



هالومی از سوخاری قبرسی تا قرمه سبزی ایرانی





یونانی‌ها آن را **هالومی** می‌نامند و ترک‌ها **هلیم** صدایش می‌زنند. پنیری که قرن‌هاست سفره قبرسی‌ها و خاورمیانه‌ای‌ها و چند دهه است سفره مردم دیگر کشورها را رنگین کرده.

هالومی که بخشی از فرهنگ غذایی قبرس است، شاید تنها نقطه اشتراک ساکنان غریبه این جزیره باشد. هم ترک‌ها و هم یونانی‌ها با درست کردن هالومی در واقع پیشه آبا و اجدادیشان را ادامه داده‌اند.



تا چشم کار می‌کند همه جا آبی است. دریای نیلگون مدیترانه زیر پهنه آسمان گسترده شده و اگر روی صخره‌ای بایستیم، انگار دستی مشتی پولک طلایی روی آن پاشیده است. آسمان هم به رنگ آبی ملایمی است. در دامن طبیعت آرام قبرس، هیچ اثری از شتاب و عجله نیست.

شمال و جنوب جزیره قبرس، سومین جزیره بزرگ مدیترانه، حال و هوایی متفاوت دارد، اما مابین تمام تفاوتها، چیزی هست که مثل رشته‌ای نامرئی ساکنان این خاک شناور بر آب را به هم متصل کرده:

یک پنیر! پنیر هالومی
(Halloumi)



در بسیاری از روستاها رسم بود که مردم روزی را برای دور هم جمع شدن و کمک به تهیه مقادیر فراوان این پنیر صرف کنند تا هالومی به اندازه مصرف کل اهالی روستا در دسترس باشد. روش تهیه پایه هالومی هرچند یکی بود، اما از روستایی به روستای دیگر و حتی بین ترک و یونانی اندک فرقی‌هایی هم داشت.

این تفاوت‌ها در تکنیک و مواد اولیه، همان چیزی بود که اهالی هر روستا مثل رازی بین خود حفظ کرده و به آن افتخار می‌کردند.

هالومی به اندازه‌ای با زندگی مردم قبرس آمیخته شد که تا همین صد و خرده‌ای سال قبل، نام خانوادگی عده‌ای سر و کار داشتن‌شان با این پنیر را نشان می‌داد.

هالوماس، هالوما و هالوماکیس از آن جمله است.



هالومی از کجا می‌آید؟

اگر بخواهیم درست‌ترین جواب را به این سوال بدهیم باید گفت احتمالاً درست کردن هالومی به اندازه رواج دامداری در قبرس قدمت دارد.



البته چند تاریخ و سند هست که در همه آنها قبرس محل ساخته شدن این پنیر ذکر شده است. سند اول ساخت آن را به دوران امپراتوری روم نسبت می‌دهد، زمانیکه کشاورزان قبرسی هالومی را به عنوان منبع تامین پروتئین در وعده‌های اصلی خوراک می‌خوردند.

هالومی پنیری نیمه سخت، سفید رنگ، با طعمی شور است که تا قبل از ۱۹۵۰ تنها از شیر بز یا گوسفند، یا بسته به زمان سال، از ترکیبی از هر دوی این شیرها درست می شده؛ هرچند که امروزه از شیر گاو هم برای عمل آوردن آن استفاده می شود.



به لحاظ ظاهری پنیر کبابی کمی شبیه موتزارلاست، اما بسیار نمکی تر؛ و آنچه ممتازش می کند نقطه ذوب بسیار بالایش است. به همین خاطر، از محدود پنیرهایی است که می توان آنرا کبابی یا سرخ کرد، رنده کرد، پخت یا تازه تازه مصرف کرد، یا اینکه به خورشت ایرانی یا پیتزای لبنانی (منقوشه) و باربیکیوی استرالیایی اضافه کرد.



پنیرهای کبابی کاله را با تخفیف از وبسایت سولیسوق بخر



درست کردن هالومی سنتی در خانه نیاز به مکان
بخصوصی دارد و در اکثر منازل روستایی، اتاقی جدا در
حیات با وسایلی مثل آبکش و گاز پروفیلی، تنظیف و
سطل‌های پلاستیکی، دیگ و از این قبیل انجام
می‌شود. البته برای آماده کردن این پنیر خاص نیاز
به سکویی فلزی و لبه‌دار است که بالاتر از سطح
زمین قرار بگیرد و به تخلیه شدن آب پنیر کمک
کند.

