

DISCOVER

Latin America ISSUE 1/2567



No.1

DISCOVER
LATIN AMERICA

ASPAWATCH
AMERICAN AND SOUTH PACIFIC AFFAIRS

DISCOVER

Latin America ISSUE 1/2567

รวมบทความจาก DLA MAGAZINE

พิมพ์ครั้งแรก

กรกฎาคม 2567

ISBN :

978-616-341-153-2

จัดทำโดย

กองลาตินอเมริกา กรมอเมริกาและแปซิฟิกใต้
กระทรวงการต่างประเทศ
เลขที่ 443 ถนนศรีอยุธยา เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400
โทร. 02-643-5113-4
อีเมล : mfa1103@mfa.go.th

พิมพ์ที่

บริษัท ภาพพิมพ์ จำกัด
เลขที่ 45/12-14, 33 หมู่ 4 ถ.บางกรวย-จตุรรม
ต.บางขุน อ.บางกรวย จ.นนทบุรี 11130
โทร. 02-879-9154-6

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

กองลาตินอเมริกา กรมอเมริกาและแปซิฟิกใต้ กระทรวงการต่างประเทศ.

Discover Latin America issue 1.-- กรุงเทพฯ : กองลาตินอเมริกา กรมอเมริกา
และแปซิฟิกใต้ กระทรวงการต่างประเทศ, 2567.
80 หน้า.

1. อาหาร -- ลาตินอเมริกา. I. ชื่อเรื่อง.

641.5

ISBN 978-616-341-153-2

Contents

เปิดหน้าต่างสู่โลกลาตินอเมริกา

04

บทบรรณาธิการ

06

Sabor Brasil
ร้านอาหารบราซิลของคนไทย

ผู้เชื่อมบราซิล-ไทยให้ใกล้ชิดกันยิ่งกว่าเดิม

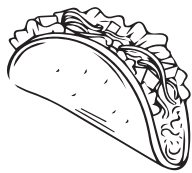
พิชญาภา ปัญญาศิริ
เจ้าหน้าที่โครงการ DLA

20

กาโก้ 101

ทำความเข้าใจจักอาหารประจำชาติเม็กซิโก

พงศ์สิน เทพเรืองชัย
ประจำการที่สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงเม็กซิโก
ระหว่างปี พ.ศ. 2556 - 2560



26

ความเผ็ดร้อนที่แตกต่าง
ของร้านอาหารไทยในเม็กซิโก

เชื่อมความสัมพันธ์ระดับประชาชน

ภัชชกร หาญกิตติวัฒน์
เจ้าหน้าที่โครงการ DLA



36

ช็อกโกแลต รสชาติขมหวาน

เมื่อโลกเก่ากับโลกใหม่มาพบกัน

พงศ์สิน เทพเรืองชัย
ประจำการที่สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงเม็กซิโก
ระหว่างปี พ.ศ. 2556 - 2560



41

กลางวัน
กินอะไรดีที่เปรู?

กิริติต สัจเดวี
ประจำการที่สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงลิมา
ระหว่างปี พ.ศ. 2558 - 2562





46

อาหารไทยและเปรู ความเหมือนในความต่าง

มนัสลินี มุทธาธาร
สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงลิมา



65

ย้อนรอยเส้นทางอาหารชิลี

ดินแดน Fire and Ice แห่งลาตินอเมริกา

อธิการ คนไว
สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงซันติอาโก



53

เปิดโต๊ะอาหาร จานไม่ควรพลาดที่อาร์เจนตินา

จักรพันธ์ ยูวรี
สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงบัวโนสไอเรส



70

อาหารและไวน์ชิลี การจับคู่ที่ลงตัว

สถานเอกอัครราชทูตชิลีประจำประเทศไทย

60

ดื่มเพื่อแบ่งปัน - Yerba Mate

วัฒนธรรมการดื่มชามาเต้ ในอาร์เจนตินา
และอุรุกวัย

วิริยาณ์ พรสุริยะ
ประจำการที่สถานเอกอัครราชทูต
ณ กรุงบัวโนสไอเรส
ระหว่างปี พ.ศ. 2560 - 2564



74

7 ภูมิภาคและอาหารถิ่นใน กัวเตมาลา

สถานเอกอัครราชทูตกัวเตมาลาประจำประเทศไทย



Editor's Note

กลับมาพบกับอีกครั้ง กับ DLA Magazine ที่กองลาตินอเมริกา กรมอเมริกา และแปซิฟิกใต้ จัดทำขึ้นเพื่อส่งเสริมความรู้ความเข้าใจอันดีระหว่างประเทศไทย กับภูมิภาคลาตินอเมริกาและแคริบเบียน ซึ่งคณะผู้จัดทำได้รวบรวมข้อเขียน และบทความเกี่ยวกับภูมิภาคมานำเสนอ เพื่อให้ผู้อ่านทุกท่านมองเห็นภาพและ รับทราบความเป็นมาเป็นไปเกี่ยวกับประเด็นต่าง ๆ ที่น่าสนใจในลาตินอเมริกา และแคริบเบียน ภูมิภาคที่หลายคนอาจคิดว่าไกล แต่จริง ๆ แล้ว เราใกล้กัน มากกว่าที่คิด



เมื่อวันที่ 27 พฤษภาคม 2567 ที่ผ่านมา กรมอเมริกาและแปซิฟิกใต้ ได้จัดการสัมมนาใน หัวข้อ “Flavours of Opportunities: Nourishing Trade and Investment between Thailand and Latin America” เพื่อส่งเสริมพลวัตการค้า และการลงทุนระหว่างไทยกับภูมิภาคลาตินอเมริกา และแคริบเบียน ตามนโยบายการทูตเศรษฐกิจ เชิงรุกของกระทรวงการต่างประเทศที่มุ่งเปิดแนวรุก ในตลาดที่มีศักยภาพสูงสำหรับสินค้าไทยและ

เปิดประตูโอกาสการค้าการลงทุน เพื่อร่วมพัฒนา เศรษฐกิจไทยให้เติบโตอย่างยั่งยืน ภายในงาน ดังกล่าว สถานเอกอัครราชทูตประเทศลาติน อเมริกาในไทยทั้ง 9 แห่ง ได้มารวมตัวกัน ชี้ช่องทาง จุดแข็งและโอกาสในการทำธุรกิจด้านอาหารและ การเกษตรระหว่างไทยกับลาตินอเมริกา ซึ่งก็ มีผู้แทนภาครัฐ เอกชน สื่อมวลชนและวิชาการ ให้ความสนใจเข้าร่วมรับฟังเป็นจำนวนมาก ซึ่ง คณะผู้จัดงานก็ขอแสดงความขอบคุณ มา ณ ที่นี้



ภายในงานสัมมนา ได้มีการจัดบูธแสดงสินค้าของผู้ประกอบการหลายราย ที่เป็นตัวอย่างของความสำเร็จและสะท้อนให้เห็นถึงโอกาสของการขยายความร่วมมือทางเศรษฐกิจระหว่างไทยกับลาตินอเมริกา ซึ่งเป็นหนึ่งในพันธกิจที่กรมอเมริกาและแปซิฟิกใต้มุ่งเน้นที่จะผลักดัน

ใครอยากเห็นบรรยากาศของงานสัมมนาหรือฟังรายละเอียดการนำเสนอของประเทศต่าง ๆ แบบเจาะลึก สามารถเข้าไปเปิดชมย้อนหลังได้ตาม QR Code



การสัมมนาครั้งนี้จะมีความสำคัญของสินค้าเกษตรและอาหาร เพราะเราเชื่อว่า ทั้งไทยและลาตินอเมริกาต่างมีจุดเด่นด้านอาหารและมีศักยภาพการผลิตที่ไม่แพ้กัน จึงเป็นอีกจุดร่วมหนึ่งที่เราสามารถขยายความร่วมมือกันได้ ใน DLA Magazine ฉบับนี้ เราจึงจะพาท่านผู้อ่านไปสัมผัสกับโลกแห่งความหลากหลายของอาหารในลาตินอเมริกา เชื่อว่า นอกจากจะทำให้ผู้อ่านเข้าใจวัฒนธรรมอาหารของลาตินอเมริกามากขึ้นแล้ว ยังน่าจะชี้ให้เห็นช่องทางในการทำธุรกิจสาขานี้กับเพื่อนเราชาวลาตินอเมริกาได้อีกด้วย



หวังเป็นอย่างยิ่งว่า เนื้อหาของ DLA Magazine ฉบับนี้ จะทำให้ผู้อ่านอิมเมจและรู้สึกเข้าใจถึงภูมิภาคลาตินอเมริกาและแคริบเบียนไปมากยิ่งขึ้น ส่วนฉบับหน้า บอกได้ก่อนเลยว่า เนื้อหาและความน่าสนใจไม่ได้ยิ่งหย่อนไปกว่ากันแน่นอน!

แล้วพบกันเร็ว ๆ นี้

กองลาตินอเมริกา
กรมอเมริกาและแปซิฟิกใต้
กรกฎาคม 2567



ชิม Picanha จิบ Guaraná ที่ Sabor Brasil

ร้านอาหารบราซิลของคนไทย
ผู้เชื่อมบราซิล-ไทยให้ใกล้กันยิ่งกว่าเดิม





ยามบ่ายวันหยุดสุดสัปดาห์ เราพกพาความสนใจใคร่รู้ พร้อมกับกระเปาะที่ว่างเปล่า ตั้งแต่เข้ามายังจุดนัดพบ

เรื่อง: พิชญภา ปัญญาศิริ
ภาพ: foodiizwalker
Sabor Brasil

หน้า community mall ที่ตลาดค้าผู้คนหลายหลาก สัญชาติในซอยสุขุมวิท 33/1 เดินขึ้นชั้นสองไปไม่กี่ก้าวก็พบกับห้องกระจกสีขาวยุโรปโร่งสบายและครัวไม้สีเข้มติดกับธงชาติบราซิลสีเขียว รอต้อนรับเราอยู่ พร้อมป้ายชื่อร้าน เขียนชัดเจนว่า Sabor Brasil (ซาบอร์ บราซิล) แปลเป็นภาษาไทยได้ว่า “รสชาติบราซิล” เมื่อนั่งลงที่โต๊ะพร้อมกับเมนูและเครื่องดื่ม Guaraná เย็นชื่นใจคนละแก้วก็ได้เวลาทำความรู้จักประเทศที่ใหญ่ที่สุดในลาตินอเมริกา

“วรรณเคยไปแลกเปลี่ยนที่ประเทศบราซิลหนึ่งปีตอนเรียนอยู่มัธยมปลาย เป็นโครงการของเอเอฟเอสประเทศไทย” คุณวรรณ หรือ ศรียวรรณ เสียงจันทร์ เจ้าของและผู้ร่วมก่อตั้งร้านอาหาร Sabor Brasil ซึ่งรับหน้าที่ดูแลด้านการบริหารจัดการร้านในภาพรวม พ่วงกับด้านการตลาด เริ่มเล่าความเป็นมาของร้านให้เราฟังด้วยสีหน้ายิ้มแย้ม “พอกลับมาเมืองไทยแน่นอนว่าเวลาเราไปอยู่ประเทศไหนมา แล้วกลับมาประเทศเรา เราก็คงคิดถึงอาหาร

ของประเทศนั้น แต่ช่วงที่เรากลับมาใหม่ ๆ (ประมาณปี 2553 - 2555) ร้านอาหารบราซิลในไทยยังมีแค่แนวบูฟเฟ่ต์แพง ๆ ตามโรงแรมที่ราคาค่อนข้างสูงสำหรับเราซึ่งตอนนั้นยังเป็นแค่เด็กมัธยมฯ แล้วก็มีเรื่องรสชาติ บางทีก็รู้สึกว่ามี การปรับรสชาติไปเยอะเพื่อให้ถูกปากคนเอเชียเพราะแขกในโรงแรมส่วนมากเป็นคนจีนหรือคนไทย ก็เลยเกิดเป็น pain point ว่า อยากกินอาหารบราซิลแท้ ๆ แต่ไม่มีที่ไหนตอบโจทย์เลย เพื่อน ๆ หรือรุ่นพี่ที่ไปแลกเปลี่ยนที่บราซิลมาก็คิดเหมือนกันว่าจะไปกินอาหารบราซิลที่ไหนดีนะ ซึ่งมันก็ตั้งใจเรามาตลอด”

แม้จะคิดถึงรสชาติอาหารบราซิลแท้ ๆ และพบข้อจำกัดที่อยากแก้ แต่การเปิดร้าน Sabor Brasil ของคุณวรรณก็ไม่ใช้แผนการที่วางไว้แต่แรก หากแต่เกิดจาก “จังหวะ” ที่พอเหมาะพอเจาะเสียมากกว่า

“มีวันหนึ่ง ตอนนั้นเรียนอยู่มหาวิทยาลัยปีสี่ ได้ไปออกบูธในงานการกุศลของสถานทูตบราซิลประจำประเทศไทย เราเอาของขึ้นชื่อของบราซิลที่หิ้วมาจากตอนไปทำงานเป็นล่ามฟรีแลนซ์ที่บราซิลไปขาย เช่น กาแฟ สบู่ ของกินเล่น เรายืนขายอยู่กับรุ่นพี่ที่ไปแลกเปลี่ยนมาด้วยกันก็เจอผู้ชายคนหนึ่งหน้าตาเหมือนคนญี่ปุ่นมาขึ้นนามบัตรให้ แล้วก็คุยกัน บอกว่าเขาเป็นคนบราซิลคือหน้าตาเขาญี่ปุ่นเพราะว่าพ่อแม่ปู่ย่าเขาเป็นผู้อพยพ (immigrant) ญี่ปุ่นในบราซิล เขาก็มาคุยว่าเขาทำอาหารบราซิลแช่แข็งขายในประเทศไทยนะ แต่ยังไม่ใหญ่ เพราะเพิ่งมาอยู่ไทยได้ไม่นาน ก็ทำความรู้จักกันไว้ กลายเป็นจุดเริ่มต้น แต่ตอนแรกคิดกันในระดับเล็ก ๆ แค่ว่าอยากนำเข้าเครื่องดื่มบราซิลที่เรียกว่า Guaraná Antártica ที่คนอยากดื่มกันมาก เขาส่งออกไปหลายที่เลย ยุโรป ออสเตรเลีย อะไรก็มีหมดแล้วแต่ไทยยังไม่มี แต่สุดท้ายก็รู้สึกว่าการนำเข้าอาจไม่คุ้มทุนเท่าไร มาเปิดร้านอาหารบราซิลเล็ก ๆ กันแทนดีไหม”



“คุณวรรณ” ศรียวรรณ เสียงจันทร์



เราบอกชื่อเมนูภาษาโปรตุเกสกับพนักงานทำทาง เป็นมิตรไปเกือบสิบเมนู แต่ก็ยังแอบสับสนกัน ด้วยความเสียดายเพราะยังเหลืออีกหลายเมนูที่คงลองชิมทั้งหมดไม่ไหวในคราวนี้ รายการอาหาร หลากหลายละลานตาบนแผ่นเมนูสะท้อนว่า คงไม่ง่ายนักกว่า Sabor Brasil จะเดินทางมาถึงจุดนี้ จุดที่สามารถขายอาหารบราซิลได้อย่าง มั่นใจในความ “แท้” ของรสชาติ และเป็นจุดที่ คุณวรรณตั้งใจและตั้งใจยกย่องไว้ให้เป็นแนวคิดหลัก ของ Sabor Brasil

“โจทย์ที่เราตั้งไว้ ซึ่งก็เป็นจุดแข็งของร้าน เราด้วย คืออาหารต้องรสชาติ authentic เป็นบราซิลแท้ ๆ อีกอย่างคือต้องราคาไม่แพง เด็กมัธยมฯ หรือมหาวิทยาลัยที่เคยไปอยู่ บราซิลมาต้องจับต้องได้”

“ทั้งเด็กแลกเปลี่ยนบราซิลที่กลับมาเมืองไทย และคนบราซิลในไทยที่เรารู้จัก เวลาอยากกิน อาหารบราซิล เขาไม่ได้อยากได้ความแพนซี เขาแค่อยากได้อาหารที่ทำให้ความรู้สึกเหมือน อยู่บ้าน - feel like home เราก็เลยตั้งใจว่า

จะต้องมีเมนูหลากหลายที่เขากินกันที่บราซิล จริง ๆ เน้นว่าคนบราซิลในไทยมากินต้อง อร่อย ไม่งั้นเราขายหน้าเขา เพราะเรารู้จักคน บราซิลเยอะ ไม่อร่อยไม่ได้ ไม่เป็นบราซิลไม่ได้ โดยเฉพาะช่วง 6-7 เดือนแรกที่ร้านเปิดมา ลูกค้า เกือบร้อยเปอร์เซ็นต์เป็นคนบราซิล แล้วสักพัก เขาก็บอกกันปากต่อปาก พาคนไทยที่เขารู้จักมา ลองชิม แล้วอย่างฟอคครัว นักฟุตบอล หรือคน บราซิลที่มาทำงานในไทยแทบทุกคนรู้จักร้านเรา หมด มากินร้านเราบ่อย บางคนทำเหมือนตัวเขาเป็น ambassador ให้ร้านเรา ทุกคนที่กินแล้วติดใจก็จะ ชวนเพื่อนคนไทยหรือเพื่อน expat (ชาวต่างชาติ ที่อาศัยในประเทศไทย) ในกรุงเทพฯ มานั่งกินกัน แล้วเขาก็เป็นคนแนะนำอาหารแต่ละจานให้เอง ว่า “เฮ้ย ยมาเรียนรู้วัฒนธรรมของไอสิ จานนี้ ทำจากสิ่งนี้เป็นอย่างนี้ ๆ นะ” แล้วร้านนี้ทำ อร่อยมากอยากให้คนมารู้จัก เขาเป็นคนดึงคน เข้ามาเองเลย พอความสัมพันธ์ระหว่างลูกค้า กับร้านมันเริ่มมาจากการบอกปากต่อปาก แล้ว มีคนมานั่งแนะนำให้ฟังโดยที่เป็นเพื่อนของเขา เองอย่างนี้ ฐานลูกค้าของเราก็เลยค่อนข้างยั่งยืน อีกอย่างคือ รู้ไหมว่าตอนที่โลกนี้ยังไม่มีโควิด-19 เราจัดงานปาร์ตี้ดนตรีบราซิลที่ร้านทุกเดือน ด้วยนะ”



คุณวรรณเสริมต่อ “จนมีคนพูดเล่น ๆ ว่า Sabor Brasil เหมือนสถานทูตบราซิลประจำประเทศไทยแห่งที่สองเลย เพราะมีคนมารวมตัวกัน ร้องเพลง กินดื่ม ทำความรู้จักกัน ในบรรยากาศสบาย ๆ คนบราซิลบางคนเพิ่งย้ายมาอยู่ไทย ไม่รู้จักใครเลย แต่พอรู้ว่ามีร้านนี้ที่คนบราซิลมากินบ่อย ๆ เขาก็มา แล้วก็ได้ทำความรู้จักได้เพื่อนกลับไป ซึ่งก็เกินความคาดหวังแต่แรกของเราไปเยอะ”

ถึงตอนนี้ อาหารเริ่มทยอยมาเสิร์ฟแล้ว เริ่มจาก Coxinha แป้งทอดทรงหยดน้ำยัดไส้ไก่หอมกรุ่นรสชาติคุ้นลิ้นกินง่าย ตามด้วย Cheese Bread ก้อนกลม รสชาติขนมปังสดใหม่เข้ากันดีกับชีสเข้มข้น สมกับที่คุณวรรณบอกว่าเป็นหนึ่งในเมนูยอดนิยมของลูกค้าคนไทย



“ส่วนคนไทย เราก็เลือกที่จะมีเมนูหลาย ๆ อย่าง ที่คิดว่ารสชาติพอจะถูกปากคนไทยได้บ้าง เวลาที่ลูกค้าคนไทยมาครั้งแรก เราจะถามเขาว่าชอบหรือไม่ชอบอะไร จะได้แนะนำเมนูให้ถูกว่าลองจานนี้ไหม แล้วสิ่งที่คนไทยแทบทุกคนพูดเหมือนกันคือ ตอนแรกคิดว่าอาหารบราซิลจะกินยาก เพราะว่าหน้าตาไม่คุ้นเคย แทบไม่รู้จักเลย อาหารบราซิลเป็นอย่างไร แต่พอลองกินปั๊บ เฮ้ย ถูกปาก ราคาดีด้วย กลับมากินซ้ำกันเยอะ



อย่างเมนู Feijoada อาหารพื้นเมืองของบราซิล เป็นถั่วสีน้ำตาลต้มกับส่วนต่าง ๆ ของหมู เสริฟมากับข้าว คนเห็นก็จะบอกว่าหน้าตามันแปลก ๆ เป็นถั่วต้มสีดำ ๆ อยู่ในจานอาหารคาว แต่กินแล้วปรากฏว่าอร่อย คล้ายข้าวขาหมูบ้านเรา ก็อยากให้ทุกคนลองเปิดใจมาชิมอาหารบราซิลที่ร้านเรา คนไทยส่วนใหญ่ที่มาจะติดใจ รู้สึกว่าไม่ได้กินยากอย่างที่คิด ตอนนี้หลังจากเปิดร้านมาประมาณสามปี ลูกค้าคนไทยเยอะขึ้นมาก”

Feijoada ปริมาณกินอิ่มท้องถูกวางลงตรงหน้าเรา ภาพที่คุ้นเคยคือข้าวสวยสีขาววันกรุ่น แต่ที่ไม่คุ้นคือถั่วต้มสีดำ ๆ ที่เรามักพบในเมนูของหวานมากกว่าของคาว

ถึงตอนนี้ คุณเชฟ หรือ ประมัตต์ อินจำปา หุ้นส่วนอีกคนของ Sabor Brasil ที่มักแวะเวียนมาเยี่ยมเยียนร้านและกินอาหารบราซิลให้อิ่มท้องและใจอยู่บ่อย ๆ แนะนำให้เรารับประทาน Feijoada คู่กับผง Farofa ที่มีรสเค็มจาง ๆ หอมกระเทียมอ่อน ๆ ช่วยชูรสชาติอาหารให้เด่นชัดและตามด้วยซัลซาแบบบราซิลที่มีทั้งมะเขือเทศหอมใหญ่ และพริกหยวกสับ เติมความเปรี้ยวให้สดชื่นตัดกับรสหวานละมุนของเนื้อหมูนุ่ม ๆ และถั่วสีน้ำตาล คุณเชฟบอกเราว่าอาหารบราซิลเน้นความเรียบง่าย

“ปรองดอง รับประทานง่าย และอร่อยได้ง่าย ๆ”



จากรสชาติจริงแท้ของวัตถุดิบ โดยไม่ต้องใช้เครื่องปรุงรสใด ๆ ให้ซับซ้อน เช่นเดียวกับเมนูยอดนิยมนอกจานหนึ่งที่วางรอให้ชิมอยู่ข้าง ๆ คือ Picanha Steak เนื้อส่วน Sirloin cap อย่างดีดมันหน้าตาชุ่มฉ่ำที่คุณเชฟบอกว่าเน้นรสชาติความอร่อยในตัวเองของเนื้อ ไม่ผ่านการหมักหรือการปรุงใด ๆ ไรยเพียงเกลือหิมาลัยเล็กน้อยเท่านั้น

