

คำแสดงโภชนลักษณะในตำราอาหารไทย: ศึกษาใน “ตำรากับเข้า”
ของหม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์*
COOKING TERMS IN THAI COOKBOOK: AN ANALYSIS OF LADY
SOMCHIN RACHANUPRAPHAN'S TAMRA KAPKHAO

ภาสพงศ์ ผิวพอใช้

Passapong Pewporchai

มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี

Ubon Ratchathani University, Thailand

E-mail: bhasabong@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาคำแสดงโภชนลักษณะหรือคำศัพท์การประกอบอาหารที่ปรากฏในตำราอาหารชื่อว่า “ตำรากับเข้า” ของหม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์ (ขุนนาง) ซึ่งพิมพ์ในปี รศ. 109 ตรงกับพุทธศักราช 2433 และถือว่าเป็นตำราอาหารรวมเล่มเล่มแรกของไทย ผลการศึกษาพบว่า “ตำรากับเข้า” ของหม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์ ปรากฏคำแสดงโภชนลักษณะจำแนกออกได้ 4 กลุ่มหลัก ได้แก่ กลุ่มคำแสดงโภชนลักษณะเกี่ยวกับประเภทอาหาร กลุ่มคำแสดงโภชนลักษณะเกี่ยวกับอุปกรณ์เครื่องครัว กลุ่มคำแสดงโภชนลักษณะเกี่ยวกับเครื่องปรุงอาหาร และกลุ่มคำแสดงโภชนลักษณะการทำให้อาหารสุก ทั้งนี้คำแสดงโภชนลักษณะดังกล่าว ยังสะท้อนให้เห็นวัฒนธรรมต่าง ๆ ของคนไทย โดยเฉพาะการรับประทานอาหารซึ่งพบว่าในสมัยรัชกาลที่ 5 และสมัยปัจจุบันยังคงมีความคล้ายคลึงกัน อย่างไรก็ตาม วิถีชีวิตในการประกอบอาหาร อาทิ สัตว์บางชนิดที่ในอดีตใช้ประกอบอาหาร แต่ในปัจจุบันกลับไม่นิยมมากนัก ได้แก่ ตะพาบน้ำ ตัวอ่อน ตัวแด้ นอกจากนี้ “ตำรากับเข้า” ยังสะท้อนให้เห็นว่าคนไทยมีภูมิปัญญาด้านการปรุงรสอาหาร ภูมิปัญญาด้านการแต่งกลิ่น ภูมิปัญญาด้านการใช้พืชสมุนไพรในการปรุงอาหาร และภูมิปัญญาด้านการกะเนเวลาในการประกอบอาหาร คนไทยสามารถประสมและจับคู่วัตถุดิบต่าง ๆ หรือประเภทของอาหารจานต่าง ๆ เพื่อให้ได้องค์ประกอบในการรับประทานที่ดียิ่งขึ้น ทั้งในอาหารหนึ่งอย่างหรืออาหารหลายชนิดในหนึ่งสำรับ นอกจากนี้ยังมีการติดต่อสื่อสารหรือมีความสัมพันธ์กับชาวต่างชาติจึงก่อให้เกิดแลกเปลี่ยนหรือการแพร่กระจายทางวัฒนธรรม มีการผสมผสานระหว่างอาหารไทยกับอาหารชาติอื่น ๆ หรือมีการปรับอาหารชาติอื่น ๆ มาเป็นอาหารไทยด้วย

* Received 19 November 2020; Revised 18 April 2021; Accepted 19 April 2021



คำสำคัญ: คำแสดงโภชนลักษณะ, ตำราอาหารไทย, หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์

Abstract

The objectives of this article were to study cooking terms which were used in a cookbook called “Tamra Kapkhao.” This cookbook was composed by Lady Somchin Rachanupraphan (Bunnag) and it was firstly published in Rattanakosin Era 109 (B.E. 2433). The cookbook was acknowledged as the first Thai cookbook. Results of the study revealed that the cooking terms utilized in the “Tamra Kapkhao” could be classified into four types including types of food, kitchen tools and utensils, cooking ingredients, and cooking methods. These four types of the cooking terms as realized through Lady Somchin Rachanupraphan’s cookbook also reflected various aspects of Thai culture. Especially, Thai people’s ways of food consumption. This shall be traced that the Thai food consumption in the Rama 5th era and the present time are similar in various aspects. However, there were some changes occurred. To exemplify, some ingredients were commonly used in cooking in the past but such ingredients are not frequently used in the present. For example, animals such as soft-shelled turtles, bamboo rats, and ground lizards. Moreover, the “Tamra Kapkhao” also echoed that Thai people possess various cooking and food consumption wisdoms such as enhancing tastes, flavoring, and making use of herbs. Thai people have given importance to timing for cooking each dish as well as pay attention to plating and arranging a meal tray. Thus they could design good mixing and perfect matching of ingredients or types of food for making a better combination. This mixing and matching wisdom is reckoned both to a given dish and arranging different types of food in a serving tray. In addition, Thailand has been contacted with foreigners, as a result, exchange and acculturation of food have occurred. Some foreign dish have been adopted and adjusted to be Thai dish as well.

Keywords: Cooking Terms, Thai Cookbook, Lady Somchin Rachanupraphan

บทนำ

ตำรากับข้าว ของหม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์ เป็นตำราอาหารที่จัดพิมพ์ขึ้นในสมัยรัชกาลที่ 5 โดยพิมพ์ครั้งแรกในปี ร.ศ. 109 ซึ่งตรงกับพุทธศักราช 2433 ตำราอาหารนี้บอกจุดประสงค์ของการพิมพ์เผยแพร่ไว้อย่างชัดเจนว่า “เรียบเรียงขึ้นสำหรับผู้ที่ไม่เข้าใจในการหุง



ต้ม จะได้เป็นแนวทางรู้วิธีที่จะใช้ในครัวไทย ๆ เรานี้โดยง่าย” (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433) ตำราอาหารเล่มนี้ เน้นการนำเสนออาหารประเภทแกง เช่น แกงมาชะแมนเนื้อโค (มีสมันเนื้อ) แกงกะหล่ำไก่ (แกงกะหรี) แกงเผ็ดไก่ ต้มยำ ต้มโคล้ง ผู่ฉี่ ฯลฯ ซึ่งเป็นอาหารจานหลัก โดยบางรายการมีการใช้วัตถุดิบในการปรุงอาหารที่เป็นเนื้อสัตว์ป่าอยู่ในรายการอาหาร อาทิ แอ้ อ้น ตะพาบน้ำ กบ จิ้งกวด (ตะกวด) นกเป็ดน้ำ สุนัขป่า เช่น แกงบวชนกเป็ดน้ำ ต้มยำปลาไหลสด แกงคั่วส้มตะพาบน้ำ แกงคั่วอ้น และยำแอ้ แสดงให้เห็นถึงวัฒนธรรมการบริโภคอาหารในอดีตส่วนหนึ่ง และอีกส่วนหนึ่งสันนิษฐานว่าผู้เป็นเจ้าของตำรับมีความถนัดในอาหารประเภทนี้ ตำราอาหารดังกล่าวมีการใช้ภาษาแสดงกรรมวิธีในการประกอบอาหารอย่างชัดเจน ตำราอาหารนี้มีการแบ่งออกเป็น 2 ภาค ภาคแรกเป็นตำราอาหารควาว่าด้วยการหุงต้มในครัวไทย เริ่มต้นจากสูตรแกงเผ็ด ต้ม ผู่ฉี่ นึ่ง ปลา และผัด ภาคที่สอง ว่าด้วยตำราอาหารหวาน

