

المرأة والمطبخ

بقلم الكاتبة زينب محمد حسين

” المرأة والمطبخ “ كلمتان لهما أهمية كبيرة في حياتنا ، وأهمية المرأة في الحياة لا تحتاج منا إلى شرح أو تعريف ، أما موضوع المطبخ فهو وإن كان معروفا أيضا إلا أنه مع الأسف قد أصبح موضع خلاف جوهرى بين الرجل والمرأة في عصرنا الحديث .

فن الرجال من يذكرون دائما كلمتي ” المرأة والمطبخ “ في معظم مقالاتهم المسهبة الطويلة ، حينما بلغة التهمك والسخرية ظانين أنها تسيء إلى طبقة النساء المثقفات ، وحينما آخر بلغة الحقيقة وما أقبلهم .

كما أن هناك أيضا بعض هؤلاء النساء ممن يفهمن خطأ أو صوابا أن هذا الكاتب أو غيره إنما يعتمد بكتابته هذه إلى الخط من كبريائهن والاعتداء على كرامتهن ، فيسرعن إلى الأقلام ويملائن الصحائف بأسطر ليس هناك في الحياة من لا يعرفها .

فالرجل يدعّم أقواله ، والمرأة تهدمها ، وكأن المرأة قد أصبحت تأنف من مهمتها الحقيقية ، فانبرى الرجل لذكرها بها ، ولا يفتأ يردد أمامها ألا مطبخ بغير امرأة ، ولا امرأة بغير المطبخ ..

ولست أدري أى عار للمرأة أن تكون سيدة المطبخ كما هي سيدة باقى أجزاء مملكتها المنزلية ؟ أو ليس المطبخ جزءا هاما من أجزاء المنزل التى هي ربته ؟ بل أليس هو فى الواقع أهم جزء يجب علينا أن ننظر إليه دائما بين الإجلال والاحترام لأن نذكره بتصفية السخرية والتنصل .

كلنا نعرف أن المعدة دائما هي بيت الداء ، هذه هي الحقيقة ، وسواء كنا نأكل لتعيش أو نعيش لتأكل ، فمن المسلم به أن الغذاء هو عامل أساسى فى حياتنا ، فإذا صلحنا بهذه الحقيقة — وما نحن فى الواقع إلا مسامين — وأحتمينا نسبة المتوفين بسبب ضعف معدتهم أو ارتباكها لخالنا العدد ، ولرأينا تقدار ما يجب علينا أن نبذله من عناية واهتمام نحو مطبخنا كى نأمن على حياتنا ونقى معدتنا شر مطبخنا المهمل .

ولا اعتقد أن كثيرات من المصريات قد درسن الطبخ كما يجب ، ولو فعن لأدركن كيف
تعنى الأمم الأجنبية بفن المطبخ ، وكيف تخصص له من كتبها المختلفة ما يملا مكتبة كبيرة
وكيف تهتم المرأة الإنجليزية مثلا بمطبخها اهتماما زائدا ، وكيف يستعاض به في أغلب الأحيان
عن غرفة المائدة لنظافته وحسن تسيقه ، وكيف يحاول أفراد الأسرة أحيانا أن يتسامروا
ويقرأوا في المطبخ شتاء حول المدفأة .

كل هذا لأن المطبخ عندهم له احترامه وتقديره ، ولا النصيب الكبير من اهتمام ربة
البيت وعنايتها .

فاذا قارنا بين المطبخ المصرى والمطبخ الأوروبى راعنا ذلك الفارق العظيم بينهما ،
ولمسن تلك العيوب الكثيرة التى تشيع في أرجاء المطبخ المصرى ، ولست أشك أن تلك
العيوب مبعثها في أغلب الأحيان اهمال ربوات البيوت لشؤون المطبخ ، والاتكال على الخدم
أو الطاهيات في ادارة دفنه وتسييره كما يريدون لا كما تريد سيدتهم .

