

أناقة الزهور



شوف الزهور واتعلم!

"الورد جميل وله أوراق.. عليها دليل من الأشواق.. شوف الزهور واتعلم بين الحبايب تتكلم".

طبعاً، الكلمات للراحل محمود بيرم التونسي والغناء لكوكب الشرق أو كلثوم.. ولسنا هنا بصدد كلمات الشاعر أو الغناء ولكن بصدد الكلام عن الزهور..

والزهور المراد الحديث عنها هي الزهور الصالحة للطعام والتي يمكن إضافتها إلى أطباق مختلفة، سواء أكانت السلطات أم المشروبات أم المربى والشوربات والصلصات والخل والعسل والزيت.

ومفهوم استخدام الزهور في الطعام ليس جديداً، ذلك أنه يعود إلى العصر الروماني، حيث استخدمت الزهور كأطواق توضع على الرأس، أو تتم إضافتها إلى الطعام، كما كانت الزهور مستخدمة بوفرة في عصر الملكة فيكتوريا، وأيضاً في المطابخ الفارسية والتركية والعربية، إضافة إلى الهندية والصينية.

ويتبارى الطهاة حول العالم لتقديم وصفات أنيقة ومبتكرة وإضفاء لمسة من الجمال، باستخدام الزهور الصالحة للأكل إلى أطباقهم.

ومن الأزهار المعروفة والصالحة للاستخدام زهرة الكركديه والياسمين، كذلك زهرة الكوسة (النوار) ودوار الشمس وبراعم الخرشوف والبروكولي والزهرة، وأيضاً البابونج (الكاموميل) وأزهار الحمضيات، وأزهار وبراعم الثوم المعمر والهندباء وبتلات الورد والخزامى والزعرتر والشيت والكزبرة والريحان والشمر. ونستنتج من ذلك، أن معظم زهور الأعشاب والخضار صالحة للأكل، وبالطبع ليست كلها، وكذلك محمود بيرم التونسي كان على حق عندما قال: "شوف الزهور اتعلم".

- هل الورد هو ما يوضع في الإناء فقط؟

هذا هو المفهوم العام للورود والزهور. ولكن، لو نظرنا عن قرب، فنجد أن الخرشوف والقرنبيط (الزهرة) والبروكولي، كلها من الأزهار، وأن الزعفران إن لم يكن من الزهور أو الورود، فهو عبارة عن سمات أو شعيرات تلقيح تنزع بعناية من الزهور المتفتحة وتجفف، وإذا كان الزعفران هو شعيرات من زهور متفتحة فإن الكبر عبارة عن أزهار غير متفتحة.

ولكل نوع مذاق وخاصة، وهنا نسرد بعض أنواع الزهور المعروفة والصالحة للأكل، ومن بينها زهور الخضار والأعشاب، ما عدا (الطماطم، الباذنجان، البطاطا، الفلفل، الاسبارغوس "الهليون"):

- زهور صالحة للأكل، ونكهتها ما بين البصل والكراث والثوم، وتُضاف إلى أطباق السلطة والحساء والخضار، وأيضاً للتزيين.

- الشيت: زهوره منعشة ولكنها أقوى في الطعم والنكهة، تستخدم مع الشوربة والبحريات والتخليل والمخبوزات.

- الشمر: ذات زهور صفراء لها نكهة اليانسون إلى حد ما، تستخدم مع المقبلات والحلويات.

- الكزبرة: مثل الأوراق والبذور لها نكهة قوية لكنها تتلاشى سريعاً عند الطهو. لذا، يُحبذ أن

تُنثر على أطباق السلطة والخضار الباردة أو في نهاية الطبخ.

- الهندباء (الشكوريا): يمكن تناول البتلات أو البراعم وطعمها أخف مرارة مقارنة بالهندباء.

- البقدونس: زهوره بيضاء صغيرة لها نكهة اليانسون، يُفضّل إضافتها عن الانتهاء من الطعم، أو إلى أطباق السلطة حتى لا تفقد نكهتها.

- الخزامى (اللافندر): زهور جميلة تصلح لتزيين الكيك، تضاف إلى المشروبات والآيس كريم وأطباق الحلويات والكاسترد، كما تعطي رائحة ونكهة غامضة للمخبوزات.. وللتزيين.

- الياسمين: لها عبق الياسمين بشكل مكثف، تستخدم في الشاي.

- البابونج (الكاموميل): ذات زهور صغيرة لها طعم حلو معتدل وتصلح في عمل الشاي.

- الريحان: لزهوره نكهات مختلفة تبعاً لنوعه، وتجمع ما بين الليمون والنعناع.. تضاف على أطباق السلطة والمعكرونة نكهة محببة وكذلك مع الطماطم.

- أزهار الحمضيات: تستخدم البتلات في استخلاص الماء المقطر (ماء الزهر) الذي يدخل في العديد من الحلويات والمشروبات الشرقية.

- النعناع: نكهة الزهور مختلفة حسب نوع النعناع ويضاف إلى أطباق السلطة.

- إكليل الجبل (رُو ماري): طعم الزهور أخف من النبات، تضاف لتعزيز نكهة اللحوم والبحريات كذلك المشروبات.

- اليانسون: الزهور والأوراق لها نكهة اليانسون أو العرق سوس، تستخدم في السلطات.

- الكردي: يشبه طعم الحمضيات أو أخف، تستخدم البتلات في السلطة أو لتزيين المقبلات، كذلك يجفف ويقدم كمشروب بارد أو ساخن.

- الزعتر: زهوره أخف في الطعم من النبات، تنثر على سطح أطباق السلطة والحساء.

- زهور جميلة بألوانها، تضيف سحراً وأناقة على أطباق الحلويات والسلطة وكذلك لتزيين أطباق الحساء.

- ما هو ماء الورد؟ وما هي استخداماته؟

ماء الورد هو عبارة عن خلاصة أو الناتج من تقطير بتلات الورد ذات الرائحة العطرة المتميزة.. يُستعمل بكثرة في مطابخ الشرق الأوسط وخاصة إيران، إضافة إلى الهند وجنوبي شرق آسيا، فيعطي الأطباق نكهة محبة لطيفة.. يستخدم في الطقوس الدينية مثل إضافته إلى ماء غسل الكعبة، وكذلك في الكنائس وبعض التقاليد الهندية.. كما يُنثر على الضيوف كنوع من الترحيب وحُسن الاستقبال.. يدخل في صناعة مستحضرات التجميل والعطور.