

چی بپزیم؟

ویسپوبیش،
سال ۲، شماره ۱

آرمان آرین

مقدمه:

کوچک که بودم، یکی از رویاهایم، داشتن یک اتاق پُر از سیبزمینی سرخ کرده بود! کم کم حجمش فروکش کرد و اتاق که نه، به یک تگار و دست کم یک دیس بزرگ هم راضی شدم.

یادم هست که حتی یک بار یا بیشتر از خانواده ام خواسته بودم که بجای کادوی تولد، یک سینی بزرگ «سیبزمینی سرخ شده» به من هدیه دهند! تصویری از چنین سینی ای در



ذهنم نمانده، عکس و خاطره‌ای هم از آن در دسترس نیست... بنابراین باید این‌طور نتیجه گرفت که هرگز چنین سینی‌ای به بنده پیشکش نشد!

حالا سال‌ها از آن روزها گذشته ولی هر بار که ظهر یا شام، بر سر انتخاب اینکه چه باید پخت، بر سر دوراهی شیرین انتخاب قرار می‌گیرم، سیب‌زمینی‌سرخ‌کرده برایم یک شاخص است! یعنی غذاهایی که سیب‌زمینی سرخ‌شده دارند یا می‌توانند داشته باشند، در فهرست اولویت‌های من قرار دارند! منظور از غذاهایی که می‌توانند سیب‌زمینی‌سرخ‌کرده داشته باشند، آنهایی هستند که معمول نیست با سیب‌زمینی‌سرخ‌شده سرو شوند اما طبیعت‌شان جور است که با این سرخ‌کردنی دل‌انگیز همراه گردند!

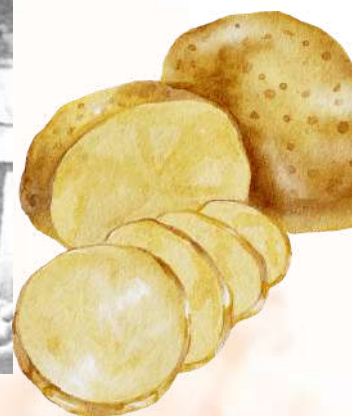
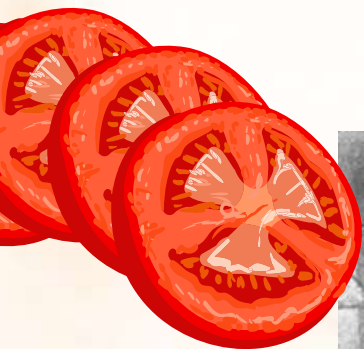
به این می‌گویم «**قاعده‌ی سیب‌زمینی‌سرخ‌کرده**» که از جمله برایم در این غذاها معنی دارد: همیشه با زرشک‌پلو و مرغ، همیشه با بیج‌بیج، گاهی روی ماکارونی، گاهی در کنار مرغ بریان یا کتلت و...

خلاصه در هیچ وعده‌ای، فرصت همراهی با سیب‌زمینی‌سرخ‌کرده برای من از دست نمی‌رود و اینک که بادهای بهاری در حال وزیدن برفراز دریای فراخکرت‌اند و نسیم‌های خوش، خبر از فرا رسیدنِ نوروزی دیگر می‌دهند، برای انتخاب نوع خوراک و نوشتن در «چی بپزیم؟» ویسپوبیش هم، دست به دامان قاعده‌ی سیب‌زمینی‌سرخ‌کرده می‌شوم تا به یکی از مشهورترین خورش‌های ایرانی در این زمینه برسم:

خورش قِیمه (برای چهار نفر)

- گوشتِ تکه‌ای، ۲۵۰ گرم (گوسفندی یا گوساله به انتخاب شما)
- پیاز، ۱ عدد بزرگ
- لپه، ۱ پیمانه
- رُب گوجه‌فرنگی، ۲ قاشق غذاخوری پُر
- لیمو عَمّانی، ۴ عدد درسته (یا به همان اندازه، پَرکِ تخم درآورده)
- زعفران، به مقدار کافی (که به خورش رنگ و عطر دهد)
- نمک، فلفل سیاه، زردچوبه و روغن (ترجیحاً زیتون) به مقدار کافی و ذائقه خانواده
- دارچین، ۱ قاشق غذاخوری
- سیب‌زمینی، ۲ عدد بزرگ
- پودر عشق، بیش باد و کم مباد!