“พวกวัตถุดิบนี้ ตอนเริ่มแรกมันก็มีความยากของมัน เพราะว่ามันไม่มีคนทำมาก่อน ไม่รู้ว่าจะต้องไปหาที่ไหน” คุณวรรณตอบข้อสงสัยของเราว่าในเมื่อวัตถุดิบสำคัญต่ออาหารบราซิลขนาดนี้แล้วในไทย - ดินแดนที่ไกลออกมาอีกซีกโลกหนึ่ง จะตามหารสชาติความเป็นบราซิลได้อย่างไร “ยกตัวอย่างเช่น แป้ง เรามีเมนูที่เป็นของกินเล่นชื่อ Pastel เป็นแผ่นแป้งทอด ซึ่งก็ไม่มีแผ่นแป้งที่รสชาติถูกใจเรา



“คุณเชฟ” ปรมัตถ์ อินจำปา



เราก็เลยต้องไปหาโรงงานที่รับทำแผ่นแป้งแบบนี้ไปปรับให้ได้สูตร ได้ขนาด ตามที่เราต้องการหรือมันล่าปะหลัง ร้านเรามีเมนูมันล่าปะหลังทอดหรือ Mandioca ก็ต้องไปคุยกับเกษตรกรว่าเราอยากได้แบบนี้ ๆ ซึ่งมีความผันผวนสูงเหมือนกันอย่างบางช่วงฝนตกเยอะ รสชาติก็เปลี่ยน ความกรอบเปลี่ยน เราก็ต้องไปควบคุมให้ได้คุณภาพคงที่มากที่สุด ที่จริงแล้ว **สิ่งที่คนไม่ค่อยรู้คือวัตถุดิบของไทยกับของบราซิลมีความเหมือนกันเยอะมาก** เพราะภูมิประเทศและภูมิอากาศของเราคล้ายกันมาก **สิ่งที่เขาปลูกแทบทุกอย่างก็ปลูกได้ในไทยทั้งหมด** เราแค่ต้องไปปรับวิธีการผลิตให้ได้ออกมาตามที่เราต้องการ สิ่งที่ยากที่สุดน่าจะเป็นถั่วสีน้ำตาลอ่อน เพราะคุณภาพของถั่วที่ไทยยังไม่สูงเท่าที่ต้องการ ก็เลยยังต้องนำเข้าถั่วมา แต่ก็ไม่ได้จำเป็นต้องนำเข้าทุกอย่าง ลดต้นทุนไปได้เยอะ”



เราพบว่า Mandioca หรือเฟรนช์ฟรายส์แบบบราซิล กรอบอร่อยจนต้องส่งเข้าปากซ้ำแล้ว ซ้ำเล่า ความรักในอาหารบราซิลของ Sabor Brasil สะท้อนออกมาผ่านคุณภาพของวัตถุดิบและความอบอุ่นของบรรยากาศร้าน จนเราอดถามถึงไม่ได้ว่าอาหารบราซิลในมุมมองของเจ้าของร้านเป็นอย่างไร

“อาหารบราซิลเป็นศูนย์รวมวัฒนธรรมจากหลากหลายที่ ทั้งจากยุโรป เช่น โปรตุเกส เยอรมนี จากแอฟริกา จากตะวันออกกลาง ก็มี” คุณวรรณอธิบาย

“ดังนั้นเวลาพูดว่าอาหารบราซิล มันจะไม่มีอะไรที่เป็นบราซิลแท้ ๆ ทั้งหมด เพราะว่าบราซิลเป็นประเทศใหญ่มาก แต่ละภาค แต่ละเมืองของเขาก็จะมีเมนูประจำภาค เมนูประจำเมือง หรือต่อให้เมนูเมนูหนึ่งที่เรียกชื่อเดียวกันทั้งประเทศแต่สิ่งที่กินไม่เหมือนกัน แต่ถ้าให้พูดในภาพรวม อาหารบราซิลจะเป็นอาหารที่มีถั่วเยอะ มีเนื้อเยอะ แล้วก็รสชาติกินง่าย ใครลองก็กินได้ ชอบหรือไม่ชอบ อันนี้อีกเรื่อง แต่รสชาติไม่โดดมากหรือแปลกมาก อีกอย่างที่เราชอบคือความแตกต่างระหว่างอาหารไทยกับบราซิล แล้วก็มีความประหลาดใจ (amazing) ว่าวัตถุดิบอาหารบราซิลเหมือนของไทยเลยนะ แต่พอทำออกมาแล้วมันต่างกันมาก โดยที่เราไม่เคยรู้มาก่อนว่าวัตถุดิบนี้เอามาทำอย่างนี้ได้ด้วยเหอ”

ถึงตอนนี้ เราลองชิมเมนูปิดท้ายรายการอาหารคาว คือ Palmito หรือสลัดยอดปาล์มรสชาติสดชื่น ยอดปาล์มสีขาวนวลให้สัมผัสคล้ายยอดมะพร้าวเพียงแต่นุ่มและนวลกว่า ตั้งแต่จานแรกที่ได้ลอง เรารู้สึกว่าอาหารบราซิลรสชาติ “เป็นมิตร” กับลิ้นคนไทยยิ่งนัก ตักกินเพียงไม่กี่คำ ก็รู้สึกคุ้นเคย เป็นความสบายอกสบายใจที่อยากบอกต่อ เพราะเราเชื่อว่าถ้าผ่านด่านของ “อาหาร” มาแล้ว จะไปต่อในมิติอื่นของวัฒนธรรม ก็คงไม่ใช่เรื่องยาก

“ถ้าคนรู้จักบราซิลเพิ่มขึ้นก็ดี ร้านจะได้ขายดี (หัวเราะ) หรือถ้าทางกระทรวงการต่างประเทศ หรือว่าสถานทูตสนใจมาทำโปรเจกต์ร่วมกันเพื่อส่งเสริมให้คนรู้จักบราซิลมากขึ้นอะไรอย่างนี้เราก็ยินดีนะ เพราะว่ามีคนสนใจเรื่องของบราซิลเยอะมาก แต่ก็ยังไม่มียะไรให้เข้าถึงมากสักเท่าไร ส่วนใหญ่ก็จะเป็นฟุตบอล กาแฟ ส่วนอาหารนี่เพิ่งเริ่มมา เพิ่งปีนี้เองที่คนไทยเริ่มมารู้จักอาหารบราซิล ก็คิดว่ามันยังมีศักยภาพอยู่อีกเยอะมาก

และก็อย่างที่บอกคือ **คนไทยไม่รู้จัก แต่ไม่ใช่ว่าถ้าลองแล้วจะไม่ชอบ เพราะส่วนใหญ่ลองแล้วก็ชอบกันหมดเลย**” ในส่วนนี้ คุณวรรณขยายความให้ฟังว่า จากที่เคยทำงานเป็นล่ามและผู้ช่วยนักธุรกิจบราซิลในไทย และเคยทำงานกับเจ้าของซูเปอร์มาร์เก็ตแห่งหนึ่งในเมืองเซาเปาลู **ศักยภาพด้านอาหารของไทยที่คนบราซิลสนใจมากคือผลไม้ โดยเฉพาะผลไม้อบแห้งหรือผลไม้ฟรียดรายด์ (freeze-dried)** ที่มีความพรีเมียม “บราซิลมีผลไม้เยอะมากเลยนะ เขาปลูกพืชผักอุดมสมบูรณ์มาก แต่เขายังไม่มีเทคโนโลยีความรู้ความชำนาญ (know-how) หรือการลงทุนในแต่ละที่ที่ดีพอเท่าเมืองไทย เทคโนโลยีการแปรรูปผลไม้ของไทยไปไกลกว่าเขา ดังนั้นเขาจะสนใจพวกนี้ สิ่งที่ไทยนำไปแข่งขันที่บราซิลหรือลาตินอเมริกาได้คือการเพิ่มมูลค่าสินค้าที่เรามีอยู่แล้ว เติมความเป็นไทยเข้าไปให้ออกมามีเอกลักษณ์และเข้าถึงได้ง่าย อย่าไปแข่งขายราคาถูกเพราะสเกลการผลิตเขาใหญ่กว่าและต้นทุนก็ถูกกว่า”



พออิมหน้ากับของคาว เราก็ต่อด้วยของหวาน
อีกเล็กน้อย Tapioca Nutella Banana หน้าตา
เหมือนเครปสีขาวละมุนถูกยกมาเสิร์ฟ เป็นอีกหนึ่ง
เมนูจากมันสำปะหลังที่ถ้าไม่บอกก็คงไม่รู้ แต่ก่อนที่
งานนี้จะหมดลง เราในฐานะกองลาดินอเมริกา
กรรมาอเมริกาและแปซิฟิกใต้ กระทรวง
การต่างประเทศ ยังมีอีกคำถามสำคัญ นั่นคือ
จากมุมมองของ Sabor Brasil อาหารสามารถมี
บทบาทในการส่งเสริมความสัมพันธ์ไทย
ลาตินอเมริกา ทำให้ไทยกับลาตินอเมริกาใกล้กัน
มากขึ้นได้หรือไม่ และอย่างไรบ้าง

“จากมุมมองของร้าน Sabor Brasil นะคะ
เรามองว่าเมื่อมีร้านนี้ขึ้นมา เวลามีคนบราซิล ลูกค้า
บราซิลพาเพื่อนต่างชาติหรือเพื่อนไทยมากิน
อาหารที่ร้านแล้วเขาแนะนำว่าวัตถุดิบอาหาร
แต่ละอย่างเป็นอะไรบ้าง **มันสร้างความแปลกใจ
ให้คนไทยว่า เฮ้ย วัตถุดิบบ้านเราเอามาทำ
อย่างนี้ได้ด้วยหรอ** อย่างเช่นมันสำปะหลังทอด
(จากเมนู Mandioca) เนี่ย คนไทยหลายคน
ไม่เคยกินนะ ยกเว้นบางคนที่มาจากภาคใต้
ของไทยอาจจะเคยกินบ้างเพราะเป็นขนมพื้นบ้าน
แต่มันก็เป็นคนละแบบกัน ของเราเอามาทำเป็น
ชิ้นเล็ก ๆ ให้กินแทนเฟรนช์ฟรายส์ แต่ไม่ใช่มันฝรั่ง
เป็นมันสำปะหลังทอด บางคนไม่เคยกินก็จะรู้สึก
ว้าว ส่วนผง Farofa ที่เสิร์ฟเป็นเครื่องเคียงก็คือ
ผงมันสำปะหลังเอาไปคั่วกับเกลือและกระเทียม
นี่ก็ทำจากมันสำปะหลังอีก แล้วเมนู Tapioca ที่
คล้าย ๆ เครป ก็เป็นมันสำปะหลังอีก แล้วก็ยังมี
ของหลายอย่างที่คนไทยไม่เคยรู้ว่าวัตถุดิบแบบ
นี้ในประเทศเรามันเอามากินอย่างนี้ได้ด้วยหรอ
พอเอามานั่งอธิบาย ค่อย ๆ คุยกันว่าอันนี้มัน
เป็นอย่างนั้นนะ คุยไปคุยมา เฮ้ย **บราซิลกับไทย
มันใกล้กันกว่าที่คิด ในแง่วัฒนธรรม ในแง่
สิ่งที่เรามีเหมือนกัน มันไม่ได้ต่างกันเหมือนที่
เราเคยคิดนะ** คนก็จะเกิดความเซอร์ไพรส์ แล้ว
ก็ต่อยอดไปคุยด้านอื่น ๆ ได้ อย่างบางคนพอ
สนใจด้านอาหารแล้วก็จะไปสนใจด้านอื่น ๆ ต่อ
จะอยากรู้ต่อบราซิลมีวัฒนธรรมอะไรน่าสนใจ





อีกบ้าง หรือมีคนไทยบางคนมากินที่ร้านแล้ว เขาสนใจอยากรู้จักคนบราซิล อยากลองเรียน ภาษาโปรตุเกส บางที่เขาได้นั่งโต๊ะข้าง ๆ โต๊ะคนบราซิล ก็คุยกันไปได้เลย ด้วยความที่ร้านเราไม่ใหญ่ คุยอะไรกันโต๊ะข้าง ๆ ก็ได้ยิน แล้วคนบราซิลนี่จะเป็นมิตร อธิยาศัยดีมาก จะชอบชวนคุย บางทีลูกค้าทั้งร้านหันมานั่งคุยกันเลยก็มี ซึ่งก็ไม่ใช่แค่คนบราซิลอย่างเดียว บางทีคนไทยก็เป็นฝ่ายเริ่มต้นบทสนทนาเหมือนกัน เป็นเรื่องที่เกิดขึ้นได้อย่างสบาย ๆ และเป็นเรื่องธรรมชาติมากในร้านเรา ถ้าเป็นร้านอื่นอาจจะรู้สึกแปลก ๆ ที่ไปชวนโต๊ะข้าง ๆ คุย แต่ร้านเราลูกค้าชวนกันคุยตลอด ได้ทำความรู้จักกัน แลก contact กัน น่ารักมาก ตอนที่ยังไม่มีโควิด-19 ร้านเรามีดนตรี มีบาร์ดี อะไรแบบนี้ด้วย ถือว่าเป็น hub เล็ก ๆ แห่งหนึ่งเลย มิวกันเลี้ยงมีกิจกรรมทุกเดือน ให้คนได้มาเจอกัน ทำความรู้จักกัน ดีมาก แต่ก็ไม่แน่ใจว่าจะได้กลับมาทำอย่างนั้นอีกเมื่อไรนะ น่าจะอีกสักพักเลย”

ฟังแล้วไม่ต้องบอกก็รู้ว่า จากการเลือกไป แลกเปลี่ยนที่ประเทศบราซิลหลังจบมัธยมต้น เพียงเพราะอยากออกจาก comfort zone เดิม ๆ ไปท่องโลกกว้าง จนมาถึงวันนี้ที่จังหวะชีวิตนำพาให้มาเปิดร้านอาหารบราซิลใจกลางกรุงเทพฯ คุณวรรณภูมิใจกับร้านนี้มากเพียงใด “พอ Sabor Brasil เปิดขึ้นมา คนบราซิลในไทยดีใจมากนะ คนไทยที่เคยไปเป็นนักเรียนแลกเปลี่ยนที่บราซิล ก็ดีใจมากกว่าในที่สุดก็มีร้านอาหารกินแล้ว มันจะเป็นสถานที่นัดรวมตัว reunion กัน เด็กแลกเปลี่ยนก็จะมานัดเจอเพื่อน ๆ กัน บางทีมีโอกาสเจอกันแค่ปีละครั้งหรือสองปีครั้ง เขาก็นัดเจอกันที่นี่ เพราะอยากมารำลึกความหลัง มากินอาหารแบบที่เคยกินกันที่บราซิล ถึงจะยังเรียนอยู่ก็มากินกันได้ เพราะว่าราคาจับต้องได้ ไม่ต้องกลัวว่าจะแพงเกิน ก็ถือว่าเป้าหมายในการเปิดร้านนี้สำเร็จลุล่วงแล้วค่ะ”



Guaraná เหลือกันขวดแล้ว ก่อนจะจิบคำสุดท้าย เราขอให้คุณวรรณฝากอะไรถึงคนไทยที่ยัง “ใหม่” กับอาหารบราซิลอยู่ ซึ่งคุณวรรณตอบอย่างกระตือรือร้นว่า “ถ้าใครมีเพื่อนบราซิล หรือมีคนไทยที่รู้จักอาหารบราซิล ก็ชวนกันมาได้เลยนะคะ หรือถ้าไม่มีความรู้ด้านนี้เลยก็มาที่ร้านได้ เรามีพี่ ๆ พนักงานคอยช่วยกันแนะนำว่าอะไรเหมาะหรือไม่เหมาะ เพราะเมนูเราหลากหลาย มีทั้งเนื้อ หมู กุ้ง ไก่ เราอยากให้มาลอง เพราะ...

**แทบจะทุกสิ่งทุกอย่างที่คนบราซิลนี่ก็อยากกิน
มาอยู่ที่ร้านนี้หมดแล้วค่ะ”**



จานหลัก

Picanha Steak (ปี-คาน-ญ่า)
เนื้อส่วน Sirloin Cap ตัดมัน
อย่างจนสุดแต่ยังคงความชุ่มฉ่ำ
เสิร์ฟพร้อมผง Farofa
ผัดคะน้าสับและซัลซาสโตนัลบราซิลา

RECOMMENDED MENU

โดยเจ้าของร้าน Sabor Basi

จานหลัก

Bobó de camarão
(โบโบ-ดี-กามาเรา)
เนื้อกุ้งสับต้มกับกะทิและมันสำปะหลัง
เสิร์ฟพร้อมข้าวสวย ผง Farofa
ผัดคะน้าสับ และซัลซาสโตนัลบราซิลา



จานเล่น

Pão de queijo (เปา-ดี-เกชู)

แป้งก้อนกลมสอดไส้ชีส

ข้างในเหนียวนุ่มข้างนอกอบจนผิวกรอบ



จานหลัก

Feijoada (เฟย-ชู-อา-ดา)

สตูว์เนื้อหมูกับถั่วดำ เสิร์ฟพร้อมข้าวสวย

ผง Farofa ผัดคะน้าสับ และซลซาสโตรล์บราซิล



จานเล่น

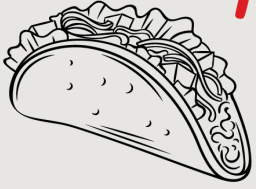
Coxinha (โค-ซิง-ญา)

มันสำปะหลังบดปั้นก้อนยัดไส้ไก่ฉีก



ทาโก้ 101

ทำความเข้าใจอาหารประจำชาติ เม็กซิโก



เรื่อง: พงศ์สิน เทพเรืองชัย

รูปภาพ: พงศ์สิน เทพเรืองชัย / โฟร์เจิน รัตนโชติ /
อรรณพ กระจ่างฉาย

ในช่วงหลายปีมานี้เราจะเห็นว่าอาหารข้างทาง หรือ “สตรีทฟู้ด” ได้รับความสนใจเพิ่มขึ้นเป็นอย่างมาก ไม่ว่าจะด้วยการแนะนำโดยคู่มือชื่อดังอย่าง Michelin Guide หรือจากเหล่า Youtuber พาชิมทั้งหลาย ทำให้ปัจจุบันอาหารข้างทางได้กลายเป็นทางเลือกแรกสำหรับนักกินหลาย ๆ คนไปแล้ว

หากพูดถึงสตรีทฟู้ดของพื้นภาคลาตินอเมริกา ภาพแรก ๆ ที่เราจะต้องนึกถึงกันคือทาโก้ (taco) อาหารประจำชาติของเม็กซิโกที่ประกอบด้วยแผ่นแป้งข้าวโพดทรงกลมขนาดเท่าฝ่ามือ (tortilla - ตอร์ติยา) ที่โปะหน้าด้วยเนื้อสัตว์โรยหอมใหญ่-ผักชี และราดซอสพริกรสแซบ (salsa - ซัลซ่า) ทาโก้เป็นอาหารที่พบได้ทั่วไปตามริมทางในเม็กซิโก โดยมีลูกค้ายืนกินอยู่หน้าร้านพร้อมทั้งสนทนาไปกับคนขายหรือลูกค้าคนอื่นที่ยืนอยู่ข้างกัน

หากจะให้พูดถึงทาโก้หน้าต่าง ๆ แล้วคงเป็นเรื่องที่เล่าได้ไม่รู้จบ เราจึงขอนำเสนอเพียงบางไฮไลท์เกี่ยวกับอาหารเม็กซิกันจานนี้เพื่อเป็นการเรียกน้ำย่อยไปพลางก่อน



แหล่งกำเนิดของข้าวโพดและพริก



เม็กซิโกคือแหล่งกำเนิดของข้าวโพด ชนพื้นเมือง
ปลุกและบริโภคข้าวโพดมาประมาณ 10,000 ปีแล้ว
จึงไม่แปลกที่ในเม็กซิโกและอเมริกากลางจะ
บริโภคข้าวโพดเป็นอาหารหลักทุกมื้อในแบบ
เดียวกับที่คนไทยทานข้าว ความผูกพันที่ชาว
เม็กซิกันมีต่อข้าวโพดนั้นลึกซึ้งกว่าแค่เรื่อง
อาหารการกินมากเพราะข้าวโพดถือเป็นรากเหง้า
ของอารยธรรมเม็กซิกัน โดยพวกเขามีตำนาน
พื้นเมืองที่เล่ากันว่าพระเจ้าสร้างมนุษย์จาก
ข้าวโพด ด้วยเหตุนี้ ชาวเม็กซิกันจึงเรียกตนเอง
ว่า “ลูกหลานของข้าวโพด”

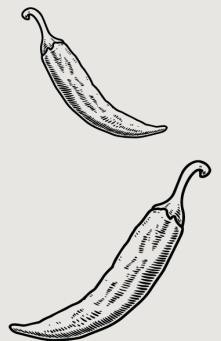


แป้งตอร์ตียาที่อร่อยที่สุดคือที่ทำด้วยมือที่ละแผ่น
ซึ่งหลายร้านจะใช้แป้งที่ทางร้านทำเองสด ๆ
แต่แน่นอนว่าหากเราต้องการซื้อปริมาณมาก ๆ เพื่อ
กลับไปจัดเลี้ยงที่บ้านก็ต้องซื้อจากร้านที่ผลิตแป้ง
ตอร์ตียาด้วยเครื่องจักร



แหล่งกำเนิดของข้าวโพดและพริก

นอกจากข้าวโพดแล้ว วัตถุดิบอีกอย่างหนึ่งที่ขาดไม่ได้ในอาหารเม็กซิกันคือพริก ซึ่งเป็นพืชที่มีถิ่นกำเนิดในเม็กซิโกเช่นเดียวกับข้าวโพด (อันที่จริงแล้วคำว่า chile ในภาษาสเปน หรือ chili ในภาษาอังกฤษ เป็นการเรียกทับศัพท์จากคำว่า chilli ในภาษาของชาวอาซเทคที่แปลว่า “พริก” นั่นเอง) ด้วยเหตุนี้ พริกจึงเป็นเครื่องปรุงที่พบได้ทั่วไปในอาหาร รวมถึงในเครื่องดื่มหรือแม้กระทั่งของหวานของเม็กซิโก และเวลาเรากินทาโก้ หนึ่งในตัวชี้วัดสำคัญว่าร้านนี้อร่อยแค่ไหนก็คือรสชาติของซอสพริก หรือ salsa ที่เป็นสูตรเด็ดประจำร้าน



ต้นตำรับบาร์บีคิว

คำว่า barbeque (บาร์บีคิว) เป็นการถอดเสียงภาษาอังกฤษมาจากคำว่า barbacoa (บาร์-บา-โก-อา) ในภาษาสเปนที่ใช้เรียกเนื้อสัตว์ที่ปรุงให้สุกด้วยการรมควัน ชาวยุโรปได้รู้จักวิธีการทำอาหารแบบนี้เป็นครั้งแรกจากชนพื้นเมืองแถบอเมริกากลางและแคริบเบียนเมื่อ 500 ปีที่แล้ว และได้ยืมชนพื้นเมืองพูดคำว่า barbacoa ชาวสเปนจึงใช้คำนี้ทับศัพท์เพื่อเรียกเนื้อสัตว์ที่ย่างไฟหรือรมควันไฟให้สุก ทั้งนี้ ในยุคแรก ๆ barbacoa จะใช้สัตว์ป่าในพื้นที่ แต่ในเวลาต่อมา ชาวสเปนได้นำวัวและแกะเข้ามาเลี้ยงในทวีปอเมริกาจนกระทั่งกลายมาเป็นเนื้อสัตว์ที่บริโภคกันเป็นหลักในยุคปัจจุบัน