Hanuman, T. K. และเปรม สอนสมุทร กล่าวว่า หนังสือตำรากับเข้าของหม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์ น่าจะเป็นหนังสือคู่มือการประกอบอาหารที่สมบูรณ์ที่สุดพิมพ์มาก่อนแม่ครัวหัวป่าก์ และก่อนจัดพิมพ์หนังสือปะทานุกรม การทำของควาหวานอย่างฝรั่งแลสยาม จึงอาจถือได้ว่าเป็นตำราอาหารรวมเล่มเล่มแรกของไทยและถือเป็นหนังสือหายากเพราะไม่ค่อยเป็นที่แพร่หลายนักและไม่มีการพิมพ์ซ้ำมากเช่นแม่ครัวหัวป่าก์ ตำรากับเข้าของหม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์มีความโดดเด่นในด้านการให้รายละเอียดของเครื่องปรุง สัดส่วน และวิธีการปรุงไว้อย่างเด่นชัดนำเสนอขั้นตอนในการประกอบอาหารได้เข้าใจง่ายและใช้ภาษาที่อธิบายกรรมวิธีในการประกอบอาหารได้อย่างชัดเจน ผู้มาศึกษาภายหลังสามารถปฏิบัติตามได้ อีกทั้งยังสะท้อนวิถีชีวิตและรสนิยมการรับประทานอาหารของผู้คนในสมัยรัชกาลที่ 5 ได้อย่างเด่นชัด นับได้ว่าเป็นตำราอาหารของคนไทยที่มากด้วยคุณค่าและเป็นต้นแบบให้กับคนรุ่นหลังได้ศึกษาและเรียนรู้เกี่ยวกับอาหารไทยและวัฒนธรรมด้านการบริโภคอาหารของคนไทยในอดีตที่แฝงอยู่ในตำราอาหารฉบับนี้ (Hanuman, T. K., 2016); (เปรม สอนสมุทร, 2560)

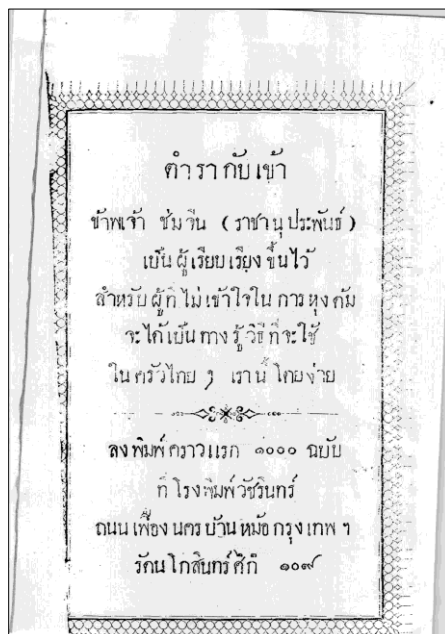
ด้วยเหตุที่ตำรากับเข้า ของหม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์ เป็นตำราอาหารเล่มแรกของไทยจึงมีความสำคัญทั้งในแง่การใช้ภาษาและประวัติศาสตร์ ทำให้ผู้วิจัยสนใจศึกษาเกี่ยวกับลักษณะคำศัพท์การประกอบอาหารว่ามีลักษณะเช่นไร และสะท้อนให้เห็นวัฒนธรรมการบริโภคของผู้คนในอดีตอย่างไร

คำแสดงโภชนลักษณะในตำรากับเข้า ของหม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์

“ตำรากับเข้า” เป็นตำราอาหารที่เขียนขึ้นโดยหม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์ซึ่งเป็นภริยาคนหนึ่งของพระยาราชานุประพันธ์ (สุใจ บุณนา) หม่อมชมจีนมีชื่อเสียงทั้งในด้านการขับร้องเพลงไทยและการครัว ท่านได้เรียบเรียงตำราอาหารนี้ขึ้นในสมัยรัชกาลที่ 5 พิมพ์ครั้งแรกในปี ร.ศ. 109 ซึ่งตรงกับพุทธศักราช 2433 ตำราอาหารเล่มนี้มีความเก่าแก่และน่าสนใจที่จะศึกษาเกี่ยวกับคำที่เกี่ยวกับอาหารการกิน โดยในบทความนี้จะเรียกคำที่เกี่ยวข้องกับอาหาร



การกินทั้งหมดว่า “คำแสดงโภชนลักษณะ” ซึ่งหมายรวมถึงคำเรียกอาหาร อุปกรณ์การทำอาหาร เครื่องปรุงอาหาร ตลอดจนวิธีทำอาหาร



ภาพที่ 1 “Recipe of Lady Somchin Rachanupraphan” book’s cover

เมื่อแต่ละท้องถิ่นมีสภาพทางภูมิประเทศต่างกัน สิ่งที่น่ามาบริโภคย่อมจะแตกต่างกันไปเช่นกัน รวมไปถึงชื่ออาหารและคำเรียกชื่อการทำอาหารอุปกรณ์การทำอาหาร เครื่องปรุงอาหารก็ย่อมจะแตกต่างกันด้วย โดยงานวิจัยของสุนันท์ อัญชลินกุล ที่ศึกษาคำแสดงโภชนลักษณะในตำราอาหารไทยของหม่อมหลวงเดิบ ชุมสายและเว็บไซต์ปลาแดก (สุนันท์ อัญชลินกุล, 2550) ผู้วิจัยคนเดียวกันที่ศึกษาการเปรียบเทียบคำแสดงโภชนลักษณะในภาษาไทย ภาษาอังกฤษและภาษาฝรั่งเศส (สุนันท์ อัญชลินกุล, 2551) ภาสพงศ์ ผิวนพอใช้ ที่ศึกษาคำแสดงโภชนลักษณะในตำราแม่ครัวหัวป่าก์ของท่านผู้หญิงเปลี่ยน ภาสกรวงศ์ (ภาสพงศ์ ผิวนพอใช้, 2560) ผู้วิจัยคนเดียวกันที่ศึกษาการเปรียบเทียบคำแสดงโภชนลักษณะในภาษาไทยและภาษาลาว (ภาสพงศ์ ผิวนพอใช้, 2563) รวมไปถึงบทความวิจัยของ จุฑารัตน์ นามวงษ์ และภาสพงศ์ ผิวนพอใช้ ที่ศึกษาคำกริยาการต้มน้ำเกี่ยวกับการประกอบอาหารโดยศึกษาจากตำรากับข้าวของหม่อมหมื่นจัน ราชานุประพันธ์ งานวิจัยเหล่านี้พบว่าคำศัพท์ที่เกี่ยวกับการประกอบอาหารมีบทบาทสำคัญในการสะท้อนให้เห็นศิลปวัฒนธรรมและค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของคนไทยด้วยกันทั้งสิ้น (จุฑารัตน์ นามวงษ์ และภาสพงศ์ ผิวนพอใช้, 2562)



การศึกษาคำแสดงโภชนลักษณะที่ปรากฏในหนังสือตำรากับเข้า ของหม่อมหม่อมจัน ราชานุประพันธ์ แบ่งออกเป็น 4 กลุ่มหลัก คือ กลุ่มคำแสดงโภชนลักษณะเกี่ยวกับประเภทอาหาร กลุ่มคำแสดงโภชนลักษณะเกี่ยวกับอุปกรณ์เครื่องครัว กลุ่มคำแสดงโภชนลักษณะเกี่ยวกับเครื่องปรุงอาหาร กลุ่มคำแสดงโภชนลักษณะการทำให้อาหารสุก โดยในแต่ละกลุ่มมีรายละเอียดดังนี้

1. กลุ่มคำแสดงโภชนลักษณะเกี่ยวกับประเภทอาหาร

ประเภทอาหารที่ปรากฏใน “ตำรากับเข้า” ของหม่อมหม่อมจัน ราชานุประพันธ์มีทั้งอาหารคาว อาหารหวานและอาหารว่าง แบ่งเป็นประเภทต่าง ๆ ได้แก่ อาหารประเภทแกง อาหารประเภทต้ม อาหารประเภทฉู่ฉี่ อาหารประเภทหมก อาหารประเภทนึ่ง อาหารประเภทยำ อาหารประเภทพล่า อาหารประเภทผัด ส่วนอาหารประเภทขนมหวานจะปรากฏชื่อขนมหวานประเภทผลไม้และประเภททั่วไป โดยมีรายละเอียดดังนี้

1.1 อาหารประเภทอาหารคาว

อาหารคาวในตำรากับเข้าของหม่อมหม่อมจัน ราชานุประพันธ์ ไม่ระบุชื่ออาหาร แต่จะระบุประเภทของอาหาร โดยแบ่งออกได้เป็นประเภทต่าง ๆ เช่น ประเภทแกง ที่แบ่งเป็นประเภทที่ระบุคำว่าแกง ประเภทที่ระบุรสแกง ประเภทแกงข้าวและแกงข้าวสั้ม ประเภทต้มยำ ประเภทแกงส้ม ประเภทฉู่ฉี่ ประเภทหมก ประเภทยำ ประเภทพล่า ประเภทผัด ประเภทนึ่ง เป็นต้น

