

## الفصل الرابع

أكلات أوربية .. وأكلات آسيوية

obeikandi.com

**حنشان بعسل النحل في لندن ..**

**وجمبرى بالملوخية في المطرية ..**

تربطني بمدينة لندن علاقة طردية ! إذ على قدر عداوتي للإنجليز حتى أنني حملت ضدهم السلاح عندما كانوا يحتلون مصر ، إلا أنني أحب لندن . رغم برودتها وضبابها وبرودة سلوك أهلها . وقد زرتها عشرات المرات حتى أنني أعرفها شارعاً شارعاً وشارعاً حارة . . وزقاقاً زقاقاً أتجول فيها مثل باريس وفيينا وبرلين بدون أى خريطة أو دليل .

وفي الحى الصينى القريب من ميدان بيكاديللى الشهير فى قلب عاصمة الإنجليز نزلت مرة «أتمشكح» كنا يوم أحد . وفى شهر رمضان كان باقيا على موعد الإفطار أكثر من ساعة . . ولمحت فى واجهة أحد المطاعم الصينية قارباً فيه سمكة تشبه الحنشان أى سمك الثعبان تم تشريحها بالعرض وهناك سائل لزج فيها . . وحوها شرائح من الطماطم والجزر والخضرة . . وكان هذا عام ١٩٧٣ ، وفى شهر أكتوبر . وبالمناسبة بدأت حرب تحرير سيناء فى السادس من أكتوبر العاشر من رمضان وأنا فى لندن ، فى مهمة صحفية بترولية خليجية وكان هذا هو اليوم الثانى لبدء أشرف حرب تحرير مصرية . .

●● ودخلت المطعم الصينى وطلبت «قارباً» من الموجود فى الفاترينة على أن يقدم لى بعد ساعة ، أى عندما يحين موعد الإفطار . .  
ولأن المطعم الصينى لا يعترف بالسلطات أو المقبلات . فقد طلبت مع هذا القارب «مطبقية» من شوربة الأعشاب المشهورة فى مثل هذه المطاعم .  
فأنا من عشاق الشوربة لفوائدها الصحية وإعدادها للمعدة لتقبل الطعام . ولم أنس أن أذكر الجرسون - وكان قصيراً جداً . وبديناً جداً -  
بإبريق الشاى الأخضر الصينى المشهور . . بدون سكر !!

وجاءت الشوربة فى الموعد المحدد . فشربتها . وأتبعتها بفنجان من الشاى الساخن . ثم جاء الطبق الرئيسى : قارب السمك الحشنان . وللحقيقة كان شكله مغريباً ومشجعاً . ولكننى أخذت أنفوس فيه ، إلى أن اكتشفت أنه طبق من الثعابين البحرية مطبوخ بعسل النحل !!  
وتخيلوا : سمك بالعسل أى أن الصينيين جمعوا بين النقيضين . ولم أتلكأ . كنت جائعاً بعد صوم يوم كامل فى رمضان . ثم إننى سأدفع الثمن سواء أكلت مافى الطبق . . أو أبعدته عنى . وكدمياطى (!!)  
فضلت أن أكل الطبق . . على أن يضيع علىّ ثمنه . وللغرابة كان طبقاً لذيذاً للغاية ، شهياً بدرجة تذهب بالعقل . مشبعاً ممتعاً . وهو بأى مقياس ألد من صينية الحشنان بالطماطم والخضرة التى برعت والدتى فى صنعها . وكانت أطال الله فى عمرها تتصل بى من دمياط وأنا أدرس بجامعة القاهرة عام ١٩٥٧ تتلهف على رؤيتى . فإذا تعللت لها بالذاكرة ، كانت بكل حنان الأم تهتف : « يا وله دانا طبخت لك صينية

الحنشان التى تحبها » وكانت تعرف عشقى لهذه الوجبة رغم أنها كانت تجيد صنعها ولا تأكل منها ، لأنها كانت لا تحب الحنشان ولا تحب الأرناب . ولكنها تصنعها بامتياز ولم يكن أمامى إلا أن أترك سماعه التليفون فى شقة مدام حوا حيث كنت أسكن فى إحدى شققها بالدقى ، ثم أنطلق مسافراً إلى دمياط . فصينية الحنشان بالطماطم لا أستطيع مقاومتها !!

●● وفى المقابل هناك وجبة مشهورة فى الإسكندرية ، كما هى موجودة فى قرى وجزر بحيرة المنزلة . هى وجبة الجمبرى بالملوخية !! وهذه تعتمد على ضرورة إزالة رائحة أو زفارة الجمبرى . ويقتضى هذا غسل الجمبرى - بعد تقشيره وإزالة الجهاز الهضمى - جيداً بالملح والدقيق مرات عديدة . ويمكن أن يوضع الجمبرى بعد إتمام عملية «القلى» فى الزيت ، فى حلة الملوخية . بعد خلطه بالدقيق قبل القلى . والجمبرى بهذا الشكل يرفع القيمة الغذائية للملوخية . وقد أكلتها وأنا صبى فى مدينة المطرية دقهلية على بحيرة المنزلة ، عندما كانت بحيرة عامرة بالجمبرى والكابوريا وباقى عائلة القشريات !!

## بلح البحر في شورية الضفادع

### في الشانزليزيه !

في شارع الشانزليزيه ، أشهر شوارع باريس وأطولها رأيت زحاما كبيرا على واجهة مطعم ، غير بعيد عن قوس النصر القائم على تبة عالية تفصل بين شارع الشانزليزيه وشارع فوش . واقتربت - ومعى زوجتى - وأفسح لنا مكان فقرأت ما كان يقرأه الكل من سياح أمريكيان على طلاينة على أسبان ، مع قليل من الباريسيين كان اليوم هو يوم وجبة أسبوعية يقدمها هذا المطعم الشهير مرة كل أسبوع . . وكانت وجبة من «بلح البحر» ولأننى سبق أن تناولتها أردت أن أعرف سر الإقبال الشعبى على هذا الطبق . . . في هذا المطعم بالذات .

●● واخترت الزحام . وجلست وزوجتى إلى مائدة غير بعيدة عن رصيف الشارع الشهير . الذى يمتد من قوس النصر إلى ميدان الكونكوردي الشهير حيث المسلة المصرية الشهيرة تتوسطه ثم بعدها حدائق التويلرى الشهيرة التى تمتد إلى كاتدرائية نوتردام الشهيرة غير البعيدة عن متحف اللوفر أشهر متاحف أوروبا . وحيث «جناح المصريين» أى الآثار المصرية المشهورة .

المهم بدأت طقوس الوجبة بسلة من الخبز الفينو الفرنسى الشهير :  
المدن اللذيذ الذى يؤكل بلا غموس !! ومعه أمام كل منا طبق تتوسطه  
حبة طماطم كبيرة جداً ومخلية تماماً ولكنها مملوءة عن آخرها بنوع من  
الجمبرى صغير الحجم للغاية مسلوق ومتبل جيداً . وعليه نوع من  
«الصوص» أى الصلصة لاهى بالميونيز ولكن غليظة القوام «حراقة»  
بعض الشيء تذكرنى «بالمورثة» التى تتبقى فى إناء تسيح الزبد لتحويله  
إلى مسلى بلدى !! والتهمنا الطبق بما فيه وبجواره من مشروب .

