



# سنت هاك غذایی روسیه (قسمت اول)

هاجر جرست



### تاریخ غذاهای

ملی هر کشور با

تاریخ آن کشور گره خورده

است و سنت غذایی هر ملت آینه

فرهنگ، سنت و اعتقادات آن ملت است. عوامل بسیاری همچون شرایط جغرافیایی، دین، آداب و سنن، مهاجرت، جنگ و ... در شکل گیری سنت های غذایی تاثیرگذار هستند.

روسیه با دارا بودن بیشترین مساحت در بین کشورهای جهان و با داشتن بیش از ۱۶۰ قومیت مختلف از تنوع غذایی بالایی برخوردار است. غذاهای سنتی روسیه از قرن نه و دهم میلادی توسعه یافتند و در قرن شانزدهم به اوج تکامل رسیدند. و با وجود آنکه شکل گیری آن دوره بسیار طولانی از تاریخ را پوشش می دهد، ویژگی های مشترک آنها تا حد زیادی تا به امروز حفظ شده است.

از اولین مواد غذایی که از همان ابتدا در سید غذایی روس ها بوده نان سیاه می باشد که از خمیر دانه های چاودار (گیاهی از خانواده گندمیان که در مقابل آب و

هوای خشن و سرد بسیار مقاوم است و در

شرق اروپا و روسیه کشت می شود)

تهیه می شود. نان سیاه سلطان

بلامنازع میز روسی است که در

حال حاضر عدم وجود آن بر

میز غذای روس ها غیر قابل

تصور است. نان سفید از قرن

بیستم بر سر میز روس ها

ظاهر شد.

در دوره اول توسعه غذاهای

روسی عدم حضور غذاهای

طبخ شده با گوشت و محصولات

دامی (تخم مرغ، لبنیات و گوشت)

کاملاً مشهود است. مهم ترین

علت این امر دین و مذهب روس ها

می باشد.

روس ها عمدتاً

مسیحی ارتدوکس

هستند. در این مذهب دوره روزه

داری بین ۱۹۲ تا ۲۱۶ روز می باشد و مسیحیان در این

ایام از مصرف هرگونه ماده تهیه شده از دام و طیور شامل گوشت،

لبنیات، روغن حیوانی، مرغ و تخم مرغ منع شده اند. این امر

باعث به وجود آمدن یک میل طبیعی به گسترش طیف وسیعی

از غذاهای گیاهی شده است. از این رو مواد اصلی به کار رفته در

پخت غذاهای این دوره عبارتند از انواع سبزیجات خام مانند کلم،

شلغم، تربچه، نخودفرنگی، خیار، قارچ، ذرت، انواع توت وحشی،

ماهی و دیگر مواد دریایی می باشد. این مواد به صورت خام،

بخارپز، آب پز، ترشی و یا پخته مصرف می شده اند.

بنابراین با وجود آنکه انواع سالاد و غذاهای گیاهی در قرن نوزدهم

در روسیه ظاهر می شوند و میتوان آن را یک اقتباس از غرب

دانست اما دستورات مشابه آن از قرون گذشته در منوی

غذایی روسی وجود داشته که از انواع آن می توان

به سالاد خیار، سالاد چغندر، سالاد سیب

زمینی و غیره اشاره نمود.

به علت شرایط آب و هوایی روسیه

انواع مختلف قارچ رشد می کنند

که روس ها از آنها به شکل خام،

خشک شده، ترشی و شوروی نگه

داری می کردند. این امر در

مورد نحوه نگه داری از ماهی

هم صدق می کند. روسیه به

واسطه داشتن منابع آبی داخلی

بسیار و همجواری با اقیانوس

ها و دریاهاى متعدد دارای منبع

عظیمی از آبیان می باشد که این

امر باعث استفاده بسیار روس ها از این

منابع شده است.



