسلمون من الطائفتين، إلى جانب وجود أقليات دينية وقومية أخرى. والملاحظة الأهم في بابل هو غناها الثقافي في جميع الحقول، ففي الأدب لمعت أسماء كبيرة، وفي الغناء والموسيقى رفدت بابل ذاكرة العراق بالكثير من المبدعين، ناهيك عن الفن التشكيلي والمسرح. لذلك مثلت الحلة نقطة إشعاع وإلهام لبقية مدن الفرات الأوسط.

عدا هذا، يشترك الحليون مع بقية العراقيين بتفضيلهم المروقات كالفاصولياء والشجر ومرقة الدجاج ومرقة الكما، ومرقة البامياء. ومرقة البامياء بالذات موقع مركزي لا يضاها في المطبخ البابي، وسوف نعرض لطريقة تحضيرها في ملحق الفصل. ومعلوم أن محصول البامياء يزرع بكثرة في مدن الجنوب والفرات والغرب، وتختلف جودته من مدينة إلى أخرى، ويعتقد البعض أن أفضل الأنواع هو الذي تنتجه محافظة ميسان، ويرى البعض أن البامياء في مدن الفرات الأوسط أجود. أما طريقة طبخ هذه المرقة اللذيذة فلا تختلف من مدينة لأخرى، وموادها الأساسية هي لحم الغنم والبامياء ومعجون الطماطم وحببات من الطماطم الممرودة فضلا عن الثوم والفلفل الاسود والمهارات، أما البصل فبعضهم يفضله والبعض الآخر يكتفي بالثوم فقط. وعادة تقدم مع الرز الأبيض أو تشرب بها أرغفة الخبز وتسمى في هذه الحالة (تشريب بامية)، وهناك من يضيف الرز الأبيض للتشريب لتكون أقرب لأكلة الدليمية التي تنتشر في الأنبار.

## تشريب باغلا

واحدة من أشهر الاكلات الشعبية العراقية، سهلة الطبخ، ولكنها تأخذ وقت طويل للطبخ. يحتاج طبخها ساعات ولعلها الطبخة الوحيدة التي كانت تمهتها نساء الاحياء الشعبية كمصدر للرزق.

ذكريات العراقيين عنها كثيرة أبرزها شراء الخبز الحار وإعطائه لبائعة الباقلاء لتغمسه في القدر الحار وتضع فوقه حبات الباقلاء الشبيهة وتزينها بالبطنج (نعناع مجفف) والزيت الحار لتكون وجبة العائلة المنتظرة في يوم العطلة.

### المقادير (5 - 6 اشخاص)

|              |                                       |
|--------------|---------------------------------------|
| 2 كوب        | باقلاء مجفف تنقع في الماء طوال الليل  |
| 3 قطع        | خبز عراقي مسطح                        |
| 1            | بصل مبروش                             |
| 4 ملعقة طعام | عصير الليمون                          |
| 10 كوب       | ماء دافئ                              |
| ¼ كوب        | زيت او زبدة                           |
| 1 ملعقة كوب  | مبروش قشر الليمون (اختياري)           |
| 1 ملعقة طعام | دبس الرمان (اختياري)                  |
| 1 ملعقة طعام | نعناع بري مجفف مطحون (بطنج) - للتزيين |
| 1 ملعقة طعام | الملح والفلفل حسب الرغبة              |
|              | كمون (اختياري)                        |
|              | بصل (اختياري)                         |

### طريقة التحضير

انقع الباقلاء اليابسة في الماء لمدة 4 ساعات ثم قم بتصفيتها. باستخدام قدر عميق، تغلى الباقلاء في 10 أكواب من الماء لمدة 12 دقيقة تقريباً. تترك على نار خفيفة لمدة ساعتين تقريباً أو حتى تنضج الباقلاء. عندما تصبح طرية، اضع الملح، افصل كوب ونصف من ماء الباقلاء، يضاف الفلفل و الكمون إلى الباقلاء إذا رغبت في ذلك. قم بتقطيع الخبز العراقي إلى قطع ورتبه في طبق التقديم. صب ماء الباقلاء المفصول على الخبز واتركه ينقع لبضع دقائق. ثم اضع الباقلاء الساخنة و الماء المتبقي منها فوق الخبز المنقوع في مقلاة، قم بتسخين الزبدة أو الزيت حتى يصبح حار جدا و اضعها الى طبق الباقلاء. يُزين بالبصل (اختياري) والبطنج (النعناع البري المجفف)، دبس الرمان (اختياري)، عصير ليمون وليمون مبروش (اختياري). للتنوع، اقلي بيضة وضعها فوقها.



## مرغة بامية

تصنف الآن من بين الوجبات الأكثر شعبية في العراق ، العراقيون يطبخونها بطريقة خاصة قلما تجدها في بلدان اخرى .



### المقادير (4 اشخاص)

|                                |              |
|--------------------------------|--------------|
| لحم الخروف مع العظم            | 500 غم       |
| بامية طازجة أو مجمدة           | 1 كيلو       |
| ثوم كامل غير مقشر              | 1            |
| طماطة مقطعة                    | 1            |
| معجون الطماطة                  | 2 ملعقة طعام |
| عصير الليمون (اختياري)         | 2 ملعقة طعام |
| نومي بصرة مغسول ومكسر(اختياري) | 2            |
| زيت                            | 4 ملعقة طعام |
| ملح وفلفل حسب الرغبة           |              |

### طريقة التحضير

في قدر عميق ، اقلي لحم الضأن في ملعقتين كبيرتين من الزيت حتى يحمر اللحم بالكامل ، ثم أضيف 3.2- كوب من الماء واطربها تغلي. تخفض الحرارة ويطبخ لمدة 45 دقيقة أخرى.

في قدر منفصل ، اقلي الثوم والطماطم ومعجون الطماطم في الزيت المتبقي ، ثم اضيف الخليط إلى اللحم واطربهم على النار لمدة 30 دقيقة أخرى.

نضيف البامية والملح والفلفل وعصير الليمون (في حاله استعماله) وتطبخ بدون تغطية حتى تنضج البامية.

تقدم كمرقة مع الأرز على الجانب، أو تسكب فوق الخبز العراقي الطازج وتقدم على شكل تشريب.

# عادات الطعام

## في بغداد

### الفصل الحادي عشر

غير بعيد عن هؤلاء، ستجد منطقة بأكملها تتسمى باسم كعب الأرمن. وليس من الغريب أبداً أن كل من زار بغداد لاحظ هذا، وكتب عنه بدءاً من ابن جبير مروراً بابن بطوطة، وليس انتهاءً بأمين الريحاني وعلي طنطاوي في العصر الحديث. على إن بغداد البودقة التي ذوّبت الجميع في كيانها لم تمنع جماعاتها وأعراقها أبداً من الاحتفاظ بمميزاتها وثقافتها، يقول أمين الريحاني: "أما السواد من الناس وقل الأخلاط فما يزالون اليوم على الاجمال، كما كانوا في الماضي بعيدين من بوتقة الادغام والانسجام وما غير التزاوج المختلط بينهم وإن قل شيئاً جوهرياً في أحوالهم القومية، ونزعاتهم الجنسية، فالإيرانيون والأتراك والأكراد، وإن تزوجوا بعضهم ببعض، لا يزالون كما كان أجدادهم منذ مائة سنة. أكراداً وأتراكاً وإيرانيين"<sup>71</sup>. وهذا يعني كما يرى أن بغداد لم تكن تبخل على اللاجئين إليها بالمأوى لكنها مع ذلك لا تسليهم ثقافتهم، وهذا ما انعكس بشكل مباشر على التقاليد والأعراف والثقافات الاجتماعية، ومن ضمن ذلك الفولكلور والتراث وثقافة الطعام.

#### أكلات بغداد

بما إن بغداد مثلت دائماً بودقة كبيرة للجماعات والأعراق والأديان والطوائف، فإنها أصبحت متحفاً لا مثيل له لقائمة كبيرة من الأطباق العراقية، إذ يمكن أن تجد الطبق الكردي إلى جانب الطبق العربي، وطريقة الطبخ الجنوبية تجاور طريقة طبخ البغداديين والفراتيين. كذلك ثمة أكلات تركمانية وأرمنية وأشورية، وهناك أطباق تعود للمسيحيين والبصريين. هنا، يمكن الحديث عن تكون طريقة بغدادية هي خليط من كل هذه الطرائق في الطبخ، لاسيما في المطاعم التي تخصصت بتقديم الأطباق القادمة من مدن العراق الأخرى، فالكباب الفلوجي الشهير يمكن أن تعثر عليه في بغداد، إلى جانب كباب السلبيمانية، ويمكنك أن تجد القيمة النجفية مثلما تعثر على كيبب الموصل وأكلات الجنوب وسلطات الأشوريين، ناهيك عن المعجنات العراقية الصميمة، الكليجة، والتي سوف نفرّد لها حيزاً لوصف طريقة تحضيرها البغدادية في ملحق الفصل. على إن هذا التنوع الهائل لا يعني عدم وجود أكلات بغدادية عرفت بها بغداد من دون مدن العراق، وأشهر هذه الاكلات التي غزت العالم هي السمك المسكوف الذي ارتبط بشارع أبي نؤاس. ويعمل السمك المسكوف بطريقة خاصة حيث تشق السمكة الكبيرة من ظهرها وتنظف ثم تشوى أمام النار بمشابك من المعدن، ويشترط في شها أن يكون بخشب الأشجار اليابسة خصوصاً شجر اليوكالبتوس والبلوط. ويفضل البغداديون سمك الكطان الكبير أو سمك الشبوط، الذي يصاد من النهر، لكن في السنوات الاخيرة شاع سمك الكارب الذي يربي في الأحواض.

ومن أكلات البغداديين المفضلة في الفطور طبق الكاهي والكيمر، وهذه الأكلة اختراع بغدادية لكنها تحولت إلى أكلة وطنية شائعة. وقد سبق أن مررنا بها في الفصل الخاص بمحافظة ذي قار. ويحرص البغداديون على تناول الكاهي والقيمر في أيام الأعياد وفي صباحات يوم الجمعة كل أسبوع. من أطباق بغداد التي تنافست فيها مع الموصل الباجه، رغم أن الكثيرين يعتقدون أن هذه الاكلة موصلية أو أنها تفوقت بها على بغداد. لكن مع هذا، لا يمكن المرور بمائدة بغداد دون المرور بالباجه. كذلك تميز أهل بغداد بتحضير أكلة التمن وحكاكة التي سنعرض طريقة تحضيرها في ملحق الفصل. ومما تشتهر به بغداد أطباق المشويات التي عرفت منذ قرون، وعرف البغداديون بعشقم لها، وتبدأ بالكباب العراقي وتمر بالتكة ولا تنتهي إلا بالكبدة. وفي السنوات الأخيرة عرف البغداديون كباب لحم الدجاج وتكة الدجاج ناهيك عن شي ضلوع الغنم والدجاج المتبل. كذلك عرف البغداديون منذ عقود الشاورما (الكص)، التي تقدم في مطاعم خاصة وتعد من الاكلات السريعة. لن ننسى الأكلة العراقية الأشهر التي لا تخلو منها أي مائدة بغدادية وهي الدولة بالطريقة العراقية، والتي استوردتها المائدة العراقية من تركيا لكنها أخذت نكهة عراقية في كل مدينة وصلتها، فهناك الدولة بالطريقة المصلاوية التي تعمل بطرق عدة سنأتي إليها في فصل قادم. وهناك الدولة الكردية البيضاء التي تعمل باللبن، وهناك الجنوبية التي يغلب عليها الطعم الحلو. وهناك الدولة البغدادية التي لا مثيل لمذاقها، فهم يستخدمون فيها خليط اللحم والرز والليّة فضلاً عن مكونات أخرى يحشون بها البصل والطماطم والشجر والبادنجان والسلق. ويغلب عليها طعم الليمون. وقريب من الدولة، يحتفي البغداديون بالشيخ محشي وورق العنب (البيراغ)، والمقلوبة والبقلاء بالدهن، ومرق البامياء والشجر والتبسي والفاصولياء، وهذه الأخيرة يحتفي بها المطبخ البغدادي أيما احتفاء وسوف نعرض طريقة تحضيرها في ملحق الفصل.

مدينة بغداد عاصمة العراق، وهي ثاني أكبر المدن العربية في السكان بعد القاهرة إذ يبلغ عدد سكانها 8 مليون ونصف المليون نسمة، وتُعد المركز الاقتصادي والإداري والتعليمي في الدولة العراقية منذ عام 1921. بنى بغداد الخليفة العباسي أبو جعفر المنصور في القرن الثامن الميلادي، وأطلق عليها اسم دار السلام، واختارها لتوسطها بين مدن العالم الاسلامي المهمة مثل البصرة والكوفة ودمشق. وكانت معروفة قبل مجيء العرب، وورد اسمها في وثائق آشورية وبابلية عديدة. وحين خطها المنصور كانت فيها عدّة قرى مثل قرية بغداد أو بغدان، المأخوذ اسمها لها، وسونيا الأرامية، والخطابية، وشرفانية، وبناورا، وورثاه، وبراثا، وقطغت، والوردانية<sup>72</sup>.

وكانت المدينة أيام بنائها مدورة وبلغ طول قطرها نحو 2615 متراً، وأحيطت بخندق وسورين بينهما ساحة واسعة. لكن بغداد توسعت في العصر الحديث حتى أصبحت مساحتها تبلغ (5169) كم2، وتضمّ اثنتين وثلاثين وحدة إدارية (ناحية) تشكل (10) أفضية. وتحدها محافظات ديالى شرقاً وواسط وبابل جنوباً، والأنبار غرباً وصلاح الدين شمالاً. ومن أفضيتها الكرخ والرصافة والكاظمية والأعظمية والصدر والمदान والمحمودية وغيرها<sup>73</sup>.

ينقسم تاريخ مدينة بغداد إلى ثلاث مراحل، تتمثل المرحلة الأولى بالفترة الزمنية التي تبوّأت فيه المدينة مركزها الحضاري العظيم أيام الخلافة العباسية. حينذاك كانت قد تحوّلت إلى أهم مدينة في العالم من ناحية المكانة العلمية والحضارية، واستمرت هذه المرحلة إلى خمسة قرون انتهت باحتلال المغول لها عام 1258.

هنا بدأت المرحلة الثانية وهي مرحلة مظلمة تراجعت خلالها مكانة بغداد وتفشّى فيها الجهل والتخلّف الحضاري والمرض، وأصبحت نهبا للمستعمرين والطامعين. وتتابع عليها الصفويون والعثمانيون، ومزّ بها العديد من الحروب الأهلية الطائفية، فضلاً عن الكوارث والجوائح كالفيضانات والطاعون والكوليرا وغيرها. وقد استمرت هذه المرحلة قرناً طويلاً انتهت باحتلال الإنكليز لبغداد عام 1917، حيث بدأ تاريخ المدينة الحديث. وفي خلال القرن العشرين شهدت بغداد نزوح مئات الآلاف لها من الجنوب والغرب والشمال والشرق حتى أصبحت بودقة للعراق كله بكافة أطيافه وجماعته.

#### البيئة الاجتماعية والثقافية

تنفرد بغداد بوضع اجتماعي خاص فهي، منذ تأسيسها، مثلت كياناً قابلاً لاستيعاب الجميع. ففي العصر العباسي كان فيها العرب والفرس والكرد والتركمان، فضلاً عن اليهود والمسيحيين والصابئة المندائيين. وكانت لا تتوقف عن استقبال الموجات البشرية للعمل أو الدراسة في مدارسها. واستمرت المدينة بهذه الروح حتى اليوم، فهي ملجأ لكل خائف وجائع وطالب مجد. تلقت موجات الهجرة من غرب العراق ومن جنوبه، ووجد فيها الكرد مأوى لهم. وهي تعد متحفاً كبيراً للأجناس والأعراق والطوائف، تجد البصري إلى جانب الموصلية، والكردي الفيلي قريباً من الجنوبي والغربي، وفي محلاتها يمكن أن تجد محلة للتكراتة وأخرى لليهود. ويمكن أن تعثر على شارع للصابئة ومحلة للأثوريين القادمين من كركوك والموصل.

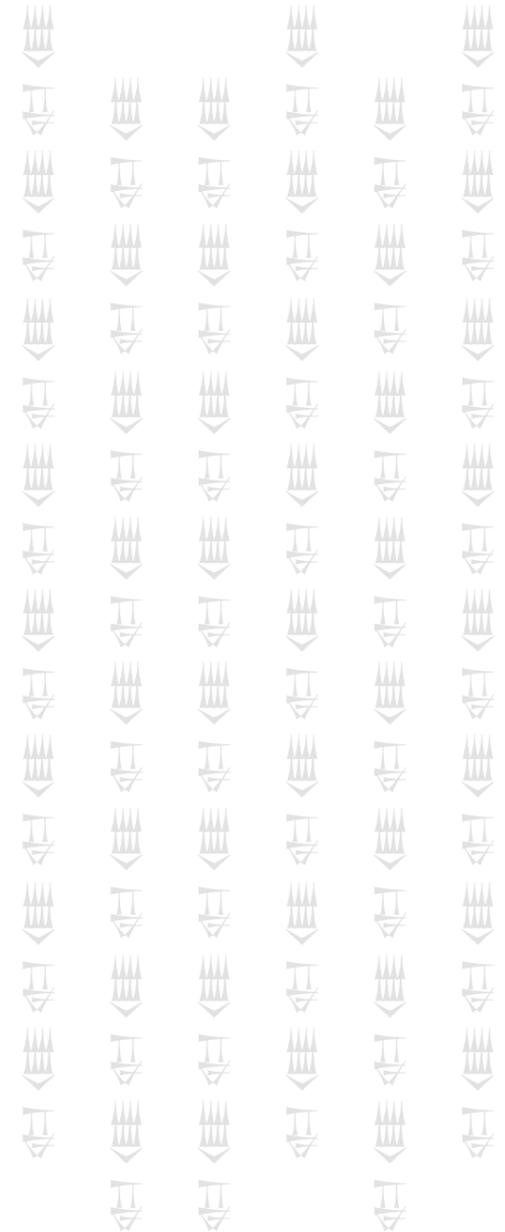
## تمن وحكاكة

### المقادير (5 اشخاص)

|                        |                |
|------------------------|----------------|
| الرز                   | 2 كوب          |
| رز                     | 2 كوب          |
| ماء                    | 12 كوب         |
| ملح                    | 1 ملعقة طعام   |
| زيت نباتي، سمن أو زبدة | 32 ملعقة طعام  |
| الحكاكة                |                |
| لبن زبادي عادي         | 2-3 ملعقة طعام |
| ماء الزعفران           | 1 ملعقة طعام   |
| زبدة أو سمن            | ¼ كوب          |

### طريقة التحضير

اغسل الرز وانقعه في 6 أكواب من الماء لمدة 45 دقيقة على الأقل. يصفى جيداً.  
املاً قدرًا كبيرًا بستة أكواب من الماء والملح، واتركه حتى يغلي، ثم صب الرز في القدر واتركه يغلي لمدة 3-4 دقائق، مع التحريك مرة أو مرتين فقط. يصفى الرز.  
في وعاء منفصل، اخلط اللبن، ماء الزعفران، الزبدة أو السمن (مكونات الحكاكة) و1/3 من الرز المطبوخ.  
يُدهن قدر ويُملأ بخلطة الحكاكة، يُضاف تدريجياً المتبقي من الرز ويُشكل كالهرم.  
اصنع حفرة في أعلى الهرم وأضف الزيت أو السمن أو الزبدة، وقم بتغليف غطاء القدر بقطعة قماش نظيفة وغطي القدر به.  
يُطهى على نار خفيفة لمدة 30-45 دقيقة حتى تتكون الطبقة المحمصية.





## مرگة فاصوليا بيضاء (يابسة)

من الذ الاكلات الشعبية في العراق، حيث تقدم هذه المرگة مع الرز في المطاعم الشعبية، هي الوجبة المفضلة للعديد من العمال العراقيين وطلاب الجامعات، رخيصة ومشبعة ومع ذلك ، فإن المزيج الشهي من الفاصوليا المطبوخة واللحم الطري غن جدًا لدرجة أنها تناسب الملوك.



### المقادير (4 - 5 اشخاص)

|                     |               |
|---------------------|---------------|
| بصل مقطع            | 1             |
| لحم ضان (خروف) مقطع | 750 غم        |
| فاصوليا بيضاء مجففة | 2 كوب         |
| زيت                 | 3 ملعقة طعام  |
| ملح                 | 1 ½ ملعقة كوب |
| فلفل أسود مطحون     | ½ ملعقة كوب   |
| عصير الليمون        | 1 ملعقة طعام  |
| معجون طماطة         | 3 ملعقة طعام  |
| طماطة مقشرة ومقطعة  | 1             |
| فلفل أحمر حلو مقطع  | ½             |

### طريقة التحضير

نضع الفاصوليا اليابسة في ماء بارد حوالي ستة ساعات او طوال الليل في مقلاة عميقة ، يحمر البصل واللحم بثلاث ملاعق كبيرة من الزيت. تضاف الطماطة مع معجون الطماطة والملح والفلفل ويقلب لمدة 10 دقائق. اضف كوبان ماء ويطهى بنار هادئة لمدة ساعتان. خلال ذلك ، تغسل الفاصوليا وتغلى في قدر منفصل حتى تنضج. عندما تنضج ، تخلط الفاصوليا مع خليط اللحم ، يضاف عصير الليمون والفلفل الأحمر الحلو (اختياري). يطهى بدون غطاء على نار هادئة جدا لمدة 10-15 دقيقة. يقدم حار مع الرز.