●● وعادت الجرسونة الرشيقة . . اليافعة . البشوشة خفيفة  
الحركة . رقيقة الملامح والكلمات لترفع الطبق خالياً ، وتضع بجانب كل  
واحد منا دسنة أطباق صيني بيضاء ثم أتبع ذلك بطاجن كبير أسود  
من الفخار المطلى بالميناء السوداء . وكنا طلبنا أكبر مقاس من  
الطواجن . وكان ممتلئاً عن آخره ببلح البحر الغارق تماماً - متفتحاً بفضل  
عملية السلق - وكله يسبح فى شوربة شديدة البياض تغوص فيها قطع  
من الكرفس الأفرنجى .

●● وبدأنا الأكل - أنا وزوجتى - وكلما امتلأ طبق بأصداف البلح  
الفارغة حملته بعيداً الجرسونة . ورغم أننا كنا فى بداية الشتاء وبدأت  
لسعة البرد . . إلا أن حرارة الوجبة : من بلح بحر وشوربة دسمة  
جعلت الدفء يدب فى أجسادنا فخلعنا البلوفرات . . بل طلبنا من  
الجرسونة أن تفتح النافذة التى تطل على الشانزليزيه . المهم . أكلنا  
البلح . وشربنا الشوربة بما فيها . ولأننى تعودت ألا أسأل عن الثمن إلا

بعد تمام الأكل حتى لا تسد الفاتورة نفسى عن التلذذ بالطعم . فقد طلبت الفاتورة . وكان الرقم خيالياً . وعندما سألت الجرسونة لماذا ؟ اكتشفت أن بلح البحر هذا مطبوخ فى شوربة كوارع الضفادع ! ومازالت حرمنا المصون غير مصدقة أنها شربت شوربة الضفادع . ورغم هذا فمازالت تشتاق إلى طاجن مائل حتى ولو كان مطبوخاً فى شوربة زعانف سمك القرش ، ولهذا الوجبة مكان آخر . .

●● وفى برلين . فى شارع انتردن لندن الشهير قبل تقاطعه مع ميدان «الكسندر بلاتز» لمحت فى الواجهة طاجناً مماثلاً فأسرعت أطلبه . ولكنه للأسف لم يكن فى نفس جودة الطاجن الفرنسى ، رغم أن المطعم كان إيطالياً صاحبه من نابولوى . . ويعمل به شاب مصرى مغترب ولكنه النفس . وطريقة الطبخ . . والجو العام للوجبة !!

## رنجة مملحة .. والحلو فراولة

فى مدينة أمستردام العاصمة الثانية لمملكة هولندا «لاهاى أو دنهاخ هى العاصمة الأولى» ركبتم الترام أتجول فى شوارعها . وكانت هذه هى زيارتى الأولى للمدينة التى سرقوها من بحر الشمال ، وبالتحديد من «خليج زيدر زى» بالتجفيف وإقامة القنوات . ويشكل ميناء أمستردام، مع ميناء روتردام أشهر ثنائى بين موانى أوروبا كلها . ومن عادتى عندما أنزل أى مدينة للمرة الأولى أن أقوم بجولة شاملة فوق وسائل المواصلات العامة . حتى أكتشف المدينة . بأرخص ثمن !! وكان هذا فى أواخر السبعينات .

●● وبينما يخترق الترام - عديم الصوت الذى تقوده سيدة بدينة مفتولة العضلات بشارب ينافس شوارب الرجال - شوارع المدينة لمحت سوقاً غريبة . وبحركة ابن بلد من بولاق مصر ارتكبت جريمة لايرتكبها أوربى . فقد تركت مقعدى بجوار النافذة المفتوحة وقفزت إلى الشارع بينما الترام منطلق بأقصى سرعته ! ودخلت السوق الذى لا أذكر اسمه الآن . . كان سوقاً مفتوحاً طوله لايقبل عن ٢ كيلو متر !! يباع فيه كل

شياء وأى شياء . وهو يختلف عن «سوق البراغيث» المعروف فى ألمانيا .  
أو سوق العفارىت فى العاصمة الأسبانية مدريد . أو أسواق الیوم  
الواحد فى فرانكفورت أكبر المدن التجارىة فى ألمانيا . أو فیسبادن مدینة  
الحمامات التارىخیة الاسطوریة على بعد ٦٠ کیلو متراً عن فرانكفورت .

●● وشدتنى عربة ید !! تقف على أول ناصیة لهذا الشارع  
العجیب . نعم عربة ید . تشبه عربات باعة حمص الشام فى بولاق  
مصر، أو السیدة زینب أو عربات الكشرى القاهرى فى باب الشعریة ،  
بل بنفس التصمیم . ویقف خلفها هولندى فارع الطول عریض  
المنکین ، مفتول العضلات . . كث الشارب یرتدى ملابس بیضاء . .  
وحوله مجموعة من البرامیل البلاستیک محکمة الغطاء تحوى سمك الرنجة  
المملح ، ولیس المدخن المعهود . وعلى یمنه بطرمانات كبیره زجاجیة .  
أحدها مملوء بالفلفل الرومى المخلل . والثانى بالخیار كبیر الحجم  
المخلل أيضاً وأمامه - على العربة - لوح خشب سمیک . ویرتدى فى یدیه  
قفازین وبحركة سریعة يلتقط سمكة الرنجة المملحة من البرمیل  
ویطرحها على لوح الخشب وبسرعة أيضاً یتعامل معها بسکین طویلة  
مشحوزة جیداً . یدأ بفصل الرأس . ثم یشقها نصفین من ناحیة الظهر  
 . ثم ینزع الأحشاء بحركة سریعة ، بل خاطفة بسن السکین . ثم ینزع  
سلسلة الظهر بحركة ثانیه . ویقلب السمكة لینزع القشرة تماماً  
«بجلدها» . وبحركات سریعة ورتبیة یقطعها إلى شرائح صغیره رفیعة  
ویضعها على فرخ من الورق شبه المقوى على خفیف حتى «لاینقع» .

ويمد أصابعه في وعاء مملوء بمبشور البصل الطازج ينثره فوق شرائح السمك ويقدمه لك .

فإذا أردت خياراً مخللة أخرجها من البطرمان سريعاً ليضعها على الميزان ليعرف قيمتها . ونفس الشيء إذا أردت حبة فلفل مخللة . والكل يجوها في ثوان إلى شرائح ويغرس لك في شرائح السمك مجموعة من عيدان تسليك الأسنان - من خشب - لتلتقط بها شرائح السمك والخيار والمخلل .

●● وتناولت كل هذا بلذة وشهية كبيرتين . ولم أتمالك نفسى فطلبت تكرار ماقدم لى . ودفعت ثمناً للطلبين هذين حوالى ٦ جيلدر «فلورين» أى مايقرب من ١٢ جنيهاً .

وكان لابد من الحلو فاخترت عبوة من فراولة تزن كيلو جراماً دفعت فيها جيلدرين ونصف الجيلدر وقفت أتمتع بطعمها وكل من حولى مشدوه بما يرى منى !!

## البهية .. وجبة عربية في أسبانيا

كانت في مصر حتى ٣٠ سنة مضت وجبات غذائية يزداد الطلب عليها خصوصاً في شهور الشتاء والبرد القارس لما فيها من «وقود» وعناصر للتدفئة . وكانت ست البيت البارعة تتفنن في إعدادها وتقديمها خصوصاً في شهرى طوبة وأمشير .

