

Shrimp paste / กะปิ

กะปิ เป็นผลิตภัณฑ์อาหาร ที่ได้จากการถนอมอาหาร (food preservation) ด้วยวิธีการหมักเกลือ (salt curing) ใช้วัตถุคุนหลักคือกุ้งฝอย หรือ เคย กะปิมีลักษณะกึ่งแข็ง เนื้อเนียน นุ่ม มีสีม่วงเข้ม ใช้เป็นเครื่องปรุงรส มีคุณค่าทางโภชนาการสูง เป็นแหล่งที่ดีของโปรตีนและแคลเซียม

การผลิตกะปิ

การผลิตกะปิเป็นภูมิปัญญาพื้นบ้านของไทย มักทำในพื้นที่ แถบชายฝั่งทะเล เช่น ระยอง ระนอง ประจำบคริขันธ์



การผลิตกะปิเริ่มจากการนำกุ้งเคย มาล้างให้สะอาด แยกเศษทรายออก และนำมานاكลุกกับเกลือเม็ด ความเข้มข้น 7-8 เบอร์เซ็นต์ทึ่ง ไว้ระยะเวลาสั้นๆ ก่อนเพื่อให้เกิดการออสโมซิส (osmosis) ให้เกลือซึมเข้าไปในเนื้อกุ้ง และนำน้ำในกุ้งเคลื่อนที่ออกมายานอก จากนั้นจึงนำไปทำแห้ง (dehydration) ด้วยการตากแดด (sun drying) เพื่อลดความชื้นเบื้องต้น



หลังการทำแห้ง เปื้องด้านแล้ว อาจต้มหรือบด เพื่อการลดขนาดก่อนนำไปหมักต่อในภาชนะ เช่น โถ ไห เป็นเวลานานมากกว่า 6 เดือน โดยการใช้เกลือจะยับยั่งจุลินทรีย์ก่อโรค (pathogen) แต่ระหว่างการหมัก กะปิยังคงมีแบคทีเรีย บางชนิดที่ชอบเจริญในสภาวะที่มี เกลือ (halophilic bacteria) โดยเฉพาะไซน์โปรตีอส (protease) ที่จุลินทรีย์ผลิตขึ้น จะย่อยสลายโปรตีนในกุ้งฟอยให้มีโมเลกุลเล็กลง

การหมักเป็นเวลานานยิ่งทำให้ได้กะปิที่มีกลิ่นรสเด็ดขึ้น ระหว่างการหมักช่วงนี้ อาจนำมาตากแดด เพื่อลดความชื้นบ้าง เมื่อการหมักได้ที่ต้องการ จะต้องเอียดซึ่งชาวบ้านมักใช้ครกไม้ กะปิที่ได้มีลักษณะเนียนๆ เนียน นุ่ม มีกลิ่นหอมเฉพาะตัว

การใช้ในอาหาร

กะปิใช้เป็นส่วนผสมหลักของน้ำพริกกะปิ ซึ่งเป็นอาหารพื้นเมืองของประเทศไทย เป็นส่วนผสมของน้ำพริกแกง (curry paste) หลายชนิด เช่น น้ำพริกแกงเขียวหวาน