



پنیر، بین جوانان ایرانی هم داغ است و پنیر، پای ثابت سبد خوراکی‌های بیشتر مهمانی‌ها ست و به بخش مهمی از چاشنی‌ها و خوراکی‌های منوهای کافه‌های ایران تبدیل شده. برای گشت و گذار در دنیای پنیر و البته امتحان کردن چند نوع پنیر معروف فرانسوی به شهر لیون در جنوب شرق این کشور سفر کرده ایم و حاصل گفت و گو با یک استاد پنیرساز فرانسوی و باقی مکاشفات پنیری‌مان را در این پرونده با شما در میان می‌گذاریم. با ما همراه باشید.

است که به کشور خاصی مربوط شود و متعلق به زمانی است که انسان‌ها، بدون یخچال و فریزر، برای نگهداری شیر به مدت طولانی، آن را به پنیر تبدیل می‌کردند؛ پنیر در اصل، کنسرو شیر است. اما در تاریخ طولانی و پر پیچ و خم ساخت پنیر، فرانسوی‌ها بیشتر از بقیه مردم دنیا، شور و شوق و علاقه نشان داده‌اند تا آنجا که پنیر را به یکی از نمادهای اصلی کشورشان بدل کرده‌اند. دانستن درباره این خوراکی از این نظر مهم است که چند سالی است تب علاقه به انواع

محیا فرجی- چهار عمودی، شش حرفی، کشور نان‌باگت و پنیر، حرف سوم و آخرش هم درآمده، الف و ه دو چشم. به کشوری جز فرانسه که فکر نکردید؟ نام کشور فرانسه با کافه‌ها پیش گره خورده است، با آشپزهای صاحب چندین و چند ستاره، با قهوه و البته قبل از همه این‌ها با «پنیر». همه ما این جمله معروف را شنیده ایم که در فرانسه اگر هر روز از سال، یک مدل پنیر بخورید باز هم در آخر چند نوع پنیر اضافه می‌آید. البته تاریخچه تولید پنیر قدیمی‌تر از آن

سفری اختصاصی به لیونِ فرانسه، برای کنجکاوی درباره خوراکی محبوب این کشور: پنیر

یک خوراکی برای تمام فصول

گفت و گو با «دونی برت»، استاد پنیرساز فرانسوی با بیش از ۲۵ سال تجربه

خوردنی خوشمزه با تنوعی بیش از هزار مدل!



لیون به عنوان سومین شهر بزرگ فرانسه به لحاظ جغرافیایی اهمیت فوق‌العاده‌ای دارد. شهری که از یک سو در کوهپایه‌های آلپ قرار دارد و از سوی دیگر، محل به هم پیوستن دو رودخانه «رون» و «سون» است. با این موقعیت منحصر به فرد و مراتع پرورش دام و مزارع کشاورزی در اطراف شهر، لیون به قطب مهمی در حوزه کشاورزی و همچنین تولید محصولات لبنی تبدیل شده است. در شهر، مغازه‌های کوچک و بزرگ فروش پنیر، فراوان به چشم می‌خورد اما ترجیح می‌دهم برای پیدا کردن یک استاد پنیرسازی، از خود فرانسوی‌ها آدرس بگیرم. لیونی‌ها سالن «پل بوکوز» را پیشنهاد می‌کنند. پل بوکوز، سرآشپز بزرگ فرانسوی و صاحب سه ستاره در آشپزی است و سالنی که در

