

# سمنو؛ برکت سفره هفت سین

هنوز صدای طبق کش توی کوچه‌های حافظه می‌پیچد: سمنو آی سمنو مال پای هفت سین سمنو. این صدا که انگار به تاریخ پیوسته است ۳۰-۴۰ سال پیش در کوچه‌های تهران آشنا بود اما امروز دیگر فقط در محله‌هایی مثل پامنار و بازار قدیم می‌توانی دم عید طبق کشی را ببینی که سمنو می‌فروشد. آن هم اگر شانس بیآوری و کسی هنوز باقی باشد.

می‌گویند قدیمی‌ها از سبزه گندم سمنو درست می‌کردند تا از طریق خوردن آن کثرت و وفور نعمت را به سفره‌های خود بیاورند.

درست کردن سمنو آداب و مراسمی داشت که بی‌شابهت به مراسم پخت حلیم نیست. نیت کردن سر سفره دیگ و نیفتادن چشم نامحرم به آن و خواندن اوراد و ادعیه و حتی برگزاری نماز حاجت و... بر سر دیگ سمنو رسم بوده است و هرکس بر سر دیگ سمنو حاجت می‌گرفت خود نیز باید دیگ سمنویی برپا می‌کرد. نذر کردن پای دیگ سمنو از آداب معمول بود اما امروز هم سمنوپختن پندرت صورت می‌گیرد و هم نذر کردن پای دیگ آن.

حتی گذشتگان معتقد بودند سمنو توان و نیروی مرد خانه است و اگر به هنگام نوروز، در خانه‌ای درست نشود در سال جدید، مرد خانه خواهد مرد! سمنو در اعتقاد عام به فاطمه زهرا(س) اختصاص داشت و زنان برای بچه‌دار شدن و یا گشایش بخت نذر می‌کردند و دیگ سمنو را هم می‌زدند و دعا می‌کردند.

بر حذر کردن افرادی که مومن نیستند و واجبات دینی خود را بجا نمی‌آورند از حضور در اطراف دیگ سمنو، بر حذر داشتن حضور افراد ناپاک به خاطر جلوگیری از شور شدن سمنو و اعتقاد به

باقی ماندن جای دست یکی از زنان بزرگ مذهب تشیع (حضرت فاطمه) از جمله این اعتقادات است. برخلاف حلیم که کاری مردانه بوده و هست سمنوپزان به زنان اختصاص داشت و آنها که امکان پختن سمنو را نداشتند نذر می‌کردند که در پختن سمنوی کس دیگری که اقدام به این کار می‌کند شریک شوند و یا به او مساعدت کنند، به خاطر همین سمنو پزان همیشه شلوغ بود.

اگر شما هم دوست دارید این سنت دیرینه را بر پا کنید خوب است از سبزه سبز کردن شروع کنید. گندم یک کیلو و آرد نان سنگگ ۳ کیلو. سمنو نیازی به شکر ندارد.

**طرز تهیه:** گندم را تمیز کرده و بشویید. مدت ۳ روز آن را در آب خیس کنید و طی این مدت چند بار آب آن را عوض کنید تا نوک گندم جوانه بزند. سپس آن را در دستمالی تمیز و خیس بریزید

تا ریشه درآورد. بعد از درآوردن ریشه آن را در چند عدد سینی پهن کرده و پارچه‌ای خیس روی آن بیندازید تا گندم ساقه نقره‌ای بزند. بعد آن را چرخ کرده یا بکوبید. مقداری آب روی آن بریزید و خوب مخلوط کنید سپس از صافی رد کنید به طوری که شیره از پوسته گندم درآید. چون شیرینی سمنو از همین شیره سفید رنگ می‌باشد باید دقت کنید که گندم خوب نرم شده و شیره آن گرفته شود. آرد را در قابلمه مناسبی ریخته و شیره گندم را کم‌کم به آن اضافه کنید تا آرد در شیره حل شده و به صورت مایع رقیقی درآید. ظرف را روی شعله اجاق قرار دهید و آن را مرتب هم بزنید تا مایع جوش آمده، کم‌کم غلیظ شود. مایع سمنو را باید مرتب هم بزنید تا ته نگیرد و مثل حلوا شود. وقتی آب سمنو کشیده شد، آن را کمی تفت دهید و در این مرحله مقداری آب سرد به سمنو اضافه کنید تا کمی رقیق‌تر و



