

پیتزا از متن تا حاشیه!

آشنایی با یکی از مشهور ترین غذاهای جهان، تاریخچه احتمالا ایرانی اش، ترندهای کمتر لورفته پخت آن و شباهتش به زندگی که نکات جالبی دارد

علیرضا کاردار | روزنامه نگار

پرونده

پیتزا غذایی است به شکل نان گرد پخش شده که رویش را با مواد مختلف، سس گوجه فرنگی و پنیر می پوشانند و در فر می پزند. البته قطعاً کسی نیست که این را نداند! چون پیتزا یکی از مشهور ترین غذاهای دنیا به حساب می آید و پرطرفدارترین فست فود در بیشتر کشورهاست. حتی ایرانی ها که به بد غذایی معروف هستند هم برای این غذای فرنگی آغوش باز کرده اند. با شنیدن نام پیتزا دو موضوع به فکر تقریباً همه مردم می رسد: خوشمزگی، ضرر داشتن! البته که عده بسیار کمی از مردم هستند که پیتزا را خوشمزه ندانند و عده دیگری هم هستند که این غذای محبوب را به خاطر ضررش نخورند. ولی بخش عمده ای از مردم دنیا با دانستن این که پیتزا ممکن است مضر باشد (که خواهیم گفت چه کار کنیم تا ضرر نداشته باشد) باز هم عاشق آن هستند. با ما همراه باشید تا بیشتر با این خوراکی لذیذ آشنا شویم.

ترندهای کمتر لورفته پیتزاپزی



برای آن که کیفیت پیتزای خانگی شما مانند پیتزای رستوران شود، باید به چند نکته مهم دقت کنید. خمیر، مهم ترین اصل در تهیه پیتزای درجه یک است. برای تهیه خمیر خوب استفاده از مخمر تازه، آرد قوی مثل آرد نان سنگک و ورز دادن صحیح، مهم ترین نکات است. پس از پهن کردن خمیر پیتزا در بشقاب یاسبنی فر، با چنگال چند سوراخ رویش ایجاد کنید تا بهتر پخته شود. روی پیتزا را با بیش از اندازه با مواد تاپینگ پر نکنید تا خمیر خام و شل نشود. چیدن مواد تاپینگ روی خمیر ترکیب خاصی دارد: روغن مایع که تر جیحا روغن زیتون باشد، سس گوجه فرنگی، پنیر پیتزا، مواد گوشتی، موادی که قبلاً پخته شده، پیاز، قارچ، فلفل دلمه ای و مواد تزبینی که کم استفاده می شوند مانند زیتون خرد شده با میگو. طبق یک تحقیق دانشگاهی، پژوهشگران با فرمول های ریاضی به این نتیجه رسیده اند که هر چه خمیر و لایه رویی نازکتر باشد، پیتزا خوشمزه تر است. یعنی پیتزای ۳۵/۵ سانتی متری خوشمزه تر از پیتزای ۲۸ سانتی متری است، به این دلیل که در هر گاز آن چاشنی کمتری وجود دارد و مواد روی پیتزا هم تقریباً تالیه آن پخش شده است. مصرف پیتزایی که از آرد سبوس دار تهیه شده، خمیرش نازک بوده و کامل پخته شده، داخلش از روغن زیتون، کنجد یا آفتابگردان و به جای سس کارخانه ای از پوره گوجه فرنگی استفاده شده و رویش با سبزیجات بخارپز، گوشت گوسفند، مرغ ماهی، ادویه جاتی مثل نمک، فلفل، زردچوبه، ادویه خورشیدی، دارچین و پودر آویشن، همراه با مقدار کمی پنیر سنتی (به جای پنیر فراوری شده پیتزا) پوشانده شده، یک راه حل جایگزین برای نجات از مضرات این غذای خوشمزه است.