# كليجة

عمل كليجة العيد يعتبر طقس ممتع ولا بد منه في كل البيوت العراقية، هي علامة العيد والفرح ومناسبة لتجمع العائلة والاهل والجيران. فعند تدفق الرائحة الحلوة في المنزل، لا تستطيع الانتظار لتناولها مع استكان الشاي او القهوة، على الرغم من أن مكونات الكليجة هي نفسها بشكل عام، إلا أن هناك شيئاً سحرياً حول هذه الحلوى يجعل لها طعماً مختلفاً في كل منزل

يتم تشكيل الكليجة باستخدام قوالب مصنوعة من الخشب غالباً. ومن خلال الاشكال الفريدة لكل قالب يمكنك تحديد ما هي محتويات كل كليجة سواء كانت من التمر او الجوزاوغريها، أقترح عليك تذوقها جميعاً - للاستمتاع بها مع استكان شاي.

## المقادير (50 قطعة)

| العجينة      |                   | حشوة الجوز     |                            |
|--------------|-------------------|----------------|----------------------------|
| 5 كوب        | طحين              | 1 كوب          | جوز                        |
| 1 كوب        | زيت نباتي         | 4 ملعقة طعام   | سكر مطحون                  |
| ¼ كوب        | زبد               | 1 ملعقة كوب    | الهيل المطحون أو ماء الورد |
| 1 كوب        | ماء               | 1 ملعقة طعام   | ماء                        |
| 3 ملعقة طعام | حليب باودر        | حشوة جوز الهند |                            |
| 2            | بيض               | 1 كوب          | جوز الهند المبشور ناعماً   |
| 2 ملعقة طعام | خميرة جافة سريعة  | ½ كوب          | سكر مطحون                  |
| 1 ملعقة كوب  | ملح               | 1 ملعقة كوب    | هيل مطحون                  |
| 1 ملعقة كوب  | هيل مطحون         | 1 ملعقة طعام   | ماء                        |
| ½ ملعقة كوب  | رشة من جوزة الطيب | 2 ملعقة طعام   | زبدة                       |
| ½ ملعقة طعام | يانسون مطحون      | ½ كوب          | حليب مكثف                  |
| ½ ملعقة طعام | بذور حبة البركة   | حشوة السمسم    |                            |
| 1 كوب        | حشوة التمر        | 1 كوب          | بذور السمسم المحمص         |
| 1 ملعقة كوب  | 1 كوب             | ½ كوب          | سكر ناعم                   |
| 1 ملعقة طعام | 1 ملعقة كوب       | 1 ملعقة كوب    | هيل مطحون                  |
|              |                   | 1 ملعقة كوب    | ماء                        |
|              |                   | 2              | بيض مخفوق للزينة           |

## طريقة التحضير

العجينة : امزج جميع مكونات العجين في وعاء الخلط واعجنها بيديك حتى تحصل على قوام ناعم وثابت. غطي العجينة واتركها ترتاح حتى تختمر قليلاً (حوالي 30 دقيقة).

الحشوات : لحشوة التمر بهرس التمر ناعماً ويضاف الهيل والزبدة ويخلط باليد لتشكيل عجينة سميكة. لحشوة الجوز ، استخدم الهاون والمدقة لسحق الجوز والسكر والهيل معاً حتى تمتزج جيداً. يضاف الماء لتشكيل عجينة سميكة ، يمكن أن يحل ماء الورد محل الهيل. في هذه الحالة ، اخلطي ماء الورد بدلا من الماء مع الجوز المسحوق والسكر.

لحشوة جوز الهند ، انقع جوز الهند في الحليب المكثف لمدة ساعة ، ثم قم بتصفيته. اخلط جوز الهند والسكر والزبدة والهيل معاً جيداً. أضف الماء لتشكيل عجينة سميكة.

لحشوة السمسم ، استخدم الهاون والمدقة لسحق السمسم ، اضع السكر والهيل حتى تمتزج جيداً. أضف الماء لتشكيل عجينة سميكة.

لعمل الكليجة : قم بتسخين الفرن مسبقاً إلى 200 درجة مئوية / 400 درجة فهرنهايت / درجة الغاز 6. خذ قطعة بحجم ملعقة كبيرة من العجين واعجنها بأصابعك حتى تصل إلى سمك متوسط. ضع حشوة بحجم ملعقة صغيرة من اختيارك في منتصف القرص وأعد تشكيل العجين إلى كرة حول الحشوة. ضع العجينة في القالب الخشبي الذي تختاره واضغط عليها. بدلاً من ذلك ، إذا لم يكن لديك قالب ، فقم بفتح العجين و تقطيعه إلى أشكال قرصية ، ضع اختيارك من الحشوة في منتصف كل قرص ، ثم قم بطي القرص من المنتصف و ختمه بالضغط عليه. قم بالتزيين بالضغط على طول الحواف ، أو وضع علامة على القطعة بشوكة ، أو باستخدام تقنية تصميم من اختيارك. بعد ملء وتشكيل الكليجة ، ادهن صينية الفرن بالقليل من الزيت ورشها بالدقيق. تُدهن الكليجة بالبيض باستخدام بيضتين مخفوقتين وتُخبز لمدة 20 دقيقة تقريباً على نار متوسطة أو حتى تصبح ذهبية اللون.

# عادات الطعام

## في ديالى

### الفصل الثاني عشر

اجتماعياً، تعد محافظة ديالى عراقاً مصغراً، وهي بذلك شبيهة بجارتها بغداد وكركوك، إذ يتكون مجتمعها من خليط متعدد عرقياً ودينياً وطائفيًا. هناك عرب وكرد وتركمان، وأقلية من الفرس، وكان فيها يهود وبهايون أيضاً. وتتركز القوميتان الكردية والتركمانية في شمال المحافظة بمدن مندلي وخانقين وكفري، بالمقابل يتركز وجود العرب في مناطق جنوب المحافظة وغربها بمدينة بعقوبة ونواحيها. فيما يتعلّق بهذه المناطق، الغالب على بعقوبة هم المسلمون السنة بينما يغلب على منطقة الخالص وجديدة الشط وقرية خرنابات والهويدر وشفته وخان الوالوة والعنبيكية المسلمون الشيعة، فضلاً عن وجود عنصر تركماني من الشيعة أيضاً يتواجدون في مندلي وقره تبه.

عموماً، تغلب القيم العشائرية على المجتمع العربي، فهناك وجود واسع لعشائر المجمع والدفاعية والجور والعزة والعبيد والدليم وتميم وعزة وبني سعد وغيرها. أما العشائر التركمانية والكردية فعديدة أيضاً ومنها القره لوس والطالبانية والسورملي والجاف والاركوزية والشرف بيانية والزكنة والبرنجه والكاكنية وغيرها.

إن هذا التعدد والتنوع في الهويات الفرعية أعطى الثقافة الاجتماعية في محافظة ديالى غنى هائلاً في كلّ المجالات، في القيم والتراث واللغات والعادات الاجتماعية وثقافة الطعام وغير ذلك. لهذا تجد في مائدة ديالى جميع أنواع الأطباق. فهناك أكالات عربية جاءت من محافظة صلاح الدين وواسط وبغداد، وهناك أكالات وصلت من الفرات الأوسط والجنوب، إضافة إلى الأطباق الكردية والتركمانية. كذلك تأثر مطبخ ديالى بمجاورته لإيران، لهذا لا نعدم وجود أطباق إيرانية. وإذا كان المطبخ في المدن العربية التي يغلب عليها عنصر عرقي واحد لا تحتفي كثيراً بالسلطات والمقبلات، فإن مطبخ ديالى أخذ الكثير من مطبخ شمال العراق المتأثر بمطبخ البحر المتوسط، ومن بين ما أخذه هو الاهتمام بالسلطات. ولا ننسى التأثير الإيراني الواضح الذي يربط مطبخ ديالى بمطبخ النجف وكربلاء.

#### أكالات ديالى

لا توجد في مطبخ ديالى أكالات لا تتوفر في غيره كما هو الحال مع محافظات مثل البصرة والعمارة والموصل والنجف. لكن مقابل هذا، يمكن تأشير الملاحظة التي ذكرناها آنفاً، وهي أن هذا المطبخ يحتوي أغلب الأكلات العراقية، ومن مختلف البيئات. فمن امتداد تكريت وجوارها الأنبار يحتفي أهالي ديالى بأكلات مثل التشريب والهيبيط، والدجاج بالتونور والسمنك. وهناك أكالات تنتشر عند الريفين وتعكس طبقة المجتمع مثل الثريد ومقابله المثرودة، فالثريد يتكوّن من ثريد اللحم والخبز، بينما المثرودة تعد من الخبز اليابس والسمن والبصل المقلي وتضاف لها مواد عطرية مثل الجهارات والكركم وبعد ان يجف الماء المسكوب يقدم كوجبة غذاء. وتنتشر هذه الأكلة في كلّ مدن العراق لكن تسميتها تختلف من هذا المكان إلى ذلك، ففي بغداد تسمى مرقة هوا، وهو الاسم نفسه الذي تسمى به في مدن الجنوب والفرات الأوسط. ومن الأكلات شديدة المحلية التي تنتشر في أرياف ديالى والأنبار وصلاح الدين طبق يسمى (الخميجة)، ويتكوّن من الحليب والخبز والسمن الحيواني، حيث يغلى الحليب حتى الفوران ثم يثرد فيه الخبز مع كمية من السمن، ثم يُصبّ الحليب الساخن فوق الخبز المقطع حتى يذوب السمن. وتؤكل الخميجة صباحاً بوصفها فطوراً أو يؤكل عصراً بين وجبتي الغداء والعشاء. وكثير من العوائل يفضلونها دون سكر بينما يفضلها البعض الآخر بالسكر. وتنتشر (الخميجة) في العراق وسوريا والجزيرة العربية وواضح أنّ أصولها بدوية لأنها تتكون من مواد مأخوذة من الأغنام التي يعتاش عليها البدو. والطريف أن هناك أكلة كردية تنتشر في السليمانية وأربيل وأجزاء من ديالى شبيهة بالخميجة، لكن بدون الحليب، وهم يسمونها (شلك). وترد هذه الأكلة في مثل كردي معروف هو قولهم أنه "إذا توفرت الامكانيات، فلنعمل الشلك وإذا لم تتوفر الامكانيات فلنحسّر". وكانوا يعدونها بتخمير الماء مع الطحين، ثم يلصقون العجينة على الصاج، وبعد تحميصها توضع في وعاء خاص ويتم اعداد اقراص عديدة منها توضع فوق بعضها ثم تقطع ويضاف لها الدهن الحر والسكر أو المربي لتؤكل في الفطور. ومن الأكلات التي تشترك بها ديالى مع مدن غرب العراق وجنوبه وفراته الأوسط حلوى (الحنيني)، وتتكون من دقيق القمح أو الشعير المعجون ليّنًا، والمخلوط بعد نضجه وتقطيعه مع التمر، ثم يوضع الخليط في قدر حتى ينضج. كذلك يشتركون مع مدن العراق بتحضير كيكة التمر، وهي نوع من المعجنات الرائعة سنعرض لطريقة تحضيرها في ملحق الفصل، مع طريقة تحضير أهالي ديالى لطبق الرز بالباقلاء، المسى شعبيًا (تمن باكلا).

تقع محافظة ديالى في الجزء الشرقي من العراق، وتحدها محافظات بغداد وصلاح الدين من الغرب، والسليمانية من الشمال وواسط من الجنوب والحدود الدولية مع إيران شرقاً. تبلغ مساحة المحافظة (16505 كم2)، يسكنها قرابة مليون ومئتي ألف نسمة يتركز أغلبهم في أفضية بعقوبة والمقدادية والخالص وخانقين، وتضم ديالى (21) وحده ادارية (ناحية) تشكل (6) أفضية هي: بعقوبة والخالص والمقدادية ومندلي وكفري وخانقين.

تاريخياً، ترد مدينة بعقوبة، عاصمة محافظة ديالى، بتسمية باعقوبا، وهي مدينة كثيفة الزرع، تحيطها البساتين من كل جوانبها، وتشتهر بالحمضيات وأهمها البرتقال والليمون واللانكي، وهناك العنب فضلاً عن الحبوب. ويتكون المجتمع البعقوبي بتغلب العشائر عليه حيث يشكلون قرابة 80% من السكان<sup>74</sup>.

إضافة إلى بعقوبة، هناك مدينة المقدادية التي تسمى شعبيًا شهربان، والتسمية فارسية مركبة من (شهر) وتعني مدينة (بان) الذي هو اسم رجل فارسي شيدت باسمه قرية فأطلقت التسمية على المنطقة ككل. وتشتهر المقدادية أو شهربان بزراعة الحمضيات خصوصاً البرتقال، حتى إن العراقيين يلقبونها بمدينة البرتقال<sup>75</sup>.

وثمة مدينة مندلي التي تقع شرقي بعقوبة على مقربة بضعة كيلومترات من جبل (بشت كوخ) الإيراني، وتنتشر في أطراف المدينة بساتين الرمان والبرتقال والليمون والعنب، وهناك بساتين النخيل أيضاً. يقول عبد الرزاق الحسيني أن أهالي مندلي يتحدثون بعدد من اللغات بحسب المحلات التي يقطنونها<sup>76</sup>، فبعضها تنتشر فيها عوائل إيرانية، لهذا يتحدث أهلها الفارسية، وهناك محلات يتحدث أهلها الكردية، وثمة من يتحدث العربية والتركية.

أما قضاء خانقين فيقع إلى الشمال الشرقي من بعقوبة وهي آخر بلدة عراقية محاذة لإيران، ويمرّ بها نهر الوند القادم من إيران ليقسمها قسمين، وكانت فيها جالية يهودية تدير تجارة البلدة قبل هجرتها الى خارج العراق في الخمسينيات.

أخيراً، من أفضية محافظة ديالى المهمة قضاء الخالص الذي كان يسمى سابقاً (دلتاوه) أو (تيلتاوه)، وتحيط هذا القضاء البساتين العامرة بالنخيل والحمضيات ويعد منطقة استجمام لكثير من العوائل البغدادية.

#### البيئة والمجتمع

تتميز محافظة ديالى بخصوبة أرضها واعتدال مناخها، وتعد سلة الحمضيات بالنسبة للعراق، والعراقيون يفضلون منتجاتها لجودة طعمها خصوصاً البرتقال والليمون، عدا الحنطة والشعير والرز. وفي احصائيات عام 2018 بلغ محصولها من الحنطة 28723 طنا ومن الشعير 656 ومن الرز 2532 طنا. أما التمور فبلغ انتاجها 85439 طنا في العام نفسه، وأغلب هذا المحصول يذهب الى أسواق بغداد ومدن كردستان بفعل القرب الجغرافي، فديالى لا تبعد عن العاصمة بأكثر من 57 كيلومتر<sup>77</sup>.

### المقادير (5-7 اشخاص)

|                      |              |
|----------------------|--------------|
| رز طويل الحبة        | 3 كوب        |
| فص ثوم مقطع          | 4            |
| باقلاء منزوعة القشرة | 2 كوب        |
| شبت طازج ومثروم      | ¼ كوب        |
| مرق الدجاج او اللحم  | 2 كوب        |
| زيت                  | ¼ كوب        |
| ملح                  | 2 ملعقة طعام |
| فلفل اسود            | 1 ملعقة كوب  |
| كزبرة مطحونة         | 1 ملعقة كوب  |

### طريقة التحضير

ينقع الرز بالماء لمدة 30 دقيقة ثم يصفى.  
يحمّر الثوم في نصف كمية الزيت ثم تضاف الباقلاء المقشرة مع 1 ملعقة كوب ملح، مع الكزبرة، ونصف كمية الشبت المفرومة ثم تُقَلَّب.  
يضاف كمية كافية من الماء لتغطيته، يطبخ لمدة 5 دقائق او لحين نضوج الباقلاء.  
يطبخ الرز في الكمية الباقية من الزيت، يضاف 1 ملعقة شاي ملح مع مرقه (اللحم او الدجاج) الحار.  
يغلى لمدة 5 دقائق، يقلب، تقلل الحرارة ويترك لينضج لمدة 10 دقائق.  
تضاف الباقلاء وبقية الشبت الى الرز، يقلب ويطبخ على نار هادئة لمدة 10-15 دقيقة أخرى.  
يقدم مع اللبن ولحم الغنم المطبوخ او الكباب.

عدا هذه الأكلات التي تجمع مطبخ ديالى بمدن غرب العراق، هناك أطباق مأخوذة من مطبخ مدن كركوك والسليمانية وأربيل والموصل. ذلك أن ديالى تتداخل اجتماعيا مع بيئة كردستان، ويوجد فيها كرد وتركمان وهؤلاء لهم أكلاتهم المعروفة التي جاءت إلى ديالى وعرفت فيها على نطاق واسع حتى ان العرب تعلموها واستذوقوها مثلما استذوق الكرد والتركمان في ديالى الاكلات العربية. سنجد في هذا الخصوص أطباقاً معروفة في المجتمع الكركوكلي مثل التوجمة وهي أكلة تركمانية تتكون من اللحم والشجر "الكوسا" والفلفل الأخضر، والكرفس والطماطم والخيار والبادنجان. ويعرف مرد ديالى طبق (شلة ساوار)، وهو عبارة عن برغل ناعم يطبخ بعد إضافة البصل المحمص والماء واللحم، ويحرك ليخرج بهيئة قريبة للشورية، وتؤكل الوجبة مع اللبن.

عدا هذا وذلك، عرفت ديالى الكباب والكباب وأنواع المرققات والرز، والدولمة والباجه والكبدة المحمصة مع الفشافيش والبصل والنومي بصرة. وعرفت السمك المسكوف وأغلب أنواع الخبز والصمون المعروف في العراق. والخلاصة من هذا كله أنه على زائر ديالى توقع رؤية وتذوق معظم الأطباق العراقية فيها، وهي بذلك تثبت أنها عراق مصغر كما قلنا في البداية.

## تمن باقلاء

الشبت هو نجم هذا الطبق. رائحته الزكية الطاغية عند طبخ هذا الطبق تجعل الكل يتنبأ دون تردد ان طبق اليوم هو تمن باقلاء.

# كيسة التمر

المقادير (لقياس 24 سم / 9.5 انج) قالب كيك

|                      |              |
|----------------------|--------------|
| زبد                  | 1 كوب        |
| سكر                  | 1 كوب        |
| بيض                  | 5            |
| دبس التمر            | ¼ كوب        |
| طحين (ذاتي الاختمار) | 2 كوب        |
| عصير برتقال          | 3 ملعقة طعام |
| قرفة مطحونة          | 1 ملعقة طعام |
| قرنفل مطحون          | ¼ ملعقة كوب  |
| هيل مطحون            | ½ ملعقة كوب  |
| مسحوق جوزة الطيب     | ¼ ملعقة كوب  |
| طحين                 | ¼ كوب        |
| تمر منزوع النوى      | 1 ½ كوب      |
| جوز                  | ¼ كوب        |
| كشمش اصفر            | 1/3 كوب      |
| قشر ليمون مبروش      | 1 ملعقة كوب  |
| قشر برتقال مطحون     | 1 ملعقة كوب  |

## طريقة التحضير

سخن الفرن الى 150 درجة مئوية / 300 فهرنهايت باستعمال خفاقة كهربائية، يخفق الزبد والسكر معاً على سرعة متوسطة. يضاف البيض، واحدة بعد الاخرى، واستمر بالخفق بسرعة متوسطة الى ان يصبح المزيج كريماً. يضاف دبس التمر، والطحين، عصير البرتقال، القرقة، القرنفل، الهيل وجوزة الطيب ويستمر بالخفق بدرجة متوسطة الى ان يخلط جيداً (حوالي 5 دقائق). يصب الطحين في وعاء. يعجن التمر المنزوع النوى باليد، ويعمل دوائر بحجم ظفر الابهام وتوضع في وعاء الطحين. يضاف الجوز والكشمش وتخلط برفق ثم يمزج مع الخليط، يضاف قشر الليمون والبرتقال المبروش. يسخن الفرن ثم يصب الخليط في قالب مدهون ومرشوش قليلاً بطحين ويطبخ لمدة 45 دقيقة. تسخن 5 ملاعق من السكر في مقلاة مع الخلط المستمر الى ان تصبح كراميل. و تزين بها الكيسة



تتميز المائدة الأنبارية بالخصائص ذاتها التي تتميز بها مائدة مدن غرب العراق، حيث تغلب للحوم الحمراء والبيضاء والرز ودقيق القمح عليها. ويفضلون التشاريب وأنواع البرياني، ولديهم تقاليدهم العريقة في تقديم الطعام للضيوف، وهم بذلك لا يختلفون عن مجتمعات الأرياف في الجنوب والفرات الأوسط. ومن أبرز تقاليدهم الموروثة أنهم يكثرون من الطعام بطريقة مبالغ بها، وعادة ما تكون صوانهم كبيرة وعميقة وذات (عراوي)، أي مقابض حديدية، ومساند ترفعها عن الأرض، وهم يسمون هذا النوع (أم العراوي).

