



Azərbaycan mətbəxi – dövlətçiliyin və mədəniyyətin ayrılmaz hissəsi



Azərbaycan Respublikasının
Mediannın İnkişafı Agentliyi

Dövlətçilik və
mədəniyyətin təbliği

Layihə

Azərbaycan mətbəxi minilliklər boyu formalaşmış zəngin mədəni irsin təəcəssümüdür. Bu mətbəx yalnız qida təmin etmə vasitəsi deyil, həm də milli kimliyin, dövlətçilik ənənələrinin və sosial həyatın əhəmiyyətli hissəsidir. Azərbaycan coğrafi mövqeyi və tarixi tələyi onun mətbəxinə də təsir göstərmiş, müxtəlif xalqların mədəniyyətləri ilə qarşılıqlı əlaqə qurmuşdur. Qədim İpək Yolu üzərində yerləşməsi Azərbaycanı həm ticarət, həm də mədəniyyət mərkəzinə çevirmiş, burada müxtəlif övdiyyatlar, yemək hazırlama texnikaları və kulinariya ənənələri toplanmışdır.



Azərbaycanda çayı sadə formada dəmləməklə yanaşı, ona xüsusi etiradilərdən bəziylər əlavə etmə qatnaqda da geniş yayılmış ənənədir. Belə ki, Azərbaycan təbiiatının əvəzsiz incilərindən bəhs olunan tam təbii məhsul olan keklikotu, yarpız, itburnu, nane, mıkə və digər bitkilərdən bəziylər birgə dəmlənməli halda təqdim edir. Limon çay süfrələrinin əvəzlənən elementi hesab olunur. Azərbaycan çay süfrələrinə əsasən armud stəkənda, yanında limon və kələ qənd olmaqla təqdim olunur. Bundan əlavə, ölkəmizdə çay süfrəsində mırəbbə, şəkərbura, paxlavla kımı şirniyyatlara da üstünlük verilir.

Bu gün ələ bir ev tapılmaz ki, çay ərzində orada, ən azı, bir dəfə çay dəmlənmiş. Azərbaycanlılar çay süfrəsi ərsində həm şöhbətləşir, deyib-gülür, bir-birinə ürəklerini açır, problemləri çözməyə çalışır. Bütün bunlar bir daha sübut edir ki, Azərbaycanda xüsusi çay mədəniyyəti formalaşmış və kimliyin, qonaqpərvərliyin və sosial əlaqələrin rəmzinə çevrilmişdir. Yerli gəlməlikən, 2022-ci il noyabrın 28-dən dekabrın 3-dək Mərkəzi Krallığın Rabat şəhərində keçirilən UNESCO-nun Qeyri-maddi Mədəni İrsin Qorunması Ərsə Hökumətlərinin Komitəsinin 17-ci sessiyasında ölkəmiz üçün xüsusi əlamətdar qərarlar qəbul olunub.

Dekabrın 1-də sessiyada, həmçinin Azərbaycanla Türkiyənin birgə təqdim etdiyi "Çay mədəniyyəti: Kimliyin, qonaqpərvərliyin və sosial təməlin simvolu" nominasiyası da UNESCO-nun Qiyamətlandırıcı Orqanı tərəfindən bütün meyarlarına dair məsələlər barə qərar qəbul edilmişdir.

Azərbaycan mətbəxinin zənginliyi onun müxtəlif öv meyarlarına özüə göstərir. Öt yeməkləri arasında kabablar, dolmalar, pı, küftə-bobzə və qutablar xüsusi önəm daşıyır. Kabablar adətən mal və qoyun etindən hazırlanırlar, onları hazırlamaq üçün xüsusi marinat və əvdiyyatlar istifadə olunur. Dolmalar isə müxtəlif tərəvəzlər və yarpaqların içrisinə ot, düyü və əvdiyyat qarışığının doldurulması ilə hazırlanırlar. Pıti və küftə-bobzə isə ham gündəlik yeməklərdə, həm də mərasim süfrələrində yer alır. Tərəvəz və paxlav yeməklər də Azərbaycan mətbəxinə geniş yayılmışdır. Düyü ilə hazırlanan yeməklər, lobya, noxud və mərçi kımı paxlavlar ham qida dəyərli, həm də dad xüsusiyyəti ilə seçilir.

Azərbaycan çay mədəniyyəti də mətbəxin ayrılmaz hissəsidir və qədim keçmişə, köklü ənənələrə sahibdir. Burada çay qonaqpərvərlik və qonağa hörmətin simvolu kimi xarakterizə edilir. Çay xüsusi sinərlərdə, armud stəkənda süfrəyə təqdim etmək qədim ənənə hesab olunur. Azərbaycanlılar hesab edirlər ki, çay süfrəsi şöhbətləşməyə və istirahət etmək üçün ideal seçimdir. Hazırda Azərbaycan Qafqazın ən qədim çay ənənələrinə sahib ölkəsi hesab olunur.

“

Hər bölgəmiz də yerləşdiyi yerinə, oranın iqliminə görə bitən bitkilərdən, orada olan yeyilməsi mümkün olan ev heyvanlarından hazırlanan yeməklər var ki, onlarla xarakterik olaraq seçilir

birə Azərbaycan mətbəxini dünyaya tanımaq və gənc nəsillərə milli dəyərləri aşılamaq məqsədini güdür. Azərbaycan yalnız qida deyil, həm də milli kimliyin, tarix və mədəniyyətin canlı nümayəndəsidir. Bu baxımdan Azərbaycan mətbəxi dövlətçilik və milli şöurun inkişafında mühüm rol oynayır.

