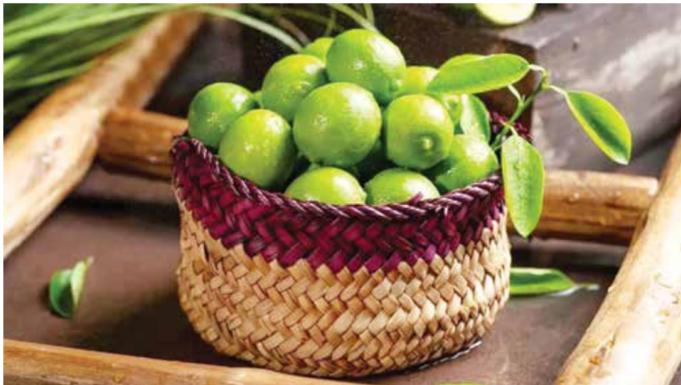




## بالتزامن مع موسمه وتعدد استخداماته

# «الليمون الحساوي» عنصر مهم في تجديد قوائم الأطباق والمشروبات في المطاعم



○ فاطمة راضي .



○ الشيف عبدالله حسن .

يمتاز الليمون الحساوي بطعمه الحامض الغني ولونه المميز، ويعود تاريخه إلى قرون مضت حيث كان جزءاً أساسياً من التراث الغذائي في الأحساء. ويتميز بقدرته على إضفاء نكهات فريدة على الأطعمة والمشروبات، مما دفع المطاعم والمصالح التجارية إلى استغلال خصائصه بطرق مبتكرة، حيث يتم تقديمه كمشروب منعش وأيس كريم، إلى استخدامه في التتبيلات والسلطات، ولهذا يعزز الليمون الحساوي مكانته كعنصر رئيسي في تجديد وتنوع قوائم الأطباق والمشروبات.

وفي هذا الموسم، تتفنن بعض المحال في تقديم الليمون الحساوي بطرق متنوعة، من بينها مشروب الليمون المنعش، وملحج الليمون، وحتى آيس كريم الليمون الذي يجذب محبي الحلويات، كما تستفيد محلات أخرى من الليمون كإضافة قيمة للأطباق، حيث يستخدم في تحضير تتبيلات خاصة للحوم والدجاج، فضلاً عن إضافته إلى السلطات لإضفاء نكهة حامضة ومميزة ويتضح من هذه التطورات أن الليمون الحساوي ليس مجرد مكون تقليدي، بل أصبح عنصراً رئيسياً في تجديد وتنوع قائمة الأطباق والمشروبات في المطاعم والمحال.

بدوره أوضح الشيف عبد الله حسن أن زراعة الليمون الحساوي تعود، حيث كانت أشجاره تزدهر في مزارع الأحساء الخصبة التي تشتهر بتنوعها الزراعي. وقد ارتبطت هذه الفاكهة ارتباطاً وثيقاً بحياة السكان المحليين، الذين اعتمدوا عليها في عديد من جوانب حياتهم اليومية. فقد استخدموا الليمون الحساوي في الطهي كتوابل تضيف نكهة مميزة إلى الأطباق، كما استعملوه في الطب الشعبي لعلاج بعض الحالات الصحية.

وذكر أن الليمون الحساوي بمدائه



يمكن تجفيفه أو تحضيره كمخلل، المعروف بمخلل الليمون وغيرها من الاستخدامات الأخرى التي يمكن الإبداع فيها.

الحامض اللذيذ والقوي، والذي يتخلله لمسة من المرارة الطفيفة التي تضفي على نكهته طابعاً فريداً. وبين أنه يتمتع بقدرته على تعزيز نكهة الأطعمة والمشروبات، حيث يدخل في تحضير مجموعة متنوعة من المشروبات المنعشة مثل العصائر والليمونادة. كما يضاف إلى الأطباق الرئيسية والحلويات، ويستخدم أيضاً في صناعة المخللات والتوابل، مما يجعله مكوناً أساسياً في المطبخ المحلي. تعد استخدامات الليمون الحساوي واسعة ومتعددة، مما يجعله عنصراً مهماً في التراث الغذائي للأحساء.

تقول فاطمة راضي إنها تستمتع بتجربة الأطعمة الجديدة وتفضل الأطباق التي على نكهات حامضة. من بين الترتبات المفضلة لديها، تبرز «الليمون الحساوي»، حيث تحب تناوله كآيس كريم أو عصير، بالإضافة إلى إضافته في السلطات. وأوضحت أن استخدامات الليمون الحساوي تتعدى ذلك، إذ



## طبق الأسبوع: الكليجا



الكليجا هي حلوى شعبية قديمة، وتصنع بأشكال مختلفة وموطنها الأصلي منطقة القصيم في السعودية، ويعتبر هذا النوع من الحلوى أفضل المأكولات الشعبية في المملكة العربية السعودية والتي أبدعت الأسر السعودية في تحضيرها.

