

Inspire to cook, Inspire to taste

# foodstylist

www.foodstylist.co.th, www.facebook.com/foodstylistfanpage

foodstylist food media house

Issue 87  
May - June 2015



ฉลองครบรอบ 9 ปี  
นิตยสารฟู้ดสไตล์

## Thai Food Revolution

เวลาแห่งการเปลี่ยนแปลง

คุยกับ ดวงฤทธิ แคสโลตลอดทุกวัย  
ฟู้ดสไตล์สตาร์ทอัพหน้าของไทย  
บทสัมภาษณ์ ก๊อตจิ-ธีรฉนย์ ศิลปิน

นิตยสารฟู้ดสไตล์ไทยขึ้นจากรายการฉบับออนไลน์



“ ฮิตะกิว ” วัวสายพันธุ์แชมป์ญี่ปุ่น  
จากการแข่งขัน วากิวโอลิมปิก ประเทศญี่ปุ่นสองครั้งซ้อน

# HIDA-GYU

飛騨牛

ได้รับรางวัลเนื้ออันดับที่ 1 ในการประกวดแข่งขันเนื้อวัวในประเทศญี่ปุ่นถึงสองครั้งซ้อน  
จากงานประกวดพันธุ์วัวญี่ปุ่น “ วากิวโอลิมปิก ” (แข่งทุก 5 ปี)

ในบรรดาวัวสายพันธุ์ญี่ปุ่นชนสีดำ ซึ่งเป็นผลิตผลของจังหวัดกิฟุ มีเพียง "ฮิตะกิว" ที่เป็นแบรนด์  
สินค้าซึ่งได้รับการยกย่องว่าเป็นเนื้อวัวชั้นเลิศ เป็นที่ยอมรับด้านความนุ่มละเอียดและมีรสอร่อย  
จนแทบละลายในปาก "ฮิตะกิว" ซึ่งเลี้ยงด้วยน้ำใสบริสุทธิ์และอยู่ในสภาพอากาศที่สดชื่น  
ประกอบกับการดูแลเอาใจใส่เป็นอย่างดีจากผู้เลี้ยง ก่อให้เกิดรสชาติของเนื้อวัวแท้ที่สะอาด  
ปลอดภัยและวางใจได้



สนใจสามารถติดต่อได้ที่ : Food Project (Siam) Co., Ltd. Tel. 02-770-8888, สาขาภูเก็ต โทร. 076-617420-1 [www.foodproject.co.th](http://www.foodproject.co.th)



“ฮิตะกิว” เป็นแบรนด์สินค้าซึ่งได้รับการจัดอันดับคุณภาพของเนื้อ  
ให้อยู่ในระดับ 5 ระดับ 4 และระดับ 3 ในการประกวดแข่งขันเนื้อวัว  
ซึ่งจัดขึ้นโดยสมาคมจัดอันดับมาตรฐานเนื้อวัวของประเทศญี่ปุ่น  
ประเภทวัวสายพันธุ์ญี่ปุ่นชนสีดำที่เลี้ยงเป็นเวลาตั้งแต่ 14 เดือน  
ขึ้นไปในจังหวัดกิฟุ



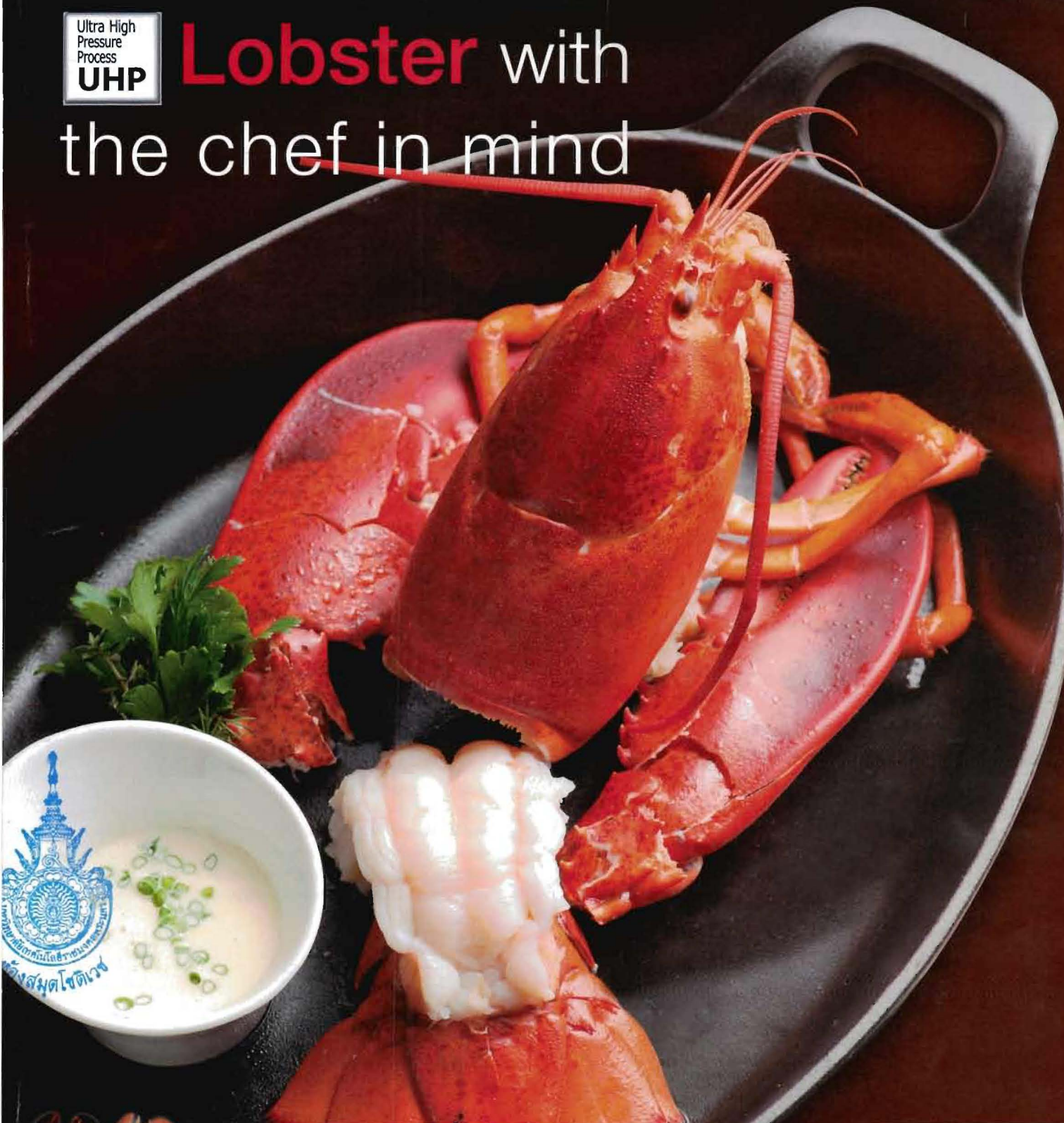
องค์การส่งเสริมแบรนด์ฮิตะกิว

สามารถเข้าชมข้อมูลเกี่ยวกับฮิตะกิวได้ (ข้อมูลการผลิต/ข้อมูลร้านค้าที่กำหนด)  
<http://www.hidagyu-gifu.com>



Ultra High  
Pressure  
Process  
**UHP**

# Lobster with the chef in mind



“กุ้งล็อบสเตอร์” (*Homarus Americanus*) สายพันธุ์คุณภาพ ส่งตรงจากแหล่งกำเนิดในมหาสมุทรแอตแลนติกเหนือ ประเทศแคนาดา ผ่านกระบวนการผลิตพิเศษที่เรียกว่า **Ultra High Pressure** หรือ **UHP** ซึ่งเป็นเทคโนโลยีใหม่ล่าสุดภายใต้การควบคุมอย่างเข้มงวดโดยผู้เชี่ยวชาญที่มีประสบการณ์มากกว่า 10 ปี โดยให้แรงดันสูงผ่านน้ำ ซึ่งเป็นตัวกลางไปยังตัวกุ้ง ภายใต้อุณหภูมิ ความดัน และระยะเวลาที่กำหนด ทำให้ช่วยรักษารสชาติ ความฉ่ำรสของเนื้อ สี เนื้อสัมผัส และคงคุณค่าสารอาหารไว้ได้ อีกทั้งยังแกะเนื้อออกจากเปลือกได้อย่างง่ายดาย และด้วยระบบ UHP สามารถฆ่าเชื้อแบคทีเรียได้ จึงนำมาทานสดเป็นซูชิหรือซาซิมิได้อย่างปลอดภัยอีกด้วย



ผู้นำเข้า และจัดจำหน่ายสินค้า บริษัท ฟู้ดโปรเจ็ค (สยาม) จำกัด  
หรือสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม โทร. 02-770-8888 ต่อ 101-105 [www.foodproject.co.th](http://www.foodproject.co.th)  
สาขาภูเก็ต โทร. 076-617420-1





editor's talk

“พวกเราจะเป็นพื้นที่ให้เชฟ นักออกแบบอาหาร และบุคคล  
ในวงการอาหารได้มาแสดงความสามารถของตนในนิตยสารของเรา”

Prawat Prung-Ak-Sorn  
Executive Editor

“การเปลี่ยนแปลงไม่ได้รับประกันผลลัพธ์  
แต่ถ้าอยากเปลี่ยนแปลงก็ต้องกล้าที่จะทำ”

ฟู้ดสไตล์ฉบับนี้เป็น “การแปลงโฉมอาหารที่คุณคุ้นเคย” ในรูปแบบ  
ที่คุณคาดไม่ถึง พร้อมเรื่องราวและเทคนิคแพรวพราวในแต่ละเมนู รวมไปถึง  
ประวัติศาสตร์หน้าใหม่แห่งการจับคู่อาหารไทยและเครื่องดื่มไทย  
เพื่อสร้างประสบการณ์อันเหลือเลิศแห่งรสชาติ

แรงบันดาลใจแห่งการปรับหน้าตาเมนูอยู่รอบๆ ตัวพวกเรา ทีมงานจึง  
เลือกหยิบเมนูที่ใกล้ตัวที่สุดมาสรรสร้าง เพื่อเพิ่มมูลค่าเกิดเป็นปฏิภาณกรรม  
อันงดงามบนโต๊ะอาหาร ภายใต้วัตถุดิบและข้อจำกัดเดิม เราได้สร้างสิ่ง  
ใหม่ด้วยพลังแห่งความสร้างสรรค์ คุณอาจไม่จำเป็นต้องเป็นเชฟ ไม่  
จำเป็นต้องเป็นนักออกแบบอาหาร เพียงแค่รักการเปลี่ยนแปลง และ  
ต้องการสร้างสิ่งใหม่ให้ชีวิต ก็สามารถระบายจานอาหารในรูปแบบที่  
แตกต่างกันได้ค่ะ

พบกันฉบับหน้านะคะ

ไอริณ ฤกษ์สาร  
บรรณาธิการอำนวยการ

Publisher Foodstylist Co., Ltd. เจ้าของ บริษัท ฟู้ด สไตลิสต์ จำกัด  
Honorary Adviso ที่ปรึกษา  
Chumpol Jangprai เชฟชุมพล แจ้งไพร  
Witoon Wongsavat วิฑูรย์ วงษ์สวัสดิ์  
Food Consultant ที่ปรึกษาด้านอาหาร  
Thai Chefs' Association สมาคมเชฟประเทศไทย  
Executive Editor บรรณาธิการบริหาร  
Prawit Prung-Ak-Sorn ประวิตร เปรื่องอักษร  
Director ผู้อำนวยการ  
Irin Rerksasarn ไอริณ ฤกษ์สาร  
Editor บรรณาธิการ  
Patcharapol Pradubsook พัชรพล ประดับสุข  
Assistant to Editor and Writer ผู้ช่วยบรรณาธิการจัดการและนักเขียน  
Sarinna Wattana สรินนา วัฒนา  
Cheewanuan Potranun ชิวานวล โปตระนันท์  
Art Director อาร์ตไดเรกเตอร์  
Siri Sumanit ศิริ สุมานิต  
Photographer ช่างภาพ  
Warawut Ansirimongkol วราวุธ อันศิริมงคล  
Wanassanan Wongampaiprasert วณันันท์ ว่องอำไพประเสริฐ  
Food Creative ฟู้ดครีเอทีฟ  
Sutakon Suwannachot สุธากร สุวัฒน์ไชติ  
Nisakorn Surakasamesawad นิสากร สุระเกษมสวัสดิ์  
Wnter นักเขียน  
Putta Pukkawes พุทธา พุกกะเวส  
Wattanee Jantaramitree วรธนินี จันทรมิตร  
Proofreader พิสูจน์อักษร  
Ratthawan Pattanaratchatadul รัฐวรารณ พัฒนรัชตอดุล  
Secretary เลขานุการฝ่ายบริหาร  
Chorpaka Tanakan ชอภกา ธนากาญจน์  
Marketing Communication สื่อสารการตลาด  
Lalinthip Riengrojpitak ลลิตทิพย์ เรียงโรจน์พิทักษ์  
Nalinee Ployying นลินี พลอยพริ้ง  
Account Executive ฝ่ายโฆษณา  
Kanaporn Pooutai คณพร ภู่อุทัย  
Booppa Komkunthod บุญพา กอมขุนทด  
Accounting & Finance Manager ผู้จัดการฝ่ายบัญชี  
Pannakrit Ninkittikoson ปันกฤต นิลกิติโกศล

ติดต่อโฆษณา  
โทร. 0-2770-8899 ต่อ 5121  
ฝ่ายการตลาด e-mail : saleandmarketing@foodstylist.co.th  
กองบรรณาธิการ e-mail : editor@foodstylist.co.th

สำนักงาน บริษัท ฟู้ดสไตล์ จำกัด  
99/3 ถนนวงแหวนอุตสาหกรรม แขวงช่องนนทรี เขตยานนาวา กรุงเทพฯ 10120  
โทร. 0-2770-8899 โทรสาร 0-2770-8900  
www.foodstylist.co.th

แยกสี บริษัท สุนทรพิพัฒน์ จำกัด โทร. 0-2216-2760-8 โทรสาร 0-2216-2769  
โรงพิมพ์ บริษัท สยามพรินท์ จำกัด  
เลขที่ 116/69 ซอยรามอินทรา 40 แขวงลาดพร้าว เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10230  
โทร. 0-2508-8040 โทรสาร 0-2508-8039  
จัดจำหน่ายโดย บริษัท เพ็ญบุญจัดจำหน่าย จำกัด  
เลขที่ 5 ประดิพัทธ์ 23 ถนนประดิพัทธ์ แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400  
โทร. 0-2615-8625 โทรสาร 0-2615-8634



# ที่สุดของความ ทนทาน



PROFESSIONAL NON-STICK COOKWARE  
**GLADIATOR**  
 PROFESSIONAL

ที่สุดของความทนทานระดับมืออาชีพ พร้อมรับมือกับทุกเมนูของคุณ ด้วย 3 ประสิทธิภาพที่เหนือกว่า



**1. เครื่องที่ สุด**  
 ด้วยเทคโนโลยีการเคลือบ  
 กั้นติด 3 ชั้นแบบ  
**Full High Density**  
 พร้อมโครงสร้างหนา  
 3 มม.



**2. ทนทานพิเศษ**  
 ด้วยสารเคลือบคุณภาพสูง  
**Teflon Platinum** จาก  
**DuPont™** ทนรอยขีดข่วน  
 ผ่านการทดสอบด้วยการขัด  
 กว่า 500,000 ครั้ง\*



**3. ร้อนเร็วทุกอนุ**  
 ด้วยพื้นผิวสาย 6 เหลี่ยม  
**Hex Comb Pattern**  
 กระจายความร้อนทั่วถึง  
 ประหยัดเวลาและพลังงาน

บริษัท ไทยเสกนเนสส์ จำกัด 10 ซอยสุขุมวิท 61 ถนนสุขุมวิท แขวงคลองตันเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110  
 โทรศัพท์ 0 2730-7999 [www.facebook.com/seagullbrand](http://www.facebook.com/seagullbrand) e-mail: [seagull@seagull-brand.com](mailto:seagull@seagull-brand.com)  
 \*ทดสอบโดยเครื่อง Polishing Test และพ่นใยผ้ามาตรฐาน

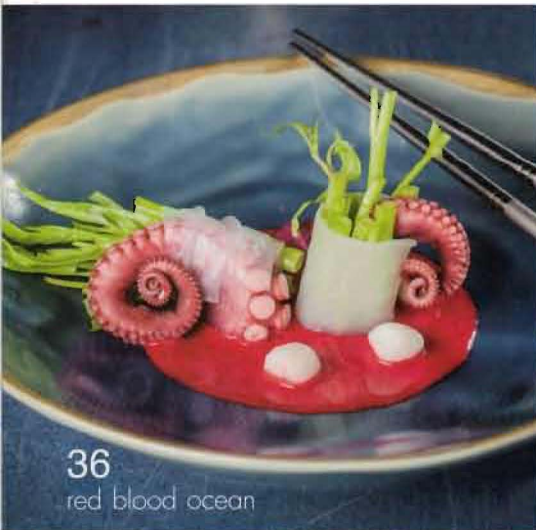


*Starts your appetite*



# Contents

May - June 2015

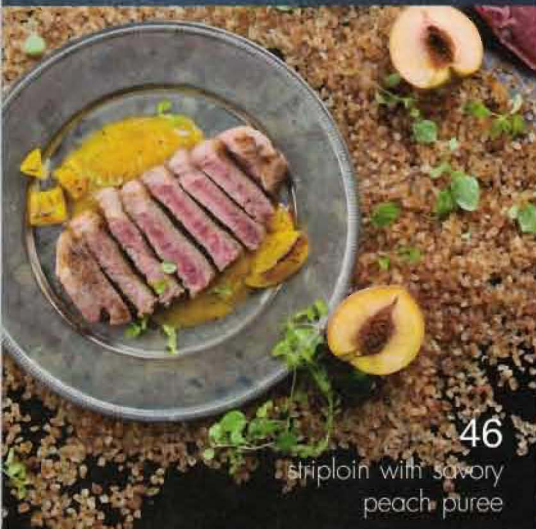


36  
red blood ocean

## cooking & styling



45  
the ultimate ruby



46  
striploin with savory  
peach puree



53  
white chocolate strawberry  
cheesecake



51  
แกงส้มแห้ง ะอบขมิ้น ผงรส

- 14 **cover story**  
Thai Food Revolution ปฏิวัติอาหารไทย
- 46 **food project**  
striploin with savory peach puree  
pan fried Hokkaido scallop  
with sweet and sour squid ink miso dressing
- 50 **minimal food**  
Street Main Dish
- 52 **chic dessert**  
Strawberry Cheesecake – Deconstructed

