

كلية الإنسانية والإجتماعية

قسم : ثانية ماستر تاريخ الغرب الإسلامي في العصر الوسيط

مذكرة بعنوان:

المطبخ المغاربي وتجهيزاته خلال العصر الوسيط في

بلاد المغرب الإسلامي

من القرن 5هـ-10هـ/11م-16م

مذكرة لنيل شهادة ماستر أكاديمي في شعبة: العلوم الإنسانية

تخصص: تاريخ الغرب الإسلامي في العصر الوسيط

إشراف الأستاذ:

أ. د/ غانية البشير

من إعداد الطلبة:

✓ خلايفة سارة

✓ مسعي محمد آنية

الصفة	الجامعة	رتبة العلمية	اللجنة
رئيس الجلسة	جامعة الشهيد حمه لخضر-الوادي	دكتورة	د/ أسماء بن عماره
مشرقا ومقررا	جامعة الشهيد حمه لخضر-الوادي	أستاذ /دكتور	أ/ غانية البشير
عضوا مناقشا	جامعة الشهيد حمه لخضر-الوادي	دكتورة	د/ كينه ميلودة

السنة الجامعية 2023-2024م



بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

فَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللّٰهُ حَلٰلًا طَيِّبًا وَاشْكُرُوا نِعْمَتَ
اللّٰهِ اِنْ كُنْتُمْ اِيَّاهُ تَعْبُدُونَ ﴿١١٤﴾ اِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ
وَالْدَّمَ وَلَحْمَ الْخِنزِيرِ وَمَا اُهِلَّ لِغَيْرِ اللّٰهِ بِهِ ؕ فَمَنِ اضْطُرَّ
غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَاِنَّ اللّٰهَ غَفُوْرٌ رَّحِيْمٌ

سورة النحل: الآيتين 114/115



هَدَايَا

ربي أوزعني أن اشكر نعمتك التي أنعمت علي وعلى والدي وإن اعمل صالحا ترضاه
وأدخلني برحمتك في عبادك الصالحين" - النمل 19-

الحمد لله الذي يسر لنا البدايات وأكمل النهايات وبلغنا الغايات

تم وبحمد الله وفضله تخرجي

إلى كل من كلهما الله بالوقار والهيبة إلى سر نجاحي وإستمراري والسند في الحياة وأكن لهما
الإحترام والتقدير الوالدين متعهما الله بالصحة والعافية

إلى سندي وضلعي الثابت الذي لا يميل والشموع التي تنير لي الطريق الأخوة والأخوات هم
نعمة أنعمني الله بهم وحفظهم الله لي.

صديقاتي الغايات

أهديكم هذه الكلمات النابعة من القلب إنتهت لحظاتي الجميلة معكم أحببتكم وأحببت

تواجدي معكم ولكن اليوم أجد نفسي أودعكم

صديقاتي لن يكرركن الزمن مهما كان

قضيت معكم لحظات جميلة لا تنسى وما أجملها من لحظات مضت سريعة وأصبحت نذكرى

قد تفترق الأجساد يوما لكن أنتن في قلبي إلى الأبد

لأن ما جمعني بكن هو الحب في الله والأخوة

"صديقاتكم : أذينة"

هَدَايَةٌ

أهدي عملي المتواضع هذا الذي وفقني الله في إتمامه إلى قرتي عيني

إلى التي سهرت لتربيتي وتعليمي إلى ينبوع العطاء بدون إنتظار

إلى من كان دعاؤها سر نجاحي وإنتصاري "**أمي العزيزة**"

إلى من كلله الله بالهيبة والوقار إلى سندي وبه أزداد إفتخار والذي مهما جاءت الكلمات فلن

تعبّر عما يحمله قلبي له "**أبي**" حفّضه الله.

إلى زملاء الدراسة وإلى كل من ساندني وقف إلى جانبي لإتمام هذا العمل.

"**خليفة سارة**"

الشكر والعرفان

بكل معاني التقدير والشكر

تحية عطرة وباقية من الشكر والثناء والتقدير

لك أستاذي " **خانية البشير** "

شكر بحجم عطائك بحجم أثرك الكبير علينا

كلمة شكر لن توفيك حقلك دعائي الدائم لك

كما والشكر الموصول إلى أصدقائنا وأحببتنا الذين شاركونا طيلة مشيرتنا العلمية أيام جميلة قضيناها وعشناها معا لحظة بلحظة أشكركم بكل ما تحمله كلمة شكر من معنى فهي تحمل من الشعور الكثير وكما لا أنسى أن أشكر لجنة المناقشة لقبولهم دعوة المناقشة وتقييم مذكرتنا.

الطالبتين: مسعي محمد آنية و خلايفة سارة



المخلص باللغة العربية

يعد الطعام موروث حضاري لا يتغير بتغير الزمن ، فهو يمثل حلقة متجانسة ، في الحياة اليومية للمجتمعات عبر العصور ، فهو يعكس مدى تطورها . فقد عرف الطعام في بلاد الغرب الإسلامي خاصة في عصر الدولة المرابطية والموحدية وماتلاها من الدويلات تطور وتنوع وراقي في ألوان وأصناف الأكل ، خاصة بعد الإحتكاك والتواصل بالعودة الأندلسية .

عرف المطبخ المغربي أنواع متعددة من الأواني والوسائل المستعملة في الطبخ منها التي صنعت من الخشب أو الفخار أو الحديد أو النحاس أو الزجاج الخاصة بأواني التقديم والتخزين و التحضير بالإضافة إلى طرق الاعتناء بها ونظافتها ، وهذا لإرتباط الطبخ وموضوع الطعام إرتباطا وثيقا بسلامة وصحة الأبدان .

عني الطباخون المغاربة عناية كبيرة بإعداد الأطعمة وربطوها بالصحة الجسمانية فقد أختاروا ما هو صحي من أنواع اللحوم والخضر والفواكه والأبازير وأجودها .وهذا ما إنعكس على تنوع الموائد من مختلف الألوان والوصفات الغذائية في مختلف الطبقات الإجتماعية سواء الطبقة الخاصة أو العامة ومن أنواع الأطعمة التي كانوا يتناولونها كالثرديد والكسكس والعصائد والهرايس ومختلف المشاوي وأنواع الخبز و الفواكه والحلويات والأشربة وغيرها كذلك اهتموا بطريقة تقديم الأكل وتنوعه على المائدة فكان لا يقدم دفعة واحدة بل على عدة مراحل مرفوقة بآداب إسلامية قبل وبعد الأكل مثل البسملة وطريقة الجلوس وغسل الأيدي بالغازول بعد الإنتهاء من الطعام وغيرها من الآداب.

كما كان الإحتكاك بالأندلسيين الوافدين للعدوة المغربية أثر مهم زاد من تطور وإزدهار الحياة الإجتماعية نذكر ما فعله زرياب الموصلي بعد قدومه للأندلس وكيف ساهم في تنظيم الحياة اليومية لأهل العدو سواء في طريقة تنظيم الموائد أو طرق تقديمها أو جلب أكالات جديدة وبمكونات وتوابل متنوعة وغيرها من الأنظمة الحياتية الإجتماعية .

بالإضافة إلى الدور الأبرز وما قامت به الرحلات العلمية والرحلة لأداء فريضة الحج من التواصل والترابط بين أهل المغرب وأهل المشرق وفتح المجال إلى تبادل العادات والتقاليد وخلق جانب من التأثير والتأثر بينهما في مختلف المجالات خاصة الطعام وتبادل بعض الوصفات الغذائية التي بقيت محفوظة ضمن الموروث الحضاري إلى اليوم مثل بعض أنواع الحلويات .

Summary in English

Food is a cultural heritage that does not change with time. It represents a homogeneous link in the daily life of societies throughout the ages. It reflects the extent of their development. Food in the countries of the Islamic West, especially during the era of the Almoravid and Almohad dynasties and the subsequent mini-states, was known for its development, diversity and sophistication in the colors and types of food, especially after contact and contact with the Andalusian enemy.

Maghreb cuisine knew many types of utensils and means used in cooking, including those made of wood, pottery, iron, copper, or glass for serving, storage, and preparation utensils, in addition to ways to care for and clean them. This is because cooking and the subject of food are closely linked to the safety and health of bodies.

Moroccan chefs paid great attention to the preparation of foods and linked them to physical health. They chose the best and healthiest types of meat, vegetables, fruits, and vegetables. This was reflected in the diversity of the tables of different colors and food recipes in the various social classes, whether private or public, and in the types of foods they ate, such as porridge. Couscous, porridges, mash, various grills, types of bread, fruits, sweets, drinks, etc. They also paid attention to the way food was presented and its variety on the table. It was not served all at once, but rather in several stages accompanied by Islamic etiquette before and after eating, such as the basmalah, the way of sitting, washing hands with soap after finishing food, and other etiquettes.

Contact with the Andalusians who came to the Moroccan enemy also had an important impact that increased the development and prosperity of social life. We remember what Ziryab al-Mousili did after coming to Andalusia and how he contributed to organizing the daily life of the people of Adwa, whether in the way of organizing tables, the ways of serving them, or bringing new foods with various ingredients and spices and other life systems. Social .

In addition to the most prominent role played by scientific trips and the trip to perform the Hajj in terms of communication and interconnection between the people of the Maghreb and the people of the East and opening the way for the exchange of customs and traditions and creating an aspect of influence and influence between them in various fields, especially food and the exchange of some food recipes that have remained preserved within the cultural heritage to this day. Like some types of sweets.

قائمة المختصرات

المختصر	دلالاته
ت	توفي
تح	تحقيق
تر	ترجمة
تع	تعليق
تق	تقديم
ج	جزء
د س ن	دون سنة نشر
د ط	دون طبعة
د م ن	دون مكان نشر
د ن	دون نشر
ر	راجع
ص	صفحة
ط	طبعة
ع	عدد
ق	قرن
م	ميلادي
مج	مجلد
هـ	هجري

المقدمة

مقدمة

أولى المؤرخين والباحثون أهمية كبيرة للتاريخ الإجتماعي في الفترة الأخيرة لأهمية المواضيع الإجتماعية في الدراسات التاريخية التي تساعد الباحث على فهم التطور التاريخي للعصر الوسيط، وإستجلاء مفاصيله من خلال الكشف عن تفاصيل يوميات الفرد والمجتمع في هذا العصر وهي تفاصيل طالها الإهمال في الدراسات التاريخية الكلاسيكية، والموضوع هو المطبخ المغربي وتجهيزاته خلال العصر الوسيط وهو أحد أوجه حضارة المغرب الإسلامي، وتعد الفترة الممتدة من القرن 5 هـ - 10هـ/11م - 16م من أزهى الفترات التي عرف فيها المطبخ المغربي تطوراً كبيراً، ذلك لأن الإحتكاك ببلاد الأندلس والمشاركة مكن أهل المغرب على التعرف على فنون الطبخ وتنوع الأذواق وطرق التحضير عن طريق الرحلة العلمية وموسم الحج .

ما يميز المطبخ المغربي في هذه الفترة هو أواني الطبخ وأواني التحضير والتقديم والتخزين وتقديم أكالات للطبقات الخاصة والعامة، حيث تنوعت الصفات من مختلف أصناف اللحوم والحلوة والخبز والتراث، وإستعمال مختلف الخضر والفواكه.

وتكمن أهمية هذا الموضوع في كونه يبحث عن أنواع الأصناف والألوان من الأطعمة التي كانت عند أهل المغرب والأندلس عند مختلف الطبقات الإجتماعية وكذلك طريقة أكلها وترتيبها على الموائد.

وتتخصص دراستنا في الفترة الممتدة من القرن 5 هـ - 10هـ/11م - 16م في المغرب الإسلامي وهي الحقل للدراسة.

وقد تمحورت إشكالية موضوعنا حول: بماذا تميز المطبخ المغربي في الفترة الممتدة من القرن (5هـ-10هـ/11م-16م)؟

وتتفرع عن هذه الإشكالية عدة تساؤلات فرعية منها:

- ما هي الأواني والوسائل التي تم إستعمالها؟

- وما هي أهم الصفات التي إعتدوها؟

- وطرق إعدادها وكيفية تقديم الأطعمة؟

- وما مدى تأثيره وتفاعله مع المطبخ الأخرى؟

أسباب اختيار الموضوع: ترجع دواعي اختيارنا لهذا الموضوع هو أن هذا النوع من المواضيع الذي يخص المطبخ وتجهيزاته والذي يمثل جانب من جوانب الحياة الإجتماعية في المجتمع لم يحض بالتفاته علمية من قبل الباحثين والمهتمين خاصة عند فيما يخص المجتمع الإندلسي، وبإعتبار هذا الموضوع أمراً هاماً لأنه في نهاية يعبر عن مدى تقدم وإزدهار المغرب الإسلامي في هذه المجالات خاصة خلال هذه الفترة التي تخصصنا في دراستها.

المنهج المتبع: المنهج التاريخي المناسب لذكر الأحداث التاريخية.

المنهج الوصفي : من أجل وصف أهم الأكلات وكيفية تحضيرها وطريقة أكلها من قبل المغاربة في تلك الفترة واهم الأفعال والعادات التي المتبعة في المطبخ المغربي.

تقسيمات الدراسة: وحسب المادة العلمية التي تمكنا من جمعها، تم تقسيم الموضوع إلى مقدمة وتمهيد وفصلين وخاتمة، حيث تضمن التمهيد الأغذية ونظرة القرآن إليها وطرق الحصول عليها.

الفصل الأول فعنوانه أدوات الطبخ وإحتوى على ثلاث عناصر؛ العنصر الأول تضمن تعريف الطبخ وأدواته والعنصر الثاني تناولنا فيه الموازين والمكاييل في الغرب الإسلامي والعنصر الثالث فيتضمن وصايا الطباخ.

الفصل الثاني فهو تحت عنوان الأطعمة والأشربة عند أهل المغرب والأندلس حيث تضمن مجموعة من العناصر؛ العنصر الأول يتحدث عن الطبقة الخاصة والعنصر الثاني فيتناول الطبقة العامة والعنصر يضم آداب الطعام والعنصر الرابع تناولنا فيه إصلاح الأطعمة وحفظها وأما العنصر الخامس فيضمن الأطعمة والأشربة العلاجية والعنصر السادس يندرج فيه المطبخ المغربي بين التأثير والتأثر والعنصر السابع فقد تضمن غرائب الأكل.

دراسات المصادر والمراجع: ومن أجل انجاز هذا الموضوع إعتدنا على عدة مصادر ومراجع إحتوت على مادة علمية غزيرة نذكر منها:

1- فضالة الخوان لابن رزين التجيبي (ت730هـ/1329م)، وقد أفادنا مما قدمه في كتابه على كثير من المعلومات الخاصة بالأواني المستعملة على إختلاف أنواعها ذاكراً محاسنها ومساوئها كذلك ذكر

المواد المستعملة لإعداد وتحضير الطعام من لحوم وخضر وغيرها من توابل وأبازير وخلول أيضا إستعرض لنا وصفات من الأكلات سوى المغربية أو حتى الأندلسية الكثيرة وبعض الأكلات الأخرى.

2- **الطبخ لابن البغدادي**، وهو كتاب مشرقى يتحدث عن الأطعمة المشرقية التي إنتقلت إلى بلاد المغرب فهو يحتوي على أكلات غربية غير معروفة وأيضا ذكر فيه نصائح ووصايا يجب على الطباخ إتباعها، وذكر العديد من الوصفات المتنوعة والحلويات.

3- **الطبخ وإصلاح الأغذية المأكولات وطيبات الأطعمة المصنوعات لابن سيار الوراق** وهو يتألف من 232 باب تناول هذا الكتاب التعريف بالأدوات والأواني المستعملة في المطبخ والمكايل والمقاييس، كذلك ذكر فيه العديد من الوصفات والتنوع الكبير على الموائد من أطعمة وأشربة ومختلف الفواكه والحلويات خاصة موائد الطبقة الحاكمة وحواشيها، كذلك ذكر لنا بعض علل الطبخ وكيفية إصلاحها أيضا تناول مختلف الأبازير وأنواعها أيضا ذكر لنا الموضوع المؤلف بعض الغاسولات والأشنان النافعة والصارة .

4- **كتاب أمثال العوام للزجالي القرطبي (617هـ-694هـ)**، حيث أفادنا في ذكر التراث والعصائد وأكل المتصوفة وما كانوا يقدمونه.

5- **كتاب الأغذية لأبن الزهر (464هـ-557هـ)**، والذي إستفدنا منه من الناحية العلاجية وذلك من خلال ذكره العديد من الأشربة العلاجية وفواكه وخضر وتوابل.

ومن الدراسات القيمة التي تعتبر نموذجية في الموضوع: دراسة **تطور المطبخ المغربي وتجهيزاته من عصر المرابطين إلى نهاية العصر العثماني (دراسة تاريخية وأثرية)** لحورية شريد، أفادتنا في ذكر بعض أواني التحضير والتقديم والتخزين وكذلك في إعداد الملاحق.

دراسة تحت عنوان **الحياة الإجتماعية في الغرب الإسلامي في العهد الموحدى** وهي مذكرة ماجستير للأستاذة شرقي نورة، إستعملناها في ذكر أدوات الطبخ وذكر بعض أنواع الأطعمة.

ودراسة قام بها **عيسى بن الذيب** تحت عنوان **المغرب والأندلس في عصر المرابطين** دراسة إجتماعية وإقتصادية 480هـ / 540هـ وهي رسالة دكتوراه أفادتنا في ذكر بعض أصناف الأطباق والحلويات والأشربة.

ومن دراسة أيضا تلك التي قامت بها زينب ملياني تحت عنوان الأطعمة والأشربة بالمغرب والأندلس في العصر الإسلامي (عصر المرابطين والموحدين) ولقد كانت دراسة مهمة وغنية بالمعلومات؛ حيث ذكرت فيها الأواني المستعملة في إعداد الطعام وذكرت العديد من أصناف الأطعمة الغذائية والعلاجية وآداب الأكل والغازولات الأشنان فلقد أعطتنا صورة واضحة عن المطبخ وما يتعلق به.

وكذلك بعض محاولات من الدارسين والمتخصصين في هذا الفن من بينهم الباحث دافيد وينز في مقالاته فنون الطبخ في الأندلس الذي أفادنا في التعرف على الأطعمة التي كانت متداولة في الأندلس.

صعوبات الموضوع: ومن الصعوبات التي واجهتنا وهي قلة المصادر والمراجع التي تناولت هذا الموضوع بصورة مباشرة خاصة في بلاد المغرب الإسلامي، عكس الدراسات التي تناولت بلاد المشرق والأندلس كانت بكثرة في هذا الموضوع وبصورة مفصلة.

التصنيف

أولاً: تعريف الأختية

ثانياً: الإسلام والغذاء

ثالثاً: طرق حاسب الحلال

أولاً : تعريف الأغذية :

لغة :

الغذاء ما يكون به نماء الجسم وقوامه من الطعام والشراب والجمع أغذية¹، وقال ابن فارس (غذى) الغين والذال والحرف المعتل أصل صحيح، يدل على شيء من المأكل، وعلى حنبس من الحركة، فأما المأكل فالغذاء، وهو الطعام والشراب، وأما الآخر فالغذوان: النشيط من الخيل، سمي لشبابه وحركته²، أما الرازي عرفه: الغذاء ما يغتذى به من الطعام والشراب، يقال غَدَوْتُ الصبي باللبن من باب غدا أي ربيته. ولا يقال غذيته بالياء مخففاً، ويقال غذيته مشدداً³، ويقال غذاه غذواً وغذاه فاغتذى وتغذى، وبالغذاء ما يتغذى به⁴.

اصطلاحاً:

وهو كل ما يتناول من مأكلاً ومشرباً ولبن من طرف الإنسان والحيوان يومياً⁵، لضمان الإبقاء على الحياة والنمو ولمد الجسم بالطاقة وتجديدها⁶.

ثانياً: الإسلام والغذاء

لقد لفت القرآن الكريم إنتباه البشرية إلى أهمية الغذاء في حياة الشعوب، وذلك من خلال إرتباطه بالأمن والإستقرار السياسي.

¹ إبراهيم أنيس وآخرون : معجم الوسيط، مكتبة الشروق الدولية ، ط4، (د م ن)، 2004م، ص674.
² ابن زكريا أبي الحسين أحمد بن فارس: معجم مقاييس اللغة، تق: عبد السلام محمد هارون، ج4، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، (د ط)، (د م ن)، (د س ن)، ص416.
³ محمد بن أبي بكر بن عبد القادر الرازي: مختار الصحاح، مكتبة لبنان، (د ط) ، لبنان، 1986م، ص197.
⁴ عبد السلام صادق شريف كتاني: دور التغذية في الطب الوقائي من خلال القرآن الكريم، رسالة لنيل شهادة ماجستير، إشراف: إبراهيم عفانة ود . حاتم جلال التميمي، جامعة القدس، 2009م، ص4.
⁵ محمد راكان الدغمي: في الإسلام الغذاء لكل فم، دار المعارف، (د ط)، القاهرة، (د س ن)، ص17.
⁶ زاهر أبو السباع: ضمان سلامة المنتج الغذائي الحيواني في الفقه الإسلامي وتطبيقات المعاصرة، (د ن)، (د ط)، مجلة الدراسات العربية، جامعة المنيا، (د س ن)، ص4428.

وقد برز هذا المعنى في سورة قريش حيث أن الله عز وجل قد أمن على أهل قريش بالأمن الغذائي بقوله تعالى: ﴿الَّذِي أَطْعَمَهُم مِّن جُوعٍ﴾¹.

والأمن والاستقرار في قوله: ﴿وَأَمَنَهُم مِّن حَوْفٍ﴾²، وجعل ذلك من النعم العظيمة التي تستحق العبادة لله وشكره عليها². في قوله: ﴿فَلْيَعْبُدُوا رَبَّ هَذَا الْبَيْتِ﴾³.

ويعتبر الغذاء أحد متطلبات الجسم الضرورية، لا يقوى على العمل بدونه ولا يقوم بوظائفه ونشاطه إلا به، وقد ذكر القرآن الكريم عدة أنواع من الأغذية والأشربة النافعة للجسم عبر مجموعات مختلفة أهمها:⁴

* اللحوم مثل : الأنعام والطيور والأسماك

* الزروع مثل : القمح والفول والخردل والعدس....

* الخضروات مثل: القثاء، اليقطين، البصل والثوم....

* الفواكه مثل: التين والتمر والموز والرمان والعنب....

* الأشربة مثل: الماء والعسل واللبن والمن والكافور والشراب (عصائر الفاكهة).⁵

هذه الأغذية دليل على سعة ورحمة الله عز وجل على عباده⁶.

¹ سورة قريش، الآية 4.

² معز الإسلام عزت فارس: لمحات تغذوية في الكتاب الكريم والسنة النبوية، رسالة لنيل شهادة الماجستير تغذية الإنسان، قسم التغذية، كلية الصيدلة والعلوم الطبية المساندة، جامعة البترا الأردنية، ص01.

³ سورة قريش، الآية03.

⁴ عبد السلام صادق شريف كتاني: المرجع السابق، ص12.

⁵ التجيبي: فضالة الخوان في طبيبات الطعام والألوان، تق: محمد شقرون، مؤسسة مطابع بنكشي، طب الإسلامي، (د ط)، إيران، 1388هـ ص ص 18، 19.

⁶ عبد السلام صادق شريف كتاني: المرجع السابق، ص12.

1- قاعدة الحلال والحرام لضمان الغذاء في الفقه الإسلامي

أ- تعريف الحلال :

لغة: الحلال نقيض الحرام، ويقال شيء حلال أي سائغ الإنتفاع به، ومثله الحلال والحرام والحليل، وهو حل يحل حلاً¹.

ويقال حل الشيء يحل بالكسر جلا خلاف حرم، فهو حلال وحلّ أيضا وصف بالمصدر ويتغذى بالهمزة والتضعيف فيقال أحلته وحلّته ومنه أحل الله البيع أباحه².

شرعا: اختلف فيه كل من الإمامين الشافعي وأبي حنيفة رضوان الله عليهما فالإمام الشافعي قال: ما لم يدل دليل على تحريمه، وأبي حنيفة قال ما دل الدليل على حله، وبسبب الخلاف هو السكوت عنه المأخوذ من قول النبي صلى الله عليه وسلم " وسكت عن أشياء رحمة بكم، فلا تبحثوا عنها "

فالشافعي قال هو من الحلال، وأبي حنيفة قال من الحرام³.

ب- تعريف الحرام:

لغة: حرم الشيء بالضم حُرِّمًا وما حُرِّمًا مثل عُسْرٍ وعُسْرٍ أي إمتنع فعله⁴ وقيل: المنع والتشديد⁵ ومنه قوله تعالى: ((وَحَرَّمْنَا عَلَيْهِ الْمَرَاضِعَ مِنْ قَبْلُ))⁶ أي حرمانه رضاعهن ومنعناه منهن إذا لم

يكن حينئذ مكلفا⁷ وقيل الممنوع مأخوذ من الحرمة ومعناه المنع وهي ما لا يحل إنتهاكه⁸.

¹ زاهر أبو السباع: المرجع السابق ، ص4435.

² أحمد بن محمد بن علي المقري: المصباح المنير في غريب الشرح الكبير للرافعي، المطبعة الأميرية، ط6، القاهرة- مصر، 1926م، ص202.

³ زاهر أبو السباع: المرجع السابق، ص4435.

⁴ أحمد المقري: المصدر السابق، ص180.

⁵ بدر الدين محمد بهادر بن عبد الله الشافعي المعروف بالزركشي: البحر المحيط في أصول الفقه، راجعه: عمر سليمان الأشقر، دار الصفوة للطباعة والنشر والتوزيع، ط2، الكويت، 1992م، ص255.

⁶ سورة القصص، الآية 12.

⁷ الزركشي: نفس المصدر، ص255.

⁸ موفق الدين عبد الله بن أحمد بن قدامة المقدسي: روضة الناظر وجنة المناظر في أصول الفقه، مؤسسة الرسالة ناشرون، ط1، 2009م، ص70.

شرعا: ما يذم فعله من حيث هو فعل.¹

2- المحرمات من الأغذية:

الأغذية المحرمة هي كل غذاء دخل دائرة الخبائث والخبائث هي تلك المطاعم والمشروبات الضارة بالأجساد والعقول والأخلاق على عكس الطيبات تماما²، ويقول الله تعالى: ﴿وَمُحَلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَمُحْرَمٌ عَلَيْهِمُ الخَبَائِثُ وَيَضَعُ عَنْهُمْ إِصْرَهُمْ وَالْأَغْلَالَ الَّتِي كَانَتْ عَلَيْهِمْ﴾³.

والملاحظ أن الناس سواء كانوا مسلمين أو غيرهم يراعون جانب الغذاء بحكم أنه من أهم أسباب الصحة والعافية الدنيوية، وهذا ما أقره الإسلام وإهتم به، ومن قواعده العامة تحريم كل خبيث وإباحة كل طيب⁴ بقوله تعالى: ﴿وَمُحَلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَمُحْرَمٌ عَلَيْهِمُ الخَبَائِثُ﴾⁵.

وانحصرت الأغذية المحرمة في القرآن الكريم⁶ في قوله تعالى: ﴿حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالْدَّمُ وَلَحْمُ الخَنْزِيرِ وَمَا أُهْلَ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ السَّبُعُ إِلَّا مَا ذَكَّيْتُمْ وَمَا ذُبِحَ عَلَى النُّصُبِ﴾⁷.

¹ الحافظ أبي بكر أحمد بن الحسين بن علي البيهقي: السنن الكبرى، ج10، دار المعرفة، (د ط)، بيروت - لبنان، 1992م، ص116.

² موسى إسماعيل البسيط: الغذاء والتغذية في ضوء الكتاب والسنة، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات، العدد 06، 2005م، تشرين الأول، ص341. ينظر: عبد السلام صادق شريف كتاني: المرجع السابق، ص13.

³ سورة الأعراف، الآية 158.

⁴ سعد بن عبد الله آل حميد: آداب الغذاء في الإسلام، دار الصمعي للنشر والتوزيع، ط1، الرياض، 1996م، ص15.

⁵ سورة الأعراف، الآية 158.

⁶ عبد السلام صادق شريف كتاني: المرجع السابق، ص13.

⁷ سورة المائدة، الآية 03.

وكمثال للأغذية المحرمة:

أ- الميتة: وهو ما مات موتاً عادياً أو لمرض أو بالذبح دون الإلتزام بالذكاة الشرعية¹ أو لكبر السن، فهذا يؤدي إلى تحلل الأنسجة وتلفها، وينقص من قيمة اللحم الغذائية وقابليته للهضم والأضرار والمتعلقة بنجاسة الدم وغيرها².

أما الأغذية المرخص بتناولها وهي من الأنواع الميتة مثل: لحوم السمك والجراد، وقوله صلى الله عليه وسلم أنه قال: ((أكلت لنا ميتتان السمك والجراد ودمان: الكبد والطحال)) رواه أحمد والشافعي وابن ماجة والبيهقي والدارقطني³.

ب- الدم: أي الدم المسفوح، فهو يعتبر من أفضل البيئات لنمو الجراثيم والمكروبات الضارة، لهذا حرمه الله عز وجل لما فيه من سموم وجراثيم⁴. إن التشريع حرم الدم المسفوح⁵، بقوله تعالى: ﴿إِلَّا أَنْ يَكُونَ مَيْتَةً أَوْ دَمًا مَسْفُوحًا﴾⁶.

