

آش‌های محلی

از آش‌های مرسوم، یکی آش جو است که با کمی تغییر در بیشتر شهرستان‌های استان تهیه می‌شود. مواد اصلی آن جو به صورت پوست‌کند...



آش جو (ترخینه جو):

از آش‌های مرسوم، یکی آش جو است که با کمی تغییر در بیشتر شهرستان‌های استان تهیه می‌شود. مواد اصلی آن جو به صورت پوست‌کنده یا نیم‌کوب یا بلغور آن است و حبوبات که شامل نخود، لوبیا و عدس است. در بعضی مناطق سبزی هم دارد که شامل تره، جعفری، اسفناج، گشنیز و شوید است و به دلخواه، چغندر نیز اضافه می‌کنند. روش پخت این آش به این صورت است که یک روز قبل، حبوبات و جو را در آب خیس می‌کنند. سپس صبح روز بعد حبوبات و جو را بار می‌گذارند و در صورتی که از سیرابی استفاده کنند، سیرابی را هم به آنها اضافه می‌کنند. بعد از مدتی سبزی و چغندر را اضافه کرده و در آخر کشک و پیاز داغ و گاه پونه یا نعنای داغ را اضافه می‌کنند. نمک و زردچوبه را در هنگام پخت داخل آش می‌ریزند.

آش شیر (ترخینه شیر):

این آش از ترخینه شیر (گندم نیم‌کوب که در شیر پخته شده و بعد خشک شده است) تهیه می‌شود. مواد دیگر آن، سیب زمینی، پیاز داغ، نمک و زردچوبه است. این خوراک بیشتر به عنوان صبحانه مصرف می‌شود و با نان خورده می‌شود.

آش حلیم:

این غذا با حلیم متفاوت است و خاص شهرستان دلجان است. حلیم شامل بلغور و گوشت است، در حالی که آش حلیم، حبوبات نیز دارد، یعنی از بلغور، حبوبات (نخود، لوبیا و عدس) و گوشت تهیه می‌شود که خوب می‌پزند و بعد آن را می‌کوبند. وقتی آش، حالتی به هم آمیخته و سفت به خود گرفت، آن را روی نان می‌ریزند و می‌خورند.

آش انار:

این آش از بلغوری تهیه می‌شود که یک روز در آب انار خیسانده شده و بعد در آن جوشانده می‌شود. حبوبات را جدا می‌پزند و بعد سبزی آش را به آن اضافه کرده و در آخر بلغور با آب انار پخته شده را داخل آش می‌ریزند. نوع دیگر آش انار که در تفت پخته می‌شود، همان آش رشته یا آش جو است که قاتق آن به جای کشک ساییده شده، انار به صورت دانه انار خشک شده یا رب انار است.

آش بی‌بی سه‌شنبه:

این آش بیشتر جنبه نذری دارد. به طوری که یک داستان نیز پشتوانه آن است و طبق این داستان زنان این آش را نذر می‌کنند و حاجت می‌گیرند.

مواد آش عبارتند از: نخود، لوبیا، عدس، بلغور و گوشت که البته بیشتر در اراک رایج است و در مناطق دیگر آشی به این نام نیست، بلکه برای نذر سفره بی‌بی سه‌شنبه، کاجی می‌پزند و حداکثر آش رشته هم سر سفره می‌گذارند.

آش خیار:

این آش در شهریور ماه که فصل خیار چمبر است، تهیه می‌شود. مواد آن شامل بلغور، نخود، لوبیا و خیار چمبر است که آن را خرد می‌کنند و داخل حبوبات پخته شده می‌ریزند. این آش را با کشک، نعنای سیر و پیاز داغ می‌خورند.