صحيح أن ظاهرة حسنة نراها في ذلك القدر اليسير من السيدات المتفغات اللواتى أخذن
بمنصيب لا بأس به في العناية بمطبخهن وتنظيم تأمينه وتنظيفه ، ولكن لا يجب أن تغفل
أمر هؤلاء الكثيرات اللواتى مازان يأنفن من مجرد ذكر اسم المطبخ ويقدن بامتلاء بطونهن
في الأوقات المعينة لتناول الوجبات .

وليس هناك ما ينجل المرء أكثر من أن يرى سيدة تتكلم مع زوارها عن أعظم روايات
الموسم وأحدث الأزياء ، وأنر أنباء العالم ، وهى تجهل كل الجهل آخر أنباء مطبخها الصغير
ولا تعرف شيئا عن نصيبه من الغاز أو الوقود ، تاركة الأمر لطاهياتها لتخبرها في اللحظة
الأخيرة عن نفاذ كمية البصل أو الثوم .

وقبل أن نتكلم عن واجبات كل سيدة نحو مطبخها ! سنتكلم عن عيوب المطبخ
المصرى ، وطرق اصلاحه .

فالمطبخ المصرى عندنا غالبا لا يهتم بأمره كثيرا عند بناء البيوت ، فدائما نراه مظلمًا صغير
الجمردى الموقع ، حتى في أغلب العمارات الكبيرة ، ونادرا ما تجد به مدخنة لتصرف الهواء
الفاسد أو الغاز . وهذه الأسباب مجتمعة قد تكون من العوامل الهامة التى تنفر المرأة من
وجودها فيه .

فلا بد للطبخ من أن يكون مشمسا طلق الهواء كأي غرفة أخرى ، حتى يكون صحيا ،
وحتى لا تسام السيدة من بقائها فيه إذا كانت متوطئة المعيشة أو اشراقها عليه إذا كانت

من الميسورات ، وأيضا لكي تسهل نظافته ، ويساعد بنوره على رؤية محتوياته ، ورقابة الطعام كي لا يتعرض للتلف أو الاحتراق . ويجب أن يحتوي على مدخنة يتصرف منها الهواء الفاسد كي لا يتكاثف في سقف المطبخ فيصبغه باللون الأسود الذي يساعد على تراكم التلذذات وتساقطها في أواني الطهي إذا مر دايما الهواء .

كذلك يجب أن يكون أثاثه مطايا باللون الأبيض الناصع كي يسهل علينا ملاحظة ما قد يتعلق به من أوساخ ، ولكي يضفي اللون على الغرفة منظرا جميلا .

والمطبخ المتوسط يتكون أثاثه غالبا من منضدتين ، أحدهما للطبخ . والأخرى للاستعداد له ، والاستعمال إذا احتاج الأمر ، ويستحسن أن يكون سطحهما مغطى بالزنك لمسهولة التنظيف . كذلك من قهطرين أحدهما كبير ذو رفوف من أعلاه لحفظ الأواني النحاسية النظيفة وما شاكلها من أدوات المطبخ ، وأسفله لحفظ لوازم الطعام والمخزون الشهري . والآخر متوسط ذو وجه مغطى بالسلك الرفيع (نملية) لحفظ الخبز والخبز والزبد والمربيات . واللحوم الباردة والمأكولات المطبوخة إذا لزم الأمر ، ويستغنى بهذا الدولاب غالباً عن (الثلاجة) عند الطبقات المتوسطة التي يكون طعامها عادة محدوداً . كذا (مطبخية) لحفظ الأطباق ، في أسفلها بعد العلاقات لوضع ما يحتاج تعليقه بها ، وموقد البترول أو موقد بقرن للفحم والغاز ، وكرسيان أو ثلاثة من الخشب المدهون أيضا ، وأخيراً (دواسة) لمنع تسرب الرطوبة إلى القدمين أثناء الطهي ، وصندوق محكم الغطاء لحفظ القمامة .