خوشترنگ‌تر شود. سمنو را در ظرف گردی ریخته و مدت نیم ساعت در فر یا روی اجاق با حرارت ملایم قرار دهید تا دم بکشد. در صورت تمایل می‌توانید مقداری خلال پسته و بادام به سمنو اضافه کنید. یاد می‌آید وقتی سال‌ها پیش مادرم سمنو می‌پخت حدود یک‌سوم شیره آرد در آن می‌ریخت، از اول غروب شیره را در دیگ می‌ریخت و می‌جوشاند و به آن بادام با پوست اضافه می‌کرد. این مایع باید هم می‌خورد گاهی تا صبح طول می‌کشید و سمنو کاملاً کش‌دار و قهوه‌ای می‌شد و شروع به پرش می‌کرد. این کار حدود ۱۴ ساعت طول می‌کشید. وقتی شروع به پریدن می‌کرد زیر آن را بسیار کم می‌کرد و دم می‌کرد تا ۸ ساعت بعد جا بیفتد.

این کار طاقت‌فرسا هرگز بر عهده یک نفر نبود و همه همسایه‌ها و کسانی که دوست داشتند در این مراسم باشند به سمنو پزان می‌آمدند. چه دخترها که در این مراسم با مادر شوهر آینده‌شان آشنا شدند و چه پیوندها که پای دیگ برقرار می‌شد و البته چه غیبت‌هایی که به مناسبت سمنوپزان از دهان خاله و خانم باجی نقل می‌شد و روابط و همسر صیغه‌ای بعضی‌ها هم در همین محافل، لو می‌رفت و آشوب به پا می‌کرد و...

سمنو که پخته می‌شد بچه‌ها می‌گشتند تا دانه‌های بادام را از درون کاسه‌شان پیدا کنند. سمنو که بین همسایه‌ها پخش می‌شد داخل هر ظرف یکی دو بادام هم بود و اگر بادام را می‌شکستید شیره شیرین و دوست داشتنی در آن جمع شده بود و بادام در آن شیره خیس خورده بود و خیلی خوشمزه می‌شد. اگر شما طرفدار شیوه‌های سخت و سنتی هستید و دنبال تجربه مزه اصیل سمنو می‌باشید این روش را هم تجربه کنید.

## تخم مرغ‌های رنگی

داشت و با پوست گردوی تازه رنگ قهوه‌ای به دست می‌آورد. انگور سیاه، تمشک و توت سیاه رنگ بنفش و آبی به تخم مرغ می‌دهد و با آب زرشک می‌توانید به رنگ زرشکی برسید. اگر پارچه‌های رنگی دور تخم مرغ ببیچید و آن را بخار بدهید یا بجوشانید تخم مرغی با رنگ‌های ابر و باد و متنوع به دست می‌آورد و اگر بیش از این تنوع دوست دارید از رنگ‌های خوراکی که برای شیرینی‌پزی استفاده می‌شود کمک بگیرید. می‌توانید با کمک برنج پخته و کمی شهد شکر یا نشاسته چسب خوراکی درست کنید که تزئیناتی را به تخم مرغتان بچسبانید و آن را به شکل خروس و مرغ و عروس و داماد و هرچه که دلتان خواست در آورید.

از آنجا که رنگ کردن تخم مرغ‌های سفره هفت‌سین، هنری سنتی است، شما می‌توانید با استفاده از رنگ‌های ساده و طبیعی این عمل را انجام دهید. به عنوان نمونه اگر تخم مرغ را همراه با علف سبز مانند چمن، اسفناج یا سبزی‌بجوشانید، سبزی می‌شود.

اگر با پوست پیاز بجوشانید، زرد رنگ یا (پوست پیازی) می‌شود. اگر با چغندر بجوشانید، سرخ رنگ می‌شود و اگر تخم مرغ را در پارچه‌ای که رنگ پس می‌دهد، بگذارید و روی آن نخ ببیچید و بجوشانید، شکل زیبایی حاصل می‌شود.



تخم مرغ رنگ کردن شاید تا همیشه یکی از تفریحات بچه‌ها باقی بماند زیرا کاری ساده و ابتکاری است که همه آن را دوست دارند و باعث هدر رفتن هیچ چیز نمی‌شود.

بعضی‌ها به تعداد افراد خانواده تخم مرغ رنگ می‌کردند و آن را کنار سفره هفت سین می‌گذاشتند و هر کسی برای دید و بازدید می‌آمد یک تخم مرغ هم هدیه می‌گرفت.

برای این که تخم مرغ‌های قشنگی رنگ کنید و بتوانید آنها را بخورید بهترین راه استفاده از رنگ‌های طبیعی و بی‌خطر است. یکی از این رنگ‌ها رنگ‌های میوه‌ها است.