ทุกวันนี้เวลาพูดว่า barbacoa ในเม็กซิโกนั้นหมายถึงบาร์บีคิวที่ทำจากเนื้อแกะหรือเนื้อแพะ (หากเป็นเนื้อวัวจะเรียกว่า carne asada - แปลตรงตัวว่า “เนื้อย่าง”) โดยสามารถทำได้สองวิธี คือ ย่างเหนือกองไฟแบบที่เราเห็นกันคุ้นตา หรือ ย่างในหลุมดินซึ่งเป็นเทคนิคดั้งเดิมและเป็นสูตรเฉพาะตัวของเม็กซิโก วิธีทำคือ ขุดหลุมลึกลงไปใต้ดิน ก่อไฟที่ก้นหลุม ปูทับด้วยใบว่านอากาศ (ว่านที่ใช้ผลิตเหล้าเตกีล่า) วางแกะหรือแพะลงไปทั้งตัว และกลบหลุมทั้งไว้ทั้งคืนเพื่อให้เนื้อค่อย ๆ สุกข้ามคืน

ตอนกลางคืนเป็นช่วงที่จุดเตาในหลุมดินและย่างเนื้อ พอถึงเช้าค่อยเปิดใบว่านและนำเนื้อออกมาเสิร์ฟ



ต้นตำรับบาร์บีคิว

นอกจาก barbacoa แล้ว ยังมีบาร์บีคิวชื่อดังอีกชนิดที่ใช้วิธีรมควันในหลุมดินเช่นกัน คือ cochinita pibil หมูรมควันในแบบฉบับของชาวมายา (ชนพื้นเมืองที่อาศัยอยู่ทางภาคใต้ของเม็กซิโก และในกัวเตมาลา กับเบลีซ) ที่หมักด้วยเครื่องเทศและท่อไอบีตองก่อนจะนำลงไปฝังในหลุม และเวลาเสิร์ฟจะโรยหน้าด้วย habanero หนึ่งในสายพันธุ์พริกที่เผ็ดที่สุดในโลก

cochinita pibil ที่เสิร์ฟมาเป็น “กับข้าว” (ต้องตำมาราดบนแผ่นตอร์ติยาเอง) และที่เสิร์ฟมาเป็นทาโก้ (เสิร์ฟบนแผ่นตอร์ติยาพร้อมให้หยิบทาน)



อิทธิพลจากตะวันออกกลาง

ทาโก้เป็นอาหารที่มีวิวัฒนาการต่อเนื่องมาหลายร้อยปี เริ่มตั้งแต่ที่ชาวสเปนนำวัว แกะ และหมู เข้ามาเลี้ยงในทวีปอเมริกา ทำให้เนื้อสัตว์เหล่านี้ถูกนำมาใช้ประกอบอาหารที่เดิมเคยใช้เนื้อสัตว์ป่า นอกจากนี้ การเดินทางไปมาข้ามมหาสมุทรแอตแลนติกยังนำสูตรอาหารใหม่ ๆ มายังเม็กซิโกด้วย และเชื่อหรือไม่ว่าทาโก้ที่ได้รับความนิยมที่สุดในเม็กซิโกในปัจจุบันคือทาโก้ที่ประยุกต์มาจากอาหารตะวันออกกลาง

ในช่วงศตวรรษที่ 20 สถานะสงครามในเลบานอนทำให้ชาวเลบานอนต้องย้ายถิ่นฐานโดยเม็กซิโกเป็นหนึ่งในประเทศปลายทาง และชุมชนเลบานอนนี้เองได้นำวัฒนธรรมการกินของพวกเขาเผยแพร่ให้ชาวเม็กซิกันได้รู้จักหนึ่งในนั้นคือชาว์รมา (shawarma) เนื้อย่างที่ใช้วิธีหั่นเนื้อเป็นชิ้น จัดซ้อนกันรูปทรงกรวยและย่างบนเครื่องย่างที่หมุนช้า ๆ ซึ่งถูกประยุกต์มาเป็น tacos al pastor อาหารเม็กซิกันที่ใช้วิธีการย่างไม่ต่างจาก shawarma แต่ว่าหั่นเนื้อด้วยเครื่องปรุเม็กซิกัน และทานคู่กับแป้งข้าวโพดแทนขนมปังพีตา



อาหารสำหรับทุกโอกาส



บรรยากาศการยืนกินทาโก้หน้าร้านพร้อมกับดูแม่ครัวทำอาหารไปด้วย

ถ้าวันนี้จะออกไปเจอเพื่อน นั่นหมายถึงเราจะกินทาโก้ ถ้าวันนี้ญาติ ๆ นัดเจอกัน นั่นหมายความว่าเราจะกินทาโก้ ถ้าคืนนี้มีคอนเสิร์ต นั่นหมายถึงเราจะกินทาโก้หลังจบการแสดง ถ้าวันนี้ไปดูฟุตบอลที่สนาม นั่นหมายถึงเราจะกินทาโก้หลังการแข่งขันไม่ว่าทีมที่เราเชียร์จะแพ้หรือชนะ คนเม็กซิกันจะพูดติดตลกว่าการยืนกินทาโก้ทำให้เขาสามารถกินได้มากขึ้น ซึ่งเป็นการพูดเล่น แต่ว่าเอาจริงเพราะเวลาเราไปกินทาโก้กับเพื่อนฝูง เราจะต้องคอยสังเกตว่าใครกินได้กี่ชิ้นและเปรียบเทียบดูว่าใครแน่สุด ในวงนี้ แต่นอกจากเรื่องการแข่งขันเอาสนุกแล้ว การยืนกินยังช่วยให้ได้อรรถรสอื่น ๆ ไม่ว่าจะเป็นการเดินไปมาเพื่อเติมซัลซ่า การยืนดูพ่อครัวประกอบทาโก้ตรงหน้าเราและส่งอาหารตรงถึงมือเรา หรือการยืนกินหน้าร้านในเวลาเร่งรีบโดยไม่ต้องรอให้มีโต๊ะว่าง

ความเผ็ดร้อนที่แตกต่าง ของร้านอาหารไทยในเม็กซิโก จุดเริ่มต้นความสัมพันธ์ระดับประชาชน

เรื่อง : ภัชชร หาญกิติวัฒน์ เจ้าหน้าที่โครงการ DLA



เรื่อง : ภัชชรา หาญกิติวัฒน์
ภาพ : CANVA.COM

ความเผ็ดร้อนที่แตกต่าง ของร้านอาหารไทยในเม็กซิโก เชื่อมสัมพันธ์ระดับประชาชน

ฤดูหนาวเป็นช่วงที่อากาศเย็นเริ่มแฉะเวียนมาให้สัมผัส ช่างเป็นบรรยากาศที่เหมาะสมกับการออกไปนั่งทานอาหารประเภทใหม่ ๆ ผู้เขียนเองก็ได้ขับรถออกไปชิมร้านอาหารลาตินอเมริกาที่ไม่เคยไป ล่าสุดในระหว่างที่ได้มีโอกาสไปลิ้มลองรสชาติอาหารบราซิลที่ร้าน Sabor Brasil ก็ได้แลกเปลี่ยน



เปลี่ยนบทสนทนากับเจ้าของร้าน ทำให้เกิดคำถามต่าง ๆ นานาขึ้นมาว่า “แล้วอาหารไทยของเราเป็นที่รู้จักในลาตินอเมริกาหรือไม่” “คนไทยที่ไปเปิดร้านอาหารไทยในลาตินอเมริกาละ” “ความท้าทายของเขาคืออะไร” “รสชาติอาหารไทยถูกปากชาวลาติน ฯ หรือไม่” ก็เลยโทรศัพท์เพื่อถามรุ่นพี่ท่านหนึ่งที่มีประสบการณ์การทำงานในร้านอาหารไทยที่ประเทศเม็กซิโกนานกว่า 2 ปี

“เป็นคนชอบกิน” คุณพัทธ์ธีรา แสงพล หรือคุณหญิง อติตน์นักเรียนแลกเปลี่ยนโครงการ YFU ประเทศเม็กซิโกและอดีตผู้จัดการร้านอาหารไทย La Orquidea Thai ที่ประเทศเม็กซิโกระหว่าง

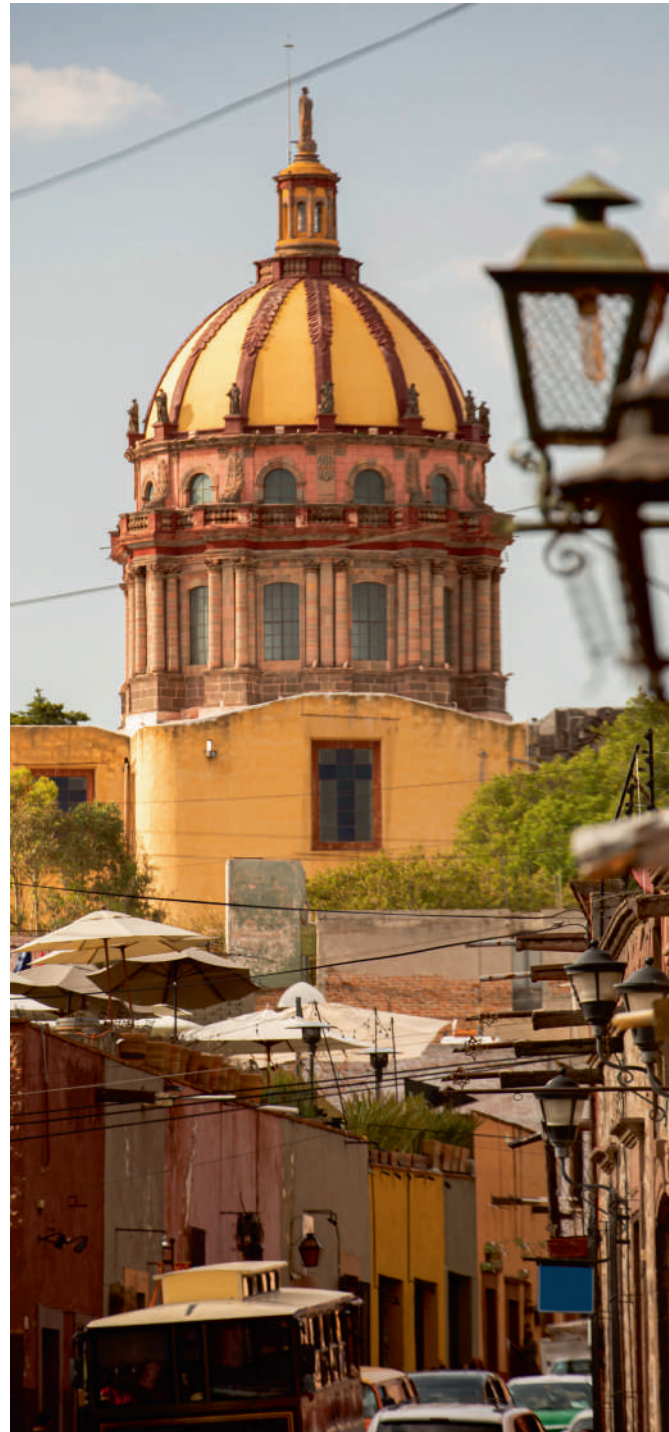
ปี 2562 - 2564 ณ เมือง San Miguel de Allende เมืองที่ติดอันดับสวยที่สุดของโลก กล่าวหลังจากตอบรับคำขอสัมภาษณ์ของทีมงาน DLA ด้วยความกระตือรือร้น คุณหญิงเล่าว่า “หลังจากที่ได้ไปโครงการแลกเปลี่ยนที่ประเทศเม็กซิโกใน ปี 2555 ก็ตกหลุมรักประเทศนี้ไป

เรียบร้อยแล้ว แม้ว่าก่อนไปมีมุมมองต่อประเทศเม็กซิโกเป็นประเทศอันตราย ซึ่งส่วนตัวรู้สึกว่าเป็นเรื่องที่น่าตื่นเต้น แต่พอไปถึงมันกลับไม่เหมือนที่เราคิดไว้เลย ผู้คนรักสงบ เป็นมิตร มีน้ำใจ มีสถานที่ท่องเที่ยวสวย ๆ ทั้งประเทศ และที่สำคัญอาหารอร่อยมาก ๆ” นี่เป็นที่มาของการพูดว่าตนเองเป็นคนชอบกินเพราะสิ่งแรกที่คุณหญิงประทับใจคือ “อาหาร” เรียกได้ว่านอกจากความอบอุ่นของผู้คนและประเทศที่สวยงามแล้ว ก็มีอาหารที่เป็นปัจจัยหลักที่ทำให้เมื่อมีโอกาสก็จะกลับไปบ่อย ๆ จนกระทั่งเมื่อเรียนจบมหาวิทยาลัยได้ทราบข่าวว่ามีการเปิดรับผู้จัดการร้านอาหารไทยที่เม็กซิโก คุณหญิงจึงรีบคว้าโอกาสไว้

หลาย ๆ คนอาจจะมีภาพจำจากภาพยนตร์ หรือสื่อต่าง ๆ ว่า **เม็กซิโกหรือประเทศแถบลาตินอเมริกาเป็นประเทศอันตราย ลึกลับ ไม่เป็นที่รู้จักมากนัก** ในทางกลับกันคนลาติน ฯ เองก็มองประเทศไทยเป็นประเทศที่ลึกลับ ซึ่งก็เป็นความสัมพันธ์ที่เหมือนคนเคยเห็นหน้า เคยได้ยินชื่อ แต่ไม่รู้จักกัน เลยเกิดข้อสงสัยว่าทำไมเจ้าของร้านอาหารที่เป็นคนไทยถึงเลือกที่จะไปเปิดร้านอาหารที่นั่น

คุณหญิงเล่าว่า “ร้านอาหารตอนเริ่มแรก เจ้าของร้านซึ่งเป็นคนไทยที่เราเรียกเขาว่า คุณแม่ เขามีลูกสองคน ลูกสาวเขาเป็นคนเปิดร้าน ลูกสาวเขาชอบเม็กซิโกอยู่แล้วก็เลยอยากมาเปิดร้านอาหาร ส่วนคุณแม่อยู่สหรัฐอเมริกามาก่อน อยากหาความสงบก็เลยตัดสินใจย้ายจากอเมริกามาลงหลักปักฐานที่เม็กซิโก แล้วก็มาทำอาหารต่อ แล้วต่อมาลูกชายชื่อ คุณภูมิ ก็มาช่วยกันจนกลายเป็นธุรกิจครอบครัว”

สำหรับเจ้าของร้านหรือที่คุณหญิงเรียกว่า คุณแม่นั้น ที่ตัดสินใจมาอยู่เม็กซิโกส่วนหนึ่งเริ่มจากเคยมาเที่ยวและชอบความสวยงามของเมือง San Miguel de Allende ซึ่งติดอันดับเมืองที่น่าอยู่ของโลกหลายปี บวกกับมีเพื่อนของคุณแม่หลายคนมาอาศัยก่อนแล้วจึงทำให้ตัดสินใจย้ายมาลงหลักปักฐานและเปิดร้านอาหารที่นี่



ภาพ : canva.com/Mattgush

San Miguel de Allende, Guanajuato, Mexico

ซาน มิเกล เด อาเยนเด
ท้องถนนมากมन्द์เสน่ห์
สถาปัตยกรรมตระการตา
และสีสันเปี่ยมชีวิตชีวา

ภาพต้นซ้าย : คุณหญิงถ่ายที่เมือง San Miguel de Allende



ภาพ : Canva.com/GVphotography



ภาพ : Canva.com/Chepe Nicoli



ภาพ : Canva.com/Kevin Crow



ภาษาที่แตกต่าง คือความท้าทายแรก ของการเปิดร้านอาหาร

ภาษาที่แตกต่างคือความท้าทายแรกของการเปิดร้านอาหาร ด้วยความที่เจ้าของร้านไม่เชี่ยวชาญในการสื่อสารภาษาสเปน จึงมีปัญหาเรื่องการสื่อสารกับพนักงานซึ่งเป็นชาวเม็กซิกันทั้งหมด คุณหญิงจึงได้ทำหน้าที่เป็นเหมือนสะพานเชื่อม “เราก็เหมือนเป็นตัวกลางส่งงานให้เจ้านายอีกทีหนึ่ง แล้วก็ทำได้ทุกอย่างเลยตั้งแต่จัดการร้าน สั่งงานลูกน้อง บางทีก็เข้าครัว เสิร์ฟอาหาร ติดต่อหน่วยงานต่าง ๆ เพื่อเปิดร้าน รวมไปถึงเรื่องจ่ายภาษี ภาษีร้านอาหารและภาษีที่ดิน ติดต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง การเปิดร้านให้ถูกต้องได้ต้องติดต่ออะไรบ้างคือเราก็จะติดต่อตรงนั้นให้เขาทุกอย่างเลย”

คุณหญิงแนะนำสำหรับคนที่สนใจอยากมาเปิดร้านอาหารในเม็กซิโกว่า ให้ใช้ความอ่อนน้อมในการติดต่อกับหน่วยงานต่าง ๆ และควรมีชาวท้องถิ่นเป็นที่ปรึกษาด้วย “ควรมีที่ปรึกษาหรือผู้ช่วยเป็นคนเม็กซิกันที่เราสามารถไว้ใจได้ เพราะแน่นอนว่าจะต้องมีเรื่องการจ่ายเงินเข้ามาเกี่ยวข้อง เราก็ไม่รู้ว่าจริง ๆ มันเท่านี้เท่านั้น จริง ๆ มันราคานี้หรือเปล่า

คืออย่างตอนเราไปก็จะมีผู้ช่วยคนหนึ่งซึ่งเขาเป็นนักบัญชีของร้าน เขาเป็นคนเม็กซิกันซึ่งเราก็ไว้ใจเขาได้ เราก็จะคอยถามเขา และเรื่องกฎหมาย คือกว่าจะเปิดร้านได้ ต้องติดต่อหน่วยงานหลายหน่วยงาน เราเป็นต่างชาติถ้าเราไม่มีคนให้ปรึกษาเราก็จะไม่รู้ว่าเราทำครบหรือเปล่า เช่นขาดเรื่องอะไรไปเวลาทางการมาตรวจเราก็มีสิทธิ์ที่จะโดนปิดร้านได้ก็แนะนำให้มีคนเม็กซิกัน คนท้องถิ่น หรือคนที่สามารถเข้าใจสื่อสารภาษาสเปนได้”

การหาคนให้คำปรึกษาที่ไว้ใจได้อาจเป็นอีกหนึ่งในความท้าทายของการเปิดร้าน แต่สำหรับคนที่อยากมาเปิดร้านอาหารไทยในเม็กซิโกแต่ไม่มีความรู้ด้านภาษาสเปนเลยก็ยิ่งเบาใจได้อยู่ “จากการที่เรารู้จักคนไทยหลายคนที่ไม่ได้ภาษาเลยแต่มีเงินทุน เม็กซิโกก็มีบริษัทอำนวยความสะดวกชาวต่างชาติที่จะเข้ามาลงทุนในประเทศ เขาก็จะมีที่ให้คำแนะนำด้านกฎหมายด้านการลงทุนด้วย”

ภาพ : www.tripadvisor.co.uk



ไทยและเม็กซิโกมีอย่างหนึ่งที่คล้ายกัน คือ “ภูมิอากาศ”

นอกจากความท้าทายในการติดต่อหน่วยงานต่าง ๆ แล้ว ก็ยังมีความท้าทายด้านวัตถุดิบด้วย

ไทยและเม็กซิโกมีอย่างหนึ่งที่คล้ายกันคือ “ภูมิอากาศ” เรื่องนี้ส่งผลดีกับค่าใช้จ่ายของร้านในด้านวัตถุดิบ ด้วยความที่ภูมิอากาศมีความคล้ายกันทำให้หลายอย่างทั้งออกเวยบนดินไทยก็สามารถออกเวยที่เม็กซิโกได้เช่นกัน

ทางเจ้าของร้านเองก็ทำบ้านสวนทำให้มีบางอย่างที่ปลูกเองได้ เช่น ใบมะกรูด อย่างไรก็ตาม ยังคงมีวัตถุดิบประมาณร้อยละ 20 ที่ปลูกไม่ขึ้นและไม่สามารถหาซื้อได้ในเม็กซิโก เช่นพวกพริกแกงหรือซอสที่จำเป็นต้องนำเข้า ร้านอาหารเองก็ต้องปรับตัวตามสถานการณ์ เช่น เมนูผักกะเพรา คุณหญิงย้ำว่าปลูกยังไงก็ปลูกไม่ขึ้น แม้ว่าเม็กซิโกจะมีพืชที่คล้าย ๆ กันแต่ใช้แทนกันไม่ได้ เลยใส่โหระพาแทน แล้วเน้นผักอื่น ๆ หรือเนื้อเพื่อให้สมราคาต่อจาน หรือบางทีก็มีการนำวัตถุดิบท้องถิ่นมาประกอบอาหารด้วย เช่น “ทูนา” (tuna) ผลของต้นกระบองเพชรมีความคล้ายลูกยอมีรสเปรี้ยวซึ่งเคยนำมาประกอบอาหารจำพวกยำในร้าน

แม้จะมีการปรับตัวด้านวัตถุดิบอยู่บ้าง แต่ด้านรสชาติยังพยายามคงความไทยแท้ และเน้นปรับในส่วน of texture (เนื้อสัมผัส) เสียมากกว่า “เช่นแกงเขียวหวานเราก็ต้องทำให้ creamy (มีความข้นเหมือนครีม) เล็กน้อย เพราะเขาทานแบบนี้

เขาทานเป็นซูปไม่ได้เป็นแกง เราก็ต้องทำให้น้ำมันข้นขึ้นให้ถูกปากเขา เคยทำแบบเป็นแกงไปแล้วก็โดนลูกค้าเรียกไป complain ว่าแกงเขียวหวานไม่ใช่แบบนี้ เราก็ต้องปรับรสชาติให้ถูกปากเขา ก็เหมือนกับบ้านเราที่เวลามีการนำอาหารต่างชาติเข้ามาก็จะมีปรับในแง่วัตถุดิบหรือรสชาติ มีเพิ่มมีลด”

พอถึงตรงนี้ก็เกิดความสงสัยว่าในสถานการณ์แบบนี้ ที่มีปัจจัยให้ทางร้านต้องปรับไม่ว่าด้วยเหตุผลด้านค่าใช้จ่ายหรือรสนิยมการกินที่ต่างกัน ถ้ามีการปรับเพิ่มหรือลดสิ่งต่าง ๆ แล้วเอกลักษณ์ตรงไหนของเราที่ควรคงไว้ แล้วอะไรคือเอกลักษณ์ของอาหารไทยกันแน่



Tuna ลูกกระบองเพชรทานผล
ชื่อภาษาอังกฤษ Prickly Pear
ภาพ : Canva.com/Bdsklo

เอกลักษณ์ของอาหารไทยนั้น เริ่มตั้งแต่ในครัว

สำหรับคุณหญิงแล้ว **เอกลักษณ์หรือเสน่ห์ของอาหารไทยคือความกลมกล่อมของรสชาติและความซับซ้อนของกลิ่น** ชาวเม็กซิโกและไทยอาจกินอาหารรสเผ็ดเหมือนกันแต่ทางเลือกรสชาติอาหารไทยนั้นหลากหลายกว่า

