



The Historical and Cultural Dimension of Saudi Cuisine

Dr. Salma bin Mohammed Bakr Hosawi*

shosawi@ksu.edu.sa

Abstract

This research investigates the historical and cultural significance of the most notable dishes on the Saudi table, highlighting their deep-rooted connection to Arabian society from the Stone Age through successive historical, Islamic, and modern eras up to the present. Using a descriptive-analytical approach grounded in original sources and observation, the study traces the continuity of these dishes and organizes its discussion into five themes: the evolution of food and dietary habits in the Arabian Peninsula, the relationship between past and present Saudi dishes, national and regional culinary narratives, the most widespread traditional foods in the Kingdom, and their cultural dimension. The findings reveal that these heritage dishes, once seasonal or reserved for travelers and armies, have become part of daily meals across Saudi regions, embodying enduring values of generosity and hospitality.

Keywords: Cultural Heritage, Food History, Traditional Dishes, Cultural Dimension.

* Professor of Ancient History, Department of History, Faculty of Humanities and Social Sciences, King Saud University, Kingdom of Saudi Arabia.

Cite this article as: Hosawi, S. M. B. (2025). The Historical and Cultural Dimension of Saudi Cuisine, *Journal of Arts*, 13(4), 522 -546. <https://doi.org/10.35696/joa.v13i4.2950>

© This material is published under the license of Attribution 4.0 International (CC BY 4.0), which allows the user to copy and redistribute the material in any medium or format. It also allows adapting, transforming or adding to the material for any purpose, even commercially, as long as such modifications are highlighted and the material is credited to its author.



البُعد التاريخي والثقافي للأطباق السعودية

د. سلمي بنت محمد بكر هوساوي*

shosawi@ksu.edu.sa

الملخص:

تهدف هذه الدراسة إلى تتبع البُعد التاريخي والثقافي لأبرز الأطباق على المائدة السعودية، حيث تزرخ المائدة السعودية بالعديد من الأطباق ذات البعد التاريخي العميق وذات الارتباط بمجتمع وثقافة الماضي البعيد في الجزيرة العربية، منذ العصور الحجرية مرورًا بالعصور التاريخية ثم العصر الإسلامي والعصر الحديث وحتى وقتنا الحاضر، وذلك باتباع المنهج الوصفي التحليلي الذي يعتمد على أخذ المادة العلمية من مصادرها الأصلية مع الاستناد إلى منهج الملاحظة في تتبع هذه الأطباق لاستمرارية تناولها إلى وقتنا الحاضر، وتضمنت هذه الدراسة مقدمة وخمسة محاور: التطور التاريخي للطعام والعادات الغذائية في الجزيرة العربية، والأطباق السعودية بين الماضي والحاضر، ومبادرة روايات الأطباق الوطنية وأطباق المناطق، والأطباق التقليدية الأكثر انتشارًا في المملكة العربية السعودية، والبُعد الثقافي للأطباق السعودية. أما الخاتمة فبينت أن ما يميز هذه الأطباق التراثية هو أنها أصبحت تؤكل بشكل يومي في معظم مناطق المملكة العربية السعودية، بعكس السابق حيث إن بعض الأطباق تؤكل في الشتاء أو الصيف، والبعض منها زاد للمسافر وللجيش، ومن خلال تتبع البعد التاريخي والثقافي للأطباق الأساسية على المائدة السعودية، نجد أن أغلب هذه الأطباق ترمز للجود وكرم الضيافة.

الكلمات المفتاحية: الموروث الثقافي، تاريخ الطعام، الأطباق التراثية، البعد الثقافي.

* أستاذ التاريخ القديم، قسم التاريخ، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة الملك سعود، المملكة العربية السعودية..

للاقتباس: هوساوي، س. م. ب. (2025). البُعد التاريخي والثقافي للأطباق السعودية، مجلة الآداب، 13 (4)، 522- 546

<https://doi.org/10.35696/joa.v13i4.2950>

© نُشر هذا البحث وفقًا لشروط الرخصة Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)، التي تسمح بنسخ البحث وتوزيعه ونقله بأي شكل من الأشكال، كما تسمح بتكييف البحث أو تحويله أو الإضافة إليه لأي غرض كان، بما في ذلك الأغراض التجارية، شريطة نسبة العمل إلى صاحبه مع بيان أي تعديلات أُجريت عليه.



يُمثل الطعام جزءاً رئيسياً لاستمرار حياة الإنسان، فكل مجتمع له ثقافته الخاصة في الطعام الذي يتناوله؛ وذلك بحسب المنتجات المتوفرة لديه، والتي تحددها البيئة الجغرافية، والكتابة في تاريخ الطعام غاية في الأهمية؛ حيث تعطينا تصوراً لنمط حياة الشعوب وثقافتهم.

وفي ذات السياق يعد الطعام أحد الجوانب المهمة في الحياة اليومية للشعوب، وهو من الحاجات الضرورية للإنسان، فبعد استقرار الشعوب وانتقالها من حياة التنقل والترحال إلى حياة الاستقرار، تم توفير سبل العيش والاستمرارية في الحياة، حيث ساهم توفير الطعام في الاستقرار وأصبح لكل مجتمع ثقافته الخاصة في نوعية الطعام الذي يتناوله.

وبجب ألا نغفل البعد التاريخي للطعام، حيث إن ما نأكله اليوم كان موجوداً منذ القدم لكنه أخذ في التطور بتطور الحياة والمجتمعات، فعلى سبيل المثال، الحبوب التي كانت موجودة في القدم تختلف عن الحبوب التي نأكلها اليوم، أضف إلى ذلك الأدوات التي استخدمت في طحن الحبوب تطورت واختلفت عما كانت عليه في الماضي، قس على ذلك النباتات التي وجدت في العصور القديمة، فبعضها اختفت وبعضها ما زالت موجودة، وظهرت بالمقابل نباتات جديدة لم تكن موجودة من قبل (Hosawi, 2022, P 63-64).

وتكمن أهمية الموضوع في أن الطعام على تباين طرق طهيهِ وتناوله وأنواعه وتباين الأذواق فيه يقدم بُعداً اجتماعياً عميقاً، كما يكشف عن جوانب اجتماعية أخرى متعددة، حيث يبرز لنا التميز والتباين بين المجتمعات بشكل عام، فضلاً عن التميز الطبقي بين فئات المجتمع الواحد بشكل خاص.

تعد الدراسات التي تناولت البعد التاريخي للمائدة السعودية قليلة جداً، لذلك تقوم هيئة فنون الطهي ممثلة بوزارة الثقافة ببذل الجهود الحثيثة في عملية الرصد والتوثيق للمأكولات التراثية في المملكة العربية السعودية، وتكمن مشكلة البحث في دراسة أبرز هذه الأطباق وتوضيح مراحل تطورها، مع التركيز على المكونات الرئيسية للطبق ومدى تأثيره وتسبب ظهور مكونات جديدة عملت على تطويره مع استمرار المكون الأساسي.

تهدف هذه الدراسة إلى تتبع البُعد التاريخي والثقافي لأبرز الأطباق على المائدة السعودية، حيث تزخر المائدة السعودية بالعديد من الأطباق ذات البعد التاريخي العميق وذات الارتباط بمجتمع وثقافة الماضي البعيد في الجزيرة العربية، منذ العصور الحجرية مروراً بالعصور التاريخية ثم العصر الإسلامي والعصر الحديث وحتى وقتنا الحاضر، وذلك باتباع المنهج الوصفي الذي يعتمد على أخذ المادة العلمية من مصادرها الأصلية وتحليلها بما يخدم سياق الموضوع وأهدافه، مع الاستناد إلى منهج الملاحظة في تتبع هذه الأطباق لاستمرارية تناولها إلى وقتنا الحاضر.

وتعتمد مصادرها التاريخية عن الطعام وأنواعه في شبه الجزيرة العربية على الرسوم الصخرية والنقوش والرسومات الجدارية التي لا يخلو بعضها من إشارات إلى الطعام والشراب والعناصر الغذائية في المجتمع العربي القديم أضف إلى ذلك الكتابات الكلاسيكية، التي أشارت في بعض أجزائها إلى التوابل والنباتات (Hosawi, 2022, P 64).

وتضمنت هذه الدراسة مقدمة وخمسة محاور: التطور التاريخي للطعام، والعادات الغذائية في الجزيرة العربية، والأطباق السعودية بين الماضي والحاضر، ومبادرة روايات الأطباق الوطنية وأطباق المناطق، والأطباق التقليدية الأكثر انتشاراً في المملكة العربية السعودية، والبُعد الثقافي للأطباق السعودية، وأما الخاتمة فبينت أن ما يميز هذه الأطباق التراثية هو أنها أصبحت تؤكل بشكل يومي في معظم مناطق المملكة العربية السعودية، بعكس السابق حيث إن بعض الأطباق تؤكل في الشتاء أو الصيف، والبعض منها زاد للمسافر وللجيش، ومن خلال تتبع البعد التاريخي والثقافي للأطباق الأساسية على المائدة السعودية، نجد أن أغلب هذه الأطباق ترمز للجود وكرم الضيافة.



لا توجد دراسات تناولت الجانب التاريخي والثقافي للأطباق السعودية، وإنما دراسات أتت على ذكر وصفات تلك الأطباق على سبيل المثال: دراسة أنيسة الحلو، سفرة المائدة السعودية (2022م)، كما أن المواقع الإلكترونية لوزارة الثقافة الممثلة بهيئة التراث وفنون الطهي وضعت نبذة بسيطة عن البعد الثقافي والوصفات لأبرز الأطباق السعودية، وفي هذه الدراسة سنسلط الضوء على البعد التاريخي والثقافي للأطباق السعودية من خلال تتبع التطور التاريخي لهذه الأطباق منذ أقدم العصور التاريخية في الجزيرة العربية وصولاً لوقتنا الحاضر، حيث إن معظم هذه الأطباق ترتكز مكوناتها على المواد الخام الموجودة في البيئة المحلية وهي الدقيق بأنواعه والحبوب والسمن والحليب.

وفي ذات السياق ساهم علم الآثار في الكشف عن أهم النباتات والحيوانات والأسماك التي اعتمد عليها العرب القدماء، فضلاً عن طرق تخزين الأطعمة، ونوعية الأواني والأطباق والكؤوس والجرار المستخدمة في الطهي وتناول الطعام، كما وردت في النقوش بعض مسميات الطعام والحرف التي كانت مرتبطة به كالحنّاط والخبّاز وحالب النوق، وإشارات أخرى عن الولائم والمآدب، هذا بالإضافة إلى ما قدمته لنا المصادر العربية الإسلامية المتنوعة التي ساهمت في الكشف عن أنواع الأطعمة وعلاقتها بالمجتمع خلال العصر الإسلامي.