1.1.1 ประเภทที่ ระบุคำว่า “แกง” พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน 2554 ให้ความหมายคำว่า “แกง” ไว้ว่า “น. กับข้าวประเภทที่มีน้ำ มีชื่อต่าง ๆ ตามวิธีปรุงและเครื่องปรุง” ชื่ออาหารประเภทต้มแกงใน “ตำรากับเข้า” ของหม่อมหม่อมจัน ราชานุประพันธ์ แบ่งออกเป็น ประเภทที่ระบุคำว่า “แกง” ประเภทที่ระบุรสแกง ประเภทแกงข้าวและแกงข้าวสั้ม ประเภทแกงส้ม ประเภทแกงบวน ประเภทแกงมาชะแมน และประเภทแกงกะหลี่ แกงแต่ละประเภทอาจใช้วัตถุดิบหลักต่าง ๆ กัน เช่น แกงเผ็ดปลาไหล แกงเผ็ดไก่ แกงเผ็ดปลาตุ๊ก แกงเผ็ดปลาฉาดสับเทียมนก แกงข้าวสั้มลูกชิ้นปลาทราย/ปลาฉลาด แกงข้าวสั้มปลาไหลย่าง แกงข้าวสั้มตะพาบน้ำ แกงข้าวสั้มเป็ด แกงข้าวสั้มเนื้อย่างกับยอดสามสิบ แกงข้าวอัน แกงข้าวสั้มขาสุนัขเทียมตะพาบน้ำ แกงข้าวสั้มเนื้อสุกร แกงข้าวสั้มเนื้อสุกรป่า แกงไก่ข้าวสั้ม แกงข้าวแมงดา แกงข้าวกบ แกงข้าวศิระปลาแห้ง แกงไก่ข้าวกะทิ แกงข้าวปลาไหลสด คลุกโลหิต แกงข้าวแย่าง แกงข้าวเนื้อสดเยื่อต่าง ๆ แกงข้าวเนื้อจิ้งกวดย่าง แกงข้าวลูกไก่อ่อน แกงข้าวปลากะต๋ิม แกงเผ็ดเนื้อสุกร แกงเผ็ดปลาหมอ แกงปลาเทโพกับผักบึงแกงส้มปลาสังกะวาด แกงส้มปลาสาวยกกล้วย สาวยหมู แกงส้มเนื้อสุกร แกงส้มปลาเทโพใส่ใบบอน แกงส้มปลาสาวยกกล้วย ปลาช่อน ปลากดคคลัง แกงบวนนกเป็ดน้ำ แกงบวนนกเป็ดน้ำ แกงมาชะแมนไก่ แกงมาชะแมนเนื้อโค แกงมาชะแมนเนื้อแพะ เป็นต้น (ราชบัณฑิตยสถาน, 2556)



1.1.2 ประเภทที่ระบุรสแกง เช่น แกงเผ็ดปลาไหล แกงเผ็ดไก่ แกงเผ็ดปลาตุก แกงเผ็ดปลาฉลาดสับเทียมนก แกงส้มปลาสังกะวาด แกงส้มปลาสาวยกกล้วย สาวยหมู แกงส้มเนื้อสุกร แกงส้มปลาเทโพใส่ใบบอน แกงส้มปลาสาวยกกล้วย ปลาช่อน ปลากด คลัง

1.1.3 ประเภทแกงคั่วและแกงคั่วส้ม พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน 2554 ให้ความหมายคำว่า “แกงคั่ว” และ “แกงคั่วส้ม” ไว้ว่า แกงคั่ว คือ แกงกะทิชนิดหนึ่งคล้ายแกงเผ็ดแต่มีรสออกเปรี้ยว ปรากฏในชื่อต่าง ๆ ได้แก่ แกงข้าวส้ม ลูกชิ้นปลาทรายปลาฉลาด แกงข้าวส้มปลาไหลย่าง แกงข้าวส้มตะพาบน้ำ แกงข้าวส้มเป็ด แกงข้าว ส้มเนื้ออย่างกับยอดสามสิบ แกงข้าวอัน แกงข้าวส้มขาสุกรเทียมตะพาบน้ำ แกงข้าวส้มเนื้อสุกร แกงข้าวส้มเนื้อสุกรป่า แกงไก่ข้าวส้ม แกงข้าวแมงดา แกงข้าวกบ แกงข้าวศรีษะปลาแห้ง แกงไก่ข้าว กะทิ แกงข้าวปลาไหลสดคลุกโลหิต แกงข้าวแย่าง แกงข้าวเนื้อสด แกงข้าวเนื้อจิ้งกวดย่าง แกงข้าว ลูกไก่อ่อน แกงข้าวปลากะตัง (ราชบัณฑิตยสถาน, 2556)

1.1.4 ประเภทต้มยำ พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน 2554 กล่าวว่า ต้มยำ หมายถึง ชื่อแกงอย่างหนึ่งใช้เนื้อปลาหรือเนื้อสัตว์อื่นต้มในน้ำเปล่าหรือในกะทิ ใส่ตะไคร้ ใบมะกรูด และปรุงรสเปรี้ยวเค็ม อาจใส่น้ำพริกเผา ปรากฏในชื่อต่าง ๆ ได้แก่ ต้มยำ ปลาช่อน ต้มยำเห็ดโคน ต้มยำปลาไหลสดปลาไหลย่าง ต้มยำไก่ (ราชบัณฑิตยสถาน, 2556)

1.1.5 ประเภทแกงส้ม พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน 2554 กล่าวว่า แกงส้ม คือ แกงพวกหนึ่ง มีลักษณะคล้ายแกงเผ็ดแต่ไม่ใส่เครื่องเทศกะทิ หรือน้ำมัน มีรสเปรี้ยวด้วยน้ำส้มมะขาม ใช้ผัก ผลไม้ หรือดอกไม้บางอย่างเป็นต้น แกงกับเนื้อสัตว์ กุ้ง หรือปลา เรียกชื่อตามสิ่งนั้น ๆ ปรากฏในชื่อต่าง ๆ ได้แก่ แกงส้มปลาสังกะวาด แกงส้มปลา สาวยกกล้วย สาวยหมู แกงส้มปลาสาวยู แกงส้มเนื้อสุกร แกงส้มปลาเทโพใส่ใบบอน แกงส้ม ปลาสาวยกกล้วย ปลาช่อน ปลากดคลัง (ราชบัณฑิตยสถาน, 2556)

1.1.6 ประเภทฉู่ พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน 2554 กล่าวว่า ฉู่ คือ ชื่อแกงอย่างหนึ่ง คล้ายแกงคั่ว มีน้ำแกงข้น ถ้าไม่มีน้ำแกง เรียกว่า ฉู่แห้ง ปรากฏ ในชื่อต่าง ๆ ได้แก่ ฉู่ปลาสังกะวาด ฉู่ฉีกกระฉาบ ฉู่ปลาไหลย่าง ปลากระเบนย่าง ฉู่ฉีกหอยแครง (ราชบัณฑิตยสถาน, 2556)

1.1.7 ประเภทหมก พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน 2554 กล่าวว่า หมกเป็นการเรียกวิธีทำอาหารบางอย่างให้สุกด้วยการหมกไฟ ปรากฏในชื่อต่าง ๆ ได้แก่ ห่อหมกปลาช่อน (ราชบัณฑิตยสถาน, 2556)

1.1.8 ประเภทยำ พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน 2554 ให้ความหมายของ ยำ ไว้ว่า ชื่อกับข้าวอย่างหนึ่งที่ปรุงโดยเอาผักและเนื้อสัตว์เป็นต้นมาเคล้าเข้า ด้วยกัน ปรากฏในชื่อต่าง ๆ ได้แก่ ยำเต้านา ยำกบ ยำไก่ ยำจิ้งกวด ยำแย ยำเครื่องในโคเครื่อง ในเนื้อ (ราชบัณฑิตยสถาน, 2556)



1.1.9 ประเภทพลา พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน 2554 กล่าวว่า พลา คือ กับข้าวชนิดหนึ่ง คล้ายยำ มักใช้เนื้อดิบ ทำให้สุกด้วยของเปรี้ยวเช่นมะนาว ปรากฏในชื่อต่าง ๆ ได้แก่ พลาเนื้อสันดิบ พลากุ้งฝอยสด พลาเนื้อย่าง พลากุ้งใหญ่ พลาเห็ดโคนดิบ พลาหอยแครงดิบ (ราชบัณฑิตยสถาน, 2556)

1.1.10 ประเภทผัด พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน 2554 กล่าวว่า ผัด คือ เอาสิ่งที่ใช้เป็นอาหารใส่ลงในกระทะที่มีน้ำมันหรือน้ำมันเล็กน้อยตั้งไฟ แล้วพลิกกลับไปมาจนสุก ปรากฏในชื่อต่าง ๆ ได้แก่ ผัดเป็ดผัดไก่กับถั่วงอก ผัดขิงเนื้อเป็ดเนื้อไก่ ผัดขิงกับเนื้ออก (ราชบัณฑิตยสถาน, 2556)

