

สี่ที่ 4 ฉบับที่ 4395 กรุงเทพฯ วันที่ 17 กันยายน พ.ศ. 2554 1961 7

t care

อีโวนส์

คนแถวนี้กำลังตื่นตากับ น้ำแร่ เพราะมีร้านอาหารอิตาลี-ฝรั่งเศส ชื่อ Water Library ขายอาหาร ไวน์ และน้ำแร่นานาชาติจากหลายประเทศ ราคาไม่ยอมนะ

หมายถึงน้ำแร่น้ำเขี่ยอ่อมแพงกว่าน้ำแร่จากอำเภอแม่ริม จังหวัดเชียงใหม่ หรือน้ำแร่บรรจุขวดจากระนองแหล่งน้ำแร่ที่มีบ่อเอาไว้แช่ไว้ราบ ทำไซตัม อยากรู้ก็ดูเหมือนว่าคนไทยไม่ค่อยตื่นตากับน้ำแร่ อาจจะมีนักดื่ม นักกิน หรือผู้ระวังเรื่องสุขภาพจริง ๆ ที่มีกแสวงหาน้ำแร่ไว้ดื่ม หรือความเชื่อที่ว่า ในน้ำแร่มีส่วนผสมของแร่ธาตุบางชนิด ให้ประโยชน์แก่ร่างกาย บางคนเชื่อว่ากำมะถัน ในน้ำแร่ช่วยดูแลสุขภาพผิว

อย่างที่เขาสอบไปอออนเซน ก็เพื่อให้ผิวดี ร่างกายแข็งแรง ประโยชน์ของน้ำแร่ มีคนถามอยู่เสมอ ก็ถ้าเปรียบน้ำธรรมดากับใสสะอาด ใส ปราศจากสีและกลิ่น เทียบกับน้ำแร่ ที่มีรสผาดเผื่อนอยู่บ้างแล้วมีแร่ธาตุเช่น โซเดียม คลอไรด์ โซเดียมคาร์บอเนต โปแตสเซียม แคลเซียม แมกนีเซียม ย่อมหมายถึงมีแร่ธาตุปนอยู่ คนขาดแร่ธาตุเลยคิดว่าจะเติมแร่ธาตุจากน้ำแร่ เรื่องนี้นักวิชาการจากคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล รศ.ดร. พิมลพรรณ พิชยาภกุล เคยเขียนไว้ใน "วารสารฉลาดซื้อ" บอกว่า น้ำแร่มีประโยชน์จากแร่ธาตุจริงอยู่ ดีต่อนักกีฬา ดีต่อผิวพรรณ มีฤทธิ์เป็นด่างอ่อน ๆ ช่วยลดความเป็นกรดของร่างกายจากการกินอาหารที่ไม่ถูกสุขลักษณะ นักวิจัยหลายท่านก็บอกว่าแร่ธาตุมีประโยชน์ แต่ถ้าอยากได้แร่ธาตุก็ให้ประโยชน์โดยตรงต่อสุขภาพ ควรบริโภคจากผักผลไม้สด และผลไม้สด หรือ

