

بررسی تاریخچه "نان خامه ای" در ایران و جهان  
ومعرفی قالبهای کرم رول موجود در موزه آشپزخانه



۱

گردآوری و ترجمه: مریم کهزادی. موزه آشپزخانه، مجموعه فرهنگی تاریخی سعدآباد

پاییز ۱۴۰۲

آشپزها در مصر باستان، یونان و روم برای اولین بار از خمیر فیلو "FILO" برای تهیه تارت، کیک عسلی و کوفته های شیرین پر از آجیل و خرما سود می جستند و راهبه های ناپل هم جزء اولین مردمانی بودند که شیرینی هایی جهت امرار معاش می پختند. شایان ذکر است اروپایی ها توسط گروههای مسلمانی که در قرن هفتم به این قاره حمله کردند؛ با شیرینی آشنا شدند.



۲

در هر شهری، قنادی ها یکی از مراکز مورد توجه شهروندان به حساب می آیند. هم علاقه بسیاری از افراد به شیرینی و هم وجود مناسبتهای زیادی در تقویم موجب می شود سروکار تعداد زیادی از افراد به قنادی ها بیفتد. در هر قنادی انواع مختلفی شیرینی وجود دارد. انواع کیک ها و دسرها، شیرینی های تر و خشک، کاپ کیکها و براوننی های لذیذ که هر کدام طرفداران خاص خود را دارند. یکی از این شیرینی های محبوب، نان خامه ای است.



نان خامه ای، شیرینی سبکی که همه ما عاشقش هستیم؛ در آمریکا به آنها پاف های خامه ای گفته می شود و تقریباً قدمتی ۵۰۰ ساله دارد. برخی به این عقیده اند که منشاء پفک خامه ای به قرون وسطی باز می گردد. مدت ها قبل از دوران زندگی خانواده "مدیچی" و دوره رنسانس، آشپزهای جنوب آلمان و فرانسه در قرن سیزدهم، شیرینی های پفکی را با پر کردن پنیر و سبزیجات خوشمزه درست می کردند. آنها خمیر شیرینی را در فر داغ می پختند تا پف کند؛

سپس ورقه های آن را باز می کردند و پنیر را داخل آن میریختند. گرمای خمیر، پنیر را آب می کرد و عطر سبزیجات معطر، خوشمزه گی آنرا دوچندان می نمود. در قرن چهاردهم، آشپزها، نسخه های مختلفی از نانهای خامه ای می پختند؛ لذا هیچکس ریشه ی دقیق پیدایش نان خامه ای را نمی داند اما به نظر می رسد که این شیرینی، قدمتی طولانی داشته باشد. نویسنده فرانسوی، "فرانسیس رلیس" (۱۵۳۳-۱۴۹۴) در کتاب خود به نام "گارگانتوا" به آن اشاره کرده است. این شیرینی در ابتدا در ایتالیا با بافتی بیشتر شبیه به نان تهیه می شد. در قرن ۱۶ میلادی "کاترین دی مدیچی" با شاه هنری دوم، پادشاه فرانسه ازدواج کرد و سرآشپزهای خود از جمله نانهای ایتالیایی الاصل خود به نام "پانتانلی" را به فرانسه برد و در آنجا بود که نان خامه ای برای درباریان پخته شد؛ و سرآشپز عالیقدر، "آنتونین کرمه" (۱۸۳۳-۱۷۸۴) کسی بود که بواقع باعث شهرت نان خامه ای شد. او صنعت شیرینی را وارد سطح کاملاً جدیدی کرد. "کرمه"، نانی تهیه نمود که درون آن را با خامه پر می کرد و به کارامل گرم آغشته می نمود.



این خوراکی مورد تایید و تحسین هرکسی که آن را می چشید قرار می گرفت. او با همین روش خلاقانه، "کروکمبوش"، برجی از نانهای خامه ای کوچک را اختراع کرد. این شیرینی خیلی زود شهرت پیدا کرد و به انتخاب فرانسوی ها به کیک عروسی تبدیل شد.

