

جوج در زندگی

جوجه کباب فقط یک غذا نیست بلکه در تحکیم خانواده‌ها، نشاط همگانی و سلامت جسمانی نقش دارد!

علیرضا کاردار | طنزپرداز



از دیرباز آشپزی و آش خوری جایگاه مهمی در زندگی ما ایرانیان داشته‌است. به این صورت که بخش عمده‌ای از طول عمر هر ایرانی صرف غذا پختن یا غذا خوردن یا تهیه‌ملزومات غذا یا فکر کردن به آن می‌شود! همچنین اگر حکایت‌ها و ضرب‌المثل‌های قدیمی را مرور کنیم، حجم بالایی از آن‌ها درباره‌آش و آشپزی و آش خوردن است. در این میان چند خوراکی مهم نقش پررنگ‌تری در زندگی ما دارند. یکی آبگوشت است که تأثیرش در ابعاد مختلف زندگی هر ایرانی را نمی‌توان نادیده گرفت دیگری نان و مخصوصا سنگ است که جایگاه ویژه‌ای در سفره و سیره هر ایرانی دارد. چندین سال است که با گران شدن گوشت قرمز، غذای دیگری نیز جای خود را در زندگی ایرانیان باز کرده‌است. آن هم چیزی نیست جز «جوجه کباب». هر چند مرغ رتبه بالایی در نکتینگ خوراکی‌های ایرانی دارد دولی جوجه کباب به‌طور خاص یکی از غذاهای مورد علاقه ماست، آن هم در نبود دیگر کباب‌های گوشتی. در این پرونده می‌خواهیم بدون تأیید یا تقبیح وجهت گیری، تأثیر و جایگاه جوجه کباب را در زندگی هر ایرانی بررسی کنیم. شاید به این فکر کنید که مگر جوجه چقدر ارزش دارد که یک پرونده به آن اختصاص بدهیم، یا ما همراه‌باشید تأیید کنید که حتی بیش از این‌ها می‌توان درباره‌اش نوشت. به خصوص امروز که یک آخر هفته تابستانی است و از نظر زمانی، موعد مناسبی برای جوج زدن بر بدن است. با این که این مطلب کاملا جدی نوشته شده‌است ولی توصیه می‌کنیم خیلی جدی نخوانیدش!



جوجه و رموز خوشمزه تر شدنش

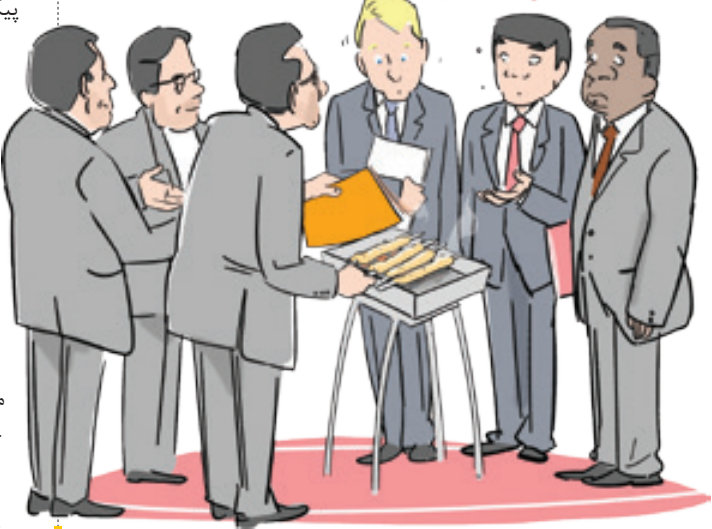
یکی از دلایل این که جوجه یکی از پرفرودارترین غذاهای ایرانی است، آماده کردن سریع و کم دردسرش است. کافی است شما موادش را در خانه مخلوط کنید چند ساعت بعد می‌توانید هر جایی که خواستید آن‌ها را به سیخ بکشید و نوش جان کنید ولی در این میان پخت آن قلق‌هایی دارد که شاید به تعداد ایرانی، بتوان یک روش پخت ارائه کرد. جالب این جاست که همه معتقدند بهترین روش را بلدند و بهترین جوجه را درست می‌کنند. همین تکثر و تنوع در پختن جوجه کباب، باعث شده‌است که به غذایی خاص تبدیل شود. هر چند تقریبا تمامی خوراکی‌های ایرانی از کباب لقمه گرفته تا کوفته و قرمه سبزی و حتی آب دوغ خیار و املت، طرز تهیه متنوعی دارند و هر آشپزی معتقد است روش پخت خودش بهترین روش است ولی در باره جوجه اگر خوب از کار در نیاید،

