

درباره غذاهای الهام‌بخش، که نه فقط جسم مان، بلکه روحمان را هم سیر و خوشحال می‌کنند

غذا در نبرد با خستگی و روزمرگی

متفاوت می‌کرد؛ طوری که با دیدن و بو کشیدن و میل کردنشان، نه‌تنها سیر می‌شدیم، بلکه خوشحال و آرام و امیدوار هم می‌شدیم و انرژی جسمی و روحی خاصی می‌گرفتیم برای کارهای مهم زندگی. پرونده جمع‌وجور امروز، مجموعه‌ای از یادداشت‌های خودمانی نویسنده‌های زندگی‌سلام درباره غذاهای الهام‌بخش و متفاوت زندگی‌شان است. با ما همراه باشید.

... زعفران می‌سایم و پیاز خرد می‌کنم و مایه کتلت هم می‌زنم و یه مادر بزرگ و مادر و خاله‌ها و همه زنان دور و برم فکر می‌کنم که چقدر آشپزی‌شان با حوصله و طمانینه بود، که چقدر برای آشپزی، از عاطفه و احساسشان مایه می‌گذاشتند و به آشپزی عشق می‌ورزیدند و غذایی که سر میز می‌آوردند، ترجمه شفاف «دوستت دارم» بود و همین محبت و توجه، برخی غذاها را برایمان

در ستایش کوفته؛ نزدیک‌ترین غذا به سرشت بشر!



الهه توانا- لایذ شنیده‌اید می‌گویند عناصر تشکیل‌دهنده بدن انسان، همان‌هایی است که در طبیعت وجود دارد؛ یعنی هیدروژن، کلسیم، روی و سدیم، بین ما و زمین و آسمان مشترک است. اصلاً شاید برای همین اشتراکات هم هست که ما غیر از کره خاکی‌مان جای دیگری دوام نمی‌آوریم. حالا می‌خواهم نتیجه کشف جدیدی را به سمع و نظر تان برسانم؛ بدن ما غیر از عناصر گفته‌شده از مقدار معینانهی نخود، برنج، سبزی، مटर، گوشت چرخ‌کرده و رب گوجه‌فرنگی تشکیل شده‌است. شاید تعجب کنید اما اگر غیر از این باشد، این همه تعلق خاطر جمعی به جناب «کوفته» چه توجیهی دارد؟ چرا اگر مدتی از کوفته دور باشیم، احساس ضعف و حتی غربت به ما دست می‌دهد؟ چرا شاعر گفته «هوارا از من بگیر، کوفته‌ام را نه؟» استدلال دیگری که شباهت بشر و کوفته را ثابت می‌کند، لزوم «ورز خوردگی» است! شنیده‌اید می‌گویند گل‌طرف «دور از جان شما- خوب لگد نخورده؟» در اصطلاح یعنی خوب تربیت نشده و احتمالاً خرده شیشه‌ای هم دارد. کوفته هم دقیقاً همین است؛ یعنی صرف داشتن نخود و گوشت و برنج کفایت نمی‌کند؛ مایه‌اش خوب ورز نخورد، فقط ظاهرش به کوفته می‌ماند و عطر و طعمش خردبار ندارد. کوفته حتی مثل آدمیزاد به عشق و توجه نیاز دارد؛ سرسری و بی‌حوصله با او رفتار کنی، چیز به‌دردیخوری تحویل جامعه (در این‌جا منظور جمع‌گرسنگان است) نخواهی داد؛ یا شل و وارفته از آب درمی‌آید یا سفت و چغری. حالا اگر بخواهیم کمی چاشنی روان‌شناسی هم به ماجرا اضافه کنیم، باید بگوییم که ریشه ارادت من و خیلی‌های دیگر به کوفته- غیر از عطر و طعمش- احتمالاً از آداب و رسوم خاص خوردنش ریشه می‌گیرد؛ کوفته‌را همان‌طور که نمی‌شود باعجله پخت، هول‌هولکی و ساندویچی هم نمی‌شود خورد؛ حتماً باید سفره‌ای پهن باشد و خوردنگان، آرام و صبور دست به غذا ببرند. در خاطرات شخصی من، دور سفره‌ای که مزین به کوفته است گوش‌تاگوش مهمان نشسته؛ شاید برای این که کدبانوی خانه می‌خواسته زحمت پختن این غذا را با رحمت آمدن مهمان به خانه‌اش جبران کند. این تصویر دوست‌داشتنی به علاوه لذت تماشای حرکات دست مادر موقع ورز دادن و پیچیدن و چین کوفته توی قابلمه، دلایلی است که کوفته را به غذای الهام‌بخش من بدل کرده‌است. خلاصه آن که احترام قورمه و قیمه واجب، انواع کباب هم روی چشم ما جا دارد اما کوفته جور دیگری عزیز است. پس حرمش را نگه دارید؛ زحمتش را به جان بخريد، لذت خوردنش را با عزیزانتان شریک شوید، ریش را کم و زیاد نکنید، برنجش را در قاعده نرم کنید تا در جریان پخت یکهو قد نکشد، جز با نان سنگک و سبزی تازه میل نفرمایید، جلوی رویش از فست‌فودجات حرف نزنید تا به ساحت مبارکش برخورد و همه کوفته‌ها را هم آلوچیان نکنید، شاید یکی آلو دوست نداشته باشد!