وتعتبر الكليجا من المنتجات الشعبية التي لها شعبية كبيرة بين طبقات المجتمع في السعودية، حيث يعتبر ذا قيمة غذائية عالية ومتكاملة، وقد كان قديماً يتزودون فيه الناس في أسفارهم وتنقلاتهم بين الدول. لما يتميز به الكليجا من قيمة غذائية مفيدة وطاقة مثالية، تعوض الجهد الذي يبذلونه، ولما يتميز به الكليجا من صلابة جعلته يبقى لفترات طويلة دون تعفن أو تلف، الأمر الذي جعل الكليجا في مقدمة أسفارهم.

تعد الكليجا باستخدام مكونات رئيسية تشمل الطحين كأساس للعجين، والتمر كعنصر أساسي في الحشوة الذي يضيف نكهة حلوة، والزبدة أو السمن لتنعيم العجين وتحسين طعمه، بالإضافة إلى التوابل مثل القرفة والحبان التي تضيف نكهة مميزة.

تقدم الكليجا عادة مع الشاي أو القهوة، وتعتبر من الحلويات التي تعبر عن التراث والتقاليد النجدية، حيث تعد رمزاً للضيافة والكرم وتحبها الأجيال المختلفة في مناسباتهم الاجتماعية والأسرية. تشعر الكليجا الناس بالحنين إلى الماضي وتحافظ على التراث الثقافي الغني للمنطقة.



## المطبخ السعودي . يعكس تنوع التراث الغذائي الغني للمملكة



يعد المطبخ السعودي واحداً من أبرز المكونات الثقافية التي تعكس تنوع التراث الغذائي في المملكة العربية السعودية، ويتسم هذا المطبخ بتنوعه الكبير الذي يتماشى مع الاختلافات الجغرافية والثقافية في البلاد، حيث تنقسم الأكلات إلى عدة فئات تتوزع على المناطق المختلفة.

يعد المطبخ النجدي من أبرز المطابخ التقليدية في السعودية، حيث يبرز من خلال وجباته التي تعكس عمق الضيافة والكرم في المنطقة. ومن أبرز أطباقه: «المفلح»، وهو خروف يطهى كاملاً ويقدم في المناسبات الكبرى، و«الكبسة»، التي تشمل الأرز مع اللحم أو الدجاج وتتمتع بشعبية كبيرة في أنحاء المملكة.

كما ويقدم طبق «المطازيز»، وهو عبارة عن عجينة تقطع وتغمس في مرق لذيق، بينما يعتبر «القرصان» طبقاً شهيماً وهو عبارة عن خبز رقيق يغمس في مرق اللحم أو الخضار. لا تكتمل قائمة المأكولات من دون «الحنيني»، الذي يجمع بين التمر المهروس وخبز القمح. كما يتميز المطبخ أيضاً بالمرصيح، وهي رقائق خبز تقدم بالعلس أو البصل.

المطبخ الحجازي يشتهر المطبخ الحجازي بتنوعه وثراء نكهاته، حيث يقدم أطباقاً شهية تعكس تقاليد المنطقة. من أبرز هذه الأطباق «السليق»، وهو رز مطبوخ بالحليب يقدم مع الماعز المشوي، و«الصبادية»، التي تجمع بين الأرز والسمن في طبق واحد. كما ويعتبر طبق «القوزي»، من أشهر، الذي يتكون من الأرز

ويقدم مع خروف مشوي. بالإضافة إلى ذلك، تعد «المنتو واليغمش» من أطباق اللحم المفروم الممزوج بالبصل والكراث والملف بحجين. كما ويعتبر «الأرز البخاري» من الأطباق المفضلة، حيث يطهى مع الدجاج ليكتمل تجربة الطهي الحجازي الفريدة.

المطبخ الجنوبي تتميز الأكلات الجنوبية بطابعها الفريد ونكهاتها المميزة التي تعكس أصالة المنطقة، ومن أبرز هذه الأطباق «العريكة»، وهي خبز البر يعرك ويوضع في إناء مع السمن والعلس والتمر، و«الحنيد»، وهو عبارة عن لحم ماعز يذفن في حفرة داخل الأرض ويطهى ببطء، إلى جانب طبق «المعصوب» أو «المرسه»، وهو عبارة عن خبز مفتت يخلط مع الموز ويضاف السمن أو العسل.

جدير بالذكر يشكل المطبخ السعودي مرآة ثقافية تعكس تنوع وتفرد كل منطقة من مناطق المملكة، حيث تتميز كل منطقة بأطباقها ونكهاتها المختلفة التي يقدمها والتي تعكس التراث الغني للمطبخ السعودي.