●● إذ كانت وجبة الأرز باللبن التى تجود أصلاً أكثر بالطهو على «الكانون» وهو جهاز الطهو قبل اختراع وابور الجاز . . وتجود «حلة الأرز باللبن» كلما كان اللبن دسماً أو بقرياً . ولم تكن ست البيت المصرية تكتفى بحلة الأرز باللبن رغم مافيهما من مواد كاربوهيدراتية «في الأرز» ومواد دهنية ومعادن وفيتامينات في «اللبن» بل كانت تتفنن في إضافة مصدر جديد للطاقة هو العسل الأسود إذ كانت تقوم «برش» هذا العسل على وش حلة الأرز باللبن . وكلنا نعرف قيمة هذا العسل الأسود وبالذات ما يضمه من حديد ومعادن أخرى وأملاح . . فضلاً عن المواد السكرية وما تحتويه من مصدر للطاقة والدفء في عز الشتاء .

وبالمناسبة مازال اللبن والتمر وسيلة إكرام الضيف في المغرب ، حتى

ولو كان ملكاً أو رئيساً . وتلك سنة حميدة تعكس القيمة الغذائية لكل من اللبن والتمر . . ومازال لبن الناقة في «أبو ظبي» وغيرها من دول الخليج له سحره وعشاقه الذى وصل بأحد كبار أثرياء «أبو ظبي» أن احتفظ بجوار مسكنه الجديد قصراً أو فيلاً أو بيتاً عصرياً ، ببعض النوق لأنه لا يستطيع الابتعاد عن لبن النياق .

●● وكانت هناك وجبة غذائية شتوية أيضاً هى حلة الأرز بالعدس الأصفر المجروش وتوجد إذا تم طبخها بحيث تكون نسبة الأرز ثلثي الكمية . . والثلث الباقي من العدس الأصفر . ولأن ست البيت - زمان - لم تكن تكتفى بما فى الأرز من نشا - أى مواد نشوية - ومافى العدس بحكم أنه بروتين نباتى من فيتامينات ، فإنها بعد إتمام نضج «حلة الأرز بالعدس» على الكانون أيضاً ، كانت تقدم معه التمر الحجازى المددن . وكل هذه المكونات تقدم وجبة كاملة غذائية ومشبعة !! فضلاً عن انخفاض تكاليفها .

●● وأهل السويس لهم وجبة مفضلة وإن أصبحت مكلفة . . تلك هى وجبة الملوخية بالجمبرى . ولكنه الجمبرى صغير الحجم . لأن الكبير للشواء . وإذا كانت بعض المدن الساحلية تعرف أكلة الجمبرى بصلصة الطماطم كغموس ، أو كتنوع بدلاً من حلة الفاصوليا البيضاء أو اللوبية بصلصة الطماطم . . ولكن تظل وجبة الملوخية بالجمبرى هى الأكثر اختلافاً . لأن الأمر يقتضى غسل الجمبرى جيداً بالملح والدقيق

مرات عديدة للقضاء على أى أثر «للزفارة» لأن تلك الزفارة تتعارض مع طعم ورائحة الملوخية .

●● وإذا تركنا السويس وانطلقنا غرباً إلى أسبانيا فإننا نجد الطبق الشعبى الشهير والرخيص : الباهية وأصلها «البقية» وهى وجبة من أيام الحكم الإسلامى للأندلس . إذ كانت الزوجة تجمع بقايا الطعام على مدى الأسبوع ثم تعيد تجهيزها وطبخها وإضافة التوابل عليها وتقديمها .

وأفضل ما تؤكل «البقية» إذا كانت مصنوعة وفيها قطع من الدجاج واللحم والقواقع بالأرز والكركم والعصفر والزعفران والقرفة والقرنفل . ولأن الأسبان والسياح يقبلون عليها فإنهم يقدمونها كوجبة شعبية فى المطاعم يومى الأجازة وهما السبت والأحد .

## مياه الشرب .. مشكلة في تركيا

لأننا نعيش «الوفرة» منذ بدأ النيل جريانه ، فإننا لانعرف قيمة هذا النهر ، ولا نعرف كيف نحافظ على نظافة مياهه . والذين يسافرون إلى الخارج ، حتى إلى أوروبا ، يفاجأون بتحذير صريح بعدم شرب المياه من الحفريات ، لأنها غير صالحة للاستخدام الآدمي . ولايجد المرء سوى أن يشتري زجاجات المياه المعدنية ، أو الطبيعية . وهى بالمناسبة ليست رخيصة ، فى اليونان الزجاجه يزيد سعرها على جنيه كامل . . وفى تركيا ١٥٠ قرشاً . وفى ألمانيا يقولون لك إن المياه للغسيل فقط . .

وإذا كانت مياه الشرب فى اليونان مقبولة إلى حد ما إلا أنها فى تركيا ، وبالذات فى العاصمة التاريخية استانبول لا تطاق وبالمناسبة فإن أصل المدينة كان إسلام بول أى أرض الإسلام بعد أن فتحها العثمانيون وهى نفس الأستانة ، وقبلها كانت القسطنطينية على عهد أباطرة الرومان البيزنطيين . والمياه فى استانبول غير نقية . وبها كثير من العوالق يمكن رؤيتها بالعين المجردة . . فما بالك بما يرى تحت الميكروسكوب !

ولهذا فالمياه فى هذه المدينة التاريخية أصبحت تجارة مربحة فأنت فى

المقهى - وما أكثر مقاهى استانبول - تطلب الشاي ، أو القهوة . . أو الماء وكله بنفس السعر : ٢٠٠٠ ليرة تركية أى جنيهان بالتام والكمال . وعلى النواصى ، خصوصاً فى الجزء الأوروبى القديم من استانبول تجد باعة الماء النقى ، مجرد وعاء زجاجى كبير ينتهى بحنفية . . وكوب فارغ والصبى يبيع كوب الماء هذا بسعر ٥٠٠ ليرة أى ما يعادل نصف جنيهه إذا كان مثلجاً . كما تنتشر تجارة زجاجات المياه وأغلبها معدنية ، مجرد مياه ينابيع ، أو مياه من الجبال . ومما يلفت النظر أن تجد «جراكن المياه» تنقل من الجبال المحيطة بالمدينة الأسطورية على المراكب وحتى سفن الجولات السياحية فى البوسفور لتصل إلى الجزر أو الأحياء المحرومة منها . .

ولا أعرف كيف كانت الحياة أيام عصر الدولة البيزنطية الرومانية الشرقية . . ولا فى عصر أباطرة آل عثمان العظام الذين جعلوا معظم مناطق الدنيا القديمة تدين لهم سواء فى آسيا حتى شمال فارس شرقاً والجزيرة العربية كلها . . أو فى افريقيا الشمالية كلها أو حتى فى أوروبا من شرقها حتى أبواب فيينا .

وإذا كانت تركيا الحديثة تعجز الآن عن تنقية المياه وتحويلها إلى مياه صالحة للشرب . . فماذا كانت تفعل تركيا القديمة .