گره خوردن سرنوشت ما با آبگوشت و رفقایش

سید مصطفی صابری- غذای الهام بخش غذایی است که فقط جسم را سیر نمی‌کند، حس و حال روح را هم تکان اساسی می‌دهد و در حالی که دماغ و بی حوصله‌ای، دستت را می‌گیرد و یک‌جوهرایی افق‌های روشنی از زندگی، پیش رویت ایجاد می‌کند. چرا سینما رفتن و تماشای یک فیلم خوب، حس و حال آدم را عوض می‌کند؟ چون همه‌جا تاریک می‌شود و برای حدود دو ساعت، تمام توجهت روی تنها نقطه روشن سالن، یعنی پرده سینما متمرکز می‌شود. سینما یعنی دو ساعت کنده شدن از روزمرگی‌ها و چشیدن تجربه‌هایی که در حالت معمول ممکن نیست. غذا خوردن هم می‌تواند تجربه‌ای مشابه باشد. روم کنی روی ظرف آبگوشت، خوب و با دقت نان را ترد کنی، باحوصله گوشت را بکوبی، با دقت یک برش خوشگل از پیاز را جدا کنی و همه این‌ها را با کمی ترشی میل کنی! خب هم‌ه‌اش یعنی دور شدن از استرس. آبگوشت را اگر با احترام به آیین اش بخوری، دوست داری دست‌بندازی دور گردن قناری‌ها و شعر بگویی در وصف زیبایی‌های طبیعت! جگر را اگر با حوصله از سیخ بکشی بیرون و بگذاری لای نان داغ، بعدش دوست داری فیلم ماندگار «مادر» علی حاتمی را تماشا کنی. حتی پاستا را هم اگر با تمرکز بخوری، خوب چنگال را بندازی روی پاستا و سعی کنی نسبت بین پاستا و دهانت چیبست و چه خورده‌ای، نه‌تنها الهام بخش نیست، بلکه حرص‌درآست! مخلص کلام خوب فکر کنید، غذای الهام بخش زندگی تان را پیدا کنید و وقتی دردرس‌های زندگی آوار شده روی که مبارک‌تان، با خوردن آن غذای الهام بخش وارد خلسه‌ای شیرین شوید که شما را از همه چیزهای بد دور می‌کند.



ZENDEGI - SALAM

ضمیمه روزانه روزنامه خراسان

چهارشنبه ۲۰ دی ۱۳۹۶

۲۲ ربیع الثانی ۱۴۳۹ • ۱۰ ژانویه ۲۰۱۸

۹۵۲

یادگیری درس زندگی از سفره!