أما طريقة وضع هذه الأشياء ، فكل على حسب مزاجه ، والطريقة التي تلائمه ، وتلائم طريقة تشييد المكان ، بحيث يكون الدولاب ذو الوجه السلبي قريبا جدا من مجرى الهواء .

ومن واجبات كل سيدة (سواء أكانت لديها طاهية أم لا) أن تشرف اشرفا فعليا على مطبخها . فإذا كانت لديها طاهية ، فيجب عليها أن تشعرها دائما بوجودها واهتمامها بكل كبيرة وصغيرة ، وذلك بأن تحدد لها وقتا معلوما تدخل فيه المطبخ كل يوم ، وليكن في العاشرة صباحا ، فتشرف بنفسها على أحواله ، وتطلع على ما ينقصه من لوازم ضرورية وما يحتاجه من عناية واهتمام .

فإذا وجدت فيه اهمالا وواو بسيطا فلا تتغاض عن ذلك لليوم التالي ، بل يجب أن تنبهه عنه في حينه ، ولا يكون ذلك بالضرب والتأنيب ، فإتسامه عابر ، أو كلمة رقيقة ، قديكون لها في نفس الخادم أعظم الأثروا كبر التشجيع على الاجادة ، ولا يمكن أن يقلل هذا من احترام السيدة في نفس الخادم كما قد يتبادر إلى ذهن الجميع ، فالسيدة يمكنها أن تكون لطيفة مع خدمها ، ولكن في حزم لا ينقص من هيبتها ، أو ينال من كرامتها .

وقبل أن أترك هذه النقطة ، أحب أن أنبه إلى تحذير كل سيدة من المشاجرة مع الخدم والاساءة المستمرة اليهم ، فهى بذلك تضطروهم إلى التذمر . ويجب أيضا أن لاتنسى الفارق بينها وبينهم ، فتظل تتسامر وإياهم وتقص عليهم قصصها الخاصة لتأخذ آراءهم فيها ، فان ذلك ان لم يفقدها احترامها ومكانتها لديهم ، فهو على الأقل سيجعلهم ينظرون اليها نظرة الند للند ، فيتوانون في أداء أعمالهم وقضاء واجباتهم .

وأعود فأقول أن مجرد اشراف ربة البيت على مطبخها كل يوم ، لا يمنعها من أن تدخل مطبخها مرة كل أسبوع ، وليكن ذلك يوم عطلة الطاهية ، فعمل صنفا أو صنفين مما يحبه زوجها ، أو تفاجئه بصنف جديد شهى ، فان ذلك سيكون له وقع جميل في نفس الزوج ، يزيد من محبته واعزازة لها ، واكباره لحبها الذى يدفعها إلى الاهتمام به ، وإدخال السرور على نفسه ، وأنى لو اتقنا أن كل ما ستقدمه الزوجة لزوجها في هذا اليوم سيكون يغير شك في شه آشهى وألذ مذاقا من كل ماتناوله طوال الأسبوع الفائت .

أما إذا دعت الضرورة إلى عدم وجود طاهية ؛ وأمكن لربة البيت أن تكتفى بخادمة تقوم على تنظيف المنزل تحت اشرافها ، فليس هناك ما يضيرها من أن تقوم بنفسها بشئون المطبخ بمساعدة خادماتها التى يمكنها دون شك إعداد كل لوازم الطبخ حسب ارشادات السيدة حتى لا يبقى لها إلا أن تضع تلك الأشياء داخل القدر فوق النار ، بالمقادير التى تتفق وما يتطلبه نوع الغذاء المطلوب .

وما دام المطبخ نظيفا صحيا وتوفر فيه كل الواجبات التى لا بد منها لكل مطبخ فلن تشعر السيدة لوجودها فيه بأى تأفف أو تبرم ، بل على العكس من ذلك ستشعر بفخر عظيم وهى تؤدي هذه المهمة التى لا بد لكل سيدة كاملة أن تتقنها وتلم بكل دقائقها .

