

รสแม่สลอง

อาหารนอกเมนู

รสแม่สลอง
อาหารนอกเมนู
@taste > 12



กรุงเทพธุรกิจ
cover@t
เรื่อง : ปิ่นอนงค์ ปาปชัน
ภาพ : เอกรัตน์ ศักดิ์เพชร



อาหาร คือรสชาติแห่งความสุข คือความทรงจำ คือแรงบันดาลใจ บันชีกรรสชาติอาหารบนดอยแม่สลอง จังหวัดเชียงราย ที่นักท่องเที่ยวอาจไม่รู้จัก แต่เป็นรสชาติที่ลูกหลานของทหารจีนคณะชาติจากมณฑลยูนนาน นำโดยนายพลต้วนซีเหวิน ที่ลงหลักปักฐานอยู่บนดอยแม่สลองรบประจันกันในคราวเรือนและบางเมนูมีจำหน่ายตามร้านอาหารแต่ยังไม่เป็นที่รู้จักกันมากนัก เมนูเหล่านั้นคืออะไร ที่แน่ๆ ไม่ใช่ชาหมูหมั่นไถ่ และมีเรื่องราว รสชาติที่หยุดหรรษากว่านั้นเยอะ

รสชาติของความคิดถึง

ดนิตา ต้นติวณิช หลานสาวของนายพลต้วน ซีเหวิน (ผู้นำกองทัพบกที่ 5 ทหารจีนคณะชาติ ที่เข้ามาตั้งถิ่นฐานในประเทศไทยในช่วงสงครามเย็น และได้ช่วยเหลือทางการไทยรบจนได้รับสัญชาติ และลงหลักปักฐานบนพื้นที่จัดสรรบนดอยแม่สลอง) กล่าวถึงอาหารจานโปรดที่มักจะคิดถึงยามที่อยู่ไกลบ้าน นั่นก็คือ

ผัดผักกาดดอง

ผัดผักกาดดอง เป็นการถนอมอาหารที่แต่ละบ้านล้วนทำไว้รับประทานกันเอง โดยแต่ละบ้านก็มีสูตรลับเฉพาะแตกต่างกันไป นิยมผัดผักกาดในช่วงฤดูหนาว กรรมวิธีเริ่มต้นจากการล้างให้สะอาด ผึ่งให้แห้ง แล้วหมักด้วยน้ำซาวต้มสามวัน

“ผัดผักกาดดองเป็นอาหารที่คนจีนขาดไม่ได้ เหมือนคนไทยกินส้มตำ” ดนิตาเปรียบเทียบ

ผัดผักกาดดอง ฟังแล้วอาจรู้สึกธรรมดา หากเป็นเมนูที่ไม่ธรรมดาเลย

หมูกอดชาอุ้งหลอง (ภาพ : วัจพุดตาน)

สำหรับลูกหลานทหารจีนคณะชาติ รุ่นที่ 3 อย่าง **ดนิตา** หรือ **ดินี** ที่ต้องจากบ้านบนดอยไปเรียนจบปริญญาตรีที่มหาวิทยาลัยรังสิต สาขาแพชชั่นดีไซน์

ฝึกกาดตอยแม่สลองนอกจากรสเปรี้ยวแล้วยังมีรสเผ็ด นำมายำสดๆ กินกับพริกเผา (พริกคั่ว) ผักชีคูลูกกับข้าวเปล่า นำไปผัดกับหมูสับ หรือนำไปทำ **เคาหยก** (บางคนเรียก หมูพันปี) นำไปนึ่งกับหมูสามชั้นทอด

พรรณทิพา กิจวิธิ เจ้าของร้าน Up to you ต่อยอดเมนูฝึกกาดตอยหมูสับด้วยการนำมาทำเป็น **ขนมถ้วยยูนนาน** โดยการนำแป้งข้าวเจ้ามาผสมกับแป้งท้าวยายม่อม ผสมกับกะทิแล้วนำไปใส่ถ้วยนึ่งราว 10 นาที ยกกลงแล้วโรยหน้าด้วยผักกาดตอยผัดกับหมูสับ หอมเจียว ต้นหอม ผักชี แคนหมู