- 54 **x-perience**  
Knowledge & Creative การเรียนรู้และสร้างสรรค์  
ไม่มีวันจบสิ้น
- 56 **a chef life**  
แกงส้มรสมือคุณแม่
- 58 **thai time**  
แซบอย่างมีสไตล์
- 60 **drink master**  
Smoothies Blue Hono Lulu
- 62 **mixologist we love**  
The Beginning of Mixing ก๊อดจิ-ธีรณย์ ดิสระ





## น้ำมันมะกอก San Felipe และ Mil Olivas

“สีใส หอมกลิ่นมะกอกแท้จากธรรมชาติ”

- ✓ สกัดจากมะกอกคุณภาพ 100%
- ✓ ผ่านกระบวนการบ่มเย็นที่ได้มาตรฐานสากล
- ✓ มีกรดไขมันไม่อิ่มตัวเชิงเดี่ยวมากที่สุด
- ✓ ราคาข่อมเยา



ผู้นำเข้า และจัดจำหน่ายสินค้า บริษัท ฟู้ดโปรเจ็ค (สยาม) จำกัด  
โทร. 02-770-8888 สาขาภูเก็ต โทร. 076-617420-1 [www.foodproject.co.th](http://www.foodproject.co.th)



# features & lifestyle testing

66

คุณปรานค์-อภินารา ศรีกาญจนา

66

เบนสมิทธิ์ พงศ์ภานุภาค

92

Venice

100

Tales of Gold Mine

118

paul

## 66 secret ingredients

คุณปรานค์-อภินารา ศรีกาญจนา  
The Best Ingredient is Family

## 68 chef we love

บทสัมภาษณ์ของเหล่าเชฟที่ผู้ดูแลสไตล์ส์รัก

## 72 food design

Ice Cream ทหวานเย็นชื่นใจ

## 74 meet the foodies

ดวงฤทธิ์ แคล้วปลอดทุกข์ Food Stylist Icon

## 78 kitchen confidential

อาหารไทยใสโอเดียบ

## 76 foodstylist diary

การตลาดแบบง่าย ๆ ในวงการอาหารที่ทรงอานุภาพ

## 82 top shelf

One Price Celebration

## 84 food.culture.sketch

ข้าวแซ่...วิถีตราร่วมสมัย

## 86 food journey

ผจญภัยใต้สุดขอบโลก Middle Earth

## 92 gourmet trip

Venice The Romantic City of Water

## 100 dining out

เติมเต็มวันเวลาพิเศษกับร้านอาหารบรรยากาศดี ๆ

## 108 check in by food project

เช็กอินความอร่อยได้ที่นี้

## 112 hot & new restaurant by wongnai

4 ร้านสุดช้อตจาก 'วงใน'

## 116 coffee break

คาเฟ่เก๋สำหรับคอฟฟี่มานี

## 119 cooking school

โรงเรียนสอนทำอาหาร  
สถานที่ปรุงความฝันของคนอยากเป็นเชฟ

## 122 social

ติดตามทุกความเคลื่อนไหวในวงการอาหาร

## 124 new product

ผลิตภัณฑ์ใหม่ที่น่าจับตามอง





**Chef's Choice**

Over 116 years' experience in the cheese industry



# CREAM CHEESE

Proudly Australian Owned And Produced



## Chef's Choice Cream Cheese

2 kgs./box, 6 boxes/ctn.

Keep in -4 °C (Shelf life: 1 year)

### Features

- 100% natural cheese
- Mild Creamy/Milky flavour
- Low acidity

### Benefits

- Save time to beat until fluffy and good spreading consistency.
- Flavour complement other ingredients doesn't overpower.
- Designed for a variety of sweet and savoury dishes particularly Cheesecakes and other desserts.





## editor note

---

หากต้องการพัฒนา ก็จงอย่ากลัวความเปลี่ยนแปลง นั่นเพราะความเปลี่ยนแปลงเป็นสิ่งที่แน่นอนที่สุด ขึ้นอยู่ว่ามันจะเปลี่ยนไปอย่างไร ซึ่งในการทำงานของนิตยสารฟู้ดสไตลิสต์นั้นเราเข้าใจในสิ่งเหล่านั้นเป็นอย่างดี จึงเป็นที่มาแนวทางการทำงานคือ หนึ่ง การรักษาลิขสิทธิ์ที่เป็นศิลปะ ภูมิปัญญาให้คงอยู่ไปพร้อมกับเผยแพร่สิ่งเหล่านั้นต่อไป ส่วนอีกทางคือการยอมรับในความเปลี่ยนแปลง จากนั้นจึงคิดสร้างสรรค์ ทำให้สิ่งใหม่ที่เกิดขึ้น หรือสิ่งที่แตกต่างไปนั้น ถือเป็นความพัฒนา หรือนวัตกรรม

หากคุณมองเมนูต่างๆ ที่เราทำในเล่มนี้ คุณจะมองเห็นทั้งสองแนวทางคือเราทั้งรักษาและพัฒนา ด้านหนึ่งเป็นเมนูดั้งเดิมที่เห็นอยู่ทั่วไปในชีวิตของคนเรา ส่วนอีกมุมมองก็เป็นการหยิบเอาหัวใจของเมื่อนั้นออกมา จากนั้นจึงนำมาผสมกับหลักการของฟู้ดสไตลิสต์ สร้างสรรค์ให้อาหารแบบที่เห็นทั่วไป แตกต่างสวยงาม และสมกับคุณค่าของความเปลี่ยนแปลง ที่สำคัญก็คือตัวตนของอาหารจานนั้นยังอยู่

และเมื่อเรามองให้ลึกซึ้งลงไป อาหารไม่เพียงบอกเล่าเรื่องราวชีวิตคน แต่มันยังถือเป็นประวัติศาสตร์ของโลก โลกที่เปลี่ยนไปทุกวัน บ้างก็เลวร้าย บ้างก็สวยงาม ขึ้นอยู่ว่าเราช่วยทำให้มันดีขึ้นอย่างไร หรือทำให้มันแย่ลงไปแค่ไหน และขึ้นอยู่กับเรามองโลกแบบไหน

พัชรพล ประดับสุข  
บรรณาธิการ

---

## Highlight

---



คุณปรางค์-อภิณาราศรีกาญจนนา



ก๊อตจิ-ธีรตนย์ ดิสระ

นอกจากเมนูวิถีอาหารไทยธรรมดากัน ให้ดูพิเศษสุดแล้ว เล่มนี้ยังรวมบทสัมภาษณ์บุคคลที่น่าสนใจ ไฮไลต์สำคัญคือบทสัมภาษณ์ของ **คุณปรางค์-อภิณาราศรีกาญจนนา** ผู้บริหารคนสวยที่เปลี่ยนอาหารไทยข้างถนนให้เลอค่า กับเรื่องราวของความรักที่เปลี่ยนทุกสิ่งให้สวยงาม แล้วไปคุยกับมิชโซโลจิสต์สัญชาติไทยที่ตั้งไกลถึงลอนดอน **ก๊อตจิ-ธีรตนย์ ดิสระ** ผู้ชนะการแข่งขันจากรายการ Drinks Tube ของเชฟและพิธีกรชื่อดัง เจมี โอลิเวอร์



# ทางลัดสู่ความอร่อย



แคมทิพรส กี้อร่อยครบรส  
[www.tiparos.com](http://www.tiparos.com)

1. "พืด"

2. "เทพงซอสหอยนางรม"



3. "ใส่น้ำ"



ง่ายๆแค่ 1.พืด 2.เทพงซอสหอยนางรม ตราทิพรส 3.ใส่น้ำ  
พงซอสหอยนางรม ตราทิพรส ไม่ใส่味精กันเสีย ฟันกรรมวิธีผลิตที่ทันสมัย  
นึกถึงพืดพักครั้งใด นึกถึง ทิพรส



# cooking & styling



“เป็นเรื่องหินมากที่จะเปลี่ยนแปลงภาพอาหารไทย  
ที่คุ้นตาคนมานานมากกว่าร้อยปี และยากไปกว่านั้น  
คือการสร้างความยอมรับภาพลักษณ์ใหม่  
สิ่งที่ฟู๊ดสไตล์ลิสต์ต้องทำก็คือ  
การรักษาเอกลักษณ์ไทยไว้ให้ได้มากที่สุด”

---

**Special Menu**

พบกับ 10 เมนูอาหารไทยธรรมดาที่เปลี่ยนโฉมให้สุดพิเศษ



# Thai Food Revolution

## ปฏิวัติอาหารไทย

ศิลปะทุกแขนงล้วนมีความเปลี่ยนแปลง ขึ้นอยู่กับว่ามันจะเปลี่ยนไปมากหรือเพียงเล็กน้อย และสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นการพัฒนาหรือเสื่อมคุณค่าลงไป ซึ่งการถกเถียงกันว่าศิลปะแขนงที่ผูกพันกับชีวิตเรามากที่สุดอย่าง “อาหาร” ควรเปลี่ยนหรือไม่นั้นก็พูดกันทุกชาติ ทุกสมัย โดยเฉพาะกับอาหารไทยของเรา อย่างว่าแต่เรื่องอาหารประจำชาติควรมีการแต่งเติมเสริมหรือรักษาไว้ดั้งเดิม ก็ยังมีเรื่องอื่นๆ อย่างอาหารไทยแท้ๆ คือเมนูอะไร ส่วนผสมเครื่องปรุงอันเป็นต้นตำรับคืออะไร โดยความเห็นส่วนตัวแล้วหากมองว่าอาหารคือศิลปะ ดังนั้นศิลปะเป็นเรื่องของความรู้สึกมากกว่าความถูกต้อง

ศาสตร์ของการตกแต่งอาหารที่นิตยสารฟู้ดสไตล์ลิสต์ยื่นหยัคนำเสนอให้กับผู้อ่านมาเกือบทศวรรษ เข้ายกกับทีมงานซึ่งทุกคนล้วนต้องใช้ศาสตร์ของศิลปะในการทำงาน ไม่ว่าจะเชฟ ฟู้ดสไตล์ลิสต์ ช่างภาพ นักเขียน ว่าต้องช่วยกันสร้างมาตรฐานของการเป็น “ฟู้ดสไตล์ลิสต์มืออาชีพ” และทำให้คนไทยได้รู้จักศิลปะแขนงนี้มากขึ้น และที่สำคัญทุกคนต้องเชื่อว่าศิลปะอย่างฟู้ดสไตล์ลิสต์จะหลอมรวมกับโบราณชั้นครูอย่างอาหารไทยได้อย่างสวยงาม พร้อมกับทำให้อาหารไทยคงเสน่ห์ความอร่อยอ่อนช้อย และรักษาหัวใจของอาหารไทยไว้อย่างครบถ้วน

ในเล่มพิเศษนี้ เราขอเสนออีกมิติหนึ่งของการตกแต่งอาหาร โดยหยิบเอาอาหารไทยที่ธรรมดาที่สุด ใกล้ตัวที่สุดมาเป็นโจทย์ในการทำงาน ซึ่งจุดหมายก็คือการแสดงให้เห็นว่าอาหารทุกอย่างสวยงามและแตกต่างได้ หากเข้าใจในหลักของฟู้ดสไตล์ลิสต์ เข้าใจในองค์ประกอบของศิลปะอาหาร ก่อนที่จะไปดูเมนูอาหารที่ทีมงานแปลงโฉม เรามาทบทวนกันสักนิดว่าเราจะสร้างงานศิลปะอาหารจากองค์ประกอบศิลปะอย่างไรกันบ้าง

การสร้างผลงานศิลปะสักชิ้น นอกจากต้องมีพู่กัน ฝ่าใบ สีลัน และจินตนาการแล้ว ยังต้องรู้จักกับองค์ประกอบศิลปะเพื่อนำมาประกอบและสร้างผลงานขึ้น เช่นเดียวกัน ในการทำอาหารให้สวยงามด้วยหลักของฟู้ดสไตล์ลิสต์ นอกจากต้องมีทักษะการปรุงอาหาร มีความเข้าใจเมนูอาหาร คุณต้องรู้ว่าในวัตถุดิบแต่ละอย่างสิ่งใดบ้างจะเป็นองค์ประกอบในทางศิลปะได้บ้าง ซึ่งไม่ว่าในแง่ขายของของตลาด ตู้เย็น หรือในครัวหรือของภัตตาคาร ก็ล้วนมีสิ่งที่สามารถสร้างสรรค์ความงามได้ เรามาดูองค์ประกอบทางศิลปะทั้ง 6 พื้นฐานของการออกแบบตกแต่งอาหารกันเลย



## องค์ประกอบศิลปะอาหาร

### จุด...จุดเริ่มต้นของความงาม (Point, Dot)

“จุด” เป็นจุดเริ่มต้นสู่ส่วนอื่นๆ ซึ่งเมื่อนำจุดมาเรียงต่อกันตามตำแหน่งที่เหมาะสม ซ้ำๆ กัน จะทำให้เรามองเห็น เป็นเส้น รูปร่าง รูปทรง ต่างๆ โดยธรรมชาติได้ออกแบบมาอย่างสวยงามแล้ว เช่น เมล็ดถั่ว เม็ดพริกไทย นอกจากนี้มนุษย์เรายังสามารถสร้างจุดขึ้นมาได้เอง

### เส้น...สะท้อนอารมณ์ (Line)

ในทางศิลปะ เส้นแต่ละเส้นสะท้อนอารมณ์และความรู้สึกต่างๆ และหากสังเกตดูในเมนูอาหาร ก็ล้วนมีเส้นต่างๆ เหล่านี้ที่ให้ความรู้สึก สร้างอิทธิพลเมื่อได้มอง ซึ่งเส้นนั้นมีทั้งในลักษณะที่เราสร้างขึ้นจากการหั่น บั่น ขยี้วัตถุดิบ ทาซอส

- เส้นตั้งหรือเส้นดิ่ง ให้ความรู้สึกทางความสูง สง่า มั่นคง และแข็งแรง
- เส้นนอน ให้ความรู้สึกสงบ ราบเรียบ นิ่ง และผ่อนคลาย
- เส้นเฉียงหรือเส้นทะแยงมุม ให้ความรู้สึกเคลื่อนไหว รวดเร็ว ช่วยนำสายตา
- เส้นหยักหรือเส้นซิกแซกแบบฟันปลา ให้ความรู้สึกเคลื่อนไหวอย่างเป็นจังหวะ
- เส้นโค้ง ให้ความรู้สึกเคลื่อนไหวอ่อนโยนนุ่มนวลสวยงาม และให้ความรู้สึกสบาย

### รูปร่างและรูปทรง...พื้นฐานความงาม (Shape and Form)

อย่างที่กล่าวไปแล้วว่า “จุด” ต่อเป็น “เส้น” จากนั้นจึงรวมเป็น “รูปร่างและรูปทรง” ขึ้นมา ทั้งลักษณะของสองมิติ (กว้างและยาว) และสามมิติ (กว้าง ยาว และลึก) ซึ่งมีทั้งที่เกิดมาโดยธรรมชาติและการรังสรรค์โดยคน ได้แก่ รูปทรงเรขาคณิต (Geometric Form) รูปทรงธรรมชาติ (Nature Form) และรูปทรงอิสระ (Free Form)

### สี...สี สร้างสรรค์ (Color)

เมื่อสำรวจวัตถุดิบ น้ำซอส ภาชนะก็ล้วนมีสีสัน ซึ่งสีที่แบ่งออกเป็นสองกลุ่มก็ล้วนสร้างอารมณ์ความรู้สึกเมื่อได้มอง

#### สีโทนเย็น หรือวรรณะเย็น (Cool Tone)

ประกอบด้วยสีเขียว เหลือง สีเขียว สีนํ้าเงิน สีม่วง นํ้าเงิน สีเหล่านี้ดูเย็นตา ให้ความรู้สึก สงบ สดชื่น

#### สีโทนร้อน หรือวรรณะร้อน (Warm Tone)

ประกอบด้วยสีเหลือง สีส้ม สีแดง สีม่วง สีม่วงแดง สีเหล่านี้ให้อิทธิพลต่อความรู้สึกตื่นเต้น เร้าใจ กระฉับกระเฉง

### ที่ว่าง...เพื่อเต็มเต็ม (Space)

บริเวณที่ล้อมรอบรูปทรง หรือระยะห่างจากรูปทรงหนึ่ง กับอีกรูปทรงอื่นๆ หรือพื้นที่ระนาบว่างเปล่า ที่ว่างในงานศิลปะหรืองานออกแบบทำให้ตัวเรื่องราวมืดมนโดดเด่น

### พื้นผิว...เพิ่มอรรถรส (Texture)

ลักษณะของผิววัตถุที่มีลักษณะผิวหยาบ ผิวขรุขระ ผิวด้าน ผิวละเอียด และผิวมัน ลักษณะผิวสามารถสัมผัสได้ด้วยมือและการมองเห็นซึ่งเป็นวิธีการหนึ่งที่จะช่วยเพิ่มอรรถรสและความรู้สึกได้อย่างดี

หลังจากที่เราทบทวนองค์ประกอบทางศิลปะ ก็ถึงเวลามาดูโจทย์ของเราในครั้งนี้กับอาหารไทยที่แสนธรรมดา

เรามาเริ่มจากคำว่า “อาหารไทยธรรมดา” ในอดีตนั้นอาหารไทยตามตำรามักแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คืออาหารไทยพื้นบ้าน และอาหารชาววัง อธิบายง่ายๆ ก็คือกลุ่มแรกเป็นอาหารที่คนธรรมดาสามารถหาวัตถุดิบสำหรับการปรุงจากในเรือกสวนไร่นา ตำรับนี้ก็มีกึ่งไปกับสภาพความเป็นอยู่ ศิลปะ และวัฒนธรรมประเพณีตามท้องถิ่นต่างๆ อาหารจึงเรียบง่ายแต่โอชา และสวยงามด้วยภูมิปัญญาชาวบ้าน เช่น การทอดขนมหรืออาหารด้วยใบตอง การทำย้อมสีขนมด้วยสีจากธรรมชาติ

