



٢٠٢٣

#٥٥

٢أ

التأثيرات الاجنبية في الغذاء اليمني
دراسة في الأطعمة والاعذية الوافدة والممارسات والعادات الغذائية
١٨٤٧-١٩٦٧م

د. امل عبدالمعز الحميري
أستاذ مشارك بقسم التاريخ والعلاقات الدولية
كلية التربية والعلوم الانسانية والتطبيقية
خولان- جامعة صنعاء

التأثيرات الاجنبية في الغذاء اليمني

دراسة في الأطعمة والاعذية الوافدة والممارسات والعادات الغذائية

١٨٤٧-١٩٦٧ م

بحث مقدم للمعهد الامريكي للدراسات اليمنية

إعداد/ د. أمل عبدالمعز الحميري

أستاذ مشارك بقسم التاريخ والعلاقات الدولية

كلية التربية والعلوم الانسانية والتطبيقية –

خولان- جامعة صنعاء

E-mail:amalisland@gmail.com

الملخص:

ستعمل هذه الدراسة على القاء الضوء على منظومة الغذاء اليمني وأنواع الاطعمة في اليمن في الفترة من منتصف القرن التاسع عشر حتى منتصف القرن العشرين وهي المدة الزمنية التي شهدت فيها الساحة اليمنية تحولات سياسية واقتصادية واجتماعية بسبب دخول عناصر جديدة من افراد المجتمع اثرت بشكل مباشر وغير مباشر في نواحي الحياة السياسية والاجتماعية في حواضر المدن بفعل التداخل والتعايش ، ومنهم الانجليز والأتراك العثمانيين والهنود والشوام والافارقة وبعض الطوائف كاليهود والبنانيين وغيرهم ، وتحاول الدراسة معرفة مدى تأثير المجتمع اليمني بالأكلات والاغذية الوافدة بل والممارسات والعادات الغذائية المحلية والوافدة وذلك بدراسة بعض العادات الغذائية المنتشرة في المناطق الحضرية والريفية والمقارنة بينهما والعوامل التي تؤثر في تلك العادات والخصوصية الاجتماعية اليمنية ، وتنبع اهمية الدراسة من كونها تسعى لمعالجة واحدا من الموضوعات المهمة في التاريخ الاجتماعي اليمني في ظل ندرة الدراسات والبحوث المتخصصة في هذا المجال.

كلمات مفتاحية

الغذاء - التأثير الأجنبي - عادات غذائية - مائدة - محاصيل زراعية - وجبات

يعد موضوع الغذاء وطبيعته ومصدره والتأثيرات الخارجية فيه واحداً من المواضيع المهمة في مجال الدراسات الاجتماعية، كونه يلقي الضوء على ثقافة وخصوصية مجتمع ما؛ والأهم من ذلك عندما يكون مؤطر بمدة زمنية لها دلالاتها التاريخية والسياسية والاجتماعية والثقافية ١٨٤٧-١٩٦٧م. وهي المدة التي شهدت فيها اليمن تحولات سياسية خطيرة كان لها أثر كبير في نواحي الحياة الاجتماعية والاقتصادية، ودخول عناصر جديدٍ واندماجها مع المجتمع اليمني بثقافته المجتمعية بفعل التداخل والتعايش، والتي كان الغذاء والممارسات والعادات الغذائية أحد أهم هذه التأثيرات، ابتداءً من دخول محاصيل جديدة وزراعتها وانتهاءً بتشكيل المائدة اليمنية، وتجهيزاتها وتنوعها، طبقاً لما طرأ عليها من تغيرات جراء الاضافات من خلال التأثيرات الخارجية ومع تطور الحياة الاجتماعية في اليمن وزيادة عدد الوافدين من تجار وجيوش وضباط واطباء اترك وانجليز وهنود ومصريين، وعرب شوام وأفارقة ويهود وبانيان^(١) واختلاطهم في المجتمع، والذي أدى إلى تغير المائدة اليمنية وتنوعها بل وتنوع العادات والممارسات الغذائية

كما تسعى الدراسة إلى معرفة مدى تأثير المجتمع اليمني بالأكلات والاغذية الوافدة، بل والممارسات والعادات الغذائية المحلية والوافدة وذلك بدراسة بعض العادات الغذائية المنتشرة في المناطق الحضرية والريفية والمقارنة بينهما، والعوامل التي تؤثر في تلك العادات والخصوصية الاجتماعية اليمنية، وتنبع أهمية الدراسة من كونها تسعى لمعالجة واحدا من الموضوعات المهمة في التاريخ الاجتماعي اليمني في ظل ندرة الدراسات والبحوث المتخصصة في هذا المجال.

أهمية البحث

١- القاء الضوء على منظومة الغذاء اليمني وأنواع الاطعمة في اليمن في المدة من منتصف القرن التاسع عشر حتى منتصف القرن العشرين، وهي المدة الزمنية التي شهدت فيها الساحة اليمنية تحولات سياسية واقتصادية واجتماعية بسبب دخول عناصر جديده بين افراد

^(١) تعني كلمة بانيان تاجر هندي من كاجارات، وكانوا ينتمون إلى كافة المناطق الهندية وقد استقر بالمخا حوالي ٣٠٠٠٠ من البانيان وكمباية وكجرات اثناء ما كان ميناء المخا ميناء رئيسيا لليمن "أرؤى الخطابي: تجارة البن اليمني، ط١، صنعاء المتحدة للطباعة . ٢٠١٠م، ص٧٧-٧٨".

المجتمع أثرت بشكل مباشر وغير مباشر في نواحي الحياة السياسية والاجتماعية في حواضر المدن بفعل التداخل والتعايش.

٢- معرفة مدى اندماج وتقبل المجتمع اليمني للأغذية الوافدة والثقافة الغذائية المختلفة ومدى انخراطها وتكيف المجتمع معها أو ادخال بعض من جوانب الخصوصية اليمنية.

٣- معرفة تطور تلك الممارسات والعادات الغذائية وأصولها وتأثيرها على المجتمع صحياً واقتصادياً واجتماعياً وسلوكياً .

٤- التعرف على بعض الاغذية والمشروبات التقليدية والمحاصيل الراسخة في المجتمع التي لم تتأثر بأي تأثيرات خارجية في مناطق مختلفة من الريف والحضر وأسباب ذلك.

منهج الدراسة

ستعتمد الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، والذي يبرز الآثار الاجنبية على الاغذية في اليمن واصولها ومنبع وفودها في فترات مختلفة كالتركية والانجليزية والافريقية واليهودية ومدى تأثير بعض الجاليات كاليهودية على المطبخ اليمني والبذور التي نقلها الوافدون على جميع الاصعدة ومحاولة تفسير بعض ظواهر تشابه نظم الغذائية في اليمن والبلدان المجاورة مع الاستعانة بدراسات مماثلة والخروج بنتائج وتوصيات.

وقد تم تقسيم هذه الدراسة إلى خمسة مباحث، تناولنا في المبحث الأول الغذاء اليمني في الريف والمحاصيل الزراعية الاساسية، أما المبحث الثاني فقد تطرق إلى أنواع الاغذية المحلية السائدة في القرن التاسع عشر والمؤثرات الاجنبية فيه ومنها الانجليزية والهندية وغيرها. وفي المبحث الثالث تم التطرق إلى المؤثرات الغذائية التركية في عدن. وتم تناول السلوك والعادات الغذائية اليمنية في المبحث الرابع، وفي المبحث الخامس فقد تمت تناوله تحت عنوان اثر الوافدين في ظهور عادات وممارسات غذائية مختلفة، وفيه تناولنا السلوكيات اليمنية والوافدة وتأثر المجتمع بها، كم تم افراد مبحث يتناول نماذج لموائد الحكام والتجار في الحواضر اليمنية. واختتمنا الدراسة بمجموعة من الاستنتاجات والتوصيات.

المبحث الاول: الغذاء اليميني في الريف والمحاصيل الزراعية الاساسية

- المحاصيل الزراعية:

مارس الانسان اليميني الزراعة منذ الالف السادس قبل الميلاد، حيث استقر وأنتج غذاؤه، وقد أسهم ذلك الاستقرار الزراعي المبكر في ظهور القرى والمدن والحياة الحضرية، وبرز مراكز وعواصم المدن. وقد بذل الانسان اليميني جهوداً مضمّنة في سبيل تنمية الأرض واستغلال مياه الامطار والأراضي الزراعية، كما ابتكر التقنيات المتطورة لحفظ المياه، كتشييد السدود وإنشاء الصهاريج والقنوات الزراعية وشبكات الري وبناء المدرجات بشكل هندسي مذهل، كل ذلك ساعد في تطور الزراعة ونهوضها ونمو مختلف الاصناف بتنوع الاشجار والثمار^(١).

قد اطلق اليمينيون القدماء أسماء خاصة بكل شهر بناء على ما يتم زراعته في تلك الأشهر وتسمى بالأشهر الحميرية حسب التقويم الحميري؛ ويعد شهر (ذو الصراب الأول) تشرين اكتوبر أول الشهور الحميرية و فيه يتم حصاد العدس والعتر والحلبة والشعير والبر كما يجنى فيه العسل^(٢)، ثم (ذو الصراب الثاني) يذرى فيه البر والذرة الكبيرة والقطن والدخن^(٣)، ويمنع اكل الملح وحوامض الطعام في شهر شباط فبراير في الثقافة اليمينية الغذائية القديمة والمسعى (ذو الحلة)^(٤) لما له من تأثير سلبي على الجسم حسب المعتقد الغذائي اليميني القديم.

ويزرع أهل تهامة الذرة والبطيخ والقثاء في شهر آذار مارس والمسعى (ذو معون) أما موسم هطول الامطار فيعد من أهم المواسم ويسمى (نيسان ذو النابه المرتجى) و مايو (ذو المبكر) وهو الشهر الذي تدرى فيه الذرة والشام والفواكه أما شهر حزيران يونيو فيسمى (ذي القيص)^(٥) نظراً للحر الشديد إلا انه يعد من أهم الأشهر لنضوج الفواكه فيه، وتحت الثقافة الغذائية

(١) الحسن بن أحمد الهمداني ، صفة جزيرة العرب/ تحقيق محمد بن علي الأكوغ، صنعاء مكتبة الإرشاد، ١٩٩٠م، ص ٩٠.

(٢) الأكوغ، محمد بن علي الحوالي: قصيدة البحر النعامي في الأشهر الحميرية وما يوافقها من أغذية (والنعامي هو من آل ذي نعامه حميري النسب سكن صنعاء وتخرج منها ، وأخذ من أعلامها حتى صار بحراً كما كان طبيباً ماهراً من أعيان الطب

والحكمة في القرن السادس الهجري) مجلة الاكليل العدد ٣٠٤ سنة ١٤٠١هـ، ١٩٨١م. ، ص ٩ - ١٧.

(٣) الأكوغ: المصدر السابق، ص ١٢.

(٤) المصدر السابق: ص ١٣

(٥) المصدر السابق

اليمنية القديمة في طقس هذا الشهر على شرب الحليب وأكل اللحوم لما فيه من فائدة غذائية للجسد تناسب مع ذلك المناخ الحار، عكس الشهر السابع الذي تشتد فيه الحرارة (ذو مذران) والذي ينصح فيه بأكل وشرب كل ما هو بارد، وفي شهر اغسطس المسى (ذو الخراف) فيفضل أكل الثوم واللحم والسمن لوفرتة ووصول كل شئى إلى تمامه وقبل أن ينقضي موسم الخريف يحل (ذو علان) ايلول سبتمبر وهو موسم قطف العنب وفيه ينتهي فصل الخريف^(١).

وقد دلت قصيدة البحر النعامي بشكل قاطع على اهتمام الانسان اليمني القديم بالزراعة من خلال تسمية الاشهر واختياره للأغذية المناسبة والتي يتوافق ظهورها وموسم نضاجها مع احتياجات الجسم من فيتامينات ومعادن يتوافق وبما يسمى في العصر الحديث بمنظومة التغذية العلاجية ومعرفة احتياجات الجسم من اصناف الغذاء حسب المواسم. إن ذلك الاهتمام بالزراعة ومواسمها أدى إلى ظهور ثورة زراعية في جميع المناطق اليمنية، ونتيجة لذلك النهوض الزراعي فقد شهد اليمن تطور اقتصادي عبر تاريخه الطويل، بسبب الحركة التجارية التي كانت تتم بين التجار المحليين والوافدين وكان ذلك من أسباب بزوغ فجر الحضارات القديمة، وعدت اليمن من أقدم مراكز الحضارة في العالم لتوسط موقعها بين أمم العالم القديم، ويتصدر أهلها واسطة العالم للتجارة^(٢).

تتنوع المحاصيل الزراعية في اليمن حسب المنطقة الجغرافية، وقديماً اشتهرت منطقة ظفار بتجارة البخور وزراعة اللبان^(٣) ثم ازدهرت تلك الزراعة وانتشر في انحاء حضرموت ومعظم المناطق الجنوبية، ومنها الشحر التي تفوقت في انتاج اللبان الشحري المميز، وكانت سلعة البخور تحظى بأهمية كبيره ومطلوبة في جميع ارجاء العالم القديم، نظراً لأهمية استعمالها في المعابد والهياكل بسبب كثرة الروائح الناتجة عن تقديم القرابين التي تذبح فيها^(٤)

(١) الاكوع : قصيدة البحر النعامي، ص ١٦.