“ในด้านรสชาติเราจะให้คนไทยชิมตลอดต้องเป็นลิ้นคนไทยถึงจะรู้ว่านี่คือรสชาติไทยหลัก ๆ ก็จะเป็นคุณแม่ที่ช่วยชิมเพื่อคงเอกลักษณ์รสชาติอาหารไทย ส่วนลูกครัวและแม่ครัวก็จะเป็นชาวเม็กซิกันซึ่งเราก็ต้องสอนว่าทำอาหารแต่ละอย่างต้องรสชาติประมาณนี้ แล้วก็ชิมทุกครั้งโดยคนไทย เพื่อยังคงความเป็นไทยและยังมีเสน่ห์ของรสชาติอาหารไทยอยู่”

นอกจากรสชาติอันเป็นเอกลักษณ์แล้วเอกลักษณ์ของอาหารไทยนั้นเริ่มตั้งแต่ในครัว “กรรมวิธี ความพิถีพิถันจนถึงการตกแต่งจาน มันไม่ใช่แค่รสชาติอาหารไทยที่แสดงถึงความเป็นไทยแต่เราให้ความสำคัญในตัวเองมากขึ้นด้วยการตกแต่งเพื่อให้ความรู้สึกว่าสิ่งนี้มันคือ

service อย่างกรรมวิธีการใช้สมุนไพรที่ทางเขาอาจจะมี แต่เขาไม่ได้เอามาใช้แบบเรา รสชาติหรือกลิ่นที่ออกมามันก็เลยแปลก เกิดเป็นคำถามว่า ใส่อะไรทำไมหอมจัง อันนี้เรื่องจริงหรือทำไมฉันทำเองไม่ได้แบบนี้เลย” และอีกมุมหนึ่งที่น่าสนใจคือเอกลักษณ์ของอาหารไทยไม่ได้ล้ำรสแค่ที่ลิ้น แต่เรากินบรรยากาศด้วย “ความจริงแล้วความเป็นไทยเริ่มตั้งแต่หน้าร้านเลย ตั้งแต่หุ่นยืนพนมมือหน้าร้านแล้ว”

อยากให้ลองจินตนาการเวลาเราเดินเข้าร้านอาหารในไทยธรรมดา ๆ ลักร์ร้าน ตำแหน่งวางตู้หรือครัวอาหารที่ชอบไปอยู่หน้าร้าน แก้วน้ำที่เราชอบใช้ แก้วน้ำทรงเดิม ๆ หรือแม้แต่ช้อนส้อมบาง ๆ ถ้าเรายกร้านนั้นไปวางไว้ที่ต่างประเทศคงกลายเป็นร้านที่มีเสน่ห์เฉพาะตัวอย่างไม่น่าเชื่อ ซึ่งความ “ธรรมดา” ที่เราค้นซึนทั้งในด้านรสชาติหรือบรรยากาศเหล่านี้เองกลายเป็นเสน่ห์ของคำว่า “อาหารไทย” ในต่างแดน และความ “ธรรมดา” ของเราเองได้รับกระแสตอบรับที่ดีในเม็กซิโกแม้ในช่วงการแพร่ระบาดโควิด-19

ภาพ : canva.com/14005a9_594



“ร้านอาหารไทยที่เม็กซิโกคนจะแน่นตลอด”

“ร้านอาหารไทยที่เม็กซิโกคนจะแน่นตลอด โดยเฉพาะช่วงเทศกาล แน่นจนต้องจองคิวหัวหมุนเลย เราเห็นร้านอาหารไทยร้านอื่นเขาก็พูดเหมือนกันว่าร้านแน่นตลอดมีลูกค้าเข้าตลอด ถึงขั้นทำไม้ทันท้าง มีพืดแบคที่ดีตลอด ช่วงโควิดก็ยังมีแอปพลิเคชันส่งอาหาร (Food Delivery) แม้ยอดลดลงแต่ก็ยังดีอยู่” คุณหญิงเล่าต่อว่า “คนที่รู้จักอาหารไทยมัก

เป็นคนที่ไปเที่ยวต่างประเทศเคยมาไทยคือมีกำลังซื้อระดับหนึ่งด้วย อีกส่วนหนึ่งคือนอกจากคนที่รู้จักอาหารไทยจากเสียงบอกเล่าแบบปากต่อปาก ก็จะมีลูกค้ารู้จักร้านผ่านแอปพลิเคชันส่งอาหาร” เรียกได้ว่าการแพร่ระบาดของโควิด-19 ทำให้แอปพลิเคชันส่งอาหารเหล่านี้บูมขึ้นมากกลายเป็นตัวเลือกยอดฮิตซึ่งบนแพลตฟอร์มนี้ก็เต็มไปด้วยลูกค้าของร้านอาหารไทยอยู่แล้ว ทำให้ร้านไม่ได้รับผลกระทบจากโควิด-19 มากนัก

เมื่อถามถึงปฏิกิริยาของลูกค้าที่ทานอาหารไทยครั้งแรก จู๋ ๆ คุณหญิงก็ทำตาโตขึ้นเลียนแบบสีหน้าของลูกค้าที่ทานครั้งแรก “เขาทำหน้าว่าวมาก ชดชูปหมดจาน” เป็นความประทับใจของลูกค้าที่สามารถมองเห็นได้บนใบหน้าจากระยะไกล “ซึ่งเจอะเจอะ เจอทุกวัน เขาบอกจะกลับมาอีก รู้มากินนานแล้ว” นอกจากรสสัมผัสที่ดีแล้ว ชาวเม็กซิโกชอบความกลมกล่อมของอาหารไทย กลิ่นสมุนไพรที่มี “โน้ด” ที่หลากหลาย “อาหารเม็กซิโกเผ็ด เขาก็ว่าอาหารของเราเผ็ดแต่เผ็ดคนละแบบ เม็กซิโกจะเผ็ดโดดเลย แต่ไทยจะมีความเผ็ดกลมกล่อม มีรสชาติอื่นเข้ามาด้วย”

พอถึงตรงนี้ผู้เขียนกับคุณหญิงก็ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ลองชิมอาหารลาติน ๔ ครั้งแรกของตนเอง ทำให้เราเห็นว่าเราเองก็รู้จักประเทศไทยมากขึ้นผ่านวัฒนธรรมอาหารของเขา หรือเราอาจจะสามารถพูดได้ว่า

อาหารสามารถส่งเสริมความสัมพันธ์ไทย - เม็กซิโก จากคนที่เคยได้ยินชื่อเป็นคนที่รู้จักกันมากขึ้นได้

คุณหญิงยกตัวอย่างประสบการณ์ที่ลูกค้าชาวเม็กซิโกมาลองทานอาหารที่ร้านแล้วค้นพบว่ารสชาติอาหารไทยนั้นอร่อยมาก “พอเขาทราบว่าเป็นรสชาติที่ปรับแล้วเขาถึงกับเอ่ยปากบอกว่า ขนาดปรับยังอร่อยขนาดนี้ที่ไทยจะขนาดไหน” นั่นจึงกลายเป็นจุดเริ่มต้นของความมุ่งมั่นที่จะไปประเทศไทยให้ได้ รวมไปถึงตอนที่ลูกค้ารู้ว่ามิวตูดิบลหลายอย่างที่เราก็อใช้เหมือนกันนะ ก็เป็นเรื่องเล่าจากอาหารที่ทำให้มีความเข้าใจว่า



ภาพ : canva.com/Artpritsadee

“ภูมิประเทศเราอาจจะคล้ายหรือเหมือนกันนะ” นอกจากความ “ว้าว” ของรสชาติอาหารที่ทำให้อยากไปเที่ยวประเทศไทยแล้วก็ยังมีเรื่องการตกแต่งร้านอาหารอีก “เวลาเราเข้าไปร้านอาหารประเทศไทยก็ตามเขาจะมีมีการตกแต่งร้านอาหาร อย่างเราก็สื่อถึงความ เป็นไทย ตั้งแต่ ธงชาติ ตึกตาดกแต่ง อะไรที่สื่อถึงความเป็นไทย” รวมถึงการตกแต่งร้านด้วยรูปที่เจ้าของร้านได้ถ่ายจากภาคต่าง ๆ ของประเทศไทย ภาพชาวดอย ภาพรดตุ๊กตุ๊ก คอยบอกเล่าเรื่องราวต่าง ๆ ของประเทศไทยอยู่บนกำแพงร้าน ซึ่งกลายเป็นจุดเริ่มต้นของบทสนทนาเกี่ยวกับประเทศไทยระหว่างลูกค้าชาวเม็กซิโกกับผู้จัดการร้านชาวไทย

“ที่ร้านจะให้พนักงานเสิร์ฟไหว้ลูกค้า คือเรารู้สึกว่าร้านอาหารไทยต้องมีความเป็นไทยให้มากที่สุดก็เลยบอกพนักงานเสิร์ฟว่า ถ้าเดี๋ยวลูกค้าก็ให้ไหว้ นะ ส่งลูกค้าก็ไหว้หน่อย ไม่ถึงกับพูดไทยก็ได้” กลายเป็นว่าร้านอาหารไทยแห่งนี้ เป็นสถานที่ที่เกิดการแลกเปลี่ยนและเรียนรู้วัฒนธรรมระหว่างกัน

เริ่มจากระสชาติของอาหารไทยเป็นผู้นำพา สร้างความคุ้นชินผ่านอาหาร จากเป็นแค่คนที่เคยเห็นหน้า ขยับมาเป็นคนที่รู้จักมากขึ้น กลายเป็นการส่งเสริมความสัมพันธ์ระดับ ประชาชนอย่างแนบเนียน

ก่อนจากกันเราถามคุณหญิงว่าถ้าอยาก แนะนำอาหารไทยสักอย่างหนึ่งให้คนลาติน อเมริกาที่ไม่เคยทานอาหารไทยมาก่อนเลย จะเลือกอะไร

“คิดว่า ผัดไทย เพราะมันมีคำว่าไทย ด้วย ความที่คนลาตินไม่ได้รู้จักประเทศไทยมาก คนจะรู้สึกว่ชื่อที่มันมีคำเดียวกับชื่อ ประเทศอยู่เขาก็จำได้ว่า อ้อ ผัดไทย ไทยคือ ประเทศไทย และอีกอย่างคือรู้สึกว่ามันเป็น อาหารที่รสชาติดกลาง ๆ สามารถกินง่าย เม็กซิกันกินเผ็ดแต่ประเทศอื่นไม่ได้กินเผ็ด ซึ่งเรารู้สึกว่ารสชาตินี้เขากินได้และรสชาติที่ ไม่ได้แปลกมาก ทำให้เขากินได้”

คุณหญิงตอบจากประสบการณ์การเป็นเด็ก แลกเปลี่ยนที่ได้ไปสัมผัสวิถีชีวิตและความชอบ ของผู้คน จึงเลือกอาหารไทยจานที่เหมาะกับ ชาวลาตินและถ้าไปวางอยู่บนโต๊ะอาหารของเขาก็ไม่ได้เป็นอาหารที่แปลกจนเกินไปนัก

อ่านมาถึงตรงนี้ท่านผู้อ่านคงสังเกตเห็นจุดที่ เหมือนกันระหว่างผู้เขียน คุณหญิง และลูกค้า ชาวเม็กซิโก ว่าทุกคนต่างถูกดึงดูดด้วยความ สนใจในอาหาร ความ “เป็นคนชอบกิน” อย่างที่ คุณหญิงบอก อาจพาให้เรามาบรรจบกันที่ การแลกเปลี่ยนบทสนทนา เรียนรู้เรื่องราว จากแดนไกล หรืออาจดึงดูดให้เราไปผจญภัย ในสถานที่ใหม่ ๆ เป็นเหมือนตัวเชื่อมทำให้ ทวีปที่ห่างไกลกันรู้จักกันมากขึ้นทั้งในด้านที่ คล้ายกันและในด้านที่ต่างกัน และไม่แน่ว่า วันหนึ่ง อาหารอาจพาท่านผู้อ่านไปร่วมบทสนทนา และสร้างมิตรภาพกับเพื่อนในอีกซีกโลก ได้เช่นกัน

ภาพ : canva.com/Olga Chzhu



เรื่องและภาพ : พงศ์สิน เทพเรืองชัย
ประจำการที่สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงเม็กซิโก
ระหว่างปี พ.ศ. 2556 - 2560

ช็อกโกแลต รสชาติขมหวาน เมื่อโลกเก่ากับโลกใหม่มาพบกัน

ภาพ : Canva.com, Lilechka75

หลายคนอาจรู้จักช็อกโกแลต ว่าเป็นของหวานจากยุโรป

แต่รู้หรือไม่ว่าอันที่จริงแล้วช็อกโกแลต คือน้ำสมุนไพรรสชาติขมจากเม็กซิโกที่ถูกนำไปแปรรูปในยุโรป (และต่อยอด-แปรรูปเป็นช็อกโกแลตแห่งที่ส่งออกทั่วโลก) ดังนั้นหากเราจะเรียกช็อกโกแลตว่าเป็นอาหารพิวชนยุคแรก ๆ ก็คงไม่ผิดนัก

ชนพื้นเมืองของเม็กซิโกใช้เมล็ดโกโก้ปรุงอาหารกันมากกว่า 3,000 ปีแล้ว โดยคนกลุ่มแรกที่ได้ลิ้มรสของโกโก้คือชาวโอลเมก (Olmec) ซึ่งอาศัยอยู่ในพื้นที่ชายฝั่งตะวันออก ปัจจุบันคือรัฐตาบาสโก (Tabasco) จากนั้นการผลิตและบริโภคเมล็ดโกโก้ได้แพร่หลายต่อไปยังภาคตะวันออกเฉียงใต้ของเม็กซิโก ซึ่งเป็นที่อยู่อาศัยของชาวมายา (Maya) และในที่สุดก็แพร่หลายต่อไปจนถึงชาวอาซเทค (Aztec) ในภาคกลาง

เมื่อห้าร้อยปีที่แล้ว ชาวสเปนเดินเรือมาถึง เม็กซิโก ซึ่งการค้นพบ “โลกใหม่” นี้ทำให้พวกเขาได้รู้จักกับผลิตภัณฑ์แปลก ๆ ที่ไม่เคยเห็นมาก่อน รวมถึงได้ลิ้มรสอาหารและเครื่องดื่มที่ช่างต่างจากทุกสิ่งที่เคยรู้จักอย่างสิ้นเชิง โดยหนึ่งในนั้น คือ น้ำรสรชาติขมที่ทำมาจากเมล็ดโกโก้ (cacao) ซึ่งชาวอาซเทคเรียกว่า xocolatl (โช-โก-ลัตล์) และต่อมาชาวสเปนถอดเสียงเป็น chocolate

กินช็อกโกแลตแบบเม็กซิกัน

การบริโภคเครื่องดื่มที่ผลิตจากเมล็ดโกโก้ของชนพื้นเมืองเม็กซิกันในอดีตมีความแตกต่างจากนมช็อกโกแลตในปัจจุบันอย่างมาก เมล็ดโกโก้ที่ถูกคั่วและบดจะถูกนำไปกวนเข้ากับเมล็ดละมุดและเมล็ดข้าวโพดจนจับกันเป็นก้อน จากนั้น เวลาจะบริโภคก็ค่อยนำเอาก้อนช็อกโกแลตนี้ไปละลายในน้ำร้อนและปรุงรสเพิ่มด้วยน้ำผึ้ง ดอกไม้ สมุนไพร เครื่องเทศ พริก หรือวานิลลา (ข้าวโพด พริก และวานิลลาล้วนเป็นพืชที่มีแหล่งกำเนิดในเม็กซิโก) ดูแล้วจะคล้ายกับยาจีนเสียมากกว่า นมช็อกโกแลตที่เราคุ้นเคยกันด้วยซ้ำ

ช็อกโกแลตร้อนที่นิยมดื่มกันในเม็กซิโกในปัจจุบันได้ปรับเปลี่ยนสูตรจากของเดิมมามากอยู่ แต่ยังมีบางองค์ประกอบที่เหมือนเดิมอย่างเช่นกระบวนการผลิตที่นำเมล็ดโกโก้คั่วมาบดรวมกับส่วนประกอบอื่น ๆ (แอลมอนด์ อบเชย แป้งข้าวโพด - คล้าย ๆ กับสูตรโบราณ) ก่อนจะนำไปละลายในน้ำหรือนมร้อน และใช้ไม้ที่มีหัวเป็นลูกตุ้มไปปั่นตีเพื่อให้เครื่องดื่มมีเนื้อเนียน ซึ่งการปั่นตีเช่นนี้ทำให้เครื่องดื่มเกิดฟองฟูขึ้นมาจนดูแล้วอาจนึกว่าเป็นชาซัก นอกจากนี้จะเป็นเครื่องดื่มแล้ว ช็อกโกแลตยังใช้เป็นเครื่องปรุงอาหารคาวอย่างเช่นแกงไก่



รูปภาพ : ชาวโอลเมกที่เมือง La Venta

รัฐ Tabasco คือคนกลุ่มแรกที่บริโภคช็อกโกแลต



mole (โม-เล) ซึ่งมีรสชาติคล้าย ๆ แกงมัสมั่นไก่ของไทย หรือน้ำจิ้ม salsa (ซัล-ซ่า) ซึ่งคล้าย ๆ กับน้ำพริกเผา โดยในเม็กซิโกเราจะสามารถหาซื้อเครื่องแกง mole ได้ในแบบเดียวกับที่คนไทยซื้อเครื่องแกงกันที่ร้านน้ำพริกนิตยา



เครื่องดื่มของพระเจ้า

ตามตำนานที่เล่าขานกัน พญามังกร **Quetzalcoatl** (เกิด-ซาล-โก-อัทล์) ได้แอบนำเมล็ดโกโก้จากบนสวรรค์มาปลูกบนโลกของมนุษย์ที่เมือง **Tula** (ตุ-ลา) เพื่อให้ชาว **Toltec** (โทล-เทค) บริโภค ขอให้เทพเจ้าแห่งฝน **Tláloc** (ตลา-ลค) ช่วยบันดาลฝนลงมาให้ความชุ่มชื้นแก่ต้นโกโก้

ด้วยความเชื่อนี้ ทำให้ช็อกโกแลต หรือ **xocolatl** ถือเป็นเครื่องดื่มศักดิ์สิทธิ์ของชาวเมโสอเมริกา (ชาวอเมริกากลางในยุคโบราณ) ซึ่งสงวนไว้สำหรับเหล่านักรบและชนชั้นสูง หรือสำหรับบริโภคนในงานฉลองและงานประเพณีสำคัญเท่านั้น นอกจากนี้เมล็ดโกโก้ยังเป็นของมีค่าที่ชาวอาซเทคนในอดีตเคยใช้เป็นสกุลเงินเพื่อซื้อขายสินค้าระหว่างกันด้วย

ความเชื่อของชนพื้นเมืองนี้ได้ถูกจารึกไว้ในตำราวิทยาศาสตร์ในศตวรรษที่ 18 เมื่อนาย **Carl Linnaeus** (“บิดาแห่งอนุกรมวิธาน” ที่เป็นผู้จัดระบบการตั้งชื่อพืชและสัตว์) ได้กำหนดชื่อต้น **cacao** ว่า **theobroma cacao** โดยคำว่า **theobroma** เป็นภาษากรีกที่แปลว่า “อาหารของพระเจ้า”



รูปภาพ: เมือง Tula และหินแกะสลักรูปนักรบ Toltec

ชาวยุโรปชิมช็อกโกแลต เป็นครั้งแรก

ตามความเชื่อของชาวอาซเทค วันหนึ่งพระเจ้าจะเดินทางมายังโลกมนุษย์ซึ่งในศาสนาของชาวเมโสอเมริกานั้นพระเจ้าไม่จำเป็นต้องเป็นผู้มีเมตตาที่ลงมาช่วยเหลือมนุษย์เสมอไป แต่สามารถมาเพื่อลงโทษหรือทำลายล้างได้เช่นกัน ดังนั้น มนุษย์จึงต้องเอาใจพระเจ้า ไม่ทำให้โกรธเคือง และหากจำเป็นก็อาจต้องต่อสู้กับพระเจ้าด้วย



รูปภาพ : อนุสาวรีย์ Quetzalcóatl และ
เทพเจ้าแห่งฝน Tláloc (ตลา-ลก)

อยู่มาวันหนึ่งในปี ค.ศ. 1519 ชาวสเปนนำโดยนาย Hernán Cortés เดินทางมาถึงเม็กซิโกพร้อมกับสัตว์ขนาดใหญ่ที่ชาวอาซเทคไม่เคยเห็นมาก่อน นั่นก็คือม้า พวกเขาจึงเชื่อว่าชาวสเปนกลุ่มนี้อาจเป็นเทพเจ้าในตำนานจักรพรรดิ Moctezuma จึงได้จัดเลี้ยงด้วยเครื่องดื่ม xocolatl และนี่คือครั้งแรกที่ชาวยุโรปได้ลิ้มลองรสชาติของ “ช็อกโกแลต”

อันที่จริง Christopher Columbus เคยพบเห็นผลโกโก้มาก่อนแล้วและเคยนำของแปลกนี้กลับไปยังยุโรป แต่ว่าในครั้งนั้นไม่ได้รับความสนใจสักเท่าไร ต่างจากครั้งต่อมาที่ Hernán Cortés ได้นำเสนอโกโก้ในรูปแบบเครื่องดื่ม xocolatl (และเติมน้ำตาลลงไปให้มีรสหวาน) ซึ่งมีเสียงตอบรับอย่างดีจากราชวงศ์สเปน และในช่วงศตวรรษที่ 17 เครื่องดื่มนี้ถูกเผยแพร่ไปยังฝรั่งเศสจากการแต่งงานระหว่างพระธิดาของพระเจ้าฟิลลิปที่ 3 แห่งสเปนกับพระเจ้าหลุยส์ที่ 13 แห่งฝรั่งเศส และระหว่างพระธิดาของพระเจ้าฟิลลิปที่ 4 กับพระเจ้าหลุยส์ที่ 14 ทำให้ในช่วงศตวรรษที่ 18-19 ความนิยมช็อกโกแลตขยายไปทั่วยุโรป และกลายเป็นคู่แข่งของชา กาแฟทันที นอกจากนี้ ยังมีการปรับสูตรช็อกโกแลตเพิ่มเติมโดยเปลี่ยนมาชงกับนมแทนน้ำเปล่า

จากเครื่องดื่มราชสำนักสู่ ผลิตภัณฑ์ท้องตลาด

แม้ว่าช็อกโกแลตจะได้รับความนิยมในราชสำนักทั่วยุโรป แต่ด้วยต้นทุนและราคาที่สูงทำให้คนส่วนใหญ่ไม่สามารถเข้าถึงเครื่องดื่มประเภทนี้ได้ จนกระทั่งชาวดัตช์ที่มีชื่อว่า Van Houten คิดค้นเครื่องผลิตช็อกโกแลตผงที่ช่วยลดต้นทุนการผลิต ทำให้ช็อกโกแลตราคาถูกลงและคนทั่วไปสามารถดื่มช็อกโกแลตร้อนได้เช่นกัน นอกจากนี้ เมื่อต้นทุนช็อกโกแลตถูกลง ก็เริ่มมีการนำไปแปรรูปเป็นสินค้าประเภทอื่นนอกเหนือจากเครื่องดื่ม ไม่ว่าจะเป็นช็อกโกแลตแท่ง ช็อกโกแลตก้อน หรือนำไปเป็นส่วนผสมในของหวานอย่างเค้ก คุกกี้ และบราวนี่

ใครจะไปนึกว่าช็อกโกแลตที่เราบริโภคกันเป็นประจำนั้นจะเป็นผลผลิตของโลกาภิวัตน์ ในยุคที่การเดินทางข้ามทวีปยังต้องอาศัยเรือและทวีปอเมริกายังเป็น “โลกใหม่” ที่เพิ่งถูกค้นพบอยู่เลย จากวันนั้นถึงวันนี้

จากวันนั้นถึงวันนี้ เมล็ดโกโก้ได้เปลี่ยนสถานะจากอาหารของพระเจ้าและสกุลเงินในเมโสอเมริกา สู่เครื่องดื่มของชนชั้นสูงในยุโรป มาจนกระทั่งเป็นของหวานชนิดโปรดของเด็กทั่วโลกไปแล้ว





กลางวันกินอะไรดีที่เปรู?