1.1.11 ประเภทนึ่ง พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน 2554 กล่าวว่า นึ่ง คือทำให้สุกหรือร้อนด้วยไอน้ำร้อนในหวดหรือลังถึง เป็นต้น เช่นนึ่งข้าวเหนียว นึ่งขนม เป็นต้น ได้แก่ นึ่งปลาแปะชะ (ราชบัณฑิตยสถาน, 2556)

1.2 ชื่ออาหารประเภทของหวาน

อาหารประเภทของหวาน ในหนังสือตำรากับเข้า ของหม่อมช่มจีน ราชานุประพันธ์ จะระบุชื่อของหวานด้วยและแบ่งออกได้ 4 ประเภท ได้แก่ ประเภทที่ระบุคำว่า “ขนม” ประเภทที่ระบุคำว่า “ทอง” ประเภทที่ระบุคำว่า “ข้าว” และประเภทอื่น ๆ

1.2.1 ชื่อของหวานประเภทที่ระบุคำว่า “ขนม” ปรากฏในชื่อต่าง ๆ ได้แก่ ขนมถ้วย ขนมชั้น ขนมเทียนกรอกงา ขนมสำปะนီ ขนมลูกชุบ ขนมถ้วยสำลี ขนมฝักรัง

1.2.2 ชื่อของหวานประเภทที่ระบุคำว่า “ทอง” ปรากฏในชื่อต่าง ๆ ได้แก่ ฝอยทอง ทองเอก ทองโปร้ง

1.2.3 ชื่อของหวานประเภทที่ระบุคำว่า “ข้าว” ปรากฏในชื่อต่าง ๆ ได้แก่ ข้าวเหนียวแก้ว ข้าวเกรียบงาเมืองเพชร

1.2.4 ชื่อของหวานประเภทอื่น ๆ ปรากฏในชื่อต่าง ๆ ได้แก่ หันตรา รุม ผีเสื้อน้ำ เม็ดขนุน โอชารส

1.3 ชื่อของหวานประเภทผลไม้

ชื่อของหวานประเภทผลไม้ ในหนังสือตำรากับเข้า ของหม่อมช่มจีน ราชานุประพันธ์ แบ่งออกเป็นประเภทต่าง ๆ ได้แก่ ประเภทที่ระบุคำว่า “เชื่อม” ประเภทที่ระบุคำว่า “ขนม” ประเภทที่ระบุคำว่า “ผล” และประเภทที่ใช้ชื่อผลไม้โดยตรง

1.3.1 ชื่อของหวานประเภทที่ระบุคำว่า “เชื่อม” ปรากฏในชื่อต่าง ๆ ได้แก่ เชื่อมมะดัน เชื่อมขิง เชื่อมบอระเพ็ด

1.3.2 ชื่อของหวานประเภทที่ระบุคำว่า “ขนม” เท่าที่ปรากฏ ได้แก่ ขนมผลจันทน์ดิบ



1.3.3 ชื่อของหวานประเภทที่ระบุคำว่า “ผล” ปรากฏในชื่อต่าง ๆ ได้แก่ ผลจันทร์สุก ผลละมุดชีดา

1.3.4 ชื่อของหวานประเภทที่ใช้ชื่อผลไม้โดยตรง ปรากฏในชื่อต่าง ๆ ได้แก่ พุทราจีนหรือพุทราเมืองไทย

1.4 ชื่ออาหารประเภทเครื่องว่าง

ชื่ออาหารประเภทเครื่องว่าง ในหนังสือตำรากับเข้า ของหม่อมช่มจิน ราชานุประพันธ์ แบ่งออกได้ 2 ประเภท ได้แก่ ประเภทที่ระบุคำว่า “ขนม” และประเภทที่ระบุคำว่า “ข้าว”

1.4.1 อาหารประเภทเครื่องว่าง ที่ระบุคำว่า “ขนม” เท่าที่ปรากฏ ได้แก่ ขนมจีบ

1.4.2 อาหารประเภทเครื่องว่าง ที่ระบุคำว่า “ข้าว” เท่าที่ปรากฏ ได้แก่ ข้าวเกรียบปากหม้อ

คำแสดงโภชนลักษณะในอาหารประเภทต่าง ๆ สะท้อนถึงการรับประทานอาหารอย่างถูกหลักโภชนาการของคนในสมัยนั้น หากพิจารณาในมุมมองภาพสะท้อนด้านการใช้ภาษาแล้วกล่าวได้ว่าอาหารประเภทต่าง ๆ ที่ปรากฏในหนังสือตำรากับเข้า ของหม่อมช่มจิน ราชานุประพันธ์จะประกอบด้วยคำแสดงโภชนลักษณะที่บ่งชี้ถึง ประเภทอาหาร วัตถุดิบ แหล่งที่มาของอาหาร และรสอาหาร เช่น พล่าหอยแครงดิบ แสดงประเภทของอาหารและวัตถุดิบ พุทราจีน แสดงวัตถุดิบและแหล่งที่มา แกงเผ็ดปลาหม้อ แสดงถึงประเภทอาหาร วัตถุดิบและรสอาหาร เป็นต้น

2. กลุ่มคำแสดงโภชนลักษณะเกี่ยวกับอุปกรณ์เครื่องครัว

กลุ่มคำแสดงโภชนลักษณะเกี่ยวกับอุปกรณ์เครื่องครัว จะ ปรากฏในขั้นตอนการประกอบอาหาร จากการศึกษาพบว่า อุปกรณ์การทำอาหารในครัวไทยจะปรากฏพร้อมกับคำแสดงโภชนลักษณะประเภทคำกริยาที่ต้องใช้ให้สอดคล้องกับประเภทของอาหารปรากฏ ดังนี้

2.1 กลุ่มคำแสดงโภชนลักษณะเกี่ยวกับอุปกรณ์การทำอาหารประเภทแกงและเครื่องว่าง

จากการวิจัยกลุ่มคำแสดงโภชนลักษณะเกี่ยวกับอุปกรณ์การทำอาหารประเภทแกงและเครื่องว่าง จะปรากฏอุปกรณ์การทำอาหารต่าง ๆ ดังที่หม่อมช่มจิน ราชานุประพันธ์ ได้อธิบายไว้ในหนังสือตำรากับเข้า พร้อมกับ คำกริยาที่ใช้กับอุปกรณ์นั้น ๆ ดังตารางนี้

ตารางที่ 1 กลุ่มคำแสดงโภชนลักษณะเกี่ยวกับอุปกรณ์การทำครัวของหม่อมช่มจิน ราชานุประพันธ์

อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำครัว	คำกริยาที่ใช้กับอุปกรณ์ในการทำกับข้าว
หม้อแกง	ตดไฟเอาน้ำมันสุกรใส่ในหม้อแกงสักถ้วยตะไลหนึ่ง (หม่อมช่มจิน ราชานุประพันธ์, 2433: 4)



อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำครัว	คำกริยาที่ใช้กับอุปกรณ์ในการทำกับข้าว
ครก	ถ้ามีพริกชี้ฟ้าแห้งให้ใส่ด้วย 1 บาท หอมศึรชะเล็ก 5 สลึง ปอกได้ 9 กลีบ กระเทียมศึรชะเล็ก 1 บาท ปอกได้ 4 กลีบ พริกไทยหนัก 1 เพ็อง ตะไคร้ หนัก 1 บาท ผิวมะกรูดหนัก 3 หุน ลูกผักชีหนัก 1 เพ็อง ยี่ห่วยหนัก 3 หุน เยื่อเคยหนัก 1 บาท เกลือหนัก 1 เพ็อง ไม่ใช่เยื่อเคยให้ใส่เกลือหนัก 5 สลึงเอาของเหล่านี้ใส่ <u>ครก</u> ตำให้ละเอียด (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 1-2)
มีด	เอา <u>มีด</u> แล้เอาเนื้อออกจากก้างแล้ว มาสับให้ละเอียด (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 7)
ไม้ปลายแหลม	ถ้าจะแกงส้มปลาเทโพใส่บอน ให้เอาปลาเทโพเสียให้หมดเมือก แล้วผ่าท้องเอาพุงชำระเสียให้หมดขาว แล้วเอาไม้เหลาให้แหลม แล้วให้วัดตั้งแต่เหงือกแดงแห่งปลานั้น จนถึงหูดำปลายกลม ๆ ที่แห่งนั้นมีรูอยู่รูหนึ่ง เมื่อเห็นรูแล้วให้เอา <u>ไม้ปลายแหลม</u> แทงเข้าไป (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 45-46)
กระทะ	แล้วเอาต้นหอมสด 3 ต้น หั่น 9 ท่อน ใส่ใน <u>กระทะ</u> ไม่ให้น้ำใน <u>กระทะ</u> เดือดพล่าน (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 59)
ชาม	ให้เอาพริกไทยป่นโรย กับผักชีหั่นโรยหน้า ปิดฝา <u>ชาม</u> เสียยกขึ้น (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 59)
รูปจิ้น	ถ้าผู้ใดไม่ชำนาญในการนึ่งแล้วมักจะนึ่งไม่สุกเสียโดยมาก เพราะท่อใหญ่เกินขนาด ถ้าทำกินแต่พอควรไม่เป็นที่ร้อนใจแล้ว ทำแต่ท่อเล็กก็ได้ แต่วิธีที่จะนึ่งนั้นกำหนด <u>รูปจิ้น</u> สองดอกสุก (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 76)
ถ้วยตะไล	ถ้ารับประทานน้ำเคยให้ใส่ลงสัก <u>ถ้วยตะไล</u> ถ้ามีอะหนี่ใส่ด้วยสักครั้งถ้วยตะไล (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 2)