(٢) قائد، صادق عبده علي : الهوية السياسية والحضارية لليمن في التاريخ القديم وعصر الاسلام، اصدارات وزارة الثقافة، صنعاء ٢٠٠٤م، ص ٢٤.

(٣) منطقة ظفار كانت من أعمال اليمن واصبحت من ضمن اراضي سلطنة عمان (محمد عبد القادر بافقيه : تاريخ اليمن القديم، المؤسسة العربية للدراسات والنشر، ١٩٨٥م، ص ١٧٦.

(٤) زيد علي عنان : حضارة اليمن القديم، الاكليل، العدد ٢، صنعاء، ١٩٨٠، ص ١١٦.

أما جزيرة سقطرى فقد احتلت المرتبة الأولى في إنتاج الصبر السقطري^(١) فائق الجودة، كما تعد المناطق الشرقية والوسطى من اليمن من أهم المناطق الزراعية والتي عرفت في كتب المؤرخين والجغرافيين بسلام الغذاء ونستطيع القول: أن الصنف الرئيسي الذي زرع في جميع مناطق اليمن من شماله الى جنوبه ومن شرقه إلى غربه هو الذرة، كما تعد المناطق الشرقية والوسطى من اليمن من أهم المناطق الزراعية والتي تمتد معظم المحافظات اليمنية بأصناف المنتجات الزراعية، ومنها كسمة وإب.

وقد اعتمدت الحضارة اليمنية في نشؤها وازدهارها على حسن استغلال اليمنيين لميزات بلادهم الجغرافية وتطويع الظروف والمناخ لحسابهم وذلك بإقامة السدود وتطوير أنظمة الري، وتمتلك اليمن قديماً أهم واكبر شبكة ري في الجزيرة العربية بعد اقامتها لاهم السدود مثل سد مأرب وصهاريج عدن لحفظ المياه والاستفادة منها في الري أيام الجفاف^(٢).

المبحث الثاني: أنواع الأغذية المحلية السائدة في ق ١٩ والمؤثرات الاجنبية:

إن دراسة الحياة الاجتماعية لمجتمع ما يتطلب الغوص في جميع المراجع التي كتبت في تلك الفترة على اختلاف اتجاهاتها ومواضيعها، سواء اجتماعية أو أدبية أو حتى تاريخية أو سياسية حتى نستطيع حصر الهوية والخصوصية الثقافية لمجتمع ما؛ لذلك كثيراً ما وقفت هذه الدراسة عند أدب الرحلات والغناء والشعر وكتب السير الذاتية التي تناولت الحياة الاجتماعية والعادات والتقاليد والموروث اليمني الغذائي الذي كان سائداً في فترة القرن التاسع عشر وستتناول ابتداء المؤثرات في المناطق الجنوبية .

المؤثرات الغذائية الاجنبية في عدن

قدمت كتب وأدبيات الرحالة الأجانب وصفاً دقيقاً للحياة العربية بشكل عام واليمنية بشكل خاص لمنظومة الغذاء في القرن التاسع عشر، والتي لم يطلها تغيير كبير عنها في القرون السابقة الا بشكل بسيط وذلك بعد دخول المؤثرات الاجنبية عليها إثر توافد جنسيات غير عربية إلى اليمن بفعل عدة عوامل منها: الرحالة و دخول التجار الاجانب عبر ميناء عدن وتلاها موجة الاستعمار الاجنبي، وعلى إثرها دخلت عدة عناصر منها الانجليز، والهنود

(١) جزيرة سقطرى: من أهم الجزر اليمنية على المحيط الهندي وخليج عدن وتبلغ مساحتها ٢م٣٦٥٠

(٢) نعمان، عبد الله عبد القادرو محمد القدسي: المنشآت المائية وانظمة الري في الحضارة اليمنية القديمة ، ص ٣.

والأوروبيين، والبنانيين، واليونان، والفرس، والإيطاليين، والهولنديين، والفرنسيين، وأخيراً الأتراك العثمانيين، ومما لاشك فيه أن هذه العناصر ستؤثر بشكل أو بآخر في نظم الحياة الاجتماعية واللغوية والعادات والتقاليد بصورة مباشرة وغير مباشرة.

أما بالنسبة للأغذية السائدة في القرن التاسع عشر، فقد كان الاعتماد الكلي على ما تنتجه الأرض حسب كل منطقة زراعية وطبيعتها الجغرافية والمناخية؛ عدا بعض الواردات التي كانت تصل إلى الموانئ اليمنية مثل عدن والحديدة عبر الشركات التجارية، وقد تميزت عدن طوال تاريخها باستقبال أعداد من الجنسيات المختلفة قديماً وحديثاً^(١)، ومثلت "بيئة حضرية ذات موقع استراتيجي متصل بالتأثيرات الثقافية الخارجية"^(٢) حيث شهدت في النصف الأول من القرن التاسع دخول أفواج من التجار بعد أن أعلنت عدن مستعمرة بريطانية وتسبب الانجليز مناصب حكومية مختلفة وتوافد عقبيها التجار البنانيين والهنود^(٣)، وتجدر الإشارة إلى أن تشكيلة المجتمع العدني متنوعة بسبب الرحلات العابرة للتجار والرحالة ولكن كان أولئك التجار نظراً لرحلاتهم الطويلة وصعوبة أخذ عائلاتهم في تلك الأسفار، يلجؤون إلى الزواج من سكان البلاد الأصليين طلباً للاستقرار ليصبحوا بعد ذلك جزء من النسيج العام لعدن^(٤).

وكانت عدن كغيرها من المدن الساحلية تعتمد في وجباتها على منتجات البحر من الأحياء البحرية، ومنها ظهرت عدة مأكولات تعتمد بدرجة أساسية مع ما جلبه التجار الهنود والبنانيون والأفارقة من مأكولات متبلة بالبهارات والتوابل الهندية والشرقية، لذا فالمطبخ العدني متأثر بالثقافتين الهندية والحبشية^(٥) كما أن سكان المناطق ذات المناخ الحار يميلون إلى الأكلة الحارة المتبلة التي تطفئ فيها البهارات ومن أهم هذه الوجبات التي تعود لأصول هندية :

(١) في هذا الصدد يقول ابن الجاور أن غالب سكان عدن عرب مجمعة من الأسكندرية ومصر والريف والعجم والفرس وحضارم ومقادشة وجبالية وأهل ذبحان وزبالع ورباب وحبوش وقد التأم المها من كل بقعة ومن كل أرض فصاروا أصحاب خير ونعم (ابن الجاور، : صفة بلاد اليمن، ص ٥٤)

(٢) العلس، اسمهان عقلاق: المرأة العدنية في كتابات سوزان دلجرجين، كتاب مؤتمر عدن في كتابات الرحالة والمستشرقين، مركز عدن للدراسات التاريخية والبحوث، عدن نوفمبر ٢٠١٩م، ص ١٤٨.

(٣) يذكر أن الجاليات في عدن ابتداء من العام ١٨٣٩م كانت كالتالي: عرب، صومال، يهود، أفغان، مصريون، برتغال، سادة، بنانيون، بهره، هنود، الفرس (الآيرانيون)، Z.H. Kourk، ترجمة/ شفيقه عبد القادر عثمان، ط١، مركز عدن للدراسات والبحوث التاريخية والنشر، دار الوفاق مصر ٢٠٢٠م، ص ٤٥.

(٤) الفسيل، ساميه محمد: عدن نشاطها التجاري والحياة الاجتماعية لتجارها (٥-٧هـ) // (١١-١٣م) رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية بماليزيا ٢٠٠٦م، ص ١٢٨.

(٥) الهدار، صوفيا: المائدة الرمضانية، مجلة فنار عدن الثقافية، السنة الثانية، العدد ٨ فبراير ٢٠٢٢م، ص ٥٣-٥٦.

- (الزربيان والبرياني)، وهي: وجبة تعتمد في الأساس على الارز مع اللحم أو الدجاج متبلا باللبن وبالتوابل والبهار الهندية الحارقة

- (العشار والمطبق والباجيه) وهي عبارة عن خليط القمح أو الدجرة مع البهار والبصل والثوم وجميعها مقلبات بالزيت مثل الكاتلكس والمدريش، والبعض منها يصنع من الدقيق والحمص والبصل وبعض التوابل ويخمر ثنى يقلى بالزيت وهي اطباق لها أصول هندية^(١).

- (بطاط الحمر) وهو طبق من البطاطس المطبوخة بالتمر الهندي والبسباس (الفلفل) الاحمر وتوابل حارة متنوعة .

أما (البرتا) عبارته عن باذنجان مشوي يضاف اليه البصل والطماطم وبعض من قطرات الخل، وهي وجبة يعتقد أن لها أصول هندية^(٢). كما توجد بعض المأكولات الهندية التي أثرت على المطبخ العدني منها اللدو، الجابية، الفرولي، طبخ الرز مع العدس أو الصانونه، وال فول والروتني^(٣)، أما الحضارة الأوربية والانجليزية بالتحديد فيبدو تأثيرها جليا في أنواع الكيك ومنها ماسي ب" انجلش كيك" أي الكيك الانجليزي والذي منتشر بشكل واسع في انحاء اليمن ويرتبط ارتباطا ذهني مع كوب القهوة او الشاي بالحليب واللبن كأفضل وجبة تحلية تقدم للضيوف في فترة ما بعد العصر، مع العلم أن مزج الشاهي باللبن (الحليب) عادة دخلت مع دخول الجاليات الاجنبية الى عدن ومنها الانجليزية^(٤)

إن هذه المأكولات امتد تناولها من القرن التاسع عشر حتى العصر الحالي ويذكر الرحالة الايطالي رينزو مانزوني أثناء رحلته الى اليمن عام ١٨٧٨م، وبالتحديد خلال تواجهه في لحج بأنه مل من أكل اللحم والخبز فقام بعمل وجبة راقته له وللجميع وانتشرت فيما بعد في لحج وعدن، وفي ذلك يذكر قائلا: " أنه طلب قطعة بصل وقام بتقطيعها ومزجها مع عجينة الخبز ليصبح نوعاً جيداً من كعكة البصل تيمناً بما كان يعده فلاحو أوربا مع طحين الذرة الصفراء وقد لقي ذلك استحسانا كبيرا، حتى أنني سعدت بعد سنين قليلة من أن الكعكات لاقت اقبالاً

(١) الهدار: مرجع سابق، ص ٥٦.

(٢) عبير علي: رمضان في عدن، مجلة فنارات عدن، عدد ٨، فبراير ٢٠٢٢م، ص ٦٠.

(٣) هناء عبد الكريم فضل: الجاليات في عدن، مركز عدن للدراسات التاريخية والبحوث، دار الوفاق، دت. نشر عدن، ص ٧٣.

(٤) هناء عبد الكريم: الجاليات، ص ٤٥.

شديداً في اليمن لدرجة أصبحت عادة^(١) وربما هي الباجيا العدنية الشهيرة . أما عن الوجبات الرئيسية الشهيرة التي كانت سائدة في القرن التاسع عشر وتعد من الوجبات المحلية والتي لم يدخل عليها أي تغيير فهي [الهريس] وهي مصنوعة من اللحم بمرقه وهريش الذرة، وكذلك وجبة [BACIFFA] ولا يعرف على وجه التحديد ماذا قصد بها ماتزان لكن من خلال وصفه لها بأنها تتكون من الدقيق والعسل والزبدة فعلى الأرجح أن تكون الفتوت أو خبز الطاوة وهي من الأكلات المفضلة في لحج^(٢)، وفي ذات السياق يذكر ماتزان أن عدن المدينة الوحيدة في الجزيرة العربية التي يمكن العثور فيها على البطاطا وبعض الخضار الملفوف واللفت والباميا والفواكه والزبدة الأصلية^(٣)

كما تم استيراد عدد من الاشجار من الهند زرعت في عدن مثل الجوافة و العاط و التمر هندي والجبالي والمانجو والنبق الهندي وشجرة الجوز الهندي ويقال لها في لحج نارجيل "فالتة" باللغة الهندية وثمره عنقودي وحبوبها حمراء اللون ومنبتها الاصلي المنقول منها مدينة حيدرآباد^(٤) .

الغذاء اليمني والمؤثرات الاجنبية في المناطق الشمالية:

شكل موقع اليمن على مفترق الطرق البحرية مصدر جذب للقوى الخارجية التي تصارعت للحصول على موقع استراتيجي فيها، وتمثل ذلك في احتلال بريطانيا لجنوب اليمن ومكوثهم فيها ما يربوا على المائة عام ودخول العناصر الاجنبية إلى عدن والذي كان سبباً في اندماج الثقافات، ومنها الثقافات الغذائية وهو ما تناولناه سابقاً، وبالنسبة للمناطق الشمالية فقد اخترنا منها صنعاء وميناء الحديدية نموذجاً للدراسة، حيث شهدت دخول العنصر التركي والافريقي أما الحديدية فكونها ميناء على ساحل البحر الاحمر فكانت العناصر الاجنبية اكثر تنوعاً كما سنتناوله لاحقاً.

(١) مانزوني، رينزو: رحلة إلى صنعاء/ ترجمة ماسيمو خير الله ، الصندوق الاجتماعي للتنمية ط١، صنعاء، ٢٠١١م، ص ٦٧.

(٢) أحمد عبد الله فضل: عدن في كتابات الرحالة الألماني مالتزان، كتاب مؤتمر عدن في كتابات الرحالة والمستشرقين، مركز

عدن للدراسات التاريخية والبحوث ، عدن نوفمبر ٢٠١٩م، ص ١٢٩.

