



هوامش

يعد الأتراك، بمجرد سؤالك عن فوائد الشلغم، فوائد عدة، تبدأ من علاج الصداع ولا تنتهي عند السرطان، ليدخل هذا الشراب أخيراً، بالطرائق الشعبية، في الوقاية من فيروس كورونا الجديد



«مشروب أضنة، بات معروفاً خارج تركيا حتى» (Getty)

شراب الشلغم التركي مرافق الكباب «يكافح كورونا»

إسطنبول - عدنان عبد الرزاق

يُوجد الترويج وحسن التصرف فأرقاً كبيراً بين الشهرة وعدمها. فمياه مخلل اللفت المعروفة في بلاد الشام، التي تُشرب مع بعض المأكولات الشتوية، وفي مقدمتها المجدرة (برغل بعدس) هي نفسها شراب الشلغم التركي، مع فارق بسيط في التحضير، لكن مع بون شاسع جداً في الترويج والاستثمار. باتت «مرقة المخلل» علامة مسجلة في تركيا، وصلت إلى الأسواق الخارجية بعدما باتت طقساً غذائياً ومرافقاً إلزامياً لبعض المطاعم، في ولايتي أضنة وعثمانية، جنوبي تركيا، على وجه التحديد.

ويروي بولانت باش، من أضنة، لـ«العربي الجديد» أن عشرات المحال منتشرة في الولاية، لبيع الشلغم في كؤوس للعابرين، توضع فيها أحياناً قطع الجزر الأسود، فضلاً عن كونه يقدم إلى جانب الكباب الأضني الحار، حتى من دون أن يطلب الزبون ذلك. وعن انتشار هذا المشروب في تلك الولاية أحياناً، بل وتصديره إلى الولايات التركية كافة، بين العامل في القطاع الغذائي باش، أن التربة وتوافر

المياه في أضنة، هما السبب الرئيسي لهذا التخصص: «هنا موطن زراعة اللفت الأصلي، وهنا يتوافر الجزر الأسود والشمندر اللذان يدخلان كمكونين رئيسيين، إلى جانب اللفت، في إعداد الشلغم، وهذا الشراب بات مصدر رزق لآلاف الأسر في الولاية، بعد الانتقال من التصنيع البيئي البسيط إلى مصانع ما زالت يدوية».

وعن طرائق إعداد الشراب والمكونات اللازمة فيه، يقول باش ضاحكاً: «تذكروا أن الشلغم هو بمثابة الشراب الوطني هنا، وقد أدمن أهل الولاية شربه، ولو كأساً في اليوم، ويصنع من اللفت والجزر الأسود وخميرة البرغل (يصنع من القمح) الطبيعية والماء والملح. ولا تضع خلاً مع الشراب كما في البلدان العربية. بعد ذلك يوضع الشراب طوال عشرين يوماً في براميل مخصصة مصنوعة من خشب التوت لإعطائه طعمه المميز، وحينما تطفو الخميرة البيضاء على سطح البراميل، يكون قد نضج، فبإبعا بعدها ببراميل للمحال التجارية في أضنة، ليعلب بعدها ويُباع للولايات بقوارير بأحجام مختلفة»، يضيف أن هذا الشراب

«بات يصدر إلى خارج تركيا، خصوصاً ألمانيا من دون أي مصاد حافظه. وقد انتشرت المعامل اليدوية، فهناك في أضنة وعثمانية نحو 40 معملاً، ينتج أكبرها نحو 50 طناً سنوياً. ويوزع الشراب على الولايات التركية بثلاث علامات تجارية معروفة ومشهورة».

