

تغذیه از نخود آب تا آبگوشت

لطف دیزی‌های حمامی آن بود که کسانی که بر سر یک ظرف می‌نشستند، دست‌های تمیزی داشتند.



همشهری آنلین: لطف دیزی‌های حمامی آن بود که کسانی که بر سر یک ظرف می‌نشستند، دست‌های تمیزی داشتند.

آشپزی به معنای یک هنر ظریف و شیوه پخت‌وپزی که فرانسوی‌ها آن را هنری عالی (Haute Cuisine) می‌نامند، در بیشتر جوامع، ابتدا در دربار پادشاهان و خانه‌های اشراف پرورانده شد، سپس به میان لایه‌های پایین‌تر جامعه راه پیدا کرد. اما به نظر می‌رسد، آشپزی ایرانی در این میان یک استثناست. زیرا جدای از لطیفه‌پردازی‌هایی که درباره تفاوت میان غذای اشراف و مردم عادی وجود داشته، فرق میان آشپزخانه‌های اشرافی با مطبخ‌های مردمی، نه تفاوت در نوع غذا و شیوه پخت‌وپز که در کیفیت و مقدار مواد به کار رفته بود. اتفاقاً آبگوشت که بنا بر ظرفش به آن دیزی هم گفته می‌شود، یکی از همان غذاهاست. اگرچه تاریخچه مستندی از آبگوشت در دست نیست، اما همین نکته که غذاهای درباری و اعیانی همواره طی مراحل مفصل تهیه می‌شده، اما آبگوشت را به سادگی تنها باید بارگذاشت؛ می‌تواند دلیلی بر مردمی بودن آن باشد.

نخودآب؛ پدربزرگ آبگوشت

«#غذای عمومی ایرانیان غذایی است از گوشت، سبزی و نخود پخته شده است که آن را قبل از پلو سرسفره می‌آورده‌اند«. این جملات ژان شاردن جهانگردی فرانسوی است که اواخر دوره صفوی از ایران بازدید کرده و غذایی شبیه آبگوشت امروزی را غذای قالب ایرانیان توصیف کرده است. علاوه بر شاردن، یاکوب پولاک پزشک و جهانگردی که در دوره قاجار از ایران بازدید کرده، طعم آبگوشت ایرانی را چشیده است: «#گوشت را در آب می‌پزند و نخود در آن می‌ریزند؛ به آن نخودآب یا آبگوشت می‌گویند. آن را با قسمتی از گوشت سرسفره می‌آورند«.

می‌گویند علی‌اکبرخان آشپزباشی که در دوره سفرهای پولاک، از آشپزهای معروف ناصرالدین شاه بوده، 14 نوع مختلف آبگوشت بار می‌گذاشت. در روزهایی هم که شاه و درباریان به بیلاق می‌رفتند، بساط آبگوشتی با گوشت گوسفندان بیلاق و سبزیجات معطر به راه می‌انداخت که محبوب سلطان بود و پای ثابت سفره بیلاقی. کم کم آوازه این آبگوشت از قصر فراتر رفت و به آبگوشت بیلاقی معروف شد.

اما قدیمی‌ترین سندی که در آن به آبگوشت اشاره شده، دیوان اطعمه است، که در قرن نهم هجری به آبگوشت اشاره‌ای می‌کند. در باب پنجم کتاب کارنامه، از رساله‌های آشپزی دوره شاه اسماعیل صفوی هم به آبگوشت پرداخته شده. این کتاب که برای یکی از اشراف آن دوره نوشته شده بود، در صفحاتی که به توصیف «#نخودآب«ها می‌پردازد به آبگوشت اشاره می‌کند. حاج محمدعلی باورچی بغدادی در صفت نخودآب رقیق و غلیظ مختصری به توضیح نحوه پخت آبگوشت می‌پردازد: «#بیارند گوشت بره فربه و سان سان(قطعه قطعه) کنند و آب به قدر حاجت در دیگ کنند. چون آب گرم شود، گوشت را پاک بشویند و بیندازند و کف بگیرند و نخود بَلغَر کرده یا مَقَشَر (بدون پوست) در دیگ بیندازند و پیاز قیمه و دارچینی و زنجبیل و فلفل داخل کنند و کوفته ریزه بیندازند. در محل گوشت رسیدن، اسفناج بیندازند و سر به دم کنند و مصطکی(نوعی صمغ خوشبو) به آب سرد بکوبند و بیندازند، خوب بود«.

