

الاعذية في سوريت

بمسة للذكور هنري نكر احد اساتذة مكتبة الطبي الفرنسي (تابع)

الخبز

بعد النظر العمومي في الاعذية وقوانينها الصحية حان لنا أن نتحص كل صنف من الاطعمة لتعريف خواصها الغذائية وشروطها . ولما كان الخبز اساساً لكل غذا . نضي علينا ان نباشر به كلامنا

اعلم ان الخبز اول كل طعام بل ربما كان مرادفاً لكل قوت فيكني به عن اي طعام كان . فيقال عن الفقير العوز انه محتاج الى الخبزة واذا غلبت الحاجة طلب الجائرون خبزاً . وفي الانجيل الطاهر امرنا الرب ان نطلب خبزنا اليومي دلالة على طعام الجسد وقوت النفس ممأ . وجاء في العهد القديم غير مرة ذكر الخبز بمعنى الرليمة والدعوة . وخلاصة القول ان الخبز هو سيد الاطعمة ورأسها ومن اعظم هبات الخالق لسند حياة البشر يقنات به فوق ٥٠٠,٠٠٠,٠٠٠ من بني آدم واذا نظرت الى بلاد الله المسورة وجدت القمح ينبت في اكثرها

وتعريف الخبز عيّن من دقيق الخنطة يطبخ في القرن بعد اختاره . وعلى هذا التحديد نبي قولنا في ما سياتي مقتصرين على اخص الامور دون التفاصيل المسلة . قلنا ان الخبز يتخذ من الخنطة لان خبز الخنطة وحدها يستحق هذا الاسم وفيه الخواص الغذائية اللازمة وعليه فلا بد لشترى الخبز ان يتبصر في ما يبتاعه لتلا مخدع . والاولى ان يشتري قمحا ومخبز هو خبزه . فان في بعض الامثال الشائمة في فرنسة ان مبتاع القمح بصير ومبتاع الطحين اعور اذ يصب عليه تميز الطحين الخالص اما مبتاع الخبز فاعمي لكثرة ما مخدع بالاشياء

والخنطة تختلف اختلافاً كبيراً في تركيبها الكيوسوي على حسب اختلاف التربة وتباين احوال الجو واختلاف الفلات نفسها . وعلى كل حال ان في الخنطة مادة هيدروكربونية (راجع المشرق ٨ : ٨٤) وهي النشا ثم مادة زلالية سكرية تدعى غلوتن (gluten) ثم اخيراً بعض المراد الدهنية ونضرب صفحاً عما يدخل في الخبز من الماء ومن المراد المعدنية .

أما تعديل نسبة الاجسام المذكورة الى بعضها فان الحبز يتضمّن ٧٠ في المئة من النشا وواحدًا في المئة وُخمس المئة من المواد الدهنية . اما الغلوتن فان تحديد كميته يستدعي نظرًا دقيقًا واختبارات متعدّدة ولذلك لا يتفق الكيمويون على تعريف نسبته فان البعض يزعمون ان معدل ما يدخل منه ١٢ الى ١٦ في المئة وغيرهم لا يزيدون على ١٠ في المئة

ولما كان الغلوتن من المواد الازوتية فعليه تتوتّف بالاختصاص قوة الحنطة الغذائية . والاولى ان يُفرز بين القمح اليابس ذي الحبوب الصغيرة الشقافة وهو اغنى بجادة الغلوتن وبين القمح الرخص ذي الحبوب الكبيرة الكثيفة . غير ان الفرق بين هذين النوعين من الحنطة هو اخف في البلاد الحارة فتساوى تقريبًا مادة الازوت في كليهما ثم يُطحن القمح ايامًا بمجارية الرحي كما هو الجاري في هذه البلاد واما بالمطاحن الاسطوانية وهو الغالب اليوم في بلاد اوربة . والطحين يحتوي على كمية من النخالة تُفرّز بالنخل . وعلى قدر ما يُستخرج منها يزيد الدقيق ياضًا ونعمته . فاذا بقي ٦٠ في المئة من الطحين كان سيذًا شديد البياض . ومعدل الطحين الباقي هو عادة ٢٠ في المئة

قد اشاد البعض في السنين الماضية بالحبز غير المتطوف المعجون بنخالته وكان يزعمون انه اشدّ غذاء وان قوة الحنطة في نخالته وانما كان هذا زعمًا باطلاً مبنيًا على وهم الزاعمين ان اكثر الغلوتن انما هو في غلاف حبة القمح . وبعد الفحص المدقّق والتحليل الكيموي المضبوط قد تأكّد اليوم العلماء ان الحبز المصنوع من دقيق منخول الى ٦٠ في المئة من ثقله يحتوي كمية من الغلوتن مساوية للحبز الذي يبقى من ثقله بعد النخل ٧٥ في المئة . وزد على ذلك ان الحبز المستحضر من الدقيق البالغ في نخله الى ٦٠ في المئة هو اخفّ ولسهل هضمًا وأبقى على الفساد

