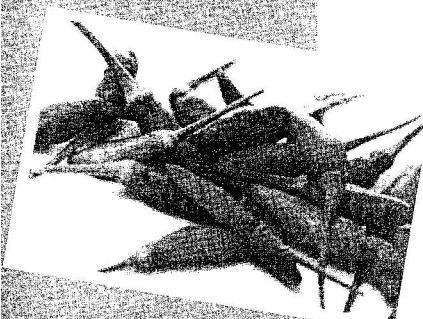


# เมื่อ น้ำพริกไทย ไปนอก

โดย พิทยา วิทยาธร



ในบรรดาอาหารพื้นถิ่นที่เลื่องชื่อของโลก เห็นจะมีน้ำพริกนี่เองที่เป็นอาหารประจำชาติ และไม่ได้มีเฉพาะบ้านเราเท่านั้นแต่จะเรียกว่า เป็นอาหารที่แพร่หลายในหมู่ชาวเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ก็คงพูดได้เต็มปากเต็มคำ มีลักษณะแตกต่างกันตามวัตถุดิบและรสนิยมของภูมิภาค

## เปิดตำนานน้ำพริก

ชื่อก็บอกโดยไม่ต้องแปลไทยเป็นไทย น้ำพริก ก็ต้องมีพริกเป็นองค์ประกอบสำคัญ แต่เดิมพริกเป็นพืชพื้นถิ่นในทวีปอเมริกา ถูกนำมาเผยแพร่ในเอเชียเมื่อคริสต์ศตวรรษที่ 16 พบหลักฐานการปลูกพริกในอินโดนีเซียครั้งแรกเมื่อปี ค.ศ. 1540 และขยายพันธุ์ออกไปตามเมืองท่าที่สำคัญในเส้นทางการเดินเรือค้าขายของโปรตุเกสตั้งแต่ชวา มะละกา ไทย พม่า จีน เขมร ลาว อินเดีย และศรีลังกา

ที่อินโดนีเซีย แหล่งปลูกพริกเริ่มแรกในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ มีเมนูน้ำพริก เรียกว่า ชามบัล รสเผ็ดมหาโหด ชามบัล อุลัค เป็นพริกแห้งโขลกกับกะปิ เกลือ มะขามเปียก ชามบัล กลันตะ คล้ายน้ำพริกกะปิบ้านเรา เพียงแต่ใช้หอมแดงแทนกระเทียม

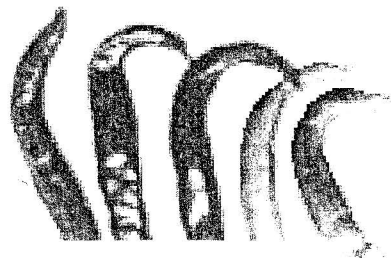
ที่มาเลเซีย น้ำพริกที่นั่นคล้ายอินโดนีเซีย เรียกชามบัลเหมือนกัน แต่ชามบัลที่นั่นรวมถึงน้ำจิ้มต่างๆ ด้วย เช่นน้ำจิ้มอาหาร เรียกว่า ชามบัล ชุก่า

ที่เขมร เมนูน้ำพริกของเขาเรียกเป๊าะจรัวะ แปลว่าน้ำพริกจิ้มผัก มีอยู่หลายชนิด แต่ที่นิยมรับประทานกันมาก รสออกเผ็ดเค็มเปรี้ยวหวานมัน เพราะเอาไปผัดกับน้ำมัน

ที่พม่า มีน้ำพริกรสชาติใกล้เคียงบ้านเรามาก ทุกส้ารับอาหารทุกมื้อที่นั่นจะต้องมีน้ำพริกผักจิ้มเสมอ พม่าเรียกกะปิว่า งาปี และงาปีก็เป็นชื่อเรียกน้ำพริกด้วย

ที่ลาว มีน้ำพริกที่ปรุงรสชาติคล้ายกับภาคเหนือและอีสานของเรา ทั้งนี้เนื่องจากชายแดนติดกันเป็นเสมือนบ้านพี่เมืองน้อง น้ำพริกลาวเรียก ปัน ส่วนน้ำจิ้มเรียก แก้ว

สำหรับในบ้านเราน้ำพริกมีเมนูที่หลากหลายออกไปตามภูมิภาคต่างๆ ของประเทศ



ภาคเหนือ น้ำพริกจะทำจาก พริกหนุ่ม พริกชี้หนู กระเทียม หอม และถั่วเน่าเป็นสำคัญ ได้แก่ น้ำพริกหนุ่ม น้ำพริกอ่อน น้ำพริกน้ำปู น้ำพริกน้ำผัก น้ำพริกแคบหมู น้ำพริกจิ้มหมูหมัก น้ำพริกถั่วเน่า น้ำพริกแมงจอน น้ำพริกฮ้อวก รสน้ำพริกภาคเหนือจะกลมกล่อมไม่เผ็ดร้อนนัก

