

塔赫尔·阿米斯拉诺夫  
博士及教授

# 卡拉巴赫美食

阿塞拜疆的文学、文化与艺术底蕴如此丰厚，以至于我们的邻居一直在盗取着我们国家的遗产。不仅仅尼扎米（Nizami）的文学和作品如此，我们的音乐也被亚美尼亚人无耻的窃取了。他们偷走了伟大的作曲家，于泽尔·哈策贝育夫（Uzeyir Hajibeyov）的作品。我们的烹饪料理也被亚美尼亚人觊觎着。他们无所不用其极地将其形容成亚美尼亚式的料理，尽管他们国宴上的菜名全部都是阿塞拜疆语。如果你问一个亚美尼亚人“朵尔玛”是什么意思，他是无法找到答案的。“卡拉巴赫”这个词也一样，对于亚美尼亚人来说，这只是一个词，他们完全无法理解，因为这不是亚美尼亚语中的词语。因此，这种行为让我们非常沮丧，当然，我们必须保护我们的国家与文化遗产。

伊利哈姆·阿利耶夫  
阿塞拜疆共和国总统

2011年4月26日于阿塞拜疆国立科学院的演讲

**卡**拉巴赫料理是阿塞拜疆传统烹饪文化重要的组成部分。它从其它地区汲取了很多灵感，与此同时，也同样对他们产生着影响。卡拉巴赫的烹饪习俗、烹饪术语、民俗故事、菜肴样式、餐饮用具、烹饪技术、节日仪式以及宴会料理与阿塞拜疆其它地区的料理均截然相同。然而，与此同时，卡拉巴赫地区的料理因其独特的气候条件、地理位置与传统习俗，又有着鲜明的地方特征。卡拉巴赫地区离海较远，因此在卡拉巴赫料理中完全不会使用海鱼。与鱼相关的菜肴都是舶来品。卡拉巴赫料理中只使

用淡水鱼，并且基本都是以水煮或炸的形式制作的。卡拉巴赫人认为，“鱼餐”是一种犒劳自己的菜肴，并且算不上是一种严肃的菜品。

在卡拉巴赫某些靠近河或者湖的地区，人们会制造非常复杂的以鱼为原料的菜肴，但是这非常罕见。类似的菜肴有用淡水鱼制作的“Lavangi”、“Gurgut”和“Fish Buglama”（炖鱼）等等。与其他地区不同，卡拉巴赫式Lavangi会使用小扁豆和米饭加以调味。除此之外，馅料还包括土豆、辣椒、芹菜、绿洋葱和野酸梅干。卡拉巴赫式Lavangi另一个与众



不同的特点是，这种鱼是蒸熟的。

“Gurgut”的主要馅料是切碎的除核大果山茱萸果干，并佐以洋葱片，野酸梅干和甜辣椒。Gurgut会被用盐腌制，并添加少许水和黄油，随后用小火烹制30-40分钟。

“Fish Buglama”的方法则多种多样，可以用不同的水果和蔬菜来作为辅料。这种“Fish Buglama”以不同的形式广泛流传在阿塞拜疆各地。

关于巴尔达城附近库拉河中的鱼被运载至卡拉巴赫地区，特别是巴尔达城的记载，首次见于10世纪的阿拉伯旅行家，麦格迪西（Al-Maqdisi）和伊斯塔科里（al-Istakhri）的游记中。他们提

到了不同的鱼的名字，例如kasbuvin”，“tirrikh”，“surmakhi”，“zarogan”和“ishubat”等。

牧羊业在卡拉巴赫地区已有数百年的发展历史。当地的农业有着多样化的定居类养殖业。很大一部分地区都用来种植粮食、甜瓜、葫芦以及园艺。

卡拉巴赫料理会用到阿塞拜疆几乎所有种类的开放式与封闭式火炉：Tandir（一种在土中挖洞，并在洞中放入粘土做成的炉子）、Chala（坑）、Ojag（篝火）、saj（烘烤面包用的铁盘）、烤肉架、bukhari（壁炉）和Kura（鼓风机）。结合当地的烹饪特性，使用不同的炉子也会让食物的味道产生细微的差别。



伊斯兰教对卡拉巴赫料理产生了巨大的影响，特别是在猪肉方面。卡拉巴赫料理不会使用猪肉，在卡拉巴赫当地的市场里，也不会繁殖或是售卖生猪。

考古和历史研究表明，在过去的一千年中，卡拉巴赫的烹饪文化一直维持着传统的方式。在Chalagantapa定居遗址的挖掘表明，不同地质层材料几乎没有任何区别。从Chalagantapa定居地开始形成（公元前5-6世纪）起，古代的居民就

