

چی بپزیم؟

ویسپوبیش،
سال ۱، شماره ۷

آرمان آرین

مقدمه:

همان طور که دست می‌انداختم تا کرفس‌های تازه را از سرشاخه‌های درخت اساطیری ویسپوبیش که به داخل آشپزخانه‌مان آمده بود، بچینم، یکهو به ذهنم رسید که راستی کرفس، عجب گیاه خوش‌عطر و مفیدی است! گویا چند نوع مختلف نظیر همین کرفس معمول و کرفس کوهی و... هم دارد و استفاده از آن از دیرباز رواج داشته است. هم برای رژیم‌های غذایی مفید است، هم برای سالاد و هم غذا. ضمن اینکه آب کرفس هم خواص



درمانی بی‌نظیری دارد.

در همین فکرها بودم که طبق معمول، از لای پنجره‌ی آشپزخانه‌ی ما در یکی از طبقات میانی درخت ویسپوبیش، عالیجناب جُغدِ سفید به داخل سرک کشید. معمولاً این کار را می‌کند و آنجا می‌نشیند و بعد پَرّ و پَرّ با چشم‌های درشتش مرا به وقت آشپزی تماشا می‌کند!

من هم از وقتی که مسئولیت روی صفحه‌ی اصلی سایت نشریه، در بخش سرگرمی را به او داده‌ام و همه مخاطبان، برای رسیدن به «چی ببینیم و چی بگوئیم و چی بازیم و چی بنویسیم و چی بپزیم و چی بخونیم؟» باید روی عکس ایشان کلیک کنند، ارادت خاصی بهشان پیدا کرده‌ام طوری که دیگر رویم نمی‌شود لای پنجره را ببندم و از زیر نگاه باباقوری ایشان خلاص شوم! البته جناب جُغد بسیار دانشمند هستند و خیلی دوست دارند ازشان چیزهایی پرسیده شود که بتوانند جواب بدهند. پیر شده‌اند و این دست اختلاطها خیلی خوشحال‌شان می‌کند. یک جورهایی می‌شود گفت که دیگر این روزها مونس و رفیق و دستیار من در آشپزخانه‌ی درخت ویسپوبیش شده‌اند.

برای همین، پس از چاق‌سلامتی‌های معمول، همین فکرهایم درباره کرفس را به او گفتم تا لختی اندیشه کرد و گفت: «راستش آدم‌ها خیلی وقت است کرفس می‌خورند! تا جایی که من یادم می‌آید عالیجناب بادِ شمال، اول‌بار، دانه‌های کرفس را بُرد به طرف آن دریای بزرگ که اسمش... هوهو... اسمش...»
کله‌اش را یک دور درجا چرخاند و سخت به فکر رفت. پیر شده و گاهی اینطور می‌شود که وقتی چیزی یادش می‌رود، به تته‌پته و هوهو می‌افتد: «مدی... مدیت... هوهو... مدیت...»
گفتم: «مدیترانه؟»

سینه‌ای صاف کرد و با اعتمادبه‌نفس ادامه داد: «بله، منظورم همان است! گمانم یک جایی در ایلید و اودیسه هومر هم اسم این گیاه را دیده باشم ولی در ایران تا جایی که یادم هست، پیش از رسیدن کرفس معمول این روزها به واسطه‌ی مسافران و بازرگانان، از کرفس کوهی هزاران سال است که استفاده می‌شود. اما دقیق‌ترش را بخواهم بگویم... هوهو... ۱۰۰۰ سال پیش‌تر و بیشتر است که مردم ایران از کرفس معمول استفاده می‌کنند. بگذار نام کتابش را دقیقاً به یاد بیاورم... هوهو...»

چون اسم کرفس در بُدهش و اوستا نیست. یعنی تا جایی که حضور ذهن دارم، اولین جایی که در کتاب‌های ایرانی آمده در «الابنیه فی حقایق الادویه» نوشته منصور موفق هروی



است... بله! هوهو... خودِ خودش است. همانجا بعد از کدو و خیار و پیش از گشنیز و لوبیا چشم بلبلی، اسم کرفس آمده!»
گفتم: «پس مبنایی ندارد که تخیل کنیم، مثلاً مادها یا ایلامی‌های باستان برای خودشان یک جور خورش کرفس شبیه ما درست می‌کرده‌اند؟»
هوهویی کرد و ۳۶۰ درجه کله‌ای گرداند و گفت: این خورش کرفس جنابعالی را خیر! این را از زمان سامانیان خیال کنید، مُستندتر است! یعنی همان موقعی که جناب موفق اهل شهر هرات، کتاب داروشناسی‌اش را می‌نوشت؛ حالا شاید هم کمی قبل‌ترش...

همان‌طور که کرفس‌های تر و تازه‌ای را که از شاخه‌های جادویی مادر درخت‌های جهان چیده بودم، می‌شستم و خُرد می‌کردم، گفتم: «به پاس این اطلاعات خوبی که به بچه‌های ویسپوبیشی ما دادید، وقتی خورش‌مان حاضر شد، یک کاسه مهمان ما خواهید بود عالیجناب جُغد سفید شاخدار!»
هوهویی کرد و خندید. گمانم بیشتر از روی ادب بود تا خوشحالی. آخر بعید است که غذای موردعلاقه‌ی جغدها خورش کرفس با چلو و پلوی سفید باشد؛ آنطور که مثلاً برای سرآشپز آ.آ موجب مسرت و لذت است!