ดื่มน้ำสะอาด น้ำกรอง ที่สะอาดพอ ดื่มให้พอเพียงต่อวัน นั้นแหละจะลดความชราได้

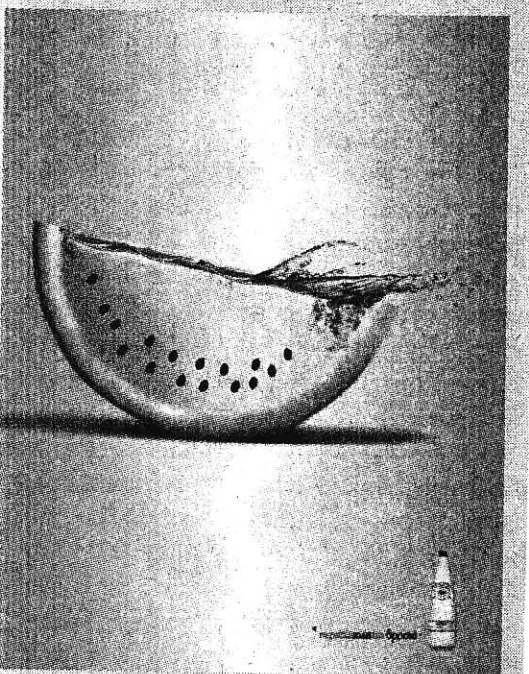
นักวิชาการคงหมายถึงว่า น้ำดื่ม ก็ให้ดื่มวันละ 8 แก้ว หรือมากกว่านั้นไม่ต้องกลัวตัวบวม น้ำสะอาดเป็นตัวชะลอวัย ช่วยให้ผิวพรรณสดชื่น แจ่มใส น้ำช่วยหล่อเลี้ยงและหล่อลื่นอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกายให้ทำงานด้วยดี น้ำแร่ดีแต่ต้องซื้อแพง ถ้าอยากสวย ประหยัด คุ่มค่า ดื่มน้ำสะอาดก็เอาอยู่

ในต่างประเทศ ชาวยุโรปถือเป็นชาติที่นิยมน้ำแร่มากที่สุด ทั้ง ๆ ที่หลายประเทศในยุโรป ชาวบ้านดื่มน้ำก๊อกเป็นน้ำปลาได้สบาย สะอาด ปลอดภัย

เรื่องของ 'น้ำแร่'

ผ่านการรับรองมาตรฐาน แต่เมื่อพวกเขาไปดินเนอร์หรือกินอาหารในร้านอาหาร เขาก็ต้องมองหา น้ำแร่บรรจุขวด น้ำแร่มีหลายยี่ห้อ แต่แบ่งออกเป็น 2 ประเภทคือ น้ำแร่เติมแก๊ส (Sparkling Water) กับน้ำแร่ไม่เติมแก๊ส ชนิดเติมแก๊สก็เหมือนน้ำอัดลม แต่รสเบาบางกว่า

ทุกวันนี้มีผู้ผลิตน้ำแร่ชนิดเติมแก๊ส และไม่เติม และชนิดพรีเมียม ราคาแพงสุด ๆ ขวดละหลายร้อยถึงหลักพันก็มี ในเยอรมนี มีภัตตาคารแห่งหนึ่ง เสิร์ฟน้ำแร่มากกว่า 200 ชนิด จาก 40 ประเทศ โดยมีนักเขี่ยน้ำแร่ เรียกว่า Water Taster บอกเล่าข้อมูลที่มาของน้ำแร่ บรรจุขวดจากที่ต่าง ๆ ตั้งแต่ทั่วโลกเหนือยันซีกโลกใต้

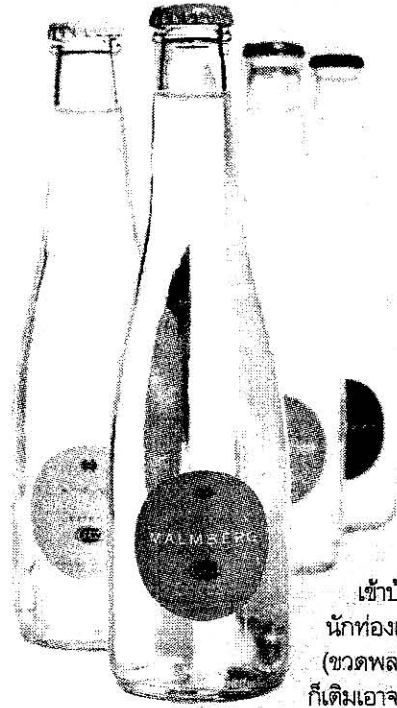


น้ำแร่จากทวีปแอฟริกา เอเชีย จนถึงน้ำแร่จากแปซิฟิกใต้ ในขวดดีไซน์สุดเท่ แน่นนอนว่าราคาน้ำแร่บางขวดแพงกว่าไวน์