ส่วนกลุ่มที่สองคืออาหารที่อยู่ในรั้วในวัง เป็นอาหารที่มีตำรับเฉพาะที่รังสรรค์ให้สมกับชนชั้นสูง วัตถุดิบต้องมีวิธีการเตรียมมาอย่างดี ส่วนการปรุงอย่างพิถีพิถันบรรจง การจัดสำหรับอาหารมีความวิจิตร มีการแกะสลักตกแต่งอาหารอย่างงดงาม ดังนั้นเมื่อพูดถึงอาหารไทยจากอดีตจนถึงปัจจุบัน ศิลปะการตกแต่งอาหารที่เด่นชัดก็มักจะเห็นได้ในตำรับอาหารชาววัง ตัวอย่างที่เด่นชัดคือ บันทึก เดอลาลูแบร์ ในสมัยรัชกาลที่ห้า ซึ่งเล่าถึงอาหารของชาววังว่า แตกต่างจากชาวบ้านตรงความพิถีพิถันในการจัดเตรียมในทุกๆ ชั้น โดยเฉพาะในการจัดสำหรับอาหารจากการสืบค้นข้อมูลเหล่านี้ยังตอกย้ำว่าอาหารไทยและภูมิปัญญาอาหารไทยเป็นเลิศและลึกซึ้งมากที่สุด แต่ดูเหมือนเรายังไม่ได้ให้ความสำคัญกับการออกแบบตกแต่งอาหาร เหมือนกับงานสร้างสรรค์กันแบบสุดโต่งให้อาหารชาติอื่นๆ ในโอกาสที่เราครบรอบ 9 ปี และเข้าสู่ทศวรรษการเป็นนิตยสารตกแต่งเจ้าแรกและเจ้าเดียว การจะแปลงโฉมอาหารไทยธรรมดาให้คุณได้แปลกใจก็น่าสนุกไม่น้อยเลย

เมนูอาหารไทยสุดยอธรรมดา 10 เมนูนี้ถือเป็นตัวแทนของหลายๆ สิ่ง ไม่ว่าจะเป็นอาหารไทยแท้ดั้งเดิม เมนูลึกลับของคนทุกเพศ เมนูช่างทางยอดนิยมน เมนูไทยที่ได้รับอิทธิพลจากชาติอื่นแล้วเราประยุกต์จนกลายเป็นอาหารประจำชาติไทย ทุกเมนูเหล่านี้สะท้อนความเป็นไทยที่สุด ธรรมดาสามารถทำได้ เพียงการคิดสร้างสรรค์ บวกกับการสไตล์ลิสต์





## บัวกะเพราเนื้อไข่ดาว ราชานแห่งอาหารสิ้นคิด

“กินอะไรกันดี” นี่ถือเป็นคำถามอมตะของคนที่ชวนกันกิน ไม่ว่าจะรายวัน ชักรถยนต์ หรือซื้อขึ้นรถเมล์ และหากใครสักคนถามขึ้น หนึ่งในเมนูอาหารที่พูดขึ้นในวงสนทนาต้องมีอาหารตระกูล “ผัดกะเพรา” แน่แท้ร้อยเปอร์เซ็นต์ แต่อาจจะคลาดเคลื่อนเปลี่ยนไปบ้างตามแต่ความชื่นชอบและข้อจำกัดของแต่ละคน บ้างอาจจะชอบเนื้อไก่ที่มีติดมันสักหน่อย บ้างอาจจะชอบกะเพราที่ชุ่มน้ำชุ่มเนื้ออย่างกะเพราหมูสับ หรือบางคนอาจจะชอบแบบซีฟู้ดก็สั่งกันไปตามแต่รสนิยม ดังนั้นจะบอกว่าเมนูผัดกะเพราเป็นเมนูสิ้นคิดก็ไม่ผิด เพราะคิดไม่ออกก็จบที่ผัดกะเพราไปเลย หรือถ้ายกให้เป็นเมนูไทยยอดฮิตก็น่าจะไม่ผิดเช่นกัน

ทุกครั้งที่มีการจัดอันดับอาหารยอดเยี่ยมระดับโลก ซึ่งมักจะมีอาหารไทยติดอันดับอยู่ด้วยหลายเมนู แต่ดูเหมือน

แทบทุกครั้งต่างชาติจะมองข้ามเมนูเด็ดนี้ไป กลับกันหากเป็นประเทศไทยมีการสำรวจความนิยม ผัดกะเพราก็มักจะติดอันดับสุดยอดความอร่อยเสมอๆ นั่นอาจเพราะเมนูนี้มีความยืดหยุ่นชนิดของเนื้อสัตว์ให้ตรงกับความต้องการ สามารถเพิ่มเติมวัตถุดิบอื่นๆ ลงไปให้มีสีสันและคุณประโยชน์เพิ่มขึ้นได้อย่างลงตัว พร้อมทั้งสามารถปรุงให้มีรสเผ็ดจัดจ้านกลิ่นโหระพาและขมิ้นไปทั้งซอย หรือรสกลมกล่อมเผ็ดเป็นมิตรกับคนกินได้

ในแง่ของการปรุงวัตถุดิบหลักๆ แบบดั้งเดิมมีเพียงเนื้อสัตว์ พริกขี้หนู กระเทียม เครื่องปรุงรส และพระเอกก็คือใบกะเพรา เพิ่มคุณค่าและความอร่อยด้วยไข่ดาว จัดเสิร์ฟแบบง่ายๆ ผัดกะเพราราดบนข้าว ไข่ดาวไว้ชั้นบนเป็นอันจบบริบูรณ์

## Enchanted Beef

### เนื้อต้องอบด้

“กะเพราเนื้อ” อาหารธรรมดาที่มีกลิ่นหอมอันน่ารัญจวน ทั้งรสชาติที่เผ็ดร้อนและกลิ่นหอมของใบกะเพรา ชวนให้ต้องมนต์ทุกทีที่ได้ลิ้มลอง

### ส่วนผสม

เนื้อวัวหั่นชิ้น 120 กรัม / พริกขี้หนูสวน 10 เม็ด / กระเทียม 1 หัว / น้ำปลา 2 ช้อนชา / น้ำมันหอย 2 ช้อนโต๊ะ / น้ำตาลทราย 1/2 ช้อนชา / ใบกะเพรา 6-8 ใบ / ไข่ไก่ 1 ฟอง / พริกไทยดำ 1/2 ช้อนชา / น้ำมันพืช 1 ช้อนโต๊ะ

### วิธีทำ

1. โขลกพริกขี้หนูกับกระเทียมให้เข้ากัน จากนั้นนำกระทะขึ้นความร้อน เทน้ำมันลงไป ตามด้วยพริกขี้หนูและกระเทียมที่โขลกแล้ว ตามด้วยเนื้อวัวหั่นที่เตรียมไว้
2. ปรุงรสด้วยน้ำมันหอย น้ำปลา น้ำตาลทราย และเติมน้ำเปล่า ใส่พริกไทยดำและใบกะเพรา แล้วนำออกจากความร้อนทันที จัดเสิร์ฟพร้อมกับไข่ไก่ทอดทอดและข้าวสวย









Enchanted Beef

*art on plate*

การเรียงอาหารบนขอบจานช่วยให้อาหาร  
ที่เราต้องการนำเสนอ นั้นไม่มีความแฉะจากตัว  
น้ำซอสที่เราปรุงมา





## ก๋วยเตี๋ยวลุยสวย ไทยพาสต์ฟูดของบนุเย้ออฟฟิศ

ปัจจุบันนี้อาหารจานด่วนยามเช้าสำหรับคนเมืองหรือมนุษย์เงินเดือนก็มักจะเป็นอาหารแบ่งๆ แบบปาท่องโก๋ น้ำเต้าหู้ แซนด์วิช เมนูเนื้อๆ มันๆ อย่างหมดจดกับข้าวเหนียว แต่ก็ยังมีอีกเมนูที่เป็นทั้งอาหารมื้อเช้า ยังสามารถเป็นอาหารมื้อสุขภาพของทุกๆ คนได้ด้วย โดยเฉพาะกับหนุ่มสาวที่อยากดูแลหุ่นสวย เมนูนี้ก็คือ “ก๋วยเตี๋ยวลุยสวย”

อย่างที่ไต่เกริ่นไปในตอนต้นแล้วว่า เราจะไม่มาเถียงกันว่าอาหารไทยแท้ไทยเทียมเป็นแบบไหน ซึ่งเมนูนี้ถือเป็นอีกเมนูที่มีลูกผสมของอาหารหลายๆ ชาติ เช่น จีน เวียดนาม ไทย และนานวันก็มีการประยุกต์ใช้วัตถุดิบอื่นๆ อย่างผักของเมืองนอก ใช้ทูน่า แซลมอน ซึ่งคล้ายไปทางสลัดของต่างชาติ แต่อย่างไรก็ดี ก๋วยเตี๋ยวลุยสวยมีชื่อเสียงเรียงนามออกจะให้...ไทย แถมนความหมายก็ช่างเห็นภาพได้อรรถรส และอย่างที่เราู้กันดีว่าเมนูไหนที่ต่อท้ายด้วยลุยสวยจะมีเอกลักษณ์สองอย่างก็คือ “ความจัดจ้าน” และ “เมนูผักและสมุนไพร” นี่คือการแสดงความไทยที่ช่างเปรียบเปรย และอธิบายจุดเด่นของเมนู

“ก๋วยเตี๋ยวลุยสวย” สูตรดั้งเดิมจะใช้แผ่นเส้นใหญ่ (เส้นสด) มาทอกับผักต่างๆ เห็ด ผักกาดหอม ผักชี โหระพา หมูหรือเต้าหู้ ส่วนน้ำจิ้มเน้น ส่วนผสมหลักคือกระเทียม พริกขี้หนู เกลือ น้ำเชื่อม น้ำส้มสายชู จากจุดเริ่มต้นที่มีคนคิดอาหารจานนี้ขึ้น ปัจจุบันนี้มีสูตรก๋วยเตี๋ยวลุยสวยสูตรต่างๆ มากมาย แถมน้ำจิ้มที่เสริมความอร่อยก็ยังมีหลายแบบหลายรสอีกด้วย แต่โดยรวมแล้วเอกลักษณ์ความแซบและดีต่อสุขภาพยังคงอยู่ทุกๆ จาน และที่สำคัญหน้าตาของเมนูนี้ก็ยังคงไม่ผิดแผกไปจากเดิมเลย



## Garden Roll

การ์ดีนโรล

จุดเด่นของก๋วยเตี๋ยวลุยสวยคือสีสันที่ให้ความสดชื่น จานนี้หยิบเอาพืชผักนานาชนิดมาห่อด้วยแป้งข้าวบาง อำนวยความสะดวกที่อยู่ด้านใด ทำให้เกิดความรู้สึกอ่อนโยนชวนลิ้มลอง ทว่าความอ่อนโยนนั่นแอบแฝงด้วยความเร้าร้อนเมื่อเพียงสัมผัส

### ส่วนผสมก๋วยเตี๋ยวลุยสวย

ก๋วยเตี๋ยวแผ่นใหญ่ 5 แผ่น / หมูยอหั่นยาว 1 แท่ง / แครอท 1 ลูก / ผักกาดหอม 5 ใบ / โหระพา 10 ใบ / แดงกวาหั่นยาว 1 ลูก

### ส่วนผสมน้ำจิ้มพริกเขียว

พริกขี้หนูเขียว 15 เม็ด / กระเทียม 5 เม็ด / รากผักชี 2 ต้น / น้ำตาลทราย 2 ช้อนโต๊ะ / น้ำปลา 3 ช้อนโต๊ะ / น้ำมันงา 1 ช้อนโต๊ะ / น้ำสะอาด 3 ช้อนโต๊ะ

### วิธีทำ

1. เตรียมน้ำจิ้มพริกเขียว โดยการนำส่วนผสมทุกอย่างลงเครื่องปั่น บดให้ละเอียด จากนั้นพักไว้
2. นำแป้งก๋วยเตี๋ยวไปแช่ในน้ำสะอาดจนแป้งนิ่ม แล้วนำผักและเนื้อสัตว์ที่เตรียมไว้ใส่ลงบนแป้ง ม้วนให้แน่นเก็บปลายทั้งสองด้านให้มิดชิด ตัดเป็นชิ้น พร้อมเสิร์ฟ









Garden Roll

*art on plate*

เลือกใช้ภาชนะที่มีกันเพื่อให้สะดวกและง่ายต่อการเสิร์ฟอาหารพร้อมกับน้ำจิ้มหรือซอสได้เลย





## น้ำพริกปลาทูพริกตำ ความอร่อยอันเป็นอมตะ

เชื่อไหมว่าปลาทูเป็นสัตว์น้ำที่ผูกพันกับคนไทยมานาน แม้ชื่อจะกระเดียดไปทางฝรั่งไปสักหน่อย แต่ตำราอาหารเล่มแรกของไทย “แม่ครัวหัวป่าก์” ในสมัยรัชกาลที่ 5 ได้มีบันทึกเกี่ยวกับปลาทูและอาหารไทยที่ปรุงจากปลาทูไว้ โดยมีการบรรยายถึงความอุดมสมบูรณ์ของไทยว่า

“ปลาทูนี้เป่นปลาที่นับว่าเป็นทรัพย์อันหนึ่งของชาติ ในอ่าวสยามมีเป่นฤดู ตั้งแต่เดือน 7 ถึงเดือน 12 เป่นปลางาม ปลาทูนี้เป่นปลาที่ว่ายทวนลม ว่ากันว่าเป็นปลาที่กินลม แต่ที่จริงคงจะกินไค่น้ำและเปือกตม เพราะที่อ่าวเป่นโคลน และตัวมันจะเชื่อง ฤาจะเป่นปลาถูดูกี่ว่าได้ ฝูงหนึ่งนับได้หมื่นแสน จับกันเป่นฤดู ตั้งแต่หลังสวนชุมพร และเรื่อยขึ้นมาถึงกวยปราณ บ้านแหลม แม่กลอง ปากน้ำเจ้าพระยา บางปะกง อ่างศิลา บางปลาสร้อย ตลอดถึงมณฑลจันทบุรี ก็เปลี่ยนมรสุมว่ายทวนลมข้ามอ่าวไปตะวันตกอีก”

แม้บันทึกฉบับนั้นจะห่างจากวันนี้เป็นร้อยปี แต่แม่ครัวพ่อครัวที่รอบรู้เรื่องอาหารไทยก็นิยมจะเลือกซื้อปลาทูสด หรือปลาทูหนึ่งในช่วงฤดูหนาวเช่นในสมัยอดีต โดยจะเลือกปรุงอาหารตามแต่ความเหมาะสมของปลาทู เช่น หากจะต้มยำ ห่อหมก ต้มส้ม ก็ควรเลือกปลาสดเท่านั้น แต่หากจะเลือกทำเมนูเด็ดประจำบ้านอย่าง “น้ำพริกปลาทู” ก็ควรเลือกเป็นปลาทูหนึ่ง

เมื่อพูดถึงน้ำพริกปลาทูที่ทานกับผักต้มแล้วละก็ อาจดูเป็นเมนูบ้านๆ ไม่น่าจับช้อนหรือมีประวัติศาสตร์อะไร คงต้องบอกว่าคิดผดผดเพราะน้ำพริกถ้วยนี้เป็นหนึ่งในน้ำพริกโบราณของไทย และไม่ว่านานแค่ไหนด้วยความอร่อย และคุณค่าของเมนูนี้ทำให้เป็นที่นิยมอมตะนิรันดร์กาล

## Fish on The Floor

สาธาตฺอินโปลา (พริกปลาทู ไม้ต้ม พริกตำ)

อาหารคู่บ้านคู่เมืองไทย วันนี้นำมาแปลงโฉมใหม่ให้งามโฉไล ในแบบนานาชาติไปเลย เพียงผสมผสานเทคนิคของการทำอาหาร และหลักในทางศิลปะก็ได้ผลงานที่น่าประทับใจ

### ส่วนผสม

ปลาทูย่าง 1 ตัว / พริกชี้ฟ้าเผา 4 เม็ด / หอมแดงเผา 4 หัว / กระเทียมเผา 4 กลีบ / พริกชี้หูเผา 3 เม็ด / น้ำปลา 1 ช้อนโต๊ะ / น้ำตาลปีบ 1/2 ช้อนโต๊ะ / น้ำมันาว 2 ช้อนโต๊ะ / ไช้ยกกระทาดัม ตามชอบ / ผักต้มตามชอบ

### วิธีทำ

1. ปอกเปลือกพริก กระเทียม และหอมแดง นำไปโขลกพอแหลก
2. แกะเนื้อปลาทู เคล้ากับ น้ำปลา น้ำตาลปีบ ปรุงรสด้วยน้ำมันาว
3. ตักส่วนผสมใส่พิมพ์ ตกแต่งด้วยไช้ยกกระทาดัมและผักลวกตามชอบ









Fish On The Floor

*art on plate*

นำพริกปลาทุเลีร์ฟแบบทรูทรา เพิ่มมูลค่า และเพิ่ม  
สีสันด้วยดอกไม้ เลือกใช้ไข่นกกระทาเนื่องด้วยขนาด  
ที่พอเหมาะกับจาน นำกระเจี๊ยบมาตัดทางขวางจะได้  
รูปทรงที่แปลกตาออกไป จากนั้นจัดเรียงซ้อนด้าน  
หลังด้วยมะระชั้นกที่มีผิวขรุขระ แซมด้วยยอดผัก  
เพื่อเพิ่มความอ่อนและนุ่มนวล





## ข้าวคลุกกะปิ สารพัดรส สารพัดอรรถรส

กะปิเป็นเครื่องปรุงหนึ่งที่มีแต่โบราณ และอยู่คู่กับครัวไทย ทำหน้าที่ทั้งผู้ให้รสชาติ เป็นอาหาร และยังเป็นส่วนผสมของเมนูต่างๆ มากมาย ซึ่งกะปิเป็นเครื่องปรุงหนึ่งที่หากคนรักก็รักมาก แต่ถ้าใครเกลียดแล้วก็ไม่ยากอยู่ใกล้เลยทีเดียว นั่นก็เพราะว่าจุดเด่นของกะปิก็คือกลิ่นอันรุนแรง บ้างว่าหอมมาก และแน่นอนบ้างก็ว่าเหม็นมากเช่นกัน แต่ถึงจะมีกลิ่นอันทรงพลานุภาพ แต่เมนูเด็ดๆ ที่ทำมาจากกะปิก็ก็น่าลิ้มแล้วแต่เป็นเมนูยอดฮิต ไม่ว่าจะเป็นหมูผัดกะปิ น้ำพริกกะปิ กะปิหลน และอีกหนึ่งเมนูกะปิยอดนิยมนั่นคือ “ข้าวคลุกกะปิ” ซึ่งรวมทั้งความอร่อยอันหลากหลาย ทั้งข้าว กะปิ หมูหวาน กุนเชียง ไช้เจียวซอย ยังรวมประโยชน์จากแตงกวา มะม่วงซอย หอม พริกสด กุ้งแห้ง ฯลฯ