أولاً: التطور التاريخي للطعام والعادات الغذائية في الجزيرة العربية

1. شهدت الجزيرة العربية تغيرات بيئية وجيولوجية أدت إلى تحولات مناخية مؤثرة نتج عنها انتشار الإنسان القديم في الجزيرة العربية، وأبرز هذه التحولات المناخية هطول الأمطار الغزيرة التي أدت إلى وجود غطاء نباتي، فبدأ الإنسان بالتكيف مع البيئة الطبيعية المحيطة به (الحواس، وآخرون، 2020، ص 45،71؛ إنغليس، وآخرون، 2013، ص 71)، وفي تلك المرحلة كانت طرق حصول الإنسان القديم على الطعام بسيطة وبدائية للغاية، فمنذ العصر الحجري القديم كان الإنسان يحصل على طعامه باصطياد الحيوانات كبيرة الحجم، والمنتشرة في معظم أنحاء الشرق الأدنى القديم ومنطقة البحر الأبيض المتوسط، ومن خلال ممارسته الصيد تعامل الإنسان مع الأدوات الحجرية المتوفرة وحاول صناعة أدوات أخرى تفي بحاجاته وتساعد على الاستمرار في الحياة، فاستخدام أدوات حجرية بسيطة، مثل: القاطع الحجري، والسواطير، والفأس المشحودة الوجهين، والسكاكين، والنصال، وغيرها (زارينس، وآخرون، 2001، ص 17).

وخلال العصر الحجري الحديث عاش الإنسان على الصيد والالتقاط مع ممارسة نادرة للزراعة، ومن أبرز مناطق الاستيطان في تلك الفترة من التاريخ جهات الشرق والوسط والشمال الغربي والجنوب، ومنطقة جنوب الجزيرة العربية التي تميزت بمناخ رطب ساعد على نمو النباتات وانتشار الحيوانات، وركز الإنسان في أكله في هذه الفترة على الصيد ورعي الماشية التي يستفيد منها الإنسان في استخراج الألبان وأكل لحومها، واستخدام جلودها وأصوافها في الصناعة، إلى جانب استخدام الثمار المتوفرة من الزراعة البسيطة، فكان الإنسان يأكل كل ما يتوفر لديه ويمكنه أن يسد جوعه (كفاي، 2005، ص 215-216).

كما أن للتنوع البيئي والجغرافي في شبه الجزيرة العربية أثراً كبيراً في وجود الإنسان في هذه المنطقة الشاسعة، حيث مارس سكان الصحراء حرفة الرعي وأخذوا في التنقل والترحال من مكان إلى مكان بحثاً عن مصادر الغذاء، لكن سكان السواحل والواحات والأودية وسفوح الجبال عرفوا الزراعة قبل الرعي، نظراً لقربهم من مصادر المياه، وقد نتج عن نشأة الزراعة حدوث الاستقرار، ونشأة القرى والمدن (كفاي، 2005، ص 75)، ومع مرور الوقت أصبح للإنسان معرفة واسعة بالزراعة والتجارة وبعض الصناعات وتوسع الإنسان في استغلال موارده الطبيعية (كفاي، 2005، ص 96-97).

ومع مرور الوقت أصبحت المجتمعات البشرية تجتمع في مناطق محددة حول الأنهار والينابيع ومصادر المياه بشكل عام، حيث ارتبطت بها مصادر الغذاء، وأصبح الإنسان قادراً على تحديد نوعية الطعام الذي يأكله من خلال التركيز على زراعة محاصيل ونباتات محددة، فضلاً عن صيد أنواع محددة من الحيوانات (كفافي، 2005، ص 124-125؛ زارنس، ص 17)، ولاكتشاف النار واستخدامها، قبل حوالي مليون وخمسمائة سنة. الأثر الكبير في تطور الطعام وطرق الطهي، وتميز الإنسان عن غيره من المخلوقات في إعداد طعامه بالطريقة المناسبة لحياته (كوفمان، 2012، ص 35).

ومع مرور الوقت أصبحت الثروة الحيوانية والنباتية ضرورية للإنسان، مما أدى إلى استقراره ونبت المراعي ونشأت المزارع. وأصبحت لدى العربي القديم أطعمة أساسية تقوم حياته وأنشطته عليها، فظهرت عمليات طحن الحبوب والطبخ والخبز، وصناعة الأواني المستخدمة في الطهي ووضع الطعام، وكانت الحبوب الغذائية من أهم الأطعمة التي تُطحن وتؤكل أو يتم تحميصها على النار أو مزجها مع عناصر أخرى (علي، 1993: 571/7)، وجاءت في بعض النقوش العربية القديمة إشارات إلى مهنة "الحناط" أو بائع الحنطة (أنيس، وآخرون، 1972: 102/1)، مما يدل على مكانتها وأهميتها في المجتمع القديم (الذبيب، 1431: 680/1).

أما بالنسبة للخبز فكان يصنع من مختلف الحبوب، مثل القمح، والشعير، والذرة، ولم يكن جديداً على العرب والجزيرة العربية، نظراً لقدم معرفته وصنعه في العالم القديم (العمد، 1992، ص 28)، ومنه الخبز الغليظ والناشف واللين، ومنه ما يضاف إليه السكر، لكن الخبز المصنوع من القمح يعد من أجود أنواع الخبز وأغلاها ثمناً، فصار خبز الأغنياء، أما ذلك النوع المصنوع من الشعير أو الذرة فهو خبز الأعراب والفقراء (علي، 1993: 753/7).

كما يمثل الخبز همزة وصل بين اهتمامات ومجالات الإنسان المختلفة، الاقتصادية والسياسية والاجتماعية والصحية (كونيهان، 2012، ص 54)، وعلى الرغم من أن "الخبز" مرادف للحياة في كل الحضارات تقريباً مع اختلاف شكله ولونه ومذاقه من مكان إلى آخر، فإنه يبقى رمزاً واحداً في التراث والعادات والتقاليد الاجتماعية منذ آلاف السنين، وحينما أدخل الإنسان البدائي الحبوب في النظام الغذائي، واستقر وشرع في الزراعة، فإن القمح كان أولى مزروعاته، ومن المرجح أن يكون المزج بين تلك الحبوب المبللة وسحقها بقلاب خشن بواسطة بعض الأحجار لتصبح كالعصيدة قد ظهر بالصدفة؛ فبعد أن تعرضت تلك العجينة لحرارة النار أو الشمس فوق الأحجار، باتت متماسكة وصالحة للأكل فيما بعد، وهكذا ظهر "الخبز"، (McGee, 2004, P 896)، وبمرور الوقت عرف الإنسان أنواعاً متعددة من الخبز منها الخبز المرمود، وخبز الحمر، وقرص الجمر، وخيزة المقناة، وخبز الميفا، والمقشوش، والملة وغيرها من الأنواع التي تطورت منذ القدم حتى العصر الحديث.

وقد اغتنم العرب القدماء ماشيتهم المستأنسة من خلال تناول لحومها، فأكلوا لحوم الإبل والأغنام والماعز والضب والأرانب، لكنهم أكثر ما كانوا يفضلون لحوم الإبل، ومن ناحية أخرى فللماشية أهمية كبيرة في استخراج الحليب وشربه وإعداد الجبن منه، ويعد شرب اللبن مع تناول التمر من الوجبات الغذائية المهمة خاصة في عصر ما قبل الإسلام (الألوسي، د.ت: 380/1، 381).

بصورة عامة اهتم الإنسان منذ القدم بالقيمة الغذائية العالية لمكونات طعامه الأساسية في الجزيرة العربية التي انتشرت في العديد من أجزاء المملكة العربية السعودية الحالية، وقد ارتكزت هذه المكونات على المواد الخام المتوفرة في البيئة المحيطة مثل الحليب والحبوب بأنواعها، والسمن والعسل والتمر. وتاريخياً فإن طعام أهل الحضر يختلف عن طعام أهل البادية، فطعام الحضر متنوع خاصة من كان منهم على اتصال بالفرس والروم، حيث تأثروا بأنواع مختلفة من الأطعمة التي كانت سائدة في هذه البلاد، والتي تمثل القوى العظمى المعروفة قبل ظهور الإسلام، أما طعام البادية فيتكون من عناصر محدودة، وذلك لاقتران حياتهم على مناطق ضيقة، وعدم احتكاكهم بمجتمعات أخرى (صالح، 1988، ص 85-89).



وقد تمت المصادر المسيحية أيضًا إشارات إلى الطعام في الجزيرة العربية قديمًا، خاصة عند البادية، فكان القديس جيروم الذي عاش في أواخر العصر القديم المتأخر (347-419م) أحد المُعلقين المؤلفين على عادات العرب القديمة، وقال إنهم يستمدون قوتهم من الحليب واللحوم، وهي صورة نمطية شائعة في الأدب القديم (Fisher and woods, 2025, 287-288). وفي سيرة القديس مالخوس التي كتبها جيروم، تحدث مالخوس عن أسره في الصحراء على يد بعض الأعراب، وأشار خلال روايته إلى نوع الطعام الذي كان يتناوله دائمًا عندهم: "كان اللحم نصف المطبوخ هو طعامنا، وألبان الإبل هي شرابنا، وقد واصل تناول الجبن والحليب الطازج" (Jerome, 2025, 10.2-5.3.4). والعناصر الأخرى المثيرة للاهتمام في حياة القديس مالخوس هي الخيارات المتعلقة بالغذاء في الجزيرة العربية، ويبدو أن تناول الجبن والحليب و"الطعام نصف المطبوخ كان أمرًا مدهشًا له، إلا أنه من خلال التلمود البابلي، يتبين أن مثل هذا الطعام نصف المطبوخ" قد يعكس في الواقع اختياريًا مشروعًا للنظام الغذائي الصحي" (Weingarten, 2005, p. 180-181).

ثانيًا: الأطباق السعودية بين الماضي والحاضر

اشتهرت العديد من الأطعمة المطبوخة في بلاد العرب قديمًا، ومن أهمها مجموعة الأطعمة التي يدخل في طبخها الدقيق واللبن والماء، ومنها "السخينة" التي تحضر من الدقيق، و"الحريقة" التي تصنع أيضًا من الدقيق بعد خلطه بالماء أو اللبن ثم طبخه، وهي نوع من الطعام أكثر سماكة من السخينة بسبب عجنها مع اللبن ومن ثم طبخها، كما يدخل الدقيق واللبن في طبخ "الحريرة"، وهناك أيضًا "الصحية"، و"العذيرة"، و"الرغيفة"، و"الأصيلة"، وكلها أنواع من الأطعمة التي تعتمد على خليط من الدقيق واللبن مع إضافة التمر إلى هذا الخليط، كما يدخل التمر في إعداد "الرغيفة" وهي عبارة عن حلبة يتم خلطها وإغراقها باللبن وهي تُقدم للمرأة النفساء وبعض المرضى (الألوسي، د.ت، ص 382-383).

وهناك مجموعة من الأطباق الأخرى التي يدخل في طبخها العسل مثل "التليينة" التي تعد أيضًا من الدقيق أو النخالة مع إضافة العسل، وسميت تليينة لأنها تشبه اللبن في بياضها، وهي من الأطعمة التي ما زالت تؤكل إلى الوقت الحاضر وبنفس المسمى، وتقدم عادة في العزاء، كما عرف العرب أيضًا أكل "العكيسة" وهي عبارة عن لبن يُصب عليه الشحم المُذاب، كما يدخل الشحم كذلك في طهي "الخزيفة" بعد إذابته في الماء وخلطه جيدًا مع الدقيق، أضف إلى ذلك طبق "الوليفة" التي تعد أيضًا باستخدام الدقيق واللبن مع إضافة السمن إلى هذا الخليط، وهناك "الحساء" الذي يطبخ من الدقيق والماء والسمن، كما استخدمت اللحوم في الطهي بدرجة كبيرة، ومن ذلك طهي "الوشيقة" التي تصنع من اللحم بدرجة كبيرة، و"الخزيرة" التي هي عبارة عن قطع صغيرة من اللحم توضع في الماء والملح على النار، فإذا نضجت يضاف إليها الدقيق، فإذا طبخت بدون لحم تسمى "عصيدة" (الألوسي، د.ت، ص 382-383).