(٣) نفسه

(٤) زكريا، أحمد وصفي: رحلتي إلى اليمن ، ص ٨٩.

دخل الاتراك العثمانيين إلى اليمن مرتين، المرة الأولى عام ١٥٣٨م في حملة بحرية بقيادة سليمان باشا الخادم وتمركزت في السواحل ولم تستطع الدخول إلى المناطق الداخلية نظراً للمقاومة الشرسة التي لاقتها من حكام المناطق الشمالية من الأئمة الزيدية. أما المرة الثانية فكانت عام ١٨٤٧م بدعوة من أئمة صنعاء المتصارعين بسبب خلافات داخلية بين أبناء البيت الحاكم، في هذه المرة مكث العثمانيون في صنعاء والمناطق الساحلية ما يقارب المائة عام ولنا أن نتخيل الرصيد الثقافي والتأثيرات التي برزت على السطح على جميع الأصعدة السياسية والحضارية والثقافية، ومما لاشك فيه بأن دخول عناصر جديده في مجتمع ما يشكل ظهور قيم وسلوكيات مختلفة تتداخل مع الهوية الخاصة بالبلد لتشكل منظومة ثقافية متمازجة من حضارات وثقافات مختلفة.

تعتبر منظومة الغذاء اليمني في القرن التاسع عشر امتداد لما كانت عليه من قبل مع دخول بعض الوجبات والاصناف الزراعية والتقدم العلمي وتطور حركة الاستيراد والتصدير، ومن خلال استقرار الابحاث الوطنية المتعلقة بالزراعة، فقد اكدت نتائجها أن الذرة بأنواعها كانت تمثل الغذاء الرئيسي لليمنيين في الريف والحضر مع اختلاف استخدامها في المناطق الشمالية يستخدم بكثرة خبز الشعير والبر البلدي نظراً لاحتلال هذا المنتج مساحات زراعية شاسعة في دمار وصنعاء وصعدة، بينما يحتل الدخن والرومي والذرة الحمراء المرتبة الاولى من حيث زراعته في مناطق إب وجبل صبر والعدين وجبله وكسمة ويافع^(١). ويؤكد ذلك ما جاء على لسان أحمد وصفي زكريا^(٢) أثناء زيارته لليمن أوائل القرن العشرين قائلاً: " تزرع اليمن القمح والشعير والذرة والشعير (السقلة) والذرة الصفراء والحمراء والبيضاء والغبرا والدجرة وال فول الحب الصغير والعدس والعتر والسوسم " فمعيشة اليمنيين قائمة على الزرع والضرع^(٣)، وكل ما تنتجه الارض من عنب وخوخ وتين وعنب و فراولة وبطيخ، ومن المحاصيل التي ادخلت إلى اليمن في أزمنة سابقة بالتحديد في عهد الامام المهدي عباس^(٤)، زراعة التوت الأبيض، وأبر النخيل على يد مصطفى العجمي أحد الذين وصلوا إلى اليمن في عهد الامام

(١) الصايدي، أحمد قايد: المادة التاريخية في كتابات نيبور عن اليمن، بيروت، دار الفكر المعاصر ط١، ١٩٩٠م، ص ١٦.

(٢) الواسعي: عبد الواسع بن يحيى: فرجة الهموم والحزن، مكتبة الارشاد، صنعاء ط٤، ٢٠٠٦، ص

(٣) زكريا، أحمد وصفي: ص ١٢٦.

(٤) المهدي عباس ولد ١١٣١هـ/١٧١٩، وتولى حكم اليمن في الفترة (١١٦٤-١٧٥٠هـ/١٧٧٥) توفي

١١٨٩هـ.(العمرى، حسين بن عبد الله: مائة عام من تاريخ اليمن الحديث، دار الفكر المعاصر، سوريا، ط٢، ١٩٨٨، ص ٢١.

المهدي وهذا الخبير من اصول دمشقية، ويذكر أنه كان مهتماً بالزراعة، وقد بنى ديواناً في بستان المتوكل فجلب إليها انواع مختلفة من البذور^(١) وإلى مدة قريبة كان اليمينيون يسمون الاسواق بأسماء الايام مثل سوق الاحد والاثنين وسوق الثلوث والربوع وسوق الخميس بحسب تجمع التجار وانواع بضائعهم، ومنها ما هو نسبة لكافة أنواع السلع والبضائع، مثل سوق القشر وسوق الزبيب وسوق العنب وسوق الحبوب وسوق البقر وغيرها^(٢)، وهذه الاسواق المذكورة في أدبيات قديمة وليست حديثه ما يعني أنها ثقافة ممتدة وموغلة في القدم وأقدم ذكر للأسواق في مدينة صنعاء جاء في كتاب الطبري (خطط صنعاء في القرن الرابع الهجري) المستل من مخطوط عن كتب الوقفة، وهذه الاسواق هي: "سوق اللساسين (اللسيس الدجر والحبوب المغلية بالماء الساخن)، والجزارين والشوائين (أي من يشوون اللحم) وسوق السمانيين وسوق الموز"^(٣) وغيرها من الاسواق التي تختص ببيع كل ما يهم مجتمع صنعاء من أغذية ومستلزمات حياه .

وبما أن الغذاء اليميني يرتكز على الزراعة في المقام الأول، فان منتجات القمح لاقت اهتمام كبير كونها تمثل خصوصية ثقافية، تشكلت منها الهوية الغذائية اليمينية، والتي تمثلت في تنوع المخبوزات والمعجنات، وطريقة التحضير . وتختلف طريقة التحضير بحسب المدد الزمنية والتطورات التي ادخلت بعض التغيرات في المطبخ اليميني، فمن الملاحظ أنه في بعض المحافظات الشمالية كان يستخدم "الكبا"^(٤) كوقود تجمع في تنور (المافي) المصنوع من الطين والفخار ويطبخ في قدر يقال له (برمه) وهو مصنوع من الخزف وفي المناطق الوسطى يسمى (حرضي) أو الحرضه^(٥) أما في مناطق تهامه فيسمى (بالمغش)^(٦) .

(١) زباره: محمد بن يحيى: نشر العرف، مركز الدراسات والبحوث، صنعاء، د.ت، ٧٢/٢.

(٢) مانع، إيمان علي مقبل: تاريخ جحاف ١٦٨١-١٨١٨م / ١٠٩٢-١٢٣٣ هـ لطف الله أحمد بن لطف الله جحاف (ت ١٢٤٣هـ / ١٨٢٧م) رسالة دكتوراه غير منشوره ، جامعة صنعاء، ٢٠١٩م، ص ٨٣.

(٣) جازم، محمد عبد الرحيم: الحصاد المبكر، ج ٣، المعهد الأمريكي للدراسات اليمينية ، ط١، صنعاء ٢٠٢٠م، ص ٦٥.

(٤) الكبا جمع كبيه، وهي وقود يتخذ من مخلفات وروث الحيوانات ، وتعجن على شكل اقراص، وتجمع وتوضع في الشمس إلى ان تجف وتستخدم كوقود للطهي (الارباني: المعجم، ص ٧٥٨)

(٥) من ادوات المطبخ التي كان يستخدمها اليمينيون وهي مصنوعة من المدر أو الفخار، الذي يحافظ على حرارة الأكل مدة أطول وما يزال مستعملاً للحم والمرق والسوسي والفتوت (الأكوع: محمد بن علي: كلمات تركية مستعملة في اليمن، مجلة الاكليل ، العدد الاول ١٩٨٥، السنة الاولى ، ص ٤١.

(٦) سهيل، زينب حسين: الحياة الاجتماعية في صنعاء ومحيطها خلال القرن التاسع عشر حتى منتصف القرن العشرين" دراسة تاريخية" ص ١٤٠.

كما كان اليمنيون إلى مدة قريبة من القرن التاسع عشر يقومون بطحن الحبوب بآلة حجرية تدعى المرهى^(١) أو (الرحى) لطحن الحبوب ومن ثم عجنها، حتى دخلت آلة جديدة - وسهلت عليهم طحن الكثير من الحبوب في فترة قياسية -، مع دخول الاجانب والتجار وتطور حركة التجارة في الموانئ اليمنية وفي هذا الصدد يذكر الارياني^(٢) : " أنه في العام ١٣٠٩ هـ وجه الإمام المنصور شريان ابن حزم مع جماعة من أهل أرحب، ومع من إنظم إليهم من بلاد البستان لمحاصرة صنعاء، وعند وصولهم إلى منطقة حده، استولوا على طاحون العجم، الذي كان يطحن في اليوم والليله قدرستين قدحاً، كما ذكر أن الآلة تقوم بالتقاط الاحجار من وسط الحبوب، وتدور الطاحون على ماء (خُميس).

وتشكل الذرة المادة الغذائية الرئيسية لدى اليمنيين في القرن التاسع عشر وما قبله، حيث تشير معظم الدراسات إلى أن المقاهي الرئيسية في اليمن تقدم لمرتابها خبز الذرة مع قهوة القشر ونادراً ما كانوا يحصلون على خبز القمح^(٣)، ما يدل على أن اليمنييين كانوا مكتفين ذاتياً من المحاصيل الزراعية، ولم يتم استيراد القمح الا في مدة متأخرة بعد أن تقلصت مزارع القمح واكتسح العمران أغلب الاراضي الزراعية وأهمل الفلاح زراعة الحبوب والذرة،

ومن أهم المخبوزات اليمنية الأساسية.

١-اللُّحُوحُ بفتح وضم فسكون وهو من أنواع الخبز اليمني وضرب خمير من خبز الذرة يكون ليناً رقيقاً يكاد يشف ما وراءه وتعجن حتى تصير بحجم الكف وأصغر ويؤكل مع المرق^(٤) أو مع اللبن كوجبة شفوت، كما جاء ذكر اللحوح في صفة جزيرة العرب، باسم الصليح ايضاً ويقول في ذلك الهمداني: " خبز الذرة على الطابق يكون على رقة الثياب لا يحتمل فاذا وقع في اللبن استرخى فلا يحتمل الا بأكثر الاصابع"، واللحوح شبه خبز القطايف يصنع باليمن ويأكل باللبن^(٤)، واللحوح اليمني نوعان النوع الأول ما تحدثنا عنه سابقاً وهو اللحوح بالذرة المخمر وأكثر مناطق اليمن شهرة بإتقان هذا النوع هي محافظة المحويت، ويمكن استخدامه بديل الخبز أو لعمل وجبة الشفوت مع اللبن والخضر والفلفل والنعناع والثوم وهي وجبة رئيسية في شهر رمضان في جميع المحافظات اليمنية، أما النوع الثاني فهو اللحوح العريقي نسبة الى

(١) الإرياني: الموقف اليمني من الحكم العثماني، ص ٢٢٥.

(٢) الهمداني، صفة جزيرة العرب، ص

(٣) الارياني: المعجم اليمني : ص ٩٨.

(٤) الفيروزآبادي، ابو طاهر محمد بن يعقوب (ت٨١٧هـ) القاموس المحيط - فصل اللام

منطقة الاعروق في محافظة تعز ويصنع من ذرة الدخن والذرة البيضاء واللبن الرائب ويكون رقيق جدا وبدون تخمير ، ويصنع بخفة ومهارة، ويوضع على موقد مخصص له يسمى "ملحة"، وهي اداة مدورة من الفخار وتطلى بمادة سوداء تمنع التصاق المخبوزات^(١) ويسمى هذا النوع من اللحوح بعض المناطق الجنوبية والوسطى شؤاف، ويتم تناول هذا النوع من اللحوح مع القهوة أو الشاي.

أما وجبة الزقني الحبشية وتعد من أهم الوجبات التي دخلت مع وجود العنصر الاثيوبي والمولدين في اليمن شماله وجنوبه الا انه يتم اعدادها بلحوح(إينجيرا الاثيوبي) الذي يختلف شكلاً ومذاقاً ليتناسب ووجبة الزقني الدسمة والتي يتم اعدادها باللحم والمرق والصلصة والفلفل الحبشي الحار. وتجدر الاشارة الى أن اللحوح الحبشي يصنع من حبوب الطيف(التيف) وهو نوع من الحبوب ذا قيمه غذائية عالية ويتميز بخلوها من الجلوتين ونسبة عالية من الحديد^(٢). وهناك نوع ثالث من اللحوح يسمى باللحوح اليافعي وتقريباً يشبه النوع الأول الا انه يضاف له الدقيق الابيض والاسمر ويخلط مع اضافة الحليب والبيض ليكون ما يشبه البانكيك إلا أنها غير مسكره، وتدهن بزيت السمسم[صليط الجلجلان].

٢-الذمول نوع من الكعك دائري يعجن بالدقيق الابيض أو الذره الرومي أو البلسن الاحمر[العدس] مع لبن أو زيادي ويشكل على هيئة دائرة قطرها ٥ سم وقد يكون القطر أكبر أو أصغر ، ويخمر ويخبز في التنور (المافي) ويسمى في مناطق اب(صلع) بضم الصاد وفتح اللام وسكون العين، وبعض المناطق الشمالية تسمى (قفوع) أو (جحين)^(٣).