สำหรับส่วนผสมสำคัญในเมนูนี้แน่นอนว่าเป็น “กะปิ” เพราะนอกจากต้องมีส่วนผสมอื่นๆ ที่ช่วยเสริมรสชาติให้ลงตัวแล้ว ความเค็มและหอมของกะปิ ถือเป็นพระเอกของจานนี้เสียก็ว่าได้ ซึ่งการเลือกกะปಿನั้นควรเลือกที่มีสีนวลสวย ไม่ดำคล้ำ เมื่อมีกะปิดีข้าวของคุณก็อร่อยไปกว่าครึ่งแล้ว กะปิที่ขึ้นชื่อที่สุดเหมาะกับการทำข้าวคลุกกะปิและเมนูอื่นๆ ได้แก่ กะปิคลองโค่น กะปิไช้ญ่ กะปิระยอง กะปิเกาะสมุย เป็นต้น

## Top of The World

ยอดแห่งความริญจวน

ข้าวคลุกกะปิเป็นเมนูสุดหินยามที่ต้องจัดจาน เราจึงเห็นการจัดจานแบบเดิมๆ การล้อมวงของวัตถุดิบ แต่จานนี้เปลี่ยนมุมมองด้วยการสร้างรูปทรงใหม่ให้สวยงามดึงดูดใจ

### ส่วนผสมข้าวคลุกกะปิ

ข้าวหอมมะลิหุงสุก 2 ถ้วยตวง / หอมแดงซอย 2 หัว / น้ำมันพืช 1 ช้อนโต๊ะ / กะปิ 1 ช้อนโต๊ะ

### วิธีทำ

กระทะตั้งไฟใส่น้ำมัน หอมแดง ผัดจนหอม ใส่กะปิ ผัดพอหอม ใส่ข้าว เคล้าส่วนผสมให้เข้ากัน

### ส่วนผสมหมูหวาน

หมูสามชั้น 100 กรัม / น้ำตาลปีบ 3 ช้อนโต๊ะ / น้ำปลา 1 ช้อนโต๊ะ

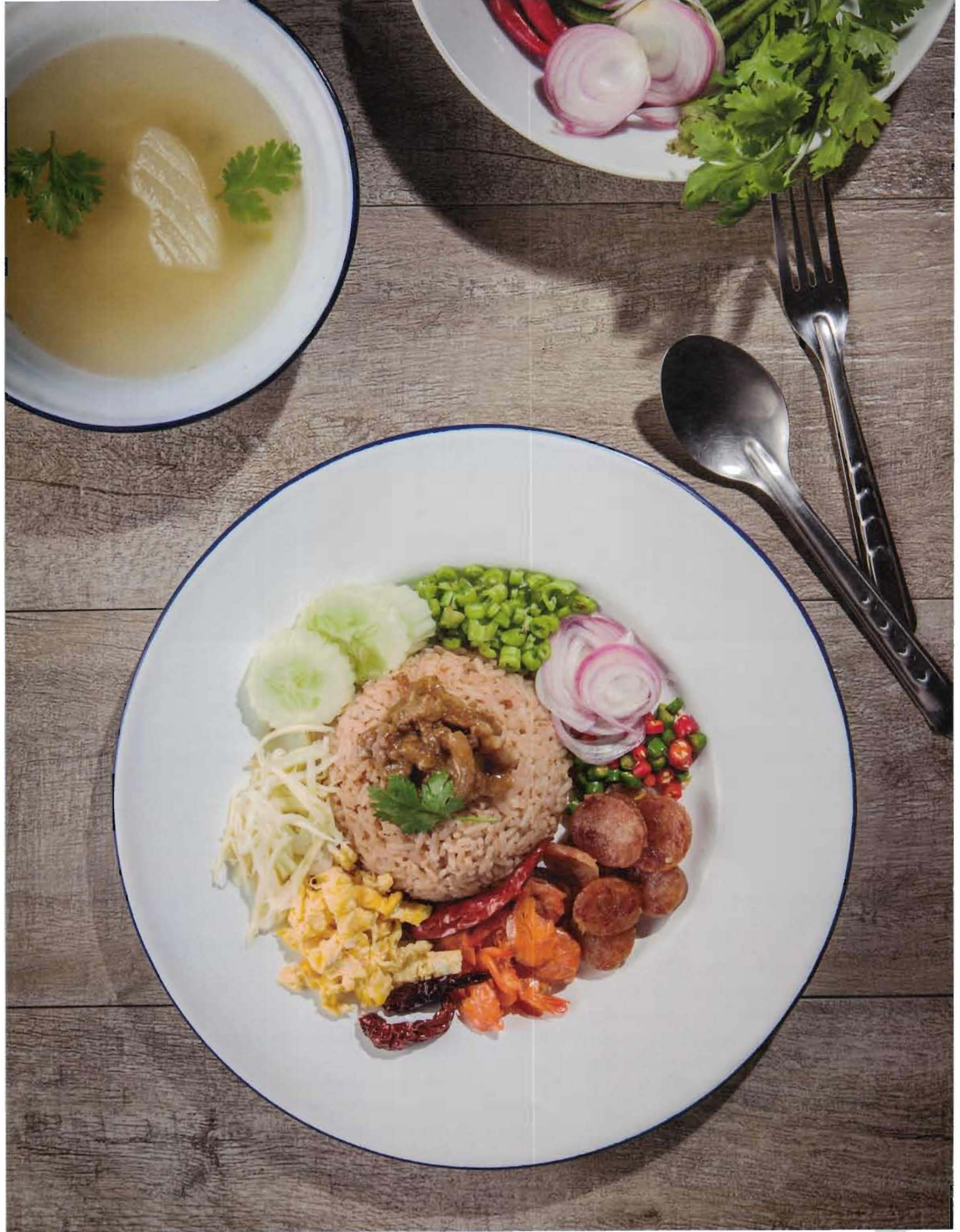
### เครื่องเคียง (ปริมาณตามชอบ)

กุ้งแห้งทอดกรอบ / ถั้วฝักยาวซอย / หอมแดงซอย / พริกชี้หูซอย / พริกแห้งทอด / ไช้ทอด / มะม่วงซอย / แตงกวา

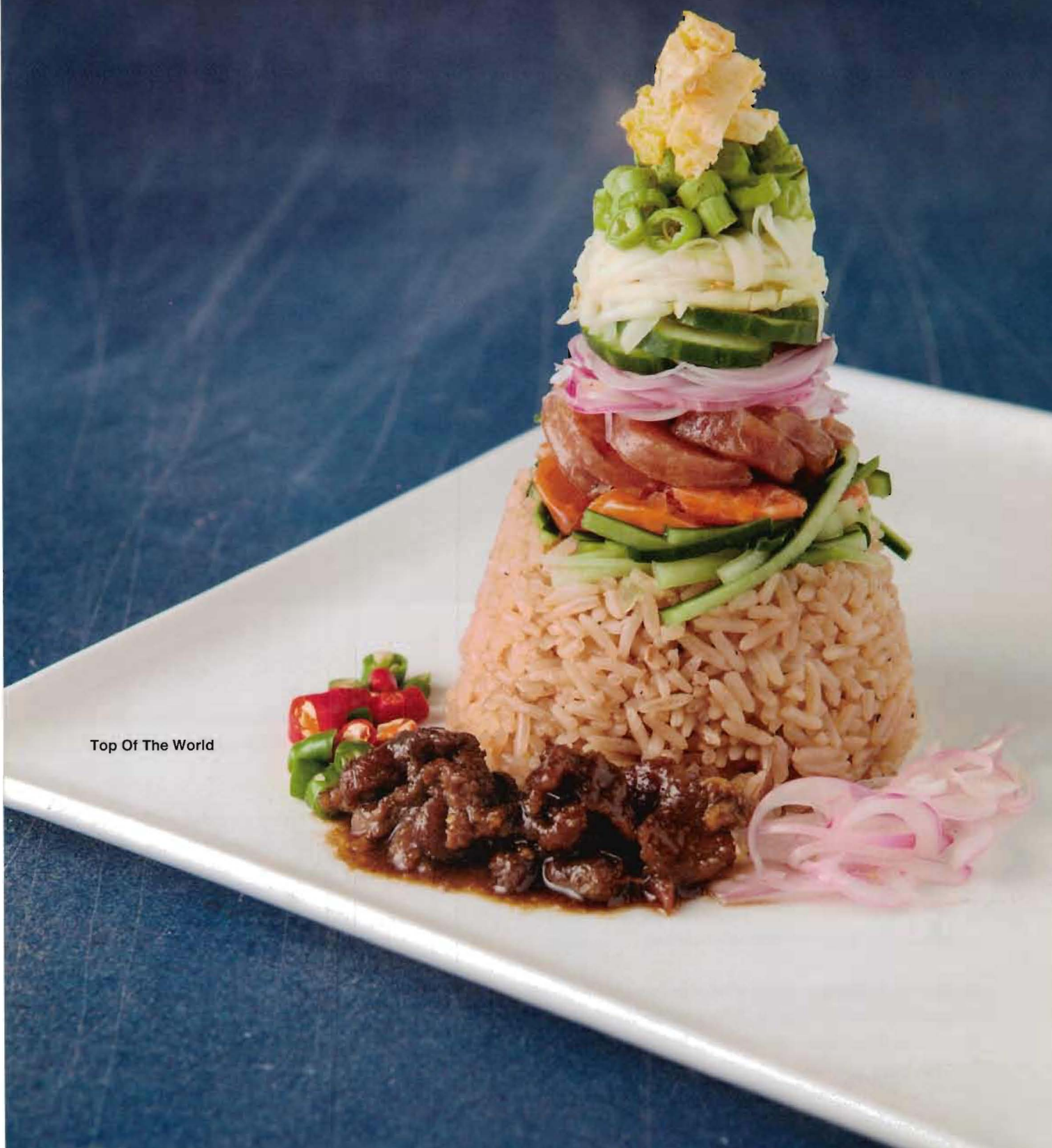
### วิธีทำ

จัดข้าวใส่พิมพ์ ตามด้วยเครื่องเคียงต่างๆ เสิร์ฟพร้อมหมูหวาน









Top Of The World

*art on plate*

ใช้พิมพ์รูปกรวยจัดเรียงส่วนผสมต่างๆ ในพิมพ์ เริ่มจากเครื่องเคียงต่างๆ ปิดท้ายด้วยข้าว เมื่อเอาออกมา รูปทรงจะคล้ายพีระมิด จัดเรียงหมูหวานไว้ด้านล่าง เวลาทานก็จัดการเคล้าส่วนผสมทุกอย่างให้เข้ากัน





## ข้าวมันไก่ อาหารของมหาชน

ที่जूหัวรุนแรงเช่นนี้ไม่ใช่การเขียนชวนเชื่อหรืออก แต่มันคือเรื่องจริงเสียยิ่งกว่าจริง ในปัจจุบันนี้ เพราะแม้ว่าต้นกำเนิดจริงๆ ของเมนูนี้จะไม่ได้อยู่สยามประเทศ แต่ข้าวมันไก่สัญชาติไทยที่ปรับทั้งสูตร การหุงข้าวในแบบเฉพาะตัว รวมถึงน้ำจิ้มรสเด็ด ก็เป็นที่นิยมไปจนทั่วโลก อย่างกรณีที่ข้าวมันไก่ชื่อดังที่สุดในประเทศอย่างข้าวมันไก่ ประตูน้ำที่บุกไปถึงประเทศญี่ปุ่น หรือข้าวมันไก่ที่แจ้งเกิดโด่งดังที่ประเทศอเมริกา อย่าง “น้องข้าวมันไก่”

หัวใจสำคัญที่ทำให้ข้าวมันไก่สัญชาติไทยก็ตรงที่ข้าวมันที่นุ่ม มัน ทอมน้ำจิ้มดี สมกับ เป็นชาติผู้ผลิตข้าว และอีกส่วนสำคัญก็คือน้ำจิ้มซึ่งแบบไทยนั้นต้องมีความแซบเป็น จุดเด่น ส่วนรายละเอียดเล็กๆ น้อยๆ ที่ทำให้ความอร่อยแตกต่างกันไปนั้นก็ขึ้นอยู่กับ แต่ละร้าน แต่ละตำรับที่คิดสร้างสรรค์และสืบทอดกันมา

ทุกวันนี้เราทานข้าวมันไก่ได้แทบทุกมือ ทานง่ายได้พลังงาน ไม่ว่าในฟู้ดคอร์ท ริมหาง หรือในชนบท ข้าวมันไก่ได้เข้าไปอยู่ในวิถีชีวิตเราจนเรียกได้ว่า ข้าวมันไก่แบบไทยนั้น เป็นอีกหนึ่งเมนูที่ผ่านกาลเวลา มีการปรับเปลี่ยนให้เข้ากับคนชิม จนอาจพูดได้ว่าเป็น อีกหนึ่งเมนูของมหาชนก็ว่าได้

## Always Rice

รสชาติอันเป็นอมตะ:

เปลี่ยนเมนูข้าวมันไก่สุดธรรมดาให้กลายเป็นอาหาร งานด่วนที่สวยงาม เรียบง่าย แต่มีระเบียบ

### ส่วนผสมข้าวมัน

ข้าวหอมมะลิ 1 ถ้วยตวง / กระเทียม 2 กลีบ / ชিং 2 แฉ่น / ใบเตย 1-2 ใบ / น้ำมันพืช 3 ช้อนโต๊ะ / น้ำต้มไก่ 3 ถ้วยตวง / อกไก่ต้ม 1 อก / สะโพกไก่ทอด 1 สะโพก

### วิธีทำ

1. น้ำมันใส่กระทะ ผัดกระเทียม ชিংให้หอม จากนั้น นำข้าวลงไปผัดจนเมล็ดข้าวใส
2. เติมน้ำต้มไก่ ใบเตย นำไปหุงจนสุก
3. จัดข้าวใส่พิมพ์ หั่นไก่ต้มและทอด จัดวางด้านบน แล้วตกแต่งด้วยแตงกวา









Always Rice

**art on plate**

ข้าวเป็นส่วนผสมที่ต้องใช้พิมพ์เพื่อควบคุมรูปร่างให้เป็นกลุ่มก้อนสวยงาม จากนั้นเราก็จัดเรียงด้วยจิ้งหะที่ดูแล้วสวยงาม ไม่อึดอัดไร้ทิศทาง





## ขนมจีนน้ำยาน้ำพริก เส้นหักเหล็บ

หนึ่งในความมหัศจรรย์ของอาหารไทยก็คือ แต่ละท้องถิ่นมักจะมีอาหารที่มีลักษณะ รูปลักษณะ และกรรมวิธีการทำที่คล้ายกัน จะแตกต่างกันก็ตรงภาษาหรือการเรียกขานเท่านั้นเอง ขนมจีนเป็นเมนูหนึ่งที่ทุกๆ ภาคของประเทศล้วนมีเหมือนกัน โดยเป็นได้ทั้งอาหารจานหลัก อาหารทานเล่น อาหารที่ทานเคียง ซึ่งเส้นขนมจีนของแต่ละที่แม้จะลีลาช้วนวลคล้ายๆ กัน แต่ยังมีจุดแตกต่างอยู่เป็นเอกลักษณ์ของแต่ละถิ่น เช่น ขนมจีนประดกที่เป็นเส้นสดเหนียวนุ่ม ขนมจีนหล่มเก่าเป็นเส้นสดเล็กจับเป็นก้อนเล็กๆ ถัดจากเส้นที่มีเอกลักษณ์ของแต่ละที่แล้ว น้ำยาขนมจีนก็เป็นอีกหนึ่งไอโลต์ที่จะบอกคนชิมได้ว่ามาถึงท้องถิ่นนั้นหรือยัง

ขนมจีนน้ำยาน้ำพริกเป็นน้ำยาหนึ่งที่มีความแปลกตั้งแต่การเรียกชื่อแล้ว เพราะเมื่อได้ลิ้มลองรสชาติจะออกหวานนำเด่นชัด ไม่เผ็ดอย่างที่คาด แถมยังมีเนื้อสัมผัสของถั่วลิสง แท้จริงแล้วชื่อของน้ำยานชนิดนี้เพราะในการปรุงน้ำยานี้จะใส่น้ำมันน้ำพริก เคี้ยวกับกะทิ เมื่อปรุงเสร็จสรรพชาติกับเส้นแล้ว ทานได้เพลินหมดไปโดยไม่รู้ตัว และนี่กระมังคือจุดเด่นขนมจีนน้ำยาน้ำพริก แรกชิมก็ดูเหมือนหวานเกินไป แต่พอทานกับเครื่องเคียงต่างๆ กลับกลายเป็นหยุดกินไม่ได้เลย

## Sweet into Strips

### ร้อยเรียงรัก

อาหารหลายชนิดที่คนไทยนิยมมักประกอบด้วยแป้งและผักคู่กัน เช่นเดียวกับ “ขนมจีนน้ำยาน้ำพริก” ที่เลิ่รฟกับผักหลากหลายชนิด นำมาร้อยเรียงสื่อถึงความโดดเด่นของอาหารที่มีหลากหลายชาติและสีลันที่น่าเย้ายวนชวนพิลสมัย

