



Fermentation

“หมักดอง” อาหารจากรากเหง้าสู่รากเรา

อ. ดร. นิพัทธ์ชนก นางพินิจ

- สร้างความเข้าใจยังลึก ถึงรากเหง้า “ความเป็นตัวเรา” เพื่อสร้าง “ตัวตน” บนความภาคภูมิใจ วัฒนธรรมอาหารไท(ย) ให้กับคนรุ่นใหม่ในฐานะ “ผู้สืบสาน-ส่งต่อ” วัฒนธรรมอาหารไท(ย) ในเวทีโลก
- เปิดมุมมองใหม่การพัฒนาระดับอาหารหมักดอง ในวิธีคิดของนักมนุษยวิทยาอาหาร เพื่อการสร้างสรรค “นวัตกรรม”



บริบทโลก บริบทเรา
“โฮซารส”แห่งอาหารหมักดอง
เป็นรากหยั่งลึกและนำสู่การแตกแขนงสาขา



Cr. <https://www.flickr.com/photos/40995944@N00/4561189644/in/photostream>





Cr. <https://www.alldayieat.com/recipe>







ปัจจัยด้านสุขภาพเชื่อมต่อโลก
ของการหมักดองเข้าหากัน



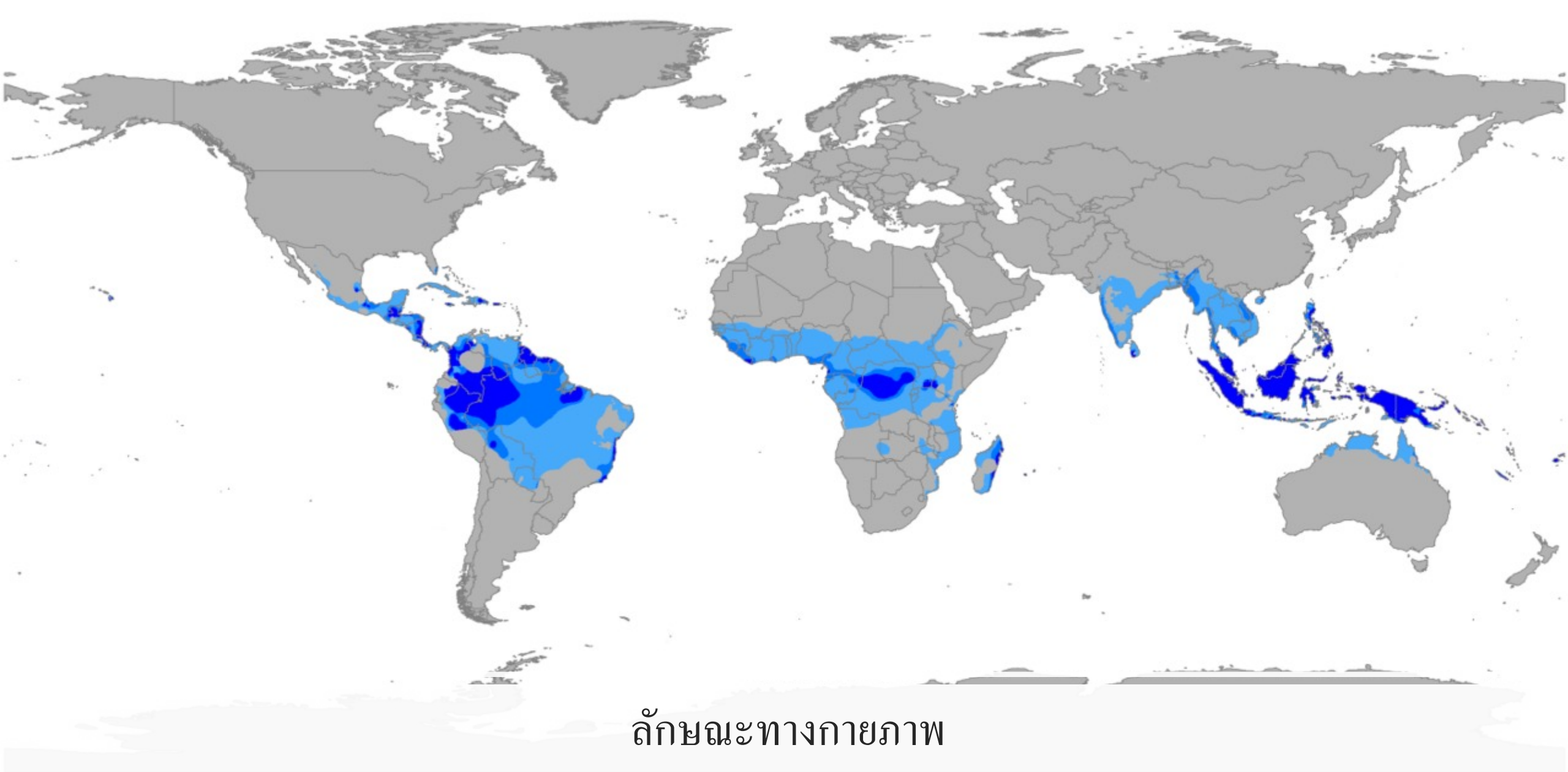
“ नेताแล้วอรรอย ”