در دوره اولیه توسعه غذاهای روسی تمایل بسیاری به استفاده از غذاهای مایع داغ با نام مشترک (хлебова) khliobava وجود دارد. واژه سوپ از قرن شانزدهم وارد ادبیات روسیه شد.

در این دوره برای طعم دادن غذا از موادی همچون پیاز، سیر، ترب کوهی، شوید در حجم وسیعی استفاده می شد و در قرن ۱۰ و ۱۱ موادی همچون جعفری، رازیانه، گشنیز، برگ بو، فلفل سیاه و سفید و میخک در روسیه ظاهر شدند. بعد از آن در قرن ۱۵ و اوایل قرن ۱۶ زنجبیل، هل، دارچین و زعفران نیز در دستورات غذایی روسی به کار گرفته شد. در خصوص مصرف شیر و گوشت در این دوره باید گفت این محصولات به ندرت استفاده می شدند. گوشت معمولاً در سوپ یا حریره به کار می رفت و شیر را به صورت جوشیده یا خام می نوشیدند. تا قبل از قرن ۱۶ میلادی مصرف محصولات لبنی مانند پنیر، خامه ترش، کره و روغن حیوانی بسیار نادر بود.

مرحله بعدی در توسعه غذاهای روسی از اواسط قرن شانزدهم آغاز می شود. در این دوره نه تنها تنوع بیشتری در غذاهای بدون چربی به وجود می آید که در این دوره تفاوت چشم گیری بین غذای طبقات مختلف به وجود می آید. میز غذای مردم عادی هرچه بیشتر ساده می شود در حالی که میز غذای طبقه مرفه و اشراف متنوع تر شده غذاهای جدید با سبک پخت جدید به دستورات غذایی روس ها اضافه می شود. همچنین در این دوره شاهد ورود غذاها و تکنیک های آشپزی خارجی علی الخصوص شرقی هستیم. توجه خاص به گوشت گاو و انواع کباب گوشت و مرغ باعث به وجود آمدن غذاهای جدید در این دوره می شود. به عنوان مثال، گوشت گاو سرخ شده یا آب پز شده در این دوره وارد روسیه می شود. استفاده از گوشت خوک به صورت خورشیدی و سرخ شده نیز برای اولین بار در این دوره به منوی غذای روس ها وارد می شود. به دنبال متنوع شدن غذای اشراف پخت ماهی قزل آلا و خاویار طبخ شده در سرکه و شیر خشک نیز رونق می گیرد.

سبک آشپزی در قرن هفدهم به شدت تحت تاثیر آشپزی شرق به خصوص تاتار است. با توجه به پیوستن آستاراخان، کازان، باشقیرستان و سیبری به روسیه غذاهای جدیدی مانند کوفته، رشته و استفاده از مواد غذایی مانند کشمش، زردآلو، انجیر و همچنین لیمو و چای به یک سنت در روسیه تبدیل می شود که این امر، غذاهای روسی را به طور قابل توجهی به روز کرده و طعم شیرین را هرچه بیشتر وارد طعم های متداول می کند.





برای بویارها که تا آن موقع حداکثر ۵۰ نوع غذا وجود داشت تنوع غذایی به شدت افزایش یافت و چیزی بین ۱۵۰ تا ۲۰۰ نوع غذا به وجود آمد. در پخت غذاهای جدید از قوهای بسیار بزرگ، غاز، بوقلمون، ماهیان خاویاری بسیار بزرگ (گاهی آنقدر بزرگ بودند که سه تا چهار نفر را سیر می کرد) استفاده می شده است. در همین دوره است که تمایل به تزئین غذا و ظروف غذا بین روس ها به وجود می آید.

درباریان ناهار را تبدیل به یک مراسم پرشکوه کردند، مراسمی با شکوه که ۶ تا ۷ ساعت طول می کشید. مراسم از ساعت ۲ تا ۱۰ شب ادامه پیدا می کرد. در این بین از یک نوع غذا نزدیک به دو جین دستور متنوع سرو می شد. برای مثال یک دوجین انواع ماهی شور سرخ شده یا مرغ و یا دوازده گونه پنکیک و کیک.

