

ขนมจอก : ขนมถ้วยฟูพื้นบ้านไทยกับการใช้ยีสต์

ดร.จากรุวรรณ มณีศรี¹

ขนมไทยเป็นที่รู้จักแพร่หลาย เป็นที่ยอมรับในระดับนานาชาติและแสดงถึงความสามารถในภูมิปัญญาของคนไทย การคิดค้นทำขนมไทยในอดีตจะใช้วัตถุดิบที่มีมากมายในประเทศไทยให้มีคุณค่าผ่านการสร้างสรรค์เพียรพยายามลองปรุงแต่ง จนกระทั่งเป็นเอกลักษณ์ของขนมไทยทั้งในแง่ของรสชาติหอมหวาน ความปราณีตของการทำขนมให้สวยงามชวนรับประทาน เป็นแบบอย่างให้คนรุ่นหลังๆ ได้เรียนรู้พัฒนาปรับปรุงฝีมือสืบทอดกันมาให้เหมาะสมตามยุคสมัย สังคมไทย และสามารถจำหน่ายสร้างรายได้ให้แก่กุลหลานไทยมากมาย เช่น ขนมทองหยิบ ขนมทองหยอด ขนมฝอยทอง ขนมเม็ดยนุ่ ขนมทองเอก ขนมจ่ามงกุฎ ขนมสามเกลอ ขนมหม้อแกง กะละแม ขนมชั้น เป็นต้น

ภูมิปัญญาไทยในอดีตอย่างหนึ่งที่สามารถทำขนมไทยจากการหมักแป้งและใช้ความรู้ของกระบวนการหมักด้วยจุลินทรีย์ตามธรรมชาติได้อย่างน่าสนใจ รู้จักกันว่าเป็นขนมพื้นบ้านอันแสดงถึงเอกลักษณ์ของแต่ละพื้นที่ โดยเฉพาะภาคใต้จะใช้ชื่อเรียกขนมชนิดนี้แตกต่างกัน เช่นในพื้นที่จังหวัดปัตตานีจะเรียกว่า “ขนมจอก” เนื่องจากจากรูปร่างลักษณะของขนมเกิดจากภาชนะที่ใช้เหมือนจอก ซึ่งชาวภาคใต้มักใช้เรียกถ้วยเล็ก ๆ หรือแก้วว่า “จอก” นั่นเอง ในพื้นที่จังหวัดนครศรีธรรมราชเรียกว่า “ขนมชั้น” เนื่องจากจากขนมเมื่อผ่านการนึ่งแล้วจะมีลักษณะขนมชั้นฟู ส่วนในพื้นที่จังหวัดสงขลาจะเรียกว่า “ขนมป้า” อย่างไรก็ตามขนมจอกหรือขนมชั้น อาจะพบเห็นในรูปร่างแบบอื่นอีก เช่นชั้นสี่เหลี่ยม เป็นต้น



สำหรับการหาซื้อมารับประทานถ้าต้องการรับประทานแบบมีรสชาติสูตรดั้งเดิมนั้น จะหาซื้อรับประทานค่อนข้างยาก แต่จะพบเห็นขนมชนิดนี้วางขายทั่วไปด้วยการผลิตที่ใช้วัตถุดิบและส่วนผสมที่มาจากเทคโนโลยีสมัยใหม่ แหล่งผลิตส่วนใหญ่จะทำงานในครัวเรือน หรือในช่วงเทศกาลงานบุญ งานมงคล และขายในชุมชนท้องถิ่นชนบท ซึ่งใช้ความรู้ที่สืบทอดกันมา



¹อาจารย์ ภาควิชาวิทยาศาสตร์การอาหารและโภชนาการ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

ส่วนผสมของขนมจอกหรือขนมขึ้นที่สำคัญ ได้แก่ แป้งข้าวเจ้า น้ำตาล แต่ปริมาณของส่วนผสมต่างๆ เหล่านี้จะเป็นสูตรเฉพาะของแต่ละคน ซึ่งน้ำตาลมักนิยมใช้น้ำตาลโตนดหรือน้ำตาลจากพืชที่มีในท้องถิ่น จึงทำให้ขนมมีกลิ่นหอมและสีตามธรรมชาติของน้ำตาลโตนดจะดีกว่าการใช้น้ำตาลทราย วิธีการทำขนมมีดังนี้ นำข้าวเจ้ามาแช่น้ำและบด แล้วจึงผสมน้ำตาลโตนดเข้าด้วยกัน ต่อจากนั้นจึงทิ้งไว้ให้เกิดการหมักโดยอาศัยการทำงานของจุลินทรีย์ที่มีอยู่ตามธรรมชาติ และนำไปนึ่งให้สุกขนมที่ได้จะมีรูปร่างลักษณะกลมคล้ายถ้วย เส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 2-3 เซนติเมตร ตรงกลางหนาประมาณ 1-2 เซนติเมตร จะมีรสชาติหวาน เปรี้ยวเล็กน้อย มีกลิ่นหอม เนื้อสัมผัสนุ่ม มักจะรับประทานเป็นอาหารว่างและรับประทานพร้อมกับมะพร้าวชุบผสมเกลือเล็กน้อย เพื่อช่วยเสริมรสชาติให้ดียิ่งขึ้น ดังนั้นขนมจอกจึงมีลักษณะและกรรมวิธีการทำคล้ายกับขนมถ้วยฟู และใช้วัตถุดิบในการทำคล้ายคลึงกัน ทั้งนี้แป้งที่นิยมใช้ในการทำขนมไทยมากที่สุดมีอยู่ 2 ชนิดคือ แป้งข้าวเจ้าสด และแป้งข้าวเจ้าแห้ง