غوطه‌ور ساختن قالب‌های پنیر در آب نمک، و پیچیدن
آن لابه‌لای برگ‌های نعنای طعم ویژه‌ای به آن
می‌دهد.

پنیر سفید رنگ هالومی بافتی
لایه‌لایه دارد و در آب نمک
طبیعی ذخیره می‌شود.
می‌توان آن را بیشتر از یک
سال در دمای ۱۸- درجه و به
صورت منجمد نگهداری کرد.



وقت کباب کردن است!



فوت و فن آشپزی با پنیر کبابی



۵ فرمان پخت پنیر کبابی

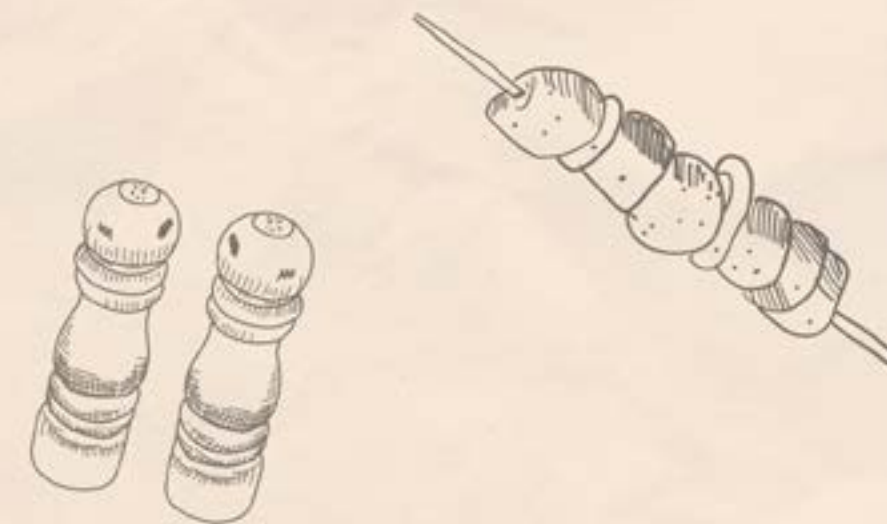
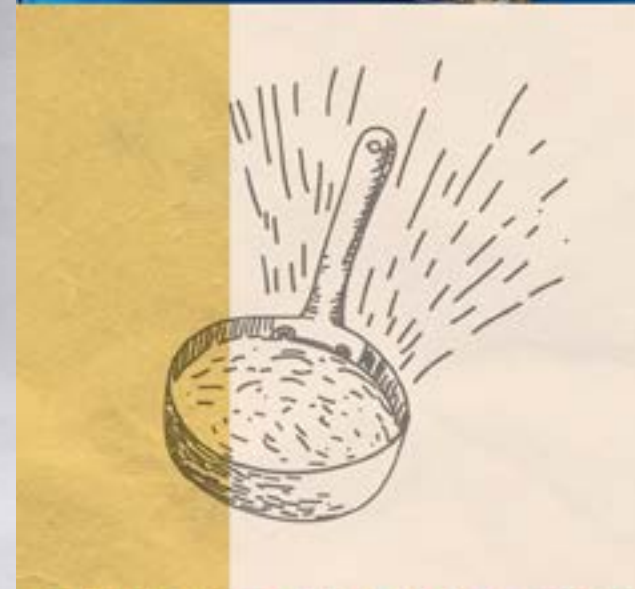
فرمان اول
قبل از استفاده پنیر را نیم ساعت زودتر از یخچال درآورده و در دمای محیط یخزدایی کنید.

فرمان دوم
اگر خواستید هالومی را سرخ کنید نیازی به اضافه کردن روغن به ماهیتانه نیست. دو طرف هالومی را در ماهیتابه نجسب روی حرارت متوسط سرخ کنید تا بافت ترد و رنگ طلایی قهوه ای پیدا کند.

فرمان سوم
برای پختن پنیر کبابی داخل خورشت یا سوپ، آن را به اندازه دلخواه برش زده و سپس داخل غذا اضافه کنید.

فرمان چهارم
در صورت تمایل به پخت داخل فر، پنیرها را داخل ظرف پیرکس بچینید و با کمی روغن زیتون آغشته کنید. اجازه دهید ۱۰ تا ۱۵ دقیقه بپزند تا وقتی که لبه های آنها قهوه ای شود.