كما عرف العرب بعض أطعمة الشعوب المجاورة بسبب الاختلاط بهم، من خلال حركة التجارة، ومن هذه الأطعمة على سبيل المثال "الفالودج"، وهو من الأطعمة الفارسية التي عرفها العرب، وقد ذكرت كتب الأخبار أن عبد الله بن جدعان هو من جلب هذا النوع من الأطعمة إلى شبه الجزيرة العربية ومكة تحديدًا (علي، 1993: 7/582).

ومع مرور الزمن استمرت المكونات القديمة السابقة على الرغم من ظهور مكونات جديد أثرت المطبخ السعودي بشكل كبير، على أن أهم ما يميز المطبخ السعودي ويجعله متفردًا هو تباينه الجغرافي إذ يضم ثلاث عشرة من "المناطق المركزية"، حيث إن كل منطقة لها طبقها التراثي الخاص الذي تتميز به، والأجمل من ذلك انتشار هذه الأطباق بين أفراد المجتمع السعودي بشكل عام، فالطبق المميز لكل منطقة يعد معروفًا في المناطق الأخرى في المملكة، ويحكي قصته منذ تحضيره إلى أن يصل إلى الشكل النهائي ومن ثم المائدة.



ومما يميز المجتمع السعودي أيضاً مرونته وتقبله للثقافات المحلية والإقليمية والعالمية، أضف إلى ذلك مستوى الوعي العالي للمجتمع وقدرته على أخذ ما يفيد؛ مما يساعد على تطور ذاته وبلده، وقد ترتب على ذلك أن بات في المملكة العديد من الأطباق الفريدة المميزة، فالمجتمع في المملكة يمتلك لغة ثقافية مشتركة وثوابت تاريخية عريقة، وتراثاً مركباً متميزاً متنوعاً من شمالها إلى جنوبها ومن شرقها إلى غربها مروراً بوسطها. ويعد الجريش والمقشوش من الأطباق الشعبية ذات الصلة المباشرة بالموثوث الثقافي، أضف إلى ذلك أن لهما أبعاداً ثقافية وامتداداً تاريخياً يعود لفترات مغلقة في القدم، وعلى الرغم من تطور أساليب الطهي وظهور مقادير ومكونات وأطعمة جديدة، إلا أنهما ارتبطا بثقافة ومجتمع المملكة منذ القدم وصولاً لوقتنا الحاضر. ونظراً لهذا البعد التاريخي والثقافي اعتمد الجريش طبقاً وطنياً، والمقشوش حلوى وطنية.

ثالثاً: مبادرة روايات الأطباق الوطنية وأطباق المناطق

وفي هذا السياق أطلقت وزارة الثقافة ممثلة بهيئة فنون الطهي مبادرة روايات الأطباق الوطنية وأطباق المناطق، التي تهدف إلى حفظ وتوثيق وصفاً هذا التراث التقليدي في كافة أنحاء المملكة، وقد اختيرت تلك الأطباق وفقاً لمعايير محددة بالتعاون مع إمارات المناطق لإبراز القيمة الثقافية والتراثية والأهمية التاريخية لتلك الأطباق.

ولذلك يمكن تسليط الضوء على العديد من المأكولات الشعبية ذات الصلة المباشرة بالتراث السعودي لامتدادها التاريخي والحضاري ولقدوم وجودها في المائدة السعودية واستمرار بقائها إلى الوقت الحاضر.

الأطباق الوطنية:

أولاً: طبق الجريش

الجُرْش والجريش والجراش هو الخشن من الحبوب (العبودي، 2010: 387/3)، والجريش يُتخذ من لباب القمح (الفرايدي، دت: 35/6)، وهو بالأصل حَب؛ لكنه مطحون (العثيمين، 2008: 408/8)، فهو دَقِيقٌ فِيهِ غِلَظٌ (الزبيدي، 2001: 103/17)، والجريش بصفة عامة عبارة عن حب يُطحن طحناً خشناً ليس دقيقاً بحيث يتكسر، وهو الحبوب المدقوقة دقاً غير ناعم وليست المطحونة كلياً، ثم بعد ذلك يطبخ على مرق من لحم أو غيره؛ فيسقى: جريشاً، ويسقى أيضاً: هريسة. وأحياناً يجعل معه شيء من الحلوى فيوضع عليه سكر أو نحوه حتى يكون له حلاوة (العثيمين، 2008: ص 8، 416)، ومنها جاء اسم المجرشة أو الجاروشة، وهي الآلة التي تدق القمح فتصنع منه جريشاً (دوزي، 1979: 2/186؛ كراع النمل، 1988، ص 87).

إن طبق الجريش الذي يرتبط بالثقافة العربية منذ القدم، قد جاء ذكره في كتب التراث العربي حيث تمت الإشارة للسيدات اللاتي كن يعملن على طحن القمح يدوياً باستخدام المجرشة الخشنة (ابن ميمون، 1932، ص 48)، التي تعمل على تجريش الحبوب وتحولها إلى الدقيق. وكان طبق الجريش قديماً في الجزيرة العربية يقدم كقربان للآلهة في الطقوس الدينية (ولكنز، وآخرون، 2017، 176)، كما كانوا يعدون الجريش أيضاً للجنود أثناء الحروب (ولكنز، وآخرون، 2017، ص 315)، أو في حالات الحصار، أضف إلى ذلك أنهم استعملوه كطعام أثناء السفر والترحال (ولكنز، وآخرون، 2017، ص 53).

وكشفت كتب الحسبة الإسلامية طرق كشف الغش والتدليس في بيع الجريش؛ فيقول المحتسب ابن الأخوة في كتابه (معالم القرية في طلب الحسبة): "الْجَرِشُ وَعَلَامَةُ غِشِّهِ أَنَّ الْمُغْشُوشَ بِالرَّمْلِ وَالرَّيْتُ الْحَارَ يُعْرِفُ ذَلِكَ بِالْغُرْزِلَةِ، فَإِنَّ الْجَرِشَ وَالرَّمْلَ يَطْلُعُ فِي أَعْلَى الْغُرْزَالِ، وَأَيْضاً إِذَا أُخِذَ مِنَ الطَّيِّبِ السَّالِمِ مِنَ الْغِشِّ قَدَحٌ وَوُزِنَ، وَأُخِذَ مِنَ الْمُغْشُوشِ قَدَحٌ وَوُزِنَ كُلُّ عَلَى جِدَّتِهِ؛ فَيَظْهَرُ ثِقَلُ الْمُغْشُوشِ" (ابن أبي زيد، 1990، ص 226).

وقد كان يتم تحضير الجريش في المناسبات المختلفة، خاصة في شهر رمضان المبارك والأعياد المختلفة وبالتحديد في عيد الأضحى، ففي عيد الأضحى وعندما تكثر الذبائح واللحوم يتم إعداد الجريش حتى يتناوله الكبار والصغار، كما ارتبط هذا



الطبق بالمناسبات الاجتماعية المختلفة وحفلات الزفاف. وتشتهر بالجريش عدة مناطق بالمملكة، وفي مقدمتها المنطقة الوسطى، فالنساء عادةً ما يعملن على إعداد "طبق الجريش" ويستخدمن الهاون أو المهرز لتحويله إلى طحين من أجل استخدامه في الطعام عن طريق تحضيره من القمح الصلب المكسر المعروف شعبياً بـ(القيبي)، ويضاف إليه العديد من المكونات مثل مرقة اللحم والبهارات ويوضع على نار هادئة ليبقى مثل الهريس، ويحرص سكان المنطقة الوسطى على تناوله لتزويدهم بالدفء في البرد القارس (العبودي، 2010: 6/298، 7/64).

وقد تناول "طبق الجريش" العديد من الرحالة والمستشرقين الذين زاروا الجزيرة العربية، ومنهم الرحالة وليم جيفرد بلجريف William Gifford Pelgrave، وكذا أبو محمود إلياس (ت 1888م) الذي كتب عن الجوف وسكانها وطعامها وذكر الجريش واعتبر تقديمه من الكرم الحائمي الذي وجده من أهل الجوف، فقد انهالت عليهم الدعوات من كل من عرفهم، فإضافة إلى القهوة المعتادة والتمور التي تُغمس في الدهن، كانت هناك الكثير من الدعوات الموجهة إليهما لتناول طعام العشاء الذي يحين وقته في الجوف قبل مغيب الشمس، وعادة ما تتكون مادة العشاء من "طبق الجريش"، وهو عبارة عن مسلوقة جريش القمح يضاف إليه الزبد واللحم أحياناً وشيء من صنوف الخضار، والبعض يضيف عليه البيض المسلوقة في بعض الأحيان، ثم يوضع في طبق كبير من النحاس الأحمر تتجمع حوله الجماعة ويأكلونه حاراً (إبراهيم، 2013: 3/101).

أما الرحالة تشالز داوتي Charles Doughty (ت 1926م) فقال عن "طبق الجريش": إنه من الأصناف التي اشتهرت بها الجزيرة العربية، بالإضافة إلى الثريد والرغفان والمقشوش، واعتبر الجريش من أشهى الأطباق التي يمكن أن تتناولها على الغداء، والمطازير التي يطلق عليها القريصان، والمرقوق المكون من الخضار واللحم ورقائق العجين، والكيبيا وهي مكونة من ورق العنب والأرز والخضروات (دوتي، 2009: 2/187).

ارتبط "طبق الجريش" بالمجتمعات في الخليج العربي، حيث كان يعد باللونين الأبيض والأحمر (العبودي، 2010: 4/299)، وكانت المجتمعات -في تلك الفترة من التاريخ- عادةً ما يقدمون هذه الوجبة في حفلات الزفاف؛ حيث تقدم ساخنة للمدعوين؛ باعتبارها الوجبة الرئيسة في هذه المناسبة، ومع مرور الوقت باتت وجبة لها شعبية بين أهالي المجتمعات العربية، بل أكثرها شهرة.

أضف إلى ذلك أن بعض المسافرين يعدون هذا الطبق في أثناء رحلاتهم، إما لسهولة وسرعة تحضيره، أو لإحساس الشعب الذي يدوم معهم في أثناء السفر لفترة طويلة، أو لسهولة حمل مكوناته ومقاديره. ويطهى الجريش من لحم الغنم أو الدجاج مع الملح والزيت أو السمنة واللبن الرائب والبهارات المتنوعة، والبصل الذي يوضع في الزيت مع اللحم ويضاف إليه الملح، ثم يُنقى الجريش ويوضع على المقادير بعد إخراج الدجاج أو اللحم، ويترك على نار هادئة، ثم يضاف إليه اللبن ويترك لينضج مع الكمون، وبعد أن ينضج يوضع على الأطباق، ويضاف عليه البصل المحمر الذي يجمله، وبعض قطع الزبدة أو السمن البري (شير، 2008، ص 89).