٣-بنت الصحن من الوجبات الشعبية اليمنية المشهورة ويطلق عليها في بعض المحافظات السبايا وهي تشبه القطايف في تعدد طبقاتها وتعجن بالدقيق والبيض ويضاف اليها السمن والعسل اثناء التقديم وتؤكل كوجبة تحلية عند البعض، وبخصوص التسمية يذكر أن الاسم الحقيقي لهذه الطبق هو (البنت في الصحن) ويقصد من وراء هذه التسمية ارتباطه بوجود فتاه عزباء في المنزل المقصود للخطبة لانه يقدم في مناسبات خاصه كالخطوبة للدليل على كل من يسأل عن مهارة الفتاه البيتية من أهل الخاطب أو المتقدم للزواج، حيث كانت العادة

(١) <https://m.facebook.com/groups/٥٥٣٨١٠٠٧٥٥٣٠٣٤٣/permalink//٥٦٢٤٢٩٨٣١٣٣٥٠٣٤>

(٢) <https://m.facebook.com/groups/٥٥٣٨١٠٠٧٥٥٣٠٣٤٣/permalink//٥٦٢٤٢٩٨٣١٣٣٥٠٣٤> من صفحة الاستاذ

فوزي العريفي.

(٣) مقابلة شخصية مع مالكة مخبز مأكولات شعبية السيدة أم سليم أحمد صالح بتاريخ ٢٠٢٢-١٢-٣م

أن يطرح السؤال التالي إما صراحة وإما تلميحاً، كيف البنت؟ أي كيف مهاراتها في الطبخ ، فتكون الاجابة البنت في الصحن، فكلما كانت الرقائق هشة وناعمة ،فهي تدل على المهارة والمقدرة ، لان هذا الطبق يتطلب اعداد مهارة وخبرة ودقة عالية، ومع الوقت حرفت التسمية ليصبح اسم الطبق(بنت الصحن) وهذا الطبق يقدم في جميع المناسبات الاجتماعية ويتميز المجتمع اليمني بخاصية التعاون والتضامن في المناسبات السعيدة والحزينة فتجد الجميع يشارك صاحب العزيمة بتقديم عدد من اطباق بنت الصحن معاونة له وتسمى في بعض المحافظات اليمنية مجابرة، ولاتزال هذه العادة اليمنية الجميلة منتشرة في الريف اليمني^(١)

٤-السوسي : من الوجبات اليمنية الشهيرة والتي توارثتها الاجيال، ويقدم كطبق رئيسي ويتكون من طبقات خبز الدقيق المغموسة بخليط البيض والسمن والحليب وحبّة البركة، وعادة ما تقدم في المناسبات الكبرى كالزفاف والولائم والاعياد مضافا اليها السمن والعسل، وتنضج في وعاء حجري (الحرص)، وقد ذكرها مانزوني كنوع من انواع الحلوى^(٢)

٥-القرص اسم لرغيف خبز يؤكل دافئ كوجبة إفطار^(٣) ، ويصنع منه ايضا المعصوب، قرص الخبز الغليظ مع السمن والعسل ويقدم ساخناً وتعمل هذه الوجبة للنفساء وينصح خلالها باستخدام العسل البلدي الاصلي والسمن الحيواني لاحتوائهم على عناصر غذائية تساعد في استعادة الوالدة لصحتها الجسدية خلال ايام مع مشروب القهوة المتنوع من توابل وحبوب عالية القيمة الغذائية كالتمر وحبوب الذرة والعناب والسكر البني والهيل وحبوب السمسم وبعض المكسرات والقرفة والزنجبيل .

٦-الكبان نوعان كبان دخن، وكبان وشام وكلاهما من ذرة الدخن أو الشام ويعجن باللبن والبيض والسمن والخمير، ويخمر حتى يصبح اسفنجيا.

٧-الملوج الشعير وملوج البر

هو خبز يخبز في التنور بحرفيه عالية إما من دقيق السقلة (الشعير) ويكون ذو قيمة غذائية عالية، ومنها ملوج البر وجميعهم يخبز بالتنور الغاز أو الحطب^(٤) ، وبالرغم من وجود الكم

(١) <https://www.facebook.com/profile.php?id=10003216631735>

(٢) مانزوني: رحلة إلى صنعاء، ص ٣٠١

(٣) الواسعي: تاريخ اليمن، ص ١٥٢

(٤) الواسعي: تاريخ اليمن، ص ١٦٠.

الهائل من منافسة الاغذية الوافدة والمؤثرات الاجنبية، الا أن الوجبات اليمنية التقليدية حافظت على تماسها واستمراريتها .

٨-العصيد : من المأكولات اليمنية الشهيرة في الريف والحضر ، وتعد من حبوب الذرة بأنواعها أو من القمح، ويتم غلي ماء في قدر ومن ثم وضع الدقيق بالتدريج وتحريكه بأداة خشبية خاصة تسمى (المحواش)^(١)، وازضافة قليل من الماء المغلي معى كل تحريكه حتى يصير كتلة واحدة ناعمة، ثم ينقل إلى إناء خاص مصنوع من الفخار أو الحجر يسمى الحرضة، ويتم فتح فجوة دائرية كقوهة البركان ووضع المرق مع اضافة الحامضة، وتسمى في بعض المناطق الشتيح^(٢)

المبحث الثالث: المؤثرات الغذائية التركية

جلب الاتراك الى اليمن مجموعة من الاطباق مثل المحشي والحنيذ والدقة والكباب ،وسنتناول بعضها منها كالتالي :

أكلة البطشة أو البطشوه

وهي وجبة مكونة من كراوع البقر والغنم وازلافها وعظامها وتوضع فيها البهارات والتوابل المتنوعة وتؤكل بالملاعق وحسب المؤرخ الاكوع فإنها كانت تباع في سوق الملح قرب مسجد الذهب في سوق اللقمة والبطيخ، وطالما ازدحم عليها الناس فقد كانت وجبه مفضله للجميع منذ الصباح الباكر ويقوم بطباختها طباخ صنعاني ، تعلمها من الاتراك^(٣)

- القطايف رقائق من الدقيق الابيض تعجن وتطبق بعدد من الطبقات وتحمر ثم يضاف لها الشرروب المكون من السكر والماء وماء الورد او بعض المنكهات.
- البالوزه:

(١) المحواش : المسواط الذي تساط به بعض الاكلات كالعصيد ونحوها ، وجمع محواش محواش(الشماري: محمد ضيف الله، اصدارات وزارة الثقافة والسياحة، صنعاء ٢٠٠٤م، ص٢١٣.

(٢) Serjent. R. B and Ronald Lewcock: Sana'a an Arabian Islamic city. The world of Islamic festiual trust, London, ١٩٨٣.p٥٥١.

(٣) الاكوع، محمد بن علي: صفحة من تاريخ اليمن الاجتماعي وقصة حياتي، ط١ ، ١٩٩٣م، ص٩٨-٩٩.

حلوى تركية تعد من أوراق ورد مطحون ومعصور مضاف اليه طحين الحنطة والسكر ، القرفة والكثير من الماء حتى يتشكل مشروباً^(١)، ويقال له الفالوذق والكلمة محرفة من الكلمة الفارسية فالوذه وهي نوع من الحلوى الفارسية المركبة من الطحين والسكر والليمون وقد حرفها العرب الى فالوذج^(٢) .

- **اللبن (اليرت)** هو اللبن المخضوض، ويسمى في مصر اللبن الزبادي وكلمة زبادي دخله مصريه أما اليرت فهي كلمة تركية الاصل استعملها اهل اليمن تقليداً للأتراك^(٣) .
الشركة وهي ليست اكله ولكنها لفظة تركية ترادف كلمة اللحم وقد انتشرت هذه التسمية قديماً في جميع مناطق اليمن.

- **السلطة(الحلبه)**

وجبة تتفرد بها اليمن تتكون من مرق اللحم مضاف اليه الحلبه المخضوبة جيداً والممزوجة بالحمراء[التمر الهندي] والكراث والنعناع والفلفل الحار ويقال أن الجنود الأتراك في اليمن كانوا يجمعون بقايا الطعام الجيد مضاف اليه المرق، الا ان هذه المعلومة ليست مؤكدة سوى من خلال الاسم (السلته) وتعني عدة انواع من الطعام في طبق واحد، ويتفنن اليمنيون بعمل السلته أما بكبيبات اللحم والخضر، او بالببيض المقلي والسمن والشعيرية مضاف اليها الحلبه البيضاء وباقي الخضر السابقة والتي طحنت معاً، وتؤكل مع خبز الحنطة (الشعير) ويذكر الواسعي أن للحلبه بخلطتها هذه لها فوائد جمه: " فهي أي الحلبه مشهورة بالهضم وصحة الابدان والقوة وفتح الشهية وطرد الامساك^(٤)

- **الطلمة**

وهي فطيرة باللحم المفروم الممزوج بالأرز ، والمغلف بورق الملفوف ويطبخ الارز مع الزبدة ومرق اللحم ويعتقد أنها حالياً (محشي الملفوف)، كذلك الكبيبات، وهي كرات من اللحم المفروم المضاف اليه البصل والتوابل والبهارات، وهي من جملة ما دونه الرحالة الايطالي مانزوني في النصف الثاني من القرن التاسع عشر اضافة الى عصير الزيتون الاخضر والعنب، ومن الملاحظات التي دونها الرحالة الاجانب، هو شي الخراف كاملة وحشوها بالأرز والزبيب واللوز،

(١) مانزوني: الرحلة: ص ٣٠١.

(٢) سهيل: الحياة الاجتماعية في صنعاء، ص ١٤٥.

(٣) زباره: نشر العرف، ج٢، ص ٧٢.

(٤) الاكوع: صفحة من تاريخ اليمن، ص ١٤٤.

ويطلقون عليه اسم الحنيذ وهذه الطريقة متعارف عليه حتى الوقت الحاضر واكثر من يتقنها اهالي حضرموت، اضافة إلى انتشار بائعي المشاوي من الكبد واللحم على صفائح من حديد^(١) ،

كما تأثر المطبخ اليمني بالحلويات التركية والعثمانية ومنها الشعيرية والكنافة " وهي عجينة سائلة جدا، مصنوعة من الطحين وصفار البيض والسكر والقليل من الملح والزبدة وتوضع في قمع كثير الثقوب ويتم طبختها على لوح مسطح ساخن يحتوي على السمن ويتم تحريك القمع بحركة دائرية وللكنافة طعم طيب^(٢) .

البريك- وجبة تشبه بنت الطحن في تعدد طبقاتها الرقيقة الا انه يوضع بن كل طبقة وأخرى الدقة (اللحم المفروم) والجبن والبيض المسلوق^(٣) .

الكدم: نوع من الخبز المصنوع من أنواع متعددة من الحبوب^(٤)

- البضائع المستوردة في العهد العثماني

شهدت العاصمة الاقتصادية لليمن الشمالي في عهد الوجود العثماني توسعا ونشاطا اقتصادي كبير لتصبح المركز التجاري والرئيسي في اليمن وذلك في من منتصف القرن التاسع عشر وحتى قبيل الحرب العالمية الاولى، حيث تجاوزت عدد الشركات الاوربية في ميناء الحديد ١٢ شركة قدر سجلها التجاري بما يتراوح ١.٠٠٠.٠٠٠ جنيه استرليني ، وبلغت نسبة التجارة الخارجية التي تمر منها ٩٥%^(٥) وقد تزايد النشاط التجاري في ميناء الحديد بسبب تنوع الفئات التجارية والعناصر السكانية الموجودة في الميناء من البانين والفرنسيين والايطاليين واليونان والافارقة وغيرهم، وتجدر الاشارة إلى أن عنصر البانين لوحدهم كان مبلغ تعاملاتهم التجارية يصل إلى مليون جنيه استرليني لشراء البضائع^(٦) .

(١) مانزوني: رحله الى صنعاء ، ٣٠٠ .

(٢) مانزوني: مرجع سابق ، ص ٣٠١ .

(٣)

www.encyclopediacooking.com

(٤) الاكوع: كلمات تركية مستعمله في اليمن، مجلة الاكليل العدد، الاول ١٩٨٥، ص ٥٤ .

(٥) الحميري" أمل عبد المعز: النشاط الفرنسي في الموانئ والجزر اليمنية ، اطروحة دكتوراه غير منشوره، جامعة صنعاء ٢٠١٣م. ص ٥٩

(٦) بولدري، جون: تاريخ مدينة الحديد، تر/ سيد مصطفى سالم، دت ص ٤٢ .

وبالنسبة للواردات فقد قدرت بمبلغ نصف مليون ماريا تريزا ، ونظراً للحركة التجارية المستمرة في ميناء الحديد، فقد اصدرت القنصلية البريطانية عام ١٩٨٢م قراراً مفاده أن الحديد أصبحت سوق للصادرات والواردات مع الخارج، لذلك نشطت بعض الشركات الاوروبية في شراء جلود الاغنام والابقار لتصديرها إلى امريكا.

كان التجار الوافدين الأجانب يمثلون شريحة مهمة في الميناء ونظراً لتداخلهم مع أبناء المجتمع فقد أثروا وتأثروا بالمجتمع الحديدي، وقد ادخل الوافدون بعض سلوكيات وأنماط الغذاء وتمازجت مع المجتمع وصبحت جزء من نسيج المجتمع كما حصل في ميناء عدن ولكن بدرجة أقل كون التجار في عدن كانوا يستقرون ويتزوجون من اهالي البلاد الاصليين والبعض كان يقوم بفتح وكالات فرعية لشركاتهم في الحديد وشرق افريقيا، ومنهم اخوان ليارنوا اسكراسي وسيوس، وسيزرتيان، وموريس ريس^(١)، ونظراً لأن التجار الأجانب اصبحوا يمثلون شريحة مهمة في ميناء الحديد، ومع تزايد اعدادهم ، قام الوالي أحمد فيضي باشا اثناء ولايته لليمن (١٨٨٠م—١٨٦٠) بإنشاء وكالة قنصلية تمثلهم جميعاً وتم اعتماد وكيل القنصلية الفرنسي ليمثل التجار اليونان والايطاليين والاييرانيين وغيرهم^(٢).