ورود سیب‌زمینی به ایران در زمان قاجار

خورش قیمه انواع گوناگونی دارد، از خورش قیمه سنتی و معمول با لپه که موضوع این شماره ما هم هست تا قیمه به، قیمه آلو، قیمه بادمجان، قیمه رشتی، قیمه تبریزی، قیمه جنوبی، قیمه کنگر، قیمه‌پلو و قیمه نثار قزوینی تا قیمه‌های هندی و... که اگر به تفصیل هر کدام از آنها علاقه‌مند بودید می‌توانید به کتاب مستطاب آشپزی مراجعه فرمایید؛ (اثر شادروان نجف دریابندری - انتشارات کارنامه - جلد یکم - فصل ۵۷ - صص ۸۵۰ تا ۸۵۸)

در میان همه اینها، قیمه‌ی کلاسیک و مشهور تاریخچه نامشخصی دارد؛ اگر واژه قیمه را مدنظر دهیم، ردّ پای زبان ترکی را در آن می‌یابیم که البته این فقط در نام آن مشهود است و اثری از این خورش ایرانی در فرهنگ ترکان آسیای میانه تا ترکیه امروزی به چشم نمی‌خورد. بلکه این نوع از خورش که همراه با برنج خورده می‌شود مختص فرهنگ ایران و هند است و خود ترک‌های خارج از ایران، شناختی از آن ندارند. از همین می‌شود فهمید که تنها در نامگذاری چنین ارتباطی باقی مانده و این احتمالاً به دلیل قرون طولانی حکمرانی تورانیان، پس از برچیده‌شدن سلطه‌ی تازیان بر ایران بوده است.

از آنجایی که هر خوراک یا غذا، بسان پدیده‌ای فرهنگی، زنده و پویاست، با گذر زمان و ورود محصولات تازه بر اثر وقایع مختلف تجاری و سیاسی و اجتماعی یا با حرکت در شهرها و مناطق مختلف که محصولات گوناگونی دارند و سلايق و ذائقه‌های خاصی در آنهاست، به شکل‌های تازه‌ای تغییر می‌کند که خاص یک اقلیم تواند بود. روندی که به خوبی می‌توان آن را در خورش قیمه‌ی ایرانی دید و تکامل آن را با ورود

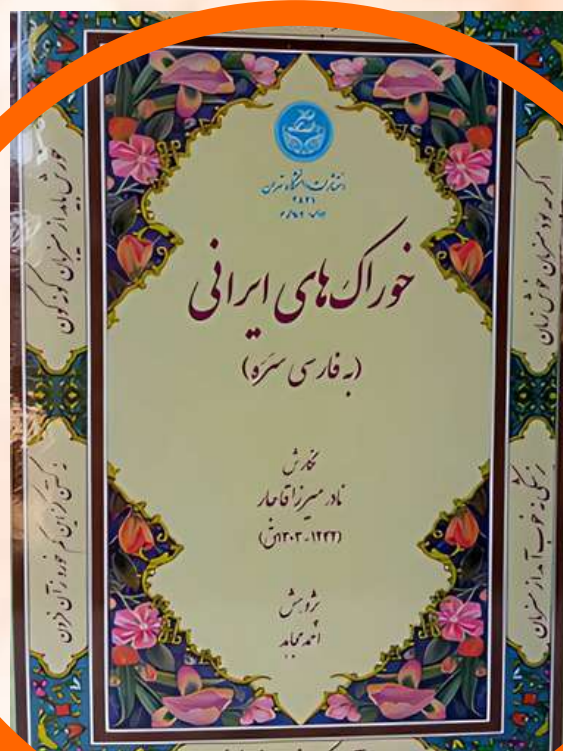
گوجه‌فرنگی (به روایتی در سال ۱۲۶۱ خورشیدی) و سیب‌زمینی (با سیر تکاملی آن از پرو و بولیوی به اروپا و سپس ایران در زمان فتح‌علی‌شاه) نگرست. دو جزء جدایی‌ناپذیر امروزی برای قیمه کلاسیک ایرانی که هر دو تا پیش از قاجار، در ایران شناخته شده نبودند.

اما اساس خورش قیمه را فارغ از نامگذاری ترکی و اجزاء فرنگی و آمریکای جنوبی‌اش، مربوط به دوران ساسانی دانسته‌اند. چنان‌که شاردن فرانسوی در سفرنامه‌ی خود که آن را در دوره صفویان نوشته، از «خورشتِ قیمه» به عنوان یکی از غذاهای رایج در ایران صفوی نام می‌برد.

(مقاله خورش قیمه و تاریخچه آن - سایت ساعت ۲۴ - کد خبر ۴۱۸۶۹۸ - ۲۶ دی ۱۳۹۷)

نادر میرزا قاجار هم در کتاب خود به نام «خوراک‌های ایرانی» یا «کارنامه خورش»، که آن را با همسرش نوشته - و در جای‌جای اثر، او را خانه‌خدای، کدبانو، بانوی سرای و بانوی من مورد خطاب قرار داده - خورش قیمه را «شاهنشاه خورش» نامیده و درباره آن نگاشته است: «شاهنشاه خورش‌ها، خورشی است بس نیکو و بامزه و گوارنده و پسندیده هرکس که به آن خورش قیمه گویند و از ساسانیان مانده. گوشتِ فربه، باید که آن را به کارد، پاره کنند، به دیگ‌دان ریزند با روغن بتابند و بعد پیاز و نیمه‌نخود (لپه) اضافه کنند و سپس آب را. زعفران به آب سوده و داروها (ادویه) در آن افشانند. این راه پختن ساده‌اش بود. اما اگر لیمون عمان و بادنگان (بادمجان) در آن افکنند به هنگام نیم‌پخت شدن گوشت و نیمه‌نخود، نیکوترین خورش‌ها شود و آن خورشِ قیمه‌بادنگان است.»