مجید حسین زاده- دیدن غذای مورد علاقه سر سفره ناهار یا شام به تنهایی می‌تواند تمام خستگی ام را برطرف کند. حالا اگر این غذا به زیبایی تزئین شده باشد و مخلفات هم داشته باشد که دیگر جای هیچ حرفی باقی نمی‌گذارد و روح و روانم بیشتر شاد می‌شود! برای من خیلی فرقی نمی‌کند که ناراحت باشم یا خوشحال، خسته یا سرحال، بی‌اعصاب یا با اعصاب، چرا که در همه این حالت‌ها دیدن سفره‌ای که همه چیز آن مرتب چنانمایی شده است و کمی خلاقیت در آن دیده می‌شود، حس ابتدایی ام به غذا را آن قدر مثبت می‌کند که برای لحظاتی، خود غذا را فراموش می‌کنم. شاید خنده دار باشد اما نظم چیدمان سفره، همیشه مشوق من برای منظم تر بودن است. روی همین حساب، بیشتر از غذا، آن چه که می‌تواند حال من را سر سفره بهتر کند، مخلفات بی نظیر غذاهاست. راستش خیلی فرق نمی‌کند ناهار یا شام چه باشد؛ از نیمرو و کتلت بگیر تا غذاهای خورشتی، پیراشکی و مهم این است که در کنارشان، بوی ریحان به مشامم برسد و سالاد شیرازی، ترشی جات و دسرها هم به چشمم بخورد. این مخلفات در کنار هر غذایی، فشار را برای من هیجان انگیز می‌کند و امید به زندگی را دو برابر بیشتر! این جور وقت‌هاست که با خودم عهد می‌بندم توچه‌م به جزئیات زندگی را بیش از پیش معطوف کنم، چرا که شاید بی‌اهمیت یا کم‌اهمیت به نظر برسند اما تأثیرشان بسیار عمیق است و ممکن است نتیجه یک‌عمل را ۱۸۰ درجه تغییر دهد. از تجربه من در درس بگیرید، بیایید از این به بعد کمی با دقت به سفره و محتویات‌اش نگاه کنید، بیشتر لذت ببریم و شادتر باشیم.

سیرایی یا کدو؛ مسئله این است!

مهین ساعدی- نمی‌دانم شما هم تا به حال به ابعاد دیگری که غذاها غیر از مسئولیت سیر کردن شکم مان دارند، فکر کرده‌اید یا نه؟ به نظر من غذا و خوراکی‌ها می‌توانند جادو کنند و مثلاً در سرت در همان لحظه‌ای که احساس می‌کنید همه چیز به هم ریخته و تمام شده، یک دسر سرد و خوشمزه می‌تواند به شما امید و انگیزه دوباره بدهد تا از نو شروع کنید! به نظر همسرم، هر آدمی غذای مخصوص به خودش را دارد؛ غذایی که نشان می‌دهد او چه جور آدمی است و چه اخلاق‌هایی دارد! چه زمانی حالش خوب است و چه زمانی بی‌حال و حوصله. از نظر او غذا می‌تواند مثل یک مسکن قوی و آرام‌بخش باشد، می‌تواند مثل یک اثر هنری الهام بخش و در عین حال یادوری و نبودنش، عامل بی‌اعصابی‌هایت هم باشد! و دقیقاً به همین دلیل، در دومین جلسه آشنایی‌مان، خیلی محکم و جدی پرسید: «غذای مورد علاقه شما چیست؟» هنگ کردم و منی که همیشه برای هر سوالی، جوابی در آستین دارم، چند دقیقه ساکت ماندم. اما از آن‌جا که من همیشه همسرم فکر می‌کنم، واقعاً برایم انتخاب بین «خورشت کدو سبز» یا نان سنگک تازه و سبزی خوردن پر از ترخون و «سیرایی» و فلفل سیاه فراوان، کار سختی بود.

از یک طرف وقتی ناراحت یا عصبی‌ام، فقط خورشت کدو سبز و سبزی‌های تازه، به خصوص ترچه عزیز آرام می‌کند و از طرف دیگر هم وقتی خوشحالم و بین ابرها سیر می‌کنم، دلم سیرایی می‌خواهد! دو غذا، یکی مرهم غم‌ها و دیگری همراه شادی‌ها و انتخاب بین این دو هر کدام به نوعی مدهوش‌کننده‌اند، چقدر سخت است. جدا از محبوب بودن یک غذا برای یک فرد، من فکر می‌کنم عوامل دیگری هم در الهام‌بخش و دلچسب بودن غذا تأثیرگذار است. مثلاً برای من، «تنهایی غذا خوردن» لذت دیگری دارد، چون کدو را باید با صبوری خورد، نرم ترین بخش نان را انتخاب کرد و به نسبت مسالوی سبزی و کدو لقمه گرفت که مبادا طعم هر کدام بر دیگری چیره شود. خوردن سیرایی هم آدابی دارد؛ این که کلی مسیر طی کنی برای رسیدن به طبایعی مورد علاقه‌ات تا «اکیر» آقا برایت در آن کاسه‌های چینی گل سرخ‌زیباش سیرایی بکشد و بعد با نان سنگک و لیوموژش، میل کنی! وای که نمی‌دانید چه لذتی دارد!