وبينما لا يوجد تأكيد طبي لفوائد الشلغم، تقول الرواية الشعبية التركية إنه يشفي فوراً من الصداع وآلام الحلق، ويفيد الأمعاء، ويعالج من أمراض خطيرة كالسرطان. وقد ارتفعت مبيعات الشلغم خلال العام الجاري، بعد تقشي وباء كورونا، بحسب تصريحات نسرين هيتاي، من ولاية أضنة، وهي التي تعمل في إنتاج اللفت وبيع مشروبه: «اللفت الحار له تأثير فعال في القضاء على البكتيريا في الحلق، وقد أكد الخبراء ذلك بالفعل... لذلك، دعونا نشرب اللفت، فهو مضاد لفيروس كورونا». وتشير هيتاي إلى أن مبيعات اللفت المز زادت بنسبة 25 في المائة منذ الشهر الأول لتقشي فيروس كورونا، فيما مشروب اللفت الحار مصنوع بنحو طبيعي من خضار اللفت، ومن جهتها، فإنها تنتج اللفت وتبيع

باختصار

في أضنة يتوافر الجزر الأسود والشمندر اللذان يدخلان كمكونين رئيسيين، إلى جانب اللفت، في إعداد الشلغم.

■ ■ ■

يوضع الشراب طوال عشرين يوماً في براميل مخصصة مصنوعة من خشب التوت لإعطائه طعمه المميز.

■ ■ ■

الطلب زاد على الشلغم الحار، للاعتقاد أنه يعقم الحلق والأمعاء ويكافح الأمراض، ولا سيما فيروس كورونا.

مشروبه برفقة عائلتها منذ 35 عاماً. تضيف أن مبيعات مشروب اللفت الحار زادت أيضاً خارج المدينة: «الجميع يدرك فوائد مشروب اللفت الحار. هم يشربونه ويحبون نكهته المرة ويريدون المشروب المصنوع يدوياً من دون أي منكهات وعناصر صناعية حافظه، فمشروب اللفت الذي يحتوي على إضافات ينقر منه كثيرون، ويطلبون ما هو طبيعي 100 في المائة».

من جهته، يؤكد إبراهيم كان أوغلو، صاحب مطعم في منطقة الفاتح بإسطنبول، زيادة استهلاك الشلغم خلال هذا العام، ففي السابق كان الطلب يقتصر على من يأكل التقشي كوفتا (لحم نيء) أو الكباب أو من يشربون العرق التركي «بيني راكي»، لكن بعد ما قيل عن فوائد الشلغم، بات معظم الزبائن يطلبونه مع الوجبات، إلى حد أنه بات يرافق الطعام، خصوصاً للحوم والأسماك. ويقول كان أوغلو لـ«العربي الجديد» إن «الطلب زاد على الشلغم الحار، للاعتقاد أنه يعقم الحلق والأمعاء ويكافح الأمراض، ولا سيما فيروس كورونا». يضيف: «كان الشلغم طقساً أضنياً، لكن إسطنبول اليوم تستهلك أضعاف ما يباع في أضنة وعثمانية لأن الترويج له زاد، وتكاثر الاعتقاد بأنه مفيد للقلب ويقوي الجهاز المناعي ويقي من الإصابة بالسرطان ومفيد للجهاز الهضمي ويساعد في التخلص من الوزن الزائد». يختم ضاحكاً: «ربما كان للشائعات التي تقول إنه مقو جنسي دافع إضافي لتناوله، إلى جانب العرق التركي خصوصاً».

وأخيراً

رحلات الموت في لبنان

نجوى بركات

ها إننا قد انضمنا أخيراً إلى قوارير الموت ورحلات اللاعودة! هنيئاً لنا هذا الإنجاز الجديد يُضيف إلى إنجازاتنا الأخرى التي تتوالى، من دون أن تمهلنا ولو نفساً قليلاً، رقماً جديداً يدفعنا درجة إلى أسفل الدركات. منذ 4 أغسطس/آب، ونحن ننعم يوماً بالآخبار الرائعة، والمفاجآت الجميلة، ونتعامل مع الموت كما لو كان من راحة الحلقوم، والحال أن وضعنا قبل ذلك التاريخ لم يكن بأفضل، صحيح، إنما كنا نشعر، منذ عام 1975، بأن مصابنا مرحلياً ومؤقت، مهما طال، وأنه لا بد للغميمة السوداء أن تنجلي في نهاية المطاف، متيحة لنا أخيراً استئناف عيشنا «الطبيعي». الآن، بعد الانفجار الكبير، بتنا ندرک أننا مقيمون أبداً في القرب الأسود، وأن ما نحياه يومياً من حوادث وفواجع وانهيارات، ليس إلا تنويعاً قديماً للحال على حاله، قارعاً جرس الإنذار إن نحن جنحنا نحو النسيان.

