

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การดำเนินการวิจัยเรื่อง วัฒนธรรมอาหารในเขตธนบุรี กรณีศึกษาอาหารโปรตุเกส และอาหารมอญขอแนะนำเสนอข้อมูลจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

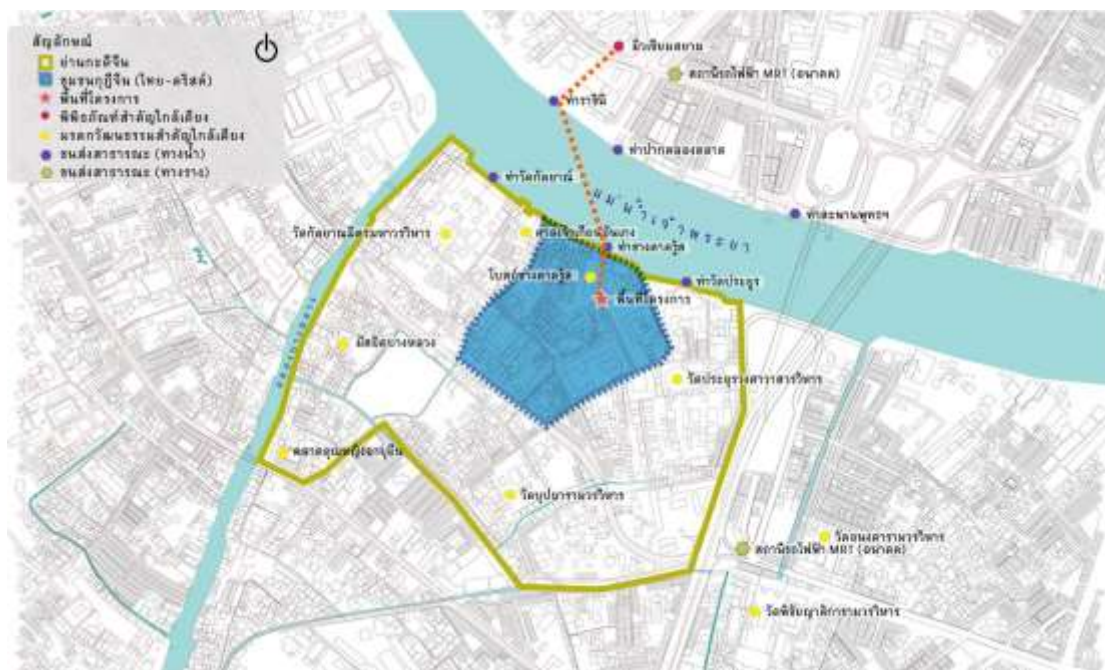
1. บริบทชุมชนกุฎีจีน
2. บริบทชุมชนวัดประดิษฐาราม
3. ภูมิปัญญาไทย
4. ประเภทของอาหาร
5. ศักยภาพภูมิปัญญาด้านอาหาร
6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

บริบทชุมชนกุฎีจีน

“กะตี่จิ้น” หรือ กุฎีจิ้น หนึ่งในย่านเก่าแก่ที่ตั้งอยู่ริมแม่น้ำเจ้าพระยาทางตะวันตก อีกด้านแนบชิดฝั่งซ้ายของปากคลองบางกอกใหญ่ หรือคลองบางหลวง ซึ่งอยู่ตอนใต้ของพระราชวังพระเจ้าตากสิน หรือ “วังเดิม” แลนมาร์กสำคัญของบริเวณนี้ ได้แก่ โบสถ์ซางตาครู้ส หลักฐานที่แสดงการมาถึงของชาวคริสต์นิกายโรมันคาทอลิก เชื้อสายโปรตุเกส หรือชาวสยามเรียกว่า “ฝรั่งพุทธเทศ” ที่อพยพมาจากกรุงศรีอยุธยา หลังเสียกรุงให้พม่า เมื่อ พ.ศ. 2310 รวมถึงชาวโปรตุเกสที่อาศัยอยู่ในบางกอกอย่างกระจัดกระจายก็โยกย้ายมาอยู่รวมกันเป็นชุมชนใหญ่ แล้วสร้างสถาปัตยกรรมอันงดงามเป็นศูนย์รวมแห่งจิตใจไว้ ณ ที่นี้ โดยมีชาวจีนตั้งถิ่นฐานอยู่ก่อน จึงเรียกแถบนี้ว่า “กะตี่จิ้น” ซึ่งเป็นภาษาพูดของชาวบ้าน เพี้ยนมาจากคำว่า “กุฎีจิ้น” หมายถึง ที่อยู่อาศัยของคนจีน ดังมีศาลเจ้าเก่าแก่นามว่า “เกียนอันเกง” ซึ่งอยู่ไม่ไกลจากโบสถ์ซางตาครู้สอันสง่างาม ตามอย่างศิลปะยุโรปแบบเรอเนสซองส์ และนีโอคลาสสิก หันหน้าออกสู่แม่น้ำเจ้าพระยา ที่หล่อเลี้ยงผู้คนมาเนิ่นนาน อิฐแข็งแกร่งก่อขึ้นด้วยความศรัทธา ช่องแสงประดับกระจกหลากสีส้น ลวดลาย ปูนปั้นรูปโล่ ใบไม้ และดอกไม้เหนือบานหน้าต่างอ่อนช้อย และมีพลังในเวลาเดียวกัน บนหลังคาทรงโดมแสนโอโถงประดับด้วยไม้กางเขน ซึ่งนอกจากจะเป็นสัญลักษณ์ของชาวคริสต์แล้ว ยังสื่อความหมายถึงซางตาครู้ส ซึ่งแปลว่า “กางเขนอันศักดิ์สิทธิ์” อีกด้วย (พันธุ์ทิพย์, 2556) (ดังภาพที่ 1)

ชุมชนกุฎีจีนเป็นชุมชนหนึ่งในแขวงวัดกัลยาณ์ ตั้งอยู่ที่ถนนเทศบาล1 แขวงวัดกัลยาณ์ เขตธนบุรี จังหวัดกรุงเทพมหานคร รหัสไปรษณีย์ 10600 เป็นชุมชนเก่าแก่อายุกว่า 200 ปี ซึ่งที่ตั้ง

บริเวณนี้สมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราชพระราชทานให้กับชาวคริสต์เชื้อสายโปรตุเกส เป็นชุมชนขนาดใหญ่ มีจำนวนบ้าน 280 หลังคาเรือน มีประชากร 1,850 คน



ภาพที่ 1 แผนที่ชุมชนกุฎีจีน โครงการพิพิธภัณฑน์ไทย-โปรตุเกส ชุมชนกุฎีจีน
ที่มา : <http://www.haaksquare.com/en/node/8980>

ส่วนใหญ่นับถือศาสนาคริสต์นิกายโรมันคาทอลิก อาชีพของชุมชน ได้แก่ การทำขนมโบราณ การทำมอเตอร์ไฟฟ้า เสื้อผ้าเครื่องแต่งกาย ร้อยมาลัย ปอกกระเทียม ทำอาหาร ทำงานรัฐวิสาหกิจ และรับราชการ

ในละครแวกโบสถ์ช่างตากรู้สของชาวคริสต์ จะมีการทำต้มมะผาด ซึ่งคล้ายกับจับฉ่ายของจีนแต่น้ำแกงเข้มข้นด้วยเครื่องเทศอย่างยี่ห่วย ไบกระวาน กานพลู ขมิ้น เนื้อแชนโมลักษณะคล้ายสตูดแต่เอกลักษณ์คือ มีมันหมูแข็ง กระเทียม และกานพลูแทรกอยู่ในเนื้อ แกงเหงาหางอดคล้ายแกงส้มไม่ใส่กะปิ กระชายและมะขามเปียก ขนมที่ขึ้นชื่อคือ ขนมฝรั่งกุฎีจีนซึ่งสืบทอดจากชาวโปรตุเกสทำจากไข่ตีผสมน้ำตาลทราย และแป้งสาลี ไข่เตาโบราณที่ใส่ฟีนและถ่านทั้งข้างล่างข้างบนทำให้ขนมมีกลิ่นหอมผิวนอกกรอบ แต่ข้างในหวานนุ่ม (สำนักพิมพ์แปลน โมทีฟ, 2544) และขนมไทยในยุคแรกมีเพียงแป้งมะพร้าว น้ำตาลมะพร้าว ต่อมาในสมัยของสมเด็จพระนารายณ์มหาราชได้ทำการค้ากับต่างประเทศมีการเผยแพร่การทำของหวานโดยนำไข่เข้ามาเป็นส่วนประกอบหลัก ผู้ที่เผยแพร่คือท้าวทองกีบม้า

ซึ่งเป็นภรรยาของเจ้าพระยาวิชาเยนทร์ชาวโปรตุเกส และยังรับหน้าที่เป็นวิเศษกลางกำกับการพนักงานของหวานโดยสอนให้ทำขนมทองหยิบ ทองหยอด ฝอยทอง ขนมทองพลุ เป็นต้น ซึ่งเป็นจุดเปลี่ยนอีกครั้งของขนมไทย (ส. พลายน้อย, 2546)

