

ก 414

เดลินิวส์
DAILY TIME

★ บที่ 3 ฉบับที่ 775

ประจำวันศุกร์ 24 กันยายน พ.ศ. 2519

ตั้งฉายาขุรส

อาหารจะมีรสอร่อย เคี้ยวกรุบกรอบพร้อม สมัยก่อนยังไม่รู้จัก ผงชูรส แม่ครัว พ่อครัว ร้านอาหารจะใช้จำพวกกระดูกวัว หมู เป็ด ไก่ คั้นเป็นน้ำปรุง ค่อมมาผงชูรสใช้แทน เล็กเป็นส่วนหนึ่งที่ขาดไม่ได้ ระบุว่ากินทั่วไป นายแพทย์กล่าวว่าไม่ได้ให้ประโยชน์แก่ร่างกายแต่เป็นอันตรายเอาเสียอีก แต่ก็ยังนิยมกันทั่วไป ไม่ใช่เกินนิยมนิดหน่อยเอาเสียแล้ว กลายเป็นเพิ่มซอสเด็กไม่ถึงใจก็ยังเอาซอสใหญ่ ๆ บางทีก็กรวดหลาย ๆ ซอส ผงชูรส ไม่ได้มีส่วนเพิ่มรสตามธรรมชาติ หากเป็นเกลือที่กระตุ้นให้น้ำลายมากขึ้น ทำให้อาหารที่รับประทานเคี้ยวอร่อย แต่ถ้ากินแล้วรู้สึก รสจากเนื้อสัตว์และผักที่ปรุงขึ้นไม่ได้

สังขยา เป็นผักชูรสชนิดหนึ่ง ที่ใส่ในแกงจืด ก๋วยเตี๋ยว และอื่น ๆ ทำให้รสชาติดีขึ้น ไม่มีอันตรายใดๆ ชาวจีนนิยมรับประทานกันมาแต่หลายศตวรรษ เมืองไทยเราก็ใช้ ทั้งจำแนกพวกหลายมาจนมีรสอร่อย ก่อนนี้ต้องส่งมาจากประเทศจีน โดยตรง ค่อยๆ มาชาวจีนก็ทำขึ้นในประเทศไทย คนไทยไม่ทำ ซอสหรือ และไม่ชอบวิธีทำก๋วยเตี๋ยวหลายแบบของแขก

คอลัมน์นี้ **นักรบชาวไทย** จึงอยากจะได้คนไทยที่มีเวลา ลองทำดู ความแบบฉบับของลุงชาว คือทำเล่น ๆ ก่อนทำไม่ก็ไม่ต้องทำ รับประทานในครอบครัวด้วยกันเองนั่นแหละ ถ้าทำดีก็บรรจุกาษาเป็นหม้อ โห่ ชวต หรือบรรจุกองพลาสติกขายส่ง การทำอะไร เท่าที่พบเห็นมา แรกๆ ทำเป็นงานอดิเรก อ้อ! เอาจริง เมื่อเห็นช่องทางแล้ว จึงเริ่มเอาจริง จะไม่ขาดทุน มีโอกาสตั้งตัวได้แทบทุกราย หากแรกๆ ทุ่มเทมากๆ ทุ่มเงินเข้ามา ลงทุน เขาจะหักล้มได้ง่าย ชาวจีนเขามักจะส่งลูกไปเป็นเด็กจ้าง เขาก่อน จนมีช่องทาง มีประสบการณ์จึงแยกออกมาทำเอง แบบนี้พลาดตาชั่งมาก คนไทยเราไม่ศึกษาให้ต้องแก้ก่อน จะเอา รวยใน 7 วัน 10 วัน มันจะไปรอดหรือ สกมภ์เอาอย่างๆ

