



انديشگه روابط بين الملل

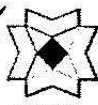
تاريخ نان در ايران

ويليام فلور

ترجمه: سيد عبد المجيد زواري و احسان اعلايي پور

ناظر علمي: محمود يوسفی

شرکت غله و خدمات بازرگانی منطقه یک کشور GTCA



سرشناسه	فلور، ویلیام، ۱۹۴۲ - م.
عنوان و نام پدیدآور	Floor, Willem M. تاریخ نان در ایران/ نویسنده ویلیام فلور؛ پدیدآورنده اندیشکده روابط بین‌الملل با همکاری موسسه احیاء صنایع نرم آینده؛ ترجمه سیدعبدالمجید زواری، احسان‌اعلایی‌پور؛ ناظر علمی محمود یوسفی؛ ویراستار زهرا خانانی.
مشخصات نشر	کرج: سیدعبدالمجید زواری، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	۲۲۳ ص.
شابک	۴۰۰۰۰۰ ریل 978-622-00-1129-3
وضعیت فهرست نویسی	فیا
یادداشت	عنوان اصلی: History of bread in Iran, [2015] ©2015.
موضوع	نان -- ایران
موضوع	Bread -- Iran
موضوع	نان -- ایران -- تاریخ
موضوع	Bread -- Iran -- History
شناسه افزوده	اعلایی‌پور، احسان، ۱۳۶۱ -، مترجم
شناسه افزوده	زواری، سیدعبدالمجید، ۱۳۶۰ -، مترجم
شناسه افزوده	اندیشکده روابط بین‌الملل
شناسه افزوده	موسسه احیاء صنایع نرم آینده
رده بندی کنگره	۹۱۳۹۷-الف۲۳/ن۵۸/HD۹۰۵۸
رده بندی دیویی	۳۳۸/۱۷۳۱
شماره کتابشناسی ملی	۵۴۶۳۷۱۸

عنوان: تاریخ نان در ایران

نویسنده: ویلیام فلور

ترجمه: سیدعبدالمجید زواری، و احسان اعلایی‌پور

شابک کتاب: ۳-۱۱۲۹-۱۱۲۹-۳-۰۰-۵۰۰۸

ویراستار: زهرا خانانی

صفحه آرا: کوثر خانانی

پدید آورنده: اندیشکده روابط بین‌الملل با همکاری موسسه احیاء صنایع نرم آینده

تعداد: ۲۰۰۰ نسخه

نوبت چاپ: اول/زمستان ۹۷

تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۲۵۶۴۵۴۶۳

پست الکترونیکی: irtt.ir@gmail.com

قیمت: ۴۰۰۰ تومان

کلیه حقوق متعلق به اندیشکده روابط بین‌الملل بوده و هرگونه تکثیر این کتاب به صورت کاغذی و الکترونیکی بدون مجوز کتبی از اندیشکده ممنوع است. برای تهیه این کتاب می‌توانید به وب سایت اندیشکده روابط بین‌الملل

به نشانی www.irthink.com مراجعه کنید.

فهرست مطالب

فصل اول

۱۵.....	پیدایش نان
۱۵.....	پیدایش کشاورزی
۱۷.....	پیدایش نان
۲۰.....	نان، در نام به چه معناست؟

فصل دوم

۲۵.....	غلات نان
۲۵.....	غلات متداول در پخت نان
۲۵.....	گندم
۲۷.....	جو
۲۸.....	ارزن
۲۹.....	چاودار
۳۰.....	سورگوم
۳۱.....	بلال
۳۲.....	برنج
۳۵.....	ترکیبات غیرعادی نان
۳۵.....	بلوط
۳۸.....	گرد ماهی
۳۹.....	میوه‌های خشک
۳۹.....	نخود
۴۰.....	دانه کف

