معرفی غذاهای مخصوص شب یلدا در شهرهای مختلف ایران

30 آذر 1402

۱ـ غذاهای یلدایی شهر شیراز

از جمله غذاهای مشهور بین شیرازی‌ها برای شب یلدا می‌توان به کلم‌پلو، آش کارده، قنبرپلو اشاره کرد. کلم‌پلو شیرازی یکی از غذاهای محبوب شب یلدا در شیراز است که برای تهیه آن از کلم قمری استفاده می‌شود. به این صورت که کلم خرد شده با کوفته قلقلی و سبزی‌های مختلف مانند ترخون، ریحان مخلوط می‌کنند و اغلب در کنار این غذا سالاد شیرازی نیز سرو می‌شود. برای پیش‌غذا نیز انواع آش از جمله آش انار و آش کارده تهیه می‌شود.

۲ـ غذاهای یلدای مخصوص شهر خوزستان

مردم شهر خوزستان نیز برای شب یلدا غذاهای متنوعی دارند که از بین آن‌ها قلیه‌ماهی، خورشت‌سبزی، ماهی‌شکم‌پر محبوبیت بیشتری دارد. ماهی‌شکم‌پر از ماهی صبور و روی آتش تهیه می‌شود. برای تهیه قلیه ماهی نیز رب‌گوجه، تمبر هندی، انواع سبزیجات معطر، سیر و ادویه‌های مخصوص با ماهی مخلوط می‌شود.

از دیگر غذاهای مخصوص شب یلدا در خوزستان نیز می‌توان به امگشت لپو اشاره کرد که به عنوان پلو مخصوص عرب‌های خوزستان برای شب یلدا جایگاه ویژه‌ای دارد. امگشت پلو نیز از ماهی تهیه می‌شود و برای پلوی نیز برنج، سبزیجات با دارچین، فلفل‌سیاه، کشمش و گردو معطر می‌شود.

۳ـ غذاهای مازندرانی‌ها برای شب یلدا

شب یلدای مازندرانی‌ها که در گویش محلی‌شان با نام چله‌شو گفته می‌شود غذاهای خوشمزه‌ای از جمله سبزی پلو با ماهی، کوکو سبزی، گرده پیچ و خورشت‌فسنجان تهیه می‌شود.

۴- غذاهای شب یلدای قزوینی‌ها

در شهر قزوین برای شب یلدا انار پلو از ترکیب مرغ یا گوشت و دانه‌های انار تهیه می‌شود. البته این غذا در شیراز هم پخته می‌شود، اما قزوینی‌ها در پخت انار پلو، مرغ را با پیاز سرخ می‌کنند و در ادامه دانه‌های انار، گشنیز خرد شده و خلال پسته را به آن اضافه می‌کنند و برنج دم‌کشیده را به مواد دیگر

اضافه می‌کنند و می‌گذارند دم بکشد. برخی اوقات نیز برای عطر و رنگ غذا مقداری هویج و کشمش به آن اضافه می‌کنند.



۵- رسم تبریزی‌ها برای غذای شب یلدا

تبریزی‌ها برای شب یلدا غذاهای مختلفی دارند و با پختن شام لذیذ به استقبال این شب می‌روند. یکی از غذاهای محبوب تبریزی‌ها، کوفته تبریزی است که از ترکیب گوشت‌چرخ کرده، لپه، برنج، سبزی و ادویه درست می‌شود. خشیل نیز یک نوع آش مخصوص آذربایجان غربی و شرقی است که از ترکیب بلغور و شیره و عسل تهیه می‌شود و برای روزهای سرد زمستان غذایی مقوی به شمار می‌رود.

از دسرهای مخصوص شب یلدا در شهر تبریز نیز می‌توان به پالدا اشاره کرد که بافتی شبیه به مسقطی دارد.

۶- غذاهای شب یلدا در شهر سنندج

دلمه برگ‌مو یکی از غذاهای محبوب سنندجی‌ها برای شب یلدا است که ترکیبات اصلی آن را رب‌انار، لپه، برنج و انواع سبزیجات معطر تشکیل می‌دهد. در کنار آن دلمه کلم‌برگ نیز برای شام شب یلدا پخته می‌شود. برای دسر نیز سنندجی‌ها از خربزه ترش که از چند ماه قبل در سرکه خوابانده‌اند را سرو می‌کنند.

همچنین از دیگر خوراکی‌های مخصوص شب یلدا در سنندج می‌توان به آنو اشاره کرد که همان خوشه‌های انگور است که در زیرزمین از سقف آویزان می‌کنند و در شب یلدا می‌خورند.

۷ـ رسم غذای یلدا در لرستان

لرستانی نیز غذاهایی مانند سبزی‌پلو با ماهی، قورمه سبزی را به عنوان غذاهای شب یلدا تهیه می‌کنند. برای دسر و پیش غذا نیز گندم‌شیره بین مردم لرستان محبوبیت دارد، که برای تهیه آن از چند ساعت قبل گندم را در شیره خیسانده و با نمک و زردچوبه مخلوط می‌کنند و با خلال بادام، گردو، کشمش، سیاه‌دانه و کنجد روی ساج برشته می‌کنند.