■ **Mövzu ilə bağlı sağam qidalanma mütəxəssisi Mehəli Hüseynova deyib ki, Azərbaycan mətbəxi dünyanın ən qədim mətbəxlərindən hesab olunur və həddindən artıq zəngin, dadlıdır.**

"Azərbaycan çay gözlə bir coğrafi mövqədə yerləşir ki, məhz 9 iqlim qurşağı buradadır. Bu əbəz yərə deyir ki, artıq bu iqlim qurşağının olması Azərbaycanın həm launasiya, həm də florasiya təsir edir ki, bu da onun zənginliyi ilə ölçülür. Təbii ki, hər bölgəmdə də yerləşdiyi yerinə, oranın iqliminə görə bitən bitkilərdən, orada olan yeyilməsi mümkün olan ev heyvanlarından hazırlanan yeməklər var ki, onlarla xarakterik olaraq seçilir. Azərbaycan mətbəxinin şirni plov hesab edilir. Plovun həddindən artıq çox növbə və bölgələrə görə dəyişir. Əsasən, Qarabağ plovunda danışmaq istəyirdim. Qarabağ plovu sümüksüz qoyun etindən hazırlanır, qovurma şəkildə olur və tərkibinə şabalıd, ərək, gavalı, kişmiş əlavə edilərək hazırlanır. Bir qis Qarabağ məxsus şəhəlvordur. Təbii ki, bölgələrə görə bənzər dəyişik toyuqla da bəşirələr, çığırtma şəkildə də edənələr

var. Daha sonra Şəki ilə bağlı demək istəyirdim ki, Şəkidə də bir çox yeməklər məşhur olduğuna baxmayaraq, ən çox pıtlı daha çox sevilir. Pıtlı da yene gördüyümüz kımı eger düzgün hazırlanırsa çox faydalı bir yeməkdir. Tərkibinə yene də yağlı qoyun eti, bəzən də olur ki, yağsız qoyun etinin sümüksüz hissələrindən istifadə edirlər, bir parça qıyırq atırlar. Yene də burada noxud, şabalıd, bəzi yerlərdə kartof da olur amma Şəkiyə xüsusi olaraq xarakterikdirə onlar kartof etmirlər. Bu da əsasən onunla bağlıdır ki, bu yeməyi daha çox qida deyirlər. Qışda temperatur aşağı olduğundan soyuq olur və orqanizmi daha çox güclü saxlayaraq, soyuqla davamlı edir. Eyni zamanda, nahar yeməyində yeyilən pıtlı, təbii ki, orqanizmə ancaq enerji, sağlamlıq verə bilər. Mütəxəssislikdə bu yeməkləri yerərkən diqqət etmək lazımdır ki, aşıqam yeməklərində yeyib artıq kolori yığımaq. Başqa yeməklərdən cənub bölgəsi Lənkəran, Masallı ləvəngisi ilə məşhurdur və ləvəngilər forəll olur. O bölgədə bəliqlər daha forəll bəliqlər olduğur, Kezəryanı hissədə yerləşdiyi üçün Lənkəran bəliqi ləvəngisi daha məşhurdur. Bəliq də tərkibinə görə həm çox faydalı, həm də qida dəyəri yüksəkdir. Masallı da eynilə ləvəngi ilə məşhurdur. Lənkəran, onların meşələri çox olduğur üçün forəlləri qışqırdan hazırlanan "Gərəf" oralar daha çox tanınır. Bu qışqır ləvəngisi ora üçün xarakterik və çox faydalı hesab olunur. Eyni zamanda da o bölgədə olanları daha çox sevdiyi yeməklərdən biridir".

Azərbaycan mətbəxinin xamir xörəklərinə toxunan ekspert deyib ki, süfrələrdə daha çox düğbəre, xəngəl, gürzə, süzlü gormək olar: "Bu kımı yeməkləri bölgəsinə görə dəyişir. Məsələn, Bakı düğbəresi daha xırda-xırda hazırlanırlar, əhissəsi daha kiçik olur. Bölgələr böldükdə isə düğbərlər daha iri hazırlanırlar və yaxud da gürzələr şəkildə hazırlanırlar ki, bu da təxminən orzaq olar eyni orzaqlardan hazırlansa da formalarına görə dəyişə bilər. Bəzən olur ki, bunu yanlış hazırlayırlar. Məsələn, eger xamir yeməkləri hazırlayırsanız yaxşı olar ki, onu əsasən qoyun etindən hazırlayaraq. Bir çox hallarda gürzünüzü ki, insanlar mal etindən hazırlamağa üstünlük verirlər və bu zaman onun dadı dəyişik ola bilər. Ən çox tanınan yeməklərdən biri də sacdır. Xüsəən Avropadan gələnler, Şər mətbəxinə məlumətı olmayanlar sacıma daha çox bəyənir. Dolmamızı da sevdələr çoxdur və dolma Azərbaycan yeməyi olaraq dünyada çox məşhurdur. Eyni zamanda, kababları da çox sevilir. Bir çox kabablarımda da var: mənqal kababı, tendir kababı, sac kababı, lülə kababı, basdıma və s. bu da bizim mətbəxi ələ kabablarıdır. Şirniyyatımızdan isə şəkərbura, paxlava, qurabiyə şəkildə kökələri eymək olar. Bütün bu təamlar Azərbaycan mətbəxinin qədim, dadlı və zənginliyinin ən yaxşı sübutudur".

✎ Sevinc

Azərbaycan Respublikasının
Mediannın İnkişafı Agentliyinin
maliyyə dəstəyi ərsində hazırlanıb.