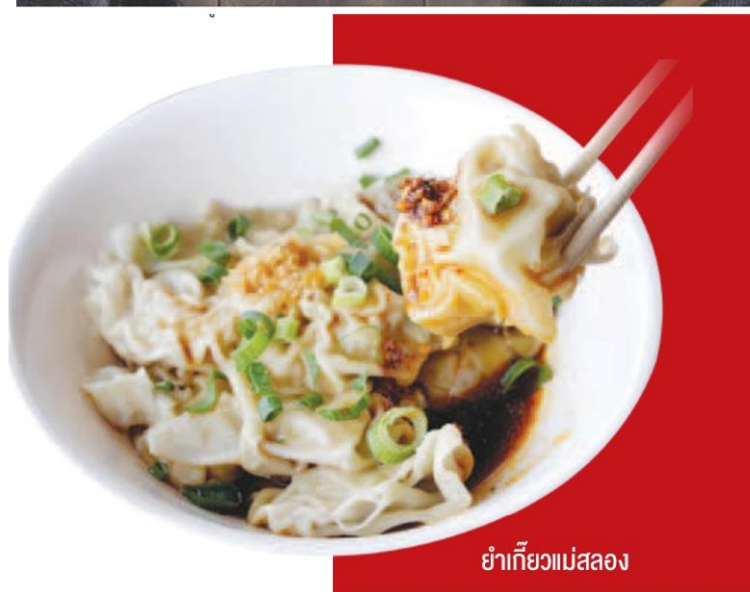
กินคู่กับน้ำจิ้มพิเศษที่มีส่วนผสมของซีอิ๊วดอย ซีอิ๊วดำ พริกสด น้ำมะนาว หรือน้ำส้มสายชู กลายเป็นอาหารว่างที่ถูกปากของทั้งเด็กและผู้ใหญ่ กล่าวได้ว่าฝึกกาดตอยบนดอยแม่สลองเป็นรสชาติหลักของทุกครัวเรือนที่ไม่ว่าจะไปอยู่ที่ไหนก็อดคิดถึงรสชาตินี้ไม่ได้เลย

รสชาติของความกะบุงนอม

ในอดีตทุกบ้านจะเลี้ยงหมูเพื่อเป็นรายได้เสริม นอกจากนี้หมูยังสามารถนำมาปรุงอาหารได้หลายอย่าง เมื่อลืมหูหนึ่งตัวต้องนำมาใช้ประโยชน์ให้ได้สูงสุด การถนอมอาหารเพื่อเก็บรักษาไว้กินได้นานๆ จึงเป็นหัวใจสำคัญ นอกจากนำมาทำเป็นแฮม กุนเชียงแล้ว ยังมี **หมูนํ้าค่าง** ที่ **อาซื่อ แซ่หว่าง** เจ้าของร้านอาหาร **อาซื่อไห่** เล่าว่าเป็นการถนอมอาหารที่นิยมทำกันในช่วงฤดูหนาว โดยที่อาศัยความเย็นในช่วงกลางคืนทำให้น้ำแข็ง

“ทำจากหมูดำที่เลี้ยงแบบธรรมชาติ ให้กินข้าวโพดกับต้นกล้วย กลางวันปล่อยให้วิ่งหากินตามธรรมชาติ เนื้อหมูจะอร่อยกว่าหมูธรรมดา วิธีทำ เอาเนื้อหมูดำมาหมักกับเครื่องยาจีน 2-3 วัน กลางวันเอาออกมาตากแดด กลางคืนตากน้ำค้าง ประมาณหนึ่งอาทิตย์ ทำช่วงหน้าหนาวดีที่สุด เมื่อได้ที่แล้วเก็บแช่แข็งเอาไว้ได้นานถึงหนึ่งปี”