پیتزا از نگاه آمار

- در سراسر جهان پنج میلیارد پیتزا در سال به فروش می رسد و شنبه شب محبوب ترین شب برای خوردن پیتزا در جهان است. (شنبه شب محبوب ترین شب خودمان)
- در آمریکا ماه اکتبر ماه ملی پیتزا است. در این کشور صنعت پیتزا سالانه بیش از ۳۰ میلیارد دلار گردش مالی دارد و ۱۷ درصد رستوران های آمریکادر واقع پیتزا فروشی هستند.
- پیتزای نازک محبوب ترین شکل پیتزا در جهان است که ۶۱ درصد از پیتزاهای سفارش داده شده را تشکیل می دهد.
- حدود ۹۳ درصد آمریکایی ها حداقل یک بار در ماه پیتزا سفارش می دهند. در یک شنبه سوپر بول (مسابقه سالانه فوتبال آمریکایی قهرمانی لیگ ملی آمریکا)، ۵۸۰ درصد از آمریکایی ها پیتزا سفارش می دهند که بالاترین فروش متوسط روزانه پیتزا در طول سال است.
- عجیب ترین پیتزاها عبارتند از پیتزا گوشت کانگورو در استرالیا، پیتزا انیمرو در فرانسه، پیتزا گوشت چرخ کرده گوسفند و ترشی زنجبیل در هند، پیتزا ماهی در روسیه، پیتزا اسوشی در ژاپن، پیتزا انار گیل و آناناس در کاستاریکا، پیتزا اموز در سوئد و پیتزای شکلات در انگلستان.
- پیتزای منجمد در سال ۱۹۵۷ ابداع شد که فقط در فروشگاه های مواد غذایی موجود بود. تنها پس از چند سال این مدل پیتزا عمومی شد و امروزه علاوه بر فروشگاه های مواد غذایی، کافه ها و حتی در پمپ بنزین ها هم فروخته می شود.
- زنان بیشتر دوست دارند پیتزاهایی را که با سبزیجات آماده می شوند سفارش بدهند، برخلاف مرد ها. همچنین بیک های پیتزای می گویند زن ها انعام بیشتری نسبت به مردان پرداخت می کنند.

شباهت های پیتزا به زندگی!

اگر خودمان را به آن راه نیم و بخوایم جور دیگری نگاه کنیم، می توانیم با کمی شیطنت، زندگی را با پیتزا مقایسه کنیم و به نتایج جالبی برسیم. انکار که پیتزا خود زندگی است! از آماده شدنش بگیر که خام است، پخته می شود اگر دیر به هم بچینیم، می سوزد. حتی همان پیتزایی که ادعای پختگی دارد هم ممکن است در وسطش به جایی برسیم که خام مانده است. بخشی از مردم پیتزا را برای خودشان بومی و شخصی کرده و رویش به جای سوسیس و کالباس، قرمه سبزی می ریزند و گروهی از مردم نوع خارجی اش را اصل می دانند بدون پیرونی اصل و زیتون سیاه از گلوشان پایین نمی رود. عده ای همه اش را دوست دارند و عده ای سخت می گیرند و بیازش را کنار می زنند یا کنار هایش را نمی خورند. برخی آن قدر سس رویش می ریزند که معلوم نشود چیست و بعضی بدون تزئینات می خورند تا با شکل و طعم اصلی اش روبه رو شوند. شکل آن دایره است و باید بچرخد تا به همه برسد ولی قاچ عده ای بزرگ تر و پر ملاطرت می شود و سهم عده ای کوچک تر و کم موادر. مخلفات بعضی پیتزاها واضح خودنمایی می کند و همه چیزش رو است ولی مواد بعضی دیگر آن قدر در هم پیچیده که محوشده و حتی بعد از خوردن هم معلوم نمی شود چه خورده ایم. پیتزا را با هر قیمتی می توان خرید ولی قطعاً هر چه پول بیشتری بدهیم، پیتزای بهتری خواهیم خورد. هم پیتزا با سوسیس و کالباس داریم و هم با بهترین کیفیت. عده ای برایشان مهم نیست رویش چه باشد و عده ای با سوسا موادش را انتخاب می کنند و در نهایت امید به زندگی را می توان به آن تکه پیتزای مانده از شب در یخچال برای فردا صبح، به راحتی و زیبایی تشبیه کرد!

