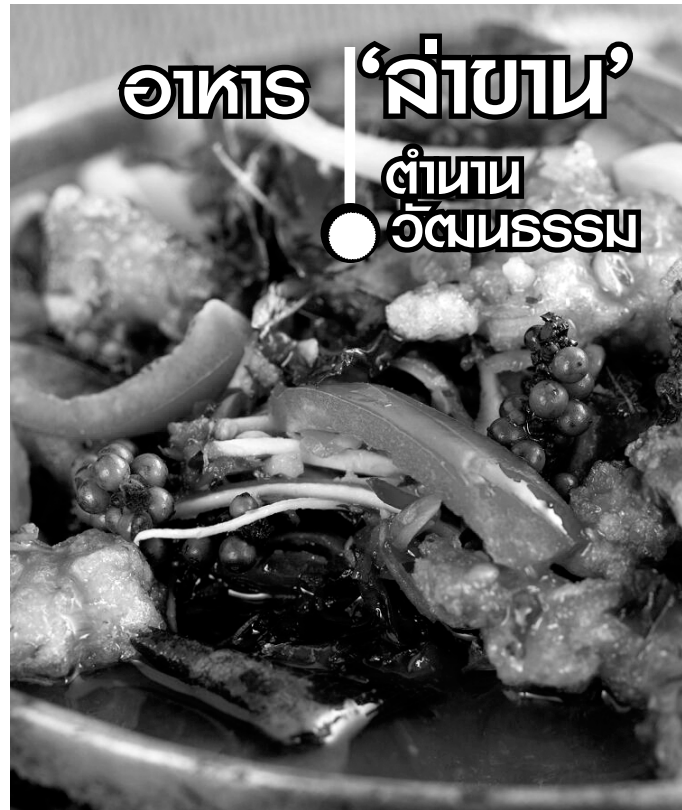


[ You are what you eat ]

ดร.ชุลีพร วิรุณหะ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาควิชาประวัติศาสตร์

คณะอักษรศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร



คนไทยเป็นนักกินที่ใจกว้าง พร้อมที่จะเปิดรับ และทดลองอาหารใหม่ๆ ซึ่งทำให้อาหารนานาชาติเข้ามาตีตลาด (โดยเฉพาะตลาดเมือง) อย่างครึกครื้น ไม่ว่าจะเป็นอาหารญี่ปุ่น หรือ หมูย่างเกาหลี พาสต้าอิตาลีและอื่นๆ อีกมากมายหนึ่งอาหารเหล่านี้หาทานได้แต่เฉพาะในร้านอาหารพิเศษไม่กี่แห่งหรือตามภัตตาคารของโรงแรม ปัจจุบัน คนไทยซื้อพิซซ่าแช่แข็งจากร้านสะดวกซื้อ หรือสั่งเบนโตะซูชิให้มาส่งถึงบ้าน

ยิ่งคนไทยกินอาหารเหล่านี้มาก หน้าตาของอาหารก็เริ่มดูแปลกไปกว่าเดิมจนเจ้าของอาหารอาจงงงเมื่อได้เห็น เบอร์เกอร์กระเพาะหมู ราเมนต้มยำ



ข้าวยำไก่ (เคนตักกี้) แซ่บ สปาเกตตีผัดซีเมมาเป็นเมนูส่วนหนึ่งที่เราพบเห็นได้ในชีวิตประจำวัน เจ้าตัวเล็กตัวน้อยที่บ้านรู้จักและเรียกร้องที่จะกินมากกว่าแกงต้มส้มปลาทุยยำถั่วพูหรือก๋วยเตี๋ยวผัดไทยซึ่งเป็นอาหารประจำบ้านมาแต่ก่อนเก่า

การหลังไหลเข้ามาของอาหารนานาชาติเป็นเรื่องปกติของเส้นทางวัฒนธรรมในยุคโลกาภิวัตน์ แต่เป็นเรื่องใหญ่เมื่อย้อนสู่อุตสาหกรรม

นี้เอง ในวรรณกรรมอมตะเรื่อง สี่แผ่นดิน แม่พลอยนั้นคุ้นเคยกับอาหารจากต่างแดน เช่น ข้าวบูหรี (อาหารประเภทข้าวหมกจากอินเดีย ชื่อเดิมคือ Biryani) หรือข้าวยำ (อย่าง) ชาวซึ่งแพร่หลายเป็นที่รู้จักในราชสำนัก ถึงกระนั้นก็ตามพอต้องต้อนรับลูกสะใภ้หม่อมอย่างไม่รู้เนื้อรู้ตัวมาก่อน แม่พลอยก็ยังจนปัญญา ต้องรีบแอบถามผู้รู้ว่าฝรั่งกินอะไรเป็นประจำ