در گفت و گو با مدیریت «مثل گل سرخ» سی سنگان نوشهر مطرح شد

نگین گردشگری ایران

و سفر کنند شرایطی را مهیا کرده‌ایم که با کمترین بها، با ارائه بهترین خدمات از همشهری‌های خوب پذیرایی کنیم به همین خاطر با بسیاری از ادارات و سازمان‌ها قرارداد داریم و آمادگی این را نیز داریم که همچنان با سایر سازمان‌های دولتی و غیر دولتی با شرایط ویژه و خاص پذیرایی همشهری‌ها خود در مثل گل سرخ نوشهر باشیم.

وی در پایان از همشهری‌ها و گردشگران طبیعت دوست که با راهنمای‌ها، انتقادات و پیشنهادات خود برای رسیدن به اهداف بهتر بودن یاری رسان مجموعه مدیریتی مثل گل سرخ یوده و هستند تقدیر و تشکر کرد.



www.motelgolsorkh.com

ترین منطقه گردشگری دنیا محسوب می‌شود و تا از نزدیک منطقه را بینیم به این ادعاها پی نخواهیم برد و امروز خیلی خوشحالم که بگویم بیش از ۹۰ درصد گردشگران و مهمانان ما از مشهدی‌ها و تهرانی‌ها تشکیل می‌دهند و این موضوع برای من که مشهدی هستم افتخار بزرگی است.

وی همچنین در باره اهمیت و هدف خود از سرمایه‌گذاری در قلب طبیعت که بیش از ۸۸۰ کیلومتر از زادگاهش (مشهد) نور است گفت: کسب و کار، رزق و روزی حلال، آشنایی با فرهنگ و آداب و رسوم شهروندان، روبرو شدن و بودن با بهترین ساعات خوش مردم و در نهایت پولی را مردم هزینه می‌کنند باز خایت خاطر است احساس میکنم به اصطلاح عامیانه در آمد و پولش ترکت دارد و فر نهایت تجربه اندوزی و زندگی در کنار شهروندانی که دار ای موقعیت‌ها و موقعیت‌های اجتماعی فراوانی هستند.

وی در ادامه در باره قرار داد با ادارات و سازمان‌های دولتی و غیر دولتی برای استفاده و اقامت در مثل گل سرخ با شرایط ویژه و خاص گفت: با توجه به این که اصالتاً مشهدی هستم و دوست دارم شهروندانی که در زادگاه زندگی می‌کنند به دور از از دغدغه‌های کاری و شغلی چند روزی را در کنار طبیعت سیر

هفتی جز مشتری مداری ندارد. امروز شاهد حضور مشتری‌ها و گردشگرانی هستیم که بیش از ۴۵ سال است که این منطقه را برای اوقات فراغت خود انتخاب کرده‌اند. به طوری که برخی از این مهمانان در سال بیش از ۱۵ بار به این مثل رفت و آمد دارند.

دکتر کهلائی در ادامه در باره اهمیت مشتری مداری که مهمترین ویژگی مثل گل سرخ است گفت: تخصصی و مهارت و آشنایی پرسنل و گزینش بهترین‌ها که از روابط و ارتباطات اجتماعی بالایی برخوردار و در ارائه خدمات تفریحی و گردشگری به مهمانان مفید و اثر گذار باشند را سعی کرده‌ایم با حساسیت و دقت انجام دهیم. کهلائی خاطر نشان کرد: فضای حاگو بر مثل به گونه‌ای است که با وجود امکانات و تجهیزات مدرن از جمله اینترنت در لابی و اتاق‌ها کمتر فردی فرصت می‌کند از این امکانات بهره‌و استفاده کندو شرایط خاص منطقه به صورت خودکار گردشگر و مهمانان را به سوی طبیعت می‌کشاند نزدیکی