อาซื่อ บอกว่า เนื้อนํ้าค่างที่ได้จะมีรสเค็ม เวลามาปรุงอาหารต้องหั่นเนื้อหมูเป็น



ใบกาแฟหมูกอด (ภาพ : วัจพุดตาน)

ยำเกี้ยวแม่สลอง

กรุงเทพธุรกิจ

Krungthep Turakij
Circulation: 200,000
Ad Rate: 2,400

Section: วันอาทิตย์/@ Taste

วันที่: อาทิตย์ 1 เมษายน 2561

ปีที่: - ฉบับที่: 1130

Col.Inch: 277.22 Ad Value: 665,328

คอลัมน์: cover@t: รสแม่สลองอาหารนอกเมนู

หน้า: 1(ขวา), 12, 11

PRValue (x3): 1,995,984

Clip: Full Color



หมูน้ำค่าง
ผัดพริกหยวก

ผัดผักกาดดองหมูสับ

น้ำพริกนวมิตรฤตถอย

ขึ้นบางๆ นำไปทอด กินกับข้าวได้เรื่อยๆ
เมนูอร่อยของอาซื่อ คือ หมูน้ำค่าง

ผัดพริกหยวก

“หันหมูน้ำค่างขึ้นบางๆ ผัดกับน้ำมัน
ใส่พริกหยวก หอมหัวใหญ่ ชิงชอยลงไป
ไม่ต้องปรุงรสอะไรเพิ่มเลยเพราะว่า
มีรสเค็มของหมูน้ำค่างอยู่แล้ว” เรียกว่าคลุก
ข้าวสวยก็อร่อยเลย

รสชาติของวันใหม่

กล่าวกันว่าอาหารเช้าของแม่สลอง
แสดงถึงความมีชีวิตในวันใหม่ เดิมทีคนที่นี่
นิยมกินซุปรอช้าวโพดที่นำข้าวโพดในท้องถื่น

มาคั้นน้ำแล้วมาต้มให้สุก ปรุงรสด้วย
กระเทียมเจียว ผักชี และชีอิ้วตอย (ผลิตที่นี่
ไม่มีสารกันบูด) ถ้าวันไหนรู้สึกหิว อตาลาย
มีนงง พวกเขาจะต้มซุปรอช้าว แล้วนำเต้าหู้
ขาวกับหมูบดผสมกับผักชีลาว ซึ่ง
และเครื่องเทศเป็นลูกกลม
คล้ายลูกชิ้นใส่ลงไป
ซุปรอช้าว เรียกว่า

ซุปรอช้าว
บะหมี่เส้นสด
ที่ร้านบะหมี่

ยูนนาน เป็นอีก
ร้านหนึ่งที่ทำให้
เช้าวันใหม่ของเรามี
ชีวิตชีวา ด้วยบะหมี่ไข่เส้นสด
ที่ทำวันต่อวัน ลวกในน้ำเดือด
จัดใส่ซอสรอช้าวด้วยไก่ฉีกพูนๆ เป็น
เส้นบะหมี่สดที่นุ่มนวล เข้ากันกับน้ำ
ซุปรอช้าวเป็นอย่างดี ปรุงรสเผ็ดด้วย
น้ำพริกหน้าตาคล้ายน้ำพริกฮองแต้ไม่ใช่
เพิ่มความเผ็ดร้อนได้ทีเดียว
มาร้านบะหมี่ยูนนาน เมนูที่พลาด

รหัสข่าว: C-180401011062 (1 เม.ย. 61/07:03)

หน้า: 3/5

ไม่ได้เช่นกันคือ **เกี้ยวซ่า** ที่แผ่นเกี้ยวมีเนื้อนุ่ม แป้งสดใหม่ให้รสชาติที่ละมุนทีเดียว ไม่ไกลจากบะหมี่ยูนนาน ดนิตา ชวนไปชิม **ยำเกี้ยวแม่สล่อง** เมนูสร้างสรรค์ของเพื่อนรุ่นเดียวกัน **จุ๋นดี้** ที่เปิดร้าน **ซีเอ็นเจ คอฟฟี่ แอนด์ ที** ขึ้นโดยให้เหตุผลในการเปิดร้านว่า “แม่ผมเป็นแม่ครัวในกองทหาร เมื่อแม่แก่แล้วอยากกลับบ้านมาดูแลแม่ และทำอาหารด้วย เลยนำความรู้ของแม่มาสืบทอด”