۳ نان خامه ای از سال ۱۸۵۱ در منوی رستوران های آمریکایی ظاهر شد. رکورد بزرگترین نان خامه ای متعلق به یک نان خامه ای ۵۶ کیلوگرمی است. این نان خامه ای در ۱۱ آگوست



سال ۲۰۱۱ در نمایشگاه ایالت ویسکانسین توسط "دیو اشمیت" و "تیمش" تهیه شد. این شیرینی پف دار در قرن نوزدهم به یک پدیده آشپزی تبدیل شد؛ و هر فرمش ویژگی و معانی خاصی داشتند. تقریباً در این زمان، پفک خامه ای که ما می شناسیم و دوست داریم در محافل قنادی به نام "پروفیترول" شناخته می شد. مطرح شدن این خوشمزه دل انگیز در آمریکا تا جایی پیش رفت که یک روز را (دوم ژانویه) بنام روز ملی نان خامه ای نام گذاری کردند.

۱ -- pesto-filo-tart

۲ -- IMG\_3205-1-784x1024httpswww.bostongirlbakes.comhow-to-make-cream-puffs

۳ -- روز ملی نان خامه ای در ایالت ویسکانسین امریکا- Wisconsin Life Cream Puffs And Corn Dogs A History Of The Wisconsin State Fair



کلمه نان خامه ای که به صورت گوناگونی مانند "prophitrole, profitrolle, profiterole" نوشته می شود؛ از قرن ۱۶ میلادی در انگلیسی وجود داشته است. معنی اصلی آن هم در انگلیسی و هم در فرانسه مشخص نیست. بعدها گفته شد این کلمه به معنای نوعی رول خمیری پخته شده زیر گرمای خاکستر است. در قرن ۱۷ میلادی، واژه های potage de profiteolls یا profiterolles بعنوان سوپی از نانهای خشک کوچک (احتمالاً نانهای گرد) بود که در آب بادام جوشیده و با گل تاج خروس، ترافل و چیزهای دیگر تزیین می شد.

نان خامه ای به انگلیسی، cream puff یا پروفیترول profitrole و به فرانسوی chou a la creme، یک نوع شیرینی به شکل توپ است که از خمیر پفی تهیه شده و داخل آن از خامه زده شده، کرم کاستارد و بستنی پر می شود. این نوع شیرینی ممکن است ساده باشد یا بوسیله سس شکلات، پودر قند یا کارامل

تزیین شود. در بسیاری از منابع، منشاء اصلی این شیرینی، شمال ایتالیا ذکر شده است. تاریخ اصطلاح پروفیترول به حداقل به سال ۱۶۰۰ میلادی

بر می گردد در همین حال نام "choux pastry" در قرن هفدهم ایجاد شده است؛ بدلیل اینکه شکل این شیرینی ها شبیه کلم بود؛ واژه "pate a choux" نام دیگری برای همان شیرینی است.



۲

### نان خامه ای چیست؟

نان خامه ای یک خمیر گرد شیرینی پزی است که از خامه زده شده، خامه شیرینی پزی یا بستنی پر شده است. در واقع کرم پفک یا chou a la creme یک توپ شیرینی سبک فرانسوی است که با خامه فرم گرفته پر شده است. این دسر خوشمزه با خمیری بنام choux در زبان فرانسه تهیه می گردد. یادگیری طرز تهیه پفک خامه ای به معنای تسلط بر این شیرینی یعنی choux است که ما را به طیف وسیعی از شیرینی های فرانسوی هدایت می کند. این خمیر همه کاره را می توان لوله کرد تا شیرینی اکلر درست کرد و یا با شکلات پر شود و پروفیترول درست کرد و یا به شکل حلقه ای غول پیکر برای یک پرست کلاسیک پاریزی برنامه ریزی کرد و یا به شکل توپ های کوچک روی هم انباشته کرد و با آن "کروکمبوش" ساخت.



