

در مقاله های گذشته عنوان کردیم که برنج، از جمله دانه های غذایی پر مصرف و محبوب در سراسر جهان است و همین سبب شده تا فرآورده و خوراکی های مختلفی هم چون شیر برنج، شیره برنج، سرکه برنج و مورد هایی از این دست، ساخته و به مصرف کننده ها عرضه شود.

اغلب ایرانی ها، به دلیل محبوبیت فراوان برنج، تولید برنج و البته روش های آشپزی متنوع، بر این تصور هستند که دیگر کشور های جهان، تصور و برداشت متنوع و نوآورانه ای نسبت به پخت غذا های مختلف با برنج ندارند. با این حال، در این مقاله به این مهم پی می بریم که دیگر کشور ها نیز هم چون ایران، دستور پخت، مصرف و روش های مختلفی برای پخت برنج دارند که هر یک ویژه، در نوع خود ارزشمند و بحث بر انگیز است. گذشته از این، مطلب های یاد شده در این مقاله می توانند اندکی مخاطب را از یک نواختی غذا های برنجی رها و با ذائقه و متد های دیگری در پخت برنج آشنا کنند.

به همین دلیل، در این مقاله نگارنده سعی دارد به طور تخصصی به بحث غذا های برنجی در جهان بپردازد. تنوع غذا های برنجی و نحوه ی پخت آن ها در سراسر جهان، محور های این یادداشت خواهند بود.



افغانستان، کابلی پلو

افزون بر زبان، فرهنگ و تاریخ مشترک، کشور ایران و افغانستان، در زمینه ی غذایی نیز اشتراک های زیادی با هم دارند. هم چون ایران، مردم افغانستان هم علاقه ی شدیدی به برنج نشان می دهند و برنج، غذا و وعده ای اصلی برای آن ها به شمار می رود.

کابلی پلو از جمله غذا های محبوب و لذیذ افغانستان است که از برنج تهیه و بیشتر در مراسم های ویژه میل ازدواج، عقد، جشن و مناسبت ها سرو می شود.

کابلی پلو را در بیانی مختصر می توان ترکیبی از برنج سفید، با گوشت و آبگوشت دانست. کشمش، خلال هویج سرخ شده و پسته نیز برای تزئین و پوشش روی کابلی پلو به کار می روند. با اندکی چشم پوشی و یکسان نگری، شاید بتوان این غذا را همان چلو گوشت ایرانی ها دانست. با این حال، سس، تزئین و دیگر مورد هایی که در این غذا به کار می روند، اثر زیادی بر طعم آن دارند و همین سبب می شود تا تجربه ای متفاوت نسبت به چلو گوشت ایرانی را برای مصرف کننده رقم بزند.



کانادا، برنج وحشی

اگر به یاد داشته باشید، پیش از این در یکی دیگر از مقاله ها، نگارنده به برنج وحشی پرداخته بود. برنج کانادایی و برنج سرخ پوستی، از دیگر نام هایی هستند که برای این برنج به کار می روند. با این حال بد نیست بدانید که این ماده ی غذایی، تنها به دلیل ظاهرش برنج نامیده می شود.

برنج وحشی، از گیاهی به نام زیزانیا فرآوری می شود. همان گونه که از نامش پیداست، این برنج نسبت به برنج سفید سخت تر و البته زمان پخت آن نیز طولانی تر است. کانادا از جمله کشور هایی است که این برنج در آن جایگاه و اهمیت ویژه ای برخوردار است و بی دلیل نیست که آن را برنج کانادایی نیز می نامند.

برنج وحشی در کانادا، به طور معمول با سبزیجات، مواد مغذی، غلات و حبوبات مصرف می شود. در واقع برخلاف کشور هایی مثل ایران و افغانستان، که برنج ماده ی اصلی غذا است، در کانادا، برنج وحشی خود گونه ای میان دیگر گونه های غذایی به شمار می رود که در یک وعده صرف می شوند.



غنا، برنج جولوف

برنج جولوف از معروف ترین و محبوب ترین غذا هایی است که در کشور غنا سرو می شود. این غذا ترکیبی از برنج، گوجه، رب گوجه فرنگی، پیاز، نمک و ادویه های مختلف است و همین سبب شده تا به میزان زیادی شبیه استخوانولی خودمان شود.

طرز پخت برنج جولوف، همانند آبگوشت است. در این روش همه ی ماده های مختلف را درون قابلمه می ریزند و می گذارند تا پخته شود. گوشت قرمز و تن ماهی از دیگر ماده های خوراکی هستند که در کنار این برنج سرو می شوند.



در این مقاله به کشور های افغانستان، کانادا و غنا پرداختیم. در مقاله ی بعدی، غذا های برنجی را در کشور های چین، ژاپن، ایتالیا، مکزیک و هند بررسی می کنیم. پس اگر تمایل به آشنایی با این دست از غذا ها دارید، با "نگارنده همراه شوید.