ขนมฝรั่งกุฎีจีน เป็นขนมโบราณ ซึ่งอยู่คู่กับชุมชนกุฎีจีนมาเป็นเวลาช้านาน ตั้งแต่สมัยกรุงธนบุรี (พระเจ้าตากสินมหาราช) โดยได้รับการถ่ายทอดจากชาวโปรตุเกส ซึ่งอพยพมาจากกรุงศรีอยุธยาเข้ามาตั้งถิ่นฐานอยู่ในกุฎีจีน (กรมวิชาการ, 2544 : 135) สมัยกรุงธนบุรีโดยมีบาทหลวงโปรตุเกสเป็นผู้สอน เดิมจะเลี้ยงเฉพาะงานฉลองเทศกาลตรุษสารท ซึ่งเป็นงานบุญของชาวคริสต์ ในหมู่ญาติพี่น้อง ลักษณะขนมจะคล้ายขนมไข่ กรอบนอกนุ่มใน ไม่ใช้ผงฟู ไม่มีวัตถุกันเสียเก็บไว้ได้นาน เป็นขนมที่ขึ้นชื่อที่สุดจน มีการเรียกติดปากว่า “ขนมหลามตัดวัดระฆัง ขนมฝรั่งกุฎีจีน” (ส. พลายน้อย, 2546 : 209) (ดังภาพที่ 2)



ภาพที่ 2 ขนมฝรั่งกุฎีจีน

ที่มา : ภาพถ่ายโดย ช่างทอง ชุนหสุวรรณ

ขนมฝรั่งกุฎีจีน ไม่มีสูตรตายตัว จะอาศัยความชำนาญของคนทำในการกะปริมาณของส่วนผสมต่าง ๆ ได้แก่ แป้งสาลีหรือแป้งหมี่ น้ำตาลทราย เริ่มจากตอกไข่ลงในอ่าง ใส่น้ำตาลทรายคนให้เข้ากันแล้วตีให้ส่วนผสมขึ้นฟู จากนั้นนำแป้งสาลีหรือแป้งหมี่โดยกะปริมาณ แป้งต้องร้อนมาก่อนเพื่อกันมอด จากนั้นเทใส่ทีละน้อย ผสมลงไปให้พอเหมาะ เสร็จแล้วเอาไข่กับแป้งตักผสมกันข้างนอกอ่าง เพราะถ้าใส่แป้งมากไปขนมจะยุบ ผสมเสร็จแล้วจึงหยอดลงพิมพ์ที่วางเรียงไว้ในเตาอบแบบ

โบราณ ซึ่งจะมีพื้นและถ่านทั้งข้างล่างและข้างบน พื้นที่ใช้เป็นพื้นไม้ซึ่งเมื่อเผาไหม้ต้องกลายเป็นถ่านอย่างพวกไม้แสม ไม้ตะบูน การอบขนมจะต้องควบคุมความร้อน โดยต้องเปิดสั้งกะสีด้านบนดูว่าขนมได้ที่หรือยัง หากหน้าขนมขึ้นแล้วต้องเกลี่ยถ่านบนออกและชักพื้นด้านล่างออกบ้าง ต้องรีบวางหน้าขนม อันได้แก่ ลูกพลับแห้งขึ้นบางๆ ลูกเกด พักเชื่อมขึ้นบางๆ แล้วโรยน้ำตาลบางๆ หากข้าหน้าจะไม่ติดขนม (สุรีย์ ดารา, 2540)

ปัจจุบันได้มีการพัฒนากรรมวิธีการผลิตโดยการใช้เตาอบด้วยแก๊สแทนเตาอบที่ใช้พื้น แต่มีเพียง 1 หลังเท่านั้นที่ทำ ผลผลิตจึงเพิ่มมากขึ้นซึ่งจะมีขั้นตอนการทำขนมฝรั่งกุฎีจีนที่ต่างจากเดิมดังนี้ เริ่มจากการต่อยไขลงในอ่างดิน ซึ่งเป็นอ่างเก่าที่ใช้สับต่อกันมา จากนั้นใส่น้ำตาลทราย ค่ะเนว่าหวานดี จึงเริ่มตีไขกับน้ำตาลให้เข้ากัน โดยใช้เครื่องตีแบบดั้งเดิมที่ทำด้วยไม้ มีเชือกชิงจากปลายไม้ทั้งสองเพื่อให้คนชักสลับไปมา การตีไข่ต้องชักให้ได้จังหวะไม่เร็วไม่ช้าจนเกินไป ถ้าเร็วไปไข่จะไม่ขึ้นฟู และหากช้าจะทำให้เหม็นคาวไข่ เพราะไม่มีการใส่ผงฟูหรือแป้งเชื้อ จากนั้นนำแป้งสาลีผสมใช้มือคนอย่างช้าๆ ให้เข้ากัน เพราะถ้าคนเร็วจะทำให้ขนมยุบ และเนื้อแน่น ไม่ขึ้นฟู เมื่อได้แล้วนำมาตักหยอดใส่พิมพ์ที่ทำจากทองเหลือง เพื่อความทนทาน รูปร่างกลม มีกลีบรอบตัว หยอดเสร็จก็นำไปอบในเตาที่มีไฟล่างไฟบน หลานแม่เป้า หรือหลานย่าเป้า มีการทำสับต่อกันมาเป็นรุ่นที่ 5 เป็นขนมที่ไม่มีการใส่สี ไม่แต่งกลิ่นสังเคราะห์ หอมกลิ่นไข่ และแป้งสาลีแท้ ผิวหนา ด้านในฟูนุ่ม กรอบนอกนุ่มใน มีกระบวนการผลิตในการอบถ้าแบบดั้งเดิมด้านล่างจะใช้พื้น ไฟบนจะใช้ถ่าน ปัจจุบันใช้การใช้ไฟในการอบจะใช้เตาแก๊สให้ความร้อนแบบอบด้านล่างส่วนเตาบนใช้ถ่านเหมือนเดิม อบประมาณครึ่งชั่วโมง พอขนมสุกนำมาแต่งหน้าให้สวยงามด้วยลูกเกด ลูกพลับแห้ง พักเชื่อมแห้ง หั่นเป็นชิ้น โรยน้ำตาล ขนมสุกส่งเกิดจากหน้าขนมที่มีสีเหลืองสวย จากนั้นนำมาบรรจุถุงจำหน่าย

นอกจากนี้ยังมีขนมฝรั่งกุฎีจีนของคุณภาคภูมิ สุจจริตกุล ทายาทรุ่นที่ 5 ของธนูสิงห์ ขนมฝรั่งกุฎีจีน เป็นการสับต่อกันมาตั้งแต่คุณเล็ก ซึ่งป้าเล็กเป็นลูกแม่ศรีที่สับต่อมาตั้งแต่รุ่นคุณทวด โดยป้าเล็กเป็นรุ่นที่ 4 (พันธุ์ทิพย์, 2556) ได้พัฒนากระบวนการผลิตโดยใช้เตาอบที่มีอุณหภูมิความร้อนแบบไฟบนและไฟล่าง การผลิตแต่ละครั้งจะได้ขนมจำนวนมากสามารถเก็บได้ 15 วัน โดยไม่มีขึ้นรา (ดั่งภาพที่ 3)



ภาพที่ 3 การอบขนมฝรั่งกุฎีจีน

ที่มา : ภาพถ่ายโดย ช่างทอง ชุนหสุวรรณ

และการโรยหน้าขนมให้มีความแปลกใหม่ขึ้น โดยเมื่ออบได้สักพักจึงโรยหน้าด้วยลูกเกด ลูกพลับแห้ง ฟักเชื่อม และโรยหน้าน้ำตาล อบต่อจนขนมสุกได้ที่แล้วจึงเคาะขนมออกจากพิมพ์ ขนมฝรั่งกุฎีจีน ได้รับรางวัลเชลล์ชวนชิม และของดีเมืองไทย และจดทะเบียนเป็นสินค้า OTOP 4 ดาว สำหรับผู้ผลิตเพื่อการจัดจำหน่าย 1 ราย ซึ่งการผลิตในปัจจุบันยังไม่เพียงพอต่อการจำหน่าย เพราะมีการผลิตเพียง 3 บ้าน 4 เจ้าของ

ขนมกุสร้ง หรือ กุดสลั่ง ซึ่งตำรับเดิมเรียกว่า “ฟิลยอช” (Filhos) เป็นขนมที่ทำเฉพาะเดือนธันวาคม และเป็นขนมที่ทำขึ้นในช่วงคริสต์มาส หรือตรุษฝรั่ง ทำให้มีการออกเสียงเพี้ยนเป็น “กุสร้ง หรือ กุดสลั่ง” เป็นขนมที่นำไปให้ครอบครัวที่นับถือศาสนาคริสต์ในช่วงคริสต์มาส (Christmas) จัดทำขึ้นเพื่อแจกจ่ายลูกหลานที่มาเยี่ยมเยียนบ้าน ทำขึ้นรับประทานในครอบครัวหรือจำหน่ายได้ในช่วงที่ไม่ใช่เทศกาลคริสต์มาส การทำจะนำแป้งสาลีนวดกับไข่ตามส่วนผสมให้พอเหมาะ เมื่อได้ที่แล้วจะนำมาทำเป็นแผ่น แล้วตัดเป็นเส้นๆ นำเส้นมาจับตัวกัน หรือสานให้เป็นรูปคล้ายโบว์ ทำให้เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า โบว์คริสต์มาส แล้วนำมาขดหรือพับ ก่อนนำไปทอดในน้ำมันที่ร้อน เมื่อตักขึ้นแล้วรอให้เย็น จะนำไปชุบน้ำตาลเพื่อให้มีเกล็ดน้ำตาลที่ตัวแป้งเมื่อนำมารับประทานแล้วจะมีรสหวาน มันกรอบ ขนมชนิดนี้มีทำอยู่ 2 บ้าน และทำเฉพาะเดือนธันวาคม คนในชุมชนจะรู้จักขนมกุสร้งหรือขนมโบว์คริสต์มาส ซึ่งยังไม่แพร่หลายออกนอกชุมชน (ดังภาพที่ 4)