ภาคอีสาน อีสานเรียกน้ำพริกว่า ป่น รสออกจัดทุกชนิด คือเผ็ดจัด เค็มจัด เปรี้ยวปานกลาง ได้แก่ ป่นปลาร้า ป่นปลาเน็ง ป่นปลาทุ ป่นกุ้งคั่ว ป่นปลาช่อน ป่นปลาตุ๊กย่าง ป่นเห็ดโคลน ป่นดักแด่ ป่นกบ ป่นปูนา ป่นแมงตับเต่า ส่วนน้ำจิ้มเรียกแจ่ว ซึ่งนิยมใช้จิ้มกับผักเช่นกัน

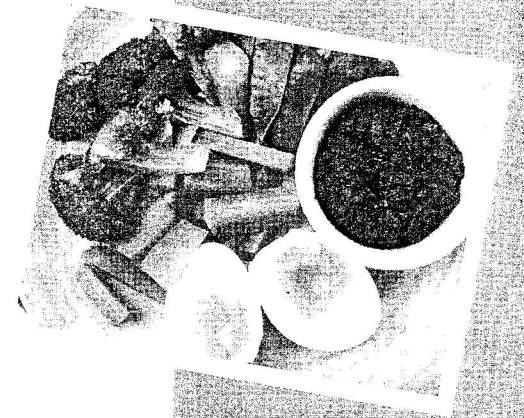
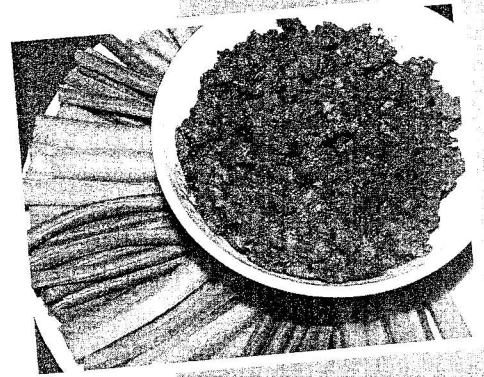
ภาคกลาง มีน้ำพริกหลากหลาย รสชาติกลมกล่อมทั้งเค็มเปรี้ยวเผ็ด และหวานเล็กน้อย ทั้งนี้เพราะครัวภาคกลางได้รับอิทธิพลจากครัววังหลวงกันมาก รวมทั้งคนภาคกลางมีความสามารถในการประยุกต์แกง น้ำพริกจึงรสชาติหลากหลายจนกลายเป็นแรงบันดาลใจในการบรรจขวดส่งขายต่างประเทศ น้ำพริกพื้นฐานที่นิยมรับประทานได้แก่ น้ำพริกกะปิ น้ำพริกมะเขือพวง น้ำพริกมะม่วง น้ำพริกมะขามสด น้ำพริกมะขามเปียก น้ำพริกลงเรือ น้ำพริกซีกา น้ำพริกโจรส น้ำพริกเต้าเจี้ยว น้ำพริกปลาร้า

ภาคใต้ อาหารรสจัดเป็นส่วนใหญ่ ทำให้น้ำพริกได้รับประทานกับผักมากขึ้น จัดเป็นกระเจาดเรียกว่า ผักเหนาะ คนใต้เรียกน้ำพริกว่า น้ำซุบ เครื่องปรุงพื้นฐานเป็นกะปิ น้ำซุบมีไม่กี่ชนิด ได้แก่ น้ำซุบโจรส น้ำซุบหย่า น้ำซุบลูกอีก น้ำซุบส้มขาม น้ำซุบกุ้งเสียบ แต่จะมีเครื่องจิ้มกับผักหลายอย่าง เช่น น้ำบูดู แกงไตปลา

### เครื่องเคียงน้ำพริก

เนื่องจาก น้ำพริก มีรสชาติเผ็ดร้อน เปรี้ยวหวานเค็มเข้มข้น จึงต้องรับประทานกับเครื่องเคียงซึ่งมักประกอบด้วย ผักจิ้ม มีให้เลือกทั้งผักพื้นบ้านและผักที่ขายตามท้องตลาดทั่วไป บางชนิดรสหวานกรอบรับประทานสดได้ แต่บางชนิดต้องทำให้สุกโดยการต้ม นึ่ง ทอด ผัด หรือต้มกะทิ น้ำพริกบางชนิดรับประทานกับเครื่องเคียงพวกเนื้อปลา เนื้อหมู เนื้อวัวซึ่งมีทั้งปิ้งย่าง ทอด เครื่องเคียงช่วยลดความจัดจ้านของรสชาติ ขณะเดียวกันก็เป็นภูมิปัญญาในการกินตามธาตุให้เกิดความสมดุลอีกด้วย