ชาวเยอรมัน เป็นชาติที่บริโภคน้ำแร่มาก จะว่าไป น่าจะนับชาวยุโรปจากหลายประเทศรวมด้วย เสกกันว่า ชาวยุโรปหลีกเลี่ยงไม่ดื่มน้ำก๊อก (Tap water) ในร้านอาหาร ไม่ใช่ไม่สะอาดปลอดภัยพอ ทว่าเขาคิดว่า น้ำก๊อกไม่เหมาะกับอาหาร (จานแพง) กระทั่งอาหารเข้าเขาก็ไม่ขอน้ำดื่ม (น้ำก๊อก) ธรรมดาจากบริการ เขาคิดว่าทำให้อาหารเสียรสชาติ และบางคนก็ชอบน้ำแร่เติมแก๊ส หรือ Sparkling Mineral Water ภาษาเยอรมันเรียกว่า

Mineral Wasser ถ้าชนิดน้ำแร่ธรรมดาเรียกว่า Stilles Wasser และเมื่อสั่งอาหารก็ยินดีจะจ่ายค่าน้ำแร่บรรจุขวด ชาวเยอรมันคิดว่าไม่มีของฟรี กระทั่งใช้ดีดึกในอาหารก็ต้องซื้อซอสที่ขอเติมในร้านแมคโดนัลด์ ก็ต้องจ่ายเพิ่ม ชาวยุโรปบางคนเชื่อว่า น้ำก๊อกในบางประเทศเช่นในอังกฤษดื่มได้สะอาด พอ ๆ กับในเยอรมนี และอีกหลายประเทศในยุโรป คนอังกฤษใช้น้ำก๊อกทำทุกอย่าง ตั้งแต่ผลิตโซดา เบียร์ บรรจุอาหาร จนถึงเป็นน้ำดื่มบนโต๊ะ แต่คนเยอรมันไม่คิดเช่นนั้น เขาคิดว่าเมื่อออกจากบ้านต้องซื้อน้ำแร่ดื่ม

[อีโวนส์ฉบับนี้]



เข้าบ้านไปค๋อยดื่มน้ำก็อก ในขณะที่
นักท่องเที่ยวชาวยุโรป นิยมพกขวดเพ็ท
(ขวดพลาสติกใส) บรรจุน้ำดื่ม หมดเมื่อไหร่
ก็เติมเอาน้ำก็อก ที่ดื่มได้ปลอดภัยตั้งแต่
อังกฤษ ฝรั่งเศส อิตาลี ไอร์แลนด์ สเปน ยกเว้นรัสเซีย
ถ้าไปออสเตรเลีย ชาวยุโรปอาจได้ดื่มน้ำฝนบรรจุ
ขวดจากเทือกเขาทัสมาเนีย (Tasmanian Rain
Drinking Water) นั่นถือเป็นน้ำฝนพร้อมดื่มในขวด
สวย ราคาไม่ถูกกว่าน้ำแร่ ในขณะที่ตลาดน้ำแร่ก็แข่งขัน
เลือดพลาซ่า ตั้งแต่แหล่งที่มาของน้ำแร่ ที่แต่ละฝ่ายก็
บอกว่าเป็นน้ำแร่ชั้นเลิศ รวมถึงแข่งกันออกแบบขวดที่มี
ดีไซน์ ก็แค่อยากดื่มน้ำแร่ก็ต้องเลือก

ยังมีเรื่องของน้ำแร่ในขวดสวยอยากเล่าต่อ แต่ตอนนี้
น้ำเหนื่อหลาก.. ไทลแรง คิดถึงน้ำฝนเย็น ๆ ชื่นใจใน
ขันเงิน เสียแล้วสิ... ☹️

หมายเหตุภาพ :
dwshg.com, popsap.com