وقد انتقل "طبق الجريش" كأكلة من التراث الشعبي في الجزيرة العربية إلى بلاد الشام، وأصبح يُعد بإضافة السمن، وفي العراق يضاف إليه الزبدة والعديد من البهارات المختلفة، ووصل "طبق الجريش" إلى تونس؛ حيث تُجرش حبوب القمح ويعدُّ الطبق الشهير في الخليج العربي (الدبابي، 1996، ص 28).

وانتشرت مفردة "جريش" ببعض اللهجات العربية، وخصوصاً في تونس؛ إذ تستخدم كلمة الجاروشة رديفاً لكلمة النورج، وهي آلة جمع القمح التي يجرها حصاناً لفصل حبوب القمح عن سنبلاته، حيث تربط قطعة مسطحة كبيرة من الخشب خلف الدابة، ويقف عليها شخص لإعطائها الثقل، ويتم الدوران حول الموضع الذي يجمع فيه الحصيد حتى ينجز العمل. كذلك انتقلت إلى تركيا؛ فأصبحوا يعدون للشواء جريش البر المسلوقة (باشا، 2004: 4/975).

و"طبق الجريش" من الأكلات التقليدية التي انتشرت في جنوب الأردن وشرقها بداية القرن 19م، فالمجتمع في تلك الفترة من التاريخ كانوا لا يعرفون الأرز، فكان "الجريش" بمكانة الأرز الذي كان يستخدم لسد حاجات السكان المحليين من الغذاء، وما زال هذا الموروث يستخدم عند بعض الأسر؛ حيث يقومون بإعداد "طبق الجريش" في حفلات الزفاف؛ باعتباره تقليدًا يستحضره الآباء عن الأجداد (موقع رؤيا الإخباري). وانتشر "طبق الجريش" أيضًا في فلسطين، وخصوصًا في مناطق الخليل، حيث يُتناول "طبق الجريش" في صباحات حفلات الزفاف، بحيث يعدُّ وجبة فطور لأهل الزفاف، وفي إيران كانوا يقصدون الأضرحة ويحضرون الأطعمة، خاصة الجريش، ويوقدون الشمع ويختنون الصبيان، ويحلقون لهم، ويقيمون احتفالات المولد النبوي والإسراء والمعراج (الكوراني، 2021: 59/2). وفي ضوء ما سبق ذكره، يعد "طبق الجريش" من الأطعمة التي تستهلك اليوم في معظم الدول العربية.

شكل (1) طبق الجريش



<https://culinary.moc.gov.sa/ar/Culinary-Arts-Lens>، هيئة فنون الطهي مكتبة متنوعة من الصور، ٢٠٢٥/٦/١٣ م.

ثانيًا: حلوى المقشوش

جاء في معاجم اللغة: قَشَّ قَشَّشْتُ، يَقْشُ، اقْشُشْ/قُشْ، قَشًّا، فهو قاشٍ، والمفعول مقشوش، وقَشَّ النَّبَاتُ: يَبِسَ، أو جَفَّ قليلاً (عمر وآخرون، 2008: 3/1816؛ كراع النمل، 1988، ص 629). وقَشَّ القمح: حَشَفَ القمح، أصل القمح يبقى بعد الحصاد (دوزي، 1979: 274/8)، وأكل من هنا وهناك يُقَشَّش. "ولفَّ ما يقدر عليه ممَّا على المائدة واستوعبه قَشَّشَ التَّيْمُ الطَّعَامَ" (عمر، وآخرون، 2008: 3/1816).

والقَشَّ: ما يتخلَّف من القمح والأرز ونحوهما بعد استخراج حبِّه، وما صَغُرَ ودَقَّ من بيبس النَّبَات (عمر، وآخرون، 2008: 3/1816). وقَشَّ الشيء قَشًّا: جمعه، كَسَرَ الصدقة، أكل من هنا ومن هنا، والعامَّة تقول: "قَشَّت المرأة الدار، أي: كنستها بالمقشَّة"، و"قَشَّت الفتاة الطافي على وجه القدر" أي: اغترفته ولا تغترف المرق معه. وقَشَّش: أكل من هنا ومن هنا، والأرض أزال ما بها من شوك، تَقَشَّشَ واقْتَشَّ ما وجد: أكله، والقَشَّ: رديء التمر، والقَشَّيش: اللقطة، والقَشُّوش: الذي يلقط الشيء الحقيقير من الطعام فيأكله. (ابن منظور، 11/12: 108-109؛ كراع النمل، 1988، ص 629)، والقَشَّقَشَّة: نشيش اللحم في النار، والقَشَّقَشَّة: ثمرة أم غِيلان، والجمع قَشَّقَش (ابن منظور، د.ت: 11/12، 109).

وهو نوع من أنواع "الخُبْز" الشعبي في المطبخ السعودي، وقد عُرف في الجزيرة العربية منذ أقدم الحقب التاريخية، يحضر من عجينة دقيق البُرِّ ويُخبز، ثم يوضع على الصاج الساخن، وبعد أن ينضج يُضاف إليه السمن البري والعسل أو الدبس، أو يُؤكل بدون إضافات. ويؤكل "خُبْز المقشوش" في فصل الشتاء أكثر من فصل الصيف، وهو مناسب للأكل والتقديم



في جميع الأوقات والمناسبات، ويؤكل صباحًا فطورًا، ويتناول عند العصر مع الشاي، ويمكن تناوله أيضًا في وجبة العشاء (هيئة فنون الطبخ).

وتشتهر حائل- بلد الأضالة وكرم الضيافة العريقة - "خبز المَقَشُوش" المعروف بصغر حجمه، والمحضر من عجينة الحنطة القاسية، ويُعد على الفحم أو في الأفران، وبعد نضجه يضاف إليه السمن والعسل، أو الدبس والسكر (كنعان، 2018، ص 5)، وللمقشوش فوائد صحية متعددة؛ فهو يعتمد اعتمادًا كليًا على دقيق البُرّ و"الدُخْن" الذي يحتوي على الكثير من الألياف والنخالة، ويزود الجسم بالكمية المطلوبة من الألياف، ويمثل مصدرًا مهمًا للمعادن، وأقل أنواع "خبز المقشوش" جودة هو المصنوع من الدقيق غير المنخول، الذي لم تغسل حنطته قبل طحنها (الرازي، 1887، ص 2)، أما الأغنياء فتناولوا "خبز المقشوش" الفاخر والمُحلى بالعسل والمعد من دقيق القمح، والطبقة الوسطى يحضرونه من خبز الشعير، أما طبقة الفقراء فيتناولونه خبزًا أحمر محضرا من دقيق حبوب برية (جرانسي، 2011، ص 204-205).

و"خبز المقشوش" يبين التقسيم الطبقي بين المجتمعات، ففي بداياته كان طعامًا للفقراء لسد الجوع؛ حيث إن الفقير المعدم لا يحصل إلا على القُشَّاش من الطَّعام (عمر وآخرون، 2008: 1816/3). وأقل أنواع "خبز المقشوش" جودة المصنوع من الدقيق غير المنخول، والذي لم تغسل حنطته قبل طحنها (الرازي، 1887، ص 2).

أما الأغنياء فتناولوا "خبز المقشوش" الفاخر والمُحلى بالعسل والمعد من دقيق القمح، والطبقة الوسطى يحضرونه من خبز الشعير، أما طبقة الفقراء فيتناولونه خبزًا أحمر محضرا من دقيق حبوب برية (جرانسي، 2011، ص 204، 205). وقد أتى على ذكر "خبز المقشوش" العديد من الرحالة والجغرافيين والمستشرقين الذين زاروا المملكة في العصر الحديث في أثناء ترحالهم في الجزيرة العربية، وكانت القبائل العربية عادةً ما تقدم هذا الطبق وجبة للضيوف في أثناء الفطور؛ حيث تقدمه سائحًا للحضور، وأصبحت هي الوجبة الشعبية بين القبائل؛ لسهولة وسرعة تحضيرها.

ذكر الرحالة البريطاني "آرثر جون وافل Arthur John Waffle" (ت 1916م) "الحاج علي الزنجباري" أنه: "في طريق العودة إلى المنزل التقينا بأحد معارف عبد الواحد، وكنا بأمرس الحاجة إلى طاهٍ؛ حيث لم يكن أحدنا بارعًا في الطهي. وأكثر تحضير ما تقات به من بعض الخبز والعسل" (وافل، 2011، ص 96). كما ذكر أنه كان يتناول إفطارًا شهيقًا مكونًا من البيض المسلوق وأقراص الخبز الساخنة "المقشوش" (وافل، 2011، ص 132).

أضف إلى ذلك، ما ذكره المستشرق والرحالة الألماني "البرخت زيمة Zehme Albrecht" (ت 1770م-1870م) في كتابه، فقال: "وفي ذلك الوقت كان الجميع يتناولون الفطور المكون من حفنة من الطحين المعجون في ماء، تخبز على نار تصلحها الأعشاب وروث الجمال، وهذه العجينة تتحول إلى خبز يأكله المرء سائحًا" (زيمة، 1999، ص 128).

كذلك أيضًا، ذكر الرحالة "ماكس فون أوبنهايم Max von Oppenheim" (ت 1946م) قائلًا: "في الساعة العاشرة قدم الفطور الذي يتكون في معظمه من بقايا وجبات اليوم السابق مع العسل والخبز الطازج "المقشوش" (أوبنهايم، 2009، ص 25).

وذكر "ماكس فون أوبنهايم Max Von Oppenheim" (ت 1860-1946م) أن العرب يحضرون الخبز أحيانًا على ظهور الإبل في أثناء السير، فيضعون طبقة مشتعلة من روث الإبل فوق الصباح، ويبسطون أوراق العجين فوق ذلك، ثم يغطونها بطبقة أخرى من الروث المشتعل.

وهناك طريقة أخرى لتحضير الخبز تتمثل في عجن الطحين في إناء بإضافة شيء من الماء، ثم وضع العجين على الرمل الجاف، وضغطه على شكل كعكة مستديرة، ويوضع هذا الرغيف بين طبقتين من الرماد المشتعل حتى ينضج، ويسمى هذا النوع من الخبز "القرص" أو "المقشوش" (أوبنهايم، 2009، ص 165).

وأضاف الرحالة "جيرالد دي غوري Gerald de Gaury" (ت 1984م) أنه كان يتناول الحليب الساخن مع الشاي، والتمر والمشمش والبيض المقلي بالزبدة أو السمن والزيتون، مع الخبز الطري الساخن الطازج "المقشوش" (غوري، 2018، ص208).

ومن الأشعار التي قيلت في "خبز المقشوش" ما أنشده الشاعر سليم عنحوري (2025):

أنابيت الجمال به	بساط اللطف مفروش
يحج إليه أهل الذوق	لا أعمى وأطـروش
فوجهي روض نسرين	بماء الحسن مرشوش
وحدًا في سهام العشق	أهدابي لهـاروش
على خدي إبريز	بمسك الخال مقشوش

وكان من الطبيعي أن يظهر الخبز في ذاكرة المجتمع كثيرًا من خلال الأمثال، فقد كان يضرب المثل برخاء الأسرة التي تجيد سيدتها صنع المخبوزات، ويقولون: "من جت أمه قراصة شبع"، وإذا أرادوا إظهار الاهتمام بالشيء وجودته قالوا: "عط الخبز الخباز ولو أكل نصفه".