ج- لحم الخنزير: كان تحريم لحم الخنزير قطعياً بغير تدرج في آية واحدة وهذا راجع إلى أن العرب لم يألفوا تناوله بكثرة، لما فيه من ضرر كبير⁷ فهو يعد من أنواع اللحوم التي تحتوي على مادة الكولسترول الدهنية بكثرة ومن الأضرار التي تخلفه عند تناول لحمه، انتشار سرطان القولون والمستقيم والبروستاتا والبنكرياس والثدي وعنق الرحم والكبد وغيرها من الأمراض⁸ وهذا بعكس الخمر الذي كان تحريمه تدريجياً ونزلت آيات تحريمه على عدة مراحل⁹.

¹ أبو زيد محمد شرعي: محرمات الطعام والشراب في القرآن الكريم وأثرها الصحي على المجتمعات الإسلامية، مجلة علوم الشريعة والدراسات الإسلامية، العدد 79، ج1، ربيع الثاني-2019م، ص14.

² معز الإسلام عزت فارس: الغذاء في القرآن الكريم من منظور علم التغذية الحديث، شهادة لنيل الدكتوراه في تغذية الإنسان، مركز النشر العلمي والترجمة، جامعة حائل، العربية السعودية، 2015م، ص244.

³ محمد بن إبراهيم بن عبد الله التويجري: موسوعة الفقه الإسلامي، ج4، د ن ، ط1، 2009م، ص331.

⁴ معز الإسلام عزت فارس: المرجع السابق، ص245

⁵ موسى إسماعيل البسيط: المرجع السابق، ص342

⁶ سورة الأنعام ، الآية 145.

⁷ معز الإسلام عزت فارس: المرجع السابق، ص246

⁸ موسى إسماعيل البسيط: المرجع السابق، ص343

⁹ معز الإسلام عزت فارس: المرجع السابق، ص246

د- المنخقة والموقوذة والمتردية والنطحية: وقيل كل ما وجد فيه سبب الموت كالمنخقة والمتردية والنطحية وأكلة السبع إذا أدرك ذكاتها، وفيها حياة مستقرة أكثر من حركة المذبوح حلت، وإن صارت حركتها كحركة المذبوح لم تحل.¹

فالمنخقة هي التي تخنق فتموت والموقوذة هي التي ضربت بعصا أو بحجرة فقتلت²، والمتردية هي التي تردت من مكان عال فماتت، والنطحية هي التي تتطحها أخرى فتموت³.

فهذه الحالات لا يمكن أكل لحومها ولا تحل لغير ذكاتها الشرعية التي تساعد على خروج الدم الضار من الجسم.⁴

ه- ما أكل السبع: ويقصد به هو ما جرحه الحيوان المفترس وأكل ما يحتاجه من فريسته، فالإسلام حرم أكل لحوم الحيوانات المفترسة والجارحة التي تتناول لحوم الحيوانات الأخرى مثل: السباع، والقطط والكلاب والطيور كالصقور والنسر وغيرها⁵، وقال النبي صلى الله عليه وسلم في هذا الشأن: " إن الله حرم أكل كل ذي ناب من السباع وكل ذي مخلب من الطير".⁶ وقوله تعالى: ﴿يَسْأَلُونَكَ مَاذَا أُحِلَّ لَهُمْ قُلْ أُحِلَّ لَكُمْ الطَّيِّبَاتُ وَمَا عَلَّمْتُم مِّنَ الْجَوَارِحِ مُكَلِّبِينَ تُعَلِّمُونَهُنَّ مِمَّا عَلَّمَكُمُ اللَّهُ فَكُلُوا مِمَّا أَمْسَكْنَ عَلَيْكُمْ وَاذْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ عَلَيْهِ وَأَنْقُوا لِلَّهِ إِنَّ اللَّهَ سَرِيعُ الْحِسَابِ ۝﴾.⁷

و- الجلالة: هي الحيوان الذي أكثر أكله العذرة والنجاسات، سواء كان الإبل أو البقرة أو الغنم وغيرها حتى يتغير ريحها.

¹ علاء الدين أبو الحسن علي بن سليمان المرادوي: الأنصاف في معرفة الراجح من الخلاف، ج1، بيت الأفكار الدولية، د ط، د م ن، 2004م، ص1796.

² معز الإسلام عزت فارس: المرجع السابق، ص249

³ محمد بن إبراهيم بن عبد الله التويجري: المرجع السابق، ص336.

⁴ موسى إسماعيل النسيط: المرجع السابق، ص344.

⁵ معز الإسلام عزت فارس: المرجع السابق، ص250.

⁶ الإمام مالك بن أنس: الموطأ، مج1، دار الغرب الإسلامي، ط2، لبنان، 1997م، ص640.

⁷ سورة المائدة، الآية 04.

وعن ابن عمر رضي الله عنه قال: نهى رسول الله صلى الله عليه وسلم: " عن الجلالة وألبانها"¹، أما إذا حبست بعيدا عن النجاسة وعلقت بالطاهر، طهر لحمها وزالت رائحتها وحلت وجاز أكلها.²

الأشربة المحرمة: ولقوله سبحانه وتعالى: ﴿يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَمُ رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴿٩١﴾﴾ إِنَّمَا يُرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ يُوقِعَ بَيْنَكُمُ الْعَدَاوَةَ وَالْبَغْضَاءَ فِي الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ وَيَصُدَّكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَعَنِ الصَّلَاةِ فَهَلْ أَنتُمْ مُنْتَهُونَ ﴿٩٢﴾³، ولقد جاء تحريم الخمر على مراحل وتدرج نظرا لكثرة شربه لدى العرب عكس بعض الأغذية كالخنزير الذي جاء تحريمه قطعا.⁴

إضافة إلى السموم، والدم، بول الأدمي، وكل شراب نجس، وكل ما خالطته نجاسته وغيرها من الأشربة الضارة والخبيثة المسكرة، السامة كل من جمع هذه الصفات فهو محرم ولا يجوز شربها.⁵

ثالثا: طرق كسب الحلال:

ذكر الماوردي أن المكاسب الطبيعية تعددت وتنوعت من زراعة وتجارة ومختلف الصناعات فهي من طرق مكاسب الرزق والمعاش وقد كلفت الشريعة الإسلامية الحرية التامة بالعمل والإشتغال بهذه الأعمال على والوجه المشروع، وشجعت على ممارستها لما فيها من فوائد على الإنسان وحاجته لها.⁶ ونستدل بالآية الكريمة بقوله تعالى: ﴿هُوَ الَّذِي خَلَقَ لَكُمْ مَّا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا ثُمَّ أَسْتَوَىٰ إِلَى السَّمَاءِ

فَسَوَّاهُنَّ سَبْعَ سَمَوَاتٍ وَهُوَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ ﴿٣١﴾⁷.

¹ محمد بن إبراهيم بن عبد الله التويجري: المرجع السابق، ص323.

² موسى إسماعيل البسيط: المرجع السابق، ص343.

³ سورة المائدة، الآية 91.

⁴ معز الإسلام عزت فارس: المرجع السابق، ص226.

⁵ محمد بن إبراهيم بن عبد الله التويجري: المرجع السابق، ص341.

⁶ محمد راكان الرغمي: المرجع السابق، ص17.

⁷ سورة البقرة، الآية 29.

فالإنسان كان هدفه دائما الحصول على المعاش والرزق الحلال لقوله تعالى: ﴿هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ

الْأَرْضَ ذُلُولًا فَأَمْشُوا فِي مَنَاكِبِهَا وَكُلُوا مِن رِّزْقِهِ ۗ وَإِلَيْهِ النُّشُورُ ﴿١٥﴾¹.

ومن طرق الحصول الرزق الحلال، فقد أمر الإسلام على ممارسة الزراعة وذلك من خلال إعمار الأراضي البور وإستصلاحها وإنتاجها بمختلف المنتجات التي تعد المصدر الرئيسي في توفير الغذاء وفي هذا الصياغ يقول صلى الله عليه سلم : " خير الكسب كسب يد العامل إذا نصح"².

إن إزدهار ونمو الاقتصاد كان مرتكزا قبل كل شيء على النشاط الزراعي والرعوي وهذه الأخيرة كانت مرتبطة إرتباطا قويا بالصناعة، ونقصد بها تصنيع الإنتاج الزراعي، وهذا يتطلب بذل جهد وأساليب للعمل والإنتاج³.

أيضا من وسائل الحصول على الرزق عن طريق الصيد سواء كان الصيد البري مثل الطيور والحيوانات أو الصيد البحري مثل صيد الأسماك والمرجان على مختلف المناطق الساحلية⁴.

كذلك من طرق الكسب وهو العمل بالأجر نتيجة عمل معين مقابل أجر لما يستحقه مثل إستصلاح الأراضي الفلاحية وزرعها وجني الثمار أو كمهنة الحراسة وغيرها من المهن⁵.

¹ سورة الملك، الآية 15.

² " معز الإسلام" عزت فارس: لمحات تغذوية في الكتاب الكريم والسنة النبوية، المرجع السابق، ص ص 3-4.

³ سامية مصطفى محمد مسعد: الحياة الاقتصادية والإجتماعية في إقليم غرناطة في عصري المرابطين والموحدين (484هـ-620هـ/1092-1663م)، مكتبة الثقافة الدينية، ط1، مصر، 2003م، ص119.

⁴ روبرار برنشفيك: تاريخ إفريقية في العهد الحفصي من القرن 13 إلى نهاية القرن 15هـ، تر: حمادي الساحلي، ج2، دار الغرب الإسلامي، ط1، بيروت-لبنان، 1988م، ص238.

⁵ شهاب الدين أحمد بن ادرسي القرافي: الذخيرة، تق: محمد بوخبزة، ج3، دار الغرب الإسلامي، ط1، بيروت، 1994م، ص162.

الفصل الأول

I - تعريف الطب وأدواته

أولاً: تعريف الطب

ثانياً: تعريف علم الطب

ثالثاً: أدوات الطب

II - الموازين والمكاييل في الغرب الإسلامي

1 - الموازين

2 - المكاييل

III - وطاقيا الطباخ

1. تعريف الطبخ وأدواته :

ارتبطت حاجة الإنسان للغذاء إرتباطاً وثيقاً، بحاجته للطبخ المأكل وإعداد ما طاب له من أنواع الأطعمة، وإزادات حاجته لمعرفته وإكتشافه لفن الطبخ وتقنياته، وإعداد ما هو مفيد من غذاء لصحة وسلامة الجسم، وهذا بحسب الفصول والأحوال الصحية خاصة في زمن المجاعات والأوبئة حين يصبح الطبخ ضرورة من ضروريات العلاج ووسيلة من سائل التخلص من الداء، وتغدوا بعض وصفات الطبخ ذات صلة وطيدة بمجال الطب و صناعة الصيدلانية.

قال الرسول صلى الله عليه وسلم: " إذا أكل أحدكم فليأكل بيمينه، وإذا شرب فليشرب بيمينه، فإن الشيطان يأكل بشماله ويشرب بشماله."¹ ، أما ابن زرين التجيبي² قال: " الإهتمام بالأغذية التي هي قوام الأبدان وأسباب إعتدال مزاج الإنسان والتأنق في طبخها على ما تقتضيه الصنعة المجربة من الإحكام والإتقان."³ وقال صاحب كتاب الطبخ البغدادي: قال بعض الحكماء: أربعة تجمع الحسنى وتكمل النعمى، دين قوي، وسعي زكي، وطعام مري، وشراب هني فدل على أنه لا بأس بالتلذذ في الأطعمة والتخصص بها.⁴

أولاً : تعريف الطبخ:

ويقصد بالطبخ في اللغة إنضاج اللحم وغيره إشتواء وإقتدار⁵ وهناك من يقول أن الطبخ هو حسن تأليق حوائج الشيء المطبوخ حتى يعتدل ولا يكون بعضه غالب على بعض.⁶

¹ المقري التلمساني: عمل من طب لمن حب، دار الكتب العلمية، ط1، بيروت-لبنان، 2003م، ص72.

² التجيبي: هو العلامة أبو الحسن ابن محمود بن أبي القاسم محمد بن أبي بكر رزين التجيبي الأندلسي فقيه أديب صاحب مخطوط فضالة الخوان في طبقات الطعام والألوان، عاصر محمد بن الحسن الكاتب البغدادي صاحب كتاب الطبخ ينظر، التجيبي: المصدر السابق، ص14.

³ نفسه، ص29.

⁴ البغدادي: الطبخ، مطبعة أم الربيعين، (د ط)، الموصل- العراق، 1934م، ص6.

⁵ ابن منظور : لسان العرب، مج 3، نشر أدب الحوزة، (د ط) ، إيران، 1405م، ص36.

⁶ مانويلا مارين ودايفيد واينز: كنز الفوائد في تنويع الموائد، دار النشر فرنس شتانيير شتوتكارت، ط1، بيروت-لبنان، 1993م، ص8.

ثانيا: تعريف علم الطبخ:

علم طبخ الأطعمة والأشربة والمعاجين: وهو علم يعرف به كيفية تركيب الأطعمة اللذيذة النافعة بحسب الأمرجة المخالفة وكيفية تركيب المركبات الدوائية من جهة الوزن والوقت والتقديم والتأخير، وهو من فروع الطب غير طبخ الأطعمة¹.

أما الطباخ فهو معالج الطبخ وحرفته الطباخة والطباخ هو الطاهي، الذي يطبخ مختلف أنواع الأطعمة². ويقول الشاعر في هذا الصدد:

إذا الرجال شتوا وإشتد أكلهم فأنت أبيضهم سربال³ طباخ

ثالثا: أدوات الطبخ:

ذكر ابن رزين التجيبي في كتابه الذي سبق ذكر وغيره من المؤلفين جملة من الأواني المتعلقة بتحضير الطعام.

1- وسائل الطهي

أ- الموقد: يمكن للمطبخ أن يزود بعدة موقد، بإعتباره المكان الوحيد به مدخنة، التي تكون مرتكزة على أحد جدران المطبخ ويتقدمها قوسا مخموسا يعلوه من الجهة العلوية المقابلة للجدار وله فتحة التهوية تطل على سطح البيت، يبلغ طولها حوالي طول قامة الإنسان، وعرضه على إمتداد الجدار ويبني عادة من الآجر ويتكون من جزأين العليا بها فتحات يطلق عليها أفران، توضع فوقها شبكة معدنية توضع فوقها

¹ حاجي خليفة مصطفى بن عبد الله : كشف الظنون عن أسامي الكتب والفنون، تق: محمد شرف الدين، مج2، دار

إحياء التراث العربي، بيروت-لبنان، (د س ن)، ص1095.

² ابن منظور : المصدر السابق، مج3، ص36.

³ سربال: هو نوع من اللباس الشبيه بالقميص يرتديه الطباخ ويكون شديد السواد لا تساخه وتلطخه بالأدام وغيره، ينظر:

التجيبي: المصدر السابق، ص8.

القدور، والجزء السفلي مخصص لبيت النار¹، وتختلف أحجام هذه المواقد منها الصغيرة مخصص لأباريق الشاي، ومنها الكبيرة للقدور باختلاف أحجامها.²

ب- الفرن: الفرن شيء يختبر فيه، وجمعه أفران³ و هو لا يزال متداول لفظاً وشكلاً إلى يومنا هذا في بلاد المشرق ويعرف في بلاد المغرب بالمخبزة، ومكانه خارج البيت⁴، وقد ذكره مجهول في كتابه الطبخ في المغرب والأندلس في عصر الموحدين " ويبعث بها إلى الفرن"⁵، وهناك من أطلق عليه اسم الموقد وهو مستطيل الشكل ويبلغ إرتفاعه قامة الإنسان ويتميز بالإتساع ويكون له عدة فتحات⁶، ويقول المقري عن الموقد:

رب فران جلا صحفته لهب الفرن جلاء العسجد
يضرب النار بأحشاء الورى مثلما يضرب في المستوقد
فكأن الوجه منه خبزة فوقها الشعر كقدر أسود⁷.

ويكون الفرن به جزأين واحد فوق الآخر، بحيث وبعد إشعال النار في الجهة السفلى حتى تصل حرارته الجهة العليا التي يدخل فيها الخروف كاملاً من فتحة علوية بعيداً عن الدخان ويطهي ليلة كاملة على نار هادئة.⁸ ينظر الملحق رقم: 7 ص 90.

¹ حورية شريد: تطور المطبخ المغربي وتجهيزاته من عصر المرابطين إلى نهاية العصر العثماني (دراسة تاريخية أثرية)، أطروحة لنيل شهادة الدكتوراه في الآثار الإسلامية، تحت إشراف: صالح بن قربة، جامعة الجزائر 2، ج1، 2010م/2011م، ص ص 203-204.

² فاطمة البلوي: أدوات المطبخ الشمالي في الموروث الشعبي، جريدة الرياض، الأحد 22 ذو الحجة 1439هـ / 02 سبتمبر 2018م / الجمعة 21 رجب 1445هـ / 02 فبراير 2024م.

³ ابن منظور: لسان العرب، المصدر السابق، مج13، ص322.

⁴ مريانة العنابي: الأسرة الأندلسية في عصر المرابطين والموحدين، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في التاريخ الوسيط، تحت إشراف: عبد العزيز فيلاي، جامعة قسنطينة، (د ت ن)، ص121.

⁵ مجهول: الطبخ في المغرب والأندلس في عصر الموحدين، (د ن)، (د ط)، (د ت ن)، (د م ن)، ص63.

⁶ حورية شريد: المرجع السابق، ص ص 204-206.

⁷ المقري التلمساني: نفع الطيب من غصن الأندلس الرطيب، تح: إحسان عباس، مج6، دار صادر، (د ط)، بيروت- لبنان ص38.

⁸ حسن الوزان بن محمد الفاسي: وصف إفريقية، تر: محمد حجي ومحمد الأخضر، ج1، دار الغرب الإسلامي، ط2، بيروت-لبنان، 1983م، ص236.

أما عن ما يطهى في الفرن مختلف المأكولات ولكن أغلبها الخبز، ويقول التجيبي في هذا الشأن " نوع الخبز المطبوخ في الفرن " ¹.

ج- التنور: وهي حفرة تحت الأرض تكون دائرية الشكل، تستعمل لطهي الخبز، ويختلف الفرن عنه بكونه يكون خارج البيت وله فتحتان واحدة في الأعلى وواحدة في الأسفل ويطبخ فيه مختلف الأطعمة ² ، وقد ذكره ابن سيار الوراق في قوله: " وضعها على فحم لين حتى يحمى التنور، فإذا سكن التنور، فخذ الجدي السمين أو الحمل بعد سمطه ونظافته، وحط القدر وسط التنور، وعلق عليها الحمل، وسقه ملحا، وطين التنور. " ³ ، وفي قول آخر: " وتعلق عليه دجاجة في التنور " ⁴ ؛ فالتنور لم يكن متوفر ومستعمل في جميع المساكن بل إقتصر على بعضها ⁵.

ح- الملة: بفتح الميم، الرماد الحار والحفرة التي تحفر في الرماد الحار ⁶ ، وتستعمل غالبا لطهي الخبز مثلما ذكر التجيبي: "يحضر السميد ويعجن حتى يختمر ثم يقرص إلى عدة قرص وبعدها يوضع في الملة على نار معتدلة حتى يطهى بالكامل " ⁷ ، أما عبد الواحد المراكشي ذكرها في كتابه وثائق المرابطين والموحدين: أن الملة هي مجموعة من الأواني بقوله: " ملء كل ملة كذا وكذا " ⁸، وخبز الملة هو الخبز المطبوخ في الرماد الشديد الحرارة. ⁹

¹ التجيبي: المصدر السابق، ص36.

² نفسه، ص37.

³ ابن سيار الوراق: الطبخ وإصلاح الأغذية والمأكولات وطيبات الأطعمة المصنوعات مما استخرج من كتب الطب وألفاظ الطهارة وأهل اللب، تح: إحسان ذنون الثامري، (د ن)، (د ط) ، (د م ن)، (د س ن)، ص365.

⁴ نفسه ، ص367.

⁵ حورية شريد، المرجع السابق، ص 211.

⁶ التجيبي: المصدر السابق، ص37 . ينظر، ابن منظور: لسان العرب، ج11، ص630.

⁷ نفسه، ص37.

⁸ المراكشي عبد الواحد: وثائق المرابطين والموحدين، تق : حسين مؤنس، نشر مكتبة الثقافة الدينية، ط1، بورسعيد- مصر، 1997 م، ص308.

⁹ التجيبي: نفس المصدر، ص37

خ- **الديكدان**: لفظة فارسية تعني المنصب، وهو معروف عندنا اليوم، الذي يوضع عليه القدر وهو حديد ذو ثلاث قوائم¹، أما التتوخي فيقول أنها عبارة عن آلة يوضع عليها القدر بقوله: "وقد نصب ديكدان في صحن الجامع على دكة ووضع فوقه طنجير"².

6- **الكانون**: يوجد نوعين من الكانون، واحد ثابت والآخر متنقل، وقد كان يعرف عند أهل المغرب بإسم الغضا وهي أفران متنقلة، وهي عبارة عن وعاء من الفخار يرتكز على ثلاث أعمدة³، يقول التجيبي: "يوضع في قدر نظيفة، ويقرب من كانون النار بحيث يلحقها بعض حرارة النار من غير أن تمسها النار ويترك كذلك حتى يختم"⁴، ويقول المالكي في كتابه رياض النفوس: "هل تبنون في كل مرحلة بيتا وتجعلون فيه سترا وفراشا وكانونا بالفحم"⁵.

2: أدوات التحضير: أما الأدوات التي يتم فيها التحضير للطعام أو وضعها بها فهي كثيرة ومختلفة إلا أنه سنكتفي بذكر بعضها، والتي كثر إستعمالها التي ذكرت في مختلف المصادر وأهمها.

أ- **القدر**: تعد من أواني الطهي، وغالبا ما تكون مصنوعة من طين⁶، فمنها قدر الفخار⁷ كبيرة وواسعة وبها غطاء⁸ وقدر متوسطة الحجم⁹، وقدر صغيرة، وكذلك منها قدر مصنوعة من النحاس¹⁰، وقدر ذكرها صاحب كتاب كنز الفوائد في تنويع الموائد في قوله: "فتصنع القدر بما فيها على الفحم حتى يغلي

¹ ابن سيار الوراق: المصدر السابق، ص223.

² التتوخي أبي علي المحسن بن علي: نشوار المحاضرة وأخبار المذاكرة، تح: عبود الشالجي، ج2، دار صادر، ط1، 1971م، ط2، 1995م، بيروت-لبنان، ص126.

³ حورية شريد: المرجع السابق، ص215.

⁴ التجيبي: المصدر السابق، ص71.

⁵ المالكي أبي بكر عبد الله بن عبد الله: رياض النفوس في طبقات علماء القيروان وإفريقية وزهادهم ونساکهم وسير من أخبارهم وفضائلهم وأوصافهم، تق: حسين مؤنس، ج1، مكتبة النهضة المصرية، ط1، مصر، 1951م، ص388.

⁶ إلياس إرادة: مجلة الدراسات الإفريقية وحوض النيل، مجلة دورية محكمة تصدر عن المركز الديمقراطي العربي، ألمانيا-برلين، مج 3، العدد12، يوليو 2021م، ص557.

⁷ عبد الواحد المراكشي: المصدر السابق، ص308.

⁸ حورية شريد: المرجع السابق، ص230.

⁹ ابن سيار الوراق: المصدر السابق، ص25.

¹⁰ حورية شريد: نفس المرجع، ص232.

وينضح جميع ما فيها فيطيب بالأفاوية " ¹، أما عن التجيبي فيقول: " وتوضع القدر على النار حتى تغلى مقدار ثلاث غليات" ². ينظر الملحق رقم: 01 ص 85.

ب- البرم (البرمة): وهي قدر تتحت من الحجارة ³ أو تكون من الفخار ⁴ أو من النحاس ويقول التجيبي في هذا الشأن: " توضع برمة نحاس على النار بما يغمر الرأس من الماء، فإذا غلت البرمة وضع فيها الرأس وترك ساعة " ⁵، ويقول مجهول: " ويجعل الكل في برمة ويوقد تحته بنار لينة " ⁶، وأما ابن سيار الوراق فيقول: " وإنما جعلت البرام لطبيخ اللحم " ⁷.

ويضيف التجيبي: " ثم تسلى الألية الطرية في البرام " ⁸، ومن أنواع البرام، البرمة المنتفخة ذات الرقبة العالية ويطلق عليها بالإسبانية مارميتا وهو لفظ مأخوذ من البرمة التي اشتهرت مصر بصناعتها ومنها عمت البلاد الإسلامية باختلاف أحجامها. ⁹ ينظر رقم: 01 ص 85.

ج- الطنجير: هو عبارة عن قدر منخفضة ذات شكل اسطواني يستعمل في العسل أو السكر ¹⁰ قال عنه التجيبي: " ثم يوضع العسل في طنجير وتزال رغوته على النار " ¹¹. وعادة ما يكون الطنجير مصنوع من النحاس ويقصد، ويستعمل في الطبخات المصنوعة من السكر عادة، وهناك ما هو مصنوع من الفخار

¹ مانويلا مارين ودايفيد واينز: المرجع السابق، ص 63.

² التجيبي: المصدر السابق، ص 41.

³ البغدادي: المصدر السابق، ص 7.

⁴ مريامة العنابي: المرجع السابق، ص 121.

⁵ التجيبي: المصدر السابق، ص 39.

⁶ مجهول: المصدر السابق، ص 229.

⁷ ابن سيار الوراق: المصدر السابق، ص 24.

⁸ البغدادي: المصدر السابق، ص 35.

⁹ عصام سالم سيسالم: جزر الأندلس المنسية (التاريخ الإسلامي لجزر البليار)، دار العلم للملايين، ط1، لبنان، 1984م، ص 569.

¹⁰ حورية شريد: المرجع السابق، ص 276.

¹¹ التجيبي: المصدر السابق، ص 66.

ويستعمل في تحمير الخبز في الفرن¹، ويقول ابن سيار الوراق: ".....ثم يجعل في طنجير أو قدر"² أما مجهول فيقول: " وتوضع الصرة في الطنجيرة حتى يأتي شرابا محكما"³. ينظر الملحق رقم: 3 ص 87.

ح- **المقلي**: تتوعد بتتوع أشكالها وأحجامها، فهي غير متعددة الإستعمالات، ولكن يستخدم للمقالي فقط⁴ ومنها ما هو لصنع الخبز و يقول مجهول : " ويعجن الدقيق بالزيت ويصنع منها رقائق وتقلي في الزيت"⁵.

ويضيف أيضا، وأخذ مقلاة جديدة وملأها سمنا أو زيتا وأخذ من العجين فهذه في المقلاة⁶، وتصنع المقلاة من حديد مقصدرة لقلي السمك⁷ وهناك ما يصنع من النحاس الأحمر الجيد⁸ أما المقالي الخاصة بالزلابية فهي تختلف عن باقي المقالي الأخرى لان الزلابية لا تحتاج إلى الكثير من الزيت وسمي هذا النوع بالاسفيذوة⁹.

خ- **الطاجن** : المقلى وهو بالفارسية تابة، وهو يقلى فيه¹⁰، والطاجن أنواع ومنها ما هو مخصص لصنع الخبز¹¹، ويقول التجيبي: ".....ثم يبعث الطاجن إلى الفرن فإذا طبخ بعض الطبخ أخرج من الفرن وسقى باللبن وأعيد إلى الفرن"¹²، ومنها ما هو مخصص لصنع الكنافة، ويصنع هذا النوع من الفخار ويضيف التجيبي: " يأخذ الطاجن المعد لعملها وهو مثقب بقاعه أثقبا غير نافذة فتحمى على النار..¹³، ومنها

¹ حورية شريد: المرجع السابق، ص 276.

² ابن سيار الوراق: المصدر السابق، ص 229.

³ مجهول: المصدر السابق، ص 222.

⁴ ابن سيار الوراق: نفس المصدر، ص 24.

⁵ مجهول: نفس المصدر، ص 216.

⁶ نفسه، ص 216.

⁷ ابن سيار الوراق: نفس المصدر ، 24.

⁸ ابن الإخوة محمد بن محمد بن أحمد القرشي: معالم القرية في أحكام الحسبة، تح: محمد محمود شعبان وصديق عيسى المطيعي، مركز النشر مكتب الإعلام الإسلامي، ط1، د م ن، 1986م، ص 180.

⁹ الاسفيذوة: نوع من المقلة مصنوع من النحاس الأبيض أو الأصفر. ينظر، ابن سيار الوراق: نفسه، ص 24.

¹⁰ ابن منظور : المصدر السابق، ج13، ص 264.

¹¹ حورية شريد: المرجع السابق، ص 277.

¹² التجيبي: المصدر السابق، ص 54.

¹³ نفسه، ص 71.

ما يصنع من حديد¹، وما يصنع من حنتم²، ويقول التجيبي: " وتحشو به ما بين لحم الخروف والأضلاع وتجعله في طاجن مزجج"³. ينظر الملحق رقم 02. ص86

وهناك الكثير من الأدوات التي استعملها أهل المغرب والأندلس في ممارساتهم المطبخية اليومية، نذكر الغريبال، وهو منجل يصنع عادة من الحلفاء أو شعر المعز⁴، ومن أنواعه الصفيق، وذكره التجيبي بقوله: " يغربل السميد بغريبال صفيق فيه ماء ساخن قد حل فيه خمير وملح حلا بليغا"⁵.

ويضيف بقوله: " وتغربله بغريبال من حلفا..."⁶ أيضا "المغرفة أو الملعقة"، وتستعمل لتحريك الطعام أو الكيل⁷، ويقول مجهول: ".....ثم تأخذ قدر ويجعل فيه ثلاث مغارف خل و مغرفة من المري النقيع ومغرفتين من الزيت"⁸، أيضا "القصبه لتحريك ما في القدر"، والشوبك وهي اسطوانة من الخشب لفرش العجين⁹، مخروطة غليظ الوسط رقيق الطرفين¹⁰ واستعملوا أيضا الأقداح والجفن والصفحة، فهي مصنوعة من الرخام اللين أو الخشب¹¹. ينظر الملحق رقم: 6 ص89.