لیون به نام او نام گذاری شده است، مرکز فروش مواد غذایی تازه و محلی است. وارد این سالن که می‌شوم کمی می‌ترسم. بیشتر مغازه‌ها بسته‌اند، آن‌هم در دوشنبه یعنی روز اول هفته! از اولین مغازه بازی که پیدا می‌کنم علت تعطیلی را جوابا می‌شوم که توضیح می‌دهد بر خلاف سایر فروشگاه‌ها، مغازه‌های اینجا آخر هفته‌ها و حتی یکشنبه هم کار می‌کنند و بیشتر دوشنبه تعطیل‌اند! همین‌طور که چند ناسزا در دل، حواله بخت و اقبال می‌کنم، چرخ‌ی بین مغازه‌ها می‌زنم تا بالاخره... به‌! یک پنیرفروشی باز می‌بینم. با دلی شاد از شانس خویم، در حال سیر و سیاحت در دنیای پنیرهای این مغازه هستم که خانم جوانی به گمان این که من مشتری ام جلو می‌آید. توضیح می‌دهم که قصد تهیه گزارشی در باره پنیرهای فرانسوی را دارم. می‌پرسد که «با خود من صحبت می‌کنید یا با شف؟» با تعارف و خجالت ایرانی پاسخ می‌دهم که شما هم حتما تجربیات فراوانی دارید اما اگر می‌شود با خود «شف» صحبت می‌کنم. جناب شف، مرد درشت اندامی است به نام «دونی برت». برای این که از شف بدونش مطمئن بشوم، قبل از همه چیز در مورد سابقه‌اش در پنیرسازی و علت انتخاب این حرفه می‌پرسم.

■ در محضر استاد پنیرساز
دونی برت می‌گوید: «۲۵ سال است که در کار تولید و فروش پنیر هستم. یعنی سه نسل است که به صورت خانوادگی در این حرفه ایم. چرا که نه؟ پنیر از میراث ملی فرانسه است، مثل کاج و راسای، مثل نان باگت. بعد هم ما فرانسوی‌ها عاشق غذا خوردن هستیم. آشپزی بخش مهمی از زندگی ماست. مخصوصاً در طول زمستان که هوا سرد است و بدن به کالری بیشتری نیاز دارد، مصرف پنیرمان خیلی زیاد است. ولی در دو ماهی از سال که هوا گرم است یک مقدار کمتر از حالت معمول پنیر می‌خوریم.»

برایم سوال شده است که تخصص پنیرسازی فقط جغرافیایی اهمیت فوق‌العاده‌ای دارد. شهری که از یک سو در کوهپایه‌های آلپ قرار دارد و از سوی دیگر، محل به هم پیوستن دو رودخانه «رون» و «سون» است. با این موقعیت منحصر به فرد و مراتع پرورش دام و مزارع کشاورزی در اطراف شهر، لیون به قطب مهمی در حوزه کشاورزی و همچنین تولید محصولات لبنی تبدیل شده است. در شهر، مغازه‌های کوچک و بزرگ فروش پنیر، فراوان به چشم می‌خورد اما ترجیح می‌دهم برای پیدا کردن یک استاد پنیرسازی، از خود فرانسوی‌ها آدرس بگیرم. لیونی‌ها سالن «پل بوکوز» را پیشنهاد می‌کنند. پل بوکوز، سرآشپز بزرگ فرانسوی و صاحب سه ستاره در آشپزی است و سالنی که در

پنیر بزر، چهره گیج و گنگ من پس از شنیدن این نام‌های عجیب و غریب کافی است تا خود «دونی برت» توضیح بدهد که «وجود این ۸ خانواده و همین تنوع است که تفاوت پنیر فرانسوی با دیگر پنیرها را تعیین می‌کند. مثلاً در سوئیس پنیر بزر یا پنیرهای رگه دار خیلی کم است. اما اینجا، در جنوب شرق فرانسه، پرورش بزر زیاد است که باعث تولید پنیرهای گوناگونی می‌شود. در جنوب یعنی منطقه پروانس، گوسفند و در ژورا در شرق فرانسه که زمین‌ها صاف و غیر کوهستانی‌اند، پرورش گاو رواج دارد. در ضمن به دلیل وجود ۴ فصل در این کشور، تنوع آب و هوایی به تنوع محصولات هم خیلی کمک کرده است.»