สังขยา ทำจาก กะหล่ำปลี หากในท้องถิ่นท่าน กะหล่ำปลี มีมากควรทำอย่างอื่น ทางภาคเหนือของประเทศไทย กะหล่ำปลี ชุกจริง ๆ ชาติเจ้าขอ ไปอยู่ทางเหนือ หนักหนาวกะหล่ำปลีชุกจริง ๆ รากก็ไม่แพง สวดยุทนั้น นำทำสังขยาอย่างอื่น หรือจะซื้อจาก ดินที่ราคาถูกมาทำที่บ้านเราก็ยังได้ เก็บไว้นานๆก็ไม่เสีย เป็นวิธี อดอาหารชนิดหนึ่ง หรือซื้อกะหล่ำปลีมาลองทำดูสักเล็กน้อย อาหารที่ปรุงกันอยู่ทุกวันนี้สังขยามีส่วนในการปรุงมิใช่น้อย ในครัวทุกครัว ร้านอาหาร ภัตตาคารทุกแห่งจะต้องมี สังขยาประจำโต๊ะเครื่องปรุง สังขยาจะเพิ่มรสชาติให้แก่อาหารนั้นๆเช่นรับประทานแกงจืดที่ใส่สังขยา พอสักน้ำแกงก็อร่อยขึ้นสังขยาจะรู้สึกได้ว่า อร่อย มีรสชาติก็ใจจะฉ่ำ ก็อิ่มไม่ลง ท่านเองนับว่ากิน แม่แก่

อาหารแห้ง อาหารผักบางอย่าง ก๋วยเตี๋ยว บะหมี่แห้งหรือ น้ำ ปรุงด้วยเป็นส่วนประกอบที่ขาดไม่ได้

การทำสังขยาตามตำราที่จะบอกต่อไปนี้เป็นวิธีธรรมดาๆ ที่ชาวบ้านทำได้ไม่ยาก แต่ก็ต้องเลือกกะหล่ำปลีที่สวย ๆ ใบไม่เน่า ไม่ช้ำ จะได้สังขยาที่ดี มีคุณภาพ

เครื่องปรุง 1. กะหล่ำปลี 2 ส่วน 2. น้ำตาลทรายแดง 1/4 ส่วน 3. หัวกระเทียม 1/4 ส่วน 4. ซอส 1/4 ส่วน 5. เกลือป่น 1/4 ส่วน 6. แป้งข้าวหมากขนาดผลทุบ 1 ผล



วิธีทำ กะหล่ำปลี ทุบใช้ส่วนที่ไม่เน่า ไม่ช้ำและควรรักษาที่ แข็งมากกับอ่อนนุ่มไว้ข้างหากจากกันก็จะทำให้ได้สังขยาที่มีลักษณะ น่ากิน ไม่แข็ง ๆ อ่อนๆ เบ็นก้น ส่วนก้นแข็งๆ ควรซอย ใหละเอียดที่สุด ปลีกกลีบออกเรียงแม่ใส่กระชัง ผึ่งแดดพอ แห้ง อบควัน (ถ้าแดดจัดมากต้องรีบเก็บ เมื่ออบตัวอ้ำทิ้งให้ ถึงแห้ง) นำกลีบกะหล่ำปลีมาล้างสะอาด กั้นหน้าพอควรร กรัง แรกหันตามยาวของกลีบเป็นเส้นคล้ายๆ หนึ่งเส้นก้วยเคียวเส้นใหญ่ ค่อมมาจึงหันขวางเป็นเส้นเหมือนราวขึ้นละ 1 ซม. (เมื่อยังสด) นำน้ำตาลทรายแดง เกลือ กระเทียม ซา และแป้งข้าวหมากให้ โขลกละเอียดรวมกัน จึงนำมาเคล้าให้เข้ากันในภาชนะเคลือบ หรืออ่างดิน (อย่าใช้ภาชนะโลหะหนัก) บิดภาชนะด้วย สิ่งมีขีด ขณะรอให้อากาศเข้าไปได้เรียกว่าบ่มประมาณ 45 ซม. จึงนำออกมาจากภาชนะนำบรรจุใน โหลดินเคลือบ หรือ โหลแก้วก็ได้ บิดหนักให้แน่นที่สุด จะเก็บไว้ได้นานร่วมกับ (ถ้าเบ็ดออกใช้ ต้องรีบบิดหนักให้แน่น) ระยะเวลาที่จะนำมา ประกอบอาหารได้ หลังจากบรรจุโหลแล้ว 30 วันขึ้นไป หลังจาก นี้จะนำออกจำหน่ายโดยบรรจุภาชนะหรือถุงพลาสติก เด็ก ใหญ่ ได้ทานก็อร่อย