ويقول التادلي صاحب كتاب التشوف إلى رجال التصوف: " أفرغ اللبن الذي كان في القربة في أربعة أقداح وأقعد عشرة"¹²، ويقول مجهول: " ويغلى القدر حتى تشرب الدجاجة المرق واجعلها في الصفحة وزينها ببناذقها وفصولها وذر عليها التابل الرفيع وقدمها"¹³.

¹ حورية شريد: المرجع السابق، ص278.

² الحنتم: نوع من الطين تصنع منه الأواني المزججة من داخلها. ينظر، التجيبي: المصدر السابق، ص31.

³ نفسه، ص132.

⁴ حورية شريد: نفس المرجع، ص261.

⁵ التجيبي: نفس المصدر، ص71.

⁶ نفسه، ص135.

⁷ دافيد ويتر: فنون الطبخ في الأندلس الحضارة الإسلامية في الأندلس، ج2، مركز دراسات الوحدة العربية، ط1، بيروت-لبنان، ص1028.

⁸ مجهول: المصدر السابق، ص33.

⁹ دافيد ويتر: نفس المرجع، ص1028.

¹⁰ التجيبي: المصدر السابق، ص45.

¹¹ مريامة العنابي: المرجع السابق، ص121.

¹² التادلي ابن الزياد أبو يعقوب يوسف بن يحيى:التشوف إلى رجال التصوف وأخبار أبي العباس السبتي، تح: أحمد توفيق، منشورات كلية الأدب، ط2، الرباط، 1997م، ص135.

¹³ مجهول: المصدر السابق، ص ص 52-23.

كذلك استعملوا طاحونة اليد¹ لطحن القمح والشعير والأبازير، ويقول صاحب كتاب الفلاحة: " إن طحن الدقيق في آخر الشتاء لم يفسد"² ، ويضيف الطوخي : " يأخذ القمح فينقى ويطن في طاحونة اليد ثم ينفض من نخالته ويؤخذ منه قدر فيجعل في برمة..."³.

أيضا الرحا يقول البغدادي : أما الأبازير فتطن في رحا طحنا ناعما⁴ كذلك استعملوا القصعة، وهي آنية للعجن أو يوضع بها الطعام المطهو⁵ ذكرها ابن سيار الوراق بقوله: " ثم تكب القدر في قطعة واسعة ويجعل حولها الفراخ والبصل ويغرف من الحمص للقصعة بشيء يسير ويقدم⁶، المعجنة. كذلك كانت حاضرة فهي عبارة عن حاوية يوضع فيها العجين لتختمر قبل خبزه ، وتستعمل كذلك في تحضير خل النعناع⁷، أيضا استعملوا الخرقة والمناديل لمسح القدور وتغطية الطعام⁸، ويقول ابن سيار الوراق: "ثم تغطى بمنديل، جاف، يضيف أيضا: ويوقد التتور، فإذا حمى ومسح وهذا الزقت فيه الأرغفة بمنديل تحمل عليه، ومن أراد أن ينضج في وجهها ماء فعل، ثم إذا أخرجت عند النضج غمت بمنديل"⁹، فالمناديل كانت تبسط على الخبز عندما يحمل إلى الفرن¹⁰، يقول التجيبي: "...ويوضع في مناديل من كتان أو صوف ويغطى..."¹¹. كذلك قرعات تملأ بالماء موضوعة في المطبخ¹²، كذلك جرار الفخار التي تحتوي على الزيت وخل ودقيق وبعض الإحتياجات الأخرى¹³.

¹ الطوخي أحمد محمد: مظاهر الحضارة في الأندلس في عصر بني الأحمر، تق: أحمد مختار العبادي، نشر مؤسسة شباب الجامعة، د ط ، الإسكندرية- مصر، 1997م، ص90.

² أبي الخير الأندلس: الفلاحة، د ن، ط1 ، د م ن، 1357م، ص19.

³ أحمد محمد الطوخي: نفس المصدر، ص90.

⁴ البغدادي: المصدر السابق، ص9.

⁵ مريامة العنابي: المرجع السابق، ص121.

⁶ ابن سيار الوراق: المصدر السابق، ص259.

⁷ دافيد ويدر: المرجع السابق، ص1028.

⁸ أحمد محمد الطوخي: المصدر السابق، ص112.

⁹ ابن سيار الوراق: المصدر السابق، ص61.

¹⁰ ابن العديم : مختصر الوصلة إلى الحبيب في وصف الطبيبات والطيب، تق: سليمي محجوب ودرية الخطيب، منشورات جامعة حلب معهد التراث العلمي العربي، (دط) ، سوريا، (د س ن) ، ص496.

¹¹ التجيبي: المصدر السابق، ص36.

¹² ابن العديم : نفس المصدر، ص 496.

¹³ الطوخي أحمد محمد: المصدر السابق، ص112.

وهناك أدوات عديدة في تحضير الخبز مثل لوح للتقريص واحد صغير خاص بالأرغفة، وآخر كبير للرقاق، ورخامة لبسط العجين عليها من قطايف وأنواع أخرى عند صناعة الحلويات¹، أيضا السفود من حديد ذات شعب معقفة معروف يشوى به اللحم²، أيضا استعمال ريش الأوز للتريش والدهن³.

كما استعمل أهل المغرب المحلب وهو مصنوع من الخشب للخمير، ومحك من حديد لتفريغ العجين من الجفنة⁴ ويقول التجيبي: " فيحك الجبن حكا بليغا"⁵. إضافة إلى المروحة المصنوعة من الحلفاء لتهوية النار أو الفرن، أيضا القفة وهي حاوية تشبه السلة مصنوعة من الحلفاء تستعمل في تصفية المصل عند صنع الجبن⁶، استعملوا أيضا القوالب والمنقاش للحلاقيم من الخشب وغيره مثل: نقش السمك والطيور والثمار والتماثيل، والتزيين على صفة الرشم يطبع بها على وجوه الحلاويات⁷، استخدم كذلك المقص لأغراض مطبخية⁸ إضافة إلى الاسكرفاج (الإسكفاج)، وهي أداة يبرد بها وتحك بقصد الدق والسحق، قال التجيبي: " ثم يحك في تلك المرققة التي في القدر جبن يابس طيب بالإسكرفاج⁹، وهي آنية مصنوعة من فخار على شكل صفحة مزودة بقاعها بحجارة صغيرة ودقيقة، يستعمل لحك الجبن والخبز اليابس¹⁰

¹ ابن سيار الوراق: المصدر السابق، ص ص 25-28.

² نفسه، ص 25.

³ التجيبي: المصدر السابق، ص 46.

⁴ نفسه، ص 83.

⁵ دافيد ويتر: المرجع السابق، ص 1028.

⁶ ابن سيار الوراق: المصدر السابق، ص 28.

⁷ نورة شرقي: الحياة الاجتماعية في الغرب الإسلامي في عهد الموحدين (524هـ-668هـ/1126م-1268م)، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في التاريخ الإسلامي الوسيط، إشراف: عبد العزيز محمود لعرج، جامعة الجزائر، 2007م/2008م، ص 187.

⁸ نفسه، ص 187.

⁹ التجيبي: المصدر السابق، ص 46.

¹⁰ يمينة بوعزة: الطبخ والطبخ بالمغرب الإسلامي خلال العهد المريني (669-869هـ/1213-1465م)، رسالة لنيل شهادة الماستر في تاريخ وحضارة المغرب الإسلامي، تحت إشراف: شرف عبد الحق، جامعة ابن خلدون، تيارت، 2015م/2016م، ص 25.

كذلك استعملت الأباريق المخصصة للشرب وقد سميت عند البعض النياطيل، وهي مصنوعة من الفخار كروية الشكل وتكون ضيقة مع المنقار، ولها مقبض مزخرف نبقوش.¹ ينظر الملحق رقم: 03 ص 87. ويقول في هذا الشأن ابن دحية في:

رق النسيم وراق الروض بالزهر فنبه الكأس والأبريق بالتوتر.²

استعملوا كذلك المرقاد، وهو ما يرقد به الخبز، والمرقد هو الرغيف الواسع الرقيق، وهي مزققة وهو ما يعرف عندنا اليوم بالرقاف.³ إضافة إلى الزنبيل وهي القفة توضع بها الخضر والفواكه عند شرائها⁴، أيضا الطسُّتُ إناء كبير مستدير من نحاس يستعمل للغسيل والدلو وهو إناء يستقى به من البئر.⁵

3- أدوات التقديم وأواني التخزين

* أدوات التقديم

-الصحفة: تشبه القصعة بحيث تختلف أحجمها وجمعها صحاف⁶، وهي تصنع من مواد مختلفة من الفخار والغضار وهو نوع معين من الفخار، كما كانت تتحت من الخشب وتصنع أحيانا من الفضة⁷، وذكرها ابن رزين في طريقة تقديم الفالودج حيث قال "ويوضع في صحفة"⁸

¹ نواره شرقي: المرجع السابق، ص 21.

² ابن دحية أبو الخطاب عمر بن حسن الكلبى : المطرب من أشعار أهل المغرب، تق: إبراهيم الأبياري وحامد عبد المجيد وأحمد بدوي، مطبعة الأميرية القاهرة، د ط، 1954م، ص106.

³ إبراهيم أنيس وآخرون: المصدر السابق، ص366.

⁴ نفسه ، ص 377.

⁵ نفسه ، ص ص 295 - 557.

⁶ فريدة قاسمي: المرجع السابق ، ص22

⁷ حورية شريد : المرجع السابق ، ص282

⁸ التجيبي : المصدر السابق، ص76

-**الجفنة**: من الأواني الخشبية الشائع إستعمالها وإستخدامها في المجتمع الإسلامي مشرقه ومغربه¹، والجفنة تشبه القصعة والجمع جفان²، تحدث عنها ابن رزين التجيبي كآنية يوضع فيها الأكل للتقديم وذلك في عمل الكنافة قال "... ثم توضع في جفنة واحدة على أخرى"³.

-**غضارة**: وهي متخذة من طين أخضر وغيره أو بصفة عامة الأواني البسيطة المتناولة التي تصب فيها الأطعمة عند الأكل وهي متواجدة في كل المنازل⁴، وأشار إليها التجيبي في طريقة عمل أقراص محشوة حيث قال "فإذا إجمرت توضع في غضارة ويصب عليها عسل سخن"⁵ ويذكرها التتوخي في كتابيه نشوار المحاضرة وأخبار المذاكرة في قوته: "هات لأغرف لك، فا بسط حرك ، ولا تنتظر غضارة"⁶.

-**الصحن**: يصنع من الفخار أو النحاس وهو على نوعين صحن مفرطح وهو قليل العمق ، وصحن عميق وهو مجوف جاء ذكره عند التجيبي حيث قال "تجعل الإوزة في صحن واسع"⁷

- **طيفور**: طيافر وطيافير صحن عميق⁸ ، ذكره ابن رزين التجيبي في طريقة صنعة مجبنة المقلاة قال "ومن أردھا سانجة من غير سقي على إختيار الأندلسيين فليصنعها في طيفور ويذر عليها قرفة".⁹

- **إناء من فخار مزجج**: ذكرها ابن رزين كآنية للتقديم في صنعته للمجبنة ، المسماة بالمثلثة فقال " توضع في إناء من فخار مزجج ويذر عليها سكر وقرفة وتؤكل "¹⁰.

¹ يمينة بوعزة : المرجع السابق، ص26

² ابن منظور: المصدر السابق، ج13، ص89

³ يمينة بوعزة : نفس المرجع ، ص 26-27

⁴ التجيبي: المصدر السابق، ص67

⁵ نفسه ، ص 67

⁶ التتوخي : المصدر السابق، ص 65

⁷ يمينة بوعزة : المرجع السابق ، ص 27

⁸ حورية شريد : المرجع السابق ، ص285

⁹ التجيبي : المصدر السابق ، ص 83

¹⁰ نفسه ، ص 83

-الريحية : وهي قطعة من الفخار تصنع من الخزف شديدة البياض يقدم فيها الماء ¹، وهي معروفة بالكؤوس في وقتنا الحالي. الملحق رقم:03 ص87

- باقية: وهي صحن من الخشب أو الفخار، وأطلقوا عليها البربر إسم " ثبقت " . ولقد أشار إليها المالكي في كتابه رياض النفوس بقوله" فأخذنا الحوت وقليناه وجعلناه في بواقي " .²

- ملاعق البقس : تحدث عنها صاحب كتاب فضالة الخوان في طريقة عمل هريسة القمح حيث قال "ويؤكل بملاعق البقس " .³

- المثرد : وهو يتكون من جزأ ين قرح و رجل ، يقدم فيه الكسكس أو الشخشوخة⁴، وأنواع التراثد⁵ وأشار إليه التجيبي في أكثر من موضع ، حيث تحدث عنه في طريقة عمل ثريدة القطنف فقال : "ثم توضع في مثرد ويفتح بحيث يكون المثقب أعلاها ليتمكن السقي فيه ثم يسقي بالمرق .."⁶

وذكرها أيضا في عمل جشيش القطنية فقال:"فإذا نضج وجف ماؤه واستوفى طبخه فرغ في مثرد وصب عليه زيد .."⁷

* **أواني التخزين** : هي الأواني التي يتم حفظ الأطعمة فيها وتخزينها لفترة أطول ونذكر منها :

- القلة:هي الجرة العظيمة ، وقيل الجرة عامة ⁸ وهي تصنع من الطين لكن فيما بعد أصبحت من النحاس يحملها السقاة إلى البيوت لبيع ماء العيون ⁹ . ينظر الملحق رقم:08 ص91.

¹ البكري أبي عبيد: المسالك والممالك ، تح : أ دريان فان ليوفن وأندري فيري ، ج 2 ، دار الغرب الإسلامي ، (د ط) ، 1992م ، ص698

² حورية شريد : المرجع السابق ، ص 284

³ التجيبي : المصدر السابق ، ص94

⁴ حورية شريد: نفس المرجع ،ص 284

⁵ نور الدين أمعيط: مجلة الدراسات الإفريقية وحوض النيل، فن الطبخ بالمغرب والأندلس خلال العصر الوسيط من

كتاب فضالة الخوان لابن رزين التجيبي، مج 3 ، العدد 12، ألمانيا ، 2021 م ، ص 559

⁶ التجيبي: المصدر السابق، ص49

⁷ نفسه، ص94

⁸ ابن منظور: المصدر السابق،ج11 ،ص 565

⁹ حورية شريد : المرجع السابق ، ص255

وحسب كتاب فضالة الخوان فهي أداة للطبخ وليس لتخزين فإذا إختمر العجين تملأ القلة وتحمل إلى الفرن ¹ .

- الجرة : وهي إناء من خزف كالفخار جمعها جرار ² ، ما يميزها حجمها الكبير وقاعدتها الصغيرة خصصت لتخزين السوائل كالماء، السمن والخميرة ، وقد إستعملتها المدن المغربية أمثال مراكش وفاس وغيرها ³ ، ويذكرها صاحب كتاب فضالة الخوان كأداة للطبخ وليس التخزين في إعداد إسفنج القلة قال : "فإذا إختمر العجين تملأ القلةوتحمل القلة إلى الفرن " ⁴ .

-القفة : هي حاوية تشبه السلة مصنوعة من الحلفاء لها الكثير من الاستخدامات كتخزين المواد ⁵ .

-القيصرية : وهي جرة لحفظ الدقيق فيقول التجيبي " يغربل الجشيش ...ويجعل في قصرية ويغسل خمس مرات ⁶ .

-الخابية : ذكرت كثيرا عند صاحب فضالة الخوان ذكرها في عمل المري النقيع فقال "يوضع الجميع في خابية لطيفة طيبة الرائحة قد كانت قبل هذا للزيت ... وتوضع في موضع تستطع الشمس وتغرب عليه وتعطى ...وتترك عشرين يوما" ⁷

- أواني الزجاج : ذكرها التجيبي على أنها أواني للتخزين فقال في خل الليم "يوضع في أواني زجاج ... وتوضع في موضع تدركها الشمس" ⁸ .

-الزير: وهو جرة كبيرة بفتحة وقاعدة ضيقتين وبها مقبض وجاء ذكرها في كتاب محمد المالكي كنت عند الشيخ أبي إسحاق وإستقيت منه الماء وملأت القلة والأزيار ⁹ .

¹ يمينة بوعزة : المرجع السابق ، ص29

² ابن منظور : المصدر السابق ، ج4 ، ص131

³ فريدة قاسم : المرجع السابق ، ص24

⁴ التجيبي : المصدر السابق ، ص82

⁵ دايفيد وينز : المرجع السابق ، ص1028

⁶ التجيبي : نفس المصدر ، ص76

⁷ يمينة بوعزة : المرجع السابق ، ص29

⁸ التجيبي : نفس المصدر ، ص261

⁹ حورية شريد : المرجع السابق ، ص255

- غروفوغروف:غرف: جرة صغيرة بها مقبض صنعت لملئ الماء أما غروف فهي جرة تشبه الجرة¹ الأتروسكية².

4- المواد المستعملة لتحضير الأطعمة

اهتم طباقوا المغرب الإسلامي، بإعداد مختلف ما طاب وذاق من الأطعمة وهذا لم يمنعهم من الحرص على توفير كل المواد التي يحتاجونها لتحضير أذ ما طاب من الأكلات، كما إهتموا على إعداد ما هو صحي لتقوية أجسادهم، وذلك من خلال اختيارهم على العديد من أنواع اللحوم ومختلف الخضر والتوابل ما هو صحي، فكل هذه المستحضرات والمطيبات زادت من نكهة ومذاق الطعام وهذا ما لزم على أهميتها وضرورتها عند طهي الأكل ونجد منها ما يلي:

- أنواع الأباير:

كانت التوابل تستعمل في العديد من الأطعمة، خاصة في طهي اللحوم سواء كانت مشوية أو مطبوخة أو مقلية، خاصة أهل الأندلس الذين عرفوا بإستعمال الأفاوية والتوابل بكثرة وبكل أنواعها نذكر مثلا أهل غرناطة الذين كانوا يستعملون الزنجبيل واللوز والدار صيني³ ، كما كانوا يضيفون الخل إلى معظم الأطعمة لكي تكسبها طعم ورائحة شهية⁴.

¹ حورية شريفة: المرجع السابق، ص255.

² الأتروسكية: حضارة قديمة قامت في إيطاليا تاريخ ظهورها كان في عام تسعمائة قبل الميلاد بلغت حضارتها أوج

إزدهارها وإتساعها في القرن 7 ق م . ينظر، فريدة قاسمي: المرجع السابق، ص25.

³ الدار صيني: قرفة غليظة. ينظر، ابن رزين التجيبي: المصدر السابق، 248. وعرفه آخر: هي شجر له قشر يستعمل مسحوقه في اخلاط التوابل والبهار. ينظر، سامية مصطفى محمد مسعد: الحياة الإقتصادية والإجتماعية في إقليم غرناطة في عصري المرابطين والموحدين (484هـ-620هـ/1092م-1663م)، مكتبة الثقافة الدينية، ط1، مصر، 2003م،

ص264. ينظر، ابن رشد الأندلسي أبي وليد محمد: الكليات، مطبعة الفنون المصورة بوسكا، العرائش، (د ط)، المغرب، 1939م، ص26.

⁴ سامية مصطفى محمد مسعد: نفس المرجع، ص264.

وقد ذكرها التجيبي وغيره في وصفات الأكل ونذكر منها: الفلفل، لكزبرة اليابسة، الكمون، الكرويا، الزنجبيل¹، الزعفران، المصطكي²، الذي عرف عند أهل الأندلس³، ملح، الزيت، الخل، ماء الحصرم، الثوم، الكراث، الزعتر، القرفة، القرنفل، السمس، بسباس المري، القاقلة⁴، الصناب، الكافور⁵، الأسناخ، الزيتون، المصبر، عيون الكرفس، عود البسباس، نوار الخرشف، ماء الفلفل، كركم، هذه أهم التوابل المستعملة، وبها سمي الطبخ طبيخا لإختلاف طعومها ومذاقها، وأن هذه الأنواع من البهارات مازالت محافظة على التسمية العربية إلى اليوم في المطبخ الإسباني مثل: Alhilva.Algarraba.Comion.Azufran.Curcum، وغيرها....⁶. (كركم، زعفران، كمون، القرفة، الأهليل وغيرها).

- الخلول:

- **مخلل الليم:** بعد غسل الليم الأخضر وشقه نصفين وعصره من مأؤه، يوضع في إناء زجاجي وتضع في مكان به شمس بعد إضافة الملح له ويصفى مرة أو مرتين ويضاف إليه الزيت.
- **مخلل النعنع:** ينقى النعنع ويغسل ثم يوضع في معجنة ويضاف إليه خل أبيض قدر وزنه وبعد ساعة يقطر على النار مثل تقطير ماء الورد حتى يخف الخل ويوضع في أواني زجاج⁷.

¹ ابن سيار الوراق: المصدر السابق، ص30.

² **المصطكي:** ينسب برياً إلى سواحل الشام: شجر دائم الإخضرار يستعمل في علاج الصداع والنزلات الصدرية تفيد في علاج الكبد والطحال . ينظر، ابن زهر الأندلسي: **النشاط والقوة والشفاء في الأغذية**، دار الكتاب العلمية، ط1، بيروت- لبنان، 1998م، ص80.

³ إبراهيم القادري بوتشيش: **المغرب والأندلس في عصر المرابطين (المجتمع - الذهنيات - الأولياء)**، دار الطليعة للطباعة والنشر، ط1، بيروت- لبنان، 1993م، ص73.

⁴ **القاقلة:** جنس نباتات عطرية من الفصيلة الزنجبارية، يزرع وينبت في الهند والصين وتمرثه وحيدة القاقلة. ينظر، إبراهيم أنيس وآخرون: معجم الوسيط، المرجع السابق، ص768.

⁵ **الكافور:** صمغ شجر، خشبه أبيض هش خفيف، زكي الرائحة ليس له زهر ولا حمل ومنافعه حابس للإسهال، نافع لأمراض الرئة والتهاب الكبد، والأمراض العصبية. ينظر، ابن رشد الأندلسي: المصدر السابق، ص50.

⁶ إلياس أردة: المرجع السابق، ص557.

⁷ التجيبي: المصدر السابق، ص261.

- **مخلل الباذنجال**: يقطع الباذنجال نصف أقطاع، ويسلق نصف سلقة في ماء وملح وبعد تشفيفه يحشى بالكرفس والنعنع وثوم ويضاف إليه قليل من الأفاوية ويعبى في برانية زجاج، ويغمر بالخل حتى ينضج.¹

- **مخلل لفت**: يقطع قطع صغيرة ويضاف إليه قليل من الملح ثم يمرس باليد مع قليل من الأفاوية ثم يأخذ قدر من الخل ويضاف إليه رطل من العسل ويضاف إليه زعفران، ويدهن الفت به ويوضع إناء من الزجاج إضافة إلى خل الزنبوع، خل الحصرم، ماء حب الرمان الحامض، المري بأنواعه النقيع، والمسطار والمطبوخ، وغيرها من المخللات.²

- **اللحوم**: أما عن أصناف اللحوم التي إعتاد سكان المغرب والأندلس تناولها فهي كثيرة ومتنوعة التي دخلت في تحضير المؤكولات ونذكر منها:

أ- **اللحوم الحمراء**: على إختلاف مصادرها، حيث أن في بداية تأسيس دول المغرب الإسلامي، كانت روح البداوة سائدة، فكان طعامهم منحصر على الضروري فقط، نذكر مثلا المرابطين اهتموا بتربية الأغنام والبقر والأبل وغيرها.³

نذكر مثلا عبد الله ياسين الذي كان يقات من لحوم الصيد فقط⁴ ويوسف بن تاشفين كان طعامه من الشعير وإدام الإبل⁵ أيضا لحم الخيل المشوي⁶ ولحم الوحش والحمار والأرانب، ولحم الجدي والغزال.⁷

وقد اشتهر بعض قبائل السكان على أنواع معينة من الأطعمة مثل قبائل لمتونة ومسوفة و صناهجة كانوا يأكلون من لحوم الأغنام ويشربون ألبانها.⁸

¹ البغدادي: المصدر السابق، ص66.

² التجيبي: نفس المصدر، ص19.

³ فريدة قاسمي و زبيدة نور الدين: الأطعمة والأشربة بالمغرب الإسلامي على عهد المرابطين والموحدين، مذكرة لنيل شهادة ماستر، تحت إشراف: شرف عبد الحق، جامعة ابن خلدون تيارت، الجزائر، 2021/2020م، ص32.

⁴ إبراهيم القادري بوتشيش: المرجع السابق، ص69.

⁵ البكري: المغرب في ذكر بلاد افريقية والمغرب، (د ن)، (د ط)، (د م ن)، (د س ن)، ص165.

⁶ مختار حساني: تاريخ الدولة الزيانية، الأحوال السياسية، منشورات الحضارة، ج3، (د ط)، (د م ن)، 2009م، ص114.

⁷ التجيبي: المصدر السابق، ص138.

⁸ سامية مصطفى محمد مسعد: المرجع السابق، ص ص 264-265.

وقد ذكر لنا التجيبي في وصفة تحضر بهذه اللحوم وهي: "يحضر لحم الأيل أو يفر أو وحش أو حمار أو وعل أو جدي أو غزال من أي نوع حضر ويغسل ويقطع ويوضع في طاجن مع التوابل وبصل وثوم على نار حتى ينضج ويضاف عليه قبل ذلك خل قدر ما تريده وتترك الطاجن على نار معتدلة إلى غاية جفافه من الماء ويظهر بذلك الودك فعندها ينزل من النار"، ويصلح كل ذلك مع لحم الأرنب والقنفذ¹ ولحم الكلاب الذي إعتاد أهل سجماسة والزاب على تربيتها وتسمينها إضافة إلى لحوم السلاحف والخردون². وكثرت وتنوع المواشي راجع إلى خصوبة المراعي ببلاد المغرب والأندلس مثل تلمسان اشتهرت بمراعيها وجودة خيولها التي كانت تسمى بالخييل الراشدية، كذلك جبل فازان وغيرها³.

- اللحوم البيضاء: وهي أنواع

* **الدجاج:** تعددت طرق طهيها منها المطبوخ والمشوي بالتوابل أو بالخضر⁴ مثلا تنظف الدجاجة وتقطع ويضاف إليها التوابل وتطهى وتحمر⁵.

* **الطيور والعصافير:** فهي كثيرة ومتنوعة منها الإوز والحجل⁶، والسمان وهو طائر صغير من رتبة الدجاجيات جسمه منضغط وممتلئ وهو من القواطع⁷ والحمام والزرزور: طائر من رتبة العصافير وهو أكبر منه قليلا وله منقار طويل ذو قاعدة عريضة ويغطي فتحة الأنف غشاء قرني وجناحان طويلان⁸ وذكر التجيبي العديد من الوصفات منها يأخذ أي نوع من لحم الطيور أو العصافير وتتبّل بالتوابل زعفران، فلفل، كزبرة، كمون، بصل، ثوم ويوضع في قدر حتى تطهى وتضاف إليها لوزا مقشور وورق الأترج وبعد الطهي تقدم في غضارة⁹.

¹ التجيبي: نفس المصدر ، ص138.

² إبراهيم القادري بوتشيش: المرجع السابق، ص70.

³ حسن علي حسن: الحضارة الإسلامية في المغرب والأندلس عصر المرابطين والموحدين، مكتبة الخانجي، ط1، مصر، 1980م، ص250.

⁴ فريدة قاسمي و زبيدة نور الدين: المرجع السابق، ص33.

⁵ البغدادي: المصدر السابق، ص50.

⁶ التجيبي: المصدر السابق، ص180.

⁷ إبراهيم أنيس وآخرون: معجم الوسيط، المصدر السابق، ص446.

⁸ نفسه، ص392.

⁹ التجيبي: نفس المصدر السابق، ص180.

* **الأسماك** : من المعروف أن بلاد المغرب والأندلس لديها العديد من الواجهات البحرية والموانئ في مختلف الجبهات وهذا ما أدى إلى ثرائها وتوفرها على أنواع الحيتان والأسماك ونذكر منها:

اشتهرت مكناسة بطبخ السمك الشولي الذي يطهي مع مختلف الخضر¹ كذلك حوت موسى الذي كان سبب في ثراء تجار سبتة² أيضا سمك الطريخ بعد تنظيفه يقلى في شيرج وبعدها يضاف إليه البيض النيئ ويقلى ثم يوضع في صحن وينقى من الشوك ويضاف إليه الكزبرة والكمون والكرابيا والدار صيني ثم يعاد طبخه في مقلى حتى يتورد جانبا³ ويقدم أيضا سمك البوري والجرافة⁴ والسردين وغيرها. فهذه الأخيرة كانت تطهى بأبازير وتوابل معروفة خاصة عند أهل الأندلس وغير معروفة في المغرب إضافة إلى أن الأسماك كانت بها أوقات خاصة تظهر فيها فمثل السردين كان يخرج في شهر ماي وشهر أكتوبر أما الجركم يخرج في شهر سبتمبر وغيرها من الأنواع⁵، أما أهل أشبيلية وقرطبة فكانوا يحضرون السمك كالتالي بعد غسله بالماء الحار ثم يغطس في ماء مغلي لبرهة وبعدها تقطع وتطبخ في الفرن.⁶

ومن أشهر الأنهار في المغرب نهر المعمورة المعروف بحيتانه الطيبة لإختلاط الماء المالح مع الحلو⁷. كذلك سمك التونة كان من أكثر أنواع الأسماك المصطادة⁸، وما يميز طهي السمك عند أهل المغرب هو أن السمك يغمس في ماء مغلي قبل طبخه فترة قليلة ثم يغسل وينشف منه ماءه، وهناك ما هو أملس وما هو أحرش⁹.

