

## "الفلافل في العراق"... وجبة بسيطة تروي تاريخاً من النكهة والانتماء



يحتفل العالم في الثاني عشر من حزيران من كل عام، بيوم "الفلافل" العالمي، وهو مناسبة غير رسمية، لكنها تحظى باهتمام واسع من عشاق الطعام حول العالم.

وتعتبر الفلافل من الأكلات الشعبية الشهية في العراق، وغالباً ما يتم تقديمها في الصمون (لفات) مع الخضروات والصلصات المختلفة، وتعد وجبة مفضلة للعديد من العراقيين.

ويعود عشق العراقيين للفلافل لطعمها اللذيذ ومتوفرة في معظم المطاعم والمقاهي الشعبية، فضلاً عن قيمتها الغذائية الغنية بالبروتين والفيتامينات والمعادن.

وأما تحضير الفلافل في العراق فهو يشبه إلى حد كبير تحضيرها في العديد من الدول الأخرى، ولكن قد تختلف بعض التفاصيل والتوابل المستخدمة.

تباين الروايات في أصلها

ويعود أصل الفلافل إلى تاريخ طويل ومعقد وتتباين الروايات حول المكان الذي وُلدت فيه لأول مرة.

ففي العراق يعود تاريخ الفلافل إلى عدة قرون، فيما يعتقد أن أصول الفلافل تعود إلى مصر أو الشام.

إذ يعتقد البعض أن جذورها تعود إلى مدينة الإسكندرية خلال العصور القبطية، حيث كان الأقباط يتناولونها كبديل نباتي للحوم أثناء الصيام.

وهناك روايات أخرى تنسبها إلى بلاد الشام، حيث تطورت مكوناتها وأساليب تحضيرها لتشمل الحمص بدلاً من الفول، وانتشرت بعد ذلك إلى فلسطين ولبنان وسوريا.

ومن جانبه أكد مؤرخ وعضو في الجمعية التاريخية المصرية بسام الشماع في تصريحات صحافية سابقة، أن: "الفلافل ليست وليدة اللحظة، بل يعود أصلها إلى الحضارة المصرية القديمة، لأن أساسها من الفول، الذي كان يستخدمه المصري القديم، ويأخذه معه في المقابر من 4000 سنة ماضية، فلم يكن موجوداً فقط في حياة المصريين القدماء بل أيضاً في الآخرة".

وبحسب الروايات المتداولة فإن إطلاق اسم "فلافل" على "الطعمية" في الإسكندرية له قصة تاريخية، ذلك أن أصل الكلمة قبطي، حيث أطلق الأقباط في الإسكندرية عليها هذا الاسم والمكون من ثلاثة أجزاء "فا لا فل" أي "ذات الفول الكثير"، حيث انتشرت بين الأقباط كأكلة بديلة عن اللحوم خلال أيام الصيام.

#### طرق مختلفة لوصف الفلافل

وتنتشر الفلافل في عدة دول ليس في مصر فقط، ولكن طرق الطهي مختلفة، إذ عرفت في بلاد الشام عن أهل الإسكندرية، واستبدلوا الفول بالحمص ليصبح للطعمية أكثر من طريقة إعداد، وهي رئيسية في وجبة الفطور ومن الممكن تقديمها في أي وقت في اليوم، بالإضافة إلى التجديد فيها وتحويلها إلى طعمية محشية بحشوات مختلفة في أغلب المطاعم الشعبية الموجودة في مصر، حتى يتم التجديد والتغيير في الوصفة.

#### الطعمية في موسوعة غينيس

ووفقاً لموقع "موسوعة غينيس"، دخلت الفلافل أو الطعمية موسوعة غينيس للمرة الأولى في عام 2010 على

يد الشيف اللبناني رمزي شويري وطلاب جامعة الكفاءات في لبنان، ففي 9 أيار عام 2010، حطموا رقماً قياسياً بتقديم أكبر طبق فلافل في العالم.

وكذلك فقد تم تحطيم رقم قياسي جديد يخص الطعمية في 2011، بصناعة أكبر قرص طعمية في العالم في مهرجان للطعام في كاليفورنيا في أيار عام 2011. وهو الرقم الذي سرعان ما تحطم في 2012 على يد فريق من الطهاة في الأردن، حيث تم صنع طبق الطعمية العملاق من قبل فريق من عشرة طهاة في فندق لاندمارك في عمان الأردن.

وختاماً، فإن: "الفلافل قد اكتسبت شهرة عالمية وأصبحت من أشهر أطعمة الشارع، مقدمة نفسها ليست سفيرا لمصر أو الشام فقط، بل سفيرة لكل الثقافات العربية".