۳

### خویشاوندان نزدیک نان خامه ای

تفاوت بین نان خامه ای، پاف خامه ای، اکلر و کرم رول در این است که نان خامه ای، سرد و فریز می شود در حالیکه پاف خامه ای و اکلر، خیر. اما تاپینگ هر

۱ - آنتوان کرمه قناد مخترع کروکمبوش [https://en.wikipedia.org/wiki/Marie-Antoine\\_Car%C3%A9me](https://en.wikipedia.org/wiki/Marie-Antoine_Car%C3%A9me)  
 ۲ - قدیمی ترین دستور نام خامه ای چاپ شده. <https://recipecurio.com/cream-puffs-vintage-recipe/>  
 ۳ - کروکمبوش - Crouquembouche Using Premade Cream Puffs — Jillian Rae Cooks



سه، یک جور است. وقتی خمیر نان خامه ای بعد از پختن، سرد شد، آن را با خامه زده شده یا خامه قنادی یا حتی بستنی پر می کنند؛ سپس آن را در فریزر می گذارند بعد آن که آنها را از فریزر بیرون آوردند؛ روی آن ها را با افزودن تاپینگ تزیین و طعم دار می کنند. نان خامه ای تازه تر است و طعم بهتری دارد.

## اکلر

۱ **اکلر** نوعی شیرینی کشیده است که از همان خمیری تهیه می شود که نان خامه ای را درست می کنند و وقتی خمیر پخته و سرد شد؛ آن را با خامه قنادی پر می کنند. این خامه ممکن است طعم دار باشد و گاهی روی آن را با شکلات می پوشانند. مدل قدیمی تر اکلر، کیک به سبک دوشس است که از انواع مختلفی از خمیر شیرینی تهیه می شود. این شیرینی از کشور فرانسه آمده است و مواد تشکیل دهنده اصلی آن خمیر پفی، کرم قهوه یا شکلات طعم دار، شکر و تخم مرغ هستند. اکلر با دو لایه نان نسبتاً دراز تهیه شده و با خمیر پفی و خامه کاستارد یا خامه زده



شده در لای آنها درست می شود. اسناد تاریخی نشان می دهد که به احتمال زیاد، "ماری آنتوان کرمه"، سرآشپز مشهور اوایل سده ی نوزدهم، نخستین کسی بوده که دست به درست کردن اکلر زده است. معنی لغوی اکلر یعنی **آذرخش است**؛ اما به نظر نمی رسد آذرخش ربطی به نامگذاری

این شیرینی داشته باشد. این کلمه برای اولین بار در هر دو زبان انگلیسی و فرانسه در سال ۱۸۶۰ میلادی آورده شده است. اما اولین دستور شناخته شده به زبان انگلیسی برای اکلر، در مدرسه پخت و پز بوستون و توسط خانم DA دا آورده شده است. و در سال ۱۸۸۴ میلادی نیز در کتابی مربوط به این مدرسه منتشر شده است. در آمریکا، گاهی اکلر را با دنات لانگ جان اشتباه می گیرند در حالی که خمیر این دو کاملاً با هم متفاوت است.



۲

## نان خامه ای ایرانی

این شیرینی های پف دار با خامه فرم گرفته، دسری بسیار محبوب در ایران است. نون خامه ای در فارسی به نان خامه ای ترجمه می شود. اگرچه ۳ ایرانیها در تمام طول سال از این شیرینی لذت می برند، اما در سال نو ایرانی این خوشمزه دل انگیز محبوبیتش دو چندان می شود. درست است که نون خامه ای از پفک های خامه ای فرانسوی الهام گرفته است؛ با این حال، زمانی که در اوایل تا اواسط قرن بیستم وارد ایران شد، تغییرات چشمگیر داشته است. کام ایرانی در نون خامه ای چیز جدیدی خلق کرد که مقدار شکر کمتر و البته مقداری گلاب همدم آن شد. گلاب یکی از اصلی ترین طعم دهنده های تعیین کننده در غذاهای ایرانی است. اگرچه امروزه بیش از شانزده هزار نوع مختلف گل رز رشد می کند، اما گل رز ایرانی نمونه ایست که مختص به تهیه گلاب میباشد. به سختی می توان گفت که این گل رز دقیقاً از کجای جهان آمده است زیرا بسیار باستانی می باشد. اما مورخان متعددی معتقدند که به احتمال زیاد جایی در جنوب غرب آسیا و شمال افریقا منشا



۱ و ۲- شیرینی اکلر-

-Mont Éclair: A charming pastry shop and chocolatier on Mont-Royal - Tastet

اصلی آن است. از آنجایی که ایران درست در وسط آن منطقه قرار دارد، این کشور با گل رابطه دیرینه دارد. مردمان ایران زمین حداقل از قرن یازدهم از گل رز در غذا، عطر و دارو سود می جستند.