¹ إبراهيم القادري بوتشيش: المرجع السابق، ص70.

² فريدة قاسمي و زبيدة نور الدين: المرجع السابق، ص36.

³ البغدادي: المصدر السابق، ص ص 63-64.

⁴ التجيبي: المصدر السابق، ص18.

⁵ نفسه ، ص 180.

⁶ دايفيد وايتز: المرجع السابق، ص1030.

⁷ ابن سعيد المغربي: الجغرافيا، تح: إسماعيل العربي، المكتب التجاري للطباعة والنشر والتوزيع، ط1، بيروت، 1970م، ص138.

⁸ عيسى الذيب: المغرب والأندلس في عصر المرابطين دراسة اجتماعية واقتصادية (480هـ-540هـ/1056م-

1145م)، مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه في التاريخ الوسيط، تحت اشراف: أحمد شريفي، جامعة الجزائر،

2008م/2009م، ص259.

⁹ التجيبي: المصدر السابق، ص197.

- الباقوليات والخضر والفواكه المستعملة:

من المعروف أن المغرب الأوسط يعد من المناطق الرعوية وعرف بزراعة العديد من المزروعات وهذه الأخيرة تعتبر من أساسيات الغذاء ومن ضروريات المطبخ المغربي، لذلك اشتهرت بلاد المغرب والأندلس بجودة إنتاجها لمختلف الخضر والبقول والفواكه والحبوب ونذكر منها: أما الحبوب كالقمح والشعير والبقول والحمص والعدس وغيرها، أما الأرز فهو قليل وهو يجلب من بلاد الفرنج¹ والجلبان و اللوبيا²، نذكر تلمسان مثلا إمتازت بجودة أراضيها المنتجة لجميع أصناف الحبوب من قمح وشعير و ذرة وجميع الخضر³، أما الفواكه فهي تعددت على أنواعها المستطابة المختلفة من النخيل والعنب والتين والرمان والزيتون والسفرجل، الأترج⁴، وتتس المعروفة بكثرة القمح⁵ والخوخ⁶ والتفاح والزبيب⁷ والليمون والبرقوق وغيرها من أنواع كثيرة⁸.

فتلمسان تكسوها غابات كثيفة من أشجار الزيتون والخروب والضرو، والأشجار المثمرة من اللوز والجوز، والإجاص والكرز المعروف بحب الملوك الذي قال عنها لسان الدين بن الخطيب: " ألا أنها بسبب حب الملوك مطعمة للملوك"⁹.

أما الأطعمة التي تحضر من البقوليات فهي الأغذية المستحسنة لدى أهل المغرب، فالقول مثلا كان من الأكلات المنتشرة عند العامة والخاصة، خاصة أكلة البيسار حيث تنقى البيسار يغسل بالماء الساخن عدة مرات ويدهن بالزيت ويوضع في قدر مع بصل وثوم وكمون وكزبرة وبسباس ويطبخ حتى

¹ القلقشندي: الصبح الأعشى، ج5، المطبعة الأميرية بالقاهرة، (د ط)، مصر، 1915م، ص175.

² ابن سيار الوراق: المصدر السابق، ص30.

³ الحاج محمد بن رمضان شاوش: باقة السوسان في التعريف بحضارة تلمسان عاصمة دولة بني زيان (جغرافيا،

تاريخيا، فنيا، معماليا)، ج1، ديوان المطبوعات الجامعية، (د ط)، (د م ن)، 2011م، ص38.

⁴ الأترج: شجر عالي ناعم الأغصان والورق والثمر، ثمره كالليمون، وهو ذهبي اللون، زكي الرائحة، حامض الطعم.

ينظر، إبراهيم أنيس وآخرون: المعجم الوسيط، المصدر السابق، ص4.

⁵ ابن سعيد المغربي: المصدر السابق، ص142.

⁶ القلقشندي : المصدر السابق، ص175.

⁷ ابن سعيد المغربي: نفس المصدر، ص145.

⁸ القلقشندي : نفس المصدر ، ص175.

⁹ الحاج محمد بن رمضان شاوش: المرجع السابق، ص38.

يصير مثل المخ وينزع الثوم والبصل ويقدم في صحفة ويرش عليه كمون وزيت.¹ إضافة إلى العدس الذي يطهى مع التوابل وبصل وزيت وخل وبعد طبخه يضاف إليه ثلاثة بيضات ويطهى قليلا ثم يقدم، الحمص يطبخ مع البصل والتوابل وبعد نضجه يضاف إليه قليل من مري وخل ويطهى قليلا ثم يفرغ في صحفة.²

أما فيما يخص الخضروات تنوعت عند أهل المغرب الإسلامي وكانت تطهى في مختلف الأطعمة سواء كانت مع اللحوم المختلفة أو مع التوابل أو مع الحبوب ومن بينها الباذنجان فهو رأس الفصلية الباذنجالية³. ومن منافعه العلاجية، فاتح سداد الكبد وطالق للبطن، ومنشط للبطن، ومنشط لإفراز الصفراء، مدر للبول، ملين حافظ للكسترول⁴ ومن وصفاته يقشر ويسلق في ماء وملح وبعد طبخه يعصر من مأوه ثم يدرس ويضاف إليه خل وزيت وثوم مدروس وكرويا⁵، أيضا الكوسة وهي نوع صغار من القرع من الفصلية القرعية تطبخ⁶، البصل حار يابس واستعمل تقريبا في كل الطبخات فهو يعد من الخضار ومن التوابل معا⁷، اللفت بقل زراعي جذري من الفصلية الصليبية ضرابه البستانية كثيرة، ويؤكل إما مطبوخا مع بقية الخضروات واللحوم أو يستعمل مخللا⁸.

السلق، بارد يابس له العديد من المنافع الصحية ولكن رديء للمعدة⁹ وهو خير البقول وأصلحها لمن كان يعاني من بلغما لزجا في معدته¹⁰، الفجل فهو حار غليظ بطيء يطهى مع بقية الخضر والتوابل¹¹، أما الجزر فله عدة وصفات إما مطبوخ المربي مع الكوامخ وإما مخلل وإما مع الخردل¹².

¹ التجيبي: المصدر السابق، ص 240.

² نفسه، ص 241.

³ إبراهيم أنيس وآخرون: المصدر السابق، ص 36.

⁴ رقية مويسات: المرجع السابق، ص 47.

⁵ التجيبي: المصدر السابق، ص 229.

⁶ إبراهيم أنيس وآخرون: معجم الوسيط، نفس المصدر، ص 805.

⁷ ابن سيار الوراق: المصدر السابق، ص 69.

⁸ إبراهيم أنيس وآخرون: معجم الوسيط، نفس المصدر، ص 831.

⁹ ابن سيار الوراق: نفس المصدر، ص 36.

¹⁰ ابن زهر الأندلسي: المصدر السابق، ص 50.

¹¹ ابن سيار الوراق: نفس المصدر، ص 69.

¹² ابن زهر الأندلسي: نفس المصدر، ص 60.

II- الموازين والمكاييل في المغرب الإسلامي

1- الموازين : ولتسهيل عملية التعامل بين الناس استعملت وحدات الأوزان التي اختلفت من مكان إلى آخر، ومن أهم وحدات الميزان نذكر:

- **الرطل:** فهو من وحدات الوزن الرئيسية عند أهل المغرب، فهو يختلف من منطقة إلى أخرى إلا أن التسمية نفسها، وقد ذكرها صاحب كتاب المسالك والممالك ، بعبارة رطل القيروان، ورطل تنس، ورطل تيهرتي.¹ فرطل افريقية، كل رطل ست عشر أوقية، كل أوقية أحد وعشرون درهما.² ويقول التجيبي : " يعجن مقدار رطل من دقيق الدرمل حتى يرطب، ثم يعاد عجنه بنصف رطل من السمن...."³.

- **الأوقية :** كانت من الأوزان المستعملة في بلاد المغرب، واختلفت في مقدارها حسب كل منطقة، كان كل رطل ست عشر أوقية، وفي كل أوقية واحد وعشرون درهما.⁴

- **الدرهم:** تعتبر الوحدة التي كثر انتشارها فهي تستعمل للمواد قليلة الوزن، وانتشر استعماله في مختلف مناطق المغرب الإسلامي، واختلف باختلافها.⁵

وقد ذكر البكري في كتابه أن هناك درهم كبير ودرهم صغير ولكن وزنها واحد، إلا بمراكش وما جاورها فإنه يراد بالدرهم هو الدرهم الكبير قال: وكل مثقال ذهب عندهم يساوي ستين درهما كيارا، تكون بعشرين درهما من دراهم النقرة بمصر.⁶

¹ البكري: المغرب في ذكر بلاد افريقية والمغرب، المصدر السابق، ص62

² القلقشندي: المصدر السابق، ص177.

³ التجيبي : المصدر السابق، ص77.

⁴ القلقشندي: نفس المصدر ، ص177.

⁵ مسعود كربوع: نوازل النقود والمكاييل والموازين في كتاب المعيار الونشريسي، جمعا ودراسة وتحليلا، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في التاريخ الوسيط، تحت إشراف: رشيد باقة، جامعة باتنة، 2012/2013م، الجزائر، ص151.

⁶ القلقشندي: نفس المصدر، ص177.

المثقال: استعمل كوحدة للوزن عند أهل المغرب الذي كان تقريبا يعادل وزن الدينار¹، وهو يستعمل لوزن الأشياء الثمينة كالذهب، ووزن المثقال 72 حبة شعير متوسطة الحجم، ووزن الحبة 0.59 غم.²

2- المكايل:

- **القادوس:** وهو ثلاثة أمداد يمد النبي صلى الله عليه وسلم³، قد ذكره ابن زرين التجيبي في كتابه فضال الخوان بقوله: "القدر الذي لقادوس السميد من الزعفران درهمان ومن العسل ثلاثة أرتال"⁴.

- **المد:** وهو من المكايل المستعملة بكثرة عند أهل المغرب، وكان مد النبي صلى الله عليه وسلم الذي يخرج به الزكأن لا يزيد عن رطل ونصف ولا يقل عن رطل وربع.⁵ فقد ذكره البكري وهو وحدة من وحدات الأوزان بقوله: "كيلهم يسمونه المد ورطلهم مثل رطل نكور اثنتان وعشرون أوقية والأوقية خمسة عشر درهما"⁶.

- **الصاع:** وقد استعمله سكان بلاد المغرب للكيل في مختلف السلع كالمح والحبوب وغيرها.⁷ وقال الدرجيني: "فكالهم بصاعهم"⁸.

والصاع الشرعي يساوي أربعة أمداد بمد النبي صلى الله عليه وسلم وهناك نوعان من الصاع عند أهل تلمسان صاع استعمله أبو تاشفين الأول وصاع استخدمه أهل وهران وهو أكبر بقليل من الأول.⁹

الوسق: ويسمى الصحفة وهو ستون صاعا بالصاع النبوي على السواء¹⁰

¹ مسعود كربوع: نفس المرجع، ص150.

² بسام كامل عبد الرزاق: تلمسان في العهد الزياني 633هـ - 962/1235م - 1955م، شهادة لنيل درجة الماجستير في التاريخ بكلية الدراسات العليا، جامعة قسنطينة تحت اشراف: هشام أبو رميلة، 2002م، ص218.

³ مسعود كربوع: المرجع السابق، ص125.

⁴ التجيبي: المصدر السابق، ص75.

⁵ مسعود كربوع: نفس المرجع، ص115.

⁶ البكري: المصدر السابق، ص89.

⁷ مسعود كربوع: نفس المرجع، ص116.

⁸ الدرجيني أبو العباس أحمد بن سعيد: طبقات المشايخ بالمغرب، تح: إبراهيم طلاي، ج2، مطبعة البحث قسنطينة، ط1، (د س ن)، ص314.

⁹ بسام كامل عبد الرزاق: المرجع السابق، ص217.

¹⁰ القلقشندي: المصدر السابق، ص177.

III - وصايا الطباخ:

يتوجب على الطباخ أن يكون عارفا وملما بقوانين الطبخ، ويعمل على نظافة بدنه وملابسه¹ وتقليم أظفاره وقص شعره ويتجنب حكه² أما عن إختياره للحطب فيجب أن يختار من الحطب ما كان جافا وليس له دخان كحطب الزيتون والدفلى اليابس لقلة نداوته³.

وأن يتجنب حطب التين بسبب كثرة دخانه⁴. وأن يختار من القدور البرم ثم الفخارية، أما قدور النحاس فقط عند الضرورة، فهي تعتبر أردى القدور، أيضا يجب على الطباخ أن يستعمل الملح الأندراني⁵، وإن لم يتوفر يختار الملح النقي الخالي من التراب والحجارة الصغيرة⁶، وأيضا وحفاظا على نظافة الأواني وجب تغطيتها وحفظها من الذباب وهوام الأرض بعد أن تغسل بالماء الحار⁷، ومن العادات التي شددت إنتباهي عند طبأخي أهل المغرب والأندلس أنهم لا يخلطون لحوم المعز بلحوم الضأن ولا لحوم الإبل بلحوم البقر وإن أكلها من كان به مرض تسبب في نكسته⁸.

أما فيما يتعلق بالأبازير⁹ فكانت تطحن في رحا طحنا ناعما أو تدق في هاون من النحاس¹⁰ التي قال عنها ابن سيار الوراق في كتابه: " الأبازير اليابسة التي تطيب بها الطبخ وما يلقي في القدور من الطيب"¹¹.

¹ مانويلا مارين ودايفيد واينز: المرجع السابق، ص5.

² السقطي المالقي أبي عبد الله محمد بن أبي محمد الأندلسي: في آداب الحسبة، (د ن)، (د ط)، (د م ن)، (د س ن)، ص37.

³ مانويلا مارين ودايفيد واينز: نفس المرجع، ص5.

⁴ البغدادي: المصدر السابق، ص7.

⁵ الملح الأندراني: وهو متحجر صافي اللون كثيفا متساوي الأجزاء. ينظر، ابن البيطار: الجامع لمفردات الأدوية

والأغذية، ج4، دار الكتب العلمية، د ط، بيروت- لبنان، د س ن، ص455.

⁶ البغدادي: نفس المصدر، ص ص 7، 8.

⁷ ابن الأخوة: المصدر السابق، ص173.

⁸ الماوردي علي بن محمد بن حبيب الشافعي: الرتبة في طلب الحسبة، تق: أحمد جابر بدران، دار الرسالة، ط2، القاهرة، 2002م، ص206.

⁹ الأبازير: ما يطيب به الغذاء والفرق بينه وبين التوابل، الأبخار تطلق على ما يطيب به الغذاء من الأشياء الرطبة

واليابسة والتابل اليابسة فقط، ينظر، البغدادي: المصدر السابق، ص8.

¹⁰ نفسه، ص8.

¹¹ ابن سيار الوراق: المصدر السابق، ص5.

كذلك وجب على الطباخين أن يطبخوا في القدر البرام المكية¹ فهي من أجود ما يوجد فيه الطعام، وحددوا ما يحتاج إليه من آلة الطبخ من قدور على إختلاف أحجامها وأنواعها ومختلف الأواني الأخرى وقد حرص الأمراء والمترفين على جلب الأواني الصينية بميزتها الصلبة وتلاحمها، وقوة طلائها وأحجامها الكبيرة التي كان التجار يبيعونها من بلدانهم البعيدة بإتجاه البلاد العربية خاصة.²

كذلك إهتم الطباخون بنظافة المطبخ، وما يحتويه من أواني وأدوات الطهي وذلك بحرصهم على تجنب والإبتعاد على استعمال القدور الفخارية أكثر من مرتين في طهي الطعام حفاظا على سلامة ونظافة ما يطبخ فيه³ كذلك فضل بعض الأطباء الطبخ في الأواني الذهبية والفضية وهذه استعمالها الحكام الزيانيون في طعامهم، وهذه الأواني أفضل من الفخار والختم، ونهي بعدم الطبخ آنية الفخار أكثر من مرة، وأواني الختم خمسا، إضافة إلى عدم استحباب الطبخ في أواني النحاس لردائتها، وأفضل الأواني للطهي هي آنية الحديد التي تغسل وتنظف جيدا وتنشيفها لكي لا تصدأ، أيضا لا بأس من القدور والصحان القصديرية، والأكل والشرب والطبخ في الأواني الزجاجية، كذلك يجب تجنب الأكل بصحيفة بعد نضجه لأن البخار الذي يحجز في القدر يسمم الطعام خاصة المشاوي مثل الأسماك، بل يجب تغطيته بمنجل أي غطاء مثقوب ثقب دقيقة وهو ما يعرف عندنا اليوم بالكسكاس⁴، أيضا يجب تجنب القلي في الأواني النحاسية خاصة الأطعمة الدهنية مثل المرقاس والمقالي، وهذا لردائه هذا النوع من الأواني⁵، كما أن أهل المغرب عملوا على غسل الأواني قبل استعمالها حرصنا منهم على النظافة.⁶

أما فيما يخص تقديم الطعام عند الأكل، فيجب أن يقدم الأكل الغليظ في بداية الأكل لأن الهضم في قاع المعدة يكون أقوى من ألالها مثل اللحوم والثرائد والألبان وغيرها ثم تليها الأكلات المملحة ثم الحلويات والفواكه وأخيرا المشروبات⁷، وفي هذا الشأن يقول ابن خلدون: " كثرة الأغذية وكثرة الأخلط الفاسدة العفنة ورطوبتها تولد في الجسم فضلات رديئة ينشأ عنها بعد أقطارها في غير نسبة، ويتبع ذلك

¹ المكية: لجودتها وقلة علو جوانبها ولا تكسر ولا تصدأ. ينظر، ابن سيار الوراق : المصدر السابق، ص12.

² نفسه، ص12.

³ التجيبي: المصدر السابق، ص31.

⁴ نفسه، ص31.

⁵ زينب ملياني: الأطعمة والأشربة بالمغرب والأندلس في العصر الإسلامي عصري المرابطين والموحدين، مجلة أنسنة للبحوث والدراسات، العدد 07، جوان 2013م، ص94.

⁶ نفسه، ص93.

⁷ التجيبي: المصدر السابق، ص ص 31-32.

انكساف الألوان وقبح الأشكال من كثرة اللحوم....وتغطي الرطوبات على الأدهان والأفكار بما يصعد إلى الدماغ من بخرتها الرديئة، فتجئ البلادة والغفلة والانحراف عن الاعتدال بالجملة"¹ .

أما فيما يخص الحسبة فيقول السقطي المحتسب : " وأما الطباخون فلا يتركون يطبخون بالليل ولا في السحر ولا في الديار الخالية والمواضع الغابية وليطبخوا في حوانيت مخصصة مسطحة يتمكن من غسلها في كل الأوقات ويتناولوا أشغالهم بضوء المصباح " ².

وهناك البعض من الخلفاء والأمراء وبسبب قلة شروط النظافة من إضطر إلى الطبخ بيديه لما يأكله حتى ألقوا الطبخ³ ومن الوصايا كذلك إذا أغلت القدر يجب أخذ الرغوة والزبد ووسخ اللحم المطفو في أعلى الطبخة بالرغم من تنقية وتنظيف اللحم قبل وضعه في القدر بالماء الحار والملح من عروق الدم والأغشية، ثم ترك الطبخ على نار هادئة حتى النضج⁴.

¹ ابن خلدون: المقدمة، تق: أ.م. كاترمير، مج1، مكتبة بيروت ، طبعة باريس، لبنان، 1858م، ص ص 164 - 165.

² السقطي: المصدر السابق، ص35.

³ ابن سيار الوراق: المصدر السابق، ص33.

⁴ البغدادي محمد بن الحسن بن محمد: الطبخ ومعجم المآكل الدمشقية، تق: فخري البارودي، مؤسسة هنداوي،

د ط، المملكة المتحدة، 2017م، ص14.

الفصل الثاني

- 1- الطبقة الخاصة
- 2- الطبقة العامة
- 3- آداب الطعام
- 4- إصلاح الأطعمة وحفظها
- 5- الأطعمة والأشربة العلاجية
- 6- المطبخ المغاربي بين التأثير والتأثر
- 7- مزايا الأكل

الفصل الثاني: الأطعمة والأشربة عند أهل المغرب والأندلس :

لقد تنوعت الأطعمة وهذا نتيجة البيئة وحسب الوضع المادي للأفراد¹، وعند بداية تشكل دول المغرب الدولة المرابطية اقتصر طعام أمرائها على الضروري من العيش حيث أن عبد الله بن ياسين*² كان يقاتل إلا من لحوم الصيد البرية والبحرية³، ويوسف بن تاشفين*⁴ كان طعامه من الشعير وإدام الإبل⁵، أما العهد الموحي فقد حصر طعامهم ولم يعرفوا أصناف عديدة من الأطعمة⁶.

فالمهدي بن تومرت⁷ دعى إلى الزهد في الأكل⁸، وكان طعامه رغيف خبز والقليل من الزيت والسمن⁹ أيضا الدولة الزيانية تباين طعام الأمراء والتأثر بأحوال الدولة وكانت معيشتهم بسيطة¹⁰، وهكذا مع بقية الدول، ولكن بمجرد ما ضمت الدولة المرابطية الأندلس¹¹ وتوالت الهجرات إلى بلاد المغرب

¹ إبراهيم القادري بوتشيش: المرجع السابق، ص 69.

² عبد الله بن ياسين: عبد الله بن ياسين بن مكوك قلي بن ياسين الجزولي من أهل جزولة في طريق مدينة غانة كان من أهل الورع والفضل والسياسة، دخل بلاد الأندلس في عهد ملوك الطوائف حصل فيها على علوم كثيرة وكان على المذهب المالكي. ينظر، حامد محمد خليفة: يوسف بن تاشفين موحد المغرب وقائد المرابطين ومنقذ الأندلس من الصليبيين، دار القلم، دار الشامية، ط1، سوريا، 2003م، ص ص 27-28.

³ البكري: المصدر السابق، ص 165.

⁴ يوسف بن تاشفين: يوسف بن تاشفين بن إبراهيم بن تورفيت بن وارثطين بن منصور بن مصالة بن أمية بن وتلمي بن تاملت الحميري من قبيلة لمتونة، ولد في صحراء المغرب سنة 410هـ وولاه ابن عمه أبو بكر بن عمر اللمتوني إمارة البربر قاد جيش كبير، غزا به الأندلس، بنى مراكش 465هـ، شارك في موقعة الزلاقة، توفي 500هـ. ينظر، مجهول:

تاريخ البربر (مفاخر البربر)، تق: محمد زينهم، جهاد للنشر والتوزيع، ط1، (د م ن)، 1998م، ص 10.

⁵ ابن مريم: البستان في ذكر الأولياء والعلماء بتلمسان، طبع في المطبعة الثعالبية، الجزائر، ص 16.

⁶ نوارة شرقي: المرجع السابق، ص 175.

⁷ المهدي بن تومرت: وهو من قبيلة هرغة أحد البطون البربرية من قبيلة مصمودة في منطقة السوس التي تقطع جنوب المغرب الأقصى وهي منطقة جبلية واختلف المؤرخين عن تاريخ ميلاده وهناك من قال ولد 469هـ وتوفي 524هـ. ينظر، عبد المجيد النجار: المهدي بن تومرت حياته وأراؤه وثورته الفكرية والاجتماعية وأثره بالمغرب، دار الغرب الإسلامي، ط1، 1983م، ص ص 24-32-33-36.

⁸ ابن خلكان: وفيات الأعيان وأبناء الزمان، ج5، تح: إحسان عباس، دار صادر، (د ط)، بيروت، (د س ن)، ص 64.

⁹ محمد بن إسماعيل المقدم: المهدي، الدار العالمية، ط8، الإسكندرية، 2004م، ص 415.

¹⁰ عبد العزيز الفيلاي: تلمسان في العهد الزياني، ج1، موفم للنشر والتوزيع، (د ط)، الجزائر، 2002م، ص 265.

¹¹ إبراهيم القادري بوتشيش: المرجع السابق، ص 70.

خاصة في فترة الأزمات السياسية¹ ويرجع الوجود الأندلسي بالمغرب إلى العهد الأموي*² بالأندلس، وذلك لما كان لهم علاقات تجارية مع الدولة الرستمية³.

تنوعت أصناف الأطعمة نتيجة التواصل والإحتكاك بالأندلس الذين بدورهم عرفوا بالتنوع لمختلف ألوان المؤكولات⁴.

1- طبقة الخاصة:

شغلت موائد أهل المغرب والأندلس على العديد من أنواع الأطعمة، وبرز ذلك من خلال ما قدمه ابن رزين التجيبي في مصنفة فضالة الخوان، حيث إختلفت المصطلحات الدالة عليها بإختلاف تسمياتها وتركيباتها وأنواعها التي عرفت بها، وهي التسميات التي أشتهرت عند أهل المغرب والأندلس خلال هذه الفترة وشكلت ارثا ثقافيا مشتركا بينهما، وتجاوزت حتى مرحلة العصر الوسيط.

كان طعام الطبقة الحاكمة والمقربين إليها، متنوعا ومكلفا، لتنوع وتعدد المكونات الباهضة الثمن من مختلف أنواع اللحوم والأبازير والمكسرات وغيرها من المستلزمات⁵، وتضم هذه الطبقة الأمراء والوزراء والكتاب والشعراء والفقهاء والولاة والخلفاء والأعيان وغيرهم⁶، وإمتازت موائدهم بالتنوع والتناسق، خاصة عند المناسبات والإحتفالات المختلفة، وقد شملت أطعمة وأشربة هذه الفئة على شتى أنواع الأغذية على إختلاف مصدرها النباتي والحيواني⁷ ومن بين هذه الوصفات الثريد، فهي تعد من أطعمة الخواص عرف بها الخلفاء والأمراء والوزراء، فهي أكلة محبوبة لديهم⁸، ومن أنواع الثريد، الثريد الكامل وصفته يتكون

¹ البكري: المصدر السابق، ص70.

² العهد الأموي بالأندلس: قامت الدولة الأموية سنة 138 هـ /756م على يد عبد الرحمان بن معاوية. ينظر، عبد الواحد ذنون طه: تاريخ العرب وحضاراتهم، دار الكتاب الجديد المتحدة، ط1، بيروت - لبنان، 2001م، ص102.

³ الدولة الرستمية: حكمت المغرب الأوسط الذي كان يمتد من بجاية شرقا إلى واد ملوية وجبال تازا غربا سنة 160هـ/296هـ، وسقت على يد الفاطميين. ينظر، محمد عيسى الحريري: الدولة الرستمية بالمغرب الإسلامي حضارتها وعلاقتها الخارجية بالمغرب والأندلس (160هـ-296هـ)، دار القلم للنشر والتوزيع، ط3، الكويت، 1987م، ص13.

⁴ إبراهيم القادري بوتشيش: المرجع السابق، ص70.

⁵ نواره شرقي: المرجع السابق، ص175.

⁶ عبد الحليم علي رمضان دويم: مطبخ الخاصة في الأندلس في العصر الأموي (138هـ-422هـ/752م-1031م)، مجلة كلية الآداب والعلوم الإنساني، العدد 32، جامعة منصور، (د س ن)، ص12.

⁷ رقية موسيات: المرجع السابق، ص31.

⁸ جمال أحمد طه: المرجع السابق، ص177.

من مختلف أنواع اللحوم يأخذ اللحم البقري وتقطعيه يضاف إليه التوابل¹ ملح، بصل، فلفل، زنجبيل، كزبرة يابسة، كمون، زيت كثير بعد نضجه على نار معتدلة² يصفى، وبعدها يوضع لحم الغنم بنفس الطريقة ثم لحم الدجاج والحمام ومختلف العصافير، بعد ذلك تجمع أمراق هذه اللحوم وتصفى من العظام ويضاف إليها زيت، خل التقيف زعفران، فلفل وعيون البقر المنقوع في الخل³ وبعد أن ينضج يسقى به الثريد بقدر كافي⁴. فالثريد هو فتات من خبز الدرمل⁵ أو السميد المختمر المحكم العجن والطبخ وبعد أن يأخذ حقه في السقي بالمرق، يصف اللحم فوقه على شكل دائري في القصعة، يوضع اللحم البقري أولاً ثم اللحم الغنمي ثم الدجاج وبقية اللحم ومحاح البيض والزيتون واللوز ويذر عليها السنبل المسحوق والقرفة وتغطى برغف الإسفريا المصنوعة وتقدم⁶ وكانت هذه الأكلة معروفة عند الأمراء والملوك⁷. وهذا الطعام كان معروف منذ القدم عند العرب وقد روى حديث عن النبي صلى الله عليه وسلم يقول فيه: ((فضل عائشة على النساء كفضل الثريد على سائر الطعام))⁸، وثريدة الخل التي تطهى بنفس الطريقة السابقة ولكن مع البقل من لفت وبادنجال وقرع ويضاف إليها الخل⁹، وهناك العديد من هذه الطبخة منها ثريدة من رؤوس العجول والأغنام وثريدة بالدجاج ومنها ثريدة باللبن والحليب وثريدة بالفول وأنواع عديدة وكثيرة أخرى¹⁰.

¹ مجهول: المصدر السابق، ص 166.

² التجيبي: المصدر السابق، ص 40.

³ مجهول: نفس المصدر، ص 166.

⁴ ابن المبرد جمال الدين يوسف بن حسن بن عبد الهادي الصالحي الدمشقي: الطباخة، (د ن)، (د ط)، (د س ن)، ص 113. ينظر، التجيبي: المصدر السابق، ص 52.