เรื่อง : กิรติต สัจเดวี

ประจำการที่สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงลิมา ระหว่างปี พ.ศ. 2558 - 2562

หากเราชุดหลุมทะเลจากประเทศไทยลงไปเรื่อย ๆ จนสามารถทะลุไปยังอีกฝั่งได้สำเร็จ ประเทศที่เราจะโผล่ออกไปพบ คือ เปรู นั่นเอง

เปรู ถือเป็นประเทศที่อยู่ห่างไกลจากไทยมากที่สุดประเทศหนึ่ง และไม่ค่อยเป็นที่รู้จักมากนัก เมื่อเทียบกับประเทศอื่นในภูมิภาคลาตินอเมริกา ที่ชาวไทยอาจคุ้นเคยมากกว่า อาทิ บราซิล หรือ อาร์เจนตินา

เมื่อผมได้รับทราบว่าจะมีโอกาสไปประจำการที่สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงลิมา จึงเริ่มศึกษาเกี่ยวกับเปรู และพบว่าอัตลักษณ์ที่สืบค้นเจออันดับแรก ๆ นอกเหนือจากสถานที่ท่องเที่ยวชื่อดังเปรูเปรียบเสมือนได้ว่าเป็นเมืองหลวงแห่งอาหารของภูมิภาคอเมริกาใต้ ซึ่งกรุงลิมายังเป็นที่ตั้งของร้านอาหารชื่อดัง เช่น Central และ Maido ซึ่งติดอันดับ 50 ร้านอาหารที่ดีที่สุดของโลกโดย CNN Travel มานานหลายปีด้วยแล้ว

ปัจจัยหลักที่ช่วยส่งเสริมให้ เปรูเป็นที่รู้จักในเรื่องอาหาร



ภาพ : Peru Food: Geography And Cuisine
:The Three Regions of Peru perufood.blogspot.com

ที่ตั้ง

เปรูเป็นศูนย์กลางที่ตั้งของอาณาจักรโบราณ ในภูมิภาคอเมริกาใต้ก่อนเข้าสู่ยุคอาณานิคมจึงทำให้ มีองค์ความรู้สืบทอดกันมาที่ยาวนาน รวมถึงความรู้ ด้านการประกอบอาหาร โดยใช้วัตถุดิบท้องถิ่น



ภาพ : canva.com/Daniel San Martin

ความหลากหลาย

เปรูเป็นประเทศที่มีความหลากหลายทางภูมิศาสตร์ ได้แก่ พื้นที่สูงตามแนวเทือกเขาแอนดิส พื้นที่ติดชายฝั่งทะเลแปซิฟิก และพื้นที่ป่าเมซอน ซึ่งทำให้มีความหลากหลายในชนิดของพืชพันธุ์ ผักผลไม้ และอาหารทะเลนานาชนิด

เกร็ดความรู้

สิ่งทีคล้ายไทยอย่างมากของเปรู คือ วัฒนธรรมการทาน อาหารรสจัด โดยเฉพาะมะนาวปั่นซึ่งมีขายตลอดปี ในช่วงที่ต้องมีการกักตุนอาหาร หากไปตามร้านค้า หรือตลาดสด จะพบว่า มะนาวจะเป็นสินค้าแรก ๆ ที่มักจะขาดตลาดก่อนสินค้าอาหารชนิดอื่น ๆ รวมถึงน้ำดื่ม

ที่มา: www.sanook.com



ปัจจัยหลักที่ช่วยส่งเสริมให้เปรูเป็นที่รู้จักในเรื่องอาหาร

▼ ความผสมผสาน

เปรูเป็นประเทศที่มีชาวจีนโพ้นทะเลอพยพย้ายถิ่นฐานไปตั้งรกรากใหม่สูงที่สุดในภูมิภาค โดยชาวจีนประมาณ 1 แสนคนได้อพยพไปตั้งถิ่นฐานในศตวรรษที่ 19 (ปัจจุบันคาดว่ามิชาวเปรูที่สืบเชื้อสายจากบรรพบุรุษจีนหรือที่เรียกว่าชาว Tusan ประมาณร้อยละ 3 - 15 ของประชากร) ชาวจีนกลุ่มนี้ก็ได้นำความรู้วิธีการประกอบอาหารจากจีนมาเสริมให้วัฒนธรรมอาหารของเปรู ในปัจจุบันจึงปรากฏร้านอาหารจีนของชาวเปรูกระจายอยู่ทั่วประเทศ นอกจากนี้ก็มีชาวจีนที่อพยพมาตั้งรกรากเช่นเดียวกัน (ปัจจุบันคาดว่ามิชาวเปรูที่สืบเชื้อสายจากบรรพบุรุษชาวจีนประมาณร้อยละ 0.5 ของประชากร)



ภาพ : <https://www.authenticfoodquest.com>



ภาพ : <https://www.authenticfoodquest.com>



ภาพ : Martin Mejia/NTB Scanpix

▼ เกร็ดความรู้

นายอัลเบอร์โต ฟุจิโมริ เป็นชาวเปรูเชื้อสายญี่ปุ่นที่ดำรงตำแหน่งประธานาธิบดีเปรู 3 สมัยรวม 10 ปี ระหว่างปี 2533 - 2543 ซึ่งถือเป็นผู้จุดเศรษฐกิจประเทศจากความตกต่ำให้กลับมามีเสถียรภาพ รวมถึงใช้นโยบายแข็งกร้าวในการปราบปรามก่อการร้ายในประเทศ แต่ต่อมาเกิดข้อครหาว่ามีการทุจริต และใช้อำนาจโดยมิชอบ ปัจจุบันนายฟุจิโมริจึงยังคงถูกจำคุก บุตรสาว ได้แก่ นางเคโกะ ฟุจิโมริ สืบทอดเจตนาฆาตกรรมทางการเมือง และยังคงเป็นกลุ่มที่มีอิทธิพลสูงในการเมืองเปรู ทั้งนี้ อิทธิพลทางการเมืองของนายฟุจิโมริทำให้ชาวต่างชาติหลายคนมีความเข้าใจว่าประเทศเปรูมีชาวจีนโพ้นทะเลอาศัยอยู่เป็นจำนวนมาก ซึ่งแท้จริงแล้วเมืองที่ชาวจีนโพ้นทะเลอาศัยอยู่มากที่สุดในภูมิภาคอเมริกาใต้ คือ นครเซาเปาลู ประเทศบราซิล

มันฝรั่ง พริก ถั่วและข้าว

หากจะให้เห็นภาพความยิ่งใหญ่ของอาหารเปรูว่ามีอิทธิพลต่อโลกปัจจุบันขนาดไหน อาจขอเริ่มจากมันฝรั่ง ซึ่งหากสืบต้นกำเนิดทางพันธุกรรมแล้วจะพบว่า จริง ๆ มันฝรั่งมีต้นกำเนิดมาจากเปรูตั้งแต่เมื่อ 7,000 - 10,000 ปีมาแล้ว และปัจจุบันเปรูมีสายพันธุ์ของมันฝรั่งชนิดต่าง ๆ อยู่มากกว่า 3,000 ชนิด ซึ่งเมื่อสเปนเข้ายึดครองอาณาจักรอินคาแล้ว มันฝรั่งจึงเป็นอาหารชนิดหนึ่งที่ได้รับการเผยแพร่ไปยังทวีปยุโรป และกลายเป็นส่วนประกอบของอาหารหลักหลายชนิดของหลายชนชาติทั่วโลก ดังนั้นครั้งต่อไปที่ท่านรับประทานเฟรนช์ฟรายหรือเปิดซองเลย์ซบเคี้ยวเล่นระหว่างดูทีวีขอให้ท่านตระหนักว่า ความเอร็ดอร่อยนี้มีที่มาแรกเริ่มจากเปรูนี้เอง



ภาพ : <https://www.sandiegouniontribune.com>



ภาพ : <https://www.potatopro.com>

เกร็ดความรู้

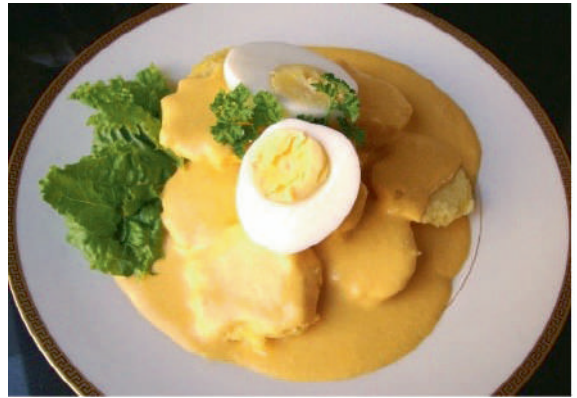
รัฐบาลเปรูได้จัดตั้งศูนย์วิจัยมันฝรั่งนานาชาติ (International Potato Center: CIP) เมื่อปี 2514 เพื่อบริหารจัดการพืชพันธุ์ชนิดต่าง ๆ ส่งเสริมการปลูกและบริโภคมันฝรั่ง เพื่อส่งเสริมความมั่นคงทางอาหารและลดความยากจนรวมถึงวิจัยและเก็บรักษาเมล็ดพันธุ์



ที่มา : <https://guide.michelin.com>

อาหารหลักอีกชนิดที่มีต้นกำเนิดจากภูมิภาคอเมริกาใต้ และมีอิทธิพลกลายเป็นส่วนประกอบของอาหารหลายชนิดทั่วโลก คือ พริก ซึ่งมีต้นกำเนิดจากเม็กซิโกในห้วงระยะเดียวกับการกำเนิดมันฝรั่ง โดยแม่เปรูจะไม่ใช่ต้นกำเนิดแรก แต่ก็เป็นพื้นที่ที่มีความหลายของสายพันธุ์พริกมากที่สุดของโลกเช่นกัน ดังนั้นเมื่อไหร่ที่ท่านคิดถึงอาหารแซ่บ ๆ ซัดปาก เหมือนแม่เกาะเกดตอนทำมะม่วงน้ำปลาหวาน หรือกุ้งย่างจิ้มน้ำจิ้มซีฟู้ด ก็ต้องขอบคุณโคลัมบัสที่เดินเรือจนพบทวีปใหม่นี้ (แม่แรกเริ่มจะเข้าใจผิดว่าเป็นประเทศอินเดีย) จึงเป็นผลให้พริกถูกนำพาออกมายังโลกกว้างรวมถึงครกไทย

ปัจจุบัน ทั้งมันฝรั่ง และพริกยังคงเป็นส่วนประกอบอาหารหลักในประเทศเปรู โดยขอยกตัวอย่างเมนูอาหารชื่อดังของเปรู ซึ่งนำมันฝรั่งเหลืองมาต้มและราดครีมซอสที่ทำมาจากชีส นม และพริกเหลือง ได้แก่ Papa a la huancaína (ปาปา อาลา วังกัยนา) ซึ่งนิยมรับประทานเป็นอาหารว่างเสิร์ฟพร้อมไข่ต้มและผักสลัด



ภาพ : <https://www.allrecipes.com>

นอกจากการส่งออกวัฒนธรรมอาหารแล้ว เปรูก็ได้รับอิทธิพลการบริโภคอาหารหลากหลายชนิดจากต่างประเทศเช่นกัน โดยเฉพาะอาหารประเภทถั่วจากยูเรเชีย และมีการบริโภคข้าวคล้ายชาวเอเชีย การอพยพของชาวจีนและชาวญี่ปุ่นเข้าเปรูได้นำพาวัฒนธรรมการกินข้าวมายังเปรูด้วย ปัจจุบันข้าวจึงเป็นอาหารหลักของชาวเปรู โดยเปรูเป็นประเทศที่ปลูกข้าวไม่เพียงพอต่อการบริโภค จึงมีการนำเข้ามาจากบราซิลและอุรุกวัย รวมถึงไทย (ในห้างที่ผ่านมามีเคยเป็นแหล่งนำเข้าข้าวของเปรูมากเป็นอันดับที่ 3)



ภาพ : <https://guide.michelin.com>

สรุปกลางวันทานอะไรดี?

ในช่วงเวลากลางวันของมนุษย์เงินเดือนในเปรูทั่วไป จะออกไปหาอาหารจานด่วนทานที่ตลาด ซึ่งจะมีการขึ้นป้ายขายอาหารชุด ในราคาเฉลี่ย 10 โซเลส (ประมาณ 100 บาท) โดยจะมีอาหารเรียกน้ำย่อยให้เลือก เช่น ซุป เซบิเซ่ หรือ ปาปา อา ลา วังกัยนา และอาหารจานหลัก หากเป็นวันจันทร์อาจเป็นข้าวพร้อมแกงถั่วเลนทิลและปลาทอด เป็นต้น



ภาพ : <https://cookpad.com>



ที่มา : <https://www.evaballarín.com>

เกร็ดความรู้

ชาวเปรูเชื่อว่าหากบริโภคถั่วเลนทิลในวันจันทร์จะนำมาซึ่งโชคลาภและความสำเร็จ เนื่องจากถั่วชนิดนี้เป็นสัญลักษณ์ของความอุดมสมบูรณ์ จึงนิยมรับประทานในวันจันทร์ซึ่งเป็นวันเริ่มต้นของสัปดาห์

เรื่อง : มนัสสินี มุทธาธาร
สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงลิมา

อาหารไทยและเปรู ความเหมือนในความต่าง



เมื่อพูดถึงเปรู เรามักจะนึกถึงตัวอัลปาก้า และ Machu Picchu ทันที เช่นเดียวกับบอาหารเปรูที่มีชื่อเสียงระดับโลกอย่าง Ceviche แต่คุณรู้หรือไม่ว่าเปรูเป็นที่รู้จักในฐานะบ้านเกิดของมันฝรั่ง และยังมีชื่อเสียงในด้านวัฒนธรรมอาหารที่อุดมสมบูรณ์และแสนอร่อยด้วย

ไทยและเปรูตั้งอยู่คนละซีกโลก แต่มีสิ่งที่เหมือนกันคือ วัฒนธรรมและความสร้างสรรค์ด้านอาหาร ไทยและเปรูต่างก็เป็นจุดหมายปลายทางแห่งอาหารระดับโลกและอาหารที่โดดเด่นซึ่งเป็นอาหารฟิวชั่น โดยอาหารของทั้งสองประเทศนี้ได้รับรางวัลระดับโลกมากมาย แม้ไทยกับเปรูจะอยู่ห่างกันหลายพันไมล์ ความหลงใหลในอาหารของชาวเปรูและชาวไทยเป็นจุดเริ่มต้นที่ดีในการสานสัมพันธ์เรียนรู้วัฒนธรรมของกันและกัน ซึ่งจะช่วยให้ประชาชนใกล้ชิดกันมากขึ้น

อีกทั้งเป็นโอกาสสำหรับการเพิ่มการค้า การลงทุน และธุรกิจด้านอาหารและบริการสำหรับภาคเอกชนไทยและเปรูด้วย

หากกรุงเทพฯ ขึ้นชื่อเรื่องอาหาร รวมทั้งสตรีทฟู้ดของเอเชีย ลิมาก็เป็นหนึ่งในศูนย์กลางด้านอาหารของภูมิภาคลาตินอเมริกา และเช่นเดียวกับเมนูเด่นของไทยที่ได้รับการยอมรับจากต่างชาติถึงความเป็นเลิศ เช่น ผัดไทย แกงมัสมั่น ต้มยำกุ้ง และแกงเขียวหวาน เปรูก็มีอาหารขึ้นชื่อมากมายที่มีเอกลักษณ์ เช่น ceviche ซึ่งเป็นปลาดิบแช่น้ำมะนาวที่เรียกว่า 'leche de tigre' เสิร์ฟพร้อมพริกและมันเทศ อาหารขึ้นชื่อของเปรูอื่น ๆ ได้แก่ lomo saltado (เนื้อผัดมะเขือเทศ หัวหอม มันฝรั่งทอด และข้าว) pollo a la brasa (ไก่ย่าง) causa rellena (สลัดมันฝรั่งเป็นชั้น) และ cuy (หนูตะเภาทอด)

ภาพ : PeruTourism



ประวัติอาหารเปรู - การผสมผสานทางวัฒนธรรม

อาหารเปรูมักถูกเรียกว่า อาหารครีโอล (Creole ซึ่งเป็นชื่อเรียกกลุ่มคนที่เป็นลูกผสมมีเชื้อสายแอฟริกัน รวมทั้งวัฒนธรรมของคนกลุ่มนี้) เนื่องจากการผสมผสานของอิทธิพลจากอาหารหลากหลายที่มา เช่น อาหารจากอินคา สเปน แอฟริกา เอเชีย และอาหารยุโรปอื่น ๆ เริ่มตั้งแต่ในยุคอาณาจักรอินคา ชาวอินคาชนพื้นเมืองโบราณของเปรู ได้ปลูกมันฝรั่ง ข้าวโพด คินัว (quinoa) และพริกหลายร้อยชนิด ในช่วงปี ค.ศ. 1500 เมื่อดินแดนบริเวณนี้กลายเป็นอาณานิคมสเปน ก็ได้รับอิทธิพลทางด้านอาหารจากสเปนและยุโรป ซึ่งได้นำไก่ หมู เนื้อแกะ ข้าวบาร์เลย์ และข้าวสาลีมายังเปรู ต่อมา ชาวแอฟริกันนำถั่วลิสง มันเทศ เครื่องเทศ กัลวย พักทอง และอ้อยเข้ามา ซึ่งสองส่วนสุดท้ายใช้ทำโดนัทหรือน้ำเชื่อมรสหวานที่เรียกว่า picarones และจากนั้น ชาวญี่ปุ่นและชาวจีนได้เข้ามาตั้งรกรากในเปรู และนำซีอิ๊ว ข้าว และเทคนิคการทำอาหาร เช่น การผัดเข้ามาอีก ปัจจุบัน ร้านอาหารเปรู-ญี่ปุ่นเรียกว่า Nikkei และร้านอาหารจีน-เปรูเรียกว่า Chifa การผสมผสานทางวัฒนธรรมเหล่านี้จึงกลายเป็นอาหารเปรูที่รู้จักกันในปัจจุบัน

วัตถุดิบที่หลากหลาย

เช่นเดียวกับอาหารไทย อาหารเปรูเน้นการผสมผสานรสชาติที่มีความซับซ้อนและหลากหลายรสชาติ อย่างไรก็ตาม ส่วนผสมหลักนั้นแตกต่างกัน สำหรับอาหารไทย ตะไคร้ ข่า ใบมะกรูด หอมแดง กระเทียม และพริกแดงแห้ง มักเป็นส่วนผสมที่สำคัญที่สุดที่อยู่เบื้องหลังรสชาติที่เป็นเอกลักษณ์ของอาหารไทย สำหรับปัจจุบัน อาหารเสฉวน อาหารไทย และอาหารอินเดีย เป็นอาหารที่ขึ้นชื่อว่ามี ความเผ็ดร้อน แต่รู้หรือไม่ว่า ไม่มีการใช้พริก ในการปรุงอาหารเอเชียก่อนศตวรรษที่ 15 เพราะพริกมีต้นกำเนิดจากภูมิภาคลาตินอเมริกา ในช่วงยุคแห่งการล่าอาณานิคมในศตวรรษที่ 15 นั้น ชาวสเปนได้นำพริกจากลาตินอเมริกา หรือที่เรียกกันว่า "โลกใหม่" (New World) มาเผยแพร่ โดยเฉพาะจากเปรูซึ่งผลิตพริกหลากหลายชนิด เช่น Ají Amarillo, Ají panca, Ají rocoto และ Ají charapa พริกของไทย (ซึ่งได้กลายเป็นพันธุ์จากพริกดั้งเดิมจากเปรูแล้ว) หลายชนิดมีความคล้ายคลึงกับพริกเปรู แม้ว่าจะมีรสชาติและระดับความเผ็ดต่างกัน เช่น พริกหยวก พริกชี้ฟ้า หรือพริกชี้หนู

ภาพ : pexels.com/Binyamin Mellish





peru.info/superfoods

สำหรับอาหารที่คล้ายคลึงกันนั้น นอกจากพริกแล้ว ยังมีข้าวที่เป็นอาหารหลักของทั้งอาหารไทยและเปรู แต่ในเปรู ยังมีถั่ว กล้วย (plantain) และมันสัมปะหลัง (yuca) ที่ชาวเปรูนิยมทานเป็นคาร์โบไฮเดรตประจำวัน คล้าย ๆ กับที่ทานข้าวอีกด้วย

อาหารประจำภูมิภาคของเปรูมีความสำคัญต่อเอกลักษณ์ของอาหารประจำชาติอย่างมาก เช่นเดียวกับประเทศไทย ซึ่งภาคเหนือ ภาคอีสาน ภาคกลาง ภาคตะวันออก และภาคใต้ต่างก็มีอาหารท้องถิ่นที่แตกต่างกันออกไป เปรูเป็นประเทศที่ใหญ่เป็นอันดับสามของอเมริกาใต้ และมีสามภูมิภาคหลัก ได้แก่ เขตที่ราบสูง แอนเดียน เขตชายฝั่ง และเขตป่าเมซอน ความหลากหลายทางภูมิศาสตร์ของเปรู ส่งผลให้ส่วนผสมและการปรุงอาหารในเปรู มีความหลากหลายอย่างน่าอัศจรรย์ ในพื้นที่ชายฝั่งทะเล กระแสน้ำฮัมโบลต์ (Humboldt Current) ผลิตกระแสน้ำเย็น ซึ่งเป็นที่อยู่ของปลาหลากหลายชนิด ในเขตป่าเมซอน มีปลาเมซอนมากกว่า 2,000 สายพันธุ์ และผลไม้เมืองร้อน เช่น chirimoya guanabana อะโวคาโด camu camu และ lucuma ซึ่งเป็นที่รู้จักกันในชื่อ “ทองอินคา” ที่มีเนื้อครีมเป็นสีคาราเมล อาหารท้องถิ่นที่คนเปรูชื่นชอบชื่อว่า juanes หรือเนื้อและข้าวมันไอบตอง

มีความคล้ายกับขนมไทยห่อไอบตอง เทือกเขาแอนดีสของเปรูมีดินที่อุดมสมบูรณ์ซึ่งเหมาะสำหรับการปลูกมันฝรั่ง oka tarwi (ถั่วลูปินชนิดหนึ่ง) คินัว และ olluco (หัวมันชนิดหนึ่ง ลักษณะคล้ายมันฝรั่ง) และการเลี้ยงสัตว์ที่สามารถนำมารับประทานได้ เช่น หนุตะเถา และยามะ