(خوراک‌های ایرانی - نادر میرزا قاجار - پژوهش احمد مجاهد - انتشارات دانشگاه تهران) یا (کارنامه خورش - نادر میرزا قاجار - به کوشش نازیلا کاظمی - انتشارات اطراف)



پس از این معلومات مقدماتی، خوب است برویم سراغ طبخ خورش قیمه‌مان که حتماً خورندگانش گرسنه‌اند و پای سفره و میز به انتظار! پس در قابلمه‌ای نه کوچک و نه بزرگ، روغن می‌ریزیم و پیاز ریز خردشده

را در آن تفت می‌دهیم. جمع می‌کنیم و بعد همانجا تکه‌های گوشت‌مان را آنقدری تفت می‌دهیم که طلایی شوند. سپس گوشت را نیز جمع می‌کنیم و باز این بار، لپه‌ها را تفت مختصری می‌دهیم تا بوی خامی‌شان برود.

سپس لپه را در کاسه‌ای جمع می‌کنیم و این بار گوشت تفت‌داده و پیازداغ را به قابلمه برمی‌گردانیم و آنگاه روی‌شان مقداری آب می‌ریزیم و درش را می‌بندیم. سپس یک ساعتی گوشت را با شعله متوسط می‌پزیم تا به اندازه ۷۰ درصد بپزد. (ساعت پخت گوشت به نرمی و سفتی آن، گوساله و گوسفند بودنش و یا استفاده شما از زودپز یا قابلمه معمولی برمی‌گردد و بنابراین قاعده خاصی ندارد.)

سپس دوباره آب خورش را اندازه می‌کنیم، جوری که دو بند انگشت روی موادمان آب ایستاده باشد. آنگاه لپه تفت داده را به گوشت و پیازداغ می‌افزاییم و لیمو عمانی و رُب گوجه‌فرنگی را نیز به قابلمه می‌ریزیم. در قابلمه را می‌بندیم تا نیم‌ساعت، چهل دقیقه دیگر با شعله متوسط برای خودش بپزد.

در این مرحله و همزمان می‌توانیم فکر پلوی‌مان را بکنیم و دمی یا آبکش، آن را بار بگذاریم که با آماده شدن خورش، آن نیز آماده باشد.

سپس برای بار سوم سراغ قابلمه می‌رویم و آبش را اندازه می‌کنیم، منتها جوری که این بار یک بند انگشت آب روی موادمان باشد. سپس زعفران، نمک، فلفل سیاه، زردچوبه و دارچین را نیز به خورش اضافه می‌کنیم و این بار با شعله کم، برای نیم ساعت رهایش می‌کنیم تا بپزد.

در این نیم‌ساعت که برای جا افتادن خورش است، می‌رویم سر وقت سیب‌زمینی‌مان و آن را خلالی می‌کنیم. در ماهیتابه با روغن بیشتر یا در هواپز با اندکی روغن و نمک، سرخ‌شان می‌کنیم تا تر و تازه و برشته، همزمان با جا افتادن خورش‌مان، آنها نیز آماده نشستن بر ظرف خورش باشند.

جاافتادگی خورش به این است که آب و دان‌اش از هم جدا نباشد و کمی به روغن نشسته و غلظت آب مناسب با حجم خورش باشد. مواد داخل خورش، عطر و طعم همدیگر را به جان گرفته باشند و خلاصه، حس استقلال‌خواهی و جدایی‌طلبی در بخش‌های غذا نباشد!

چنین خورشی را در کاسه یا ظرفی با عمق مناسب می‌کشیم و با سیب‌زمینی خلالی سرخ‌شده - نه زیاد برشته شبیه چیپس و نه سفید و خام مانده - تزئین می‌بخشیم.

سپس همراه با برنج سفید زعفرانی و ته‌دیگ و شاید هم سالاد شیرازی به سر میز و سفره می‌بریم. نوش جان همه‌ی خورندگان و پزندگان!



خورش قیمة دستپخت نگارنده - زمستان ۱۴۰۳

مؤخره:

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

از فرطِ 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 بشویید 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 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 پزیم» بعدی؛

آ.آ. و دوستان بهاری

از آشپزخانه‌ی توی درخت ویسپوبیش،

نوروز ۱۴۰۴