已经习惯于耕作、牲畜养殖、采矿，并掌握了石头和骨头加工技术。

有消息来源表明，卡拉巴赫居民的农业文明程度非常高。在灌溉过的土地上，他们会种植小麦、水稻、棉花和桑葚。米尔扎·贾马尔·贾万希尔（Mirza Jamal Javanshir, 1773-1855）曾在他的著作，《卡拉巴赫历史》中记录道，播种的小麦占该地区收成的20%。大米和小米的收成特别丰富。除此之外，他还记录了当时驯

养了大群的牛、绵羊和山羊。

卡拉巴赫的居民会食用不同的野菜和经过驯化的植物。卡拉巴赫地区的易卜拉欣可汗的维奇尔，杰出的阿塞拜疆诗人、思考者和政治家，莫拉·帕纳·瓦吉夫（Molla Panah Vagif）曾在他的诗中写道：

“好生守卫你们的蔬菜，以及那长满植物的原野 - 香菜、茴香和那新鲜的水芥菜，并精心照顾它们！”

历史学教授Ziyadkhan Nabibayli在他的书中记载了245种野生植物，这些植物只在拉钦地区被用作料理。

卡拉巴赫料理还广泛的使用了果脯，同时也将其作为一种甜点。果脯被用来制作糖煮水果饮料，并会加到手抓饭、汤、肉和其他菜肴中用来调味。在1882年于莫斯科举办的全俄展览会上，由卡拉巴赫可汗的女儿，著名诗人Khurshidbanu Natavan亲手制作，由大果山茱萸果、桑葚和野酸梅干制成的卡拉巴赫果脯被作为展品，展现在世人面前。在游览过阿塞拜疆后，大仲马和画家莫奈曾与这位诗人会面，大仲马还在他的著作《高加索游记》中描绘了这场会见。

阿塞拜疆料理的野酸梅干引入了斯拉夫菜系：在俄罗斯著名作品《治家格言》中，这种食物被称为“levashinki”。

阿拉伯作家郝乌卡尔（Ibn Haukal，九世纪）曾记载，巴尔达的栗子比叙利亚的栗子要更大，产量更多。这也被Hamdallah Qazvini所证实 - 他在他的文章“满心欢喜”（14世纪）中曾如此描述巴尔达：

“那里有各种水果，特别是坚果和栗子，长得比任何其它地方的都要喜人。”



其他阿拉伯旅行家也证实了他的话。阿拉伯旅行者伊斯塔科里（al-Istakhri）在他的《王国之路》（Kitab Masalik al-Mamalik）曾写道：

“如果讲到巴尔达，那么这是一个气候宜人，土地肥沃，土地多产的地方。在离巴尔达只有不到5公里之处，在Addarab镇，就有着无数的花园和种植园，种植甜瓜和各种水果。当地的榛子要比撒马尔罕的榛子更加鲜美，而栗子则比叙利亚的栗子更棒。人们还在此地种植一种水果，叫做Ruchal（即大果山茱萸果）。”

“这里的栗子有黑胡桃的一半大小，尝起来有柿子和榛子的味道。无花果也从Lasub引入了巴尔达。这简直是最好吃的无花果。此外，当地还长有很多无主的桑葚树。”

阿拉伯旅行者麦格迪西 (Al-Maqdisi) 则如此描写十世纪的巴尔达: “巴尔达是一个美好而又漂亮的城市。这是一个让人心情愉悦的城市, 有着许多好看的牧场和两条河流贯穿其中: 当地居民有着珍珠和珊瑚般颜色的面孔, 人们都很慷慨和仁慈。”

“在巴尔达有一种周日举行的集市, 当地人称之为 ‘Kurkiyu’ ... 没有什么比得上这里被人称作 ‘Zukol’ 的水果了。他们还盛产极佳品质的无花果和栗子。”

郝乌卡尔 (Ibn Haukal, 10世纪) 也曾描述过巴尔达: “在巴尔达... 有着很多坚果和栗子, 在大小、口味、整体魅力上远超叙利亚的栗子, 而且他们水果的种类也远比叙利亚的丰盛。他们盛产杏, 大小和 gubeyra 一样。除此之外还有枣仁, 成熟时带有一股甜味。在巴尔达, 无花果被从 lasub 进口而来。他们还有公众可以随意摘取的桑葚树, 这些桑葚树没有主人, 也没有人去卖卖它们。”

在12世纪, 尼扎米 (Nizami) 也说道: “巴尔达是一个多么美妙而又辉煌的地方。在这里, 无论寒冬还是盛夏, 永远都有花朵盛开。”