เปรูเป็นประเทศผู้ผลิตรายใหญ่และส่งออกของอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการหายากที่เรียกว่าซูเปอร์ฟู้ดส์ (superfoods) ซึ่งเป็นที่นิยมอย่างมากในหมู่ผู้ใส่ใจในสุขภาพของไทย ซูเปอร์ฟู้ดส์อุดมไปด้วยวิตามิน มีประโยชน์มากมายต่อสุขภาพ ตั้งแต่บำรุงหัวใจ กระจกและสมอง ระบบภูมิคุ้มกันและให้พลังงาน เช่น camu camu maca (พืชรากลักษณะคล้ายหัวไชเท้า) คินัว โกลเด้นเบอร์รี่ ข้าวโพดชಾಯักษ์ yacon (ผลบัวหิมะลักษณะคล้ายหัวมันเทศ) ข้าวโพดสีม่วง ขิง ขมิ้น mesquite (ถั่วชนิดหนึ่ง) และกาแฟ แม้แต่โกโก้ยังถือเป็น สุดยอดอาหาร ซึ่งเชื่อว่าชาวอินคาเริ่มนำมาปลูกเมื่อ 3,000 ปีก่อน ซึ่งได้รับฉายาว่าเป็น "อาหารของทวยเทพ" โดยองค์การสหประชาชาติยอมรับความสำคัญของ superfoods สำหรับโภชนาการระดับโลก โดยได้ประกาศให้ปี ค.ศ. 2013 เป็น "ปีสากลแห่งคินัว"

ประเทศไทยในฐานะสวรรค์ของคนรักอาหาร และผลไม้และผู้ส่งออกอาหารรายใหญ่เป็นอันดับ 11 ของโลกด้วยอุตสาหกรรมการผลิตและการแปรรูปอาหารที่มีการพัฒนาเป็นอย่างดี น่าจะมีโอกาสทางธุรกิจในการสำรวจและแปรรูปวัตถุดิบของเปรูให้เป็นอาหารที่มีมูลค่าเพิ่มได้

วัฒนธรรมการกินที่มีชีวิตชีวา

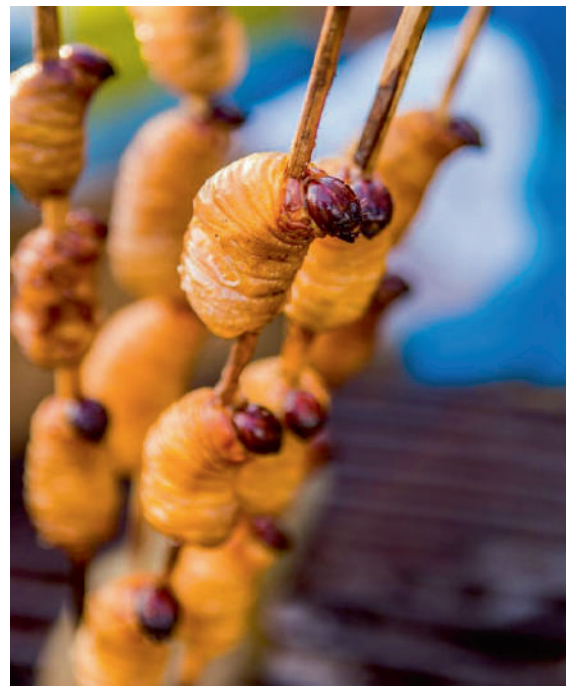
อย่างที่กล่าวไว้ข้างต้น กรุงเทพฯ เป็นเมืองหลวงแห่งอาหารสตรีทฟู้ดของโลก แต่ชาวเปรูก็หลงใหลในอาหารสตรีทฟู้ดซึ่งเป็นที่นิยมมากที่สุดในการลิมาเช่นกัน คุณอาจพบชาวเปรูตามท้องถนนที่รับประทานอาหารเช้าที่ขึ้นชื่อ เช่น anticuchos (หัวใจวัวปิ้ง) papa rellena (มันสำปะหลังทอด) sanguches (แซนวิชหมู) tamales (ข้าวโพดอบ) และ tequeños (ปอเปี๊ยะทอดเปรู) ชาวเปรูนิยมรับประทานอาหารเช้าในร้านแบบดั้งเดิม (picanterias) ในตลาด หรือร้านข้างทางที่ราคาไม่แพงเช่นเดียวกับคนไทย และเป็นสถานที่พบปะของคนท้องถิ่นเปรูคล้ายสภากาแฟของไทยด้วย สำหรับเครื่องดื่ม ชาวเปรูมีเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และไร้แอลกอฮอล์มากมายหลายชนิด เช่น pisco (เหล้าองุ่น) chicha morada (น้ำข้าวโพดสีม่วง) Inca Kola (น้ำอัดลมที่ขายดีที่สุดของเปรู) และ mate de coca (ชาใบโคคา) ปัจจุบันบริษัท **Aje Company** เป็นหนึ่งในการลงทุนหลักของเปรูในประเทศไทย โดยจำหน่ายน้ำอัดลม Big Cola ในประเทศไทย

รูปภาพ : Suri

ภาพ : www.worldfoodguide.com

โลกของแมลง

ทั้งชาวไทยและชาวเปรูจำนวนไม่น้อยต่างชื่นชอบการบริโภคแมลง ในเปรู คุณอาจลองรับประทาน Suri ซึ่งเป็นด้วงมอดจากป่าเมซอนที่นำมาต้ม ทอด หรือผัดโดยใช้พริกและเสียบไม้การใช้ส่วนผสมแมลงในอาหารไทยได้รับความนิยมเพิ่มขึ้นเช่นเดียวกับในเปรู ซึ่งเพิ่มมิติให้กับการทำอาหารไทยและเป็นส่วนผสมสำคัญในเมนูอาหารต่าง ๆ เช่น ไข่ผัดแมงพลู และแมงดานา ไทยยังได้พัฒนาความเชี่ยวชาญในการทำผลิตภัณฑ์แป้งจิ้งหรีดซึ่งปัจจุบันส่งออกไปทั่วโลก และสามารถจัดทำขนมปัง พาสต้า บะหมี่ โพรตีนแท่ง และโปรตีนเชค เปรูจึงเป็นโอกาสสำหรับบริษัทไทยในการสำรวจแหล่งโปรตีนจากแมลงที่อุดมสมบูรณ์ของเปรู และสร้างผลิตภัณฑ์มูลค่าเพิ่มเพื่อเป็นผู้นำในการสร้างความตระหนักรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของการบริโภคแมลง





ภาพ : <http://newworldreview.com/2013/09/mistura-2013-the-basics/>

กรุงเทพฯ และกรุงลิมา : สวรรค์ของนักชิม!

ทุกวันนี้ วัฒนธรรมการกินอาหารไทยและเปรูในท้องถิ่นได้พัฒนาไปพร้อมกับเซฟและร้านอาหารสมัยใหม่ที่นำอาหารแบบดั้งเดิมมาประยุกต์ด้วยความเข้าใจอย่างลึกซึ้งถึงรากเหง้าของการทำอาหารที่มีคุณค่าทางประวัติศาสตร์ ร้านอาหารไทยจำนวนมากได้รับรางวัลระดับนานาชาติ โดยมี 6 ร้านที่ถูกจัดอันดับในรายชื่อ 50 ร้านอาหารที่ดีที่สุดในเอเชีย (Asia's 50 Best Restaurants) และ 29 ร้านอาหารที่ได้รับดาวมิชลินในปี 2563 (2020 Michelin Guide) ในขณะที่ในเปรูร้านอาหาร 9 แห่งในกรุงลิมาอยู่ในรายชื่อ 50 ร้านอาหารที่ดีที่สุดในโลกของลาตินอเมริกา

ปัจจุบัน เปรูมีเซฟชื่อดังที่สร้างชื่อเสียงให้กับประเทศ เช่น Gaston Acurio เซฟระดับซูเปอร์สตาร์ที่นำเสนออาหาร Novoandina (อาหารดั้งเดิมของภูมิภาคแอนเดียนที่นำมาผสมผสานให้ทันสมัย) จนอาหารเปรูเป็นที่รู้จักในระดับนานาชาติและกรุงลิมากลายเป็นสัญลักษณ์แห่งนวัตกรรมการทำอาหารที่นักชิมทั่วโลกต้องมาลอง

ปัจจุบันมีมาสเตอร์เซฟชื่อดังชาวเปรูอีกหลายคน อาทิ Virgilio Martinez จากร้าน Central/ Pia Leon จากร้าน Kjolle Mitsuharu/ "Micha" Tsumura จากร้าน Maido/ Jaime Pesaque และ Rafael Osterling

นอกจากนี้ เปรูจัดงานเทศกาลอาหารประจำปีและเป็นเจ้าภาพงานแสดงอาหารระหว่างประเทศหลายโอกาส ซึ่งสามารถดึงดูดทั้งเซฟเกษตรกร และนักท่องเที่ยวให้มาเยือนกรุงลิมาหลายพันคนทุกปี โดยงานสำคัญ ได้แก่ Mistura จัดโดย APEGA สมาคมอาหารแห่งเปรู (Sociedad Peruana de Gastronomía y Mistura) ซึ่งเป็นงานแสดงอาหารที่ใหญ่ที่สุดในภูมิภาคลาตินอเมริกา และ Expoalimentaria จัดโดยสมาคมส่งออกเปรู (Asociación de Exportadores - ADEX) ซึ่งเป็นงานแสดงวัตถุดิบอาหารและการสาธิตการประกอบอาหารที่จัดขึ้นเป็นประจำทุกปี โดยมีบริษัทไทยและร้านอาหารไทยเคยเข้าร่วมงานแสดงสินค้าทั้งสองงานมาแล้ว ซึ่งสองครั้งล่าสุดดำเนินการแบบออนไลน์

บทบาทอาหารไทย เชื่อมสัมพันธ์สองประเทศ

ในขณะที่สถานเอกอัครราชทูตเปรูในประเทศไทยมีส่วนช่วยส่งเสริมธุรกิจซูเปอร์ฟู้ดและการท่องเที่ยวเชิงอาหารของเปรูให้แพร่หลายในไทยยิ่งขึ้น สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงลิมาเองก็มีบทบาทแข่งขันอย่างต่อเนื่องในการส่งเสริมอาหารไทยในเปรู เนื่องจากเล็งเห็นถึงการใช้อาหารเป็นเครื่องมือในการกระชับความสัมพันธ์ระดับประชาชนและเสริมสร้างโอกาสทางธุรกิจระหว่างไทยกับเปรู โดยจัดกิจกรรมการสาธิต การประกอบอาหาร จัดทำสิ่งพิมพ์แนะนำอาหารไทยและแหล่งซื้อวัตถุดิบ ตลอดจนวิดีโอสอนทำอาหารไทยเผยแพร่ทางเว็บไซต์ www.foodlandia.com.pe รวมทั้งสนับสนุนให้บริษัทไทยและร้านอาหารไทยได้มีโอกาสเข้าร่วมในงานแสดงสินค้าด้านอาหารในเปรู



รูปภาพ : นายสรยุทธ ชาสสมบัติ เอกอัครราชทูต ณ กรุงลิมา และผู้เข้าร่วมงาน

โดยล่าสุด สถานเอกอัครราชทูตฯ ร่วมกับสถาบัน D' Gallia Gastronomic Institute ในกรุงลิมา ได้จัดงานการสาธิตอาหาร “A Harmony of Flavours of Thailand and Peru” เมื่อวันที่ 21 กันยายน 2564 เพื่อเฉลิมฉลองโอกาสครบรอบ 55 ปีของการสถาปนาความสัมพันธ์ทางการทูตไทย-เปรู และครบรอบ 200 ปีของการประกาศเอกราชของเปรู โดยการสาธิตฯ เน้นการประกอบอาหารไทยดั้งเดิมควบคู่กับอาหารฟิวชั่นที่เป็นการผสมผสานวัตถุดิบและวิธีการประกอบอาหารไทยและเปรูที่มีความคล้ายกันในหลายประการ โดยเชฟแม่ครัวไทย

2 คน จากร้านอาหารไทยสองแห่งในกรุงลิมา และเชฟชื่อดังชาวเปรู 2 คน มาร่วมกันสาธิตการประกอบอาหารฟิวชั่นไทย-เปรู

กิจกรรมดังกล่าวได้ช่วยจุดประกายให้ประชาชนของทั้งสองประเทศเห็นถึงความกลมกลืนอย่างน่าทึ่งของอาหารไทยและเปรูที่มีส่วนผสมและวัตถุดิบที่มีความคล้ายคลึงมากกว่าที่เราคิด โดยประสบการณ์การชิมลิ้มรสอาหารของกันและกันถือเป็นเครื่องมือกระชับความสัมพันธ์อันอบอุ่นระดับประชาชน และจะช่วยนำไปสู่การค้าขายแลกเปลี่ยน และไปมาหาสู่ระหว่างกันต่อไป



ภาพ : Canva.com/los muertos crew

เปิดโต๊ะอาหาร งานไม่ควรพลาด ที่อาร์เจนตินา

เรื่องและภาพ : จักรพันธ์ ยวรี
สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงบัวโนสไอเรส

สวัสดีครับทุกท่านอาจเคยได้ยินเกี่ยวกับอาร์เจนตินาอยู่บ้าง จากชื่อเสียงที่มีมาช้านาน โดยเฉพาะด้านฟุตบอล และมีซูเปอร์สตาร์ระดับโลกอย่าง Diego Maradona และ Lionel Messi ที่นับว่าเป็นไอคอนที่

คอฟุตบอลทุกท่านในโลกย่อมรู้จักเป็นอย่างดี และหลายท่านก็อยากจะหาโอกาสมาเยือนอาร์เจนตินาสักครั้งในชีวิตหนึ่ง ซึ่งวันนี้เราจะมาดูกันว่าเมื่อมาถึงแล้วจะมีอาหารใดให้ลิ้มลองกันครับ



แล้วอาหารละ หลายคนอาจรู้สึกว่ เอ๊ะ! อาหารอาร์เจนตินามีอะไรบ้าง? ก่อนอื่นผมขอเรียนว่าหลัก ๆ อาหารที่มีชื่อเสียงที่นี่คือสิ่งที่เรียกว่า Asado ซึ่งเป็นคำเรียกอาหารตระกูลเนื้อย่าง ซึ่งแม้ว่าจะคล้ายกับสเต็กที่หลายท่านเคยทานกันมาแล้ว แต่ Asado ของอาร์เจนตินาจะมีลักษณะพิเศษคือจะมีความนุ่มหอมละมุนกว่า เนื่องจากใช้ไฟอ่อน ๆ ที่มาจากถ่านที่วางไว้ด้านล่าง ค่อย ๆ ละเมียดย่างไปเรื่อย ๆ ทำให้ความร้อนสามารถซึมเข้าได้อย่างทั่วถึงและมีความนุ่มลิ้นกว่าการย่างทั่วไปโดยใช้เพียงเกลือทาผิวด้านนอกครับ เนื้อที่นิยมที่สุดในการทำคือเนื้อวัว เนื่องจากคนที่นี่ชอบทานเนื้อวัวมาก ๆ ทั้ง ๆ ที่ส่งอออาหารทะเลไปไกลต่างประเทศแต่ในประเทศไม่นิยมกินกันมากนัก

Asado นั้นจะมีหลายส่วนมากที่นิยมทานกัน อาทิ Ojo de Bife (สันนอก) Lomo (สันใน) รวมถึงไส้กรอกชนิดต่าง ๆ อาทิ Chorizo ที่คล้ายไส้กรอกอีสานบ้านเราที่มีความเปรี้ยวและเผ็ดนิด ๆ พร้อมเครื่องเทศ Morchilla ซึ่งเป็นไส้กรอกเลือดของยุโรปที่มีทั้งรสชาติหวานและเค็ม แบบหวานบางที่ก็ใส่ถั่วแห้งครับ ถ้าบางท่านไม่เคยทานอาจจะตกใจเล็กน้อย (รวมทั้งผู้เขียนด้วย) หรือกระทั่งเนื้อแกะย่างและเสียบแทงเหล็กย่างทั้งตัวด้วยไฟอ่อน ๆ ก็เป็นที่นิยมมาก หลายร้านก็นิยมย่างโชว์ไว้ที่หน้าร้าน สิ่งที่น่าสนใจอีกอย่างคือขนาด Asado ที่อาร์เจนตินานั้นเสิร์ฟด้วยจานค่อนข้างใหญ่มาก (400-600 กรัม) ชาวไทยอย่างเรา ๆ มาครั้งแรกอาจจะตกใจ เพราะอาจจะต้องแบ่งกันทานคนละครึ่งจึงจะหมด



ASADO

นอกจากนี้ สิ่งที่เราขาดไม่ได้และควบคู่กับ Asado นั่นคือซอสจิ้มครีบ ที่นิยมกันมากคือ Chimichurri ที่เป็นน้ำพริกที่ทำจากผักชีฝรั่ง น้ำส้มสายชู ไวน์แดง กระเทียม เกลือ พริกไทยดำ ออริกาโน และพริกแดง เป็นต้น โดยการผสมให้เข้ากันด้วยการใส่น้ำมันมะกอก รับรองว่าเป็นซอสที่มีความแซบมากสำหรับชาวไทยอย่างเรา ๆ และทำให้ทานได้โดยไม่รู้เบื่อทันทีเดียว มีโอกาสขอแนะนำร้าน Don Julio ซึ่งเป็นหนึ่งในร้าน Asado ที่ดังระดับโลกโดยที่ผ่านมามี No. 1 ของลาตินอเมริกาด้วยครับ เรียกว่าเป็นร้านเด็ดสุดที่ไม่ควรพลาด ถ้าพลาดไปแล้วอาจจะถือว่ายังไม่ถึงอาร์เจนตินาทันทีเดียว ซึ่งทางร้านเขาเลี้ยงฟาร์มวัวเองด้วย ดังนั้นเนื้อ



จะไม่เหมือนใคร มีความนุ่มละมุนลิ้นและหอมมาก แบบลิ้มไม่ลงทันทีเดียว ระหว่างรอเข้าร้าน เนื่องจากคิวจะแน่นชนิดเสมอจะมีการเสิร์ฟ แซมเปญูและมีขนม Empanada (ที่จะเล่าต่อไป) ให้ลูกค้าระหว่างที่รอเข้าร้านด้วยครับ

อาหารลำดับต่อมาที่ขอแนะนำคือซูปประจำชาติที่เรียกว่า Locro ซึ่งเป็นซูปสีเหลืองที่ประกอบด้วยสควอช ข้าวโพด รวมทั้งมีการใส่เนื้อสัตว์ต่าง ๆ (ซึ่งโดยปกติจะเป็นเนื้อวัว) ลงไปด้วย หรือจะเป็นไส้กรอก Chorizo ซึ่งสูตรซูป Locro นี้จะมีความแตกต่างกันออกไปตามพื้นที่ที่มีสูตรเฉพาะ โดยอาจมีการเพิ่มผัก อาทิ ถั่ว หัวหอม ฟักทอง ลงไปด้วย และมีบางที่ก็ papa chola ซึ่งเป็นมันชนิดหนึ่งที่มีรสชาติเป็นเอกลักษณ์ใส่ลงไปด้วย

หลายท่านคงสงสัยว่าซูปนี้จะเป็นซูปประจำชาติอาร์เจนตินาได้อย่างไร ผมต้องขอย้อนกลับไปในอดีตในช่วงสองร้อยปีก่อน ชาวอาร์เจนตินาจะกินซูปดังกล่าวเพื่อระลึกถึงวันครบรอบการปฏิวัติอาร์เจนตินาวันที่ 25 พฤษภาคม ค.ศ. 1810 ซึ่งภายหลังจากการปฏิวัติครั้งนี้ Locro กลายเป็นอาหารที่แสดงถึงอิสรภาพและสัญลักษณ์ของการเป็นเอกราช บ่งบอกถึงตัวตนของอาร์เจนตินาแทนที่อาหารที่ได้รับอิทธิพลจากยุโรป รวมถึงเป็นการแสดงถึงวัฒนธรรมแท้จริงของตนเอง

EMPANADA และซูป LOCRO

ซึ่งหากท่านใดมีโอกาสมาเยือนกรุงบัวโนสไอเรส จะมีร้าน Locro เด็ดชื่อดังอยู่ใกล้ ๆ สถานทูตไทยของเราในเขต Belgrano ชื่อว่าร้าน “1810” ซึ่งตั้งชื่อเพื่อเป็นเกียรติกับปีที่เริ่มทำการปฏิวัติของอาร์เจนตินา และในช่วงการเฉลิมฉลองวันชาติจะมีชาวอาร์เจนตินาจำนวนมากต่อคิวรอซื้อกลับไปทานที่บ้าน โดยเพื่อเพิ่มรสชาติให้อร่อยเข้มข้นจะมีการใส่ซอสเผ็ดที่ทำมาจากปาปริก้าและพริกแดงที่เรียกว่า Quiquirimichi ซึ่งช่วยเพิ่มความแซบได้มากทีเดียวซึ่งผู้เขียนชอบมากครับ ส่วนตัวบางที่เสิร์ฟด้วยเนื้อเปลก ๆ เช่น เนื้อกระต่าย ซึ่งรสชาติจะคล้าย ๆ เนื้อไก่ครับแต่อาจจะมีความเผ็ดมากกว่า



EMPANADA

อีกหนึ่งอาหารที่จะลืมไม่ได้คือ Empanada ซึ่งนับเป็นพาสตี่ฟูดที่เหมาะกับทุกเพศทุกวัย ในอาร์เจนตินา มีราคาย่อมเยาและอิมท้อง มีลักษณะเหมือนกะหรี่ปั๊บบที่คนไทยรู้จักทั่วไป empanar แปลว่าการห่อ เป็นอาหารที่ได้รับอิทธิพลมาจากสเปนโดยการนำแป้งมาห่อไส้ แล้วนำไปอบ ซึ่งในส่วนของไส้จะมีสูตรหลากหลายมาก ไส้ที่นิยมทั่วไปได้แก่ เนื้อวัว แฮมชีส ไก่ เป็นต้น และยังมีเฉพาะแตกต่างกันไปตามภูมิภาคต่าง ๆ ของอาร์เจนตินาอีกด้วย ซึ่งที่ผู้เขียนชอบเป็นพิเศษคือ Empanada จากจังหวัด Tucuman ซึ่งมีการใส่พริกปาบริก้า ไข่ต้ม ชมัน พริกไทยดำลงไปด้วย ทำให้มีรสชาติของเครื่องเทศที่กลมกล่อมกว่าแบบอื่น ๆ

สาเหตุที่ Empanada ที่อาร์เจนตินาจะเป็นแบบอบซะส่วนมากแตกต่างกับหลาย ๆ ประเทศ มีเกร็ดว่าเนื่องจากสมัยอดีต น้ำมันทอดอาหารนั้นหาได้ยากและมีราคาแพง การอบจึงเป็นสิ่งที่ประหยัด และสามารถทำได้ง่ายกว่าในการจัดเตรียม นอกจากนี้ ยังขอแนะนำให้ลองทาน Humita ซึ่งทำจากข้าวโพดบดห่อด้วยใบข้าวโพด แล้วนำไปนึ่งโดยผสมหัวหอมใหญ่ ฟักทอง และเครื่องเทศลงไปด้วย โดยในอาร์เจนตินา ไส้ชีสเพิ่มไปด้วย ซึ่ง Humita ได้รับความนิยมอย่างมากในบริเวณด้านโซนาภาคเหนือของประเทศเช่นที่จังหวัด Salta และจังหวัด Jujuy