ยำเกี้ยวแม่สล่อง ใช้แผ่นเกี้ยวสดจากร้านบะหมี่ยูนนานใส่ไส้หมูต้บนดอยผสมกับถั่วและซอสปรุงรสด้วยจิ๊กโฉ่วกับซีอิ๊วดอย รสชาติออกเปรี้ยว เค็ม และเผ็ดด้วยพริกผัดน้ำมัน ...เป็นมื้อเช้าที่สดใส และมีรสชาติเหลือเกิน

รสชาติแห่งความสุข

ได้ทุนไปเรียนสหรัฐตั้งแต่ชั้นมัธยมจนเรียนจบปริญญา เดิมคิดว่าจะไม่กลับบ้านแล้ว กระทั่งวันที่ได้ชมภาพยนตร์ได้วันเรื่อง A Home too Far **ยุพิน ชีวันกุลทอง** จึงตัดสินใจกลับบ้านบดดอยแม่สล่อง

“หนึ่งเล้าถึงความยากลำบากของทหารจีนคณะชาติที่เป็นบรรพบุรุษของเรา ถ้าไม่มีพวกเขาคงไม่มีเราในวันนี้ จากที่เคยตั้งคำถามตอนอยู่เมืองนอกว่าเราคือใครเป็นคนไทยแต่ทำไมพูดภาษาจีนได้ เราเริ่มสงสัยว่าเราเป็นคนจีนหรือคนไทย พอดูหนังเรื่องนี้แล้วทำให้เปลี่ยนความคิด จากที่เคยคิดว่าเป็นคนโชคดียังได้อยู่อเมริกา เปลี่ยนมาถามตัวเองว่าอะไรทำให้เรามีความสุข

คำตอบ คือ การทำให้คนที่เรารักมีความสุข คิดได้อย่างนี้ก็ตัดสินใจกลับบ้านมาดูแลพ่อแม่ และก็จะคอยไปหาคนรุ่นที่ 2 ให้เขาเล่าเรื่องราวในอดีตให้ฟัง”

ยุพิน บอกว่า สิ่งที่คุณรุ่นที่ 3 อย่างเธอนอกจากสืบทอดกิจการของคนรุ่นปู่ย่าที่สร้าง **“วังพุดตาน”** ไร่ผลไม้ ไร่ชา จนเป็นที่รู้จัก การสร้างสรรค์เมนูใหม่ๆ ให้กับร้านอาหาร เป็นหนึ่งในภารกิจที่เพิ่มขึ้นหลังจากการเปิดห้องพักใหม่ขึ้นรองรับนักท่องเที่ยว

เมนูแห่งความสุขของเธอ เกิดจากอาหารที่ทำกินกันในครอบครัว ได้แก่ **ใบกาแฟหมูทอด**

“เมื่อก่อนเราปลูกกาแฟก่อนปลูกข้าวหลอง นำใบกาแฟมาห่อหมูสับที่ผสม



บะหมี่ยูนนาน

พริกไทย เกลือ เครื่องเทศ แล้วนำไปทอดในน้ำมันร้อนๆ เสิร์ฟคู่กับน้ำจิ้มไก่” ยุพิน บอกว่าใบกาแฟเมื่อทอดแล้วจะไม่มีรสขม

หมูทอดข้าวหลอง เป็นเมนูที่นำเอาข้าวหลองที่ปลูกอยู่แล้วนำมาปรุงเป็นอาหารจานใหม่ โดยนำเอาหมูสามชั้นมาหั่นเกล็ดพริกไทย เครื่องเทศ ซีอิ๊วขาว น้ำมันถั่วเหลือง 10 นาที แล้วนำไปทอด แล้วใส่ใบข้าวหลองกับผงกะหรี่ลงไปทอดจนกรอบ ตักขึ้น