ในตำรา แม่ครัวหัวป่าก์ ของท่านผู้หญิงเปลี่ยน ภาสกรวงศ์ ซึ่งพิมพ์ครั้งแรกเมื่อพุทธศักราช 2451 (ปลายรัชกาลที่ 5) ผู้เขียนจะแยกแยะอาหารที่ไม่ใช่

ของไทยให้เห็นได้ชัดเจน เช่น ‘ลาบอย่างลาว’ ‘ข้าวหุงแบบอังกฤษ’ เป็นต้น สิ่งเหล่านี้สะท้อนว่า ‘อาหารนอก’ หรือ ‘อาหารเทศ’ เริ่มเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของครัวไทยอย่างชัดเจนเมื่อประมาณ 100 กว่าปีมานี้ใช่หรือไม่ และหากเป็นเช่นนั้น เราจะถือว่าการแบ่งแยก ‘ไทย’ และ ‘เทศ’ ในตำราอาหารอย่างเช่นแม่ครัวหัวป่าก์ เป็นเครื่องยืนยันว่า ณ จุดนั้นเราสามารถระบุได้อย่างชัดเจนว่าอาหารอะไรบ้างที่สามารถขึ้นทำเนียบว่าเป็น ‘อาหารไทย’ ได้ ใช่หรือไม่

คำตอบคือ ไม่เสมอไป เนื่องจากอาหารการกินที่คนไทยปัจจุบันหรือรุ่นปู่ย่าตายายถือว่าเป็นอาหารไทยแท้นั้นครั้งหนึ่งเคยเป็น ‘อาหารนอก’ แต่ได้ผ่านกระบวนการรับ ปรับแต่งและปรุงให้เป็นท้องถิ่นเรียบร้อยแล้ว

### พริกเป็น ‘ของนอก’

ลักษณะสำคัญอย่างหนึ่งของอาหารไทยคือความเผ็ด แม้ว่าเราจะไม่ใช่ชนชาติเดียวที่กินอาหารรสเผ็ด แต่พริกก็เป็นของคู่บ้านข้างสำหรับคนไทยอย่างแยกออกไม่ได้ อย่างไรก็ตาม ความเผ็ดของพริกแดง พริกชี้ฟ้า พริกชี้หนุรวมไปถึงพริกแห้งที่เป็นส่วนผสมสำคัญของเครื่องแกงไทยนั้นไม่ใช่พืชผักพื้นบ้านดั้งเดิม แต่เป็นของนำเข้ามาปลูกในดินแดนไทยเมื่อประมาณพุทธศตวรรษที่ 21 หรือตอนกลางๆ สมัยอยุธยาี่เอง

ถิ่นกำเนิดของพริกคือ ทวีปอเมริกากลางและใต้ Alvarez Chanca ชาวสเปนเป็นบุคคลแรกที่นำพริกไปปลูกในประเทศตนเมื่อปี พ.ศ. 2036 คนสเปนเรียกพริกว่า Chili ซึ่งแปลงมาจากคำ Chile อันเป็นชื่อของประเทศหนึ่งที่ให้กำเนิดพริก อีก 55 ปีต่อมาชาวอังกฤษก็เริ่มรู้จักพริก และเมื่อถึง พ.ศ. 2098 บรรดาประเทศต่างๆ ในยุโรปกลางก็เริ่มรู้จักปลูกพริกกันแล้ว

พ่อค้าชาวโปรตุเกสเป็นผู้นำพริกมาสู่อินเดียและเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ หลังจากนั้นชาวสเปนก็ได้นำพริกจากเม็กซิโกเข้ามาที่ฟิลิปปินส์ ซึ่งต่อมาได้แพร่ไปสู่หมู่เกาะอื่นๆ ในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ตามเส้นทางการค้าเครื่องเทศ

หากพริกไม่ใช่ของหมู่บ้านคูเมืองมาแต่โบราณตกลงคนไทยกินอาหารรสเผ็ดมาแต่ดั้งเดิมหรือไม่เมื่อไม่มีพริกแล้ว น้ำพริกของเราจะมีหน้าตาและรสชาติเป็นอย่างไร ใครรู้ช่วยเขียนเข้ามาบอกด้วย แต่สิ่งหนึ่งที่ผู้เขียนแน่ใจ คือหากลิ้นของคนไทยหรือคนในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ไม่คุ้นกับอาหารรสจัดมาก่อน พริกและรสเผ็ดของพริกก็อาจไม่เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมการกินของเรา มาจนถึงปัจจุบัน