ويذكر أنه في ولاية حسين حلي باشا عمل جاهدا لإدخال الاصلاحات النوعية الى ولاية اليمن، فقام بمحاولة تطوير المنتجات الزراعية مثل البطاطس، وأرسل تقرير إلى استنبول بأن ارضي اليمن صالحة لزراعة أكبر كمية من البطاطس^(٣)، بحسب التجارب العلمية، كما تم استيراد بذور القطن من امريكا وتوزيعها على الفلاحين وتم منح بعض المزارعين قروضاً لتطوير

(١) الحميري، مصدر سابق، ص ١٤٣.

(٢) يلدرم آغا وآخرون: اليمن في العهد العثماني، تر/ فؤاد الشامي، استنبول ٢٠٠٨م. ص ٦١.

(٣) الامير، امة الغفور عبد الرحمن: الوالي حسين حلي باشا وسياسته الاصلاحية في اليمن (١١٣١٦ - ١٣١٩هـ/ ١٨٩٨ - ١٩٠١م)، مجلة الثوابت، العدد ٦٠ (ابريل - يونيو) ص ٢٠١٠م، ص ١٦٦-١٩٨، انظر الملحق: ص ٣٢.

المنتجات الزراعية^(١) كما استجلب عدد من الاشجار وزرعها بارض اليمن مثل النيل والقطن والخشخاش والياسمين والليمون واستقدم عدد من الخبراء بالتلقيح والمهندسين الزراعيين^(٢) وتجدر الاشارة إلى أن عنصر اليونان كان متواجد بصورة لافتة في الموانئ اليمنية عدن والحديدة وكانوا يعملون كتجار، ومن البضائع التي كانوا يبيعونها ويقبل عليها الناس: "علب السردين والشموع والاجبان والارز والبطاط والزيتون والصابون والجوز والبندق والبسكوت والمخللات"^(٥). ويذكر مانزوني بشيء من المبالغة أن صنعاء أثمرت لأول مرة البقوليات والازهار بسبب بذور كان قد أهداها للمزارعين قائلاً: "وصلتني من ميلانو كمية كبيرة من بذور الزهور والخضار، فأعطيت منها لكل مالكي الحدائق والبساتين، وللمرة الاولى في عام ١٨٧٧م أثمرت صنعاء شتى أنواع البقوليات والسلطات والزهور الرائجة في إيطاليا"^(٣)، وربما يكون احد الانواع النادرة من فصائل الازهار والزروع أما البقوليات فكانت تزرع في اليمن من قبل الميلااد.

- المشروعات التقليدية الوطنية:

تتميز اليمن بمشروعات تقليدية خالصة و أول وأهم هذه المشروعات:

- قهوة البن والقشر

يحتل البن المرتبة الاولى في المحاصيل الزراعية في القرون من السابع عشر حتى التاسع عشر ويزرع في الجهة الغربية ومنها مناطق: حراز، وبنى مطر، وكسمه، والعدين، وجبله، وكان البن الحرازي (الاسماعيلي) وبن العدين من أجود انواع البن المزروع وقد عرف البن اليمني عالميا باسم (موكا كوفي) أي قهوة المخا لان ميناء التصدير العالمي كان المخا وقد ذاع صيته في ارجاء العالم بسبب جودته فتوافدت شركات الهند الشرقية البريطانية والهولندية والفرنسية ل

(١) CEFAS-HO-٠٠٦-٠٠٨٨٣٥

(٢) CEFAS- HO-٠٠٦-٠٠٨-٠٠٣

(٣) مانزوني: الرحلة ، ص١٦٢

(٤) مانزوني: المرجع السابق، ص١٧٦.

شراؤه وفتح وكالات تجاربه وقد أشار نيبور إلى أن اليمينيين كانوا يوقعون عقوبات صارمة على من يحاول أن ينقل شجرة البن إلى الخارج وأن الفرنسيين والانجليز والهولنديين قد تمكنوا رغم ذلك من تهريبها وزراعتها في مستعمراتهم^(١).

وتجدر الإشارة إلى أن معظم مقاهي اليمينيين في القرن التاسع عشر كانت تقدم فيها قهوة القشر وليس البن، وقهوة (القشر) هي في الأساس قشور حبوب البن حيث ينزعون البن منه ويغسلون القشور ويجففونها ويطحنوها في مطاحن خاصة بإضافة الزنجبيل والهيل، ويعتقدون أن قهوة البن تسخن الدم، فالقشور افضل صحيا من النواه(البن) نفسها كونها تحتوي على نسبة عالية من الكافيين المنبه، بالتالي فهي صحية اكثر، وتشرب قهوة القشر في فناجين من الفخار^(٢) وفي هذا السياق ايضا يذكر الرحالة الايطالي رينزو مانزوني أنه عندما أتى إلى صنعاء في العام ١٨٧٨م قائلا: " إن عرب القهوة لا يستعملون القهوة، كما يعتقد البعض عادة، بل يبيعون حبوب البن ويستخدمون قشرتها فقط"^(٣)، وفي هذا السياق يصف هانز هوليفرتز الذي زار اليمن في العام (١٩٣٠م) قائلا: بأن قشور القهوة تسمى بـ " القشوة" وان العالم يعتمد كثيرا على اصناف البن الرخيصة المستوردة من جنوب امريكا، لكن بن اليمن لا يضاهيه أي بن في الجودة والنقاء والرائحة، ويتم تعبئة حبوب البن في سلال من القصب وفي بالات ثم ترسل الى تهامة ومنها الى ميناء الحديد^(٤)، وقد احتكر التجار اليونان تصدير البن في ميناء الحديد من خلال شركة ليفارتوا التي كان لها مكاتب للتصدير والاستيراد في عدن ومدن الساحل الافريقي الشرقي^(٥). وتشرب القهوة في أماكن عامه وتسمى بـ (السماسر)^(٦) ويطلق عليها ايضا (المقهاية)، والنادل بـ (المقهوي)^(٧).

(١) الصايدي: أحمد قايد: المادة التاريخية في كتابات نيبور عن اليمن، دار الفكر المعاصر، بيروت، دمشق، ط١، ١٩٩٠م، ص١٥٣.

(٢) الصايدي: نفس المصدر: ص١٩٦.

(٣) مانزوني: رحلة إلى صنعاء، ص٣٢.

(٤) هوليفرتز هانز: اليمن من الباب الخلفي، تعريب، خيري حماد، المكتبة اليمنية للنشر والتوزيع، ط٣، ١٩٨٥م ص٦٠.

(٥) نفس المصدر: ص١٨٤.

(٦) جمع سمسرة، سمسار وهو الوسيط بين البائع والمشتري، ولكن اللفظ تطور مع الوقت في اليمن ليصبح اشارة على المكان الذي تتم به التجارة، أو لخزن البضائع، كما كانت السماسر تقوم مقام الفنادق في الوقت الحاضر وكانت عبارة عن اماكن يأوي بها التجار والمسافرين (العمرى: حسين بن عبد الله، مادة السمسرة، الموسوعة اليمنية، ٢/٢٥٨

(٧) الواسعي: تاريخ اليمن، ص١٥٠.

- القديد

مشروب يمني يتكون من حبوب البرقوق المجففة، حيث تغسل وتغلى حتى تنزع قشرتها وتبرد ويشرب باردا واكثر الاوقات في شهر رمضان. وهناك مشروبات دخلت مع دخول بعض العناصر المصرية والشامية في منتصف القرن العشرين، مثل شراب قمر الدين والتمر هندي

- الصناعات الغذائية الوطنية:

١. السمسم: من الصناعات الوطنية التي بدأت تصنع في اليمن في القرن التاسع عشر وما يليه صناعة الزيوت ومنها السمسم، حيث تعد من الصناعات الوطنية المهمة، وتعد منطقة باجل في الحديدة المركز الرئيسي لصناعة ونتاج السمسم والذي يسمى محلياً (الجلجلان) وتقام في مدينة باجل معاصر كثيرة بطريقة بدائية حيث يقوم الجمل بالدوران طوال النهار حول آلة حجرية كبيرة معدة خصيصا لهذا الامر وتسمى المعصرة، ويتمتع السمسم اليمني بجودة عالية.
٢. العسل: اشتهرت اليمن منذ القدم بإنتاج العسل الأصلي ذا الجودة العالية، وصدرت منه كميات هائلة إلى الخارج بواسطة تجار متخصصون، واصحاب مزارع العسل، وترتبط الثقافة الغذائية اليمنية بمعلومات راسخة منذ القدم أيدتها الآيات القرآنية عن العسل واهميته في التشافي من العديد من الأمراض، لذا يقبل الناس على شراءه بمبالغ باهضة ويصدر عبر المغتربين والتجار إلى جميع انحاء العالم، وينقسم العسل لعدة أنواع حسب منطقة انتاجه أهمه : العسل (الدوعي، الشبواني ، الوصابي)^(١).
٣. الملح: في فترة الامام يحيى أحييت من جديد مشروع ملح الصليف الحجري عام ١٩٥٣م، وكانت اليابان السوق الرئيسية لملاح الصليف، وفي هذا الصدد يذكر سلطان احمد عمر ، أنه في الوقت الذي كانت فيه اليمن تصدر الملح لليابان، فإن اليمنيين يستخدمون الملح المستورد من عدن^(٢) ، وعلى ذلك نقيس بقية المنتجات الزراعية بسبب وجود خلل في التسويق الوطني ، كذلك تصدر اليمن السمن الحيواني لجودته. ومن الصناعات غير الغذائية والتي عرفت في القرن التاسع عشر (الياسمين) حيث تشتهر مدينة الحديدة بإنتاجه والتفنن في صناعة العقود للعرائس كما يستخرج منه العطور،

(١) مقابلة مع تاجر العسل الاستاذ ماهر الشماري بتاريخ ٢٢-١١-٢٠٢٢م مالك متاجر عسل.

(٢) سلطان أحمد عمر: نظرة في تطور المجتمع اليمني، اروقة للدراسات والنشر، ٢٠١٧م، ص ١١٢.

وصناعة القطن والنسيج والتي كانت مزدهرة في زبيد ولحج وحضرموت^(١) ويعد مشروع الغزل والنسيج من اعظم المشاريع في تاريخ اليمن الحديث والذي شيد عام ١٩٦٤م، الا ان هذه الصناعات انهارت امام المنافسة التجارية للشركات الاجنبية الكبرى، والتي دخلت بقوة بعد فتح المجال للعلاقات التجارية بين الامام يحيى وابنه بالاتحاد السوفيتي ودول اوربا^(٢)، أما عن الانتاج الحيواني في عهد الامام يحيى فلم يكن هناك اهتمام بهذا القطاع المهم رغم توفر المزارع الخصبة، ولم يكن هناك سوى بعض الابقار الهولندية في مزرعة عصيفرة في تعز والتي كانت تمول بيت العائلة الحاكمة بالحليب الطازج^(٣).

المبحث الرابع: السلوك والعادات الغذائية اليمنية :

تلعب الاوضاع والعوامل الاقتصادية دور كبير في العادات الغذائية اليمنية، ويؤثر دخل الفرد بشكل مباشر في نظم الغذاء بالكم والكيف، فاليمن عانى في فترات تاريخية مختلفة من المجاعة بسبب الحروب الداخلية والخارجية والكوارث البيئية والزلازل والامراض الوبائية، وكانت كل تلك العوامل تساهم بشكل أو بآخر بتدهور الاقتصاد اليمني وبالتالي تؤثر على دخل الفرد مما يؤثر على نظام الغذاء في الريف والمدينة واصبحت القيمة الغذائية الكاملة الموجودة في البروتينات واللحوم والاسماك والفواكه منعدمة لدى الكثير.

وعلى الرغم من امكانيات اليمن وامتلاكها لأرض زراعية ومراعي خصبة وثروة حيوانية هائلة الا أن من ملاك هذه الثروات على الاغلب يقومون ببيعها والمتاجرة بها ويلجأ لتناول الحبوب والذرة والنشويات قليلة القيمة الغذائية وذلك يؤثر على مستوى التغذية، وبالنظر إلى بعض مناطق اليمن التي تشتهر بزراعة اصناف غذائية معينة الا أنها تفتقر الى تناولها بطرق مختلفة وتنوع وجباتها الغذائية فتستغلها في البيع والتجارة ونادراً ما تكون عنصر غذائي اساسي في وجباتهم الغذائية. وعلى سبيل المثال تزرع مناطق مثل الحيمة وخولان وسنحان ومناخه وحراز وبني حشيش، الفراولة واللوز والجوز والعنب ذا الجودة العالية، الا أن معظم الأسر المنتجة والمزارعون يفتقر نظامهم الغذائي له ولا يؤكل الا بكميات قليلة جداً، ولا يدخل ضمن نظامهم الغذائي الا فيما ندر بسبب ادخاره لبيعه في المواسم وتصديره الى الخارج.

(١) سلطان أحمد عمر: نظرة في تطور المجتمع اليمني، ص ٧٤

(٢) انظر الجداول الملحقة في قسم الملاحق، ص ٣٠.