وإذا كانت مياه الشرب مشكلة فى تركيا فإن الأكل ليس مشكلة بالمرّة . فهم أبرع من يصنع الحلوى وأحسن من يطبخ والمطبخ التركى

مشهور بمشوياته سواء كان لحم ماعز أو غنم ، أو حتى الدجاج . .  
وتأتى أطباق المحشى «الضلمة» في مقدمة المائدة التركية . وهم مغرمون  
بالأكل المسبك الغارق في السمن والدهن والشطة وهم يضعون قرون  
الفلفل الأخضر الحار في كل شىء حتى في شوربة اللحم المسلوقة .

## كلاب .. أولاد ناس !!

للانجليز عشق خاص بالقطط والكلاب !! وإذا التقى صديقان سأل الأول الثانى عن حال الزوجة والأولاد . . ثم يكون السؤال عن «بيتسى . . أو تمارا» أو غيرهما من أسماء التدليل التى أطلقوها على القطط والكلاب . . وعن الثروات التى تركها البعض لقطته أو لكلبه . . والعناية بطعام القطط والكلاب - عند الإنجليز - تفوق الوصف . . وإذا كانت الإعلانات عن طعام الأطفال تجذبهم ويزيد المبيعات . . فلا أعرف لمن توجه الإعلانات عن طعام الحيوانات الأليفة . وهل تتابع هذه الحيوانات هذه الإعلانات ، وتفرض على رب الأسرة اختيار هذا الصنف أو ذاك !!

وكانت هناك كارثة ، فقد أذاع تليفزيون لندن قصة العثور على طعام فاسد للقطط وعرض التليفزيون الطعام وقد علت سطحه البكتريا وانتشرت فيه الجراثيم !! وأصبح هذا الخبر حديث الملايين !! وبالمناسبة هناك محلات خاصة أو سوبر ماركت لطعام القطط والكلاب ، لاتقل جاذبية عما للبشر !!

وللقطط والكلاب صالونات الحلاقة الخاصة بها ، وهناك من يصمم تسريحات الشعر التي تبهر الكلب ، أو صاحب الكلب . . ولها مسابقات للجبال ، وخفة الدم . . وهذه الصالونات ملتقى للأسر الكريمة تتحدث عن أخبار الكلاب ، أو آخر طرائف الققط ، ربما قبل أن يبدأ الحديث عن حال - باقى - الأسرة من البشر !! وإذا كان الغلاء فى لندن قد وصل إلى أطباء البشر ، إلا أن أطباء الققط والكلاب مرفهون كمن يعالجون وأسعارهم تفوق كثيرا أسعار علاج البشر .

وقد تضطر أحيانا إلى حجز موعد «ليبتسى» بعد شهرين بينما تحجز موعدا «لكوكى» بعد ثلاثة أشهر .

والانجليز مغرمون بتخليد ذكرى الققط والكلاب . . ولهذه وتلك مقابر خاصة . . بل وشواهد تحرص الأسرة على تسجيل تاريخ مولد ورحيل الفقيد الغالى ، كما أن هناك من يحرص على وضع باقات الزهور يوميا ، أو على الأقل صباح كل أحد ، على قبر الفقيد الراحل . . وأحيانا لا تستطيع الأسرة تحمل «بعاد» العزيزة «بيتسى» أو الراحلة كوكى فتصر الأسرة على أن تدفن قطتها فى حديقة البيت الذى شاركت فيه الأسرة كل الأيام السعيدة ، وحتى لايبعد طيف الغالية الراحلة عن عيون الأسرة !!

وللقطط والكلاب مجلاتها وصحفها الخاصة . . لا لتعبر عن رأيها ، لأن حرية التعبير متاحة للجميع ، ولكن لملابسها ، وطعامها ،

وأمرضها . . وآخر اكتشافات العلم والطب حتى تظل عيون القطّة  
براقة لامعة ، ويظل شعر الكلب - ابن الكلب - ناعماً . . إنها حقاً  
كلاب أولاد ناس !!

## غرائب الفطور

### بين الأرز الأندونيسى ودبس الرمان

وجبة الإفطار - في غير رمضان - تختلف من وطن إلى آخر . فوجبة المناطق الباردة تختلف عن المناطق الحارة . . والغنى عن الفقير . وإذا كانت وجبة الإنجليزى والألماني على الإفطار دسمة وغنية بالسعرات الحرارية . . فإنها عند الفرنسى والسويسرى والنمساوى مختلفة تمام الاختلاف .

فالإنجليزى والألماني يفطر جيداً . لا مانع من اللحوم المصنعة ولا بأس من الأجبان المتعددة . وأنواع السجق والبيض المختلفة وشرائح لحم الخنزير المملحة والبيكون . ويا حبذا لو هناك شريحة من الرنجة المدخنة على الإفطار . أما الحبوب المغذية فى اللبن البارد أو الساخن فهى متوفرة . . وبجانبها شرائح من الفواكه المليئة مثل البطيخ والشمام . . أو المجففة مثل التين والقراصيا . : كل هذا بجانب الزبد والمربة وعسل النحل . . ولاننسى القهوة والشاى باللبن والكريمة . والفرنسى والسويسرى يكتفى بشرائح التوست مع الزبد والمربى والشاى أو القهوة . . تماماً مثل الأمريكى الذى يمكن أن يضيف الكورن فليكس على الحليب ، ويسرع إلى العمل .

أما إفطار الأندونيسى « ١٨٠ مليون نسمة » فيعتمد على الأرز إذ أن أندونيسيا مثل اليابان وغيرهما من شعوب جنوب شرق آسيا من الشعوب الأرزية !!

ففى الإفطار الأندونيسى تجد الأرز المسلوق ومعه قطعة دجاج ، أو قطعة لحم بالإضافة إلى كمية من الخضر !!

وأبناء أندونيسيا يأكلون الأرز ٣ مرات يومياً ، الأغنياء والفقراء على حد سواء . ورغم هذا نجدهم يتمتعون بقوام رشيق لأن رطوبة الجو تذيب الشحم والدهن والنشا والسكر ولا تترك لها أثراً مهماً أكلوا من الأرز الذى يطلقون عليه : ناسى رامس !! ويأكله المسلمون الذين يمثلون أغلبية السكان ، كما تأكله الأقلية المسيحية بجانب البروتستانت والبوذيين .

●● ولن نتكلم عن إفطار المصرى الذى يعتمد على الفول والطعمية . . ولكننا سنتحدث عن إفطار أبناء الشام : سوريا ولبنان والأردن وفلسطين . هناك يفضلون إفطاراً من نوع خاص يعتمد على زيت الزيتون والزعتر والخبز إذ يصنعون رغيفاً من عجين ثم يضعون عليه زيت الزيتون ويحملونه بكميات كبيرة من الزعتر ويدخلونه الفرن ثم يقدم دافئاً . وتنوع هنا « المناقيش » ومفردها المنقوش وهو سيد الإفطار اللبناى . وهناك طريقة أخرى إذ يقدمون طبقين فى الأول زيت الزيتون . وفى الثانى الزعتر المضاف إليه السمسم . ويأتون بالخبز فيغمسونه فى طبق الزيت ثم يغمسونه فى طبق الزعتر وهكذا .

أما البدوية فإنها تضيف على هذا دبس الرمان ، أى عسل الرمان الذى يعطى الوجبة «مزاة» خاصة . إذ يعجن الخبز بهذا الدبس ثم يضاف زيت الزيتون والزعر . . وهو بهذا من أفضل الوجبات التى تحل مشاكل المعدة .