إن هذا يعكس شدة كرمهم والمبالغة بالاحتفاء بالضيوف. وعلى الرغم من أن هذه القيم بدوية، إلا أنها تسربت للمجتمع الزراعي والمدني الحديث، خصوصا في المدن القريبة من الصحراء والريف. لهذا السبب مثلا ظلت الانبار تخلو من الفنادق زمتا طويلا لأنهم يعتبرون وجودها معيبا بحقهم، ذلك أن بيوتهم أولى بضيافة الغرباء.

لقد انعكس هذا على ثقافة الطعام في المجتمع الانباري، نتحدث عن أكالات محلية يصير عليها المجتمع الانباري حتى الآن مع وجود أطباق وطنية تعرفها موائد جميع المدن العراقية، وهي نفسها التي تحدثنا عنها في الفصول السابقة مثل أنواع المروقات والمحموسات والكبب والكياب والرز. لكن في العموم تغلب على المائدة الأنبارية الأطباق التي تميزت بها مدن الصحراء، لا في العراق فقط بل في امتدادات البادية بسوريا والاردن والسعودية.

أشهر طبق يعدونه في مدن الأنبار هو أكلة الدليمية، وهذه الأكلة ارتبطت بقبيلة الدليم وتسمت باسمها. لكنها لم تبق حبيسة البيئة الاجتماعية لمدن الأنبار وغرب العراق، بل هاجرت جنوبا وشمالا لتدخل المطبخ العراقي، وتصبح من أهم أطباقه الوطنية شأنها شأن الدولة والشيخ محشي والسمك المسكوف والكبب الموصلية. مع الانتباه إلى أن تحضير طبق الدليمية يختلف جزئيا من مدينة إلى أخرى مع الاحتفاظ بالفكرة نفسها، وهي تشريب الخبز أسفل الطبق ثم اغراقه بالرز، ثم حشوة الشعيرة والكشمش واللوز وغيرها، ثم وضع قطع اللحم الكبيرة بشرط أن تكون لحم غنم.

بالنسبة للأنباريين، تتكون الدليمية عندهم من هذه المواد، وهي تشريب اللحم الذي قد يكون أحمر بإضافة معجون الطماطة إليه. أو أصفر بدون المعجون، ثم الرز والحشوة واللحم. ويحرصون غاية الحرص على أن تقدم الأكلة بصينية كبيرة يلتئم حولها الأكلون، وهذه هي الطريقة التقليدية السائدة حتى اليوم في مدن الأنبار. أما في بقية المدن، فلا يشترط أن تكون المواد نفسها، ففي بغداد مثلا شاعت طريقة الدليمية باستخدام مرقة البامياء، حيث يثردون أرغفة الخبز بمرق البامياء ثم يضيفون الرز الأبيض واللحم. وفي الأنبار وبعض المدن قد تعمل الدليمية بتشريب الدجاج، بمعنى أن فكرة الدليمية أصبحت شائعة في المطبخ العراقي بغض النظر عن المكونات.

ومن الأكالات التي يحتفي بها المطبخ الإنباري (الهببيط)، وهي تسمية مرادفة لما يسمى في بعض المدن (قوزي)، بل إن بعضهم يطلق تسمية (الهببيط) على الدليمية. ولكن في الأنبار بالذات يميزون الهببيط عن الدليمية جيدا، وسيجد القارئ طريقة تحضير الهببيط الإنباري في الملحق الخاص بهذا الفصل. هناك أيضاً أكلة الفرافير التي يبرع بها أهل مدينة راوة حتى إنها سميت الفرافير الراوية. وترادف هذه الأكلة خبز العروك الذي ينتشر في مدن الجنوب والفرات الأوسط ومحافظات وسط العراق، وتتكون من عجينة من دقيق القمح تحشى باللحم المفروم والبصل المفروم ناعما والبقدونس، حيث تخلط هذه المواد وتعمل أرغفة صغيرة وسميكة عادة وتشوى في التنور.

تقع محافظة الأنبار غرب العراق، وهي أكبر محافظات العراق مساحة، بمساحة إجمالية تبلغ 138500 كم<sup>2</sup>، وبعدد سكان يتجاوز مليوني نسمة<sup>78</sup>. ويحد الأنبار من الشمال محافظة صلاح الدين ونيوى، ومن الشمال الغربي تحدها الجمهورية السورية، ومن الغرب المملكة الأردنية. أما من الشرق فتجاورها محافظة بغداد، بينما تجاورها من الجنوب المملكة العربية السعودية، ومن الجنوب الشرقي محافظة كربلاء والنجف.

إداريا، تنقسم الأنبار إلى ثمانية أفضية هي: القائم، وعانة، وراوة، وحديثة، وهيت، والرمادي، والفلوجة، والرطبة. وأبرز مدن المحافظة هي الرمادي، والفلوجة، والقائم، وحديثة، والبغداد، وكبيسة وهيت وراوة. وعرفت المحافظة باسم لواء الدليم في العهد الملكي، وقد أطلق عليها هذا الاسم نسبة لعشائر الدليم التي تقطنها منذ قرون. وفي عام 1961 أصبحت تُسمى ادارياً محافظة الأنبار. وكلمة الأنبار فارسية الأصل وتعني المخزن، وقد أطلق المناذرة على المدينة هذا الاسم لأنها كانت مخزناً للعدد الحربية. وقيل إنها كانت مخزناً للحنطة والشعير والتين<sup>79</sup>. وفي العصر العباسي اتخذها الخليفة أبو العباس محمد بن عبد الله العباسي عام 134 للهجرة عاصمة ثانية للدولة العباسية بعد الكوفة، وبني فيها قصوراً حيث أقام أبو جعفر المنصور إلى أن بنى مدينة بغداد عام 145 للهجرة<sup>80</sup>.

تعد مدينة الرمادي عاصمة محافظة الأنبار وأهم مدنها، أسسها الوالي مدحت باشا أثناء ولايته، لكنها بقيت قرابة نصف قرن بعده في حالة بائسة، وبقيت كذلك حتى عام 1923 حين فتح طريق بغداد دمشق الذي يمر بها، فانتعشت وكثرت مبانيها وشوارعها وأسواقها<sup>81</sup>. ومن مدن الأنبار المهمة مدينة عانة التي يعود تاريخها إلى الدولة الآشورية، وورد ذكرها في عهد الملك توكلي نينورتا (889 - 884 ق.م)، وهي تمتد طويلاً على شاطئ الفرات لمسافة عشرين كيلومتراً، وعُرفت بخصوبة أراضيها وكثرة بسايتها حيث يستخدم العانيون النواعير في سقي بسايتهم ومزارعهم. والناعور أداة يستخدم للسقي وتغرف المياه من النهر لتنقلها عبر قنوات صغيرة إلى البساتين والمزارع<sup>82</sup>. وفي الضفة الأخرى تقع توأمها مدينة راوة، وهي قضاء انفصل اداريا عن عانته عام 2002، وتتميز راوة بخصوبة أراضيها، شأنها شأن مدينة هيت التي لا تقل خصوبة وخضرة هي الأخرى عن بقية مدن الأنبار.

### المجتمع والبيئة

تتميز بيئة الأنبار بمناخ شبه صحراوي حيث يقل سقوط الأمطار فيها وتباين درجات الحرارة بين الليل والنهار. على أن ذلك لا يعني انعدام الزراعة فيها، فهناك نهر الفرات الذي يخترقها ويشكل جزءاً من طبيعة بعض أهم مدنها مثل هيت وراوة وعانة التي تسمى مدينة النواعير. لذلك تنتشر في الانبار المزارع وبساتين النخيل والفواكه ويتجاوز عدد النخيل فيها مليونين ونصف المليون نخلة.

اجتماعياً، يتشكل مجتمع الأنبار من عنصر واحد غالب هو العنصر العربي المسلم مع وجود اقلية كردية. وينتهي غالبية الأنباريين إلى أربع قبائل رئيسية هي الدليم وزوبع وعنزة والعكيدات. وأكبر هذه القبائل هي الدليم التي تنتشر على طرفي الفرات بين الفلوجة والقائم، وهي قسمان: قسم يمتنون الزراعة ويطلقون عليهم تسمية (نزالة)، أي الذين ينزلون في الأرض، وقسم يطلقون (الجواله)، وهم المترحلون في الصحراء مع أغنامهم وأبلهم<sup>83</sup>. وقد سكن النزالة الأراضي الخصيبة بينما بقي الجواله على بداوتهم يترحلون في الجزيرة بين دجلة والفرات.



### المقادير ( 5 أشخاص )

|  |          |
|--|----------|
| زيت نباتي                                | 2        |
| بصل مقطع شرائح                           | 2        |
| قطع أجزاء من لحم الخروف (الكتف أو الساق) | 1 ½ كيلو |
| حبوب الهيل كاملة                         | 1        |
| فلفل أسود كامل                           | 1        |
| فلفل ابيض كامل                           | 1        |
| اوراق الغار                              | 2        |
| جذور الكركم                              | 2        |
| الملح حسب الرغبة                         |          |
| الماء كما مطلوب                          |          |

### طريقة التحضير

يقلى البصل حتى يطرى. يضاف لحم الخروف ويطهى حتى يصبح لونه من الخارج بنيًا ، ويتم غلق الغطاء لاستخلاص العصائر (حوالي 5 دقائق). يُضاف الهيل ، الفلفل الأسود ، الفلفل الأبيض ، أوراق الغار ، جذر الكركم ، الملح والفلفل ، ويُطهى على نار متوسطة مع التحريك من حين لآخر (حوالي 15 دقيقة). يُضاف الماء لتغطية اللحم ويُغلى. تقلل الحرارة واطبخه لمدة 1-2 ساعة أخرى مغطاة ، أو حتى ينضج اللحم.

وإذا انتقلنا إلى الحلويات فإن أشهر نوع منها تعرف في مدن غرب العراق وبالأخص الأنبار، هي (المدكوكة) التي تعمل من التمر والسهمسم المحمص، وتهياً الأكلة على مراحل، تبدأ بجلب التمر اليابس ودقّه بالجاون الخشي، وفي أثناء ذلك يضيفون السهمسم ليختلط بالتمر المدقوق، ويستمر وضع السهمسم كلّ عشر دقائق حتى يتلايس بالتمر تماماً. بعد ذلك يقطعون المادة المتكونة ويدورونها على شكل كرات. هذه هي الطريقة التقليدية القديمة التي هي على وشك الانقراض. وفي العادة كان يتم عمل هذه الحلوى بشكل جماعي من قبل الشباب، وعبّر طقوس جميلة، وترافق عملية الدق أهزيج وأغان. لكننا في الملحق الخاص بهذا الفصل سنقدم طريقة التحضير الحديثة لهذه الحلوى اللذيذة، والتي تنتشر في الجنوب والفرات الأوسط أيضاً. وفي الغالب توزّع في شهر رمضان أو في المآتم كثواب على روح المتوفى.

## هبيط

البساطة في تحضير هذا الطبق قد تفاجأك عندما تتناولته وتشعر بلذّة طعمة ونكهته ، مزيج من الهيل والفلفل وأوراق الغار والكركم مع لحم الضأن ، لذيد جدا عندما يقدم مع رز العنبر العراقي. معظم العراقيين يفضلون تناولة طريا ولكن لأضافة قرمشة خفيفة ، اقلي اللحم قليلاً بعد أن ينضج تماماً.



## مدگوغة

كيف يمكن لمثل هذه المكونات البسيطة من التمور المجففة ولمسة من الطحينة والبهارات والمكسرات البسيطة ، لتكوين هذه الحلوى اللذيذة ؟ على الرغم من أن محضر الطعام يعد خياراً ، إلا أنني أعتقد أن السحر الحقيقي ربما يكمن في استخدام الهاون والمدقة للحصول على العجينة. اسمها مستوحى من طريقة عملها وهي الدق بالهاون.



### المقادير ( 7-8 اشخاص )

|                |                      |
|----------------|----------------------|
| 1 ½ كوب        | تمر جاف مزروع النوى  |
| 2-3 ملعقة طعام | معجون الطحينة (راشي) |
| 1 كوب          | الجوز                |
| 1 ملعقة كوب    | هيل مطحون            |
| للتزيين :      |                      |
| 2 ملعقة طعام   | بذور السمسم المحمص   |
| 2 ملعقة طعام   | جوز الهند المبشور    |
| 2 ملعقة طعام   | شرائح الفستق         |

### طريقة التحضير

نضع التمر والجوز والهيل في هاون وندقة بالمدقة ونضيف اليه الطحينة (راشي) حتى يتحول الخليط إلى عجينة. هذه الطريقة التقليدية وستعطي طعمًا رائعًا. بدلاً من ذلك ، لتوفير الوقت ، ضع المكونات في مفرمة كهربائية واطحنها حتى يصبح الخليط كالعجينة. حول الخليط إلى كرات بحجم الجوز ، وزينها بجوز الهند أو بذور السمسم أو المكسرات المفرومة.

# عادات الطعام

## في صلاح الدين الفصل الرابع عشر

لقد ألقى هذا التنوع بظلاله على ثقافة المجتمع، وأسهم في إثراء قيمه وتنمية القابلية على استيعاب الآخر بكل ما فيه من اختلاف. ولعل قائمة الطعام المكونة للمطبخ في مدن المحافظة خير دليل على هذا الثراء. ففي المطبخ الواحد يمكن إن تجد أكالات كردية إلى جانب الأطباق العربية، ناهيك عن الأطباق التركمانية. وبسبب قرب سامراء وبلد من الكاظمية ببغداد، فقد تأثر المطبخان ببعضهما بعضاً بعد تزواج العوائل وتوافد الزوار على العتبات المقدسة هنا وهناك، فصرنا نجد أكالات هذه المدينة في مطبخ المدينة الأخرى وهكذا. ويصح الأمر على ثقافة الطعام وتقاليد.

إلى جانب هذا، فإن مجاورة مدينة تكريت للبادية الممتدة حتى الأنبار جعلها تستقبل أنواعاً من الأكالات التي تعرفها المدن الصحراوية، لهذا تتقاسم مثلاً مع مدن غرب العراق الأخرى الأثر نفسه، ومن ذلك أكالات مثل المدكوكة والخميعة والهببب والدليمية. وهناك عشرات الأطباق التراثية المنقرضة أو التي أجريت عليها تحويرات حديثة ثم دخلت المطبخ العراقي بتسميات جديدة.

من الواضح أن أهم تقليد ثقافي تحتفظ به مدن صلاح الدين هو التركيز على كمية الطعام الوفيرة والاقتصاد على الأطباق غير المركبة العناصر. وهذا ما تشترك به مدن الصحراء جميعاً خلافاً لمدن الفرات الأوسط وبغداد والموصل. بل إن أطباقهم بسيطة ولا تميل للتعقيد، وهي في هذا تشبه أطباق الجنوب والمناطق القريبة من الصحراء في النجف والديوانية والمثنى. أي أن الطبيعة البدوية غالبية عليها، فهم مثل الجنوبيين الريفيين، لم يعرفوا أنواع السلطات والمقبلات حتى وقت قريب، ويكتفون بالبصل والطماطم والخيار والخضروات. أما في وجبات شائعة كالفوزي والتشريب، فيفضلون وضع قطع لحم كبيرة فوق صحون الرز مع الكشمش واللوز والشعيرية، وهو ما سنعرضه بالتفصيل في ملحق الفصل، حيث يبرع أهال تكريت وسامراء وبلد وغيرها من مدن صلاح الدين بالفوزي .

### أكالات من صلاح الدين

تغلب على المائدة التكريتية والسامرائية وغيرها من موائد مدن صلاح الدين جميع الأكالات المنتشرة في المدن المحيطة بالمحافظة، وهي بهذا تعد مائدة شاملة تتوفر فيها أكالات غرب العراق وشماله ووسطه، ولا نعدم وجود أطباق من الفرات الأوسط والجنوب لكنها أقل عموماً وإن كان يجمعها العنصر الأبرز المتصل بالحضارة النهرية وهو السمك. هنا تطالعنا الأطباق نفسها المنتشرة في عموم المدن النهرية العراقية، مثل السمك المقلي والمشوي وبرياني السمك، ولا ننسى السمك بالتنور والسمك المسكوف القادم من بغداد. وما يجمع مدن صلاح الدين بالجنوب والفرات الأوسط أيضاً الأكالات المستخلصة من الحليب مثل القيمر والزبدة، وبعض أنواع الحلويات المصنوعة من دقيق القمح والرز والعسل أو السكر كما هو الحال في أكلة (الرغيدة) التي تتكون من دقيق الحنطة والحليب المغلي حيث يذر عليه دقيق الحنطة او الرز ثم يخلط ويضاف له السكر وهي مماثلة لما يسميه الجنوبيون(البحث)، لكنهم في تكريت يصنعونه بطريقتين، الأولى يضعون فيها الدقيق مع الدهن الحر والعسل، ويطلقون عليها (الوضيعة)، أما الطريقة الأخرى فيكتفون فيها بالدقيق والحليب والسمن والسكر وهي (الرغيدة). كذلك يبرع أهالي صلاح الدين بتحضير شوربة العدس التي تقدم صباحاً ساخنة وتفضل عادة في فصل الشتاء، وسوف نعرض لهذه الأكلة اللذيذة كما تصنع في مطبخ صلاح الدين في ملحق الفصل.

ومن الأكالات التي تنتشر في تكريت وسامراء وبلد نوع من الخبز ينتشر في كل مدن العراق، ويسميه التكارثة والسوامرة بخبز (التفتون) وهو نوع ينتشر الآن في كل العراق بتسمية (خبز تفتوني)، والمقصود به تهيئة رغيف صغير وسميك نوعاً ما، يسميه البغاد (الحنونة) أو الحنون، وكانت الامهات تصنعه في نهاية عملية إنضاج الخبز في التنور ويقدمه هدايا للأطفال. كذلك يصنع في تكريت خبز (المصبغ)، وهو رغيف طويل تطبع عليه أصابع العجان بأشكال مختلفة، منه الخبز المشجر الذي يزين وجهه بأشكال على هيئة أغصان الأشجار، وقد عرفته تكريت وسامراء وبلد والموصل،

يمتد تاريخ مدن محافظة صلاح الدين إلى آلاف السنين، ومزّت بجميع الفترات الحضارية التي شهدتها بلاد الرافدين. فقد ورد اسم تكريت للمرة الأولى في النصوص البابلية والآشورية بصيغة (تك . ري . أي تا)، وجاء ذكرها في أخبار الملك الآشوري توكلتي نورتا (890 – 884 ق. م)، مع بناء قلعتها الحصينة بالصيغة الآشورية "برتو". وذكرها بطليموس في جغرافيته باسم "برتا"<sup>84</sup>.

ومن مدن المحافظة الأخرى سامراء وبلد والدجيل وبيجي والشرقاط، وكان عدد من هذه المدن يتبع إدارياً لبغداد قبل أن تنفصل محافظة صلاح الدين كوحدة إدارية مستقلة في عقد السبعينيات. تقع المحافظة في الجزء الوسط من العراق وتحدها محافظات نينوى من الشمال، وأربيل من الشرق، وبغداد من الجنوب، والأنبار من الغرب. وتبلغ مساحتها (23398 كم<sup>2</sup>) كيلومتر مربع، وتضم (17) وحدة إدارية تشكل (10) أفضية. أما عدد سكان صلاح الدين فيبلغ قرابة مليون ونصف مليون نسمة، تشكل نسبة الحضر منهم 45% بينما تشكل نسبة الريفيين 55%<sup>85</sup>.

تزرخ المحافظة بالآثار والمرقد المقدسة، وأشهرها المئذنة الملوثة والجامع العباسي وقصر العاشق وقصر الخلافة وجامع أبي دلف. ومن آثارها القديمة مدينة آشور التي تقع على شاطئ دجلة مقابل مدينة الشرجاط. ناهيك عن سور تكريت ودير الراهبات من ضمن الكنائس الواقعة على جانبي نهر دجلة في مدينة تكريت والقبه الصليبية، وتقع شمال مدينة سامراء الحالية قرب قصر العاشق. فضلاً عن ذلك هناك مرقد تحويها مدينة سامراء العريقة، المدينة التي اتخذها الخليفة العباسي المعتصم بالله عاصمة للدولة العربية الاسلامية، وتقع على الضفة الشرقية لنهر دجلة في محافظة صلاح الدين. تحدها من الشمال مدينة تكريت، ومن الغرب مدينة الرمادي، ومن الشرق مدينة بعقوبة، وتعد من أهم المدن المقدسة في العراق، لوجود ضريح الإمامين علي الهادي والحسن العسكري، فضلاً عن مرقد سيد محمد الملقب ب(سبع الدجيل) ومرقد وآثار أخرى<sup>86</sup>.