17世纪的旅行家爱维亚·瑟勒比 (Evliya Chelebi) 记载道: “卡拉巴赫... 一位名叫 Yazdon-gulu 的园丁为我们带来了26种不同的多汁鲜梨。在品尝过 ‘malanja’, ‘abbasi’ 和 ‘ordubadi’ 几种梨子后, 你会感觉嘴中有糖果的味道。这里还有像红宝石一般的石榴。厨师们做饭都很干净, 而且他们全部都是穆斯林。” 在另外一处, 他写道: “在大不里士的掌

控下, 卡拉巴赫包括多个苏丹国。这里的食物和饮料值得称赞。有10种多汁的红宝石颜色的葡萄。樱桃糖浆, 软饮; 18种美味多汁的石榴。当地人大大小小的木瓜也非常出名。”

在他的著作《伊丽莎白波尔省, 印象和记忆》中, 俄罗斯科学家 I. L. Segal 如此描绘了1902年的 Agdam 巴扎(市场):

“货车和推车上装满了一袋袋的谷物面包, 成篮的水果和奶酪。Agdam 市场从1876年起就有了。园艺业, 主要是桑葚种植业, 在 Agdam 的经济成分中占据了重要的地位。”

在卡拉巴赫的伊布拉希姆·哈里汗与俄罗斯帝国 (帕维尔齐贾诺夫将军签署) 于1805年5月14日签订的库瑞克却条约的第六条中写明, 伊布拉希姆·哈里汗同意向俄罗斯军队出售小麦和燕麦。

每个阿塞拜疆人吃饭时, 一个必不可少的食物就是面包。人们在卡拉巴赫会烤制各种类型的面包-库拉马 (kullama), 博兹拉马 (bozlamaj), 坦迪尔 (chudir), 库拉克 (kozlama), 昆巴 (Komba), 拉瓦什 (khamrali), 尤卡 (yukha), 法蒂尔 (fatir), 加林查 (galincha), 马尔蒂利 (maldili), 查帕塔马 (chupartma), 贾德 (jad) 和阿吉特 (ajitma)。

无论寒冬酷暑, 人们最喜欢的面包一直是尤卡: 这种面包薄的像纸一样, 并且可以储存数年。在长途旅行中, 人们会随身携带 saj (烘烤面包用的铁盘), 以便烘烤尤卡。烤好的尤卡会被风干并叠成一摞。在食用前, 人们会往尤卡上边洒水, 以便让它“更鲜活”。信使一般会将尤卡磨成粉, 这样他们可以在骑马时在马上直

接食用，或者像俄式冷面包汤一样，向里边倒入水和切碎的风干肉片来做成汤。

尤卡还被用来制作传统的Durmak或Burmak三明治。当被做成三明治时，尤卡里边会塞入奶酪、干酪、草药或黄油、香肠或是肉片，并被卷成卷状，底部被折起来，以防止馅料漏出或洒出。

人们在发掘卡拉巴赫的Uzarliktapa (Aghdam区) 遗址时，发现了最古老的saj - 它们用陶土制成的。这些saj属于公元前4世纪。在阿塞拜疆全国各地的考古发掘地，人们都发现了各式各样石制和陶制的saj。现在人们则使用铁质的saj。

Saj不仅用来烘烤面包和尤卡非常还用，还可以被用来烘烤jad (玉米蛋糕)、kata和gutabs (塞有肉和其它馅料的细长的面饼)、阿塞拜疆的国民级糕点fasali、kata和其它一些菜肴 - sajichi, govurma和jiz-biz。翻转过来的saj则可以被当成一种平底锅来用。

与其他区域不同，在卡拉巴赫，人们使用Saj来烘烤“拉里尤卡” - 一种多层的尤卡。在做这种尤卡时，尤卡的一面会盖在另一个尤卡上。这种尤卡储存的时间不会特别长，但是却会比普通的尤卡更香更美味。

如果在揉面时加入了牛奶或是糖，就会做成“脆皮尤卡”。一般人们会在节假日做这种尤卡，有时是没有甜味的。

“Lavas”是用saj和tandir制作的。一般在卡拉巴赫的Gubadli, Jabrayil, Zangilan和Fizuli地区，人们会制作这种食品。油酥点心“Komba”则是用tandir制作，或是在



saj下面和炉火灰上面。

一些面粉制品，例如“sudlu churak” (牛奶面包)，“fasali”，“bishi”，“yaglikoka”，“eyirdek”，“keppeche”和“sakkizlik”在卡拉巴赫都很常见。我们希望能着重讲一下“Kata” (撒有蔬菜的扁平的派)。这个派的一边，是切碎的蔬菜和不同的馅料撒在一个卷起一半的薄薄的尤卡上，另一边则会盖住馅料。面饼的边缘随后会被捏在一起，并在saj上双面煎烤。上菜的时候，里边会塞入一块儿黄油，而与菜同时送上桌的还有酸奶。另外一种kata则是gutab。gutab的大小要更小于一点。gutab塞的则是草药、肉、南瓜等等。它们看上去有点像阿塞拜疆式的cheburek (塞有肉馅的馅饼)。但是与cheburek不同的是，gutab不是炸的，而是用不带油的方式烤制而成。这种食品对



