T MAGAZINE SUSTAINABILITY MOVEMENT THROUGH FOOD

G ISSUE NO.01 INTEGRATED SMART GASTRONOMY DESIGN

N JUNE 2024

Chachoengsao

สายน้ำ
Flowing Waters

ผืนป่า
Verdant Forests

ศรัทธา
Unwavering Faith

Contents

The Ingredients

10

รู้จักแปดริ้วเมืองอาหาร ส่องวัตถุดิบ 9 อย่างที่คนส่วนใหญ่อาจรู้จักดี แต่ยังมีอะไรซ่อนอยู่อีกมาก

Appetizer

18

ชวนเดินตลาดตรงข้ามวัดหลวงพ่อโสธรสัก 15 นาที มีอะไรดีในตลาดนอกจากปลาแห้ง

The Menu

22

ย้อนอดีตวัยเยาว์ในเมืองแปดริ้วกับเมนูในความทรงจำของเชฟแบล็ค – Blackitch Artisan Kitchen

Main Dishes **28**

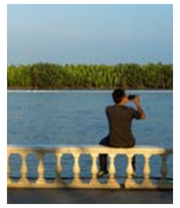
4 เส้นทางถอดรหัสฉะเชิงเทราเมืองอาหาร ที่ผู้ประกอบการช่วยกันออกแบบ

วิถีบางปะกง **29**
อิ่มท้อง อิ่มตา อิ่มบุญ อุ่นใจกับวัตถุดิบดั้งเดิมที่ยังคงมีอยู่ถึงวันนี้

สายน้ำ 3 ฤดูกาล **42**
ไม่ได้พูดถึงฤดูกาลของสายน้ำเท่านั้น แต่รวมถึงฤดูกาลแห่งชีวิตที่ผันผ่าน

Sao Sao, The Farm Story of Chachoengsao **56**
เติมพลังวันดี ๆ จากฟาร์มและคาเฟ่กับกิจกรรมที่มากกว่าการเก็บผักสด ๆ มาปรุง

De' Easy **70**
"ง่าย และ ดี ต้องมีคุณภาพ" เส้นทางอาหารฉะเชิงเทราที่ใคร ๆ ก็เข้าถึงได้



ถอดรหัส Integrated Smart Gastronomy Design : Chachoengsao **84**
ฉะเชิงเทรากับการขับเคลื่อนเมืองด้วยวัฒนธรรมอาหาร

Take a Break

96

ชมวิวร้อยล้านที่ทะเลน้ำจืดวังคู

Gastronomy Journey

98

จากหน่อไม้ ถึงกอไผ่ และหม่อนไหม พลังชีวิตของชุมชนบ้านอ่างเตย ท่าตะเกียบ ฉะเชิงเทรา

Food Gifts

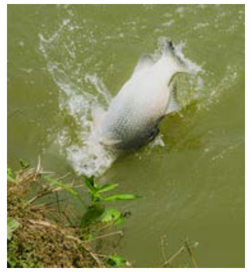
110

ขนมเปี๊ยะลูกเล็ก ๆ จากจุดเริ่มต้นที่บางคล้าสู่การเป็นประตูด่านหน้าของเมืองแปดริ้ว

The Last Bite

118

คุยกับภาคภูมิ เฉยสวัสดิ์ เจ้าของฟาร์มปลากะพงรุ่นใหม่ "เป็นเกษตรกรใจต้องแกร่ง และต้องมีความรู้"



Welcome Note ทักทายกันก่อน

คำว่า “ทัวร์กิน” ที่ทำให้เราเห็นภาพการเที่ยวไปกินไป เสาะหาของอร่อยไปตามหมุดหมายรายทาง ได้ทำหน้าที่ขับเคลื่อนเศรษฐกิจตามหัวเมืองและจุดหมายท่องเที่ยวหลัก มาโดยตลอด

วันนี้ เราจะชวนเปลี่ยนวิถี “ทัวร์กิน” ไปสู่การท่องเที่ยวเส้นทางวัฒนธรรมอาหาร ที่ทำให้การกินเป็นการเสพรสชาติอาหารและชวนคิดไปถึงต้นทางว่า วัตถุดิบมาจากไหน ใครเป็นผู้ปลูก บ้านเราอุดมสมบูรณ์ขนาดไหน คนเมื่อก่อนเคยอยู่กันมาอย่างไร สิ่งเหล่านี้เป็นองค์ประกอบของการก่อร่างสร้างเมือง แต่ซ่อนตัวไว้อย่างมิดชิด ไม่ต่างกับพ่อครัว แม่ครัว ที่ถูกจำกัดพื้นที่ให้อยู่แค่ในครัว

นับว่าเป็นเรื่องน่ายินดี ที่จังหวัดฉะเชิงเทรา และมหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ เห็นความสำคัญในการขับเคลื่อนฉะเชิงเทราเมืองอาหาร จึงจูงมือผู้ประกอบการระดับเล็ก ระดับใหญ่ ร้านอาหาร ร้านขนม ร้านของฝาก มาเรียนรู้ร่วมกัน ตั้งวงสนทนาและมองหาวิธีการปรุง สร้างสรรค์เมนูจานเด็ด ให้เป็นยิ่งกว่า “เมนูต้องลอง” แต่เป็น “เมนูเล่าเรื่อง” ที่เป็นภาพสะท้อนของสุนทรียศาสตร์ที่รายล้อมอยู่รอบการกิน

ชาวเมืองแปดริ้วต่างรู้ดี พวกเขาเกิดและเติบโตท่ามกลางความอุดมสมบูรณ์ของแหล่งวัตถุดิบชั้นเลิศมาช้านาน จนมองเห็นเป็นความธรรมดา และอาจละเลยที่จะสงวนรักษาภาคภูมิใจนั้นไว้ จนทำให้ “คุณค่า” และ “คุณภาพ” ของสภาพแวดล้อม อันเป็นต้นกำเนิดวัตถุดิบเปลี่ยนแปลงไป เพราะเราไม่อาจหยุดยั้งวงจรของความเจริญที่คืบคลานเข้ามาทุกขณะ เราจึงต้องมาชวนตั้งคำถามกันก่อน ไม่เช่นนั้นแล้วก็จะเป็นเหมือนกรณีปลาสำลี และวัตถุดิบหลายอย่างที่เราไม่รู้ว่าหายไปตอนไหน หายไปเพราะเหตุใด

ความร่วมมือที่เกิดขึ้นในหลักสูตร Integrated Smart Gastronomy Design จึงเป็นจุดเริ่มต้นนับหนึ่ง ที่ชวนเจ้าของบ้าน เจ้าของเมือง และผู้มาเยือน หันกลับไปมองและภาคภูมิใจกับเมืองแปดริ้วในฐานะเมืองอาหาร มากกว่าระเบียงเศรษฐกิจภาคตะวันออกของประเทศไทย

TGN-Magazine ที่อยู่ในมือ(ถือ) หรือ หน้าจอคอมพิวเตอร์ฉบับนี้ จึงเป็นเหมือนแผนที่ท่องเมืองอาหารแปดริ้ว ฉบับกะทัดรัด โดยได้แรงบันดาลใจจากการถอดบทเรียนในห้องเรียน ภายใต้หลักสูตร Integrated Smart Gastronomy Design ที่ใช้อาหารเป็นเครื่องนำทาง “เปิดเผยฉะเชิงเทรา” ให้เห็นในมุมมองที่หลากหลายมากขึ้น หลายท่านที่สนใจว่าหลักสูตรอบรมเชิงปฏิบัติการที่มีผู้เข้าร่วมกลุ่มหนึ่ง จะส่งแรงกระเพื่อมไปทั้งจังหวัดได้อย่างไร แต่ในฐานะผู้ประกอบการที่เป็นด่านหน้าในการสื่อสารกับผู้บริโภค โดยนำส่งผลผลิต และวัตถุดิบคุณภาพจากฟาร์ม มาสู่โต๊ะอาหารภายใต้ความรับผิดชอบต่อธุรกิจ ชื่อเสียงที่สั่งสมมา และรักบ้านเมือง จึงหวังว่าการจับมือระหว่างสถาบันการศึกษากับภาคธุรกิจ จะช่วยให้เห็นภาพ “ฉะเชิงเทราเมืองอาหารสมบูรณ์” มีจุดเชื่อมต่อ... ตัวสำคัญ

ดังที่เราฝันว่า “อาหารสร้างเมือง” ก็คงอยู่ไม่ไกลเกินฝัน หากมีโอกาสนับหนึ่งร่วมกัน

Thailand Gastronomy Network-TGN
(เครือข่ายวัฒนธรรมอาหารประเทศไทย)

The Ingredients

สายน้ำ ผืนป่า และศรัทธา
เล่าเรื่องอาหาร ผ่านวัตถุดิบและภูมิประเทศ

ฉะเชิงเทราเปรียบได้กับประเทศไทยที่ย่อส่วนไว้บนพื้นที่ 3,344,375 ไร่ มีพื้นที่เพาะปลูกและปศุสัตว์ 2,368,815 ไร่ คิดเป็น 70.85% ของพื้นที่ทั้งหมด ภูมิประเทศโดยรวมมีความหลาก-หลาย ตั้งแต่ พื้นที่ชายฝั่งทะเลติดอ่าวไทย ป่าชายเลน ที่ราบลุ่ม บางส่วนเป็นที่ราบลูกฟูก ที่ดอนภูเขาเตี้ย ๆ ไปจนถึงเทือกเขาที่ปกคลุมด้วยป่าไม้ เป็นต้นสายของแม่น้ำบางปะกง ที่ไหลไปลงอ่าวไทย จากภูเขาจรดทะเล เป็นแหล่งกำเนิดของพืชพรรณธัญญาหาร แหล่งอาศัยของสัตว์บก สัตว์ปีก สัตว์น้ำ มากมาย

ที่กล่าวมาเป็นเพียงข้อมูลสรุป ที่ทำให้เรารู้จักฉะเชิงเทราพอสังเขป แต่ถ้าให้เล่าเรื่องเส้นทางอาหารของฉะเชิงเทรา จะเล่าเรื่องจากตรงไหน หลัก ๆ ที่คนส่วนใหญ่จดจำได้มีอยู่ 3-4 เรื่อง

เรื่องแรก ชื่อเมืองแปดริ้ว มีที่มาจากปลาช่อน 8 ริ้ว เพราะที่นี่มีปลาช่อนตัวใหญ่ แล่เป็นริ้ว ๆ ก่อนนำไปตากแห้ง ได้ถึง 8 ริ้ว แสดงถึงความอุดมสมบูรณ์ของลุ่มน้ำบางปะกง (ปลาที่อื่นอาจจะแล่ได้ 4-6 ริ้ว) เรื่องที่สองก็คือ ฉะเชิงเทราเป็นเมืองมะม่วง ที่นี่มีมะม่วงอร่อยหวานจับใจ หลากหลายสายพันธุ์ เรื่องที่สาม คือ มะพร้าวน้ำหอม GI ที่นี่มีมะพร้าวน้ำหอมขึ้นชื่อ เรื่องที่สี่ คือ ไข่ไก่แก้บน เพราะหลวงพ่อโสธรศักดิ์สิทธิ์ คนที่ไปบนขอพรจากท่าน เมื่อได้ดังประสงค์แล้วก็จะนำไข่ไก่ไปแก้บน เรื่องเล่าเหล่านี้ส่งต่อกันมา จนเป็นชื่อเสียงของจังหวัด ทำนองเดียวกันกับ ที่นี่มีอะไรอร่อย ไปถึงแล้วเราต้องไม่พลาด

เพื่อตอบโจทย์ว่า “เราจะเล่าเรื่องอาหารของเมืองฉะเชิงเทราอย่างไรได้อีกบ้าง” ที่ไม่ใช่เพียงแค่ ที่นี่มีปลาช่อนตัวใหญ่ มีมะม่วงหวาน มีมะพร้าวอร่อย มีไข่ไก่เยอะ หรืออาหารอร่อย อาหารสะอาด อาหารมีคุณภาพที่ดี ฯลฯ

ก็ต้องชวนตัวแทนของคนแปดริ้วมาระดมสมอง “ค้นหาขุมทรัพย์ของเมือง” ร่วมกันบน Biodiversity Mapping “แผนที่ความหลากหลายทางชีวภาพ” ซึ่งเริ่มต้นจากแผนที่ว่างเปล่า มีแค่เส้นแบ่งของ 11 อำเภอ อยู่บนแผนที่เท่านั้น

สายน้ำ ผืนป่า และศรัทธา มาได้อย่างไร

ภายในเวลาไม่ถึงหนึ่งชั่วโมง ทุกคนถึงกับอุทานในใจว่า “บ้านเรามีอาหารการกินที่อุดมสมบูรณ์หลากหลายขนาดนี้เชียวหรือ” เดิมทีก็มีความรู้อยู่แล้ว แต่อาจจะรู้ไม่เหมือนกัน รู้ไม่เท่ากัน แต่พอทุกคนช่วยกันวางวัตถุดิบที่นำมา และเขียนเติมลงไปในแผนที่ว่าง ๆ ก็ได้ข้อสังเกตขึ้นมาว่า ฉะเชิงเทราแบ่งเป็นสองส่วน ฝั่งซ้าย หรือทางตะวันตก “เป็นทางผ่านของแม่น้ำบางปะกง” ที่แน่นขนัดไปด้วยพืชพันธุ์ ธัญญาหาร ที่เจริญงอกงามเพราะมีเส้นเลือดใหญ่คอยหล่อเลี้ยง พอไปดูฝั่งตะวันออก วัตถุดิบที่อาศัยความชุ่มเย็นของป่าเขาค่อย ๆ เผยตัวออกมา ทุกคนในห้องร่วมกันลงความเห็นว่า เมืองแปดริ้วขับเคลื่อนด้วยวัตถุดิบจากสายน้ำ และผืนป่า แต่สิ่งที่โยงใยผู้คนประหนึ่งเป็นศูนย์รวมใจ ก็คือความศรัทธาที่มีต่อหลวงพ่อโสธร พระคู่บ้านคู่เมือง

“สายน้ำ ผืนป่า และศรัทธา” จึงกลายเป็นบทสรุปของธีมในการเล่าเรื่องเมืองอาหารฉะเชิงเทรา ที่น่าจะลากเส้นรอยต่อความเกี่ยวโยงจากวัตถุดิบในแหล่งผลิต มาสู่โต๊ะอาหาร เพื่อให้เห็นประเด็นที่อยู่รอบ ๆ จานอาหารได้ ทีนี้ ผู้ประกอบการก็สร้างสรรค์อาหารที่เล่าเรื่องจากอัตลักษณ์ของตนให้แตกต่างกันออกไป ทั้งเรื่องภูมิปัญญาอาหาร ตำนานความเชื่อ ความศรัทธา วิถีชีวิต ความภาคภูมิใจในถิ่นกำเนิด ปัญหาจากสภาพอากาศเปลี่ยนแปลง (Climate Change) ฯลฯ โดยมีวัตถุดิบในท้องถิ่นเป็นตัวตั้งต้น เรื่องเล่าเหล่านี้ไม่เพียงแต่ช่วยเพิ่มมูลค่าให้กับวัตถุดิบเท่านั้น แต่ยังทำหน้าที่กวักมือให้คนมาสนใจเรื่องความยั่งยืนมากกว่าเมนูเด่นดัง โดยสื่อที่ใช้ก็คือ “อาหารเล่าเรื่อง” นั่นเอง

ก่อนจะเล่าเรื่องอาหาร ก็ต้องไปทำความรู้จักกับดาวเด่นประจำจังหวัดเสียก่อน ลองคัดวัตถุดิบของเมืองแปดริ้วขึ้นมาเป็น 9 ดารานำ ส่วนดาราประกอบนั้น ผู้ประกอบการสามารถคัดสรรมาใส่จานได้อย่างใจนึก

วัตถุดิบจากสายน้ำ

ปลาช่อนแห้ง

ต้องยกให้เป็นที่หนึ่ง เพราะนี่คือวัตถุดิบอันเป็นที่มาของชื่อเมือง “แปดริ้ว” คนในสมัยก่อนเมื่อจับปลามาได้เป็นจำนวนมาก ต้องหาวิธีถนอมอาหาร ด้วยการตากแดด ปลาช่อนที่หามาได้ จะถูกแล่ให้เป็นริ้วตามทางยาวของลำตัวปลา แล้วแผ่ออกมาทาเกลือ นำไป ตากแดด เก็บไว้รับประทานได้นาน ๆ

กุ้งแม่น้ำ

หรือกุ้งก้ามกราม เคยเป็นของหาง่ายโดยเฉพาะหน้าน้ำกร่อย แต่เนื่องจากสภาพแวดล้อมเปลี่ยนแปลงไป การตกกุ้งทำได้ยากขึ้น จึงมีการเพาะเลี้ยงอย่างแพร่หลาย กุ้งแม่น้ำยังมีชื่ออื่น เช่น กุ้งหลวง ถ้าเป็นกุ้งตัวเมียที่ขนาดเล็กกว่าเรียกว่า กุ้งนาง

ปลากะพง

เป็นปลา 3 น้ำ นิยมเลี้ยงที่บางคล้า เหตุที่คนสมัยก่อนเรียกปลากะพงว่า ปลาโจ้โล้ เพราะหาได้ชุกชุมตรงปากน้ำโจ้โล้ ที่มีน้ำจืด น้ำเค็ม น้ำกร่อย ปลากะพงมีหลายชนิด ได้แก่ กะพงขาว กะพงแดง กะพงดำ และกะพงลาย ปลาที่นิยมมากที่สุด คือ ปลากะพงขาว ปัจจุบันแหล่งเพาะลูกปลากะพงที่ใหญ่ที่สุดอยู่ที่ตำบลสองคลอง อำเภอบางปะกง เป็นลูกพันธุ์เล็ก ๆ ที่ส่งไปทั่วประเทศ

วัตถุดิบจากผืนป่า

ลูกจาก

เป็นผลของต้นจาก (Nypa fruticans) ไม้บกตระกูลปาล์มที่ปรับตัวจนสามารถอยู่ได้ในน้ำเค็ม มีลักษณะเป็นทะลาย เรียกว่า “โหม่งจาก” โหม่งหนึ่งมีลูกจากกว่า 20 ลูก ลูกสดตกราคากิโลกรัมละ 150 บาท ดอกจากจะดกช่วงกลางปี (ราวเดือนกรกฎาคม) พอถึงช่วงเดือนพฤศจิกายนน้ำจืดมากก็ได้เวลาตัดลูกจาก ตรงกับช่วงเทศกาลแห่หลวงพ่อโสธรทางน้ำ

หน่อไม้

เฉพาะในอำเภอท่าตะเกียบ สามารถผลิตหน่อไม้จากไผ่ตงศรีปราจีน ได้ปีละไม่ต่ำกว่า 28 ตัน นอกจากหน่อไม้สดแล้วยังแตกหน่อเป็นผลิตภัณฑ์อื่น ๆ เช่น หน่อไม้แห้ง หน่อไม้ดอง ถ่านชาร์โคลที่ทำจากไม้ไผ่ไว้ดูดซับกลิ่นในตู้เย็น และที่ลืมไม่ได้คือ ลำไผ่ที่เหนียวทน ใช้ทำเฟอร์นิเจอร์ ต่อแพ และสารพัดประโยชน์ในงานประมง

เบาบับ

ไม่ใช่ผลผลิตจากป่าในจังหวัดฉะเชิงเทรา แต่ขอแนะนำให้รู้จัก เบาบับ มีต้นกำเนิดแถวมาดากัสการ์ ปัจจุบันมีที่สวนปาล์ม ฟาร์มนก ลูกเบาบับคล้ายกับลูกหยี มีวิตามินซีสูงมาก ทั้งต้น ใบ ผล รวมทั้งราก ใช้ประโยชน์ได้ทั้งสิ้น ไม่ว่าจะเป็นอาหาร ยา ขนม เครื่องสำอาง ลดริ้วรอย ฝ้า กระ รากนำมาต้มแก้อาการร้อนใน

วัตถุดิบจากความศรัทธา

ไข่ไก่

ใคร ๆ ก็รู้จัก แต่เหตุที่นำมากล่าวถึงเพราะจังหวัดฉะเชิงเทรามีการผลิตและจำหน่ายไข่ไก่ในปริมาณสูง ส่วนหนึ่งมาจากการไหว้พระแก้บนหลวงพ่อโสธร ฉะเชิงเทราเลี้ยงไก่ไข่ไม่ต่ำกว่าปีละ 7 ล้าน 9 แสนตัว ผลิตไข่ไก่ได้มากที่สุด คิดเป็น 14% ของไข่ไก่ทั้งหมดในประเทศไทย

สินค้า GI ของจังหวัดฉะเชิงเทรา

มะพร้าวน้ำหอมบางคล้า

เป็นที่ต้องการของตลาดต่างประเทศ เกษตรกรในตำบลสาวชะโงก ตำบลบางสวน ตำบลท่าทองหลาง อำเภอบางคล้า จังหวัดฉะเชิงเทรา ปลูกมะพร้าวน้ำหอมเป็นอาชีพหลัก พื้นที่อำเภอบางคล้า เป็นดินน้ำกร่อย จึงเป็นจุดเด่นที่ทำให้ไม้ผลมีคุณภาพดี การปลูกมะพร้าวด้วยระบบร่องสวน ทำให้สามารถควบคุมระดับน้ำได้

มะม่วงน้ำดอกไม้สีทองบางคล้า

(Nam Dok Mai See Thong Bang Khla Mango) มีผลทรงรี ยาว เปลือกบางสีทองเนียน เนื้อสีเหลืองเข้มไม่มีเสี้ยน รสชาติหอมหวาน เมล็ดลีบบาง ค่าความหวานอยู่ในช่วง 18 – 22 องศาบริกซ์ มีพื้นที่ปลูกในอำเภอบางคล้า 27,210.25 ไร่

วัตถุดิบที่หยิบยกขึ้นมาเป็นเพียงส่วนน้อยนิด เมื่อเทียบกับของความหลากหลายของภูมิประเทศ ที่จะนำไปเล่าเรื่องผ่านอาหารสู่ความยั่งยืน (Storytelling Through Food) ซึ่งเป็นหัวใจของหลักสูตร **Integrated Smart Gastronomy Design** ออกแบบโดย **Thailand Gastronomy Network – TGN** (เครือข่ายวัฒนธรรมอาหารประเทศไทย) เป็นการพัฒนาต่อยอดจากงานวิจัยเรื่อง Gastronomy ที่ทำมาอย่างต่อเนื่องร่วม 10 ปี หลักสูตรนี้มีเป้าหมายสร้าง “นักออกแบบวัฒนธรรมอาหารเพื่อขับเคลื่อนความยั่งยืน”

โดย TGN ร่วมกับ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ จังหวัดฉะเชิงเทรา นำหลักสูตรนี้ไปเป็นหนึ่งในกลไกขับเคลื่อนเป้าหมาย “ฉะเชิงเทราเมืองอาหารสมบูรณ์” นอกเหนือไปจากที่ทางจังหวัดได้ทำอยู่แล้วกับหลายภาคส่วน โดยเฉพาะกับกลุ่มเกษตรกร ที่มีหลายหน่วยงานดูแลอยู่ หลักสูตร Integrated Smart Gastronomy Design จึงมุ่งไปที่ฟันเฟืองสำคัญในการนำวัตถุดิบไปสู่ผู้บริโภค ทางมหาวิทยาลัยฯ จึงเชิญชวนผู้ประกอบการร้านอาหารและของฝากในจังหวัดทั้งรายเล็ก รายใหญ่ และคณะอาจารย์ ร่วมเดินทางและออกแบบไปด้วยกัน

วัฒนธรรมอาหารมีอยู่ในทุกหน ทุกแห่ง ที่ไหนมีการรวมตัวกันเป็นชุมชน ที่นั่นต้องมีวัฒนธรรมอาหารที่สะท้อนให้เห็นวิถีชีวิต ภูมิปัญญา สิ่งที่ปลูกฝังกันมาในวิธีบริโภค ของชุมชนนั้น ๆ แต่สิ่งที่ยังเป็นช่องโหว่ คือ การต่อภาพให้เห็นว่าจากต้นน้ำถึงปลายน้ำสัมพันธ์กันอย่างไร ในหลักสูตรนี้มีการเชื่อมโยง 4 เสาหลักของวัฒนธรรมอาหาร ออกมาเป็นการเรียน 6 โมดูล เพื่อให้เห็นความสำคัญของ วัตถุดิบ เรื่องเล่า ความคิดสร้างสรรค์ และเส้นทางท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมอาหาร ทำงานสอดคล้องกันอย่างไรในการขับเคลื่อนความยั่งยืน

“นักออกแบบวัฒนธรรมอาหารเพื่อขับเคลื่อนความยั่งยืน” ฟังดูยิ่งใหญ่เกินตัว หลายคนกำลังปฏิเสธว่า “นั่นไม่ใช่ฉัน” แต่ในความเป็นจริงแล้ว เราทุกคนไม่ว่าจะทำอาหารเป็นหรือไม่ก็ตาม แต่สิ่งหนึ่งที่เหมือนกันก็คือ “เราต้องกิน” แล้วการกินอย่างรู้คุณค่านี่แหละ จะเป็นจุดเริ่มต้นสร้างการเปลี่ยนแปลง เพราะการเปลี่ยนแปลงเริ่มต้นที่วิธีคิด นำไปสู่การลงมือทำ จนกลายเป็นพฤติกรรมส่วนบุคคล และขยายวงไปเป็นค่านิยมของสังคมในที่สุด