فرمان پنجم
برای کباب کردن پنیر هالومی، سطح آن را به روغن زیتون آغشته کرده و به سیخ بکشید و روی حرارت زیاد به مدت ۵ دقیقه کباب کنید.



طرز تهیه هالومی یا پنیر کبابی

۱ برای شروع پنیر را به مدت ۳۰ دقیقه در دمای محیط قرار دهید تا کاملاً یخ‌زدایی شود. یخ‌زدایی درست، امکان برش خوردن پنیر را ایجاد می‌کند.

۲ پنیر کبابی را می‌توانید با حرارت متوسط روی زغال کباب کنید، یا اینکه در ماهیتابه بدون روغن گریل کنید. اما یادتان نرود تابه‌ای که استفاده می‌کنید، باید به اندازه کافی داغ شده باشد. سپس دو تا سه دقیقه اجازه دهید در حرارت تفت بخورد. اگر شوری پنیر را دوست ندارید، می‌توانید آن را به مدت ۳۰ دقیقه در آب قرار دهید تا شوری آن از بین برود.

۳ بعد از حدود دو تا سه دقیقه که روی پنیر طلایی رنگ شد، آن را بچرخانید. همین زمان لازم است تا سمت دیگر پنیر کبابی شما تفت بخورد.

۴ آن‌ها را داخل ظرف مناسب قرار دهید. برای سرو پنیر می‌توانید از فلفل سیاه، سرکه بالزامیک، گوجه فرنگی گیلای و برگ نعناع هم استفاده کنید.



طرز تهیه قرمه‌سبزی با پنیر کبابی

مواد لازم

سبزی قرمه: یک کیلو
گوشت خورشتی با استخوان: نیم کیلو
لوبیا قرمز: دو سوم لیوان
پنیر کبابی: یک بسته
لیمو عمانی: پنج عدد
پیاز بزرگ: یک عدد
نمک و زردچوبه: مقداری



۱ پیاز را نگینی خرد کنید. داخل یک قابلمه کمی روغن ریخته و پیازها را با کمی روغن سرخ کنید تا طلایی رنگ شود؛ سپس مقداری زردچوبه اضافه کنید.

۲ گوشت خورشتی را به اندازه دلخواه خرد کرده و به پیازها اضافه کنید، کمی تفت دهید تا گوشت تغییر رنگ دهد. بعد از این که گوشت با پیاز کمی تفت خورد، سه لیوان آب جوش به مواد اضافه کرده، در قابلمه را ببندید و شعله را کم کنید تا گوشت با حرارت ملایم بپزد.

۳ لوبیاهایی که خیس کرده بودید را در یک قابلمه جدا روی اجاق بگذارید تا نیم‌پز شود.

۴ سبزی‌ها را شسته و خرد کنید. سپس آن‌ها را داخل یک قابلمه به صورت یکنواخت سرخ کنید. صبور باشید تا سبزی‌ها کاملاً سرخ شده و تغییر رنگ دهند.

۵ بعد از نیم‌پز شدن گوشت، آب لوبیا را گرفته و همراه با سبزی به خورشت اضافه کنید. در ادامه لیمو عمانی‌ها را که از قبل سوراخ کردید، اضافه کرده و دوباره دو تا سه لیوان آب داخل قابلمه بریزید.

۶ بعد از گذشت دو ساعت خورشت قورمه سبزی شما تقریباً جا افتاده است. حالا نوبت به اضافه کردن چاشنی‌های خورش می‌رسد؛ به میزان لازم نمک اضافه کنید؛ سپس با شعله ملایم، حدود یک ساعت دیگر صبر کنید تا مزه‌ها به خورد هم بروند.

۷ پنیر کبابی را به صورت مکعبی شکل خرد کرده، در تابه گریل، بدون روغن سرخ کنید و پنج دقیقه آخر، در قابلمه خورشت بیندازید.

طرز تهیه رول هالومی و بیکن

مواد لازم
پنیر کبابی: ۳۰۰ گرم
بیکن برش خورده: ۳۰۰ گرم
پیازچه خرد شده: یک قاشق غذاخوری
پاپریکا و فلفل سیاه: مقداری

۱ ابتدا باید پنیر کبابی را در اندازه کوچک مستطیلی خرد کنید.

