



غذاهای سنتی اهواز

از زمان تمدن بشری تا ایران امروزی، مجموعه‌ای از مردم به این منطقه حمله کرده‌اند و این منطقه را در معرض آداب و رسوم، باورها، ایده‌ها و غذاهای جدید قرار دادند و همچنین آداب و رسوم و غذاهای ایرانی را به کشورهای خود باز گردانند. بابلیان باستان، آشورها، یونانیان، رومیان و ترکان و عربها تنها معدودی از گروه‌هایی هستند که در فرهنگ ایرانی و غذاهای آن تأثیر داشته‌اند.

به گزارش پایگاه خبری صنعت غذا و کشاورزی (اگروفودنیوز)، ایرانیان باستان کالاهای خود را به تمام نقاط دنیا، به ویژه انار، زعفران و اسفناج می‌بردند، اما این کشور همچنین میزبان بخش عمده‌ای از معامله‌های بین شرق و غرب بود. کالاهای معامله شده از جمله برنج، لیمو و بادمجان اکنون در غذاهای ملی ایران برجسته است.

ایرانی با پخت و پز خاورمیانه بسیار مشترک است، جایی که گندم جزء اصلی است، گوسفند و مرغ زیاد استفاده میشوند و ماست متداول است. یک طعم کاملاً ترش در اکثر غذاهای ایرانی مشهود است و با اضافه کردن لیمو، انار یا پرتقال ترش به دست می‌آید. غذاهای ایرانی اغلب کار برده تا پخته شده و آهسته زمان‌بر است.

افراد هنگام سفر به یک مقصد جدید، از خوردن غذاهای سنتی یا غذاهای محلی لذت می‌برند. اگر جزو این گروه باشید، ایران یک انتخاب شگفت‌انگیز برای تعطیلات بعدی شما خواهد بود.

غذاهای

ملی ایران بسیار متنوع و مغذی است. رژیم غذایی مبتنی بر برنج معمولاً توسط همه افراد در سراسر کشور استفاده میشود. مردم ایران به دلیل آشپزهای عالی محبوب هستند. علاوه بر این، آنچه شما هنگام مسافرت متوجه خواهید شد انواع غذاهای آنها است.

علاوه بر غذاهای سنتی ایرانی که در اقصی نقاط کشور طبخ میشود، بیشتر شهرها و روستاها نوع غذاهای محلی و دستورالعمل‌های غذایی ایرانی خود را نیز دارند. غذاهای فارسی به انواع مختلفی از جمله آبگوشت و دیزی، چلو، خورش و کباب تقسیم میشوند. در اینجا لیستی از بهترین غذاهای اهواز است که هنگام مسافرت به آنجا باید سعی کنید بخورید. خرید بلیط قطار تهران اهواز از علی بابا در این مسیر کار شما را بسیار راحتتر میکند.

خوزستان

دارای انواع و اقسام غذاها است. تنوع شگفت‌انگیز مواد غذایی در

استان جنوب غربی خوزستان
ایران را می‌توان با کشورهای کتل چین، ژاپن و مالزی مقایسه کرد .
کشورهایی که برای
درآمد به توریسم آشپزی تکیه می‌کنند. بلیط قطار تهران اهواز به
شما این امکان را
می‌دهد تا به این شهر بی‌نظیر سفر کنید.

بهترین
رستوران های اهواز را در این مقاله
بشناسید

استان
خوزستان می‌تواند توجه گردشگران علاقه‌مند به غذاهای پرادویه،
دریایی، نوشیدنی‌های
محلی بی‌نظیر و روش‌های متمایز پخت و پز را به خود جلب کند. از این
رو سرمایه‌گذاری
بیشتر در زمینه گردشگری آشپزی می‌تواند وضعیت معیشت مردم را بهبود
بخشد و درآمد قابل
توجهی را برای کشور به همراه آورد.

موارد
زیر فقط برخی از غذاهای محلی خوزستان است:

فلافل و سمبوسه

فلافل
یک غذای لبنانی است که هنگام پخت و پز در آبادان و اهواز بسیار
خوشمزه تر می‌شود.

سمبوسه

همچنین یک غذای خوشمزه است که به عنوان یک میان وعده مورد علاقه مورد استفاده قرار می‌گیرد. لشگرآباد، در نزدیکی رودخانه کارون، مغازه‌های زیادی دارد که غذاها و شیرینی‌های خوزستانی از جمله زولبیا و بامیه، بادمجان سرخ شده، سمبوسه و فلافل را با قیمت مناسب ارائه می‌دهند. بلیط قطار تهران اهواز می‌تواند شما را به این شهر رسانده تا از غذاهای آن لذت ببرید.

فلافل

سرشار از پروتئین، فیبر، ویتامین C، روی، پتاسیم و کلسیم، منگنز، مس، اسید فولیک، آهن و فسفات است، زیرا ماده اصلی آن نخود است.

فلافل

برای کسانی که می‌خواهند از فست فودها لذت ببرند مناسب است و زیاد کالری ندارد زیرا یک ساندویچ فلافل به اندازه همبرگر فقط ۵۰۰ کالری دارد. برای گیاهخواران و کسانی که می‌خواهند میزان مصرف گوشت را کاهش دهند خوب است، زیرا گوشت را به راحتی با فلافل جایگزین می‌کنید. مقدار بالای فیبر موجود در فلافل نیز در کاهش کلسترول مفید است. سفر با بلیط قطار تهران اهواز و خوردن غذاهای خوشمزه آن می‌تواند بسیار خاطره انگیز باشد با خرید بلیط قطار تهران اهواز از علی بابا در این مسیر قدم بگذارید.

ماهی سفور

ماهی سفور که با ترکیبی از سبزیجات معطر، سیر و تمشک پر شده و

سپس در ذغال چوب کبابی میشود، غذایی جذاب در میان غذاهای خوزستانی است.



قلیه ماهی

قلیه ماهی یکی دیگر از غذاهای اهواز است. ماهی ماده اصلی آن است. ابتدا سبزیجات معطر با سیر و پیاز سرخ میشوند و سپس عصاره گیاه ترش و آرد اضافه میشوند. بعداً ادویه‌ها داخل آن مخلوط میشوند. سرانجام، ماهی در مخلوط میشود.

قلیه ماهی یک غذای کمتر شناخته شده است زیرا به طور معمول فقط در جنوب ایران در استان خوزستان تهیه میشود. ماهی سفید را میتوان با میگو در خورش جایگزین کرد که از ترکیب طعم دهنده‌هایی مانند شنبلیله، سیر و رب تمبره‌ندی تشکیل شده است. اهوازی‌ها تمایل دارند که غذاها را به صورت "گرم و سرد" طبقه‌بندی کنند و از آنجا که

ماهی به عنوان سردی در نظر گرفته میشود، قلیه را معمولاً با سیر ترشی که گرم محسوب میشود، برای تعادل در طعمهای تند سرو میکنند. با خرید بلیط قطار از علی بابا در این سایت از سفر به این شهر و خوردن غذاهای خوشمزه آن لذت ببرید.



انواع خرما

خوزستان دارای ۱۰۰ از ۵۰۰ نوع خرما است که در سراسر ایران شناسایی شده است. خرما دارای مزایای سلامتی فراوانی است و توسط گردشگران به عنوان سوغات شناخته میشود. کربوهیدراتهای طبیعی بین ۴۴ تا ۴۸ درصد از خرما را تشکیل میدهند. خرما از نظر فیبر مغذی است و مواد معدنی زیادی دارد. برای از بین بردن کم خونی مفید است زیرا منبع غنی از آهن است.