ทั้งหมดนี้ ถือเป็นการอารัมภบทของการสร้าง “นักออกแบบวัฒนธรรมอาหารเพื่อขับเคลื่อนความยั่งยืน” ที่จะมาช่วยกันสร้างสรรค์เมนูใหม่ ๆ ในแบบฉบับของตน โดยยึดโยงกับวัตถุดิบในท้องถิ่น เพื่อเชิญชวนให้คนมาเที่ยว มากิน และทำความรู้จักต้นทางอาหาร ที่คาดว่าจะนำไปสู่ความยั่งยืน

เชิญทุกท่านออกเดินทางด้วยกัน จากหน้าแรกถึงหน้าสุดท้าย

Appetizer

15 นาทีมีอะไรให้ดู...รอบวัดหลวงพ่อโสธร

นักท่องเที่ยวที่มุ่งหน้าไปกราบขอพรหลวงพ่อโสธร อาจไม่ค่อยสนใจสอดส่องพื้นที่รอบวัด เพราะสิ่งที่เห็นได้ชัดอย่างเช่นร้านสะดวกซื้อ ห้องน้ำสาธารณะ แผงล็อตเตอรี่ ลานจอดรถ ที่บดบังเส้นทางอาหารของชาวแปดริ้วไปสิ้น TGN ได้โอกาสไปเยือนเมืองแปดริ้วทั้งที ขออาสาพาไปส่องตลาดขายของฝากหน้าวัดหลวงพ่อโสธร ลองมาดูกันว่าในเวลา 15 นาที เราจะมีเรื่องราวอาหารแง่มุมไหนติดมือมาฝากกันบ้าง

วัดโสธรวรารามวรวิหาร หรือเรียกสั้น ๆ ว่า “วัดหลวงพ่อโสธร” ในอดีตชื่อว่า “วัดหงษ์” เป็นวัดเก่าแก่ที่สร้างขึ้นมาในรัชสมัยของสมเด็จพระนารายณ์ ปัจจุบันเป็นพระอารามหลวงคู่บ้านคู่เมืองของคนแปดริ้ว เป็นสถานที่ศักดิ์สิทธิ์ประดิษฐาน “หลวงพ่อพุทธโสธร” ซึ่งตามตำนานเล่าว่า มีพระพุทธรูปสามองค์ลอยน้ำมาผุดที่บ้านสัมปทวน (สามพระทวน) ชาวบ้านที่ได้พบเห็นพยายามฉุดองค์พระขึ้นจากน้ำแต่ก็ไม่สำเร็จ ทั้งสามองค์ลอยทวนน้ำหนีไป องค์ที่หนึ่ง คือ “หลวงพ่อบ้านแหลม” มีการอัญเชิญขึ้นฝั่งที่วัดบ้านแหลม (วัดเพชรสมุทรวรวิหาร จังหวัดสมุทรสงคราม) องค์ที่สอง คือ “หลวงพ่อพุทธโสธร” มีการอัญเชิญขึ้นฝั่งที่วัดหงษ์ หรือวัดหลวงพ่อโสธรในปัจจุบัน และองค์ที่สาม คือ “หลวงพ่อโต” มีการอัญเชิญขึ้นฝั่งที่วัดบางพลีใหญ่ หรือวัดพลับพลาชัยชนะสงคราม จังหวัดสมุทรปราการ นี่แค่ฟังตำนานว่าองค์พระมาประดิษฐานอยู่ที่นี่ได้อย่างไร ก็ยังน่าทึ่งขนาดนี้ จึงไม่น่าแปลกใจที่หลวงพ่อโสธรจะเป็นศูนย์รวมความศรัทธาของชาวพุทธทั้งใกล้ไกลตลอดมา

เราตั้งโจทย์กันว่า ไหว้พระเสร็จแล้วลองใช้เวลาสัก 15 นาทีสำรวจพื้นที่หน้าวัดจะได้เห็นอะไรบ้าง โดยใช้กรอบแนวคิดเรื่อง "เมือง 15 นาที" ที่กล่าวว่าคุณภาพชีวิตของคนในเมืองจะดีหากในระยะเวลาเดินทางเพียง 15 นาทีมีสิ่งจำเป็นพื้นฐานสำหรับชุมชน และที่สำคัญควรมีระบบอาหารยั่งยืน ลองมาดูกันว่าเราจะได้เรียนรู้อะไรจากตลาดของฝากหน้าวัด

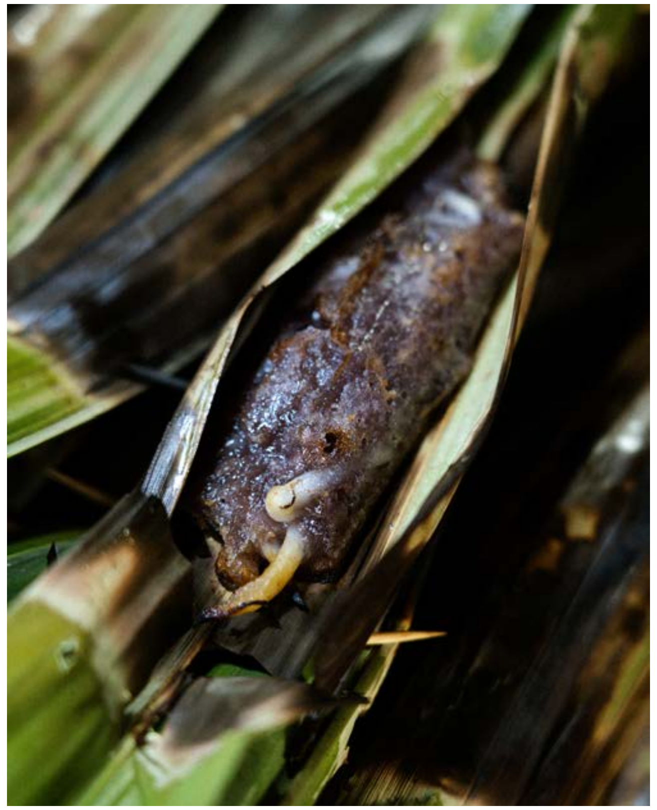
แค่เดินเข้าตลาดเราก็สะดุดตากับร้านขายไข่ต้ม ที่จัดตะกร้าชุดไข่แก้บนสะท้อนความเป็นเมืองอาหาร เพราะไม่ได้มีแค่ไข่ต้มเท่านั้น หากยังมีน้ำปลาขวดเล็ก ๆ ใส่ไปด้วย อดคิดไม่ได้ว่าหากถวายไข่ต้มเสร็จแล้ว คงให้ปอกไข่เหยาะน้ำปลากินลงท้องแก้หิวได้เลย หลังแก้บน

เราขออนุญาตเจ้าของร้านถ่ายรูปไข่ต้มที่อยู่ในกระทะน้ำร้อนควันฉุย คุณลักขณาเจ้าของร้านเล่าให้ฟังว่าแต่ก่อนนี้มีคนนิยมมาบนหลวงพ่อโสธรด้วยหัวหมู เป็ด ไก่เป็นตัว ๆ และถ้าเป็นไข่ต้มก็จะย้อมสีแดง เหมือนการไหว้เจ้า แต่ราว ๆ 20 กว่าปีที่ผ่านมานี้เองมีคนบอกว่าหลวงพ่อโสธรท่านเป็นมังสวิรัติไม่ฉันเนื้อสัตว์ บ้างก็ว่าถวายแต่เป็ดไก่ หัวหมูท่านคงจะเบื่อ อยากฉันไข่ต้มบ้าง ส่วนอีกกระแสบอกว่ามีช่วงหนึ่งที่ไข่ไก่ในฉะเชิงเทราราคาตก เลยมีคนไปขอพรกับหลวงพ่อแล้วบนด้วยไข่ต้ม ปรากฏว่าสิ่งที่บนบานขอนั้นสำเร็จสมความปรารถนาจึงเป็นที่มาของการแก้บนด้วยไข่ต้ม นับจากนั้นเป็นต้นมา

นับว่าเป็นกลยุทธ์กระตุ้นเศรษฐกิจในจังหวัดได้อย่างแยบยล เพราะที่ฉะเชิงเทรามีฟาร์มเลี้ยงไก่เป็นจำนวนมาก แต่คำถามว่า *"ไข่ไก่มาจากไหน"* ยังไม่สำคัญเท่ากับ *"ไข่ไก่ไปที่ไหนต่อ"* ราวเดือนพฤษภาคม ปี 2566 เกิดกระแสดราม่าไข่แก้บน จากการที่มีหญิงสาวคนหนึ่งซื้อไข่ต้มไปแก้บนหลวงพ่อโสธร ปรากฏว่าได้ไข่เน่าไปทั้งตะกร้า พากันเสียชื่อเสียงพ่อค้า แม่ค้า ไปทั้งแถบ ดังสำนวนไทยที่ว่า "ปลาเน่าตัวเดียว เหม็นไปทั้งข้อง" ทั้งที่ในความเป็นจริง ผู้ขายไข่ต้มแก้บนจะต้องขายไข่ต้มสุกใหม่ ต้มแบบวันต่อวันเท่านั้น ในกรณีที่ลูกค้าต้องการไข่แก้บนเป็นจำนวนหลักพัน หลักหมื่นฟอง ต้องโทรมาจองไว้ก่อนล่วงหน้า ส่วนไข่ต้มสำหรับนักท่องเที่ยวจรมา ก็จะต้มเผื่อไว้ แต่ไม่มากจนเกินไป

คุณลักขณาแนะนำว่า เมื่อนำไข่ต้มไปแก้บนแล้วก็ควรจะลาของถวายพระ แล้วนำไข่ต้มกลับไปแจกจ่ายด้วยตนเอง ถวายปัจจัยลงในตู้รับบริจาคแทนไข่ ทางวัดก็สามารถนำปัจจัยทำบุญไปทำนุบำรุงศาสนสถานและยังเผื่อแผ่มายังงานบริการชุมชนโดยรอบวัดได้อีกด้วย *"อย่าทิ้งไข่ไว้ที่วัดเลย คุณไม่รู้หรอกว่าไข่ต้มที่แก้บนแล้วจะไปไหนต่อ"*

พักเรื่องไข่ต้มไว้แล้วเราเดินกันต่อไปยังตลาดติดกัน กลิ่น **“ขนมจาก”** หอม ๆ ที่ย่างอยู่บนเตาถ่านในขณะนั้น ชวนให้สบตาสามีภรรยาที่ช่วยกันอย่างขมีขมัน สอบถามได้ความว่าคุณพี่ทั้งคู่เป็นทายาทรุ่นสองที่รับช่วงต่อมาจากคุณแม่เหรียญทองที่ขายขนมจากมากว่า 60 ปี สูตรขนมจากของคุณแม่ต้องนวดด้วยมือและใส่มะพร้าวอ่อนโรยไปบนแป้งข้าวเหนียวที่คลุกเคล้ากับเนื้อมะพร้าวอ่อน ใส่น้ำตาลเล็กน้อย ให้รสหวานกลมกล่อมเหนียวหนึบ ย่างจนสุกขอบเกรียมนิด ๆ ให้รสสัมผัสที่ดีเวลาเคี้ยว แต่น่าเสียดายที่อาจไม่มีรุ่นสามมารับช่วงต่อ เพราะการเตรียมขนมจากหนักเกินไป หากต้องการให้เบาแรง ไม่เปลืองเวลา ก็ต้องใช้เครื่องจักรมานวดแป้ง แต่นั่นจะทำให้เสียเอกลักษณ์ความอร่อยของ **“ขนมจาก”** สูตรคุณแม่เหรียญทองไปเลย



ท้ายตลาดมีร้านจักสานที่กวักมือเรียกเรามาแต่ไกลด้วยงานจักสานไม้ไผ่เกือบทั้งร้าน ฝาชีไม้ไผ่สานขนาดใหญ่ฝีมือประณีตมีทั้งแบบสีสันสดใสและสีไม้ไผ่แท้ สังเกตดูว่าเครื่องจักสานเหล่านี้เกิดขึ้นมาจากวิถีการกินทั้งสิ้น ตั้งแต่ ขันโตก กระติบข้าวเหนียว หวดนึ่งข้าวเหนียว กระบุง กระจาด ตะกร้าขนาดเล็ก ขนาดใหญ่ ฯลฯ ทุกชิ้นสานได้สวยงามเห็นได้ชัดถึงความชำนาญของช่างฝีมือ ซึ่งเจ้าของร้านเล่าให้ฟังว่ามาจากทางอำเภอพนัสนิคม

จากไข่ต้ม ถึงขนมจาก ไปสู่กระบุง กระจาด ฝาชี...แม้จะเป็นพื้นที่เล็ก ๆ ชั่วเดินได้ในระยะเวลา 15 นาที ก็ยังเห็นถึงรากที่มาของวัฒนธรรมอาหารการกินที่แผ่สาแหรกออกไปอย่างกว้างใหญ่ของเมืองแห่งลุ่มแม่น้ำบางปะกง

The Menu

“เมนูนี้...ที่คิดถึง”
เชฟแบล็ค ภานุภน บุลสุวรรณ

ความหลังครั้งวัยเยาว์ เคยวิ่งเล่นท่ามกลางวัตถุดิบมากมายจนแทบจะเรียกได้ว่าเป็นฟาร์มขนาดย่อม มีทั้งบ่อเลี้ยงปลา บ่อเลี้ยงกุ้ง เล้าไก่ เล้าหมู ผักสด ผักสวนครัว ฯลฯ อีกทั้งยังเป็นลูกมือแม่ครัวใหญ่ แห่ง**สวนอาหารบ้านใหญ่** ทำให้เชฟแบล็ค ซึมซับทักษะการครัวติดตัวมาจนโต เมื่อตั้งคำถามว่า “จานไหนเป็นเมนูที่คิดถึง” จึงได้ยินชื่อของเมนูที่หายไป และเมนูที่กินเมื่อไรก็รู้สึกฟินเหมือนได้กลับบ้านทุกครั้ง

สวนอาหารบ้านใหญ่ คือ อีกหนึ่งร้านในตำนานของคนแปดริ้วที่หลายคนบอกว่า *“เคยกินมาตั้งแต่เด็ก”* รวมถึงเชฟแบล็ค ภานุภน บุลสุวรรณ แห่ง Blackitch Artisan Kitchen จังหวัดเชียงใหม่ มาสเตอร์ของหลักสูตร Integrated Smart Gastronomy Design ที่มีพื้นเพเป็นคนแปดริ้วเช่นกัน

“ผมวิ่งเล่นอยู่ในครัวตั้งแต่จำความได้ ร้านเปิด พ.ศ.2525 เพราะคุณปู่เป็นคนชอบกิน และคุณย่าทำอาหารอร่อยมาก ผมมีคุณย่า 3 คน แต่ละท่านก็รับหน้าที่กันคนละอย่าง ย่าใหญ่เป็น Head Chef ย่าคนรอง ดูแลอาหารประเภทเผา ย่าคนเล็กจะอยู่สเตชั่น กุ้งอบวุ้นเส้น ข้าวผัดกุ้ง ข้าวคลุกกะปิ ทุกคนมีหน้าที่คนละแบบ”

สวนอาหารบ้านใหญ่ เคยเป็นห้องเรียน ห้องฝึกงาน สถานที่วิ่งเล่นของเชฟแบล็คในวัยเด็ก ความรู้ที่ส่งต่อมาจากคุณย่าทั้งสาม และความคุ้นเคยกับอาหารรสมือคุณย่า ทำให้เชฟแบล็คชื่นชอบอาหารบ้าน ๆ ที่รับประทานง่าย ใช้วัตถุดิบใกล้ตัว ไม่ประดิดประดอย แต่สิ่งที่สำคัญต้องประณีต มีความพิถีพิถันในการปรุง

“เมนูที่คิดถึง ก็มีกุ้งแช่น้ำปลา ย่าจะมีสูตรกุ้งแช่น้ำปลาให้เด็กกินแบบราดน้ำจิ้มซีฟู้ดไม่เผ็ด กุ้งอร่อย หวานมาก เป็นกุ้งตะกาด ในปัจจุบันอาจจะเป็นกุ้งกุลา ก็ว่ากันไป แต่สำหรับผม กุ้งแบบไหนก็ไม่อร่อยเหมือนกุ้งตะกาดที่เอามาแช่น้ำปลา อาหารที่ชอบกินตอนเด็กแต่หายไปแล้ว ก็มี ปลาหมอต้มน้ำปลา ปลากระเบนผัดหวาน ปลาม้าต้มส้ม อย่างปลาม้า เดี๋ยวนี้ก็ไม่มี เมื่อก่อนที่ร้านไม่เคยขายปลากะพงเลย มีแต่ปลาม้ากับปลาสำลี แต่ตอนนี้อยู่ ๆ ปลาสำลีก็หายไปจากท้องตลาดเลย”

“แต่ถ้าให้เลือกแค่หนึ่งเมนูที่ยังอยู่ และอร่อยเหมือนเดิม ยกให้ข้าวคลุกกะปิ ชอบที่สุด เพราะเปิดโลกมาก เอาข้าวมาผัดกับกะปิ แล้วเครื่องเยอะ ใส่ไข่ ใส่หมูหวาน ใส่กุ้ง ใส่มะม่วงซอย พอได้ผสมรสชาติแล้วรู้สึกว่าทำไมอร่อยอย่างนี้ มีความกรอบ ความเปรี้ยว ความเค็ม ความสมุนไพร อยู่ในคำเดียว”

เชฟแบล็คทำตาวาว เมื่อนึกถึงอาหารจานเดียวสุดคลาสสิกที่กินมาตั้งแต่เด็ก จะด้วยความตั้งใจหรือไม่ก็ตามที่นึกถึงจานนี้ขึ้นมา แต่เมื่อพิจารณาดูให้ดีจะเห็นว่า “ข้าวคลุกกะปิ” มีวัตถุดิบฉะเชิงเทราครบ ทั้งมะม่วงเปรี้ยวหั่นซอย หอมซอย หมูหวาน ไข่เจียว และกะปิ

ไม่มีหลักฐานชี้ชัดว่าข้าวคลุกกะปิมีมาตั้งแต่เมื่อไร มีผู้กล่าวไว้ว่าเกิดจากภูมิปัญญาการถนอมอาหารของคนในอดีต ที่นำข้าวค้างคืนมาผัดกับกะปิ โดยข้าวที่ใช้จะเป็นข้าวเสาไห้หรือข้าวแข็งที่เม็ดเรียงสวย หุงด้วยน้ำน้อย ข้าวไม่แฉะ และกะปิที่ใช้จะนำไปห่อใบตองย่างไฟให้หอมก่อนนำมาผัด คนสมัยก่อนคงไม่ได้คิดว่า เหตุที่ใส่กะปิเพราะมีแคลเซียมบำรุงกระดูกและฟัน มะม่วงมีสารต้านอนุมูลอิสระ ถั่วฝักยาวช่วยควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ฯลฯ แต่ด้วยทักษะการปรุงอาหารที่รู้ว่าใส่อะไรให้รับประทานด้วยกันจึงได้รสชาติกลมกล่อม มีทั้งรสเปรี้ยวจากมะม่วง รสเค็มจากกะปิ และรสหวานจากหมูหวาน ผสมผสานรสชาติกันในจานเดียว

สวนอาหารบ้านใหญ่ 101 หมู่ 7, บางพระ, อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา 24000 โทร 038 512 747

เพราะเหตุใด เชฟแบล็คที่สร้างสรรค์เมนูสุดครีเอทมานับไม่ถ้วน จึงยกให้อาหารที่บ้านเป็น Top of Mind เชฟแบล็คตอบว่า *“มันทำให้เรารู้ว่ารสอร่อยคืออะไร หลายอย่างไปกินที่อื่นก็ไม่เหมือน ทำไมไม่เห็นมีใครทำทอดมันได้เหมือนที่ย่าทำเลย ตีจนเด้ง”* พูดเสียจนเห็นภาพขึ้นมาเลย

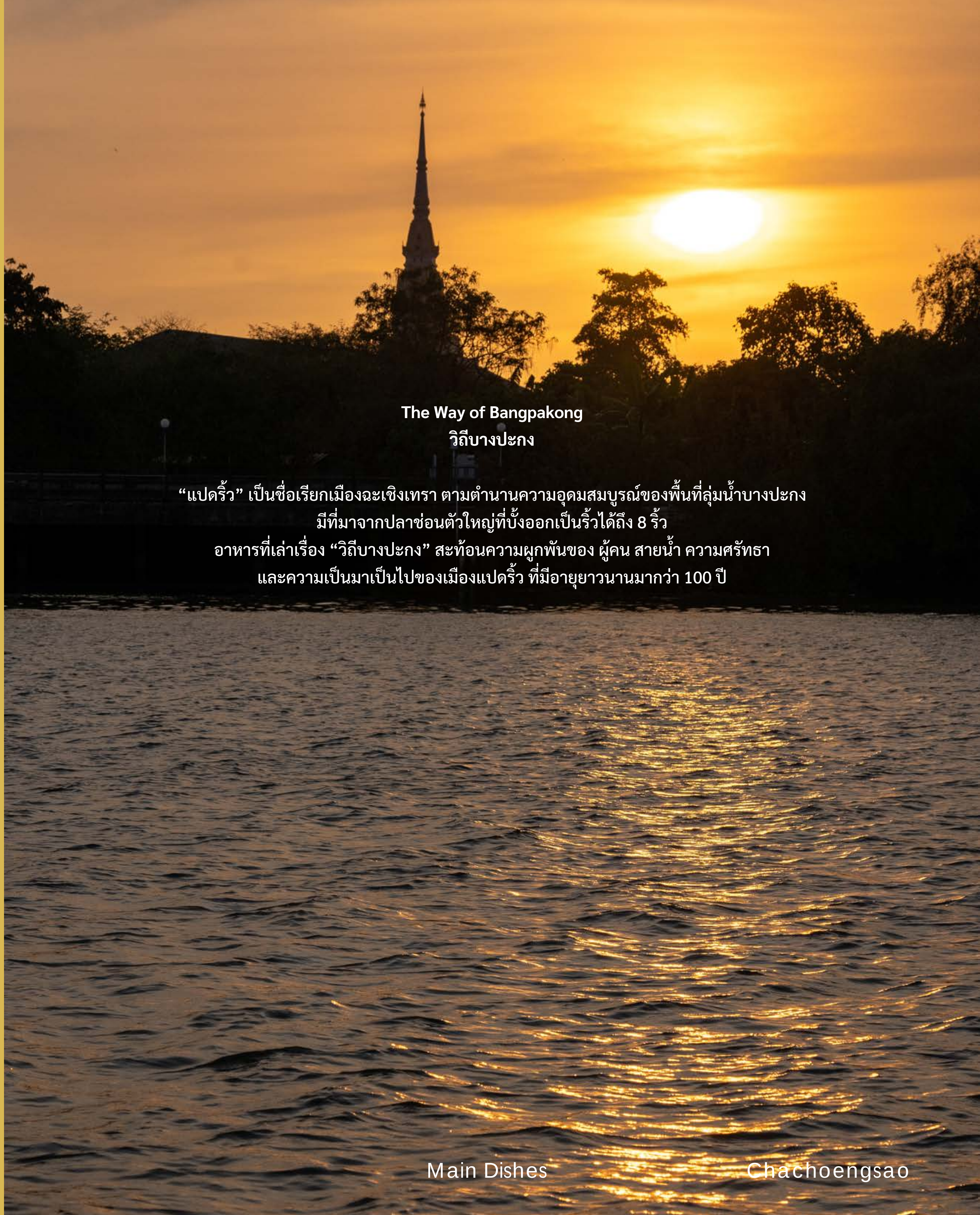
ปัจจุบัน **ร้านอาหารบ้านใหญ่** ไม่ได้เลี้ยงสัตว์ไว้ปรุงอาหารเอง ดังเช่น 40 กว่าปีที่ผ่านมา อาหารหลายจานหายไปจากเมนู พร้อมความอุดมสมบูรณ์ของลุ่มน้ำบางปะกงที่เปลี่ยนแปลงไป แต่อีกหลายเมนูยังอยู่ และอร่อยเหมือนเดิม รวมถึง **“ข้าวคลุกกะปิ”** ที่รวมความเป็นฉะเชิงเทราไว้ในจานเดียวได้อย่างน่าทึ่ง สุดคลาสสิก

บ้าน คือ ถิ่นที่เกิด ที่เติบโต **ครัว** คือ ที่บ่มเพาะความรักในการทำอาหาร **สวนอาหารบ้านใหญ่** จึงเป็นจุดเชื่อมโลกระหว่างเชฟที่เดินทางไปไกล และหัวใจที่ยังคงผูกพันกับบ้านชื่อ**ฉะเชิงเทรา** อยู่เสมอ

Main Dishes

4 เส้นทาง เล่าเรื่องเมืองอาหารฉะเชิงเทรา ที่เปิดกว้างไว้ให้ต่อเติมเรื่องราวได้ไม่รู้จบ

- วิถีบางปะกง : ความอิ่มบุญ อิ่มใจ อิ่มท้อง มาพร้อมกันอย่างแนบสนิท
- สายน้ำ 3 ฤดู : ความเคลื่อนไหวของสายน้ำ อาหาร และฤดูกาลแห่งชีวิต
- Sao Sao, the Farm Story : เสิร์ฟความสุขจากฟาร์มครบทั้งรูปรสกลิ่นเสียง
- De' Easy : คุณค่าวัตถุดิบ ความเรียบง่ายในการกินอยู่ ชีวิตดี ๆ มีคุณภาพ