در این کشور نان خامه ای خوشمزه با گلاب معطر می گردد و با چای میل می گردد. چای یکی از جنبه های مهم فرهنگ دسر ایرانی است و ترکیب آن با شیرینی ها تقریباً تاریخچه آیینی دارد. دسر و چای در ایران چیزی نیست که تکمیل کننده شام باشد؛ بلکه بعنوان یک لحظه جداگانه و متمایز در نظر گرفته می شود و شخصیت واحد خود را دارد. چای غلیظ و تیره برای یک دسر صبحگاهی و چای کمی روشنتر برای عصر و شام بهترین ترکیب را می سازد. قبل از قرن نوزدهم، قهوه همیشه با دسرها نوشیده می شد اما کمی بعدتر، گنجاندن چای در فرهنگ دسر ایرانی تبدیل به یک سنت گردید که البته کشورهای همسایه همچون هندوستان بی تاثیر نبودند.

این نگرش یعنی به اشتراک گذاری فرهنگ، چیزی است که امروزه در بسیاری از جنبه های آداب و رسوم ایرانی وجود دارد. در نگاهی به دسرهایی ایران، این نکته هویداست که اگرچه به وضوح متمایز هستند؛ اما تاثیرات بسیاری از کشورهای دیگر در آن وجود دارد. دامنه امپراتوری اطلس پارس شامل مصر، ترکیه، هند، افغانستان و پاکستان بوده؛ بنابراین تبادلات زیادی بین غذاهای این کشورها وجود دارد. استفاده از زعفران و گلاب و هل در ساخت دسرهایی ایرانی خود گویا این خط سیر فرهنگی می باشد.

### دستور پخت پف خامه ای

یک نمونه دستور پخت پف خامه ای برای حدوداً ۳۰ توپ شیرینی که از بیرون ترد و در داخل مانند هوا سبک باشد بدین شرح است:

تکنیک اساسی شامل پختن خمیر در ابتدا روی حرارت متوسط است که تخم مرغها را یکی یکی به آن اضافه می کنند. تابه را روی حرارت ملایم قرار می دهیم یا کاملاً از روی اجاق گاز برمی داریم تا دمای متوسطی را داشته باشیم. به حدی که تخم مرغها کمی بپزند اما نه خیلی زیاد که خمیر را بگیرد. کوبیدن شدید با قاشق چوبی باعث میشود هوای بیشتری در این مرحله وارد خمیر شود تا نتیجه پف های خامه ای سبک بدست آید.

### دستور آماده سازی برای حدوداً ۳۰ پفک خامه ای

- یک فنجان آب، ۱۱۵ گرم کره بدون نمک، ۱ قاشق چایخوری شکر، ۱ قاشق چایخوری نمک، ۱۵۰ گرم آرد همه منظوره، ۴ عدد تخم مرغ بزرگ، ۱ عدد زرده تخم مرغ.
- برای فیلینگ کرم: ۳۷۵ میلی لیتر خامه فرم گرفته، ۲ قاشق غذاخوری شکر.



۱

### روش پخت :

سینی های فر را با کاغذ روغنی می پوشانیم و فر را با دمای ۲۰۰ درجه فارنهایت گرم می کنیم. یک کیسه شیرینی را برمی داریم و آن را با یک نوک ساده ۱ سانتی متری آماده کرده و کنار می گذاریم. آب و کره را روی حرارت متوسط در قابلمه ای متوسط می جوشانیم و هر از گاهی هم میزنیم. آرد و نمک و شکر را اضافه کرده و از روی حرارت برمی داریم و با قاشق چوبی به شدت هم میزنیم. به هم زدن ادامه می دهیم تا خمیر صاف بنظر برسد و از کناره های قابلمه جدا شود. تخم مرغها را یکی یکی اضافه می کنیم. قبل از اضافه کردن تخم مرغها خوب هم میزنیم. خمیر