ภาพที่ 4 ขนมกุสร้อยหรือขนมตรุษฝรั่ง
ที่มา : สุดารรา สุจฉายา (2542)

ขนมกวยตัสหรือกวยตัก คำว่า “กวย” ในภาษาจีนแปลว่า “ขนม” และ “ตัส” มาจาก “Tart” ในภาษาอังกฤษ ตามฉบับขนมทาร์ตของชาวตะวันตก เป็นขนมที่ทำจากแป้งเช่นเดียวกัน บางทีเรียกว่า พายสับปะรด ส่วนผสมได้แก่ แป้งสาลี มาร์การีน เกลือ และน้ำมัน เริ่มมาจากการนำแป้งสาลีผสมกับมาร์การีน เกลือและน้ำมันพีช นวดเข้ากันดีแล้วหมักประมาณ 1 ชั่วโมง แล้วใช้ไม้นวดแป้ง รีดให้เป็นแผ่นบาง พอควร ตัดให้เป็นเส้นกลมโดยมีเส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 2 นิ้ว แล้วแผ่ให้แบนออก จับจีบรอบๆ นำไปทอดในน้ำมันพอเหลืองตักออก พักให้เย็น เติมสับปะรดกวนที่ด้านบนด้านหนึ่งใส่แป้งเป็นแผ่นเล็กๆ 1 ชั้น ปัจจุบันมีเพียง 2 บ้าน มีจำหน่ายภายในชุมชน (ดังภาพที่ 5)



ภาพที่ 5 ขนมกวยตัสหรือกวยตัก

ที่มา : ภาพถ่ายโดย ช่างทอง ชุนหสุวรรณ

สำหรับบ้านป่าอำพรรณ ซอยกุฎีจีน 3 ทำครองแครง กรอบเค็ม กวยตักและอีกขนมอื่น ๆ ขนมครองแครงกับกรอบเค็ม มีส่วนผสมของน้ำ น้ำมัน เกลือ แป้ง นำส่วนผสมมานวดทิ้งไว้ครึ่งชั่วโมง พอได้ที่ นำมารีดเป็นแผ่นแล้วทอดในกระทะ จากนั้นฉาบด้วยน้ำตาล ที่ทำจากน้ำ เกลือและเบะแซ น้ำตาลปีบ เคี้ยวให้งวด แล้วนำมาฉาบ โรยพริกไทย รากผักชี ซึ่งกรอบเค็มและครองแครงต่างกัน แคร์รูปร่าง แบบกลมคือกรอบเค็ม และแบบแบนคือ ครองแครง (พันธุ์ทิพย์, 2556)

บริบทชุมชนวัดประดิษฐาราม

ชุมชนวัดประดิษฐาราม (วัดมอญ) เป็นชุมชนมอญที่อยู่ฝั่งตรงข้ามกับมหาวิทยาลัยราชภัฏ บ้านสมเด็จพระเจ้าพระยา และเยื้องๆ กับมหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี เดิมชุมชนนี้มีชาวมอญที่มีความชำนาญเป็นฝีพายหลวงอาศัยอยู่ ปัจจุบันคนในชุมชนส่วนใหญ่ร้อยละ 60 มีการย้ายถิ่นจากพื้นที่อื่น เข้ามาเพื่อศึกษาและทำงาน มีร้านขนมหวานที่อร่อย คือ ป้าสมถวิล ที่ทำขนมฝอยทอง ขนมกลีบลำดวน และขนมกรอบเค็ม จำหน่าย ซึ่งคุณยายสุชิน นพชาติ เป็นบุคคลในชุมชนที่สามารถพูดภาษามอญ และคุณราตรี อิงคะวณิช อดีตประธานชุมชนเป็นอีกคนหนึ่งที่สามารถบอกเล่าเรื่องราวต่างๆ เกี่ยวกับประเพณีและวัฒนธรรมมอญได้

ชุมชนวัดประดิษฐาราม ตั้งอยู่ในที่ราบลุ่มเดิมดอนสามเหลี่ยมปากแม่น้ำเกิดจากการทับถมของตะกอนแม่น้ำเจ้าพระยายุคควอเทอร์นารี มีความลาดเอียงชันน้อย มีแม่น้ำลำคลองไหลผ่าน ได้แก่ คลองบางหลวง คลองบางไส้ไก่ ซึ่ง ชุมชนวัดประดิษฐารามตั้งอยู่ละติจูดที่ 13 องศา 45 ลิปดาเหนือ มีอากาศแบบร้อนชื้น ทำให้อุณหภูมิสูงตลอดทั้งปี ส่วนการคมนาคมส่วนใหญ่ใช้ทางบกมากกว่าการคมนาคมทางน้ำ

อาหารมอญเป็นอาหารที่มีความเฉพาะและสืบสานกันมายาวนาน สำหรับ “ข้าวแช่” เป็นอาหารคลายร้อนตั้งแต่สมัยโบราณ ซึ่งคนมอญเรียกข้าวแช่ว่า “เป็งซังกราน” เป็ง หมายถึง ข้าว ส่วนซังกราน หมายถึง พิธีสงกรานต์ ข้าวแช่ผูกพันอยู่ในวิถีวัฒนธรรมประเพณีมอญ (ดังภาพที่ 6) องค์ บรรจุน กล่าวถึง ความเชื่อของชาวมอญ เกี่ยวกับการเกิดข้าวแช่ ดังนี้ เศรษฐีผู้หนึ่งไม่มีบุตรธิดา เศรษฐีรู้สึกทุกข์ใจ จึงทำการบรวงสรวงบูชาแด่พระอาทิตย์ พระจันทร์ กระทั่งเวลาล่วงเลยไป 3 ปี ก็ไม่เกิดผลใดๆ จนถึงวันมหาสงกรานต์ เศรษฐีนำบริวารไปยังต้นไทรริมน้ำ แล้วนำข้าวสารไปล้างน้ำ 7 ครั้ง และหุงบูชารุกขเทวดาประจำต้นไทร พร้อมตั้งจิตอธิษฐานขอบุตร รุกขเทวดาเกิดเมตตาให้เทพบุตร (ธรรมบาลบุตร) มาจุติเป็นบุตรของเศรษฐี สมดังปรารถนา ครั้นถึงงานสงกรานต์ มอญทุกบ้านจะต้องเตรียมสำหรับข้าวแช่เอาไปตั้งไว้บนศาลเพียงตา ซึ่งจำลองไว้เพื่อเชิญท้าวกบิลพรหมลงมาเสวย



ภาพที่ 6 สำหรับข้าวแช่

ที่มา : ภาพถ่ายโดย ช่างทอง ชุนหสุวรรณ

ก่อนฟ้าสว่างของวันที่ 13 เมษายน ข้าวแช่จะถูกนำมาตั้งไว้ที่ศาลเพียงตาก่อน โดยแต่ละบ้าน นำโตะออกมาตั้งไว้กลางแจ้ง เอาผ้าขาวปู ประดับตกแต่งด้วยดอกไม้ แล้วกางร่ม ตามความเชื่อของชาวมอญเชื่อว่า วันที่ 13 ทำวักบิลพรหมมาเสวย ศาลนี้จำต้องตั้งไว้ในที่กลางแจ้ง พอตั้งเสร็จก็กล่าวคำเชิญลงมาทานสำหรับข้าวแช่ที่จัดไว้บนโตะ ประมาณตี 5 สำหรับข้าวแช่จะถูกจัดให้กับผู้หลักผู้ใหญ่ที่นับถือ ทำให้ลูกหลานมีโอกาสพบปะผู้หลักผู้ใหญ่ นอกจากนี้ยังเป็นการเสริมความสมานกลมเกลียวกันในหมู่ญาติพี่น้อง พอฟ้าเริ่มสว่างบนท้องถนนทั่วคุ้งน้ำของชุมชนชาวมอญจะคึกคักยิ่งขึ้น เพราะแต่ละบ้านจะจัดสำหรับข้าวแช่ไปถวายพระ เข้าหนึ่งสำหรับ เพลหนึ่งสำหรับ ไม่เฉพาะวัดภายในหมู่บ้านเท่านั้น มีการจัดเตรียมข้าวไปยังวัดใกล้เคียง ชุมชนชาวมอญสามโคกทำเช่นนี้ทุกวันในช่วงสงกรานต์ตลอดตั้งแต่วันที่ 13 ถึง 15 เมษายน

สำหรับข้าวแช่จะถูกจัดเตรียมกันก่อนล่วงหน้ากว่า 1 อาทิตย์ เพราะการปรุงส่วนประกอบต่างๆ ล้วนต้องพิถีพิถันและมีหลายขั้นตอน เช่น หมูหวาน หรือ “เกร็ด” จะใช้เนื้อสะโพกมาแล่หนาประมาณครึ่งเซนติเมตร หมักเกลือทิ้งไว้ 1 คืน จากนั้นนำมาตากแดดพอแห้งแล้วนำมาึ่งต่อจนสุกจึงนำมาฉีกเป็นฝอยละเอียด แล้วเอาไปเคี่ยวกับน้ำตาลปีบ