وبينما كانت إحدى القنوات التلفزيونية تبتئ لنا برنامج «ستارز أون بورد»، حيث تحمل باخرة اللهو العملاقة فنانيين عرباً ومحبيهم في جولة كبرى على

شواطئ العالم، كانت عبيدة الحامل (19 عاماً) تضرب على رأسها فقدان طفلها ذي العامين ونصف العام، جائعاً، عطشاً، تائهاً في البحر، وهو يُرمى إلى المياه أمام عينيها مربوطاً بحبل. وقد نُقل عنها أنها قالت: «بدأ الدُم ينزل من رقبته ثم من ظهره، لقد فُجرت حرارة الشمس عروقه». ورحلة الموت هذه التي كانت تنقل نحو ثلاثين راكباً لبنانياً من شاطئ النية في عكار إلى قبرص، هرباً من الفقر، وأملأً بحياة أفضل، كلفت كل راكب خمسة ملايين ليرة لبنانية جُمعت بصعوبة بالغة، وحياة معظمهم، بعد أن أخذت أمتعتهم وما حملوه من الأكل والشرب، لتوضع على مركب آخر كان يُفترض أن يتبعهم، لكنهم تركوا وحيدين في عرض البحر، مكشوفين، يعانون الحرّ والعطش والجوع ثمانية أيام، وقد تاه سائق القارب في عرض البحر، وأضاع وجهته، جزيرة قبرص التي لا تبعد أكثر من 276 كيلومتراً عن بيروت، على أن ينطلقوا من هناك إلى أوروبا، إن حالفهم الحظ ولم تُعدم السلطات القبرصية إلى الشواطئ اللبنانية.

كانت قبرص في جهة ما، والموت في جميع الجهات.

كان الطفلان (20 شهراً، وعامان ونصف عام) أول الضحايا. بعد أيام، بدأت جثثهما تتحللان، فربطهما أهلهما إلى القارب، والقياهما في البحر. روت أم سفيان عن الصغير ذي العامين ونصف العام: «بدأ الدُم ينزل من رقبته ثم من ظهره، لقد فُجرت حرارة الشمس عروقه». هذه جُملة لا تمرّ سهواً. هذه جُملة تدبح، تطعن، تجعد الدماء في العروق، تغشي البصر، وتجعل سامعها قادراً على هدّ جبال، على القتل! لا أعتقد أن اللبناني قد عرف، في العقود الأخيرة، هذا

ما نحياه يومياً من حوادث وفواجع وانهيارات، ليس إلا تنويعاً يديم الحال على حاله

التوعّ القاهر من الفقر. أن لا يلقى أمامه أي معين، أي دعم، أن يحيا هكذا في عراء العوز والمهانة والجوع. أن يتحوّل إلى دودٍ يعمل الجميع على سحقها. أهل النية، وهم أفقر الفقراء وأكثرهم معاناة من الحرمان، وجدوا البحر أمامهم منفذاً، فباعوا آخر ما يملكون، أثنائاً، مصاعاً، وبعضهم حتى استدان المبلغ المطلوب، إذ لعلّ وعسى، ويجب أن يأكل الصغار ويعيشون حياة أفضل، والبقاء هنا هو الاستسلام للهلاك. لم يكونوا يعرفون أن الهلاك قد ابتلعهم لا محالة، بمجرد انتمائهم إلى هذه البلاد اللعنة، إلى جهنم الخراب.

ومع ذلك، كيف تجرّ، أيها القابع في قصر، بعدد على الظهور؟ كيف لا تغرق في مياه ضميرك الآسنة؟ كيف لا ترى جسد سفيان الصغير تسحب منه الحياة، عطشاً وجوعاً واحترافاً؟ كيف تغض عينيك وتستمّر بالجععة ولا تخجل؟ كيف لا تطلق رصاصة في رأسك وتستقبل؟ أيها الزعيم، القائد، النائب، الوزير، المسؤول، كيف لا تأبهون لكل هذا الموت والقهر والخراب؟ ما الذي تتقاسموه بعد، والمصلوب قد لفظ الزوج، والدينا قد أعمت، والناس قد ابتلعهم الطاعون؟