DULCE DE LECHE

เมื่อกล่าวถึงอาหาร เราก็มักไม่สามารถลืมที่จะเล่าถึงขนมที่มีชื่อได้ ขนมที่มีชื่อมากที่สุดของอาร์เจนตินาคือ Dulce de Leche แพลตตรงตัวคือ “นมหวาน” มีลักษณะเป็นครีมสีน้ำตาลรสชาติหวานที่ใช้ทำขนมทั่วไป ซึ่งใคร ๆ เห็นครั้งแรกก็นึกว่าเป็นคาราเมล แต่จริง ๆ แล้วมันต่างกัน เนื่องจาก dulce de leche นั้นใช้นมในการผลิตครับ โดยเคียวนมให้งวดขึ้นจนเปลี่ยนสี ส่วนคาราเมลคือน้ำตาลผสมน้ำแล้วเคียวให้งวด ดังนั้น Dulce de Leche จะมีความละมุนหอมมันของนมมากกว่า ซึ่งบางทีลองใช้แทนน้ำตาลในกาแฟก็จะได้รสชาติกาแฟที่หวานหอมชื่นใจมากครับ แนะนำว่าควรต้องลอง โดยหากเล่าถึงประวัตินั้นในตำนานกล่าวกันว่า เกิดขึ้นจากความบังเอิญ

เมื่อปี ค.ศ. 1804 เมื่อพ่อครัวของจักรพรรดินโปเลียนผู้โด่งดังเพลอสิมัตมนมไว้บนเตาจนแห้ง แล้วพอน้ำระเหยก็จะเหลือแต่ส่วนของนมไหม้ที่มีสีน้ำตาลอันเป็นที่มาของขนมดังกล่าว ซึ่งเมื่อปี 2546 อาร์เจนตินาเองได้เคยมีความพยายามจดทะเบียนขนมดังกล่าวเป็นมรดกโลกด้วยแต่ยังไม่สำเร็จในขณะนี้ นอกจากนี้ ยังมีขนมเรียกว่า Alfajores ซึ่งเป็นคุกกี้หรือเค้กเคลือบช็อกโกแลต โดยปกติจะมีไส้เป็น Dulce de Leche หรือไส้แยมรสต่าง ๆ เป็นก้อนขนาดพอดีคำ ซึ่งนับเป็นของฝากชื่อดังสำหรับซื้อไปฝากเพื่อนติดไม้ติดมือตอนกลับไทยได้ครับ



DULCE DE LECHE



MAMUSHKA CHOCOLATE



อันสุดท้ายที่ลืมไม่ได้คือไวน์ครับ ไวน์อาร์เจนตินา เป็นหนึ่งในไวน์โลกใหม่ที่มีชื่อมากโดยเฉพาะ ที่ไทยนั้นอาจถือได้ว่าเป็น “rare item” พอสมควร ที่คอไวน์ทั้งหลายจะหาตี๋มกัน ลักษณะเฉพาะ ของไวน์ที่นี้ส่วนมากจะปลูกด้วยองุ่นพันธุ์ Malbec ซึ่งในยุโรปนี้ปลูกพันธุ์นี้ยังงักสู้ที่อาร์เจนตินา ไม่ได้ เนื่องจากองุ่นพันธุ์นี้ต้องการความร้อน และแดดมากกว่าพันธุ์อื่น ๆ เนื่องจากมีเปลือกหนา อากาศและดินที่นี้จึงตอบโจทย์มากกว่าครับ

ที่อาร์เจนตินาจะมีแหล่งปลูกที่สำคัญประมาณ 2-3 แห่ง อาทิ จังหวัด Mendoza ซึ่งเป็นแหล่ง ผลิตใหญ่ที่สุด อยู่ติดกับชิลีและที่จังหวัด Salta ซึ่งจะเป็นไวน์ที่ปลูกในพื้นที่สูง (2,000 เมตร ขึ้นไป) ซึ่งขณะนี้อาจจะหาชิมได้ยากกว่าพันธุ์ ที่นิยมในยุโรปทั่วไป เช่น Cabernet Sauvignon หรือ Merlot เป็นต้น แต่รับรองว่าถ้ามีโอกาส ได้ลองจะต้องติดใจในความนุ่มนวลครับ โดยเฉพาะ หากทานร่วมกับ Asado แล้วรับรองไม่มีไวน์ พันธุ์ไหนสู้ได้แน่นอนครับ



ขอบคุณผู้อ่านทุกท่านที่อ่านมาถึงตรงนี้ แล้วคาดว่าน่าจะเป็นเกิดความสนใจและอยาก ทานอาหารอาร์เจนตินากันพอสมควร อย่าลืมหาโอกาสแวะมาเยือนกันนะครับ

ไวน์ชนิดต่างๆ ของอาร์เจนตินา

ดื่มเพื่อแบ่งปัน YERBA MATE YERBA MATE

วัฒนธรรมการดื่มชามาเต้
ในอาร์เจนตินาและอุรุกวัย

เรื่องและภาพ : วิริยาณ์ พรสุริยะ: นักการทูตชำนาญการ

เลขานุการเอกประจำ สอก. ณ กรุงบัวโนสไอเรส (พ.ศ. 2560 - 2564)

หลายท่านอาจจะนึกถึงไวน์ Malbec เมื่อคิดถึงเครื่องดื่มในอาร์เจนตินา แต่จริง ๆ แล้วเครื่องดื่มประจำชาติของอาร์เจนตินาและอุรุกวัยคือ “มาเต้” ซึ่งเป็นเครื่องดื่มที่ทำมาจากใบของพืช Yerba Mate ตากแห้ง ดื่มในน้ำร้อนคล้ายชา มีคาเฟอีนสูง ซึ่งชาวอาร์เจนตินาและอุรุกวัยดื่มเป็นประจำได้ตลอดทั้งวัน ทุกเพศทุกวัย และใช้เป็นธรรมเนียมในการเข้าสังคม เวลาดื่มจะใช้แก้วและหลอดเดียวกันทั้งกลุ่ม เป็นการแสดงความเป็นกันเองและยอมรับซึ่งกันและกัน!



ตำนาน กล่าวขาน

ต้นกำเนิดของมาเต้มาจากชาว Guaranis ชนพื้นเมืองที่อาศัยอยู่ในปารากวัย ทางตะวันตกเฉียงใต้ของบราซิล และตะวันออกเฉียงเหนือของอาร์เจนตินา โดยเป็นเครื่องดื่มที่ใช้ในพิธีกรรมทางความเชื่อ เสรีฟเพื่อต้อนรับแขก และใช้เป็นเครื่องดื่มชูกำลังระหว่างวัน ตำนานของชาว Guaranis เล่าขานสืบต่อกันมาว่า วันหนึ่งชายแก่ในเผ่าหมดแรงที่จะเดินตามคนในเผ่า เลยหยุดพักพร้อมกับลูกสาว และเนื่องจากคนในเผ่าต้องเดินทางต่อไป ทั้งสองจึงถูกทิ้งไว้เบื้องหลังในที่สุด และไม่นานเสียบียงอาหารก็เริ่มขาดแคลน คึนหนึ่งมีชายแปลกหน้าเข้ามาขอพักพิงด้วยและขอทานอาหาร สองพ่อลูกด้วยความใจดีและเป็นมิตรก็รับชายแปลกหน้าไว้พร้อมกับแบ่งเสียบียงอาหารที่เหลืออยู่น้อยเต็มทีให้ชายแปลกหน้าคนนั้น ปรากฏว่า ชายแปลกหน้าคนนั้นเป็นเทพเจ้าของเผ่า Guaranis ชื่อ “Tupa” ซึ่งตอบแทนน้ำใจของสองพ่อลูกด้วยการให้พืชชนิดหนึ่งไว้ (ซึ่งก็คือต้น Yerba Mate นั่นเอง) และสอนให้ใส่น้ำร้อนเพื่อดื่ม เมื่อดื่มแล้วพวกเขาจะแข็งแรง ไม่เหนื่อยและไม่กระหายอีกเลย พร้อมสอนให้แบ่งปันเครื่องดื่มนี้กับคนอื่น ๆ ในเผ่าด้วย เครื่องดื่มมาเต้จึงกลายเป็นสัญลักษณ์ของสุขภาพที่ดี ความอดทนต่องานหนัก และสภาพภูมิอากาศและการแบ่งปันมานับแต่นั้น



ที่มา : canva/FG Trade



ที่มา : canva/FG Trade



ที่มา : canva/fillipefrazao

ธรรมเนียมและวิธีการดื่ม

อุปกรณ์ในการชงและดื่มมาเต้ประกอบด้วย (1) โบชามาเต้ มาจากพืช Yerba ตากแห้ง และรมควัน ก่อนนำไปบดเป็นชิ้นเล็ก ๆ พร้อมชง (2) ถ้วยมาเต้ ตามธรรมเนียมนิยมใช้ถ้วยที่ทำจากน้ำเต้า แต่ปัจจุบันมีทำจากวัสดุที่หลากหลายมากขึ้น แต่ยังคงรูปแบบของน้ำเต้าเอาไว้ (3) หลอด Bombilla (“บอม - บี - ซ่า”) ออกสำเนียงแบบอาร์เจนตินาและอูรุกวัย และ “บอม - บี - ย่า” หากออกสำเนียงแบบประเทศอื่น ๆ ในลาตินอเมริกา) ทำจากโลหะปลายด้านล่างเป็นกระเปาะทำหน้าที่เป็น Filter กรองใบชาออกจากน้ำ เพื่อให้ไม่เป็นอุปสรรคในการดื่ม



เวลาดื่มจะนำใบชาใส่ลงไปในตัวประมาณ 3 ใน 4 ของถ้วย เอียงถ้วยประมาณ 45 องศา แล้วค่อย ๆ รินน้ำร้อนลงไป (ไม่ใช้น้ำเดือด เพราะหากน้ำร้อนเกินไปใบชาจะสูญเสียรสชาติได้) จากนั้นจึงค่อยใส่หลอด Bombilla ลงไปให้กระเปาะลึกลงถึงก้นแก้ว ระหว่างการดื่ม จะมีการเติมน้ำร้อนลงไปในตัวได้อีกเรื่อย ๆ ในความเห็นส่วนตัวของผู้เขียน มาเต้มีรสชาติแรงและเข้มข้นกว่าชาติดขมเล็ก ๆ มีกลิ่นสมุนไพร และกลิ่นคล้ายยาสูบ ซึ่งเป็นอิทธิพลของแทนนิน ในตัวใบมาเต้นั่นเอง

ธรรมเนียมการดื่มชามาแต่ดั้งเดิมเป็นหมู่คณะ โดยใช้ถ้วยและหลอดเดียวกัน ดื่มกันทีละนิด เวียนกันไปจนครบทั้งวง ข้อปฏิบัติสำคัญตามธรรมเนียมคือ เมื่อชาวอาร์เจนตินาส่งถ้วยมาแต่ให้ เปรียบเหมือนเป็นการหยิбыันมิตรภาพ ดังนั้นห้ามปฏิเสธโดยตรงเด็ดขาด! อย่างไรก็ตามก็ดี หากไม่ประสงค์จะดื่มจริง ๆ หรือดื่มพอแล้ว ไม่ต้องการอีก ให้พูดว่า “Gracias” (แปลว่าขอบคุณ) ซึ่งเป็นโค้ดลับที่รู้กันว่า คือการปฏิเสธที่จะไม่ดื่มมาได้อย่างสุภาพ ตามวัฒนธรรมแล้ว จะไม่มีการปฏิเสธกันตรง ๆ เพราะถือว่าเป็นการแสดงออกว่า “ไม่ต้องการคบหากันเป็นเพื่อน” หรือเป็นการปฏิเสธมิตรภาพนั่นเอง

นอกจากนี้ ธรรมเนียมปฏิบัติที่สำคัญอีกประการหนึ่งที่น่าสนใจคือ คนที่รับหน้าที่ชงมาแต่และคอยเติมน้ำร้อน ถือเป็นเจ้าภาพวงมาแต่ ซึ่งจะได้รับสิทธิในการดื่มมาแต่ด้วยนั้น เป็นคนแรกและส่งให้คนอื่น ๆ ในวง และบุคคลนี้ จะได้รับหน้าที่นั้นตลอดในการดื่มครั้งนั้น ห้ามมีใครไปทำหน้าที่แทนเด็ดขาด จะถือเป็น การเสียมารยาท

และเมื่อมีคนส่งมาแต่ให้ดื่มแล้ว ดื่มเสร็จห้ามถือไว้ในมือนาน มีความเชื่อว่าถ้าหากถือถ้วยชามาแต่ไว้กับตัวเองนานเกินจะนำพามาซึ่ง โชคร้าย! ดังนั้นจึงเป็นธรรมเนียมปฏิบัติอีกว่า ดื่มชนิดน้อยแล้วต้องรีบส่งต่อให้คนอื่นทันที โดยต้องเวียนไปทางขวามือของเรา (และต้องใช้มือขวายื่นให้ด้วย)



ที่มา : canva/FG Trade

ตัวผู้เขียนเคยสอบถามเพื่อนชาวอาร์เจนตินา ที่สนิทสนมกันดีแล้ว และค่อนข้างมั่นใจว่า เขาจะไม่โกรธ โดยถามว่า เหตุใดคนอาร์เจนตินา ถึงสะดวกใจที่จะใช้หลอดร่วมกันกับคนหมู่มาก ในการดื่มชามาแต่ เพราะสำหรับชาวต่างชาติ ที่ไม่คุ้นเคยกับวัฒนธรรมนี้ จะทำใจได้ยาก เล็กน้อย เนื่องจากเป็นห่วงเรื่องความสะอาด และสุขอนามัย ซึ่งเพื่อนชาวอาร์เจนตินาของ ผู้เขียนก็ไม่ทราบเหตุผลเช่นกัน และบอกว่า ชาวอาร์เจนตินาไม่ใช้งาน ช้อน ส้อม แก้ว ร่วมกับผู้อื่น แต่สามารถใช้หลอดมาแต่ร่วมกับคนอื่นได้ เหมือนเป็นการปฏิบัติตามกันเป็น ธรรมเนียมจนเป็นเรื่องปกติไปแล้ว

ในการคลุกคลีกับชาวอาร์เจนตินาในช่วงที่ ประจําการอยู่ที่กรุงบัวโนสไอเรส และในครั้งแรก ที่ตัวผู้เขียนเดินทางไปราชการที่ประเทศอุรุกวัย ภาพที่เห็นจนเจนนตา คือ คนท้องถิ่นของทั้งสองชาติ จะหนีบกระดิกเก็บความร้อนเอาไว้ที่แขน และพกไปด้วยเสมอไม่ว่าจะไปที่ไหน และมาทราบ ภายหลังจากว่าเป็นกระดิกมาแต่ตนเองซึ่งสะท้อน ให้เห็นถึงความนิยมชามาแต่ในอาร์เจนตินา และอุรุกวัยที่สูงมาก

ในช่วงที่มีการแพร่ระบาดของโรค COVID-19 รัฐบาลอาร์เจนตินาถึงกับต้องมีแคมเปญ รณรงค์ให้คนงดดื่มมาแต่เป็นหมู่คณะและงด การใช้ถ้วย/หลอดร่วมกันไปก่อน หากดื่มก็ต้อง ต่างคนต่างดื่มเท่านั้น เพื่อลดความเสี่ยงของ การแพร่ระบาด

ที่มา : canva/FG Trade



MATE AND THE TASTE OF THAI

เมื่อปี 2562 สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงบัวโนสไอเรสได้จัดกิจกรรม Mate and the Taste of Thai ขึ้น โดยเป็นการนำเสนออาหารไทยควบคู่กับชามาเต้ในลักษณะ Food Pairing ให้ชาวอาร์เจนตินาเห็นว่าอาหารไทยไม่ใช่ของไกลเกินเอื้อม และสามารถนำมาปรับให้เข้ากับเครื่องดื่มโปรดที่เขาคุ้นเคยได้ โดยกิจกรรมครั้งนั้นมีชาวอาร์เจนตินาและ Food Blogger, social media influencer และโรงเรียนสอนทำอาหารได้รับเชิญมาเข้าร่วมเพื่อช่วยเผยแพร่กิจกรรมด้วยซึ่งกิจกรรมประสบความสำเร็จเป็นอย่างมาก เราพบว่า ชามาเต้ เข้ากับลาบไก่ กระทงทอง และส้มม่วงของไทยได้เป็นอย่างดี Muy rico!!! (อร่อยมากค่ะ!)

ย้อนรอยเส้นทางอาหารชิลี ดินแดน Fire and Ice แห่งลาตินอเมริกา



เรื่อง : อธิการ คนไว สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงซันติอาโก

ย้อนรอยเส้นทางอาหารชิลี ดินแดน Fire and Ice แห่งลาตินอเมริกา

เรื่อง : อธิการ คนไฉ

สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงซันติอาโก

เมื่อพูดถึงอาหารชิลี คนส่วนใหญ่โดยเฉพาะบ้านเราอาจยังไม่ค่อยคุ้นเคยนัก ต่างกับไวน์ชิลีรสเลิศ ซึ่งเป็นที่รู้จักอย่างกว้างขวางในไทย ส่วนหนึ่งอาจเป็นเพราะว่าไวน์ชิลีเป็นสินค้าที่พวกเราจะสามารถพบเห็นได้ทั่วไปในซูเปอร์มาร์เก็ต หรือร้านอาหาร แต่ที่จริงแล้วชิลีไม่ได้มีดีแค่ไวน์เท่านั้น ด้วยเป็นประเทศที่มีความแตกต่างทางภูมิศาสตร์ ทำให้ชิลีมีวัตถุดิบจากธรรมชาติที่หลากหลาย ไม่ว่าจะเป็นเชอร์รี่หรือแม้กระทั่งไขหอยเม่น ซึ่งความอุดมสมบูรณ์นี้เองทำให้อาหารชิลีขึ้นหนึ่งไม่เป็นรองอาหารประเทศอื่น ๆ ในลาตินอเมริกา แต่กว่าจะมาเป็นอาหารชิลีในปัจจุบันนั้น องค์กรความรู้อาหารได้ผ่านการส่งต่อและพัฒนาสูตรอาหารจากรุ่นสู่รุ่นมาตั้งแต่ยุคก่อนโคลัมบัสเลยทีเดียวนั้น เพื่อให้ทุกท่านได้รู้จักอาหารชิลีมากยิ่งขึ้น ผมจะขอเล่าถึง 4 อิทธิพลสำคัญที่นำมาสู่ Chilean cuisine ในปัจจุบัน





ภูมิศาสตร์

ภาพ : CANVA.COM/ LBLINOVA

ประเทศชิลีตั้งอยู่ฝั่งตะวันตกของทวีปอเมริกาใต้ ระหว่างแนวเทือกเขาแอนดีสกับมหาสมุทรแปซิฟิก ภูมิประเทศมีลักษณะยาวเลียบฝั่งมหาสมุทรแปซิฟิกในแนวตั้ง ทำให้ประเทศชิลีมีความหลากหลายทางภูมิศาสตร์ตั้งแต่ทะเลทรายที่แห้งแล้งที่สุดในโลกอย่างอาตาคามา (Atacama) ทางตอนเหนือ ไล่ลงมาสู่วิวทิวทัศน์ที่เขียวขจี จนไปถึงธารน้ำแข็งปาตาโกเนีย (Patagonia) ทางตอนใต้สุดประเทศ ความแตกต่างทางภูมิศาสตร์แบบสุดขั้วนี้ ทำให้ชิลีได้รับสมญานามว่าเป็น “The Land of Fire and Ice” และด้วยความแตกต่างทางภูมิศาสตร์นี้เอง ทำให้ชิลีอุดมไปด้วยวัตถุดิบจากธรรมชาติ ที่แม้จะมาจากคนละทิศคนละทาง แต่กลับสามารถนำมาประกอบร่างเป็นอาหารจานเด็ดที่ลงตัวอย่างน่าประหลาดใจ เช่น “กริโอยา” (criolla) จะใช้วัตถุดิบจากทะเลอย่างกุ้ง หอย ปู ปลา ปรงเข้ากับวัตถุดิบอย่างมะกอก องุ่น ข้าวโพด มันฝรั่ง เนื้อลามะ เป็นต้น ซึ่งส่วนผสมนี้ชาวชิลีได้นำมาใช้สำหรับปรุงอาหารดั้งเดิมอย่าง “ซูปกาซุเอลา” (cazuela) และ “เอมปานาดา” (empanada) ด้วยเช่นกัน



ภาพ : CANVA.COM/YANA GAYVORONSKAYA

วัฒนธรรม

ก่อนที่ชิลีจะตกเป็นส่วนหนึ่งของจักรวรรดิสเปน ในช่วงคริสต์ศตวรรษที่ 16 ชนพื้นเมืองของชิลีนิยมใช้วัตถุดิบที่หาได้ทั่วไปตามธรรมชาติ เช่น พืชตระกูลถั่ว พืชตระกูลสับปะรดอย่าง ปูยา (puya) ซึ่งมีถิ่นกำเนิดบนเทือกเขาแอนดีส ฟักทอง ฝักต้นอัลการ์โรโบ (algarrobo) ผลต้นชาญาร์ (chañar) สาหร่ายทะเล โกชายูโย (cochayuyo) คินัว ข้าวโพด พริก น้ำตาล โตนด เป็นต้น นำมาประกอบอาหารพื้นเมือง เช่น “อุมิตะ” (humita) ที่สามารถปรุงเป็นอาหารคาวหรือของหวานก็ได้ ซึ่งชาวชิลีก็ยังคงสืบทอดวัฒนธรรมด้านอาหารที่มีมาอย่างยาวนานหลายร้อยปีจนถึงปัจจุบัน

อิทธิพลจาก ยุคอาณานิคม ภายใต้สเปน

การเข้ามายึดครองชิลีของกองทัพสเปนได้นำวัฒนธรรมการทำอาหารของสเปนและยุโรปมาสู่ชิลีด้วยเช่นกัน โดยเฉพาะการรับประทานเนื้อหมูกับขนมปังแบนทำจากมันสำปะหลังแทนข้าวสาลีที่เรียกว่า “กาซาบิ” (cazabi) ของเหล่านัทหาร นอกจากนี้กองทัพสเปนได้ริเริ่มการทำไร่ข้าวโพดอย่างจริงจัง รวมถึงถั่วเมล็ดแห้ง สมุนไพร ธัญพืช และข้าวบาร์เลย์ และเพาะปลูกต้นอัลการ์โรโบ (algarrobo) ทางตอนเหนือ และต้นเปเฮวัน (pehuén) ทางตอนใต้ เพื่อเก็บเกี่ยวผลผลิต และให้เป็นแหล่งผลิตน้ำผึ้งด้วยวัตถุดิบเหล่านี้ ทหารสเปนได้นำมาใช้ทำ “แผ่นแป้งตอร์ติญา” (tortilla) รับประทานกับซूपของชาวพื้นเมืองที่เรียกว่า “โลโกร” (Locro) ซึ่งมีส่วนผสมคล้ายกับ “กาซูเอลา” (cazuela)

ภาพ : CANVA.COM/VAL IBARROLA





ภาพ : CANVA.COM/LBLINOVA

การโยกย้ายถิ่นฐาน

จากอดีตจนถึงปัจจุบัน ชิลีได้กลายเป็นจุดหมายปลายทางของผู้ที่แสวงโอกาสที่ดีกว่าทางเศรษฐกิจจนเกิดการหลั่งไหลของแรงงานจากประเทศเพื่อนบ้านและประเทศใกล้เคียงในภูมิภาคอย่าง เปรู โบลิเวีย อาร์เจนตินา เวเนซุเอลา โคลอมเบีย และเฮติจำนวนมาก การเข้ามาของกลุ่มผู้โยกย้ายถิ่นฐานนี้ได้นำพาวัฒนธรรมอาหารจากหลายแห่ง ที่แม่จะใช้วัตถุดิบใกล้เคียงกับอาหารดั้งเดิมของชิลีอย่างเช่น การทำซูปริโอยา แต่ได้เพิ่มส่วนผสมหรือเทคนิคการปรุงแปลกใหม่ ที่ช่วยส่งเสริมและยกระดับอาหารชิลีให้มีความน่าสนใจยิ่งขึ้น โดยเฉพาะอาหารจากเปรู เช่น เซบิเช (ceviche) เนื้อผัด หรือ “โลโมซัลตาโด” (lomo saltado) และฟริกไทยไก่ หรือ “อาฆิ เด กายินา” (ají de gallina) ซึ่งหากทุกท่านได้เดินทางมาท่องเที่ยวที่ประเทศชิลี จะต้องพบเห็น