بُزباش تا آبگوشت اسپانیایی

در ادبیات مردم، از دیزی و آبگوشت بیشتر از دیگر غذاهای ایرانی می‌توان سراغ گرفت. ضرب‌المثل‌هایی مثل: در دیزی باز است، حیای گربه کجاست: حد خود را نگه داشتن، آب دیزی را زیاد کردن: چیزی بر ماحضر افزودن. پسرخاله دسته دیزی کسی شدن: خود را به کسی چسباندن. دیزی از کار در آمدن: مجرب و ماهر بودن. دیزی پشت سر کسی شکستن: آرزوی بازنگشتن کسی را داشتن و... اینها نشانه‌هایی بر همه گیر بودن و نفوذ این غذا در میان ایرانیان است. چراکه در شرایط تاریخی که کتاب و دست نوشته به راحتی از بین می‌رفته، یکی از بهترین منابع برای پژوهش درباره زندگی روزمره مردم، همین فرهنگ ضرب‌المثل‌هاست. فرهنگی که البته به فراخور جغرافیا و محل سکونت اقوام مختلف هریک رنگ و شکلی خاص به خود می‌گرفته است.

آبگوشت به تناسب فصل و منطقه‌ای که در آن پخته می‌شود و ذوق طبخ، شکلی و طعمی متفاوت به خود می‌گیرد و این راز

فراگیربودن آبگوشت آشپز ایرانی است. آنچه امروز به نام مطلق آبگوشت شناخته می‌شود، ترکیب تازه‌ای است که با ظهور گوجه فرنگی و سیب زمینی رواج یافت و کم کم شکل رسمی به خود گرفت. اما سازندگان آبگوشت با رعایت الگوی اصلی یعنی استفاده از: آب، گوشت، حبوبات و چاشنی، نمونه‌های مختلفی را خلق کرده‌اند مثل: «آبگوشت به« در کاشان و یزد، «آبگوشت بُز قرمه« یا «کشک« در کرمان، «آبگوشت ماهی« در سیستان، «آبگوشت لپه« در آذربایجان، «آبگوشت برنج« در گیلان و مازندران، «آبگوشت بختیاری« در چهارمحال و بختیاری و نمونه‌های دیگری که به تناسب جایی که در آن پخته می‌شود، موادی به آن اضافه یا کم می‌شود. در این میان «آبگوشت بُزباش« که اتفاقاً به منطقه خراسان هم نسبت داده می‌شود، برای خودش اسمی به هم زده. این طور که از نامش برمی‌آید، (باش: سر) باید در پختن آن از سربز استفاده شود، اما در نسخه امروزش خبری از بز نیست و تفاوت اصلی آن با آبگوشت‌های دیگر سبزی‌های معطری است که در نیمه پخت به آن اضافه می‌شود. اما آبگوشت‌های دیگر هم بوده‌اند که جدای از تفاوت‌های قومی و جغرافیایی و بنا بر موقعیت پخته می‌شد. مثل آبگوشت میوه (آبگوشت باغی) که بیشتر در فصل تابستان و در باغ‌ها پخته می‌شد و یا آبگوشت شیرین چهارمغز که با مغز بادام، پسته، فندق و گردو درست می‌شده، بیشتر مخصوص عروس و دامادها بوده که امروزه نه برای عروس و دامادها چهارمغز می‌پزند و نه اصلاً آبگوشتی در عروسی‌ها می‌خورند.

اما اگر آبگوشت را همان پختن گوشت در آب و با ادویه‌های مختلف بدانیم، باید گفت که آبگوشت غذایی در انحصار ایرانیان نیست، مردم کشورهای دیگر هم غذاهایی دارند که بنابر شیوه پخت و جغرافیای محل سکونت می‌توان آن را هم آبگوشت نامید. نجف دریابندری در «کتاب مستطاب آشپزی« از سیر تا پیاز به آنها اشاره‌ای می‌کند: آبگوشت اسپانیایی با قلوه گوساله پخته می‌شود. در پخت آبگوشت فرانسوی قلم، دنده و گردن گوساله و یا ماهی به کار می‌رود و در آبگوشت کره‌ای گوشت سردست گوساله ریخته می‌شود. به این فهرست می‌توان آبگوشت‌های دیگری اضافه کرد که شاید با آبگوشت‌های ما تفاوت زیادی داشته باشند. این انتخاب خورنده شماست که آن را آبگوشت بدانید یا نه!