(٣) سلطان: مرجع سابق، ص ١١١ وانظر الملحق ص ٣١ عن اعداد الماشية عام ١٩٦١م.

وتشير معظم الدراسات المحلية والاقليمية إلى أن الزيادة في الدخل تؤدي إلى تحسن في نوع الطعام ومقدار السعرات الحرارية التي يستفيد منها جسم الانسان، لذلك فان عامل ارتفاع الاسعار ايضا ساهم في عزوف كثير من الاسر الفقيرة عن شراء الاغذية مكتملة الفيتامينات كالديجاج واللحم والسّمك والبيض^(١).

كما تساهم العوامل الاجتماعية والمستوى التعليمي، والجهل بالأسس السليمة للتغذية من قبل الافراد يؤدي سوء التغذية وعلى العكس فان ارتفاع المستوى التعليمي للأفراد يساعد على حسن اختيارهم وتحضير وجباتهم، فالأسر التي تلقت تعليم وتوعية غذائية صحية مناسبة، تحصل على كامل احتياجاتها اليومية الغذائية^(٢).

كما يلعب الموقع الجغرافي دورا في تحديد نمط استهلاك الغذاء، فالمناطق الساحلية في اليمن كعدن والحديدة وحضرموت تكثر من تناول المأكولات البحرية ومنتجات النطاق الزراعي حسب المنطقة الجغرافية المحددة، وفي المناطق الجبلية والمرتفعات والهضاب تقل فيها المنتجات البحرية ويندر استهلاكها وترتكز وجباتها على منتجات القمح والديجاج واللحوم، كما يختلف نمط استهلاك الغذاء في الريف عنه في الحضر، وقد تكون المنتجات الغذائية في الريف اعلى قيمة غذائية منه في المدن بسبب اعتمادهم على معظم المنتجات الحيوانية كالسمن والزبدة واللبن وحليب الابقار والماعز، والذرة والقمح الخالي من الجلوتين، وهذه العناصر تحتوي على العديد من الفيتامينات والمعادن ومصادر الطاقة، وتناول وجبة صحية كهذه كفيلة بمساعدتهم على تحمل قضاء يوم شاق في العمل والتنقل مشيا على الاقدام في الطرقات الجبلية الوعرة.

وعن العادات الغذائية المتعارف عليها في اليمن بشكل عام تناول ثلاث وجبات اساسية تبدأ بوجبة الفطور مع الشاي أو القهوة، ويفضل معظم اليمنيون أن تكون وجبة الافطار دافئة سواء في المناطق الشمالية أو في المناطق الجنوبية الساحلية والجبلية وغالبا ما يتكون من فتوت الخبز الدافئ أو اقراص خبز الطاوة أو الخمير والباخمري مع الشاي أو القهوة. ويعلق الرحالة مانزوني على علاقة اليمني بالخبز قائلاً: "إن البدوي أو القبيلي اليمني يعطي احتراماً

(١) عبد الرحمن مصيعر: دراسة في العادات الغذائية في البحرين (الممارسات الغذائية والمناسبات الاجتماعية، دولة

البحرين، وزارة الصحة ادارة قسم التغذية، ص ٨.

(٢) الصعر: ص٩.

كبيراً للخبز، ويعتقد بشده أن الخبز يشكل أساس غذاؤه ومتصل مع الوجود البشري، ولا أدل من ذلك على تسميته بـ (العيش) أي الحياه^(١).

وعن العادات الغذائية في مدينة اب وريفها وجبة الفطير والزوم وهي وجبة تحتوي على عناصر غذائية مختلفة من الحبوب والبروتينات والخضر والدهون ، حيث يتم خلط وتعصيد الذرة حتى تصير كتلة غليظة ويلقى بها في الفتر [طبق خاص بها يصنع من سعف النخيل] ثم تقطع بحجم كرة ملئ الكف وتصهر في جدار الصعد وتسمى ملخم حتى تنضج وتؤخذ من الصعد (التنور) وتلقى في مقلى أو مدرة ساخنه ويفتح فجوة من وسطها ليصب فيها (الزوم الحامض) المتكون من اللبن ودقيق الشعير وبعض التوابل كالثوم والزعر وال ملح الذي تم هزه بألة خاصه تسمى (الدبية) ثم تستخرج منه الزبدة الحيوانية التي يتم وضعها فوق الزوم وسط الفطيرة^(٢) وتسمى وجبة الفطور (البداء) في اب وفي عدن وتعز قراع وفي المحافظات الشمالية يسمى صبح، ومن كان يسكن في الريف ولديه عمل في المدينة فان ه يتناول وجبة الصبح والغداء في توقيت واحد يسمى نزاع في وقت الضحى^(٣) ، مع العلم أن تناول الغداء وقت الضحى عادة عربية قديمة، الا ان هذه العادة اندثرت وزحف الوقت اولال الثانية عشره ضمرا من ثم إلى الساعة الثانية بعد الظهر ، بعد أن تكاثر الناس وظهرت الوظائف المتنوعة وانتشرت المطاعم والبقالات في المدن واصبح من السهل تناول وجبة خفيفة حتى ينتهي من دوام العمل أو الدراسة . ويقدم في وجبة الغداء الكراث(البيعة) والفجل (القشحي) بديلا عن السلطة التي لم تكن معروفة في اليمن، كما أن التنوع في المائدة اليمنية لم يكن معروفاً قبل قرنين وليس اليمن فحسب بل الجزيرة العربية قاطبة، فكانت تفتقر الى التنوع المعروف في المطبخ الشامي والمصري والعراقي، وحتى والخضر بأنواعها لم تكن من مكونات الوجبات اليمنية الا منذ عقود قليلة بفعل تأثير الثقافات الاجنبية في مظاهر الحياة في اليمن ومنها في المطبخ منذ دخول الانجليز في عدن وحتى دخول القوات المصرية عام ١٩٦٢م^(٤).

أما المعاصرين من المؤرخين فقد كانت لهم وجهة نظر مختلفة العادات الغذائية اليمنية حيث يقول الواسعي: "واكلهم غاية في التأنق والرفاهية واستحضار الوان الاطعمة، لاسيما في المدن،

(١) مانزوني: رحله إلى صنعاء، ص ٣٢.

(٢) الاكوع: صفحة من تاريخ اليمن الاجتماعي: ص ١٩٢.

(٣) الاكوع: ص ١٩١.

(٤) الصايدي: من القرية إلى عدن جسر بين عصريين، عبادي للدراسات والنشر ط١، ٢٠١٠م، ص ٤١.

وكل واحد يطحن ويخبز في بيته في تنور في بلاد الجبال عامة والمدن وغيرها ، ويخبزون كل يوم خبزا طريا في غير اليمن يسمى طازه^(١) ، ومن الملاحظ أن بعض السلوكيات والاعذية اليمينية لم تتغير كثيراً عن فترة القرن التاسع عشر ، حيث لم يحصل تغير كبير في العادات الغذائية اليمينية الاساسية، فسكان المدن يتناولون الثلاث الوجبات، الفطور في الصباح الذي يتشكل من الخبز والقهوة أو الخبز والعسل^(٢) ، وفي الظهر يتم تناول وجبة الغداء وتختلف الوجبات من بيت لآخر حسب الامكانيات الاجتماعية والمادية من اللحم أو الدجاج والارز، اما العشاء فغالباً ما يتكون من وجبات خفيفة عكس الاسر الميسورة التي تحرص على تناول بعض المشويات، والفواكه، وبالنسبة لطريقة التقديم فيختلف من عائلة لأخرى، الا انه في الاعم، قد حافظت الاسر اليمينية على تقاليدهم القبلية القديمة والتي كانت تتسم بالبساطة وقد علق عليها مانزوني قائلاً: " حيث تتكون السفرة من صينية كبيرة من الحديد أو النحاس أو الفضة، قطرهما متر ونصف تقريبا ويجلس المدعوون حول الصينية على وسائد أو بساط السجاد وتوضع امامهم قطعة من الخبز وملعقة من الخشب وصاحب المنزل هو أول من يضع يده اليمنى في طبق الطعام ويتبعه الآخرون"^(٣)

تجدر الاشارة الى أن بعض السلوكيات الغذائية التي كان متعارف عليها في تلك الفترة الى ثمانينات القرن المنصرم قد اندثرت ومنها طريقة توزيع الطعام بين أفراد الأسرة، وكانت تشكل عامل هام يعكس المكانة الاجتماعية لأفراد الأسرة بالإضافة إلى انه يعد مؤشرا للقيم والتقاليد السائدة ومنها تجمع الأسرة كاملة على مائدة واحدة مما يزيد من أواصر اللفة والتقارب والتعاون ومن ثم تغيرت هذه السلوكيات واصبح للنساء سفرة وللرجال سفره حتى لو كانوا جميعا ينتمون لأسرة واحدة، ومن سلبياتها انتقاء الوجبة الساخنة للذكور، ثم تأكل الاناث ما تبقى وهي عادة مضره نفسيا وصحياً لأنه يحرم الاناث من مقررات غذائية مهمة خاصة في مراحل فسيولوجية حساسة هامة من حياة المرأة كالحمل والارضاع او البلوغ. كذلك تغيرت عادة تقديم اللحم، حيث كان رب الأسرة أو من يكبرهم بالسن بتوزيع اللحم كميات متساوية

(١) الواسعي: تاريخ اليمن ، ص ١٤٣ .

(٢) المقصود بالخبز والعسل هنا هو الملوخ وهي طبقات رقيقه من الخبز توضع فوق بعضها يتوسط كل طبقه قليلا من السمن والدقيق وتخبز في التنور أو الملوخ الدافئ وهذا بالنسبة لمناطق الشمال واب وفي تعز وعدن تحضر خبز الطاوه وهو شبيه بالملوخ الا انه يخبز فوق طاوه (تيفال حاليا) وفي مناطق يافع تعتمد وجبة الصبوح الرئيسية على اللوح اليافعي المصنوع من البر

والدقيق مع قليل من السمن والعسل
(٣) مانزوني: رحله الى صنعاء، ص ٣٠٧ .

لجميع افراد الاسرة، الا ان هذه العادة اندثرت وحلت محلها عادة تقديم اللحم في صحن للجميع ولعل هذه العادة في التاريخ المعاصر مأخوذة من دول الجوار (الخليج) بفعل المغتربين، كذلك من السلوكيات التي تغيرت بفعل تأثير العناصر الاجنبية هو طريقة الاكل والتي كانت تتم بافتراش المائدة ارضا فنجد بعض الاسر استلظفت الأكل فوق الكراسي، وتناول الملاعق والسكاكين والشوك، مع العلم أن هذه الفترة الزمنية التي ندرسها ترافق فيها وجود الانجليز بكثرة في عدن والعثمانيين في صنعاء، ولم يتجاوز المجتمع بفعل هذه المؤثرات ولكن بعض من علماء تلك الفترة- منهم الشيخ محمد سالم البيحاني- كان لهم وجهة نظر خاصة لمثل هذه السلوكيات الجديدة في المجتمع وعدها من المحرمات، التي أتت عن طريق المستعمر حيث افرد لها رسالة بعنوان (الرد الصاعق على من أكل الطعام بالملاعق) ^(١) ومن بعض السلوكيات الغذائية التي كانت منتشرة في اليمن إلى وقت قريب هو تناول عشبة (السنا) ^(٢) بإذابتها بالماء وذلك قبل صيام شهر رمضان بيوم أو يومين لاعتقادهم بضرورة تنظيف المعدة والامعاء من كل مترسبات الاغذية واستقبل شهر الصوم بمعدة فارغه ونظيفة ^(٣)

نموذج لموائد الحكام والتجار في الحواضر اليمنية

تستشهد معظم الدراسات عن الاوضاع الاجتماعية بكتب الرحلات بسبب وصفها الدقيق للوضع الاجتماعي في المأكل والملبس، الا ان بعض المؤرخين من اليمنيين والعرب تنبهوا لهذه الجزئية فكتبوا في أديباتهم بعض المشاهدات في الحواضر اليمنية وفي بلاط بعض الحكام والتجار ، فهذا المؤرخ الأكوع يشرح عن حياة الأمير اسماعيل بن محمد باسلامه الكندي ^(٤)، قائلا: "ومع حلول وقت الغداء يدخل الامير مع حرسه وخواصهم وينفرد بغرفته الخاصة في الطابق الثاني من القصر المسمى دار الميدان ويجهز له الغداء الذي يجتمع فيه مع الضيوف

^(١) الشيخ محمد بن سالم البيحاني، عالم وفقه من بيحان أبين درس في حضرموت ثم انتقل الى عدن وربطت بينه وبين الناثر الشاعر الزبيري علاقة صداقه، وبعد مصلحا اجتماعيا ومن مؤلفاته، اشعة الانوار اصلاح المجتمع، استاذ المرأة وغيرها توفي في تعز عام ١٩٧٢م (الموسوعة اليمنية : ١/٥٧٤)

^(٢) السنا نبات شجيري من الفصيلة القرنية واسمه العلمي Sana ويستخدم كمسهل ويعرف ايض بالسنا مكبي (قاموس المعاني www.almaany.com)

^(٣) مقابلة مع الدكتور أحمد النويهي استاذ تكنولوجيا التعليم والمعلومات، جامعة صنعاء بتاريخ ١٥-١٠-٢٠٢٢م

^(٤) إسماعيل بن محمد عبد الله باسلامه (١٨٦٧-١٩٣٣م / ١٢٨٤-١٣٥٢هـ) احد امراء اب في القرن التاسع عشر، وكان يعمل بالتجارة ايضا وله علاقات تجارية واسعة داخلية وخارجية وكانت له سمعة طيبة جدا بين وجهاء مدينة اب وعينه الاتراك عام ١٩١١م رئيسا لبلدية اب ثم قائم مقام القضاء كاملاً (الأكوع: حياة عالم وأمير، و محمد باسلامه: الموسوعة اليمنية، مؤسسة العفيف الثقافية، صنعاء ، ١/٤٤٥).