فصل سوم

۴۳..... فراوری خمیر نان در مناطق روستایی

۴۳..... مقدمه

۴۵..... آسیاب و الک کردن

۴۶..... گروه آسیابان‌ها-تهان

۵۰..... خمیرمایه

۵۱..... تهیه مخلوط

۵۳..... مسطح کردن شکل دادن خمیر

فصل چهارم

۵۵..... شیوه‌های پخت نان

۵۵..... نان پخت شده در خاکستری گداخته زغال نیم‌سوز

۵۶..... سنگ گداخته

۵۸..... ساج یا تاوه

۶۱..... پخت نان در تنور

۶۱..... تابون

۶۵..... تنور

فصل پنجم

۷۱..... پخت نان شهری

۷۱..... نانوایان خانگی یا تجاری؟

۷۹..... نان و کوره‌های پخت آن

۸۴..... فروش عمومی نان

فصل ششم

۸۹..... انواع نان

۸۹..... مقدمه

۹۱..... نان‌های پیش از سال ۱۶۰۰

۹۴..... نان‌های بعد از سال ۱۶۰۰

لواش.....	۹۴
سنگک.....	۱۰۱
تافتون.....	۱۰۶
بربری.....	۱۱۰
نان بولکی.....	۱۱۳
نان‌های خاص و شیرینی.....	۱۱۴
نان خشک.....	۱۱۵
نان سمنانی.....	۱۱۷
شیرمال.....	۱۱۷
نان قندی.....	۱۱۸
کماج.....	۱۱۹
فطیر.....	۱۱۹
نان‌های شیرین.....	۱۲۰
نان وردنه.....	۱۲۲
نانی شبیه پیتزا.....	۱۲۳
سیر تکاملی نان.....	۱۲۴
شیرینی و کلوچه.....	۱۲۵
فصل هفتم	
جنبه‌های معنوی نان.....	۱۲۹
نان، خوراکی مناسب خدایان.....	۱۲۹
نان، ماده‌ای مقدس.....	۱۳۱
توزیع نان، عملی مذهبی.....	۱۳۳
نان، نامی فراتر از یک واژه.....	۱۳۵
نان، بایدها و نبایدها.....	۱۳۵
نان، خانه را بدون همراه داشتن آن ترک نکن.....	۱۳۶
نان و ازدواج.....	۱۳۷

۱۳۹	تقسیم نان
۱۴۰	نان و نمک
۱۴۱	آداب و رسوم خوردن نان

فصل هشتم

۱۴۵	نان روزانه یا مسئله رزق
۱۴۶	رژیم غذایی در مناطق شهری
۱۴۶	دوران امپراتوری های باستان
۱۴۷	دوران قرون وسطی
۱۴۸	دوران محبوبه عاچار
۱۵۰	قرن بیستم
۱۵۷	رژیم غذایی در روسیه
۱۵۷	مقدمه
۱۵۹	قرن بیستم
۱۶۵	رژیم غذایی مناطق ساحلی خلیج فارس
۱۶۶	رژیم غذایی گروه های عشایری

فصل نهم

۱۷۱	نان، تحلیل رزق
۱۷۱	مقدمه
۱۷۷	مشکلات اصلی ذخیره نان
۱۸۳	سیاست جدید اما شکست خورده بعد از قحطی ۱۲۵۰
۱۹۰	مجلس اول و مسئله نان
۱۹۲	کمبود نان در سال ۱۲۹۱
۱۹۷	قحطی سال های ۱۲۹۸-۱۲۹۶
۲۰۶	مشکل نان در دوران رضاشاه
۲۱۱	بحران نان طی جنگ جهانی دوم
۲۲۳	سیاست نان در جمهوری اسلامی

پیشگفتار ناظر علمی

اهمیت و جایگاه ویژه نان در سفره ایرانی بر کسی پوشیده نیست و این ماده همواره به عنوان یکی از اصلی ترین منابع غذایی ایرانیان نقش مهمی در سبب خانواده‌های مختلف داشته است. ایرانیان باستان از همان ابتدا پس از شناخت غلات، به کاشت و مصرف انواع مختلف آن به ویژه گندم اقدام کردند. اهمیت این ماده حیاتی تا جایی رسید که کمبود یا وفور آن نقش تعیین کننده‌ای در ثبات یا بی‌ثباتی سیاسی کشور و حکومت‌های مختلف ایفا می‌کرد.

به لحاظ مذهبی نیز نان همواره حرمت ویژه‌ای داشت و در روایت‌های متعدد ضمن نام بردن از آن، به عنوان بهترین طعام و سرچشمه زندگی یاد شده است. از این رو با توجه به جایگاه ممتاز نان در فرهنگ ایرانی، هرگونه بی‌توجهی و بی‌احترامی به آن، به ویژه کفران نعمت تلقی شده و کم شدن روزی را در پی خواهد داشت.

اما به رغم این جایگاه ممتاز نان، کید مکرر منابع مذهبی و فرهنگی بر لزوم مصرف بهینه نان، متأسفانه سرانۀ مصرف این کالای راهبردی در ایران از دست فراموشی افتاده و بسیار بالاتر است و سالیانه بخش درخور توجهی از منابع اقتصادی کشور از طریق مصرف نادرست و ضایعات نان از بین می‌روند. موضوعی که با توجه به خشکسالی‌های اخیر و محدودیت‌هایی که در زمینه کشت محصولات مختلف داریم، حتی می‌تواند با تشدید وابستگی کشور به واردات گندم، امنیت غذایی و دیگر معضلات کشور را به مخاطره بیندازد.