خورشِ کرفس با مرغ

- مرغ (سینه و ران)، ۱۰ تکه متوسط بدون استخوان (برای چهار نفر)
- کرفس بزرگ، یک بوته (ساقه و برگ‌ها)
- روغن زیتون (یا مایع) به مقدار لازم برای سرخ کردن مواد اولیه
- گردِ نعنای خشک، سه قاشق غذاخوری
- آبلیمو (ترجیحاً تازه)، به ذائقه‌ی خاندان (مثلاً آبِ یک لیموی درسته‌ی کوچک یا معادلش چهار قاشق غذاخوری، آبلیموی آماده)
- زردچوبه، کم نه!
- نمک، به ذائقه‌ی اهل خانه
- فلفل سیاه، نیم قاشق چایخوری
- پودر عشق بیش باد!



همه چیز از دیدن یک بوته کرفس خوش‌آب‌ورنگ و تازه در بازار آغاز می‌شود! کرفس به شما چشمک می‌زند و شما هیپنوتیزم می‌شوید. فوری دست‌تان می‌رود به جیب‌تان و اندکی بعد درحالی‌که آن را زده‌اید زیربغل‌تان، در آشپزخانه ایستاده و غرق در رویای یکی دو ساعت بعد هستید!

بنابراین فوراً دست به کار می‌شوید و تا ساقه‌هایش را جدا و برگ‌هایش را جدا می‌شوید و ساقه‌ها را به قطعه‌های هلالی یکی دو سانتی‌متری (نه خیلی ریز، نه زیادی درشت) خرد می‌کنید، تکه‌های مرغ را نیز در یک قابلمه‌ی بزرگ به روغن می‌ریزید و تفت می‌دهید تا طلایی شوند.

بعد آنها را جمع می‌کنید و در همان قابلمه‌ی بزرگ و روغن مرغ‌ها، ابتدا ساقه‌ها را تفت می‌دهید. پنج دقیقه بعد، ساقه‌های نیم‌سرخ‌شده را زیر و رو می‌کنید و برگ‌های تقریباً ریز خردشده‌ی کرفس را هم به آنها اضافه می‌کنید و تفت می‌دهید. در اینجا اگر لازم است کمی روغن اضافه می‌کنید.

هشتاد درصد سرخ‌شدگی کرفس (ساقه و برگ با هم) که کامل شد، گرد (پودر) نعناع خشک را هم به آن اضافه می‌کنید و هم می‌زنید. دو دقیقه بعد، زردچوبه را می‌ریزید و کمی بعد که از سرخ‌شدگی کرفس‌ها راضی شدید، تکه‌های سرخ‌شده‌ی مرغ را به قابلمه برمی‌گردانید.

حالا اصل ماجرا، توی قابلمه‌ی عزیز ماست و فقط مانده چند کار کوچک دیگر: چند کاسه آب یعنی تا حدی که یک بند انگشت روی تمام موادمان را بپوشاند، به قابلمه می‌ریزیم و سپس مقداری آبلیمو، نمک و تمام!



خورش کرفس، دست‌پخت نگارنده
۶ آذر ۱۴۰۲

در قابلمه را می‌گذاریم و زیر شعله را زیاد می‌کنیم تا خورش به جوش بیفتد. بعد شعله را متوسط رو به کم می‌کنیم و دیگر تا نیم‌ساعت، آزادش می‌گذاریم که خوش‌خوشان بپزد. بعد فقط آبش را زیر نظر می‌گیریم تا اگر لازم بود، یک کاسه دیگر آب به آن اضافه کنیم و پخت را نیم‌ساعت دیگر ادامه می‌دهیم. این خورش را زیاد هم نمی‌زنیم، فقط در حدی که با کفگیر چوبی سر صاف، محتویات کف دیگ کمی جابجا شود تا نچسبد و ته نگیرد.

خورش کرفسِ اَعْلَا، وقتی آماده است که نه آبکی باشد و نه خشک. بی‌آنکه آب و دان آن از هم سوا باشند، آب و روغنش به چشم بیایند و کرفس و مرغش هم خوب پخته باشند. بعضی‌ها این خورش را با گوشت هم درست می‌کنند که آن هم عالی می‌شود. بعضی هم به خورش کرفس، پیاز داغ و رب‌گوجه می‌زنند که سرآشپز ویسپویش گرچه با این کار مخالفتی ندارد ولی توصیه‌اش هم نمی‌کند.

لازم به ذکر نیست که این خورش با برنج سفید خورده می‌شود، بنابراین چه در پلوپز و چه به‌صورت آبکش (که در شماره‌های قبلی شرح‌شان آمده) پلو زعفرانی را نیز هم‌زمان و ترجیحاً با ته‌دیگ نان یا سیب‌زمینی آماده می‌کنیم تا با آماده شدن خورش، بشود اهل خانه را صدا کرد و نشست پای سفره و میز!

توصیه آخر هم البته سلیقه‌ای است: این چلو و خورش را همراه با پیاز یا پیازچه خام میل بفرمایید و لذت‌ش را دوچندان کنید.



خورش کرفس، دست‌پخت نگارنده
۲۶ اردیبهشت ۱۴۰۲

مؤخره:

دستورهای غذا در این بخش، از سرآشپز آ.آ. یا سرآشپزهای عزیز دیگری است که مخصوص دست‌وپنجهول شما بچه‌های گل، نوشته، انتخاب یا تنظیم شده‌اند. پس لطفاً وقت درست کردن‌شان:

از فرط گشنگی، هول نشوید. خودتان را نسوزانید، نبرید، 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 بشوید و خشک کنید و سرجایش بگذارید، طوری که سینک‌تان همیشه خالی و مرتب باشد.

کار را که کرد؟ آنکه 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 باندپیچی و چسب‌کاری شد!

و بعد از خوردن دستپخت 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 جغد سفید

۱ دی ۱۴۰۳