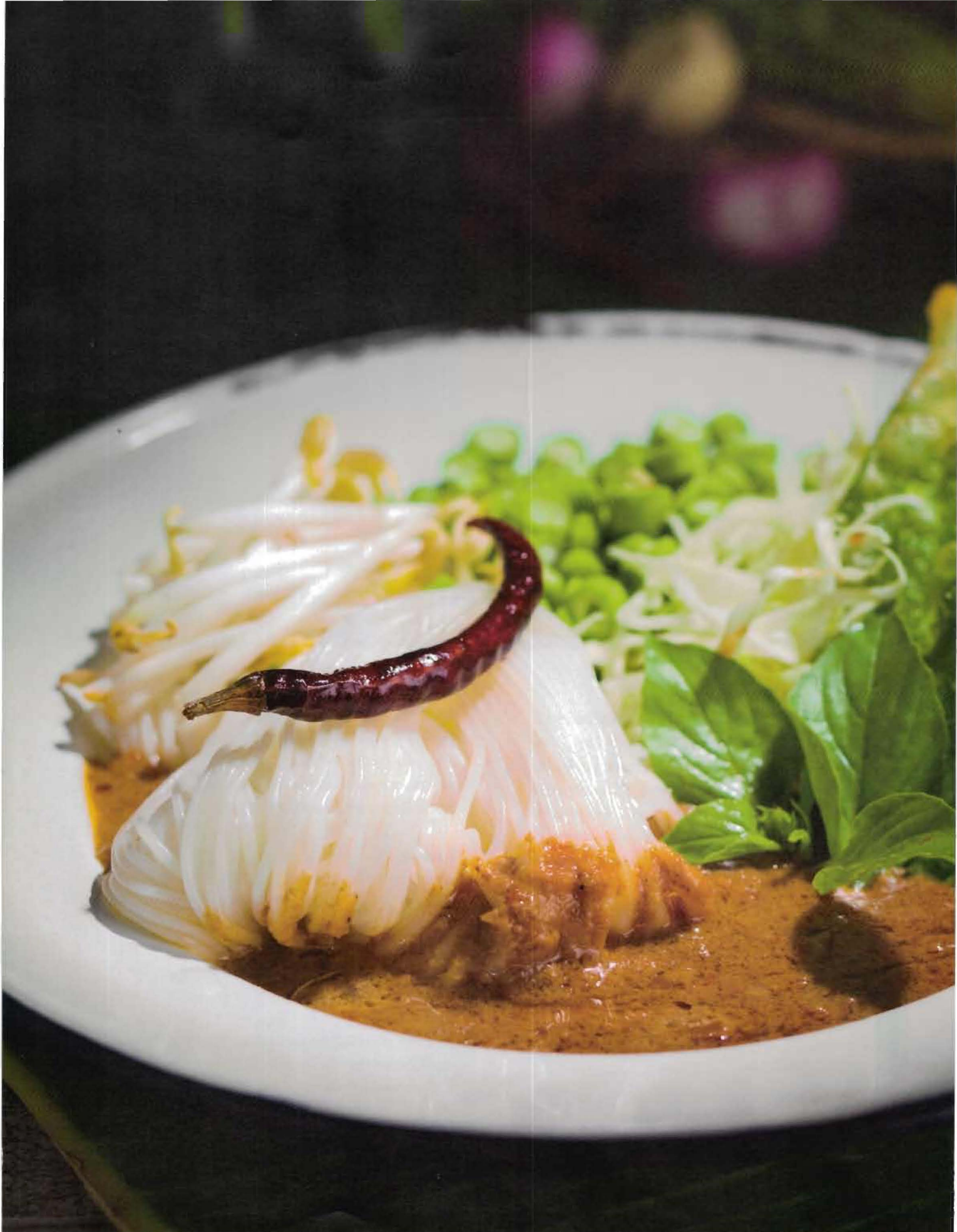
### ส่วนผสม

พริกแกง 100 กรัม / เนื้อกุ้งลั้บ 250 กรัม / กะทิ 4 ถ้วย / ถั่วลิสงบด 200 กรัม / น้ำตาลปีบ 1 ถ้วย / น้ำมะนาว 1 ถ้วย / น้ำมะกรูด 3 ช้อนโต๊ะ / น้ำปลา 3/4 ถ้วย / หอมเจียวและกระเทียมเจียว เล็กน้อย / ผักลวก 40 กรัม / ขนมจีน 160 กรัม

### วิธีทำ

1. นำกะทิใส่ลงหม้อที่ตั้งบนความร้อน เคียวจนกะทิแตกมัน จากนั้นใส่เนื้อกุ้งลั้บ
2. ตั้งกระทะบนความร้อนปานกลาง แล้วเอาพริกแกงลงไปผัดให้หอม จ้งใส่กะทิที่เคียวไว้ ตามด้วยถั่วลิสงบด
3. ปรุงรสด้วยเครื่องปรุงต่างๆ รวมทั้งน้ำมะกรูด ใส่หอมเจียวและกระเทียมเจียวลงไป จัดเสิร์ฟพร้อมกั้บขนมจีนและผักลวกตามชอบ









Sweet Into Strips

*art on plate*

การมีวนเส้นขนมจีนเป็นการช่วยลดขนาดของตัวอาหารให้ดูเล็กลง และสีส้มของผักยังสร้างความน่าสนใจให้ตัวอาหารได้อีกด้วย





## เย็นตาไฟ ทะเลสีเลือด

เย็นตาไฟเป็นอีกหนึ่งเมนูที่ชาวจีนได้ถ่ายทอดวัฒนธรรมมาให้เรา นับเป็นอีกหนึ่งเมนูไทยเชื้อชาติจีนที่ถูกปากคนไทยมากที่สุดเมนูหนึ่งเลยก็ว่าได้ วัดได้จากจำนวนของร้านที่มีมากเสียจนไปไหนในเมืองไทยก็มักจะเห็นป้ายเย็นตาไฟรลเด็ดอยู่ ที่มาคำว่าเย็นตาไฟมาจากภาษาจีนและ คำว่า ย่องแท้วฟู เชื่อกันว่าจีนแต่จิวออกเสียงในแบบตัวเองว่า เยียงเต่าตู จึงเพี้ยนกลายเป็นเย็นตาไฟในปัจจุบัน ซึ่งชื่อในภาษาจีนมีความหมายเต่าหุบมัสสไล้หมูลึบ (เต่าหุบและหรือเต่าหุ้ยัดไส้ในก้วยเตี่ยวและ)

จุดเด่นของก้วยเตี่ยวชนิดนี้ก็คือ ซอสสีแดงที่มีส่วนผสมของเต้าหู้ยี้ ผักบั้ง ลูกชิ้นปลา หมักกรอบ และเลือดหมู ส่วนประวัติความเป็นมาของก้วยเตี่ยวเย็นตาไฟนั้นไม่ชัดเจนนัก หากแต่เดิมทีสูตรดั้งเดิมของเย็นตาไฟไม่ได้มีรสชาติจัดจ้านแบบในปัจจุบัน แต่คนไทยได้ปรับให้มีรสชาติจัดจ้านในแบบนิยมในปัจจุบัน และนอกจากการปรับให้รสชาติถูกปากถูกใจคนไทยแล้ว ยังมีการปฏิบัติให้มีตำรับเย็นตาไฟแบบอื่นๆ ไม่ว่าจะเย็นตาไฟต้มยำ เย็นตาไฟทะเล จนอาจเรียกได้ว่าเย็นตาไฟถูกสร้างให้กลายเป็นสไตล์ไทย สัญชาติไทยไปแล้ว

## Red Blood Ocean

### ทะเลสีเลือด

อาหารบางประเภทมักชุกซ่อนความลับอันแสนแยบยลไว้ภายใต้สีสันที่ดูรอนแรง รอเพียงเรานั้นจะลิ้มลองและเผยความจริงของรสชาติที่น่าหลงใหล เช่นเดียวกับเมนูเย็นตาไฟที่จัดวางอย่างโดดเด่นสวยงาม แสดงให้เห็นถึงความมหัศจรรย์ของวัตถุดิบจากท้องทะเล

### ส่วนผสมเย็นตาไฟ

เส้นก้วยเตี่ยว 80-100 กรัม / ผักบั้งไทย 40 กรัม / ลูกชิ้นปลา 3-5 ลูก / เลือดหมู 1 ช้อน / ปลาหมึก 2 ช้อน / น้ำซุปล 250 มิลลิลิตร

### ส่วนผสมซอสเย็นตาไฟ

เต้าหู้ยี้ 10 ก้อน / กระเทียม 5 กลีบ / น้ำเปล่า 100 กรัม / น้ำตาลทราย 4 ช้อนโต๊ะ / เกลือป่น เล็กน้อย / น้ำมันงา 1 ช้อนชา / น้ำเต้าหู้ยี้ 2 ช้อนโต๊ะ / ส้มผสมอาหาร เล็กน้อย

### วิธีทำ

1. เตรียมซอสเย็นตาไฟ โดยการนำส่วนผสมทุกอย่างใส่ลงในเครื่องปั่น ปั่นให้ละเอียดจนเป็นเนื้อเดียวกันและมีลักษณะขุ่น จากนั้นนำซอสไปตั้งบนความร้อน พักไว้
2. นำเส้นก้วยเตี่ยวและผักบั้งไปลวกน้ำเดือด ตักพักไว้ในภาชนะตามด้วยเนื้อสัตว์ที่เตรียมไว้ แล้วตักซอสเย็นตาไฟลงในภาชนะตามด้วยน้ำซุปล พร้อมรับประทาน









Red Blood Ocean

*art on plate*

การคิดสร้างสรรค์คือหัวใจของการสร้างความแตกต่าง เหมือนการม้วนเส้นก๋วยเตี๋ยวให้อยู่รวมกับเนื้อสัตว์และผัก ทำให้ตัวอาหารดูเป็นเอกภาพ ง่ายต่อการจัดเสิร์ฟ ดูหรูหรามีราคา





## ต้มเลือดหมู ราชของอาหารเช้า

ประเทศของเราเป็นเมืองที่มีอาหารการกินตลอดทั้งวัน ตั้งแต่เช้านี้เราก็มีอาหารที่เหมาะสมกับการเริ่มต้นวัน เมื่อจบจากมื้อมาตรฐานเที่ยง และเย็น ตกค่ำก็เชื่อว่าจะชบเซาร้านรวงปิดกันหมด ก็ยังมีตลาดที่เป็นจุดเพิ่มเติมหลังให้กับคืนที่ทองราตรี ซึ่งเรียกได้ว่าวิถีชีวิตของคนไทยผูกพันกับอาหารทุกช่วงเวลาอย่างแท้จริง

เป็นนับร้อยปีมาแล้วที่ชาวไทยเชื้อสายจีนเข้ามาตั้งรกรากในประเทศไทย วิธีการกินของคนไทยก็ปรับเปลี่ยนไปมากมาย ไม่ว่าจะอุปกรณ์เครื่องมือเครื่องใช้ทำครัวที่มีมากขึ้น กรรมวิธีการปรุงอาหารเพิ่มความหลากหลายมากขึ้นตามไปด้วย และที่แน่นอนว่าตำรับอาหารที่ผสมผสานวัฒนธรรมอาหารของชาวจีนและชาวไทยก็มีมากขึ้นด้วย ซึ่งในหลายๆ เมนูที่ชาวจีนได้ถ่ายทอดรสชาติมาให้คนไทยก็คือ “ต้มเลือดหมู”

จากการบันทึกประวัติอาหารไทย ชาวจีนเป็นชาติแรกๆ ที่ค้าขายเนื้อหมู เครื่องใน และส่วนต่างๆ ให้กับชาวจีนและชาวไทย โดยชาวจีนมีความเชื่อว่าหากกินเลือดหมูต้มในตอนเช้าจะทำให้ท้องสะอาดระบบขับถ่ายเป็นปกติ และต้มเลือดหมูก็เป็นอีกหนึ่งเมนูที่ชาวจีนนิยมรับประทานตั้งแต่โบราณ ซึ่งแม้เวลาจะผ่านไปนาน และสูตรต่างๆ ถูกปรับเปลี่ยนไป แต่ต้มเลือดหมูก็ยังคงอาหารเช้ายอดนิยมและเป็นอาหารเช้าคุณภาพที่หลายๆ ครอบครัวเลือกเสมอ

## Morning Bowl

รุ่งอรุณอันน่าตื่นตา

เมนูเร่งด่วนยามเช้าอย่างต้มเลือดหมูก็ทำได้ในแบบเรา เสริมความตื่นตาตื่นใจด้วยการจัดวาง และเลือกภาชนะที่จะทำให้คนเห็นแล้วต้องร้องว้าว

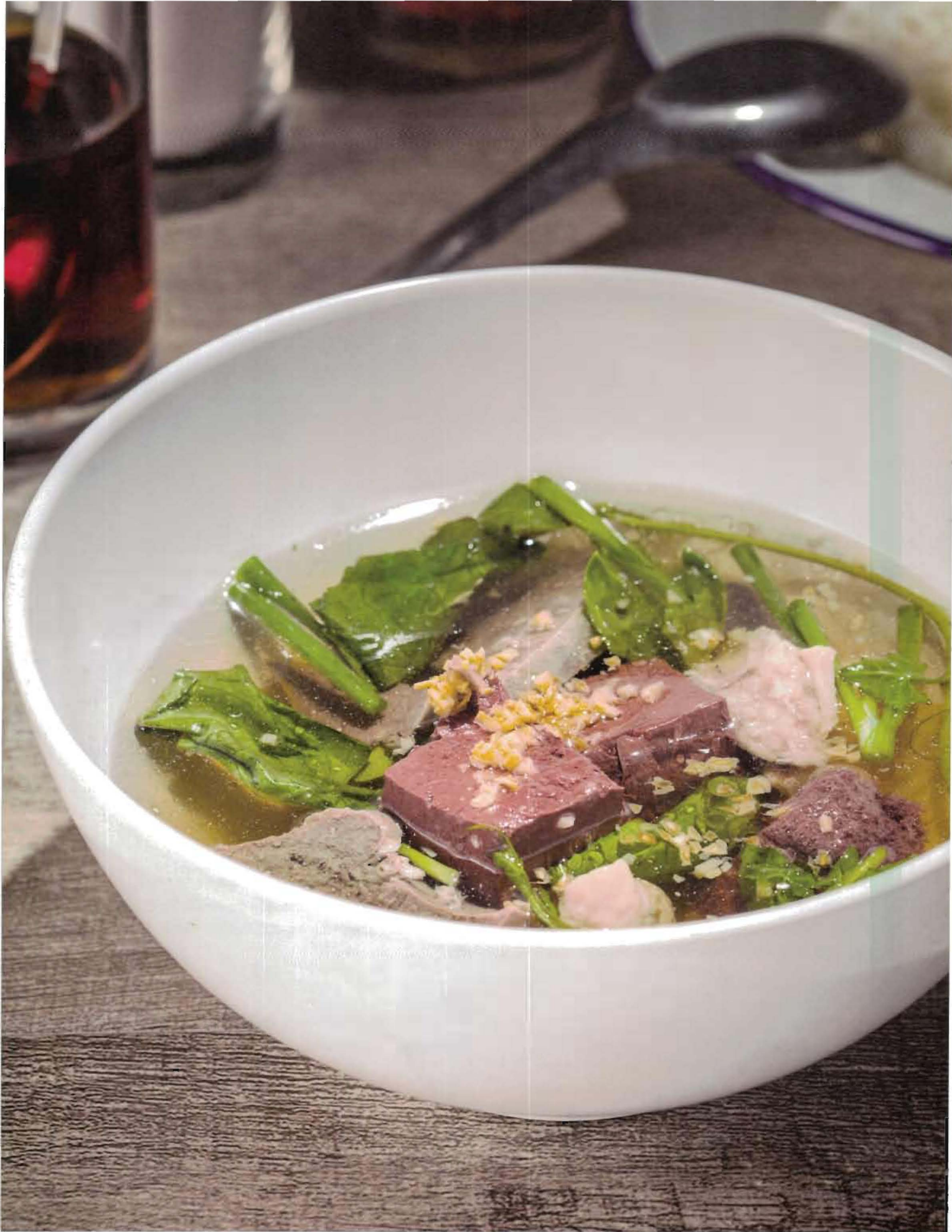
### ส่วนผสม

เลือดหมู 100 กรัม / เกลือ 1/2 ช้อนชา / ไข่หมูต้ม 50 กรัม / ดับหมู 50 กรัม / เนื้อหมูสไลซ์ลวก 50 กรัม / หมูสับปั้นก้อนต้มสุก 50 กรัม / น้ำซุปรกระดูกหมู 300 มิลลิตร / ตำลึง 50 กรัม

### วิธีทำ

ตั้งน้ำพอเดือด ลวกส่วนผสมจนสุก จัดเรียงใส่ภาชนะ จากนั้นราดด้วยน้ำต้มกระดูกหมู เสิร์ฟ







Morning Bowl



art on plate

เปลี่ยนต้นเลียดหมูให้ลัวด้วยเครื่องมือวิทยาศาสตร์ ใช้แก้วและ  
ภาชนะทรงแปลกๆ จัดเรียงส่วนผสมลงภาชนะ แยกน้ำซุปลใส่  
ขวดแก้วไว้ เวลาทานก็จัดการเทน้ำซุปลงในส่วนผสมได้เลย





## ข้าวเม่าทอด ไทยพรายส์ เมื่อกอดแบบไทย

การที่บ้านเราเป็นประเทศเกษตรกรรม เราจึงอุดมสมบูรณ์ทั้งพืช ผัก ไม่ว่าจะเป็นของควา ของหวานเราก็สามารถหาได้จากในครัวเรือน เรียกได้ว่าเป็นเรื่องกล้วยๆ เลยหากเราจะทำอะไรให้ถูกปาก ผลไม้ในรั้วบ้านก็หยิบเอามาปรับเปลี่ยน ประุรงรสก็สามารถเป็นของกินเล่นที่สามารถสร้างรายได้ อย่างเมนูกลุ่มที่เราเรียกว่าของกินเล่นแบบไทย ไม่ว่าจะเป็นมันทอด กล้วยทอด หรือกล้วยแขก เผือกทอด ขนมไข่นกกระทาทอด ข้าวเม่าทอด ซึ่งเราคิดเล่นๆ ว่าหากของชาวตะวันตกมีเฟรนช์ฟรายส์ ที่เป็นทั้งของกินเล่น และอาหารยอดนิยม สำหรับไทยพรายส์ของเราก็มีเล่นที่และฮอตฮิตไม่น้อยเลย เพราะไม่ว่าตลาดไหนๆ หรือตามมุมหัวถนนก็มักจะมีรถเข็นขายของทอดแบบไทยๆ ประจำการอยู่เสมอๆ ซึ่งในร้านก็มักจะมีเมนูขนมที่ใช้วัตถุดิบแบบไทยๆ ไม่ว่าจะเป็นกล้วยแขกที่คนไทยใช้ประโยชน์จากทุกส่วนของกล้วย มันทอด เผือกทอดที่อร่อยเด็ดแบบไทยหวานมันอร่อยไม่แพ้มันฝรั่งทอด ส่วนไข่นกกระทาก็ทอดได้ฟูกรอบทานเพลินหยุดไม่ได้เลย