### البيئة والمجتمع

يقطع نهر دجلة مدن تكريت وسامراء وبلد والدجيل ويعطيها ملمحها النهري الذي عرفت به. لهذا تشتهر المحافظة بخصوبة أرضها وازدهار زراعتها وكثرة بسايتها، من النخيل وسائر أنواع الفواكه كالأعناب والرمان والبرتقال والمشمش والليمون، ناهيك عن مزارع القمح والشعير والخضروات والحبوب. ومما اشتهرت به المحافظة عموماً ومدينة سامراء بشكل خاص زراعة الرقي والبطيخ، إذ مثلما عرفت ديالى بجودة البرتقال، كذلك عرفت سامراء بجودة محصول الرقي والبطيخ فيها حتى أن العراقيين أصبحوا يعدونه علامة سامراء الفارقة، فيقولون (بطيخ سامره) مثلما يقولون طماطم الزبير أو لبن أربيل أو برتقال شهربان. عدا هذا، تنتشر في مدن صلاح الدين زراعة الحنطة والشعير، وتشتهر مدينة طوز خورماتو خاصة بهذه المحاصيل الشتوية، إضافة إلى محاصيل الذرة الصفراء وعباد الشمس والسمن والقطن، لاسيما الأراضي الواقعة على مشروع الري ونهر أق صو. فيما يتعلق بملامح البيئة الاجتماعية، فإن المجتمع في صلاح الدين يبدو في غاية التجانس رغم تنوع مكوناته الدينية والمذهبية والقومية. في التقسيم الكوناني، هناك غالبية من العرب المسلمين، وينقسم هؤلاء إلى غالبية من الطائفة السنية، وأقلية عربية شيعية تقطن مدينة بلد والدجيل وبعض ضواحي سامراء. وثمة كرد ينتشرون في أغلب مدن صلاح الدين، غير أنهم يكثرون في طوزخورماتو وبيجي، ومعهم أقلية تركمانية وآشورية.



## شوربة عدس

إذا أردت أن تغير مزاجك بعد يوم متعب .. اصنع هذه الشوربة ! يضيف طعم الشوربة الحامضي الممزوج مع كمية سخية من الكمون والكركم ، حدة غير عادية وعطرية لهذه البنية الصفراء. في حين أن الظل الأصفر الذهبي لهذا الطبق سيجلب شعاعاً رمزياً من أشعة الشمس إلى يوم الشتاء. أولئك الذين لا يحتاجون إلى رمزية لاستهلاك حساءهم ، قد يفضلون طهي النسخة البغدادية - إضافة حبتين من الطماطم المقطعة وملعقة من معجون الطماطم أثناء تقليب البصل ، ثم تزيين الوجبة النهائية بالنعناع. بغض النظر عما إذا كنت تفضل اللون الأصفر الناعم أو كنت تفضل اللون الأحمر ، فإن النتيجة النهائية هي خليط دافئ رائع ولذيذ.

### المقادير (6 اشخاص)

|                        |              |
|------------------------|--------------|
| بصل مثروم              | 1            |
| عدس احمر جاف           | 2 كوب        |
| رز حبة صغيرة           | ¼ كوب        |
| زيت                    | 3 ملعقة طعام |
| كمون                   | 1 ملعقة طعام |
| فلفل اسود (حسب الرغبة) | 1 ملعقة طعام |
| ملح                    | 1 ملعقة طعام |
| كركم                   | 1 ملعقة كوب  |
| عصير حامض (حسب الرغبة) | 2 ملعقة طعام |
| ماء                    | 8 كوب        |
|                        | الزينة       |
| شرائح بصل مقلي         |              |
| شرائح الليمون          |              |

### طريقة التحضير

في مقلاة عميقة ، قم بتحميص البصل ، أضف الرز والعدس وقلب لمدة 5 دقائق.  
نضيف الملح والبهارات و 8 أكواب من الماء ونتركه يغلي ، ونخفف النار ونتركه على نار هادئة لمدة 40 دقيقة مع التحريك جيداً.  
خذ كوبين من الحساء واخلطهم في محضرة الطعام ، ثم أضفه إلى باقي الحساء وقلّب جيداً على نار خفيفة لمدة 10 دقائق أخرى.  
يُزين بالبصل المقلي والليمون ،  
ويُضاف عصير الليمون قبل التقديم (حسب الرغبة).  
اخلط الحساء لمدة أكثر إذا رغبت

وإذا حاولنا تقسيم أطباق هذا المطبخ الغني سنجد أطباقاً شديدة المحلية يتوقّر عليها التركمان، لا تكاد تجدها في غير كركوك إلا على أضييق نطاق، ومنها مثلاً طبق يسمى تتر قولاي وهو طبق ظهر بعد الغزو التركي للعراق وسنعرض له بالتفصيل في ملحق الفصل. وإذا تركت هذا النوع من الأطباق وذهبت إلى الكرد فسوف تعثر على قائمة من الأكلات تجمع كركوك مع مطابخ أربيل والسليمانية ودهوك وزاخو، وهذه الأطباق جد خاصة وسوف نتوقف عندها بالتفصيل في الفصول القادمة المخصصة لمدن إقليم كردستان. إلى جانب هذين النوعين، هناك نوع ثالث من الأطباق يحيل للامتداد العربي لكركوك والمقصود مائدة أبناء المكوّن العربي في محافظة كركوك. ويتوقّر مطبخ هؤلاء على ثقافة الطعام نفسها التي تنتشر في محافظات صلاح الدين والموصل وديالى، فتجد الهبيط والتشريب والأطباق المتحورة حول الرز والحبوب والحلويات التي سبق أن رأيناها في تكريت وديالى والرمادي والفلوجة وغيرها. إلى جانب هذه الأنواع، ثمة أكلات آشورية وأرمنية تشكل عنصراً أساسياً في اللوحة البانورامية لثقافة المائدة الكركوكية الغنية، عدا الأطباق الوطنية التي تنتشر في كل مدن العراق وهي التي مررنا بها في الفصول السابقة، مثل الدولة والكياب العراقي وأنواع البرياني والمقلوبة والمروقات والسّمك والدجاج والتشريب وغير ذلك.

### أكلات تركمانية وأشورية

يشارك التركمان في العراق وسوريا بمطبخ واحد، وهذا المطبخ يستمد أصوله من المطبخ التركي لكنه أخذ الكثير من مطبخ المنطقة المحيطة والجماعات التي تتشارك مع التركمان في المكان. عراقياً يتوزع التركمان في محافظات كركوك ونينوى وديالى وأربيل، ولديهم وجود قليل في بغداد وبقية المدن. وفي مطبخهم تشكل اللحوم الحمراء المادة الأساسية، وهم بذلك يتشابهون مع الآشوريين والعرب. وإضافة للحوم، يهتم المطبخ التركماني بالحبوب كالرز والسّمسم، ولديهم تركيز على مشتقات الألبان. كذلك الأسماك والدجاج. ويرى التركمان أيضاً بأكلة تشريب اللحم التي تعمل في كل مدن العراق لكنهم يطلقون عليها تسمية (صولو كياب)، ولا ننسى (تكملة الباذنجان) والأكلة الشهيرة (برده بلاو)، أي الرز المخفي، وواضح أن البردة بلاو، الأكلة التركية الأصل، تم تعريبها وأصبحت تعمل في كل مدينة عراقية بطريقة، وفي كركوك شكلت الأكلة علامة من علاماتها الفارقة، وسيجد القارئ وصفاً لتحضيرها في ملحق الكتاب. وهناك إكلة (الكاي بيث) التي هي عبارة عن طبق من المعكرونة تخلط مع اللحم والبطاطا والبصل الأبيض والأخضر أو الشبت الطازج، ويقدم الطبق بالعادة مع مرقة اللحم. وهناك فطائر المانتي المكونة من اللحم المطبوخ، وتقدم هذه الفطائر مع لبن الزبادي وأحياناً مع نوع من الصلصة الحارة يطلقون عليها الأجيكا. ومثل بقية العراقيين، يحتفي التركمان بالخبز احتفاءً خاصاً، ولديهم طريقتهم في شيه بالتنور الطيني الذي كان ينتشر في بيوتهم قبل تطور الحياة وانتشار الأفران التجارية. ويسمى التركمان خبزهم بـ (تشوريك) ومادته دقيق القمح، وتسمية التشوريك تركية وأخذ منها العراقيون تسمية (الجرک) أيضاً.

أما الأكلات الآشورية فلا تقل عدداً وفرادة وأصاله عن أكلات التركمان، وقد تأثرت هي الأخرى بما جاورها من اكلات تركمانية وكردية وعربية بفعل التعايش في بيئة جغرافية واحدة. والمطبخ الآشوري هذا يشابه ما جاوره من مطابخ من ناحية احتفائه باللحوم والدجاج والألبان، لكن بصمتهم الواضحة تمثلت في السلطات والمقبلات التي تقرهم كثيراً من مطابخ البحر المتوسط. وإذا راجعنا أشهر السلطات التي انتشرت في العراق كله لرأينا أن أصلها آشوري، أو أن الآشوريين استعاروها من المطبخ التركي واليوناني ونقلوها إلى مطبخ العراق. من أشهرها طبق الجاجيك اللذيذ، الذي عرفته مطابخ عربية عديدة باسم الخيار باللبن. ويتكون الجاجيك في المطبخ الكركوكي من الخيار والثوم والملح والنعناع وزيت الزيتون واللبن الخائر، وهو يؤكل عندهم كمقبلات. ونقل الآشوريون أيضاً طبق التبوله من مطبخ البحر المتوسط، وانتشر هذا الطبق في الشام وتركيا، ثم حطّ في العراق على أيدي الآشوريين. وتتكون السلطة من البقدونس والطماطم المقشرة والبرغل والنعناع الأخضر وزيت الزيتون والليمون. وتفرم المكونات بشكل جد ناعم. أمّا بالنسبة للوجبات الأخرى الرئيسية، فيحتفي الآشوريون بالكفتة، ولديهم نوع منها لا يتوفر عند غيرهم وهي كفتة اللحم بالرز. ويرى الآشوريون بتهيئة شوربة الترخينه، وهي طبق يشتركون به مع الكرد منذ آلاف السنين ويتكون من مادة اللفت (الشلغم) والجريش

تقع محافظة كركوك في الجزء الشمالي من العراق، تحدّها من الشمال محافظة أربيل ومن الجنوب والغرب محافظة صلاح الدين. أمّا من الشرق فتحدها محافظة السليمانية. تبلغ مساحة كركوك 10395 كم2 ويسكنها قرابة مليون ونصف مليون نسمة يتوزعون في أربعة أضية تضم إدارياً 16 ناحية<sup>87</sup>. وأضية كركوك هي كركوك عاصمة المحافظة والديس ومخمور وداقوق. وتعد كركوك أقدم مدن المحافظة، وورد ذكرها في مدونتين مهمتين كتبنا بالكلدانية. نقل أحدهما إلى التركية المطران إدي شير عام 1898، والمدونة الأخرى بعنوان (أخبار القديسين والشهداء) طبعه بلغته الكلدانية في لايزك الأب بولس بيجام بسبعة مجلدات<sup>88</sup>، وهناك ذكر لها في المصادر السومرية وتحديدًا في وثائق الملك آني. موندو بصيغة بلاد الكوتيين، حيث أسس الآخرون دولة لهم في شمال العراق<sup>89</sup>. وثمة باحثون أكدوا أن مدينة كركوك عرفت باسم أرابخا أو أرابخم حتى العصر البابلي الحديث، وهذه التسمية أكديّة وتعني مدينة الأسماك الأربعة<sup>90</sup>.

ألت كركوك بعد وفاة الاسكندر المقدوني الذي احتل بلاد الرافدين إلى سلوقس فهدم مبانيها وأقام مكانها مبان جديدة. ثم انتقلت المدينة إلى حيازة الفرس حتى دخول العرب إلى العراق، وقد أسماها بطليموس (كورا كورا) وجاء ذكرها في المصادر العربية باسم كرخيني، وعرفت بكونها (قلعة حصينة بين دقوقاء وأربل)<sup>91</sup>، والمقصود بـ(دقوقاء) هي منطقة طاووق التي تسمى اليوم داقوق، أمّا قضاء الديس، فكانت بداياته قرية صغيرة في عام 1953 ثم أصبح قضاء تمتد مساحته إلى 100 ألف دونم، ويتألف من قرابة 65 قرية. وتضم محافظة كركوك أيضاً قضاء الحويجة أو كما يسمى (حويجة العبيد) نسبة لعشائر العبيد العربية الغالبة على القضاء إلى جانب عشائر شمر والجبور والدليم، وكان القضاء تابعاً لمحافظة صلاح الدين قبل أن يلحق بكركوك.

في التاريخ الحديث، أصبحت كركوك المدينة عاصمة لولاية شيرزور، وتفيد أرجح الروايات المتناقلة أن تاريخ انشائها الحديث يعود إلى عام 1729. وبعد ذلك بسنوات شهدت مجزرة دموية على يدي طهماسب خان فاشتبك معه السكان في معركة كبيرة هرب على أثرها إلى قرية تدعى القوريا، ثم أحدث فيها مجزرة أخرى وذهب بعدها إلى قرية بشير. فلما تركها طهماسب استعادت حياتها وبدأت بالتوسع حتى أصبحت مدينة عامرة وجسراً بين جنوب العراق وشماله<sup>92</sup>.

### البيئة الاجتماعية

قلنا في فصل سابق أن مدن ديالى وبغداد وكركوك تمثل كلّ واحدة منها عراقياً مصغراً، وهذا هو الواقع، فكركوك تمثل أيقونة رافدينية للتنوّع العرقي والديني والطائفي. فقد سكنها منذ قديم الزمن كرد وعرب وتركماني وآشوريون وکلدان وسريان وأرمن، وهناك يهود وأقليات أخرى. وبغض النظر عن المشاكل التي مثلتها كركوك في العصر الحديث بسبب التنازع حول هويتها وعائدية بعض المناطق إن كانت لها أم للمحافظات القريبة منها مثل صلاح الدين وديالى. بغض النظر عن هذا، فإن مجتمع كركوك ظلّ متماسكاً ومنسجماً ويسود التآلف بين مكوناته، فأنت قد تجد في محلة واحدة المسلم إلى جانب الآشوري والكرد إلى جانب التركماني والعربي. ومع إنهم مختلفون في اللغة والتقاليد والثقافة إلا أنهم ظلّوا منسجمين ويعترف الواحد بالآخر. لقد انعكس كلّ ذلك في الثقافة التي ميزت المجتمع، وأبرز مظهر تمثله هذا الانعكاس هو المطبخ الكركوكي، فالتركمان لهم أكلاتهم وطرائق تركيبهم للطعام كما للكرد والعرب والآشوريين والأرمن.

والحمص واللحم وصلصة الطماطم، وعادة ما يؤكل في أيام البرد. ولدى الآشوريين أيضاً أكالات تراثية شبه منقرضة مثل أكلة البورما الشهيرة، ومفردة البورما تعني الجرة الفخارية التي تطبخ بها في تنور طيني، لكن التسمية غلبت على الأكلة فصارت تطلق عليها. وتهيأ من مواد العدس والحمص وعظم رأس العجل وتوضع المكونات مع الماء والتوابل في الجرة الفخارية وتترك في التنور الطيني لفترة من الوقت حتى تنضج. ومن أطباقهم الرائعة أكلة اللبن بالخضار، ويسمونها بلغتهم (البوشالا دكلالي)، وتتكون موادها من السلق والنعناع وعيدان السلق وفلفل أخضر وسبيناغ (سبانخ) الحبية مع اللبن الخائر (الزبادي).

## تترقولاغي

هذا الطبق المشهور كمقبلات أو عشاء خفيف يذكر بحصار بغداد عام 1258 عندما غزى المغول العراق. (سميوا خطنا" بالتتار) تترقولاغي يعني "أذن التتار". تسمية غريبة ولكن العراقيون تعجبوا من اذان المغول الكبيرة وعملوا فطائر تشبهها وحشوها بالقيمة. هذا الطبق لذيذ جدا.

### المقادير (6 اشخاص)

| العجينة      |                           |
|--------------|---------------------------|
| 2 ½ كوب      | طحين                      |
| 1 ملعقة طعام | ملح                       |
| 1 ½ كوب      | ماء                       |
| 1 ½ كوب      | صلصة اللبن                |
| 5 ملعقة طعام | زيت                       |
| 2 كوب        | لبن رائب                  |
| الحشوة       |                           |
| ½            | بصل مقطع ناعم             |
| 3 ملعقة طعام | زيت نباتي                 |
| 2 ملعقة طعام | كزبرة مقطعة               |
| ½ كغم        | لحم الخروف او العجل مثروم |

### طريقة التحضير

#### العجينة

تُمزج جميع المكونات في وعاء تعجن لمدة 5 دقائق حتى تصبح ناعمة.

#### حشوة اللحم

يقلى البصل ويضاف اللحم ويتبل بالملح والفلفل. يقلب من حين لآخر حتى ينضج.

تفتح قطع العجين بشكل مسطح وتقطع إلى دوائر من 10-12 سم / 4-3 انج ويوضع ملعقة اللحم في وسط كل دائرة ومن ثم يتم طيها على شكل هلال.

يملاً قدر كبير بحوالي ¼ القدر من الماء ويضاف 1 ملعقة كبيرة من الملح و ½ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود ويترك حتى يغلي.

تضاف قطع العجين المحشو واحدة تلو الأخرى الى الماء المغلي وتُغلى حتى تطفو.

قم بإزالة القطع المطبوخة، مع الحرص على عدم تناثر أي ماء ساخن ووضعها منفردة في طبق مسطح (لا تكدها).

يقلى فصين من الثوم في زيت الزيتون ، ويخلط مع الزبادي ، ويرش الخليط فوق القولاغي وتوضع فوقه الكزبرة المفرومة.



## بردة بلاو

يُترجم هذا الطبق إلى "الرز المغطى بالستارة اي البردة" بعد فتح الستارة يتم الكشف عن المزيج اللذيذ من الأرز والبيض وكرات اللحم المخبأة خلف غطاء العجينة



### المقادير (6 اشخاص)

| العجينة      |   |
|--------------|---|
| 1 ½ كوب      | أرز حبة طويلة                           |
| 3 ملعقة طعام | فستق                                    |
| 4 ملعقة طعام | ماء الزعفران                            |
| 2            | بطاطا مقطعة مكعبات صغيرة                |
| ½ كوب        | زيت                                     |
| ½ كوب        | بزاليا مجمدة او بزاليا طازجة نصف مسلوقة |
| 1            | بصل مفروم                               |
| 1 ملعقة طعام | بهارات                                  |
| 500 غم       | لحم مفروم (غنم او عجل او صدر دجاج)      |
| ¼ كوب        | زبد مذاب او زيت نباتي                   |
| 3 ملعقة طعام | نخالة الشوفان                           |
| 6            | بيض مسلوقة ومقشر                        |
| 500 غم       | عجينة رقيقة (عجينة البقلاوة)            |
|              | ماء حسب الحاجة                          |

### طريقة التحضير

يسخن الفرن مسبقا بدرجة حرارة 200م/400 ف/ o / طبخ غاز درجة 6 .  
يطبخ الرز حسب تعليمات طبخ الرز المذكور في صفحة 1.  
يضاف ماء الزعفران ويخلط جيدا ويترك ليبرد.  
يسخن 3.2- ملاعق صغيرة من الزيت ، يُقطع البصل ويقلى حتى ينضج البصل المفروم (3.3-4) دقائق. في وعاء منفصل.  
يُمزج البصل مع اللحم و نخالة الشوفان والفلفل والملح مع كمية كافية من الماء لتشكيل عجينة. يُمزج باليد ويُشكّل على شكل كرات صغيرة ، يُقلى بالزيت الساخن ويُترك جانبا.  
يسخن الزيت المتبقي وتقلّى البطاطا المقطعة وتترك جانبا. في مقلاة اخرى يقلى الفستق ويترك جانبا.  
في وعاء اخر يخلط الرز وكرات اللحم والبطاطا والفستق والبهارات خلطا جيدا.  
يدهن جوانب وقعر وعاء عميق مقاوم للحرارة بالزيت او الزبد وتضع عجينة خفيفة (عجينة البقلاوة) تاركا جزء من العجينة يتدلى من جوانب الوعاء ادهن جوانب العجينة بالزيت او الزبد و تعاد هذه العملية لاربعة طبقات.  
ويضع نصف مزيج الرز بطبقات مع البيض ( يوزع بشكل متساوي) ويضاف بقية مزيج الرز ومن ثم تغطى بالعجينة المتدللية و يرش بالزيت او الزبدة ويشوى لمدة 30 دقيقة حتى تصبح ذهبية.  
للتقديم، يقلب الطبق بحذر رأسًا على عقب ويقطع إلى شرائح سميقة.

#### مائدة نينوى

لقد انعكس ذلك على الثقافات السائدة في المدينة بشكل مباشر، فتنوعت القيم الثقافية والأفكار واغتنت بتجاورها وتعايشها. وكان لموقع المحافظة، لاسيما مدينة الموصل، أثر كبير في اتسامها بهذه الخصيصة. فقط غدت بوتقة ذابت فيها مختلف الثقافات، الكردية والعربية والتركية والسورية. ومن ثم، فقد أعطتها ذلك شخصية خاصة مؤثرة في سواها. وانعكس هذا على مائمتها التي جمعت بين طرائق طبخ متعددة، بينها الصحراوية والجبلية، وهناك المزاجان السوري والتركي.