به دریا، آبشار، جنگل، کوهستان و محیط طبیعی مثل گل سرخ شرایط خاصی و ویژه‌ای است که کمتر گردشگری فرصت پیدا خواهد کرد که هر سه شرایط اقلیم طبیعی را در یک زمان و یک سفر تجربه کند و در واقع در این ناحیه یک اکوتوریسم طبیعی برای گردشگران مهیا شده است.

این کارآفرین موفق کشور می‌آفراید: به منظور رفاه حال مهمانانی که قصد تفریح و تفرج پیرامون مثل را دارند میسرودی در لابی مثل مشکل از راه‌ها، آبشارها، جنگل و مناطق گردشگری نصب شده است و گردشگرانی که تمایل داشته باشند از دیگر مناطق بازدید و دیدن کنند این نقشه می‌تواند در این امر کمک‌شایسته‌ای نماید.

کهلائی افزود: مثل گل سرخ از نظر موقعیت مکانی به گونه‌ای طراحی شده است که در کمترین زمان ممکن گردشگران و مهمانان بتوانند از فضای طبیعت و آبشارهای نزدیک به مکان استفاده و بهره‌بردند مکان‌های تفریحی و گردشگری که در فاصله کمی به مثل واقع شده است از جمله: فاصله با دریاچه آیدر (۲۶ دقیقه با خودرو)، فاصله با آبشار آب پری (۳۲ دقیقه با خودرو)، فاصله با دریاچه المیلات (۴۱ دقیقه با خودرو)، فاصله با پارک جنگلی نور (۴۳ دقیقه با خودرو)، فاصله با پارک ملت محمودآباد (۴۵ دقیقه با خودرو)، فاصله با بازار ماهی محمود آباد (۲۶ دقیقه با خودرو)

مدیریت مثل گل سرخ افزود: سوئیت و ویلاها به صورت اخته با تمام امکانات رفاهی ترین شده است که مهمانان و گردشگران با یک چرخش ۶۰ درجه‌ای و وسو و منظره‌ای طبیعی را مشاهده خواهند کرد که به دریا، جنگل و کوهستان منتهی می‌شود و می‌توان ادعا کرد بهترین و منحصر به فرد

مدیریت مثل گل سرخ ادامه داد: مثل گل سرخ برای گردشگرانی که با وسیله نقلیه شخصی سفر می‌کنند یک فضای آرام و با نشاطی را فراهم می‌کند سبزی ۲۴۵ کیلومتری از پایتخت که از هر دو جاده چالوس و هراز به گل سرخ منتهی می‌شود کیلیم اتاق‌های خواب، برخورد خوب پرسنل، موقعیت مکانی آن به دریا، قیمت و امکانات مناسب، بهداشت و تمیزی از ویژگی‌های منحصر به فرد مثل گل سرخ است

وی بهترین فصول سال برای سفر به این منطقه را پاییز و بهار توصیف کرد و گفت: خلوت بودن مسیر، بهای خدمات و همچنین زیبایی محیط طبیعی در فصول بهار و پاییز سفری به یاد ماندنی را برای خانواده‌ها و خصوصی زوجینی که قصد دارند اولین سفر خود را تجربه کنند رقم خواهد زد.

دکتر «داوود کهلائی» افزود: جهت زوج‌های جوان تا شش ماه بعد از تاریخ از دواج به مناسبت ماه عسل ۵۰ درصد تخفیف داده می‌شود.

وی در باره هدف خود از سرمایه‌گذاری و مرمت قدیمی ترین مثل منطقه که بیش از ۵۰ سال قدمت دارد گفت: این مثل قدیمی و کهن با ویژگی‌های منحصر به فره اکوتوریسمی که دارد ۲۲ سال پیش خریداری و باا شونده‌های جدید معماری نوین مرمت و بازسازی شد.