ข้าวเม่าทอด เป็นหนึ่งไทยพรายส์ที่โดดเด่นด้วยรูปลักษณะที่ไม่ใช่แค่การเอามันเผือกหรือกล้วยมาชุบแป้งแล้วทอด แต่เป็นการแปรรูปกล้วยไข่สุก และข้าวเม่า เป็นขนมที่ได้ทั้งความหวานจากกล้วยกรอบนอกนุ่มใน เป็นของทอดที่ได้ทานแล้วได้ทั้งความอึดอร่อย และประโยชน์

## Thai Fries

กล้วยอ่อนกล

ข้าวเม่าทอดแสนธรรมดาใส่ไอเดียลงไป เพิ่มมูลค่าด้วยการสอดไส้ พร้อมกับการจัดเสิร์ฟให้น่ารับประทาน เท่านั้นอาหารทานเล่นก็อร่อยและสวยงามไม่แพ้เล่นแล้ว

### ส่วนผสม

กล้วยไข่สุกไม่อมลูกเล็ก 10 ลูก (ปอกเปลือกแช่เย็น) / ไรต์ช็อกโกแลตละลาย 200 กรัม

### วิธีทำ

กล้วยไข่นำมาชุบไรต์ช็อกโกแลตให้ทั่ว จากนั้นพักไว้ในตู้เย็น

### ส่วนผสมหน้ากระฉิก

ข้าวเม่า 1 1/2 ถ้วย / มะพร้าวขูดขาว 2 1/4 ถ้วย / น้ำ 1/2 ถ้วย / น้ำตาลปี๊บ 1 1/4 ถ้วย

### ส่วนผสมแป้งชุบทอดและแป้งผอย

แป้งข้าวเจ้า 2 ถ้วย / ไข่ไก่ 1 ฟอง / หัวกะทิ 1 - 1 1/2 ถ้วย / น้ำปูนใส 1/4 ถ้วย / เกลือป่น 1 ช้อนชา / น้ำมันพืช สำหรับทอด พอประมาณ

### วิธีทำ

1. ข้าวเม่า คั่วไฟอ่อน ให้พอกรอบ บดพอหยาบ
2. ตั้งกระทะทองเหลือง ใส่น้ำตาลปี๊บ น้ำ ละลายให้เข้ากัน ใส่มะพร้าว คนให้เข้ากัน นำไปตั้งไฟอ่อน เคี่ยวจนส่วนผสมเหนียว ใส่ข้าวเม่ากวนผสมกัน ยกออกพักให้เย็น
3. แป้งชุบอ่างผสมใส่แป้งข้าวเจ้า หัวกะทิไข่ไก่ผสมให้เข้ากัน ใส่ น้ำปูนใส เกลือ นวดจนเข้ากัน แป้งแป้งที่ผสมแล้ว 1 ถ้วยไว้ทำผอย
4. ตักหน้ากระฉิกประมาณ 2 ช้อนโต๊ะวางบนแผ่นพลาสติก แผลอกให้บางเท่ากัน วางกล้วยที่เคลือบช็อกโกแลตแล้วตรงกลาง ใช้พลาสติกกม้วนพับเข้าหากัน บีบให้หน้ากระฉิกเกาะกล้วยให้มิดและแน่นเรียบ พักไว้ในตู้เย็น
5. ตั้งกระทะใส่น้ำมันสำหรับทอดไฟกลางจนร้อนชุบกล้วยที่หุ้มหน้ากระฉิกลงในอ่างแป้งชุบทีละลูก แล้วนำลงทอด พอเหลืองกรอบตักขึ้นสะเด็ดน้ำมัน
6. ใช้มือจุ่มแป้งชุบ โรยแป้งลงในกระทะ ทอดจนเหลืองกรอบ ตักขึ้นโรยหน้ากล้วยที่ลงทอด









Thai Fries

*art on plate*

ข้าวเม่าทอดแบบเดิมเพิ่มไส้ช็อกโกแลต เมื่อทอดเสร็จใหม่และตัดเสิร์ฟ เราก็จะมีชอสช็อกโกแลตไหลออกมาด้วย แค่นี้ก็น่าทึ่ง และเมื่อเสิร์ฟพร้อมไอศกรีมก็จะกลายเป็น “hot and cold dessert”





## กับทิมกรอบ อัญมณีแห่งขนมหวานไทย

การกินของหวานและล้างปากด้วยของหวานเป็นค่านิยมไทยแต่โบราณ ซึ่งแม้ทุกวันนี้เราจะหาของหวานหรือขนมหวานไทยทานไม่ได้ทุกๆ มือ แต่ก็หากมีร้านหวานเย็น ไอศกรีม หรือผลไม้ตั้งอยู่บริเวณใกล้เคียงกับร้านข้าวแล้วละก็ ร้านของหวานเหล่านั้นก็มักจะขายดิบขายดีโดยไม่ต้องสงสัย ซึ่งด้วยภูมิอากาศบ้านเราที่ร้อนตลอดทั้งปี อาหารที่ให้ความหวาน ความสดชื่น และเย็นชื่นใจ ก็เป็นของที่คู่ควรกับทุกฤดูกาลและทุกๆ ภาคในประเทศของเรามาลองไล่เรียงกันดูแล้ว ตามท้องถนน ตลาดขายอาหาร มีขนมที่คนไทยนิยมมากมายเหลือเกิน ทั้งเป็นผลไม้ มีที่กินร้อน มีที่กินเย็น มีแบบใส่กะทิ และมีแบบไม่ใส่กะทิ และมีขนมชนิดหนึ่งที่สีสันสวยงาม แฉมรสชาดอร่อยจนเหนือคำบรรยาย ขนมชนิดนี้ก็คือ ทับทิมกรอบ

ทับทิมกรอบเป็นขนมที่เมื่อดูเผินๆ ทั้งหน้าตา ความพิถีพิถันในการทำ และชื่อเสียงนามของมัน น่าจะเป็นขนมชาววังหรือมีต้นกำเนิดจากในวังเป็นแน่ ขอบอกเลยว่าผิด เพราะอัญมณีสีสชมพูเรื่อนี้ชาติกำเนิดนั้นเป็นเพียงขนมชาวบ้าน แต่ต่อมาพระวิมาดาเธอพระองค์เจ้าสายสวลีภิรมย์ กรมพระสุทธาสินีนาฏ ปิยมหาราชปดิวรัดา (หม่อมเจ้าสาย ลดาวัลย์) พระอัครชายาในพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 5 ซึ่งท่านเป็นผู้ดูแลห้องพระเครื่องต้น ได้นำเอาทับทิมกรอบซึ่งเป็นขนมของชาวบ้านมาปรับปรุงสูตรจึงเกิดเป็นขนมหวานตำรับชาววังที่ชื่อว่า “ทับทิมกรอบ” นับแต่วันนั้นความอร่อยนี้ก็มีทุกตรอกซอกซอย

## The Ultimate Ruby

อัญมณีแห่งขนมไทย

“ทับทิมกรอบ” เปรียบเสมือนอัญมณีแห่งขนมไทยด้วยสีแดงสดดูจางของล้ำค่า ซึ่งถูกเจียรระโนขึ้นมาใหม่ในรูปแบบของขนมหวานไทยสไตล์โมเดิร์น

### ส่วนผสมวันกะทิ

กะทิ 200 กรัม / เกลือป่น 1 ช้อนชา / ผงวุ้น 3 ช้อนโต๊ะ (1) / น้ำตาลทราย 35 กรัม

### ส่วนผสมทับทิมกรอบ

หัวทั้น 300 กรัม / แป้งมัน 400 กรัม / น้ำหวานสีแดง 100 กรัม / น้ำเปล่า 200 กรัม / น้ำตาลทราย 40 / ผงวุ้น 3 ช้อนโต๊ะ (2) / ขนุนฉีกฝอย เล็กน้อย / น้ำเย็นจัด เล็กน้อย

### วิธีทำ

1. เตรียมทับทิมกรอบ โดยการนำหัวทั้นไปแช่น้ำหวานสีแดง แล้วพักไว้ จากนั้นต้มน้ำให้เดือดนำหัวทั้นที่แช่สีไว้ไปคลุกแป้งให้ทั่ว และเคาะเศษแป้งออก จึงนำไปต้มในน้ำจนสุกแล้วตักขึ้นพักไว้ในน้ำเย็นจัด
2. ทำวุ้นกะทิ โดยการนำกะทิที่ตั้งบนความร้อนปานกลาง เติมเกลือป่น น้ำตาล และผงวุ้น (1) คนให้ละลายดี แล้วเทใส่พิมพ์ พักให้เย็นตัวลง
3. ทำน้ำเชื่อม โดยการนำน้ำเปล่าไปตั้งบนความร้อน เติมน้ำตาลทราย และผงวุ้น (2) คนให้ละลายดี พักให้เย็นตัวลง ระหว่างนั้นจึงนำทับทิมกรอบที่พักไว้ในน้ำเย็น วางเรียงบนวุ้นกะทิ แล้วเทน้ำเชื่อมที่พักไว้ รอให้เซตตัว จึงนำเข้าตู้เย็น เสิร์ฟพร้อมกับขนุนฉีก









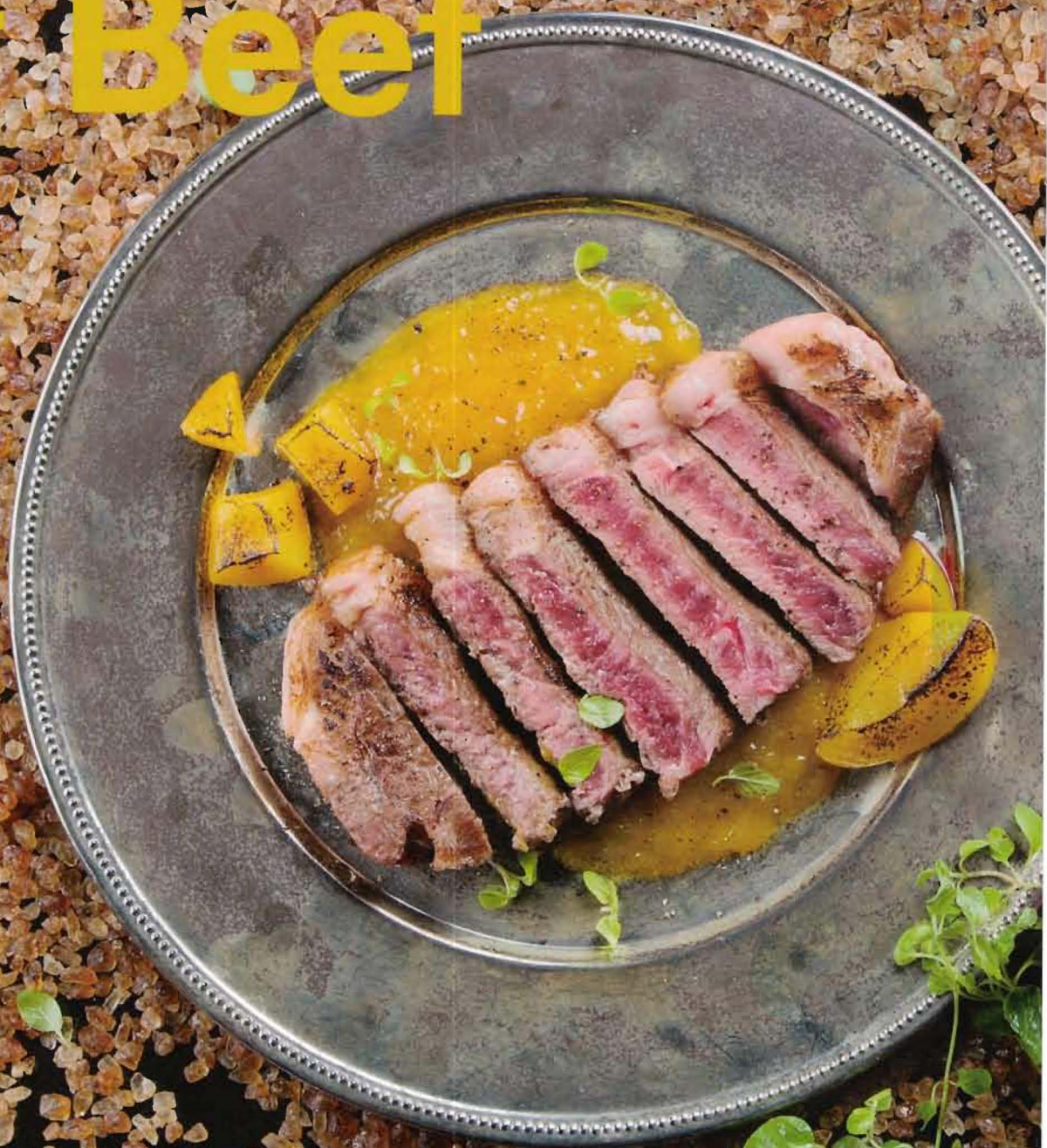
The Ultimate Ruby

*art on plate*

การเปลี่ยนแปลงรูปทรงทำให้ทับทิมกรอบแบบเดิมๆ ที่เห็นทั่วไปแตกต่าง และดูทันสมัยมากขึ้นด้วยรูปทรงเรขาคณิต ซึ่งการปฏิวัติรูปแบบของขนม เช่นนี้ นอกจากสร้าง ความแตกต่างแล้ว ยังสร้างความเลอค่าให้แก่ตัวของมันได้อีกด้วย



# King of Beef





กลิ่นของเนื้อย่างดีๆ อาจทำให้ใครต่อใครน้ำลายสอเมื่อได้กลิ่น และหากได้ลิ้มลองสเต็กเนื้อจากเนื้อส่วนที่ดีที่สุดของวัว อย่างสันนอกสทริปลอยน์ (striploin) ที่เป็นสุดยอดของสุดยอดเนื้อ อันเนื่องมาจากความชุ่มฉ่ำและมีกลิ่นที่ผสมกันอย่างลงตัวที่ติด เคียงคู่กับกลิ่นและรสหวานหอมจากพืชและสมุนไพรที่ใส่ลงไป คงทำให้ลูตรสเด็กจามักกลายเป็นอีกหนึ่งในเมนูประจำบ้านของใครบางคนอย่างแน่นอน

สเต็กเนื้อสันนอกกับพิงฟูร์  
striploin with savory peach puree

ส่วนผสม

พิงฟูร์น้ำเชื่อมปีนละเอียด 2/3 ถ้วย / น้ำส้มสายชูจากไวน์แดง 2 ช้อนโต๊ะ / กระเทียมทุบ 1 กลีบ / เนย 1 ช้อนโต๊ะ / เกลือและพริกไทย เล็กน้อย / เนื้อสันนอกวัว หั่นหนา 1.5 เซนติเมตร / น้ำมันเนย สำหรับย่าง

วิธีทำ

1. ผัดกระเทียมกับเนยเข้าด้วยกันจนหอม ตักกระเทียมออกจากกระทะ
2. เติมพิงฟูร์ปีนละเอียด น้ำส้มสายชูจากไวน์แดง ปูรงรสด้วยเกลือและพริกไทย ชิม และปูรงรสตามชอบ พักไว้
3. ย่างเนื้อสุกตามความชอบ เสิร์ฟกับพิงฟูร์เปรี้ยวและผักเคียง <img alt="arrow icon" data-bbox="825 885 845 895"/>

สนับสนุนวัตถุดิบโดย




**FOOD PROJECT**  
FOODSERVICE SOLUTION  
www.foodproject.co.th



# Hokkaido Scallop







หอยเชลล์ฮอกไกโด ไม่ว่าจะใครได้ยืมก็ไม่จำเป็นต้องสาธยายมากถึง  
คุณสมบัติ เพราะทุกคนยอมรับกันดีในเรื่องของความนุ่มและหวาน  
ของมันเป็นอย่างดี นำเอามาอย่างไฟเบาๆ ให้ผิวนอกพองกรอบๆ แต่คง  
ไว้ซึ่งความนุ่มภายในตัวเนื้อ ทานคู่กับน้ำราดที่เปี่ยมไปด้วยรสชาติ  
ครบรส ทั้งเปรี้ยว หวาน มัน เค็ม เรียกได้ว่าจานนี้ไม่ควรพลาดเลย  
ทีเดียว

หอยเชลล์ย่างซอสมิโสะตีหมึกเปรี้ยวหวาน  
pan fried Hokkaido scallop with sweet and sour  
squid ink miso dressing

#### ส่วนผสม

หอยเชลล์ฮอกไกโด 4-5 ตัว / เนย 2 ช้อนโต๊ะ / มิโสะเหลือง 2  
ช้อนโต๊ะ / น้ำตาล 2 ช้อนชา / น้ำส้มสายชูหมักจากข้าว 2  
ช้อนโต๊ะ / โชยุ 1 ช้อนชา / ตีหมึก 2 ช้อนชา / น้ำเปล่า 2 ช้อนโต๊ะ

#### วิธีทำ

1. ใส่เนยลงกระทะ ย่างหอยเชลล์ฮอกไกโดจนสุกพอดี นำขึ้นพักไว้
2. ผสมมิโสะเหลือง น้ำตาล น้ำส้มสายชูหมักจากข้าว โชยุผสม  
ตีหมึก และน้ำเปล่า เข้าด้วยกัน นำลงไปผัดต่อในกระทะให้หอม
3. เสิร์ฟซอสและหอยเชลล์พร้อมกับผักเคียง **K**

สนับสนุนวัตถุดิบโดย



**FOOD PROJECT**  
FOODSERVICE SOLUTION  
www.foodproject.co.th



# Street Main Dish



เวลาสั่งอาหารที่ร้านตามสั่งข้างทาง เมนูที่ฮิตนึ่งๆ รองจากเมนู กะเพราไก่ไข่ดาว ก็อาจจะเป็นเมนูไก่ในรูปแบบอื่นๆ ด้วยความที่ไก่เป็น เนื้อสัตว์ที่ปรุงได้ง่าย ทำได้แทบทุกเมนู อย่างเมนูไก่ผัดพริกแกง ราดข้าวในฉบับนี้ ที่ขอเปลี่ยนรูปร่างหน้าตาให้เสมือนเป็นอาหาร งานหลักในดินเนอร์มี้อหุ รับรองว่าเห็นแวบแรกคุณคงเดาไม่ออกเลย ว่าได้แรงบันดาลใจมาจากไก่ผัดพริกแกงธรรมดาๆ งานหนึ่ง



## roasted chicken breast with thai chili paste

### ส่วนผสมไก่อบ

เนื้ออกไก่ 1 อกเล็ก / พริกแกง 1 ช้อนโต๊ะ / น้ำเชื่อม 2 ช้อนโต๊ะ / น้ำมันมะกอก 1 ช้อนโต๊ะ / เกล็ดขนมปังป่นละเอียดปานกลาง 1/2 ถ้วยตวง

### วิธีทำ

1. อุ้บเตาอบที่อุณหภูมิ 200 องศาเซลเซียส พักไว้ เตรียมหันอกไก่ให้เป็นทรงลูกบาศก์ยาว
2. ผสมส่วนผสมที่เหลือเข้าด้วยกัน หากเหลวไปสามารถเติมน้ำมันเพิ่มได้
3. คลุกอกไก่ด้วยส่วนผสมจากข้อ 2 นำเข้าเตาอบประมาณ 20 นาที จนสุกดี เสิร์ฟพร้อมข้าวสวยหุงสุกและซอสพริกแกง

### ส่วนผสมซอสพริกแกง

กะทิ 1/2 ถ้วยตวง / น้ำตาลทราย 1 ช้อนโต๊ะ / พริกแกง 3 ช้อนโต๊ะ / น้ำปลา 1/2 ช้อนชา / โหระพาสับละเอียด 1 ช้อนโต๊ะ / กระเทียมสับละเอียด 1 ช้อนชา / น้ำมันสำหรับผัด เล็กน้อย

### วิธีทำ

1. ผัดกระเทียมกับน้ำมันจนเริ่มสุกหอม เติมพริกแกงลงไปผัด ตามด้วยกะทิ ปรงรสด้วยน้ำตาลและน้ำปลา
2. ใส่โหระพาท้ายสุดแล้วยกลงจากเตา เสิร์ฟพร้อมกับไก่อบและผักเคียง เช่น ถั่วงอกยาว <<







# Strawberry Cheesecake – Deconstructed

ตอนนี้กระแส Deconstructed กำลังเป็นที่นิยมนะครับ กระแสนี้คือการนำขนมแบบดั้งเดิมมาแยกส่วนประกอบของเขาออก แล้วจัดลงไปในรูปแบบใหม่ แต่ยังคงมีทุกส่วนอยู่ครบ เรียกได้ว่าเป็นการแต่งองค์ทรงเครื่องของขนมใหม่ให้สวยขึ้นกว่าเดิม

ผมชอบนะครับ ถือว่าเป็นการใส่ความคิดสร้างสรรค์ใหม่ๆ ให้กับขนมชนิดเดิม เพื่อจะได้แพนๆ เป็นคนรุ่นใหม่เพิ่มขึ้นด้วย ฉบับนี้ผมเลยเลือก Strawberry Cheesecake ที่ทุกคนรู้จักกันดี มาแปลงโฉมให้เป็น Plated Dessert ตระการตาขึ้นมากทีเดียวครับ ส่วนประกอบอาจจะหลายอย่างหน่อยนะครับ Let's go!