شكل (٢) حلوى المقشوش



<https://culinary.moc.gov.sa/ar/Culinary-Arts-Lens>، هيئة فنون الطهي مكتبة متنوعة من الصور، ٢٠٢٥/٦/١٣ م.

وبصورة عامة فطبق الجريش وحلوى المقشوش من الأطباق الشعبية ذات الصلة المباشرة بالمورث الثقافي، أضف إلى ذلك أن لهما أبعادا ثقافية وامتدادا تاريخيا يعود لفترات موعلة في القدم، وعلى الرغم من تطور أساليب الطهي وظهور مقادير ومكونات وأطعمة جديدة، إلا أنهما ارتبطا بثقافة مجتمع المملكة منذ القدم وصولاً إلى وقتنا الحاضر. الأطباق الوطنية:

أولاً: منطقة الرياض

طبق المرقوق

تشتهر المنطقة الوسطى بالمملكة العربية السعودية بثلاثة أطباق شعبية هي: المرقوق (الطبق الخاص بمنطقة الرياض)، والقرصان، والمطازيز. والمرقوق عبارة عن عجينة تحضر من دقيق القمح من خلال طحين البر مع إضافة الملح والماء والزيت والبصل وبعض التوابل، ويضاف اللحم في النهاية إلى العجينة مع بعض الخضروات، وكان قديماً يقدم في فصل الشتاء تحديداً، أما في وقتنا الحالي فيقدم في المنازل كطبق يومي، وفي المطاعم التراثية، وفي المناسبات السعيدة والأفراح.

شكل (٣) طبق المرقوق



<https://culturalhub.moc.gov.sa/ar-> هيئة فنون الطهي مكتبة متنوعة من الصور، ١٣/٦/٢٠٢٥ م.

ثانيًا: منطقة القصيم

وفي منطقة القصيم اعتُمدت الكليجا طبقا خاصا، وهي حلوى معدة من الدقيق والسكر والزبدة، وتعد من الأطباق ذات البعد التاريخي والثقافي، وهي طعام المسافرين والحجاج، ورغم تطور وتقدم الأدوات المستخدمة، إلا أنها ما زالت تقدم وتحضر بالطريقة التقليدية، وتقدم في المناسبات السعيدة والأعياد.

شكل رقم (١٢) حلوى الكليجا



<https://culturalhub.moc.gov.sa/ar-> هيئة فنون الطهي مكتبة متنوعة من الصور، ١٣/٦/٢٠٢٥ م.

ثالثًا: المنطقة الشرقية

وفي المنطقة الشرقية من المملكة العربية السعودية اشتهر الهريس المالح حيث يطبخ اللحم أو الدجاج وينقع القمح في الماء والملح حوالي اثني عشرة ساعة ثم يغلى لمدة ساعتين بعد إضافة اللحم إليه، وهي وجبة منتشرة في الشرق الأوسط لكنها تنتشر أكثر في المملكة ودول الخليج، وهي تعرف كذلك بالهريسة أو سيد المائدة (البغدادي، 2014، ص 94)، والطبق المعتمد في المنطقة هو الأرز الحساوي وهو نوع من الأرز يزرع في المنطقة وتشتهر به ويتميز باللون الأحمر، ويطبخ باللحم أو الدجاج، ويرمز للضيافة والجود والكرم، ويقدم للمرأة النفاس لمدة أربعين يومياً، لما يتصف به من قيمة غذائية.

شكل رقم (٤) طبق الأرز الحساوي



<https://culturalhub.moc.gov.sa/ar-> هيئة فنون الطهي مكتبة متنوعة من الصور، ١٣/٦/٢٠٢٥ م.

المنطقة الغربية:

أما المنطقة الغربية فاشتهرت بالثريد وهو عبارة عن لحم مقطع يغلى في الماء مع البصل أو نوع من المواد كالحمص مثلاً، وبعد نضجه يثر الخبز فيه ويوضع عليه المرق، وكان من الأطعمة المحبوبة عند العرب ويرجع تاريخه إلى عصر ما قبل الإسلام، وله عدة أسماء منها الشخشوخة والصالونة والتشريبة (علي، 1993: 577/7)، كما عرفت الحيسة أو الحيس في مكة المكرمة والمدينة المنورة، وهي عبارة عن خليط دون مقاييس للتمر والسمن والدقيق.

رابعاً: منطقة مكة المكرمة

عرف السليق في منطقة مكة المكرمة وهو طبق من الأرز الأبيض المطبوخ مع مرق اللحم أو الدجاج، ويمثل جزءاً من ثقافتها، وهو رمز للكرم والضيافة الأولى للملوك والحكام والقادة، وهو إلى الآن يقدم في المناسبات الكبيرة والاحتفالات العائلية (Fitzpatrick, Adam, 2014, P.215-216)، ويقدم أيضاً كطبق يومي على المائدة السعودية، وهو من الأطباق المعروفة في منطقة الطائف، ومنها انتقل إلى مكة حيث أضافوا عليه بعض المقادير مثل الحليب والمستكة، وسماه أهل مكة بالرجل الصالح، أو أبيض الوجه، لعدم وجود أي إضافات مكونة مؤثرة على لونه الأبيض، واعتمد طبخاً خاصاً بمكة المكرمة نظراً للبعد التاريخي والثقافي، حيث إن مكوناته استخدمت منذ العصور القديمة، وإن تباينت المسميات إلا أن المكون ظل محافظاً على ثباته وأصالته.

شكل (٥) طبق السليق



<https://culturalhub.moc.gov.sa/ar>، هيئة فنون الطهي مكتبة متنوعة من الصور، ١٣/٦/٢٥ م.

خامساً: منطقة المدينة المنورة

الأرز المديني

اعتمد الأرز المديني المعد الذي يبطخ بطريقة خاصة الطبق الخاص بمنطقة المدينة المنورة، ويمتاز بأن الأرز أبيض، يحضر بأن يوضع فوقه اللحم، ويضاف عليه الهارات التوابل مثل الزعفران والقرنفل والكزبرة وغيرها، والسمن البلدي، والبعض يضيف عليه ماء الورد.

شكل رقم (١١) طبق الأرز المديني



<https://culturalhub.moc.gov.sa/ar>، هيئة فنون الطهي مكتبة متنوعة من الصور، ١٣/٦/٢٥ م.

سادسًا: منطقة تبوك

وفي منطقة تبوك شمال غرب المملكة تعد الصيادية طبقًا خاصًا، وهذا الطبق مكون من السمك والأرز البني الذي أخذ لونه من البصل الأحمر المحمص، والصيادية وجبة رئيسية على المائدة السعودية يوم الجمعة، وتحديدًا في منطقة غرب وشمال غرب المملكة، ويمكن تناولها أيضًا في المناسبات المختلفة وفي أي يوم من أيام الأسبوع.

شكل (٢٠) طبق الصيادية



<https://culturalhub.moc.gov.sa/ar->، هيئة فنون الطهي مكتبة متنوعة من الصور، ١٣/٦/٢٠٢٥ م.

سابعًا: منطقة جازان

عرف المغش في جازان وهو طبقها الخاص بها، وهو اللحم الذي يطهى في إناء مصنوع من الحجر والبعض يضيف عليه الخضار، وقد تعددت الصناعات الحجرية التي تتعلق بالقدرور والأطباق والمغارف والكؤوس والأزيار، وأجادت المجتمعات في جنوب المملكة صناعة قدرور الطهي الحجرية؛ بسبب توافر الأحجار المناسبة والصالحة لصناعتها، كما تميزت هذه الأدوات بمجموعة من الزخارف الهندسية المستوحاة من البيئة المحلية التي تعكس ثقافة المجتمع.

شكل رقم (٦) قدر المغش



شكل (٧) قدر المغش داخل الميفا



<https://culinary.moc.gov.sa/ar/Culinary-Arts-Lens>، هيئة فنون الطهي مكتبة متنوعة من الصور، ١٣/٦/٢٠٢٥ م.

شكل (٨) طبق المغش



<https://culturalhub.moc.gov.sa/ar>، هيئة فنون الطهي مكتبة متنوعة من الصور، ١٣/٦/٢٠٢٥ م.

شكل رقم (٩) قدر من الحجر يسمى البرمة



شكل رقم (١٠) أبريق شاي مع قاعدة وأكواب مصنوع من الحجر، يستخدم لتقديم الشاي، ويمتاز بحفظ الحرارة.



ثامناً: منطقة عسير

اعتمد الحنيذ طبقاً خاصاً بمنطقة عسير، وهو لحم يطبخ بطريقة خاصة في حفرة تحت الأرض، وفي وقتنا الحالي استخدم البعض البراميل النحاسية في إعداده في حال تعذر الحفرة، ويقدم للضيوف كرمز للضيافة والكرم.

شكل رقم (١٣) طبق الحنيذ



<https://culturalhub.moc.gov.sa/ar>، هيئة فنون الطهي مكتبة متنوعة من الصور، ١٣/٦/٢٠٢٥ م.

شكل رقم (١٤) الحنيز في حفرة الطهي



<https://culturalhub.moc.gov.sa/ar-> هيئة فنون الطهي مكتبة متنوعة من الصور، ١٣/٦/٢٠٢٥ م.

تاسعاً: منطقة الباحة

وفي منطقة الباحة اعتمد خبز المقناة، المعد من دقيق البر والملح والماء طبقاً خاصاً، ويقدم على هيئة أقراص دائرية كبيرة في المناسبات السعيدة المتبانية والأفراح، ويعد في المنازل بأحجام صغيرة.
شكل رقم (١٧) الخبز المقناة



<https://culturalhub.moc.gov.sa/ar-> هيئة فنون الطهي مكتبة متنوعة من الصور، ١٣/٦/٢٠٢٥ م.

عاشراً: منطقة نجران

وفي نجران اعتمد طبق الرُقش طبقاً خاصاً بها، ويحضر من مرق اللحم وخبز البر الرقيق المقطع إلى قطع صغيرة ثم يصب فوقه المرق واللحم والحليب، وهذا الطبق يقدم في المناسبات على تباينها وفي فصل الشتاء، ويرمز للجود وكرم الضيافة.
شكل رقم (١٩) طبق الرُقش



<https://culturalhub.moc.gov.sa/ar-> هيئة فنون الطهي مكتبة متنوعة من الصور، ١٣/٦/٢٠٢٥ م.

حادي عشر: منطقة الحدود الشمالية

وفي الحدود الشمالية اعتمدت الملية طبقاً خاصاً، وهي عبارة عن أرز يطبخ مع اللبن والملح، مع إضافة السمن.

شكل رقم (١٥) طبق المليحية



<https://culturalhub.moc.gov.sa/ar-> هيئة فنون الطهي مكتبة متنوعة من الصور، ١٣/٦/٢٠٢٥ م.

ثاني عشر: منطقة الجوف

اعتمدت البكيكة في منطقة الجوف طبقا خاصا، وهي عبارة عن خبز معد من نبات السمح والتمر والسمن تمزج مع بعضها إلى أن تتماسك، وتؤكل في فصل الشتاء، وفي وقتنا الحاضر يمكن إعداد هذا الطبق وتناوله في أي وقت.