لا يمكن المرور بلوحة الأطباق العراقية دون التوقف مطولاً عند مائدة الموصل الغنية، فهي من أشهر الموائد في الشرق الأوسط، وأكثرها غنى وثراءً. ولئن كانت بعض المحافظات تحتفظ بأكلة أو أكلتين أو ثلاث تميّزها عن المدن العراقية الأخرى، فإن الموصل تمتلك عدداً كبيراً من الأطباق شديدة المحلية التي لا تقدم في المطابخ الأخرى، مثل (الكبب) و(القلية) و(سماق الغبيغ) و(الطرخينة) و(البرمة) وسواها<sup>93</sup>. الأخرى أن في الموصل ومدن نينوى وكردستان ما يحيل إلى ثقافة البحر المتوسط إلى جانب الأطباق التي تحيل إلى ثقافة الصحراء والريف. وهذه الأطباق كان توارثها الموصليون منذ قرون، بعضها انقرض وبعضها تم تحويره، في حين هناك أطباق كثيرة لا تزال موجودة وتعمر المطبخ في محافظة نينوى. ومع اتساع وسائل الاتصال بين مدن العراق في النصف الثاني من القرن العشرين، انتقلت أطباق موصلية كثيرة إلى المدن الأخرى، وأصبحت من ركائز المطبخ العراقي الحديث. بل إن الكبب الموصلية غزت مطابخ المدن العراقية وأصبحت عنصراً أساسياً فيها، كذلك الأمر، ولو بشكل أقل، مع (القلية) الموصلية، والباجه المعمولة بطريقة الموصل. ما يجب ذكره أن المطبخ الموصلية يتميز بطقوس خاصة لا تزال متوارثة، وفي هذه الطقوس تمارس العائلة الموصلية تهيئة المواد التي تستخدم في الطبخ. هناك مثلاً ما يسمونها سهرات الخبز، إذ اعتاد أهل الموصل خزن كميات كبيرة من الخبز والبرغل واللحم المكبوس نتيجة سلسلة الحصادات التي تعرضت لها المدينة في التاريخ. ويتمّ خزن المؤونة أو (الموني) كما يسمونها، قبل فصل الشتاء، في دنانٍ ممدد تصل الى ستة أشهر<sup>94</sup>. وفي بعض الليالي تعمل العوائل على تهيئة مواد لصنع (خبز الرقاق)، الذي لا يزال يعمل في نينوى ومدن كردستان. وفي ليالٍ أخرى يعملون على تهيئة البرغل الذي تصنع منه الكبة فيسهررون الى ساعة متأخرة من الليل. ومن أنواع الخبز التي تتطلب عملاً جماعياً أيضاً الخبز المسّى بـ"الجغدقه"، ويكون الرغيف على شكل دائري سميك نوعاً ما ويبلغ قطره حوالي ٢٥ سم ويؤكل عادة في الفطور مع الدهن الحر. وإذا انتقلنا من الخبز إلى عمل الكبة، فإن البيوت الموصلية تهتم اهتماماً كبيراً بتهيئتها بشكل جماعي، فتقوم النساء بتهيئة اللحم والبرغل الناعم بعد أن ينقع في الماء لفترة من الوقت. ثم يخلط ويهرس بالجاون، ويعمل على شكل أقراص ويسلق بالماء والمطيبات، ويضاف الحمص إلى المرق. ومن معايير الكبة الموصلية الجيدة عدم تفتتها في القدر، ومحافظة على تماسكها، وهذا تقاس الكبة الموصلية عن سواها، وفي ملحق الفصل سنوف نعرض الطريقة الموصلية المميزة في صنع الكبة.

بالإضافة إلى هذا النوع، هناك (كبة اليخني) التي تكون بحجم صغير، وكبة الطماطم التي تطبخ مع مرقة الطماطم. وثمة كبة أخرى يبرع مسيحيو الموصل بصنعها هي كبة (قره زنكي)، التي تطبخ عادة في عيد رأس السنة الميلادية، وتكون صغيرة الحجم وتطبخ بأعداد كبيرة مع مرق الدبس والزبيب والقسب (التمر اليابس). لا يجب أن ننسى كبة الكشك التي تطبخ مع أكلة الكشك الموصلية الشهيرة، وهي أكلة عمادها ورق الشلغم. وينفرد الموصليون أيضاً بكبة المعلاك، والكبة اللببية التي يدخل في مرقها اللبن. ومن الأكلات التي يحرص الموصليون على تهيئتها مثلما يهيئون البرغل، أكلة الكشك أو الكشكا وتتكون من مادة الحبيبة، وتهيأ عادة من الحنطة الخشنة حيث تهبش جيداً ويفصل القشور عن اللب، وهم يسمون اللب في هذه الحالة (مدقوقة)، وهذه المادة تختلف عن المدقوقة التي تصنع في مدن غرب العراق وجنوبه، والمكونة من التمر كما مر بنا. ويطحخ الموصليون الكشك مع اللحم والسمن ويضيفون الكركم ليعطها لونها الأصفر، وهي من أكلات الشتاء التي تفضلها العائلة الموصلية.

تقع محافظة نينوى شمال العراق، وتجاور محافظات أربيل شرقاً وصلاح الدين والأنبار جنوباً ودهوك شمالاً والحدود الدولية مع سوريا غرباً. وتعد ثاني أكبر مدن العراق من ناحية السكان إذ يبلغ مجموعهم أكثر من خمسة ملايين نسمة في حين تتجاوز مساحتها الإجمالية 33000 كم<sup>2</sup>، ويعدد أفضية تبلغ عشرة من أبرزها الموصل وتلعفر وسنجار والشيخان والشرقاط والحمدانية وتكليف وبعشيقه.

تؤكد الوثائق والآثار أنّ استيطان نينوى يعود إلى بداية عام 6000 ق.م، وصولاً إلى ما يسمى بفترة فخاريات نينوى (2800 – 300 ق.م)، وقد عثر على هذه الفخاريات شمال شرقي تل قوينجق<sup>95</sup>. وبعد ذلك تحولت إلى مركز ديني مهم لعبادة الإله عشتار، وجاء ذكرها في عهد الملك الآشوري شمشي أدد الأول على إنها مركزاً لعبادة الإله عشتار<sup>96</sup>. وذكرها ياقوت الحموي بقوله إنها "قرية يونس بن متي عليه السلام بالموصل"<sup>97</sup>.

أما مدينة الموصل، فاختلفت الآراء في أصل تسميتها، ومن هو أول من بناها. وقد اشار ياقوت الحموي إلى أنها إنما سميت بالموصل لأنها وصلت بين الجزيرة والعراق وقيل لأنها وصلت بين دجلة والفرات، وقيل لأنها وصلت بين بلد سنجان والحديثة، وقيل بل الملك الذي احدها كان يسمى الموصل"<sup>98</sup>.

وتقع الموصل مقابل نينوى على طرف دجلة، وكان قد زارها عدد كبير من الرحالة في مختلف الفترات، ودونوا مشاهداتهم عنها، ومنهم ابن جبير الذي وصفها بالتفصيل قائلاً بأنها مدينة "عتيقة ضخمة حصينة فخمة، قد طالت صحبتها للزمن فأخذت أهبة استعدادها لحوادث الفتن"<sup>99</sup>. ولم يكتف بوصف عمرانها وشواخصها، بل وصف أجواءها وكثرة الصوامع والجوامع وآثار الأنبياء والقديسين فيها ومنهم النبي يونس وتله الذي يحوي رباطاً يشتمل على بيوت كثيرة ومقاصر ومطاهر وسقايات يضمها جميعاً باب واحد<sup>100</sup>.

إضافة للموصل، تتبع لنينوى مدن مهمة مثل سنجان وتلعفر وتكليف. فيما يتعلق بسنجار التي تسمى بالكردية شنگال فإنها تقع غرب المحافظة، وتسكنها أغلبية من الايزيديين وأقلية من التركمان والعرب، في حين تبعد مدينة تكليف أو تركيب عن الموصل وخرائب نينوى بحوالي 18 كلم. أما تلعفر فمدينة قديمة يوردها ياقوت الحموي ويسمها (تل أعفر)، وهي قلعة "بين سنجان والموصل في وسط واد جار، وهي على جبل منفرد حصينة محكمة"<sup>101</sup>

#### البيئة الاجتماعية والحضارية

لا تختلف البيئة الاجتماعية والحضارية لمجتمع نينوى عن مجتمعات كركوك وبغداد وديالى من ناحية اتسامها بالتعددية العرقية والدينية والطائفية. فهناك مزيج موازنيكي هائل يشكل خريطة الجماعات المتألفة في مدن المحافظة. فأنت تجد العربي إلى جانب الكردي، والتركماني إلى جانب الآشوري، والمسلم بجانب المسيحي والشبكي بجانب السني. ناهيك عن طائفة الايزيديين والكاكائيين. يصفها المؤرخ عبد الرزاق الحسني بالقول (والموصل طابع خاص في شكل الأجناس المتباينة التي تختلف إلى مقاهيها وأسواقها، يؤمها الكرد من الجبال والعرب من البادية والنساطرة واليزيديون وغيرهم من سائر الأطراف المجاورة في حلل فضفاضة وألوان زاهية)<sup>102</sup>.

ومن الأطباق الموصلية ذات المنشأ التركي أكلة (البراغ) التي تعرف في المدن الأخرى بالاسم ذاته، أو تسمى بورق العنب. وهناك أكلة (الطرخينه) التي كان يأكلها الفلاحون، وتمائل أكلة الكشك، لكنها تخلو من كبة البرغل، وتكون حامضة الطعم. ولدى الموصليين أكلة انفردوا بها تسمى (الرشته) وتتكون من عجينة قمح توضع في حوض حديدي مثقب، وبواسطة الضغط من الخارج تتدلى العجينة على شكل خيوط تلتقط وتنشر تحت الشمس، وبعد جفافها تطبخ أو تضاف إلى الرز. وهناك أيضاً طبق شهى جداً هو البرغل الأحمر مع الدجاج، وسوف يجده القارئ في ملحق هذا الفصل.

هذه بعض أكلات الموصلين الخاصة التي ميزت مطبخهم، لكن هذا لا يعني عدم وجود أكلات وطنية تنتشر في مدن العراق الأخرى. ففي المطبخ الموصلية تجد نفس ما تجده في مطبخ البصرة وبغداد والأنبار وديالى والنجف، هناك مرقة البامياء والفاصولياء والتبسي والتشاريب والقوازي والمشويات والمحموسات، ناهيك عن أنواع الحلويات المعروفة كالبقلاوة والزلابيه والطاطلي وزنود الست وغيرها.

## كبة موصلية

الموصل مدينة واقعة في شمال العراق وهي ثالث أكبر مدينة في العراق بعد بغداد والبصرة، هي مدينة غنية وعريقة بوصفاتها وهذه الكبة هي احدى الوصفات التي سميت على اسم المدينة. أدت وفرة القمح المحيطة بالمدينة إلى جعل هذه النسخة الكبيرة المسطحة من الكبة والمقطعة إلى شرائح مثلثات علامة مميزة في المطبخ الموصلية.

### المقادير (تكفي لعمل 2 اقراص كبيرة)

| كبة          |                           |
|--------------|---------------------------|
| 1 ½ كوب      | جريش (فارينا)             |
| 1 ½ كوب      | برغل                      |
| 125 غم       | لحم مفروم                 |
| ¼            | بصل مقطع                  |
|              | ملح وفلفل حسب الرغبة      |
| الحشوة       |                           |
| 1            | بصل مقطع صغير             |
| 500 غم       | لحم بقري مفروم أو لحم ضأن |
| 1 ملعقة طعام | زبيب ذهبي (اختياري)       |
| 2 ملعقة طعام | شرائح اللوز (اختياري)     |
| 3 ملعقة طعام | زيت                       |
|              | ملح وفلفل                 |

عند تحضير حشوة هذا النوع من الكبة يقلى البصل حتى يصبح لونه شفافاً. في وعاء يضاف اللحم المفروم والتوابل والبصل المقلي وتخلط المكونات معاً.

### طريقة التحضير

يغسل البرغل والجريش جيداً وينقع في الماء لمدة نصف ساعة ثم يصفى. يُمزج اللحم المفروم والبصل والبرغل والجريش في مفرمة اللحم. يضاف الملح والفلفل ويترك لترتاح لمدة نصف ساعة. قسم خليط الكبة إلى 4 أجزاء متساوية، وقم بلف كل ربع بقطعة من غلاف بلاستيكي. قم بتشكيل كل قطعة على شكل دائري مسطح.

أزل قطعتين من الكبة من البلاستيك وضع طبقة من الحشوة (حسب التعليمات أعلاه) على قطعة واحدة من الكبة واترك الأطراف، قبل تغطية القطعة الثانية من الكبة المسطحة لعمل ساندويش. قم بتغطية الكبة بصحن مستدير ومسطح واستخدمها كدليل لقص دائرة نظيفة. احكم أطراف قطعة الكبة بيدك لتجنب تفتت الكبة أثناء عملية الطهي. املاً قدرًا متوسط الحجم (يتناسب مع قطر دائرة الكبة) بالماء وملعقة صغيرة من الملح واتركه حتى يغلي. أضف الكبة إلى القدر فور غليان الماء لمدة 2-3 دقائق.

إذا كنت ترغب في طهي الكبة بهذه الطريقة، استمر في الغلي لمدة 5 دقائق أخرى، وإلا أخرج الكبة من المقلاة واقلها حتى تصبح ذهبية اللون. يمكنك أيضاً تجميد الكبة لغلها أو قلها في وقت لاحق.



## برغل احمر ودجاج

هذا الطبق أحمر بالاسم وأكثر احمرارًا بطبيعته. ، على الرغم من أن الياقوتي هو لونه المميز ، إلا أنه ايضا يكون لذيذًا بحذف الطماطة و معجون الطماطة تمامًا ونستبدلها بمياه الكركم والزعفران و طبخه كالوصفة ادناه. بغض النظر عن الجوانب الفنية اللونية ، يكون كل من النوعين لذيذًا تمامًا عندما يقدم مع الدجاج. او لحم الخروف المشوي



### المقادير (5.4 اشخاص)

| التتبيلة               |                |
|------------------------|----------------|
| 1 كيلو                 | دجاجة كاملة    |
| 3 فصوص                 | ثوم مقطع       |
| ½ كوب                  | لبن            |
| 3 ملعقة طعام           | عصير الليمون   |
| ¼ كوب                  | كزبرة مقطعة    |
| 1 ملعقة كوب            | كركم           |
| 1 ملعقة كوب            | فلفل اسود      |
| 1 ملعقة طعام           | ملح            |
| 1 ملعقة كوب            | كمون           |
| 1 ملعقة كوب            | جوزة الطيب     |
| ½ ملعقة كوب            | هيل مطحون      |
| ¼ كوب                  | زيت            |
| 2 ملعقة طعام           | زيت            |
| رشة من القرنفل المطحون |                |
| البرغل                 |                |
| 1                      | بصل مقطع       |
| 2                      | فصوص ثوم مقطعة |
| 1                      | طماطة مقطعة    |
| 1 ½ كوب                | برغل خشن       |
| 2 ملعقة طعام           | معجون الطماطم  |
| 2 ½ كوب                | مرقة الدجاج    |
| 1 ملعقة كوب            | بهارات         |
| ¼ كوب                  | شعيرية         |
| ¼ كوب                  | زيت            |
|                        | ملح حسب الرغبة |

### طريقة التحضير

في وعاء، اخلط معًا (جميع المكونات ما عدا الدجاج) اخفق حتى تمتزج جيدًا .  
نضع الدجاج في كيس بلاستيكي ونسكب التتبيلة فوقه ويغطي.

احكم إغلاق الكيس ورجه جيدًا حتى يغطي التتبيلة الدجاج تمامًا. ضعه بالثلاجة لمدة 5 ساعات.  
البرغل

في هذه الأثناء ، ينقع البرغل في الماء لمدة ساعة ثم يصفى.

في قدر، سخن الزيت واقلي الشعيرية حتى يصبح لونها بني فاتح ، ثم اتركها جانباً. يقلى البصل لمدة 3 دقائق ويضاف الثوم المفروم

. يقلى لمدة دقيقتين إضافيتين. نضيف الطماطة ونحرك ثم نضيف معجون الطماطة والشعيرية والبهارات والملح ونحرك.

نضيف البرغل إلى الخليط ويقلب لمدة 3 دقائق. ثم أضف مرقة الدجاج واطرها تغلي مغطاة لمدة 3 دقائق

. قلل الحرارة واطرها على نار هادئة مع تغطية القدر بشكل غير محكم لمدة 10-15 دقيقة مع التحريك من حين لآخر.

سخن الفرن إلى 200 درجة مئوية / 400 فهرنهايت / درجة الغاز 6

ضع الدجاج في صينية شواء ويتم الشواء حتى يصبح مقرمشاً (حوالي 50 دقيقة)، عند تحميص الدجاج، حافظ على

الأرجل والأجنحة قريبة من الجسم ، حتى تظل جميلة المظهر ولا تجف.

للتقديم ، وزع البرغل في طبق وضع الدجاج المشوي فوقه.

# عادات الطعام

## في أربيل الفصل السابع عشر

أطباق أربيل

اجتماعياً، يُعدّ المجتمع الأربيلي عشائرياً تحكمه قيم تقليدية، ويتّسم عموماً بالمحافظة. لكنّ الانفتاح الجغرافي والبيئي لأربيل على بيئات ثقافية مختلفة مثل البيئة الإيرانية والتركية والعربية جعلت المجتمع أكثر ميلاً لاستيعاب الآخر المختلف، رغم أن الأربيليين لم يتخلوا عن قيمهم المحلية. فضلاً عن هذا، فإنّ جزءاً من موارد أربيل الاقتصادية تأتي من كونها مدينة سياحية هي الأولى في العراق وكردستان. وتستقبل سنوياً مئات الآلاف من مدن العراق المختلفة ممن يأتون إلى مصايفها ومنتجعاتها الجميلة في شقلاوة وصلاح الدين ورواندوز وشلالات بيخال وكه لي علي به ك وغيرهما. ومن المؤكد أن هذا الوضع الثقافي أثر على المجتمع فجعله أكثر تسامحاً واستيعاباً للآخرين...

اجتماعياً، يُعدّ المجتمع الأربيلي عشائرياً تحكمه قيم تقليدية، ويتّسم عموماً بالمحافظة. لكنّ الانفتاح الجغرافي والبيئي لأربيل على بيئات ثقافية مختلفة مثل البيئة الإيرانية والتركية والعربية جعلت المجتمع أكثر ميلاً لاستيعاب الآخر المختلف، رغم أن الأربيليين لم يتخلوا عن قيمهم المحلية. فضلاً عن هذا، فإنّ جزءاً من موارد أربيل الاقتصادية تأتي من كونها مدينة سياحية هي الأولى في العراق وكردستان. وتستقبل سنوياً مئات الآلاف من مدن العراق المختلفة ممن يأتون إلى مصايفها ومنتجعاتها الجميلة في شقلاوة وصلاح الدين ورواندوز وشلالات بيخال وكه لي علي به ك وغيرهما. ومن المؤكد أن هذا الوضع الثقافي أثر على المجتمع فجعله أكثر تسامحاً واستيعاباً للآخرين... وإذا انتقلنا من الأكلات المحلية إلى الأطباق الوطنية، فسند أن مطبخ أربيل يحفل بعشرات الأكلات التي يشترك بها مع مدن العراق جميعاً من الوسط إلى الغرب ومن الشرق إلى الجنوب. فطبق الرز والمرق أساسي في المائدة الأربيلية، وهناك الكبب بأنواعها المعروفة في الموصل وسواها، مع وجود أنواع اختلفت بها أربيل. ولا تفوتنا الإشارة إلى اعتماد المطبخ الأربيلي على الأعشاب واللبن في طبخ الاكلات الشعبية، كذلك اللحوم والأسماك والخضر والرز. وهو قاسم يشترك به العراقيون جميعاً. في السمك مثلاً، حدث أن انتقل السمك المسكوف البغدادي إلى أربيل منذ عقود مثلما غزت مطبخهم أكلات موصلية مثل (القلية) و(سماق الربيع)، و(كبّة حلب). ناهيك عن الكباب التقليدي الذي هو علامة من علامات المطبخ العراقي وقد برعت به أربيل براعة كبيرة. ونشير هنا إلى نوع فريد من الكباب يسمونه الكباب الأبيض، وهو ينتشر في السليمانية أيضاً، ويغلب على هذا الكباب الشحم واللينة خلافاً للكباب المعتاد الذي يغلب عليه اللحم. هناك أيضاً أكلة من موروثة الثقافة العراقية التي انقرضت في بقية المدن، لكنها لا تزال موجودة في أربيل والسليمانية. وهي ما يسمونها (كشيكه ي كولاي) وتعني العصفور المطبوخ. والمقصود به ما يُسَمّى في بغداد وبقية المدن بال(بعيجي)، الذي يهاجر من المناطق الباردة في أوروبا في الشتاء بحثاً عن الدفء والشمس، فيصاد في العراق ويقدم كوجبة لذيدة، حيث يشوى بالأسياخ، وعادة ما يقدم في عربات جوّالة. كانت مثل تلك العربات موجودة في بغداد قبل عقود لكنها انقرضت، في حين لا تزال موجودة، وإن كان على نطاق ضيق في أربيل. على إن أهم طبقين يبرع بهما المطبخ الأربيلي هما التمن الكردي والشيخ محشي بطريقة أربيل، وهاتان الأكلاتان سنعرضهما في الملحق الخاص بهذا الفصل. إلى جانب أطباق الطعام، ثمة مشتركات بين أربيل ومدن كردستان، من جهة، ومدن العراق الاخرى من جهة أخرى، في أنواع الخبز المختلفة. ويقف على رأس هذه المخبوزات الصمون الحجري وخبز الرقاق فهذان الصنفان وطنيان بامتياز وينتشران في كل المدن العراقية، في حين هناك أصناف محلية من الخبز تتخصص بها مدن كردستان، وأشهرها خبز الرقاق (الراك)، وهو خبز رقيق وعريض يتم إنضاجه على صاجة معدنية، ولديه القابلية على البقاء لمدة طويلة سالماً دون أن يتعفن.