وكان العجين يُعجن سابقًا باليد كما يفعل اليوم اهل التري . اما المدن فقد شاع فيها الآن العجن الميكانيكي بالادوات وذلك اظنّف واصلح للعجين الذي تكون اجزائه هكذا متساوية فيصير اختياره على طريقة نظامية . والحباز يجبز في اليوم كميًا من الطحين . واذا اعدّ العجين قبل ان يجعله في الفرن يأخذ منه فرزقة اي قطعة وزنها نحو كيلوغرام تُدعى الحمية الاولى . وفي غدٍ يضيف الى هذه الحمية اربعة كيلوات من

الدقيق فتصير الحيرة الثانية: وفي اليوم الثالث يعجنها بخمسة عشر كيلواً فتصبح الحيرة الثالثة فيدعها بمئة كيلو من الطحين ويجعلها خبزاً. وعلى هذه الصورة تكون عند الحَبَّاز في كل وقت خماز مختلفة الكبر ودرجات الاختار. ويتم العجن والتخدير عادةً قريباً من الفرن في غرفة ذات حرارة خفيفة. اما الفرن فيسجر بالوقود ويبالغ احماؤه ويكون الحبز على اشكال شتى ومقادير مختلفة فنه الطويل والمستطيل والدورر المصمت ومنه على شبه الحلقة. وبعض اشكال الحبز السيز المتخذ للتأني لا يزيد وزنه على مئة غرام وغيره كالحبز الليتي يبلغ الى اربعة كيلوات. الا ان الحبز على قدر كبره يكون خبزاً اطول. ويكون طبعه اسرع اذا كان وجهه اوسع وابسط. ومعدل ذلك لن خبزاً وزنه كيلوان اذا كان مستديراً. حصةً ينضج بعد ساعة الى ساعة ونصف مع حرارة خارجة تبلغ ٢٠٠ درجة من المقياس المثوي

والحبز المشوي يكن مرتين لنا لذيد الطعم. وهو يبقد مروته شيئاً فشيئاً فيضحي بعد اربع وعشرين ساعة خبزاً بانثاً. وهو اذا كان ضحكاً يبقى عدة ايام دون ان يتعفن ومنه ما يؤكل في القرى بعد ثمانية ايام وازيد

الحبز في بلاد الشام

اكثر الاهلين في الجبل والقرى يستلون حنظلهم او يشربونها لانفسهم. فاذا احتاجوا الى خبز اسالوها الى الارحية فتطحن وتنجل نخلاً غير محكم فيبقى من وزنها ٨٥ في المئة. اما العجن فيكون دائماً بالايدي تقوم به النساء. ومن ثم لا يكون كافياً لان العجن يقتضيه قوة كبيرة واعصاب مفترلة وعضلات متينة. وما ينفي القرويين عن ذلك ان العجنات تكون غالباً قليلة لا تتجاوز رطلين او ثلاثة ارطال من الطحين. اما تخدير العجين فهو حسن كاف فانهم يدوفون الحيرة ماءً بقليل من الطحين والماء. الحار فتختسر هذه الحيرة كل الليل وعند الصباح يضيفون اليها ما ارادوا من الدقيق. ثم يبتى العجين بعض ساعات ليختسر وعند الظهر يكون مهياً للحبز

والحبز في سورية على شكلين منه الرغيف وهو يجذب في الفرن والرقيق او المرقوق ويجذب على الساج او في التور. والحبز المرقوق لا يكون خبزاً متساوياً لانه في وسطه ارتق منه في دائرته ثم ان الساج الحسى اكثر حرارة في وسطه منه في اطرافه فيحصل