อย่างไรก็ตาม ข้าวแช่ของคนมอญแต่ละที่แตกต่างกัน มอญสามโคกมีเครื่องข้าวแช่ทั้งหมด 5 อย่าง คือ หมูหวาน ปลาปนผัดหวาน ผักกาดหวานผัดไข่ กระเทียมดองผัดไข่ และไข่เค็ม นอกจากนี้สำหรับข้าวแช่จะมีขนมหวาน คือ กะละแมและข้าวเหนียวแดง แต่เมื่อยุคสมัยเปลี่ยนไป ขนมทองหยิบ ขนมทองหยอด ฝอยทองก็เริ่มเข้ามาเสริม กับข้าวบางอย่างมีการเปลี่ยนแปลงไป เช่น เนื้อหวานเป็นหมูหวาน ผักกาดหวานผัดไข่และกระเทียมดองผัดไข่ตำรับดั้งเดิมไม่มีไข่ ซึ่งผักกาดหวานผัดไข่กับกระเทียมดองผัดไข่สมัยโบราณจะไม่ใส่ไข่ แต่จะผัดใส่น้ำตาลปีบ เพราะจะทำให้เก็บไว้ได้นานประมาณสองเดือน การขัดข้าวทำให้ข้าวไม่เสียง่ายเพราะไม่มียาง

ข้าวจะต้องเป็นพันธุ์ที่หุงและขัดแล้วได้เมล็ดสวย ชาวมอญสามโคกจะใช้ข้าวเสาไห้เพราะเมล็ดข้าวเรียงตัวสวย จะหุงข้าวไปถวายพระ การหุงข้าวต้องหุงกลางแจ้งห้ามลอดใต้ถุนบ้าน เพราะเชื่อว่าเมื่อหุงเสร็จข้าวบริสุทธิ์แล้ว ไม่ให้ลอดที่ต่ำ การหุงข้าวต้องตั้งน้ำให้เดือดแล้วเอาข้าวสารที่ชาวสะอาดแล้วใส่ลงไป คอยดูให้เมล็ดข้าวบาน แล้วเอาขึ้น หลังจากนั้นเอาไปแก่งในน้ำสะอาด 2-3 น้ำ จนน้ำไม่มีสีขุ่น แล้วเอามาพักในผ้าขาว ส่วนน้ำจะไม่ใช้น้ำอบเทียน แต่จะใช้น้ำอบดอกมะลิ โดยต้มน้ำให้สุก พักไว้ให้เย็น จากนั้นนำดอกมะลิที่เด็ดตอนรุ่งเช้ามาอบแบบปิดฝา พักไว้จนกลิ่นของดอกมะลิอบอวลทั่วทั้งหม้อจึงเปิด เมื่อจะรับประทานหรือจัดสำหรับถวายพระ เอาไปไหว้ผู้ใหญ่ จึงตักน้ำนี้ใส่ลงไปในข้าวที่ขัดทิ้งไว้ในหม้อดิน

เครื่องข้าวแช่ชาวมอญราชบุรี มีลูกกะปิทอด ปลาปนผัดหวาน ผักกาดหวานผัดไข่ กระเทียมดองผัดไข่ ยำขนุนอ่อน ยำปูเค็มกับมะม่วงดิบ กว๊ายเตี้ยผัดไทย ส่วนเครื่องข้าวแช่ชาวมอญ เกาะเกร็ด มี ยำขนุนอ่อน ยำถั่วฝักยาว กระเทียมดองผัดไข่ ไข่เค็ม หัวไชโป๊ะผัด อะแจ้ควูน ส่วน ลูกกะปิ พริกหยวกสอดไส้ ปลาเยีสนผัดหวานและหมูฝอยมาทีหลัง ลูกกะปิทอด พริกหยวกสอดไส้ นำมาจากในวัง จะใช้เนื้อเค็มแล้ เคล้ากับน้ำตาล มีพลาสติก มีไข่เค็ม หัวไชโป๊ะจะต้องเอาไปผัดกับ กะทิให้รสออกมัน อะแจ้ควูนให้เอาผักบุงมาฉีกเป็นเส้นๆ ได้เป็นฝอยแล้วเอาไปลวกในน้ำจมนิม ผัด กับพริกแกง ใส่กะทิให้น้ำพอกขลุกขลิกรสชาติเครื่องข้าวแช่ของมอญมีทั้งรสหวาน เค็ม เปรี้ยว แต่ละ อย่างมีรสชาติหลากหลายในตัว

ลูกกะปิทอด เป็นตัวชูโรงให้เครื่องข้าวแช่ ซึ่งประกอบด้วยตะไคร้ กระชาย หอม รากผักชี ข่า เนื้อปลาช่อน พริกไทย น้ำตาลปีบ นำมาควนให้เข้ากัน จากนั้นนำมาปั่นเป็นลูกเล็กๆ แล้วเอาไปชุบไข่ ซึ่งโดยมากนิยมใช้ไข่เป็ด เพราะมีความเหนียว เมื่อทอดจะได้สีขาวมากกว่าไข่ไก่ ลูกกะปิที่ดีและอร่อย ต้องนุ่มหอมกลิ่นกระชายนำ ไม่เหม็นคาว รสต้องหวานหอม กลมกล่อม

พริกหยวกสอดไส้ จะต้องเลือกพริกหยวกที่มีเม็ดยาวผิวเรียบ ไม่ขรุขระ ผ่าเอาเมล็ดออก แล้ว ยัดไส้หมูกึ่งที่ตำรวมกับเครื่องอื่นๆ เมื่อนำไปยัดไส้เสร็จแล้วจะมีรูปร่างสวย จากนั้นนำไปนึ่ง แล้วจึง นำไปห่อไข่ที่โรย การโรยไข่จะใช้นิ้วมือทั้ง 5 จุ่มในไข่ที่ดีแล้ว ทำให้เป็นเส้น โรยในน้ำมันร้อนๆ โดย โรยจนแพไข่สานกันเป็นวงกลม พอเหลืองจึงนำพริกหยวกสอดไส้วางบนแพไข่แล้วห่อ

ปลาผัดหวาน นิยมใช้ปลาเยีสนเพราะเนื้อละเอียดเป็นฝอยฟู เมื่อนำไปเคี้ยวกับน้ำตาลปีบ ผัดจนเนื้อเหนียวเข้ากันดี ได้เนื้อปลาผัดหวานที่นุ่มอร่อย

หอมยัดไส้ นิยมใช้ปลาช่อนนำไปตำรวมกับมะพร้าวขูด น้ำตาลและเครื่องปรุงอื่นๆ นำไป ยัดไส้ในหัวหอมก่อนที่จะชุบแป้งทอด

เครื่องข้าวแช่ชาววังจะมีทั้งรสหวานและเค็ม ผสานกันกลมกล่อม ข้าวแช่ที่มีรสเค็มจะมีไข่ เค็มทอด และปลาเค็มชุบไข่ทอด ไข่เค็มทอดจะนำไข่แดงเค็มมาปั่นแล้วชุบไข่ขาวเค็มที่ผสมกับแป้ง ทอดกรอบ รสออกเค็มอ่อนๆ เครื่องจิ้มของกินแนมกับข้าวแช่ชาววังจะมี กระชาย แต่งกวา มะม่วง พริก ต้นหอม บางตำรับมีขมิ้นขาวเพิ่มเข้ามา ซึ่งนิยมแกะสลักอย่างสวยงาม เช่น กระชายแกะสลัก เป็นดอกจำปี มะม่วงแกะสลักเป็นใบไม้ ต้นหอมทำเป็นฝอย ซึ่งรสของเครื่องแนมจะตัดกับรสหวาน ได้ดี โดยมากจะกินลูกกะปิแนมกับกระชายหรือพริก และกินหมูฝอย เนื้อฝอย กับต้นหอมหรือมะม่วง

ข้าวนิยมใช้ข้าวเสาไห้ หุงพอบเป็นไต จากนั้นนำน้ำเย็นมาราดก่อนขัดจนยางออกหมด แล้วจึงห่อด้วยผ้าขาว แล้วนำไปนึ่งอีกครั้ง เมื่อจะกินจึงเอาน้ำอบควันเทียนและน้ำลอยดอกไม้อใส่ น้ำอบควันเทียนจะอบทิ้งไว้ 1 คืน ซึ่งใช้เวลาอบประมาณ 3-4 ครั้ง ดอกไม้ที่นิยมนำมาใช้อบ คือ ดอกมะลิ ดอกขมขนาดดอกกระดังงา