جنبه اقتصادی جوجه

پس از گرانی گوشت قرمز و خاص پسند بودن گوشت ماهی، این گوشت مرغ بود که توانست جای خودش را در سفره‌های مردم باز و تثبیت کند. هر چند این روزها روند افزایش قیمت آن هم دست کمی از دیگر مواد، محصولات و اجناس نادر دولی باز هم در مقایسه با خوراکی‌های دیگر هنوز یکی از به صرفه‌ترین و اقتصادی‌ترین موارد است. مزیت اقتصادی دیگر مرغ، چند کار برده بودن آن است که به نوعی نماینده اقتصاد چندمحصوله است. افزون بر تخم‌ش که خودش دنیایی است و با توجه به قیمت پایینش که چندین نوع خوراک می‌توان با آن پخت، خود گوشتش هم به صورت چند منظوره می‌تواند دخل و خرج خانواده را بهبود بخشد. از خوراک، کباب، سرخ کرده و آب‌پز گرفته تا مخلوط‌ش با دیگر مواد ترکیبی زدنش با خوراکی‌های دیگر و ناگت، برگر، سوخاری و بریان. پس می‌توان نتیجه گرفت که جوجه کباب در کنار لذیذ بودن، این حسن را هم دارد که به اقتصاد خانواده کمک می‌کند و به دنبالش، جلوی بسیاری از مشکلات را هم می‌گیرد، مانند: «مرد! می‌دونی چند وقت گوشت نخردی؟ حالا ماهیچی، این بچه‌ها داره یادشون می‌ره گوشت و مرغ چه شکلی بودن؟!» «با پاس کی کباب می‌خوریم؟ شیش ماهه نتونستم به عکس کباب تو اینستاگرام بذارم... آبروم جلوی دوستانم رفت...!»

تاثیر جوجه بر فرهنگ

تاحالماوار دمختلی ثبت ملی و بین‌المللی شده‌اند ولی جوجه‌ای که این قدر محسنان دارد می‌تواند یکی از سفیران فرهنگی کشورمان در سطح بین‌المللی باشد، هیچ. آن هم در شرایطی که کشورهای دیگر مشغول کشتن رفتن دیگر مفاخر و کوردهای ما هستند. وقتی گردشگری از آن سر دنیا به کشور ما می‌آید، همین جوجه کباب آن چنان می‌تواند نمک گیر و پاکیزه زمین گیرش کند که حتی در خواست اقامت بدهد و بخواهد تابعیت کشورمان را هم بگیرد. چه نماینده فرهنگی از این بهتر؟ آن هم با این قیمت‌ها که مثلاً یک پرس چلو جوجه کباب با مخلفات کنارش شاید (به قیمت امروز) به‌زور سه دلار شود. از جنبه فرهنگ داخلی‌اش هم که وقتی طرز پخت جوجه در هر قسمت از کشور فرق دارد، به راحتی می‌توان جوجه‌ترش یک طرف را به جوجه شیرین طرف دیگر کشور برد و جوجه آب‌ریک بخش از کشور را به بخش دیگری که جوجه ابرشته دوست دارند معرفی کرد.



جوجه، عامل نشاط همگانی

بد نیست بدانیم جوجه یکی از عوامل مهم شادسازی و ایجاد نشاط در خانواده و از آن بالاتر، جامعه‌است. نمونه بارزش هم مثال «بریم شمال جوج بز نیم بر بدن یا نوشابه» که هر بار این جمله تکرار می‌شده‌ای از شدت خنده‌از حال می‌رفتند. جدا از این شوخی و بانادیده گرفتن این توصیه بهداشتی که نوشابه برای سلامتی مضر است و یادآوری این که حتما لازم نیست برویم شمال و همه جای ایران سرای من است، خود مراحل پیش تولید، پختن و خوردن جوجه کباب نیز سرشار از شور و شفع است. چه وقتی که هنگام خواباندن آن در مخلوط مخصوص، شوهر عمه‌ها و باجناق‌ها با هم شوخی می‌کنند که «نمکش روزیاد نریزی، بانمک می‌شیم... برای من رون بیشتر بذار... دوست داری؟ می‌ترسم برات بد باشه... نترس، دنگم رو میدم... امروز دنگی نیست، همه مهمون خان دایی هستیم... اوه قیافه دایی رو ببین! انترسین، شوخی کردیم...» و چه زمانی که شخص آماده کندش می‌خواهد دست‌های چربش را به صورت اطرافش بمالد و بقیه با خوشحالی و جیغ کشان فرار می‌کنند یا هنگامی که سر سفره یواشکی از توی بشقاب بغل دستی یا چین برمی‌دارند و به جایش بال می‌گذارند و همه از این شوخی‌های سالم، زیبا و مفرح، شادی می‌شوند و از خنده غش و ضعف می‌کنند!

