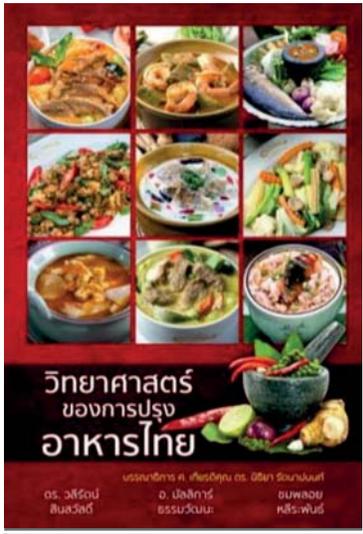


บทวิจารณ์หนังสือ  
วิทยาศาสตร์ของการปรุงอาหารไทย

พรรณรพี เอี่ยมทวีเจริญ



ผู้แต่ง : ดร.วรวิทย์ สินสวัสดิ์ อ.ปณิการ์ ธรรมวัฒน์  
และ อ.พลอย หลีระพันธ์

ดร.พรรณรพี เอี่ยมทวีเจริญ

วิทยาศาสตร์ของการปรุงอาหารไทย เป็นหนังสือที่รวบรวมเรื่องราวของอาหารไทยในหลายมิติรวมไปถึงความเป็นวิทยาศาสตร์ของอาหาร ซึ่งได้เขียนบรรยายในเรื่องของวัตถุดิบและการปรุงประกอบอาหาร ซึ่งเนื้อหาในหนังสือเล่มนี้แบ่งออกเป็น 3 ภาค เริ่มตั้งแต่ภาคแรก ได้กล่าวถึงความเป็นมาของอาหารไทยที่สะท้อนให้เห็นถึงวัฒนธรรมการบริโภคอาหารในยุคสมัยต่างๆ ลักษณะการกินอาหารของคนไทยที่สะท้อนให้เห็นถึงวิถีชีวิตของคนไทยและการรับเอาวัฒนธรรม

จากต่างประเทศเข้ามาในวิถีของการรับประทานอาหารของคนไทย คนต่างชาติชื่นชมเมนูอาหารไทยในหลายๆ เมนู เช่น ต้มยำกุ้ง มัสมั่น ผัดไทย เป็นต้น เมื่อความสุขของการรับประทานอาหารคือการได้กลิ่น หนังสือเล่มนี้ได้กล่าวถึง ความสัมพันธ์ของกลิ่นและรสชาติของอาหารไทยกับระบบประสาทสัมผัสไว้อย่างชัดเจน ได้แก่ รสพื้นฐาน (คือ เปรี้ยว หวาน เค็ม ขม และรสอูมามิ) ซึ่งได้แสดงถึงความเชื่อมโยงของกลิ่นในวัตถุดิบและความรู้สึกในช่องปาก หรือเคมีผัสสัมผัส เช่น รสเผ็ด และรสฝาด

ภาคที่สอง ได้กล่าวถึง เครื่องครัวในยุคแรกที่มีการใช้อุปกรณ์เครื่องครัวจากดินเผาที่ส่งผลให้เกิดกลิ่นหอมที่ได้จากการเผาดิน และได้กล่าวถึงวิวัฒนาการของเครื่องครัวในยุคสมัยต่างๆ ที่สะท้อนให้เห็นถึงการปรุงประกอบอาหารที่แตกต่างกัน อีกทั้งยังกล่าวถึงวัตถุดิบและส่วนผสมที่สำคัญในอาหารไทย ได้แก่ ข้าว ข้าวสุก น้ำปลา เครื่องปรุงรสชนิดอื่นๆ กะทิ พริก น้ำตาลมะพร้าวและน้ำตาลโตนด น้ำมันงา กระทียม ไบกระเพรา สมุนไพรและ เครื่องเทศ รวมไปถึงวิทยาศาสตร์ของการผลิตเครื่องปรุงประกอบอาหาร การใช้ความร้อนขึ้น การใช้ความร้อนแห้ง การคลุกหรือการยำ การตำน้ำพริก การผัด การแกงเผ็ด

ภาคท้ายของหนังสือฉบับนี้ได้บันทึก สูตรอาหารไทยและวิธีการทำเมนูที่เป็นที่นิยมบริโภคของคนไทยหลายเมนู เช่น แกงจืดไข่น้ำ ต้มยำกุ้งน้ำข้น ต้มข่าปลาสด ส้มตำปูปลาร้า น้ำพริกกะปิ ผัดผักรวมมิตร ผัดกระเพราหมู-กุ้งสับ แกงเขียวหวานเนื้อติดมัน แกงเผ็ดเป็ดย่าง มัสมั่นไก่ หลนปูเค็ม เพื่อให้ผู้ที่ได้อ่านนำไปปรุงประกอบอาหารได้

โดยสรุป เนื้อหาในหนังสือเรียบเรียงได้เข้าใจง่ายและเป็นลำดับทำให้น่าติดตาม สะท้อนวัฒนธรรมอาหารในแต่ละยุคสมัย อีกทั้งยังเสริมข้อมูลทางด้านวิทยาศาสตร์การอาหารที่น่าสนใจตลอดทั้งเล่ม