

المأكولات الشعبية في الأردن

Posted on 2019 , 1 أغسطس



Categories: [المطبخ الأردني](#), [المطبخ الاصيل](#)

: بواسطة

المأكولات الشعبية في الأردن هي المأكولات الشعبية التي يتناولها الأردنيون وقد أصبحت جزءاً من هويتهم وثقافتهم. يستخدم المطبخ الأردني طرقاً مختلفة من طرق الطبخ منها القديمة، وأصبحت الطرق الحديثة منتشرة أكثر. ويشتهر في أسلوب الطبخ الأردني الشوي أو إعداد الأطعمة مع الصلصة الخاصة بها مثل المنسف والتشريبة. باعتبارها واحدة من أكبر منتجي زيت الزيتون في العالم ، فإن زيت الزيتون هو الزيت الرئيسي في الأردن حيث أنه يستخدم في كل شيء تقريباً

أشهر المأكولات الشعبية في الأردن

المأكولات الشعبية في الأردن متنوعة وتوابل ذات الجودة الكبيرة والمحتويات الطازجة وثقافة الطعام الثرية ، يقدم لك طعام شهوي لذيذ لاتستطيع مقاومته

الحمص

يمكن تناول هذا الطبق لوحده ، ولكن يفضل أن يقدم كطبق إضافي أو أساسي مع الكثير من الأطعمة الأخرى. وطبق الحمص

الضخم يعد من الحمص وبذور السمسم وزيت الزيتون والليمون والثوم ويُقدّم بجانبه الخبز الأردني ، وللحمص مذاق طيب ولذيذ . ويعتبر أكلة طيبة وجيدة مفيدة لصحة الإنسان .

الفلافل

ساندوتش الإفطار أو العشاء اللذيذ والذي لا يستغرق تحضيره كثيرا ، وهو من الفلافل والحمص والخضروات الملفوفة في وسط . رغيف من الخبز الذي يأخذ شكلا دائريا خفيف الوزن المنتفخ، لا يستطيع أحد مقاومة تناوله وطعمه المميز

- يوجد في الأردن العديد من المواقع التي تبيع الفلافل وتقدم في كثير من الأحيان واحدة أو اثنتين مجاناً لتناولها قبل الشراء ، وينصح حين الذهاب لشراء الفلافل، أن يتم شراء الفلافل الناعمة والمنتفخة وليس الجافة والمقرمشة

الشاورما

الشاورما تصنع من لحم الخروف أو الدجاج أو اللحم البقري التي يتم تناولها في صورة ساندوتش أو في خبز دائري

- وهناك الطعم الرائع للشاورما مع بعض البطاطا الجميلة والبهارات المحلية الطازجة والحمص والطحينة، مما يجعلك تعرف سر العديدين للكباب العربي الحقيقي
- ومن الممكن تناول شاورما الجبن سريعة التحضير في حالة الجوع الشديد ، حيث لا يمكن التوقف عن تذوق الطعام لمذاقه . الطيب وحلاوة وروعة الطعم ، كما يعطي إحساس الشبع لفترة أطول

المنسف

المنسف يعد أحد الأكلات المشهورة في الأردن والأكثر شعبية ، ويتم تناول هذه الوجبة البدوية التقليدية في المناسبات الخاصة. يتم إعداد هذه الأكلة من خلال تجهيز لحم الخروف بالأعشاب في الجميد (الزيادي المجفف) ويتم تناولها مع الأرز والسنوبر

القول

المحتوى الرئيسي في هذه الأكلة هو الفول ، حيث يتم خلط حبات الفول بزيت الزيتون والفلفل الأخضر والملح والثوم والليمون ويرغب تناوله بالإضافة إلى الخبز والحمص

الرشوف

وهي أحد الأكلات الشعبية والمشهورة في الأردن، وتتألف من العدس الحب والجريشة ولبن المخيض والحمص والسمنة البلدية والبصل وبهارات السمينة البلدية والملح المسلووق، وقبل النضج بخمس دقائق يتم قلي البصل بالسمن البلدي ويوضع عليه بهارات السمينة البلدية ونصب فوقه الرشوف ، يتم تناوله مع الزيتون والبصل الأخضر والفجل وخبز المشروح

المجلاة

المجلاة يتم تحضيرها من الخبز واللبن المريس ويصب عليهما السمن البلدي ، وقد كان السكان قديما يقومون بعمل هذه الوجبة إذا جاء لهم ضيوف لأول مرة ، ويطلق عليها اسم المجلاة نظرا لأن الخبز المستخدم فيها يتم على نار الجل ، ويعني بعر الإبل

المكمورة

هي أكلة يتميز بها شمال الأردن وخاصة في اربد ، وهي أحد الأكلات المشهورة في الأردن وتعد في المعتاد في المناسبات الاجتماعية وخاصة في الشتاء، يستخدم فيها كمية كبيرة من زيت الزيتون

الزرب

أحد الأكلات المشهورة في الأردن ، وتتألف الحشوة الداخلية من: الفريكة والفلفل الأخضر والبصل والبطاطا والجزر وورق الغار ووحصى البان او اكليل الجبل والثوم والبندورة والبهارات المشكلة والقرفة او الدارسين. يتم حشو كافة هذه المقادير في بطن الذبيحة مع إضافة ثلاث كاسات ماء ونقوم بتخييطها وتوضع في شبك الشوي لشويها

ونأتي شبك الأرز ونضعه تحت البرميل او الحفرة وشبك الذبيحة فوق ، ونسيطر على إغلاق البرميل تماما ونردم عليه التراب ، ونترقب حوالي ثلاث ساعات قبل فتح الغطاء الخارجي، ونخرج الذبيحة بعد أن تكون قد استوت

الكنافة

الكنافة هي أحد أنواع المعجنات الجميلة اللذيذة التي يوضع إليها الجبن والشربات مع بعض المكملات المقرمشة ، كما أنه يوجد ثلاثة أصناف متنوعة وطيبة منها

الهريسة

الهريسة عبارة عن مزيج لزج وضخم وثقيل من المحتويات المختلفة ، وعلى الرغم من أن الهريسة أكلة لذيذة وسكرية جداً، إلا أن تذوقها لا يُقاوم لأن نكهة الحلو تأتي من العسل وليس من السكر

يعد السميد في العسل والزبد واللبادي واللوز مما يجعله يكون مذاقاً حلواً ولذيذاً لا يمكن تجاهله مقاومته

المراجع:

- 1- المنسف سيد الطعام الشعبي والضيافة في الأردن. العرب. روجع بتاريخ 1 أغسطس 2019.
- 2- أطباق أردنية. مكتب الطلبة العرب والأجانب. روجع بتاريخ 1 أغسطس 2019.

3- الأكلات الشعبية الأردنية ما تزال حاضرة في بيوت الجدات. الساعة. روجع بتاريخ 1 أغسطس 2019