⁵ الدرمل: وهو الدقيق من القمح الصافي. ينظر، التجيبي: نفس المصدر، ص 36.

⁶ مجهول: المصدر السابق، ص 166.

⁷ دافيد واتير: المرجع السابق، 102.

⁸ رقية مويسات: المرجع السابق، ص 176.

⁹ مجهول: نفس المصدر السابق، ص 166.

¹⁰ التجيبي: المصدر السابق، ص ص 39-40-46-52.

ومن الصفات التي جاءت بإسم قبيلة بربرية التي كان لها دور كبير في تكوين تاريخ المغرب الإسلامي هي قبيلة صنهاجة¹.

وعرفت هذه الأكلة بالصنهاجي الملوكي وصفته²: لحم بقر يقطع يضاف إليه التوابل، فلفل ثوم، زعفران، زيت خل، يطهى نصف طهي يضاف إليه لحم الغنم والفراخ وغيره من العصافير ولوز مقسوم ثم يعمر بالزيت ويدخل الفرن حتى يطهى³، وما يميز هذه الأكلة أنها صالحة لكل سن وهذا لما اجتمع فيه مختلف أنواع اللحوم والمرى النقيع والأبازير وغيرها⁴.

وهذا الطبق كان يحضر لأحد كبار أعيان المجتمع الموحد⁵، إضافة إلى أكلة الأمخاخ التي اشتهرت عند الطبقة الخاصة، فهي من الأغذية المحبوبة والمشتهاه لديهم فهم يفضلونها على جل الأطعمة الأخرى⁶، وهذه الأكلة التي تقدم على المائدة ولا يذوقها صاحب المادة قبل أن يطعمها لصديقه والزائر له⁷، واشتهرت هذه الفئة بحبها لهذه الأكلة والتي لم تقتصر على نوع واحد معين، بل أكلوا أمخاخ كل ما يذبح من مختلف الحيوانات والطيور⁸، ويقول ابن قنفذ القسنطيني:

لحم الرؤوس ليس ردي والفعل من أكارع جلي
وفي الدماغ البرد والرطوبة وفعله من بعضها عجيبة⁹.

¹ قبيلة صنهاجة: تعد صنهاجة من أهم القبائل البربرية حسب المؤرخون فهي تمثل ثلث سكان المغرب وهناك من ينسبها إلى قبيلة حمير اليمنية، وهناك من يقول أنها قبيلة بربرية في أصولها، وهي تنقسم إلى قسمين، مناطق شمالية ومناطق الصحراء، وتضم هذه القبيلة حوالي سبعين قبيلة منها مسوفة، لمطة، لمتونة، كدالة وغيرها، ينظر: علي ابن أبي زرع الفاسي: الأنيس المطرب بروض القرطاس في أخبار ملوك المغرب وتاريخ مدينة فاس، دار المنصور للطباعة والوراقة، (د ط)، الرباط- المغرب، 1972م، ص120.

² جمال أحمد طه: المرجع السابق، ص177.

³ مجهول: المصدر السابق، ص10. ينظر، التجيبي: المصدر السابق، ص193.

⁴ نواره شرقي: المرجع السابق، ص176.

⁵ رقية مويسات: المرجع السابق، ص33.

⁶ مجهول: المصدر السابق، ص38.

⁷ نفسه، ص22.

⁸ فريدة قاسمي و زبيدة نور الدين: المرجع السابق، ص46.

⁹ ابن قنفذ القسنطيني: أرجوزة نادرة في الغذاء والطبخ (740هـ-810هـ/1340م-1407م)، المجلة التاريخية الجزائرية، المجلد 03، العدد02، 2019م، ص91

ومن وصفاتها يحضر دماخ خروف ويضاف إليه سمن وحليباً وسكر ويحشى به المصران ويعلق، فإذا فرغ من تركيبه يحشى في أواني زجاجية وهذه الأخيرة خاصة بالرؤساء، ثم توضع في قدر بعد أن أضيف له ماء وملح وجميع ما يحتاجه وعند النضج يفرغ من الأواني ويقدم.¹

أيضاً أكلة الأحرش عرف في مراكش بالأسفيريya وصفته: لحم غنم المدقوق ومنقوع بالخل² ويضاف إليه التوابل والثوم والزيت وقليل من البيض ثم يكور ويقلّى في الزيت³، كذلك طبخة الثومية تتكون من لحم الدجاج مع التوابل ملح، فلفل، الزنجبيل، الزعفران، اللوز المقشور، الثوم⁴ تدق حتى تصبح كالدماخ وتطهى⁵، وهناك من فضل أكل المشاوي فعرف في تلك الفترة شواء عجل كامل أو خروفاً كامل وتقديمه كما هو في موائدهم، وقد ذكر "ابن السيار" ذلك في كتابه وصفة عجل مشوي قدم للسيد أبي العلاء في سبته، وصفته يحضر كل من كبش، إوزة، دجاجة، فرخ حمام، زرزور، عصفور تنظف وتشوى، ثم يدهن الكبش بمرق الشواء ويدخل في خوفه ما ذكر سابقاً من اللحوم ويدخل في التنور حتى ينضج، ثم يدخل في جوف العجل الكبش ويخاط ويدخل في التنور إلى أن ينضج ويقدم إلى محبيهم⁶ نذكر كذلك الفداوش، وهو عجّين من السميد وملح، ثم يفتل بين الأصابع قليلاً في طول حبة القمح وأطرافها أرق من وسطها ثم يعرض ذلك العجّين لكي ييبس في الشمس⁷. وهو ثلاثة أنواع هناك المستطيل الشكل على هيئة حبة القمح، وهناك الدائري ويسمى في بجاية الحميص ومنه يعمل رقاقاً مثل رقعة الكاعظ وهو يعرف اليوم في قسنطينة بالتليتي والمحمصة والفتات أو ثريد الطاجين⁸ وصفته: يحضر لحم غنمي سمين يوضع في قدر كبير مع التوابل ملح، زيت، فلفل، كزبرة، بصل ويغطى بالماء وبعد نضج اللحم يخرج من القدر ويصفى المرق وتنظف القدر ويعاد المرق فيها ويضاف الفداوش حتى تطبخ، وتوضع قدر صغيرة في قم القدر الكبيرة إذا جف ماء الفداوش أضيف لها، وإذا نضج الفداوش أضيف له سمن أو زبد طري ويغلى ساعة ويحرك بذنّب المغرفة حتى لا يفسد، ثم يقلّى اللحم في سمن أو زبد حتى يتحمر ثم يفرغ في مثرّد

¹ مجهول: المصدر السابق، ص38.

² فريدة قاسمي و زبيدة نور الدين: المرجع السابق، ص46.

³ التجيبي: المصدر السابق، ص147. ينظر، مجهول: المصدر السابق، ص38.

⁴ نواره شرقي: المرجع السابق، ص176.

⁵ التجيبي: نفس المصدر، ص166.

⁶ ابن سيار الوراق: المصدر السابق، ص32. ينظر، التجيبي: نفسه، ص133.

⁷ التجيبي: نفسه، ص90.

⁸ خديجة سلاوي: الحياة الاجتماعية في الدولة الزيانية (633هـ-962هـ/1235م-1551م)، مذكرة لنيل شاهرة الماستر تاريخ المغرب الأوسط والوسيط، اشراف: راعة عمر، جامعة ابن خلدون تيارت، 2014/2013م، الجزائر، ص62.

مع اللحم وقرفة وزنجبيل ويقدم¹ أيضا العصيدة التي تصنع من الدقيق ويضاف إليه الزبدة والسمن في المناطق الرعوية² أما حسن الوزان فقد ذكر نوع من الطعام الذي قدم للسلطان الزياني خلال الحصار المريني للمدينة سنة 698هـ-707هـ/1298م-1307م وهي عبارة عن أكلة من لحم خيل مشوي مخلوط بالشعير وورق البرتقال.³ أيضا المرقاس يأخذ من حلوه ويسلق ويضاف إليه الشحم وقليل من المري النقيع والتوابل ولحم ويحشى به المصران ويضاف إليه البيض ليمسكه⁴.

كذلك أنواع النقيع عرف هذا المستحضر عند الفئة العامة والخاصة، وهذه الأخيرة كانت تحضر هذا المستحضر من النقيع أو المسطار أي عصير العنب الممزوج بالتوابل، واستخدمه أهل الأندلس في اللحوم والتوابل وغيره من الأطعمة⁵، وهناك العديد من الأنواع نذكر منه ما يسمى مري معجل الذي يقوم مقام النقيع، وصفته يطهى رطل من الدقيق سواء من القمح أو الشعير في طاجن فخار، ويضاف إليه مقدار أو قتين من ملح وماء ويمرس باليد ثم يصفى، ثم يطبخ العسل ويضاف إليه الماء واللباس وكزبرة يابسة وأنسيون وزعتر وقرفة⁶، وهناك أنواع أخرى من المري كالمري المطبوخ، والمري المسطار (عصير العنب)، مري الحوت وغيره⁷ ومن المأكولات كذلك البسيصة تصنع من سميد الشعير المحمص والزيت والماء وهناك من يصنعها من القمح وهي أكلة قديمة وتقدم هذه الأكلة خاصة عند زيادة المولود الجديد⁸، والطواجن والرفيس، الدوارة والبركوش⁹.

أما الخبز يعد طعاما تتناوله الأسر المغربية والأندلسية الخواص والعوام منه، وله عدة أنواع حسب المادة المصنوع منه، أما الطبقة الغنية فكانت تتناول الخبز المصنوع من الدرك وهو القمح الصافي، وهو أفضل الأنواع وخاص بهذه الطبقة¹⁰.

¹ التجيبي: المصدر السابق، ص90.

² مختار حساني: المرجع السابق، ص113.

³ نفسه، ص114.

⁴ التجيبي: نفس المصدر، ص234.

⁵ زينب ملياني: المرجع السابق، ص97.

⁶ التجيبي: نفس المصدر، ص269.

⁷ نفسه، ص ص 266 - 267 - 269 - 270.

⁸ مختار حساني: المرجع السابق، ص113.

⁹ عبد العزيز الفيلاي: المرجع السابق، ص265.

¹⁰ مريامة العنابي: المرجع السابق، ص130.

ولم يقتصر طعام الخاصة على الموالح فقط بل إهتموا بصناعة الحلويات حتى أن كتب الطبخ الأندلسية والمغربية خصصوا لها قسم لكونها من الأطعمة المرغوب بها في كل طبقات المجتمع، مثل صناعة حلوى السنيوسك الملكي فهو يتكون من سكر أبيض، ماء ورد، اللوز، وبعض التوابل وتصنع على شكل كعك.¹ كذلك القاهرية: تحضر من السكر واللوز المقشور ويدرس، وماء ورد، دارصيني، قرفة، زنجبيل، سنبل، جوز ويخلط ويعمل منه كعك، ثم يعجن دقيق الدرمك والنشاء بالخمير بعد فرشه في صلاية ويقطع ومن أراد عمله بالعسل يصلح لذلك² و صنعت لخلفاء مراکش³.

أيضا الترافست التي تصنع من فتات الخبز مضاف إليه الماء والعسل وزعفران ويوضع في صحفة ويذر عليه لوز ويشكل في وسطه حفرة على شكل كعك⁴ كذلك نوع آخر من الحلويات ما يسمى بكعب الغزال وصفته بيل الدقيق بقليل من الزيت ويعجن بماء ساخن به فلفل، زنجبيل، أنيسون، ثم يرحى سكر ولوز مخلوطين ويضاف لهما ماء ورد والأفاوية، ثم تدهن اليد بالزيت ويفتل فتلا رقيقا ثم يمد العجين على لوح ويوضع الحشو داخله ثم يفتل الكعك ويقطع بالسكين ثم يطهى في الفرن⁵ المقروض يصنع من السميد محشو بسكر ولوز مفتول باليد ويلطم حتى ينسبط ويقطع بسكين ويقلى في الزيت في المقلى ويذر عليه قليل من السكر⁶ ، أيضا المقريوش والغربية، وحلوة الترك⁷ وحلوة الفتانيط نوع من أنواع الحلوى المحشوة بالجوز والعسل مستعمل خاصة في فاس والمدن الشمالية⁸.

ومن أنواع الحلوى التي عرفت عند الأندلسيين خاصة، حتى وصفوها بأحسن الوصفات وعرفت بالمجبنة، وتعتمد هذه الحلوى على دقيق الدرمك، ويعجن معه الجبن الطري ويضاف إليه التوابل وغيرها⁹

¹ فريدة قاسمي و زبيدة نور الدين: المرجع السابق، ص 47.

² التجيبي : المصدر السابق، ص 248.

³ نواره شرقي: المرجع السابق، ص 177.

⁴ نفسه، ص 177.

⁵ التجيبي: المصدر السابق، ص 65.

⁶ نفسه، ص 79.

⁷ خديجة سلاوي ، المرجع السابق، ص 63.

⁸ التجيبي : نفس المصدر ، ص 65.

⁹ أحمد الكامون وهاشم السقلي: التأثير الموركسي في المغرب، مركز الدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية، ط1، المغرب، 2010م، ص 136.

وتختلف باختلاف المناطق ففي طليطلة كان أهلها يصنعها من دقيق القمح وتحشى بخليط من الجبن وبعد الطهي تغطى بطبقة من العسل والزبدة والقرفة والسكر¹.

أما المقري فقد ذكر مجبنة مدينة شريش، حتى اشتهر بينهم أن المحروم من دخل هذه المدينة ولم يذق مجبناتها، وتقدم هذه الحلويات في المناسبات والإحتفالات².

أما المشروبات المتناولة عند أهل المغرب والأندلس فهي متنوعة بتنوع مكوناتها وأغلبها مكونة من الفواكه والأكيد في ذلك أنها تشترك في كونها أشربة صحية، نذكر منها شراب الأترج، شراب التفاح، السفرجل، الإجااص والرمان وغيرها³.

أما مشروبات بعض خواص أهل الأندلس فهي الخمر الذي زينوا به موائدهم في مجالس اللهو والطرب الذين كانوا يشربونه دون حرج أو خوف⁴. نذكر مثلاً ما حدث لابن جبير⁵ الرحالة مع أبو سعيد بن عبد المؤمن صاحب غرناطة عندما أجبره على شرب الخمر، فأعرض هذا الأخير على فقال له ابن سعيد والله لتشربن منها سبعا، فشرب سبع كؤوس فملاً السيد الكأس من دنائير سبع مرات وصب ذلك في حجره⁶ ومن بين المناطق التي انتشرت فيها وتنوعت الأشربة بها وإنتاجها للمواد الأولية كالعنب والتين هي غرناطة ومالقة واشبيلية⁷.

¹ فريدة قاسمي و زبيدة نور الدين: المرجع السابق، ص47.

² المقري: نفح الطيب، ج1، المصدر السابق، ص184.

³ ابن سيار الوراق: المصدر السابق، ص ص 495-496-497.

⁴ مريامة العنابي: المرجع السابق، ص131.

⁵ ابن جبير(539-614هـ/1144-1517م): هو أبو الحسين محمد بن أحمد بن جبير الكنايني الأندلسي، الشاطبي، البلنسي، ولد في بلنسية، سمع العلوم من أبيه في شاطبة، كان عالماً في الفقه والحديث، أديباً، شاعراً، ولكن شهرته عرفت بعد الرحلات التي قام بها خاصة الرحلة التي دامت ثلاث سنوات التي عبر إلى العديد من المدن والبلدان والتعرف على أحوالهم السياسية والاجتماعية والدينية وغيرها. ينظر، ابن جبير أبو الحسين محمد بن أحمد بن جبير الكنايني الأندلسي: رحلة ابن جبير، دار صادر، (د ط)، بيروت، (د س ن)، ص ص 5-6.

⁶ مصطفى نشاط: جوانب من تاريخ المشروبات المسكرة بالمغرب الوسيط، منشورات كلية الآداب، (د ط)، المغرب، 2003م، ص47.

⁷ الحميري محمد بن عبد المنعم: الروض المعطار في خبر الأقطار (معجم جغرافي)، تح: إحسان عباس، مكتبة لبنان، ط1، ط2، لبنان، 1975م-1984م، ص173.

وعلى الرغم من جهود حكام وخلفاء دويلات المغرب على محاربة هذه الظاهرة مثل تاشفين بن علي الذي دعى إلى محاربة هذه الآفة وبعث برسالة إلى بعض المناطق في دولته ونصها: " فمن لا يصلح أمر نفسه لا يصلح سواه....والخمر نزهكم الله من خبايث الأمور التي هي جماع الإثم والفجور.....فاجتهدوا في شأنها وأوغروا في جميع جهاتكم بإراقة دنانها"¹، وكانت هذه الخمر تباع في الأسواق على إختلاف أنواعها² ونذكر منها: شراب العسل وهو عظيم السكر³ شراب انزير عرفه أهل السوس يصنع من عصير العنب الحلو ولا يشرب إلا إذا أخط بالماء، شراب المتروئي عرف في مكناسة، وهناك شراب آخر، فقد تحدثت عليه المصادر الموحدية وهو شراب غير مسكر يعتمد على العنب وشراب الرب. وهو من المشروبات الغير محرمة⁴ ويقول صاحب كتاب الإستبصار مجهول: "فيه أم لا تحصي من المصامدة وأكثر عيشهم إنما هو من العنب و الزبيب والرب وهم لا يستغنون عن شربه برد الجبل وتلجه وخلفه بلاد السوس⁵ وهو شراب يقدم في المناسبات والإحتفالات⁶ سواء الإحتفالات الدينية أو العسكرية أو الاجتماعية⁷ مثلما فعله أهل درنة عندما خرجوا في عهد أبي يعقوب يوسف إلى البحيرة بظاهر مراكش حيث أطعمهم مدة 15 يوم وقد صنع ما تقدمه العادة به نهر من رب ممزوج بالماء⁸.

وهناك لفظ آخر تداول في المصادر وهو القهوة، وتؤكد الشواهد التاريخية أن القهوة يقصد بها في ذلك العصر هو الخمر، ويقول أحد الشعراء:

وعيني بضروب الأغان

بعوض جعلن دمي قهوة

وجسمي الدباب وهن القيان⁹.

كأن عروقي أوتارها

¹ ابن حوقل : صورة الأرض، دار مكتبة الحياة للطباعة والنشر، د ط، بيروت-لبنان، 1992م، ص77.

² مصطفى نشاط: المرجع السابق، ص 19.

³ ابن حوقل : نفس المصدر ، ص77.

⁴ مصطفى نشاط: نفس المرجع ، ص ص 19-20.

⁵ مجهول : الاستبصار في عجائب الأمصار، تع: سعد زغلول عبد الحميد، (د ن)،(د ط)، (د م ن)،(د س ن)، ص211.

⁶ مصطفى نشاط: نفس المرجع ، ص19.

⁷ زينب محمد حامد محمد أحمد: مظاهر الحياة الإجتماعية في المغرب الإسلامي خلال العهد المرابطي، جامعة نواكشوط

العصرية، 2019م، ص118

⁸ مصطفى نشاط : المرجع السابق، ص19.

⁹ ابن دحية : المصدر السابق، ص93.

ومن الفواكه التي كانت هذه الطبقة تتناولها ويقدمونها هدايا لضيوفهم ومحبيهم هي حب الملوك، التفاح الخوخ، وتوضع في مواعدهم في الإحتفالات والمناسبات والأعياد، بالإضافة إلى أنهم كانوا يجففون كميات والإحتفاظ بها لفصل آخر منها التين والزعرور¹.

أما بخصوص تقديم الطعام والشراب عند الخاصة فقد اختلف من مكان إلى آخر حسب عادات وتقاليدهم الأكل والشراب، وانفردت الطبقة الخاصة بتقاليدها، حيث اقتصر على تقديم أصناف المأكولات على المواعيد صنف بعد صنف ولا توضع دفعة واحدة² نذكر مثلا ما فعله زرياب³ في الأندلس والأمور التي أضافها التي تتعلق بتنظيم الطعام وترتيب المواعيد وتزينها بالشراب، ووضع المزهرية الجميلة عليها والورود الطبيعية.

كذلك أنه صاحب فكرة وضع المناديل على المواعيد بمختلف أحجامها⁴، وكانت بعض الفئات تستعمل السباني وهي مناديل كبيرة، وأثمنها تتخذ من رفيع القطن والكتان وهذا دليل على الرخاء والرفاهية، التي كان الناس يتمتعون بها في تلك الفترة⁵، وكان تناول الطعام بالملاعق والشوك والسكاكين، بدل تناوله باليد مثلما كان سابقا⁶.

¹ مريامة العنابي: المرجع السابق، ص 133-134.

² زينب ملياني: المرجع السابق، 99.

³ زرياب: وهو أبو الحسن علي بن نافع، ولد حوالي سنة 160 هـ -777م، تلقى تعليمه الأول في الغناء والعزف على يد إبراهيم الموصلي، ثم ابنه إسحاق وكان غلاما أسود يملكه الخليفة العباسي (المهدي) مع الكثير من العبيد وكانت آماله أن يكون من الخالدين، ويسجل إسمه من العظماء وبعد رحلته الطويلة خلق لنفسه شخصية قوية قرر الرحيل من بغداد إلى المغرب (القيروان) ثم إلى الأندلس ثم قرطبة وهكذا احدث زرياب نقلة نوعية بالأندلس في الحياة الإجتماعية والموسيقى وترك إرث عظيم في الألحان والأغاني توفي 852هـ ينظر: محمد كمال: علماء العرب زرياب، دار الربيع للنشر، (د ط)، حلب، (د س ن)، ص 3.

⁴ خضير عباس المنشداوي: زرياب البوتاني الموصلي وأثره في تقدم علم الموسيقى وفنون الغناء والطبخ والأزياء، مجلة جامعة زاخو، المجلد 01، العدد 2، العراق، 2013م، ص 290-291.

⁵ عيسى الذيب: المرجع السابق، ص 256.

⁶ حسين مؤنس: معالم تاريخ المغرب والأندلس، (د ن)، (د ط)، (د م ن)، 1992م، ص 333.

أما طريقة تقديم الطعام فكانت وفق ثلاث دفعات، تبدأ بالأكل الخفيف كالحساء ثم الطبق الرئيسي مثل الأطعمة التي يدخل مكوناتها اللحم ثم الفواكه والحلويات المعسلة من الجوز واللوز والفسق و غيرها¹، وكانوا يقدمون الأطعمة المخلوطة بالخل.²

والجدير بالذكر أن هذه الفئة قد استعانت بأصحاب الخبرة في إعداد مثل هذه المأكولات بالنساء السودانيات المعروفات في تحضيرهن لهذه الأطعمة ويقول صاحب كتاب الروض المعطار: ويجلب منها سودانيات طباقات محسنات تباع الواحدة منهن بمائة دينار وأزيد لحسن عمل الأطعمة الطيبة ولا سيما أصناف الحلويات مثل الجوزينيات واللوزينجات والقاهرات والكنافات والقطايف.³

ومن الغاسولات التي عرفت في تلك الفترة عدة أنواع من الأشنان الملوكي المكون من قرفة، قرفة، قرنفل، كافور، وما صندل، يدق الجميع وينحل بالماء وهذا الغاسول يستعمله الملوك العظاماء⁴، وهناك نوع آخر من الأشنان الذي يزيل الدسم ويعمل على تنقية اليد مكون من قرنفل ودقيق الفول⁵. كذلك استعملوا النجق والتفاح، الصندل، ورق الإترج، السباس يدق جميعا ويغسل به اليد والفم فهو مفيد للثة ويزيل روائح الأطعمة⁶ فعادة غسل اليدين من عادات الإسلام، حيث قبل الأكل يتقدم الخادم بالماء والأشنان وتبدأ باليمين والأكبر سنا، وبعد الإنتهاء وبنفس الطريقة من اليسار إلى اليمين.⁷

وقد ذكر لنا ابن سيار الوراق في كتابه الطبخ وصف لمائدة حافلة بالمآكل الشهية والتنوع والتفنن في الأكل والشرب في أحد الولاتم يقول:

صحاف صنية "سكاريج" ملونة فيها

الجبن الدينوري الحريف الذي يفتق الشهوة

بادنجال مخلل معمول بماء حب الرمان، يهرس قبل أن يؤكل.

¹ خضير عباس المنشداوي: المرجع السابق، ص 290.

² سامية مصطفى محمد مسعد: المرجع السابق، ص 265.

³ الحميري: المصدر السابق، ص 64.

⁴ التجيبي: المصدر السابق، ص 278.

⁵ زينب ملياني: المرجع السابق، ص 100.

⁶ التجيبي: نفس المصدر، ص ص 279 - 278.

⁷ زينب ملياني: نفس المرجع، ص 100.

فراريج كسكرية، وكبود الدجاج المسمن، وصدور البط بماء التفاح وماء حب الرمان...ولب الفستق واللوز..

عصائر فيها: الأسماء المملحة المتنوعة من شبوط وبنى وسرة وقاش

من الشواء: بطوط كسكرية جداء صرصرية، دجاج مسمنة هندية، حملان رضع...فراخ مسمنة

- مائدة كأنها عروسة مجلية محفوفة بكل طريفة....

- ويرفع الطعام ويأتي فراش متهلل الوجه، نظيف الثياب، خفيف الروح بيده خلال سلطاني مقوم كأنه مراود الفضة، فيتناول الجماعة منه بتلطف.

- ويقدم أشنانا أبيض وصندل مقاهيري وذريعة المسك والكافور وحببات الورد الجوري، سلطانيا ملوكيا، كما يرغى الصابون، ويزيد كالسدر.¹

2- طبقة العامة :

تنوع الطعام وذلك حسب كل أسرة وما تملكه من إمكانيات إلا أن الخبز لم تخلو منه أي دار من الدور لتلك الفترة، وكان يقدم في الفطور والعشاء²، ولا يزال الخبز كذلك إلى اليوم، إذ تعتمد عليه الوجبات في أغلب البلدان المتوسطة، كثرة الأجزاء في مدن المغرب والأندلس يدل على الإستهلاك الواسع للقمح والشعير المادتان الأساسيتان في صنع الخبز³، ولصناعة الخبز كصفات كثيرة وكان خبز القمح أفضلها وأغلاها لما له من فوائد، ونصح الأطباء مرضاهم بتناول خبز القمح دون سواه⁴، وقد ذكرت المصنفات أسماء وأنواع الخبز المصنوعة من القمح منها خبز الطبوني، المغموم، المشوك، المشطب، خبز الماء، وكان خبز القنتورية بالأندلس من أحسن الأنواع⁵، وقد تعذر على شرائح الفقيرة في المجتمع التنازل عن خبز القمح لغلائه وإستهلكوا بدلا له خبز صنع من الشعير⁶، وأنواع أخرى من الخبز كخبز

¹ ابن سيار الوراق: المصدر السابق، ص ص 20- 21.

² فريدة قاسمي: المرجع السابق، ص 48

³ نورة شرقي: المرجع السابق، ص 178

⁴ فريدة قاسمي: نفس المرجع، ص 48

⁵ نورة شرقي: نفس المرجع، ص 178

⁶ حسن الوزان: المصدر السابق، ص 98

العدس والدخن وخبز الشليم وخبز الحمص وخبز الأرز¹، وخبز البشماط من أكثر الأنواع إنتشارا لدى الفقراء والخبكار وخبز الرقاق وخبز والبليجة وهي نوع من الخبز الحلو² وأكل المتصوفة أقراص صنعت من دقيق البلوط³ .

فأكلات العامة على العموم كانت بسيطة جدا، فقد كان الغذاء العادي لسكان إفريقية مقتصرًا على عدد قليل من المواد الأساسية كالحليب والزبدة والتمر والتين والزيتون⁴ والحبوب، من الحنطة والشعير إضافة إلى زيت الزيتون⁵ .

واكتفى سكان الصحراء خاصة القبائل الصنهاجية بتجفيف اللحم وصب الشحم المذاب عليه⁶، وسكان جدالة ولمطة يأكلون قديد جمال ويشربون لبن النواق⁷، لذلك ظلت أبدانهم قوية صحيحة⁸، وكان للقمح إستعمالات أخرى إذ صنعت منه أنواع كثيرة من العصائد⁹ (البازين)¹⁰ حيث ذكرها الزجالي بقوله شخصين على عصيدة :

واحد يشردّ و لأخر يبزّد¹¹ .

¹ ابن الزهر: المصدر السابق، ص ص 9-11

² غزالة العيد: الفقراء والمهمشون بإفريقية في العهد الحفصي، الدار المتوسطة، ط1، تونس، 2021م، ص 206.

³ نورة شرقي: المرجع السابق، ص 178

⁴ القروي المالكي أحمد عبد الرحمن اليزليتي: مختصر فتاوى البرزلي، دار حزم، ط1، لبنان، 2011م، ص 292.

⁵ بختة خليلي: الفقر بالمغرب الإسلامي ما بين القرنين السابع والتاسع الهجريين (ق 13-15 م) واقعه وآثاره، أطروحة لنيل شهادة الدكتوراه الطور التاريخ الوسيط، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم العلوم الإنسانية، جامعة مصطفى اسطبولي، معسكر، 2016م، ص 214.

⁶ إبراهيم قادري بوتشيش: المرجع السابق، ص 70.

⁷ زينب بوسنة: الحياة الاجتماعية بالغرب الإسلامي في عهد المرابطين (448-541 هـ / 1056-1147م)، مذكرة ماستر في تاريخ وحضارة المغرب الإسلامي، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم التاريخ، جامعة محمد خيضر، بسكرة، 2019 م، ص 101.

⁸ إبراهيم قادري بوتشيش: نفس المرجع السابق، ص 70.

⁹ التادلي: المصدر السابق، ص 308.

¹⁰ إبراهيم جدلة: المجتمع الحضري بإفريقية في العهد الحفصي، المعهد العالي للدراسات التطبيقية في الانسانيات بقفصة، العدد 1، 2010م، ص 63.