The Way of Bangpakong
วิถีบางปะกง

"แปดริ้ว" เป็นชื่อเรียกเมืองฉะเชิงเทรา ตามตำนานความอุดมสมบูรณ์ของพื้นที่ลุ่มน้ำบางปะกง
มีที่มาจากปลาช่อนตัวใหญ่ที่บั้งออกเป็นริ้วได้ถึง 8 ริ้ว
อาหารที่เล่าเรื่อง "วิถีบางปะกง" สะท้อนความผูกพันของ ผู้คน สายน้ำ ความศรัทธา
และความเป็นมาเป็นไปของเมืองแปดริ้ว ที่มีอายุยาวนานมากกว่า 100 ปี

วิถีบางปะกง

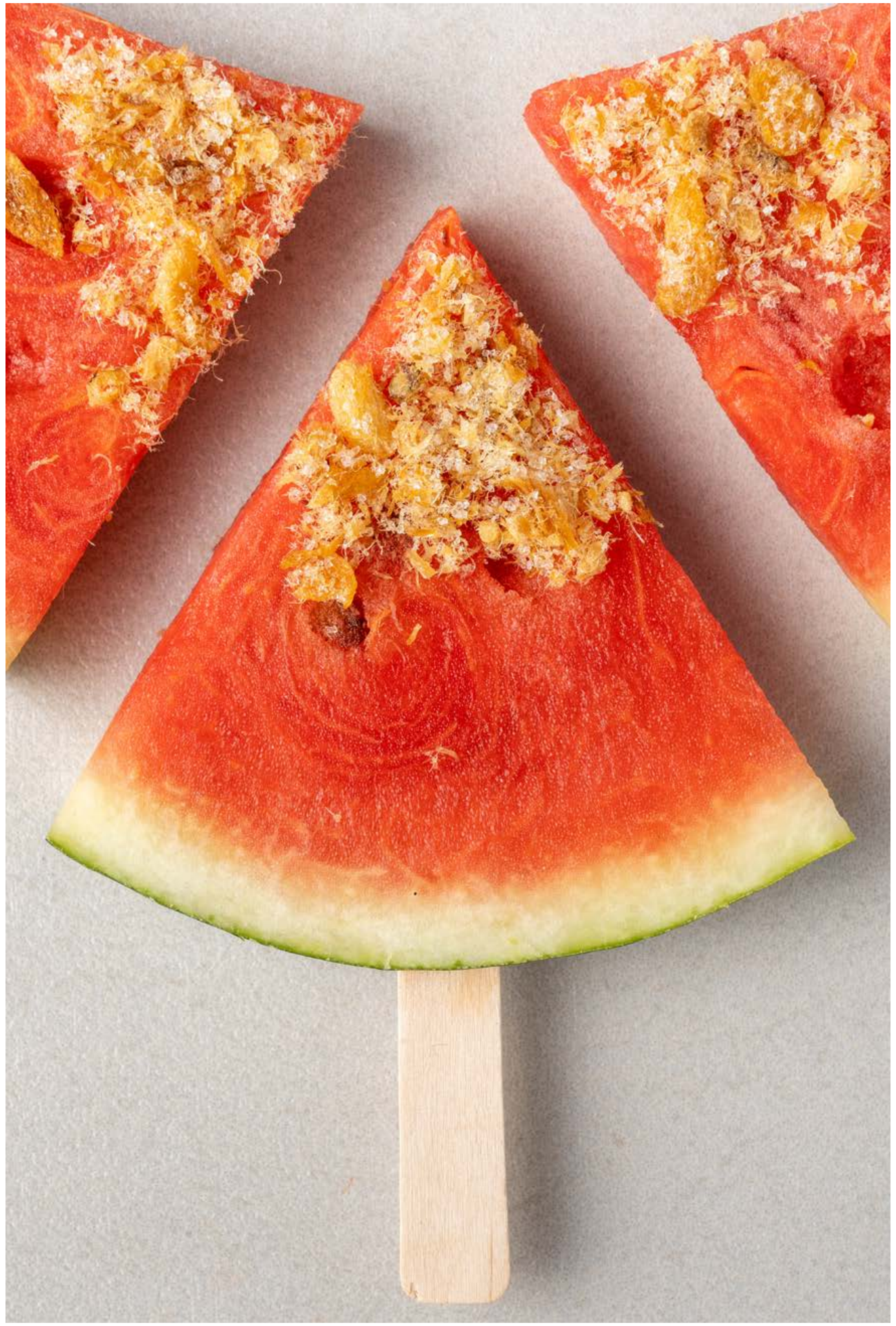
อาหารทำหน้าที่หลากหลาย เป็นทูตสันถวไมตรีเชื่อมความสัมพันธ์ระหว่างบ้านเมือง บอกเล่าเรื่องราววัฒนธรรมท้องถิ่น เป็นสมุดบันทึกภูมิปัญญา เป็นภาพสะท้อนความอุดมสมบูรณ์ของภูมิประเทศ และยังเป็นต้นเหตุให้เกิดการรวมตัวของผู้ประกอบการในจังหวัดฉะเชิงเทรา ที่อยากเล่าเรื่องเมืองแปดริ้วให้ไกลไปกว่า *“มาฉะเชิงเทราต้องไหว้หลวงพ่อโสธร กินกุ้งแม่น้ำ และซื้อขนมจากกลับบ้าน”*

ก่อนจะเล่าเรื่องอาหารตามธีม “วิถีบางปะกง” ชวนย้อนรอยไปดูประวัติศาสตร์บ้านเมืองกันสักนิด วัฒนธรรมการกินของคนบางปะกงมาจากรูปแบบชีวิตของผู้คนในอดีตช่วงต้นกรุงรัตนโกสินทร์ พื้นที่บริเวณตัวเมืองฉะเชิงเทรายังเป็นป่ารก หลังจาก พ.ศ.2369 รัชกาลที่ 3 ทรงยกทัพไปตีเมืองเวียงจันทน์ และรับสั่งให้กวาดต้อนครัวลาวพวกหนึ่งมาอยู่ที่ลุ่มน้ำบางปะกง เกิดบ้านเมืองใหม่ชื่อ เมืองฉะเชิงเทรา แต่ชื่อเดิมที่เรียกกันมาคือ เมืองแปดริ้ว ราวพ.ศ.2391 เริ่มมีชาวจีนมาปักหลักที่เมืองฉะเชิงเทราหนาแน่นขึ้น โดยเข้ามารับจ้างแรงงาน ค้าขาย ทำสวน (แต่การทำนาสงวนไว้ให้คนไทยเท่านั้น) เกิดเป็นชุมชนค้าขายถาวร สร้างเศรษฐกิจหมุนเวียนจากสวนสู่เมืองผ่านเส้นทางน้ำ “แพ” ที่อยู่เรียงรายริมฝั่งแม่น้ำบางปะกงนับเป็นร้อย ๆ แพในอดีต ก็คือตลาดค้าขายในสมัยนั้น นั่นเอง

ที่ไหนมีการตั้งชุมชน ที่นั่นย่อมมีสิ่งศักดิ์สิทธิ์เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ ความศรัทธาอันเป็นมงคลชีวิต คือ สิ่งเชื่อมร้อยความสามัคคีผ่านการทำอาหารที่ปรุงอย่างประณีต เห็นได้จากงานบุญเลี้ยงพระ งานแต่งงาน งานขึ้นบ้านใหม่ ส่วนงานสารทจีน ตรุษจีน เป็นที่มาของการไหว้ หมู เห็ด เป็ด ไก่ และขนมไหว้ต่าง ๆ โดยเฉพาะขนมเปี๊ยะที่ขาดไม่ได้ในทุกเทศกาล การนำของไหว้มาทำเป็นกับข้าว คาดว่าเป็นต้นกำเนิดของอาหารบางตำรับ เช่น หมูหงส์ หรือไข่ไก่ที่นำมาแก้บนจำนวนมากยังเป็นวัตถุดิบขนมไทยลูกครึ่งโปรตุเกส อย่างทองหยิบ ทองหยอด ฝอยทอง ส่วนเค้กชิฟฟ่อน เป็นขนมรุ่นใหม่ที่ฮิตติดตลาดในเวลาไม่นาน

“วิถีบางปะกง” ที่ผู้ประกอบการช่วยกันคิดขึ้นมาเป็นธีมย่อยในการเล่าเรื่องเมืองอาหาร ภายใต้ธีมใหญ่ **“สายน้ำ ผืนป่าและศรัทธา”** อยู่บนพื้นฐานการรู้จักตัวตน เข้าใจบริบทของเมือง เห็นคุณค่า “ของเก่า ของดี ที่มีมานาน” และหาเส้นทางต่อยอดความภูมิใจเหล่านั้นให้กว้างไกลออกไปเกินคำว่า “เมนูเด่น” “เมนูดัง”

วัตถุดิบที่ชูโรงขึ้นมาเป็น Hero Product ครั้งนี้คือปลาช่อนแห้ง ซึ่งเป็นที่มาของชื่อ “แปดริ้ว” นั่นเอง คนสมัยก่อนเวลาจับปลาได้มาก ๆ จะหาวิธีถนอมอาหารไว้กินนาน ๆ ด้วยการตากแดด ก่อนตากจะนำปลาช่อนสดมาแล่ตามทางยาวของลำตัว แล้วแผ่เนื้อปลาออกไปข้าง ๆ ทาเกลือให้ทั่วเสียก่อน ปลาช่อนหนึ่งตัวแล่ออกมาเป็นริ้ว ๆ ได้ถึงแปดริ้ว สะท้อนให้เห็นว่าพื้นที่ลุ่มแม่น้ำบางปะกงนั้นอุดมสมบูรณ์ขนาดไหน นี่ยังไม่รวมกุ้งตัวใหญ่ ๆ ที่จับได้ตามท้องร่องสวนผลไม้ในอดีตที่ผ่านมา



All About “Pla-Hang” มาจากความตั้งใจของ **JIMMY FARM** ที่ต้องการส่งต่ออาหารดั้งเดิมไปถึงคนรุ่นใหม่ให้รับประทานได้ง่ายขึ้น **คุณเอกวิทย์ สุทธิธรรม (จิมมี่)** เล่าความในใจให้ฟังว่า *“เราเป็นเกษตรกร ตอนที่ตัดสินใจเข้าร่วมหลักสูตร Integrated Smart Gastronomy Design ก็คิดว่าเราใช่หรือเปล่า เพราะผู้ที่มาอบรมเป็นร้านอาหารทั้งนั้น แต่พอได้เรียนรู้หลักการ Gastronomy ก็รู้เลยว่าวัตถุดิบ คือ ตัวหลักในระบบอาหารยั่งยืน เลยคิดถึงปลาช่อนแห้ง ที่สามารถผูกเรื่องเป็น Story ของเมืองแปดริ้วได้”*

จากปลาช่อนแห้งตัวใหญ่ ๆ นำมาทำเป็น “หน้าปลาแห้ง” บรรจุขวด นำพาวิถีการกินแบบดั้งเดิมมาสู่โลกปัจจุบัน ยกตัวอย่างเมนู “ปลาแห้งแตงโม” นั้น มีมาตั้งแต่สมัยอยุธยา ครั้นถึงสมัยรัชกาลที่ 1 ยังถูกจัดให้เป็นหนึ่งในเมนูอาหารจัดเลี้ยงในพิธีสมโภชพระพุทธมหามณีรัตนปฏิมากร (พระแก้วมรกต) เมื่อคราวฉลองวัดพระศรีรัตนศาสดาราม ซึ่งเป็นงานใหญ่ในสมัยนั้น ตามความที่บันทึกไว้ในจดหมายเหตุกรมหลวงนรินทรเทวี

ความร้อนของบ้านเรา ทำให้อยากเก็บผลไม้สุกไว้กินนาน ๆ อย่างแตงโมหวานฉ่ำสามารถทำเป็น**แตงโมเย็นฉ่ำ** ในรูปแบบ **“กรานิตาแตงโม”** โดยนำแตงโมไปปั่น แช่ไว้ในตู้เย็นช่องฟรีซประมาณชั่วโมงครึ่ง แตงโมสดจะกลายสภาพเป็นเกล็ดน้ำแข็ง นำมาขูดใส่แก้ว หรือตักให้เป็นก้อนกลม เสิร์ฟแบบไอศกรีม โรยด้วยหน้าปลาแห้ง ความอร่อยแบบ **“ปลาแห้งแตงโม”** ก็ยังอยู่ครบแต่เย็นขึ้นกว่าเดิมและเก็บไว้ได้นาน

จากน้ำแข็งใสแบบไทย ๆ เริ่มมีคู่แข่งสัญชาติเกาหลีเข้ามาตีตลาด “บิงซู” แพร่หลายราวปี 2558 แต่ด้วยความชาญฉลาดของคนไทย พออะไรเข้ามาก็ทำให้เป็นของไทยได้หมด รวมถึง**ร้านเอกเขนก แปดริ้ว** ร้านอาหารขนาดใหญ่ริมแม่น้ำบางปะกง ที่เกิดจากความตั้งใจของ**คุณอุมากร ชลาฤทธิ์จินดา** ผู้ที่ตกหลุมรักแม่น้ำบางปะกง ก็คิดต่อยอดเมนู **“บิงซูมะม่วงน้ำดอกไม้”** ด้วยการโรยหน้าปลาแห้ง กลายเป็น **“บิงซูมะม่วง-ปลาแห้ง”** ที่พากันขายดีทั้งมะม่วง ทั้งหน้าปลาแห้ง และยังมี **“กุ้งแม่น้ำเผา-ซอสมะม่วง”** ที่ตั้งใจสร้างสรรค์กุ้งเผากับซอสมะม่วงให้เป็น กุ้งเผาวิถีบางปะกง ที่ใคร ๆ ก็ต้องมากินที่นี่ นี่คือส่วนหนึ่งของแรงบันดาลใจที่ได้จากการเข้าร่วมหลักสูตรนี้เช่นกัน

หากต้องการซึมซับเรื่องราววิถีบางปะกงเพื่อให้รู้ว่าคนสมัยก่อนเขาอยู่กันอย่างไร แนะนำให้ไป **ร้านวิลิสมาหรา** บางคล้า ที่นำเรือนไม้อายุกว่าร้อยปี สร้างมาตั้งแต่รุ่นอากงอาม่า และส่งต่อมาเป็นเรือนหอของคุณพ่อ คุณแม่ มารีโนเวทให้เป็นร้านอาหารในเรือนไม้ฉลุสีขาว ส่วนหนึ่งของตัวอาคารเคยเป็นคานซ่อมบำรุงเรือ เพราะสมัยก่อนไม่มีถนน เรือจึงเป็นพาหนะสำคัญที่ต้องดูแลสม่ำเสมอ เหมือนการนำรถไปเข้าอู่ ทางลาดลงแม่น้ำด้านนอกร้านทำไว้เพื่อให้นำเรือขึ้นฝั่งได้ง่าย เรือที่ตั้งเอาไว้เป็นเรือไม้เก่าแก่ของตระกูล **ร้านวิลิสมาหรา** ไม่เพียงแต่เก็บรักษาอาคารเก่าแก่เอาไว้ ยังตั้งใจสืบทอดอาหารไทยตำรับชาววังที่มีมาตั้งแต่สมัยรัชกาลที่ 5 โดยปรับให้เป็นสูตรของทางร้าน และคัดสรรวัตถุดิบลุ่มน้ำบางปะกงมาเติมเต็มรสชาติ อย่าง**แกงรัญจวน** ที่ใส่ปลากะพงขาว สมุนไพรไทย น้ำปลา น้ำตาลโตนด ฯลฯ

เรื่องราวของอาหารภายใต้ธีม **"วิถีบางปะกง"** เปิดโอกาสให้เราเชื่อมโยงเรื่องราวของการตั้งถิ่นฐานบ้านเมือง ไปถึงเรื่องวิถีชีวิต และวัตถุดิบอันเป็นที่มาของคำว่าแปดริ้ว ที่เปิดโอกาสให้ทดลองสร้างสรรค์อาหารจานใหม่ได้อีกมากมาย

นี่เป็นเพียงส่วนหนึ่งของเมนูสร้างสรรค์เล่าธีม "วิถีบางปะกง" อ่านเรื่องราวเมนูอื่น ๆ ได้ที่
https://thailandgastronomynetwork.com/wp-content/uploads/2024/05/TGN-Preferredchoice-final2.pdf

สวย รวย แซ่บ

เชฟแบล็คเล่าเรื่องวิถีบางปะกงจากมุมมองความศรัทธา ตั้งคำถามว่าไข่ต้มที่แก้บนแล้วนำไปทำอะไรได้อีก วัตถุดิบจานนี้จึงเน้นของดีของเมืองแปดริ้ว ตั้งแต่ ไข่ไก่ ปลาช่อนแห้ง มะม่วงน้ำดอกไม้ กุ้งแม่น้ำ ฯลฯ พระเอกคือ กุ้งแม่น้ำย่าง นางเอกคือซอส 3 รสชาติที่ปรุงด้วยวัตถุดิบ 3 อย่าง มีมะม่วงน้ำดอกไม้ไข่ต้ม (เฉพาะไข่แดง) ปลาช่อนแห้ง แล้วใช้ไข่แดงสดมาทำซอสเหมือนน้ำสลัดครีมข้น ไข่ขาวที่เหลือไม่ทิ้ง ตีโฟมเสิร์ฟไปบนเหล้าบ๊วยช่วยให้เจริญอาหาร คาร์โบไฮเดรตในจานนี้ใช้ข้าวเหนียวมาปั้นให้นิ่มเหมือนโมจิ ทาไข่แดงจี่ไฟให้เป็นข้าวจี่ เสร็จแล้วเสิร์ฟไปพร้อมกับกุ้งแม่น้ำ ราดซอส 3 อย่าง โรยหน้าปลาแห้งเป็นอันจบพิธี

ข้อคิดทิ้งท้ายจากเชฟแบล็ค *"เวลาทำอาหารส่วนใหญ่ผมจะมองดูสิ่งที่อยู่รอบ ๆ ตัวก่อนว่ามีอะไร เราลองพยายามมองหาสิ่งที่อยู่ใกล้ตัวเรา แต่ทำให้มันพิเศษขึ้น นี่คือสิ่งที่สำคัญในการทำอาหาร"*

The River of Life
สายน้ำ 3 ฤดูกาล

ฉะเชิงเทราเป็นเมือง 3 น้ำ ฤดูฝน เป็นหน้าน้ำจืด ฤดูแล้ง เป็นหน้าน้ำเค็ม ช่วงรอยต่อระหว่างฤดู
เป็นหน้าน้ำกร่อย กุ้ง หอย ปู ปลา จึงได้เพาะพันธุ์ อาศัย เติบโต ตามฤดูกาลของน้ำในแม่น้ำบางปะกง
รวมถึงพืชพันธุ์ ธัญญาหาร ที่ผลิดอกออกผลงอกงามดี ก็เป็นเพราะแร่ธาตุที่พัดพามาตามฤดูกาลแห่งสายน้ำ
เฉกเช่นฤดูกาลแห่งชีวิต เราควรเลือกปลิด เลือกปลูก สิ่งดีงามไว้ตามรอยทาง
เพื่อท้ายที่สุด คนรุ่นหลังยังมีธรรมชาติเอาไว้ให้พักพิง

สายน้ำ 3 ฤดูกาล

ฤดูแห่งสายน้ำ ฤดูแห่งชีวิต ฤดูแห่งการเปลี่ยนแปลง

“แม่น้ำบางปะกง คือ สายน้ำแห่งชีวิต” ไม่ใช่แค่เพียงสรรพชีวิตน้อยใหญ่ที่เกิด อาศัย และเติบโตอยู่ใต้ธาราเท่านั้น หากหมายรวมถึงชีวิตเกษตรกร เจ้าของเรือกสวน ไร่นา บ่อปลา บ่อกุ้ง สวนมะพร้าว สวนมะม่วง และคนหาปู ตกปลา ฯลฯ ที่ได้อาศัยความอุดมสมบูรณ์ของแม่น้ำสายนี้หล่อเลี้ยงชีวิต

แปดริ้วมีระบบนิเวศของเมือง 3 น้ำ คือ มีน้ำจืด น้ำเค็ม น้ำกร่อย เช่นเดียวกับจังหวัดอื่น ๆ ที่อยู่ริมฝั่งอ่าวไทย แต่คำว่า “สายน้ำ 3 ฤดูกาล” ของคนแปดริ้ว ยังหมายถึงฤดูของน้ำในแม่น้ำบางปะกง กล่าวคือ ฤดูแล้งหรือช่วงฤดูร้อน เป็นฤดูของน้ำเค็ม เนื่องจากน้ำทะเลจะหนุนเข้าลึก พอเข้าสู่หน้าฝน ฝนตกลงมาบนภูเขา ก็จะมีน้ำดิบไล่น้ำเค็มออกสู่ทะเลไป ฤดูฝนหรือฤดูน้ำหลากจะเป็นช่วงของฤดูน้ำจืด พอเข้าช่วงปลายฝนต้นหนาว ก็จะเป็นฤดูน้ำกร่อย เหมาะกับการเติบโตของสัตว์น้ำหลายประเภท

วัธนา บุญยัง นักเขียนชื่อดังชาวแปดริ้วโดยกำเนิด เล่าให้ฟังว่า *“บางปะกงมีน้ำจืด น้ำเค็ม น้ำกร่อย เหมือนอย่างแม่น้ำแม่กลอง... แต่ไม่ใช่ว่ามาถึงจะเค็มปรี๊ดเลย พอน้ำฝนจากต้นน้ำหมด มันก็เริ่มมีน้ำเค็มเข้ามาทีละน้อย ถึงมีนาคม - เมษายน น้ำเค็มเป็นน้ำทะเลเลย มีสีเขียว สีฟ้า ปลาโลมาก็เข้ามาถึงแปดริ้ว ปีไหนหน้าแล้งมาก ๆ น้ำจะเค็มไปถึงปราจีนบุรี แต่ขึ้นไปไม่ถึงกบินทร์บุรี พอถึงหน้าฝน ฝนตกลงมาจากภูเขาจะไหลไล่น้ำเค็มลงไป น้ำเริ่มจืดขึ้นเรื่อย ๆ ช่วงน้ำจืดมีเวลาหลายเดือนกว่าช่วงน้ำเค็ม ประมาณมิถุนายน-ตุลาคม พอถึงเดือนพฤศจิกายน น้ำถึงจะเริ่มกร่อย กุ้ง ปลา บางชนิด มันก็มาตอนน้ำกร่อย อย่างกุ้งแม่น้ำ กุ้งก้ามกราม รู้ไว้เลยว่ามันเพาะพันธุ์ได้เฉพาะน้ำกร่อยเท่านั้น ถ้าเอากุ้งก้ามกรามไปปล่อยตามแหล่งน้ำทางเหนือ หรืออีสาน ตามอ่างเก็บน้ำ ฯลฯ มันโตได้ แต่ผสมพันธุ์ไม่ได้ มันต้องออกไข่ในน้ำกร่อยเท่านั้น”*

แต่เมืองที่อุดมสมบูรณ์ก็มีความเปลี่ยนแปลงตามความเจริญที่ไหลบ่าเข้ามา **เชฟน้อย - สุรศักดิ์ คงสวัสดิ์** ผู้ชำนาญด้านอาหารไทยมากว่า 30 ปี ชาวแปดริ้วแท้ที่ได้รับมรดกจากคุณแม่ซึ่งเป็นเลิศด้านขนมไทย เล่าให้ฟังว่า *“เมื่อก่อนฉะเชิงเทราปลูกข้าวเยอะมาก แต่เหตุที่มีการเปลี่ยนจากนาข้าวไปสู่บ่อเลี้ยงกุ้งเพราะว่ามีอยู่ช่วงหนึ่งข้าวที่ฉะเชิงเทราราคาตก เกษตรกรมองเห็นว่าการทำบ่อเลี้ยงกุ้งได้ค่าตอบแทนคุ้มกว่า คนก็เลยหันไปลงทุนทำบ่อเลี้ยงกุ้ง พอเลี้ยงได้สักพักหนึ่งกุ้งราคาตก ค่าอาหารกุ้งก็แพง จะถอยกลับไปทำนาข้าวอย่างเดิมก็ไม่ได้ เพราะว่าตักดินออกจากบ่อไปแล้ว”*

ความจริงของวันนี้ เหมือนดังฉากหนึ่งในหนังสือ **“สายน้ำไม่ไหลกลับ”** ที่ **วัธนา บุญยัง** เขียนเอาไว้ว่า

“เรือตกกุ้งลำน้อยข้ามผ่านกาลเวลา เทียบเข้าใต้ต้นลำพูเหมือนสิ่งแปลกปลอม แถวนี้เคยเป็นนาข้าวสุดลูกหูลูกตา ยามนี้คนทำนาขายที่ให้โรงงานเกือบหมดเสียแล้ว นาที่เหลืออยู่ ก็ต้องเปิดบ้านต้อนรับนายหน้าหัวกะไดไม่แห้ง เรื่องตีรันฟันแทงแย่งผู้รับมรดกมีให้เห็นบ่อยไป”

การเปลี่ยนแปลงเป็นส่วนหนึ่งของการพัฒนา แล้วใครกันเล่าสามารถหยุดเวลาไม่ให้เคลื่อนคล้อย แม้แต่ผู้ประกอบการรายน้อย รายใหญ่ ยังต้องปรับตัวให้ทันเพื่อความอยู่รอดทางธุรกิจ ใครจะมัวมานั่งคิดถึงเรื่องการสร้าง**ระบบอาหารยั่งยืน**