وجه ورزشی جوجه

شاید کمتر کسی باور کند که جوجه کباب چه تأثیر شگرفی در سلامتی افراد جامعه و حتی پیشرفت ورزش قهرمانی و پهلوانی دارد. در ست است که مصرف زیاد گوشت قرمز و سفید مضراتی دارد و مخصوصا فرآورده‌هایی که در شرایط ناسالم و غیربهداشتی تهیه می‌شوند، تهدیدی برای سلامتی هستند ولی از دیگر سو، همین جوجه کباب می‌تواند باعث ترویج ورزش و در نتیجه افزایش سطح سلامت جامعه شود. دم دستی‌ترین نمونه آن که به نوعی در بخش اجتماعی و خانوادگی نیز به آن اشاره شده این است که جوانانی که در پیک‌نیک جوجه در ست کرده‌اند، حال برای جلب توجه دیگر جوانان اطراف، آن چنان روی تور والیبال بلند می‌شوند و به صورت جای خالی آبخار می‌زنند یا با چنان شدتی تکل می‌روند و شوت می‌زنند که اگر شانس نیاورند، قطع رباط صلیبی و پیرون زدگی بین دیسک دو و سه روی شاخش است. با این حال همین تحرک بیش از اندازه به هوای جلب توجه خانواده‌هایی که با جوجه کباب اهدایی نمک گیر شده‌اند، باعث سلامت جسم و روح و روان فرد می‌شود. چه بسیار قهرمانان تیم‌های ملی که موفقیت‌هایشان را از همین زمین‌های خاکی کنار منقل جوجه کباب آغاز کرده‌اند و امروزه باعث افتخار مردم میهن‌شان هستند. گذشته از آن که پخت یک جوجه خوب که همه از آن تعریف کنند، چقدر در بالا بردن سطح اعتماد به نفس و ترشح هورمون‌های رضایت در فرد و به دنبالش سلامت روحی و روانی او هم مفید است.

مورد دیگر نقش جوجه در سلامتی تلفظ نامش است. یک بار بگویید «جوجه کباب». حالا بگویید: «شیشلیک». دقت کردید؟ هنگام تلفظ اولی حدود ۳۰ عضله ولی هنگام گفتن دومی به‌زور سه یا چهار عضله صورت تکان می‌خورد که همین نقش تقویتی جوجه کباب در پرورش اندام را به راحتی اثبات می‌کند!



علی کریمی

در حال درست

کردن جوجه کباب

درس‌های مدال کمیل

که با تأخیر رسید

کشتی‌گیر کشورمان ۷ سال پیش برای مدال طلای المپیک جنگید اما سوم شد و حالا بعد از این همه سال، خوش رنگ‌ترین مدال المپیک در انتظارش است و این اتفاق یک پیام مهم دارد