### الأطباق الكردية القديمة

يحفل المطبخ الأربيلي بعشرات الأطباق الموروثة من آلاف السنين، فالمجتمع مغرق في القدم ولديه ذاكرة عريضة فيما يخص ثقافته. ومن ضمن ذلك قائمة أكلات كثيرة مستلهمة من ظروف المدينة وبيئتها ونوع المنتجات المتوفرة فيها في حقلي الزراعة والحيوانات. وعلى الرغم من مرور قرون على تلك الاكلات إلا أنها لا تزال تعمل خصوصاً في القرى النائية حيث بقي الأهالي محتفظين بثقافتهم، ولم يتأثروا كثيراً باتساع وسائل الاتصال والتطور التقني. والحال إن الأربيليين يعدون تلك الأكلات جزءاً أساسياً من هويتهم المحلية.

تقع محافظة أربيل في إقليم كردستان وهي عاصمة الإقليم وأهم مدنه. يحدها من الشمال تركيا، ومن الشمال الشرقي إيران، ومن الجنوب مدينة الموصل، ومن الغرب محافظة السليمانية. سماها العرب القدامى أربيل وأربل، وسماها الكرد هولير، وتبلغ مساحة المحافظة 16000 كم2، ويتجاوز عدد سكانها المليون ونصف المليون نسمة<sup>103</sup>.

يمتد تاريخ أربيل إلى آلاف السنوات، وهي من المدن النادرة التي تواصل السكن بها طوال التاريخ، وورد اسمها كثيراً في مختلف العهود. وكان أول من قصدها من ملوك بلاد الرافدين سرجون الأكدي للاستيلاء عليها لأنها كانت ملتقى الطرق الآتية من الشمال والجنوب ومن آسيا الصغراء وأذربيجان إلى بلاد بابل. وأصبحت من الأقاليم المهمة التابعة لسلالة أور الثالثة، وعظم شأن المدينة في العصر الآشوري لوجود معبد الآلهة عشتار فيها، ونسبت إليها أربيل إليها فعرفت باسم "عشتار أربلا"، وورد اسم معبدها في الكتابات المسامرية بصيغة "آي . كشان . كلاما"، أي "بيت سيدة الإقليم"<sup>104</sup>.

يقول التاريخ أيضاً إن أربيل تنصرت في القرن الثالث بعد الميلاد وأطلق عليها اسم آرامي هو حدياب، وغدت من أهم مراكز المسيحية (المنسطورية) في بلاد الرافدين حيث وصلت سلطتها الروحية إلى الموصل والمدن المجاورة<sup>105</sup>.

في العصور التالية، بعد فتحها من قبل العرب، عرفت أربل، كما يسميها العرب، العديد من الإمارات القوية، ومنها إمارة آل بكتكين التي كانت تابعة لدولة الأتابكة في الموصل ومن حكامها زين الدين علي كوجك بن بكتكين الذي حكم أربل سنة 522 هـ، ومظفر الدين كوكبري الذي تولى السلطة فيها سنة 563 هـ، ثم زين الدين يوسف بن علي كوجك<sup>106</sup>.

وفي العصر الحديث، نقسم مدينة أربيل عاصمة المحافظة إلى قسمين: الأول يحوي الأراضي التي تقع حوالي القلعة، والثاني يحوي السهل الذي تحوّل إلى مدينة كبيرة شبيهة بمدينة كركوك. إدارياً، تتألف المحافظة من (11) ناحية هي قوام عدد من الأقضية مثل مخمور وكويسنجق ورواندوز ورائية وقضاء زبار. أما أهم مدنها فهي كويسنجق وخبات ومخمور والكوير وقراج وشقلاوة وحرير وصلاح الدين.

### البيئة الاجتماعية والثقافية

يغلب على مجتمع أربيل العنصر الكردي، لكن هناك أقليات آشورية وتركمانية وعربية وأرمنية تسكن المدينة. وتنقسم قبائل المحافظة إلى قبائل كردية غالبية، وقبائل عربية تمثل أقلية. ومن أشهر القبائل الكردية قبيلة الزيبارين وقبيلة دزه بي وقبيلة كه ردي وماموندي وشيخ ماموندي وشيخاني وقبيلة شيخ بزني وقبيلة خوشناو وزاراي وهركي وخيلاني وبالي وغيرها. أما القبائل العربية فمنها قبيلة الجبور وقبيلة طيء وقبيلة سنيس التي لديها امتداد في كركوك والموصل وديالى<sup>107</sup>. تمتاز أربيل بوفرة محاصيلها الزراعية والحيوانية، وقد اشتهرت بجودة فاكهة العنب والتين التي تنتجها، لاسيما في شقلاوة ومخمور، عدا روعة عسلها ولبنها حتى أن لبن أربيل أصبح علامة من علامات المدينة الفارقة. فمثلما اشتهرت ديالى بالبرتقال أو الحلة بالتمر، والموصل بالكبة والسليمانية بـ(من السما)، كذلك عرفت أربيل باللبن الخاثر خصوصاً لبن الغنم.

من هذه الأكلات (سه ر بده و) التي يشبه إعدادها أكلة (الدوينه)، لكن الاختلاف يكمن في أنهم يعملون حفرة وسط الأكل ويملأونها بالدهن الحر ويتناولونها معاً. وهناك أكلة ال (شرك) التي تتكون من خليط البصل الطري المفروم مع البرغل. وكانوا أيضاً يخلطون الحمص المجروش مع الدبس أو السكر ليصنعوا أكلة تسمى ال (پوخين). وثمة ال(ناوار) التي هي طبق قديم يتكون من طحين وسكر يتم غليهما بالماء لتكون النتيجة شوربة تؤكل مع الوجبات الرئيسية. ولا ننسى أكلة ال (زر فچك)، وهي أكلة لذيذة لا تزال تعمل في المطبخ الأربيلي وتقدم خصوصاً في الربيع، وتكون بإذابة نوع خاص من الجبن مع الدهن الحر، وقد يضاف إليها القليل من التمر.

ومن الأكلات شبه المنقرضة أكلة يسمونها (نان ته حينك)، وكانت تعد وجبة سريعة في الإعداد وسهلة الحمل، وعادة ما يأخذها الصيادون والرعاة والحطابون معهم. كذلك تأخذها العوائل في الزهات اليومية في المصايف والحدائق. ويتم إعدادها باستعمال نوع من الخبز يسمى (دورك) بعد إضافة مزيج من الدبس والطحينية إليها، ثم طمها فوق بعضها بعضاً، أربع طيات يمكن تناولها آنياً لوحدها، من دون شاي.

## تمن كردي

تعتمد هذه الوصفة بشكل كبير على عصير الليمون (نصف كوب على وجه الدقة!) لإعطائها الطعم الحامضي. ومع ذلك في حالة عدم توفر الليمون، ممكن اعطاء النكهة الحامضية اللذيذة من خلال استخدام البديل وهو السماق - وهو مزيج من التوابل المخملية الخشنة التي تضيفي طعمًا لاذعًا مشابهاً.

### المقادير (4-5 اشخاص)

|                      |             |
|----------------------|-------------|
| لحم خروف او عجل مقطع | 750 غم      |
| بصل اخضر مقطع        | 2 كوب       |
| ثوم مقطع             | 5 فصوص      |
| معدنوس مقطع          | ½ كوب       |
| عصير الليمون         | ½ كوب       |
| ملح طعام             | ½ ملعقة     |
| فلفل اسود            | 1 ملعقة كوب |
| زيت                  | ¼ كوب       |

### طريقة التحضير

انقع الرز في ماء لمدة نصف ساعة. في مقلاة عميقة، يقلى الثوم مع اللحم حتى يصبح بني اللون، ومن ثم يضاف ¼ كوب من عصير الليمون و كمية كافية من الماء ليغطي اللحم يطبخ على نار هادئة حتى ينضج اللحم. يضاف باقي الليمون والمعدنوس و البصل الاخضر والملح والفلفل ويطبخ لمدة 20 دقيقة اضافية. يضاف 3 اكواب من الماء والرز الى المزيج الى ان يغلي ومن ثم تخفف النار على درجة هادئة لمدة 20 دقيقة او عندما ينضج الرز مع التحريك بين فترة واخرى. يقدم ساخناً للاستمتاع بهذا الرز الحامضي اللذيذ.

# شيخ محشي

المقادير (4 - 6 اشخاص)

الخضار (الجزء الخارجي منها)

|              |                        |                      |                          |
|--------------|------------------------|----------------------|--------------------------|
| 12           | باذنجان صغير           | 1 ملعقة طعام         | معدنوس مفروم             |
| 500غم        | شجر صغير               | ½ ملعقة كوب          | بهارات                   |
| 2            | لحم خروف او عجل مفروم  | رشة زعفران           |                          |
| 1            | فص ثوم مسحوق (اختياري) | رشة قرفة             |                          |
| 1 ملعقة      | طماطة مقطعة            | ملح وفلفل للنكهة     |                          |
|              | بهارات                 | 1 ½ كوب              | حساء الدجاج او الخضراوات |
|              | ملح وفلفل للنكهة       | الزينة               |                          |
|              | صلصة الطبخة            | ½ كوب                | لبنة                     |
| 2 ملعقة طعام | كمون                   | 1 ملعقة كوب          | زيت الزيتون              |
| 4 ملعقة طعام | ليمون طازج             | 1 ملعقة كوب          | عصير ليمون طازج          |
| 3 ملعقة طعام | زيت نباتي              | ملح وفلفل للنكهة     |                          |
| 1 ملعقة كوب  | معجون طماطة            | صنوبر محمص (اختياري) |                          |
|              | نعناع مفروم            |                      |                          |

## طريقة التحضير

يغسل الباذنجان والشجر ثم يحفر وينظف (سيشكل طبقة الخضروات الخارجية) ضعه في وعاء من الماء البارد للتأكد من أنه سوف لا يتحول الى اللون البني و يترك جانباً.  
تحضر الحشوة عن طريق تسخين الزيت وقلي البصل حتى يصبح شبه شفاف ويضاف اللحم مع التحريك المستمر حتى يصبح لونه بني. يضاف الثوم (اختياري) والطماطة مع البهارات مع التحريك المستمر لمدة 2-3 دقائق. توضع جانبا لتبرد.  
ينشف الباذنجان وقشور الشجر وتملأ بمزيج اللحم. اقلي جميع الجوانب بالزيت الساخن ورتبها في قدر عميق.  
تحضر صلصة الطهي بخلط جميع المكونات. تسكب فوق الكوسة والباذنجان ويُغلى المزيج. خفف الحرارة واتركه على نار هادئة لمدة 20-25 دقيقة.

للتزيين امزج اللبنة وزيت الزيتون وعصير الليمون والملح والفلفل. ثم قم بتحميص الصنوبر.

تُرفع الخضار من القدر وتُقدّم مزينة باللبنة والصنوبر حسب الرغبة.

## في السليمانية الفصل الثامن عشر

تقع محافظة السليمانية في الشمال الشرقي من العراق، وهي إحدى محافظات إقليم كردستان. تبلغ مساحتها أكثر من 17000 كم<sup>2</sup>، وعدد سكانها يتجاوز مليوني نسمة<sup>108</sup>، وهي تقع على ارتفاع 2895 قدم عن سطح البحر وتسودها الطبيعة الجبلية حيث تزداد ارتفاعاً بالاتجاه شرقاً نحو إيران. تحدّ محافظة السليمانية من الشرق إيران، ومن الغرب محافظة كركوك، ومن الشمال محافظة أربيل، ومن الجنوب إيران وشيء من محافظة ديالى.

إدارياً، تتألف المحافظة من عدد من الأضية هي قضاء السليمانية وقضاء قره داغ، وقضاء شاره زور وقضاء سيد صادق وقضاء حلبجة (في الطريق للتحويل إلى محافظة). وهناك قضاء بنجوين وقضاء رانية وقضاء دوكان وقضاء دربندخان وقضاء كلار، وأخيراً قضاء جمجمال.

تاريخياً، تعد مدينة السليمانية حديثة النشأة قياساً لمدينة أربيل أو الموصل أو بغداد أو البصرة. ويعود تاريخها إلى ما يقارب الـ ٢٥٠ عاماً، وقد شيدت بعد تأسيس الإمارة البابانية في القرن الثاني عشر الهجري<sup>109</sup>. وحدث الأمر حين اتخذت تلك الإمارة قلعة جوالان الزاخرة بالمساجد والتكايا عاصمة لها. وفي عام ١٧٧٨ وطّد الأمير محمود باشا بابان نفوذه، وعمد إلى إنشاء قلعة حصينة في قرية تدعى ملكندي التي هي اليوم محلة أساسية من محلات السليمانية. وبعد ثلاث سنوات آلت الأمور إلى إبراهيم باشا بابان، فعزم على تعزيز شؤون الإمارة وتمدينها، فشيد الدور حول القلعة المذكورة، وبني الدكاكين والحمامات ووضع أساسات مسجدها الكبير. ثم كتب إلى صديقه سليمان باشا الكبير والي بغداد يخبره بذلك، وقيل إنه سعى المدينة على اسمه فأصبحت تعرف بالسليمانية، وهناك من يقول إنّه أسماها على اسم جده سليمان باشا<sup>110</sup>. وبقيت المدينة على حالها حتى آلت السلطة إلى الحكومة العراقية بعد عام 1924، فعمدت إلى توسيعها لتكون مدينة عصرية. ففتحت فيها الشوارع الفسيحة، وأقامت العمارات الكبيرة والمخازن والأسواق، ودور الترفيه، وشيدت داراً للأومومة والطفولة ودائرة للبرق والبريد وثكنات للجيش والشرطة<sup>111</sup>.

البيئة الاجتماعية والثقافية

تتميز محافظة السليمانية بوفرة منتوجها من التبغ والحبوب والجوز واللوز والفسق والبلوط وبقية المكسرات. وهناك العسل الذي يعرف بجودة لا مثيل لها. وتعدّ المحافظة معبراً لا غنى عنه بين العراق وإيران، لهذا نشأت فيها طبقة من التجار امتهنت نقل البضائع بين البلدين. ويمكن اعتبار قضاء بينجوين أحد الأضية الحيوية في هذا المجال، فعدا كونه منطقة حدودية مع إيران، فإنه يوفر عدداً من الثروات الطبيعية، وبكميات كبيرة، ومن هذه الثروات الحديد وأحجار المرمر. فضلاً عن وجود العديد من المواقع الأثرية التي تعود إلى آلاف السنين مثل (قلعة كجي). ويشتهر القضاء أيضاً بزراعة الفواكه كالتين والعنب، وفيه مراعى فسيحة للمواشي. فضلاً عن ذلك، عرفت السليمانية واقضيتها بكونها مكاناً مثالياً للاصطياف، وهو ما يوفر للمحافظة موارد جيدة خصوصاً في فصل الصيف. اجتماعياً، ينتهي سكان السليمانية واقضيتها إلى ثلاث قبائل رئيسية هي قبائل الجاف وبشدر والهماند. وبحسب إحصائيات مديرية الإحصاء المركزي العراق لعام 2019، يبلغ الحضر في السليمانية قرابة مليون وثمانمئة ألف نسمة، بينما يبلغ ذوو المنحدر الريفي قرابة ثلاثمائة وثلاثين ألف نسمة<sup>112</sup>. وتنتشر في المحافظة عشائر أخرى مثل اسماعيل عزيزي وجنكي والهورمان أو الهورامي، وتعد قيم هذه العشائر ريفية عموماً، لكن ابتداءً من الخمسينيات، دخل التحديث والتمدن بقوة إلى المجتمع فتغيرت كثير من قيمه القديمة، وأسهمت

الطبقة المثقفة التي اتسعت في المدينة في هذا التغيير خصوصاً بعد تغلغل الأفكار التقدمية بين شبانها. لذلك فإن مجتمع السليمانية اليوم يعد مدنياً إلى حدّ كبير، بل يمكن اعتباره من المنارات المهمة المهمة في منطقة كردستان والعراق عموماً.

أكلات السليمانية

لا يختلف المطبخ السليمانى عن بقية مطابخ مدن العراق من ناحية تنوع أكلاته، فالمحافظة تجاور إيران من جهة وتحدّد محافظتي نينوى وديالى من جهة، وهي غير بعيدة عن دهوك التي يسود فيها مزاج الطبخ التركي. بمعنى أنّ السليمانية تلقت طوال تاريخها رباحاً ثقافية متنوعة، وأهم ما تلقته هو مزاج مطبخ البحر المتوسط، إضافة إلى تأثيرات المطبخ العربي المجاور، القادم من مدينتي ديالى والموصل. ومن المهم ان ننبه إلى أن مطبخ السليمانية تأثر بالبيئة الباردة التي ميّزت المنطقة، فعمد السليمانيون إلى تهيئة واختراع أكلات ساخنة كثيرة تناسب أجواءهم خصوصاً في الشتاء. ومن هذه الأكلات (الدوينه) و(الكشك) و(الترخينة) وغيرها.

وكعادة بقية مدن العراق وبيئاته الاجتماعية، يوجد في السليمانية نوعان أساسيان من الأطباق، الأول يتمثل بالأطباق المحلية التي تعرف في كردستان عموماً والسليمانية بشكل خاص. والثاني يتمثل بالأطباق الوطنية المعروفة في بقية مناطق العراق. فيما يتعلق بالأكلات الوطنية ستصادفنا الأكلات نفسها التي نراها في مدن العراق الأخرى، وأشهرها أكلة "البرنج والشله" التي تعني بالكردية التمن والمرق، حيث تعد الأكلة الأساسية في المطبخ الكردي. هناك أيضاً طريقة لطبخ الرز تخصصت بها السليمانية حيث يخلط الرز بدبس الرمان، وسوف يجد القارئ وصفاً للطبق في الملحق الخاص بهذا الفصل. كذلك يحرص الكرد السليمانيون على تناول الدوملة بنوعها، البيضاء التي تنتشر في مدن كردستان، والتقليدية التي تنتشر في بقية مدن العراق. وهناك الكباب الذي تشتهر به مطاعم السليمانية وتنافس فيه كباب الفلوجة وأربيل والكاظمية ببغداد. وثمة انتشار كبير أيضاً للأطباق التي تعتمد على (مريشكي قالاو)، أو الدجاج المحلي الكبير المسى ببقية المدن (دجاج العرب) أو (دجاج الكرد)، ويقصدون به دجاج القرى. ويفضل السليمانيون الديكة خصوصاً حتى أن هناك مطاعم متخصصة بتقديم الديكة المشوية والمقلية أو المقدمة بطريقة التشرية أو التطبيق كما هو جار في بقية المدن.

ومن الأطباق الوطنية التي تعكس وجود ثقافة واحدة فيما يخص الطعام، أكلة الكبد المقلية سواء كبد الغنم أو الدجاج، وهم يهينونها من المواد نفسها، وهي الكبد وأحياناً يخلطون معها الفشفايش مع البصل ونومي البصرة، وبعضهم يضيف الطماطم والفلفل الأخضر. أما فيما يتعلق بالأكلات المحلية، فإن المتتبع لقائمة هذه الأكلات سيعثر على عشرات الأطباق القديمة والحديثة، منها ما انقرض ومنها ما تواصل وجوده، سواء بصورته القديمة أو بصورة جديدة محورة. ولعل أقدم أكلة لا يزال كبار السن في السليمانية وعموم مدن كردستان يتذكرونها هي أكلة ال (ناسيده) أو العصيدة. ويتم إعدادها بغلي الشعير مع الدبس المصنوع من التمر حتى ينضج. وواضح أنّها أقرب للحلوى، وهي تذكر بتلك الأكلات الريفية التي تنتشر في الأرياف الجنوبية والفراتية ومناطق غرب العراق. وهناك طبق يسمى (هيفريشك) الذي يهياً بتحميم قطع الخبز مع الدهن الحر، وفي جنوب العراق وفراته الأوسط أكلة تماثلها هي المريث. وقريب منها أكلة يفضلها الريفيون تسمى (نارخافك)، لكنهم يحشّون بها أحياناً الكبب اللبينة.