แต่พวกเขาเหล่านี้ อาจจะเป็นความหวังเล็ก ๆ ที่อาจจะเปลี่ยนวิกฤตให้เป็นโอกาส โดยเฉพาะผู้ประกอบการรุ่นใหม่ที่เรียกตัวเองว่า “Young Generation” ที่เกิดไม่ทันได้เห็นเรือแพเรียงรายริมฝั่งแม่น้ำบางปะกงหลายร้อยลำ เพราะเรือแพเหล่านั้นได้สูญพันธุ์ไปพร้อมกับความเจริญทางรถ

บอล ภาคย์ภูมิ เฉยสวัสดิ์ ชายหนุ่มเจ้าของกิจการ**ภาคย์ภูมิฟาร์ม กะพงขาว** ก้าวเข้ามาในห้องเรียนเวิร์กชอปของหลักสูตร Integrated Smart Gastronomy Design รุ่นที่ 2 ภายใต้ความร่วมมือระหว่าง**มหาวิทยาลัยราชภัฏฉะเชิงเทรา**และ**เครือข่ายวัฒนธรรมอาหารประเทศไทย (TGN)** เขาคือทายาทรุ่นสอง ที่รับช่วงต่อฟาร์มเลี้ยงปลากะพงขาวจากพ่อ อาหารที่สร้างสรรค์ขึ้นมาภายใต้ธีม “สายน้ำ 3 ฤดูกาล” คือ **“สลัดปลากะพงห่มผ้า”** ที่ภาคย์ภูมิจัดปลากะพงขาวเนื้อแน่น ผักสลัดกรอบชื่นใจ มะม่วงน้ำดอกไม้หวานฉ่ำ ราดด้วยน้ำสลัดรสจัดจ้าน มาห่อด้วยแป้งแบบตอตีญ่า ทำให้รูปลักษณ์ดูทันสมัย รับประทานง่าย ให้คุณค่าทางโภชนาการครบ นี่อาจจะเปลี่ยนวิถีการกินของหนุ่มสาววัยทำงาน ให้สามารถอิ่มท้องได้ง่ายด้วยวัตถุดิบมีคุณค่าของลุ่มแม่น้ำบางปะกง

การเล่าเรื่องผ่านอาหาร ทำได้หลายรูปแบบ โดยเลือกวัตถุดิบท้องถิ่นที่เป็นผลผลิตตามฤดูกาลมาสร้างสรรค์หรือต่อยอดให้เป็นเมนูใหม่ อย่าง**บ้านนายถึก** ร้านอาหารริมน้ำบริการอาหารไทยรสชาติจัดจ้าน นำกุ้งขาวจากแหล่งน้ำธรรมชาติมานำเสนอใหม่ โดยได้ไอเดียจากขนมจีนซาวน้ำ ตั้งชื่อว่า **“กุ้งซาวน้ำ”** ที่มีครบเครื่อง ทั้งกุ้งแม่น้ำ มะม่วงน้ำดอกไม้คัดลูกไม่ดิบ ไม่สุกงอม เรียกว่ามะม่วงปากตะกร้อ แล้วยังมีมะพร้าวทึนทึกซอยละเอียดคั่วไฟอ่อน ๆ และสมุนไพรปลูกเองในสวน

มะพร้าวน้ำหอมบางคล้า หนึ่งในสินค้า GI (สินค้าที่ได้รับการขึ้นทะเบียนสิ่งบ่งชี้ทางภูมิศาสตร์) ที่ขึ้นชื่อมานาน ยังคงเป็นของฝากตามฤดูกาลที่หาซื้อได้ใน **สวนลุงแดงมะพร้าวน้ำหอม** ในช่วง 4 เดือนที่สวนเปิดรับนักท่องเที่ยว (พฤศจิกายน – กุมภาพันธ์) แต่กระนั้นทายาทรุ่นที่สองของลุงแดง ก็ยังสนุกกับการคิดสร้างสรรค์เมนูที่นำคุณค่าทางอาหารจากยอดอ่อนมะพร้าวน้ำหอมมาทำเป็น **"ฟิชแอนด์ชิปซอสยอดมะพร้าว"** ซึ่งมีทั้งซอสยอดมะพร้าว และซอสยอดมะพร้าวน้ำจิ้มซีฟู้ด เสิร์ฟมาสองแนวทาง รับรองว่าใครได้ลองก็ต้องถูกใจ

มะม่วงน้ำดอกไม้สีทองบางคล้า ที่ตีตราขึ้นทะเบียนว่าเป็นอีกหนึ่งสินค้า GI ของชาวแปดริ้ว ถูกสร้างสรรค์ให้เป็นขนมหวานไทยลูกผสมชื่อว่า **"ตะโก้โรลมะม่วงแปดริ้ว"** จาก**กรปรียาเบเกอรี่** ผู้รับจัดอาหารว่างด้วยขนมไทยและเบเกอรี่ ที่มองหาแนวทางนำเสนอของดีเมืองแปดริ้วไปสู่คนรุ่นใหม่ที่ชื่นชอบ "คาเฟ่" ส่วนใครที่อยากรู้ว่า มะม่วงน้ำดอกไม้สีทองบางคล้า มาอยู่ในขนมชิฟฟ่อนแล้วจะอร่อยขนาดไหน ต้องไม่พลาดของฝากประจำฤดูกาลอย่าง **"ชิฟฟ่อนมะม่วงน้ำดอกไม้สีทอง"** จากร้าน**ขนมบ้านอุ๋ม** ที่จำหน่ายช่วงฤดูร้อนปีละ 2 เดือนเท่านั้น (เม.ย.-พ.ค.) แล้วยังมี **"ชิฟฟ่อน สายน้ำ 3 ฤดู"** ที่ออกแบบให้เป็นเนื้อเค้กน้ำตาลสดหอมนุ่ม กับไส้มะพร้าวน้ำหอมเนื้อแน่น มีจำหน่ายตลอดทั้งปี

ฤดูกาลแห่งสายน้ำก็คงไม่ต่างจากฤดูกาลของชีวิต **บ้านปลาชุม PLACHUM CAFÉ & BISTRO** ชวนพินิจประสบการณ์ร่วมของคนแปดริ้วในฐานะ “ความทรงจำของเมืองที่มีความหมาย” ผ่านของหวานที่พลาดไม่ได้อย่าง “8 Riew Dessert” ที่มีไอศกรีม ส.มาลี เจ้าเก่าที่คนแปดริ้วชื่นชอบ กินพร้อมกับขนมไข่กรอบ ๆ ที่ชวนให้นึกถึงขนมไข่ ปิ้งเตาถ่านของคุณยายที่เคยขายเป็นประจำหน้าโรงเรียนเบญจมราชรังสฤษฎิ์ ซึ่งบัดนี้คุณยายก็ไม่อยู่แล้ว แถมยังมีคาราเมลน้ำตาลสด ทำจากน้ำตาลสดแท้ หมู่บ้านตาลโตนด และขนมจากกรอบนิด ๆ มีกลิ่นไหม้หอม ๆ คนที่ลองเป็นครั้งแรก คงนึกถึงความทรงจำของเมืองแปดริ้วได้จากของหวานถ้วยนี้

ปิดท้ายกันด้วยความตั้งใจของคนรุ่นใหม่ที่ภูมิใจประกาศว่า “ผมเป็นชาวนา” อัศนัยปลูกข้าวไรซ์เบอร์รี่ในพื้นที่ตำบลโยธะกา อำเภอบางน้ำเปรี้ยว สวนทางกับชาวนาส่วนใหญ่ในแถบนั้นที่ปลูกข้าวแข็งเพื่อทำเป็นแป้งข้าวเจ้า พร้อมทั้งนำชื่อตำบล “โยธะกา” มาอยู่บนถุงข้าวสาร ด้วยความตั้งใจส่งมอบวิตะมินที่เกิดจากดิน น้ำ และความอุดมสมบูรณ์ของลุ่มน้ำบางปะกง ไปยังผู้มาเยือน

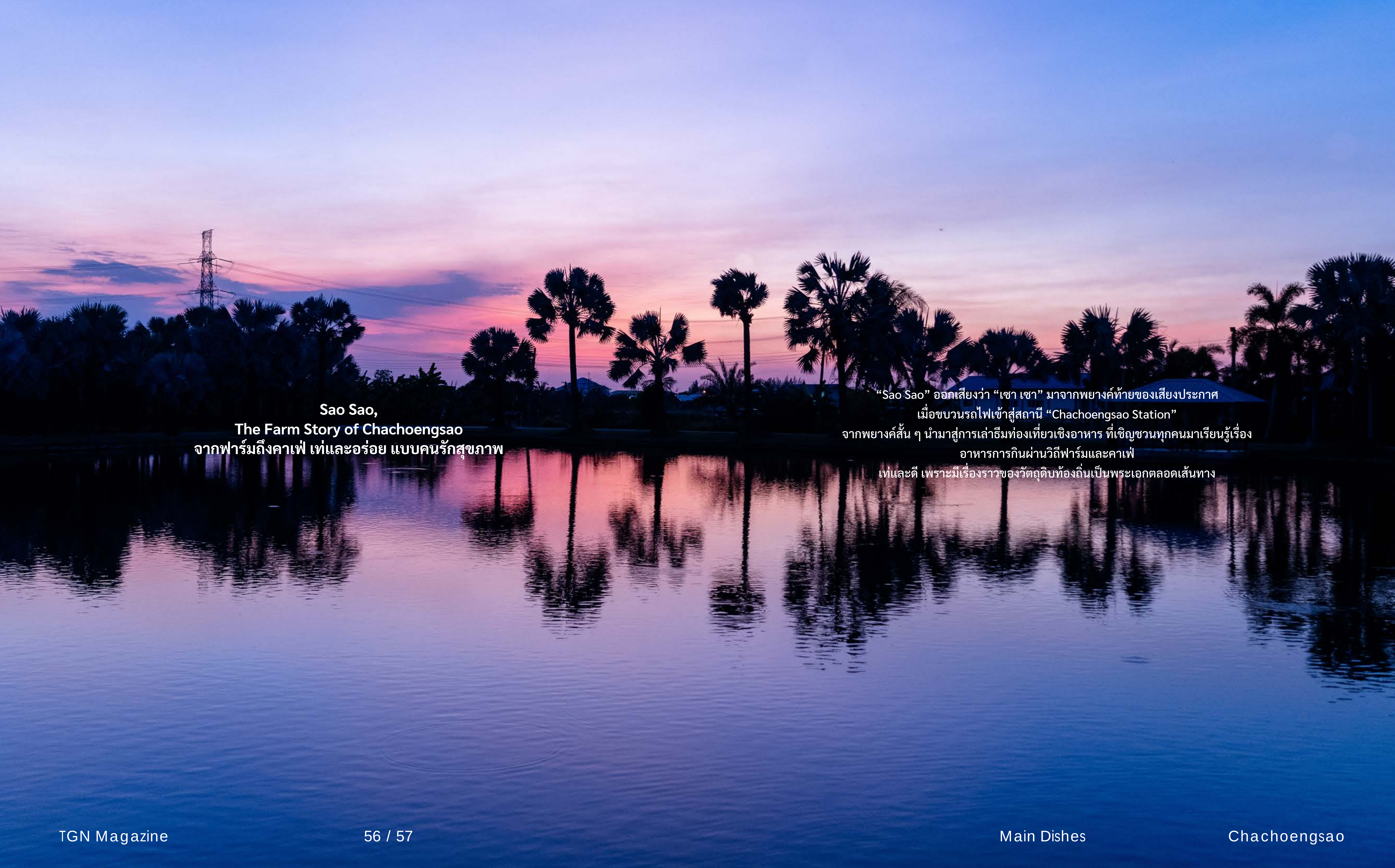
และนี่คือส่วนหนึ่งของการสร้างสรรค์เมนูอาหารจากแนวคิดภายใต้ธีม **สายน้ำ 3 ฤดูกาล** แม้สิ่งทำจะไม่ยิ่งใหญ่พอที่จะพลิกจักรวาลระบบอาหารยั่งยืนในฉะเชิงเทรา แต่พลังเล็ก ๆ ที่เกิดจากความเข้าใจมุ่งมั่น พร้อมไปต่อ อาจจะสร้างการเปลี่ยนแปลงได้ด้วยการเริ่มต้นที่ตัวเรา ก่อนที่ทุกอย่างจะสายเกินไป

“น้ำใสไหลในแม่น้ำบางปะกง เรือลำน้อยหากินยากลำบาก และนับวันจะยิ่งยาก เมื่อความเจริญพัดพาเข้ามาถึง ความอุดมสมบูรณ์หมดไปแล้ว กับแม่น้ำที่บอบช้ำมาตลอดเส้นทาง ก่อนจะไหลเอื่อยลงสู่ปากอ่าวอันเวิ้งว้าง ราวกับชีวิตคน ไหลลงสู่แห่งหนไหน...” ฝากข้อคิดทิ้งท้ายจากหนังสือ “สายน้ำไม่ไหลกลับ” **วัธนา บุญยัง**

นี่เป็นเพียงส่วนหนึ่งของเมนูสร้างสรรค์เล่าธีม “สายน้ำ 3 ฤดูกาล” อ่านเรื่องราวเมนูอื่น ๆ ได้ที่
https://thailandgastronomynetwork.com/wp-content/uploads/2024/05/TGN-Preferredchoice-final2.pdf

ปลากะพงชุบแป้งทอด กับ แฮชบราวน์ มะพร้าวอ่อน

เชฟแบล็คเล่าธีม “สายน้ำ 3 ฤดู” ผ่านวัตถุดิบหลัก อย่างปลากะพงและมะพร้าวน้ำหอม โดยใช้โครงสร้างของเมนู Fish & Chips เป็นตัวตั้งต้น สะท้อนการเปลี่ยนมือจากคนเก่ามาสู่คนรุ่นใหม่ ที่มีการปรับตัวตามวิถีสมัยใหม่ได้อย่างกลมกลืน โดยนำปลากะพงหั่นชิ้นกำลังดี หมักกับมัสตาร์ดคลุกเคล้ากับแป้งแล้วนำไปทอดด้วยไฟอ่อน พอให้เนื้อปลาข้างในสุกแล้วพักไว้ เวลาเสิร์ฟค่อยทอดอีกครั้งให้แป้งกรอบจนเป็นสีทอง เครื่องเคียงเชฟแบล็คนึกถึงแฮชบราวน์ แต่ใช้มะพร้าวอ่อน เนย เกร็ดขนมปัง และแป้ง มาปั้นเป็นก้อน ทอดให้เหลืองกรอบ เสิร์ฟพร้อมซอสยอดมะพร้าวอ่อนใส่ปลาเค็ม เหมาะเป็นของทานเล่นที่สนุก และอร่อยลงตัว ด้วยวัตถุดิบดี ๆ ที่อยู่ในจานเดียวกัน



Sao Sao,
The Farm Story of Chachoengsao
จากฟาร์มถึงคาเฟ่ เท่และอร่อย แบบคนรักสุขภาพ

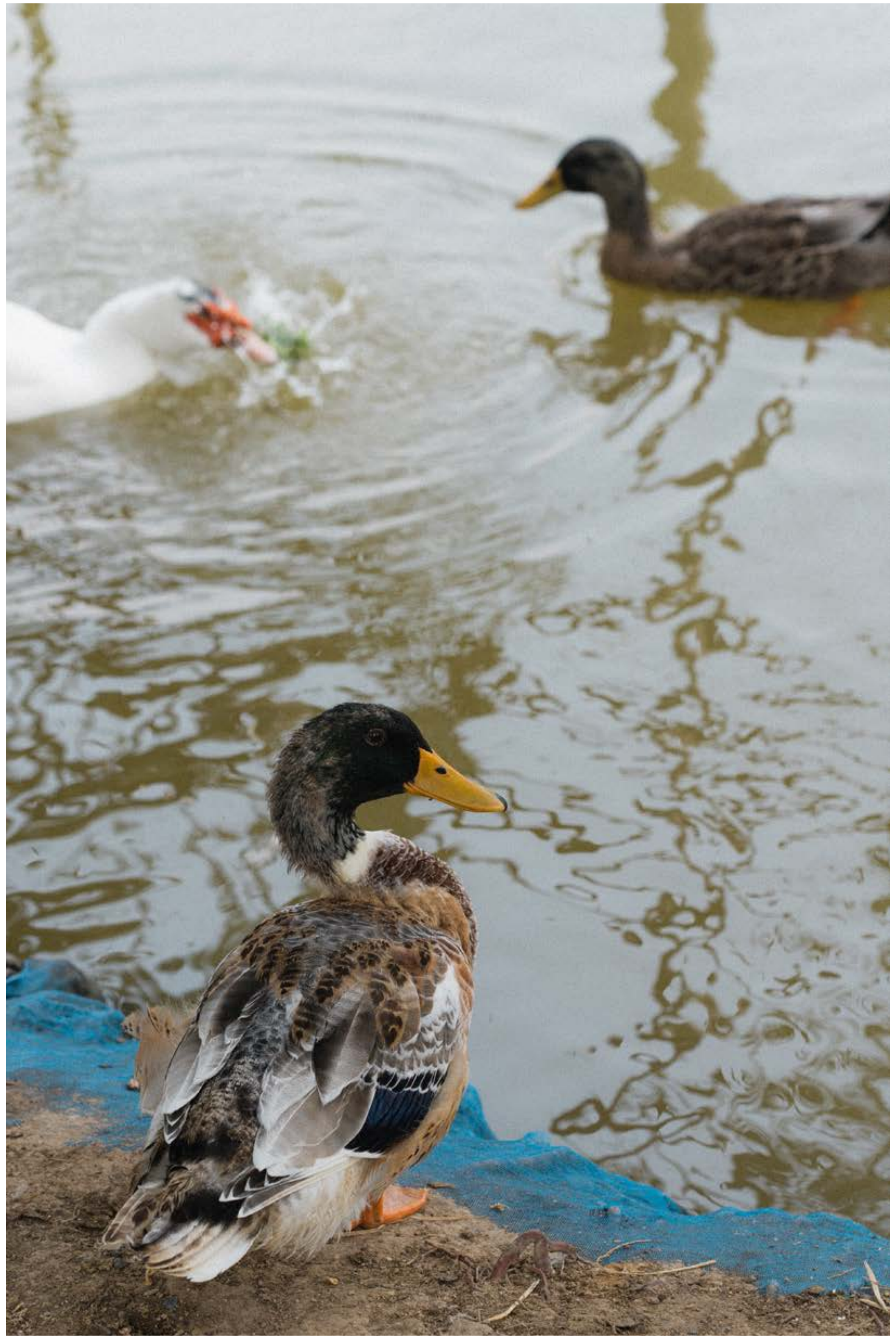
“Sao Sao” ออกเสียงว่า “เซา เซา” มาจากพยางค์ท้ายของเสียงประกาศ
เมื่อขบวนรถไฟเข้าสู่สถานี “Chachoengsao Station”
จากพยางค์สั้น ๆ นำมาสู่การเล่าธีมท่องเที่ยวเชิงอาหาร ที่เชิญชวนทุกคนมาเรียนรู้เรื่อง
อาหารการกินผ่านวิถีฟาร์มและคาเฟ่
เท่และดี เพราะมีเรื่องราวของวัตถุดิบท้องถิ่นเป็นพระเอกตลอดเส้นทาง

Sao Sao, The Farm Story of Chachoengsao
ดินดี น้ำดี ผักดี ฟาร์มนี้มีแต่ความอร่อย

ฉะเชิงเทรามีพื้นที่เกษตรกรรม 2,368,815 ไร่ คิดเป็น 70.85% ของพื้นที่จังหวัด ในจำนวนนี้เป็นพื้นที่ปลูกผัก 9,263 ไร่ ทำประมง 129,112.2 ไร่ ทำฟาร์มปศุสัตว์ 56,546 ไร่ ส่วนสินค้า GI ที่สำคัญ ได้แก่ มะม่วงน้ำดอกไม้สีทองบางคล้า มีพื้นที่ปลูก 27,210.25 ไร่ มะพร้าวน้ำหอมบางคล้า มีพื้นที่ปลูก 12,994 ไร่ (ที่มา ข้อมูลการปลูกพืชเศรษฐกิจที่สำคัญ จังหวัดฉะเชิงเทรา ปี 2563/2564, สำนักงานเกษตรจังหวัดฉะเชิงเทรา) พื้นที่การผลิตของกลุ่มเกษตรอินทรีย์ อำเภอสนามชัยเขต ราว 16,000 กว่าไร่ ตัวเลขเหล่านี้ยืนยันได้ว่าจังหวัดฉะเชิงเทรา เป็นครัวขนาดใหญ่ของประเทศไทย ที่มีผลผลิตจากฟาร์มทุกรูปแบบ

งานวิจัยหลายชิ้นที่ศึกษาเรื่อง "ศักยภาพในการพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงเกษตร" ของจังหวัดฉะเชิงเทรา พบว่าแทบจะทุกอำเภอมีสถานที่ ที่ตอบรับการท่องเที่ยวเชิงเกษตรได้เป็นอย่างดี เพราะที่นี่ ดินดี น้ำดี ผลผลิตดี จึงมีผู้สนใจเรียนรู้ประสบการณ์จากเกษตรกรผู้ชำนาญโดยตรง แต่สำหรับผู้ที่ไม่ได้คาดหวังว่าจะมาฟังการสาธิตเรื่องการเกษตรสูตรเข้ม ที่ฉะเชิงเทราก็มีสถานที่ใหม่ ๆ ที่ทำให้บรรยากาศการเรียนรู้ในฟาร์ม เป็นเรื่องสนุก ได้สาระ และมีอาหารอร่อยเป็นรางวัลในการมาเยือน

ไม่มีรูปแบบการท่องเที่ยวใดที่อนุญาตให้เราเข้าใกล้วัตถุดิบมากเท่ากับการไปเที่ยวฟาร์ม "Sao Sao, The Farm Story of Chachoengsao" จึงเล่าเรื่องฉะเชิงเทราผ่านอาหาร และกิจกรรมที่นำเราไปอยู่ใกล้ชิดธรรมชาติ เป็นเรื่องของไลฟ์สไตล์ที่ชักชวนกลุ่มเป้าหมาย มาซึมซับเรื่องราวในฟาร์มแบบสนุกและอร่อย ได้ซื้อของกลับบ้านไปด้วย ผู้ประกอบการที่เห็นความสำคัญของแหล่งเพาะปลูก มีอารมณ์สุนทรีในการออกแบบฟาร์มให้น่าเที่ยวชม ย่อมส่งเสริมการเรียนรู้เรื่องระบบอาหารยั่งยืน สู่คนรุ่นใหม่ได้ง่ายขึ้น

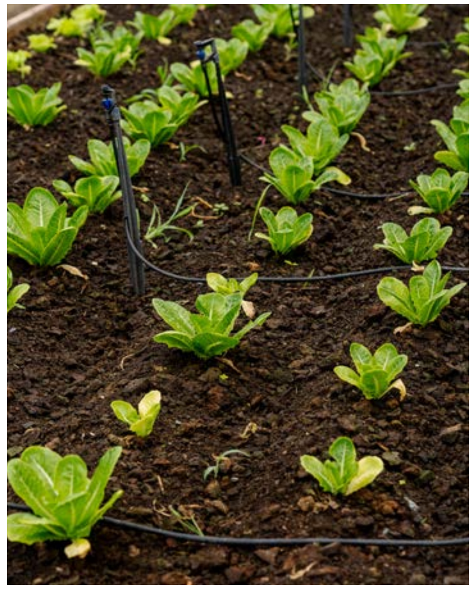


เริ่มต้นกันที่ สวน**ปาล์มฟาร์มนก** ฟาร์มนกแก้วแห่งเดียว ใหญ่ที่สุดในประเทศไทย และอาจจะใหญ่ที่สุดในเอเชีย ที่นี่รวมนกแก้วมาคอว์แสนรู้สายพันธุ์ต่าง ๆ จากทุกมุมโลกไว้ นอกจากนกแก้วที่เป็นไฮไลต์สำคัญแล้ว ที่นี่ยังปลูกเมลอนสายพันธุ์คิโมจิ กับโมมิจิ หลังจากเข้าร่วมหลักสูตร Integrated Smart Gastronomy Design จึงได้ออกแบบเมนูใหม่ **“Melon & Palm Sugar Jelly”** เป็นการจับคู่เมลอนในฟาร์มกับน้ำตาลสดในท้องถิ่น จากเกษตรกรหมู่บ้านน้ำตาลสด ตำบลปากน้ำ อำเภอบางคล้า ซึ่งเป็นแหล่งปลูกตาลโตนดมากที่สุดในภาคตะวันออก โดยนำน้ำตาลสดที่เคี่ยวจนมีกลิ่นไหม้นิด ๆ เวลาดื่มจะหอมอบอวลในลำคอ มาทำเป็นวุ้นน้ำตาลสด รสหวานกลมกล่อม เสิร์ฟมาพร้อมกับเมลอนหวานชื่นใจ เป็นเมนูดับร้อนได้อย่างวิเศษหลังเที่ยวชมฟาร์ม ให้อาหารนกแก้วมาคอว์