●● أما إفطار الصعدي فيختلف عن إفطار ابن الوجه البحرى . إذ يضيفون الزيت والشطة إلى الجبن القريش بهدف رفع القيمة الغذائية للجبن القريش أما الشطة فهى لفتح الشهية !! وهناك أيضاً عادة إضافة السمن السايح على الجبن القريش فى طبق واحد . وبجانبه طبق من البيض المسلوق المقشر . ويقوم الشخص بتغطيس البيضة المسلوقة فى طبق من السمن السايح الحار . . قبل أن يأكلها . . والهدف هنا هو زيادة القيمة الغذائية . . وكل هذا يؤكل بالعيش المرحح .

●● وكم للشعوب على مائدة إفطارها من عجائب !!

## مانجو بالكارى وبطيخ بالملح الناعم

أنا مغرم بتطبيق المثل المصرى : كل اللى يعجبك . . والبس اللى يعجب الناس « . ولكننى أطبقه بقليل من التحريف . عندما أمزج معه المثل الإيطالى القديم : « إذا كنت فى روما . . افعل ما يفعله أهل روما » وبالطبع لا أطبق هذا المثل الخواجاتى تماماً وإلا شمت فى الشامتون وتقول القائلون ولأننى من هواة المذهب التجريى ، فى الطعام فقط لاغير . فإننى دائماً لا أتورع عن التجربة فى الطعام . .

●● فى دول الخليج تعجبت - فى البداية - عندما رأيتهم يعشقون تناول المانجو المخلل بالكارى والكركم والخل . . وأعشاب لا أعرف لها اسماً إلا حبة البركة ولم أتردد، اشترت «برطماناً» كبيراً عامراً بهذا المخلل العجيب . وفتحت حرمانا المصون فمها على الآخر مستغربة مستنكرة ، رافضة . . خارجة من الحجرة ربها خشية الانفجار . وفتحت البرطمان «أو البطرمان» وأخرجت شريحة مع ما يحيط بها من سائل ذهبى اللون ، شديد نفاذية الرائحة ، التى تقرب من رائحة البطارخ البلدية . . وجلست أتفحصها ، وأقلبها ، وأمعن فيها النظر . وتناولت قطعة بكل

الحذر ثم أتبعته بملعقة من سائل التخليل . . ووجدت نفسى أمد  
يدى مرة ومرات . ثم أقوم لأحضر رغيفاً من الخبز المقمر . . وهات يا  
أكل !! ووقف الأولاد يرقبون رد فعل أمهم المتوتر . . وعندما جربت هى  
قطعة : لم تتقبلها . ونظرت لى شامته عيونها تشمت وتندب حظها فى  
الفلوس التى ضاعت ثمناً لبطرمان المانجو المخلل . . ولسانها ينطلق  
بمثل دمياطى قديم يسخر من الذى يشتري أسوأ ما فى السوق . يقول  
المثل : « الحاجة تقعد تقول نينى . . نينى ، لحد ما ييجى الخايب . .  
ويشترينى » !! وللحقيقة كنت فى منتهى الخيبة . . إذ فى صباح اليوم  
التالى عانيت ما لم أعانى منه فى حياتى ، فى دورة المياه . وظل البطرمان  
جائماً فى الثلاثجة شهوراً . . حتى ألقىت به فى الزبالة !!

●● وفى نويبع بجنوب سيناء كنت وأسرتى نقضى أجازة عيد  
وجلسنا فى المطعم بجوار سائح أمريكى طلب « شرخة » بطيخ شليان  
أحمر . . ثم سمعناه يطلب من الجرسون « الملاحه » وبعدها أفرغ على  
البطيخ كل ما فى الملاحه من ملح . . وهات يا تقطيع بالسكينه والأكل  
بالشوكة . . وكلما أكل طبقة . . صب كمية ملح على ما بعدها ،  
وتحتها . .

ولم أتعجب . بعد أن عرفت أن هذه عادة أمريكية . . ولم أتعجب  
أكثر عندما تذكرت أن واحدة من أحب وجباتنا إلينا هى وجبة العيش  
بالجبن الأبيض القديم «الاستانبولى» . . مع البطيخ !! فنحن نفعل  
نفس الشئ . . أما الأمريكانى فيضع الملح مباشرة على البطيخ . . بينما

نحن نأكل البطيخ بعد كل لقمة بالجبن الحادق . الذى كلما زادت ملوحته . . كان ألد وأطيب !!

●● وفى برلين ( عندما كانت شرقية عام ١٩٧١ ) اشتقت لأكلة فسيخ . وتحايلت . وجدتهم فى السوبر ماركت يعرضون نوعاً من السمك يشبه البورى الصغير ، أو الجرانة ، أو السهلية ولكنها موضوعة فى سائل يحفظها ، سكرى الطعم . . عليه كثير من الأعشاب والبذور . . واشتريت بطرمانا وعدت إلى حيث كنت أقيم فى معهد الصحافة فى ضاحية فريدريش هاجن « ٢٨ كيلو مترا جنوب شرق برلين » وأخرجت السمكة المسكرة وأضفت عليها كمية من الملح . . ثم كمية من الخل . . وثالثة من عصير الليمون ، وتركت الكل عدة ساعات . . وعدت إليها لألتهم الكل بشراهة عجيبة . . ناسياً أن البورى كان مملحاً فى سائل سكرى !!

●● تذكرت كل هذا وأنا أقرأ عن وجبة «الكتتالوب بالبسطرمة» ولكن فى الصين . . وكيف أكلت البط الصينى بشرائح وشراب الخوخ والكمثرى فى ذلك المطعم الصينى الشهير . . فى أكبر موانئ ألمانيا : هامبورج ومازال طعم هذا الطبق فى فمى حتى الآن رغم مرور السنوات !!

## الطحالب : غذاء للفقراء ..

### وسر الجمال عند النساء !

ما رأيكم في وجبة لذيذة من الطحالب الطازجة بالزيت والليمون؟! أنا نفسى جربتها في مطعم صيني في ميدان ليستر القريب من ميدان بيكاديللي الشهير في لندن . . وتناولتها مرة ثانية في معرض اللوجبات الصينية واليابانية والكورية في الهواء الطلق ذات مساء في فندق شهير بمدينة الدوحة عاصمة قطر الشقيقة . .

وقد استطاعت اليابان أن تحصل على ٤٦ نوعاً من الطحالب تزرعها وتبيعها في الأسواق طعاماً شهياً للبنى آدميين!! وأجود أنواع الطحالب ما ينمو في البحيرات العذبة في بحيرة تشاد مثلاً ، أو في المكسيك . وهي تؤكل مباشرة طازجة . . دون حاجة إلى طبخ وإعداد . وقد استطاع اليابانيون أن يقدموا وجبات طيبة من الطحالب ، مثل الأرز بخلطة التوابل مع خلطة الطحالب . وكما زرع اليابانيون الأسماك واللؤلؤ . . زرعوا الطحالب يستخدمونها كطعام .