ถึงแม้ว่าขนมจอกที่ผลิตด้วยกรรมวิธีในอดีตจะไม่ค่อยมีขายในท้องตลาดทั่วไป แต่ชาวสาขาคีดีและสามารถเก็บรักษาได้นานกว่ากรรมวิธีปัจจุบัน กล่าวคือขนมจอกที่ผลิตด้วยกรรมวิธีในอดีตจะใช้แป้งข้าวเจ้าสดอันเกิดจากนำเมล็ดข้าวเจ้ามาชาวให้สะอาดแล้วแช่น้ำไว้เพื่อให้เมล็ดข้าวอ่อนตัวและนึ่งเมื่อได้ที่แล้วจึงนำไปบดหรือโม่ บางแหล่งก็พัฒนาการบดแป้งโดยการนำเครื่องบดไฟฟ้าเข้ามาช่วยและสามารถพ่นแรงไปได้มาก ผลดีของกระบวนการแช่เมล็ดข้าวเจ้าทำให้โปรตีนไขมัน และเกลือแร่ ถูกละลายไปด้วย จนเหลือแป้งบริสุทธิ์ที่มีปริมาณของคาร์โบไฮเดรตเหลืออยู่เป็นส่วนใหญ่ เป็นลักษณะที่เรียกว่า แป้งสตาร์ช (starch) ก็ได้ เมื่อนำมาใช้ในการทำขนมจอก จึงเป็นแป้งที่ไม่เหมาะสมต่อการเจริญเติบโตของจุลินทรีย์ จึงส่งผลให้ขนมจอกสามารถเก็บรักษาได้นานกว่าขนมจอกตามวิธีทำปัจจุบัน ในขณะที่ขนมจอกที่ผลิตด้วยกรรมวิธีในปัจจุบันจะใช้แป้งข้าวเจ้าแห้ง ซึ่งกระบวนการผลิตสามารถทำได้ง่ายเพียงแค่นำเมล็ดข้าวมาบดเท่านั้นยังคงมีปริมาณโปรตีน ไขมัน เกลือแร่ และส่วนประกอบอื่นๆ ผสมอยู่มากเป็นลักษณะที่เรียกว่า ฟลาวัวร์ (flour) ทำให้เป็นแป้ง

ที่มีความเหมาะสมต่อการเจริญเติบโตของจุลินทรีย์ได้มากกว่า แป้งสด เมื่อนำมาทำขนมจอกจึงมีผลให้อายุการเก็บรักษาขนมจอกสั้นลง แสดงให้เห็นว่าภูมิปัญญาของบรรพบุรุษไทยในเรื่องของการเก็บรักษาขนมจอกเป็นการถนอมอาหารได้อย่างน่าสนใจ

ขนมจอกหรือขนมขึ้นมีกระบวนการทำคล้ายกับการทำขนมไทยอีกหลายชนิด ได้แก่ ขนมถ้วยฟู ซึ่งเป็นขนมไทยที่มีชื่อเป็นมงคล คนไทยส่วนใหญ่นิยมทำบุญด้วยขนมถ้วยฟู เพราะเชื่อว่าชีวิตจะได้เฟื่องฟูเหมือนขนม ส่วนผสมของขนมถ้วยฟูประกอบด้วย แป้งข้าวเจ้า น้ำตาล ยีสต์หรือผงฟู น้ำลอยดอกมะลิ และมีวิธีการทำง่าย ๆ คือ นำแป้งมานวดกับน้ำลอยดอกมะลิ ใส่ยีสต์แล้วนวดให้เข้ากัน แล้วค่อย ๆ ใส่น้ำตาล นวดจนน้ำตาลละลายทิ้งไว้ประมาณ 45 นาที แป้งจะขึ้นฟองแสดงว่ายีสต์ที่ใส่ลงไปมีการใช้น้ำตาลและผลิตก๊าซขึ้น เป็นสิ่งสำคัญในการทำขนมฟู เมื่อนำเอาส่วนผสมที่ได้ไปใส่ในถ้วยตะไลหรือพิมพ์แล้วนำไปนึ่ง นอกจากนี้ยังมีขนมถ้วยฟูอีกชนิดหนึ่งที่มีการนำน้ำตาลสดมาใช้เป็นส่วนผสม มีชื่อเรียกว่า ขนมถ้วยฟูน้ำตาลสด ซึ่งเป็นขนมของชาวจังหวัดเพชรบุรี โดยส่วนผสมมีดังนี้ แป้งข้าวเจ้า น้ำตาลโตนด น้ำตาลสดลอยดอกมะลิ ยีสต์ ผงฟู กาบมะพร้าวเผา ลักษณะเฉพาะของขนมชนิดนี้คือ ต้องใช้น้ำตาลสดเป็นหลัก และต้องการผสมน้ำตาลโตนดลงไปด้วย ขนมถ้วยฟูชนิดนี้จะมีสีเทาอ่อนอันเนื่องจากสีของกาบมะพร้าวเผา แตกต่างจากขนมถ้วยฟูชนิดอื่นที่มีสีหลากหลายตามความชอบ เนื้อของขนมจะมีความนุ่ม หน้าแตก ส่วนขนมตาลจะมีวิธีการทำเช่นเดียวกัน แต่จะมีส่วนผสมชนิดอื่นใส่ลงไป เช่น เนื้อลูกตาล และกะทิ เป็นต้น ตัวอย่างขนมที่คล้ายคลึงกับขนมจอกเหล่านี้จะมีรสชาติและความนุ่มเป็นเอกลักษณ์ที่แตกต่างกัน