อาหารเหล่านี้อยู่ทั่วไป ซึ่งแม้แต่ชาวชิลีเองก็อาจลืมแล้วว่า มีที่มาจากประเทศเปรู ผมหวังว่า ทุกท่านจะได้รู้จักอาหารชิลีมากยิ่งขึ้น

หากท่านใดสนใจติดตามเรื่องราวเกี่ยวกับประเทศชิลี สามารถติดตามช่องทาง social media ของสถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงซันติอาโก ได้ทางเฟซบุ๊ก Royal Thai Embassy in Santiago, Chile และอินสตาแกรม embajada_tailandia_chile ซึ่งสถานเอกอัครราชทูตฯ ใช้เป็นช่องทางนำเสนอเรื่องราวด้านวัฒนธรรม ความร่วมมือไทย-ชิลี และภารกิจของสถานเอกอัครราชทูตฯ และกระทรวงการต่างประเทศ ในการส่งเสริมความสัมพันธ์ของไทยและลาตินอเมริกาให้ใกล้ชิดกันยิ่งขึ้น



เรื่อง

สถานเอกอัครราชทูตชิลีประจำประเทศไทย

ภาพ

Marca Chile และ Chile Travel

อาหารและไวน์ชิลี การจับคู่ที่ลงตัว

เวลาเราพูดถึงชิลี “ไวน์” คงเป็นสิ่งที่หลายคนนึกถึงก่อนเป็นอันดับแรกเลย ไวน์ชิลีมีชื่อเสียงโด่งดังไปทั่วโลก รวมทั้งในไทยเอง ซึ่งก็สามารถหาได้ไม่ยาก มีแทบจะเกือบทุกซูเปอร์มาร์เก็ตมีทั้งหลากหลายราคาและพันธุ์องุ่น คอไวน์สามารถเรียนรู้ความมหัศจรรย์ขององุ่นของประเทศที่แคบและยาวที่สุดของโลก ในเมื่อเรามีเครื่องดื่มชั้นเยี่ยมแล้วก็ต้องหาอาหารจานเด่นที่จะทำให้มื้ออาหารแสนพิเศษของเราเป็นไปอย่างสมบูรณ์แบบ วันนี้เราขอแนะนำเมนูอาหารชิลีแสนอร่อยสำหรับรับประทานคู่กับไวน์ชั้นเยี่ยมซึ่งจะทำให้ทุกท่านสัมผัสรสชาติสุดพิเศษจากชิลีได้อย่างเต็มอรรถรส

เริ่มกันที่เอมปานาดา เด ปิโน (Empanada de Pino) อาหารที่น่าจะเป็นตัวแทนของอาหารชิลีที่ดีที่สุด ซึ่งชาวชิลีนิยมรับประทานในวันพิเศษตลอดทั้งปี ไม่ว่าจะเป็นวันชาติ (18 กันยายนของทุกปี) วันหยุดสุดสัปดาห์ หรือการพบปะสังสรรค์ของครอบครัวและเพื่อนฝูง เราจะรับประทานเป็นมื้อใหญ่หรือเป็นอาหารเรียกน้ำย่อยสำหรับอาซาโด (บาร์บีคิว) ก็ได้เช่นกัน เอมปานาดามีหลายประเภท แต่อันที่ทำจากพิโนซึ่งเป็นส่วนผสมของเนื้อสัตว์ หัวหอม มะกอก และยี่หระ ร่วมกับส่วนผสมอื่น ๆ มักได้รับการกล่าวขานว่าเป็น “ราชินีแห่งโต๊ะอาหารชิลี” เลยทีเดียว และถ้าได้จับคู่จานนี้กับไวน์แดงคาเมเนเร (Carmenere) จะยิ่งทำให้มื้อนี้พิเศษมากยิ่งขึ้นไปอีก



บ่อยครั้งหลังจากรับประทานเอ็มพานาดารองท้องแล้ว เราอาจทานอาซาโด (asado) เป็นจากหลักต่อได้เลย ซึ่งอาซาโดมีความคล้ายคลึงกับบาร์บีคิว (BBQ) แต่ไม่มีน้ำสลัด อาซาโดของชิลีประกอบด้วยเนื้อวัวชั้นดี เนื้อหมูบางส่วน บางครั้งก็เป็นโชริโซ (ไส้กรอก) และอาจเพิ่มเนื้อไก่อีกเล็กน้อย เนื้อที่คัดสรรมาอย่างดีจะถูกปรุงอย่างช้า ๆ บนเตาย่าง เหมาะสำหรับการเป็นกิจกรรมสังสรรค์กับครอบครัวหรือกลุ่มเพื่อน มาร่วมกันทานพร้อมจิบไวน์แดงคาเบอเน ซาวิยอง (Cabernet Sauvignon) ควบคู่ไปด้วย

อีกหนึ่งงานที่เราอยากให้คุณลองคือ ฮูมีตัส (Humitas) อาหารฤดูร้อนที่เป็นเอกลักษณ์ของชิลีทำจากแป้งข้าวโพดสดที่มีโหระพาและหัวหอมเล็กน้อย ห่อด้วยเปลือกข้าวโพดมัดด้วยเชือกฝ้าย ที่จะช่วยให้ผู้ร่วมโต๊ะอาหารได้เพลิดเพลินไปกับการคลายเชือกเล็ก ๆ ที่มัดเปลือกไว้ด้วยกัน เพื่อลิ้มลองอาหารงานนี้และจะยิ่งเสริมรสชาติให้ดียิ่งขึ้นไปอีกเมื่อได้ทานคู่กับไวน์คาเมเนเร (Carmenere) หรือไวน์เมอร์โล (Merlot)





ภาพ : Canva.com/LarisaBlinova

ภาพ : Canva.com/GMvoz

ไม่ใช่แค่อาหารหรือเนื้อสัตว์เท่านั้นที่โดดเด่น อาหารทะเลของชิลีก็ยอดเยี่ยมไม่แพ้กัน พาสเทล เด ไคบา (Pastel de Jaiba) หรือที่รู้จักกันในชื่อ แครสเซอร์โรลเนื้อปู (Crab Casserole) เป็นอาหารยอดนิยมประจำฤดูร้อนของชาวชิลี ครอบครัวมักจะเตรียมหัวมันในช่วงฤดูร้อน โดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับการสังสรรค์ของครอบครัวในช่วงสุดสัปดาห์ งานนี้ประกอบด้วย เนื้อปู เกล็ดขนมปัง นม เนย พาร์เมซานชีส ส่วนผสมและเครื่องปรุงรสอื่น ๆ เสิร์ฟร้อนทันที ที่ออกจากเตาอบ คู่หูที่ดีที่สุดสำหรับมือนี้คือ ไวน์ขาวชาดอนเน่ (Chardonnay)

ถัดมาที่ ซากิแคน (Charquicán) อาหารที่เรียบง่ายและชวนให้รำลึกถึงอดีต ต้นกำเนิดของอาหารจานนี้เก่าแก่พอ ๆ กับยุคก่อนโคลัมบัส และยังคงเป็นเมนูประจำของทุกบ้านในชิลี จวบจนถึงทุกวันนี้ สูตรดั้งเดิมใช้มันฝรั่ง ฟักทอง และซาร์กิ (เนื้อกระตัก) ซึ่งเป็นที่มาของชื่ออาหาร อย่างไรก็ตาม ทุกวันนี้ครอบครัวส่วนใหญ่มักปรุงด้วยเนื้อสดหรือเนื้อถั่วเหลืองสำหรับมังสวิรัต ในขณะที่ทางตอนใต้ของประเทศนิยมเพิ่มไข่ดาวไว้ด้านบนด้วย โดยรวมแล้วเรียกได้ว่าเป็นงานที่เรียบง่ายและอบอุ่นสไตล์บ้าน ๆ แต่เมื่อทานคู่กับไวน์แดง คาเมเนเร่ (Carmenere) แล้ว ก็จะได้รสชาติพิเศษไม่แพ้จานอื่นเลยทีเดียว



ปิดท้ายกันด้วยเมนูยอดฮิตตลอดกาลที่ทำงาน และมีความสดใหม่อยู่เสมออย่าง เซบิเช (Ceviche) ประกอบด้วยปลาแฮค (hake) ปิบปิน (pippin) แซลมอน หรือปลาอะไรก็ได้ที่คุณชอบ หมักใน มะนาว เกลือ พริกไทย พริกเขียว (แบบเผ็ด น้อยของชิลี) และหัวหอม หมักและแช่ตู้เย็น ไว้ประมาณ 30 นาที เสิร์ฟเย็นกับไวน์ขาว ซาวิยองบล็อง (Sauvignon Blanc) หนึ่งแก้ว เป็นความสดชื่นลงตัวที่สมบูรณ์แบบ

และทั้งหมดนี้ก็เป็นเพียงส่วนหนึ่งของ “คอมโบ” มีอาหารจานเด็ดกับไวน์เลิศรสของชิลีที่อยาก ให้อ่านทุกท่านลิ้มลอง หรือลองประยุกต์ ทำได้เองที่บ้าน โดยสามารถค้นหาสูตรอาหาร เหล่านี้รวมถึงเมนูอื่น ๆ ได้ที่ www.marcachile.cl/recetas และ www.saboresdechile.cl

“

Ceviche

”

ภาพ : [Canva.com/viviana camacho](https://www.canva.com/viviana-camacho)

7 ภูมิภาค และอาหารถิ่น ในกัวเตมาลา

เรื่อง : สถาบันเอกอัครราชทูต
กัวเตมาลาประจำประเทศไทย

ภาพ : การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย
กัวเตมาลา

กัวเตมาลาเป็นประเทศที่อุดมไปด้วยความหลากหลายทางธรรมชาติ มีภูมิอากาศจุลภาค (สภาพอากาศเฉพาะพื้นที่) มากกว่า 360 แห่งและพื้นดินอันอุดมสมบูรณ์ ที่ซึ่งใครก็ตามสามารถชมความงามของพืชพันธุ์และสัตว์นานาชนิด

ความสมบูรณ์ทางธรรมชาติดังกล่าวได้ทำให้ดินแดนแห่งนี้อุดมไปด้วยวัตถุดิบที่หลากหลายสำหรับการปรุงอาหาร รังสรรค์การผสมผสานของอาหารชนพื้นเมืองมายาและอาหารสเปน กัวเตมาลาจึงกลายมาเป็นจุดหมายปลายทางสำหรับการท่องเที่ยวเชิงอาหารในเวลาต่อมา

วัฒนธรรมมายาและการปรุง อาหารในกัวเตมาลา

วัฒนธรรมการปรุงอาหารกัวเตมาลา มีความเก่าแก่มากถึงสองพันปี การปรุงอาหาร เป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ที่ได้รับการสืบทอด จากรุ่นสู่รุ่น มีการนำเสนอรสชาติ กลิ่น สี และ เนื้อสัมผัสที่หลากหลายในอาหารจานเดียว จึงไม่ใช่เรื่องน่าแปลกใจที่อุปนิสัยการปรุงอาหาร และรับประทานอาหารในชีวิตประจำวันของผู้คน ที่นี่จะเป็นส่วนหนึ่งของมรดกทางธรรมชาติและวัฒนธรรมอันล้ำค่าของกัวเตมาลา ที่แสดงให้เห็นถึงการคงอยู่ของวัฒนธรรมมายาในประเทศ

อาหารและบทบาท ในการดำเนินชีวิต

วัฒนธรรมอาหารกัวเตมาลามีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในการดำเนินชีวิตของชาว กัวเตมาลา มีการปรุงอาหารจานพิเศษเพื่อ รำลึกหรือเฉลิมฉลองเนื่องในเทศกาลและ วันสำคัญหลากหลายโอกาส เช่น เฟียมเบร (Fiambre) เนื่องในโอกาสวันฮอลเซนต์ กากิก (Kak'ik) และเครื่องดื่มโกโก้ในงานพิธีสำคัญ ตอร์เรฆาส (Torrejas) และเครื่องดื่มชินชิวีร์ (Chinchivir) ตลอดจนปาดาคัสคัตลีลตี หรือ ข้าวโพดย่างและเครื่องดื่มมอลโตลข้าวโพด (Atol de Elote) ระหว่างช่วงวันหยุด ทั้งหมด ที่กล่าวมาล้วนเป็นเพียงตัวอย่างบางส่วน เท่านั้น ทว่ามีอีกสิ่งสำคัญที่ไม่กล่าวถึงไม่ได้ นั่นคืออุปกรณ์เครื่องครัวและของใช้ในครัว ในยุคก่อนฮิสแปนิก ไม่ว่าจะเป็นครกหิน เขียว กหม้อดิน ภาชนะดินเผาและฮิการาส (Jícaras) ชาวกัวเตมาลา ยังคงใช้อุปกรณ์เหล่านี้เตรียม อาหารส่วนใหญ่ในนาภูมิภาค นอกจากนี้ เหล้ารัมจากกัวเตมาลา ยังเป็นวัตถุดิบสำคัญ ที่ได้รับการยอมรับในระดับสากลของ National Association of Manufacturers of Alcohol and Liquor และยังมีกาแฟที่คุณภาพระดับโลกอีกด้วย

หลากหลายสร้างสรรค์จาก “ข้าวโพด”

ข้าวโพดเป็นส่วนสำคัญของการสร้างสรรค์ การยังชีพและการดำรงอยู่ของมนุษย์ใน โลกทัศน์ของชาวมายา และยังเป็นหนึ่งใน เสาหลักของศาสนามายา สำหรับผู้คนที่นี้ ข้าวโพดเป็นวัตถุดิบสำคัญในการปรุงอาหาร ไม่ว่าจะเป็นตอร์ติยาส (Tortillas) ตามัลเลส (Tamales) หรือชูชิตอส (Chuchitos)



Fiambre



Atol de elote
Tostados

Tamales rojos



7 ภูมิภาค : อาหารและการท่องเที่ยว

ประเทศกัวเตมาลาแบ่งออกเป็น 7 ภูมิภาคการท่องเที่ยว การสำรวจภูมิภาคทั้ง 7 และสัมผัสประสบการณ์ทัวร์ เช่น ทัวร์ตีมาซาในอัลตา เบราปัส (Alta Verapaz) ทัวร์เหล้ารัมในเกตซัลเตนังโก (Quetzaltenango) ทัวร์อะโวคาโด ทัวร์กาแพ ทัวร์แมคาเดเมียและทัวร์ช็อกโกแลตในอันติกัว กัวเตมาลา (Antigua Guatemala) หรือทัวร์ชิมอาหารประจำภูมิภาคในเซลลา (Xela) เป็นต้น จึงเป็นวิธีที่ดีที่สุดในการเรียนรู้เกี่ยวกับอาหารและการปรุงอาหารของที่นี่ อาหารกัวเตมาลาสามารถแบ่งออกตาม 7 ภูมิภาคการท่องเที่ยวและวิธีการปรุงอาหารในแต่ละท้องที่ ได้แก่

1

Modern and Colonial Guatemala

ภูมิภาคนี้ประกอบด้วยกรุงกัวเตมาลา (Ciudad de Guatemala) และเขตซากาเตเปเกซ (Sacatepéquez) อาหารและเครื่องดื่มที่พบได้ทั่วไป ได้แก่ ตามัลเลสแดงและดำ ซูชิโตส โตสตาดาส (Tostadas) และเครื่องดื่มอโตล ข้าวโพด มีการรับประทานซูริส กล้ายทอดและข้าวโพดย่างในงานเฉลิมฉลองนักรบ โดยเฉพาะวันฮอลเซนต์ มีอาหารจานพิเศษที่เรียกว่า เพียมเบร (สลัดกัวเตมาลา) ซึ่งเป็นอาหารที่มีเอกลักษณ์เฉพาะและไม่มีที่ใดเหมือน เนื่องจากใช้เวลาในการปรุงอาหารยาวนานถึง 2 หรือ 3 วัน จนได้รับการขึ้นทะเบียนเป็นมรดกทางวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ของยูเนสโก

2

Highlands, Lively Mayan Culture

เขตชิมัลเตนังโก (Chimaltenango) โซโลลา (Sololá) กีเช (Quiché) เกตซัลเตนังโก โตโตนิกาปัน (Totonicapán) และเวเวเตนังโก (Huehuetenango) ซึ่งเป็นภูมิภาคที่ราบสูง อาหารยอดนิยมได้แก่ ชิลากิลาส เด กวิสกีล (Chilaquitas de güisquil) โซฮิน (Chojín) ชูบานิก (Suban-ik) ตามัลเลสขาว ตามัลเลสหวาน ตามัลลิตอส เด กัมเบรย์ (Tamalitos de Cambray) ปูลิเกะ (Pulique) เปเปียน (Pepián) และโฮกน (Jocón) นอกจากนี้ ภูมิภาคนี้ยังมีชื่อเสียงเรื่องไส้กรอกโฮมเมด และชีสชานโกล (Queso Chancol)

3

Verapaces, Natural Paradise

เขตอัลตา เบราปัซ และบาฮา เบราปัซ (Baja Verapaz) มีอาหารจานสำคัญอย่าง ซัคกิก (Sack'ik) ตามัลเลส โกบานเโรส (Tamales cobaneros) และกากิก มีชื่อเสียงอย่างมาก ในหมู่นักท่องเที่ยวและนักท่องเที่ยว

4

Petén, Adventure in the Mayan World

อิกส์เปลอน (Ixpelón) ตามัลเลส เปเตเนโรส (Tamales peteneros) และอิตชิลเลส (Itchiles) คืออาหารดั้งเดิมอันมีรสชาติโดดเด่นอย่างมาก ในเขตเปเตน (Petén) เช่นเดียวกับชื่อภูมิภาคนี้

5

Mystic and Natural East

ภูมิภาคตะวันออกประกอบด้วยเขตซาคาปา (Zacapa) เอล โปรเกรโซ (El Progreso) ชิกิมูลา (Chiquimula) ฮูเตียปา (Jutiapa) และฮาလာปา (Jalapa) อาหารที่มีชื่อเสียง ในภูมิภาคนี้ได้แก่ เกซาดิยาแก้วเตมาลา (Quesadilla de Guatemala) ขนมปังไข่แดง เชเปส (Chepes) และมันสำปะหลังกับแคบหมู (Yuca con chicharrón)

6

The Green Caribbean

ภูมิภาคนี้มีเพียงเขตอิซาบัล (Izabal) มีขนมปังมะพร้าวและขนมปังมันเทศเป็นอาหารที่ได้รับความนิยมและรับประทานกันอย่างแพร่หลาย ซูปตาปาโด (Tapado) คืออาหารอันเลื่องชื่อที่สุดจนได้รับรางวัลอาหารท้องถิ่นที่ได้รับการประชาสัมพันธ์ของภูมิภาคนี้



Tapados

7

Pacific, Exotic and Diverse

ภูมิภาคแปซิฟิก ได้แก่ เขตเอสกวินตลา (Escuintla) ซูชีเตเปเกซ (Suchitepéquez) เรตาลูเลว (Retalhuleu) ซันตา โรซา (Santa Rosa) และซัน มาร์โกส (San Marcos) มีอาณาบริเวณติดกับชายฝั่งทะเล อาหารทะเลจึงเป็นอาหารหลักของภูมิภาคนี้ เช่น ซุปทะเล และซูปเต่า เป็นต้น พริกยัดไส้และโมเลกล้วย (Mole de plátano) ก็เป็นอาหารจานสำคัญด้วยเช่นกัน



Kak 'ik



Chile Cobanero

เกร็ดความรู้

โฮกน กะกิก เปเปียน โมเลกล้วย ช็อกโกแลตมิกซ์โก (Chocolate de Mixco) และปิโนเล (Pinole) เป็น 6 เมนูอาหารเพียง 6 จานที่ได้รับการยอมรับว่าเป็นมรดกทางวัฒนธรรมแห่งชาติของกัวเตมาลา



Pollo en jocón

DISCOVER

Latin America ISSUE 1/2567

กองบรรณาธิการ

ที่ปรึกษา

เชษฐพันธ์ มากสัมพันธ์ /
ใจไทย อุปลการณัติเกษตร / บางริย์ พึ่งพักตร์

บรรณาธิการบริหาร

นาฏริยา นพคุณ พรหมโยธี

บรรณาธิการ

ประภาศรี เจตทรงกุล / พิษญาภา ปัญญาศิริ

คณะผู้จัดทำ

ประภาศรี เจตทรงกุล / จิรัฐิดา ตันติภักดี /
ศิรวัชร จรัสโชค / พชร อังศุสฤกษ์กุล /
สุวีรภา วิชัยธนพัฒน์ / พิษญาภา ปัญญาศิริ /
อดิศร ลลิตมงคล

นักเขียน

จักรพันธ์ ยุวรี / พงศ์สิน เทพเรืองชัย /
กัรดิศ สัจเดวี / อธิการ คนไว /
วิริยาณ์ พรสุริยะ / มนัสสินี มุทธาราร /
พิษญาภา ปัญญาศิริ / กัษมร หาญกิติวัฒน์

ออกแบบงานศิลป์

กัษมร หาญกิติวัฒน์ /
สมาพันธ์สมาคมดิจิทัลคอนเทนต์บันเทิงไทย /
บริษัท ภาพพิมพ์ จำกัด

ผู้สนับสนุน

สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงบัวโนสไอเรส
สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงเม็กซิโก
สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงบราซิเลีย
สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงลิมา
สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงซันโตอาโก
สถานเอกอัครราชทูตชิลีประจำประเทศไทย
สถานเอกอัครราชทูตกัวเตมาลาประจำประเทศไทย

ผลิตโดย

กองลาตินอเมริกา กรมอเมริกาและแปซิฟิกใต้
กระทรวงการต่างประเทศ

ติดต่อกองบรรณาธิการ

โทร. 0 2643 5113 - 4





Email: mfa1103@mfa.go.th

ข้อมูลติดต่อ






สถานเอกอัครราชทูตไทย

สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงบราซิลเลีย ROYAL THAI EMBASSY IN BRASILIA

 Embaixada Real da Tailândia no Brasil /
สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงบราซิลเลีย
 @ThaiembBrasilia
 <https://www.thaiembassyinbrazil.com/>
 +55 (61) 9 9919 - 8763






สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงเม็กซิโก ROYAL THAI EMBASSY IN MEXICO CITY

 Embajada Real de Tailandia en México /
สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงเม็กซิโก
 <https://mexico.thaiembassy.org/>
 (+52-55) 5540 4551, 55404529



สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงบัวโนสไอเรส ROYAL THAI EMBASSY IN BUENOS AIRES

 Royal Thai Embassy - Buenos Aires
 <https://thaiembassy-ar.com/>
 (+54) 11 4783-6412, (+54) 11 4780-0555






สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงซันติอาโก ROYAL THAI EMBASSY IN SANTIAGO

 Royal Thai Embassy in Santiago, Chile
 @ThailandinChile
 <https://santiago.thaiembassy.org/>
 (56-2) 2717-0959



สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงลิมา ROYAL THAI EMBASSY IN LIMA

 Embajada del Reino de Tailandia -
Royal Thai Embassy Lima
 <http://lima.thaiembassy.org/>
 +51 1 6375620 - 1