برای این که تخم مرغ ارغوانی خوشگلی داشته باشید آن را در آب لبو بجوشانید.

پیچاندن پوست پیاز تیریزی به تخم مرغ آن را نارنجی می‌کند و اگر آن را بخار دهید رنگ پوست پیازی به دست می‌آورد.

می‌توانید بعضی از تخم مرغ‌ها را با حنا نقش و نگار بیندازید و اگر دوست دارید رنگ سبزی روی تخم مرغ خود به وجود بیاورید آن را با رنگ آب سبزیجات بخار پز کنید.

آب سبزی را بگیرد و در فنجان بریزید. تخم مرغ را در آن گذاشته بخار پز کنید. با این کار رنگ سبزی شفاف‌تری به دست می‌آورد. اگر دلتان می‌آید زعفران گران قیمت را خرج تخم مرغ کنید یک تخم مرغ زعفرانی خواهید

## تزئینات عید با کمک طبیعت

اگر در دامن طبیعت زندگی می‌کنید یا در نزدیکی دریا یا حتی در نزدیکی یک پارک می‌توانید از طبیعت کمک بگیرید و سفره هفت سین خود را آراسته کنید. سنگ‌های ریز و زیبایی را پیدا کنید و همراه با تیله‌های رنگی داخل تنگ ماهی خود بریزید. با استفاده از میوه‌های کاج و بلوط و هسته میوه‌ها و یک اسپری طلایی و نقره‌ای و قهوه‌ای ظروف کوچک بی‌استفاده خود را تزئین کنید.

میوه‌های چوبی را خوب بشویید و با لاک الکل و پنبه آنها را جلا دهید. با یک اسپری نقره‌ای تعدادی بلوط را که از جنگل یا پارک جمع کرده‌اید رنگ کنید. میوه‌های کاج کوچک و بزرگ را با اسپری طلایی رنگ کرده و پس از خشک شدن رنگ با پنبه آغشته به کمی رنگ قهوه‌ای آن را سایه روشن بزنید. وقتی تمام مواد اولیه‌تان آماده شد حالا سراغ ظرف‌های بلااستفاده بروید.

یک مشت ماکارونی به شکل‌های پاپیون و پیچ و صدف و حلزونی بردارید و آنها را روی یک شیشه مربایی خالی بچسبانید و پایین آن را با تعدادی میوه کاج و بلوط به سلیقه خود زینت دهید و با چسب به شیشه بچسبانید.

برای این که مواد از شیشه سر نخورد می‌توانید اول یک ورقه کاغذ را به چسب آغشته کنید و به بدنه شیشه بچسبانید و بعد سایر اشکال را روی آن بچسبانید.

می‌توانید در این لیوان آب ریخته گل‌های هفت سین را بگذارید. قبلا کاغذ را رنگی کنید. یک کاسه بلور لب پریده یا بلااستفاده را با اسپری نقره‌ای از بیرون رنگ کنید و اشکال رنگ کرده خود را به کمک چسب چوب به آن بچسبانید.

چسب داغ و چسب فوری نیز برای این کار مناسب است. در این طرف می‌توانید سرکه یا یک عدد نارنج شناور در آب و یا مقداری سیب سرخ بگذارید.

هر ظرف بلااستفاده دیگری مثل یک سبد گل که گل‌هایش پژمرده شده است نیز می‌تواند برای این کار مناسب باشد. اگر گل خشک داشته باشید نیز می‌توانید آن را از ساقه جدا کرده ته آن را در چسب فرو ببرید و بگذارید خشک شود. بدین ترتیب گلبرگ‌های آن از هم جدا نمی‌شود.

می‌توانید آن را نیز با اسپری طلایی یا نقره‌ای رنگ کرده به همراه سایر چیزهایی که جمع‌آوری کرده‌اید روی یک قاب مربوط به شکلات که دیگر مصرفی ندارد بچسبید و یک قاب عکس بسیار زیبا درست کنید. می‌توانید اول وسط این قاب یک آینه بچسبانید و سپس تزئین را شروع کنید یا این که عکس خود را درون آن بگذارید.

بالای کابینت‌های چوبی خود را با میوه‌های کاج زینت دهید و از این میوه‌های کوچک و بزرگ برای تزئین طاقچه شومینه نیز استفاده کنید. حتی می‌توانید از آن برای زیباتر کردن چوب پرده خود استفاده کنید و دو میوه کاج بزرگ را به دو سمت آن بچسبانید. هر ابتکاری که بخواهید می‌توانید به خرج دهید زیرا میوه‌های طبیعت ساده و ارزان در خدمت زیبایی خانه شما است.