ปัญหาสำหรับขนมต่างๆ เหล่านี้ คือ ยีสต์ ระยะเวลาการนึ่ง และขนาดของถ้วยเป็นสำคัญ การทำงานของยีสต์ด้วยการผลิตก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ ยีสต์จึงเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้แป้งหมักมีความหนืดเปลี่ยนเป็นเบาคั่ว มีความยืดหยุ่น และมีรูอากาศ รวมทั้งทำให้ขนมมีกลิ่นรสเฉพาะตัวและช่วยเสริมคุณค่าทางอาหารให้แก่ขนม ซึ่งแบบดั้งเดิมจะใช้ยีสต์ที่

มาจากธรรมชาติ ส่วนในปัจจุบันจะมีการใช้ยีสต์ในรูปแบบต่างๆ เช่น ยีสต์แห้งชนิดผง และยีสต์แห้งชนิดเม็ด เป็นต้น นอกจากนี้อาจมีสารเคมีที่ทำให้ขนมขึ้นฟู สารเคมีที่นิยมใช้ได้แก่ เบคกิ้งโซดา (Baking soda) หรือเรียกทางภาษาเคมีว่า โซเดียมไบคาร์บอเนต และเบคกิ้งเพาเวอร์หรือผงฟู (Baking power) เป็นสารช่วยให้ผลิตภัณฑ์ขึ้นฟูซึ่งเกิดจากการผสมของเบคกิ้งโซดา กับสารเคมีที่ทำหน้าที่เป็นกรด ส่วนการขึ้นฟูและระยะเวลาในการขึ้นฟูจะขึ้นอยู่กับขนาดของถ้วยและประสบการณ์ของผู้ผลิตร่วมกัน การขึ้นฟูเพื่อให้ขึ้นฟูต้อง

อาศัยไอน้ำซึ่งจะเกิดขึ้นเนื่องจากการที่น้ำในส่วนผสมขยายตัวขึ้นเมื่อได้รับความร้อน ปริมาตรของขนมที่ขึ้นฟูด้วยไอน้ำจึงขึ้นอยู่กับอัตราส่วนของแป้งกับน้ำที่มีอยู่ในส่วนผสมนั้นด้วย นับได้ว่าคนไทยในอดีตมีความสามารถช่างคิดค้นสร้างภูมิความรู้ดังที่เห็นได้จากการรู้จักทำยีสต์ธรรมชาติมาผสมผสานเป็นอาหารอย่างขนมจอกหรือขนมขึ้นฟูอย่างน่าสนใจ และมีความหมายขนมไทยจึงเป็นส่วนหนึ่งของประเพณี วัฒนธรรมของสังคมไทยสืบทอดต่อกันมาจากอดีตจนถึงปัจจุบัน

เอกสารอ้างอิง

- กล้าณรงค์ ศรีรอด และเกื้อกุล ปิยะจอมขวัญ. 2546. เทคโนโลยีของแป้ง. สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- จิตรณา แจ่มเมฆ และอรอนงค์ นัยวิกุล. 2525. เบเกอรี่เทคโนโลยีเบื้องต้น. ภาควิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการอาหาร คณะอุตสาหกรรมเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- วันดี ณ สงขลา. 2549. ขนมไทยไม่ถ่ายอย่างที่เกิด : ขนมถ้วยฟูน้ำตาลสด. นิตยสารแม่บ้าน. 30(442) หน้า 66-67.
- วรณีย์ สมุทรวนิช. 2539. คู่มืออึสระ ขนมไทย. สำนักพิมพ์มติชน. กรุงเทพฯ.