“เมนูนี้ไม่กลิ่นหอม และรสชาติกลมกล่อมพอดีไม่ต้องมีน้ำจิ้มเลย” ยุพิน บอกว่า นอกจากนี้เธอยังมีเมนูยำใบชาสดและไข่ยัดไส้ยูนนานโรยใบข้าวหลองทอดกรอบ เตรียมไว้ให้ผู้มาเยือนได้ลิ้มลองอีกด้วย

อ่านต่อหน้า 11

ต่อจากหน้า 12

รสชาติเลื่องลือไกล

แม้ว่าคะแนนโหวตเราจะน้อย แต่ทักษะทางอาชีพของเราไม่แพ้ใคร

ครูสุรินทร์ คันธวังอินทร์ กลุ่มสาระวิชาคหกรรม **โรงเรียนสันติศิรินทร์วิทยาคม**

บนดอยแม่สล่อง ยืนย่นพร้อมต้อนรับอาหารฝีมือของเด็กนักเรียนที่ไปคว่ำรางวัลในงานศิลปหัตถกรรมนักเรียน ปีการศึกษา 2559 ในประเภทอาหารจานเดียวประเภทข้าวจาก **เมนูข้าวห่อพริกขี้หนู** **มังคุดยังเล**

“ที่มาของอาหารจานนี้เป็นการเล่น

เอาวัตถุดิบในห้องถิ่นมาประยุกต์เป็นอาหารจานเดียว เป็นความคิดของเด็กๆ ที่มีครูช่วยให้คำปรึกษา นำข้าวห่อมาห่อกับใบชาเขียว ข้าวหลอง ดอกอัญชัญ และดอกคำฝอย เสิร์ฟคู่กับเนื้อปลาไหลทอด และแกงฮังเลปลา

อิงสูตรแกงฮังเลเดิม เปลี่ยนจากหมูสามชั้นมาเป็นปลาเนื้อสุภาพ ปรุงรสด้วยน้ำมะขามและน้ำสับปะรด”

ส่วนอีกเมนูที่คว่ำรางวัลที่ 1 ของจังหวัดเชียงราย และที่ 4 ของภาคเหนือในงานศิลปหัตถกรรมนักเรียน ประจำปีการศึกษา 2560 ในโจทย์น้ำพริกผักสด และเครื่องเคียง มีชื่อว่า **นวมิตร**

น้ำพริกชื่อไพเราะประกอบด้วยสมุนไพรบนดอยแม่สล่องที่มีส่วนผสมของสมุนไพร 10 ชนิด ได้แก่ พริกแห้ง กระเทียม ใบมะกรูด ตะไคร้ ถั่วลิสง ถั่วกะลาแปะ ถั่วรูปดาวอินคา สำหรับถั่วนำไปต้มก่อนแล้วค่อยมาตำรวมกัน ใส่เผือกหนึ่ง ถั่วเน่าลงไปโขลก ตามด้วยปลาแห้ง กุ้งแห้ง ปรุงด้วยน้ำมะขาม น้ำเสาวรส

เสิร์ฟมากับเครื่องเคียงสุดอลังการ

ได้แก่ **ระกอบชา** - เนื้อไก่ยัดไส้หมูสับตุ๋นกับใบชา **เห็ดหอมคู่ใจ** - เห็ดเบอร์เกอร์ไส้หมูสับ **เยื่อไผ่ผุกรัก** - แกงจืดแห้งที่ใช้เยื่อไผ่ห่อแครอท พักทอง และ **ไข่ต้มใบชา** พร้อมด้วยผักสดของชาวบ้านที่ปลูกบนดอยทั้ง 2 เมนู มีทั้งความสวยงาม