شكل رقم (١٦) طبق البكيكة



<https://culturalhub.moc.gov.sa/ar-> هيئة فنون الطهي مكتبة متنوعة من الصور، ١٣/٦/٢٠٢٥ م.

ثالث عشر: منطقة حائل

وفي منطقة حائل اعتمد طبق كبيبة حائل طبقا خاصا، ويتكون من الأرز أو التمن واللحم وورق العنب، ويطبخ بمرق اللحم أو الدجاج، ويكثر طبخه في فصل الصيف لتوفر ورق العنب، ويقدم في المناسبات وحفلات الأفراح.

شكل رقم (١٨) كبيبة حائل



<https://culturalhub.moc.gov.sa/ar-> هيئة فنون الطهي مكتبة متنوعة من الصور، ١٣/٦/٢٠٢٥ م.



رابعاً: الأطباق التقليدية الأكثر انتشاراً في المملكة العربية السعودية

بالإضافة إلى ما سبق فهناك العديد من الأطباق الأخرى ذات الصلة بالموثوث الثقافي للمملكة مثل: المشخول وهو طبق من اللحم أو الدجاج المنقوع في الماء والملح مع إضافة الأرز والتوابل، وهناك الشعثة التي هي مزيج من السمن مع التمر والإقط، والعصيدة، والحنيني، وقرص عقيلي، والتماج، والبلاليط، وخبز الحمر، وقرص الجمر، والعبيلة، والفقع أو الكمأ، وحليب الإبل، والخبز المرمود، واللبن المكبي، ومربى الورد الطائفي، والمعدوس، وإدام الرجل، وخبز الميفا، والرواني، والشويطة، وخبز المطحن، وقهوة القشر، والمرس، والمعمول، والأرز بأنواعه (البغداد، 2014، ص 53؛ Fitzpatrick، 2014، P.215-216)، وفي تفصيل بعض هذه الأطباق نذكر على سبيل المثال:

خبز الجمرية: (خبز القرص):

يعد خبز الجمرية من الأطباق الأساسية المخصصة غالباً بوجبة الإفطار؛ لوفرة مكوناته ولقيمته الغذائية التي تساعد على سد الجوع والإمداد بالطاقة لممارسة الأعمال اليومية في حال الرعي أو الترحال والتنقل من مكان لآخر؛ وذلك لسهولة صنعه ووفرة مكوناته، ويقدم في وجبتي الغداء والعشاء، وفي الأعياد مع وجبة الإفطار، ويحضر خبز الجمرية من دقيق البر، والماء، والملح فقط، عن طريق مزج المكونات حتى تصبح عجينة متماسكة، ثم تعجن على شكل قرص دائري ويخبز على الجمر مباشرة، وبعد أن ينضج ينفخ من الرماد والرمل ليُتناول بإضافة السمن المنتج محلياً. أما في وقتنا الحاضر -مع التقدم والتطور- فيحضر خبز الجمرية على النار أو فرن الغاز، كما يحضر من خبز الجمرية عدة أطباق منها: طبق الحنيني والمفروكة.

وقد ((اشتقت تسمية خبز الجمرية من طريقة طهيها؛ لأنه يوضع بداخل الجمر لينضج بالحرارة المنبعثة منه بشكل مباشر دون استخدام أدوات للطهي، أما تسميته بالقرص فهو مأخوذ من شكل الخبزة نفسها؛ حيث إنه يشكل دائرة تشبه شكل القرص)). مقابلة مع ممارسين للعنصر "موضي فلاح السبيعي، عمشاء الدوسري، شيخة القحطاني، الجمعية السعودية للمحافظة على التراث.

طبق المفروك: (الفريك، المفروكة، معفوسة):

تعد وجبة المفروك وجبة أساسية في الفطور طوال أيام الأسبوع، لسد الجوع وإمداد الجسم بالطاقة اللازمة لأداء المهام اليومية، كالرعي والتنظيف والاحتطاب، في العصور القديمة، أما في وقتنا الحاضر فأصبحت مرتبطة بفصل الشتاء؛ حيث يحرص كثير من الشباب على إعدادها أثناء رحلات السفاري في الصحراء أو التخيم في البر، كما تُستخدم حالياً طرق حديثة ومبتكرة في طهي المفروك، كاستخدام الفرن والقصدير والأواني الفخارية بدلا عن الطريقة التقليدية القديمة. ((وسمي بذلك؛ لأن الخبزة الكاملة تُفرك بالأصابع إلى أن تصبح قطعاً صغيرة، ثم يُفرك بها التمر أو البصل، حيث تفرك جميع المكونات باليد، لذلك سميت المفروك))، مقابلة مع ممارسين للعنصر "موضي فلاح السبيعي، لاما سلطان العماني، شيخة القحطاني، الجمعية السعودية للمحافظة على التراث.

وتتكون عجينة المفروك من الماء وطحين البر والملح، حيث يُضاف الماء إلى الطحين مع الملح بالتدريج، إلى أن تتجانس العجينة، وبعد أن تبدأ العجينة بالتماسك، تُفرد بحيث تكون دائرية على هيئة قرص سميك بارتفاع 2 سم تقريباً، ثم توضع هذه العجينة على مجموعة من الجمر، ثم يوضع فوقها الملة (التُّراب الحار)، ثم تبدأ العجينة بالاستواء، حيث تأخذ مدة 30 إلى 40 دقيقة لتستوي، وبعد استواء المفروك، تُبعد الملة التي فوقها، ثم تنظف بضرها بعود من الخشب، ثم تفرك باليد لتصبح قطعاً صغيرة، ثم تفرك وهي ساخنة بالسمن حتى تكتسب الطعم والرائحة.



طبق القرصان:

أما القرصان فهو عبارة عن عجينة الدقيق من القمح المطحون الذي يوضع مع الماء والملح ثم تفرد العجينة على شكل قرص كبير لكنه رفيع للغاية ويتم وضعه في صاج وتسويته في النار، ويختلف قرصان أهل القصيم عن قرصان أهل الرياض باختلاف الثقافات، فالأول يستخدم فيه القرصان الرطب، بينما الثاني يستخدم فيه القرصان الناشف، أما عن أكلة المطازيز الأكلة الشعبية الثالثة فهي محببة لدى أفراد المجتمع بصورة عامة وبعض المناطق تسميها القبايط، وهي دقيق البر يخلط بالماء والملح ويعجن ويتم تقطيع العجينة إلى قطع صغيرة ثم يضاف إليها اللحم المطبوخ والخضروات (أطلس الغذاء العالمي، <https://www.alarabiya.net/saudi-today/2025/06/30>).

طبق الحنيبي: (المفروك، قرص حنيبي):

ارتبط طبق الحنيبي بفصل الشتاء؛ ويؤكل خلال اليوم في الإفطار والغداء والعشاء، ويأكله الراعي قبل الخروج للرعي، أو يحضره أثناء الرعي؛ لما تمتاز به مكوناته -مثل التمر والسمن، وخواصها- من الطاقة التي تزود بها الجسم. إذ يُعجن حتى يكون عجينة متماسكة ومن ثم تدفن داخل الجمر، أو فوق المقرصة، ويضاف السمن البري أو الزبدة مع التمر، ثم تفرك حتى تختلط مع بعضها ثم تقدم للأكل، ويفضل أن تؤكل ساخنة في وقتها.

طبق الشعثة:

يحضر طبق الشعثة من الأقط والسمن والتمر؛ بحيث يؤخذ الأقط ويُدق -أي يُفتت- إلى أن يصبح دقة، ومن ثم يضاف إليه التمر والسمن ويعجن حتى تتمازج جميع المكونات بعضها ببعض، وبعض أفراد المجتمع يضيف الطحين أيضاً، وهو طبق حلو المذاق يقدم بجانب القهوة، وعلى سفرة الإفطار في شهر رمضان الكريم أو العيد.

القهوة السعودية:

تُعد القهوة السعودية معياراً من معايير الكرم ومقياساً من مقاييس الرجولة، ومن المشروبات التقليدية ذات الأهمية منذ القدم وحتى الوقت الحاضر، وتقدم القهوة السعودية في جميع المناسبات كحفلات الزواج، وللضيف، ولا تقدم له قهوة معدة مسبقاً وإنما يعدون قهوة جديدة، والضيف عندما يزور أحداً من أقاربه أو جيرانه يضع القهوة أو الهيل في كم الثوب كنوع من الإعانة، وتقدم أيضاً في اجتماع الأقارب والجيران، وتُحضر القهوة من البن المحمص ذي اللون الأشقر ثم تدق في النجر، وبعدها يؤخذ فنجان من البن المطحون ويصب في الماء المغلي ويترك على نار هادئة حتى ينضج ويضاف إليها الهيل والقرنفل، ثم تصب في الدلال النحاسية لتصبح جاهزة للتقديم. والرجال قديماً -دون النساء- هم من يعدون القهوة، بداية من الحمس والطحن ومن ثم إعداد القهوة، وتقديمها للضيف. وبمرور الوقت طرأت في المجتمع السعودي تغيرات في العديد من المجالات، ومن ضمنها مُعدّ القهوة؛ إذ أصبحت المرأة هي من تعدّها، أو تشتريها جاهزة من السوق، وبعض العائلات الغنية أصبح لديهم قهوجي يعد ويقدم القهوة.

والمجال متسع للحديث عن التراث السعودي في مجال فنون الطهي كونه زاخراً وملئاً بالأطباق المتنوعة، لذلك عند الحديث عن هذه الأطباق لا بد من التمييز بين ما هو وافر وبين المنتسب للبيئة المحلية ذي الجذور التاريخية في المنطقة، ولكن المميز والفريد هو استمرارية المكونات الأساسية للأطباق، والتي هي في الأساس مأخوذة من البيئة المحلية.

خامساً: البُعد الثقافي للأطباق السعودية

لم يعد دور الطعام في عالمنا المعاصر يقتصر على استمرارية الإنسان والحفاظ على وجوده، بل تجاوز ذلك إلى المساهمة في تشكيل هوية الشعوب ومكوناتها الاجتماعية والثقافية، وغالباً ما ينعكس البعد التاريخي الممتد لحقب تاريخية



موغلة في القدم على هذه الأطباق، من خلال العلاقة التي تكونت على المدى البعيد بين الإنسان والبيئة، مما يدفعنا إلى القول بأهمية وتربط الأبعاد التاريخية والاجتماعية والثقافية والجغرافية معًا في تشكيل المطبخ السعودي المعاصر.

ومن هنا فقد أدى التنوع البيئي والجغرافي والثقافي في هذه المساحة الشاسعة من المملكة العربية السعودية إلى تنوع كبير في الأطباق والأطعمة، حيث تضم المملكة مجموعة كبيرة من الأقاليم المتباينة ذات الثقافات المتنوعة، وهذا أدى إلى تباين المطبخ السعودي؛ حيث برزت أطباق المنطقة الوسطى، والمطبخ الجنوبي، ومطبخ المنطقة الغربية، ومطبخ المنطقة الشرقية والشمالية، أضف إلى ذلك ساهمت حركة التجارة والانفتاح على العالم المحيط في دخول عناصر غذائية جديدة إلى المطبخ السعودي (الحلو، 2022، ص1؛ البغدادى، 2014، ص106).

