

# آشنایی با انواع برنج در سر تا سر دنیا

## آشنایی با انواع برنج در سر تا سر دنیا

انواع برنج ارقام گوناگونی دارد و راه‌های متفاوتی برای دسته بندی آن وجود دارد. یکی از ساده‌ترین روش‌هایی که برای ارزیابی دانه برنج است، تقسیم بندی آن بر اساس اندازه دانه است؛ که در سه گروه کوتاه، متوسط و بلند دسته بندی می‌شود. در این مقاله قصد داریم به صورت خلاصه انواع رایج برنج در دنیا را معرفی کنیم. برنج جزو مهم‌ترین دانه‌های غلات و البته غذای اصلی بیش از نیمی از جمعیت کره زمین است. همان طور که برنج نقش پررنگی در سفره ایرانی دارد، وعده غذایی محبوبی هم در خیلی از کشورهای جهان به حساب می‌آید. به عنوان مثال برنج وعده غذایی اصلی در کشورهای پرجمعیتی مثل چین و هندوستان است که حدوداً نیمی از جمعیت جهان را در خود جای داده‌اند. ممکن است وقتی شما برای خرید برنج به فروشگاه‌ها مراجعه می‌کنید، فقط ویژگی‌های ظاهری مثل رنگ یا اندازه دانه برنج را برای انتخاب در نظر بگیرید. اما جالب است بدانید که دسته بندی انواع برنج فقط به این ویژگی‌ها محدود نمی‌شود. برای آشنایی با انواع برنج، مطالعه این مقاله را از دست ندهید.

## انواع برنج

### گروه اول: برنج‌های دانه بلند

#### • برنج سفید

رایج‌ترین برنجی که ایران مصرف می‌شود، برنج سفید است و همه ما کاملاً با آن آشنایی داریم. البته یکی از دلایل آن هم فراوانی برنج سفید در ایران است. برنج سفید سهم بالایی از کشت این محصول را در کشور به خود اختصاص داده است. این در صورتی است که بسیاری از گونه‌های دیگر برنج حتی در کشورمان یافت هم نمی‌شوند. برنج سفید در مقایسه با سایر انواع برنج، در هنگام پخت آب بیشتری جذب می‌کند و دانه‌های آن به خوبی قد می‌کشند. این برنج به دو صورت برنج عطری و [برنج دودی](#) در کشورمان تولید می‌شود



### • برنج قهوه‌ای

این نوع برنج به خاطر جدا نشدن سبوس، رنگ کدر و یا قهوه‌ای رنگ دارد و البته طعم و مزه‌اش هم به همین خاطر تا حدودی با برنج سفید فرق می‌کند. دانه‌های برنج قهوه‌ای معمولاً سفت‌تر هستند و تردی آن‌ها در



مقایسه با سایر برنج‌ها به راحتی احساس می‌شود.

معمولاً برنج قهوه‌ای را به صورت آبکش طبخ می‌کنند، تا املاح برنج خام تا جایی که امکان دارد شسته بشوند. پیشنهاد ما به شما این است برنج قهوه‌ای را تا حد امکان کته میل نمایید تا خواص بیشتری جذب بدنتان شود.

### • برنج باسماتی

این نوع برنج معمولاً در کشورهای مثل هند و یا پاکستان مصرف می‌شود. این برنج پس از پخت، به خوبی قد می‌کشند و حجم زیادی پیدا می‌کنند. آن چیزی که برنج باسماتی را از سایر انواع برنج منحصر بفرد می‌کند، عطر و طعم خاص آن هست که طرفداران زیادی دارد. برای طبخ بهتر لازم هست این نوع برنج را حداقل یک



ساعت قبل از پخت، در آب خیس کرد تا نرم‌تر بشود.

#### • برنج جاسمین

برنج جاسمین دانه‌هایی با اندازه بلند دارد و رنگ آن هم در مقایسه با انواع دیگر، تقریباً شفاف است.. به همین خاطر تشخیص برنج جاسمین خیلی راحت است و عملاً امکان ندارد که بتوانند آن را به جای نوع دیگری برنج بفروشند. برای طبخ برنج جاسمین لازم است آن را از یک ساعت قبل در آب خیس کرد و آب ظرف را هم حتماً چند بار تعویض کنید تا نشاسته موجود در برنج به خوبی شسته بشود.