مازیار حکاک | روزنامه نگار

دیروز خبری در رسانه‌هایی بر تلاشی شدن «کمیل قاسمی» در المپیک ۲۰۱۲ لندن منتشر شد. خبری که البته قطعی شدنش منوط به تصمیم IOC (کمیته بین‌المللی المپیک) و اتحادیه جهانی کشتی است اما به هر حال شانس کمیل قاسمی که در آن مسابقات فقط به «آرتور تایمازوف» باخت بود، بیشتر است. داستان از این قرار است که تخلف آرتور تایمازوف، قهرمان نامدار از یگستان در استفاده از ماده بیروزی استازول محرز شده‌است و دولای المپیک او در سال‌های ۲۰۰۸ (پکن) و ۲۰۱۲ (لندن) از او پس گرفته خواهد شد. از طرفی در المپیک ۲۰۱۲ لندن دوپینگ داوید مودز امانشویلی، کشتی‌گیر گرجستانی که نایب قهرمان المپیک لندن شده نیز مثبت اعلام شده بود بنابراین برنده مدال طلای المپیک لندن از بین کمیل قاسمی و بلال ماخوف روسی انتخاب خواهد شد که به نظر می‌رسد کمیل قاسمی می‌تواند بعد از هفت سال به طلای المپیک برسد. او در این رقابت‌ها به مدال برنز رسیده بود و در المپیک ۲۰۱۶ ریونیز صاحب مدال نقره شد، جالب این که این اتفاق پیش‌تر برای سعید محمدپور و نواب نصیر شلال، دو رتبه‌بردار ایران در المپیک ۲۰۱۲ لندن هم به شکلی دیگر افتاده‌است. سعید محمدپور که مدال طلایش قطعی شده و IOC هم آن را به‌طور رسمی ثبت کرده‌است در دسته ۹۴ کیلوگرم المپیک ۲۰۱۲ پنجم شده بود اما از جایی که نفرات اول تا چهارم دوپینگ‌شان ثابت شد، توانست به مدال طلا برسد! همین‌طور نواب نصیر شلال هم با توجه به محرز شدن دوپینگ ورزشکار او کرآینی مدال طلایش در آستانه رسمی شدن است. با این شرایط، عجیب‌ترین و دست‌نیافتنی‌ترین کوردر برای ورزش ایران در المپیک لندن رقم خواهد خورد جایی که با قطعی شدن این دو مدال کاروان ایران با هفت طلا، شش نقره و دو برنز به جایگاه ۱۲ خواهد رسید.

عجیب این که این ماجرا بعد از هفت سال اتفاق می‌افتد و این قدر دیر به وقوع پیوست که مسیر متفاوتی را برای این ورزشکاران رقم زد. مسیری که این نکته را به ما یادآور می‌شود که کاش بعد از هر شکست، سریع ناامید نشویم و خودمان را در پایان راه ندانیم چرا که شاید ما مقصر نبوده‌ایم و دست‌های دیگری در کار باشد. به‌طور مثال، کمیل قاسمی که همین چند هفته پیش به دلیل باخت در مسابقات انتخابی خدا حافظی کرده بود حالا با قطعی شدن طلایش می‌تواند در بین پرافتخارترین‌های کشتی ایران در المپیک جای بگیرد. سعید محمدپور در ست در روزهایی که ورزش را کنار گذاشته بود و هیچ نامی از او در وزنه برداری نبود، مدالش قطعی شد و حتی تصمیم گرفت به ورزش حرفه‌ای برگردد. نواب هم که وارد عرصه مربیگری شده بود و حتی خیلی‌ها مدال نقره‌اش را هم شانس می‌دانستند به همین ترتیب. این تازه یک طرف ماجراست؛ محمدپور از وقتی مدال طلایش قطعی شد، کلی تلاش کرد تا جایزه‌اش را معادل چیزی که آن زمان معین شده بود از کمیته ملی المپیک بگیرد. اتفاقی که احتمالا گریبان گیر کمیل قاسمی و نواب نصیر شلال هم خواهد شد. گذشته از این که اگر همان زمان با کمی زودتر این اتفاقات می‌افتاد چه از نظر مالی و چه معنوی و حتی احترام در بین مردم، معادلات به کلی عوض می‌شد. شاید حتی این ورزشکاران با انگیزه بیشتر برای طلای ۲۰۱۶ ریو و ۲۰۲۰ ژاپن می‌جنگیدند بنابراین یک شکست نباید باعث شود تا دست از تلاش برداریم و شاید اگر همین ورزشکارها هم با پشتکار به مسیرشان ادامه می‌دادند، الان سرانجام در خشان‌تری در انتظارشان بود.

با این همه، آن چه برای این ورزشکاران می‌ماند مدال طلای المپیک و نامی است که در تاریخ ماندگار خواهد شد. این ورزشکاران شاید هفت، هشت سال پیش برای المپیک تلاش کردند، شکست خوردند و همه چیز را به دست فراموشی سپردند اما حالا بعد از این همه سال نتیجه تلاش‌شان را می‌بینند. در ست مثل بعضی از تلاش‌ها و از خودگذشتگی‌ها در جریان زندگی که دیر ثمر می‌دهد اما می‌دهد! سرنوشت و تقدیر این سه ورزشکار کشورمان هم این بوده‌است که بعد از سال‌ها و روزهایی که شاید به این مسائل فکر هم نمی‌کردند، ثمره تلاش‌شان را ببینند تا این پیام را

به ما بدهند که گاهی

برای دیدن ثمره

تلاش‌هایمان باید

کمی صبر کنیم، صبر

کنیم و صبر کنیم...