สมบัติร่วมกันของชาวอุษาคเนย์

- ปลาร้า ไทย
- ปลาฮอก กัมพูชา
- บากุง ฟิลิปปินส์
- มั้ม เวียดนาม
- เบกาซั้ม มาเลเซีย
- บากาแซง อินโดนีเซีย

วัฒนธรรมร่วม
อุษาคเนย์ในอาเซียน
สุจิตต์ วงษ์เทศ





	Af		BWh		Csa		Cwa		Cfa		Dsa		Dwa		Dfa		ET
	Am		BWk		Csb		Cwb		Cfb		Dsb		Dwb		Dfb		EF
	Aw		BSh		Csb		Cwb		Cfb		Dsb		Dwb		Dfb		EF

ค่าเฉลี่ยปริมาณฝนของประเทศไทยแบ่งตามภาค				
ภาค	ฤดูร้อน (มม.)	ฤดูฝน (มม.)	ฤดูหนาว (มม.)	จำนวนวันฝนตกใน 1 ปี
เหนือ	187.3	943.2	100.4	122
ตะวันออกเฉียงเหนือ	224.4	1,103.8	76.3	116
กลาง	205.4	942.5	127.3	116
ตะวันออก	277.3	1,433.2	178.4	130
ใต้ฝั่งตะวันออก	229.0	608.0	827.9	145
ใต้ฝั่งตะวันตก	411.3	1,841.3	464.6	178
หมายเหตุ: ค่าเฉลี่ยในคาบ 30 ปี (พ.ศ. 2524–2553) อ้างอิง: ^[2]				





คนไทยมาจากไหน

คำตอบจากรหัสพันธุกรรม

- 1 เนินอุโลก (NUL)
- 2 บ้านหลุมข้าว (BLK)
- 3 ชาวบน (ChB)
- 4 เขมร (KhM)
- 5 ชอง (Chg)
- 6 ไทยโคราช (Th-K)
- 7 ไทยขอนแก่น (Th-KK)
- 8 ไทยเชียงใหม่ (Th-Cm)
- 9 ไทยภาคเหนือ (Th-N)
- 10 ผู้ไทย (PTh)
- 11 ลาวโซ่ง (LSg)
- 12 จ้วง (Zhg)
- 13 ลีซอ (Lsu)
- 14 มูเซอ (MsR)
- 15 อ้ายยูนนาน (H-Yn)
- 16 อ้ายกวางตุ้ง (H-Gd)
- 17 อ้ายอู๋อัน (H-Wh)
- 18 อ้ายชิงเต่า (H-Qd)
- 19 อ้ายเหลียวหนิง (H-Ln)
- 20 อ้ายซินเจียง (H-Xj)
- 21 ทิเบต (Ti-Qh)
- 22 กลุ่มคนที่อาศัยอยู่แถว

YOU WERE THERE

กลุ่มคนภาคใต้ของจีน

กลุ่มคนไทย
จากท้องถิ่นต่างๆ

เราอยู่ที่นี้มาตั้งนานแล้ว
แต่เราไม่ใช่คนไทย...

- ชาติพันธุ์ข้างบนรอบกันบ้าง อยู่ด้วยกันบ้าง เป็นเครือญาติ หยิบยืมภาษา แลกเปลี่ยนเรียนรู้กันเสมอ
- มีวัฒนธรรมใหญ่นอกพื้นที่แต่เข้ามามีอิทธิพลต่ออาหารมากคือ อินเดีย กับ จีน

อังคัก ทำจากข้าว

Cr. https://krua.co/food_story/redyeastrice/



KRUA.C





WORDY GURU

สาโท

คำบาลี สาท

คำสันสกฤต สุวาท

ความหมาย ยินดี. (ไทย) น้ำเมาที่ได้จากการหมัก ยังไม่ได้กลั่น เช่น น้ำขาว อุ กะแช่.