Jimmy Farm ฟาร์มกลางทุ่งนา ถือเป็นตัวอย่างของคนรุ่นใหม่ ที่กล้าคิด กล้าฝัน กล้าเสี่ยง กล้าลงมือทำ ฟังดูเป็นเรื่องเหลือเชื่อเมื่อหนุ่มสาวคู่ชีวิต คุณปวเรศ วิทยาพัช (นัท) และคุณเอกวิทย์ สุทธิธรรม (จิมมี่) ได้แรงบันดาลใจจากละครช่อง 3 เรื่อง “ธรณีนี่นี้ใครครอง” ที่ทำให้ณเดชน์-ญาญ่าดังทะลุจอเมื่อหลายปีก่อน มาเป็นจุดเริ่มต้นมองหาที่ดินสักผืนเพื่อฝากชีวิตไว้กับอาหารปลอดภัย ที่ปลูกด้วยมือของตัวเอง ในที่สุดก็มาลงตัวตรงแปลงที่ดินของคุณแม่คุณนัท ซึ่งแถวนี้มีแต่นาข้าวโล่งเตียน หลังจากวางแผน ปรับพื้นที่ ลงตำแหน่งปลูกผักเป็นโซนต่าง ๆ จึงมีแปลงมะม่วงที่ปลูกในร่องสวน มีโรงเรือนปลูกเมลอน และมะเขือเทศหวานกรอบ สายพันธุ์จากแถบเมดิเตอร์เรเนียน กินกับสลัดอร่อย ฯลฯ หลังจาก 6 ปีที่ปลุกปั้นกันมา เมื่อสวนเริ่มอยู่ตัวแล้ว จึงมองเห็นช่องทางสนับสนุนเกษตรกรในพื้นที่ใกล้เคียงที่ปลูกแตงโมกันมาก เกิดเป็นไอเดียทำ **“หน้าปลาช่อนแห้ง”** ที่กินกับข้าวเหนียวมูนก็ได้ กินกับแตงโมปลาแห้ง หรือกรานิตาปลาแห้งก็ดี ที่นี่เป็นอีกหนึ่งจุดหมายในการเที่ยวฟาร์ม ที่สร้างแรงบันดาลใจในการลงมือทำ จิบกาแฟอร่อย เมลอนหวานชื่นใจ ถ่ายรูปสนุก

ใครที่สนใจเยี่ยมชม กรุณานัดหมายผ่าน

facebook.com/Jimmyfarmthailand



Greenville Farm to Table เป็นอีกจุดต้องปักพิกัด เพราะที่นี่เป็นร้านอาหาร คาเฟ่ และฟาร์ม เต็มรูปแบบ ที่ครอบครัวสามารถทำกิจกรรมเก็บผัก ปลูกผัก เก็บไข่ไก่ ฯลฯ ผักที่นี่มีทั้งแบบออร์แกนิกและไฮโดรโปนิกส์ ที่ซื้อเก็บไว้ในตู้เย็นก็อยู่ได้เป็นเดือน ถ้าใส่น้ำหล่อรากเอาไว้ก็อยู่ได้เป็นสัปดาห์ ที่นี่ขึ้นชื่อเรื่องน้ำสลัดอร่อย จึงเกิดไอเดียสร้างสรรค์ **“สลัด ณ บางกระเจ็ด”** ตั้งใจส่งเสริมกุ้งขาวของเกษตรกรในพื้นที่ตำบลบางกระเจ็ด ซึ่งมีการเลี้ยงกุ้งบ่อดิน นับเป็นอีกหนึ่งหมุดหมายที่เข้าถึงผักปลอดสารได้อย่างสบายใจ สำหรับคนแพ้กุ้ง ก็ยังมีสลัดอื่น ๆ ให้เลือกชิมอีกหลายเมนู

นอกจากกุ้งขาวที่มาทำเป็นสลัดแล้วยังมี **“กุ้งตากดาย”** (มาจากคำว่า Dry) ซึ่งเป็นการนำกุ้งนิ่มซึ่งปกติจะทำราคาในตลาดไม่ได้ นำไปคลุกซอสที่ทำจากน้ำปลาเคี่ยว แล้วตากแดดช่วงเช้า คล้ายกับกุ้งแดดเดียว แต่คนแปดริ้วเรียกว่า “กุ้งตากดราย” (ที่แปลว่าแห้ง) รสชาติของกุ้งจะออกเค็ม ๆ มีหวานปลาย ทาง **Gonie Café** ได้ไอเดียนำกุ้งนิ่มแบบนี้มาเพิ่มมูลค่าแล้วออกแบบให้เป็นเมนู **“ข้าวผัดกุ้งตากดาย”** พลิกแพลงมาจากสปาเก็ตตี้เบคอน พริกแห้ง นอกจากนี้ยังมี **“ครัมเบิลเค้กบัตเตอร์นัท”** ที่ดึงความอร่อยของเนื้อฟักทองน้ำเต้าจากฟาร์ม **Greenville** มาทำให้เป็นเค้กที่หลายคนติดใจ

ไล่เรียงเรื่องกุ้ง จากกุ้งขาว กุ้งตากดราย ก็มาถึงคิวของกุ้งขนาดเล็กสุด คือ กุ้งฝอย ซึ่งปกตินิยมมาทำเป็นกุ้งแพทอดกรอบที่หลายคนชื่นชอบ ทางร้าน**วัชรี เฮ้าส์ คาเฟ่ แอนด์ บาร์** คิดว่าจะทำอย่างไรจึงเพิ่มมูลค่าให้กุ้งฝอย จึงนำมาปรุงให้เป็นกุ้งทอง โดยทอดให้เหลืองกรอบจนเป็นสีทอง เสิร์ฟมาพร้อมกับสมุนไพรหลายชนิด กินเป็นกับแกล้มก็ได้ กินเป็นกับข้าวก็ได้ กินเป็นของว่างทานเล่นก็ดี และในอนาคตอาจวางแผนพัฒนาให้เป็นของฝากบรรจุในกระปุก เก็บความกรอบได้นาน ยกระดับให้เป็นกุ้งทองจังหวัดฉะเชิงเทรา

เพราะบริบทของฟาร์มไม่ได้หมายถึงผักเท่านั้น ในจังหวัดฉะเชิงเทรายังมีฟาร์มเลี้ยงวัว ฟาร์มเลี้ยงหมู ฟาร์มเลี้ยงเป็ด เลี้ยงไก่ เลี้ยงปลา **ร้านไคตุ๋นก๋วยเตี๋ยวเนื้อตุ๋น หมูตุ๋นหม้อไฟ** ภูมิใจนำเสนอเนื้อคุณภาพดีจาก**ประภาพรฟาร์ม** ฟาร์มเลี้ยงวัวเก่าแก่ที่สุดในแปดริ้ว ในรูปแบบร้านก๋วยเตี๋ยวที่ตกแต่งสไตล์ไทย-จีน บ่งบอกที่มาของชุมชนคนแปดริ้ว

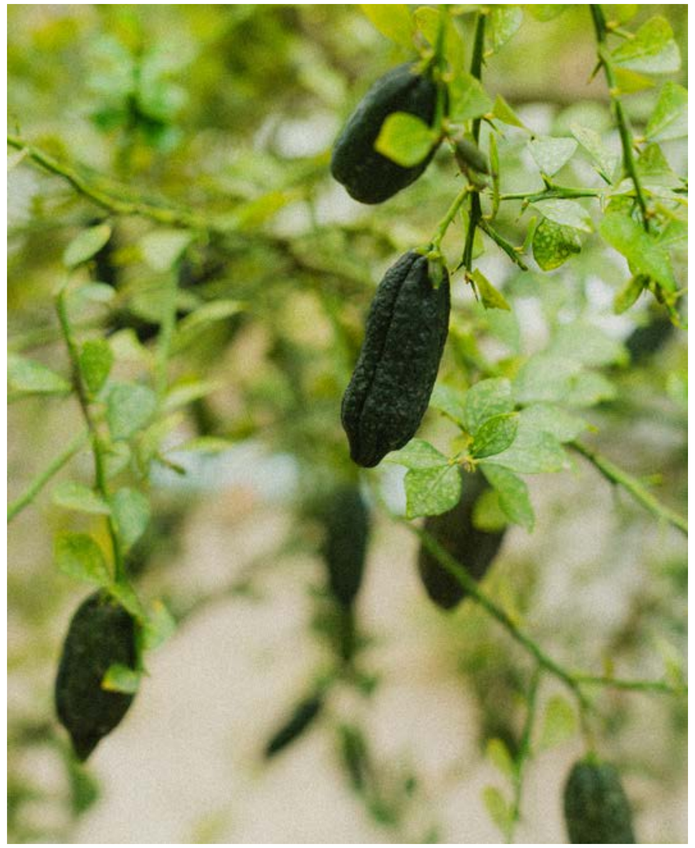
ในจังหวัดฉะเชิงเทรายังมีฟาร์มเป็ดคุณภาพดี ที่พัฒนาเป็นสินค้าเป็ดครบวงจรภายใต้แบรนด์ **DuckKing** และยังมีฟาร์มปลากะพงยักษ์อย่าง**ขาวผ่องฟาร์ม** ที่ได้รับการรับรองมาตรฐาน GAP จากกรมประมง มีวิธีการเลี้ยงและจัดการปลาในระดับซาซิมิเกรด ที่ทำให้ปลากะพงขาวสะอาด ปลอดภัย ส่งขายในร้านอาหารญี่ปุ่น กินแบบปลาดิบของญี่ปุ่นได้

หากเส้นทางลำเลียงวัตถุดิบในจังหวัดฉะเชิงเทรา สามารถเชื่อมโยงถึงร้านอาหาร และผู้ประกอบการรายเล็ก รายใหญ่ ได้โดยตรง แบบเกม Hey Day หรือเกม Farmville ก็คงจะดี ผู้บริโภคคงมีโอกาสได้กินอาหารปลอดภัยและมีคุณภาพได้ทุกมื้อ เจ้าของฟาร์มก็สามารถเก็บเหรียญมาเพิ่มพื้นที่แปลงใหม่ สร้างสภาพแวดล้อมให้สวยงาม ขยายความสุขให้แผ่กว้างออกไป จากการมีส่วนร่วมสร้างระบบอาหารยั่งยืน

นี่เป็นเพียงส่วนหนึ่งของเมนูสร้างสรรค์เล่าธีม
“Sao Sao” อ่านเรื่องราวเมนูอื่น ๆ ได้ที่
https://thailandgastronomynetwork.com/wp-content/uploads/2024/05/TGN-Preferredchoice-final2.pdf

เส้นหมี่ขาว น้ำสลัดเบาบับ

ความรู้สึกดีเมื่อได้รับประทานอาหารสด สะอาด ปลอดภัย ปรุงน้อย ๆ คือที่มาของเมนูภายใต้ธีม “Sao Sao, The Farm Story” ที่เชฟแบล็คสร้างสรรค์ขึ้น โดยใช้โครงสร้างของหมี่กะทิมาปรับให้เป็นสลัดแบบไทย ก่อนอื่นนำเส้นหมี่ขาวมาลวกให้สุกเตรียมไว้ แล้วปรุงน้ำคลุกเส้นหมี่ โดยใช้น้ำสลัดเบาบับ (หรือรสใดก็ได้) เต้าเจี้ยว เต้าหู้หั่นทรงลูกเต๋าทอดให้เหลืองกรอบ ถ้าชอบชีสก็เติมลงไป ชิมรสให้กลมกล่อม เสร็จแล้วนำเส้นหมี่ลวกสุก มาคลุกเคล้ากับน้ำสลัดที่ปรุงเอาไว้ เติมความกรุบกรอบด้วยถั่ว เมล็ดอัลมอนด์ เต้าหู้เหลืองทอดกรอบ กุ้งทอง หรือปลาตัวเล็กทอดกรอบก็ได้ตามชอบ เตรียมผักสลัดสด ๆ ไว้สักตะกร้า ห่อกินเป็นคำเหมือนเมี่ยงคำ นี่เป็นไอเดียเมนูทานเล่นสำหรับกิจกรรม “ปรุงในฟาร์ม” ที่นำไปคิดต่อยอดได้ไม่รู้จบ



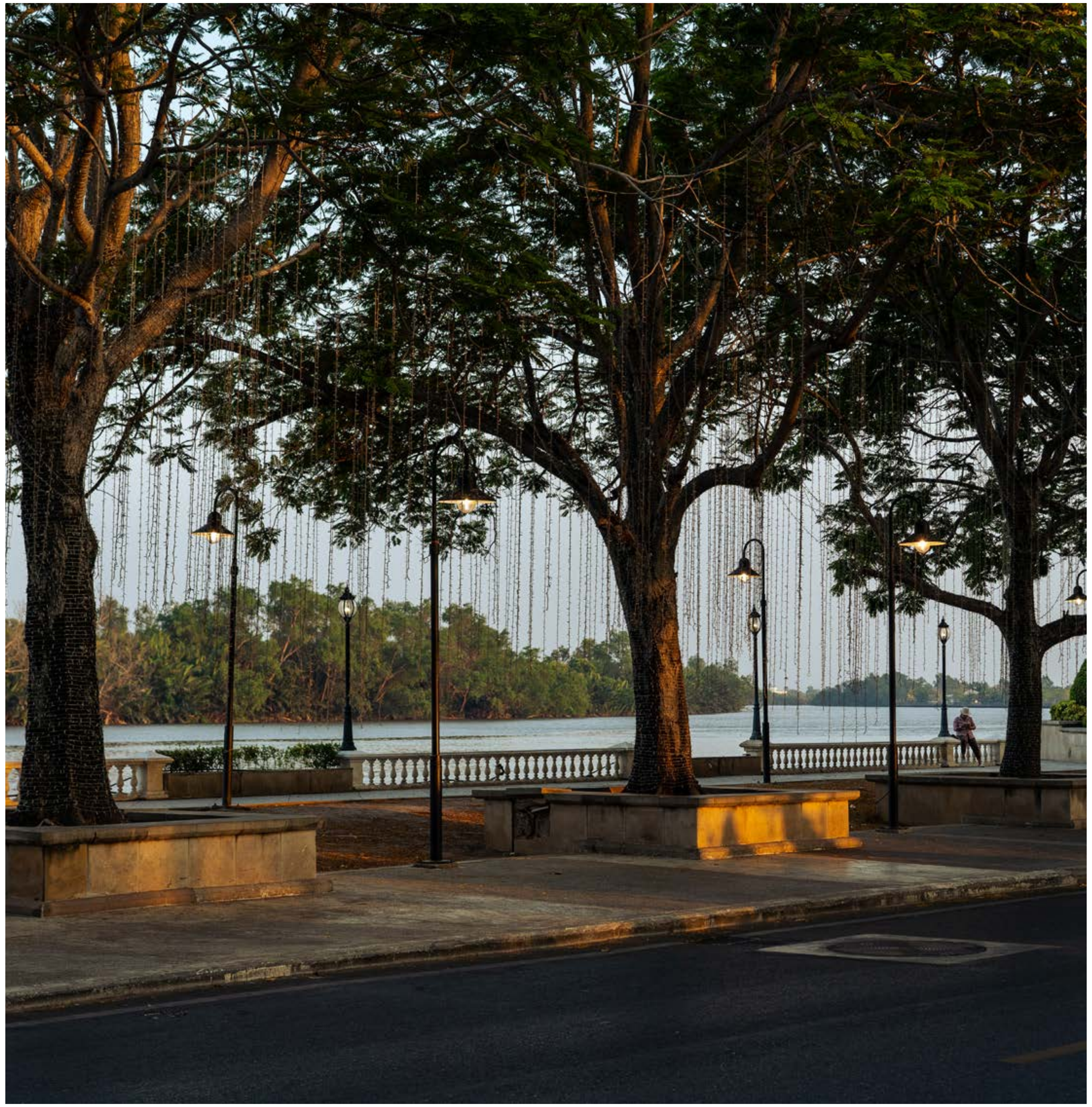
De’ Easy

เรียบง่าย ดีต่อใจ ใกล้กรุงฯ

แนวทางอาหารของ De’ Easy ต้องการสื่อความหมายของการกินดี อยู่ดี
เลือกวัตถุดิบในท้องถิ่นที่ดี ปรุงแต่น้อย ปล่อยให้รสชาติแท้ ๆ ของวัตถุดิบแสดงออกมา
ซึ่งเป็นโจทย์ท้าทายผู้ประกอบการรุ่นใหม่ ที่รับมรดกของความภูมิใจที่ส่งต่อกันมาจากรุ่นสู่รุ่น
โดยต้องรักษามาตรฐานเดิมซึ่งเป็นหัวใจสำคัญเอาไว้
และเพิ่มการเข้าถึงผู้บริโภคให้กว้างขึ้น ด้วยบริการที่ดี มีคุณภาพ และเรียบง่าย

De’ Easy
เรียบง่าย ดีต่อใจ ใกล้กรุงฯ

De’ Easy ต้องการสื่อให้เห็นว่า ฉะเชิงเทราเป็นเมือง *“สบาย ๆ ง่าย และดี อย่างมีคุณภาพ”* *“ง่าย”* ในที่นี้ครอบคลุมความหมายหลายอย่าง ไม่ว่าจะเป็นความสะดวกสบายในการเดินทาง ที่ *“ง่าย”* ต่อการเข้าถึงของคนกรุงเทพฯ ทั้งทางรถยนต์และทางรถไฟ *“หาของกินได้ง่าย”* เพราะเป็นเมืองที่มีอาหารมากมาย ทั้งในรูปแบบร้านอาหารริมแม่น้ำบางปะกง ร้านอาหารในเมือง Farm&Café, Bar&Bistro ส้มตำ สเต็ก ชาบู หมูกระทะ อาหารในตลาด อาหารริมทาง ฯลฯ ฉะเชิงเทราจึงเป็นจุดหมายปลายทางที่เหมาะกับคนอยากหนีเมืองกรุงฯ มาชาร์ตแบตเตอรี่ชีวิตให้เต็ม เคลียร์พื้นที่ Memory Card ในสมองให้โล่ง ลองเปลี่ยนจากการเดินทาง “ไปเช้าเย็นกลับ” เป็นแวะพักสักคืน อาจทำให้การกลับไปใช้ชีวิตคนเมืองกระปรี้กระเปร่า ขึ้นมาอีกครั้ง



อาหารไทยเป็นตัวแทนของความเรียบง่าย มีพื้นฐานมาจากการกินอยู่กับธรรมชาติอย่างเข้าใจ ลองดูเมนู “น้ำพริก” ที่มีความหลากหลาย แต่มีองค์ประกอบหลัก ๆ ที่เหมือนกัน คือ พริกขี้หนู น้ำปลา กระเทียม มะนาว และครก วิธีการก็คือนำพริกมาโขลกกับวัตถุดิบที่ผันแปรไปตามพื้นที่และฤดูกาล

“ยำ” ก็เป็นอีกหนึ่งวิธีการปรุงอาหาร ที่สะท้อนความชาญฉลาดของคนไทย ซึ่งเข้าใจการผสมผสานรสชาติ การใช้วัตถุดิบตามฤดูกาล ใช้พลังงานต่ำแต่ให้พลังชีวิตสูง เพียงคลุกเคล้าส่วนผสมหลักและเครื่องปรุงเข้าด้วยกัน ใส่เครื่องเทศหรือสมุนไพรสดเพื่อลดกลิ่นคาว ปรุงรสเปรี้ยว หวาน เค็ม เผ็ดได้ดังใจ วิธีการยำยังแตกแขนงออกไปหลายรูปแบบ เช่น ยำ ตำ พล่า แสร้งว่า ลาบ น้ำตก ก้อย ลู่ ฯลฯ ตามวัฒนธรรมของแต่ละภาค แค่เปลี่ยนวัตถุดิบก็ได้เมนูยำร้อยแปดที่อร่อยไม่ซ้ำกันเลย “ยำ” จึงเป็นหนึ่งในการถอดรหัส **De Easy** ที่ตอบโจทย์ลงตัว

อย่างเช่น “ยำลูกจาก” ที่ร้าน **8Riew We House** ออกแบบมาเพื่อนำเสนอลูกจากให้ผู้บริโภครู้จักมากยิ่งขึ้นในฐานะที่เป็นอาหารคาว “ลูกจาก” จะออกประมาณปลายปีราวเดือนพฤศจิกายน ตรงกับเทศกาลแห่หลวงพ่อโสธรทางน้ำ คนสมัยก่อนจะเชื่อมใส่โหลเอาไว้กินเป็นของหวาน หรือไม่ก็ทำเป็น “แกงคั่วลูกจาก” **คุณกาญจนา วงศ์ราศรี** เล่าให้ฟังว่า ตอนสร้างสรรค์เมนูตามโจทย์ในการเข้าร่วมหลักสูตร **Integrated Smart Gastronomy Design** ยังถูกทักจากคุณอาเจ้าของร้าน **8Riew We House** ว่า *“ลูกจากเอามาทำยำแบบนี้ได้ด้วยหรือ”* เพราะที่ฉะเชิงเทราก็ยังไม่มีใครกินกัน แต่เมื่อลองทำแล้วมีคนชอบ ก็ต้องไปต่อ เพราะตั้งใจให้เมนูเรียบง่ายจานนี้ เล่าเรื่องผลผลิต “ป่าจาก” ริมตลิ่งที่เกิดตามธรรมชาติ และเป็นวัตถุดิบที่อยู่ควบคู่กับแม่น้ำบางปะกงมาช้านาน

พูดถึง “ยำ” ก็ต้องชวนไปชิมอีกเมนูสร้างสรรค์จากร้าน **เดอะริเวอร์บาร์น ฉะเชิงเทรา** ร้านนี้มีระเบียงริมน้ำที่มองเห็นขบวนรถไฟวิ่งข้ามแม่น้ำบางปะกง และอยู่ใกล้จุดท่องเที่ยวที่น่าสนใจของเมืองแปดริ้ว อย่าง“ตลาด 100 ปี” และวัดจีนประจำจังหวัดซึ่งเป็นที่นับถือในหมู่ชาวไทยเชื้อสายจีน ถึง 3 วัด ได้แก่ วัดอภัยภาติการาม (วัดซำปอกง) วัดจีนประชาสโมสร (วัดเล่งฮกยี่) วิหาร 8 เซียน แปดริ้ว

คุณณัษชา เนตรโรจน์ ทายาทของร้านฯ มองหาเมนูที่เข้าถึงคนรุ่นใหม่ สดชื่น อร่อย และมีวัตถุดิบบางปะกงเป็นตัวชูโรง จึงออกแบบเมนู **“สีสันของน้ำดอกไม้”** ที่ทำให้เรานึกถึงยำปลาดุกฟู เพียงแต่เปลี่ยนมะม่วงดิบมาเป็น “มะม่วงน้ำดอกไม้สีทอง” สุกหวานใช้แทนน้ำตาลได้ และเปลี่ยนปลาดุกฟูเป็น “กุ้งขาวชุบแป้งทอด” ซึ่งเข้ากันได้ดีอย่างไม่น่าเชื่อ ในอนาคตอาจจะพัฒนาให้เป็นเมนู De’ Easy โดยให้ลูกค้าเลือกได้ว่าจะใส่กุ้งทอดกรอบ หรือปลากะพงทอดกรอบ ฯลฯ ถ้ามีการตอบรับที่ดีอาจจะบรรจุกล่องพร้อมข้าว ทำเป็นอาหารจานด่วน จัดส่งแบบ Delivery ให้ลูกค้าตามสำนักงานต่าง ๆ ตอบโจทย์ทั้งคำว่า “ง่าย” และ “ดี” เข้ากับไลฟ์สไตล์คนรุ่นใหม่อย่างมีคุณภาพ

ถ้าถึงร้านเดอะ ริเวอร์บาร์น แล้ว ขับรถไปอีกหน่อยก็จะเข้าสู่เขตอำเภอบางคล้า ชมวิวทิวทัศน์สบายตา แวะสักการะ **“พระพิฆเนศ ที่วัดสมานรัตนาราม”** และไปกราบขอพระพิฆเนศองค์ยืนที่ใหญ่ที่สุดในโลก ณ “อุทยานพระพิฆเนศ องค์ยืน” ที่อำเภอคลองเขื่อน แล้วปักพิกัดมุ่งตรงไปที่ **บางคล้า คาเฟ่ แอนด์ เรสเตอรอง** คาเฟ่สีขาวแห่งนี้เปรียบได้กับโชว์รูมวัตถุดิบของบางคล้า ที่เกิดจากความร่วมแรงแข็งขันของวิสาหกิจชุมชนกลุ่มแม่บ้านเกษตรกรปากน้ำโจ้โล้ ที่เป็นต้นทางการผลิตวัตถุดิบชั้นดี ส่งมาเพิ่มมูลค่าที่นี่ ด้วยการรังสรรค์ให้เป็นเมนูคาวหวาน เครื่องดื่ม ของฝาก ของที่ระลึก โดยมี**คุณแม่บุญมี ศรีสุข** เป็นผู้ผลักดันอยู่เบื้องหลัง

“ผัดไทยยอดมะพร้าวอ่อน กุ้งแม่น้ำย่าง” เป็นเมนูจานเด็ด มีความพิเศษตั้งแต่การนำยอดมะพร้าวอ่อนมาทำเป็นเส้น (ใช้แทนเส้นก๋วยเตี๋ยว) ซึ่งแสดงให้เห็นว่าอำเภอบางคล้ามีการปลูกมะพร้าวน้ำหอมจำนวนมาก ในจานนี้ยังมีทีเด็ดที่น้ำปรุงผัดไทยสูตรคุณยายซื้น (คุณแม่ของแม่บุญมี) ที่มีมะพร้าวอ่อน มะขามเปียกในชุมชน และน้ำตาลโตนดจากหมู่บ้านน้ำตาลสด ในตำบลปากน้ำ อำเภอบางคล้า ส่วนกุ้งแม่น้ำตัวโตที่เสิร์ฟมาในจาน เป็นกุ้งแม่น้ำสด ๆ จากแม่น้ำบางปะกง ส่งทุกวัน ไม่มีกุ้งแช่แข็ง ผัดไทยจานนี้นอกจากจะคัดสรรวัตถุดิบสด ๆ จากชุมชนแล้ว ยังควบคุมคุณภาพ มาตรฐาน ความสะอาด ทุกบาทที่ได้กระจายกลับไปให้ชุมชนอำเภอบางคล้า