دیزی‌خوری در حمام و نانوايي

جدای از آبگوشت‌های محلی و بین المللی، آبگوشت معمولی برای خودش تاریخچه‌ای دارد. قدیمی‌ترهای تهرانی می‌گویند که در سال‌های دور چندان خبری از دیزی‌پزی‌ها نبود و اگر می‌خواستید در بیرون از خانه آبگوشت بخورید، جایش در قهوه‌خانه‌ها بود. بهترین دیزی را هم قهوه‌خانه‌های دورتادور میدان شوش می‌فروختند و اینقدر بوی وسوسه کننده‌ای داشت که آنها که پول نداشتند، راهشان را به سمت دیگری کج می‌کردند. اما به گفته جعفر شهری در کتاب «تهران در قرن سیزدهم«، دیزی‌پزی‌های تهران روزهای دورتری هم داشته‌اند. به رسم دیگرخوراک‌پزی‌های تهران، بساط دیزی‌پزها در ورودی دکان به راه بود و دورتادور داخل دیزی‌پزی‌ها سکو بود که با حصیر و گلیم و نم‌رویش را پوشانده بودند.

دیزی‌های سفالی روی اجاقی که با چوب، پهن و استخوان می‌سوخت، چیده می‌شد. دیزی‌ها برای 16، 17 ساعت بار گذاشته می‌شد؛ یعنی اگر غذا برای ظهر بود، از غروب روز قبل و اگر برای شام بود از سرصبح بارش می‌گذاشتند. علاوه بر این دیزی‌پزی‌ها، قابلمه‌پزی‌هایی هم بودند که ظرف پختشان از مس بود و با آنکه روی آبگوشتشان روغن کمتری می‌ایستاد، قیمت غذایشان گران‌تر بود. قابلمه‌پزها معمولاً از دیزی‌پزها تمیزتر و مشتری‌هایشان هم علاقه‌مندان آبگوشت کم چرب بودند. جای دیگری که می‌شد، سراغ دیزی و آبگوشت را گرفت، حمام‌های عمومی بود! آنها هم دستی در دیزی داشتند که حمامی و مشتری سرظهر بی‌غذا نمانند. دیزی را معمولاً بر سر تون حمام (کوره دیگ حمام) بار می‌گذاشتند و سرظهر در رختکن حمام، لنگ و سفره‌ای پهن می‌کردند و همه دورتادور آن با دست مشغول خوردن می‌شدند. لطف دیزی‌های حمامی آن بود که کسانی که بر سر یک ظرف می‌نشستند، دست‌های تمیزی داشتند.

در نانوايي‌های سنگی هم همین رسم دیزی بار گذاشتن به راه بود. بعضی کاسب‌ها هم دیزی خود را سر راه رفتن به دکان به دست شاطر می‌دادند، تا کنار تنور بگذارد. زنان خانه‌داری هم بودند که دیزی آماده را به سنگی می‌دادند تا کنار آتشدان بگذارد و سر ظهر آن را پس می‌گرفتند. می‌گویند بعضی سنگی‌ها دیزی خالی‌شان را از گوشت و چیزهای درون دیزی بقیه پیر می‌کردند و دست آخر فقط روغن دیزی از خودشان بود. به اینها دیزی مزدی می‌گفتند. چون نانوا یا حمامی دیزی‌ها را در عوض گرفتن پول در کنار آتشدان می‌گذاشت. علاوه بر دیزی‌های خانگی که روی اجاق پخته می‌شد، بعضی زن‌ها زمستان زحمت آمدن تا نانوايي را نداشتند و دیزی را زیر کرسی و داخل منقل می‌گذاشتند تا سر ظهر آماده باشد.