¹¹ الزجالي أبو يحيى عبيد الدين أحمد القرطبي: أمثال العوام في الأندلس، تق: محمد بن شريفة، منشورات وزارة الدولة

المكلفة بالشؤون الثقافية والتعليم الأصلي، (دط)، (د م ن)، (د س ن)، ص 432.

والكسكس هو عبارة عن حبات بحجم رؤوس النمل توضع في الكسكاس ذو ثقوب في قعره ويملاً ويوضع فوق قدر الطبخ، وعند نضجيه يتم فركه بالزبدة والقرفة ويوضع في صحن كبير ويصب عليه مرق اللحم والخضار المطبوخة¹، و البركوكس وهو حسو من القمح وحليب كثير الإستعمال في المغرب وهو من الأطعمة الشعبية² وكذلك السخينة التي صنعت من الدقيق وتعد أحد أنواع أطعمة اليهود في المغرب الإسلامي ويضاف إلى الدقيق اللحم وإدام وحمص³.

بالإضافة إلى المأكولات المذكورة سابقا فقد إنتشرت أنواع أخرى من الوصفات والأطعمة بين عامة الناس منها وصفة تاحفصت المعروفة بمراكش وهو نوع من النقايا المقلية المصنوعة من اللحم الذي يقطع إلى أجزاء صغيرة، تضاف إليه بعض التوابل، مع قليل من البصل والزيت والماء ويتم تحريك هذا الخليط حتى يجف، بعدها يقلى في الزيت حتى تتضج⁴، كما عرف أهل فاس طعاما يسمى البلاجة الذي يتكون من لحم الغنمي مقطع إلى أجزاء صغيرة وتضاف إليه التوابل⁵، واللمتونية التي تصنع في بلاد الأندلس والمغرب تحضر من جميع الطير مثل الدجاج والإوز، السمان، الحمام... إلخ⁶ وطعام الفرس (المخل)، كما عرف سائر سكان فاس تصنيع الجبن من الألبان، حيث اشتهرت المجبنة التي تتكون من الجبن البقري والغنمي⁷، التي يتناولها العامة صباحا وهي ساخنة، لأنها إذا فقدت حرارتها تفقد ذوقها وذلك في قولهم: "مجبنة الظهر خرج نارها وقل طلابها"⁸.

أما شراب أهل السوس كان معروف عندهم بإسم أنزير الحلو المذاق، المسكر سكرا عظيما، إذ يفعل بشاربه مالا تفعله الخمر، لمتانته، وغلظ مزاجه⁹ وقد أمدنا "الإدريسي" بمعلومات عن كيفية تحضيره، بحيث يأخذون من عصير العنب الحلو فيطبخونه على النار إلى أن يذهب منه الثلث، ويرفع ويشرب، ولا

¹ دافيد وينز: المرجع السابق، ص 1034.

² التجيبي: المصدر السابق، ص 60

³ فريدة قاسمي: المرجع السابق، ص 48

⁴ مجهول: الإستبصار، المصدر السابق، ص 87

⁵ نفسه، ص 49

⁶ نفسه، ص 187

⁷ جمال أحمد طه: المرجع السابق، ص 177

⁸ الزجالي: المصدر السابق، ص 343

⁹ عيسى الذيب: المرجع السابق، ص 258

سبيل إلى شربه إلا بعد خلطه بمثله ماء، وكان أهل السوس يرون شربه حلالاً، ما لم يتعدّ به إلى حد السكر¹.

واشتهرت أطباق السمك في المناطق الساحلية خاصة ومثلت طعامهم الأساسي لتوفرها²، إلا أن البعض اعتبر أن الإكثار من أكل السمك ليس جيداً للعقل³، وكانت الأسماك تأكل مشوية أو مقلية⁴ ويشير "ابن رزين" في كتابه إلى عدة وصفات أساسها السمك، مثل السمك مع اللوز، أو مع عسل النحل أو عصير العنب⁵، ولعل ما يؤكد تنوع طبخه أن "ابن زهر" يشير في كتابه إلى أن الناس إستعملوه بطرق مختلفة مدح بعضها وذم البعض الآخر⁶.

واعتبرت الأطعمة المتكونة من البقوليات من بين الأغذية المستحبة لدى المغاربة⁷، من أهمها أو أشهرها البيسار وهو طبق يتكون من فول يطبخ مع الزبدة والحليب، ويجمد عندما يبرد⁸، والذي يكثر إستهلاكه في فصل الشتاء سواء من الخاصة أو العامة⁹.

والفستقية وهي سلق وفول¹⁰ والكوكبية المصنوعة من حمص وسيق، والسماصاخية¹¹ والحريرة¹² التي هي حساء بلفلفل والثوم¹³.

¹ الشريف الإدريسي: *صفة المغرب وأرض السودان ومصر والأندلس*، مأخوذة من *نزهة المشتاق*، المطبعة الشرقية،

امستردام، 1966م، ص ص 62-63

² الهادي روجي إدريس: *الدولة الصنهاجية*، تر: حمادي الساحلي، ج 2، دار الغرب الإسلامي، ط 1، بيروت، 1992م، ص 202.

³ نوارة شرقي: المرجع السابق، ص 180.

⁴ دايفيد وينز: المرجع السابق، ص 1025.

⁵ ابن رزين: المصدر السابق، ص 197.

⁶ ابن الزهر: المصدر السابق، ص 31-32.

⁷ عيسى الذيب: المرجع السابق، ص 260

⁸ الهادي روجي إدريس: المرجع السابق، ص 203

⁹ عيسى الذيب: نفس المرجع، ص 260

¹⁰ الهادي روجي إدريس: نفس المرجع، ص 203

¹¹ نوارة شرقي: المرجع السابق، ص 180

¹² محمد حامد محمد أحمد زينب، "مظاهر الحياة الإجتماعية في المغرب الإسلامي خلال عهد المرابطين"، مج 1، 2019م، عدد خاص، ص 46.

¹³ الهادي روجي إدريس: نفس المرجع، ص 203

بالإضافة إلى طبق العدس بالبيض¹، والعدس باللحم المقلي².

كما إشتهرت بين العامة وجبة خفيفة أساسها اللحم المسلوق مؤلفة من الخبز والفواكه اليابسة مع البلح باللحم المسلوق وحنطة الشعير، ولقي هذا الطبق إقبالا كبيرا من الفاسيين لاسيما في الصباح³، وكذلك نجد طبق الإفريقية المكونة من دجاجة مطبوخة بزيت الزيتون⁴.

عرفت أطباق العامة بأنواع كثيرة من الخضروات فكانت الكوسة، واليقطينة، والجزر من الخضروات الأكثر إستخداما، حيث ذكر التجيبي مجموعة من الوصفات أساسها اليقطينة⁵، وطبق النيسابورية وهي مكونة من الجزر والسلق⁶. كما إستخدموا الباذنجان كغذاء لهم⁷ وصنعوا منه المخلاتات⁸، وذكر صاحب كتاب الفلاحة كيفية تحضير الزيتون ليصبح جاهزا للإستهلاك⁹.

ومن أطباق العامة أيضا نجد السكباجة والبرزق والأطرية، سنبوسق¹⁰ وإسفنج القلة وهو نوع من أنواع الفطائر المحشوة بالشحم أو الخليع¹¹.

وكان الفقراء في تلمسان يقتصر طعامهم على الدشيش، الذي يصنع من القمح أو الشعير والخبز والإدام¹². أما الدهن فكانوا يستهلكون ما هو نجس كالزيت الذي وقعت فيه فأرة وكذلك السمن النجس¹³ وأيضا كانوا يشربون المرائس جمعها مريسة وهو ما ينقع في الماء من أنواع التمر ثم يمرس ويدلك¹⁴ أما قبائل لمتونة فكان معظم طعامهم وأفضله هو طعام المسمى عندهم بالبربرية "أسلو" الذي يعد أشهى

¹ التجيبي: المصدر السابق، ص242

² نواره شرقي: المرجع السابق، ص181

³ عيسى الذيب: المرجع السابق، ص259

⁴ نواره شرقي: المرجع السابق، ص180

⁵ عيسى الذيب: نفس المرجع السابق، ص260

⁶ الهادي روجي إدريس: المرجع السابق، ص203

⁷ عيسى الذيب: نفس المرجع، ص260

⁸ الزجالي: المصدر السابق، ص195

⁹ ابن الخير الأندلسي: المصدر السابق، ص61

¹⁰ الهادي روجي إدريس: المرجع السابق، ص204

¹¹ نور الدين أمعيط: المرجع السابق، ص554

¹² عبد العزيز فيلاي: المرجع السابق، ص266

¹³ غزالة العيد: المرجع السابق، ص207.

¹⁴ نفسه، ص207.

الأطعمة حيث يأخذون الحنطة فيقلونها ثم يدقونها حتى تصبح جريشا، ثم يمزجون العسل بما يماثله سمنا ويعجنون به تلك الحنطة، فإذا أخذ أحد ملء كفه منها وأكله ثم شرب عليه اللبن، فإنه لا يحتاج إلى طعام آخر طول يومه¹، في حين كان شرابهم عبارة عن نقيع الزبيب، حيث يأخذون الزبيب فيدقونه ثم ينقعونه في الماء، ويشربون صفوه نقيعا². وإعتمد أهل السوس ودرعة على الشعير كمادة غذائية أساسية³.

كان سكان المغرب الأوسط يتناولون أشربة عديدة منها شراب يصنع من قشر عروق النافع ومن قشر عروق الكرفس وقشر عروق الهندبا، وذكر شراب أخر من زريعة الكرفس وزريعة السفنارية وزريعة الورد والنافع وحبّة الحلاوة و نانوخة⁴، وشراب يدعى السويق⁵ فقال حنظلة بن صفوان في حديثه عن حروبه مع عكاشة وعبد الواحد (خرجت لنا الصبيان والنساء بالماء والسويق)⁶.

وكانوا يشربون النبيذ الذي كان يستخرج من التمر والعنب⁷ أو من الحنطة والشعير⁸، ومن الأشربة المشهورة التي كان يقبل عليها أبناء الشعب فمنها شراب الرب وكان أكثر شراب المصامدة⁹.

كما وجدت بعض الأكلات المتواضعة التي إعتاد العامة تقديمها للضيوف مثل الفجالة والقنبيط¹⁰، والدجاج والبيض والشراب والرغائف الساخنة، اللبن الرائب¹¹.

¹ عيسى الذيب: المرجع السابق، ص 257

² الإدريسي: المصدر السابق، ص 59

³ نفسه، ص 62

⁴ عبد الكريم يوسف جودت: الأوضاع الاقتصادية والاجتماعية في المغرب الأوسط خلال القرنين الثالث والرابع الهجريين (9-10م)، ديوان المطبوعات الجامعية (د ط)، الجزائر، (د س ن)، ص 326.

⁵ نينا جميل: طعام في الثقافة العربية، رياض الزين للنشر ط1، الرياض، 1994م، ص 34.

⁶ عبد الكريم جودت: نفس المرجع، ص 327.

⁷ مجيد أنوزلا: الأشربة والطب في الغرب الإسلامي من خلال النوازل الفقهية، دورية كان التاريخية، العدد 60، يونيو 2023م، ص 86.

⁸ عبد الكريم جودت: نفس المرجع، ص 327.

⁹ حسن علي حسن: المرجع السابق، ص 436.

¹⁰ إبراهيم القادري بوتشيش: المرجع السابق، ص 73.

¹¹ عصمت عبد اللطيف دنديش: الأندلس في نهاية المرابطين ومستهل الموحدين "عصر الطوائف الثاني"، (510-546هـ / 1116-1151م)، دار الغرب الإسلامي، ط1، بيروت/ لبنان، 1988م، ص 301

عرف المغاربة بعض الأطعمة التي كانت مرتبطة بالمواسم مثل الجنائنية التي جرت العادة بعملها في الجنان والبساتين أثناء خروج الناس إليها في فصل الربيع والصيف والخريف،¹ وكان للشباب أطعمة صيفية خاصة بهم إحتوت على القرع والنبيد الريحاني، وهي تقوي أبدانهم وتلائم صحتهم² ، ومن الأطباق التي كانت تقدم في الإحتفالات وأيام رمضان نجد الدويذة أو الشعيرة التي تطبخ بلحم الدجاج ، والحساء أو الحسو التي تعتبر أكلة شعبية كثيرة الإنتشار³.

لقد كان لطبقة العامة والفقراء مري مخصص لهم يتم تحضيره من العسل المحروق والخبز المحروق، ولم يرق بالدرجة التي عرف بها مري الأغنياء إذ لم يكن له طعم ولا فائدة⁴، كما نجد أيضا الهريسة⁵ التي أعدت بطرق مختلفة منها المالحة والحلوة، وتحضر المالحة بلحم العجل أو لحم الضأن وحتى صدور الإوز وأفاذاها، وكذلك الدجاج وقد تصنع بالأرز، أو بفتات الدرمة عوض القمح⁶ وكانت حلوى الهريسة سلعة رائجة في الأسواق⁷، بالإضافة إلى وجود أنواع أخرى من الحلويات كالإسفنح بالعسل⁸، وهو عبارة عن دقيق يعجن بالماء الفاتر حتى يصبح خفيفا ثم يقلى في الزيت فإن نضج يتم إخراجها ويصب عليه العسل⁹، والزلابية التي تعد من دقيق الدرمة المغربي والخميرة والماء يمزج الكل بين الخفة والغلظة، وبقدح أسفله ثقب يوضع العجين فيه ومقلاة بها زيت كثير ويوضع العجين في شكل سراجيب وأنواع مختلفة في شكل دائرة تقطر من الزيت وتوضع في العسل¹⁰، بالإضافة إلى مشماش زبيدة متكونة من سميد الطيب حيث يتم قليها في زيت غزير و تسقى بالعسل المغلي ثم يذر عليها جوز ولوز مدروس درسا خفيفا وسكر¹¹.

¹ مجهول: المصدر السابق، ص172.

² زينب ملياني: المرجع السابق، ص96.

³ مختار حساني: المرجع السابق ، ص164.

⁴ زينب ملياني: نفس المرجع ، ص97.

⁵ الهادي روجي إدريس: المرجع السابق ، ص203.

⁶ نوارة شرقي: المرجع السابق، ص181.

⁷ الهادي روجي إدريس: نفس المرجع ، ص203.

⁸ عصمت عبد اللطيف دنديش: المرجع السابق، ص301.

⁹ أحمد الكامون وهاشم السقلي: المرجع السابق ، ص133.

¹⁰ التجيبي:المصدر السابق، ص ص 79-80.

¹¹ نفسه ، ص79.

وهناك المشهدة التي أشار إليها ابن مريم خلال تعرضه لكرامات سيدي الحلوي¹، والخشكلان والمعسل²، والقباط المحشو باللوز³ والكنافة⁴، إضافة إلى الحلوى المصنوعة بالعسل والحلوى بالسمن الأبيض⁵ هناك أيضا الملبس المعسل واللوزينج بالسكر⁶، والجوز نيقات والقطائف واللحم الحلو، هذا بالإضافة إلى العسل وقصب السكر⁷ كما كانت الفطيرة من أنواع الحلويات المحبوبة لديهم⁸.

والتارفت الذي كان من أطعمة أهل فاس المشهورة⁹، هو عبارة عن عجين من الدرملك أو السميد، يصنع منه رغف رقاق وتخبز في الفرن، وتفتت تفتيتا دقا، ثم يؤخذ من العسل ويحل بمثله من الماء العذب، ويلقى فيه من الزعفران، ثم يوضع فيه ذلك الفتات، ويحرك حتى يصير مجسدا مثل المعجون، ويدام تحريكه فإذا إشتد فرغ في جفنة بعد أن ينثر عليه لوز مقسوم كثير¹⁰ والسنبوسك¹¹ وهي نوع من حلوى المثلة تصنع من رقاق العجين بالسمن وتحشى باللوز، وعند أهل مراکش تحضر من سكر وماء الورد ويحرك على نار و تصنع منه أقراص على شكل كعك وعند الأندلسيين نوعان للعامة والخاصة¹².

كان طعام المتصوفة والأولياء الصالحين طعاما خاصا فقد كانوا أناسا يكتفون بما يسد جوعهم فقط¹³، فإتسموا بمظهر التقشف والزهد¹⁴، فلم يكن يتعدى طعامهم عيش مع عسل، أو خبز مع لبن¹⁵،

¹ ابن مريم: المصدر السابق، ص 69.

² إبراهيم القادري بوتشيش: المرجع السابق، ص 74.

³ الهادي روجي إدريس: المرجع السابق، ص 200.

⁴ نفسه، ص 204.

⁵ محمد زينب: المرجع السابق، ص 115.

⁶ محمد زينب: المرجع السابق، ص 201.

⁷ عبد الكريم جودت: المرجع السابق، ص 326.

⁸ محمد زينب: نفس المرجع، ص 115.

⁹ جمال أحمد طه: المرجع السابق، ص 177.

¹⁰ مجهول: المصدر السابق، ص 207.

¹¹ نفسه، ص 213.

¹² فريدة قاسمي: المرجع السابق، ص 52.

¹³ نوارة شرقي: المرجع السابق، ص 181-182.

¹⁴ محمد زينب: المرجع السابق، ص 115.

¹⁵ جمال طه: المرجع السابق، ص 177.

وأحيانا خبز بالماء¹، وخبزا وحده² غير أن هذا النظام طبقوه على أنفسهم فقط، حيث كانوا يقدمون أفضل ما عندهم من طعام لزائريهم .

فأبو يعزى كان يؤثر على نفسه ويمنح الواصلين إليه العسل ولحم الضأن والدجاج وأبو مدين شعيب³ ذبح لأحد ضيوفه كبشا إحتفاء به⁴، أو يقدمون لهم طعام الشعير وعليه الخبيزى في صفحة⁵، وكان المتشددون منهم يأكلون أوراق الدفلى⁶، أو أوراق البلوط حيث يطبخونه ويعجنونه أقراسا يقتاتون بها⁷، وعلى هذا كانوا يكتفون بالأكل من نبات الأرض حتى قال أحدهم : "ما أصنع بالطعام ونبات الأرض يغنيني عنه "⁸.

3- آداب الطعام :

أ- آداب غسل اليد قبل الطعام وبعده:

ينبغي على الأديب والنديم اللبيب أن يكون نظيف الكف، نقي الظفر، متعاهد لتقليمه، والتخليل بين أصابعه، وغسل يده ومعصمه في أوقات صلاته ومطعمه طيب المعايين⁹، وكان رسول صلى الله عليه وسلم إذا أراد أن ينام وهو جنب توضأ وإذا أراد أن يأكل غسل يديه¹⁰.

¹ التادلي: المصدر السابق، ص181.

² نفسه ، ص294 .

³ أبو مدين شعيب: هو أبو مدين شعيب بن الحسن الأنصاري الأندلسي، أصله من حصن قطينانة من عمل إشبيلية بالأندلس وبها ولد حوالي سنة 509هـ على الأرجح كان يتردد على إفريقية ثم إستقر بجاية وتوفي وهو متوجه إلى مراكش بموضع يسر وهو واد قريب من تلمسان سنة 594هـ، وهو أحد المتصوفة والزهاد. ينظر، القرشي عبد القادر سعود وسليمان: ديوان أبي مدين شعيب الغوث، كتاب ناشرون، ط1، لبنان، 2011م، ص5.

⁴ نواره شرقي: المرجع السابق، ص182.

⁵ جمال طه: المرجع السابق، ص177.

⁶ التادلي : المصدر السابق ، ص218.

⁷ محمد زينب: المرجع السابق ، ص116.

⁸ التادلي: نفس المرجع ، ص 216.

⁹ ابن سيار الوراق: المصدر السابق ، ص512.

¹⁰ أدهم أحمد أ حمد : آداب الطعام على السنة النبوية الشريفة، (د ن)، (دط)، (د م ن)، (د س ن)، ص1

وورد في حديث عن اللمم واللمم الجنون ويستحب ترك تنشيفها قبل الطعام لأنه ربما كان في المنديل وسخ متعلق في اليد ويستحب تقديم الصبيان على الشيوخ في الغسل قبل الأكل لأنه ربما فقد الماء لو قدمنا الشيوخ و أ يدي الصبيان أقرب إلى الوسخ بخلاف ما بعد الطعام¹.

ويتم غسل اليد عن طريق أنية مخصصة لذلك²، وغسل الأيدي من عادات الإسلام إذ يتم قبل الأكل فيتقدم الخادم بالماء والأشنان (الغاسول) من اليمين والبداية تكون مع الأكبر سناً، وبعد الإنتهاء من الطعام تغسل الأيدي بنفس الطريقة فيتقدم من اليسار³.

ومن الغاسولات التي عرفت في هذه الفترة نذكر منها الغاسول أو الأشنان الملوكي الذي يتكون من قرفة والكافور والقرنفل والماء وهذا النوع كان مخصص للملوك والعضماء ويتميز بكونه جيد للأسنان وطيب الرائحة ، كما نجد نوع آخر يعمل على تنقية الأيدي ويزيل الروائح والدسم وهو مكون من القرنفل ودقيق الفول⁴، وأستعملت تمر النبق لصناعة أشنان ينضف الأيدي ويكسبها رائحة جيدة، ويفيد الفم واللثة ويزيل عنها روائح الأطعمة الدسمة حيث يتم صنعه من النبق والتفاح والصندل وورق الأترج والبسباس⁵، فتسحق جميع هذه المواد وتغسل بها الأيدي بعد الإنتهاء من الأكل⁶.

وهذا النوع من الأشنان إقتصرت على إستعماله الطبقة الوسطى أما عامة الناس فإستعملوا غاسول مسحوق الحمص⁷.

¹ ابن عماد الآقفهمي : آداب الأكل ، متاح على رابط

² زينب ملياني : المرجع السابق ، ص 99.

³ نينا جميل : المرجع السابق، ص63.

⁴ التجيبي : المصدر السابق ، ص ص277-278.

⁵ زينب ملياني: المرجع السابق ، ص100.

⁶ التجيبي: نفس المصدر، ص279 .

⁷ دايفيد وينز، المرجع السابق ، ص1027.

ب- آداب الأكل :

أولى الإسلام أهمية كبيرة لطريقة الأكل وآدابه وهذه الآداب كثيرة نذكر في البداية التسمية قبل الأكل وحمده عند الفراغ ورد حديث عن جابر بن عبد الله أنه سمع النبي صلى الله عليه وسلم يقول: (إذا دخل الرجل بيته فذكر الله عند دخوله وعند طعامه قال الشيطان لا مبيت لكم ولا عشاء، وإذا دخل فلم يذكر الله عند دخوله قال الشيطان أدركتم المبيت وإذا لم يذكر الله عند طعامه قال أدركتم المبيت والعشاء).¹

ونجد أيضا من بين الآداب إستحباب الإجتماع على الطعام أي الأكل في جماعة، عن وحشي بن حرب يقول: (أن أصحاب النبي صلى الله عليه وسلم قالوا يا رسول الله إنا نأكل ولا نشبع قال فلعلكم تفرون قالوا نعم قال فاجتمعوا على طعامكم واذكروا إسم الله عليه يبارك لكم فيه).²، وإذا وضعت المائدة فلا يقم رجل حتى ترفع المائدة ولا يرفع يده وإن شبع حتى يفرغ القوم وليعذر فإن ذلك يخجل جلسه فيقبض يده وعسى أن يكون له في الطعام حاجة، أو من السنة أن يخرج الرجل مع ضيفه إلى باب الدار³، ومن المستحب أيضا الأكل بثلاث أصابع ولعق الأصابع بعد الطعام يروى عن كعب بن مالك قال: (أن رسول صلى الله عليه وسلم كان يأكل بثلاث أصابع فإذا فرغ لعقها).⁴

إهتم أهل المغرب الإسلامي إهتماما بالغا بطريقة الأكل، حيث كان تقديم الطعام يتم على نسق محدد، إذ توضع على المائدة ألوان مفردة، لون بعد لون آخر مرتبة⁵، ولا توضع دفعة واحدة⁶، فيبتدأ بالحساء أو المقبلات ثم اللحم والخضروات وأخيرا الحلوى والفاكهة، فكانوا يقدمون الأطعمة الغليظة لأن باطن المعدة له قدرة كبيرة على الهضم، أما ابن رزين فيرتبها كالتالي الألبان والثرايد والجبن والهرايس

¹ ابن جزري الكلبي أبي القاسم محمد بن أحمد الغرناطي المالكي (693-741هـ): القوانين الفقهية في تلخيص مذهب

المالكية، تح: محمد بن سيدي محمد مولاي، (د ن)، (د ط)، (د س ن)، 645 .

² محمد سعيد عبد الدايم: آداب الطعام (د ن)، (د ط)، (د م ن)، (د س ن)، ص 11.

³ نينا جميل : المرجع السابق، ص 58.

⁴ محمد سعد عبد الدايم : نفس المرجع، ص 13.

⁵ مجهول: الطبخ، المصدر السابق، ص 85.

⁶ ملياني زينب: المرجع السابق، ص 99 .

والأطرية ولحوم البقر والغنم المسنة والقديد والحوت والحبوب المقلوة وشبهها ، يقدم كل ذلك ليجود هضمه وكل ما هو ظاهر الملح يجب أن يتوسط وتؤخر الحلوى والفواكه والمشروبات .¹

4- إصلاح الأطعمة وحفظها :

ومن النصائح التي أوردتها التجيبي الخاصة بعملية إصلاح الأغذية: إذا كان اللحم ملحا يعجن الدقيق دون ملح ويطبخ في القدر مع اللحم ويترك ساعة ثم يخرج منها فإن ذلك تذهب ملوحته² ، وإذا كان اللحم ننتا طبخ أي لون تيسر وتوضع في القدر لوزة أو جوزة غير مقسومة وتتعب وإن نضج اللحم أخرجت الجوزة أو اللوزة فإنها تذهب رائحة اللحم النتن³ ، أما إصلاح المري ، إذا ظهرت الحموضة في المري النقيع بسبب قلة تحريكه أو قلة مكوته في الشمس يدرس الجوز وتضاف إلى المري ويحرك أياما فإنها تذهب الحموضة، أما إذا كان مالحا يعجن الدقيق من القمح دون ملح وبعد طبخه في الفرن يدرس ويعسل ويضاف إليه بعد ثلاثة أيام يصفى⁴ ، أما إذا كان اللحم غليظا، وصعب طبخه، ولتسريع طهيته، يطرح فيه ورق أو قشر بطيخ يابس مسحوق، وإذا كان اللحم زفر فدق له الجوز ويطرح معه في القدر فإن هذه الطريقة تذهب الزفرة⁵ ، أما عن إصلاح الفواكه، العنب مثلا إذا أدخر يصلح أن يعلق منكوسا وإذا أحتيج له غسل بماء ساخن، أما التين الأخضر فإنه إذا غسل بماء بارد إثر تقشيريه ذهبت لينة التين عنه، أما السفرجل إذا شوي كان هضمه أسرع وذهبت عنه ما فيه من القوة المسهلة وبقيت الممسكة، أما الرمان فإنه إصلاحه في تعليقه، والخس فإنه بعد غسله ويذبل ثم يستعمل⁶ .

أما فيما يخص إصلاح الزيتون تغلى عروق الأترج في الزيت وتوضع في الزيت العكر، فإنها تصفيه وتصلح طعمه، وطريقة أخرى تحمى الجرة في النار ثم تكسر آنية الزيت الكريهة الرائحة فتصلح رائحته ثم يصفى الزيت ويوضع ذلك في خرقة كتان في إناء الزيت الفاسد فإنه تصلحه⁷ ، أما عن

¹ التجيبي : المصدر السابق ، ص32.

² التجيبي : المصدر السابق، ص103.

³ مجهول : الطبيخ، المصدر السابق، ص32.

⁴ التجيبي: نفس المصدر، 167.

⁵ ابن سيار الوراق: المصدر السابق، ص31.

⁶ حورية شريد: المرجع السابق، ص60.

⁷ مجهول : المصدر السابق، ص56.

إصلاح اللبن شربه عندما يحلب فإن حسي تخينه ومعه عسلا أو ملحا أما إصلاح الجبن يؤكل بالعسل أو بشراب السكجنين أما الصنوبر إصلاحه بأكل معه الزبيب¹.

5- الأطعمة والأشربة العلاجية :

لم يكن غاية الطعام الوحيدة سد الرمق الرمق، بل أستعمل أيضا كدواء، فإضافة لدخول بعض المواد كمكون أساسي في الطعام والدواء في نفس الوقت، أتخذ الغذاء كطريقة للعلاج أو مكمل له²؛ فالرازي يؤكد على ضرورة معرفة الطبيب لطعام وشراب مريضه لأن ذلك مما يقلل الخطأ في العلاج، كما ينصح الأطباء قائلا: "ينبغي أن تأمر له كل يوم أن يتخذ له من الغذاء ما تعلم أنه يكون مصلحا لما تناوله في أمسه من أغذية، دفعا لما ينتظر من مضرته، ومثل في ذلك إلى ما يشتهي ميلانا ما، فإن الطعام المشتهى أوفق للأصحاء والمرضى مما يشتهي"³.

والجدير بالذكر هو أن المشرفين على المطابخ وإعداد الأطعمة و الأشربة آنذاك كانوا في أغلبهم على دراية واسعة بالأمور التي تتعلق بصحة الجسم وما يفيده من أغذية وأشربة، وخصت بعض الأطعمة للمرضى وأصحاب العلل كالزيرباجة ، وهي لون معتدل المزاج غذاؤه محمود، صالح للمعدة والكبد ويقال تفاحة المطبخ مالها مضرة⁴.