●● والطحالب غنية للغاية بالبروتين . والمركبات الغذائية فيها عبارة عن بروتين وسكر . بل تصل نسبة البروتين في الوزن الجاف للطحالب

إلى ٨٦٪ وإذا زرعنا كيلو متراً مربعاً بالطحالب وحيدة الخلية فسوف نحصل على ٤٠ طناً من الجلوسرين ومثلها من البروتين !! ولن يشكو آكلو الطحالب من نقص البروتين أبداً ، هذا ما قالته منظمة الصحة العالمية . ولكن المهم هو كيف نقدم هذه الطحالب في شكل وجبات مقبولة لا يرفضها الإنسان .

●● والطحالب غنية بأشياء كثيرة . مثلاً تعتمد صناعة المربي على المواد الجيلاتينية المستخرجة من الطحالب . كما أننا نحصل على نسبة كبيرة من اليود الطبي من هذه الطحالب . كما نحصل على كثير من المضادات الحيوية من الطحالب البحرية أما أفضل مستحضرات التجميل فإن صناعتها يفخرون بأنهم من الطحالب البحرية .

ولكن يجب أن نتعامل مع الطحالب بحذر . لأن هناك أنواعاً سامة وأخرى غير سامة . بعضها سام للإنسان . . وبعضها سام للحيوانات ، والحيوان هو الوسط الذي يمكن أن يكشف لنا السليم من السام لأنه يملك خاصية اكتشاف السام منها فيبتعد عنه . . وغير السام فيقبل عليه . .

●● والطحالب منها الصغير ، المتناهي الصغر ، ومنها الكبير الذي يمكن استزراعها ، وفي اليابان زرعوها على الأسلاك !! بعد أن تحكّموا في درجة حرارة المياه . . ودرجة الملوحة والجو العام .

وهي تتكاثر عن طريق وحدة خلية صغيرة . والعلم يؤكد أن كل

ستتيمتر من الكرة الأرضية يمكن أن تنمو عليه الطحالب : في المياه .  
في البيوت . في الصحراء . حتى في الصخور . . بل وفي رثة الإنسان !!  
والطحلب عبارة عن صندوق يفرز المواد الجيلاتينية التي تنتشر سريعاً  
. . والطحلب هو « المستعمر الأول » لأى مكان . وبالتالي يصلح هذا  
المكان مستعمرة للبشر !! والطحالب غير الفطريات فالطحلب يخترن  
السكر في جزئياته . . على عكس الفطر الذى لا يخترن السكر . . من هنا  
نجد الطحالب غنية أيضاً بالمواد النشوية . . المهم أن نهيىء الظروف  
الكاملة لهذه الطحالب لكي تعطينا أكبر إنتاج .

●● وحتى الآن أمكن للإنسان أن يحصر حوالى ٢٥ ألف نوع من  
الطحالب وهى من أقدم النباتات التى عرفها الإنسان . وهى منجم  
هائل للأملاح المعدنية وغيرها من العناصر الضرورية للجسم . فبعض  
الطحالب يحتوى على نسبة من المغنسيوم تفوق ٤٠ ألف ضعف عن  
الموجودة في ماء البحر . أيضاً نسبة الحديد في الطحالب أكبر من النسبة  
الموجودة في غيرها . وفيها نحاس وكوبلت ومنجنيز وزنك وفلور  
وكالسيوم وبوتاسيوم وكبريت وفوسفور وفيها فيتامينات أ ، د ، إى وهى  
الفيتامينات الضرورية حتى تؤدى وظائف الجسم عملها بشكل سليم .  
والطحالب بجانب غناها بالبروتين فهى غنية أيضاً بالأحماض الأمينية  
ولهذا تتمتع الطحالب بفوائد تنشيطية ومجددة للحوية ، بل ومضادة  
للبيكتريا .

وإذا كانت جذور نباتات الجينسينج الشهيرة في كوريا مجددة للشباب  
ومنشطة أيضاً ولا الدواء السحري الذى يجرى وراءه الناس فى المصحة  
الرومانية التى تديرها العالمة « أنا أصلان » فإن فى بعض أنواع الطحالب  
فيتامين مضاد للشيخوخة . أما فيتامين « A » فلا غنى عنه من أجل  
نضارة وصحة البشرة . لهذا أثارت هذه الطحالب اهتمام خبراء التجميل  
فأدخلوه فى مستحضرات التجميل المرطبة .

## زراعة الطحالب .. تحل مشكلة الجوع

فى أول زيارة قمت بها لجنوب سيناء عام ١٩٨٢ كنت ضمن صحبة من علماء جامعة قناة السويس عندما كان الدكتور عبد المجيد عثمان مديراً لها والدكتور أحمد خضير نائباً للمدير . وكان الدكتور أحمد دويدار الرئيس الحالى لها . . عميداً لكلية الطب . وتوقف الركب أمام عيون موسى ولمحت أستاذاً ينزل إلى الشاطئء وينحنى يجمع عينات من الطحالب المنتشرة هناك . اقتربت منه . اسمه الدكتور محمد السعيد أحمد فرغلى الاستاذ بكلية العلوم . وعرفت أنه مغرم بدراسة الطحالب ودار حوار طويل امتد إلى ما بعد عودتنا من الشاطئء إلى الأتوبيس . قال إن البحر الأحمر ، والبحر عمومأ ، يمكن أن يصبح مطعماً لكل المصريين من خلال هذه الطحالب . وذكرنى بعالم دياطى هو الدكتور عبد الحليم منتصر الذى كان أول من أجرى دراسات على الطحالب فى مصر قبل أن يسافر إلى الكويت لينشئء أول كلية للعلوم بها . . وأيضأ الدكتور عبد الحليم نصر الأستاذ بجامعة الإسكندرية الذى يعتبر أكبر من أجرى بحوثأ على البحر الأحمر وثرواته .

●● وقال لى الدكتور فرغلى - الذى أتمنى أن يتصل بى - إن الطحالب يمكن أن تحل مشكلة ٨٠٪ من أبناء مصر . . وذلك بأن نقدم لهم وجبة من الطحالب مدعمة بغيرها ، لطلاب المدارس والجامعات نحل بها مشكلة الأنيميا بين أبنائنا الطلاب وقال : إن البحر ليس هو السمك فقط . بل هو كيان قائم بذاته . . فيه أكثر مما على اليابسة . . فالطحلب يرمى - ٤٠٠ طن سنوياً - وفى البحر المتوسط ٤٠٪ منها طحالب نستخرج منها مادة الأجار أجار التى توفر لنا الجيلاتين . .

ليس هذا فقط ، بل يمكن أن تتحول بحيرة البردويل إلى كنز آخر للطحالب ، بالإضافة إلى كنزها من أسماك القاروص والدينس والبورى التى نصدرها بعشرات الملايين من الدولارات إلى أوروبا . قال الدكتور فرغلى إنه ليس سراً أن اسرائيل عندما كانت تحتل سيناء أجرت دراسات هامة على طحالب البردويل التى يتوقف فيها صيد الأسماك بين ٨ و ٩ أشهر يمكن أن تتحول إلى إنتاج الطحالب !!

●● هنا مطلوب منا أن يتعلم المصرى زراعة البحر بالطحالب ، كما أجاد زراعة الأرض بالمحاصيل ، وكله يؤكل . . وربما نتعجب أن مصر التى تمتلك حوالى ٣٠٠٠ كيلو متر من الشواطىء والسواحل تحمل الخير كله . . بينما المصرى يعانى من الجوع ، والفقر وسوء التغذية والأنيميا !!