ข้าวแช่เมืองเพชร เริ่มแพร่หลายเมื่อพระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวทรงโปรดไปแปรพระราชฐานที่พระนครคีรีหรือเขาวัง ซึ่งชาวเมืองเพชรดัดแปลงจากสูตรข้าววังเหลือเพียง 3 อย่าง คือ ลูกกะปิ ปลาผัดหวาน และหัวไชโป๊ผัดหวาน ลูกกะปิจะมีเครื่องพวกตะไคร้ กระจ่าง กระจ่างเทียม หอมแดง พริกไทย เนื้อปลา มะพร้าวคั่ว และถั่วลิสง นำไปกวนจนได้ที่ ปั้นเป็นก้อนกลมแล้วชุบแป้งทอด ส่วนปลาผัดหวานอาจจะใช้ปลากระเบนหรือปลาช่อน นำไปต้ม เอาข้างและหนังออก นำไปยี้จนละเอียด จากนั้นนำไปตากให้แห้งแล้วจึงนำไปเคี่ยวกับน้ำตาลปีบจนแห้งเหนียว ข้าวแช่เมืองเพชรมีรสหวาน ไม่มีเครื่องแนม ส่วนข้าวจะใช้ข้าวเมล็ดใหญ่ เช่น ชัยนาท และเหลืองประทิว นำมาต้มในน้ำจนเป็นไต แล้วจึงเอาขึ้นมาขัดยางออก ไม่ได้นึ่งอย่างข้าววัง ใส่ น้ำอบควันเทียนที่ลอยด้วยดอกมะลิเอาน้ำที่ต้มสุกแล้ว ทิ้งให้เย็นแล้วเทใส่ลงหม้อดิน เอาเทียนจุดเผาแล้วดับใส่ในถ้วยเล็กๆ เอาไปลอยข้างในหม้อปิดฝา เอาผ้าผูกอีกชั้น อบแบบนี้ประมาณ 4 รอบ ห่างกันประมาณชั่วโมงครึ่ง ส่วนน้ำอบดอกไม้แยกไว้ต่างหาก เพราะถ้าเอาดอกมะลิลอยด้วย ควันเทียนจะไปเกาะตรงกลับ ทำให้สีไม่สวยเลยต้องแยกอบ เลือกดอกมะลิที่ตูมกำลังบาน กระดังงาถ้าเป็นสีเหลืองๆ จะไม่ต้องเอาไปลงไฟ แต่ถ้ากลีบออกเขียว จะร่อยเอาเฉพาะกลีบไปลงไฟ เสร็จแล้วนำมาลอยตอนเช้า (สิริรักษ์ บางสุด และอบเชย อิมสบาย, 2550)

การกินข้าวแช่ที่ถูกต้อง คือ ตักกับกินเสียก่อน แล้วจึงค่อยตักกับข้าวตาม หากเป็นชุดข้าวแช่ที่มีเครื่องแนมโดยมากจะตักกับกินเสียก่อน แล้วจึงกินของแนม เคี้ยวพอได้รสจึงตักข้าวตาม หรือจะกินของแนมหลังข้าวก็ไม่ผิด แต่สิ่งที่ไม่ควรทำคือการตักกับใส่ลงไปในข้าว เพราะทำให้กลิ่นและรสของข้าวแช่เสียไป ส่วนน้ำแข็งที่เสิร์ฟมาพร้อมกัน ใช้ใส่ในถ้วยข้าวแช่ เพื่อให้เย็นชื่นใจ (สิริรักษ์ บางสุด และอบเชย อิมสบาย, 2550)

จุดเด่นของอาหารมอญ คือการใช้ผักพื้นบ้านที่มีอยู่ตามธรรมชาติอย่างเช่น มะตาด มะสัน หน่อกะลา มันนก ไหลบอน ผักและใบกระเจียบ เป็นต้น ใช้เป็นทั้งเครื่องปรุงรสหลักและตัวปรุงรส สำหรับรสเปรี้ยวจะใช้รสเปรี้ยวจากผัก เช่น ใบกระเจียบ ส่วนรสหวานในแกงเลียงมันเทศจะได้จากตัวมันเทศแกงส้มกระเจียบ ต้องเลือกใช้กระเจียบฝักอ่อน เมล็ดขาว ใบกระเจียบต้องเลือกใบเพสลาด (ไม่แก่ไม่อ่อนเกินไป) ถ้าใบแก่จะมีเส้นใยมาก เวลากินจะเป็นเสี้ยน ถ้าใบอ่อนจะละเอียดและไม่เปรี้ยว

เวลาทำต้องล้างฝักกระเจี๊ยบแล้วผึ่งให้แห้งก่อนนำมาหั่น เพราะถ้าหั่นทันทีที่กระเจี๊ยบจะเป็นเมือก เวลาแกงจะใส่ฝักกระเจี๊ยบสุดท้าย โดยน้ำแกงจะต้องเดือดจัดจึงใส่ฝักกระเจี๊ยบ พอสุกยกลง ห้ามคนเด็ดขาด เพราะทำให้กระเจี๊ยบเป็นเมือกแกงมะตาดควรเลือกใช้มะตาดข้าวเหนียวจะอร่อยกว่ามะตาดข้าวเจ้า เพราะเนื้อนุ่มกว่าเนื้อมะตาดข้าวเจ้า มะตาดจะมีมากในช่วงหน้าฝน มักนำมาทำแกงคั่วและแกงเลียง แกงคั่วมะตาดกินแถมกับเนื้อเค็มเข้ากันมากที่สุดมันนุกที่นำมาทำแกงเลียง ต้องใช้วิธีการฉะ หากหามาหนักไม่ได้สามารถใช้มันเทศแทนได้ ใส่กะทิเล็กน้อย ช่วยเพิ่มความข้นและรสมันหน่อกะลา ต้องเลือกต้นอ่อนที่ผลิใบเพียง 2 ใบ ถ้ามีมากกว่านี้ลำต้นด้านในจะแก่ เสี้ยนเยอะ (นิรนาม, 2542)

ภูมิปัญญาไทย

ภูมิปัญญา หรือ Wisdom หมายถึง ความรู้ ความสามารถ ความเชื่อ ที่นำไปสู่การปฏิบัติ เพื่อแก้ไขปัญหาของมนุษย์ หรือ ภูมิปัญญา คือ พื้นความรู้ของปวงชนในสังคมนั้น ๆ และปวงชนในสังคมยอมรับรู้ เชื่อถือ เข้าใจ ร่วมกัน เรียกว่า ภูมิปัญญา (<http://www.ipesp.ac.th/learning/thaistory/content1.html>)

ภูมิปัญญาไทย หมายถึง องค์ความรู้ ความสามารถและทักษะของคนไทยอันเกิดจากการสั่งสมประสบการณ์ที่ผ่านกระบวนการเรียนรู้ เลือกสรร ประยุกต์ พัฒนา และถ่ายทอดสืบต่อกันมา เพื่อใช้แก้ปัญหาและพัฒนาวิถีชีวิตของคนไทยให้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมและเหมาะสมกับยุคสมัย ภูมิปัญญาไทยนี้มีลักษณะเป็นองค์รวม มีคุณค่าทางวัฒนธรรมเกิดขึ้นในวิถีชีวิตไทย ซึ่งภูมิปัญญาท้องถิ่นอาจเป็นที่มาขององค์ความรู้ที่องงามขึ้นใหม่ที่จะช่วยในการเรียนรู้ การแก้ปัญหา การจัดการ และการปรับตัวในการดำเนินวิถีชีวิตของคนไทย ลักษณะองค์รวมของภูมิปัญญาไทยมีความเด่นชัดในหลายด้านเช่น ด้านเกษตรกรรม ด้านอุตสาหกรรม และหัตถกรรม ด้านการแพทย์แผนไทย ด้านการจัดการทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม ด้านกองทุนและธุรกิจชุมชน ด้านศิลปกรรม ด้านภาษาและวรรณกรรม ด้านปรัชญา ศาสนา และประเพณี และด้านโภชนาการ วัฒนธรรม พัฒนาการทางประวัติศาสตร์ เอกลักษณ์และภูมิปัญญา (<http://www.ipesp.ac.th/learning/thaistory/content1.html>)

กระทรวงศึกษาธิการ (2539) ให้ความหมาย ของคำว่า ภูมิปัญญาชาวบ้าน หรือภูมิปัญญาท้องถิ่น (Folk Wisdom) หมายถึง ความรู้ที่เกิดจากประสบการณ์ในชีวิตของคนเราผ่านกระบวนการศึกษา สังเกตคิดวิเคราะห์จนเกิดปัญญา และตกผลึกมาเป็นองค์ความรู้ที่ประกอบกันขึ้นมาจากความ

เฉพาะหลาย ๆ เรื่อง ความรู้ดังกล่าวไม่ได้แยกย่อยออกมาเป็นศาสตร์ เฉพาะสาขาวิชาต่าง ๆ อาจกล่าวได้ว่า ภูมิปัญญาท้องถิ่นจัดเป็นพื้นฐานขององค์ความรู้สมัยใหม่ที่จะช่วยในการเรียนรู้ การแก้ปัญหา การจัดการ และการปรับตัวในการดำเนินชีวิตของคนเรา ภูมิปัญญาท้องถิ่นเป็นความรู้ที่มีอยู่ทั่วไปในสังคม ชุมชนและในการตัวของตัวเอง หากมีการสืบค้นหาเพื่อศึกษา และนำมาใช้ก็จะเป็นที่รู้จักกันเกิดการยอมรับ ถ่ายทอด และพัฒนาไปสู่คนรุ่นใหม่ตามยุคตามสมัยได้