■ پنیر آبی، حاصل رابطه موفق کبک و پنیر
به «شف» می‌گویم به نظر من عجیب‌ترین نوع پنیرها، آن‌هایی هستند که کبک دارند، سری به نشانه تایید تکان می‌دهد و می‌گوید: «معمولاً خارجی‌ها خیلی از این نوع پنیرها استقبال نمی‌کنند. اما این کبک‌ها، قارچ‌های خوراکی هستند که به روش‌های کاملاً طبیعی تولید می‌شوند. نان چاودار، نانی است که سالی یک بار، در ماه سپتامبر و در دمای ۸۰۰ درجه سانتیگراد پخت می‌شود. برای تهیه پنیرهای آبی، نان چاودار را به صورت پودر شده روی قالب‌های پنیر می‌پاشیم و پس از گذشت چند هفته، کبک‌ها یا همان قارچ‌های آبی رنگ پدیدار می‌شوند.» در مورد کوتاه‌ترین و طولانی‌ترین مدت لازم برای تولید پنیر سوال می‌کنم که پاسخ می‌دهد: «کوتاه‌ترین زمان، مربوط به تولید پنیرهای تازه است که ظرف یکی دو هفته برای فروش آماده می‌شوند اما طولانی‌ترین زمان هم برای تهیه پنیر کنته صرف می‌شود که معمولاً تا ۳۶ ماه زمان، لازم است تا به کیفیت مطلوب برسد. این نوع پنیرها هرچه بیشتر در انبارها می‌مانند، بافتشان خشک‌تر و تردتر و طعمشان قوی‌تر می‌شود اما پنیرهایی که مدت نگهداری کوتاه‌تری دارند، طعم ملایم‌تری دارند؛ در واقع مزه شان به خامه یا کره نزدیک‌تر است.» دوست دارم به عنوان آخرین سوال، به کنجکاوی‌ام درباره گران‌ترین پنیرها پاسخ دهم، «کنته پنیر گرانی است چون بین دو تا سه سال در انبار نگهداری می‌شود و کار زیادی می‌طلبد. از سوی دیگر پنیرهایی که از شیر بز و گوسفند درست می‌شوند، گران قیمت‌تر از پنیرهای شیر گاو هستند. گاو روزی ۲۵ لیتر شیر می‌دهد اما بز و گوسفند یک لیتر. به همین علت برخلاف پنیر گاوی، هیچ وقت قالب بزرگ پنیر بز نمی‌بینید. برای یک قالب پنیرروکفور که از شیر گوسفند تهیه می‌شود ۲۰ لیتر شیر لازم است که این یعنی شیر ۲۰ گوسفند، پس طبیعی است که روکفور پنیر گران‌تری باشد.»

نگاهی به آداب و رسوم پنیرخوری در فرانسه

غذایی بدون پنیر، مثل زیبارویی است که یک چشم نداشته باشد! آداب پنیرخوری در فرانسه، شامل قوانین نانوشته‌ای است که ممکن است برای خارجی‌هایی که آشنایی زیادی با فرهنگ این کشور ندارند عجیب، جالب توجه یا خنده‌دار باشد.

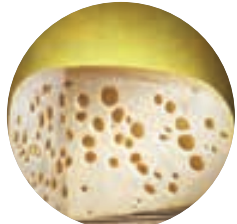
■ بوی بد پنیرهای فرانسوی

بعضی از انواع پنیرهای فرانسوی مثل پنیرهای آبی به خاطر قارچ‌ها پشان بوی چندان مطلوبی ندارند. به عبارت بهتر، بعضی‌ها پشان بوی خیلی به قهوه، کروسان و نان شکلاتی خلاصه می‌شود. در وعده ناهار یا شام، پنیر بعد از غذای اصلی سرو می‌شود و نوعی دسر شور به حساب می‌آید. بعد از پنیر، وعده غذایی با یک دسر شیرین پایان می‌یابد. حتی در منوی رستوران‌های فرانسوی هم بخش جداگانه‌ای برای پنیر در نظر گرفته شده است. البته اگر فرصتی برای دسر شیرین نباشد، می‌توان غذا را با خوردن پنیر به پایان برد. در مهمانی‌های شام یک سینی شامل سه یا چهار نوع پنیر بعد از غذا سرو می‌شود، این پنیرهای بعد از غذا را با نان باگت یا حتی گاهی بدون نان می‌خورند. در سلف دانشگاه‌ها هم ظرف‌های پنیر، بخشی از گزینه‌های پیش روی دانشجویان است. فقط در فرانسه مراقب باشید که هرگز پنیرتان را قبل از غذای اصلی نخورید و گرنه با نگاه‌های عجیب و غریب فرانسویان مواجه خواهید شد!