ومن الأكلات التي تتميز بها المناطق الجبلية أكلة (الدوينة) التي تعد في الشتاء وتهياً صيفاً بعد موسم حصاد القمح، حيث يتمّ نقع القمح لعدة أيام قبل أن ينشر تحت الشمس ليجفّ، ثم يطحن. ويخلط مع اللبن الخاثر (الشينينة) لتنتج (الدوينه) التي تسخن بعد ذلك بدرجات حرارة عالية، ويعاد وضعها تحت الشمس لتتكثف وتتماسك وتكون شبيهة بمعجون الطماطة. وفي المرحلة الأخيرة، تكوّر وتوضع في مكان مكشوف حتى تجفّ، ثم تخزن. وإذا أريد عملها، يجب او

توضع في ماء ساخن ويضاف إليها البصل والزيت او الدهن الحر فتتحول إلى حساء لذيذ يؤكل في الفطور خصوصا في أيام البرد. وهناك من يعمل الدوينه بالدبس ويسمونه في هذه الحالة (كول). أخيراً، لا بد من الوقوف عند ميزة السليمانية التي لا تضاهي وهي تفنن أهلها في صنع الحلويات مثل الحلقوم والسجق والحلقوم المستكي و(من السما). والحلوى الأخيرة أصبحت من علامات السليمانية الفارقة. وتكون عادة على شكل كرات بيضوية تغطى بالطحين وتحشى باللوز والجوز. والمادة الخام لهذه الحلوى تؤخذ من الطبيعة حيث يجمعها الفلاحون من فوق الأشجار خصوصاً أشجار البلوط في الجبال، ويكثر انتشارها في الشريط الحدودي مع إيران في منطقة بنجوين، وتكون المادة الأساسية صمغية بلون أقرب للأخضر، وهي من إفرازات حشرة المن. وسيجد القارئ وصفا تفصيليا لطريقة تحضير هذه الحلوى الرائعة في ملحق الفصل.

#### المقادير (4 - 6 اشخاص)

|                                     |              |
|-------------------------------------|--------------|
| رز (طويل الحبة)                     | 2 كوب        |
| بصل مفروم ناعم                      | 1            |
| ثوم مقطع                            | 2 فصصوص      |
| زيت                                 | 4 ملعقة كوب  |
| معجون طماطة                         | 1 ملعقة كوب  |
| طماطة مقطعة                         | 2            |
| دبس الرمان                          | ¼ كوب        |
| عدس اصفر (ينقع لمدة ساعتين)         | ¼ كوب        |
| قرفة                                | ½ ملعقة كوب  |
| ملح                                 | 1 ملعقة طعام |
| بابريكا (مسحوق الفلفل الاحمر الحلو) | 1 ملعقة كوب  |
| فلفل اسود                           | 1 ملعقة كوب  |

#### طريقة التحضير

ينقع الرز في الماء لمدة 30 دقيقة ثم يصفى. في مقلاة ، يحمر البصل والثوم في الزيت الساخن. أضف ثلاثة ارباع حبات الطماطة المقطعة (يترك مقدار ٢ ملعقة طعام منها للتزين) ، معجون الطماطة ، والتوابل ، والملح وقم بتقليبه. يضاف العدس ويقلب. يضاف الرز المصفى مع دبس الرمان ويقلب. أضف كمية كافية من الماء المغلي لتغطية الرز. يُطهى على نار عالية لمدة 5 دقائق تقريباً ويغطى. خفف النار وقم بتقليبه واتركه على نار هادئة لمدة 15 دقيقة أو حتى ينضج الرز. تُزين بالطماطم المقطعة المقلية.

## تمن بدبس الرمان



## من السما

### المقادير (يكفي لعمل 24 قطعة)

|                    |               |
|--------------------|---------------|
| ماء                | 1 كوب         |
| سكر                | 3 كوب         |
| شراب الذرة         | 1/3 كوب       |
| عسل                | 1/4 كوب       |
| بياض البيض         | 4             |
| هيل                | 1 ملعقة كوب   |
| جوزة الطيب المطحون | 1/4 ملعقة كوب |
| فستق كامل أو جوز   | 1/2 كوب       |
| عصير ليمون طازج    | 1/2 ملعقة كوب |
| زبدة حسب الحاجة    |               |
| الطحين حسب الحاجة  |               |

### طريقة التحضير

يُغلى الماء والسكر وشراب الذرة والعسل، ويُحرَّك المزيج حتى يذوب السكر ويصبح القطر متوسط السماكة. يُخفق بياض البيض بمضرب كهربائي على سرعة عالية حتى يصبح قوامه صلبًا ولامعًا. أعيد الشراب إلى الحرارة واستمر في الطهي حتى يصبح سميكًا (حوالي 4 دقائق). يُسكب ما تبقى من القطر فوق بياض البيض، مع الاستمرار في الخفق (استخدم ملعقة خشبية إذا لزم الأمر)، حتى يصبح المزيج سميكًا. أضف الهيل وجوزة الطيب والفستق أو الجوز وعصير الليمون واخلطهم جيدًا. استخدم الزبدة والدقيق لدهن صينية الخبز وتوزيع الخليط. اتركه لمدة 12 ساعة حتى تتكون عجينة لاصقة. يشكل الخليط على شكل كرات بحجم الغولف وترش بالدقيق، ثم تترك لتجمد لمدة يوم أو يومين.



يتميز المطبخ الدهوكي بغنى أطباقه وثراء طرق إعداد طعامه، فهناك أطباق وطنية تجمع مطبخ المحافظة بمطابخ المدن العراقية المختلفة، وثمة أطباق محلية يختص بها المجتمع الكردي. ورغم غلبة النوع المحلي، إلا أنّ العائلة الدهوكية لا تختلف كثيراً عن العائلة الموصلية والبغدادية والفراتية والجنوبية. فثقافة الطعام واحدة تقريباً، سواء بأنواع الأكلات أو بالعناصر الغذائية التي تحتويها أو بطرق إعدادها. بل إن المشتركات الوطنية الجامعة تصل إلى ثقافة تناول الطعام والاحتفاء بالأكل الذي عرف به العراقيون، ناهيك عن الاحتفاء بالضيوف والمبالغة في ذلك.

إنّ الجنوبي الداخل إلى دهوك وزاخو مثلاً لن يجد نفسه غربياً أبداً، فالخبز الذي يتناوله في مدينته سيجده في المدينتين، وأنواع المروقات سيراهها ذاتها، والحلويات لا تختلف إلا بشكل جزئي. بل حتى السمك المسكوف لن يغيب عن ناظره. إن هذا يدل دلالة لا ريب فيها على أنّ ثقافة الطعام جزء لا يتجزأ من هوية العراقي سواء كان عربياً أو كردياً، مسيحياً أو مسلماً. إن أكلة الدولة مثلاً لبي أكبر دليل على هذا التوحد، ونقصد هنا الدولة بالطريقة العراقية، ومنها نوع يقف على رأس الأطباق المميزة للمطبخ في دهوك، وهو ما سنتوقف عنده بشكل مفصل في ملحق الفصل.

إنّ المتتبع لقائمة أكلات دهوك سيعثر على عشرات الأطباق القديمة والحديثة، ومنها ال(ناسيده) أو العصيدة التي يتم إعدادها بغلي الشعير مع الدبس المصنوع من التمر حتى ينضج. وواضح هنا أن وصول الدبس إلى دهوك يعني قدم العلاقة بين مدن العراق الحارة ومدنه الباردة. بل إنّ الأكلة ذاتها تذكر مباشرة بتلك الأكلات التي تنتشر في أرياف جنوب العراق ووسطه وغربه. كذلك تنتشر في مدن دهوك وقراها شوربة العدس (نيسك)، وهم يفضلونها صباحاً في الأيام الباردة وفي شهر رمضان، ويستعملون في إعدادها القرع الأصفر والفلفل الحار.

ومن الأطباق شديدة المحلية أكلة يسمونها (برنج شير)، وتُعدّ بسلق الرز مع الحليب، ويقدمونها عادة للمرضى، وهي قريبة جداً من أكلة (البحت) الجنوبية، التي لا تزال تعمر موائد العوائل المتحدرة من الجنوب. ويتفنن أهالي دهوك وزاخو، وعموم الكرد، بأكلة يسمونها (قه ليوك - كوتلكيت شه شيني)، أي القليه بالكبب الليلية. وهذا النوع من الكبب ذو تاريخ قديم، وكان يستعمل القليه في حشوها. ولم تكن الكبب مسطحة، بل على شكل كرات صغيرة بحجم الجوز أو أكبر. وعادة يتم إعدادها ليلاً، لهذا سميت بالكبب الليلية، حيث توضع على نار هادئة إلى الصباح، ويتم تناولها على الفطور صباحاً.

ومن صنف الكبب أيضاً، هناك ال(كوتل ده و) أي الكبة اللبنيّة، وتُحضر عادة في الربيع مع توقّر لبن الغنم ونبات (البينك) الطري. أما في الشتاء فيتم استعمال (الكشك) أو اللبن المجفف لتحويله إلى مستحلب يسمى (ده و)، ويتم إعداد هذا النوع من (الكبة) باستخدام (الجريش) والدو المعدّ من اللبن. ومن الأكلات الربيعية التي تعد فولكلوراً كردياً خالصاً وموصلياً، أكلة ال(كوتلك كاري) أو كبة البرغل بالكاري، وتحضر من البرغل والبصل والجريش. وبعد عمل الكبة، يضاف للمرقة الشعيرة والكاري والطحينية، مع الأخذ بنظر الاعتبار أن هذه الكبة تخلو من اللحم، وهي واحدة من ثلاث أكلات يفضل تناولها وهي باردة. وفي تراث الكرد هناك مثل يقول (سئ تشت تينّه خارن بساري دوين ومه ير وكاري)، أي أن ثلاثة أشياء يمكن تناولها باردة وهي دوين ومير وكاري.

ولدهم أكلة يسمونها (قليه سيئر)، أي اللحم بالصاج، وتتكون من لحم عجل وبصل وطماطة وقلفل حار، وهو قريب لما يُسمى في بغداد والمدن الأخرى (الحميسه) أو الحمس أو الجلفراي. ومن أشهر أنواع الخبز عندهم ذلك النوع الذي يخلط فيه البرغل مع البصل والطماطم والكرفس والدهن الحر والفلفل الحار، وتكون هيئته كهيئة خبز العروك أو الفرافير المنتشرة في محافظة الأنبار. ولا ننسى هنا براعة أهالي دهوك وزاخو في تحضير السلطات التي استعارت الكثير من المطبخ التركي، ومن أشهر هذه السلطات هي سلطة الحبيبة بالباذنجان، والتي سنعرض لها بالتفصيل في ملحق هذه الفصل.

تُعدّ محافظة دهوك أحدث مدن اقليم كردستان تأسيساً، إذ يعود تاريخ انشاءها كمحافظة مستقلة إلى سبعينيات القرن العشرين، وكانت قبل ذلك قضاءً تابعاً لمحافظة نينوى. ومثلما يصفها المؤرخ عبد الزراق الحسني، كانت في بدايات القرن العشرين عبارة عن "قرية كبيرة في واد عميق تكتنفه البساتين والأحراش ويجري فيه نهر تتجمع مياهه من ينابيع عديدة"<sup>113</sup>. أما عدد نفوس القضاء كله فقد بلغ في عام 1947 قرابة 40000 نسمة، وهؤلاء هم أجداد سكنها اليوم وعددهم يتجاوز النصف مليون<sup>114</sup>.

تاريخياً، مرّت مدن دهوك بحقب عديدة وتبعّت لإمارات وممالك كثيرة ابتداءً من عصور ما قبل التاريخ، وكانت مسرحاً لأحداث عديدة، وقد ذكرها أكسنيفون وهو يصف الأهوال التي مر بها والمضايقة الشديدة التي لاقاها جيشه خصوصاً في منطقة دربند التي هي زاخو حالياً، حيث قاتله قوم يسميهم (كاردخوي). أي الكرد. قتالا مستمرا وشديدا وطارده حتى طرايزون<sup>115</sup> وفي خلافة عمر بن الخطاب، فُتحت دهوك وزاخو وبقية مدن كردستان وأصبحت جزءاً من العراق وشارك أهلها في أغلب الأحداث السياسية التي جرت في هذا البلد<sup>116</sup>. وابتداءً من عام 1446 أصبحت دهوك وزاخو تابعتين لإمارة بهدينان إلى سيطر عليهما العثمانيون ضمن ما سيطروا عليه من مدن كردستان، ثم آلت زاخو إلى إمارة تدعى إمارة سديان حتى ألحقت هي ودهوك إدارياً بسناجق وولايات الدولة العثمانية<sup>117</sup>.

تحيط دهوك محافظات السليمانية ونيوى وأربيل والحدود التركية، وتشتهر بكثرة بساتين الكروم والتين فيها، وتتألف المحافظة من ستة أقضية هي دهوك واميدي وزاخو وسيميل وأكري وشيخان.

#### البيئة الاجتماعية والثقافية

تتميز محافظة دهوك بغلبة العنصر الكردي على مجتمعها، مع وجود أقليات أرمنية وتركمانية، وهناك وجود للأشوريين والكلدان والسريان والإيزيديين. ومن المؤكد أنّ متاخمتها لتركيا أثرت كثيراً في مزاجها، وانعكس ذلك على ثقافتها. لكن مع هذا، لا يختلف النسيج الدهوكي عن نسيج المجتمع الكردي عموماً سواء في العراق أو تركيا، فالقيم العشائرية هي السائدة رغم تكون شريحة عريضة تعمل في التجارة ونقل البضائع بين العراق وتركيا خصوصاً في العقود الأخيرة. وعلينا أن لا ننسى أنّ زاخو ودهوك تعدّان اليوم مدينتين سياحيتين مهمتين، وهناك من يراهن عليهما لتكونا في السنوات القادمة محطتين أساسيتين للسياح.

عدا هذا، فإن اقليم كردستان عموماً شهد طفرة هائلة في النمو الاقتصادي خلال سنوات ما بعد 2003، وانعكس هذا بشكل مباشر على المظاهر العمرانية في مدن الإقليم، فأصبحنا نرى قرى سياحية رائعة وأبراجاً حديثة لاستقطاب المستثمرين، ولم تكن محافظة دهوك استثناءً في هذا. ويعدو الأمر إلى وجود طبيعة ساحرة فيها، ما جعلها قبلة للسياح والمستثمرين. واتسع هذا الجانب خلال السنوات الماضية اتساعاً كبيراً. ومثلما جرى مع مجتمعي أربيل والسليمانية، انعكست هذه الحركة على قيم الثقافة الاجتماعية في دهوك، فبدأ الدهوكي يتعرّف على قيم الموصلية والبغدادية وابن الجنوب والغرب والفرات الأوسط. ووصل الأمر إلى كل مناحي الثقافة بما في ذلك الطعام وأنواع الأكلات.

أخيراً، لابد من الوقوف عند ميزة السليمانية التي لا تضاهي وهي تفنن أهلها في صنع الحلويات مثل الحلقوم والسجق والحلقوم المستكي و(من السما). والحلوى الأخيرة أصبحت من علامات السليمانية الفارقة. وتكون عادة على شكل كرات بيضوية تغطى بالطحين وتحشى باللوز والجوز. والمادة الخام لهذه الحلوى تؤخذ من الطبيعة حيث يجمعها الفلاحون من فوق الأشجار خصوصاً أشجار البلوط في الجبال، ويكثر انتشارها في الشريط الحدودي مع إيران في منطقة بنجوين، وتكون المادة الأساسية صمغية بلون أقرب للأخضر، وهي من إفرازات حشرة المن. وسيجد القارئ وصفا تفصيليا لطريقة تحضير هذه الحلوى الرائعة في ملحق الفصل.

## سلطة حبية وبيتانجان

عند تحضير الباذنجان لأي وصفة ، أنقع الباذنجان المقشر والمقطع في ماء مملح (ممثل بصحن للضغط عليه وإبقائه مغمور في الماء) لمدة نصف ساعة تقريبًا. هذا يزيل المرارة ان وجدت. تعجبي طريقة طهي الباذنجان المستخدمة في هذا الطبق ، لأنها تمتص كمية أقل من الزيت لكنه يبقى مقرمشًا". يخلط الباذنجان مع باقي مكونات السلطة كخطوة أخيرة ، حتى يحتفظ بقوامه المقرمش.



### المقادير (5 اشخاص)

|  |               |
|--|---------------|
| حبية                                   | 1 كوب         |
| ملح                                    | 4 ملعقة كوب   |
| زيت                                    | ¼ كوب         |
| عدس اسود                               | ½ كوب         |
| باذنجان                                | 3             |
| فليفلة مقطعة إلى مكعبات (ألوان مختلفة) | ¼ كوب         |
| بصل أخضر مقطع                          | 3             |
| الزبيب أو التوت البري المجفف           | 2 ملعقة طعام  |
| انصاف جوز                              | 3 ملعقة طعام  |
| زيت الزيتون                            | 3 ملعقة طعام  |
| دبس الرمان                             | 2 ملعقة طعام  |
| ملح                                    | ¼ ملعقة صغيرة |
| فلفل                                   | ¼ ملعقة صغيرة |
| قرفة                                   | ¼ ملعقة صغيرة |
| كمون                                   | ¼ ملعقة صغيرة |
| أوراق الجرجير                          | حفنة واحدة    |
| البقدونس المفروم                       | ¼ كوب         |
| كزبرة مفرومة                           | ¼ كوب         |
| زيت (قلي الباذنجان)                    | ¼ كوب         |
| الماء حسب الحاجة                       |               |

### طريقة التحضير

قم بتسخين الفرن مسبقًا إلى 150 درجة مئوية / 300 فهرنهايت / درجة الغاز 3. تنقع الحبية لمدة 10.8- ساعات وتصفى جيدًا. توضع في مقلاة مع 1 ملعقة كبيرة من الملح و 2 ملعقة كبيرة من الزيت وتغطى بـ 21- سم من الماء. يُغلى المزيج ثم تخفف النار ويُترك على نار خفيفة لمدة 10.5- دقائق مع التحريك من حين لآخر. ترفع عن النار ، توضع في مصفي كبير وتترك لتبرد. في وعاء منفصل ، ينقع العدس الأسود طوال الليل ويصفى جيدًا. يوضع في مقلاة مع 1 ملعقة كبيرة ملح و 2 ملعقة كبيرة زيت ويضاف الماء المغلي بما يكفي لتغطية العدس. يُغلى المزيج ثم تخفف النار ويُترك على نار خفيفة لمدة تتراوح بين 10 و 15 دقيقة مع التحريك من حين لآخر. يرفع عن النار ويُترك لمدة 10.5 دقائق مع التحريك من حين لآخر. يوزع في طبق ويترك ليبرد. يقشر الباذنجان بالطول ويقطع إلى مكعبات متوسطة الحجم. يسخن الزيت المتبقي في مقلاة ويقلى الباذنجان لمدة دقيقتين ، ثم يشوى في الفرن على شواية شبكية (أو أداة مماثلة لتصريف الزيت) حوالي 15 دقيقة. في وعاء ، تمزج الحبية والعدس. اضف الفليفلة والبصل الأخضر والزبيب أو التوت البري المجفف والجوز وزيت الزيتون ودبس الرمان. تخلط جيدًا وتبل بالملح والفلفل والقرفة والكمون. يضاف البقدونس والكزبرة. للتقديم ، ضع أوراق الجرجير في وعاء ، واسكب المزيج بالملعقة وقم بإضافة الباذنجان قبل التقديم مباشرة.

## المقادير (يكفي لعمل 24 قطعة)

### قشور الخضراوات

|                                     |        |   |              |  |              |
|-------------------------------------|--------|---|--------------|--|--------------|
| بصل متوسط الحجم                     | 3      | جزر صغير مقطع                           | 1            | كمون (اختياري)                                   | ½ ملعقة كوب  |
| بادنجان صغير                        | 6      | طماطة مقطعة                             | 2            | كركم (اختياري)                                   | ½ ملعقة كوب  |
| شجر ناعم صغير                       | 6      | حشوة الكوسة المقطعة                     | 2 ملعقة طعام | صلصة الطبخ                                       |              |
| فلفل صغير (ألوان مختلفة)            | 5      | بقدرونس المفروم                         | 3 ملعقة طعام | ضلع الخروف (لوضعه اسفل القدر)                    | 500 غم       |
| طماطة صغيرة                         | 4-3    | معجون طماطة                             | 1 ملعقة طعام | مرقة دجاج أو مكعب واحد مرقة دجاج مذاب في ماء حار | 1 كوب        |
| ورق العنب                           | 15     | مرقة دجاج، مذاب في 2 ملعقة طعام ماء حار | 1 مكعب       | معجون الطماطة                                    | 1 ملعقة طعام |
| ورق السلق                           | 15     | عصير الليمون                            | 2 ملعقة طعام | تمر هندي أو دبس الرمان                           | 1 ملعقة طعام |
| الحشوة                              |        | تمر هندي أو دبس الرمان                  | 1 ملعقة طعام | عصير الليمون                                     | 3 ملعقة طعام |
| رز (صغير الحبة)                     | 1 كوب  | زيت نباتي                               | ½ كوب        | زيت  | ¼ كوب        |
| لحم مفروم (لحم البقر أو لحم الخروف) | 1 كيلو | فصوص ثوم مقطعة                          | 2            | ملح ولفل حسب الرغبة                              |              |
| بصل مقطع                            | 1      | ملح ولفل حسب الرغبة                     |              |  |              |
| فصوص ثوم مقطعة                      | 2      |   |              |  |              |



## دولة

اشهر طبخة تجتمع حولها العائلة العراقية هي الدولة وغالبا ما تطبخ في أيام الجمعة وما زال العراقيين متمسكين بطريقة تقديمها وهي قلب قدر الدولة بالكامل في صينية كبيرة حين تواجد جميع العائلة لكي يشاهدوا ويستمتعوا بطريقة التقديم.