### เผ็ดแบบ ‘ไทย (ดั้ง) เดิม’

ความเผ็ดร้อนของอาหารไม่จำเป็นต้องมาจากพริกแต่อย่างเดียว การที่ภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ยังไม่รู้จักปลูกพริกไม่ได้หมายความว่าเราไม่มีเครื่องเทศที่ให้ความเผ็ดร้อน เครื่องเทศสำคัญชนิดหนึ่งที่ทำให้ความเผ็ดร้อนได้ดีคือพริกไทย ซึ่งเป็นพืชที่มีต้นกำเนิดจากอินเดียแต่พบในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้มาตั้งแต่สมัยก่อนประวัติศาสตร์แล้ว การขุดค้นทางโบราณคดีแถบจังหวัดแม่ฮ่องสอนพบว่าชุมชนล่าสัตว์-หาของป่าที่มีอายุประมาณ 3,500-5,500 ปีก่อนคริสตกาลเก็บเม็ดพริกไทยป่า หน่อไม้ และพืชตระกูลถั่วมากินเป็นเครื่องเคียง (มัง) กับสัตว์ที่ล่ามาได้

แอนโทนี รีด (Anthony Reid) นักประวัติศาสตร์ที่สนใจค้นเรื่องอาหารการกินของคนในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้เชื่อว่าก่อนหน้าที่พริกจะเข้ามา ส่วนประกอบสำคัญที่ทำให้อาหารของคนแถบนี้ ‘รสจัด’ คือ กะปิ (ถั่วเน่า ปลาร้า) และไขมัน มองเรือยเปื่อยจากตรงนี้ไปที่พืชผักสวนครัวที่เป็นพืชท้องถิ่น เราน่าจะอนุมานได้ว่าอาหารโบราณนอกจาก จะเผ็ด

พริกไทยแทนเผ็ดพริกแดงแล้ว ยังมีสมุนไพรเครื่องเทศอีกหลายชนิดที่ให้ความร้อนและความเผ็ดได้ เช่น ขิง ข่า ตะไคร้ กระชาย เป็นต้น

หากจุดเริ่มต้นของวัฒนธรรมการกินอยู่ที่มนุษย์กับสิ่งแวดล้อม แงงโบราณของคนไทยสมัยก่อนการเข้ามาของพริกแดงน่าจะเป็นแกงเลี้ยง เพราะมีพริกไทยให้ความเผ็ด ใช้กุ้งหอยปูปลาจากแม่น้ำลำคลองผสมกับผักข้างรั้ว แกงต้มส้มก็เป็นอีกจานหนึ่งที่เป็นอาหารรสจัดเพราะใช้ความเผ็ดร้อนจากขิง จึงน่าจะจัดเป็นแกงโบราณได้

รสจัดและความเผ็ดที่ได้จากพืชพรรณท้องถิ่นเหล่านี้เทียบไม่ได้กับความเผ็ดของพริกแดงของนอก แต่มีความสำคัญเชิงประวัติศาสตร์เพราะเป็นสิ่งที่ปูทาง (หรือปลิ้น) ให้พริกแดงเม็กซิโกหรือชิลีเข้ามาฝังรากลงในครัวของภูมิภาคนี้ได้ ลองคิดดูก็แล้วกัน ว่ายุโรปรู้จักพริกในเวลาใดๆ กับไทยและเอเชีย แต่คนยุโรปไม่นิยมนำมากินเพราะที่นั่นไม่มีรากวัฒนธรรมของการกินเผ็ดมาก่อน สี่แผ่นดินอีกนั้นแหละที่บอกกับเราว่าที่เมืองอังกฤษมีพริกขายแต่ไม่ได้เอาไว้กิน หากปลูกเอาไว้ประดับบ้านเวลาตรุษสารท การกินอาหารรสจัดจึงเป็นวิถีท้องถิ่น ส่งผลให้การกินอาหารรสเผ็ด (พริก) เป็นกระบวนการเลือกสรรทางวัฒนธรรม

### แกงเผ็ดก็เป็น ‘ของนอก’

จากพริกแดงแล้วทำไมถึงต้องแกงเผ็ด เพราะเมื่อไม่มีพริก (แดง เขียว หรือเหลืองก็ได้) หน้าตาของแกงเผ็ดในสมัยโบราณคงไม่ได้เป็นอย่างในปัจจุบัน อันที่จริงแกงเผ็ดก็เหมือนพริกแดงตรงที่เป็น ‘ของนอก’ ที่กลายสภาพเป็นของท้องถิ่นกันครัวในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้หลายประเทศรวมทั้งไทยด้วย