คำบาลีและสันสกฤตที่ไทยนำมาใช้

🐦: @wordyguru 📘: Wordy Guru

ดูกแป้ง

Cr. <https://surathai.files.wordpress.com/2011/05>



หม่ำ ปลาต้ม แหนม

เนื้อสัตว์ ข้าวสุก เกลือ กระเทียม



“อรร้อย” กายภาพและจิตวิญญาณที่มีหน่วยบุญให้นับ

บุญทั้ง 10 จำพวกนี้แลอันมี

บุญอันเป็น**อารมณ์**แล 6 โสตาฯ บุญอันใด
อันเป็น**อารมณ์**อื่น อนึ่งเห็น**อารมณ์**เพื่อ
อันเป็นบุญด้วย**ตา**แล บันดาลใจเป็น**อารมณ์**
แล้วจึงมากระทำบุญฯ อนึ่ง **ได้ยินเสียง**อัน
จะเป็นบุญ ด้วยเป็น**อารมณ์**จึงมาทำบุญฯ
อนึ่งหอม**กลิ่น**อันเป็นบุญด้วย**จมูก** เป็น
อารมณ์

จึงมากระทำบุญฯ อนึ่ง กินอาหาร**สะอาด**เพื่อ
อันเป็นบุญด้วย**ลิ้น**เป็น**อารมณ์** จึงมาทำบุญ
แลให้ทาน... ฯ



“เกี๊ยม” ในเจียะม้วย





บ้างว่า “เหม็น”
บ้างว่า “หอม”



ผักดองรสต่างๆในหมรับขนมจีน



อาชาด
กับอาหารมุสลิม
ทั้งหลาย

สรุป หมักดองสำคัญอย่างไร

“การกิน” อาหารหมักดองสำคัญด้วยการเป็นนิเวศน์

- คุณค่าทางกายภาพกับความมั่นคงทางอาหาร
 - กับตัวเรา เช่น อิ่มท้อง การเข้าถึงอาหาร สุขภาพที่แข็งแรง
 - การยืดอายุอาหารและปริมาณอาหารที่พอต่อการบริโภค
 - กับสิ่งแวดล้อม ตั้งแต่ระดับจุลชีพ(microbes) ขึ้นมา
- คุณค่าทางวัฒนธรรม
 - อาหารที่ต้องรสนิยมเราและแบ่งปันชื่นชมได้ครั้งแล้วครั้งเล่า
- คุณค่าทางเศรษฐกิจสังคม
 - craft products/ artisan
 - industrial products