จากการศึกษาวิจัยเบื้องต้นของคณะทำงานทรัพยากรอาหารสนับสนุนโดยสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ โดย อาจารย์ วิฑูรย์ เลี่ยนจำรูญ จากมูลนิธิชีววิถี ทำการสำรวจน้ำพริก 312 สูตร จากตำรา





อาหาร 9 เล่ม ที่บันทึกน้ำพริกตั้งแต่สมัยรัชกาลที่ 5 จนถึงปัจจุบัน รวมทั้งยังได้ลงพื้นที่ทำการวิจัยในชุมชนภาคอีสาน 12 ชุมชน ได้สูตรน้ำพริก 74 สูตร และศึกษาเฉพาะในจังหวัดสุพรรณบุรี 4 ชุมชน ได้น้ำพริก 30 สูตร ค้นคว้าข้อมูลน้ำพริกของล้านนา และน้ำพริกใต้ พบภูมิปัญญาของบรรพบุรุษ ในการใช้น้ำพริกเป็นเมนูเพื่อสุขภาพ ลดความเสี่ยงในการเป็นโรคร้ายต่างๆ อาทิ ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ และมะเร็ง

จึงไม่แปลกที่ทุกวันนี้ น้ำพริกที่บริโภคกันในครัวเรือนจะขึ้นหิ้งห่างหูใจกลางกรุง และใช้จะมีแต่คนรุ่นปู่ย่า ตาทวดที่รับประทานเท่านั้น หากคนรุ่นใหม่หนุ่มสาวเริ่มหันมาพิสมัยเลือกน้ำพริกเป็นอาหารประจำวันมากขึ้น ขณะเดียวกันน้ำพริกไทยถึงขึ้นไอนเตอร์เน็ต เป็นสินค้าออกไปต่างประเทศด้วย

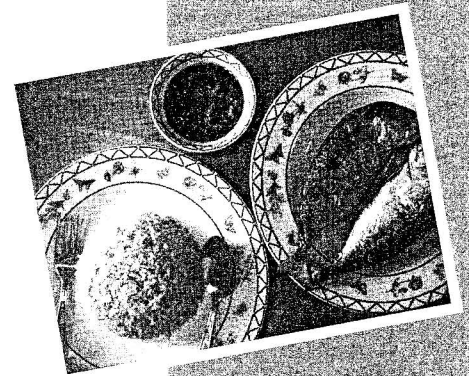
นับเป็นโอกาสดีที่สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีได้จัดสัมมนาเชิงปฏิบัติการ การพัฒนาศักยภาพการส่งออกอุตสาหกรรมน้ำพริกในประเทศไทย เพื่อรวบรวมปัญหาข้อเสนอนะเกี่ยวกับโครงสร้างพื้นฐานด้านมาตรฐานและคุณภาพสินค้าของกลุ่มอุตสาหกรรมน้ำพริก เพื่อผลักดันสินค้าไทยให้ก้าวไกลในต่างแดนโดยร่วมกับสถาบันนานาชาติที่มีหน้าที่รับรองคุณภาพตามมาตรฐาน ซึ่ง ดร.นงลักษณ์ ปานเกิดดี ผู้ว่าการสถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย เปิดเผยว่า ปัจจุบันสินค้าประเภทอาหารและผลิตภัณฑ์การเกษตรแปรรูปมีความสำคัญต่อเศรษฐกิจของประเทศ ต่อการแข่งขัน

ของสินค้าในกลุ่มนี้มีสูงมากทำให้กลุ่มคู่ค้าต้องมุ่งเน้นที่คุณภาพและความปลอดภัยเป็นหลัก หลายประเทศได้มีการปรับปรุงกฎระเบียบและมาตรฐานต่างๆ ให้สอดคล้องกับประเทศคู่ค้า เพื่อผลักดันให้สินค้ามีคุณภาพตามมาตรฐานสากล อุตสาหกรรมน้ำพริกถือเป็นสินค้ากลุ่มที่มีความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะของประเทศไทย และมีแนวโน้มในการส่งออกที่เพิ่มขึ้นตลอดระยะเวลา 5 ปี หากสินค้านี้ได้รับการสนับสนุนจะสามารถทำรายได้เข้าประเทศเพิ่มขึ้น สร้างรายได้แก่เกษตรกรได้อีกทางหนึ่ง