سرانجام پیتزای امروزی پخته شد! همان طور که گفته شد پیتزا به شکل مدرن در اوایل قرن ۱۹ میلادی در ناپل اختراع شد و دستور تهیه آن در کشورهای مختلف با تغییرات متعددی استفاده شده است. در آن زمان نان با موادی مانند سیر، نمک، گوشت، پنیر و ریحان پوشانده می شد. پیتزا توسط مهاجران ایتالیایی در اواخر قرن ۱۹ میلادی به آمریکا برده شد و در مناطقی که مهاجران ایتالیایی در آن سکونت داشتند، پدیدار شد. خمیر پیتزا در ایتالیا تقریباً همان کیفیت و مزه نان تافتون را دارد که مقدار کمی مواد روی آن می ریزند. پیتزای با نان ضخیم و خوراکی های زیاد (سوسیس، کالباس و...) روی آن، پس از مهاجرت ایتالیایی ها به آمریکا و مطابق سلیقه آن ها تهیه شد. پیتزا لومباردی، اولین پیتزافروشی آمریکا بود که در سال ۱۹۰۵ میلادی در نیویورک افتتاح شد. گفته می شود اولین و قدیمی ترین پیتزافروشی کشورمان، پیتزا داود در خیابان نوفل لوشاتوئی تهران است که در سال ۱۳۴۰ افتتاح شده و هنوز هم مشغول کار است.

پیتزافروشی ها در ایران معمولاً پیتزایشان را بر اساس ضخامت نان به دو گروه پیتزای آمریکایی (پنیر ضخیم) و پیتزای ایتالیایی (با خمیر نازک) تقسیم می کنند که بر اساس تاپینگ (مواد روی پیتزا) اسامی مختلفی روی آن ها می گذارند. پیتزای ایتالیایی معمولاً ترکیبات سالم تری دارد و در مقابل، بیشتر پیتزاهای آمریکایی، تاپینگی شلوغ و پر حجم دارند.



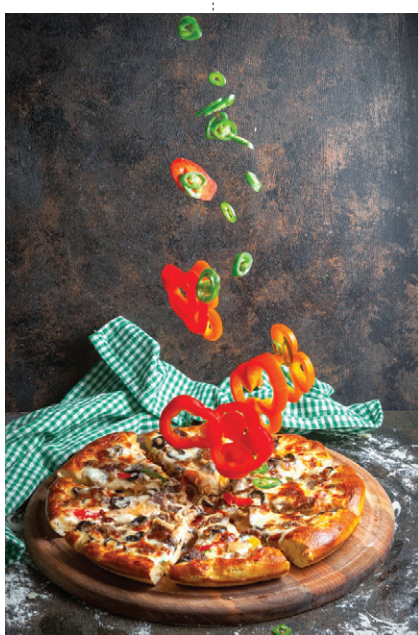
در شهر ناپل کار می کرد، به فکر درست کردن پیتزای مخصوصی افتاد و آن را به عنوان هدیه برای پادشاه امبرتو و ملکه مارگاریتا برد. این پیتزا شکلی بسیار میهن پرستانه داشت و مثل پرچم ایتالیا به رنگ های سفید، قرمز و سبز شامل پنیر، گوجه و ریحان

درست شده بود. همان گونه که وی انتظار داشت، ملکه مارگاریتا از این هدیه بسیار خشنود شد و از آن استقبال کرد پس به احترام ملکه نام این پیتزا را که امروزه با عنوان پیتزا سبزیجات خوانده می شود، «مارگاریتا» گذاشتند که زمینه ساز به وجود آمدن پیتزاهای امروزی در جهان شد. ماده اولیه این پیتزا بسیار سبک است و از نظر تغذیه ای باعث افزایش وزن نمی شود. هم اکنون به پیتزایی که فقط از سس گوجه فرنگی و پنیر موزارلا تشکیل شده است هم مارگاریتامی گویند. مارگاریتا به دو دلیل پرطرفدار است: قیمت مناسب و حجم کمش که هم افراد رژیمی طرفدارش هستند و هم آن هایی که به مواد غذایی حساسیت دارند.



پیتزا مارگاریتا،

پرچم رژیمی! شنیدن داستان درست شدن پیتزای مدرن به شکل امروزی هم خالی از لطف نیست. در سال ۱۸۸۹ یک آشپز در باری به نام رافائل اسپوزیتو که در نانوائی