این مقاله در ادامه ی مقاله ی پیشین قرار می گیرد و قصد دارد تا به تحلیل و بررسی دیگر غذا های برنجی در جهان، با توجه بیشتر به قاره ی آسیا، بپردازد.

## برنج سرخ شده در چین

نیازی به گفت و گو ندارد که برنج تا چه میزان در کشور چین اهمیت، محبوبیت و البته طرفدار دارد. برنج غذای اصلی مردم این کشور به شمار می رود و در تمام مراسم ها و مناسبت ها، استفاده دارد. با این حال پخت و مصرف این برنج، در شرایط و موقعیت ها مختلف متفاوت است. در وعده های روزانه، برنج را به صورت رایج و به روش جوشاندن می پزند. در مهمانی ها و مراسم ویژه اما، برنج را سرخ می کنند. جدا از روش پخت متفاوت آن، در برنج سرخ شده، بیشتر ماده و خوراکی های مصرف نشده به کار می روند. در واقع برنج سرخ شده را می توان بهانه ای برای مصرف دیگر ماده های خوراکی دانست که گوشت، حبوبات، غلات، سبزیجات، سویا و ادویه، از نمونه های آن هستند.

گذشته از مراسم و وعده های روزانه، مصرف برنج در داخل شهر های چین نیز طرفدار دارد و به عنوان جایگزینی برای ساندویچ و غذا های همراه به کار می رود.



## برنج باسماتی در هند

برنج هندی که البته با نام برنج باسماتی در سراسر جهان شناخته می شود، از گونه های رایج و پر طرفدار برنج در هندوستان است. شهرت و محبوبیت این برنج در هند، بیش از هر نقطه ی دیگری در جهان است. این برنج با قامت رعنای، طعم دلچسب و بوی خوشی که دارد، خودش را در دل مردم جا کرده است. برنج باسماتی در هند، به صورت معمولی (هم چون ایران و افغانستان) پخته و مصرف می شود.

## ریزوتو در ایتالیا

گذشته از اسپاگتی و پاستا، ریزوتو یکی از پر طرفدار ترین غذا هایی است که در شمال ایتالیا سرو می شود و برنج ماده ی اصلی آن را تشکیل می دهد. نام ریزوتو، از ریشه ی ایتالیایی «ریزو» به معنای برنج پدید آمده است. هم چون پاستا، ریزوتو نیز در بسته بندی های مختلف و درون قفسه های فروشگاه های مواد غذایی، قابل تهیه است.



## اما شیوه ی پخت ریزوتو به چه صورت است؟

برای پخت ریزوتو، آن را با خامه و آب گوشت مخلوط می کنند. سپس آن را روی گاز گذاشته و آن قدر حرارت می دهند تا پخته و به طور کامل نرم شود. سپس با ترکیب های مختلفی هم چون قارچ، سیب زمینی، ادویه، حبوبات، سبزیجات و دیگر ماده های خوراکی، روی آن را پوشش می دهند و سرو می کنند. کره، پنیر، پیاز و سرکه، از دیگر ماده هایی هستند که می توان با این نوع غذا سرو کرد. ریزوتو یکی از گزینه های غذایی مناسب برای وعده ی اصلی و البته میان وعده است.



## سوشی در ژاپن

هم چون چین و دیگر کشور های شرقی و جنوب شرقی آسیا، ژاپنی ها نیز از طرفدار های دو آتیشه ی برنج و غذا های برنجی هستند. برخلاف هند، چین و ایران، برنج های ژاپنی کوتاه تر و گرد هستند. سوشی از جمله غذا های محبوب ژاپنی است که برنج نقش مهمی در آن دارد. برنج سوشی با ترکیبی از سرکه و کنجد درست می شود. به این صورت که ابتدا برنج را می پزند و پس از ترکیب آن با ماده های یاد شده، آن را داخل رول ماهی یا جلبک می پیچانند.

## برنج اسپانیایی در مکزیک

پلو مکزیکی، از جمله خوشمزه ترین غذا های مکزیکی است که به برنج اسپانیایی هم شهرت دارد. جالب است بدانید که صفت «اسپانیایی» در این ترکیب، هیچ ارتباطی با کشور اسپانیا ندارد و نگارنده نیز هم چون خواننده، از توجیه کاربرد آن بی اطلاع است. برای پخت پلو مکزیکی یا همان برنج اسپانیایی، برنج را با گوجه، فلفل، پیاز و سیر، تفت می دهند تا برنج طلایی و برشته شود. سپس به میزان دل خواه، بر روی برنج تفت داده شده آب یا آب گوشت می ریزند و به آن زمان می دهند تا پخته شود.



با وجود روش و گونه های غذایی مختلف و متنوعی که در این مقاله و مقاله ی پیشین یاد شد، نگارنده باور دارد که می توان با استفاده از برنج و ماده های غذایی گوناگون و افزودن نوآوری و خلاقیت به میزان لازم، گونه های غذایی جدید و متنوعی ایجاد و اگر اندکی هم چاشنی کارآفرینی به آن اضافه شود، شاید بتوان آن را در جهان عرضه کرد.

