

صحتنا وثقافة المطبخ

رأيت معظم الدول حتى يومنا هذا. فذهبت إلى كل القارات. فعاتات التغذية الإنسان وتحلية المذاق تختلف من ثقافة لأخرى. في كل دول توجد ثقافة لكل مطبخ.

فيأتي على رأس المطابخ العالمية المطبخ الصيني. فهو واحد من أقدم المطابخ وأكثرها حضارة. فهي دولة عظيمة ففي كل منطقة جغرافيا مختلفة ومناخ مختلف وفي النهاية الآف الأطعمة المختلفة توجد فوارق في مذاقها. أما في الشرق الأقصى، فأهم ما يميز ثقافة المطبخ المأكولات مثل الأرز والفاصوليا. فبجوار كل طعام يوجد الأرز. على رأسها المرققة أو الصلصة وأيضا صلصة الصويا. فصلصة الصويا مألوفة جدا. فالصينيون يحمرون في النار العالية الخضار في الزيت. فهذه الطريقة تكون سببا في فقد الفيتامينات. كما أنها تكون مضرّة فهي لا تقتل كل الميكروبات والبكتيريا. أما في اليابان، فهم عقلاء ويستخدمون السمك النيء كثيرا. فهم لا يطهونه إطلاقا، ولكن يضعون بجواره الخردل الأخضر حتى لا يكون ساما.

أما في المطبخ الإيطالي المعكرونة، والإسباكتي والبيتزا هي أشهر المأكولات التي تأتي في مقدمة الأطعمة. فلا نقول كلمة لذيق ولكن السلامي، والسوسيس، والأطعمة بلحم الخنزير، والزبد، والصلصة بالكريم بهذا المطبخ تحوله إلى حقل الغام.... ويشتهر المطبخ الفرنسي بأنواع الجبنة العديدة فيأتي على قائمة المائدة النيبيذ الأحمر فهو يخاطب القلب مباشرة. ولكن لننظر في هذا الموضوع ماذا يوجد بجوار ميرلو اللذيذة؛ اللحمية الحمراء والمشوية واللحمة الثمينة الدامية. وبجوارهم على المنضدة زجاجات الخمر وتلك وصفة خطيرة، فلتستهلكوا اللحمية الحمراء.

أما بالنسبة للعرب، بالمطبخ العربي في الدول الحارة، تصدر لحوم الحيوانات هي الأساس: الضأن، ويكون الكباب من الضأن نفيس جدا عندما تأكلوه، ولكن لحم الضأن الأصلي، هو إحدى اللحوم الثمينة، فيحمر على الفحم يذوب دهنه ويكون طعمه لذيق جيدا. (عندما أكل الكباب تقولوا ألا يحمر فمي ولساني؟).. وليأتي بجوار الكباب الفلفل الحار. ومن نعم الله تعالى أن مائدة العرب لا تفتقر لطعام الحمص والزبد بجوار المأكولات. ويوجد نوعين للمزة الأساسية.... ولا تنسوا الباذنجان.

يوجد العديد من المطابخ التي لا يمكن حصرها، ولكن تلك أضيفها وأنهيتها باللحوم البيضاء اللحوم البيضاء... فالمتخصصين من اللغة لا يفكرون في هذه الكلمة ولكن بالنسبة لي أوصيكم ببعض النصائح، اغتروا قليلا ماذا يأكل الناس؟ هذا ليس مهم، فليأكلوا كل شيء من الطعام المتوازن والمقتن (يكون طعام على حسب القدرة).

مادة مهارات لغوية استماع ومحادثة

ص ٦٤ من كتاب (Hitit)

الفرقة الأولى قسم اللغة التركية