gout de terroir

collaborate +
coevolution



human, animal, plant and
microbes

Sense of Place/
Taste of Earth



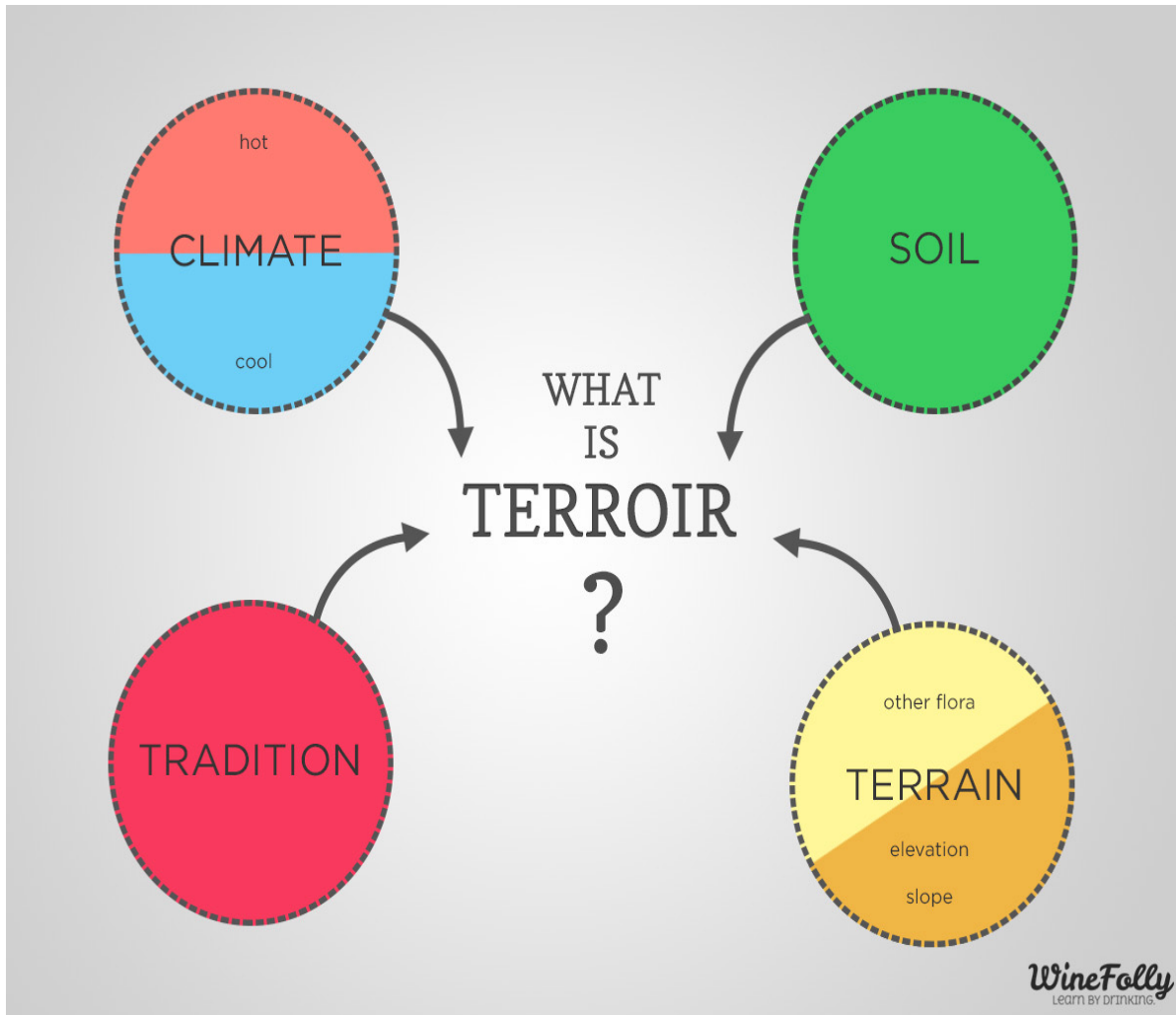
กุศุมรสถางผัสสะในอาหาร

- Sensory
 - ผัสสะทั้งหมดที่รับรสอาหาร
- culture
 - Land and its creatures; plants, animals, fungi and bacteria

หมักคองกับความท้าทาย

- โลกร้อนและความขาดแคลนทรัพยากร
- **Daily life** ที่มีอาหารผลิตป้อนโดยการค้า
- **gone generation**
- เมืองที่เติบโตและเร่งรีบ
 - ครอบครัวเดี่ยว/ คนเดี่ยว





Terroir องค์ประกอบทางสิ่งแวดล้อม

CHAMPAGNE



PROSECCO **VS** CHAMPAGNE



Grape : Glera

2nd Fermentation :
In a big tank

Age 7 Years Max

Bright
Floral, Fruity

Grape : Chardonnay
Pinot Noir/ Pinot Meunier

2nd Fermentation :
In a bottle

Age 10+ Years

Complex
Citrus, Creamy



@winemanthailand

Natural and Organic Wine

- รสชาติของไวน์เหล่านี้ได้รับความนิยมมากกับตลาดทางเลือกของผู้บริโภคไวน์ทั้งในฝรั่งเศสและนานาชาติ
- ข้อที่น่าสนใจคือ ไวน์กลุ่มนี้เลียนแบบกระบวนการหมักบ่มแบบโบราณซึ่งรวมถึงความเข้มงวดการนำจุลชีพอย่างที่มีในอดีตมาใช้



Artisan Made



นวัตกรรม?

- ปัญหาของอาหารหมักดองที่ควรหาวิธีนำพาการหมักดองให้พ้นไป
 - กระบวนการที่พลาดหรือถูกแทรกแซงด้วยสารปนเปื้อนและเป็นอันตรายต่อสุขภาพ
 - คำที่ต้องพินิจดูให้ดีเหมือนเหรียญสองด้านในวงการ **mass production** กับความพยายาม **standardization** ยกตัวอย่าง อาหารปลอดภัย, ความสะอาด, สารอาหาร, ประสิทธิภาพ !!!
- ผลประโยชน์ที่เกิดเป็นยาเป็นโรคเป็นเรื่องที่จะต้องพัฒนาต่อไป คุณูปการที่จะมีต่อมนุษยชาติโดยเฉพาะในยุคที่มองไปทางไหนก็มีแต่คนสูงอายุ
- The art of fermentation, Sandor Ellix Katz
 -การเข้าใจกระบวนการ **collaboration** และ **coevolution** ระหว่าง human, animal, plant and microbes ที่เคยได้รสชาติออกมาดีจะต้องถูกทำความเข้าใจและเก็บรักษาระบบนิเวศน์เหล่านั้นไว้ให้ดี