ความต้องการบริโภคทำให้เกิดภูมิปัญญา (จุลทัศน์, 2542) มีดังนี้

- 1) ความรู้ในการแสวงหาอาหาร นับตั้งแต่การแสวงหาแหล่งอาหาร การสร้างแหล่งอาหาร การสร้างเครื่องมือ และวิธีการหาอาหาร เป็นต้น
- 2) ความรู้ในการคัดสรรสิ่งที่ใช้เป็นอาหารบริโภคได้ หรือบริโภคไม่ได้ กับความรู้ในการเลือกอาหารที่เหมาะสมแก่การบริโภคตามฤดูกาล
- 3) ความรู้ในวิธีการทำและการปรุงอาหารสำหรับบริโภคได้ หรือบริโภคไม่ได้ กับความรู้ในการเลือกอาหารที่เหมาะสมแก่การบริโภคตามฤดูกาล
- 4) ความรู้ในการจัดหาทำเครื่องมืออุปกรณ์ในการประกอบอาหาร การจัดระเบียบในการใช้ภาชนะใส่อาหาร การจัดระเบียบวิธีการกินตลอดจนคติความเชื่อในการบริโภคอาหาร
- 5) ความรู้ในการถนอมอาหารรักษาอาหาร ความรู้ในการแปรรูปอาหาร การเตรียม และสะสมแป้ง เป็นต้น

ภูมิปัญญาเป็นส่วนที่สนองความต้องการเพื่อการบริโภคการอยู่รอดของชีวิต ทำให้ชาวบ้านตามท้องถิ่นได้แสวงหาอาหาร การรู้จักเลือกบริโภคซึ่งอาหารที่ได้นั้นจะมีทั้งพืชและสัตว์ที่หาได้ตามท้องถิ่นและที่มีอยู่ตามธรรมชาติ (ภัทราวดี ศิริอำนาจลาภ, 2549)

ประเภทของอาหาร

การจัดประเภทของอาหารของแต่ละเชื้อชาติมีความแตกต่างกัน ซึ่งได้เทียบเคียงตามประเภทของอาหารไทยได้แบ่งประเภทอาหาร ดังนี้

1) อาหารคาว

1.1) ประเภทแกง แยกเป็นแกงที่ใส่น้ำพริกแกง ใส่กะทิ ที่มีรสนำ 2 รส คือ เค็มและหวาน เช่น แกงเผ็ดไก่ แกงเขียวหวานเนื้อ ที่มี 3 รส คือ เปรี้ยว เค็ม หวาน เช่น แกงหมูเทโพ ส่วนแกงที่ไม่ใส่น้ำพริกแกง เช่น ต้มกะทิสายบัว นอกจากนี้ยังมีแกงที่ใส่น้ำพริกแกงไม่ใส่กะทิ เช่น แกงป่า แกงส้ม และที่ไม่ใส่น้ำพริกแกง เช่น ต้มส้มต่างๆ แกงเลียง (ปัญญา, 2554)

1.2) ประเภทยา – ปลา มีลักษณะคล้ายสลัดผักของชาวตะวันตก แต่ปรุงรสให้มีรสจัด แยกได้เป็นชนิดที่มีรสหวาน นำโดยมีส่วนประกอบของกะทิ เช่น ยำถั่วพู ยำหัวปลี ชนิดที่มีรสเปรี้ยว นำ ได้แก่ ยำใหญ่ และยำที่ใช้เนื้อเป็นส่วนประกอบกับผักที่เป็นส่วนแต่งรสและกลิ่น เช่น ยำปลาหมึก ยำใหญ่ เป็นต้น

1.3) ประเภทผัด มีทั้งผัดจืดและผัดเผ็ด ผัดจืดมีส่วนประกอบหลักเป็นผักและเนื้อนานา ชนิด ส่วนผัดเผ็ดจะใช้เนื้อที่ต้องการผัดกับพริกสด พริกแห้ง หรือน้ำพริกแกง เช่น ผัดเผ็ดปลาตก พะแนงเนื้อ เป็นต้น

1.4) ประเภทเครื่องจิ้ม เป็นกับข้าวที่มีทั้งเผ็ดและเค็ม แบ่งออกเป็นน้ำพริกที่มีรสเผ็ด เค็ม หวาน เปรี้ยว (บัญชา, 2544) ได้แก่ น้ำพริกกะปิ น้ำพริกมะม่วง กะปิควั และหลน ได้แก่ ปลาจ๋า หลน เต้าเจี้ยวหลน ฯลฯ (วันดี, 2537) เครื่องจิ้มนี้รับประทานกับเครื่องเคียง ได้แก่ ปลา ไข่ กุ้ง เช่น ปลาย่าง ปลาทอด ปลานึ่ง หรือ ไข่เจียว ไข่ต้ม ปลาสดทอด หมูหวาน แดงกวาง มะเขือ ใบชะพลู หัวปลี ขมิ้นขาว ใบกระถิน ฯลฯ (ทัศนีย์, 2544)

1.5) ประเภทเบ็ดเตล็ด เป็นอาหารที่ใช้วิธีการหุงต้มที่ต่างๆ กัน แบ่งกลุ่มได้ตามวิธีการหุงต้ม ได้แก่ ทอด นึ่ง เผา ปิ้ง ย่าง โดยอาหารเหล่านี้ทำหน้าที่เป็นเครื่องเคียงในสำรับ (ทัศนีย์, 2544)

2) อาหารจานเดียว เป็นอาหารคาวที่ไม่ต้องจัดเป็นสำรับ ปรุงเสร็จได้ในเวลาสั้นๆ รับประทานได้สะดวกรวดเร็ว ซึ่งจะอยู่ในรูปของข้าวแกง หรือข้าวราดแกง ขนมจีนน้ำยา ขนมจีน ชวน้ำ ข้าวยา ข้าวผัด เป็นต้น (ทัศนีย์, 2544)

3) อาหารว่าง เป็นอาหารระหว่างมื้อ ซึ่งคนในภาคกลางรับประทานนั้นแบ่งได้เป็นของนึ่ง ของต้ม ของทอด ของปิ้ง ของคลุก และเบ็ดเตล็ด โดยเป็นทั้งอาหารคาว และอาหารหวาน เช่น สาकु ไส้หมู ปั้นขลิบหนึ่ง-ทอด ข้าวเกรียบปากหม้อ ข้าวแช่ ข้าวเม่าทอด เป็นต้น และยังประกอบด้วยผลไม้สดตามฤดูกาล หรือผลไม้ลอยแก้ว ซึ่งเป็นที่นิยมในช่วงฤดูที่มีอากาศร้อน (จุลทัศน์, 2539)

4) อาหารหวาน หรือขนมหวาน เป็นอาหารที่รับประทานหลังรับประทานอาหารคาวหรือ การรับประทานเป็นอาหารระหว่างมื้อเป็นอาหารว่าง (ทัศนีย์, 2544) ซึ่งเดิมมักรับประทานตาม โอกาส และเทศกาลต่างๆ ที่มีงานทำบุญ

5) อาหารถนอมและแปรรูป เป็นการเก็บรักษาอาหารไว้ได้นานโดยไม่เกิดการเสื่อมเสีย ซึ่ง เกิดจากการพัฒนาในระดับครัวเรือนไปสู่ระดับอุตสาหกรรมที่มีการแปรรูปด้วยวิธีการต่างๆ ได้แก่ อาหารถนอมและแปรรูปโดยการใช้เกลือ โดยการทำแห้ง โดยการทอด โดยการใช้น้ำตาล โดยการใช้ ความร้อน และโดยการใช้หลายกรรมวิธีรวมกัน

สำหรับประเภทของอาหารโปรตุเกสได้แบ่งเป็น 2 ประเภทใหญ่ คือ ประเภทซูป (Sopa) และอาหารจานหลัก (Prato Principal) (สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงลิสบอน, 2552)

1) ประเภทซุซุป ในประเทศโปรตุเกสมีมากมายหลากหลายประเภท เนื่องจากประเทศโปรตุเกสขึ้นชื่อว่าเป็นประเทศที่นิยมรับประทานซุซุมากที่สุดประเทศหนึ่ง โดยซุซุเป็นส่วนประกอบหลักในมื้ออาหารกลางวันและมื้ออาหารเย็น โดยรับประทานคู่กับขนมปังเสิร์ฟเป็นคอร์สแรกของมื้ออาหารซุซุส่วนใหญ่เป็นซุซุข้นมีส่วนผสมของถั่วและผักหลากชนิดบดละเอียดจนเป็นเนื้อเดียวกันหรืออาจจะมีส่วนผสมของเนื้อสัตว์หรือเนื้อปลารวมอยู่ด้วย

2) อาหารจานหลัก โปรตุเกสนับเป็นประเทศที่รับประทานปลาและอาหารทะเลมากที่สุดชาติหนึ่งในทวีปยุโรปโดยในเมนูอาหารโปรตุเกสมักจะมีอาหารที่ทำจากปลาอยู่ด้วยเสมอ นอกจากนี้อาหารประเภทเนื้อสัตว์เช่นเนื้อหมูเนื้อวัวและสัตว์ปีกก็เป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้ในเมนูอาหารโปรตุเกส โดยเฉพาะอาหารประเภทปังหรืออย่างทั้งนี้อาหารจานหลักมักจะเสิร์ฟพร้อมกับผักสลัดและมันฝรั่งหรือข้าวซึ่งโปรตุเกสก็เป็นประเทศที่บริโภคข้าวมากที่สุดในทวีปยุโรปข้าวที่ชาวโปรตุเกสนิยมรับประทานมากที่สุดคือข้าวเมล็ดยาวที่เรียกว่า Arroz agulha (อาร์โรชอะกุลยา) ข้าวที่ชาวโปรตุเกสนิยมรับประทานรองลงมาคือข้าวเมล็ดกลางหรือที่ภาษาท้องถิ่นเรียกว่า Arroz carolino (อาร์โรชการอลินู)