ไปถึงบางคล้าทั้งที หากมีโอกาสอย่าลืมแวะไปจิบกาแฟที่ร้าน **“ฌานหมาก coffee & farm”** (ให้บริการเฉพาะเสาร์-อาทิตย์) ซึ่งตั้งในสวนหมากเก่าแก่อายุร่วม 100 ปี เป็นพื้นที่ของ **คุณบุญชอบ และคุณสมศรี (เจ๊แดง) ประเสริฐคำพร** ที่รักและใส่ใจดูแลสวนหมากจนเป็นระเบียบเรียบร้อย วันหนึ่งลูกชาย (พรชัย ประเสริฐคำพร-ตูน) และสะใภ้ (พัชรนันท์ สิงหสกุลวงศ์-ต๊ะ) ซึ่งเป็นสถาปนิก เกิดไอเดียอยากเปิดร้านกาแฟในสวนหมาก จึงโน้มน้าวให้แม่กับพ่อเห็นดีเห็นงามตามไปด้วย ร้านกาแฟร้านนี้จึงเป็นมากกว่าคาเฟ่ในสวนหมาก แต่เป็นความรักในครอบครัว เพราะสมาชิกทั้ง 4 ช่วยกันคนละไม้คนละมือ โดยไม้ทุกชิ้นผ่านการเลือกด้วยมือพ่อ การได้เห็นต้นหมากจริง ๆ ไม่ใช่หมากผ่าซีกในกล่องโฟมที่ขายกันตามร้านขายดอกไม้บูชาพระ ก็นับว่าเป็นบุญตา ทั้งในการรักษาดูแลสวนหมากได้สะอาดสะอ้านเป็นระเบียบ แม้วันนี้ วัฒนธรรมการกินหมากจะถูกยกเลิกไปตั้งแต่สมัยจอมพล ป. พิบูลสงคราม เป็นนายกฯ แต่หมากก็ไม่เคยหายไปจากสังคมไทย ยังคงเป็นส่วนหนึ่งในพิธีมงคล ตั้งแต่ยกพานไหว้ครู บวงสรวงขึ้นบ้านใหม่ ไหว้พ่อปู่ ไหว้รัชกาลที่ 5 แห่ขันหมาก ฯลฯ

คำว่า “ดี” และ “เรียบง่าย” ไม่จำเป็นต้องนำเสนอในรูปแบบคาเฟ่เท่านั้น ร้านอาหารเก่าแก่ริมแม่น้ำบางปะกง อย่าง **มธุรส เรือนแพ** นำเสนอของดีที่เรียบง่ายผ่านเมนูซิกเนเจอร์ที่ส่งต่อความรักจากคุณย่ามาสู่หลานชาย **คุณกฤติน งามสะอาด** ตัวแทนร้านรุ่นที่ 3 เล่าว่า *“คุณย่าคิดสูตรแกงส้มปูไข่ใส่หน่อไม้ขึ้นมาเพราะผมชอบกินหน่อไม้มาก”* วันนี้จึงอยาก “ส่งต่อ” อาหารสูตรคุณย่ามาสู่ผู้มาเยือน เพื่อบอกว่าฉะเชิงเทรามีของดีโดยเปลี่ยนวัตถุดิบจากหน่อไม้เป็น **“ยอดมะพร้าวอ่อน”** ปรากฏว่า **“แกงส้มปูทะเลไข่-ยอดมะพร้าวอ่อน”** เป็นที่ถูกปากถูกใจ เมื่อพริกแกงส้มที่อร่อย มาเจอกับปูทะเลไข่ที่หาได้ง่าย และยอดมะพร้าวอ่อนสด ๆ ทั้งหมดจึงช่วยกันเล่าเรื่องความอุดมสมบูรณ์ของฉะเชิงเทราในแบบหม้อไฟที่รับประกันได้ว่าทั้งอิ่ม และดี อย่างแน่นอน

อิ่มท้องแล้วอย่าลืมจองที่พักสักคืน ถ้าสนใจพักในเมือง แนะนำ **oui j’aime (อุ้ยแจม)** โฮมสเตย์สุดเท่ที่ต่อยอดมาจากธุรกิจของร้านขนมเปี๊ยะตั้งเซ่งจั๊ว ออกแบบโดย **คุณสุริยะ อัมพันศิริรัตน์** สถาปนิกผู้ก่อตั้งสำนักงานออกแบบ Walllasia ที่นี่คุณจะเห็นเส้นสายลวดลายของแสงแดดตกกระทบกำแพงเหล็กทำเป็นช่อง ประสานไปกับลีลาของต้นไม้อยู่ภายนอก ถือเป็นจุดเด่นของตัวอาคารแบบ Rustic Look ที่ดูเข้ม ขลัง ขรึม และถ่อมตนอยู่ในที แต่ถ้าอยากอยู่ใกล้ตลาด 100 ปี ขอแนะนำ **The Brown House Chachoengsao Coffee Shop & Hotel** ซึ่งเป็นตัวเลือกที่ดีสำหรับคนชอบเดินตลาด

ความเรียบง่ายเป็นปรัชญาของการใช้ชีวิต ที่ผ่านการพิจารณาปัจจัยทุกสิ่ง จนเห็นความจริงทั้งหมด แล้วตัดส่วนที่ไม่จำเป็นทิ้งไป แล้วที่สำคัญจะต้องมีคำว่า “ดี” เป็นองค์ประกอบควบคู่มาด้วยเสมอ เพื่อไม่ให้กลายเป็นความ “มักง่าย” เพราะ “ดี” หมายถึงคุณภาพ ความมีมาตรฐาน ความสมดุล ไม่เบียดเบียนโลก ไม่เบียดเบียนใคร ถ้าตัวเราใช้ชีวิตแบบเรียบง่ายให้เป็น โลกทั้งใบจะน่าอยู่ขึ้น ปัญหาชีวิตจะน้อยลง

นี่เป็นเพียงส่วนหนึ่งของเมนูสร้างสรรค์เล่าธีม “De’ Easy” อ่านเรื่องราวเมนูอื่น ๆ ได้ที่
https://thailandgastronomynetwork.com/wp-content/uploads/2024/05/TGN-Preferredchoice-final2.pdf

แจงลอนหมู ห่อใบจาก

ความเรียบง่าย คุณค่าทางอาหาร การไม่เหลือทิ้งของ กลิ่นหอม ๆ ของใบจาก มาครบพร้อมกันในทุกสัมผัส ที่สะท้อนกลับไปเห็นถึงภูมิปัญญาของคนในอดีต ที่มักจะนำใบตองหรือใบจากมาห่ออาหาร ปรุงอย่างง่ายด้วยการนึ่งหรือปิ้งย่าง

โครงสร้างของเมนูนี้ คือ แจงลอน ที่นำลูกจาก ดอกจาก มะพร้าวคั่ว เนื้อหมู ไข่ไก่ กะทิ มะม่วง กุ้งแห้ง ถั่วลิสง พริกแกง นำมานวดให้เข้ากัน จะเปลี่ยนจากเนื้อหมูให้เป็นเนื้อปลากะพงก็ได้ เสร็จแล้วนำไปห่อด้วยใบจาก นำไปปิ้งหรือจี่จนหอม เวลาเสิร์ฟก็ไม่ยาก อาจจะพับไว้แบบนี้ หรือแกะออกมาแล้วโปะบนข้าว เหมือนกับชิราชิแบบเกาหลีหรือญี่ปุ่น ที่เน้นเครื่องแน่นบนหน้าแล้วตักลงไปเจอข้าว อร่อยได้เต็มปาก เต็มคำ

เชฟแบล็คสะท้อนแนวคิดของเมนูแบบ “De’Easy” “ดี” หมายถึง คุณภาพดี ที่ได้จากวัตถุดิบ และ “Easy” คือ “ความเรียบง่าย” ในรูปแบบการกินและการเสิร์ฟ

“สายน้ำ ผืนป่า และศรัทธา”
ฉะเชิงเทรา กับการขับเคลื่อนเมืองด้วยวัฒนธรรมอาหาร

ฉะเชิงเทราเป็นเมืองที่ขับเคลื่อนด้วยอาหารมาเป็นร้อยปี แต่ด้วยเป้าหมายของจังหวัด
มุ่งพัฒนาให้เป็นเมืองอุตสาหกรรม จึงทำให้อาหารไม่ถูกยกขึ้นมาเป็นตัวแปรสำคัญ
ที่มีผลต่อการพัฒนาเมืองและสิ่งแวดล้อม

และด้วยพื้นที่จังหวัดกว่า 3 ล้าน 3 แสนไร่ ทำให้ปัญหาสภาพแวดล้อมเสื่อมโทรม
อันเป็นผลกระทบจากโรงงานอุตสาหกรรม
และการขยายพื้นที่เพาะปลูกยังไม่ส่งผลกระทบที่เห็นได้ชัด

จังหวัดฉะเชิงเทราจึงไม่ต่างจากคนวัย 50 ที่ไม่เคยตรวจเช็คร่างกาย
แต่เชื่อมั่นว่ายังคงมีสุขภาพดี ซึ่งแท้จริงแล้วอาจจะไม่ได้เป็นเช่นนั้น

เมื่อดูจากทรัพยากรธรรมชาติที่หมดเปลืองไปในช่วงระยะเวลาครึ่งศตวรรษจะเห็นสิ่งที่ค่อนข้างวิกฤต ยกตัวอย่างผืนป่า **"พนมสารคาม"** ที่เคยบันทึกไว้ว่ามีพื้นที่กว่า 5 ล้านไร่ ภายในเวลาไม่ถึง 50 ปี พื้นที่ป่าลดลงเหลือเพียง 6 แสน 8 หมื่นกว่าไร่ **"ป่าพนมสารคาม"** ทิ้งไว้เพียงชื่อและกลายเป็นส่วนหนึ่งของป่ารอยต่อ 5 จังหวัดในปัจจุบัน การหยุดยั้งปัญหาสภาพแวดล้อมเสื่อมโทรมอย่างฉับพลันไม่ใช่เรื่องง่าย นอกเสียจากการทำให้ทุกคนตระหนักว่า เราต่างเป็นเซลล์เล็ก ๆ ในร่างกายที่ต้องทำงานเชื่อมประสานกันอย่างเป็นระบบเพื่อการมีสุขภาพที่ดี

และนี่คือที่มาของหลักสูตร **"Smart Integrated Gastronomy Design - อิ่มรู้ ชูถิ่น"** ที่ไม่ได้ชวนคนมาเรียนเรื่องการทำอาหาร แต่ต้องการสร้างนักออกแบบวัฒนธรรมอาหาร ที่สามารถจะนำพา "การกิน" ไปสู่การสร้างระบบอาหารยั่งยืน

Thailand Gastronomy Network – TGN หรือ **เครือข่ายวัฒนธรรมอาหารประเทศไทย** ร่วมกับ **มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ จังหวัดฉะเชิงเทรา** จัดอบรมหลักสูตร "Smart Integrated Gastronomy Design - อิ่มรู้ ชูถิ่น" รุ่นที่ 2 ในระหว่างเดือนมกราคม - พฤษภาคม 2567 โดยมีคณาจารย์จากมหาวิทยาลัย และตัวแทนผู้ประกอบการในจังหวัดฉะเชิงเทราทั้งเล็กและใหญ่มาเข้าร่วม หลักสูตรนี้เปรียบได้กับห้องทดลองขนาดย่อม ๆ ที่ต่อยอดมาจากงานวิจัยด้าน Gastronomy ที่ TGN ศึกษามาเป็นเวลาหลายปี มีการทำซ้ำโดยเปลี่ยนตัวแปร คือ ผู้เข้าร่วมโครงการจากหลากหลายภาคส่วน ทำให้ผลลัพธ์ที่ได้แตกต่างกันไปตามพื้นที่และบริบทของผู้เรียน โดยหลักสูตรออกแบบให้มีการเรียนเรื่องกรอบแนวคิดในห้องเรียนออนไลน์ และลงมือปฏิบัติจริงด้วยการรวมกลุ่มทำเวิร์กชอป โดยมีการออกแบบเมนูอาหาร เป็นผลลัพธ์ปลายทางที่แสดงให้เห็นว่าถ้าเข้าใจหลักการ ก็สามารถสร้างสรรค์เมนูใหม่ ที่จะชูวัตถุดิบและภูมิปัญญาอาหารเสมอ

คนส่วนใหญ่มีความเชื่อว่า การเล่าเรื่องอาหารโดยตั้งต้นที่วัตถุดิบต้องอาศัยทักษะของ Artisan Chefs เท่านั้น แต่หัวใจของหลักสูตร Integrated Smart Gastronomy Design ตั้งอยู่บนสมมติฐานที่ว่า *"ใคร ๆ ก็สามารถเป็นนักออกแบบวัฒนธรรมอาหารได้ ถ้าเข้าใจความเชื่อมโยงของ 4 เสาหลักบนเส้นทางวัฒนธรรมอาหาร"* ซึ่งผู้ที่ผ่านหลักสูตรนี้สามารถเช็คลิสต์ความเข้าใจองค์ประกอบสำคัญของ Gastronomy Design ด้วยตนเองได้ ดังนี้

1. Farming System อาหารที่นำเสนอ มีส่วนในการส่งเสริมผลผลิตภาคการเกษตรของเมืองมากน้อยเพียงใด และผลผลิตเหล่านั้นมีส่วนในการรักษาสภาพแวดล้อม และใช้ทรัพยากรธรรมชาติอย่างรู้คุณค่าหรือไม่

2. Story of Food ในมิติของการเล่าเรื่องผ่านอาหาร ผู้ประกอบการสามารถเล่าเรื่องอาหารที่สะท้อนไปถึงที่มาของวัตถุดิบ การรักษาสภาพแวดล้อม การเก็บรักษาและส่งต่อภูมิปัญญาอาหาร ตลอดจนเอกลักษณ์ทางวัฒนธรรมในชุมชนผ่านอาหารจานนั้น ๆ ได้หรือไม่

3. Creative Industries ความคิดสร้างสรรค์ที่ส่งเสริมให้เมนูนั้นมีความโดดเด่น ไม่ว่าจะเป็นรูปทรง องค์ประกอบ สีสัน การจัดจาน การเสิร์ฟ การจับคู่อาหารและเครื่องดื่ม (food pairing) การนำวัสดุหัตถกรรมในชุมชนมาส่งเสริมการเล่าเรื่อง รวมถึงการส่งสารผ่านสื่อ Social Media ทำได้ดีเพียงใด

4. Sustainable Tourism วัตถุดิบในอาหารจานนั้นเชิญชวนให้อยากเดินทางไปเรียนรู้ต้นทางผลิตอาหารหรือไม่ ผู้เล่าเรื่องสามารถเรียงร้อยความสำคัญของเส้นทางวัฒนธรรมอาหาร ตั้งแต่ต้นน้ำถึงปลายน้ำได้ดีเพียงใด

ความสนุกในการเรียนรู้เรื่องราวทั้ง 4 ประเด็น อยู่ตรงที่ไม่ได้เป็นการเรียนแบบอนุกรมที่ต้องเรียงลำดับจาก 1-2-3-4 แต่เป็นการเรียนแบบ Connect the Dots ซึ่งท้ายที่สุดผู้เรียนจะมองเห็นความเชื่อมโยงของทั้งระบบ และสามารถเริ่มวงจรจากจุดใดก็ได้ ใน 4 เสาหลักบนเส้นทางวัฒนธรรมอาหาร

Biodiversity Mapping ชวนสร้างธีมเล่าเรื่องฉะเชิงเทราเมืองอาหาร

ที่ผ่านมาเวลาคนแปดริ้วอยากเล่าเรื่องอาหารของเมือง จะมีประเด็นหลัก ๆ อยู่ไม่กี่เรื่อง เช่น ปลาช่อนแปดริ้ว ที่แสดงถึงความอุดมสมบูรณ์ ไข่ต้มจำนวนมากที่ได้มาจากการแก้บนหลวงพ่อโสธร ฯลฯ

การเปิดมุมมองสร้างธีมเล่าเรื่องฉะเชิงเทราในฐานะเมืองอาหาร ผ่านการค้นหาสินทรัพย์ของเมืองโดยใช้เครื่องมือ Biodiversity Mapping ใช้หลักการระดมสมองโดยสกัดความรู้ที่แตกต่างของผู้เข้าร่วมหลักสูตร ซึ่งมีทั้งนักวิจัย อาจารย์มหาวิทยาลัย และผู้ประกอบการ ฯลฯ ผลลัพธ์ที่ออกมา ทำให้ทุกคนตระหนักว่าสิ่งสำคัญที่ขับเคลื่อนความอุดมสมบูรณ์ของฉะเชิงเทรา มาจาก **สายน้ำ**บางปะกงที่หล่อเลี้ยงผืนแผ่นดินฝั่งตะวันออก และ**ผืนป่า**สมบูรณ์ที่เป็นต้นทางแห่งสายน้ำ ต้นกำเนิดผลผลิตในป่าทางฝั่งตะวันตก โดยมีสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่เคารพ **ศรัทธา** ทั้งหลวงพ่อโสธร พระพิฆเนศ และวัดจีนทั้ง 3 แห่ง เชื่อมโยงผู้คนเอาไว้ สอดคล้องกับคำขวัญของฉะเชิงเทราที่ว่า *“แม่น้ำบางปะกงแหล่งชีวิต พระศักดิ์สิทธิ์หลวงพ่อโสธร พระยาศรีสุนทรปราชญ์ภาษาไทย เขาอ่างฤาไนป่าสมบูรณ์”*

“สายน้ำ ผืนป่า และศรัทธา” จึงเป็นธีมหลักในการเล่าเรื่องอาหารของเมืองฉะเชิงเทรา ผ่านการระดมสมองร่วมกัน

เพื่อนำไปสู่การออกแบบอาหารที่หลากหลายยิ่งขึ้น ผศ.ดร.จุฑามาศ วิศาลสิงห์ ผู้ออกแบบหลักสูตรและดำเนินหลักสูตร จึงกำหนดให้แบ่งกลุ่มคิดธีมย่อยภายใต้ธีมใหญ่ **“สายน้ำ ผืนป่า และศรัทธา”** ทั้ง 4 กลุ่มระดมสมองภายในเวลารวดเร็ว ได้ออกมาเป็น 4 ธีมย่อย ดังนี้

1. **วิถีบางปะกง** บอกเล่าเรื่องเมืองแปดริ้ว ซึ่งมีสิ่งศักดิ์สิทธิ์เป็นศูนย์รวมใจ ใครมาเยือนต้องได้รับประสบการณ์ “อิ่มท้อง อิ่มบุญ อิ่มใจ” กลับไป

2. **สายน้ำ 3 ฤดูกาล** เล่าเรื่องฤดูกาลของน้ำ (หน้าแล้ง น้ำเค็ม / หน้าฝน น้ำจืด / ปลายฝน ต้นหนาว น้ำกร่อย) ที่ก่อให้เกิดระบบนิเวศ 3 น้ำ ทำให้ได้ผลผลิตรสชาติดี และอีกนัยหนึ่งยังหมายถึงฤดูกาลของชีวิต

3. **Sao Sao, the Farm Story of Chachoengsao** เล่าเรื่องอาหารเพื่อสุขภาพ สด สะอาด ปลอดภัย และความสนุกของการเที่ยวฟาร์มและคาเฟ่ ที่ตอบรับกิจกรรมพักผ่อนของครอบครัว

4. **De’ Easy** เล่าเรื่องความเรียบง่ายและดีของชีวิตในเมืองฉะเชิงเทรา ตอบโจทย์คนกรุงฯ อยากหนีเมืองมาเที่ยว เพราะเดินทางง่าย เข้าถึงง่าย หาของกินได้ง่าย เป็นแหล่งต้นทางผลิตอาหาร

4 ธีมย่อยที่กล่าวมานั้น ใช้เป็นกรอบแนวคิดในการออกแบบอาหารของแต่ละกลุ่ม ซึ่งได้**เชฟแบล็ค-ภานุภน บุลสุวรรณ** เป็นโค้ชคนสำคัญ คุณสามารถศึกษาเมนูทั้ง 4 ธีม ได้ในเล่ม Preferred Choice – Chachoengsao ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งในการขับเคลื่อนฉะเชิงเทราเมืองอาหารต่อไป ได้ที่ https://thailandgastronomynetwork.com/wp-content/uploads/2024/05/TGN-Preferredchoice-final2.pdf

บทสรุปของหลักสูตร
สู่การสร้างนักออกแบบวัฒนธรรมอาหาร

สิ่งที่ได้จากหลักสูตร Integrated Smart Gastronomy Design เป็นหลักการทางความคิด ที่ไม่ได้พลิกดินแดนกว้างใหญ่ หากแต่ให้ความสำคัญกับจุดเริ่มต้นเล็ก ๆ ที่ปัจเจกบุคคลในฐานะผู้ผลิตและผู้บริโภค ใช้เป็นโครงสร้างในการสร้างสรรค์เรื่องราวผ่านอาหารได้ไม่รู้จบ โดยเริ่มจากวัตถุดิบ เมื่อได้แกนความคิดแล้วก็สามารถต่อยอดได้อย่างหลากหลาย แต่ไม่ว่าจะคิดและทำสิ่งใดก็ตาม วงจรจะหมุนกลับมาที่ **"ระบบอาหารยั่งยืน"** เสมอ

ชีพจรของร้านอาหารแขวนอยู่กับผู้บริโภคฉันใด ชีพจรของวัตถุดิบก็แขวนไว้กับผู้ประกอบการร้านอาหารฉันนั้น ผู้ผลิตทำหน้าที่รับผิดชอบผลผลิตต้นทาง ให้มั่นใจว่าสด สะอาด ปลอดภัย ร้านอาหารก็สามารถนำผลผลิตจากฟาร์มมานำเสนอในรูปแบบของ Farmer Market หรือ Farmer's Corner ได้ นี่คือบทบาทสำคัญของผู้ประกอบการ ในการเชื่อมโยงผู้บริโภคไปถึงผู้ผลิต แล้วนำผู้ผลิตมาสู่ผู้บริโภคด้วย

นี่แหละ เส้นทางวัฒนธรรมอาหารแบบอิ่มรู้ชูถิ่น ซึ่งเป็นกลไกหลักในการสร้างสรรค์ "นักออกแบบวัฒนธรรมอาหาร" ที่ไม่ได้ยึดติดเมนูที่น่าจดจำ แต่ขยับไปสร้างสรรค์ "วัฒนธรรมอาหารการกิน" รูปแบบเฉพาะตนให้เป็น signature ของร้าน อันเกิดจากการเข้าใจ "อัตลักษณ์" "โครงสร้างอาหาร" และการนำวัตถุดิบที่ดีมาปรุงได้ถูกฤดูกาล บ่งบอกคุณค่าทางโภชนาการ เกิดเป็นศิลปะในการปรุงตามหลัก Gastronomy Design

นี่เป็นจุดเริ่มต้นของการเดินทางอีกยาวไกล ภาพความสำเร็จที่เป็นภาพใหญ่ อาจจะต้องใช้เวลา 5 ปี 10 ปี หรือยาวนานกว่านั้น ที่จะปลุกพลังของคนทุกคนในเมืองให้ตื่นขึ้นมารับผิดชอบต่อสภาพแวดล้อม ชุมชน และตนเอง ผ่านการกิน

2024

Take a break

สุดสายตาเห็นชายเขา ที่ทะเลน้ำจืดวังคู

แลไกลสุดลูกสายตา ขอบฟ้ากับชายน้ำ ถูกกั้นกลางด้วยขุนเขา ป่าสมบูรณ์ที่เห็น เป็นส่วนหนึ่งของป่ารอยต่อ 5 จังหวัด สะท้อนความอุดมสมบูรณ์ของป่าผืนสุดท้ายในภาคตะวันออก ที่กำลังจะหายไป

ทะเลน้ำจืดวังคู คือ ผลพลอยได้จากทัศนียภาพอันงดงามของอ่างเก็บน้ำคลองระบมที่กรมชลประทานสร้างขึ้นที่ ต.ท่ากระดาน อ.สนามชัยเขต จ.ฉะเชิงเทรา (แล้วเสร็จตั้งแต่ปี 2533)

ด้วยความความงดงามของวิวร้อยล้าน สร้างแรงบันดาลใจให้**วิสาหกิจชุมชนบ้านวังคู** พัฒนาให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์และดูแลทรัพยากรทางน้ำ ที่ดึงดูดผู้มาเยือนจากจังหวัดใกล้เคียง ตั้งแต่สระแก้ว ปราจีนบุรี และคนในพื้นที่ฉะเชิงเทรา วันหยุดเสาร์-อาทิตย์ ที่นี่ คึกคักไปด้วยผู้คนมากมาย กางเต็นท์ ปิกนิก แคมป์ปิ้งริมน้ำ เล่นน้ำ ตกปลา พาสุนัขมาวิ่งเล่น ฯลฯ เห็นพื้นที่โล่ง ๆ แบบนี้ เวลาที่นักท่องเที่ยวมารวมตัวกันแต่ละที...แน่นขนัด

ขยะถูกทิ้งไว้เกลื่อน แทนความทรงจำถึงผู้จากไป คนในพื้นที่ต้องระดมกำลังอาสาสมัคร มาช่วยกันเก็บกวาดเพื่อให้ทัศนียภาพ **ทะเลน้ำจืดวังคู** สวยงามดังเดิม