وللدين علاقة بالمائدة السعودية، لأن له دورا في تحديد ما يأكله الإنسان من طعام وما يرتبط به من حلال أو حرام، لذا فلا نجد الأكلات المتعلقة بلحوم الخنزير أو اللحوم المحرمة في الشريعة الإسلامية، في هذا المطبخ، (Fitzpatrick, Adam, 2014, P.199-201) الذي ارتكزت مكوناته الرئيسية على التمور والحليب والسمن والحبوب.

وللحج دور في دخول الأرز إلى منطقة غرب المملكة العربية السعودية عن طريق حُجاج آسيا الوسطى وشبه القارة الهندية ومن الممكن أن يكون وصول الأرز إلى المنطقة الغربية أقدم من وصوله إلى المنطقة الوسطى (الحلو، 2022، ص145). وقيل أيضًا إن دخول الأرز إلى المملكة يُنسب إلى حركة العقيلات التجارية التي انطلقت من المنطقة الوسطى وساهمت في تغيير ثقافة الطعام في وسط وشمال المملكة العربية السعودية، مما يضيف للمطبخ السعودي بُعدًا ثقافيًا واجتماعيًا مختلفًا، بالإضافة إلى البعد الديني الذي أشرنا إليه آنفًا، فقد قام تجار العقيلات بجلب أنواع جديدة من الأطعمة من مصر والعراق وسوريا وفلسطين، ولم يكن الأرز معروفًا في المملكة، حتى قام واحد من تجار العقيلات بجلبه من الهند وتوزيعه كهديايا على بعض سكان نجد، وقيل إن أحد التجار المعروفين في ذلك الوقت ويدعى عبد الرحمن بن حمد بن بسم، قد سافر إلى الهند وأحضر معه الأرز عام 1179هـ بعد أن أثار إعجابه، فانتشر بكثرة في الإحساء وغيرها حتى صار من الوجبات الرئيسية على المائدة السعودية (سلسلة المواقع الأثرية، الأكلات الشعبية، دت، ص44).

ومن خلال تتبع البعد الثقافي للأطباق السعودية نجد أن معظم هذه الأطباق أصيلة من ذات المناطق، تكونت بواسطة المواد الخام المتوفرة في كل منطقة، حيث استغل الإنسان القديم كل ما توفر حوله من أجل أن يصنع منه طعامه، وأن يحافظ على استمراريته في الحياة، أضف إلى ذلك تطور تلك الأطباق مع مرور الوقت وظهور مكونات جديدة أيضًا من البيئة المحلية، خاصة مع التغير المناخي، مع المحافظة على المكون الرئيسي، وإلى يومنا هذا تحظى هذه الأطباق باهتمام المجتمع والجهات الثقافية ذات العلاقة العامة والخاصة.

وكل طبق في المملكة العربية السعودية ينفرد بطريقة طهيته ومكوناته. وعلى الرغم من تشابه المكونات في بعض الأطباق، إلا أن طريقة الإعداد تختلف. فقد نجد طبقين بالمكون ذاته لكن بطعمين مختلفين؛ إذ يكون أحدهما مالحًا والآخر حلواً. فعلى سبيل المثال، خبز المششوش مالح، بينما خبز الحُمّر حلو. كما يظهر التشابه واضحًا بين مكونات إعداد طبق السليق وطبق المليحية رغم اختلاف المسعى.

النتائج:

-تعرفنا في هذه الدراسة على أهمية الطعام والتطور التاريخي للأطعمة والعادات الغذائية في الجزيرة العربية، والمملكة العربية السعودية تحديدًا، وبرز من خلالها أهمية البعد التاريخي والثقافي ودوره في تكوين وإثراء المائدة السعودية، ومدى أهمية هذا التطور في تحسين المائدة السعودية على مر العصور.



-تبين من خلال الدراسة أثر الأبعاد الاجتماعية والثقافية والدينية في بلورة وتكوين الأطباق السعودية وتطورها، نتيجة التنوع البيئي والجغرافي والثقافي في هذه المساحة الشاسعة من المملكة العربية السعودية وما ترتب عليه من تنوع كبير في الأطباق والأطعمة، وتشكيل الهوية الوطنية والثقافية من خلال تلك الأطباق.

انتقل "طبق الجريش" بوصفه أكلة من التراث الشعبي في الجزيرة العربية إلى بلاد الشام والعراق وفارس وبلاد المغرب العربي، بل وأصبح الجريش من الأطعمة التي تستهلك اليوم في معظم الدول العربية.

-تناول حلوى المقشوش العديد من الرحالة والجغرافيين والمستشرقين في العصور الحديثة في أثناء ترحالهم في الجزيرة العربية، وهذا يعطينا دلالة على الحضور القوي لطبق "خبز المقشوش"، الذي يقدم في المائدة ساخناً في وجبة الفطور؛ تكريماً للضيوف.

-باستعراض مفردة مقشوش في الدراسة؛ توصلنا إلى أن هذه المفردة لها علاقة مباشرة ببقايا الطعام، وبالطبقة الفقيرة. وبمرور الوقت؛ تفننت المجتمعات في تحضيرها، وباتت طعاماً للفقير والغني على حدٍ سواء، وإنما الاختلاف في المكونات في أثناء التحضير.

-في المملكة العديد من الأطباق التي تستحق أن نسلط الضوء عليها وتغطي معظم المناطق، فكل منطقة من مناطق المملكة لديها طبقها التراثي الخاص، والأجمل من ذلك انتشار هذه الأطباق بين أفراد المجتمع السعودي بشكل عام، لذلك يمكن تسليط الضوء على العديد من المأكولات الشعبية التراثية ذات الصلة القوية والمباشرة بالهوية والتراث السعودي لامتدادها التاريخي والحضاري، ولقدّم وجودها في المائدة السعودية.

-أن الاستثمار الاقتصادي في مجال التراث الثقافي له أبعاد اقتصادية وسياسية وثقافية، تتعلق بجوانب مختلفة على سبيل المثال لا الحصر: في التوظيف حيث سيساهم ذلك في زيادة عدد المطاعم التي تقوم بتقديم هذا الطبق، وزيادة عدد المطاعم يؤدي إلى الحاجة إلى توظيف طباخين ومساعدين لهم وغيرها من الوظائف ذات الصلة المباشرة بطهي الطعام وتقديمه، وتوطيد العلاقات بين الدول من خلال تقديم هذه الأطباق الشعبية التراثية للسياح والزوار وتقديمها أيضاً في المناسبات الوطنية، وفي مواسم استقبال الرؤساء والوفود الخارجية، أضف إلى ذلك تبادل الثقافات بين المجتمعات من خلال الزوار الذين يعودون إلى ديارهم وفي ذاكرتهم مذاق الطعام السعودي الأصيل، والاستثمار في هذا المجال سوف يؤدي أيضاً إلى تنوع الاقتصاد الوطني وتقديمه بصورة عصرية في المطاعم العالمية.

-وفي ذات السياق فإن تسجيل الأطعمة التراثية على قائمة التراث الثقافي غير المادي في منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة "اليونسكو" سوف يساهم في الحفاظ عليها وضمان استدامتها.

-أن ما يميز هذه الأطباق التراثية هو أنها أصبحت تؤكل بشكل يومي في معظم مناطق المملكة العربية السعودية، بعكس السابق، حيث إن بعض الأطباق تؤكل في الشتاء أو الصيف، والبعض منها زاد للمسافر وللجيش.

-من خلال تتبع البعد التاريخي والثقافي للأطباق الأساسية على المائدة السعودية، نجد أن أغلب هذه الأطباق ترمز للوجود وكرم الضيافة.

المراجع:

إبراهيم، ع. (2013). روايات غربية عن رحلات في شبه الجزيرة العربية. دار الساق.

الألوسي، م. (د.ت). بلوغ الأرب في أحوال العرب (محمد بهجة الأثري، ضبط وشرح). دار الكتب العلمية.



- إنجليس، ر. وأنطوني. س. وآندي، ش. وعبدالله، ش. وحسين، م. والهلال، ب. (2020). *التقرير الأولي للأعمال الميدانية في جنوب غربي المملكة مشروع دسبريس منطقة جازان وعسير ١٤٣٤ هـ/ فبراير- مارس 2013م* - الهيئة العامة للسياحة والتراث الوطني. حولية الآثار العربية أطلال. (28)، 71-76.
- أنيس، إ. ومنصر، ع. والصولي، ع. وأحمد، م. (1972). *المعجم الوسيط* (ط.2). انتشارات ناصر خسرو.
- أوبنهايم، م. (2009). *رحلة إلى ديار شمر وبلاد شمال الجزيرة*. دار الوراق.
- باشا، أ. (2004). *موسوعة مرآة الحرمين الشريفين وجزيرة العرب* (مأجدة مخلوف، وحسين مجيب المصري، وعبد الغزير عوض، ترجمة). دار الأفاق العربية.
- البغدادى، م. (2014). *كتاب الطبخ (قاسم السامرائي، تحقيق)*. دار الوراق.
- جرانسي، ب. (2011). *الطعام والمجتمع في العصر الكلاسيكي القديم (علي للو، ترجمة)*. هيئة أبو ظبي للثقافة والتراث (كلمة).
- الحلو، أ. (2022). *سفرة المائدة السعودية*. مؤسسة دار تشكيل للنشر والتوزيع.
- الحواس، ف. والطلحي، ض. ولعرج، ع. وأحمد ع. وعبدالرؤوف، ج. وأبو القاسم، أ. والنواصرة، م. وفياض، س. (2020). *تقرير أولي عن أعمال التنقيب الأثرية بمدينة فيد التاريخية، الموسم الأول 1425هـ/ 2014م* - الهيئة العامة للسياحة والتراث الوطني. حولية الآثار العربية أطلال (28)، 41-60.
- الدباي، س. (1996). *الطبخ التونسي، في ظواهر حضارية من تونس في القرن العشرين*. منشورات كلية الآداب منوبة، تونس.
- دوتي، ت. (2009). *ترحال في صحراء الجزيرة العربية (صبري محمد حسن، ترجمة)*. المركز القومي للترجمة.
- دؤزي، ر. (1979). *تكلمة المعاجم العربية (محمد سليم النعيمي، ترجمة)*. وزارة الثقافة والإعلام.
- الذبيب، س. (1431). *مدونة النقوش النبطية في المملكة العربية السعودية*. دار الملك عبدالعزيز.
- الرازي، م. (1887). *منافع الأغذية ودفع مضارها*. المطبعة الخيرية.
- الرئيسي، م. (2001). *تاج العروس من جواهر القاموس*. المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب.
- زيمة، ب. (1999). *شبه الجزيرة العربية في كتابات الرحالة الغربيين في مائة عام 1770م- 1870م* (غازي عبد الرحيم شنيك، ترجمة). مكتبة الملك عبد العزيز العامة.
- سلسلة المواقع التراثية في المملكة العربية السعودية، عناصر من التراث الثقافي غير المادي في مناطق المملكة، الأكلات الشعبية. <http://aawsat.com/home/article>
- شركة فينشر مورد متخصص في خدمات الطعام للقطاع الخاص <https://fisherandwoods.co.uk>
- شير، م. (2008). *النساء في أمثال الشعوب إياك والزواج من كبير القدمين (منى إبراهيم، وهالة كمال، ترجمة)*. دار الشروق.
- عبد العزيز، ص. (1988). *تاريخ شبه الجزيرة العربية في عصورها القديمة (ط.3)*. مكتبة الأنجلو.
- العبودي، م. (2010). *معجم أسر بريدة، دار الثلوثية*.
- العثيمين، م. (2008). *الشرح الممتع على زاد المستقنع*. دار ابن الجوزي.
- علي، ج. (1993). *المفصل في تاريخ العرب قبل الإسلام*. جامعة بغداد.
- العمد، إ. (1992). *الخبز في الحضارة العربية الإسلامية*. حوليات كلية الآداب. (6)12. جامعة الكويت - مجلس النشر العلمي، الحولية 12، الرسالة (76).
- عمر، أ. وآخرون. (2008). *معجم اللغة العربية المعاصرة*. عالم الكتب.
- غوري، ج. (2018). *رحلة إلى الجزيرة العربية 1935م- 1353هـ* (زيارة الملك القوي عبد العزيز آل سعود- طائر العنقاء العربي (عدنان حسن، ترجمة) دار الوراق.