بنابراین در قرن هفدهم، غذاهای روسی بسیار متنوع شده بودند (البته این مورد فقط در مورد طبقه حاکم صدق می کند). البته هنر آشپزی در مفهوم توانایی ترکیب محصولات برای خلق عطرها و طعم های جدید هنوز در سطح بسیار پایینی بود. در این دوره خرد کردن، کوبیدن غذا متداول نبود و تمایل بیشتر به سمت طبخ غذا با قطعات بزرگ بود، به این صورت که کل حیوان یا گیاه به یکباره طبخ می شد. این سبک تا قرن ۱۸ ادامه داشت.

مرحله بعدی در توسعه غذاهای روسی بین قرن هفده و نوزده رخ می دهد. در این زمان اختلاف شدیدی بین غذای طبقه حاکم و مردم عادی وجود دارد. اگر در قرن هفده طبقه حاکم به حفظ اصالت ملی غذاها پایبند بودند و تفاوت تنها در کیفیت و فراوانی محصولات غذایی بود، ولی از قرن هجده به بعد طبقه حاکم هویت ملی غذاهای روسی را به فراموشی سپردند.

در زمان پیتر کبیر اشراف و طبقه مرفه روسیه با سنت های آشپزی غربی آشنا شدند. اشراف و ثروتمندان که به غرب اروپا سفر کرده بودند، با خود سرآشپزهای خارجی را به همراه آوردند. در ابتدا، عمدتاً آشپزهای هلندی، آلمانی، اتریشی و سوئدی و سپس فرانسوی ها وارد روسیه شدند. در این دوره ورود آشپزهای خارجی آنقدر زیاد بود که تقریباً به طور کامل جایگزین آشپزهای روسی در کاخ های اشراف شدند.

در این دوره مواد غذایی کشورهای دیگر مانند پنیرهای فرانسوی و هلندی با غذاهای سنتی روسی ترکیب شدند و طعم های جدیدی خلق شد. همچنین غذاهای جدید همچون ژامبون، ژله، انواع جدید خاویار و دستورات جدید پخت ماهی و صبحانه های جدید به روسیه وارد شد.

روند گرایش به غذاهای غربی تا نیمه اول قرن نوزدهم ادامه داشت تا اینکه پس از جنگ میهنی (حمله فرانسه به روسیه به فرماندهی ناپلئون بناپارت در سال ۱۸۱۲) با افزایش یافتن میهن پرستی در میان روس ها و گسترش مبارزات طرفداران فرهنگ اسلاو با نفوذ خارجی ها، عرق ملی و تمایل به احیا غذاهای سنتی در بین اشراف روسی افزایش پیدا کرد.

با این حال زمانی که در سال ۱۸۱۶ لوشین (Левшин) یکی از اشراف زادگان روسی تلاش داشت اولین کتاب آشپزی روسیه را بنویسد اعتراف کرد که «اطلاعات در مورد غذاهای روسیه تقریباً نابود شده است» و نتیجه کاری که برای جمع آوری حافظه غذاهای روسی ارائه داد نه تنها از نظر دستور پخت دقیق نبود، بلکه این کتاب منعکس کننده تمامی غذاهای روسیه نبود. در همین راستا با وجود تلاش طبقه حاکم برای احیا غذاهای سنتی روسی باز هم دستورات پخت آشکارا تحت تاثیر غذاهای فرانسوی بود و ماهیت غذاها به طور چشم گیری تغییر کرده بود.

در نهایت در پی تلاش افراد مختلف و مدرسه فرانسوی دایر در روسیه ترکیب و دستور دقیق غذاهای اصیل روسی شامل انواع غذاها، سالادها و غذاهای مکمل به گونه ایی که خالی از دخالت سبک آشپزی اروپای غربی باشد معرفی شدند.