

الكمأة (الفقمع) Truffles



المنشأ والتاريخ

تسمى (كمأة) لأنها تنمو في البيئة الرملية الصلبة والكثبان الرملية وتكون مختبئة تحت الأرض.

« تسمى (فقمع) أو (فقيع) لأن الأرض تتفتح وتشقق عنها.

« تسمى (بنت الرعد) لأنها تكثر في أوقات الأمطار الرعدية الغزيرة، حيث يعمل البرق على تكوين أكاسيد الأزوت في

الهواء الجوي التي تذوب مع ماء المطر وتسقط على الأرض محملة بالمواد اللازمة لنمو الكمأة تحت سطح التربة، لذا يسعى الأعراب للحصول على الكمأة بعد هطول الأمطار عندما يشاهدون علامات معينة تدل على وجودها مختبئة تحت التربة الهشة - ومن أشهر هذه العلامات ظهور أسراب من الذباب الأصفر (ذباب الكمأة) حول بقعة معينة من الأرض منجذبة إلى رائحة الكمأة الجذابة القوية.

« الترفاس Terfas هي كمأة الصحراء، أطيب مذاقاً وطعمًا وأكثر فائدة من كمأة الغابات، وقد اعتاد عرب البادية الرحل تناول الكمأة الطازجة أو تحفيفها على الرمال الساخنة تحت حرارة الشمس.

« يقال إن الكمأة هي قوت (طعام) بني إسرائيل في التيه وسط صحراء سيناء؛ لأنها تقوم مقام الخبز.

« عرفت منذ آلاف السنين غذاءً فاخرًا للملوك الدولة الرومانية والإغريقية، وتحتل الآن مكان الصدارة على قمة الأغذية الفاخرة في العالم.

- « تنتشر بكثرة في المملكة العربية السعودية ودول الخليج العربي والشام كما تكثر في مصر بمنطقة مطروح وسيناء والبحر الأحمر، وتعتبر ليبيا أولى الدول العربية إنتاجًا للكمأة.
- « تنتمي إلى مجموعة من الفطريات النباتية تعرف باسم Ascomycetes تعيش مترممة على المواد العضوية المتحللة في التربة وتكون قريبة من بعض أعشاب الصحراء أو جذوع الأشجار الكبيرة مثل شجر البلوط.
- « كروية الشكل، لحمية القوام، تشبه درنات البطاطس، تنمو تحت سطح التربة على عمق حوالي ٢٠ سم، وتتفاوت أحجامها وأوزانها كما يختلف لونها من الأبيض إلى الرمادي أو البني أو الأسود.
- « للكمأة أنواع كثيرة أشهر أنواعها يسمى (الزيدي) لونه يميل إلى الأبيض وحجمه كبير يصل وزن الواحدة إلى حوالي كيلوجرام، و(الخلاسي) داكن اللون حجمه يصل إلى حوالي ٢٠٠ جرام، أما (البلوخ) فيعتبر من الأنواع الفاخرة غالية الثمن.

الخواص الأفروديتية والعلاجية للكمأة:

- « تتميز برائحة عطرية وطعم فاخر مميز شبيه بطعم (لحم الضأن).
- « تحتوي على مادة (Androstenol) أحد الفيرمونات (الروائح) الجنسية التي تجذب الحيوانات تجاه الكمأة المختبئة تحت الأرض وهي المسؤولة أيضًا عن تنشيط الفيرمونات الجنسية في الجسم البشري.
- « تحتوي على نسبة عالية من البروتينات والأحماض الأمينية الأساسية.
- « تحتوي على فيتامينات B1 وC والمعادن خاصة الحديد والكالسيوم والفوسفور والمغنسيوم.
- « تحتوي على نسبة ضئيلة جدًا من الدهون على صورة (ستيرولات نباتية) وليست (كوليسترول) وبالتالي فإن دهون الكمأة ليست ضارة بالصحة إلا إذا أكثر الإنسان من استهلاكها.
- « الكمأة تؤكل نيئة بعد تنظيفها وغسلها من

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم:

« "الكمأة من المن، ماؤها شفاء للعين والبدن" - أخرجه البخاري ومسلم.

كما قيل عنها أيضًا:

« الكمأة كالمن الذي كان يسقط على بني إسرائيل، لا مجهود فيها بيدور ولا سقي.

« المن كل ما يمن الله سبحانه وتعالى به مما لا تعب فيه ولا نصب.

« الكمأة يخاف منها الفالج (الشلل) والسكتة وماؤها يجلو العين، وهي أصل مستدير، لا ساق له ولا عرق، لونه مائل إلى الغبرة كالقطن، يوجد في الربيع تحت الأرض (ابن سينا).

الرمل وتقشيرها أو تؤكل مشوية مع اللحم أو يتم سلقها مع الشبث والكمون والزيت أو تقدم على هيئة (حساء الكمأة) مع قليل من الزبد، كما تستخدم في المطبخ الفرنسي الأفروديتي مع الفواجرا (كبد الأوز الدهني) والطيور واللحوم.

« الكمأة المجففة المطحونة تستخدم في العديد من الأطباق الخليجية وبعض أنواع الشوكولاتة.

« تستخدم في صناعة الأنواع الفاخرة من العطور الجنسية ومعجون الأسنان والمستحضرات الطبية لعلاج أمراض العين ومستحضرات العناية بالجلد والبشرة.