- كرام النمل، ع. (1988). *المنجد في اللغة العربية* (ط.2). عالم الكتب.
- كفافي، ز. (2005). *أصل الحضارات الأولى*. دار القوافل.
- كنعان، ح. (2018). *التراث السعودي- ثقافة شعب تتوارثه الأجيال*. الإمارات، جامعة العين.
- الكوبراني، ع. (2021). *الجديد في النبي*. دار المعروف.
- كوفمان، ك. (2012). *الطبخ في الحضارات القديمة* (سعيد الغانمي، ترجمة). مشروع كلمة، مدارك.
- كونيمان، ك. (2012). *أنثروبولوجيا الطعام والجسد: النوع والمعنى والقوة* (سهام عبدالسلام، ترجمة). المركز القومي للترجمة.
- ابن منظور، م. (1414). *لسان العرب* (اليازجي وجماعة من اللغويين، تحقيق؛ ط.3). دار صادر.
- ابن ميمون، م. (1932). *الطب القديم* (عوض واصف، تحقيق). مطبعة المحيط.
- موقع رؤيا الإخباري على الرابط التالي: <https://royanews.tv/news/256379>
- هيئة فنون الطبخ. (2022). *أكلنا يوم بدينا*. هيئة فنون الطهي، صدر بمناسبة ذكرى يوم التأسيس.
- هيئة فنون الطهي- مكتبة متنوعة من الصور - <https://culturalhub.moc.gov.sa/ar>
- وافل، آ. (2011). *رحلة الحاج المعاصر إلى مكة عام 1908 م* (ريم بوزين الدين، ترجمة). هيئة أبو ظبي للثقافة والتراث (كلمة).
- ويلكتر، ج. هيل، ش. (2017). *الطعام في العالم القديم* (إيمان جمال الدين الفرماوي، ترجمة). مؤسسة هنداوي.

References

- 'Ali, J. (1993). *Al-mufasssal fi tarikh al-'Arab qabl al-Islam*. University of Baghdad, (in Arabic).
- 'Umar, A., et al. (2008). *Al-mu'jam al-'arabi al-mu'asir*. Alam al-Kutub, (in Arabic).
- Abd al-'Aziz, S. (1988). *History of the Arabian Peninsula in antiquity* (3rd ed.). Anglo Library, (in Arabic).
- Al-'Abudi, M. (2010). *Lexicon of the families of Buraidah*. Dar al-Thuluthiyyah, (in Arabic).
- Al-'Amd, I. (1992). *Bread in Arab-Islamic civilization. Annals of the Faculty of Arts*, 12(6). Kuwait University – Academic Publishing Council, (in Arabic).
- Al-'Uthaymin, M. (2008). *Al-sharh al-mumtī 'ala Zad al-mustaqni'*. Dar Ibn al-Jawzi, (in Arabic).
- Al-Alusi, M. (n.d.). *Bulugh al-arab fi ahwal al-'Arab* (Muhammad Bahjat al-Athari, Ed.). Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, (in Arabic).
- Al-Baghdadi, M. (2014). *Kitab al-tibakh* (Qasim al-Samarra'i, Ed.). Dar al-Waraq, (in Arabic).
- Al-Dabbabi, S. (1996). Tunisian cuisine. In *Civilizational Phenomena in Tunisia in the 20th Century*. Publications of the Faculty of Arts, Manouba, (in Arabic).
- Al-Dhiyab, S. (1431 AH). *Corpus of Nabataean inscriptions in Saudi Arabia*. King Abdulaziz Foundation, (in Arabic).
- Al-Hawwas, F., Al-Talhi, D., Al-'Arj, A., Ahmad, 'A., Abd al-Ra'uf, J., Abu al-Qasim, A., Al-Nawasrah, M., & Fayadh, S. (2020). Preliminary report of archaeological excavations at the historic city of Fayd, First Season (1425 AH / 2014 CE). *Atlat: Annual of Saudi Arabian Archaeology*, 28, 41–60, (in Arabic).
- Al-Hilu, A. (2022). *Saudi dining table*. Tashkeel Publishing, (in Arabic).
- Al-Kawrani, A. (2021). *Al-jadid fi al-nabi*. Dar al-Ma'ruf, (in Arabic).
- Al-Razi, M. (1887). *Benefits of foods and prevention of their harms*. Al-Matba'ah al-Khayriyyah, (in Arabic).
- Al-Zabidi, M. (2001). *Taj al-'arus min jawahir al-qamus*. National Council for Culture, Arts and Letters, (in Arabic).
- Anis, I., Mansur, 'A., al-Suli, 'A., & Ahmad, M. (1972). *Al-mu'jam al-wasit* (2nd ed.). Intisharat Nasir Khusraw, (in Arabic).



- Basha, A. (2004). *Encyclopedia of the Two Sanctuaries and the Arabian Peninsula* (Majda Makhluḥ, Hussein Mujib al-Masri, & Abd al-'Aziz 'Awad, Trans.). Dar al-Afaq al-'Arabiyyah, (in Arabic).
- Counihan, C. (2012). *Anthropology of food and the body: Gender, meaning, and power* (Siham Abd al-Salam, Trans.). National Center for Translation, (in Arabic).
- Culinary Arts Commission. (2022). *Akluna Yawm Badayna*. Culinary Arts Commission, (in Arabic).
- Culinary Arts Commission. (n.d.), (in Arabic). *Image library*. Retrieved from <https://culturalhub.moc.gov.sa/ar>
- Doughty, C. M. (2009). *Travels in the Arabian Desert* (Sabri Muhammad Hasan, Trans.). National Center for Translation, (in Arabic).
- Dozy, R. (1979). *Supplement to Arabic lexicons* (Muhammad Salim al-Na'imi, Trans.). Ministry of Culture and Information, (in Arabic).
- Fisher & Woods Co. (n.d.). *A specialized company in private-sector culinary services*, (in Arabic). Retrieved from <https://fisherandwoods.co.uk>
- Fitzpatrick, C. Adam H. (2014). *Muhamed in History, Thought and Culture*. ABC-CLIO, LLC.
- Gori, J. (2018). *A journey to Arabia 1935 CE / 1353 AH and a visit to King Abdulaziz Al Saud – The Arabian Phoenix* (Adnan Hasan, Trans.). Dar al-Waraq, (in Arabic).
- Grancy, P. (2011). *Food and society in the classical world* (Ali Lallou, Trans.). Abu Dhabi Authority for Culture and Heritage (Kalima Project), (in Arabic).
- Hosawi, S. (2022). Food in the Arabian Peninsula of the theory of challenge and response, *The Journal of Studies in Language, Culture and Society's, JSLCS*. 5(1), 63- 75.
- Ibn Manzur, M. (1414 AH). *Lisan al-'Arab* (Al-Yaziji & group of linguists, Eds.; 3rd ed.). Dar Sader, (in Arabic).
- Ibn Maymun, M. (1932). *Ancient medicine* (Awad Wasif, Ed.). Matba'at al-Muheet, (in Arabic).
- Ibrahim, 'A. (2013). *Western accounts of travels in the Arabian Peninsula*. Dar al-Saqi, (in Arabic).
- Inglis, R., Anthony, S., Andy, S., Abdullah, S., Hussein, M., & Al-Hilal, B. (2020). Preliminary report of fieldwork in southwestern Saudi Arabia: Dispers Project, Jazan and 'Asir regions, 1434 AH / Feb–Mar 2013. *Atlat: Annual of Saudi Arabian Archaeology*, 28, 71–76, (in Arabic).
- Jerome, Life of St Malchus, 4. 5.3 –10.2. Translation by: Fisher,
- Kafari, Z. (2005). *Origins of the first civilizations*. Dar al-Qawafil, (in Arabic).
- Kanaan, H. (2018). *Saudi heritage: A culture passed through generations*. Al-Ain University, UAE, (in Arabic).
- Kaufman, C. (2012). *Cooking in ancient civilizations* (Saeed al-Ghanimi, Trans.). Kalima Project, Madarek, (in Arabic).
- Kura' al-Naml, 'A. (1988). *Al-Munjid fi al-lughah al-'Arabiyyah* (2nd ed.). 'Alam al-Kutub, (in Arabic).
- McGee, H. (2004). *On Food and Cooking: The Science and Lore of the Kitchen* (en inglés) (ed. rev. edición). Scribner.
- Oppenheim, M. (2009). *Journey to the land of Shammar and northern Arabia*. Dar al-Waraq, (in Arabic).
- Roya News. (n.d.), (in Arabic). *News report*. Retrieved from <https://royanews.tv/news/256379>
- Saudi Heritage Sites Series. (n.d.). *Elements of intangible cultural heritage in the Kingdom: Traditional foods*, (in Arabic). Retrieved from <http://aawsat.com/home/article>



- Schipper, M. (2008). *Women in the proverbs of nations: Never marry a man with big feet* (Muna Ibrahim & Hala Kamal, Trans.). Dar al-Shuruq, (in Arabic).
- Wafel, A. (2011). *A contemporary pilgrim's journey to Mecca in 1908* (Reem Buzayyin al-Din, Trans.). Abu Dhabi Authority for Culture and Heritage (Kalima Project), (in Arabic).
- Wilkins, J., & Hill, S. (2017). *Food in the ancient world* (Iman Gamal al-Din al-Farmawi, Trans.). Hindawi Foundation, (in Arabic).
- Zima, B. (1999). *The Arabian Peninsula in the writings of Western travelers (1770–1870)* (Ghazi Abd al-Rahim Shunayk, Trans.). King Abdulaziz Public Library, (in Arabic).
- <https://the-eye.eu/tasra/pages/DavidsWelt/media/30547>.
- Weingarten. (2005). *Labor Law & Due Process*. University of Hawai'i.
- <https://www.hawaii.edu/uho/clear/home/wein.html>.
- Tasteatlas.com; <https://www.alarabiya.net/saudi-today/2025/06/30>. أطلس الغذاء العالمي.
- <https://poetsgate.com/poem.php?pm=150628>