غالبا ما يستغرق صنع الدولة يومين: يوم واحد للتسوق والتحضير ويوم واحد لحشو الخضار وطهيها. أجد أيضا أنه بعد إعداد هذه المصفوفات النباتية، من الأفضل حفظها في الثلاجة لمدة يوم، ثم طهيها في اليوم الثاني للسماح للعصائر بالتسرب وإضفاء نكهة مميزة. تتميز هذه الوصفة باللحم البقري أو لحم الضأن المفروم، ولكن لعمل دولة نباتية، ما عليك سوى استبدال اللحم بنصف كوب من الباقلاء الخضراء، واستبدال مرقة الدجاج بكميات متساوية من مرقة نباتية وإضافة ملعقة كبيرة من الشبنت الطازج المفروم و ربع كوب إضافي من الزيت (يفضل أيضا استخدام زيت الزيتون في الدولة الخالية من اللحوم) لمزيج الرز.

إضافة التوابل للحشو اختياري، لأنني أفضل ترك الخضار تحتل مركز الصدارة، لكن لا تتردد في استعمالها حسب ذوقك.

### طريقة التحضير

قم بإعداد قشور الخضروات بشكل منفصل.  
قشر كل بصلة وتقطع من صفحة واحدة بالنصف. تغلي في الماء وتطري، ثم قشر الطبقات واحدة تلو الأخرى لفتح جميع طبقات البصل.  
نقطع كل بادنجان إلى نصفين ونفرغ كل منها (بالآلة حفر الخضار أو أي أداة مناسبة) تحفر من النهاية السفلية مع ترك كمية صغيرة من لب الباذنجان على طول الجدران الداخلية.  
قم بتقطيع كل رأس الشجر واستخدم أداة حفر الخضار لاستخراج اللب من كل شريحة. احفظ المحتويات لاستخدامها في الحشو.  
اقطع شريحة رقيقة من نهاية جذع كل حبة فلفل لإزالة الجزء العلوي. أزل البذور والأغشية واشطفها جيدا.  
اقطع شريحة رقيقة من أعلى كل حبة طماطة. استخرج اللب، تاركا القشرة. اقلها على مناشف ورقية لتجفيفها. احفظ المحتويات لاستخدامها في الحشو.  
اغسل أوراق العنب. اقطع سيقان السلق واقطع الورقة إلى قسمين متساويين. (عند طهي الدولة النباتية، احفظ السيقان لوضعها في كعب القدر).  
ينقع الرز لمدة ساعة ويصفى. اخلط اللحم والرز والبصل والثوم والجزر والطماطة وحشوة الشجر والبقدرونس ومعجون الطماطة ومرق الدجاج وعصير الليمون معًا. نضيف التمر الهندي أو دبس الرمان ويخلط جيدا ثم يضاف الزيت النباتي.  
يتم حشو قشور الخضار بحشوة الرز. تأكد من عدم وجود خليط رز على السطح الخارجي للقشور ولا تملأ كاملا بالحشوة (املا حوالي 90٪ بالحشوة للسماح للرز بالتضاعف عند الطهي). تحضير القدر عن طريق تبطين الطبقة السفلى بطبقة من ضلع الخروف (أو ربع كوب من زيت الزيتون و أوراق السلق في حالة الدولة النباتية). املا القدر بقشور الخضروات المحشوة بناءً على وقت طهي كل واحد منها، بوضع الذي يتطلب أكبر قدر من الطهي في القاع. ابدأ بالبصل، تليها طبقة من الكوسة والبادنجان، تليها طبقة من الفليفلة، تليها طبقة من الطماطة وتنتهي بطبقة من السلق و ورق العنب.  
بمجرد وضع جميع الخضروات في طبقات، قم بإعداد صلصة الطهي عن طريق خلط المرقة ومعجون الطماطة والتمر الهندي أو دبس الرمان والزيت وعصير الليمون والملح والفلفل وصيها فوق الخضار. املا القدر بكمية كافية من الماء لتغطية الخضار، ضع طبقًا مسطحًا في الأعلى للضغط على الخضار وتغطي بغطاء.  
قم بطبخها على نار عالية حتى يغلي الماء، ثم قلل الحرارة واتركها لمدة 30-40 دقيقة أخرى.

- 25 ينظر، الموقع الرسمي للجهاز المركزي للإحصاء على شبكة المعلومات، إحصائيات محافظة ذي قار.
- 26 ينظر، تاريخ العراق القديم، محمد بيومي مهران، من ص 94. 114.
- 27 ينظر، حضارة العراق، الجزء الثالث، من ص 129 الى ص 140.
- 28 ينظر، إمارة المنتفك وأثرها في تاريخ العراق والمنطقة الاقليمية 1546. 1918، الدكتور حميد حمد السعدون، دار وائل للنشر، الطبعة الأولى بغداد 1998، ص 202.
- 29 المصدر نفسه، ص 202.
- 30 ينظر، العراق قديماً وحديثاً، الحسني، ص 168. 171.
- 31 للتوسع في الموضوع، ينظر، جغرافية الأهوار ومستنقعات جنوبي العراق، الدكتور حسن الخياط، المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم، معهد البحوث والدراسات العربية، القاهرة، الطبعة الأولى 1975، الفصل الاول خصوصاً من ص 15 إلى ص 37.
- 32 ينظر، العراق قديماً وحديثاً، الحسني، ص 166
- 33 المصدر نفسه، ص 163.
- 34 ينظر، الموقع الرسمي للجهاز المركزي للإحصاء على شبكة المعلومات، إحصائيات محافظة المثنى.
- 35 ينظر، معجم البلدان للشيخ الإمام شهاب الدين أبي عبد الله ياقوت بن عبد الله الحموي الرومي البغدادي، دار صادر، ص 245.
- 36 ينظر، محافظة المثنى دراسة في الجغرافية الإقليمية، رسالة ماجستير تقدمت بها آلاء شاكر عمران موسى الشمريتي إلى جامعة البصرة، كلية التربية، عام 2011، من ص 86 الى ص 96.
- 37 ينظر، الموقع الرسمي للجهاز المركزي للإحصاء على شبكة المعلومات، إحصائيات محافظة المثنى.
- 38 ينظر، معجم البلدان، ياقوت الحموي، المجلد الخامس، ص 374.
- 39 ينظر، دراسة وتحريات المشاريع الإروائية في قطاع بدر، جبار سلوم جباروفتح الله سعيد، محافظة واسط، مديرية مشاريع الري واليزل العامة، مطبوع بالرونيو، 1975، ص 34.
- 40 ينظر، العراق قديماً وحديثاً، ص 197.
- 41 المصدر نفسه، ص 197.
- 42 ينظر، الموقع الرسمي للجهاز المركزي للإحصاء على شبكة المعلومات، إحصائيات محافظة واسط.
- 43 المصدر نفسه.
- 44 ينظر، الموقع الرسمي للجهاز المركزي للإحصاء على شبكة المعلومات، إحصائيات محافظة النجف.
- 45 ينظر، العراق قديماً وحديثاً، الحسني، ص 137.
- 46 ينظر، العراق قديماً وحديثاً، الحسني، ص 131.
- 47 المصدر نفسه، ص 131.
- 48 ينظر، الموقع الرسمي للجهاز المركزي للإحصاء على شبكة المعلومات، إحصائيات محافظة النجف.
- 49 ينظر، مقالة (الأطعمة في النجف)، ناجي محفوظ، مجلة التراث الشعبي، العدد الأول 2006، ص 74.
- 50 ينظر، الموقع الرسمي للجهاز المركزي للإحصاء على شبكة المعلومات، إحصائيات محافظة الديوانية.
- 51 ينظر مثلاً، شذرات وسوانح عن السياح الذين مروا بسنجق لواء الديوانية وبلداته الثلاث للموم الحسكة الديوانية، فيصل الميالي، مطبعة المارد. النجف 2008، ج 1، ص 55.
- 52 ينظر، لمحات من الحياة السياسية في مدينة الديوانية، أ.م. د محمد صالح الزبيدي، مجلة القادسية في الآداب والعلوم التربوية، المجلد 10(العددان) 2. 1(سنة 2011، ص 67.
- 53 ينظر، الموقع الرسمي للجهاز المركزي للإحصاء على شبكة المعلومات، إحصائيات محافظة الديوانية.
- 54 ينظر، العراق قديماً وحديثاً، الحسني، ص 153.

- 1 حضارة العراق، الجزء الثالث، ص 181. 912، كذلك ينظر، تاريخ العراق القديم، الأستاذ محمد بيومي مهران، دار المعرفة الجامعية، الطبعة الأولى القاهرة 1990 ص 7 و 8
- 2 ينظر، تاريخ العراق القديم، الأستاذ محمد بيومي مهران، ص 28
- 3 المصدر نفسه، ص 17
- 4 للتوسع لمعرفة تاريخ العراق الوسيط والحديث يمكن العودة إلى موسوعة (حضارة العراق)، (الجزء 5) (و) 6 (و) 10 (، كذلك) العراق المعاصر (د. زكي صالح،
- 5 ينظر، حضارة بابل وأشور غوستاف لوبون ص 11
- 6 للتوسع في القوميات العراقية قديماً وحديثاً ينظر، القوميات العراقية ماضيها وحاضرها وأثرها الفعال في ثورة 14 تموز وخدمة الجمهورية الخالدة، جرحيس جبرائيل هومي، مطبعة الإرشاد بغداد الطبعة الأولى 1958.
- 7 حضارة بابل وأشور، غوستاف لوبون، ص 11
- 8 ينظر، الطبخ في الحضارات القديمة تأليف كاثي كوفمان، ترجمة سعيد الغانمي أبو ظبي للسياحة والثقافة. كلمة 2011 الطبعة الأولى، ص 71
- 9 المصدر نفسه، ص 72
- 10 المصدر نفسه، من ص 76 إلى 110.
- 11 ينظر، ص 102 و 100 و 99 و 98 و 97 و 96 و 94 و 93
- 12 ينظر، كتاب الطبخ، تأليف محمد بن الحسن الكاتب البغدادي، نشره داود الجلي، مطبعة أم الربيعين، الموصل الطبعة الأول 1934 ص 60.
- 13 المصدر نفسه، ص 39.
- 14 ولاية البصرة ماضيها وحاضرها، الجزء الثاني، ألكسندر أداموف ترجمة الدكتور هاشم صالح الكويتي، دار ميسلون للنشر، بغداد، ص 8.
- 15 ينظر، موسوعة المدن والمواقع في العراق، تأليف بشير يوسف فرنسيس، تقديم الأب البير أبونا، إشارات إي كتب، لندن. حزيران يونيو 2017 ص 141.
- 16 ينظر، مجلة لغة العرب، الجزء 3 من السنة 3 عن شوال 1331 ايلول 1913 ص 128.
- 17 ينظر، رحلة ابن بطوطة، الطبعة المصرية، الجزء الأول ص 115. 116
- 18 ينظر، العراق قديماً وحديثاً، عبد الرزاق الحسني، ص
- 19 ينظر، أسرار نخلة ميسان.. تاريخ مملكة ميسان منذ النشوء إلى نهاية الدولة الأموية، سيف جلال الدين الطائي، مشروع آشور بانبيال للثقافة
- 10، الطبعة الأولى 2018، من ص 39 حتى 74.
- 20 العراق قديماً وحديثاً، الحسني، ص 190.
- 21 المصدر نفسه، ص 190.
- 22 ينظر، الموقع الرسمي للجهاز المركزي للإحصاء التابع لوزارة التخطيط على شبكة المعلومات، الرابط <http://cosit.gov.iq/ar/> علماً إن إحصائيات الجهاز تتوقف عند عام 2018.
- 23 للتوسع في ذلك، ينظر، العمارة مدينة التسامح والجمال 1915. 1958 الدكتور خالد التميمي دار الحكمة. لندن الطبعة الأولى 2012، الفصل العاشر، من ص 117 إلى 164.
- 24 مساطر العمالة هي الأماكن التي تكون مقرأً لعمال البناء في بعض المناطق حيث يتوافدون فجراً إلى (المسطر) بانتظار المقاولين الذين يستأجرونهم للعمل، وتوجد في بغداد مساطر في مناطق ساحة الطيران وساحة الخمسة وخمسين في مدينة الصدر وفي منطقة الشعب وغيرها.

- 81 ينظر، العراق قديماً وحديثاً، الحسيني، ص 267.
- 82 المصدر نفسه، ص 269.
- 83 المصدر نفسه، ص 266.
- 84 ينظر، مقالة "البناء في تكريت القديمة"، عطا طه التكريتي، مجلة التراث الشعبي، العدد الثالث، السنة الرابعة، 1973، ص 57.
- 85 ينظر، الموقع الرسمي للجهاز المركزي للإحصاء على شبكة المعلومات، إحصائيات محافظة صلاح الدين.
- 86 للتوسع ينظر، موسوعة العتبات المقدسة ج 12، جعفر الخليلي، منشورات الأعلوي للمطبوعات، بيروت. لبنان، الطبعة الثانية 1987، ص 188 و262.
- 87 ينظر، الموقع الرسمي للجهاز المركزي للإحصاء على شبكة المعلومات، إحصائيات محافظة كركوك.
- 88 ينظر، العراق قديماً وحديثاً، الحسيني، ص 217.
- 89 ينظر، أرابخا كركوك حالياً.. دراسة سياسية حضارية، رسالة ماجستير لعبيد عدنان يوسف النجار، كلية الآداب. جامعة الموصل، بإشراف الأستاذ المساعد د. ابتهاج عادل الطائي 2011، ص 9.
- 90 المصدر نفسه، ص 10.
- 91 ينظر، العراق قديماً وحديثاً، الحسيني، ص 216.
- 92 المصدر نفسه، ص 219.
- 93 ينظر، مجلة سومر، المجلد 33، 1977، فخار نينوى ٧، صباح عبود، ص
- 94 ينظر، عظمة بابل، هاري ساكر، ترجمة عامر سليمان، بغداد، 1979، ص 606. 610.
- 95 معجم البلدان، الحموي، الجزء الخامس، ص 339.
- 96 المصدر نفسه، ص 223.
- 97 ينظر، المصدر نفسه، ص 211.
- 98 المصدر نفسه ص 211.
- 99 المصدر نفسه، المجلد الثاني، ص 39.
- 100 العراق قديماً وحديثاً، الحسيني، ص ٢٤٩.
- 101 للتوسع في طبيعة الأكلات الموصلية، ينظر، أكلات الموصل الشعبية، عبد الوهاب النعيمي، مجلة التراث الشعبي، العدد 4 السنة الثانية، كانون أول 1970 ص 125. 136، وأيضاً، المطبخ الموصل القديم، سعد علي الجميل، مجلة التراث الشعبي، العدد الأول سنة 2006، ص 52. 62.
- 102 ينظر، سهرات الخبز والبرغل في الموصل، منير رزوق، مجلة التراث الشعبي، العدد الأول 1993، ص 37.
- 103 اعتمدنا في الأرقام الخاصة بمدن كردستان على التقرير الشامل الذي أصدره الجهاز المركزي للإحصاء لعامي 2018. 2019، وجاء بباين، الأول يتضمن إحصائيات الأحوال الطبيعية، والثاني يتضمن إحصائيات السكان والقوى العاملة والمسح الوطني للإعاقة.
- 104 كما ورد أعلاه.
- 105 ينظر موسوعة المدن والمواقع في العراق، بشير يوسف فرنسيس، ص 67.
- حسن، مجلة العلوم الإنسانية لجامعة زاخو، مجلد 5، العدد 4، ص 1069. 1081، كانون الأول 2017.

- 55 ينظر، الحلويات، مقالة مهدي حمودي الأنصاري، مجلة التراث الشعبي، العدد الأول 2006، ص 26. 45.
- 56 ينظر، تاريخ كربلاء وعمرائها، السيد عبد الجواد الكليدار، منشورات العتبد الحسينية، قسم الشؤون الفكرية والثقافية، شعبة إحياء التراث الثقافي والديني، كربلاء، الطبعة الأولى 2018، ص 47. 106.
- 57 رحلة ابن بطوطة.. تحفة النظار في غرائب الأمصار وعجائب الأسفار، لأبي عبد الله محمد بن عبد الله اللواتي الطنجي، الجزء الأول، قدم له وحققه الشيخ محمد عبد المنعم العريان، راجعه الأستاذ مصطفى القصاص، دار إحياء العلوم، بيروت الطبعة الأولى 1987، ص 230.
- 58 ينظر، العراق قديماً وحديثاً، الحسيني، ص 125.
- 59 ينظر، الموقع الرسمي للجهاز المركزي للإحصاء على شبكة المعلومات، إحصائيات محافظة كربلاء.
- 60 المصدر نفسه.
- 61 ينظر، العراق قديماً وحديثاً، الحسيني، ص
- 62 المصدر نفسه، ص 127.
- 63 للتوسع، ينظر، تاريخ العراق القديم، محمد بيومي مهران، ص 215.
- 64 المصدر نفسه، ص 215.
- 65 ينظر العراق قديماً وحديثاً، الحسيني، ص 195.
- 66 ينظر، الموقع الرسمي للجهاز المركزي للإحصاء على شبكة المعلومات، إحصائيات محافظة بابل.
- 67 ينظر، تاريخ الحلة القسم الأول. في الحياة السياسية، العلامة الشيخ يوسف كركوش الحلي، منشورات المكتبة الحيدرية في النجف، الطبعة الأولى 1965، 22.
- 68 ينظر، رحلة ابن جبیر، دار صادر، ص 189.
- 69 ينظر، الموقع الرسمي للجهاز المركزي للإحصاء على شبكة المعلومات، إحصائيات محافظة بابل.
- 70 ينظر، كتاب الطبخ، ص 42.
- 71 ينظر، بغداد مدينة المنصور المدورة، تأليف طاهر مظفر العميد، من منشورات المكتبة الأهلية في بغداد، الطبعة الأولى بغداد. 1967، ص 13. 15.
- 72 ينظر، الموقع الرسمي للجهاز المركزي للإحصاء على شبكة المعلومات، إحصائيات محافظة بغداد.
- 73 ينظر، قلب العراق.. رحلات وتاريخ، أمين الريحاني، مؤسسة هنداوي للتعليم والثقافة، الطبعة الأولى، القاهرة. 2012، ص 32.
- 74 ينظر، هذا هو لواء ديالى، إعداد خضير العزاوي، كاتب الإدارة المحلية في بعقوبة، المؤسسة العامة للصحافة والطباعة، دار الجمهورية. بغداد 1969، حدود اللواء ص 39.
- 75 المصدر نفسه، ص 19.
- 76 ينظر، العراق قديماً وحديثاً، الحسيني ص 210.
- 77 ينظر، الموقع الرسمي للجهاز المركزي للإحصاء على شبكة المعلومات، إحصائيات محافظة ديالى.
- 78 المصدر نفسه، إحصائيات محافظة الأنبار.
- 79 ينظر، معجم البلدان، الحموي، المجلد الأول، ص 257.
- 80 المصدر نفسه، ص 257.

- 106 ينظر، أبريل في مختلف العصور.. اللواء والمدينة، للمحامي عباس العزاوي، راجعه وعلق عليه محمد علي القره داغي، طبع في شركة الخنساء للطباعة المحدودة. بغداد 2001، ص 31. 33.
- 107 ينظر، العراق قديماً وحديثاً، الحسيني، ص 235.
- 108 ينظر، التقرير الشامل الذي أصدره الجهاز المركزي للإحصاء لعامي 2018 . 2019، الباب الثاني، ص 8.
- 109 ينظر، العراق قديماً وحديثاً، الحسيني، ص 228.
- 110 المصدر نفسه، ص 228.
- 111 المصدر نفسه، ص 228.
- 112 ينظر، تقرير الجهاز المركزي للإحصاء، الباب الثاني ص 8.
- 113 العراق قديماً وحديثاً، الحسيني، ص 256.
- 114 المصدر نفسه، ص 256.
- 115 ينظر، خلاصة تاريخ الكرد وكردستان من أقدم العصور التاريخية حتى الآن، محمد أمين زكي بك، ترجمه وعلق عليه محمد علي عوني، دار الشؤون الثقافية العامة، بغداد. الطبعة الثانية 2005، ص 179.
- 116 المصدر نفسه، ص 194. 205.
- 117 ينظر، قضاء زاخو في التقسيمات الإدارية العثمانية 1842. 1918، نزار أيوب

# الأكل يجمعنا