من ذلك اختلاف في طبع الخبز ونضجه فهو في وسطه كثير النضج طيب الطعم وفي دائرته نهي متجن ثقيل على المدة . وهذا الخلل اخف في المرقوق الخبوزي في التثور لتساوي حرارته . اما الارغفة فتجمل في الفرن دقيقتين او ثلاث دقائق فيتكثل الخبز ويتفخ لكن طابعه اسرع من ان يكون تاماً فان وجهه الاعلى لا ينضج منه الاوسطه اما اطرافه فتبقى نبينة غير نضجة وكذا قل عن وجهه الاسفل . قدي ان الخبز العربي قليل النضج اجمالاً ولهذا السبب يصب حفظه زمناً طويلاً . وهو اذا خرج من الفرن هش لين فلا يمر عليه يوم او يومان حتى يبس فيصبح كعشرة الحشب . واذا كان الهواء ناشفاً حاراً يبس الخبز بعد بضع ساعات وهو لا يبقى طرياً الا بان يُغطى بغطاء مبلول . وعليه فينبغي ان يُخبز الخبز كل يوم او يومين ونهياً مع الطبخ اليومي . فهذا ما يؤخذ على الخبز البلدي الا اننا نرى مع ذلك مجودته لان القرويين يشترون حنطهم ويريقون طحنها فلا يدخلها شيء من المواد الاجنبية كما هو الغالب اليوم في المدن الكبرى . ومما يزيد الخبز طيباً ان الحطة تُطحن من وقت الى آخر فيكون الخبز اطيب لحدائه طحن الدقيق ولعل خبز المدن دون خبز القرى لان الاهلين يشترون الطحين على علاته وربما كان عتيقاً او متعتقاً او مختلطاً بمواد غريبة كالذرة والبطاطا . وخلط الطحين بالذرة امر شائع والذرة تجعل الخبز ذا لون اصفر يروق له النظر ويبقى بها الخبز طرياً زمناً اطول ويكون ارخص ثمناً لان الذرة قليلة المواد الازوتية لا يدخلها من الازوت الا نصف ما يدخل في القمح . وقد فحصنا في اسواق بيروت امثة عديدة من الطحين المبيع فوجدنا ثمن رطله يختلف بين ثلاثة قروش الى اربعة قروش ونصف لكننا لم نجد في كل هذه الاصناف اثر الذرة فاستحبنا ذلك . اما اختلاف الاسعار فيتوقف على اختلاف النخل والتعمره ومما لحظنا ان حبوب النشا في الطحين الجيد اكبر منها في الاصناف الاخرى

الواطة الجنس

ومما يجب انرا التنبه اليه ان قوة الخبز الغذائية وان كان من البر المحض تختلف اختلافاً كبيراً على حسب ما يدخله من الماء . والقانون عموماً لا يسمح بان يتجاوز قدر الماء ٣٠ في المئة . ومن ينظر الى ارغفة الخبز البلدي وطراوة عيجه لا يشك في ان ماءه يزيد على هذا القدر والامر على خلاف ذلك فاننا بعد التحليل المدقق وجدنا ان كمية الماء في هذا الخبز لا تنيف على ٢٩ في المئة

البرغل

ومن ملحقات الحبز البرغل وهو جريش الحنطة وذلك انهم يسلقون القمح وبعد تجفيفه يطحنونه طحناً جريشاً بحيث تنتشر النخالة وتتكرر كل حبة من ١٠ قطع الى ١٢ قطعة. فيطبخ ويؤكل بدلاً من الأرز وهو من حيث قوته الغذائية افضل من الارز بكثير لأن مقدار الازوت فيه كقدره في القمح أما الارز فان قدر الازوت فيه اقل من القمح بضعين وثلاثة اضعاف. ومن ثم نوصي الاهلين بتفضيل البرغل على الارز لانه اغذى منه وارخص مما نكثنا نشير على من يتات به ان يختار لصنيع الحنطة الجيدة ليس اجناسها الرابطة

ويتخذ البرغل ايضاً لاصطناع طعام بلدي شائع جداً في هذه الانحاء وهو الكبة وسيأتي عنها الكلام في فصل للحوم (البقية لعدد آخر)

الصناعة في لبنان وسكب الاجراس

لمضرة الاديب الفاضل عيسى افندي مخلوف
مدرس آداب اللغة العربية والخطابة في المدرسة الشريفة العامرة

لقد عرف قراء مشرفكم الاغتر قدر ما اذكيتم مناره من الصنائع الوطنية وحض
الاهلين على استئناف اتقانها كقالاتكم في الاسلحة والجوهر والتطريز والحياسة
والتجارة في سورية ولبنان مما كتبتموه حضرتكم او كتبه بعض الادباء. ففتحتم له
علاً في مجتكم وقد استردتم الوطنيين مراراً من مثل تلك القالات في تلك المواضيع
فكنت بمن لبي وعمدت الى رسالة وضعتها منذ بضع عشرة سنة وسيتها « لطائف
السّر في لبنان والقرن التاسع عشر » وقد ضمتها كثيراً من شؤون هذه البلاد مع
لمع كثيرة عن احواله السالفة والحاضرة فيما يتعلق منها بالصنائع والاخلاق
والعادات والتعود الرابجة واثان الاشياء. الخ وهي لا تزال مخطوطة فرأيت فيها تعاليق
وافية عن الصنائع اقتطفت منها هذه المقالة لعلها تنال من القراء الكرام قبولاً
وقبل الدخول في الموضوع لا أجد بداً من ايراد ما حضرني من اسما بعض الأسر