



در کشور ما ایران، سفره نقشی کانونی دارد. انگار که همه چیز گرداگرد سفره قابل جمع شدن است. اگر دقت کنید می‌بینید که هرمناسبتی سفره خاص خودش را دارد. برای مثال سفره هفت‌سینی که به مناسبت نوروز انداخته می‌شود. حتی آیین‌های مذهبی ما هم سفره خاص خود را دارند. به‌غیراز این، سفره جایی است که خانواده عملاً دور هم‌دیگر جمع می‌شوند. مادر و پدر جای مخصوص به خود را دارند و بالا و پایین سفره، جایگاه افراد را تعیین می‌کند.

نگاهی به خوراک و آداب و رسوم آن

غذای ایرانی نماد کیمیاگری ایرانی‌هاست

سید محمد بهشتی شیرازی
عضو شورای عالی میراث
فرهنگی و گردشگری و رئیس
کمیته ملی ایکوم ایران

است. در بحث غذا هم باید گفت غذای ایرانی تنها به‌منظور سیر کردن شکم تهیه نشده است. مثلاً شله زرد را در نظر بگیرید. کسی شله زرد را به‌منظور برطرف کردن گرسنگی نمی‌خورد. غذایی که مقابل شماست تنها عطر است و طعم و رنگ. این اوج کیمیاگری است. غذای ایرانی این است. نه اینکه در غذای ایرانی از ادویه استفاده نشود، ولی دستور پخت آن این است که مواد عطر و طعم طبیعی خودشان را آشکار کنند. برای مثال طرز پختن برنج در ایران را در قیاس با دوالگوی دیگر در نظر بگیرید. برنجی که در ایران پخته می‌شود لطیف‌تر است. برنج همان برنج است اما کیفیت پخت آن تفاوت دارد. در الگوی غذای ایرانی عطر و طعم خود برنج در فرآیند پخت آشکار می‌شود.

مزه‌های سفره ایرانی: مربا و ترشی

در ایران غذا باید زیبا و لطیف و پر از رنگ و بو باشد. یعنی اساساً با یک پدیده زیبایی‌شناسانه سروکار داریم. به‌غیر از این در فرهنگ خوراک، ما ایرانی‌ها، به‌غیر از غذا چیزهای دیگری هم برسر سفره می‌گذاریم. چیزهایی مثل انواع ترشی و مربا. اگر به این چاشنی‌ها هم دقت کنید می‌بینید که از خصوصیت کیمیاگری برخوردارند. این‌ها هم مشمول قسمی کیمیاگری شده‌اند. مربا با کمپوت یا مارمالاد تفاوت ماهوی دارد. در مربا انگار مادیت میوه گرفته شده و در مقابل در آن تالابویی

ندارد. همچنین غذا تا رسیدن به بشقاب شما فاصله کوتاهی را طی می‌کنند و خیلی زود آماده می‌شود. این ویژگی هم برای غذاهای چینی قابل ذکر است و هم برای غذای اروپایی. در غذای چینی هم عطر و طعم غذا در قالب انواع و اقسام سس‌ها، به آن اضافه می‌شوند. برای مثال عطر و طعم خود برنج بیرون کشیده نمی‌شود. اگر عطری در غذای چینی وجود دارد با کمک سس‌ها و ادویه‌جات به آن افزوده شده است.

خوراک ایرانی: ضیافت طعم و رنگ و بو

در غذای ایرانی تفاوتی بارز وجود دارد و آن این است که اجزای تشکیل‌دهنده این غذا، با همدیگر ترکیب شده‌اند. در اغلب موارد به راحتی نمی‌توان تشخیص داد که این غذا از چه موادی تشکیل شده است. برای مثال اگر غذایی مثل فسنجان را جلوی کسی بگذارید که تا به حال فسنجان نخورده است برای این شخص قابل تصور نیست که فسنجان از ترکیب رب انار، گردو و مقداری گوشت مرغ تهیه شده باشد. زیرا اجزای فسنجان با همدیگر ترکیب شده‌اند. به همین دلیل مدت زمان پخت غذای ایرانی طولانی‌تر است. زیرا این ترکیب باید بین مواد اولیه آن اتفاق بیفتد. می‌توان نتیجه گرفت که غذای ایرانی نماد کیمیاگری ایرانی‌هاست. خصوصیتی که در فرهنگ ایرانی وجود دارد، خصوصیت کیمیاگری است و اوج این کیمیاگری شاعرانگی

نگاهی به سفره اروپایی و چینی

سفره با خوردن ملازمت دارد. در مقیاس جهانی در بحث غذا و آشپزی سه الگوی اصلی پیش روی ماست. یکی الگوی شمال مدیترانه است که شامل کشورهای اروپایی می‌شود. الگوی دیگر، الگوی آسیای شرقی به مرکزیت چین است و یک الگو هم الگوی ایرانی است. تمام منطقه خاورمیانه، شمال آفریقا تا هندوستان همگی زیرشاخه‌هایی از الگوی ایرانی هستند. این الگو به هرجایی که رفته است یک‌سری خصوصیات پیدا کرده و یک چیزی در آن پررنگ‌تر شده است. در یک جا شیرین‌تر شده است، در یک جا تندتر و در جای دیگر چرب‌تر. ولی همه آن‌ها زیرمجموعه‌هایی از خانواده غذای ایرانی هستند. همچنان که در سراسر اروپا غذاهای متنوعی را می‌بینیم ولی همه از یک الگوی اصلی پیروی می‌کنند که همان الگوی مناطق شمالی اروپاست. در آسیای شرقی هم مابین غذاهای ژاپنی با چینی و کره‌ای تفاوت‌هایی وجود دارد ولی همه در ذیل غذای چینی قرار می‌گیرند. تفاوت این الگوها با همدیگر این است که در الگوی غذای اروپایی، چیزهایی که در بشقاب قرار می‌گیرند فاصله کمی با صورت طبیعی‌شان دارند. مثلاً اگر این غذا گوشت است، فاصله کمی با شکل طبیعی خودش دارد و به راحتی قابل شناسایی است. گوشت را معمولاً یا سرخ می‌کنند یا کباب می‌کنند یا به صورت آب‌پز درمی‌آورند و وقتی به ظرف‌تان نگاه کنید با سایر مواد غذایی آمیخته نشده است. برطبق این الگو در بشقاب شما همه چیز از هم تفکیک شده است. در این نوع غذا، معمولاً عطر و طعم را به غذا اضافه می‌کنند یعنی طعمی که در این غذا وجود دارد متعلق به خود مواد غذایی نیست. در الگوی غذای چینی، مواد اولیه با همدیگر مخلوط می‌شوند. این غذا در نگاه اول چیز جدیدی است ولی با دقت بیشتر می‌توان گوشت و لوبیا و سایر اجزای آن را از همدیگر تشخیص داد. در اینجا هم همانطور که در خوراک اروپایی گفته شد، غذا تفاوت چندانی با صورت اولیه و طبیعی خود