۸ـ غذای شب یلدای شهر زنجان



غذای مخصوص شهر زنجان برای شب یلدا خاگینه خرما است که آن را از ترکیب خرما، خلال‌بادام، پسته، تخم‌مرغ، پیاز و ... تهیه می‌کنند. برای تهیه این غذا با طبع‌گرم ابتدا هسته‌های خرما را گرفته و با مواد دیگر ترکیب می‌کنند، می‌توان این غذا را روی گاز یا با فر تهیه کرد.

۹ـ رسم غذایی اراکی‌ها برای شب یلدا

در بین مردمان استان مرکزی و شهر اراک اغلب برای شب یلدا لبو و هندوانه محبوبیت زیادی دارد. از لبو برای تهیه غذاهای مختلف از جمله آش لبو استفاده می‌شود که به عنوان پیش‌غذای خوشمزه در شب یلدا سرو می‌شود.

۱۰ـ غذاهای گیلان برای شب یلدا

در گیلان و شهرهای اطراف آن نیز غذاهای متنوعی برای شب یلدا پخته می‌شود که از جمله پرطرفدارترین آن‌ها می‌توان به خورش اناربیج، کوفته انار، خورش مرغ ترش گیلانی و آش انار شمالی، خورش انار مسما، خورش فسنجان رشتی و خورش سیر ابیج گیلانی اشاره کرد. خوراکی خوشمزه

گیلانی برای شب یلدا نیز آوکونوس یا آب کونوس است که از ازگیل خام و آب نمک درست می‌شود.

۱۱ـ رسم تهرانی‌ها برای غذای شب یلدا

تهرانی‌ها برای شب یلدا اغلب سبزی پلو و ماهی تهیه می‌کنند و حتی تهرانی‌های قدیمی رسم به پخت رشته‌پلو داشتند. البته در کنار آن می‌توان برای شام شب یلدا در شهر تهران به آش شله قلمکار، دمپختک، آش انار تهرانی و خورشت انار بادمجان اشاره کرد.

۱۲ـ غذاهای شب یلدا در سیستان و بلوچستان

مردم شهر سیستان و بلوچستان نیز مانند دیگر شهرهای ایران رسوم مخصوص خود را برای شب یلدا دارند که از محبوب‌ترین آن‌ها می‌توان به تهیه غذای سنتی چنگال اشاره کرد. این غذا از ترکیب نان، خرما و روغن محلی تهیه می‌شود. دیگر غذای مشهور این شهر دانکو یا پشک است که مخلوط برنج و کنجد است که با پودر خرما آن را شیرین می‌کنند.

۱۳ـ رسم کرمانی‌ها برای غذای شب یلدا

غذاهای محلی شهر کرمان برای شب یلدا از جمله آش اوماج که جایگاه ویژه‌ای بین مردم این شهر دارد. از خوراکی‌ها و تنقلات نیز پسته؛ هندوانه، انار دانه‌سیاه، شیرینی کلمپه و قهوه قوتو یا قاووت قهوه را می‌توان نام برد.

۱۴- شب یلدا و غذاهای شهر مشهد

مشهدی‌های غذاهای متنوع و زیادی برای شب یلدا تهیه می‌کنند از جمله محبوب‌ترین آن‌ها می‌توان به رشته‌پلو، مرغ و شله مشهدی اشاره کرد.



۱۵- رسم غذاهای شب یلدا در یزد

یزدی‌های از قدیم‌الایام رسم به تهیه و سرو غذاهای مختلفی برای شب یلدا داشته‌اند که از پرطرفدارترین این غذاها می‌توان به آش‌شولی، آش انار یزدی و خورش‌فسنجان یزدی اشاره کرد.

۱۶- غذای شب یلدا در شهر اردبیل

از غذاهای محلی شهر اردبیل که در شب یلدا تهیه می‌شود می‌توان به آش خشیل اشاره کرد که ماده اصلی این غذا را بلغور گندم تشکیل می‌دهد. بافت این غذا شبیه حلیم است، اما بدون استفاده از گوشت تهیه می‌شود. آش‌خشیل علاوه بر طعم خوشمزه، خواص تقویتی زیادی نیز دارد به همین دلیل در زمستان بیشتر پخته می‌شود.

۱۷ـ رسم غذای شب یلدا در کرمانشاه

یکی از معروف‌ترین غذاهای شهر کرمانشاه که برای شب یلدا سرو می‌شود، خورش کدو حلوایی است و برای تهیه آن علاوه بر کدو، از گوشت‌قرمز یا مرغ استفاده می‌شود. برای خوش‌طعم شدن این غذا نیز پیاز، فلفل، دارچین، زعفران و نمک به آن اضافه می‌کنند.