وهناك نوع من الفراخ لكبار السن⁵، وطعام الفداوش⁶، وهو طعام خاص بالنساء يتناوله لزيادة الوزن⁷.

¹ ابن سيار الوراق: المصدر السابق، ص31.

² نجاة هاشمي: عادات وتقاليد المجتمع الأندلسي خلال عهد الدولة الأموية (138-422 هـ / 756-1031م) ، مذكورة لنيل شهادة الماجستير في التاريخ الوسيط ،كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية والإسلامية، قسم التاريخ وعلم الآثار، جامعة الحاج لخضر، باتنة، 2016م، ص60

³ الرازي أبو بكر محمد بن زكريا: أخلاق الطبيب، تح: عبد اللطيف محمد العبد، دار التراث، ط1، القاهرة، 1977م، ص41.

⁴ زينب ملياني: المرجع السابق، ص95 .

⁵ زينب بوسنة: المرجع السابق، ص102.

⁶ عبد العزيز الفلالي: المرجع السابق، ص265.

⁷ مجهول: المصدر السابق، ص184.

وجودابة نافعة للبرد وتقوي الجماع¹، وطعام مزورة لأصحاب حمى الغب والحميات الحادة²، وسمن الذي يزيل القلوجة والبحوحة وجفاف الحلق والخياشيم، والسعال والربو واليرقان، وإن جعل في الجرح نقاه³.
 بالإضافة إلى نوع من الشواء خصص للشيخ وأصحاب المعدة الرطبة⁴، وأستعمل الثريد بالأمرق في ترطيب البطن⁵ وطعام جشيشة لتسمين النساء والرجال المهازيل⁶، وسفرجلية التي تصلح المعدة⁷.
 وقد وصف ابن الزهر نوع معين من الطعام لمن يعاني من أمراض الرئة والصدر وهو الخبز المختمر ومربي الورد السكري مع شراب مخصص للشفاء⁸، إضافة إلى حساء خبز الشعير يفيد المحمومين حمى حارة، والمزورة كانت مفيدة هي الأخرى لأصحاب الحمى الحارة⁹ ويصلح لحم الحجل للإسهال¹⁰، وسبانخ¹¹ تقلل من السعال وخشونة الصدر، وأوجاع الظهر من الحرارة¹²، والباذنجان الذي يشدّ المعدة، ويقطع الصداع الحار ويخفف الرطوبات الغريبة، وهو غذاء بارد يلائم الصيف¹³.

¹ مجهول: المصدر السابق، ص 197.

² نفسه: ص 171.

³ ابن قدامة أحمد: قاموس الغذاء والتداوي بالنبات، دار النفائس، ط 2، بيروت، 1982م، ص 305.

⁴ زينب ملياني: المرجع السابق، ص 95.

⁵ سعدي شيخوم: المجلة التاريخية الجزائرية، أرجوزة نادرة في الغذاء والطبخ لإبن قنفذ القسنطيني (740-810هـ

/1340-1407م)، مج 3، العدد 2، 2019م، ص 95.

⁶ مجهول: المصدر السابق، ص 193.

⁷ نفسه: ص 111.

⁸ ابن الزهر: المصدر، ص 454.

⁹ زينب ملياني: المرجع السابق، ص 96.

¹⁰ سعدي شخوم: المرجع السابق، ص 90.

¹¹ زيغريد هونكه: شمس العرب تسطع على الغرب "أثر الحضارة العربية في أوروبا"، تح: فاروق بيضون وكمال دسوق،

دار الآفاق الجديدة، ط 8، بيروت، 1993م، ص 17.

¹² ابن قدامة أحمد: المصدر السابق، ص 26.

¹³ نفسه، ص 42.

أما اليقطين فكان له دور كبير في بناء الجسم وقوته وذلك من خلال قصة سيدنا يونس عليه السلام حينما قذفه الحوت على اليابسة، اختار الله له نبات اليقطين¹. ولقد جاء في قوله تعالى: ﴿ فَنَبَذْنَاهُ بِالْعَرَاءِ (145) وَهُوَ سَقِيمٌ وَأَنْبَتْنَا عَلَيْهِ شَجَرَةً مِّنْ يَّقُطِينٍ (146) ﴾².

أما الجزر هو أيضا حار رطب فيه جلاء ويقوي ويغذي أكثر مما يغذي اللفت يزيد في الجماع ، أما اللفت فحار رطب بديع الأفعال في الأبدان وهو يسخن ويرطب البدن ويقوي البصر³ ، والبصل يقوي المعدة ويلينها ويلطف البلغم، ويفتح السدد و يدفع ضرر السموم، والمشوي منه صالح للسعال وخشونة الصدر⁴ ، والقرع يصلح للمحرورين ويصلح في حالهم ويغذي ،و إذا وضعت قشارته على المعدة سكنت إلتهابها⁵، والكرنب الذي ينفع للسعال و الإسهال⁶ . أما البسباس فهو مفتاح للشهية معالج للجروح، ويكتحل به أعين الصبيان الذين يشكون الرطوبة في أعينهم⁷.

أما السفرجل⁸ فهو يشفي الإسهال المزمن وزكام، ويقوي القلب، ويقوي الهضم والأمعاء ويمنع القي، ويفيد الأطفال والشيوخ⁹ وهناك شجرة الكمثرى وثمرته تشبه الإجاص، يجمعونه ويتركونه حتى يذبل ثم يضعونه في مقلاة فخار على النار فيستخرج دهنه وهو جيد في علاج الكلى وإدرار البول¹⁰، أما التفاح يقوم بتقوية القلوب¹¹ وتنشيطها، ويهدئ السعال يخفف العطش ويخلص الجسم من الأحماض والدهون¹².

¹ عبد السلام صادق شريف كتاني: المرجع السابق، ص31.

² سورة الصافات ، الآيتين 145-146

³ ابن الزهر: المصدر السابق، ص54

⁴ ابن قدامة أحمد: المصدر السابق، ص58

⁵ ابن الزهر : نفس المصدر السابق ، ص51

⁶ سعدي شخوم: المرجع السابق ، ص86

⁷ صلاح الدين هدوش: النباتات في المغرب الأوسط خلال العصر الوسيط بين الممارسات الطبية والطقوس السحرية ، المجلد7، العدد2، ماي 2023 م، ص275

⁸ ابن مريم: المصدر السابق، ص26

⁹ ابن قدامة أحمد: المصدر السابق ، ص275-276

¹⁰ حسن علي حسن : المرجع السابق، ص411

¹¹ سعدي شخوم: المرجع السابق، ص88

¹² ابن قدامة أحمد: نفس المصدر، ص110

والرمان¹ إذا كان حلو يفيد في عملية هضم الطعام، ومسكن لوجع الحمام والحامض منه ينفع للقيء وللإلتهاب، ويذهب العطش² ويعالج السعال³.

والخوخ⁴ بارد بطيء في الهضم، يحدث خلطاً بارداً في الجسم ونصح الأطباء بأكله قبل الطعام⁵ والمشمش⁶ يسكن العطش ودهن نواه ينفع من البواسير، وقال عليه ابن البيطار: هي ثمرة رطبة تجانس الخوخ إلا أنه أفضل من الخوخ، وهو يسهل الصفراء، ويولد خلطاً غليظاً يذهب حر المعدة ويبردها⁷.

أما الإجاص ففيه تقوية للمعدة وقطع العطش، ويقوم بتليين الجسم وتبريده بإعتدال⁸، ويسكن إلتهاب القلب⁹ بالإضافة إلى العناب¹⁰ وكاد جالينوس أن يخرج هذا عن الفواكه وقال فيها: إنه يأكلها النساء والصبيان، فهي تنفع الرئة والصدر والمريء والمثانة¹¹.

ومن الأشربة المتعلقة بالصحة ومعالجة الأمراض نجد شراب السفرجل مع المصطكى وخل الليمون وخل الحصرم مع السكر ينفع أصحاب المعدة الضعيفة ويقوي الشهية¹²، وذلك لإحتواء هذا الشراب على المصطكى المعروفة بفوائده الصحية والكثيرة إذ يقوي المعدة وتعالج سوء الهضم¹³، وأشتهر شراب العسل مع القرفة والزنجبيل وجوزة الطيب لما له من منافع صحية فهو يعالج أمراض الكبد ويقوي المعدة ويحلل البلغم ويلين البطن¹⁴.

¹ حسن علي حسن: المرجع السابق، ص 247.

² سعدي شخوم: المرجع السابق، ص 87.

³ زينب ملياني: المرجع السابق، ص 95

⁴ أبي الخير الإشبيلي: المصدر السابق، ص 52

⁵ سعدي شخوم: المرجع السابق، ص 87

⁶ الإدريسي: المصدر السابق، ص 62.

⁷ ابن قدامة أحمد: المصدر السابق، ص ص 676-677.

⁸ ابن الزهر: المصدر السابق، ص 41.

⁹ ابن قدامة أحمد: نفس المصدر، ص 13.

¹⁰ أبي الخير الأندلسي: المصدر السابق، ص 49.

¹¹ نفسه، ص 41.

¹² زينب ملياني: المرجع السابق، ص 98.

¹³ ابن قدامة أحمد: المصدر السابق، ص ص 679-680.

¹⁴ سامية مصطفى مسعد: المرجع السابق، ص 268.

وشراب الجلاب الذي يتم تحضيره بماء الورد مع العسل أو السكر، وهذا النوع من الشراب فوائد صحية يقوي المعدة، ويسكن حدة الحمى والعطش وهو يضر المصاب بالإسهال¹ بالإضافة إلى شراب الورد الاخضر فكان يتخذ من الورد الغض يستخدم كملين للإمساك².

كما استخدم الناس أنواع من الشراب الفاتحة للشهية مثل شراب الورد اليابس وهو من نبات الورد اليابس ويصفي ويضاف إليه السكر و يستعمل كفاتح للشهية³

وكان شراب البنفسج يؤخذ من نوار البنفسج الأخضر مضافا إليه السكر وهو يستعمل بالإضافة لعلاج الحميات الصفراء والتلين وقطع العطش يستعمل في علاج السعال اليابس⁴.

أما شراب التمر الهندي فكان يضاف إليه الماء والسكر ويطبخ ومن منافعه أنه يمنع الإسهال ويوقف القيء كما أنه فاتح للشهية كما انه يذهب حرارة الفم⁵.

أما شراب الرمان يتخذ من المز والحلو وهما يرطبان والذي يتخذ من المز يقوم بتبريد الجسم وتسكين العطش⁶.

أما شراب الجزر فكان الجزر يؤخذ وتضاف إليه بعض المواد والعسل ويطبخ في ماء دافىء ومن فوائده أنه يحلل البلغم⁷

أما شراب التفاح الحلو فكان يضاف إليه الماء والسكر وهو مهم في علاج القلب⁸.

¹ أحمد قدامة: المرجع السابق، ص149.

² ابن الزهر: المصدر السابق، ص71.

³ مجهول: المصدر السابق، ص242.

⁴ سامية مصطفى مسعد، المرجع السابق، ص269.

⁵ مجهول: نفس المصدر، ص247.

⁶ ابن الزهر: المصدر السابق، ص73.

⁷ مجهول: نفس المصدر، صص247-248.

⁸ سامية مصطفى مسعد: المرجع السابق، ص269.

6- المطبخ المغاربي بين التأثير والتأثر:

أولى أهل المغرب والأندلس اهتماما كبيرا بفن الطبخ من خلال إعداد أصناف الأطباق من الأطعمة، قد استنبطوا وصفات من حضارات أخرى، وأضافوا لمساتهم الخاصة المميزة، وذلك من خلال ما تجسده كتب الطبخ خلال العصر الوسيط، فإبن رزين التجيبي قد جعل الاهتمام بالأغذية قوام صحة الأبدان وأول الأسباب في اعتدال مزاج الإنسان وأن التألق في طبخها على ما تقتضيه الصنعة المجرية من الأحكام والإتقان¹.

وهو ما أكده ابن قنفذ القسنطيني حين أكد بأن فن الطبخ وتحضير الغذاء هو قسيم للطب والدين بقوله:

وجعل الطب قسيم الدين

بقوله علما بالتبيين

صلى الله عليه بالكمال

وصحبه والخلفاء والآل².

ويضيف التجيبي عن استفادة التصانيف الأندلسية من نظيرتها المشرقية، بقوله: " رأيت كثيرا من الناس ألفوا في الطبخ كتباً اقتصروا فيها على المشهور، وأغفلوا الشبيه على كثير من الأمور، وللمشاركة في ذلك كثير، مما تمجه الأذانوهي عندهم من أرفع المطاعم"³ ، ويضيف التجيبيوقد ألفت كتابي هذا من أنواع الطبخ في هذا الشأن واستوفيت فيه ما استحسننت أو اخترعت من كثير الألوان أتيت فيه من الأندلسيات بكثير واقتصرت من المشرقيات على المنتخب اليسير⁴.

وقد نتج عن تواصل المغاربة واحتكاكهم الدائم بالمشاركة أثر كبير في التعرف على عاداتهم في الأكل حيث يشير المالكي الذي عاش وعاصر الخلافة الفاطمية إلى أنواع المأكولات التي كان الفقهاء يتناولونها في مكة بقوله: أقبلت واحدة منهن بطبق فيه خبيص وفالونج وشواء وجرادق، وقالت كل ما شئت فهذه بنت فلان التاجر تنزهت في هذا الموضع وهذا هدية منها⁵.

¹ التجيبي: المصدر السابق، ص30.

² ابن قنفذ القسنطيني: المصدر السابق، ص83.

³ التجيبي: نفس المصدر ، ص30.

⁴ نفسه، ص31.

⁵ حورية شريد: المرجع السابق، ص54.

وأثناء الرحلات العلمية أو الرحلة إلى الحج من طرف أهل المغرب التي من خلالها مروا بالعديد من البلدان مثل مصر والشام، تناولوا مختلف الأطعمة فتأثروا بها وعلموها إلى أهلهم عند رجوعهم إلى بلدانهم¹، ولا بأس أن نذكر أمثلة على بعض التأثيرات المشرقية على نظيرتها الأندلسية مثلا ما قام به الموسيقار زرياب من خلال تعليمه لأهل قرطبة لبعض الأطعمة المعقدة في المطبخ البغدادي، ودرّبهم على إعداد أرقى الوجبات وبصورة في غاية التنظيم.

وكذلك أضاف إلى أصناف الأطعمة خضروات وحلويات جديدة عرفت بإسمه كالزلابية المشتقة من زرياب، أما الخضروات والبقول التي لم يكن أهل المغرب على دارية بها هي الكمأة²، الهندباء³، اللوز والكثير من غيرها.⁴

ومن الصفات التي أدخلها زرياب البقلية مثل بقلية الهليون لم تكن موجودة في الأندلس، كذلك أكلة التفايا فهي لون عراقي وصفتها لحم الضأن السمين يضاف إليه التوابل ملح، فلفل، كزبرة يابسة، ماء⁵، أيضا وصفة الإبراهيمية التي تتكون من لحم الدجاج يقطع وتضاف إليه التوابل، زيت، خل ثقيف، وشراب ورد سكري، فلفل، زعفران، كزبرة، ملح، بصل وبعد طهيها ينشر عليها لوز⁶، فستق، سنبل، كافور محل في ماء ورد، بيض مفقوس ويحمر الجميع في قدر⁷، ولون ذكره الرازي ولون مصري ويصف الزيرباجية والجعفرية والمروزية وهي أطعمة أفريقية والبلاد المصرية ودجاج عباسي⁸.

¹ حورية شريد: المرجع السابق، ص 54-55.

² الكمأة: فطر من فصيلة الكمثية وهي أرضية تنتفخ حاملات أبواغها فتحنى وتؤكل مطبوخة ويختلف حجمها حسب الأنواع. ينظر، المعجم الوسيط، ص 797. وهي الترفاس عند أهل المغرب. ينظر، التجيبي: المصدر السابق، 21. ينظر، ابن زهر الأندلسي: المصدر السابق، ص 58.

³ الهندباء: كل ذلك بقلة من أحرار النقول، يُمدُّ ويُقصر. ينظر، ابن منظور: المصدر السابق، ص 788.

⁴ خضير عباس المنشداوي: المرجع السابق، ص 290.

⁵ التجيبي: المصدر السابق، ص 103، ينظر، مجهول: الطبخ في المغرب والأندلس في عصر الموحدين، المصدر السابق، ص 118-119.

⁶ مجهول: نفس المصدر السابق، ص 32.

⁷ التجيبي: نفس المصدر، ص 167.

⁸ ابن سيار الوراق: المصدر السابق، ص 31.

بالإضافة إلى اللحم الحلو، والبرانية¹ والبرمكية، وفروج مصري²، سكرية من إملاء أبي علي البغدادي³، والقاهريات وتفايا صقلية، مثلثة فارسية عمل عمانية، القرصة التونسية⁴.

ومن الصفات اليهودية نذكر: حجلة يهودية وصفتها بعد تنظيفها تضاف إليها التوابل والأفاوية وكزبرة أخضر وماء بصل، خل، زيت وعيون نعنغ، أترج، صنوبر وماء وإذا قربت على النضج أضيف لها القانصة والكبد مدقوقين وبيض مفقوس وبعد الطهي ترش بماء الورود وتقدم إضافة إلى الفروج اليهودي فهو لا يختلف عن الفروج المغربي في الصنع⁵، فهذه أكالات من حضارات مختلفة أصلها مشرقى أو فارسي وغيرها وإختلفت التسميات حسب المكان، أيضا عرف عند أهل المغرب والأندلس ما يسمى بالقديد⁶ والثريد بمختلف ألوانه فهو معروف في الإسلام منذ القديم⁷.

كذلك اعتمدوا على التوابل والأبزار النادرة من شرق آسيا عن طرق التجارة المنظمة، عبر مسالك بحرية وبرية، المجابهة بالصعوبات والمخاطر حتى تتيسر للناس وتملأ الأسواق بها⁸.

فهذه الأصناف من الأطعمة كانت الأكثر إنتشار في بلاد المغرب والأندلس، أما فيما يخص التأثير المعاكس من جانب المغاربة والأندلسيين، كان لهم الفضل أيضا في نقل بعض التقاليد إلى المشرق وأهمها أكلة الكسكس المعروف عندهم بالمغربي وصفته: يفتل الدقيق بالماء مثلما يحضر عندنا اليوم، يوضع اللحم والدجاج والتوابل في القدر حتى النضج ثم يفرغ في قصعة ويدهن بالسمن والدهن ثم يسقى بالمرق⁹، أيضا أكلة البديعية المغربية، يقلى اللحم مع التوابل حتى يحمر ثم يؤخذ جبن ويرمى في ماء

¹ حورية شريد: المرجع السابق، ص 60.

² مجهول: المصدر السابق، ص 56.

³ أبي علي البغدادي: هو أبو علي القالي رحل إلى الأندلس ونقل معه كتب أهل المشرق، فباع بعضها بالقيروان، ودخل قرطبة وأشاع علمه. ينظر، ابن سيار الوراق: المصدر السابق، ص 31.

⁴ نفسه، ص 31.

⁵ مجهول: المصدر السابق، ص 56.

⁶ القديد: بعد تقطيع اللحم شظايا رقيقة يضاف إليه خل ثقيف وملح ويحرك كل فترة وبعد يوم يضاف إليه فلفل، كزبرة، كمون، كرويا، مري نقيع يترك يوم ويلق بعدها في الشمس في حبل هكذا حتى يجف بالكامل، وقد يعمل فقط بالماء والملح. والفرق بينه وبين النمكسود أن هذا الأخير يعمل من كبش مقسوم نصفين، واللحم يبقى طريا ويختلف في طريقة تقطيعه عن القديد وإذا لمستته تودكت يدك. ينظر: التجيبي: المصدر السابق، ص 273.

⁷ حورية شريد: المرجع السابق، ص 54.

⁸ سامية مصطفى محمد مسعد: المرجع السابق، ص 264.

⁹ ابن العديم: المصدر السابق، ص 608.

مغلي ويترك ساعة ثم ينشف ويطحن اللحم والجبن في مقلَى ويضرب البيض مع التوابل الحارة ويضاف إليه مرق ودهن آلية حتى ينضج.¹

نقلت جل هذه الألوان من الأطعمة وغيرها من طرف الفاتحين والأمويين الذين نقولها على أجدادهم، لذا نجد لها حضورا قويا في الموائد المغربية والأندلسية، فقد بدعوا وتفننوا في صناعتها²، والشيء المميز فيها أنها يستعمل العسل والزيت بكثرة³، وقد تجلت التأثيرات المشرقية سواء الدمشقية أو البغدادية أو حتى الفارسية في أنواع الحلويات التي تُلذذ بها أهل المغرب والأندلس.⁴

7- غرائب الأكل:

تتوعد أصناف الأطعمة في المغرب الإسلامي وتعددت وعلى الرغم من هذا التنوع إلا أن هذه الفترة عرفت بعض المناطق بأكلها لأطعمة مقززة، حيث كان أهل سجلماسة يسمنون الكلاب لأكلها⁵ وبإفريقية مدينتان بهما تباع اللحوم الكلاب على القنارات⁶ وكان يأكلون أيضا حيوان يسمى عندهم الخردون أو أقزيم بلسان البربر، ونسأؤهم يستعملنه في التسمين وخصب البدن⁷ وانتشر أيضا أكل بيض الحيتان⁸.

¹ ابن العديم: المصدر السابق، ص 609.

² نينا جميل: المرجع السابق، ص 97.

³ إبراهيم القادري بوتشيش: المرجع السابق، ص 69.

⁴ نجاة هاشمي: المرجع السابق، ص 57-58.

⁵ الإدريسي أبي عبد الله محمد: نزهة المشتاق في إختراق الأفاق، مج 1، مكتبة الثقافة الدينية، القاهرة، 2002 م، ص 226.

⁶ المقدسي البشاري شمس الدين أبو عبد الله بن بكر محمد (336هـ/380هـ): أحسن التقاسيم في معرفة الأقاليم، مكتبة مدبولي، ط3، القاهرة، 1991م، ص 230.

⁷ إبراهيم قادري بوتشيش: المرجع السابق، ص 70.

⁸ ابن الزهر: المصدر السابق، ص 32.

كما إشتهر سكان مراكش وتارودنت¹ بأكل الجراد² حيث كانت تجارته رائجة حتى أن المرابطين فرضوا عليها ضريبة القبالة³، وأيضا أكلهم للقنفاذ وإستعماله في التداوي⁴، والضب والذئب⁵.

وفي بلاد جدالة بموضع يسمى وليلى كان أكثر معاش أهلها من لحوم السلاحف فهي أكثر شيء في ذلك الموضع⁶.

أجبرت حالات الضرورة القصوى إبان الأزمات أهالي الغرب الإسلامي الإقبال تحت ضغط الإكراهات إلى تناول جلود البقر والأصماغ⁷ وباقي الدواب⁸.

ومن الأغذية المحرمة التي لجأ إليها السكان لحوم الجيفة حسبما تجلى ذلك في شهادة ابن نظيف الحموي عن المجاعة الواقعة بالمغرب سنة 620هـ: "وفيها كان في الغرب من الغلاء ما لا يعبر عنه بحيث أكلوا الميتة جميعها"

كما أكلوا أيضا لحوم أولادهم، وعبيدهم، وجواريتهم وما يبرز ذلك أكثر قول الذهبي "وما أكل لحوم الأدميين فشاع وتواتر"⁹.

¹ حسن علي حسن: المرجع السابق، ص433.

² الوئشريسي أبو العباس أحمد بن يحيى (914هـ): المعيار المغرب والجامع المغرب عن فتاوى أهل إفريقية والأندلس والمغرب، ج2، دار الغرب الإسلامي، (د ط)، الرباط، 1981م، ص26..

³ الإدريسي: المصدر السابق، ص235.

⁴ ابن الزهر: المصدر السابق، ص22.

⁵ نفسه: ص ص22-23

⁶ مجهول: الإستبصار في عجائب الأمصار، ص215.

⁷ بختة خليلي: الحرب و أزمة الغذاء بالمغرب الأوسط الزياني، تاريخ الوسيط، جامعة معسكر، ص248.

⁸ بالأعرج عبد الرحمن: النظام الغذائي زمن المجاعات والأوبئة، المجلة الجزائرية للبحوث والدراسات التاريخية، المجلد4، العدد8، ديسمبر2018، ص88.

⁹ بختة خليلي: الفقر في المغرب الإسلامي، ص266.

كما تغذى سكان تلمسان أثناء محنة الحصار على القشريات السامة أهمها العقارب وأكلوا كذلك الضفادع والحشرات¹ والقطط والفئران والحيات أصبح لها ثمن معتبر في الأسواق² واضطروا إلى أكل غائطهم بعد أن جعلوه في الشمس حتى ييبس و طبخوه³، وأكل أهل مكناس خسيس الحيوان حتى فقده من المدينة كلها⁴.

¹ عبد الرحمن بالأعرج : المرجع السابق، ص88.

² سمية مزدور: المجاعات والأوبئة في المغرب الأوسط (588-927 هـ / 1192-1520م)، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في التاريخ الوسيط، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، قسم التاريخ والآثار، جامعة منتوري، قسنطينة، 2009م، ص199.

³ بختة بخليلي: العرب وأزمة الغذاء، المرجع السابق، ص248.

⁴ عبد الرحمن بالأعرج: نفس المرجع ، ص88.

الخاتمة

الخاتمة

- ❖ تناول بحث الدراسة المطبخ المغربي وتجهيزاته خلال العصر الوسيط في المغرب الإسلامي من القرن 5 هـ إلى القرن 10 هـ والذي توصلنا من خلاله إلى جملة من النتائج والملاحظات المتمثلة فيما يلي :
- ❖ اهتم سكان الغرب الإسلامي بالطبخ الذي تعددت مصادر ، فهو امتداد لإرث قديم، أما في فترة الفتوحات الإسلامية التي من خلالها دخلت الأطعمة من المشرق إلى المغرب الأندلسي مثل الثريد.
- ❖ ومما سبق دراسته تبين لنا أن الأطعمة في بداية تأسيس الدولة كانت بسيطة، ولكن بعد الاحتكاك مع العنصر الأندلسي تنوعت وتعددت أساليب إعداد الأطباق، وكثرت مستلزماتها، كما اقتضت بعض أنواع الأطعمة على فئة معينة من المجتمع منها اليهودية والفئة المتصوفة التي امتازت بتقشفهم وزهدهم.
- ❖ ساهمت هجرة الشعراء والفنانين في تطور فن الطبخ عن أهل المغرب الأندلس أمثال الموسيقار زرياب الموصللي الذي أدخل وأبدع في ألوان الطبخ المشرقي إلى المطبخ المغربي وطريقة ترتيب الموائد وتقديم الطعام.
- ❖ مساهمة الرحلة العلمية وكذا موسم الحج في عملية التأثير والتأثر، وذلك من خلال نقل العديد من أنواع الأطعمة من المشرق إلى المغرب والعكس، والتعريف ببعض الأكلات المغربية لدى المشاركة مثل: أكلة الكسكس والبديعية أيضا الدور البارز الذي لعبته المؤلفات في حفظ الموروث من وصفات لا تزال موجودة إلى يومنا هذا مثل: حلوة المقروض والغريبة والزلابية وغيرها من الأكلات.
- ❖ استمدوا بعض الأواني والأبازير من لغات متعددة العربية والبربرية والفارسية وغيرها فهذا إذا دل على شيء فهو يدل على مدى التأثير والتأثر بالحضارات الأخرى.
- ❖ امتاز الأكل في الفترة المدروسة بإستعمال التوابل والأبازير في الأطعمة والحلويات معا، مما انعكس هذا على تنوع وتعدد الوصفات في كل أصناف الخبز والثريد واللحوم والحلويات.

- ❖ دور الهجرة الأندلسية نحو بلاد المغرب التي عززت المطبخ المغربي بوصفات جديدة مثل التفتايا، البسطيلة والمجبنة وغيرها.
- ❖ التمايز الطبقي بين فئات المجتمع المغربي الأندلسي فالأطعمة اختلفت من فئة إلى أخرى فالطبقة الخاصة امتازت بالتنوع ولذة الطعام والطبقة العامة امتازت بالبساطة.
- ❖ حرص المحتسب ودوره في مراقبة الأطعمة التي كانت تعد في الأسواق مع مراعاة طريقة حفظها.
- ❖ أما فيها يخص الوقاية وصحة الأبدان حرص اهل المغرب والأندلس على طرق مختلف الأبواب والطرق للحفاظ على صحة أجسادهم ولا سيما الحمية والنظافة، وفي حالة المرض يحاولون ايجاد طرق العلاج الطبيعية، إلى درجة أنهم وصلوا إلى التبرك بقبور الصالحين اعتقاد من بعضهم بالشفاء.
- ❖ عني أهل المغرب والأندلس بالاتزان في أطعمتهم على الرغم من أن أطباقهم مليئة بالدسم والمواد المثقلة على الجسم ، لكن كان هذا الطعام متنوعا بنصائح طبية ووقائية، أما المشروبات فكانت عبارة عن مزيج من التوابل والمواد الغذائية التي نصح الأطباء بها فهي دواء ووقاية للجسم من الأسقام.