معطل یک آبگوشت خور

قهوه‌خانه‌ها از قدیم مامن آبگوشتی‌ها بود که هنوز هم می‌توان در قهوه‌خانه‌های جنوب شهر یا بین راه، دیزی پیدا کرد. رسم قهوه‌چی‌ها برای فروش دیزی کمی متفاوت بود. قهوه‌چی برای آنکه هم در گوشت و هم در سوخت، صرفه‌جویی کرده باشد، فقط دیزی چهارنفره بار می‌کرد. معمولاً به ندرت چهارنفر با هم آن هم، سرظهر به قهوه‌خانه می‌آمدند و به همین خاطر و به رسم تاکسی‌های

خطی امروز همه باید منتظر می‌شدند که مشتری آخر هم برسد. جعفر شهری می‌نویسد: اگر آبگوشت خورها خیلی معطل می‌ماندند، شاگرد قهوه‌چی بیرون می‌رفت و داد می‌زد: #171&ای یه پا ناهارخور، یه پا ناهارخور»؛ به این معنی که آبگوشت حاضر و معطل یک نفر است! قیمت این دیزی‌ها برای هر نفر به 200 تا 250 دینار یا 5 شاهی می‌رسید. امادیزی‌پزی‌هایی هم برای طبقات کم درآمد بود که به آن دیزی صتاری (صد دیناری) می‌گفتند. از اسمش معلوم بود که دیزی‌اش چنگی به دل نمی‌زد. گوشتش پیه، دنبه، دل و روده گاو و نخود و لوبیایش ریز و نامرغوب بود و تنها شباهتش به دیزی‌های معمول همان یک بند انگشت روغنی بود که روی آبگوشت می‌ایستاد.

#171&پُف نم»؛ دیزی‌پزها

آبگوشت و دیزی در هر جایی و توسط هرکسی که پخته می‌شد، چربی و روغن از واجباتش بود و بیشتر طرفدار داشت. به همین خاطر بر خلاف امروز، مشتری‌های گوشت آبگوشتی در قصابی بیشتر از هرچیزی بر سر دنبه چانه می‌زدند. دکانی در شهر معروف می‌شد که دنبه و چربی‌اش بیشتر باشد. دیزی‌پزها هم فوت و فن‌هایی مخصوص داشتند که امروز دیگر از مد افتاده. یکنواخت کردن حرارت اجاق دیزی‌پزی کار راحتی نبود، گاهی دیزی سر می‌رفت و دیزی‌پز یا قهوه‌چی برای از جوش انداختن آن شیوه‌ای منحصر به فرد داشت؛ دهانش را با آب سرد پر می‌کرد و در تمامی دیزی‌ها را برداشته و روی آنها پف می‌کرد و دیزی‌ها از جوش می‌افتاد. البته این پف پنهانی و دور از چشم نبود، حتی آن را در برابر مشتری انجام می‌دادند که دیگران هم ببینند، آنها چه هنری دارند و با یک پف کشار می‌توانند چندین دیزی را از جوش بیندازند! دیزی‌پزها هم مثل غذای‌های دیگر غذا بیرون هم می‌فرستادند، اما مشتری‌ها برای دیزی و قابلمه‌هایی که بیرون می‌بردند، به اندازه قیمت دیزی و سینی، می‌بایست پول گرو می‌گذاشتند، اما برای کسبه همسایه و آشنایان کمتر پای پول وسط می‌آمد و به جای آن ابزار کار یا چیزی را گرو می‌گذاشتند؛ مثلاً اگر غذا برای خیاط برده می‌شد، قیچی و اگر برای نجار برده می‌شد تیشه یا اره گرو بر می‌گشت رسمی که مدت‌ها میان دیزی‌پزی‌های بازار رایج بود.

دیزی، دیروز، امروز

بهترین دیزی‌پزی‌ها در بازار دکان داشتند. یکی از دیزی‌پزان معروف بازار، علینقی بود که در چهارسوی کوچک بازار بساط دیزی‌اش به راه بود. آن چیزی که دکان علینقی خان دیزی‌پز را شلوغ می‌کرد، علاوه بر طعم غذا و تمیزی دکان، داشتن دیزی‌هایی با طعم‌های مختلف و متناسب با هرفصل بود؛ ضمن آنکه محل نشستن خوب و مناسبی داشت. در روزهای تعطیل صف بلندی در چهارسو کوچک درست می‌شد. البته صف طولانی تنها مخصوص دکان علینقی خان نبوده و نیست. امروزه هم که دیزی‌پزی‌های پایتخت زیاد شده و آبگوشت از انحصار قهوه‌خانه‌ها بیرون آمده و دیزی به خوراکی شیک تبدیل شده، بعضی دیزی‌پزها سرشان همان طور شلوغ است

این مطلب در شماره 47 همشهری سرزمین من منتشر شده است