وله عشي خاص [أي الطباخ] يسمى أحمد العشي صنعاني الأصل تخرج على يد الاتراك وتدرّب في فن الطبخ واتقن هذه المهنة وهو معد لأيام الضيافات والاعراس [...] ويقوم بإعداد سفرة من جميع الاصناف والحلويات"^(١) .

أما في جنوب اليمن فيتحدث الرحالة هانز عن يومياته في بلاط احد سلاطين الجنوب حيث أتاحت له الفرصة بالاطلاع على طراز الحياة المترفة والملبئة بالزخارف، حيث وصف بلاط سلطان الحوطة قائلاً: " جلست لأول مرة في قاعات مؤثثة تأثيثاً جميلاً واسترخيت على أرائك حريرية حيث تناولت الشاي وجميع أنواع الحلوى من صحاف ثمينة، ويقوم على خدمتنا عدد من حرس السلطان بثيابهم الفاخرة وقد ابدوا عناية فائقة بخدمتنا"^(٢) ، أما حياة الامام يحيى حميد الدين، فيصفها الأكوغ بأنها غاية في البساطة فلا مطبخ خاص به ولماكولاته ولعائلته وخادمه طباخ ينوع له الاطعمة ويصنفها، ففي رحلة للإمام الى حراز يصف يوم غداء فيه بأن الطباخ يأخذ جميع الخضر من بستان الامام ويأتي الجزار لذبح الكبش ومن ثم يقوم بطباخته وتقديمه بطريقة متواضعة ليس فيها ابهة السلطان"^(٣) ، أما سلفاتور ابونتي عندما زار صنعاء فيصف ضيافة ملك اليمن له بأن قدم له ١٣ رغيف خبز وقطعة من لحم الضأن وزبدية مليئة بالزبدة واللبن والسمن وانواع الفاكهة"^(٤) أما عن التجار والميسورين من أهل صنعاء والمالكين بيوتاً في الروضة، فيذكر من عاداتهم الخروج في موسم الخريف (العنب) ويحملون بعض لفرش والادوات النحاسية إلى تلك المنازل"^(٥) وتعرف الروضة"^(٦) بطيب هواؤها وكثرة بساتين العنب فيها فتعد متنفساً لساكني صنعاء ومعظم أهلها الميسورين والوجهاء لديهم بساتين ودور فيها. أما عن موائد الاتراك العثمانيين في اليمن فنأخذ على سبيل المثال مائدة ضابط تركي في اليمن كما يذكرها الرحالة الايطالي منزوني الذي زار مدينة ذمار عام ١٨٧٨ ، وهي مائدة العقيد مصطفي بيك وقد وصف مائدة الغذاء التي قدمت له قائلاً: " قدمت الينا

(١) الاكوغ، محمد بن علي: حياة عالم وأمير، صفحة مجهولة من تاريخ اليمن المعاصر، صنعاء، مكتبة الجيل الجديد ١٩٨٧م، ص ٣٥.

(٢) هانز: اليمن من الباب الخلفي، ص ٦٠.

(٣) الاكوغ: حياة عالم وأمير، ص ٣٣٤.

(٤) ابونتي، سلفاتور: مملكة الامام يحيى، ص ٦٩.

(٥) الجرافي، المقتطف من تاريخ اليمن، ص ١٧٥.

(٦) الروضة: منطقة شمال صنعاء بمسافة ٥ كم، وسميت ايضاً ب(روضة حاتم) نسبة لبانها السلطان حاتم بن أحمد اليامي في القرن ٦ هـ وهي مشهورة بكثرة بساتين العنب فيها (المحقي: ابراهيم احمد: معجم البلدان والقبائل اليمنية، دار الكلمة، صنعاء، ط ٢، ١٩٨٥م، ص ٢٨٤)

سفرة كبيره تحتوي على كثير من الاطباق منها السلطة، والسردين، والزيتون، واللفت، والجبن المشوي، ولكل ضيف : قطعة خبز ، شوكة، كوب صغير ومحرمه لوضعها على الساقين] عادة أو اتيكيت تركي أوروبي لمنع تساقط الغذاء على الملابس خشية اتساخها] وهي السفرة الاولى والتي تعد من المقبلات ، ثم تلاها طبق يحتوي على البيض والدجاج بصلصة الزيتون وصنفان من الحلوى وخروف كامل مطبوخ بالفرن ومحشو بالأرز واللوز والزبيب وشربنا خلاله نبيذا يونانيا، وبعد ان غسلنا ايدينا بالصابون استلقينا على فرش شرقية وقدمت خلالها القهوة ثلاث مرات^(١)

المبحث الخامس: اثر الوافدين في ظهور عادات وممارسات غذائية مختلفة

تأثر المجتمع اليميني بالوافدين سواء في المناطق الجنوبية أو في المناطق الشمالية وظهرت عادات غذائية مختلفة واندثرت اخرى بفعل التلاقح الثقافي، وعلى سبيل المثال كان المافي (التنور) موجود في كل منزل بغض النظر عن الحالة المادية لرب المنزل وعليه كانت ربة المنزل تعرف ماذا تطحن وماهي المواد والعناصر المكونة لخبز المنزل ، ومع انتشار المخابز والروتى والذي يعد من المعجنات التي جلبها الوافدين الهنود إلى عدن فقد اقبل عليه المجتمع لسهولة الحصول عليه ورخص سعره خصوصاً انه بات يصنع من دقيق القمح الابيض المضاف له الجلوتين لتسهيل تشكيله ونحن نعلم ما لهذه المادة من اضرار على صحة الافراد.

وقد تغيرت وجبات الطعام بين افراد المجتمع من منتصف القرن التاسع عشر حتى القرن العشرين بسبب تغير اساليب الحياه وظهور الوظائف المنتظمة والتي جعلت الفرد يتقيد بوقت معين للوجبات الاساسية، الافطار والغداء والعشاء، واندثار العادات اليمينية القديمة البداء^(٢)، النزاع^(٣)، الضحى^(٤)، الغواث^(٥).

(١) مانزوني: ٣١٩.

(٢) البداء يسمى قراع في مناطق اخرى، فيه يقوم الفرد باكرا لتناول لقيمات يسند بها جوعه، وسميت بقراع (لتقريع بها

الصفراء أي تهدأ الم المعدة المتضجرة جوعا) وهي لقيمات من فطير الذرة وملوج البر أو ملوج الشعير (الاكوع: ١٩١).

(٣) توقيت وجبة تأكل خلال فترة قبل الظهر من الساعة العاشرة وحتى الحادية عشر، في بعض قرى إب،

(٤) وجبة تأكل وقت الضحى بين الغداء والصبح

(٥) وجبة تؤكل في وقت ما قبل المغرب وقبل وجبة العشاء وهذه التسمية تطلق في مناطق الشمال

من العادات الغذائية المستوردة أكل الملوخية والسبانخ، لم تكن هذه الوجبة معروفة حتى دخول المصريين إلى اليمن، بل أن بعض المزارعين كانوا يجدونها تنمو في بعض المزارع فلا يعرفونها ولا أهميتها الغذائية حتى نبههم لها أحد المدرسين المصريين الوافدين في المنطقة^(١)، كما تم استقدام عدد كبير من بذور الملوخية لزراعتها في اليمن وذلك لاحتوائها على عناصر غذائية مفيدة^(٢).

الخاتمة والاستنتاجات:

- إن الصورة المتكونة عن التأثيرات الأجنبية في الغذاء اليمني قد قيدت في فترة زمنية محدده من ١٨٤٧-١٩٦٧ م تطلبت مراجع معاصرة لتلك الفترة ولم تكن المراجع متوفرة سوى كتب الرحالة الاجانب وبعض الادبيات اليمنية المعاصرة وعليه تكون الاستنتاجات في حدود حذره كون الدراسة لم تقم على احصائيات وعينات انما كانت دراسة تاريخية وصفية مستندة في المقام الاول على الكتب والمخطوطات والوثائق والادبيات العربية والاجنبية، ومذكرات الرحالة والقادة وغيرهم
- أن الفترة الزمنية المحصورة في منتصف القرن التاسع عشر ومنتصف القرن العشرين شهدت تحولات في الحياه السياسية اليمنية ودخول عناصر اجنبية تمثلت بالإنجليز والهولندي والأتراك العثمانيين والاوربيين والافارقة، اثرت في نظم الحياه ومنها النظام الغذائي .
- وجد أن النظام الغذائي اليمني يتوافق ويتشابه نوعا ما مع النظم الغذائية الوافدة ، وبالرغم من وجود العديد من الاصناف الوافدة الا ان الوجبة اليمنية الشعبية ظلت محافظة على هويتها ولم تتماهي من الاصناف الوافدة بل ظلت عنوان لهوية المطبخ اليمنية الخاصة .
- كان لدخول العناصر الاجنبية إلى اليمن أثرا في تغيير بعض السلوكيات الغذائية ، صحياً واجتماعياً سلباً وإيجاباً.

(١) لقاء مع المزارع الحاج منصور أحمد عبد الله بتاريخ ٢٠٢٣/١/٦م.

(٢) تعد الملوخية وجبة اساسية في المطبخ المصري الا انها لم تكن متاحة للعامّة، بسبب حظر الخليفة الفاطمي في القرن العاشر تناولها بسبب تأثيرها المزعوم كمثيرة للشهوة الجنسية لدى النساء -<https://www.bbc.com/arabic/vert-cul>

- أن اليمن يمتلك أصناف من المزروعات باختلاف أنواعها بين خضار وفواكه وحبوب الا أن المشكلة القائمة منذ القدم وحتى الوقت الراهن هو عدم الاستفادة من الانتاج المحلي رغم جودته واغراق السوق بالمنتجات المستوردة والاعتماد عليها رغم غلاء اسعارها مما يضر بالنتاج المحلي .

التوصيات

- إعداد المزيد من الدراسات والبحوث المشتركة بين التخصصات المختلفة (تاريخ، اجتماع - زراعة- تغذية) لأهمية الربط بين هذه التخصصات في مجال التغذية والاستفادة من نتائجها حاضرا ومستقبلاً.
- الاطلاع على تجارب الشوام والعراقيين في حفظ الاغذية ومنها الخضار ، والذي يتكدس بكميات هائلة في مواسمه وينعدم في غير مواسمه ، ما يؤدي إلى ارتفاع اسعاره ، فاليمن لها تجارب في حفظ الحبوب في مدافن خاصة بها في الاقبية وتحت الأرض ، الا ان تجربتها في حفظ المزروعات والفواكه والخضار بتجفيفها لم تنزل ثقافة غذائية غائبة ربما لقل التوعية الغذائية من قبل مراكز التغذية المتخصصة ووزارة الزراعة والبيئة، وهو ما سيعود بالخير الكثير على البلاد والمواطنين والاستفادة من المحصول الزراعي في غير مواسمه وعدم التبذير وتوفير المنتج بكافة أشكاله طوال العام .

الملاحق:

جدول رقم (١) جملة الانتاج المحلي للعام ١٩٦٥ م

| بملايين الجنيهات الإسترليني | مصادر الانتاج |
|-----------------------------|---------------------------------------|
| ٦ | الزراعة والاسماك |
| ٧ | مصافي الزيت |
| ٣ | أشياء أخرى (بما فيها مولدات الكهرباء) |
| ٣ | خدمات المقاولات |
| ٢ | أشياء أخرى |
| ٦.٥ | الميناء (ويشمل الارساء) |
| ١ | أشياء أخرى |
| ١٣ | إجمالي البيع بالقطاعي والمفرق |
| ٠.٥ | السياحة |
| ١.٥ | الخدمات المالية |
| ١٠ | الحكومة المحلية |
| ٤.٥ | خدمات المملكة المتحدة |
| ٤ | ملاك المساكن |
| ٧ | خدمات الموظفين |
| ٦٩ | الجملة |

المصدر: سلطان أحمد عمر: نظرة في تطور المجتمع اليمني، ص ٧٥

جدول رقم (٢)

| العدد بآلاف الرؤوس | النوع |
|--------------------|-------------------|
| ٨٦٨١ | أغنام (ضأن وماعز) |
| ٤١٣ | أبقار |
| ٧٢ | إبل |
| ٣ | خيول |

جدول رقم (٣)

المنتجات الغذائية (متنوعه) بالأطنان في اليمن الشمالي من العام ١٩٥٢ إلى العام ١٩٦٢ م

| السنوات | الكمية |
|---------------|--------|
| ١٩٥٤-١٩٥٢ م | ٨٧٢ |
| ١٩٥٧-١٩٥٨ م | ٨٩٢ |
| ١٩٥٨ - ١٩٥٩ م | ٧٠١ |
| ١٩٥٩ - ١٩٦٠ م | ٦٩٤ |
| ١٩٦٠ - ١٩٦١ م | ٦٥١ |
| ١٩٦١-١٩٦٢ م | ٦٥٤ |

المصدر: سلطان أحمد عمر: نظرة في تطور المجتمع اليمني. ص٧٦.