■ روش‌های بریدن پنیر

اگر سر میز شام با فرانسوی‌ها نشست‌ه باشید و سینی پنیر به سمت شما تعارف شود، بهتر است بلد باشید هر کدام از پنیرهای داخل سینی را که بسته به سلیقه میزبان و رسمیت مهمانی، تعدادشان حتماً از ۳ تا بیشتر است چگونه ب‌برید. پنیرهای گرد یا نیم دایره، شبیه پیتزا یا پای سیب بریده می‌شوند. بریدن پنیرهای بزرگ که معمولاً ظاهری شبیه سیلندر دارند، ساده است چون به صورت حلقه‌های موازی بریده می‌شوند. اما سخت‌ترین حالت، بریدن پنیرهایی است که خودشان به شکل مثلث یا یک تکه بزرگ پیتزا سرو می‌شوند. هرگز نباید به سراغ راحت‌ترین روش یعنی بریدن نوک تیز پنیر بروید چون در فرانسه به این قسمت «بینی پنیر» گفته می‌شود و فرانسوی‌ها معتقدند که این بخش به علت نزدیکی به مرکز قالب از دیگر قسمت‌ها طعم دارتر و خوشمزه‌تر است. پس اگر همه‌بینی پنیر را برای خودتان بردارید بی‌نزاکتی، به حساب می‌آید. باید این پنیرها را به صورت قطری برش بزنید تا تمام افرادی که سر میز هستند سهم کوچکی از بینی خوشمزه پنیر داشته باشند!

آشنایی با چند نمونه از پرفرودارترین پنیرها



پنیر امتتل

امتل همان پنیر پر از سوراخی است که در کارتون‌ها و فیلم‌های خارجی دیده‌ایم. این پنیر از شیر گاوهایی که در کوهستان آلپ تغذیه می‌کنند، تهیه می‌شود. سوراخ‌هایی که در این پنیر می‌بینید، حباب‌های گاز کربن دی‌اکسید هستند که با فعالیت نوعی باکتری و مصرف اسید لاکتیک توسط آن تولید می‌شود. این پنیر، شیرینی خاص و طعمی قوی دارد که با خوردن آن، پشت زبان می‌سوزد و مثل بقیه پنیرهای کوهستانی، سریع ذوب می‌شود.



پنیر روکفور

نوعی پنیرآبی (بلوچیز) وجود دارد که در بسیاری از کشورها تولید می‌شود، اما در هر کشور نام مخصوص به‌خود را دارد و از نظر طعم و بافت کمی متفاوت است. بلوچیز در ایالات متحده استیلتون، در اسپانیا گورگونزولا و در فرانسه «روکفور» نامیده می‌شود و یکی از بهترین پنیرها برای تهیه سس سالاد است. بلوچیز با انواع شیر و به کمک نوعی کبک آبی رنگ که از خانواده ینی‌سیلین‌هاست به دست می‌آید.



پنیر راکلت

اسم این پنیر، از واژه فرانسوی «راکلت» به معنای خراش دادن گرفته شده‌است. این پنیر پوسته‌ای با رنگ متمایل به نارنجی- خرمایی دارد و بافت داخلی آن زرد رنگ است و حفره‌هایی پراکنده روی آن وجود دارد. پنیر راکلت عطر و طعمی دلپذیر دارد و مزه‌اش از آجیلی و اسیدی تا شیرین متغیر است. پنیر راکلت در شکل‌های مربعی و دایره‌ای قالب‌گیری می‌شود.



پنیر کامامبر

نوعی پنیر نرم فرانسوی است که نخستین بار در اواخر قرن ۱۸ در منطقه کامامبر و نورماندی در شمال غربی فرانسه تولید شد. این پنیر از شیر گاو و به وسیله انواعی از کبک خوراکی از خانواده پنی‌سیلین تهیه می‌شود. پنیر «کامامبر» طعمی تند دارد و هرچه بیشتر برسد، بافت آن نرم‌تر و بوی آن تندتر می‌شود. کامامبر برای تهیه کیک، ساندویچ و دسر استفاده می‌شود.