

سفر به ژاپن؛ غذا - ۲

غذا اگر چه یک ضرورت زیستی است اما از سویی از آن به عنوان یک عنصر فرهنگی یاد می‌شود با شناخت نوع غذای یک فرهنگ می‌توان به بخش‌هایی از ویژگی‌های زیستی و رفتاری یک جامعه پی‌برد.



همشهری آنلاین- علی کدخدازاده:

غذا اگر چه یک ضرورت زیستی است اما از سویی از آن به عنوان یک عنصر فرهنگی یاد می‌شود با شناخت نوع غذای یک فرهنگ می‌توان به بخش‌هایی از ویژگی‌های زیستی و رفتاری یک جامعه پی‌برد.

غذاهای ایرانی زبانزد افراد خارجی است به تجربه بارها مشاهده کرده‌ام که میهمانان خارجی از خوردن غذاهای ایرانی لذت می‌برند. برای اغلب خارجی‌هایی که غذای ایرانی می‌خورند، خورش قرمه سبزی یکی از محبوب‌ترین غذاهاست.

کشور ما دارای تنوع فرهنگی، اقلیمی و در نتیجه تنوع غذایی است. ساختار غذایی مناطق کوهستانی، ساحلی، کویری ایران تفاوت‌های چشمگیری با هم دارند اما تقریباً در یک ویژگی مشترک‌اند؛ غذاهای ایرانی غالباً ترکیبی است. به عنوان مثال قرمه‌سبزی، خوش‌قیمه و دیگر خورش‌های ایرانی، ترکیبی از مجموعه مواد غذایی است که آشپز آنها را با هم در یک مجموعه ترکیب کرده و در نهایت یک غذای واحد تولید می‌کند. از سوی دیگر غذاهای ایرانی در هنگام ارائه تنوع محدودی دارند. به عنوان مثال برای نهار یک خورش به اضافه برنج مجموعه کامل یک غذاست. غذاهایی با عناصر مستقل که در نهایت یک وعده غذایی را تشکیل می‌دهند بسیار محدوداند. مثلاً کتلت از جمله غذاهایی است که گاه سیب‌زمینی سرخ‌کرده نیز در کنارش قرار داشته و به همراه نان یک بسته غذایی را تشکیل می‌دهند.

عناصر غذایی مکمل غذای اصلی در فرهنگ غذایی ایرانی متنوع‌اند، مانند ماست، ترشی و سبزی. از سوی دیگر در طی ایام بیشتر غذاهای ایرانی جهت پرداخت سرخ می‌شوند.

اما غذاهای ژاپنی اینگونه نیست. اصلی‌ترین ویژگی غذاهای ژاپنی، تنوع مواد غذایی در یک وعده است. غذاهای ژاپنی برخلاف نوع ایرانی آن از بسته‌های مستقل و کنار هم تشکیل می‌شوند و به این ترتیب شما در یک وعده غذایی شاهد چندین خوراکی مستقل از هم با طعم‌های مختلف هستید که در مجموع یک وعده را تشکیل می‌دهند.

غذاهای ژاپنی گرایش قابل توجهی به فرهنگ دریایی دارند. انواع محصولات دریایی از جلبک‌های خاص گرفته تا ماهی و میگو بخش قابل توجهی از فرهنگ غذایی این کشور را تشکیل می‌دهند.

غذاهای این کشور به لحاظ بصری تنوع رنگ بیشتری نسبت به غذاهای ایرانی دارند. در غذای ایرانی اگر چه بادمجان یا لپه و لوبیا و پیاز و گوجه و نظایر آن دارای تنوع رنگی هستند اما چون معمولاً همگی مخلوط شده و یک غذای ترکیبی را بوجود می‌آورند در نتیجه آن غذا معمولاً تنوع رنگ ندارد اما چون عناصر تشکیل دهنده یک غذای ژاپنی معمولاً به صورت مستقل ارائه می‌شوند در نتیجه تنوع رنگ بیشتری دارند.

از سوی دیگر همین تنوع غذایی باعث می‌شود که فرد در هنگام خوردن یک غذا گاه بیش از پنج مزه را در یک وعده تجربه کند از طرف دیگر این تنوع باعث می‌شود که غذا آرام‌تر و با تأخیر بیشتری میل شود در نتیجه هم زمان غذا خوردن طولانی‌تر می‌شود و هم میزان خوردن کمتر می‌شود.

یکی دیگر از ویژگی‌های غذای ژاپنی نوع طبخ آن است. بیش از 12 وعده غذای ژاپنی و هر کدام را در رستوران‌هایی با سبک‌های مختلف ژاپنی تجربه کردم که در این میان شاید کمتر از 5 درصد عناصر غذایی سرخ شده بودند. تقریباً تمام غذاهای ژاپنی پخته می‌شوند و شاید یکی از دلایلی که بعضی‌ها تمایلی به این نوع غذاها ندارند، عادت آنها به غذاهای سرخ‌کرده است. تقریباً در بسیاری از غذاهای ژاپنی عنصر آب وجود دارد که حالتی شبیه به سوپ یا آش بوجود می‌آورد. از آنجا که ژاپنی‌ها با چوب‌های مخصوص غذا می‌خورند و با این چوب‌ها نمی‌توان مثل قاشق از سوپ استفاده کرد در نتیجه سرکشیدن این غذاهای آبکی یک رفتار و فرهنگ خوراک در ژاپن است.

در میان عناصر غذایی ژاپنی، برنج نیز وجود دارد. نوع طبخ آن تا حدودی شبیه برنج‌های ایرانی است. این برنج‌ها به گونه پخته می‌شوند که بسیار چسبناک و نرم هستند (حالت شفته) و تقریباً عاری از نمک. ژاپنی‌ها در کنار غذای خود مجموعه‌ای از مزه‌های ترش، تند و شیرین را دارند که محتویات آنها ترکیبی از ادویه و مواد گیاهی است. این مواد در ظرف‌های کوچک همراه غذاهای اصلی سرو می‌شود و فرد بر حسب علاقه خود می‌تواند غذای مورد نظر را با یکی از این مزه‌ها ترکیب کند.