

چای بابا در زیا مہ ؟

(۱-۱)

آرمان آرپن



مقدمه:

شاید برای‌تان عجیب باشد که ویسپوبیش در هرکاری سر می‌کشد! ولی خُب زندگی یعنی همین دیگر... یک بخش‌اش خوردن است، یک بخش، خواندن! یک بخش شنیدن است و بخش‌های دیگرش، دیدن و گفتن و نواختن. یعنی هزار بُعد دارد و موجود زنده هم که لابد باید چندبُعدی باشد.

برای این چندلایگی، مثلاً می‌توانید یک نگاهی به روابط خودتان بیندازید که از صبح تا شب در چند نقش جورواجور حاضر می‌شوید: با پدر و مادر، با خواهر و برادر. با معلم و مدیر. با فامیل و همسایه. با مغازه‌دار آشنا و غریبه و با همکلاسی‌های دورتر و خلاصه با رفقای صمیمی.

یعنی روابط ما، براساس کسانی که با آنها معاشرت می‌کنیم - کم یا زیاد - فراز و فرودهای خودش را دارد و این به‌هیچ‌وجه دورویی و چندرنگی معنا نمی‌دهد. بلکه خیلی طبیعی است که آن‌طور که با پسرعمو یا دختردایی‌تان رفتار می‌کنید با معلم‌تان حرف نمی‌زنید. یا آن‌جور که با رفیق صمیمی‌تان شوخی می‌کنید نمی‌توانید با مادرتان برخورد کنید. کارها و مسئولیت‌های ما هم همین‌طورند: کارهای خانه و بیرون، کارهای شخصی یا برای دیگران، کارهای رایگان و خدماتی یا پولی و شغلی.

آشپزی یکی از مهم‌ترین کارهاست که دست‌کم روزی دو سه بار، هر شخصی را محتاج به آشپزخانه و کاسه و بشقاب و یخچال و شاید هم رستوران می‌کند!

البته فارغ از اینکه این روزها، رستوران رفتن، زیاد به صرفه نیست، درست که نگاه کنیم، غذای خانگی خوشمزه، لطف دیگری هم دارد.

در بعضی فرهنگ‌ها و خانه‌ها، رسم است که کار آشپزخانه و خانه و خوراک با زنان و مشخصاً مادرِ خانه باشد. با درست و غلط این طرز فکر، فعلاً کاری نداریم و وارد بحث بر سر ظرائفِ آن - که البته خیلی

هم مهم و لازم است - نمی‌شویم. پس این بحث‌های فرامتنی را می‌گذاریم برای بعد، چرا که فعلاً می‌خواهیم به خودِ آشپزی بپردازیم. اینکه مثلاً اگر خواستیم مادر و خانواده‌مان را - پسر باشیم یا دختر فرقی ندارد - با یک غذای خوشمزه، دست‌کم هفته‌ای یک‌بار سورپرایز کنیم، چه چیزهایی می‌توانیم، درست کنیم؟!

بگذارید همین اول بگویم که قصد نداریم ایمیل‌ها و پیام‌های (خدای ناکرده) سوختگی و بریدن دست و انگشت و پریدن روغن به سروکله و چیزهایی از این دست، دریافت کنیم و خلاصه جای اینکه ثواب کنیم، کباب شویم! بلکه هدف‌مان درست کردن غذاهای خوشمزه و مقوی با رعایت همه احتیاط‌ها و آرامش و دقت و نهایتاً شادی و خوشحالی شما و خانواده‌های عزیز شما نوجوانان و جوانان است.

پس اگر چنین نگاهی را می‌پسندید، با خوراک‌های پیشنهادی ما همراه بشوید. یعنی موبه‌مو دستوراتی را که برای‌تان می‌نویسیم، انجام دهید و بعد بروید حالش را ببرید. در ضمن نگران این هم نباشید که غذاها سخت باشند و از پس‌شان برنیايید. ما اصلاً بنا بر همین داریم که یواش‌یواش جلو برویم و کم‌کم سختش کنیم، تا کسی بهانه دستش نیاید که فرار کند!

بنابراین این شما و این هم آشپزخانه‌ی درخت ما که یک جایی آن بالاها، لای شاخ و برگ‌ها پنهان شده، طوری که کسی جز خودمان نمی‌تواند راه ورودی‌اش را ببیند ولی خُب با محبت عالیجناب هوش مصنوعی، این تصویر را برای‌تان طراحی کرده‌ایم تا بدانید چیزی، در این مایه‌هاست:



«تصویر نسبتاً دقیقی از آشپزخانه‌ی توی درخت ویسپوبیش،
که الان از همین جا
برای شما این دستوراتِ خوشمزه را صادر می‌کنیم!»