ผลจากการสัมมนาซึ่งได้มีกระบวนการระดมความคิดเห็นจากผู้ประกอบการอุตสาหกรรมน้ำพริกพบปัญหาอุปสรรคดังต่อไปนี้

ด้านวัตถุดิบ พบว่าวัตถุดิบมีคุณภาพไม่สม่ำเสมอ เนื่องจากผู้ขายเป็นรายย่อยหลายแหล่ง จึงทำให้วัตถุดิบได้มามีคุณภาพต่างกัน หรือการตรวจสอบพบสารตกค้างในวัตถุดิบที่ส่วนใหญ่ไม่ทราบแหล่งที่มา ทำให้ยากต่อการตรวจสอบกลับ นอกจากนี้ราคาวัตถุดิบก็ไม่สม่ำเสมอ

ด้านกระบวนการผลิต ส่วนใหญ่ผู้ประกอบการยังขาดความรู้ในด้านกระบวนการผลิตที่ดี ไม่ทราบว่ากระบวนการผลิตที่ดีเป็นอย่างไร มาตรฐานการผลิตคืออะไร หรือไม่ทราบสาเหตุของการปนเปื้อน และส่วนใหญ่จะผลิตโดยใช้แรงงานคน เนื่องจากการใช้เครื่องจักรมีต้นทุนสูง รวมทั้งยังประสบปัญหาในด้านบรรจุภัณฑ์ เช่น บรรจุภัณฑ์มักเปลี่ยนสีเมื่อ





ล้มผลสุกอากาศ การแตกหักเสียหายในระหว่างขนส่งรวมทั้งมักเกิดการปนเปื้อนในระหว่างขนส่ง

ด้านข้อมูล ส่วนใหญ่ขาดความรู้ในด้านมาตรฐานของประเทศคู่ค้า ประเทศคู่ค้าไม่รู้จักหน่วยงานรับรองมาตรฐานของไทย ขาดหน่วยงานที่สนับสนุนด้านข้อมูล

ด้านการรับรองคุณภาพผู้ประกอบการยังขาดความรู้ในเรื่องมาตรฐานคุณภาพและค่าใช้จ่ายในด้านคุณภาพ ส่วนใหญ่มีราคาสูง จึงทำให้ผู้ประกอบการรายย่อยไม่สามารถรองรับค่าใช้จ่ายส่วนนี้ได้

ผู้ประกอบการยังได้ให้ข้อเสนอแนะให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องจัดทำข้อกำหนดที่เป็นมาตรฐานในการคัดเลือกวัตถุดิบเพื่อผลิตน้ำพริก การส่งเสริมให้มีการสร้างชุมชนเข้มแข็งเพื่อรณรงค์ปลูกพืชปลอดสารพิษเพื่อควบคุมการปนเปื้อนตั้งแต่ต้นทางถึงปลายทาง ส่วนในด้านการผลิตควรมี

การให้ความรู้แก่ผู้ประกอบการทั้งในด้านกระบวนการผลิตและบรรจุภัณฑ์ที่เหมาะสมกับสินค้า เนื่องจากมีผลต่ออายุการเก็บรักษาผลิตภัณฑ์ นอกจากนี้ควรมีหน่วยงานที่รวบรวมข้อมูลหรือกำหนดเกี่ยวกับน้ำพริก หรือเป็นศูนย์กลางของแหล่งข้อมูลที่สามารถให้ผู้ประกอบการสามารถสืบค้นข้อมูลได้หรือเข้าถึงได้ง่าย และควรมีการอ้างอิงหรือกำหนดหน่วยรับรองคุณภาพเป็นที่ยอมรับของคู่ค้า ส่งเสริมและให้ความรู้ด้านการรับรองคุณภาพแก่ผู้ประกอบการ และมีการกำหนดมาตรฐานของผู้ผลิตให้ตรงกับความต้องการของคู่ค้าได้

อีกไม่ช้าไม่นาน น้ำพริกไทย อาจจะเป็นหนึ่งในเมนูคู่กับแฮมเบอร์เกอร์ พิซซ่า ลาซานย่า ซูชิ สลัด ไล้กรอก เยอร์มันร้อนๆ จิ้มน้ำพริกไทย รสชาติสุดยอดเยี่ยมจนลิ้มอ้ม ก็เป็นได้

ว่าแต่..คนไทย รู้จักคุณค่าของน้ำพริกกันดีหรือยัง