สำหรับอาหารโปรตุเกสที่ขึ้นชื่อแบ่งออกเป็น 3 ประเภท คือ 1) อาหารประเภทปลาและอาหารทะเล 2) อาหารประเภทเนื้อสัตว์ และ 3) ขนมหวาน

1) อาหารประเภทปลาและอาหารทะเล

- lulas grelhadas ปลาหมึกย่าง
- sardinhas assadas ปลาซาร์ดีนย่างนิยมรับประทานในฤดูร้อนและมีเทศกาลย่างปลาซาร์ดีนประจำปีในช่วงของการเฉลิมฉลองวัน All Saints Day หรือวัน Santos Populares ในภาษาโปรตุเกสด้วย
- arroz de marisco ข้าวปรุงรวมกันกับอาหารทะเลหลากชนิด
- cataplana หอยและแฮมปรุงรวมกันในน้ำซอสเสิร์ฟในกะทะลักษณะพิเศษที่ทำจากทองเหลืองเป็นอาหารขึ้นชื่อของเขตอัลการ์ฟ
- açodar de marisco สตูว์ทะเล
- bacalhau ปลาเค็มหมักเกลือเป็นอาหารประจำชาติที่มีชื่อเสียงมากที่สุดของโปรตุเกสและเป็นส่วนหนึ่งของสังคมโปรตุเกสมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันจากเดิมที่เป็นอาหารของคนระดับล่างจนกระทั่งกลายมาเป็นอาหารชั้นสูงและมีราคาค่อนข้างแพงในปัจจุบันโปรตุเกสมีตำรับอาหารที่ทำมาจากปลาคือมากกว่า 250 ชนิด โดยอาหารที่นิยมเป็นที่รู้จัก คือ bacalhau com nata

(ปลาเค็มผสมกับมันฝรั่งและครีมนำไปอบจนสุกลักษณะเป็นชั้นๆคล้ายกับลาซัญญาต่างกันตรงส่วนผสม) bacalhau à brás (ปลาเค็มผัดกับมันฝรั่งไข่และหอมใหญ่)

2) อาหารประเภทเนื้อสัตว์คนโปรตุเกสรับประทานเนื้อสัตว์เกือบทุกประเภท เช่น เนื้อวัวเนื้อลูกวัว เนื้อหมู เนื้อลูกหมู เนื้อไก่ เนื้อแกะ เนื้อแพะ และเนื้อกระต่าย เป็นต้น

- presunto ขาหมูรมควัน
- chouriço ไส้กรอกผสมเครื่องเทศ
- leitão assado เนื้อลูกหมูย่างเป็นอาหารขึ้นชื่อบริเวณเมืองโกอิมบรา
- frango assado ไก่ย่างแบบโปรตุเกส
- carne de porco à alentejana เนื้อหมูและหอยตลับปรุงรวมกันเป็นเมนูขึ้นชื่อ

จากแคว้นอะเล็นเตฌู

- cozido à portuguesa เนื้อหมูและเนื้อวัวเคี้ยวรวมกันกับผักและสมุนไพรมาก

ชนิด

- bitoque เนื้อย่างเสิร์ฟพร้อมไข่ดาว

3) ขนมหวาน (Sobremesa) หลังจากอิ่มอร่อยกับอาหารจานหลักแล้วสิ่งที่ขาดไม่ได้คือการลิ้มลองของหวานโปรตุเกสเป็นการเติมเต็มมื้ออาหารโดยของหวานที่มักจะเสิร์ฟหลังอาหารอาทิ

- leite crême คัสตาร์ด
- mousse de chocolate มูสช็อกโกแลต
- arroz doce ข้าวหวานผสมกับนม
- salada de fruta สลัดผลไม้รวม

ขนมหวานในแบบฉบับโปรตุเกสชาวโปรตุเกสได้ชื่อว่าเป็นประเทศที่รับประทานขนมหวานมากที่สุดชาติหนึ่งในทวีปยุโรป นอกจากของหวานที่นิยมรับประทานหลังมื้ออาหารเที่ยงและเย็นแล้วระหว่างวันชาวโปรตุเกสยังนิยมไปร้านขนมปังและขนมอบหรือที่เรียกว่า Pastelarias ที่มีอยู่ทั่วไปแทบทุกถนนซึ่งส่วนใหญ่จะดำเนินกิจการควบคู่ไปกับการจำหน่ายกาแฟสด ร้านเหล่านี้มีอิทธิพลอย่างมากต่อการดำเนินชีวิตของชาวโปรตุเกสและถือเป็นแหล่งนัดพบปะสังสรรค์ของผู้คนในท้องถิ่นสำหรับประวัติความเป็นมาของขนมหวานอันหลากหลายของโปรตุเกสในปัจจุบันนั้นได้รับอิทธิพลมาจากพวกแขกมัวร์ที่ได้เข้ามายึดครองประเทศโปรตุเกสในระยะเวลาหนึ่งก่อนจะถูกตีพ่ายจนต้องออกจากดินแดนโปรตุเกสไป ในเวลาต่อมาสิ่งที่พวกแขกมัวร์เหล่านี้ได้หลงเหลือไว้มีทั้งอิทธิพลของภาษาอาหารที่ปัจจุบันยังคงพบเห็นได้ในชื่อเมืองหลายๆ เมืองของโปรตุเกสและอิทธิพลของการทำและรับประทานขนมหวานเหตุผลอีกประการหนึ่งที่ทำให้ขนมหวานของประเทศโปรตุเกสเป็นหนึ่งในขนมหวานที่มีรสชาติเยี่ยมของทวีปยุโรปคือในช่วงศตวรรษที่ 17 – 18 ทางสำนักแม่ชีได้จัดประกวด

การทำขนมขึ้น ทำให้มีการคิดค้นและดัดแปลงสูตรการทำขนมขึ้นมากมายไม่ว่าจะเป็นขนมเค้ก ขนมพายหรือพุดดิ้งและได้รับการสืบทอดมาจนถึงปัจจุบันเป็นที่น่าสังเกตว่าสูตรการทำขนมและอาหารอร่อยๆ ในปัจจุบันมักจะมีที่มาจากสำนักแม่ชีเพราะนอกเหนือจากการประกอบกิจกรรมทางศาสนาแล้ว ท่านแม่ชีเหล่านี้มักจะฝึกฝนงานฝีมือและการประกอบอาหารเมื่อมีเวลาว่างขนมโปรตุเกสส่วนใหญ่จะใช้ไข่เป็นส่วนผสมหลักและใช้เครื่องเทศเป็นส่วนประกอบในการตกแต่งขนมและเพิ่มรสชาติที่เป็นเอกลักษณ์ด้วยเช่นอบเชยป่นหรือวานิลลา ในแต่ละแคว้นของโปรตุเกสมักจะมีการผลิตขนมพื้นเมืองขึ้นมาและกลายเป็นของดีประจำท้องถิ่นไปในที่สุด อาทิ ขนมมาซิปัน (Marzipan) ของแคว้นอัลการ์ฟที่ประดิษฐ์เป็นรูปต่างๆ เช่นผักผลไม้สัตว์ทะเลคล้ายๆ กับขนมลูกชุบของไทย แต่ตัวขนมมาซิปันจะใช้อัลมอนด์เป็นส่วนผสมหลักสำหรับเขตเบแล็ง (Belém) ในกรุงลิสบอนมีขนมที่ขึ้นชื่อที่สุดคือขนมทาร์ตไข่เบแล็ง (Pastel de nata de Belém)

สำหรับขนมไทย ได้รับอิทธิพลจากประเทศโปรตุเกส ที่มีส่วนผสมหลักได้แก่ แป้ง ไข่ และน้ำตาล ซึ่งประเทศไทยเราได้รับการถ่ายทอดการทำขนมเหล่านี้มาตั้งแต่สมัยกรุงศรีอยุธยาและมีการปรับปรุงดัดแปลงจากรุ่นสู่รุ่นและกลายเป็นขนมที่มีเอกลักษณ์ในแบบไทยๆจนกระทั่งคนไทยส่วนใหญ่มีความเข้าใจว่าขนมหวานเหล่านี้เป็นขนมหวานของไทยแท้ที่มีมาแต่โบราณแต่ในความเป็นจริงแล้ว ไทยเรารับอิทธิพลมาจากโปรตุเกสเช่น ขนมทองหยิบ ขนมทองหยอด ขนมฝอยทอง ขนมลูกชุบหรือขนมไทย ส่วนประเทศโปรตุเกสได้รับอิทธิพลมาจากวัฒนธรรมการรับประทานของหวานที่มีส่วนผสมน้ำตาลแป้งและไข่มาจากพวกแขกมัวร์ (ปัจจุบันมีถิ่นฐานอยู่ทางตอนเหนือของประเทศแอฟริกา) จากประวัติขนมไทยได้รับการถ่ายทอดวิธีการทำขนมหวานให้แก่ห้องเครื่องในสมัยกรุงศรีอยุธยาคือท่านท้าวทองกีบม้ากุลสตรีเชื้อสายโปรตุเกสผู้ปุ่นและเบงกอล ท่านเป็นผู้คิดค้นต้นตำรับการทำขนมไทยประเภททองหยิบทองหยอดและฝอยทองในสมัยของสมเด็จพระนารายณ์มหาราชสาเหตุที่ท่านท้าวทองกีบม้าได้มีโอกาสเข้าไปถวายงานในราชสำนักสืบเนื่องมาจากสามีของท่านซึ่งก็คือเจ้าพระยาวิชาเยนทร์ (คอนสแตนตินฟอลคอน) ถูกประหารชีวิตในข้อหากบฏท่านท้าวทองกีบม้าจึงได้ถูกส่งตัวเข้าไปเป็นข้าทาสบริวารในพระบรมมหาราชวังและได้รับมอบหมายให้มีหน้าที่ทำอาหารหวานประเภทต่างๆส่งเข้าไปในพระราชวังตามกำหนดท้าวทองกีบม้าเป็นผู้ที่มีความคิดสร้างสรรค์และได้คิดค้นสูตรขนมใหม่อยู่ตลอดเวลาโดยท่านได้ดัดแปลงนำส่วนผสมหลักในขนมไทยสมัยโบราณซึ่งมีในพื้นที่อาทิเช่น มะพร้าว แป้งข้าวเจ้า และน้ำตาลมาผสมกับส่วนผสมของขนมตะวันตกจนทำให้เกิดขนมหวานชนิดใหม่ๆที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัวท้าวทองกีบม้ามีผลงานอันโดดเด่นและได้มีโอกาสแสดงฝีมือให้เป็นที่ประจักษ์แก่แขกบ้านแขกเมืองเมื่อครั้งที่ท่านได้ปฏิบัติหน้าที่เป็นหัวหน้าวิเสทและได้ทำอาหารเลี้ยงต้อนรับคณะราชทูตจากประเทศฝรั่งเศสที่มาเยือนในสมัยนั้นจนมีผู้ยกย่องว่าท้าวทองกีบม้าเป็น “ราชินีแห่งขนมไทย”