گروه دوم: برنج دانه متوسط

#### • برنج سوشی (برنج ژاپنی)

اندازه دانه کوتاه‌تر این نوع برنج سبب شده که از آن در تهیه غذاهای ژاپنی مثل سوشی استفاده بشود. علاوه بر این برنج ژاپنی پس از پخته شدن به حالت شفته در می‌آید و چسبندگی بالایی هم دارد. رنگ برنج سوشی قبل



از پخت تقریباً شفاف هست و دانه‌های آن کمی سفت هستند.

#### • برنج بمبا

دانه برنج بمبا تقریباً گرد است و در تهیه غذاهای سنتی از آن استفاده می‌شود. بیشترین مصرف این نوع برنج هم متعلق به کشور اسپانیا است و برای تهیه برخی از انواع سالاد هم از آن استفاده می‌کنند.



گروه سوم: برنج دانه کوتاه

#### • برنج آرباریو

این نوع برنج هم دانه‌های ریز و گرد دارد و رایج‌ترین برنجی است که در کشور ایتالیا مصرف می‌شود. همچنین از آن در طبخ بعضی غذاهای ایتالیایی مثل "ریزوتو" هم استفاده می‌شود. که غذایی محبوب در میان اهالی این





کشور محسوب میشود.

#### • برنج قهوه‌ای دانه کوتاه

از لحاظ شکل و ساختار شباهت زیادی به برنج قهوه‌ای دارد، با این تفاوت که اندازه دانه‌های آن به مراتب کوتاه‌تر است. میزان بیش از حد نشاسته موجود در برنج قهوه‌ای دانه کوتاه باعث می‌شود بعد از پخت، حالت چسبندگی زیادی داشته باشد. و رنگ آن هم عامل مهمی است که در پخت غذا از آن استفاده می‌شود.

[caption id="attachment\_۱۲۳۴" align="aligncenter" width="۳۱۰"]



برنج قهوه ای [caption/]

#### گروه چهارم: برنج‌های خاص

#### • برنج سیاه

برنج سیاه و یا به اصطلاح برنج چینی در افسانه‌ها آن را با نام برنج ممنوعه هم یاد کردند. یکی از انواع برنج است، که بیشتر در کشورهای شرق آسیا مخصوصاً چین کشت می‌شود. رنگ این دانه برنج بنفش تیره و یا مایل به سیاه هست که پس از پخته شدن هم رنگ خود را حفظ می‌کند.



ضمنا میزان نشاسته برنج سیاه هم کمتر از حد معمول است

و نباید نگرانی خاصی بابت چسبیده شدن دانه‌ها به یکدیگر نداشته باشید. رنگ تیره این نوع برنج، ویژگی منحصریفر آن است و استفاده از برنج سیاه، ترکیب رنگ فوق العاده‌ای برای دستپخت شما بوجود می‌آورد.

#### • برنج وحشی

از لحاظ علمی، این گیاه اصلا دانه برنج محسوب نمی‌شود. تنها به خاطر شباهت ظاهری آن را برنج وحشی خطاب می‌کنند. نکته جالب دیگر درباره برنج وحشی این است که برخلاف اسم ظاهری، این گیاه به صورت خودرو رشد نمی‌کند. حتما احتیاج به کاشت دارد. برنج وحشی هم مثل برخی از برنج‌های خاص که قبل‌تر به



آن‌ها اشاره کردیم، در ایران یافت نمی‌شود.

#### • برنج کالیجیرا

شباهت ظاهری و البته طعم این گونه و برنج باسماتی با یکدیگر سبب شده است که از آن به عنوان جایگزینی برنج باسماتی استفاده کنند. برنج کالیجیرا تنها در قسمت‌هایی از هندوستان کشت می‌شود و برای خرید آن بایستی هزینه به مراتب بیشتری در مقایسه با انواع دیگر برنج صرف کنید.



**سخن آخر** بر خلاف آن چه که تصور می‌شود، تفاوت

گونه‌های برنج تنها به شکل ظاهری و اندازه دانه آن محدود نمی‌شود. برنج انواع مختلفی دارد که بعضی از آن‌ها تنها در یک کشور بخصوص کشت می‌شوند. و یا این که بازار مصرف آن گونه برنج تنها مختص یک کشور است. در کشور ما برنج سفید بیشترین سهم را از سفره ایرانی دارد. و بعد از آن هم برنج قهوه‌ای بخش کمی از مصرف مردم را تشکیل می‌دهد. [برنج دودی](#) هم از آن جایی که همان برنج سفید هست که تنها فراوری شده، در این لیست حضور ندارد.

**برای دریافت مشاوره رایگان در مورد برنج با شماره زیر تماس بگیرید**

۰۹۹۰۶۶۴۴۵۰۰