สาหร่ายวงศ์หรือ DNA ของแกงเผ็ดนั้นคือแกงกะหรี่อินเดีย คำว่าแกงกะหรี่ หรือ curry เป็นคำที่ชาวอังกฤษเรียกอาหารประเภทสตูของอินเดีย คน

ไทยกิน curry ทั้งในแบบที่เป็นของดั้งเดิม เช่น แกงกะหรี่ ('curry' curry) และแกงมัสมั่นของชาวมุสลิม เป็นต้น และในแบบที่ปรับเปลี่ยนให้เป็นท้องถิ่นจนไม่สามารถไปหาแกงอย่างนั้นที่อินเดียได้ นั่นคือแกงเผ็ดแดงและแกงเขียวหวาน ซึ่งเดี๋ยวนี้นับที่รู้จักกันไปทั่วโลกในนามของ Thai curry หรือแกงเผ็ดไทย

สิ่งที่น่าสนใจของแกงเผ็ดไทยนั้นอยู่ตรงเครื่องปรุงที่ใช้ซึ่งสะท้อนทั้งพื้นฐานของชุมชนและความสามารถในการปรับตัววัฒนธรรม แกงเผ็ดหรือแกงกะหรี่อินเดียนั้นใช้เครื่องแกงที่ประกอบด้วยพริกและเครื่องเทศหลายชนิดบดแห้งผสมกัน ส่วนผสมและของที่ใช้แตกต่างกันไปในแต่ละท้องถิ่น ปัจจุบันมีชนิดที่นิยมกินกันเป็นพิเศษและมีขายสำเร็จรูปที่เรียกว่า garam masala

วิธีทำหลักๆ จะเริ่มจากการเจียวหอมจำนวนมาก (จริง ๆ) ผัดกับเครื่องแกงใส่เนื้อหรือผักที่ต้องการ แล้วจึงใช้ตัวประสานที่ทำหน้าที่เคล้าส่วนผสมทั้งหมดให้เข้ากันและยังลดความฉุนหรือเผ็ดของเครื่องแกงให้กลมกล่อมลงได้ ที่อินเดีย ตัวประสานที่ใช้มีหลายอย่าง เช่น บางแห่งใช้มะเขือเทศ แต่ที่นิยมสูงสุดคือนมหรือครีมหรือโยเกิร์ต ทำให้แกงกะหรี่อินเดียข้นและมัน

พอแกงกะหรี่อินเดียมาถึงฝั่งเอเชียตะวันออกเฉียงใต้โดยเฉพาะไทย เครื่องเทศที่ใช้ก็เปลี่ยนจากหนักลูกผักชี ยี่หระ กระวาน กานพลู ขมิ้น มหาหิงค์ กะปิ ข่า ตะไคร้ ผิวมะกรูด กระชาย ซึ่งเป็นสมุนไพรและเครื่องเทศของท้องถิ่น หอมกระเทียมโขลกเข้าไปในเครื่องแกงแทนที่จะเจียวต่างหาก

ที่สำคัญ ตัวประสานหลักที่ใช้ในภูมิภาคนี้คือกะทิ ซึ่งเข้าใจได้ทันทีว่าทำไมไม่เป็นเช่นนั้น เพราะภูมิภาคนี้มีมะพร้าวเยอะแยะในขณะที่ไม่มีการทำปศุสัตว์มากนัก และไม่ชินต่อการต้มนมหรือนำผลิตภัณฑ์จากนมมาทำเป็นอาหาร แกงเผ็ดแดงและแกงเขียวหวานไทยจึงเป็น fusion food ขนานแท้

สิ่งที่น่าสนใจของแกงเผ็ดไทยนั้นอยู่ตรงเครื่องปรุงที่ใช้ ซึ่งสะท้อนทั้งพื้นฐานของชุมชนและความสามารถในการปรับตัววัฒนธรรม

และดั้งเดิมเนื่องจากรับของนอกมาทำให้เป็นของในพวๆ กับการกินสปาเกตตีปลาเค็มแทนซอสที่ทำจากปลาแอนโชวี (ปลาเค็มอิตาลี)