Handwritten note in Arabic script, possibly a date or reference number.

عمدة الأكابر والأعيان جناب مجتهدنا الميرزا محمد باقر
النجف آبادي سيدينا نذر توفيقا دام اقباله

بعد تأكيده روابط الود والاخلاص بدي انه في اسعد الاوقات ورد اليها من حضرتكم كنه بين احدنا سببا في
خصوص علي حنش الذي دخل محل ترجمانكم وقد جويتنا على حضرتكم بالسلك المذكور بحسن فلا تفرحوا
وانت في طية الغموة المشابهة للغير المسماة (راي) وما اشركتم اليه من مكان نزرع شجرة تلك الغموة بهذا الولا
صاير معلوم وصرفنا بغاية المهنونية من حضرتكم والاسما والفا تشيبت جنابكم في هذا الشأن قد دل على كمال صدقكم لليلة
الغنايه ورغبتم لموقفية هذا المجلس فلازلتم مشكورين وبجكم قبلا قد انبهت الى الباب العالي بان موجود بارض
اليمين اشجار النسل والقطن والحشيش والباكين والليمون على وجه الكثرة ولعدم معرفة الاهالي بعلم التسليم وفق
ترقي تلك الاشجار على ما هي عليه والتست ارسال مهندسين عارفين بفن الزراعة وشقنين لتلك الصناعة فورد
انا الجواب الكرم بان الزراع العارفين بهذا الفن قليلون وان الموجود منهم قد ارسلوه الى ولاديه اخره فلذلك
استحسنا ان نستعلم ونستشير من حضرتكم بان هل يمكن جلب نفر اوتنزين مهندسين من أوروبا عارفين لفن زراعة
هذه الانواع واذا كان ممكنا فكم يبلغ مقدار اجرتهم وصورتهم في كل شهر بحسب التقنين نرجو من جنابكم الافادة
لنا بهذا الشأن لكي اذا وافق المرام فيكون الاستعداد من الباب العالي باجراء ذلك هذاتم ايدي بجنابكم ان
الانسان محل الخطا والنسيان وتقل ان يوجد من هو كامل الاوصاف المرغوبه فلذلك اذا حصل من حكومة الخديوي
سهو ببعض المعاملات في الامور الجريسة التي تجري بينكم وبين الحكومة المحلية فزجو بسبيل المحبة غفر النظر عن
ذلك ولاجل ايمان تقرر هذا مترونا بالاستفسار عن خاطركم العاظر ودمتم ترحيبين ل شريفنا المظفر ١٢٩٥

والى والى
الى

Letter du Gouverneur Général du
Yemen, parlant du volon Hadada, qui
a été mis en prison pour trois mois, et
me priait d'examiner la conduite de
Hadada pour avoir mal agi avant avec
le His-Excellence. Et me parle aussi
de la Namie, et il me prie de le
conseiller si il peut faire venir de
France un ou deux jardiniers français,
et combien cela coûterait au
Gouvernement. etc. etc.
Sanaa, 25 Jan 1881

رسالة من والي اليمن اسماعيل باشا بضرورة إجراء اصلاحات زراعية واسعه في اليمن

المركز الوطني للوثائق اليمن صنعاء، ٠٠١٣-٠٠٦-٠٠٨-٠٠١٣-CEFAS-HO

ملحق (٢)

صور لبعض المأكولات اليمنية الواردة في البحث



صوره رقم (١) السوسي في المقلّى المسعى (الحرص)



صوره (٢) وجبة السلته



صوره (٣) وجبة العصيد



صوره (٤) بنت الصحن

المصادر والمراجع:

أولاً الوثائق الاجنبية:

وثائق فرنسية، المركز الوطني للوثائق اليمن صنعاء، ارشيف نانت فرنسا

١- CEFAS-HO-...٦-...٨٨٣٥

٢- CEFAS- HO-...٦-...٨-...٣

ثانياً: المصادر العربية والمعربة:

١- ابن المجاور، جمال الدين ابي الفتح يوسف بن يعقوب : صفة بلاد اليمن ، دار التنوير للطباعة والنشر، ط٢، ١٩٨٦م.

٢- أروى الخطابي: تجارة البن اليمني، ط١، صنعاء المتحدة للطباعة ، ٢٠١٠م

٣- بافقيه ، محمد عبد القادر : تاريخ اليمن القديم، المؤسسة العربية للدراسات والنشر ، ١٩٨٥م

٤- الإرياني، علي بن عبد الله: الموقف اليمني من الحكم العثماني الثاني مع تحقيق مخطوطة الدر المنثور في سيرة الإمام المنصور محمد بن يحيى حميد الدين. دراسة وتحقيق أمة الملك الثور، دمشق دار الفكر، ط١، ٢٠٠٨م.

٥- الإرياني: مطهر علي: المعجم اليمني في اللغة والتراث، حول مفردات خاصة من اللهجات اليمنية، دار الفكر، دمشق، ط١، ١٩٩٦م..

٦- الأكوغ، محمد بن علي الحوالي:

- حياة عالم وأمير ، صفحة مجهولة من تاريخ اليمن المعاصر ، صنعاء ، مكتبة الجيل الجديد ١٩٨٧م.

- صفحة من تاريخ اليمن الاجتماعي وقصة حياتي، ط١، ١٩٩٣م.

قصيدة البحر النعامي في الاشهر الحميرية وما يوافقها من أغذية، مجلة الاكليل العدد ٣، ٤ سنة ١، ١٤٠١هـ، ١٩٨١م.

٧- بولدري، جون: تاريخ مدينة الحديد، تر/ سيد مصطفى سالم، د.ت، د.م.ن

- ٨- الشماري: محمد ضيف الله، اصدارات وزارة الثقافة والسياحة، صنعاء ٢٠٠٤م
- ٩- الصايدي، أحمد قايد: المادة التاريخية في كتابات نيبور عن اليمن، بيروت، دار الفكر المعاصر ط١، ١٩٩٩م
- من القرية إلى عدن جسر بين عصرين، عبادي للدراسات والنشر ط١، ٢٠١٠م
- ١٠- جازم، محمد عبد الرحيم: الحصاد المبكر، ج٣، المعهد الامريكي للدراسات اليمينية، ط١، صنعاء ٢٠٢٠م
- ١١- الجرافي، عبد الله عبد الكريم: المقتطف من تاريخ اليمن، مؤسسة دار الكتاب الحديث، بيروت، ط٢، ١٩٨٤م
- ١٢- زبارة، محمد بن يحيى: نشر العرف لنبلأء ما بعد الألف، مركز الدراسات والبحوث، صنعاء.
- ١٣- زكريا، أحمد وصفي: رحلتي إلى اليمن، دار الفكر، دمشق، ط١، ١٩٨٦م،
- ١٤- سهيل، زينب حسين: الحياة الاجتماعية في صنعاء ومحيطها خلال القرن التاسع عشر حتى منتصف القرن العشرين" دراسة تاريخية"، دار حوران للنشر والتوزيع، سوريا.
- ١٥- صادق: الهوية السياسية والحضارية لليمن في التاريخ القديم وعصر الاسلام، اصدارات وزارة الثقافة، صنعاء ٢٠٠٤م.
- ١٦- عفيف، أحمد جابر وآخرون: الموسوعة اليمنية، ج١، دار الفكر المعاصر، بيروت، ط٢، ٢٠٠٤.
- ١٧- عبد الرحمن مصيعر: دراسة في العادات الغذائية في البحرين (الممارسات الغذائية والمناسبات الاجتماعية، دولة البحرين، وزارة الصحة ادارة قسم التغذية
- ١٨- عمر، سلطان أحمد: نظرة في تطور المجتمع اليمني، اروقة للدراسات والنشر، ٢٠١٧م
- ١٩- العلس، اسمهان عقلان: المرأة العدنية في كتابات سوزان دلاجرين، كتاب مؤتمر عدن في كتابات الرحالة والمستشرقين، مركز عدن للدراسات التاريخية والبحوث، عدن نوفمبر ٢٠١٩م.
- ٢٠- العمري: حسين بن عبد الله: مائة عام من تاريخ اليمن الحديث، دار الفكر العربي، سوريا ١٩٨٨م.

- ٢١- الفيروزآبادي: ا ابو طاهر محمد بن يعقوب(ت٨١٧هـ) القاموس المحيط - فصل اللام.
- ٢٢- الفسيل، ساميه محمد: عدن نشاطها التجاري والحياة الاجتماعية لتجارها (٥-٧هـ / (١١-١٣م) رسالة ماجستير غير منشوره، الجامعة الاسلامية بماليزيا ٢٠٠٦م
- ٢٣- فضل، أحمد عبد الله: عدن في كتابات الرحالة الألمانى مالتزان، كتاب مؤتمر عدن في كتابات الرحالة والمستشرقين، مركز عدن للدراسات التاريخية والبحوث ، عدن نوفمبر ٢٠١٩م.
- ٢٤- مانزوني، رينزو: رحلة إلى صنعاء/ ترجمة ماسيمو خير الله، الصندوق الاجتماعي للتنمية ط١، صنعاء
- ٢٥- مانع، إيمان علي مقبل: تاريخ جحاف ١٦٨١-١٨١٨م / ١٠٩٢-١٢٣٣هـ لطف الله أحمد بن لطف الله جحاف (ت ١٢٤٣هـ / ١٨٢٧م) رسالة دكتوراه غير منشوره ، جامعة صنعاء، ٢٠١٩م.
- ٢٦- المقحفي: ابراهيم احمد: معجم البلدان والقبائل اليمنية، دار الكلمة، صنعاء، ط٢، ١٩٨٥م،
- ٢٧- نعمان، عبد الله عبد القادر و محمد القدسي: المنشآت المائية وانظمة الري في الحضارة اليمنية القديمة .
- ٢٨- الهمداني: الحسن بن أحمد، صفة جزيرة العرب/ تحقيق محمد بن علي الأكوع، صنعاء مكتبة الإرشاد، ١٩٩٠م
- ٢٩- هناء عبد الكريم فضل: الجاليات في عدن ، مركز عدن للدراسات التاريخية والبحوث، دار الوفاق، د.ت . نشر عدن.
- ٣٠- هوليفنز هانز: اليمن من الباب الخلفي، تعريب، خيرى حماد، المكتبة اليمنية للنشر والتوزيع، ط٣، ١٩٨٥م.
- ٣١- الواسعي : عبد الواسع بن يعي: فرجة الهموم والحزن، مكتبة الارشاد، صنعاء ط٤، ٢٠٠٦
- ٣٢- يلدرم آغا وآخرون: اليمن في العهد العثماني، تر/ فؤاد الشامي، استانبول ٢٠٠٨م
- ٣٣- Z.H. KourK.: تاريخ عدن، ترجمة/ شفيقه عبد القادر عثمان، ط١، مركز عدن للدراسات والبحوث التاريخية والنشر، دار الوفاق مصر ٢٠٢٠م.

- المراجع الأجنبية:

Serjent. R. B and Ronald Lewcock: Sana'a an Arabian Islamic city. Tne -
world of Islamic festiual trust, London, ١٩٨٣.p٥٥١

الرسائل العلمية:

- الحميري، أمل عبد المعز: النشاط الفرنسي في الموانئ والجزر اليمنية، اطروحة
دكتوراه غير منشوره، جامعة صنعاء ٢٠١٤م.

الصحف والدوريات:

- الامير، امة الغفور عبد الرحمن: الوالي حسين حلي باشا وسياسته الاصلاحية في
اليمن (١١٣١٦ - ١٣١٩هـ / ١٨٩٨ - ١٩٠١م)، مجلة الثوابت، العدد ٦٠ (ابريل -
يونيو) صنعاء ٢٠١٠م

- عبيرعلي: رمضان في عدن، مجلة فنارات عدن، عدد ٨، فبراير ٢٠٢٢م
- عنان: زيد علي ، حضارة اليمن القديم ، الاكليل ، العدد ٢، صنعاء، ١٩٨٠
- الهدار ، صوفيا: المائدة الرمضانية، مجلة فنار عدن الثقافية، السنة الثانية ، العدد
٨ فبراير ٢٠٢٢م

المقالات الشخصية:

- مقابلة مع الحاج / منصور أحمد عبد الله ، مزارع في منطقة خولان، بتاريخ ٦-١-
٢٠٢٣م.

- مقابلة مع الدكتور أحمد النويبي استاذ تكنولوجيا التعليم والمعلومات، جامعة صنعاء
بتاريخ ١٥-١٠-٢٠٢٢م

- (١) مقابلة مع تاجر العسل الاستاذ فوزي عبد الله نعمان بتاريخ ٢٢-١١-٢٠٢٢م
مالك متاجر عسل.

الروابط الاللكترونية

- <https://www.bbc.com/arabic/vert-cul-٦٠٤٨٦٠١٢>

www.almaany.com

(

www.encyclopediacooking.com

١- <https://m.facebook.com/groups/٥٥٣٨١٠٠٧٥٥٣٠٣٤٣/permalink//٥٦٢٤٢٩٨>

٣٤٠٣٣٣٥ من صفحة الاستاذ فوزي العريقي

<https://m.facebook.com/groups/٥٥٣٨١٠٠٧٥٥٣٠٣٤٣/permalink//٥٦٢٤٢٩٨٣١٣٣٥٠>

٢ <https://www.facebook.com/profile.php?id=١٠٠٠٣٢١٦٦٣١٧٣٥>