2.2 กลุ่มคำแสดงโภชนลักษณะเกี่ยวกับอุปกรณ์การเตรียมของหวาน ขนมผลไม้

ตารางที่ 2 กลุ่มคำแสดงโภชนลักษณะเกี่ยวกับอุปกรณ์การเตรียมของหวาน ขนมผลไม้ของหม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์

อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำของหวาน ขนม ผลไม้	ข้อความ
ภาชนะทองแดง	เอาสานส้มกวนกับน้ำทำให้เปรี้ยวผัดจัดจึงเอาผลไม้สดที่ซีกเม็ดกับจุกนั้น ใส่ลงใน <u>ภาชนะที่</u> เป็นทองแดง (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 93)



อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำของหวาน ขนม ผลไม้	ข้อความ
กระทะ	เอาน้ำตาลทรายลงกระทะตั้งไฟเคี่ยวไป แต่พอหวานลูกไม้แล้วยกลงจากไฟตั้งไว้ให้เย็นเสียก่อน จึงเอามะดันนั้นใส่ลงขวดโหล (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 94)
กระทะทอง	เอาน้ำตาลใส่กระทะทองเคี่ยว แล้วเอาพุทราใส่ลงกวน (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 122)
ขวดโหล	เอาน้ำตาลทรายลงกระทะตั้งไฟเคี่ยวไป แต่พอหวานลูกไม้แล้วยกลงจากไฟตั้งไว้ให้เย็นเสียก่อน จึงเอามะดันนั้นใส่ลงขวดโหล (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 94)
ปากคืบ	เอापากคืบซักใส่นอกทิ้งเสีย แล้วลวกผิวด้วยน้ำร้อนให้สุกแล้วแช่สานส้มอีกคืบหนึ่ง (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 96)
ไม้แหลม	เอากล้วยกวนปั่นอันละสี่เหลี่ยมอันละคำ จึงชุบไข่ทอดใส่ลงแล้วก็กลับ แล้วจึงโรยฝอยลงเอาไม้แหลมจิ้มเป็นส้อม (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 97)
กะดั่ง	เอากล้วยกวนปั่นอันละสี่เหลี่ยมอันละคำ จึงชุบไข่ทอดใส่ลงแล้วก็กลับ แล้วจึงโรยฝอยลงเอาไม้แหลมจิ้มเป็นส้อม แล้วเอาชิ้นวางเรียงไว้ในกะดั่ง (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 97)
กระดาศ	เอากระดาศปูตากแดด ให้แห้งมัน ถ้าน้ำมันแก่จัดไป ต้องเปลี่ยนน้ำมัน (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 97-98)
กระถาง	ถ้าคั่วลงแล้วให้อาวางเรียงลงในกระถางที่มีฝาปิด (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 98)
ชาม	ใส่ดอกไม้ทุกชั้นแล้วจึงเอาน้ำตาลเชื่อมโรยข้างบนชาม แล้วให้อบควันเทียน (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 98)
ลั้งถึง	เอาไส้รมใส่จิบให้เปนเฟื่อง ๆ แล้วซีบตองให้เปนชิ้นเล็ก ๆ ปูรองกันลั้งถึง (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 99)
ทัพพี	เอาชิ้นนวดด้วยทัพพีนวดทั้งร้อน ๆ เย็นแล้วจึงเอามือนวดอย่าให้เปนเม็ด (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 100)
ตะเกียบ	เอาตะเกียบแทงตรงกลางเหน้ามันออกมา (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 102)



อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำของหวาน ขนม ผลไม้	ข้อความ
โห	เก็บใส่ไหปิดฝาอย่าให้ลมเข้าได้จึงจะไม่อ่อนเลย (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 110)
อ่าง	น้ำตาลทรายเชื่อมเดือดจะหยอดบนไฟดีหรือจะหยอดข้างล่างดี ก็ทำ ลองดู คนให้สุกตักใส่ <u>อ่าง</u> (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 110-111)
ผ้าขาว	เอา <u>ผ้าขาว</u> ชุบน้ำปิดให้แห้งปิดไว้ (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 109)

จากตำรากับเข้าของหม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์ พบว่าการประกอบอาหารในอดีตใช้เครื่องครัว ได้แก่ หม้อใช้สำหรับต้ม แกง ลวก คั่ว ผัด ฝูฉี พล่า และยำ กระทะใช้สำหรับทอด หวดและหม้อก้นลึกใช้สำหรับนึ่ง ครกสากใช้สำหรับตำให้ละเอียด มีด เขียงใช้สำหรับทำให้อาหารขาดออกจากกัน และตะแกรงใช้สำหรับย่าง เป็นต้น นอกจากนี้ในตำรากับเข้ายังสะท้อนถึงการใช้วัตถุดิบจากธรรมชาติมาใช้เป็นอุปกรณ์การครัวด้วย อาทิ ใบตองใช้สำหรับทำห่อหมก ไม้แหลม ใช้สำหรับกลัดใบตองหรือใช้สำหรับเสียบหรือแทงตัวปลา หรือการใช้ใบไม้ ใช้กลบสำหรับขุดเมื่อออกจากตัวกบหรือตัวปลาปลา ดังที่กล่าวในตำรากับเข้าว่า “ถ้าจะแกงเผ็ดปลาไหล ให้เอากลบหรือใบไม้ที่มีคมสูญเสียให้หมดเมื่อ ก็นตัวซิดแล้วผ้าท้องควักใส่ออกทิ้งเสีย” (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433)

จากกรรมวิธีการประกอบอาหารที่ยกมานี้ อธิบายว่า สามารถใช้ “กลบ” ซึ่งหมายถึง เปลือกข้าวที่สีหรือตำแตกออกจากเมล็ดข้าว และ “ใบไม้ที่มีคม” เพื่อถูเมื่อออกจากตัวปลาให้หมดก่อนที่จะนำมาแกงเผ็ด

จะเห็นได้ว่าอุปกรณ์การทำครัวในอดีตและปัจจุบันมีความแตกต่างกันอยู่บ้าง กล่าวคือ ในปัจจุบันมีอุปกรณ์ที่ทันสมัยในการทุ่นแรงมากกว่า ประหยัดเวลากว่าทำให้มีการใช้อุปกรณ์การทำครัวบางอย่างน้อยลง เช่น ครก มีเครื่องปั่นไฟฟ้าเข้ามาแทน การใช้ธูปในการจับเวลา ปัจจุบันมีเครื่องจับเวลาเข้ามาแทน

3. กลุ่มคำแสดงโภชนลักษณะเกี่ยวกับเครื่องปรุงอาหาร

เครื่องปรุงอาหารที่ปรากฏในตำรากับเข้า ของหม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์ แบ่งออกเป็น เครื่องปรุงประเภทสมุนไพรหรือเครื่องเทศและเครื่องปรุงรสอาหาร ดังนี้

3.1 เครื่องปรุงประเภทสมุนไพรหรือเครื่องเทศ ได้แก่ พริกเทศ พริกชี้ฟ้า พริกไทย หอม กระเทียม ตะไคร้ ข่า ขิง มะกรูด ใบมะกรูด ลูกผักชี ยี่หระ กระชาย