●● وإذا كان علماء مصر يعلمون كل ما أقول حق العلم . . فلماذا لا ينجحون حرباً يقدمون فيها علمهم من الكتب والمدرجات والكليات . . إلى بطون الناس ومطاعمهم ، لحل مشكلة الغذاء . لماذا لا يقولون لكل المصريين إن هذا الطحلب متناهي الصغر الذى يميل لونه الأخضر إلى الزرقة ، ويعيش فى البحيرات المالحة فى الأجواء الحارة غذاء صحى ومفيد .

ولكن القضية أنه مطلوب أولاً أن نكسر الحاجز النفسى عند الإنسان . قبل أن نستغل الطحالب . وإذا كان إنتاج بروتين اللحم من البترول لم ينجح بسبب هذا العنصر أو الحاجز النفسى ، فإننا يمكن أن ننجح مع الطحالب بعد نجاح اليابان والصين وكوريا وباقي دول وشعوب جنوب شرق آسيا فى اختراق هذا الحاجز . وتحولت الطحالب إلى غذاء هناك .

●● وفى رأى أن الطحالب يمكن أن تحل مشاكل سوء التغذية فى الدول الفقيرة .

ففى إمارة موناكو «جنوب شرق فرنسا» نظم معهد تابع لدولة الإمارات العربية أول مؤتمر علمى فى مايو ١٩٩٣ عن هذه الطحالب . وأكد العلماء فى هذا المؤتمر أن هذه الطحالب كانت من الوجبات الأساسية لسكان المكسيك القدماء . . تماماً كما ظلت لقرون عديدة المصدر التقليدى للبروتين عند قبيلة كانيمبو التى تعيش قرب بحيرة

تشاد الأفريقية حيث تنمو هذه الطحالب بكثرة . ومازال ريبلي فوكس عالم الكيمياء الحيوية الأمريكي وزوجته دنيس يعملان منذ ٢٠ سنة لتوفير هذا النوع من الطحالب للأطفال الذين يعانون من سوء التغذية في العالم الثالث .

●● ما رأيكم في طبق بالطحالب والتوابل والزيت والليمون؟

## إكسير الشباب ونضارة الشيوخ

قد يرى البعض أننا نروج لطعام من الطحالب علاجاً لمشكلة سوء التغذية عند شعوب العالم الثالث . . ولكن من المفيد أن نذكر أن كثيراً من علماء العالم يعكفون الآن على دراسة إمكانية استخدام هذه الطحالب كغذاء لرواد الفضاء في محطاتهم المأهولة التي تستغرق رحلاتها عشرات الأيام . . وحيث لا أرض لزراعة الغذاء تماماً كما يفكرون في استخدامها لإنتاج الغذاء للعاملين في الغواصات التي تدار بالطاقة النووية والتي تكلف بمهام بعيدة المدى ، في سرية تامة .

وتعتمد هذه الأبحاث على الاستفادة من مادة البيتاكاروتين التي توجد بكثرة في الطحالب ، وهى مادة تستخدم للوقاية من مرض السرطان . كما أن الطحالب تعزز النظام المناعى فى الجسم ، وتقوى الخلايا ، وبالتالي يمكن أن تقاوم مرض ووباء العصر : الإيدز . . أى وباء نقص أو فقدان المناعة . . كما أنه يساعد على خفض نسبة الكوليسترول الذى أصبح من أوبئة العصر . . بل مرض الأغنياء !!

وتؤكد هذه الأبحاث أن تناول ملعقة كبيرة من هذه الطحالب يومياً

يعطى نتائج طيبة للغاية ، لما لها من فوائد في منع السرطان وتقوية جهاز المناعة .

●● وتعتبر معامل إنتاج مستحضرات التجميل الطحالب كنزاً لايفنى للباحثين عن النضارة والشباب الدائم . ولا غنى عنها لصحة الشعر والبشرة والقوام والجسم . ويركز كيلو واحد من كريم الطحالب جميع العناصر النشطة الموجودة في ٢٠ ألف لتر من ماء البحر . فالطحالب هى المنجم الهائل للأملاح المعدنية وغيرها من العناصر الضرورية للجسم . وإذا توفرت الطحالب على هيئة شامبو أو صابون أو قناع للوجه فإنها تفيد في إعادة التوازن لفروة الرأس أو للبشرة ، أو الزيادة المفرطة في الإفرازات الدهنية . بل وتستخدم أيضاً في علاج حب الشباب وإضفاء النعومة على البشرة !!

●● وفوائد الطحالب لا تتوقف عند استخدامها كمواد تجميل أو منشطة للشباب ومقاومة الشيخوخة . . أو وجبات غذائية ، بل تمتد فوائدها لمعالجة أخطاء البشر !!

ذلك أن الطحالب يمكنها معالجة مشاكل الصرف الصحى !! بل وتعالج مشاكل البحيرات المصرية الشمالية مثل مريوط . . والشرقية مثل المنزلة تلك البحيرات التى قتلناها عندما ارتكبنا جريمة إلقاء مياه الصرف الصحى فيها !!

●● يمكننا أن نستخدم الطحالب بكميات كبيرة في المجارى

والمصارف والبحيرات . وهذه الطحالب وحيدة الخلية ، الدقيقة . . تتكاثر بنسبة كبيرة وعالية وتنتج الأوكسجين الذى يساعد على تكسير الفضلات البشرية ، وغيرها ، ويمكن بإضافة الكلور إعادة استخدام هذه المياه بعد ذلك فى الشرب . وان كان هذا مرفوضاً نفسياً حتى الآن .

وقد نجحت هذه التجارب فى الهند عندما استخدموها فى معالجة مياه الصرف الصحى فى القرى . . ثم أعادوا استرجاع المياه واستخدموها فى الرى من جديد .

من هنا فإننا يمكن فى المرحلة الأولى على الأقل استخدام الطحالب فى مقاومة تلوث بحيرتنا من الصرف الصحى حتى تعود كما كانت مزارع سمكية وحضانات طبيعية لتفريخ وإنتاج الأسماك . وتعود المنزلة لتقدم البلطى الذى حرمننا منه أبناء خمس محافظات حول البحيرة هى دمياط وبورسعيد والشرقية والدقهلية والاسماعيلية .

●● تعالوا نقتد مشروعاً قومياً على مراحل الأولى لإنقاذ بحيرتنا . . والثانية لإنتاج مستحضرات التجميل العالمية والثالثة لتقديم الطحالب غذاءً للمصريين نقاوم به أنيميا الشعوب وهكذا نحول الطحالب إلى غذاء وعلاج !!

## أعشاب بحرية بالليمون ..

### في اليابان

شعب مصر الذى يستنكف أكل الضفادع وتناول شوربة الضفادع ، هذا الشعب من أكبر منتجى ومصدرى الضفادع إلى فرنسا . . فالضفادع المصرية تمتاز بكبر حجم الفخذين ، وهو ما يؤكل من الضفدعة . وفي مصر الآن شركات ورجال أعمال يتولون تربية الضفادع فى مزارع خاصة ثم تصديرها حية إلى فرنسا ، حيث تقدم هناك مشوية أو مسلوقة أو مقلية . وطبق الضفادع ومعه مطبقية الشورية من أعلى الأطباق فى فرنسا، وله مطاعم معينة تتخصص فى تقديمه .