ทำอย่างไร... นักท่องเที่ยวจึงจะเข้าใจบทบาทของตนในฐานะผู้เสพที่ช่วยกันรักษาทรัพยากรธรรมชาติ
ทำอย่างไร... ผู้บริโภคจึงเข้าใจบทบาทของตนในฐานะผู้กิน ที่มีส่วนร่วมในระบบอาหารยั่งยืน
ก่อนที่ดวงอาทิตย์จะลับหายจากชายขอบฟ้า
ก่อนที่ความสว่างไสว จะกลายเป็นความร้อนที่แผดเผาทำลาย
ก่อนที่จะไม่เหลือความงดงามแบบนี้ ไว้ให้ใครต่อใครได้ชื่นชม

Gastronomy Journey

มีอะไรในกอไผ่ ที่ท่าตะเกียบ

ได้ยินว่าฝั่งตะวันออกของจังหวัดฉะเชิงเทราเป็นพื้นที่ป่า ซึ่งเป็นต้นน้ำของแม่น้ำบางปะกง เราปักหมุดลงไปที่ ท่าตะเกียบ เพราะอยากรู้ว่าที่นั่นผลิตตะเกียบจริงหรือไม่ เพราะแถบนั้นมีป่าไผ่แปลงใหญ่ และมีผ้าไหมสีสวย ภารกิจบนเส้นทางสายนี้ จึงเป็นการไปดูต้นทางอาหารปลอดภัย พร้อมหาคำตอบว่า “มีอะไรอยู่ในกอไผ่” ที่ท่าตะเกียบ

ปักพิกัด GPS ไปที่แปลงใหญ่ไผ่อำเภอท่าตะเกียบ ระยะทาง 123 กิโลเมตรจากมีนบุรี ถ้าออกจากกรุงเทพฯ เช้าตรู่ มุ่งหน้าไปตามเส้นทางสุวินทวงศ์ ตรงเข้าเมืองฉะเชิงเทรา วิ่งไปตามเส้นทาง 304 ราว 2 ชั่วโมงก็ถึง จากข้อมูลที่สรุปมาพอสังเขป ได้ความว่า บ้านอ่างเตย (ที่ตั้งของที่ทำการแปลงใหญ่ไผ่อำเภอท่าตะเกียบ) อยู่หมู่ 9 ตำบลท่าตะเกียบ อำเภอท่าตะเกียบ แยกมาจากบ้านหนองปรือกันยาง กิ่งอำเภอสนามชัยเขต เมื่อ พ.ศ.2536 มีพื้นที่ประมาณ 24,000 ไร่ อาชีพส่วนใหญ่ของคนที่นี่ คือ ทำไร่มันสำปะหลัง ปลูกยางพารา ปลูกต้นยูคาลิปตัส ทำไร่สัปปะรด และทำนา ประชากรส่วนใหญ่อพยพมาจากภาคอีสานตอนใต้ จึงมีทักษะที่ติดตามมาด้วย คือ การปลูกหม่อน เลี้ยงไหม และทอผ้าไหม

ชื่อท่าตะเกียบ ที่เราเข้าใจไปเองว่ามาจากการทำตะเกียบ นั้นผิดถนัด ตามคำบอกเล่าของผู้เฒ่าผู้แก่เล่าว่า ในสมัยรัชกาลที่ 3 ทางการคิดก่อสร้างเสาชิงช้าหน้าวัดสุทัศน์เทพวรารามราชวรมหาวิหาร จึงได้สั่งไปตามหัวเมืองต่าง ๆ ที่มีป่าไม้อุดมสมบูรณ์ให้หาไม้แดงเพื่อเอาไปทำไม้ตะเกียบเสาชิงช้า ขณะนั้น บ้านท่ากลอยและบ้านวังวุ้งยังเป็นป่าอุดมสมบูรณ์ มีไม้แดงขึ้นอยู่ใกล้ฝั่งคลองสียัดทางส่วนกลาง ส่งเจ้าหน้าที่มาดูและพบไม้แดงสองต้นขนาดใหญ่ยาวและตรงกัน จึงตัดไม้แดงล่องไปตามคลองสียัด ออกคลองท่าลาด นำเข้ากรุงเทพฯ แต่เนื่องจากไม้แดงสองต้นมีขนาดใหญ่ ทำให้บริเวณที่ลากไม้ลงคลองสียัดราบเรียบเป็นท่าน้ำ ชาวบ้านจึงเรียกขานบริเวณนั้นว่า **ท่าลงไม้ตะเกียบ** และเพี้ยนมาเป็น **“ท่าตะเกียบ”** จนถึงปัจจุบัน

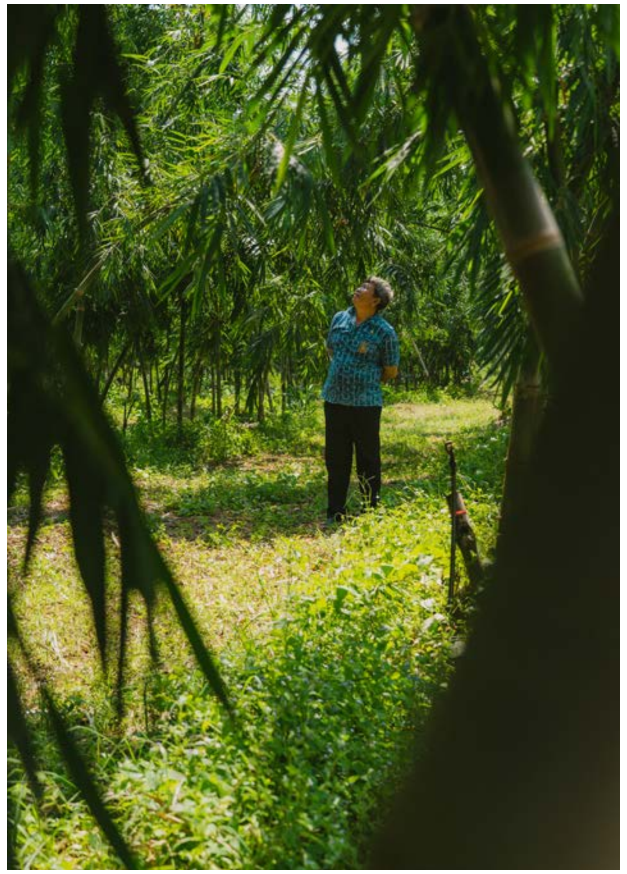
ความจริงเป็นอย่างไรนั้นคงต้องไปลองศึกษาประวัติศาสตร์กันดู แต่เรื่องเล่าในอดีตก็ยังมีประโยชน์ เพราะช่วยตอกย้ำว่า แถบนี้เคยเป็นป่าอุดมสมบูรณ์มาก่อน แต่จุดเริ่มต้นของการเปลี่ยนแปลง เกิดขึ้นเมื่อ พ.ศ. 2510 ที่มีการตัดถนนเป็นเส้นทางลำเลียงอาวุธ และกำลังพลของกองทัพสหรัฐอเมริกาที่มาร่วมรบในสงครามเวียดนาม พ.ศ. 2513 มีการอนุญาตให้ทำสัมปทานป่าไม้ในรูปแบบบริษัท โดยมีอายุสัมปทานถึง 30 ปี ปัจจัยเหล่านี้ล้วนเป็นต้นเหตุของผืนป่าที่หายไปในช่วง 50 ปีที่ผ่านมา เดือดร้อนไปถึงช้างป่าไม่มีอาหารเพียงพอ ต้องลงมาหากินในพื้นที่ป่าชุมชน การที่คนกับช้างต้องอยู่ด้วยกัน เป็นที่มาของคำขวัญประจำหมู่บ้าน *“ถิ่นช้างใหญ่ หน่อไผ่สวย รวยสามัคคี วิถีพอเพียง”*

ผืนป่าที่ค่อย ๆ หายไป ไม่เพียงแต่ทำให้อาหารของช้างร่อยหรอลงไปเท่านั้น ยังส่งผลต่อความมั่นคงทางอาหารของชุมชนอีกด้วย ตอนนั้นยังไม่มีใครคาดคิดว่า “ป่าไผ่” จะกลายเป็นพืชเศรษฐกิจที่จะเป็นต้นทางอาหารและนำรายได้เข้าสู่ชุมชน เพราะตามหัวไร่ปลายนาก็มีต้นไผ่ขึ้นเป็นหย่อม ๆ อยู่แล้วจนกระทั่ง**คุณประสิทธิ์ รูปต่ำ** ริเริ่มชักชวนให้ชุมชนหันมาปลูกไผ่ด้วยกัน

“พ.ศ.2526 ตอนผมย้ายเข้ามาอยู่ที่หมู่บ้านนี้ ยังไม่มีไฟฟ้าใช้ เราใช้ตะเกียงกัน ตอนนั้นยังไม่มีปัญหาเรื่องช้างป่า เพิ่งมามีตอนหลังๆ” **คุณประสิทธิ์ รูปต่ำ** ประธานแปลงใหญ่ไผ่อำเภอท่าตะเกียบ (วิสาหกิจชุมชนกลุ่มผู้ปลูกไผ่อำเภอท่าตะเกียบ) ย้อนอดีตให้ฟังถึงความเป็นมาก่อนที่จะมีป่าไผ่ในวันนี้

“จำได้ว่าปี 2540 ฟองสบู่แตก ผมตกงาน มีเงินติดตัวอยู่ 3,000 บาท ตอนแรกจะไปซื้อพันธุ์ขนุนมาปลูก แต่น้องชายทักว่า จะดีหรือ ปลูกขนุนยังไงก็ต้องใช้ยา ตัวผมกังวลเรื่องการใช้สารเคมี และอยากให้คนได้กินของดี ท้ายที่สุดมาเลือกปลูกไผ่ ซึ่งประเมินแล้วมีความคุ้มค่า ไผ่ชอบอากาศร้อนชื้น ดูแลไม่ยาก ให้ประโยชน์หลายอย่าง ถ้าไม่ตัดหน่อ มันก็จะกลายเป็นลำไผ่ เอาไปทำแพ ทำเฟอร์นิเจอร์ ได้หมด มีประโยชน์สารพัด”

กล่าวได้ว่าชายผู้นี้ คือ ผู้ที่นำ**ไผ่ตงศรีปราจีน**มาปลูกที่บ้านอ่างเตยเป็นคนแรก ท้าทายความเชื่อของชุมชนที่ว่าปลูกไผ่ทำรายได้จริงหรือ คุณประสิทธิ์ ใช้เวลากว่า 25 ปี สร้างตำนานให้กับ**แปลงใหญ่ไผ่อำเภอท่าตะเกียบ** จากปีแรก ๆ ตัดหน่อไม้ได้ 2-3 กระสอบ หอบกันไปขายที่จังหวัดปราจีนบุรี ขายได้บ้าง ขายไม่ได้บ้าง ล้มลุกคลุกคลาน ขาดทุนเกือบแสนบาทก็เคยผ่านมาแล้ว ถึงวันนี้ **วิสาหกิจชุมชนกลุ่มผู้ปลูกไผ่อำเภอท่าตะเกียบ** มีผลผลิตจากหน่อไม้ปีละ 28 ตัน เป็นอย่างต่ำ ส่งจำหน่ายในห้างใหญ่ที่มีสาขาทั่วประเทศ และได้อยู่ในโซนพิเศษของตลาดไท ที่จัดไว้ให้กับสินค้าอาหารปลอดภัย เพราะที่นี่มีกระบวนการผลิตหน่อไม้หวานกรอบ ได้รางวัลมาตรฐาน GAP (Good Agricultural Practice) และ GMP (Good Manufacturing Practice)



“หน่อไม้ทำไมถึงเรียกว่าของแสลง มันแสลงจริงมั้ย” เราตั้งคำถามตามที่ได้ยินมา

คุณประสิทธิ์ตอบว่า *“ปกติแล้วหน่อไม้จะมีกรดยูริก ไม่ถูกกับคนเป็นโรคเกาต์ แต่หน่อไม้ของเรารับรองได้ว่าไม่มีกรดยูริก รสไม่ขม เคยทดลองให้อบต.บุญปลูกซึ่งเป็นโรคเกาต์กินดู ปรากฏว่าหน่อไม้ของเราชนะขาดลอย อบต.กินได้ กินแล้วเกาต์ไม่กำเริบ”* นี่คือหนึ่งในเครื่องพิสูจน์คุณภาพหน่อไม้ดีของบ้านอ่างเตย นอกเหนือไปจากผลตรวจจากห้องแล็บ

“ผมและกรรมการวิสาหกิจฯ ดำเนินรอยตามทฤษฎีเศรษฐกิจพอเพียงของในหลวงรัชกาลที่ 9 รายได้หลักของกลุ่ม มาจาก หน่อไม้ รองลงมาคือลำไผ่ที่เอาไปทำประโยชน์ได้สารพัด ส่วนตะเกียบไม้ไผ่ก็ตั้งใจว่าจะทำ มันต้องใช้เครื่องมือ เศษที่เหลือจากไผ่เอามาสับบด นำไปเผาเป็นถ่านชาร์โคล เศษที่สับบดละเอียดยังสามารถนำมาอัดแท่ง ใช้จุดไฟแบบไร้ควันได้ 3-4 ชั่วโมง ต่อน้ำหนัก 1 กิโลกรัม นอกจากนี้เรามีน้ำส้มควันไม้ ปุ๋ยมูลช้าง ซึ่งเอามูลช้างตัวเป็น ๆ ที่มากินมันสำปะหลัง ต้นไผ่ มาผสมกับกากมันสำปะหลัง ไผ่สับ ไผ่บด ได้ปุ๋ยคุณภาพดี เราอยากทำให้เป็น Zero Waste ทุกอย่างของต้นไผ่นำกลับมาใช้ได้หมด ไม่มีของเหลือทิ้งเลย”

และแล้วก็ได้เวลาไขคำตอบว่า “มีอะไรในกอไผ่ที่ท่าตะเกียบ” ผ่านสำรับมื้อเที่ยง ที่จัดเต็มด้วยสองแม่ครัวหัวป่าก์และลูกทีมแห่งบ้านอ่างเตย เกือบทุกจานมีหน่อไม้เป็นพระเอก ชิมแล้วต้องชมเพราะอร่อยแตกต่างไปจากอาหารในเมืองที่ออกหวาน

ที่นี่ เน้นปรุงแต่น้อย อร่อยด้วยรสของหน่อไม้ตามธรรมชาติ มีตั้งแต่หมกหน่อไม้ ที่เป็นส่วนผสมของหน่อไม้ใส่หมูหรือไก่ นำมาหมกในกระบอกไม้ไผ่ ซุปหน่อไม้ ผัดหน่อไม้เปรี้ยวใส่หมู ผัดหน่อไม้สดใส่หมู ต้มกระดูกหมูใส่หน่อไม้ หน่อไม้จิ้มตำกะปิที่อร่อยไม่เหมือนกับที่ไหน เพราะใส่ถั่วลิสงลงไปตำด้วยกัน ทำให้รสชาตินัว ๆ ไม่เผ็ด ยำไข่มดแดง จะมีเฉพาะช่วงเดือนเมษายน ถึงพฤษภาคม และสองจานสุดท้าย คือ ต้มไก่ใส่ใบหม่อน และ คั่วดักแด้ นอกจากจะเป็นจานเด็ดของที่นี่แล้ว ยังเป็นผลพวงมาจากวิถีการทำผ้าไหม ที่เราต้องไปชมให้เห็นกับตา

วิสาหกิจชุมชนกลุ่มปลูกหม่อนเลี้ยงไหมทอผ้าบ้านอ่างเตย ที่ได้ชื่อว่าเป็นกลุ่มผู้ผลิตเส้นไหมที่ดีที่สุด “โส๊ดละออ” (โส๊ด แปลว่า ผ้าไหม / ลออ แปลว่า สวย เป็นภาษาเขมร) เป็นแบรนด์ผ้าไหมชั้นดีมีคุณภาพสูง ได้รับรางวัลมากมาย สอบถามว่าเพราะเหตุใดจึงมั่นใจว่าเส้นไหมที่นี่ดีที่สุด สาวสวยประจำกลุ่มวิสาหกิจ ฯ เผยให้ฟังว่า “อยู่ที่การเลี้ยงไหมอย่างใส่ใจ” เนื่องจากตัวไหมที่นี่ เป็นสายพันธุ์ผสมระหว่างตัวไหมไทยที่ให้เส้นใยเหนียวทนทาน และไหมญี่ปุ่นที่ให้เส้นใยจำนวนมาก จึงเป็นที่มาของเส้นไหมเหนียวทนและใยยาวกว่าไหมทั่วไป คำว่า “ใส่ใจ” เริ่มตั้งแต่การปลูกต้นหม่อนอินทรีย์ คัดใบอ่อนให้หนอนไหมกินตามวัยแห่งการเติบโต และฟูมฟักดูแลจนได้ใยไหมสวยงาม ความละเอียดอ่อนประณีตในทุกขั้นตอนการผลิตเป็นสิ่งที่สืบต่อกันมาในชุมชนแห่งนี้ โดยมีผ้าไหมลายหนามเตย เป็นลายประจำชุมชน

ถามว่ากังวลหรือไม่ว่าช่างทอจะหมดไปจากหมู่บ้าน ก็ได้คำตอบที่น่าชื่นใจว่า พ.ศ. 2560 นายสุรพงษ์ กระแสโสม อายุ 22 ปี ได้รับการคัดเลือกให้เข้ารับรางวัลทายาทหม่อนไหมในชุมชน ดีเด่นระดับประเทศ เชื่อแน่ว่าช่างทอจะไม่หมดไป และอาจจะมีแนวทางใหม่ ๆ ในการพัฒนาคุณภาพผ้าไหม อันเกิดจากการศึกษาทดลองของคนรุ่นใหม่

ความสามารถในการปรับตัวกับธรรมชาติได้อย่างกลมกลืน ท่ามกลางความแปรปรวนของดิน ฟ้า อากาศ เป็นยอดปรารถนาของคนท่าตะเกียบ เพราะที่นี่ วงจรชีวิตต่างเกื้อกูลกัน ไม่ว่าจะเป็น อาหารของคน อาหารของช้าง อาหารของหนอนไหม ถ้าสิ่งใด สิ่งหนึ่ง ขาดความสมดุล จะส่งผลกระทบต่อไปเป็นวงกว้าง เพราะหน่อไม้เป็นวัตถุดิบที่คนไทยบริโภคปีละจำนวนมาก ดินและน้ำที่ปลูกไผ่ จึงต้องสะอาด และปลอดภัย

Food Gifts

เริ่มต้นที่บางคล้า “สู่ประตูหน้า ของเมืองแปดริ้ว”

บางคล้า คือ ภาพสะท้อน “วิถีบางปะกง” ที่ย้อนหลังไปได้กว่า 100 ปี เหตุที่ชื่อบางคล้า เพราะในปี พ.ศ.2455 มีการตั้งที่ว่าการอำเภอตรงปากคลองบางคล้าพอดี จุดที่เชื่อมกับแม่น้ำบางปะกง เดิมทีบริเวณนี้มีชุมชนตั้งอยู่ก่อนแล้ว บรรพบุรุษของชาวบางคล้าภาคภูมิใจที่ได้เป็นส่วนหนึ่งในวีรกรรมกู้ชาติบ้านเมือง สมัยพระเจ้าตากสิน เมื่อกรุงรัตนโกสินทร์สถาปนาขึ้นเป็นเมืองหลวงแห่งใหม่ เริ่มมีชาวจีนอพยพเข้ามายัง “เสียมล้อ” หรือ “สยาม” เพิ่มขึ้น กระจายตัวไปยังถิ่นฐานตามเมืองที่อยู่ใกล้ชายฝั่ง รวมทั้งบางคล้า ดินแดนบนฝั่งแม่น้ำคลองลึก ผืนดินแห่งความอุดมสมบูรณ์

จากขนมเปี๊ยะบางคล้า สู่ขนมเปี๊ยะตั้งเซ่งจั๊ว

หนึ่งในตำนานควบคู่ความเก่าแก่ของบางคล้าต้องยกให้ **ขนมเปี๊ยะตั้งเซ่งจั๊ว** ของฝากประจำจังหวัดฉะเชิงเทรา ใครจะนึกว่าขนมลูกเล็ก ๆ ที่ต้องปั้นด้วยมืออย่างใส่ใจ จะกลายเป็นรากฐานของเมืองแปดริ้วมาจนถึงปัจจุบัน ทุกวันนี้ ขนมเปี๊ยะสูตรแต้จิ๋วไส้ฟักถั่วที่อากง (ฮกแซ่ตั้ง) นำติดตัวมาจากเมืองเหยี่ยวเพ้ง (ใกล้เมืองซัวเถา) ยังคงขายดิบขายดี แต่คุณ**ปิยะพร ตันคงคารัตน์** ทายาทรุ่นสาม ที่มาร่วมเส้นทางวัฒนธรรมอาหาร Gastronomy – Chachoengsao ได้ทดลองทำขนมเปี๊ยะไส้มะม่วงและไส้มะพร้าวน้ำหอม เป็นการนำวัตถุดิบท้องถิ่นมาพลิกแพลงให้เป็นขนมเปี๊ยะรสชาติใหม่ ที่ตั้งใจเล่าเรื่อง “วิถีบางปะกง”

จุดเริ่มต้นของขนมเปี๊ยะตั้งเซ่งจั๊ว ถูกนำมาถ่ายทอดในสื่อต่าง ๆ อย่างต่อเนื่อง แต่สิ่งที่เป็นหัวใจสำคัญจนต้องนำมาเล่าในคอลัมน์นี้ คือ การออกแบบบรรจุภัณฑ์ การสร้างสรรค์สินค้าและบริการ ที่ส่งต่อเรื่องเล่าของตระกูล ผ่าน “กล่องเก็บความภาคภูมิใจ”

ในเมื่อร้านไม่ใช่บ้าน ไม่ใช่สำนักงาน ไม่ใช่โกดัง ไม่ใช่โชว์รูม แต่เป็น “กล่องเก็บความภาคภูมิใจ” คำว่า “ลงทุนเท่าไร” ก็ต้องนำมาบวกลบคูณหาร กับคำว่า “คุ้มค่าหรือไม่” ย้อนไปในสมัยที่อากงเพิ่งมาถึงเมืองไทยใหม่ ๆ ในปี พ.ศ.2475 หากเปรียบเทียบกับอาชีพที่ชาวจีนโพ้นทะเลยุคบุกเบิกสร้างเนื้อสร้างตัว อาชีพคนทำขนมเปี๊ยะดูจะต่ำต้อยกว่าใคร วัดจากดัชนีความสนใจของ “แม่สื่อ” ที่เป็นกลไกหาคู่ให้กับคนจีนในสมัยก่อน

กว่าช่างทำขนมเปี๊ยะจะใช้ไม้พายประจำตัว บดแป้งจนเป็นแผ่นบางห่อไส้ถั่วและฟักเชื่อมที่กวนมาอย่างพิถีพิถัน แล้วนำไปอบจนได้แป้งข้างนอกกรอบเป็นชั้น ๆ ข้างในหวาน หอม อร่อย จะต้องใช้เวลาและความเพียรขนาดไหน การลงแรง ลงใจ เป็นส่วนหนึ่งของคุณค่าที่ทำให้ขนมเปี๊ยะไม่มีวันหายไปจากโลก และเป็นหนึ่งในของมงคลที่อยู่ในทุกเทศกาล งานปีใหม่ ตรุษจีน สารทจีน งานแต่งงาน งานขึ้นบ้านใหม่ ฯลฯ การมอบขนมเปี๊ยะ จึงเป็นดังตัวแทนคำอวยพรในการไหว้สิ่งศักดิ์สิทธิ์ ขอพร มักจะมีขนมเปี๊ยะเป็นหนึ่งในเครื่องไหว้อยู่เสมอ เรียกได้ว่า ขนมเปี๊ยะ ควรค่ากับทุกเทศกาลสำคัญ

“กล่องเก็บความภาคภูมิใจ” จึงถ่ายทอดออกมาเป็นสถาปัตยกรรมจีน ชื่อว่า ร้านตั้งเซ่งจั๊ว (สาขาเก๋งจีน) อยู่ติดถนนใหญ่บนทางหลวงหมายเลข 304 ออกแบบโดย อาจารย์ ชาตรี ลดาลลิตสกุล สถาปนิกชื่อดัง ศิลปินแห่งชาติ สาขาทัศนศิลป์ สร้างเสร็จใน พ.ศ. 2545 และได้รับรางวัล ผลงานสถาปัตยกรรมดีเด่นแห่งประเทศไทย ประเภทอาคารรวมกิจกรรมพาณิชยกรรม จากสมาคมสถาปนิกสยาม ในพระบรมราชินูปถัมภ์ ประจำปี 2547 ร้านแรกริมถนนใหญ่ได้เปลี่ยนบริบทขนมประจำเทศกาล กลายเป็นของฝากประจำจังหวัด ที่จอดรถแวะซื้อได้ง่าย ที่สำคัญยังรองรับรถเข็นของผู้สูงวัย ซึ่งเป็นโจทย์แรก ๆ ที่ระบุไว้ในการออกแบบ ก่อนที่ประเด็นนี้จะกลายเป็นเรื่องต้องทำ ในปัจจุบัน