به هر سو ضرورت اصلاح الگوی مصرف نان، بر کسی پوشیده نیست. اما اینکه چرا تاکنون تلاش‌هایی که در این راستا انجام شده چندان موفق نبوده، شاید دلیل آن بی‌توجهی به اصول فرهنگ‌سازی باشد. کتاب تاریخ نان در ایران به عنوان پژوهشی ارزشمند، از جمله اقدامات فرهنگ‌سازی است که به زبان ساده مخاطب را با مراحل مختلف تهیه انواع نان و آیین‌های مناطق مختلف آشنا می‌کند. این اثر فاخر که به قلم ویلیام فلور، یکی از ایران‌شناسان برجسته نگاشته شده است، با بررسی ابعاد مختلف فرهنگی، تاریخی، سیاسی و اجتماعی نان در ایران، زوایای جدیدی از کارکرد آن را در جامعه ایرانی پیش‌روی خواننده قرار می‌دهد. خواندن این کتاب را به تک‌تک ایرانیان، توصیه می‌کنم و امیدوارم از آن لذت ببرند و با حساس شدن به دشواری‌های تهیه آن، به‌زودی شاهد اصلاح الگوی مصرف و کاهش ضایعات نان در ایران باشیم.

پیشگفتار نویسنده

به عنوان کسی که سال‌ها نان روزانه مصرفی خود را می‌پختم، همیشه به شیوه‌های پخت نان در دیگر نقاط جهان و البته به طور خاص ایران، علاقه‌مند بودم. مشغله‌های روزمره و نوشتن کتاب و مقالات درباره دیگر موضوعات جذاب، مرا از تعمق حول این موضوع بازداشته بود. سرانجام وقتی فرصت پرداختن به این موضوع را پیدا کردم اطلاعات مختصری درباره کشاورزی، پخت نان و ایرانیان باستان به دست آوردم؛ اما باز من چیز زیادی درباره پخت نان در ایران نمی‌دانستم و همین امر سرآغاز تحقیق برای نگارش این کتاب شد که تجربه‌ای جذاب و گران سنگ بود.

اگرچه در ابتدای کار با انواع مشخصی از نان آشنایی داشتم، اما خیلی زود دریافتم گونه‌های مختلف و گسترده‌ای از نان‌ها، منتهای و محلی در سراسر تاریخ ایران وجود داشته و دارد که تاکنون به آن‌ها توجه نشده است. حتی منابع اولیه درباره پخت نان در دانشنامه ایرانیکا، به پنج نوع نان محدود شده بود که هر کسی که با ایران آشنایی داشت قادر به نام بردن آنها بود. ایران‌شناسان معروفی چون پولاک و ویلیس نیز تنها از سه نوع نان نام برده بودند که به ندرت به موضوع با توجه به تعداد و تنوع نان در ایران، تعجب‌آور بود. از دوران باستان تاکنون، نان قوت غالب مردم، باکی ایران و سایر نقاط جهان بوده است. از همان دوران، نان به طرق گوناگون و در اشکال مختلفی تهیه می‌شد و از دانه‌ها و مواد مختلف در پخت آن استفاده می‌کردند. با کنار گذاشتن برنج در تهیه نان، هرچه افراد خیرتر بودند، از گندم کمتری در پخت نان بهره می‌بردند تا جایی که حتی ممکن بود اصلاً از گندم در نشان استفاده نکنند.

با توجه به اهمیت نان در تغذیه مردم و نقش آن در تداوم یا سقوط دولت‌ها و مقامات دولتی، جای تعجب است تاکنون کسی به آن به عنوان یک موضوع تحقیقی نپرداخته و تا آنجا که من جستجو کردم تنها یک پژوهش روش‌های پخت نان سنگک را بازگو کرده و دو مقاله هم به طریقه پخت نان سنگک و تافتون اختصاص یافته‌اند. حتی در مطالعات غذایی یا اجتماعی و اقتصادی مرتبط با ایران، به اهمیت نان در قالب دسته‌بندی‌های گسترده‌تر (غذا، مصرف کالری و درآمد) تاکید نشده است. اطلاعاتی که در این کتاب ارائه می‌شوند، گزیده‌ای از گستره وسیعی از مکتوبات مختلف‌اند.