## white chocolate strawberry cheesecake

วิปป์ครีม 265 กรัม / น้ำตาลทราย 25 กรัม / ครีมชีส 200 กรัม / ไวท์ช็อกโกแลต 160 กรัม

### วิธีทำ

ตีวิปป์ครีมให้ขึ้นฟูนุ่มตั้งยอดอ่อนๆ แล้วพักไว้ในตู้เย็น นำครีมชีสที่พักไว้ที่อุณหภูมิห้องจนนุ่มมาผสมกับน้ำตาลทรายแล้วตีให้เนียนโดยใช้หัวใบไม้ ถ้ายังแข็งอยู่ อาจนำเข้าไมโครเวฟครู่เดียวเพื่อช่วยให้ครีมชีสนิ่มขึ้น นำไวท์ช็อกโกแลตออกมามะลายนแล้วเทลงไปผสมกับครีมชีสขณะที่ยังอุ่นใช้ตะกร้อผสมให้เนียนเข้ากัน ทั้งไว้ให้เย็นตัวลงแล้วจึงนำวิปครีมมาทะล่อมผสมเข้าด้วยกัน ตักใส่ถุงบีบ บีบลงในพิมพ์ซิลิโคนจนความสูงได้ครึ่งหนึ่งของพิมพ์แล้วจึงสอดไส้ด้วยสตอว์เบอร์รี่เยลลี่ ก่อนจะบีบชีสเค้กต่อจนเต็มพิมพ์ นำเข้าแช่แข็ง

## strawberry jelly

strawberry puree 200 กรัม / น้ำตาลทราย 30 กรัม / เจลาตินผง 5 กรัม

### วิธีทำ

ต้ม strawberry puree กับน้ำตาลจนเดือด นำเจลาตินผงมาผสมกับน้ำเย็น 25 กรัม ทั้งไว้ให้เจลาตินดูดน้ำ แล้วนำเข้าไมโครเวฟให้ละลาย เทลงผสมกับ puree คนให้เข้ากัน เทลงใส่พิมพ์ แล้วแช่แข็ง นำออกมาตัดให้ได้ขนาดตามต้องการ

## strawberry sauce

สตอว์เบอร์รี่แช่แข็ง 500 กรัม / น้ำตาลทราย 50 กรัม / น้ำเลมอน 1 ลูก

ผสมน้ำตาลกับสตอว์เบอร์รี่แช่แข็ง เข้าด้วยกัน คลุกเคล้าให้ทั่ว แล้วทิ้งไว้ที่อุณหภูมิห้องจนน้ำในสตอว์เบอร์รี่คายออกมา ต้มจนเดือดและสตอว์เบอร์รี่แตกตัว บีบน้ำมะนาวลงไป นำไปปั่นในเครื่องปั่นให้ละเอียดและกรองเอากากออก แล้วนำไปแช่เย็น

## streusel

แป้งอเนกประสงค์ 50 กรัม / น้ำตาลทราย 50 กรัม / เนยจืด 50 กรัม / อัลมอนด์ป่น 50 กรัม

### วิธีทำ

ตัดเนยเย็นให้เป็นลูกเต๋า แล้วนำไปคลุกรวมกับของแห้งทั้งหมด จนส่วนผสมกลายเป็นเม็ดร่วนขนาดประมาณเม็ดถั่วเขียว เทลงบนถาดอบเกลี่ยให้เสมอกัน อบที่ 170 องศาเซลเซียส ประมาณ 15 นาที จนหอมและเป็นสีเหลืองทอง

## Assembly

เลือกจานขนาดพอดี นำตัวชีสเค้กวางลง แล้วโรยสตรูเซล (streusel) ให้เป็นลักษณะพระจันทร์เสี้ยว โดยให้ตัวชีสเค้กอยู่ในแนวเดียวกัน จากนั้นบีบซอสสตอว์เบอร์รี่ให้เป็นหยดน้ำเล็กๆ กระจายไปตามแนวสตรูเซลประดับด้วยสตอว์เบอร์รี่ และใบไม้สีเขียวสดให้สวยงาม **👉**



ENTREES & BEVERAGES



white chocolate strawberry cheesecake



# Knowledge & Creative

## การเรียนรู้และสร้างสรรค์ไม่มีวันจบสิ้น

อาหารนั้นเปรียบเสมือนกับแฟชั่นของห้องเสื้อ แปรนต์แต่ละแปรนต์จะมีกลุ่มลูกค้าและรสนิยมที่แตกต่างกัน แปรนต์ใหญ่เป็นผู้นำของเทรนด์แฟชั่นแต่ละปี ในทางกลับกันหลายๆ แปรนต์ก็เลือกที่จะเป็นผู้ตามหรือนำเสนอในรูปแบบแนวประยุกต์ แต่ยังคงมีแปรนต์ที่รักษาต้นตำรับ หรือที่เราเรียกกันติดปากว่า “original” เอาไว้ การเป็นเชฟก็เช่นกัน ผมเชื่อว่าเชฟแต่ละคนต้องถามตัวเองว่าต้องการเป็นเชฟแบบไหนในแบบฉบับของตัวเอง

**อร่อยหรือไม่อร่อย**นั้นเป็นคำพูดที่ติดปากคนไทย เป็นความจริงที่ไม่ผิด แต่ถ้าอยากจะได้ชื่อว่าเป็น creative chef หรือเชฟที่มีความสร้างสรรค์แล้ว คุณต้องมีอะไรมากกว่านั้น เพราะสร้างผลงานเมนูหรืออาหารจานใหม่ๆ ออกมาผมเชื่อว่าให้เชฟนั่งคิดยีนคิดอยู่ในครัวคงไม่ได้อะไรออกมา ความรู้และความคิดสร้างสรรค์ไม่ได้ติดตัวใครมาตั้งแต่เกิด ทุกๆ อย่างเกิดมาจากประสบการณ์ การเรียนรู้ การฝึกฝน และที่สำคัญคือการออกไปค้นหาแรงบันดาลใจใหม่ๆ นอกห้องครัวของตัวเอง ยิ่งถ้าคนที่รักจะเป็นเชฟตัวจริงเสียจริงแล้ว การเดินทางไปทำงานต่างประเทศเป็นสิ่งจำเป็น ยิ่งถ้าชอบทำอาหารต่างประเทศแล้วด้วย ควรหาโอกาสไปเรียนรู้ที่ประเทศนั้นๆ เลย

**“อาหาร”** เป็นวัฒนธรรมที่มีเรื่องราวเป็นร้อยเป็นพันปี การทำอาหารจึงไม่ใช่เรื่องง่าย ผมเชื่อว่าแค่อาหารประจำชาติทั้งชีวิตหนึ่งก็เรียนรู้ได้ไม่จบสิ้น เชฟเองยังต้องเรียนรู้เพิ่มเติมอยู่ทุกวัน ถ้าวันใดวันหนึ่งเราหยุดแล้วบอกว่าเรารู้หมดแล้ว ความรู้และความสร้างสรรค์ของเราก็จะหยุดตามไปด้วย

ที่กล่าวมาข้างต้นนี้ก็เหมือนกับตัวผมที่ต้องผ่านช่วงผลัดกันตัวเอง ให้เกิดความท้าทายและการเรียนรู้ใหม่ๆ อยู่เสมอ ในช่วงที่หมดสัญญาอยู่กับโรงแรมโพธิ์ซันส์ที่ประเทศอียิปต์ ขณะนั้นเองทางโรงแรมโพธิ์ซันส์เชียงใหม่ต้องการรับตำแหน่งรอง**หัวหน้าพ่อครัวใหญ่** หรือ executive sous chef อยู่พอดี ทางโรงแรมและผมก็เห็นเป็นโอกาสที่ดีในการก้าวหน้า รวมถึงประสบการณ์ใหม่ๆ ที่ทั้งโรงแรมเองและตัวเราจะได้รับ ขณะนั้นตั้งเป้าหมายให้กับตัวเองว่าอายุเราต้องไม่เกิน 35 ปี จะต้องก้าวขึ้นเป็นเชฟใหญ่ในโรงแรมห้าดาวให้ได้ จึงตัดสินใจกลับมาทำงานที่เมืองไทย ซึ่งรอบนี้รู้สึกได้เลยว่าประสบการณ์การทำงานในต่างประเทศสามารถนำมาใช้ได้ทั้งหมด รู้สึกภูมิใจมาก

หน้าที่และบทบาทของตนเองในขณะนั้นเปลี่ยนไป ผมเพิ่งเริ่มทำงานได้ใหม่ๆ เชฟใหญ่ชาวอิตาลีเดินมาบอกว่าเขาหมดสัญญากับทางโรงแรมและจะต้องไปอยู่ที่ใหม่ ทางผู้ใหญ่จึงขอให้เรายินแทนเชฟใหญ่ไปก่อนประมาณสักหกเดือน ตอนนั้นรู้สึกตื่นเต้น แต่ในใจก็รู้สึกว่ามันท้าทายดี คิดว่าถ้าเราทำได้ดี วันใดวันหนึ่งเราขึ้นเป็นเชฟใหญ่จะได้ไม่ประมาท อย่างน้อยมีประสบการณ์มาแล้วบ้าง ช่วงเวลานั้นเรียกได้ว่าพลิกวิกฤตให้เป็นโอกาสเลยก็ว่าได้ เรื่องราวช่วงนี้สำคัญมากสำหรับผม แต่จะให้เล่าทั้งหมดก็อาจจะยาวไป ผมขอให้ติดตามต่อในฉบับหน้าครับ เรามาดูว่าหลังจากที่กลับมาอยู่ประเทศไทยแล้วจะมีอะไรสนุกๆ ท้าทายบ้าง **K**



อรรถพล ไนโต ถึงทอง  
หัวหน้าพ่อครัวใหญ่ประจำโรงแรมเลอ เมอริเดียน กรุงเทพฯ

x-perience dish  
northern curry noodle with seafood  
**ข้าวซอยซีฟู้ด**

ความพิเศษของเมนูนี้คือ ทาง thailand culinary academy ได้ใช้เป็นเมนูในการแข่งขันทำอาหารที่ประเทศกรีซ ในเดือนกุมภาพันธ์ที่ผ่านมา โดยมีเชฟรุ่งทิพย์ เพ็ญประเสริฐ คว้าเหรียญทองอันดับหนึ่งให้กับประเทศไทยของเราได้ภาคภูมิใจกันอีกครั้ง ต้องขอขอบคุณเมนูอาหารไทยจานเด็ดนี้อีกจาน อาหารไทยไม่แพ้ชาติใดในโลกจริงๆ ครับ

**แรงบันดาลใจ**  
ข้าวซอยเป็นอาหารพื้นเมืองของทางภาคเหนือ ซึ่งปกติเราจะเห็นข้าวซอยไก่หรือเนื้อวัว ที่เป็นแบบนี้ก็เพราะว่าภูมิประเทศทางภาคเหนือไม่ติดทะเล ดังนั้นเชฟเลยมีความคิดที่จะลองใช้วัตถุดิบของทะเลใส่ลงไปประยุกต์ในเมนูข้าวซอย เป็นการเพิ่มมูลค่าและทำให้เมนูธรรมดาๆ จานนี้มีความพิเศษมากขึ้นจากเดิม



northern curry noodle  
with seafood







## แกงส้มรสมือคุณแม่

เมื่อประมาณ 10 กว่าปีก่อนสมัยเด็กๆ ตอนอยู่ต่างจังหวัดก็ไม่ค่อยได้ทานข้าวนอกบ้าน ส่วนใหญ่จะทานข้าวฝีมือแม่ตลอด ผมยังจำรสชาติของตอนทานแกงส้มฝีมือแม่ครั้งแรกได้อยู่เลย ทั้งกลมกล่อม เปรี้ยวหวาน เค็ม และเผ็ดครบรส ไม่มีอะไรขาดหรือเกิน อาจเพราะคุณแม่ของผมเป็นคนใต้โดยกำเนิดเลยทำแกงส้มและอาหารใต้อร่อยมาก แม่บอกว่าถ้าทำทานใหม่ๆ จะไม่ค่อยอร่อย แต่ถ้าเก็บไว้ 1-2 วัน จะอร่อยมากขึ้น เรื่องนี้ส่วนตัวผมเองว่าจริง อาจจะเป็นเพราะเอามาอุ่นบ่อยๆ มันเลยทำให้เข้มข้น รสชาติจัดจ้านมากขึ้นด้วย ซึ่งพอผมเข้ามาเรียนกรุงเทพฯ เวลาไปทานตามร้านอาหารก็จะหารสชาติแบบที่แม่ทำให้ทานสมัยเด็กได้ยากมาก บางทีเปรี้ยวไป บ้างที่เผ็ดไป เลยทำให้ผมนึกถึงแกงส้มฝีมือคุณแม่ประจำเวลาที่ทานจากที่อื่น

ในรายการแม่โขงที่ Thaifex 2012 ซึ่งถือเป็นงานใหญ่เลยก็ว่าได้ ครั้งนั้นถือเป็นครั้งแรกที่ผมเลือกเอาเมนูแกงส้มแห้งเสิร์ฟพร้อมมาใช้ในการแข่งขัน ซึ่งผลงานออกมาก็ถือว่าประทับใจเลยทีเดียว แต่สำหรับ foodstylist เล่มนี้ ต้องพิเศษกว่านั้นคือผมจะทำ แกงส้มแห้ง ชะอมไข่ ผักรวม ในรูปแบบอาหารเย็น เสิร์ฟเป็นอาหารเรียกน้ำย่อยได้

แกงส้มแห้ง ชะอมไข่ ผักรวม

### ส่วนผสม

กุ้งลวกสุก 30 กรัม / ปลาหมึกลอกหนัง ลวกสุก 30 กรัม / ปลากระพงสุก 40 กรัม / ไข่ไก่ 2 ฟอง / ชะอม 20 กรัม / น้ำพริกแกงส้ม 30 กรัม / น้ำเปล่า 500 กรัม / ผงวุ้น 1 ช้อนชา / น้ำมันงาเป็ยก น้ำปลา น้ำตาล ตามชอบ / ผักสลัดตามชอบ

### วิธีทำ

ทำเยลลี่แกงส้ม โดยการแบ่งพริกแกงส้มครึ่งส่วน ผสมน้ำและผงวุ้น ตั้งไฟจนเดือด ปรงรสตามใจชอบ จากนั้นกรองให้เหลือแต่น้ำใสๆ เทใส่ถาดรอเซ็ทตัว

ทำชะอมไข่ โดยนำไข่และชะอมลวกหั่นท่อน ผสมให้เข้ากัน จากนั้นใส่พิมพ์ชั้นตอนนี้จะนั่งหรืออบก็ได้จนสุก พักไว้ให้เย็น แล้วนำมาตัดตามใจชอบ ทำขอสแกงส้มแห้ง โดยนำเปลือกกุ้ง พริกแกงส้ม และน้ำเปล่า เคี่ยวไว้หนึ่งชั่วโมง จากนั้นนำมาปั่นให้ละเอียดมากๆ แยกเอาแต่น้ำมาเคี่ยวต่อ ปรงรสตามชอบ แล้วพักไว้

จากนั้นนำทั้งหมดที่ได้มาจัดแต่งลงจานให้สวยงาม พร้อมเสิร์ฟ <<









## แซบอย่างมีสไตล์

อาหารแนวสตรีตฟู้ดไทยๆ มีมากเหลือเกิน พบได้ตามท้องถนน ตรอกซอกซอย หลายคนคงนิยมรับประทานอาหารตามสั่ง ไม่ว่าจะเป็นผัดกะเพรา ผัดซีอิ้ว ราดหน้า ลู๊ก็ และอีกหลายเมนูที่ทุกๆ คนชื่นชอบ ขึ้นอยู่กับรสนิยมความชอบของแต่ละคน และมีเมนูหนึ่งที่ฮอตฮิตร้อนแรงจัดจ้านตลอดกาลนั่นก็คือ ส้มตำ นั่นเอง