●● وفى فرنسا يعشقون أيضاً أكل القواقع والأصداف البحرية . وبلح البحر من أشهى مايقدم هناك طازجاً أى بدون أى طيبخ أو إعداد . . فقط مجرد سائل ملهى . أو مسلوق مع أعواد الكرفس الأفرنجى . . وقد تناولته مع زوجتى فى واحد من أشهر مطاعم الشانزليزيه أشهر شوارع العالم قاطبة . ويقدم قبل طبق بلح البحر ، طبق من المقبلات عبارة عن نصف حبة طماطم كبيرة تعلوه كمية كبيرة من الجمبرى صغير الحجم للغاية ولا أعرف كيف نزعوا قشوره .

ولا تنازع بلح البحر في اللذة إلا الشوربة الفاخرة التي تقدم في نفس الطاجن أسود اللون . وبجواره ١٢ طبقاً فارغاً لتضع فيها أصداًف بلح البحر بعد أكل ما بها .

●● والمصرى خصوصاً في الاسكندرية وبورسعيد والسويس يعشق تناول أم الخلول . وإذا كان البعض يفضلها مملحة وهي أبسط طرق أكل أم الخلول ، فإن من أبناء السواحل من يفضلها مطبوخة في صلصة الطماطم مع فصوص الثوم . وهذه يفضل لها حبات أم الخلول الكبيرة . ثم هناك من يفضلها بعد «تشويحها» في كمية قليلة من الزيت والمستكة والخبهان ، مع تبيلها بالملح والفلفل والكمون . . والثوم المهروس .

ويعشق أبناء السواحل في مصر أيضاً تناول البقلويظ والجندوفلى وهما أيضاً من العائلة القشرية والقواقع . ويكتفى الاسكندراني بالذات بوضع قطرات من عصير الليمون على الجندوفلى قبل تناوله طازجاً .

●● ولا ينافس المصريين السواحلية في تناول القواقع والأصداًف إلا اليابانيون . واليابانى إذا لم يأكل السمك ومنتجات البحر ٨ مرات في الأسبوع يعتقد أنه لم يشبع . واليابانيون هم أبرع من يربى الأسماك والقواقع والأصداًف ، وليس فقط زراعة اللؤلؤ داخل الأصداًف . وليابانى طقوس خاصة وسرية في تقديم وإعداد وتناول هذه الأصداًف والقواقع . ومنها ما يأتى من المياه المالحة ومنها ما يأتى من المياه العذبة والينابيع والأنهار .

●● واليابانى مغرم بالأعشاب والتوابل . ولهذا فإنه يضيف على الأسماك والجمبرى كثيراً من الأعشاب لتعطى نكهة خاصة ولذيذة على أطباقهم . أما مشاهدة الطباخ اليابانى وهو يعد طبق القواقع أو الجمبرى فتلك متعة لا تعد لها متعة أخرى .

●● وإذا كان طبق شوربة كوارع الضفادع من أغلى الأطباق فى فرنسا . فإن طبق شوربة زعانف سمك القرش هو الأعلى على الإطلاق فى اليابان !! ولا يقدر عليه إلا الأغنياء . ولهذا نشطت فى دول وإمارات الخليج العربى - منذ سنوات بعيدة - عملية صيد أسماك القرش لتجفيف الزعانف فقط ثم تصديرها لليابان وإلى جنوب شرق آسيا . وشوربة زعانف القرش تتحول إلى ما يشبه شوربة الشعيرية الأفرنجى بسبب ما بها من غضاريف وعضلات رفيعة . .

●● وكبار السن - فى اليابان - يعتقدون فى القوة السحرية لشوربة زعانف القرش . . وبالذات للرجال ويرونها أفضل من . . الجينسينج الكورى المشهور !!

## ذبحوا البطة .. داخل بطنى !

أنا من عشاق الطعام الصينى ، واليابانى أحياناً ، من أجل ما أكلت سمك الثعبان بعسل النحل ، والبط بالشطة ، أما عن الأعشاب اليابانية التى تؤكل شبه مسلوقة فلها مذاق خاص ، وهذه المرة دخلت منطقة مطاعم الحى الصينى القريبة من ليسستر سكوير ، واخترت أكلة غريبة فى اسمها وان كان البط العنصر الأساسى فيها ..

الأكلة عبارة عن نصف بطه مخلية من العظم ، يقدم فوق هيكل يعطى انطباعاً بشكل البطة . ومعها طبق صلصة يدخل فى صنعها المربى والشطة .. الخل والتوابل مع طبق من شرائح الخيار وشرائح البصل الأخضر . ثم ١٦ قطعة دائرية من عجين غير كامل النضج داخل سلة من البامبو .. وبعد أن شرحت لى المضيفة الصينية كيفية تناول هذه الوجبة .. بدأت فى التنفيذ .. عليك أن تدهن شريحة الخبز الرقيقة للغاية بالصلصة ثم تضع عليها - بالعصى الصينية - شرائح من البط والخيار والبصل وتقوم بلف كل هذا ليتحول إلى نوع من المحشى .. كل هذا مع شرب الشاي الصينى الأخضر بدون سكر .

وعندما قاربت على الانتهاء .. فوجئت برئيس المطبخ وهو صينى

قصير جداً ، وتخين جداً يسأل عن السيد الذى طلب الطبق الفلانى . .  
فأشارت المضيفة إلى مائدتى . . والتفت الرجل خلفه ، فتقدم مساعد له  
يحمل أكبر ساطور رأيته فى حياتى وهو يقوم بعملية سن مستمرة له . .  
وتقدم رئيس الطباخين إلى مائدتى . . وانحنى بدرجة ٩٠ درجة ، حتى  
كادت جبهته تلمس الأرض ، ثم وجه كلامه لى بكل أدب وجدية قائلاً :  
سيدى . . لقد نسينا أن نذبح البطة التى أكلتها . . فاسمح لنا بأن  
نفتح بطنك لنذبحها ونعيد خياطة البطن !! قال هذا بجدية وكأنه  
سينفذ ما قال بالفعل ! .

وبدون تفكير وقفت وانحنيت - كما فعل الصينى - وقلت له : لماذا  
تتعب نفسك وتجرى عملية جراحية . . ان عندك النصف الثانى للبطة ،  
فلماذا لا تذبحه وتستريح !! وانفجر رئيس الطباخين فى ضحك  
هستيرى . . ووقف كل من بالمطعم يصفقون ويهللون . . وبعد أن  
توقف الرجل عن الضحك قال : لأن هذه أحسن إجابة تحصلك من  
المأزق فقد قررنا منحك ٥٠ ٪ خصماً على طعامك .

وشرح لى الرجل أصول اللعبة قال انهم يؤدونها مرة كل شهر ليروا ماذا  
يكون رد فعل الزبون . وهم يفعلون ذلك كنوع من الدعاية ، خصوصاً  
وأن معظم رواد المطعم من السياح وقال إن سائحة أمريكية وقفت تصرخ  
فى وجهه وهى تحمى بطنها وكأن الرجل سيفتح بطنها ليذبح البطة !!  
وتمتعت بالحكاية وبالبطة . . وسعدت أكثر بخضم نصف ما  
أكلت . وهكذا يروجون لبضائعهم .