۲ بیکن‌هایی که تهیه کرده‌اید را به صورت عمودی به اندازه قطر پنیرهای کبابی خرد شده برش دهید تا دور تا دور آن‌ها را به راحتی بپوشانند. به بیکن‌های برش داده شده به مقدار لازم فلفل و پاپریکا اضافه کنید.

۳ بیکن‌های برش داده شده را دور پنیرهای کبابی پیچیده و آن‌ها را در سینی فر بچینید. سپس رول‌های هالومی و بیکن را به مدت ۱۸ تا ۲۰ دقیقه در فر با حرارت ۱۸۰ درجه سانتی‌گراد قرار دهید تا خوب پخته شوند.

۴ رول‌های هالومی و بیکن را پس از ۲۰ دقیقه از فر خارج کرده و به کاسه‌ای تمیز منتقل کنید. مقداری پیازچه خرد شده برای تزئین روی آن‌ها بریزید و با سبزیجات دلخواه سرو کنید.



طرز تهیه پنیر کبابی سوخاری

مواد لازم
پنیر کبابی: ۲۰۰ گرم
تخم مرغ: دو عدد
پودر سوخاری: ۱۰۰ گرم

۱ حدود یک ساعت قبل از طبخ، پنیر کبابی را از فریزر خارج کنید تا یخش باز شود. وقتی که پنیرتان نرم شد، آن را در اندازه‌های دلخواه برش بزنید.

۲ در ظرفی تخم‌مرغ‌ها را هم بزنید و هر قطعه پنیر را ابتدا در تخم مرغ بزنید و سپس در آرد سوخاری بغلطانید. می‌توانید این کار را یکبار دیگر هم تکرار کنید تا لایه ضخیم‌تری از پودر سوخاری روی پنیر کبابی را بپوشانند. برای طعم‌دار کردن پنیر کبابی، نیازی به اضافه کردن نمک ندارید.

۳ پس از آنکه پنیر کبابی با آرد سوخاری پوشیده شد، هر قطعه از آن را در روغن داغ شده بیندازید. هر طرف پنیر بعد از حدود دو دقیقه طلایی رنگ خواهد شد. در این صورت، آن را برگردانید تا سمت دیگر هم تفت بخورد. بعد از آن که هر دو سمت پنیر کبابی طلایی و برشته شد، آن را از روغن خارج کنید.



طرز تهیه کباب رولی با پنیر کبابی

مواد لازم

گوشت راسته: ۴۰۰ گرم

پنیر کبابی: ۲۵۰ گرم

پیاز: سه عدد

سرکه: یک قاشق سوپخوری

جعفری خرد شده: دو قاشق سوپ

خوری

نمک و فلفل: مقداری

روغن: دو قاشق سوپخوری

۱ گوشت راسته را به صورت ورقه‌ای نازک برش دهید. برش‌ها را با بیفتک کوب بکوبید به صورت یکنواخت نازک شوند. مراقب باشید که با کوبیدن بیش از اندازه گوشت، باعث پاره شدن و له شدن آن‌ها نشوید.

۲ پیازها را ریز رنده کنید و داخل پارچه تنظیف بریزید. سپس، آن‌ها را محکم فشار دهید تا آب آن‌ها به طور کامل گرفته شود.

۳ آب پیاز، سرکه، روغن زیتون و مقداری فلفل و جعفری را با هم مخلوط کنید. ورقه‌های گوشت را به مدت دو ساعت در این ترکیب خوابانید تا مزه‌دار شوند. یادتان نرود که قبل از خواباندن گوشت ها در مواد، حتما آب پیاز را بگیرید.

۴ ورقه‌های گوشت را از مواد طعم‌دهنده‌ای که ترکیب کرده‌اید خارج کنید. روی آن‌ها برش‌های پنیر کبابی بچینید و گوشت را رول کنید. این نوع پنیر که قابلیت کبابی شدن دارد، گزینه خوبی برای اضافه شدن به گوشت کبابی است.

۵ حالا وقت آن است که رول گوشت را به صورت یک اندازه برش بزنید و روی آتش منقل یا داخل تابه داغ گریل، کباب کنید. این کباب را می‌توانید همراه با سالاد سبزیجات کبابی سرو کنید و در صورت تمایل می‌توانید این کباب را با سس باربکیو یا سس تریاکی طعم‌دار کنید.