กรุงเทพธุรกิจ

Krungthep Turakij
Circulation: 200,000
Ad Rate: 2,400

Section: วันอาทิตย์/@ Taste

วันที่: อาทิตย์ 1 เมษายน 2561

ปีที่: - ฉบับที่: 1130

Col.Inch: 277.22 Ad Value: 665,328

คอลัมน์: cover@t: รสแม่สล่องอาหารนอกเมนู

หน้า: 1 (ขวา), 12, 11

PRValue (x3): 1,995,984

Clip: Full Color



เกี้ยวซ่า



ขนมถ้วยยูนนาน



หมูน้ำค้างทอดกระเทียม



ซูเปกั๋วอ้อ

และรสชาติที่กลมกล่อม น่าชื่นชม และชื่นใจ
ในฝีมือของเด็กๆ เป็นอย่างมาก

“เราพยายามให้เด็กมี
ฝีมือทางอาชีพให้มาก

เพราะหลายคนไม่ได้ไปต่อในระดับ
มหาวิทยาลัย บางคนจบมัธยมไปทำงานตาม
ร้านอาหาร บางคนไปเป็นล่ามภาษาจีน
แม้ว่าจะมีโอกาสไม่มากแต่ครูก็บอกเสมอว่า
หนูต้องเป็นมหัศจรรย์เด็กดอยให้ได้นะ”
ด้วยความมุ่งมั่นของครูและนักเรียนที่หัวใจ
กับอาหารเต็มร้อย...มหัศจรรย์เด็กดอยจึง
เกิดขึ้นจริง

รสของแม่สล่อง

เพราะดอยแม่สล่องไม่ได้มีแต่
ชาหมูหมั่นโถ และซาลาเปา ยังมีความ

ตำรับคนบนดอยแม่สล่องอีกมากมายที่มี
รสชาติชวนค้นหา

ดนิตา ดันติวณิช และ**แนวร่วม** ได้แก่
ยุพิน ชีวินกุลทอง กันตเมศร์ ศรีกุลวรินทร์
(ร้านสวีทแม่สล่องคาเฟ่) จึงพยายาม
ผลักดันแนวคิดเรื่องหมู่บ้านอาหาร
นำเสนออาหารจากภูมิปัญญาที่สืบทอดกัน
มาในกลุ่มชาวจีนยูนนานที่นักท่องเที่ยว
อาจไม่เคยได้ลิ้มลองและสัมผัส โดยร่วมมือ
กับมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง จัดทำ
แผนพัฒนาแม่สล่องอย่างยั่งยืน โดย
ในระยะแรก (พ.ศ.2560-2561) เป็น
การศึกษาเก็บข้อมูลเรื่องอาหารในพื้นที่
รวบรวมเป็นหนังสือ **รสของแม่สล่อง**
หมู่บ้านอาหาร (หนังสือเล่มนี้ไม่มีจำหน่าย
ผู้สนใจสามารถติดต่อขอรับได้ที่ โครงการ
จัดตั้งพิพิธภัณฑ์อารยธรรมลุ่มน้ำโขง
มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง อีเมล
mekong-museum@mfu.ac.th
โทร. 0 5391 7067)

แม้ว่าจะเป็นเพียงจุดเริ่มต้น ทว่า
รสชาติหลากหลายที่เราได้สัมผัส
บนดอยแม่สล่อง ถือว่าเป็นอาหารนอกเมนู
ที่มีครบรส ไม่ว่าจะเป็น
จะเป็นความสุข
ความทรงจำ และ
แรงบันดาลใจที่ผสานกันได้อย่างกลมกล่อม
ทีเดียว

กล่าวได้ว่าเป็นการท่องเที่ยว
ไปกับอาหารนอกเมนูที่แตกต่างจาก
ภาพจำของดอยแม่สล่องที่เคยมีอยู่
อย่างสิ้นเชิง 🍲

ร้านซีเอ็นเจ

คอฟฟี่ แอนด์ ท

Ins.08 0775 8827

ร้านซ้อไห

Ins.0 5372 7168

ร้านวังพุดตาน

Ins.0 5372 7168

ร้าน Up to You

Ins.08 9162 1528

รหัสข่าว: C-180401011062 (1 เม.ย. 61/07:03)

หน้า: 5/5