سربازان ساسانی، نخستین پیتزاپزان جهانی! باستان شناسان نان پخته شده ای با قدمت هفت هزار سال را در ساردینیای مدیترانه یافته اند که معلوم می شود غذایی شبیه پیتزا در دوران باستان تهیه می شده است. آن زمان مواد مختلفی برای ایجاد طعم به نان اضافه می شده است. گفته می شود در قرن ششم قبل از میلاد سربازان ساسانی سپرشان را روی آتش قرار داده، خمیری روی آن گذاشته و مواد غذایی مختلفی مانند خرما و پنیر را روی آن ریخته و می خورده اند. ۳۰۰ سال پیش از میلاد، یک مورخ رومی به نام «مارکوس پرکیوس کاتو» در کتاب خود نوشت: «گردی پهنی از خمیر که با روغن زیتون، سبزی و عسل پوشیده شده و روی سنگ پخته می شود» این نشان می دهد که رومی ها به پیتزا علاقه داشته اند و آن را با فرهنگ غذایی خود سازگار کرده بودند چرا که روغن زیتون در روم بسیار معمول بوده است. تصور می شود که لغت پیتزا هم از کلمه لاتین «پینا» به معنای «مسطح» گرفته شده است.

ریشه پیتزا در ایتالیاست یا یونان؟! برخلاف این که برخی اعتقاد دارند پیتزا از روم به جنوب ایتالیا راه یافت و تا مدت ها آن را غذای فقیران می نامیدند، بعضی اظهار کرده اند این غذای خوشمزه قدیمی نسبتاً طولانی تر دارد و به زمان اهالی یونان ساکن در جنوب ایتالیا بازمی گردد. باستان شناسان هنگام حفاری های خود در شهر پومپی در ایتالیا به بقایای مغازه هایی برخوردند که نشان دهنده شباهت این مغازه ها با پیتزافروشی های امروزی است البته پیتزا در آن زمان به شکل امروزی وجود نداشت و فقط شامل نان مسطح گردی بود که با آرد عمل می آمد و همراه ادویه و روغن پخته می شد. در آن زمان گوجه فرنگی در اروپا ناشناخته بود و شیر گاومیش هندی که از آن برای تهیه پنیر موزارلا (پنیر پیتزا) استفاده می شود، برای اهالی کامپانیا در ناپل هنوز مفهومی نداشت. اصطلاح پیتزا برای اولین بار در قرن دهم میلادی به زبان لاتین در دست نوشته ای در شهر گائتا (واقع در جنوب ایتالیا) دیده شده است. گوجه فرنگی برای اولین بار در قرن شانزدهم وارد اروپا شد اما در ابتدا آن را میوه ای سمی می دانستند! تا این که در اواخر قرن هجدهم مردم فقیر نشین ناپل از آن به عنوان ماده اصلی در نان های پیتزا شکل خود استفاده کردند. این نان های پیتزایی به زودی توجه جهانگردان را به خود جلب کرد و آن ها را به مناطق فقیر نشین ناپل کشاند. تا حدود سال ۱۸۳۰ میلادی پیتزا در غرفه هایی در هوای آزاد و در خارج از پیتزافروشی ها فروخته می شد و برخی از پیتزافروشی های امروزی این سنت قدیمی را زنده نگه داشته اند.

دلیل محبوب شدن پیتزا| ناپل در اواخر قرن ۱۸ به یکی از بزرگ ترین شهرهای اروپا تبدیل شد و به سرعت در حال رشد بود. به دلیل هجوم مداوم دهقانان از حومه شهر، جمعیت ناپل افزایش یافت پس طبیعی بود که تعداد بیشتری از ساکنان این شهر در معرض خطر فقر قرار بگیرند. بیشتر این افراد در جستجوی کار بودند و همیشه به غذایی نیاز داشتند که ارزان و آسان باشد. پیتزا نیاز این مردم را برآورده کرد. البته نه در مغازه ها بلکه توسط فروشندگان خیابانی که جعبه های عظیمی را در زیر آغوش خود داشتند و این غذای خوش طعم و پرطرفدار را به فروش می رساندند. دهقانان در آن زمان نان پیتزا را با روغن زیتون و انواع گوناگونی از گیاهان تهیه می کردند. معرفی پنیر بوفالوی هندی هم باعث تولید پیتزای دیگری با پنیر موزارلا شد. حتی امروزه هم استفاده از پنیر موزارلا در پیتزای ایتالیایی جزء جدانشدنی آن است. از آن جا که پیتزای «ناپلی» معرف ایتالیا در سراسر جهان است کمیته ملی یونسکو ی ایتالیا هنر پخت پیتزای ناپلی را به عنوان تنها کاندیدی این کشور در فهرست میراث جهانی بشریت یونسکو ثبت کرده است.