وی در باره هدف سرمایه‌گذاری در این منطقه گفت: هدف ما ایجاد فضایی برای پذیرایی از مهمانان و گردشگرانی که تمایل دارند مدتی قراغ از دغدغه‌های کاری و شغلی به دور از مشکلات همراه خانواده به زندگی در کنار هم بودن فکر کنند آماده‌سازی و مرمت گردید و به راستی مردم منطقه هم‌را می‌گردند و یاری رسانند تا این محیط از آمیختگی طبیعی آماده پذیرایی از گردشگران شود و امروز خوشحالم که توانسته‌ایم در قلب جنگل شمشادهای سبز و کوهستانی منطقه محیطی را مهیا کنیم که به دریا، جنگل و کوهستان محصور شده است.

دکتر کهلائی همچنین با اشاره به پیشینه تاریخی مثل گل سرخ گفت: مثل گل سرخ با بیش از ۵۰ سال قدمت به دلیل آرامش، آسایش و سکوت منطقه مورد توجه مهمانان، گردشگران و شخصیت‌های هنری و رجال سیاسی کشور قرار گرفته است و مجموعه‌ای از بهترین سربال‌ها و فیلم‌های سینمایی قبل و بعد از انقلاب در این منطقه فیلم برداری شده است که از جمله می‌توان به سربال در چشم ماد اشاره کرد.

وی با اشاره به این که مثل گل سرخ اسال جزو ۱۰ برت‌اول موفق به دریافت نشان افتخار در کشور شده‌است داد: دریافت ۳۰۰ مترک بین المللی و تقدیرنامه از مسئولان و مدیران کشور دلیلی بر این مدعاست که مثل گل سرخ

ویژه



شاید باورشی سخت باشد در شمالی ترین منطقه مازندران ناحیه ای به نام سی سنگان کنجیده ای از رشدن از بهترین جاذبه های طبیعی با بیه های تاریخی و گردشگری فرا گرفته باشد. مجموعه ای از شکنتی های طبیعی ، دره های بارودهایی جاری ، جنگل های زیبا همراه با شمشاد های سبز ، آبشار های منحصر به فرد و چشمه های زلال و جاری در دل جنگل ، سال هاست که توجه گردشگران را به خود جلب کرده است ، و بشهاد ما به گردشگران مشهدی که تصمیم به سفری از شرفی ترین نقطه به شمالی ترین نقطه ایران عزیز دارند اقامت در بهترین منطقه سی سنگان «مثل گل سرخ مانگین گردشگری ایران است .

در صورتی که مایل باشید یک سفر خاطره آمیزی را تجربه کنید و از امکانات شامل رستوران ، چایخانه سنتی ، اینترنت در لابی و اتاقها ، زمین ورزش (تنیس ، بیلیارد) کافی نت ، خودپرداز ، لاندری ، روم سرویس سالن کنفرانس ، نمازخانه و فضای سبز استفاده کنید کافی است با مراجعه به آدرس سایت www.motelgolsorkh.com و یا شماره تلفن ۰۱۱-۵۲۰۱۲۷۷۲-۰۲۰۱۲۷۷۲-۰۱۱- لست به رزو اتاق ، ملفعات یک سفر به یاد ماندنی را برای خود و خانواده برنامهریزی کنید. به همین منظور برای آشنایی بیشتر شهروندان ، گردشگران و دبست داران طبیعت به سراغ مدیریت مثل گل سرخ رفتیم و از ویژگی ها ، امکانات رفاهی ، موقعیت مکانی و سایر خدمات رفاهی «مثل گل سرخ» پرسیدیم.

مثل «گل سرخ نوشهر» در منطقه ای زیبا، خوش آب و هوا و در فاصله ۲۷ کیلومتری نوشهر به نور و رموری جنگل سی سنگان قرار گرفته است. یک اکوتوریسم طبیعی که از هر سو رنگری به جنگل، دریا و در میان پوششی از شمشادهای سبز سبز ذهن هر گردشگری را به رویاهای شیرین زندگی سوق می‌دهد و به دور از دغدغه‌های دنیوی داری شفافیتی برای مدالوای روح آدمی است. سوئیت ویلاهای مجهز با ظرفیت های مختلف امکاناتی با محیط آرامی همراه با آرامش و امنیت برای مسافران و مهمانان گرانی مهیا شده است.