ศักยภาพภูมิปัญญาด้านอาหาร

ศักยภาพภูมิปัญญาด้านอาหาร มีปัจจัยที่สำคัญ 4 ด้าน คือ แหล่งวัตถุดิบ กระบวนการผลิต การถ่ายทอดองค์ความรู้จากภูมิปัญญาท้องถิ่น

1) แหล่งวัตถุดิบ วัตถุดิบอาหาร หมายถึง วัตถุดิบอาหารที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ หรือมีการปลูกในท้องถิ่นนั้นๆ แต่เป็นวัตถุดิบที่เกิดขึ้นเองจากธรรมชาติ หรือป่าและได้มีการเก็บเกี่ยววัตถุดิบเพื่อบริโภค ซึ่งปัจจุบันวัตถุดิบอาหารที่เกิดจากธรรมชาติในท้องถิ่นมีจำนวนน้อยลง ทำให้วัตถุดิบบางชนิดหายากยิ่งขึ้น แต่แหล่งวัตถุดิบอาหารบางชนิดก็สามารถหาได้ง่ายตามท้องตลาด

2) กระบวนการผลิตการผลิตอาหารมีวิธีการประกอบอาหารหลากหลายวิธี เช่น การตำ การยำ แกง ต้ม หลน ปิ้ง เผา ย่าง ลวก นึ่ง ทอด ผัด เจียว หลาม งบ กวน เป็นต้น ซึ่งการประกอบอาหารบางชนิดต้องมีการผลิตร่วมกันมากกว่าหนึ่งวิธี

3) การผลิตในเชิงพาณิชย์การผลิตอาหารจำหน่าย นอกเหนือจากการบริโภคในครัวเรือน

4) การถ่ายทอดภูมิปัญญาเป็นวิธีการเรียนรู้จากตนเอง บุคคลในครอบครัว และบุคคลภายนอกครอบครัว โดยการอ่าน การสังเกต การพูดคุย การทดลอง การปฏิบัติจริง และใช้วิธีการถ่ายทอดความรู้โดยการพูดคุย การสาธิต การปฏิบัติจริง (ศกุนตลา, 2543) ซึ่งภูมิปัญญา มีกระบวนการถ่ายทอดภูมิปัญญาผ่านจากรุ่นหนึ่งไปสู่อีกรุ่นหนึ่ง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการการศึกษาสภาพวัฒนธรรมอาหารพื้นบ้านของชุมชนชาวมอญเกาะเกร็ด อำเภอปากเกร็ดจังหวัดนนทบุรีพบว่ากลุ่มตัวอย่างประชากรชาวมอญทั่วไปมีความรู้ร้อยละ 80.18 ไม่มีความรู้ร้อยละ 19.82 และจากกลุ่มตัวอย่างประชากรผู้นำชุมชนมีความรู้ร้อยละ 80.00 ไม่มีความรู้ร้อยละ 20.00 โดยภาพรวมชาวมอญเกาะเกร็ดมีความรู้เกี่ยวกับวัฒนธรรมอาหารพื้นบ้านชาวมอญ การประกอบอาหารพื้นของชาวมอญเกาะเกร็ดมีกรรมวิธีและใช้เครื่องปรุงเหมือนอาหารมอญ โดยทั่วไปอาหารมอญแบ่งออก 2 ประเภท คือ ประเภทแกงส้มประเภทแกงใส่กะทิอาหารประเภทแกงที่เป็นเอกลักษณ์ของชาวมอญเกาะเกร็ด คือ แกงบอนแกงเลียงหน่อกะลาหน่อกะลาเป็นผักพื้นบ้านที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติขึ้นตามริมน้ำและดินโคลน ชาวมอญนิยมทำขนมจีนเป็นอาหารพิเศษในโอกาสทำบุญหรือจัดเลี้ยงในงานมงคลต่างๆคະນອມຈີນหรือที่คนไทยเรียกว่าขนมจีนชาวมอญกล่าวว่า เป็นอาหารของชาวมอญแต่โบราณ คະນອມ ภาษามอญ แปลว่า แป้งจีนแปลว่าสุกชาวมอญรับประทานขนมจีนกับน้ำยาข้าวแช่เป็นอาหารของชาวมอญที่นิยมทำกันเฉพาะเทศกาลวันสงกรานต์ สำหรับไว้ต้อนรับแขกที่มาเยี่ยมชมเกาะเกร็ด เป็นภาพสะท้อนให้เห็นวิถีชีวิตความเป็นอยู่ของชุมชน

ชาวมอญที่มีน้ำใจซึ่งยังปรากฏให้เห็นจนถึงทุกวันนี้ซึ่งชุมชนได้มีการส่งเสริมให้เห็นคุณค่าของการรักษาวัฒนธรรมดั้งเดิมของชาวมอญให้คงอยู่กับสังคมไทย (อรสา เงินฉาย, 2550)

ศรุดา นิติวรรการ (2557) ศึกษาอาหารสำหรับมอญเกาะเกร็ด จังหวัดนนทบุรี พบว่า อาหารมอญส่วนใหญ่เป็นอาหารที่เกิดจากภูมิปัญญาท้องถิ่นซึ่งใช้วัตถุดิบที่มีในท้องถิ่นและมีตามฤดูกาล ตัวอย่างสำหรับอาหารมอญเกาะเกร็ด เช่น สำหรับอาหารมอญหมู่ที่ 1 แกงสว่างอารมณ์ แกงส้มกระเจี๊ยบ ปลาธำพลน หมี่กรอบ และข้าวอีคา สำหรับอาหารมอญหมู่ที่ 6 แกงเลียงหน่อกะลา แกงคั่วมะตาด แกงขามูโบมะดัน พริกกะเกลือ และข้าวเหนียวหัวหงอก สำหรับอาหารมอญหมู่ที่ 7 ได้แก่ แกงเผ็ดกล้วยดิบ แกงบอน แกงเลียงหน่อกะลา ปลาธำพรชเครื่อง และขนมเทียนมอญ

บุษบา ทองอุปการ (2553) ศึกษาภูมิปัญญาอาหารมอญ หมู่บ้านมอญ สังขละบุรี พบว่า วัตถุดิบที่นำมาใช้ประกอบอาหารจานหลักของชาวมอญบ้านวังกะส่วนใหญ่คือปลา อาทิ ปลาช่อน ปลาตะโกก ปลาตะเพียน ปลาหมอ ฯลฯ โดยนิยมนำมาประกอบอาหารทั้งแบบสดและย่าง การย่างคงวิธีเดิมคือนำปลาไปเคล้าเกลือบางๆ ย่างพอหอมแล้วโขลกรวมกับเครื่องแกงต่างๆ หรืออย่างจนสุกกินคู่กับอาหารอื่นๆ พืชผักต่างๆ รวมทั้งผักสวนครัว เช่น พริก กะเพรา มะกรูด ฯลฯ พืชผักที่ชาวมอญนิยมรับประทานมักมีเมือกสั้น เช่น กระเจี๊ยบเขียว (บอกระตาด) กระเจี๊ยบแดง (ฮะเจี๊ยบ) ผักกูด (ฮะตะวัน) ผักปลั่ง (อะเนิงกลาง) ฯลฯ จุดเด่นของอาหารมอญ คือ การปรุงอาหารให้มีรส โดยใช้วัตถุดิบจากธรรมชาติเป็นหลัก เค็มจากเกลือ รสเปรี้ยวจากผลไม้ พื้นฐานรสชาติของอาหารมอญดั้งเดิม คือ จืด เปรี้ยว และเค็ม ไม่กินรสหวาน และไม่นิยมรับประทานแกงกะทิแบบคนไทย