الملاحق

الملحق رقم: 01



قدر فخار للطبخ



طاجين فوق الموقد



برمة وكسكاس من فخار

المصدر/ حورية شريد : المرجع السابق، ص ص 450-457-459



قدر وكسكاس

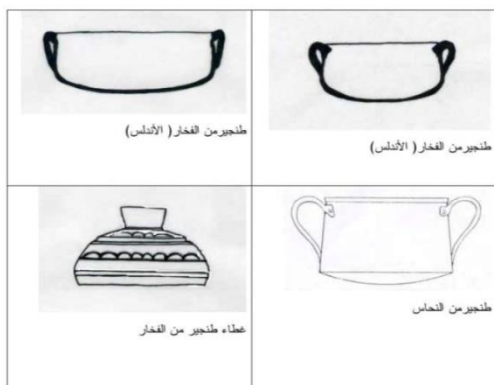


شكوة أنية من الجلد تستعمل
لمخض الحليب وحفظ اللبن



رحا اليد نطحن الأباذير

المصدر/ خلايفة سارة و مسعي محمد أنية: من تصويري الشخصي



أنواع من الطنجير

طنجير من نحاس



قله ماء أو الريحية من الفخار لتقديم الماء

المصدر/حورية شريد: المرجع السابق، ص ص 405-275-491



دلو من النحاس الأحمر المقصدر



قله من النحاس المقصدر



مهراس من النحاس لدق اللحم



سنية مصنوعة من النحاس الأحمر لتقديم الطعام

المصدر/حورية شريد: المرجع السابق، ص ص 473- 490-482



طابع خبز أو حلوى مصنوع من الخشب



ملعقة من العاج وقوقعة السلحفاة



غريال من الحلقة لإستخراج حبات الكسكسو

المصدر/حورية شريد: المرجع السابق، ص ص 493-530-493



عدد الأفران (المواقد)


المصدر/حورية شريد: المرجع السابق، ص 210.

الملحق رقم: 08



أواني التخزين

رومان دافيد: دليل موجز لدراسات الفخار من وادي نيل إلى الشرق الأوسط، تر: مصطفى أحمد، (دن)، (د ط)، (د م ن)، (د س ن). ص 50.



قائمة المصادر

والمراجع

قائمة المصادر والمراجع

القرآن الكريم

1. حسن الوزان(155هـ/957هـ):**وصف إفريقيا، دار الغرب الإسلامي، ط2، بيروت-لبنان، 1983م.**
2. ابن الإخوة محمد بن محمد بن أحمد القرشي(483هـ/548هـ): **معالم القرية في أحكام الحسبة،** تح: محمد محمود شعبان وصديق عيسى المطيعي، مركز النشر مكتب الإعلام الإسلامي، ط1، (د م ن)، 1986م.
3. ابن البيطار(593هـ/646هـ):**الجامع لمفردات الأدوية والأغذية، ج4، دار الكتب العلمية، (د ط) ، بيروت- لبنان، (د س ن).**
4. ابن العديم (588هـ/660هـ): **مختصر الوصلة إلى الحبيب في وصف الطيبات والطيب،** تق: سليمي محجوب ودرية الخطيب، منشورات جامعة حلب معهد التراث العلمي العربي، (دط)، سوريا، (د س ن).
5. ابن جبير أبو الحسين محمد بن أحمر بن جبير الكناني الأندلسي: **رحلة ابن جبير، دار صادر، (د ط)، بيروت، (د س ن).**
6. ابن جزى الكلبي أبي القاسم محمد بن أحمد الغرناطي المالكي (693-741هـ): **القوانين الفقهية في تلخيص مذهب المالكية،** تح: محمد بن سيدي محمد مولاي، (د ن)، (د ط)، (د س ن).
7. ابن حوقل(ت367هـ): **صورة الأرض، دار مكتبة الحياة للطباعة والنشر،(دط)، بيروت-لبنان، 1992م.**
8. ابن خلدون(808هـ):**المقدمة،** تق: أم. كاترمير، مج1، مكتبة بيروت، طبعة باريس، لبنان، 1858م.
9. ابن خلكان(608هـ/681هـ): **وفيات الأعيان وأبناء الزمان، ج5،** تح: إحسان عباس، دار صادر، (د ط)، بيروت، (د س ن).
10. ابن دحية أبي الخطاب عمر بن حسن (ت633هـ): **المطرب من أشعار أهل المغرب،** تق: إبراهيم الأبياري وحامد عبد المجيد وأحمد بدوي، مطبعة الأميرية القاهرة، (دط)، 1954م.

قائمة المصادر والمراجع

11. ابن رشد الأندلسي أبي وليد محمد(514هـ/595هـ): الكليات، مطبعة الفنون المصورة بوسكا، العرائش، (د ط) ، المغرب، 1939م.
12. ابن زكريا أبي الحسين أحمد بن فارس: معجم مقاييس اللغة، تق: عبد السلام محمد هارون، ج4، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، (د ط)، (د م ن) ، (د س ن).
13. ابن زهر الأندلسي(464هـ/557هـ): النشاط والقوة والشفاء في الأغذية، دار الكتاب العلمية، ط1، بيروت-لبنان، 1998م.
14. ابن سعيد المغربي(610هـ/685هـ): الجغرافيا، تح: إسماعيل العربي، المكتب التجاري للطباعة والنشر والتوزيع، ط1، بيروت، 1970م.
15. ابن سيار الوراق(ت131هـ): الطبخ وإصلاح الأغذية والمأكولات وطيبات الأطعمة المصنوعات مما استخرج من كتب الطب وألغاز الطهارة وأهل اللب ، تح: إحسان ذنون الثامري،(د ن)، (د ط)، (د م ن)، (د س ن).
16. ابن قدامة موفق الدين عبد الله بن أحمد المقدسي(541هـ/620هـ): قاموس الغذاء والتداوي بالنبات ، دار النفائس، ط2، ، بيروت، 1982م
17. ابن قدامة: روضة الناظر وجنة المناظر في أصول الفقه، مؤسسة الرسالة ناشرون، ط1، 2009م.
18. ابن مريم(ت1025م) : البستان في ذكر الأولياء والعلماء بتلمسان، طبع في المطبعة الثعالبية، الجزائر.
19. ابن منظور(630هـ/711هـ): لسان العرب، مج 3، نشر أدب الحوزة، د ط ، إيران، 1405م.
20. أبي الخير الأندلسي(502هـ/575هـ): الفلاحة، (د ن)، ط1 ، (د م ن)، 1357م.
21. الإدريسي أبي عبد الله محمد: نزهة المشتاق في إختراق الأفاق، مج1، مكتبة الثقافة الدينية، القاهرة، 2002 م
22. الإمام مالك بن أنس(93هـ/179هـ): الموطأ، مج1، دار الغرب الإسلامي، ط2، لبنان، 1997م.
23. البغدادي محمد بن الحسن بن محمد: الطبخ، مطبعة أم الربيعين، (د ط)، الموصل- العراق، 1934م.

قائمة المصادر والمراجع

24. _____: الطبخ ومعجم المآكل الدمشقية، تق: فخري البارودي، مؤسسة هنداوي، (د ط)، المملكة المتحدة، 2017م.
25. البكري أبي عبيد(ت487هـ): المسالك والممالك ، تح : أ دريان فان ليوفن وأندري فيري ، ج 2 ، دار الغرب الإسلامي ، (د ط) ، 1992م .
26. _____: المغرب في ذكر بلاد افريقية والمغرب، (د د ن)، (د ط)، (د م ن)، (د س ن).
27. البيهقي الحافظ أبي بكر أحمد بن الحسين بن علي(458هـ): السنن الكبرى، ج10، دار المعرفة، (د ط)، بيروت - لبنان، 1992م.
28. التادلي ابن الزيات أبي يعقوب يوسف بن يحي(617هـ/1220هـ):تح: أحمد توفيق، منشورات كلية الأدب، ط2، الرباط، 1997م.
29. التجيبي أبي الحسن علي بن محمد بن أبي القاسم بن رزين (ت730هـ): فضالة الخوان في طببات الطعام والألوان صورة من فن الطبخ الأندلسي والمغرب في بداية عصر بني مرين، تح: محمد بن شقرون، نشر مؤسسة مطالعات بنشكي، طب إسلامي، (د ط)، ايران، 1388هـ.
30. التتوخي أبي علي المحسن بن علي(ت384هـ): نشوار المحاضرة وأخبار المذاكرة، تح: عبود الشالجي، ج2، دار صادر، ط1، 1971م، ط2، 1995م، بيروت-لبنان.
31. التويجري محمد بن إبراهيم بن عبد الله: موسوعة الفقه الإسلامي، ج4، (د ن) ، ط1، 2009م.
32. حاجي خليفة مصطفى بن عبد الله : كشف الظنون عن أسامي الكتب والفنون، تق: محمد شرف الدين، مج2، دار إحياء التراث العربي، بيروت-لبنان، (د س ن).
33. الحميري محمد بن عبد المنعم(ت900هـ): الروض المعطار في خبر الأقطار (معجم جغرافي)، تح: إحسان عباس، مكتبة لبنان، ط1، ط2، لبنان، 1975م- 1984م .
34. الدرجيني أبو العباس أحمد بن سعيد(ت670هـ): طبقات المشايخ بالمغرب، تح: إبراهيم طلاي، ج2، مطبعة البحث قسنطينة، ط1، (د س ن).
35. الرازي أبو بكر محمد بن زكريا(ت320هـ): مختار الصحاح، مكتبة لبنان،(د ط)، لبنان، 1986م.

قائمة المصادر والمراجع

36. _____: أخلاق الطبيب، تح: عبد اللطيف محمد العبد، دار التراث، ط1، القاهرة 1977م،
37. الزجالي أبو يحيى عبيد الدين أحمد القرطبي(617هـ/694هـ): أمثال العوام في الأندلس، تق: محمد بن شريفة، منشورات وزارة الدولة المكلفة بالشؤون الثقافية والتعليم الأصلي، (دط)، (د م ن)، (د س ن).
38. الزركشي بدر الدين محمد بهادر بن عبد الله الشافعي(745هـ/894هـ): البحر المحيط في أصول الفقه، ر: عمر سليمان الأشقر، دار الصفا للطباعة والنشر والتوزيع، ط2، الكويت، 1992م.
39. السقطي المالقي الأندلسي أبي عبد الله محمد بن أبي محمد (ت253هـ): في آداب الحسبة، (د ن)، (د ط)، (د م ن)، (د س ن).
40. الشريف الإدريسي: صفة المغرب وأرض السودان ومصر والأندلس، مأخوذة من نزهة المشتاق، المطبعة الشرقية، امستردام، 1966م.
41. الطوخي أحمد محمد: مظاهر الحضارة في الأندلس في عصر بني الأحمر، تق: أحمد مختار العبادي، نشر مؤسسة شباب الجامعة، (د ط) ، الإسكندرية- مصر، 1997م.
42. القرافي شهاب الدين أحمد بن إدريس(626هـ/684هـ): الذخيرة، تق: محمد بوخبزة، ج3، دار الغرب الإسلامي، ط1، بيروت ، 1994م.
43. القرشي عبد القادر سعود وسليمان(648هـ/729هـ): ديوان أبي مدين شعيب الغوث، كتاب ناشرون، ط1، لبنان، 2011م.
44. القروي المالكي أحمد عبد الرحمن اليزليتي: مختصر فتاوى البرزلي، دار حزم، ط1، لبنان، 2011م، ص292.
45. القلقشندي(756هـ/821هـ): الصبح الأعشى، ج5، المطبعة الأميرية بالقاهرة، (د ط)، مصر، 1915م.
46. المالكي أبي بكر عبد الله بن عبد الله(74هـ): رياض النفوس في طبقات علماء القيروان وإفريقية وزهادهم ونساکهم وسیر من أخبارهم وفضائلهم وأوصافهم ، تق: حسين مؤنس، ج1، مكتبة النهضة المصرية، ط1، مصر، 1951م.
47. الماوردي علي بن محمد بن حبيب الشافعي(364هـ/450هـ): الرتبة في طلب الحسبة، تق: أحمد جابر بدران، دار الرسالة، ط2، القاهرة، 2002م.

قائمة المصادر والمراجع

48. مجهول: الاستبصار في عجائب الأمصار، تع:سعد زغلول عبد الحميد، (د ن)، (دط)، (د م ن)، (د س ن).
49. مجهول: الطبخ في المغرب والأندلس في عصر الموحدين، (د ن)، (دط)، (د م ن). (د ت ن).
50. مجهول: تاريخ البربر (مفاخر البربر)، تق: محمد زينهم، جهاد للنشر والتوزيع، ط1، (د م ن)، 1998م.
51. المراكشي عبد الواحد(581هـ/647هـ): وثائق المرابطين والموحدين، تق: حسين مؤنس، نشر مكتبة الثقافة الدينية، ط1، بورسعيد-مصر، 1997 م.
52. المرادوي علاء الدين أبو الحسن علي بن سليمان(ت885هـ): الأنصاف في معرفة الراجح من الخلاف، ج1، بيت الأفكار الدولية، (د ط)، (د م ن)، 2004م.
53. المقدسي البشاري شمس الدين أبو عبد الله بن بكر محمد (336هـ/380هـ): أحسن التقاسيم في معرفة الأقاليم، مكتبة مدبولي، ط3، القاهرة، 1991م.
54. المقري التلمساني(982هـ): عمل من طب لمن حب، دار الكتب العلمية، ط1، بيروت-لبنان، 2003م
55. _____: نفع الطيب من غصن الأندلس الرطيب، تح: إحسان عباس، مج6، دار صادر، (د ط)، بيروت-لبنان .
56. المقري الفيومي أحمد بن محمد بن علي(ت770هـ): المصباح المنير في غريب الشرح الكبير للرافعي، المطبعة الأميرية، ط6، القاهرة-مصر، 1926م.
57. الونشريسي أبو العباس أحمد بن يحيى (914هـ): المعيار المغرب والجامع المغرب عن فتاوى أهل إفريقية والأندلس والمغرب، ج2، دار الغرب الإسلامي، (د ط)، الرباط، 1981م.
- ثانيا: المراجع

1. إبراهيم القادري بوتشيش: المغرب والأندلس في عصر المرابطين(المجتمع - الذهنيات - الأولياء)، دار الطليعة للطباعة والنشر، ط1، بيروت- لبنان، 1993م.
2. إبراهيم أنيس وآخرون : معجم الوسيط، مكتبة الشروق الدولية ، ط4، (د م ن)، 2004م.

قائمة المصادر والمراجع

3. أحمد الكامون وهاشم السقلي: التأثير الموركسي في المغرب، مركز الدراسات والبحوث الإنسانية والاجتماعية، ط1، المغرب، 2010م.
4. أدهم أحمد أ حمد : آداب الطعام على السنة النبوية الشريفة، (د ن)، (د ط)، (د م ن)، (د س ن).
5. بختة خليلي: الحرب و أزمة الغذاء بالمغرب الأوسط الزياني، تاريخ الوسيط، جامعة معسكر.
6. الحاج محمد بن رمضان شاوش: باقة السوسان في التعريف بحضارة تلمسان عاصمة دولة بني زيان (جغرافيا، تاريخيا، فنيا، معماريا)، ج1، ديوان المطبوعات الجامعية، (د ط)، (د م ن)، 2011م.
7. حامد محمد خليفة: يوسف بن تاشفين موحد المغرب وقائد المرابطين ومنقذ الأندلس من الصليبيين ، دار القلم، دار الشامية، ط1، سوريا، 2003م
8. حسن علي حسن: الحضارة الإسلامية في المغرب والأندلس عصر المرابطين والموحدين، مكتبة الخانجي، ط1، مصر، 1980م.
9. حسين مؤنس: معالم تاريخ المغرب والأندلس، (د د ن)، (د ط)، (د م ن)، 1992م.
10. دافيد ويتر: فنون الطبخ في الأندلس الحضارة الإسلامية في الأندلس، ج2، مركز دراسات الوحدة العربية، ط1، بيروت-لبنان ، (د س ن).
11. روبرت برنشفيك: تاريخ إفريقية في العهد الحفصي من القرن 13 إلى نهاية القرن 15هـ، تر: حمادي الساحلي، ج2، دار الغرب الإسلامي ، ط1، بيروت-لبنان، 1988م.
12. رومان دافيد: دليل موجز لدراسات الفخار من وادي نيل إلى الشرق الأوسط، تر: مصطفى أحمد، (دن)، (د ط) ، (د م ن)، (د س ن).
13. زيغريد هونكه: شمس العرب تسطع على الغرب "أثر الحضارة العربية في أوروبا"، تح: فاروق بيضون وكمال دسوق، دار الآفاق الجديدة ، ط8، بيروت، 1993م.
14. زينب محمد حامد محمد أحمد: مظاهر الحياة الاجتماعية في المغرب الإسلامي خلال العهد المرابطي، جامعة نواكشوط العصرية، 2019م.

قائمة المصادر والمراجع

15. سامية مصطفى محمد مسعد: الحياة الاقتصادية والاجتماعية في إقليم غرناطة في عصري المرابطين والموحدين (484هـ-620هـ/1092م-1663م)، مكتبة الثقافة الدينية، ط1، مصر، 2003م.
16. سعد بن عبد الله آل حميد: آداب الغذاء في الإسلام، دار الصمعي للنشر والتوزيع، ط1، الرياض، 1996م.
17. عبد العزيز الفيلاي: تلمسان في العهد الزياني، ج1، موفم للنشر والتوزيع، (دط)، الجزائر، 2002م.
18. عبد الكريم يوسف جودت: الأوضاع الاقتصادية والاجتماعية في المغرب الأوسط خلال القرنين الثالث والرابع الهجريين (9-10م)، ديوان المطبوعات الجامعية (د ط)، الجزائر، (د س ن).
19. عبد المجيد النجار: المهدي بن تومرت حياته وآراؤه وثورته الفكرية والاجتماعية وأثره بالمغرب، دار الغرب الإسلامي، ط1، 1983م.
20. عصام سالم سيسالم: جزر الأندلس المنسية (التاريخ الإسلامي لجزر البليار)، دار العلم للملايين، ط1، لبنان، 1984م.
21. عصمت عبد اللطيف دنديش: الأندلس في نهاية المرابطين ومستهل الموحدين "عصر الطوائف الثاني"، (510-546هـ / 1116-1151م)، دار الغرب الإسلامي، ط1، بيروت/لبنان، 1988م.
22. غزالة العيد: الفقراء والمهمشون بإفريقية في العهد الحفصي، الدار المتوسطة، ط1، تونس، 2021م.
23. مانويلا مارين ودايفيد واينز: كنز الفوائد في تنويع الموائد، دار النشر فرنس شتانيير شتوتكارت، ط1، بيروت-لبنان، 1993م.
24. محمد بن إسماعيل المقدم: المهدي، الدار العالمية، ط8، الإسكندرية، 2004م.
25. محمد راكان الدغمي: في الإسلام الغذاء لكل فم، دار المعارف، (د ط)، القاهرة، (د س ن).
26. محمد سعيد عبد الدايم: آداب الطعام (د ن)، (د ط)، (د م ن)، (د س ن).

قائمة المصادر والمراجع

27. محمد عيسى الحريري: الدولة الرستمية بالمغرب الإسلامي حضارتها وعلاقتها الخارجية بالمغرب والأندلس (160هـ-296هـ)، دار القلم للنشر والتوزيع، ط3، الكويت، 1987م
28. محمد كمال: علماء العرب زرياب، دار الربيع للنشر، (د ط)، حلب، (د س ن).
29. مختار حساني: تاريخ الدولة الزيانية، الأحوال السياسية، ج3، منشورات الحضارة، (د ط)، (د م ن)، 2009م.
30. مصطفى نشاط: جوانب من تاريخ المشروعات المسكرة بالمغرب الوسيط، منشورات كلية الآداب، (د ط)، المغرب، 2003م.
31. نينا جميل: طعام في الثقافة العربية، رياض الزين للنشر ط1، الرياض، 1994م .
32. الهادي روجي إدريس: الدولة الصنهاجية، تر:حمادي الساحلي، ج2، دار الغرب الإسلامي، ط1، بيروت، 1992م.
33. الواحد ذنون طه: تاريخ العرب وحضاراتهم، دار الكتاب الجديد المتحدة، ط1، بيروت، لبنان، 2001م.

ثالثا: رسائل الجامعية

1. بختة خليلي: الفقر بالمغرب الإسلامي مابين القرنين السابع والتاسع الهجريين (ق 13-15 م) واقعه وآثاره، أطروحة لنيل شهادة الدكتوراه الطور التاريخ الوسيط، كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية، قسم العلوم الإنسانية، جامعة مصطفى اسطبولي، معسكر، 2016م.
2. بسام كامل عبد الرزاق: تلمسان في العهد الزياني 633هـ - 962هـ/1235م-1955م، شهادة لنيل درجة الماجستير في التاريخ بكلية الدراسات العليا، جامعة قسنطينة تحت إشراف: هشام أبو رميلة، 2002م.
3. حورية شريد: تطور المطبخ المغربي وتجهيزاته من عصر المرابطين إلى نهاية العصر العثماني (دراسة تاريخية أثرية)، أطروحة لنيل شهادة الدكتوراه في الآثار الإسلامية، تحت إشراف: صالح بن قربة، جامعة الجزائر 2، ج1، 2010م/2011م.

قائمة المصادر والمراجع

4. رقية مويسات: الغذاء والتغذية في الغرب الإسلامي الخضروات والفواكه نموذجا (من القرن الثاني إلى القرن التاسع)، مذكرة لنيل شهادة الماستر، تاريخ الغرب الإسلامي في العصر الوسيط، تحت إشراف: بته مرزوق، جامعة مسيلة، 2018م/2019م.
5. زينب بوسنة: الحياة الاجتماعية بالغرب الإسلامي في عهد المرابطين (448-541 هـ /1056-1147م)، مذكرة ماستر في تاريخ وحضارة المغرب الإسلامي، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم التاريخ، جامعة محمد خيضر، بسكرة، 2019 م.
6. سلاوي خديجة: الحياة الاجتماعية في الدولة الزيانية (633هـ-962هـ/1235م-1551م)، مذكرة لنيل شاهدة الماستر تاريخ المغرب الأوسط والوسيط، إشراف: راعة عمر، جامعة ابن خلدون تيارت، 2013/2014م.
7. سمية مزور: المجاعات والأوبئة في المغرب الأوسط (588-927 هـ / 1192-1520م)، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في التاريخ الوسيط، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، قسم التاريخ والآثار، جامعة منتوري، قسنطينة، 2009م.
8. شرقي نورة: الحياة الاجتماعية في الغرب الإسلامي في عهد الموحدين (524هـ-668هـ/1126م-1268م)، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في التاريخ الإسلامي الوسيط، إشراف: عبد العزيز محمود لعرج، جامعة الجزائر، 2007م/2008م.
9. عبد السلام صادق شريف كتاني: دور التغذية في الطب الوقائي من خلال القرآن الكريم، رسالة لنيل شهادة ماجستير، إشراف: إبراهيم عفانة وحاتم جلال التميمي، جامعة القدس، 2009م.
10. عيسى الذيب: المغرب والأندلس في عصر المرابطين دراسة اجتماعية واقتصادية (480هـ-540هـ/1056م-1145م)، مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه في التاريخ الوسيط، تحت إشراف: أحمد شريفي، جامعة الجزائر، 2008م/2009م.
11. قاسمي فريدة ونور الدين زبيدة: الأظعمة والأشربة بالغرب الإسلامي على عهد المرابطين والموحدين، مذكرة لنيل شهادة ماستر، تحت إشراف: شرف عبد الحق، جامعة ابن خلدون تيارت، الجزائر، 2020/2021م.
12. مريانة العنابي: الأسرة الأندلسية في عصر المرابطين والموحدين، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في التاريخ الوسيط، تحت إشراف: عبد العزيز فيلاي، جامعة قسنطينة، (د ت ن).

قائمة المصادر والمراجع

13. مسعود كربوع: نوازل النقود والمكاييل والموازين في كتاب المعيار الونشريسي، جمعا ودراسة وتحليلا، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في التاريخ الوسيط، تحت إشراف: رشيد باقة، جامعة باتنة، 2013/2012م، الجزائر.
14. معز الإسلام عزت فارس: الغذاء في القرآن الكريم من منظور علم التغذية الحديث، شهادة لنيل الدكتوراه في تغذية الإنسان، مركز النشر العلمي والترجمة، جامعة حائل، العربية السعودية، 2015م.
15. _____: لمحات تغذوية في الكتاب الكريم والسنة النبوية، رسالة لنيل شهادة الماجستير تغذية الإنسان، قسم التغذية، كلية الصيدلة والعلوم الطبية المساندة، جامعة البترا الأردنية.
16. نجاة هاشمي: عادات وتقاليد المجتمع الأندلسي خلال عهد الدولة الأموية (138هـ- 422هـ/756-1031م)، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في التاريخ الوسيط، جامعة حاج لخضر باتنة، 2015م/2016م.
17. يمينة بوعزة: الطبخ والطبخ بالمغرب الإسلامي خلال العهد المريني (669- 869هـ/1213-1465م)، رسالة لنيل شهادة الماستر في تاريخ وحضارة المغرب الإسلامي، تحت إشراف: شرف عبد الحق، جامعة ابن خلدون، تيارت، 2015م/2016م.

رابعاً: الدوريات والمجلات

1. إبراهيم جدلة: المجتمع الحضري بإفريقية في العهد الحفصي، المعهد العالي للدراسات التطبيقية في الانسانيات بقفصة، العدد1، 2010م.
2. ابن قنفذ القسنطيني: أرجوزة نادرة في الغذاء والطبخ (740هـ-810هـ/1340م-1407م)، المجلة التاريخية الجزائرية، المجلد 03، العدد02، 2019م.
3. أبو زيد محمد شرعي: محرمات الطعام والشراب في القرآن الكريم وأثرها الصحي على المجتمعات الإسلامية، مجلة علوم الشريعة والدراسات الإسلامية، العدد79، ج1، ربيع الثاني-2019م.
4. إلياس إرادة: مجلة الدراسات الإفريقية وحوض النيل، مجلة دورية محكمة تصدر عن المركز الديمقراطي العربي، ألمانيا-برلين، مج 3، العدد12، يوليو 2021م.
5. بالأعرج عبد الرحمن: النظام الغذائي زمن المجاعات والأوبئة، المجلة الجزائرية للبحوث والدراسات التاريخية، المجلد4، العدد8، ديسمبر 2018.

قائمة المصادر والمراجع

6. البسيط إسماعيل موسى: الغذاء والتغذية في ضوء الكتاب والسنة، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات، العدد 06، 2005م، تشرين الأول.
7. خضير عباس المنشداوي: زرياب البوتاني الموصلي وأثره في تقدم علم الموسيقى وفنون الفناء والطبخ والأزياء، مجلة جامعة زاخو، المجلد 01، العدد 2، 2013م.
8. زاهر أبو السباع: ضمان سلامة المنتج الغذائي الحيواني في الفقه الإسلامي وتطبيقات المعاصرة، (د ن)، (د ط)، مجلة الدراسات العربية، جامعة المنيا، (د س ن)،
9. زينب ملياني: الأطعمة والأشربة بالمغرب والأندلس في العصر الإسلامي عصري المرابطين والموحدين، جامعة الجلفة، العدد 07، جوان 2013م.
10. سعدي شيخوم: المجلة التاريخية الجزائرية، أرجوزة نادرة في الغذاء والطبخ لإين قنفذ القسنطيني (740-810هـ / 1340-1407م)، مج 3، العدد 2، 2019م.
11. صلاح الدين هدوش: النبات في المغرب الأوسط خلال العصر الوسيط بين الممارسات الطبية والطقوس السحرية، المجلد 7، العدد 2، ماي 2023 م
12. عبد الحليم علي رمضان دويم: مطبخ الخاصة في الأندلس في العصر الأموي (138هـ - 422هـ / 752م - 1031م)، مجلة كلية الآداب والعلوم الإنسانية، العدد 32، جامعة منصور، (د ت).
13. فاطمة البلوي: أدوات المطبخ الشمالي في الموروث الشعبي، جريدة الرياض، الأحد 22 ذو الحجة 1439هـ / 02 سبتمبر 2018م / الجمعة 21 رجب 1445هـ / 02 فبراير 2024م.
14. مجيد أنوزلا: الأشربة والطب في الغرب الإسلامي من خلال النوازل الفقهية، دورية كان التاريخية، العدد 60، يونيو 2023م.
15. محمد شرعي أبو زيد: محرمات الطعام والشراب في القرآن الكريم وأثرها الصحي على المجتمعات الإسلامية، مجلة علوم الشريعة والدراسات الإسلامية، العدد 79، ج 1، ربيع الثاني - 2019م.
16. نور الدين أمعيط: مجلة الدراسات الإفريقية وحوض النيل، فن الطبخ بالمغرب والأندلس خلال العصر الوسيط من كتاب فضالة الخوان لابن رزين التجيبي، مج 3، العدد 12، ألمانيا، 2021 م.

فهرس المحتويات

الصفحة	المحتويات
	الإهداء
	الشكر والعرفان
	الملخص
	قائمة المختصرات
9-6	المقدمة
18-11	التمهيد
11	أولاً: تعريف الأغذية
17-11	ثانياً: الإسلام والغذاء
18-17	ثالثاً: طرق الكسب الحلال
45-19	الفصل الأول: تعريف الطبخ وأدواته
20	1- تعريف الطبخ وأدواته
20	أولاً: تعريف الطبخ
21	ثانياً: تعريف علم الطبخ
40-21	ثالثاً: أدوات الطبخ
41	II - الموازين والمكاييل في الغرب الإسلامي
41	1- الموازين
42	2- المكاييل
45-43	III - وصايا الطباخ
80-46	الفصل الثاني: الأظعمة والأشربة عند أهل المغرب والأندلس
58-48	1- الطبقة الخاصة
66-58	2- الطبقة العامة
69-66	3- آداب الطعام
69	4- إصلاح الأظعمة وحفظها

فهرس المحتويات

74-70	5-الأطعمة والأشربة العلاجية
78-74	6- المطبخ المغاربي بين التأثير والتأثر
80-78	7- غرائب الأكل
83-81	الخاتمة
91-84	الملاحق
103-92	قائمة المصادر والمراجع
106-104	فهرس المحتويات