ولنعلم كل سيدة تتقن شئون المطبخ أنها تملك بين يديها كترًا ثمينًا تجربها الحياة على اظهار محتوياته النادرة لزوجها وأسرتها يوما بعد يوم . والسيدة المتقنة أقرب الناس الى امتلاك هذا الكثر مادامت محتويات الكتب لم تترك شيئا فى طرق الطهى الحديث إلا ذكرتة . . ولن يستعصى عليها اتقان هذا العمل خصوصا وإن ثقافتها دائما تدفعها الى الوصول للثل العليا فى كل شئ .

وانى أعرف فتاة نالت ثقافة عالية فى مصر والخارج ، كانت تهرب أثناء دراستها الثانوية من الأوقات المخصصة للتدبير المنزلى وكل ما هو خاص بشئون المنزل لاعتبارها أشياء خاصة بالخدم . . وأخيرا وبعد أن نالت شهادتها العالية وعادت الى وطنها ، تزوجت بشاب يمانها ثقافة وميولا . . ولكن مرتبه يعد أمام أحلامهما متوسطا . . وأبث عليه

رجولته أن يدعها تعمل كالرجال لتكتسب ، ولما كان أئانها غالبا ثمينا فقد اضطروا إلى السكنى في منزل اقتضاهم ثلث المرتب . فكان الباقي كافيا لها على حياة متوسطة سعيدة ، يزينها عطف الزوج ومحبه ، ويكفلها اخلاص الزوجة وتفانيها . . وليس لديهم من الخدم والحشم سوى خادمة متوسطة هي كل ما أمكنهم استحضاره بعد عمل ميزانية المنزل .

ومضت الشهور والكل متطلع الى الزوجة المنقفة ، مترقب نتيجة قيامها بمسؤولية ربة المنزل . فأدهشهم أن رأوا عجبا ، وبهرهم ما وجدوه في المنزل من اناقة وذوق جميل ، وما ندوقوه في أطعمة الشابة الأنيقة من نكهة ولذة تشهد لها بالبراعة والدقة .

وكان لتشجيع الزوج كل الأثر في المامها بكل شئون الطبخ بما كانت يبذلها معها من مساعدات طريفة في تجربة ما يقرأونه معا في أحدث كتب الطبخ ، العربية منها والأوروبية عن وسائل الطهي الحديث والالمام بشئون المنزل . . حتى أصبحت تجدد في طهي الطعام والتفنن في تنويعه واختلاف ألوانه سعادة لا يعادلها أى سعادة . . ما يمكن للخادمة أيضا أن تقتدى بنشاط سيدتها فأصبحت خير مثال للخادمة النشيطة المرتبة .

ومن هذا يتضح لنا كيف تستطيع كل امرأة حتى وإن كانت لم تمارس في حياتها مطلقا أى نوع من أنواع تدبير المنزل ، أن تكون ربة أسرة كاملة إذا حاولت ذلك . .

والنظافة في المطبخ أول عامل لنجاحه ، فلواهتمت كل سيدة بنظافة محتويات مطبخها وتنظيفه المستمر كما تهتم بدولاب زينتها لما دهم منزلها يوما مرضا وليس عليها ألا أن تعمل للخدم نظاما يتبعونه دائما في نظافته ، فيغسلون أرضيته يوميا بالماء المضاف إليه قليل من سائل مطهر كالليزول أو حامض الفينيك ، وتنظيف السقف والجدران بالمهفة ، وغسل أحواضه بقطعة مبتلة بقليل من البترول ، وتلميع الصنابير ومقابض الأبواب بالطلاء أو بقرش الليمون كما تمنع وجود الأشياء المهملة كالزجاجات الفارغة وغيرها في جوانب المطبخ وتحت أرائكه ، فهذه الأشياء وإن كانت نافعة في بعض الأحيان فهي تشوه نظام المطبخ وتساعد على تراكم القاذورات به ... فإن لم يكن هناك مخزنا لوضعها فيه مع باقي مهملات المنزل ، فيستحسن أن تضعها في سلة كبيرة نظيفة تعاق في أحد الأركان .