3.2 เครื่องปรุงให้เกิดรสอาหาร แบ่งออกเป็น

3.2.1 เครื่องปรุงรสอาหารคาว ประกอบด้วย



3.2.1.1 เครื่องปรุงรสเผ็ด ได้แก่ พริกเทศ พริกชี้ฟ้าแห้ง พริกชี้ฟ้าอ่อน พริกไทยอ่อน พริกเทศแห้ง

3.2.1.2 เครื่องปรุงรสเค็ม ได้แก่ เกลือ เยื่อเคย น้ำเคย น้ำปลา

3.2.1.3 เครื่องปรุงรสเปรี้ยว ได้แก่ ระกำ ตะลิงปลิง มะขามเปียก มะกรูด มะนาว น้ำส้มซ่า มะม่วงดิบ ใบมะขามอ่อน สับปะรด มะเขือเทศ

3.2.1.4 เครื่องปรุงรสหวานในอาหารคาว ได้แก่ น้ำมะพร้าวอ่อน น้ำตาลทราย

3.2.2 เครื่องปรุงรสอาหารหวาน เครื่องปรุงรสอาหารหวาน ที่กล่าวถึงในตำรากับเข้า ของหม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์ ได้แก่ น้ำตาลทราย น้ำตาลทรายขาว น้ำตาลทรายขาวลครไชยศรี นอกจากเครื่องปรุงรสหวานในการทำขนมหวานแล้ว การทำขนมหวานยังกล่าวถึงเครื่องปรุงกลิ่นหอมด้วย เครื่องปรุงกลิ่นหอมที่ปรากฏ ได้แก่ น้ำดอกไม้ ดอกกุหลาบ น้ำดอกไม้เทศ น้ำนมแมว ควันเทียน เป็นต้น

ในตำรากับเข้ามีการแต่งกลิ่นได้แก่ การทำขนมผลจันทร์สุก โดยมีข้อความว่า “ให้น้ำน้ำกุหลาบ1 น้ำนมแมว1 หรือน้ำดอกไม้เทศก็ได้ ไล่ให้หอมเหมือนกลิ่นผลจันทร์” (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433)

จากคำแสดงโภชนลักษณะเกี่ยวกับเครื่องปรุงอาหารสะท้อนให้เห็นว่า ในอดีต ผู้บริโภคให้ความสำคัญกับรสชาติมาก เช่น รสเปรี้ยวมีหลายแบบ แต่ละแบบก็มาจากวัตถุดิบที่แตกต่าง กัน เช่นเปรี้ยวจากมะนาว เปรี้ยวจากมะขามเปียก รสหวานก็มีหลายแบบ ทั้งหวานจากน้ำตาล ทราย หวานจากน้ำมะพร้าวอ่อน ในการทำอาหารจึงต้องเลือกสรรวัตถุดิบให้ถูกต้อง เพื่อให้ได้ รสชาติตามที่ต้องการ

4. กลุ่มคำแสดงโภชนลักษณะเกี่ยวกับลักษณะการทำให้อาหารสุก

กลุ่มคำแสดงโภชนลักษณะเกี่ยวกับลักษณะการทำให้อาหารสุกที่ปรากฏในตำรากับเข้า ของ หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์ แบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ คือ ลักษณะการทำให้อาหารสุก ประเภตไมใช้น้ำมัน และประเภตใช้น้ำมัน

4.1 คำแสดงโภชนลักษณะที่บ่งบอกลักษณะการทำให้อาหารสุกประเภตไมใช้น้ำมัน ได้แก่คำว่า ปิ้ง จี ย่าง ต้ม แง นึ่ง หุง พล่า คั่ว อบ เคียว รวน ลวก ดังตัวอย่าง

ตารางที่ 3 คำแสดงโภชนลักษณะที่บ่งบอกลักษณะการทำให้อาหารสุกประเภตไมใช้น้ำมัน

ประเภต	ตัวอย่าง
ต้ม	แล้วเอาเนื้อปลาท่อนบนทางต้มแกะเอาแต่เนื้อ (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 41)



ประเภท	ตัวอย่าง
แกง	ให้อาเนื่อปลาไหลหนัก 5 ตำลึงจะ <u>แกง</u> กับยอดมะพร้าวหรือมะเขืออ่อนหรือมะเขือพวงก็ได้ (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 27-28)
นึ่ง	ถ้าจะทำเข้าเหนียวแก้วอย่างดี เอาเข้า 3 ทนาลึ่งสุก แล้วเทใส่กระตังผึ่งไว้ (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 106)
หุง	ให้อาถั่วทองเราะแช่น้ำค้างคืนไว้ล้างให้หมดเปลือก ตังน้ำให้เดือดจึงใส่ถั่วหุงสุกแล้วนวดให้ละเอียด (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 106)
รวน	แล้วเอาพริกขิงซึ่งตำไว้นั้นลงเคล้า <u>รวน</u> กับปลาไหลที่ปิดฝาหม้อไว้ (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433: 2)

4.2 คำแสดงโภชนลักษณะที่บ่งบอกลักษณะการทำให้อาหารสุกประเภทใช้น้ำมัน ได้แก่ ทอด ผัด น้ำมันที่ใช้ในการ ทอด ผัด ได้แก่ น้ำมันสุกร

ตารางที่ 4 คำแสดงโภชนลักษณะที่บ่งบอกลักษณะการทำให้อาหารสุกประเภทใช้น้ำมัน

ประเภท	ตัวอย่าง
ทอด	ให้อาเนกปลา 2 ตัว มาผ่าท้องเป็น 2 ชิ้น แล้ว <u>ขึ้นทอดน้ำมันสุกร</u> จนสุกเหลือง (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433 : 49)
ผัด	แล้วเอาเนื่อปลาเคล้ากับพริกขิง <u>ผัดกับน้ำมัน</u> ที่ในหม้อ (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433 : 7)

จากคำแสดงโภชนลักษณะเกี่ยวกับลักษณะการทำให้อาหารสุกนั้น ผู้วิจัยพบว่าในอดีตและปัจจุบันไม่ได้มีความแตกต่างกันมากนัก นอกจากเรื่องของน้ำมันที่ใช้ทอดหรือผัด ในอดีตนิยมใช้น้ำมันสุกรหรือน้ำมันหมู แต่ปัจจุบันมีการใช้น้ำมันจากพืชด้วย เช่น น้ำมันปาล์ม น้ำมันรำข้าว น้ำมันจากเมล็ดดอกทานตะวัน เป็นต้น

ภาพสะท้อนวัฒนธรรมการบริโภคของคนไทยจากตำรากับเข้าของหม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์

จากการศึกษาตำรากับเข้าของหม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์ สะท้อนให้เห็นวัฒนธรรมการบริโภคของคนไทยในอดีต ซึ่งวัฒนธรรมการบริโภคนี้อาจเป็นส่วนสำคัญประการหนึ่งในการบ่งชี้ถึงการดำรงตัวตนของผู้คนในสังคม โดยสะท้อนให้เห็นวัฒนธรรมการบริโภคในมิติต่าง ๆ ได้แก่ ภาพสะท้อนด้านรสชาติ ภาพสะท้อนด้านความหลากหลายของอาหารและภูมิปัญญาในวัฒนธรรมการบริโภค โดยมีรายละเอียดดังนี้



1. ภาพสะท้อนด้านรสชาติ

รสชาติของอาหารสามารถบ่งบอกถึงรสนิยมการกินได้ จากการศึกษาตำรากับเข้าของ หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์ พบว่า รสชาติอาหารที่พบ มี 5 รสชาติ ประกอบด้วย รสเผ็ด เปรี้ยว หวาน เค็ม และเปรี้ยวอมหวาน ในการประกอบอาหารคาวประเภทแกงจะมีการใช้เครื่องแกงเป็นองค์ประกอบและใช้พริกเป็นวัตถุดิบหลักในการประกอบอาหาร โดยพริกที่นำมาใช้ในการประกอบอาหารมีหลายชนิด อาทิ พริกเทศ พริกไทย พริกเผ พริกชี้ฟ้า และพริกนก เป็นต้น ซึ่งลักษณะการประกอบอาหารเช่นนี้ เป็นตัวบ่งชี้ว่าคนไทยในสมัยนั้นนิยมรับประทานอาหารที่มีรสเผ็ด

นอกจากนี้ การประกอบอาหารบางประเภทได้มีการระบุรสนิยมในด้านรสชาติของคนในสมัยนั้นไว้อย่างชัดเจน ดังที่กล่าวในตำรากับเข้าเกี่ยวกับการทำ “แกงมาชะแมน” ว่า

