

## أنجانييت فيلونز: المائدة الفلبينية خليط عالمي



### إعداد: فدوى إبراهيم

يعتبر المطبخ الفلبيني واحداً من المطابخ التي تأثرت كثيراً بالمطابخ العالمية، ولعل ما يميزها هو أنها خليط منها، ويتكون أرخبيل الفلبين من أعراق وثقافات وديانات مختلفة أثرت في ما يتناوله شعبها، وهو ما انعكس على وجود آلاف الأطباق المختلفة بوصفات متعددة.

تأثر المطبخ الفلبيني بالصيني بسبب التجارة البينية، وبالعمالة المكسيكية، ودول الجوار الآسيوية، وعلى الرغم من ذلك التنوع الشديد الذي تزخر به وصعوبة تحديد وصفاته، فإن هناك عدداً من المكونات التي يمكن الإشارة إليها بكونها الأكثر شيوعاً حتى وإن اختلفت طرق طهيها وإدخالها في الوصفات، كاستخدام الأرز الدبق ودقيقه في الوجبات اليومية كافة، والأسماك وثمار البحر، النكهات الحامضة والحلوة والمالحة سوياً، مع قلة استخدام البهارات والمذاق اللاذع الحار، وإدخال الخل في الطهي والمصنوع من الأرز والأناناس وجوز الهند والورقيات وغيرها، الزنجبيل، عشب الليمون، استخدام الصلصات في الوصفات كالصويا، وصلصة السمك، البصل والثوم وأحياناً الفلفل الحار في مناطق محددة، وصلصة التخمير، إضافة إلى كاتشاب الموز.

وتحدثنا الفلبينية أنجانييت فيلونز عن أبرز ما يميز المطبخ الفلبيني قائلة: «يتميز المطبخ الفلبيني بالتنوع، الذي يمكن تشكيل وصفاته بحسب الرغبة، وإضافة وإزالة مكونات، ما يجعل تقنيات الطهي هي التي تميزه، كالطهي بالبخار، السلوق، القلي والشوي بتتبيلة الخل وأوراق الغار، أو الصويا والسكر، مع إضافات السمسم وجوز الهند لأطباق اللحوم والبحريات».

ومن الوصفات البسيطة التي تجيدها فيلونز، وتزين الموائد الفلبينية، ويمكن لأي شخص تجربتها وصفة «أقراص الأرز بجوز الهند»، وتتكون من: كوبين من طحين الأرز الدبق، كوب ماء، كوب جوز هند مبشور، نصف كوب حبوب سمسم محمص، نصف كوب سكر.

ويزج دقيق الأرز والماء حتى تتكون عجينة متماسكة إلى حد ما، لتشكل منها كرات صغيرة، ترص على سطح مستوي باليد لتكوّن ما يشبه الفطائر الصغيرة «بان كيك»، وتوضع تلك الأقراص واحداً تلو الآخر في قدر من الماء المغلي على النار، وبمجرد أن تطفو الأقراص على وجه الماء تزال من القدر وتوضع جانباً على شبك لتقطر فائض الماء. على جانب آخر يمزج السكر مع بذور السمسم المحمص ويوضع جانباً، وعودة إلى فطائر الأرز التي تكون قد جفت من مياهها، تغمس كل واحدة منها على الجانبين في طبق جوز الهند المبشور حتى تغطي به، ثم ترتب قطع الفطائر المغموسة بجوز الهند تواليا في طبق كبير، وتقدم إلى جانب بذور السمسم والسكر.