باید غلیظ و براق بنظر برسد. در یک کاسه کوچک، زرده تخم مرغ را با یک قاشق چایخوری آب برای شستن تخم مرغ می زنیم و کنار می گذاریم. مخلوط را با قاشق در کیسه شیرینی پزی می ریزیم و به اندازه ۵ سانتی متر روی سینی های پخت آماده شده لوله می کنیم و بین هر دور، ۵ سانتی متر فاصله می گذاریم. از یک برس شیرینی پزی استفاده می کنیم تا به آرامی دور توپها را تخم مرغ می مالیم. پفکها را به مدت ۲۵ دقیقه در فر از قبل گرم شده می پزیم یا تا زمانی که رنگ آنها قهوه ای طلایی شود. قبل از پر کردن، توپها را به قفسه سیمی منتقل می کنیم تا خنک شود. پس از خنک شدن، از یک چاقوی دندانه دار استفاده می

کنیم تا خمیر نرم را از حفره بخش تحتانی توپها خارج کنیم. در یک کاسه خامه را با شکر می زنیم تا ماده نرم و یک دستی تشکیل شود. خامه را با قاشق در یک کیسه شیرینی با نوک ستاره ای باز ۱ سانتی میریزیم و درست قبل از سرو، پفکها را با خامه پر می کنیم. سرآخر در صورت دلخواه پودر قند روی پفکها می پاشیم.

### معرفی قالبهای کرم رول موجود در موزه آشپزخانه

این قالبهای زیبای موجود در مجموعه به نمایش درآمده در موزه آشپزخانه، دیرزمانی نه چندان دور برای تهیه شیرینی های خوشمزه و لذیذ کرم رول مورد استفاده قرار می گرفت. تعداد آنها به ۹ عدد می رسد. طول این قالبها به ۱۳ الی ۱۵ سانت میرسد و قیفهای خمیری درازی را تهیه می نماید. درست کردن این رولهای کرم وانیلی نسبتاً آسان است، نتیجه قیفی پف کرده و فوق العاده ترد می باشد. مواد داخل آنها می تواند بمانند **پروفیترونها** متنوع باشد. از بیرون ترد و داخل آن صاف و یکدست است. می توان به جای عطر وانیل از دانه وانیل و به جای آرد از نشاسته ذرت استفاده کرد. این جایگزینی تا حد امکان خمیر را صاف می کند. از آنجایی که از خمیر نان خامه ای استفاده می کنیم، فقط باید آن را به نوارهای ۳ سانتی متری برش بدهیم، آنها را روی مخروط ها می غلطانیم، البته قبل از اینکه خمیرها را روی مخروطها بپیچیم، بمنظور راحت جدا شدن خمیرها از قالب پس از پخت، آنها را "**رومال**" کره می کنیم و سپس در فر قرار داده و پس از پخت، سریعاً خمیرها از قالب جدا گردد تا نچسبد. می توانیم هم از خامه شیرینی وانیلی کلاسیک و یا خامه فرم گرفته جهت پر کردن قیفها استفاده کنیم.





-<https://cafecook.ir/story-of-creamy-sweet->

شیرینی تا-کافه کوک- مجله آنلاین تخصصی شیرینی و شکلات، کیک و نان اکلر؛ شیرینی خامه‌دار خوشمزه- در تاریخ | 1394/10/24: نویسنده: امیر

آلماتو-<https://www.alamto.com/posts/eclair> -

<https://www.christinascucina.com/cream-buns-scottish-favourite-26-NOVEMBER-2012> -

<https://fa.wikipedia.org/wiki/A7%DB> -

<https://www.finedininglovers.com/article/cream-puff-> **BYDIANA LEE**  
18 March, 2019

the -[https://prezi.com/rdwwa\\_hrkehg/the-history-of-cream-puffs/?frame=7fc973507c2090bc1757646217ca1e5bae2a1f08](https://prezi.com/rdwwa_hrkehg/the-history-of-cream-puffs/?frame=7fc973507c2090bc1757646217ca1e5bae2a1f08) -  
history of cream puffs

<https://www.tastingtable.com/1108700/the-history-of-the-cream-puff-is-shrouded-in-myth-and->  
BY CHRIS SANDS/NOV. 18, 2022 12:31 PM EST -/mystery

-<https://nationaltoday.com/national-cream-puff-day> -

-<http://www.deliciousromania.com/desserts-en/vanilla-cream-rolls-/>