于土耳其民众来说非常普遍。在土耳其，这种食物被叫做‘ay(月亮)borek’，在Borchali语中则被称为‘taycharig’，在巴什科尔托斯坦共和国和鞑靼斯坦 - “kystybyy”。

亚美尼亚人也掌握了烹饪这种卡拉巴赫菜肴的方法，但是只是在最近几年才学会。亚美尼亚人将这道菜肴称作“zhingalov hats”。

例如，在这方面，我们在一个名为 analitika. at.ua 的网站上读到，“在2000年4月21日，‘Zhingalov Hats’节开幕式将会在City Cafe都市咖啡馆（莫斯科）召开。Zhingalov Hats”原是一种卡拉巴赫菜肴，在亚美尼亚任何其他地区

的菜系中都没有这道菜肴。然而，阿塞拜疆的全境都会做这道菜，而且整体而言，几乎所有土耳其人又都会做。所以，无论saj还是kata，都与亚美尼亚料理毫无关系，无论亚美尼亚人如何称呼这两个东西，并且由此可以推理出，这道卡拉巴赫菜肴以及卡拉巴赫本身也与亚美尼亚毫无关联。

亚美尼亚语中的 hats (ats, khats)，其词源是土耳其语 (khas, as, khash, ash)，意思是面包或是食物。Zhingal的词源则是khingal或者khangal - 一种用卷起来的薄面饼制作的土耳其菜肴。✿

## 参考文献:

1. A. Sumbatzadeh. 《19世纪的阿塞拜疆农业》，巴库，1958，230页与268页。
2. Gamarshah Javadov. 《在我们农业文化的脚步中》，巴库，阿塞拜疆国立出版社，1960，168页。
3. 《治家格言》，M. Fiction出版社，1991，第320页
4. Mirza Jamal Javanshir. 《卡拉巴赫史》，巴库，阿塞拜疆国立出版社，1959，180页
5. Kh. D. Khalilov. 《卡拉巴赫的Elat世界》，巴库，阿塞拜疆国立出版社，1992，118页。
6. Ziyadkhan Nabibayli. 《Zangazur的皇冠 - Lachin》，巴库，Uniprint出版社，2008，270页
7. Solmaz Maharramova. 《19世纪与20世纪早期小高加索东南地区的物质文化与经济》，巴库，Elm出版社，2007，208页。
8. Tahir Amiraslanov. 《卡拉巴赫料理的明珠》，IRS杂志，2005年第2-3（14-15）期，82-85页
9. S. M. Agamaliyeva. 《论Agdam地区人口食物（基于abdal和gulabli村庄的材料，以及有关阿塞拜疆的伟大十月与考古和人种学科学发展会议的报告，历史研究所（考古学和人种学领域））1987年12月28-29日，114-116页》。
10. 荷尔斯泰因公国使馆团1633、1636及1639年访问莫斯科大公国与波斯游记记录，由使馆秘书Adam O'leary 汇编，Pabel Barsov由德语翻译而来。1870年由俄罗斯皇家历史与古物学会在莫斯科大学出版。大学出版社，1038页+31索引。
11. Evliya Chelebi. 《旅行游记》，第三版，M.，Nauka出版社，1983，376页
12. Hamdallah Qazvini. 《Nuzhat alQulub》，巴库，Nauka出版社，1983，53页。
13. 大仲马，《高加索游记》，巴库，Yazichi出版社，1985，93页。
14. I. L. Segal, 《伊丽莎白波尔省，印象和记忆》，第比利斯，1902，104页。
15. M. A. Karaulov., 《阿拉伯地理学家9、10世纪报告. 高加索编年史. 亚美尼亚和阿塞拜疆》第比利斯，高加索皇家总督出版社，129页。
16. 《阿塞拜疆历史资料》，巴库，阿塞拜疆大学出版社，1989，326页。
17. N. G. Narimanov. M. S. azimov, N. G. Aliyev. 《阿塞拜疆考古与人种学研究集 - 1985年首次向米尔-卡拉巴赫派遣探险队的研究成果》，1985，巴库，Elm出版社，1986，8-10页。
18. Molla Panah Vagif. 《工作》，巴库，Tazichi出版社，1988，192页。
19. Nizami Ganjavi. 《isgandarnam e h》，巴库，阿塞拜疆出版社，1941，256页。
20. Yasar Kalafat. 《食谱：历史 - 民俗传说与文学》集之《伊朗-土耳其民众料理》，伊斯坦布尔，203出版社，848-860页。