چی پزیم؟ (۱)

سیب‌زمینی گلوله‌ای [کنار غذا]

سیب‌زمینی؛ (پوست‌گرفته، خُرد کرده) نیم کیلو
زرده‌ی تخم‌مرغ ۲ عدد
سفیده‌ی تخم‌مرغ ۲ عدد
خامه‌ی سفت ۳ قاشق
روغن
نمک و فلفل

سیب‌زمینی را با ۱ پیمانه آب در دیگچه بریزید و ۱۵ - ۲۰ دقیقه، روی آتش ملایم بپزید تا نرم شود. در آب‌کش خالی کنید تا آب آن برود و خنک شود. سپس له کنید و از صافی سیمی بگذرانید. خامه را با زرده تخم‌مرغ و اندکی نمک و فلفل در بادیه بریزید و هم بزنید. سیب‌زمینی را با سفیده تخم‌مرغ زده، روی این مایه بریزید و با قاشق چوبی، آهسته مخلوط کنید تا خمیر شود. به عمق ۳-۴ سانتی متر، روغن در تابه بریزید و روی آتش ملایم داغ کنید.

از خمیر سیب‌زمینی، گلوله‌هایی به اندازه‌ی گردو درست کنید و در روغن داغ بیندازید. پس از آن که گلوله، طلایی شد با قاشق سوراخ‌دار بردارید و روی حوله‌ی کاغذی بگذارید تا روغن آن چیده شود. داغ روی میز اَرْدُور بگذارید [و نوش جان کنید].

چیز مهمی که باید همین جا برای تان بگویم، معرفی کتاب شیرین و زیبایی است که دستور غذای بالا از آن (جلد ۱ - ص ۷۷۰) برداشته شده: «کتاب مُسْتَطَابِ آشپزی؛ از سیر تا پیاز» نوشته شادروان نجف دریابندری با همکاری فهیمه راستکار (دو جلدی - نشر کارنامه) که به نظر من بهترین اثر (کاربردی، علمی و هنری) در آشپزی در زبان فارسی است.

کتاب [به حق] گرانی است و برای همین متأسفانه نمی‌توانم توصیه کنم که حتماً پیدا کنید و بخرید. چاپ چهارم را که حوالی ۱۸-۱۹ سال پیش هدیه گرفتم، ۴۰ هزار تومان قیمتش بود. از آنجا که از آن سال تا بحال همه چیز ارزان‌تر شده، الان در سایت دیدم که قیمتش رسیده به ۲ میلیون و چهارصد هزار تومان.

یعنی ناقابل، شصت برابر شده!

اما هم برای اینکه با نثر و روایت شیوای مرحوم دریابندری آشنا شوید و هم ناخنکی به مطالب دل‌انگیزش زده باشید، باز هم در «چه بپزیم؟» برداشت‌های دیگری از این کتاب حدوداً ۲۰۰۰ صفحه‌ای نفیس و رنگین به شما تقدیم خواهیم کرد.



«تصویری از کتاب نازنین آشپزی مستطاب،

که در جایی ویژه از آشپزخانه‌ی درخت ویسپوبیش، نگهداری و استفاده می‌شود.»

چی پزیم؟ (۲)

کباب تابه‌ای (دیگی) [خود غذا]

گوشت گوساله؛ چرخ‌کرده؛ نیم کیلو

پیاز؛ ریز خُردشده ۲ عدد

سیب زمینی؛ ۲-۳ عدد

گوجه فرنگی؛ ۲-۳ عدد

فلفل سبز یا دلمه شیرین؛ ۲ عدد

زردچوبه (به اندازه کافی)، فلفل سیاه (کم) و نمک (به اندازه نیاز)

پودر عشق (به مقدار بسیار)

پیاز را با رنده یا خُردکن برقی، تا جایی که بشود ریز می‌کنیم. بعد آن را به کاسه‌ای می‌ریزیم که از قبل، گوشت چرخ‌کرده را در آن ریخته‌ایم. ادویه و نمکش را می‌پاشیم و دو دقیقه، خوب ورز می‌دهیم تا حسابی قاطی شود.