“ธรรมเนียมรศกที่รับประทานอยู่ทุกวันนี้ ชอบเปรี้ยวหวานเย็นคอ นับถือกันว่าดี บางทีเอาลูกอมอันต้มหรือถั่วโลงซึ่งใส่ระคนปนกัน ให้ช่วยรศมนั้นขึ้นด้วย แต่ไม่เปนครศสำคัญสิ่งใดนัก ดูเหมือนคนชาวสยามเราน้อยตัวชอบ” (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433)

จากข้อความข้างต้น สะท้อนให้เห็นว่าการที่จะทำอาหารประเภท “แกงมาชะแมน” ให้อร่อยตามรสนิยมของคนในสมัยนั้น ต้องมีรสเปรี้ยวและรสหวานนำ จึงจะถือว่ากลมกล่อมดี และไม่นิยมแกงให้มันจนเกินไปนัก

2. ภาพสะท้อนด้านความหลากหลายของอาหาร

ในตำรากับเข้า หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์ ได้รวบรวมขั้นตอนการประกอบอาหารแบ่งออกเป็น 2 ภาค ดังนี้

ภาคแรก เป็นตำราอาหารคาวประกอบด้วย สูตรแกงเผ็ด แกงขี้ แกงส้ม ต้ม ผู่ฉี่ นึ่ง ปลา ยำ ผัด และน้ำพริก เป็นต้น

ภาคที่สอง เป็นตำราอาหารหวานประกอบด้วย แซ่ฮ่อม หันตรา รุม ผีเสื่อน้ำ ขนมะจีบ เข้ากรียบปากหม้อ ขนมะถั่ว ฯลฯ

จากรายการอาหารสะท้อนให้เห็นว่าคนไทยในสมัยรัชกาลที่ 5 มีการรับประทานอาหารที่มีความหลากหลายทั้งอาหารคาวและอาหารหวานโดยพบว่ามีกรอธิบายกรรมวิธีในการทำอาหารที่มีต้นกำเนิดมาจากต่างประเทศ เช่น แกงมาชะแมนเนื้อแพะ แกงกะหล่ำ และมีการใช้วัตถุดิบจากต่างประเทศ เช่น แป้งมันเมืองจีน แป้งถั่ววน สะท้อนให้เห็นว่าคนไทยในสมัยนั้นได้รับวัฒนธรรมการรับประทานอาหารมาจากต่างประเทศ จึงทำให้มีการประกอบอาหารเหล่านี้ในครัวเรือน นอกจากนี้ยังได้สะท้อนให้เห็น “สำหรับอาหาร” ซึ่งหมายความว่า การจัดอาหารหลายชนิดให้อยู่ในชุดเดียวกันและมีความกลมกลืนกันซึ่งทั้งของกินจานหลักและของแถมที่เรียกว่า “เครื่องเคียง” สำหรับเครื่องเคียงหรือเครื่องแนมมีคุณสมบัติเพื่อชูรสชาติให้



อร่อยยิ่งขึ้นโดยในตำรากับเข้ามีผสมผสานระหว่างอาหารไทยและอาหารของชาติอื่น ๆ ให้กิน
แกมกันแสดงถึงความหลากหลายและอิทธิพลของชาติอื่นในการรับประทานอาหารไทย เช่น
การรับประทานต้มยำไก่กับขนมจีนหรือมีซั่ว ดังที่กล่าวในตำรากับเข้าว่า

“ถ้าจะทำต้มยำไก่ ให้เอาไก่ตัว 1 ผ่าท้อง ควักไส้ตัดเป้นชิ้นโต ๆ ...ถ้าจะรับประทาน
กับขนมจีนก็ได้ หรือจะรับประทานกับมีซั่วลวกน้ำเสียให้จืดก็ได้” (หม่อมชมจีน ราชานุ
ประพันธ์, 2433)

3. ภาพสะท้อนด้านภูมิปัญญาในวัฒนธรรมการบริโภค

ภูมิปัญญาทางอาหารเป็นการถ่ายทอดความรู้ ความสามารถ วิธีการปรุงอาหารหรือ
การรับประทานอาหารจากคนรุ่นหนึ่งมาสู่คนอีกรุ่นหนึ่ง สำหรับการประกอบอาหารตามตำรา
กับเข้าของหม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์ ล้วนเป็นการสะท้อนให้เห็นภูมิปัญญาการประกอบ
อาหารของคนไทยในอดีต ซึ่งภาพสะท้อนในด้านภูมิปัญญาที่พบได้แก่ ภูมิปัญญาด้านการปรุง
รสอาหาร ภูมิปัญญาด้านการแต่งกลิ่น ภูมิปัญญาด้านการใช้พืชสมุนไพรในการปรุงอาหาร และ
ภูมิปัญญาด้านการคะเนเวลาในการประกอบอาหาร

3.1 ภูมิปัญญาด้านการปรุงรสอาหาร

จากตำรากับเข้าของหม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์ สะท้อนถึงภูมิปัญญา
ในการปรุงรสอาหารโดยรสชาติของอาหารที่พบนอกจากการใช้เครื่องปรุงรสแล้ว ยังมีการปรุง
รสโดยการนำวัตถุดิบจากธรรมชาติที่มีรส มาใช้ในการปรุงรสอาหารให้มีรสชาติตามต้องการ
 อาทิ รสเปรี้ยว ได้จาก มะขามเปียก ระกำ มะนาว มะม่วงดิบ ตะลิงปลิง มะเขือเทศ ใบมะขาม
อ่อน และสับปะรด รสหวาน ได้จาก น้ำมะพร้าวอ่อน รสเผ็ด ได้จาก พริกเทศ พริกไทย พริก
เผ่า พริกชี้ฟ้า และพริกนก รสฝาด ได้จาก ลูกพิกุลดิบ ยางมะละกอ และกล้วยตะนิติบ เป็นต้น

3.2 ภูมิปัญญาด้านการแต่งกลิ่น

จากตำรากับเข้าของหม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์ สะท้อนให้เห็นภูมิปัญญา
ในการแต่งกลิ่นโดยอาศัยกลิ่นจากพืชพรรณธัญญาหารที่มีตามธรรมชาติ สำหรับการแต่งกลิ่น
อาหารจะพบทั้งในอาหารคาวและอาหารหวาน ตัวอย่างวัตถุดิบแต่งกลิ่นในอาหารได้แก่
โหระพา ใบพลู กะเพรา ใบเปราะหอม ดอกกระดังงา ลูกผักชี ยี่ห่วย และกระชาย เป็นต้น เพื่อ
แต่งกลิ่นและทำให้อาหารมีรสชาติดกุ่มกล่อม ส่วนอาหารหวานจะมีการอบด้วยดอกไม้ที่มีกลิ่น
หอม การใช้น้ำกุหลาบ ควนเทียน เป็นต้น

3.3 ภูมิปัญญาด้านการใช้พืชสมุนไพรในการปรุงอาหาร

จากการใช้เครื่องปรุงอาหารในตำรากับเข้าของหม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์
สะท้อนให้เห็นว่าการประกอบอาหารทุกรายการอาหารมีการนำพืชสมุนไพรมาใช้ในการ
ประกอบอาหารพืชสมุนไพรที่พบ ได้แก่ หอม กระเทียม พริก ขิง ข่า ตะไคร้ ผักชี มะกรูด



มะนาว มะอึก มะพร้าว และยอดสามสิบ เป็นต้น โดยคำว่า พิษสมุนไพรมะเหล่านี้มีสรรพคุณในการรักษาโรคหรืออาการเจ็บป่วยต่าง ๆ ซึ่งนับว่าเป็นภูมิปัญญาในการใช้อาหารให้เป็นยาในการรักษาโรคอีกประการหนึ่ง

3.4 ภูมิปัญญาด้านการกะเนเวลาในการประกอบอาหาร

การประกอบอาหารแต่ละประเภทในแต่ละขั้นตอนจะมีการกำหนดระยะเวลาไว้อย่างชัดเจน ซึ่งในตำรากับเข้าของหม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์ ได้สะท้อนให้เห็นถึงภูมิปัญญาในการคาดคะเนเวลาในการประกอบอาหารของคนไทยในอดีตที่อาจไม่มีการใช้นาฬิกาอย่างแพร่หลายในการคำนวณเวลา จึงมีการใช้สิ่งต่าง ๆ มาแทน เช่น การใช้รูปเป็นตัวกำหนดระยะเวลาในการประกอบอาหาร แต่ละขั้นตอน ดังที่กล่าวในตำรากับเข้าว่า

