

# كيف أختار الأرز الجيد في الطهي؟

لا تخلو مائدة الطعام من أطباق الأرز الشهية ، من اختلاف أنواعها وأشكالها وطرق طهيها وتقديمها ، لكن عادة ما يختار الأشخاص كثيرًا عند اختيار الأرز الجيد لإستخدامه في الطهي.

ينقسم الأرز لثلاثة أصناف وهي قصير الحبة ومتوسط الحبة وطويل الحبة ، ويكثر استخدام الجميع عادة في الطهي للأرز قصير الحبة ، مثل الأرز الأبيض المصري، والأرز الطويل الحبة، مثل الأرز البسمتي . وتتشرك أنواع حبات الأرز كلها، في أن لها مواصفات معينة تدل على جودتها و سلامتها .

كيف أختار الأرز الجيد في الطهي؟ سؤال يطرحه كل طاهي ورب منزل على نفسه قبل طبخ الوصفات بالأرز ، بما انه يوجد مواصفات الأرز الجيد في الطهي ويمكنك معرفتها من خلال التالي:

أهم مواصفات الأرز الجيد لدى الشراء :

## • طول حبة الأرز

كلما كانت حبة الأرز متماسكة وطويلة وقوامها متجانس ، كان نوعها جيدًا .

## • سلامة حبة الأرز

يجب أن تكون حبة الأرز خالية من الحبوب الملونة والكسور ، لتتأكد من أنها من النوع الجيد وقد تم حفظها بشكل جيد.



## • لون الأرز وشفافيته

بالنسبة للأرز الأبيض المصري ، يجب أن يكون لون الأرز أبيض يميل إلى الشفافية . أما بالنسبة للأرز البسمتي ، يجب أن يكون لون الأرز شفاف يميل إلى الصفار.

## • رائحة الأرز

يجب ان تتأكد من خلو الأرز من أي رائحة كريهة . تنتج الرائحة

المنبعثة من الأرز من تركه لمدة طويلة في المخازن أو تخزينه بطريقة غير صحيحة.

### ▪ نظافة الأرز

يجب أن تكون حبات الأرز خالية من الحصى والحبوب الملونة والتالفة والأتربة ، وكذلك يجب أن تتأكد من خلوها من الحشرات ، مثل السوس والدود.

علامات تدل على جودة الأرز عند الطهي:

### ▪ احتفاظ الأرز بشكله

من بين أهم مواصفات الأرز الجيد لدى الطهي ، هي احتفاظ الحبوب بشكلها وقوامها وعدم تعجنها أو التصاقها عند الغليان بالماء وبعد النضج.

### ▪ درجة تحمل النقع

كلما تحمل الأرز النقع بالمياه لفترة طويلة ، دون أن تتكسر الحبوب أو تتفتت ، فهذا يدل على جودة الأرز.

طرق تخزين الأرز بطريقة صحيحة:

### الأرز الأبيض

يمكن تخزين الأرز الأبيض لفترات طويلة تصل الى عدة سنوات ، طالما احتفظت به بمكان جاف ونظيف بالإضافة للخطوات الآتية:

- ان كنت ستخزن كمية كبيرة من الأرز الأبيض لفترة طويلة ، إخلط أي نوع من ملح الطعام مع أكياس الأرز واحكم غلقها ثم ضعها بمكان جاف ، مثل دولاب المطبخ أو في الثلاجة ان أمكن . لا يسبب الملح بتغيير نكهة الأرز لأنه يذوب بالمياة حين تقوم بغسل كمية الأرز التي ستستخدمها في الطهو . تمنع هذه الطريقة السوس والحشرات من الزحف للأرز.
- يمكن ان تفرغ أكياس الأرز بعلب بلاستيكية نظيفة وتأكد من انها جافة أو في برطمانات زجاجية واحكم غلقها ، ويمكنك ان تضع بداخلها بعض الملح.
- بالنسبة للأرز المطهو ، يمكنك وضعه بأكياس بلاستيكية بعد ان يبرد ثم احكم غلقها وضعها في الفريز ، اذا كنت ستستخدمه بعد فترة كإسبوع مثلاً .

## الأرز البني



لا يمكن تخزين الأرز البني لفترات طويلة ، مثل الأرز الأبيض ، لأنه يفسد سريعاً بما أنه يحتوي على زيوت ومعادن . فلا يمكن تخزين هذا الأرز لأكثر من 90 يوماً .

تعد أفضل طريقة لتخزين الأرز البني هو وضعه في الثلاجة ، واحكام إغلاقه جيداً .