### อาหาร 'เล่าขาน' ดำเนินวัฒนธรรม

เรื่องของพริกแดงและแกงเผ็ดตอกย้ำความจริงที่ว่าเอเชียตะวันออกเฉียงใต้เป็นดินแดนเปิด เป็นเส้นทางผ่านของการค้าทางทะเลและเป็นทางผ่านของวัฒนธรรมสำคัญๆ ของโลก เช่น วัฒนธรรมอินเดีย จีน เปอร์เซียและตะวันตก คนในภูมิภาคนี้จึงมีโอกาสและมีความสามารถในการปรับตัววัฒนธรรมต่างแดนเป็นพิเศษ

เวลาที่นักวิชาการพูดถึงการปรับตัววัฒนธรรมจากภายนอก ก็มักจะพูดถึงอะไรๆ อย่างปรัชญา ศาสนา กฎหมาย วรรณกรรม ทำนองนั้น แต่เรื่องของปากท้องกับข้าวกันครัวเล่าขานตำนานวัฒนธรรมได้ดีเท่ากัน

เส้นทางของพริกแดงและแกงเผ็ดเป็นเส้นทางวัฒนธรรมเพราะหากเรามองย้อนกลับ เรื่องของพริกแดงเปิดช่องทางสู่อุตสาหกรรมเกี่ยวกับชุมชนกับสิ่งแวดล้อม เกี่ยวกับคนกับการพึ่งพาพืชพรรณธรรมชาติเพื่อให้ได้มาซึ่งอาหารประจำวัน และยังมองเห็นการผสมผสานวัฒนธรรม ซึ่งของใหม่เข้ามาเติบโตแข่งแกร่งบนรากฐานที่มีมาแต่ดั้งเดิม ในทำนองเดียวกัน เรื่องของแกงเผ็ดแสดงให้เห็นการรับและปรับของที่มาจากภายนอกให้เข้ากับท้องถิ่น

ทำให้เกิดนวัตกรรมใหม่ที่ตีไม่แพ้ของเดิม

พูดถึงเส้นทางวัฒนธรรมแล้ว ทำให้คิดต่อไปว่า ประเทศไทยน่าจะเป็นบริเวณจุดตัดแบ่งที่สำคัญ แต่ไม่ใช่แบ่งระหว่างอะไรยากๆ อย่างวัฒนธรรมอินเดียกับวัฒนธรรมจีน เพียงแต่พอพูดถึงแกงเผ็ดไทยใส่กะทิแล้ว ทำให้เกิดความสงสัยขึ้นมาว่าทำไมอาหารทางภาคเหนือและอีสานจึงไม่ค่อยมีแกงกะทิ ยกเว้นข้าวซอย (อันนี้ก็ fusion food เอาเส้นก๋วยเตี๋ยวใส่แกงกะทิ) และแกงอ่อมของลาว

เคยถามคำถามนี้กับผู้คนเหมือนกันและมักจะได้รับคำตอบในทันทีว่าเพราะบริเวณนั้นไม่ใช่พื้นที่ปลูกมะพร้าว ซึ่งแม้ว่าจะจริงอยู่บ้าง แต่ไม่น่าจะเป็นเหตุผลหลัก เพราะถึงแม้จะไม่นิยมกินแกงกะทิแต่ก็นิยมใช้กะทิทำขนม จะว่าหามะพร้าวไม่ได้ก็คงไม่ใช่

ผู้เขียนคิดว่าอาหารภาคเหนือและอีสานไม่ค่อยมีแกงกะทิเพราะกินแกงกะทิกับข้าวเหนียวไม่อร่อย (แถมกินยากด้วย) สู้แกงขลุกขลิกอย่างแกงฮังเลหรืออาหารที่จิ้มข้าวเหนียวติดอย่างลาบสุ่มไม่ได้ หากเป็นจริงดังนั้น ประเทศไทยก็มีจุดตัดแบ่งของชุมชนนิยมและไม่นิยมแกงกะทิอยู่ตรงกลางๆ ประเทศพม่า ซึ่งน่าจะสัมพันธ์กับกลุ่มวัฒนธรรมข้าวเจ้ากับข้าวเหนียว

พอเริ่มพูดเรื่องข้าว ก็คงต่อไปได้อีกยาวหลายเรื่อง จึงคงต้องขอจบการมองเส้นทางวัฒนธรรมผ่านอาหารไว้เพียงเท่านี้ก่อน ใครช่วยเอาเรื่องขนมจีนไปคิดต่อให้ด้วยก็น่าจะสนุกดี ว่าทำไมจึงเป็นอาหารที่แพร่หลายทั่วเอเชียตะวันออกเฉียงใต้โดยไม่มีชื่อยกเว้น (๕)