“ถ้าจะนึ่งปลาทุสดแล้ว ให้เอาอ้อยวางชั้น 1 ปลาทุเรียงชั้น 1 อ้อยทับอีกชั้น 1 ปิดฝา ลังถึงเอาขึ้นตั้งบนกะทะ ใส่ น้ำให้เดือดพล่าน ให้กะเนสักครึ่ง 1 สุก ของนี้นี้เป็นของจิตสุดแล้วตามแต่จะจิ้ม (หม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์, 2433)”

จากกรรมวิธีการประกอบอาหารที่ยกมานี้ อธิบายว่า หากจะนึ่งอาหาร ให้ใช้ระยะเวลาเท่ากับการจตุรูปจีน 1 ดอก

นอกจากนั้นยังมีการกะเนเวลาโดยอาศัยการสังเกต เช่น ในการทำขนมสัมปะนี ให้สังเกตว่านวดแป้งใช้ได้แล้วคือ ให้หยิบขึ้นแตะเล็บดู ให้ไม่ติดเล็บ หรือการทำขนมผลจันทน์ สุก ให้เคี้ยวสัปรดกับน้ำตาลจนสังเกตดูว่า เข้ากันเป็น “มูตรโค” จึงถือว่าใช้ได้ หรือการทำขนมทองเอก ให้เอาลูกอมมันมาต้มแล้วแกะเนื้อดำให้ละเอียด กับน้ำตาลทรายใส่โกร้งบดกวนไปให้ละเอียดเหมือน “ยานัตถุ” จึงจะถือว่าใช้ได้ เป็นต้น

สรุป

การศึกษาคำแสดงโภชนลักษณะที่ปรากฏในหนังสือตำรากับเข้า ของหม่อมชมจีน ราชานุประพันธ์ ซึ่งถือได้ว่าเป็นตำราอาหารเล่มแรกของไทย โดยเขียนขึ้นในสมัยรัชกาลที่ 5 ผลการศึกษาทำให้สามารถแบ่งคำแสดงโภชนลักษณะออกเป็น 4 กลุ่มหลัก คือ กลุ่มคำแสดงโภชนลักษณะเกี่ยวกับประเภทอาหาร กลุ่มคำแสดงโภชนลักษณะเกี่ยวกับอุปกรณ์เครื่องครัว กลุ่มคำแสดงโภชนลักษณะเกี่ยวกับเครื่องปรุงอาหาร กลุ่มคำแสดงโภชนลักษณะการทำให้อาหารสุก นอกจากนั้น ยังพบว่าคนไทยมีภูมิปัญญาเกี่ยวกับการประกอบอาหารหลายด้าน อาทิ ภูมิปัญญาด้านการปรุงรสอาหาร ภูมิปัญญาด้านการแต่งกลิ่น ภูมิปัญญาด้านการใช้พิษสมุนไพรมารักษาอาหาร และภูมิปัญญาด้านการกะเนเวลาในการประกอบอาหาร ผู้วิจัยพบว่า คำแสดงโภชนลักษณะเหล่านี้ ยังสะท้อนให้เห็นวัฒนธรรมต่าง ๆ ของคนไทย การรับประทานอาหารของ



คนในสมัยปัจจุบันกับคนไทยในสมัยรัชกาลที่ 5 มีความคล้ายคลึงกัน หากจะกล่าวถึงความแตกต่างคงเป็นวัตถุดิบในการประกอบอาหาร อาทิ สัตว์บางชนิดที่ในอดีตใช้ประกอบอาหาร แต่ปัจจุบันไม่เป็นที่นิยมกับคนในปัจจุบันมากนัก ได้แก่ ตะพาบน้ำ ตัวอ่อน ตัวแด้ เป็นต้น คำแสดงโภชนลักษณะดังกล่าว ยังสะท้อนให้เห็นว่าคนไทยมีภูมิปัญญาด้านการปรุงรสอาหาร ภูมิปัญญาด้านการแต่งกลิ่น ภูมิปัญญาด้านการใช้พืชสมุนไพรในการปรุงอาหาร และภูมิปัญญาด้านการกะเนเวลาในการประกอบอาหาร อาหารการกินในสมัยรัชกาลที่ 5 ล้วนเป็นอาหารที่มีประโยชน์และอุดมไปด้วยคุณค่าทางอาหาร นอกจากนี้ยังพบว่าคนไทยในสมัยนั้นมี การติดต่อสื่อสารหรือมีความสัมพันธ์ชาวต่างชาติจึงก่อให้เกิดแลกเปลี่ยนหรือการแพร่กระจายทางวัฒนธรรม จึงมีการผสมผสานระหว่างอาหารไทยกับอาหารชาติอื่น ๆ หรือมีการปรับอาหารชาติอื่น ๆ มาเป็นอาหารไทย เช่น แกงมาซะแมนเนื้อ แกงมาซะแมนไก่ว่ง แกงกะหล่ำ เป็นต้น ตำราอาหารจึงเป็นเสมือนเครื่องมือหนึ่งในการบันทึกความเป็นไปของสังคม สะท้อนให้เห็นวิถีชีวิต การติดต่อสื่อสาร การดำรงคงอยู่ของผู้คนในยุคสมัยนั้น ๆ ได้เป็นอย่างดี

กิตติกรรมประกาศ

บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของโครงการวิจัยเรื่อง “คำแสดงโภชนลักษณะในอาหารไทย และลาว: การศึกษาเปรียบเทียบ” ซึ่งได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยอุบลราชธานี ประจำปีงบประมาณ 2560

เอกสารอ้างอิง

- จุฑารัตน์ นามวงษ์ และภาสพงศ์ ผิวนพอใช้. (2562). คำกริยาการีตเกี่ยวกับการประกอบอาหาร: ศึกษาจากตำรากับเข้าของหม่อมช่มจีน ราชานุประพันธ์. ใน เอกสารสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการและนำเสนอผลงานวิจัยระดับชาติและนานาชาติ ด้านมนุษยศาสตร์ และสังคมศาสตร์ ครั้งที่ 10 (หน้า 803-814) วันที่ 29 มีนาคม 2562 ณ อาคารศรีจุฬา ภา. มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา.
- เปรม สอนสมุทร. (2560). ตำรับชาววัง : นวัตกรรมแห่งโภชนียประณีต Tam Rap Chao Wang : Innovation of the Food Refinement. วารสารวิชาการนวัตกรรมสื่อสารสังคม, 5(2), 153-164.
- ภาสพงศ์ ผิวนพอใช้. (2560). การศึกษาคำแสดงโภชนลักษณะในตำราอาหารไทย : ศึกษาจากตำราแม่ครัวหัวป่าก์ของท่านผู้หญิงเปลี่ยน ภาสกรวงศ์. วารสารศิลปศาสตร์, 13(2), 138-165.
- _____. (2563). รายงานการวิจัยเรื่องคำแสดงโภชนลักษณะในอาหารไทยและลาว: การศึกษาเปรียบเทียบ สำนักงานส่งเสริมบริหารงานวิจัย บริการวิชาการและทำนุบำรุง ศิลปวัฒนธรรม. อุบลราชธานี: มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี.



ราชบัณฑิตยสถาน. (2556). พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554 เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 7 รอบ 5 ธันวาคม 2554. กรุงเทพมหานคร: ราชบัณฑิตยสถาน.

สุนันท์ อัญชลีสกุล. (2550). คำแสดงโภชนลักษณะในตำราอาหารของ ม.ล. เตียบ ชุมสาย และในตำราอาหารเว็บไซต์ปลาแดกดอกท้อคอม. ใน รวมบทความวิจัย ยำใหญ่ใส่สารพัด: วัฒนธรรมอาหารไทย-เทศ. คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

_____. (2551). หลากมิตีคำแสดงโภชนลักษณะในตำราอาหารไทย อังกฤษ ฝรั่งเศส. วารสารอักษรศาสตร์, ฉบับพิเศษ(2551), 251-277.

หม่อมชุ่มจิ้น ราชานุประพันธ์. (2433). ตำรากับเข้า. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชินรินทร์.

Hanuman, T. K. (2016). ตำรับ “ไก่พะแนง” จากตำราอาหารที่เก่าที่สุดในสยาม. เรียกใช้เมื่อ 31 มิถุนายน 2561 จาก https://thaifoodmaster.com/thai_food_recipes-th/thai_curry_recipes-th/9304?lang=th#.X8ZPTM