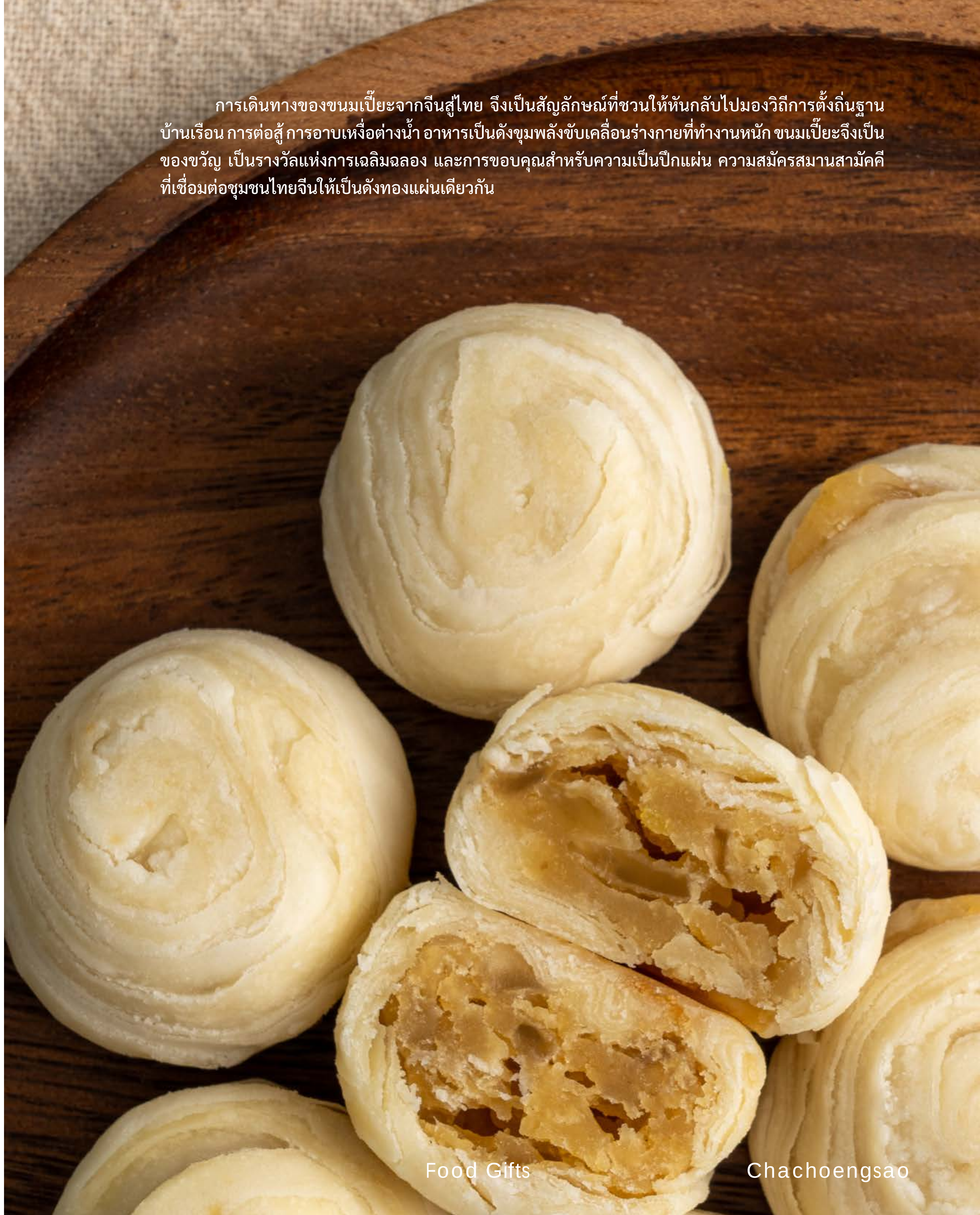
จากขนมเปี๊ยะบางคล้า สู่ **ตั้งเซ่งจั๊ว สาขาแสนภูดาษ** การเดินทางกว่า 90 ปีของความอดทน ความเพียร และความภาคภูมิใจ การพัฒนาอย่างไม่หยุดนิ่ง ของรูปแบบสินค้า หน้าร้าน และบริการ ทำให้สิ่งที่บรรจุอยู่ในกล่อง จึงไม่ใช่แค่ Food Gift แต่เป็นตำนานความภูมิใจของชาวจีนโพ้นทะเล ที่นำขนมเปี๊ยะสูตรดั้งเดิมจากซัวเถา มาตั้งหลักปักฐานอยู่ในดินแดนที่ร่ำลือไปถึงแดนไกล ว่าเป็นอู่ข้าว อู่น้ำ

ขนมเปี๊ยะแม่บุญมี ขนมเปี๊ยะลูกผสมไทยจีน

แม่ชิ้นแห่งบางคล้า จะต้องภูมิใจในตัวลูกสาว ชื่อ “บุญมี ศรีสุข” เป็นแน่แท้ เพราะไม่ใช่แค่ซึมซับฝีมือทำกับข้าวแบบคนบางคล้าที่แสนอร่อย หากยังเป็นผู้หญิงสู้ชีวิต ที่กล้าคิดกล้าทำ กล้านำขนมเปี๊ยะมาดัดแปลงให้เป็นขนมเปี๊ยะนมสด พร้อมทั้งเชิญชวนให้คนในชุมชนมาช่วยกันทำ จนกลายเป็นวิถีอาชีพ ที่สร้างชื่อเสียงสร้างรายได้ และยังได้รับรางวัลผลิตภัณฑ์โอท็อป 5 ดาว ของจังหวัดฉะเชิงเทรา

ความที่คุณพ่อเป็นชาวจีน และคุณแม่เป็นคนไทย ขนมเปี๊ยะแม่บุญมีจึงมีลักษณะของขนมเปี๊ยะแบบจีน แต่ไส้ข้างในเป็นแบบขนมไทย ที่พัฒนาปรับสูตรให้มีความหลากหลาย โดยนำวัตถุดิบท้องถิ่นที่แสดงถึงความอุดมสมบูรณ์ในบางคล้า มาใส่ในขนมเปี๊ยะ ไม่ว่าจะเป็นไส้ตาลโตนด ไส้มะม่วง ไส้ไข่เค็ม ฯลฯ แสดงถึงความผสมผสานของชุมชนจีนไทย ที่เป็นตัวตนของคนบางคล้าได้เป็นอย่างดี

แม่บุญมีเริ่มทำขนมเปี๊ยะมาตั้งแต่ปี พ.ศ.2520 จากนั้นก็พัฒนามาเรื่อย ๆ จนมาลงตัวที่สูตร “ขนมเปี๊ยะนมสด” จากที่ทำคนเดียวขายไม่ทัน จึงได้เชิญชวนชุมชนมาร่วมกันทำจนเป็นปึกแผ่น และจัดตั้งเป็นวิสาหกิจชุมชนกลุ่มขนมแม่บุญมี ในปี พ.ศ.2548 ปัจจุบัน ขนมเปี๊ยะแม่บุญมี พัฒนาไปถึง 17 ไส้ ที่ขายดีมาก คือ ขนมเปี๊ยะไส้มะม่วงน้ำดอกไม้สีทอง และในโอกาสที่เข้าร่วมหลักสูตร Integrated Smart Gastronomy Design ยังได้ออกแบบขนมเปี๊ยะไส้ลูกตาลมาร่วมเล่าเรื่องชีวิตที่เรียบง่าย ริมสายน้ำบางปะกง กลมกลืนกับธรรมชาติในท้องถิ่น คาดว่าจะเป็นอีกรสที่ขายดีไม่แพ้กัน



การเดินทางของขนมเปี๊ยะจากจีนสู่ไทย จึงเป็นสัญลักษณ์ที่ชวนให้หันกลับไปมองวิถีการตั้งถิ่นฐานบ้านเรือน การต่อสู้ การอาบเหงื่อต่างน้ำ อาหารเป็นดังขุมพลังขับเคลื่อนร่างกายที่ทำงานหนัก ขนมเปี๊ยะจึงเป็นของขวัญ เป็นรางวัลแห่งการเฉลิมฉลอง และการขอบคุณสำหรับความเป็นปึกแผ่น ความสมัครสมานสามัคคีที่เชื่อมต่อชุมชนไทยจีนให้เป็นดังทองแผ่นเดียวกัน

The Last Bite

“เป็นเกษตรกรใจต้องแกร่ง และต้องมีความรู้” ภาคย์ภูมิ เฉยสวัสดิ์

บนพื้นที่ 50 ไร่ มีบ่อเลี้ยงปลากะพงขาว 16 บ่อ แทรกแซมด้วยสวนกล้วย สวนผลไม้ อากาศร้อนเปลี่ยนเป็นเย็นสบาย เมื่อได้ยืนรับลมใต้ร่มไม้ ที่นี่ คือ “ภาคย์ภูมิ ฟาร์ม” ฟาร์มเลี้ยงปลากะพงขาวรุ่นบุกเบิกในอำเภอบางคล้า เริ่มต้นราว พ.ศ.2542 และ 15 ปีต่อมา เจ้าของฟาร์มส่งต่อให้บุตรชายที่ศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาธุรกิจต่างประเทศ มหาวิทยาลัยบูรพา ด้วยหมายใจว่าเขาจะสานต่อสิ่งที่พ่อสร้างมาได้เป็นอย่างดี ในฐานะของเกษตรกร

“มีคนบอกว่าอาชีพเกษตรกร มันยาก มันจน มันลำบาก ผมว่าทุกอาชีพมีความยากด้วยกันทั้งนั้น อยู่ที่เราสามารถเอาความรู้ มาประยุกต์ใช้กับอาชีพของเราได้ดีแค่ไหน อย่างตอนที่เรียนจบใหม่ ๆ ก็มีคนถามว่า เรียนตั้งเยอะจบปริญญาตรี แต่กลับมาเลี้ยงปลา แต่เรารู้ว่าวิชาที่เรียนมาทำให้เราได้ฝึกระบบความคิด”

ช่วง 7 ปีที่รับผิดชอบฟาร์มปลากะพงอย่างเต็มภาคภูมิในฐานะเจ้าของ เขาต้องฝ่าฟันกับวิกฤติการณ์โควิดไปแล้วถึง 3 ปี นับเป็นช่วงเวลาท้าทายยิ่งยวด เมื่อร้านอาหารปิด แพปลางดสั่งปลา แต่ปลากะพงจำนวนหลายตันในบ่อไม่ได้หยุดโต ยังคงต้องให้อาหารและดูแลตามปกติ ไหนจะค่าอาหาร ไหนจะค่าไฟที่ต้องใช้กับเครื่องสูบน้ำและอุปกรณ์ต่าง ๆ ในบ่อ ถือว่าเป็นเรื่องที่หนักหน่วงสำหรับชายหนุ่มอายุ 27 ปี ในตอนนั้น

“สิ่งที่เราทำได้ คือ เปลี่ยนวิธีการขาย จากการขายส่งให้แพปลาคราวละเป็นตัน เปลี่ยนมาขายให้ลูกค้าตามบ้านทีละตัว เริ่มจากแม่เพื่อน และเพื่อน ๆ ที่ work from home อยากกินปลากะพงขาว เลยถามเข้ามาว่าสั่งกับเราได้มั้ย พี่สาวผมก็เลยเปิดเพจ แล้วเราช่วยกันหาลูกค้า คิดวิธีขนส่งว่าต้องทำอย่างไรให้ปลายังสด พอลูกค้าถามว่ามีแบบขอดเกล็ดมั้ย เขาทำเองไม่ถนัด ผมก็จัดการขอดเกล็ดปลา แล่เป็นชิ้น ทำให้สะอาด ซีลในถุงพลาสติกสุญญากาศ คนซื้อไปก็ปรุงต่อได้ง่าย ถึงวันนี้ เราสามารถส่งปลาสดไปขายทั่วประเทศ ทำมาได้สองปีแล้ว ลูกค้าไกลสุดอยู่ที่เชียงราย”

“ความท้าทายหลัก ๆ ของการเป็นเกษตรกรในยุคนี้ คือ ปัญหาสภาพอากาศเปลี่ยนแปลง โรคระบาด และราคาตลาดที่สู้คู่แข่งภายนอกไม่ได้ ด้วยต้นทุนที่สูงขึ้น และกำไรที่น้อยลง” **สิ่งที่น่าเป็นกังวล คือ อาหารทะเลแช่แข็งที่นำเข้าจากต่างประเทศมีราคาถูกกว่า แต่ไม่การันตีเรื่องความปลอดภัย ในขณะที่ฟาร์มภาคย์ภูมิ เป็นบ่อที่ได้มาตรฐาน GAP สามารถตรวจสอบย้อนหลังได้ พูดได้เต็มปากว่า ที่นี่เป็นต้นทางผลิตอาหารปลอดภัย**

“ครอบครัวผมให้ความสำคัญกับการศึกษาหาความรู้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเป็นเกษตรกร เราต้องมีความรู้แบบสหศาสตร์ ทั้งด้านเกษตร ด้านวิทยาศาสตร์ ถึงผมไม่ได้เรียนมาโดยตรงก็อาศัยสอบถามผู้รู้ที่อยู่กับเรื่องนั้น ๆ แล้วนำมาประมวลผลเป็นการตัดสินใจของเราในการรับมือกับปัญหา”

“การเข้าร่วมอบรมในหลักสูตร Integrated Smart Gastronomy Design ผมได้ประโยชน์หลายอย่าง อย่างแรก ได้เพื่อน ได้รู้ว่าพี่ ๆ ผู้ประกอบการในจังหวัดเรามีคนเก่ง ๆ และน่ารักเต็มเลย ที่สำคัญได้กรอบความคิด ที่ทำให้รู้ว่าเราไม่จำเป็นต้องจำกัดตัวเองแค่บทบาทของเกษตรกร ผู้ผลิตอาหาร แต่เราสามารถพลิกแพลง ต่อยอด และทำให้เป็นธุรกิจเกษตรที่ดีต่อสังคมได้”

นี่คือวิธีคิด และวิถีชีวิตของเด็กชายบอลที่เติบโตมากับการเรียนรู้ธรรมชาติ การรู้จักตั้งคำถาม การสังเกต การหาข้อมูล ซึ่งเป็นคุณสมบัติที่จำเป็นสำหรับเกษตรกร และสิ่งเหล่านี้ได้หล่อหลอมเข้าไปอยู่ในตัวตนของ**ภาคย์ภูมิ เฉยสวัสดิ์** เจ้าของฟาร์ม **ภาคย์ภูมิ ปลากะพง**

Gastro Preferred Choice

เปี๊ยะไส้มะม่วง-มะพร้าวน้ำหอม

เค้กมะพร้าวน้ำหอม

ตั้งเซ่งจั๊ว แสนภูดาษ (4)
104/1 หมู่ 3 ถ.ฉะเชิงเทรา-บางปะกง
ต.แสนภูดาษ อ.บ้านโพธิ์
จ.ฉะเชิงเทรา 24140
โทร : 089 488 8134,081 564 1779

กรานีตาหน้าปลาแห้ง

ALL About Pla-hang

จิมมี่ ฟาร์ม (1)
88 หมู่ 4 ต.ก้อนแก้ว อ. คลองเขื่อน
จ. ฉะเชิงเทรา 24000
โทร : 081 816 1330

Melon&Plam Sugar Jelly

เมลอนฟาร์มปลอดสาร

สวนปาล์มฟาร์มนก (2)
25 ต.บางตลาด อ.คลองเขื่อน
จ.ฉะเชิงเทรา 24110
โทร : 081 868 1174

ฟิชแอนด์ชิป ซอสยอดมะพร้าว

มะพร้าวน้ำหอม สวนลุงแดง

สวนลุงแดงมะพร้าวน้ำหอม (3)
14/1 ม.6 ต.สาวชะโงก อ.บางคล้า
จ.ฉะเชิงเทรา 24110
โทร : 085 082 0728

สลัดปลากะพงห่มผ้า

น้ำพริกปลากะพง

ภาคย์ภูมิฟาร์ม กะพงขาว (4)
50/7 ม.6 ต. เสม็ดใต้ อ.บางคล้า
จ.ฉะเชิงเทรา 24110
โทร : 087 133 4019

ชิฟฟ่อนสายน้ำ3ฤดู
และชิฟฟ่อนมะม่วงสายน้ำผึ้งสีทอง

บ้านอุ๋มแลนด์ (ขนมบ้านอุ๋ม) (2)
9/9 หมู่ 6 ถนนฉะเชิงเทรา-บางปะกง
ต.บางพระ อ.เมืองฉะเชิงเทรา
จ.ฉะเชิงเทรา 24000
โทร : 033 058 536,099 365 3914

ขนมเปี๊ยะไส้ลูกตาล

วิสาหกิจชุมชน กลุ่มขนมบ้านบุญมี (3)
39/5 หมู่ที่ 1 ถนนปากน้ำ-หัวไทร
ต .ปากน้ำ อ.บางคล้า
จ.ฉะเชิงเทรา 24110
โทร : 038 133 174,
086 351 6080

แกงส้มปูทะเลไข่ยอดมะพร้าวอ่อน

มธุรส เรือนแพ (1)
193/2 ถนน มรุพงษ์ ต.หน้าเมือง
อ.เมือง จ.ฉะเชิงเทรา 24000
โทร : 038 511 958,081 864 2929

ข้าวโยธะกา

ตะโก้โรลมะม่วงแปดริ้ว

กรปรียา แปดริ้ว เบเกอรี่ & ขนมไทย (1)
33/3 ม.6 ต.โยธะกา อ.บางน้ำเปรี้ยว
จ.ฉะเชิงเทรา 24150
โทร : 065 356 6293,062 195 6629

ข้าวผัดกุ้งตากดาย

ครัมเบิลเค้กบัตเตอร์นัท

โกนี่ คาเฟ่ (1)
783 ต.บางขวัญ อ.เมือง
จ.ฉะเชิงเทรา 24000
โทร : 084 995 2519

ผัดไทยยอดมะพร้าวอ่อนกุ้งแม่น้ำย่าง

บางคล้าคาเฟ่ แอนด์ เรสเตอรอง (2)
เลขที่ 2 ถนนระเบียบกิจอนุสรณ์
ต.บางคล้า อ.บางคล้า
จ.ฉะเชิงเทรา 24110
โทร : 082 510 4538

น้ำสลัดกรีนวิลล์

กระเช้าผักกรีนวิลล์

สลัด ณ บางกระเจ็ด

กรีนวิลล์ ฟาร์มคาเฟ่ (9)
82/10 ม.4 ต.บางกระเจ็ด อ.บางคล้า
จ.ฉะเชิงเทรา 24110
โทร : 061 828 8880

แกงรัญจวน

วิลิศมาหรา บางคล้า (8)
270 ถนนประชาเนรมิต ต.บางคล้า
อ.บางคล้า จ.ฉะเชิงเทรา 24110
โทร : 095 118 1688

กุ้งทองวัชรี

วัชรี เฮาส์ คาเฟ่ แอนด์ บาร์ (2)
147 ถนนหน้าเมือง ต.หน้าเมือง
อ.เมืองฉะเชิงเทรา
จ.ฉะเชิงเทรา 24000
โทร : 097 991 9469

8RIEW DESSERT

ข้าวผัดมะม่วงน้ำดอกไม้

ปลาชุม PLACHUM CAFÉ' & BISTRO (3)
9 ถนนศรีโสธรตัดใหม่ ต.หน้าเมือง
อ.เมืองฉะเชิงเทรา
จ.ฉะเชิงเทรา 24000
โทร : 080 557 7661

ชิฟฟ่อนลูกจากและ
ชิฟฟ่อนใบเตยมะพร้าวลาวา

ยำลูกจาก 8 ริ้ว

8 Riew We House (4)
เลขที่ 70/1 ถนนศรีโสธรตัดใหม่
ต.หน้าเมือง อ.เมือง
จ.ฉะเชิงเทรา 24000
โทร : 081 863 2957

สีสันของน้ำดอกไม้

เดอะริเวอร์บาร์น ฉะเชิงเทรา (5)
496 ถนนศุภกิจ ต.หน้าเมือง
อ.เมืองฉะเชิงเทรา
จ.ฉะเชิงเทรา 24000
โทร : 038 515 892, 086 096 2992

กุ้งชาวน้ำ

ข้าวต้มมัด

โรงแรม บ้านนายถึก (6)
28 หมู่ 2 ต.คลองนา
อ.เมืองฉะเชิงเทรา
จ.ฉะเชิงเทรา 24140
โทร : 094 864 0999, 063 395 9333

กุ้งแม่น้ำเผา-ซอสมะม่วง

บิงซูมะม่วง-ปลาแห้ง

ร้านอาหารเอกเขนก แปดริ้ว (7)
32/19 ถนนศุขประยูร ต.หน้าเมือง
อ.เมือง จ.ฉะเชิงเทรา 24000
โทร : 081 949 1394

กองบรรณาธิการ
Thailand Gastronomy Network

บรรณาธิการบริหาร
ผศ.ดร.จุฑามาศ วิศาลสิงห์

บรรณาธิการ
สุทธิมา เสืองาม

บรรณาธิการภาพ
กฤษฎากร สุขมูล

บรรณาธิการฝ่ายศิลป์
เนติมา ปิงกุลธนกิตต์

กราฟิกดีไซน์
ธเนศ ทัพเงิน

วาดภาพประกอบ
อิสริยา ศิรินิรันดร์

ผลิตโดย
Thailand Gastronomy Network

ขอขอบคุณ

สมัครสมาชิกร่วมเป็นเครือข่ายวัฒนธรรมอาหารประเทศไทย

www.thailandgastronomynetwork.com

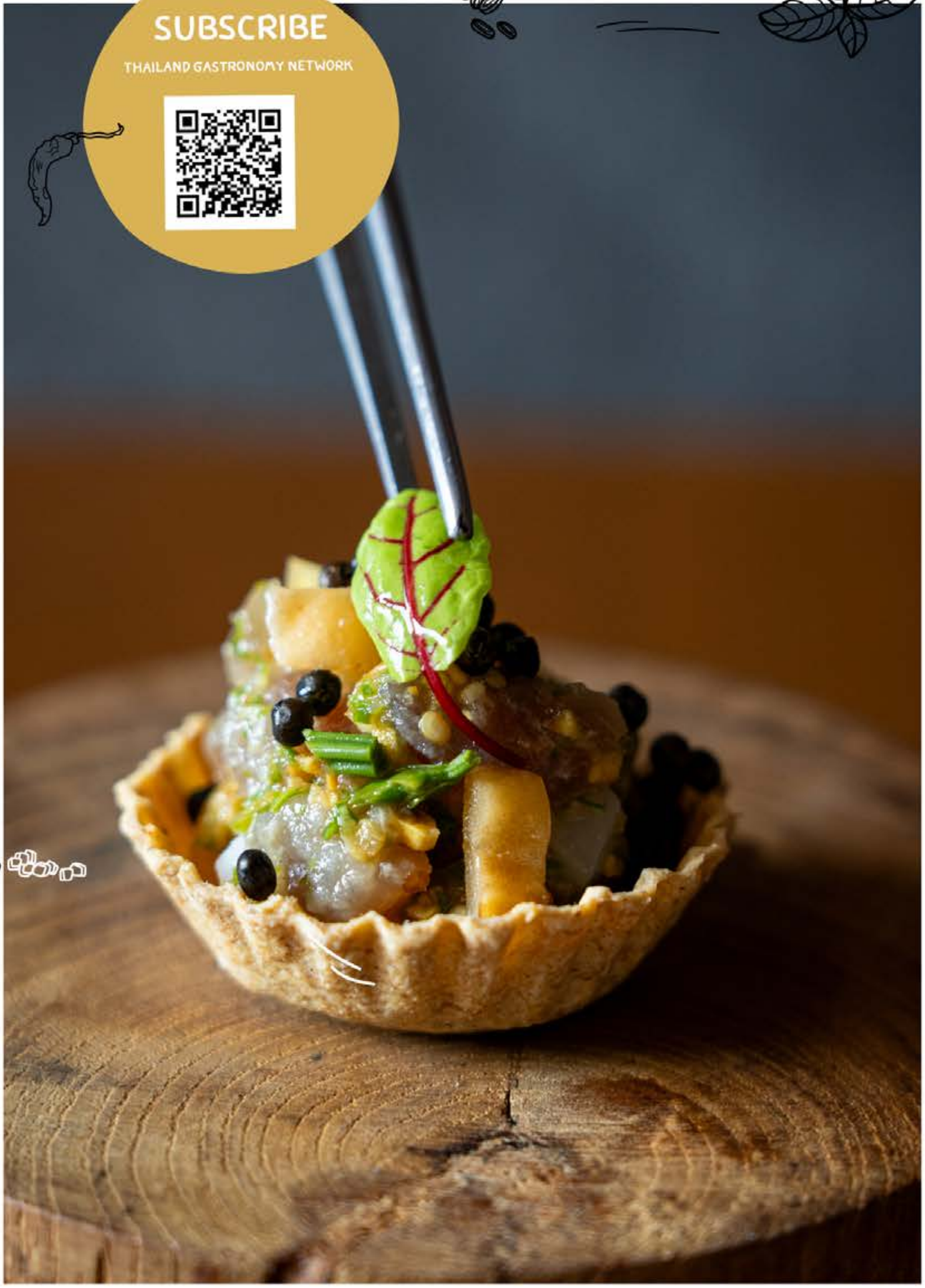
INTEGRATED SMART GASTRONOMY DESIGN

ISGD

TGN

SUBSCRIBE

THAILAND GASTRONOMY NETWORK



THE MASTER

เพิ่มโอกาส สร้างอาชีพ สู่การเป็นผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทาง ด้านการออกแบบวัฒนธรรมอาหาร

ฝึกคิด ออกแบบ และลงมือปฏิบัติจริงกับ THE MASTER ผู้เชี่ยวชาญจากหลายสาขา เพื่อพัฒนาทักษะด้านการออกแบบวัฒนธรรมอาหารสู่การเป็นผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางของเครือข่ายวัฒนธรรมอาหารประเทศไทย

ติดต่อสอบถาม Thailandgastronomy network@gmail.com
Line Official :@thailandgastronomy