ويراعى غسل أثاث المطبخ بالماء والصابون مرة على الأقل كل أسبوع مع العناية بتنظيمها وتنظيفها من الداخل وتنظيف ذلك المناضد بمسحوق " كالفيم " أو ما يشابهه .

وكل مطبخ لا بد له من وجود قائمة للغذاء تعمل على قدر الإيراد الشهري وتعين فيها أنواع الوجبات اليومية الثلاث ومقدار ما يلزم منها لكل وجبة ، وتكون تلك القائمة على شكل جدول ، تدون على يمينه من أعلى إلى أسفل أيام الأسبوع مع تقسيم الفراغ الذى يواجهه كل

يوم إلى ثلاثة أجزاء أكبرها الأوسط ، ويكتب أعلى الجدول فوق الجزء الأول إفطار
والأوسط غداء والثالث عشاء ، ثم تبدأ السيدة في تسديد خانات الجدول بما يناسب حالتهم
مع مراعاة ابدال قائمة الصيف بقائمة للشتاء ، لاختلاف أنواع الخضمر من ناحية و لاختلاف
الفصول من ناحية أخرى ولأن أطعمة الشتاء الشتوية الدسمة تتعارض مع أطعمة الصيف
الخفيفة الهضم ، التي يكون معظمها من الخضروات الطازجة ، ويستحسن أن يترك الفراغ
الذي يواجهه اليوم السابع في القائمة خاليا لعمل ما تفاجئ به السيدة زوجها من مختلف الأطعمة
أو عمل ما يشتهي أفراد الأسرة بالاتفاق .

و عمل هذه القائمة واجب لكل منزل سواء أكانت به طاهية أم لم تكن ، أولا للمراعاة
المقادير الصحيحة في تناول الغذاء وعدم الخلط في أنواعه ، وثانيا للاكتفاء بقدر ما يمكن بما
خصصته السيدة من نقود للغذاء الشهري بعد تقدير ما يلزم للخبز والسمن والزيت وكافة أنواع
التخزين الشهري ، والاحتفاظ بباقي المصروفات اللازمة كاجرة المتزل و ثمن النور ومرتببات
الخدم ومصروفات المدارس والانتقال وما يحتاج إليه كل منزل دائما ، وأيضا بعد خصم
نقود الاقتصاد التي لا بد منها مما كانت ضئيلة .

ولكي لا ترتبك في تحديد كميات الغذاء المخصصة لكل وجبة ، يجب علينا دائما أن
نحدد موعدا معيننا لتناول وجباتنا اليومية يشمل وجود جميع أفراد الأسرة في وقت واحد ،
بحيث يعمل الجميع على احترام هذا الموعد وعدم التخلف عنه مهما كانت الظروف ، وبعد
الانتهاء من كل وجبة تغسل الأواني والفضية التي استعملت مباشرة ويحفظ كل منها في مكانه
المعتاد .

وأرى كنصيحة أخيرة لكل سيده ألا تنسى أهمية وجود بعض الشموع في مطبخها
لانتفاع بها وقت الحاجة ، وخصوصا في الظروف المفاجئة كاتقطاع التيار الكهربائي
أو احتراق لمبات الكهرباء وأيضا لا تنسى أن تهب من وقتها خمس دقائق أخرى كل مساء
قبل أن تاوى إلى فراشها للإطمئنان على أقفال نوافذ الطبخ ودورة المياه تلك التي تساعد
للصوص على تأدية مهمتهم ، وأيضا لتأكد من أن النيران مطفاة وكل شيء يدعو إلى الإطمئنان
ولست أزعم بأنني في هذه الإمامة البسيطة قد وفيت بحثي عن المطبخ فالحقيقة أن هذا
الموضوع متشعب النقط ، ولذا فأنني أترك ما فاتني التنويه عنه لحسن تصرف كل سيده
في طريقة ادارة منزله وما تستوجه كل نواحيه من عناية واهتمام .