بزرگ‌ترین ماهیتابه‌مان را برمی‌داریم و بدون حتی یک قطره روغن، گوشت را در آن پهن می‌کنیم، تا جایی که قطر گوشت‌مان در همه‌جا صاف و یکدست شود و ضمناً تا لبه‌ی دیوارِ تابه نیز پیشروی کند. آن وقت سیب‌زمینی‌ها را از وسط، دو قاچ می‌کنیم و روی گوشت می‌چینیم. گوجه‌فرنگی‌ها را هم همین‌طور در کنار سیب‌زمینی‌ها و سرانجام فلفل‌سبز/دلمه‌های دو قاچ را هم لابلای سیب‌زمینی و گوجه‌ها. (البته اگر طعم و عطر فلفل را دوست دارید، وگرنه که بی‌خیالش!) حالا ماهی‌تابه را روی گاز می‌گذاریم و با شعله‌ی کم، زیرش را روشن می‌کنیم. دَرش را می‌بندیم تا حدود چهل دقیقه، در آب و روغن خودش بپزد. فقط مراقب باشید زیر کباب، نسوزد و ته نگیرد؛ اگر هم لازم شد

زیر تابه، زیرقابلمه‌ای اضافه کنید تا حرارت مستقیم کمتری به گوشت برسد.

اگر در خانه پلوپز دارید، می‌توانید همزمان برنج‌تان را هم درست کنید و اگر نه، کباب دیگری را با نان میل بفرمایید.

کار با پلوپز هم اینجوری‌ست:

۳ - ۴ پیمانه برنج خشک را در ظرف پلوپز بریزید و زیر شیر آب، خوب بشویید. یکی دو بار آب بکشید تا همه‌ی زهر و آرسنیک و دواهایی که می‌گویند برای ماندگاری به برنج می‌زنند، خوب شسته شود. بعدش با آب تمیز و قابل شُرب، تا دو بند انگشت روی حجم برنج، آن را پُر کنید. زیر ظرف پلوپز را خشک کنید که مبادا خیس شده باشد و دستگاه برقی‌تان را بسوزاند یا فیوز را بپراند.

آن را سرجایش بر پلوپز برقی بگذارید و روی حالت پخت (مطابق مکانیسم دستگاه‌تان) قرار دهید. قبل از اینکه درش را ببندید، یادتان نرود مقداری روغن و نمک، بسته به ذائقه‌ی خود و خانواده به آن اضافه کنید. مثلاً یک قاشق غذاخوری از هرکدام. حالا در پلوپز را ببندید و بیست دقیقه‌ای فرصت بدهید تا دکمه‌اش بپرد بالا و برود روی حالت گرم‌کن. بد نیست ده دقیقه بیشتر هم صبوری کنید تا در این حالت، کمی هم توی خودش دم بکشد.

مؤخره:

دستورهای غذا در این بخش، از سرآشپز آ.آ. 😊 و سرآشپزهای عزیز دیگری است که مخصوص دست‌وپنجه‌ول شما بچه‌های گل، نوشته، انتخاب یا تنظیم شده‌اند.

پس لطفاً وقتِ درست کردن شان:

از فرطِ گُشنگی، هول نشوید. خودتان را نسوزانید، نَبُرید، زخمی نکنید و تاول نزنید. آشپزخانه را به گند نکشید؛ یعنی کابینت‌ها را بهم نریزید و جای چیزها را طوری عوض نکنید که بعدش دیگر پیدا نشوند! هر ظرفی را بعد از استفاده، در نخستین فرصت بشویید و خشک کنید و سرجایش بگذارید، طوری که سینک‌تان همیشه خالی و مرتب باشد.

کار را که کرد؟ آن که تمام کرد! بنابراین یادتان باشد که:

بعد از آشپزی، نباید ناله و نفرین اهل خانه، پشت سر آدم باشد!
بعد از آشپزی باید نشست پای سفره و میز غذا، نه اینکه مشغول بانداپیچی و چسب‌کاری شد!

و بعد از خوردن دستپختِ خوب شما هم باید گفت:

«نوش جان عزیز دل، خدا قوت!»

یادتان نرود از غذاهایی که می‌پزید، برای «اینستاگرام ویسپوبیش»، فیلم و عکس بگیرید و تجربه‌های متنی‌تان را هم به بخش «پیام‌های شما» بفرستید.

خدانگهدار تا «چی بپزیم» بعد؛

آ.آ و شرکای خوش‌خوراک

۳ تیر ۱۴۰۳