หลายคนคงสงสัยทำไมต้องเรียกส้มตำ ส้มตำมาจาก ไทไหน มีความเป็นมาอย่างไร เชฟใหม่ได้อ่านหนังสือลองค้นคว้ามาคร่าวๆ รวมถึงที่มาจากแหล่งต่างๆ กล่าวไว้ว่า ส้มตำเป็นอาหารที่ปรุงรสนำมะละกอดิบที่ขูดเป็นเส้นมาตำในครกเป็นหลัก พร้อมใส่วัตถุดิบเพิ่มความเผ็ดร้อนด้วยพริก กระเทียมหอมๆ โขลกเคล้าปรุงรสด้วยน้ำมะนาว น้ำปลา น้ำตาลปีบ หรือวัตถุดิบปรุงรสอื่นๆ เป็นต้น เมื่อการรับประทานส้มตำแพร่หลายในวัฒนธรรมไทยแล้วจึงมีการเพิ่มกั๊งแห้ง ถั่วลิสงคั่ว ปูดอง ปูเค็ม หรือปลุกองไปด้วย แต่เดิมส้มตำไม่ใช่ของคนไทยแท้ แต่มีการได้รับอิทธิพลทางประเทศเพื่อนบ้านเข้ามา เป็นไปได้ว่าทางลาวและทางเวียดนาม

ส่วนในเรื่องความเป็นมาของวัตถุดิบสำหรับปรุงส้มตำนั้น เชื่อว่ามีมาแต่สมัยการผูกมิตรกับชาวต่างชาติ

โดยพืชผักต่างๆ ที่เป็นส่วนผสมของความอร่อยก็มีพร้อมนับแต่นั้นมา โดยหลักฐานสำคัญคือบันทึกของนิโคลาส์ แชรแวล และเดอ ลาลูแบร์ ที่ได้เล่าถึงกระเทียม มะนาว มะม่วง น้ำตาล ฯลฯ

มาถึงส้มตำของเพื่อนบ้านเราบ้าง ประเทศลาวเรียกเมนูนี้ว่า ตำหมากหุ่ง ตำบักหุ่ง (ตำมะละกอ) หรือบ้างก็เรียกตำส้ม ส้มในภาษาลาวหมายความว่า เป็ริ้ว โดยส้มตำของลาวนั้นมีเอกลักษณ์ที่มีการเติมน้ำปลาร้าอย่างที่เราทราบกันดีนั่นเอง

ส้มตำในแบบฉบับเชฟใหม่วันนี้ ขอเสนอส้มตำไทยไข่เค็ม เสิร์ฟแบบคล้ายเซ็تنا้ชาแบบที่ไทม์ยามบ่อยๆ มีเครื่องเคียงพร้อมผักสดให้เลือกรับประทานมากมาย ดูแล้วทำให้ส้มตำจานนี้มีมูลค่ามากยิ่งขึ้น รวมถึงสีสันและเป็นอาหารตาที่น่าหยิบจับรับประทานไม่แพ้เมนูอื่นๆ อย่างแน่นอน





#### ส่วนผสม

มะละกอและแครอทขูดหรือสับ 1 ถ้วย / ถั่วฝักยาวหั่นท่อน 1/4 ถ้วย / มะเขือเทศสีดา 1 ลูก / กุ้งแห้ง อย่างดี 1 ช้อนโต๊ะ / ถั่วลิสงคั่ว 2 ช้อนโต๊ะ / ไข่เค็มหั่น 1 ฟอง / พริกขี้หนูสวน 2-3 เม็ด / กระเทียมไทย 2-3 เม็ด / มะนาวหั่น 1 ชิ้น / น้ำตาลปีบอย่างดีตามชอบ / น้ำปลาอย่างดีตามชอบ / น้ำมันมะพร้าวเล็กน้อย

#### วิธีทำ

ใช้ลูกครกโขลกพริกและกระเทียมให้พองแตกหอม นำถั่วฝักยาวล้างบวบพองแตก ตามด้วยกุ้งแห้ง ถั่วลิสง ปรุงรส ด้วยเครื่องปรุงที่เตรียมไว้

ใส่มะละกอ แครอทขูดลงไป ตามด้วยมะเขือเทศสีดาหั่น ไข่เค็มหั่นชิ้น เคล้าเบาๆ พอลิ้นมะละกอซ้า บีบน้ำมะนาวสูงๆ ใส่ลงไป ชิมรสให้ถูกใจ ปรุงรสความเอร็ดอร่อยลงเพิ่มไปได้ ตักใส่จานเสิร์ฟ รับประทานกับ เซ็ตผักและเครื่องเคียงต่างๆ ที่เตรียมไว้ เช่น ไก่ย่าง ข้าวเหนียว หมูย่าง เป็นต้น

จัดแบบนี้ก็ทำให้ส้มตำไทยไข่เค็มในแบบฉบับเซฟใหม่ดูน่ารับประทานไปอีกแบบ เสิร์ฟพร้อมน้ำมันพริก เย็นๆ ขึ้นใจคลายร้อนได้เป็นอย่างดี <<

#### เคล็ดลับความอร่อย

- น้ำมันมะนาว ช่วยซูลรสให้ส้มตำมีกลิ่นหอม การบีบให้สูงทำให้มีวุ้นน้ำมันหอมระเหย มะนาวไม่ลงไปให้ส้มตำมาก จะได้รสชาติ ที่ไม่ขมเปลือกมะนาว
- น้ำมันมะพร้าวช่วยทำให้ส้มตำมีรส เบี้ยวแบบกลมกล่อม กลิ่นหอมชวนใจ
- การตำพริกและกระเทียมลงไปก่อน ช่วยทำให้ส้มตำมีความหอม ความเผ็ด ร้อนของพริกและกระเทียม จะเพิ่มกลิ่นที่ น่ารับประทานให้กับเมนูจานนี้





# Smoothies Blue Hono Lulu

วิฑูรย์ วงษ์สวัสดิ์  
กรรมการผู้จัดการ  
โรงเรียนวิฑูรย์ค็อกเทลและไวน์  
[www.witooncocktailandwine.com](http://www.witooncocktailandwine.com)

เครื่องดื่มชนิดนี้เป็นค็อกเทลอีกตัวหนึ่งที่ประยุกต์มาจาก “blue hawaii” ที่ใส่รัม 1 ออนซ์ “blue curacao” 1/2 ออนซ์ น้ำสับปะรด 2 ออนซ์ น้ามะนาว 1 ออนซ์ น้ำเชื่อม 1 ออนซ์ แต่จะต่างกันตามจริงแล้ว ในโรงแรมชั้นหนึ่งบ้านเรา รวมทั้งที่ต่างประเทศด้วย เขาจะใส่ “cream of coconut” ลงไปด้วย 1 ออนซ์ แต่หากไม่มีหลายยี่ห้อจะใช้ “malibu” กับนมข้นจืดแทนครีมนั้น หรืออีกนัยหนึ่ง “blue Hawaii” ก็คือ “pina colara” ที่เพียงเพิ่ม “blue curacao” เข้าไปครึ่งออนซ์เท่านั้นเอง บางทีเขาก็อาจใช้ชื่อเรียกว่า “blue hawaii” ด้วยซ้ำไป

เครื่องดื่มนี้ถูกสร้างขึ้นก็เป็นที่นิยมของชาวจริงก็ในเวลาไม่นาน พุดง่ายๆ ว่าแค่ได้ชิมก็พูดเป็นเสียงเดียวกันว่า “โดน” แต่สูตรเดิมๆ ก็ถูกดัดเสริมเติมแต่ง แปลงออกมาอย่างหลากหลายจนกลายเป็นว่า เคยชอบดื่มที่ไหนก็ต้องไปที่นั่น แต่สูตรและสัดส่วนการผสมที่น่าสนใจควรเป็นตามนี้ครับ

## ส่วนผสม

รัมขาว (light rum) 1 1/2 ออนซ์ (บางที่ใช้เป็นจินแทนรัมก็มีเหมือนกัน ทั้งๆ ที่ไม่ควรจะเป็นนะครับ) / บลู คูราโซ่ (blue curacao) 1/2 ออนซ์ / น้ามะนาว 1 ออนซ์ / น้ำเชื่อม 1 ออนซ์ / สับปะรดแว่นกระป๋อง 2 – 3 ชิ้น / น้ำสับปะรดกระป๋อง 2 ออนซ์ (บางที่เพิ่มน้ำส้มเข้าไปด้วย ซึ่งไม่น่าจะใช้ แถมท้ายมีการแอบเหยาะ “angostura bitter” หรือ “orange bitter” 2 หยดเข้าไปอีกด้วย ซึ่งไม่ควรจะใส่เข้าไปเลย แต่บางแห่งเขาก็ทำกันครับ)

## แก้ว

ใช้สับปะรดที่คว้านเนื้อเอาไว้เรียบร้อยแล้ว (ใช้มีดปลายแหลมกรีดรอบๆ ขอบด้านในสับปะรด แล้วหันลงไปบนลักษณะทแยงเพื่อให้สะดวกในการจัดเนื้อสับปะรดขึ้นมาได้ง่าย)

## วิธีผสม

ใส่น้ำแข็งบดลงในเครื่องปั่นไฟฟ้าพร้อมส่วนผสมทั้งหมด ปั่นจนละเอียดเป็นเนื้อเดียวกัน แล้วรินใส่ลงในลูกสับปะรดที่เตรียมไว้ จากนั้นตกแต่งด้วยมะนาวและสลิชพร้อมหลอดดูด แค่นี้ก็เป็นอันว่าจบครับ

แล้วพบกันกับเครื่องดื่มที่น่าสนใจในฉบับหน้าอีกเช่นเคยนะครับ **K**









# The Beginning of Mixing

ก๊อตจิ-ธีรดนัย ดิสระะ

เชื่อว่าคนเราคงมีความชอบในสิ่งที่ทำหรือทำไม่ได้ทำมากกว่าหนึ่งอย่าง เช่นเดียวกับมิกโซโลจิสต์อาร์มอนด์ ผู้นี้ ก๊อตจิ-ธีรดนัย ดิสระะ ผู้ชนะการแข่งขันจากรายการ *drinks tube* ของเซฟและพิธีกรชื่อดัง เจมี โอลิเวอร์ และด้วยความชอบดื่มด่ำเมรัยประจวบเหมาะับโอกาสมาเยือนทำให้ต้องเซย์กู๊ดบาย อาชีพกราฟิกดีไซน์เนอร์ พร้อมเซย์ฮัลโลกับอาชีพมิกโซโลจิสต์มาเกือบหนึ่งปีแล้ว

## jamie's drink

“ผมเป็นคนชอบดีไซน์และเคยทำงานด้านโมชันกราฟิกมาก่อน และก็ชอบดื่มอยู่แล้ว พอได้ไปบ้านเพื่อนเจอเหล้ายี่ห้อหนึ่งที่มีดีไซน์ขวดสวย เท่เลยสะสมเหล้ายี่ห้อนั้นมาเรื่อยๆ แต่ไม่เคยลองเหล้าที่ผมสะสมมาเลย เพราะสำหรับผมมันคือดีไซน์มากกว่ารสชาติ การผสมคือเทลกก็เหมือนการดีไซน์อย่างหนึ่ง ให้คนที่ดื่มเห็นความสวยงามของเครื่องดื่มและพื่อดื่มไปแล้วต้องอร่อยด้วย ผมเป็นคนชอบทำอาหาร ผสมเครื่องดื่มให้เพื่อนลองอยู่แล้วนะ ก็ติดตามช่องรายการ *drinks tube* ของเจมี โอลิเวอร์ ซึ่งเขาจัดการแข่งขัน search for a cocktail star ตรงนี้ละที่เป็นจุดเริ่มต้นที่ทำให้เราอยากหันมาศึกษาเรื่องนี้แบบจริงจัง หาหนังสืออ่าน ดูจากอินเทอร์เน็ต ศึกษาความเป็นมาเลย และมันเป็นเวลาเดียวกับที่ช่วงนั้นบริษัทกราฟิกที่ตั้งมาถึงจุดเปลี่ยน พอได้โอกาสในการแข่งขันคืออกเทลนี้ เราก็คิดว่านี่ละ เรามาเริ่มทำสิ่งนี้ได้แล้วนะ”

## winner of cocktail star

“คืออกเทลที่ผมส่งไปแข่งรอบแรกคือ passion fruit mojito ทางทีมงานคัดเลือกเมนูนี้เข้ารอบ ส่วนรอบที่สองมีโจทย์มาว่าต้องทำโปรดักชั่นถ่ายวิดีโอใหม่ มันยากตรงที่ต้องหาวิธีให้ได้รสชาติที่ต้องการโดยมีวัตถุดิบจำกัด และผมเป็นคนชอบดื่มกาแฟ เลยอยากลองทำคืออกเทลใส่กาแฟดู เป็นที่มาของเมนู the lip licker เครื่องดื่มเอสเพรสโซ่มาตินี่ หลังจากที่เราชนะได้ไปลอนดอน เพื่อถ่ายทำรายการ *drinks tube* ทางทีมเขาไม่ได้ให้โจทย์อะไรมาเลย เราอยากทำอะไรก็ได้ แต่ผมตั้งใจให้ตัวเองด้วยการทำสิ่งทีถนัดคือนำคืออกแบบคลาสสิกมาดัดแปลงใส่ความเป็นไทยลงไปไม่มีอยู่ 5 เมนู อย่าง thai lemongrass lojito ผมใช้ตะไคร้สดมาเป็นส่วนผสม นับเป็นหนึ่งในชั่วโมงที่ได้ร่วมงานกับเจมี โอลิเวอร์ ที่สนุกมาก ทั้งเจมีและทีมงานเป็นคนน่ารัก ดูแลเราดี สัมผัสได้ถึงความรักในสิ่งที่พวกเขาทำเลย เขาทำงานเพราะอยากทำไม่ได้ทำเพราะมันเป็นงาน”



### the never ending summer

“ช่วงที่ผมยังทำงานโมชันกราฟิกอยู่ก็ได้ทำงานร่วมกับพี่แอม คุณนริ บุญเกียรติ ผู้บริหารร้าน the never ending summer คือออกแบบโมชันกราฟิกงานแสดงศิลปะให้พี่เขา พอผมได้รางวัลกลับมาแล้วพี่แอมจัด cocktail talk เป็นการเชิญผู้คนจากหลากหลายอาชีพ ทั้งบาร์ิสต้า ฟู้ดสไตล์ลิสต์ สถาปนิกมาพูดคุยในหัวข้อ ‘สุนทรียศาสตร์การกิน’ ผมได้มาผสมค็อกเทลให้ดื่มกันในงานนี้ จากนั้นเลยได้มาเป็นคนดูแลเรื่องบาร์เครื่องดื่มที่ร้านนี้ในที่สุด ถึงแม้ว่าที่นี่จะให้อิสระในการคิดเมนูมาก แต่เราก็ต้องมีกรอบของตัวเองเพื่อให้เครื่องดื่มที่ทำออกมาเหมาะสมกับสถานที่และคนดื่ม”

### the never ending mixing

“ผมว่าการผสมค็อกเทลหนึ่งแก้วเราต้องคิดว่า จะทำยังไงถึงจะดีจากรสชาติหลายๆ อย่างในแก้วนั้นออกมาให้ได้มากที่สุด พอดมแล้วรู้ว่ามันกลิ่นอะไรบ้าง ดื่มไปรสชาติแรกคืออะไร แล้วรสชาติหลังจากที่กลืนแล้วเป็นแบบไหน และรสชาติหลังจากที่กลืนไปแล้วสักพักก็จะอะไรไว้บ้าง ไม่ใช่แค่อร่อยตอนดื่มอย่างเดียว ที่ท้าทายคือเราจะทำยังไงให้คนส่วนใหญ่พอใจในรสเดียวกัน เพราะทุกคนก็ชอบไม่เหมือนกัน การผสมค็อกเทลมันไม่ใช่ศิลปะล้วนๆ แต่มันต้องมีวิทยาศาสตร์อยู่ด้วย ผมชอบทดลองผสมค็อกเทล ลดตัวนี้ เพิ่มตัวนั้น เพื่อให้ออกมาดีที่สุด ไม่ได้เก่งขนาดเอาอันนี้ใส่ไปสามสิบนี้อีกสิบลีบออกมาอร่อยแน่ แต่ถ้าเราเข้าใจมันหมดก็จะทำให้เราสามารถทำอะไรได้มากขึ้น ในอนาคตผมอยากไปแข่งขันเพิ่มและอยากชนะด้วย แต่ระหว่างทางมันเป็นเรื่องที่เราได้มากกว่า เรื่องชนะมันเป็นแค่จุดปลายทางเท่านั้นเอง”

### this “mean girl”

สาวสะดุ้ง คือไม้ตระกูลกระดังงาที่สาวโหนดมแล้วจะต้องสะดุ้งเพราะกลิ่นหอมของมัน นำมาคองด้วยเหล้ารัมชนิดที่เหมาะสำหรับสตรี เพราะนอกจากสรรพคุณช่วยในการไหลเวียนของโลหิต ค็อกเทลนี้ยังมีส่วนผสมของเหล้าซินนามอน เพิ่มความหอมด้วยน้ำเชื่อมซินนามอนรสหวาน พร้อมด้วยน้ำมะนาวปิดท้ายด้วยกลิ่นหอมๆ จากเปลือกเลมอน ☞





features  
& lifestyle



“คงไม่มีชาติใดจะรู้สึกถึงรสชาติ  
ของอาหารไทยได้เท่าเรา และหากจะมีใคร  
สักคนเปลี่ยนแปลงพัฒนา  
ก็ควรจะเป็นคนไทยนั่นเอง”

---

mixologist we love

“นับเป็นหนึ่งในชั่วโมงที่ได้ร่วมงานกับเจมี โอลิเวอร์ แล้วสนุกมาก ทั้งเจมี  
และทีมงานเป็นคนน่ารัก ดูแลเราดี สัมผัสได้ถึงความรักในสิ่งที่พวกเขาทำเลย”  
ก๊อตจิ-ธีรตนย์ ดิสระ

chef we love

“อาหารมีสามรสสัมผัสคือ มองด้วยตา กลิ่น ชิมด้วยปาก ก่อนคนจะทานก็ต้องมอง  
ด้วยตา ฉะนั้นหน้าตาอาหารสำคัญ คนจะมาที่ร้านหรือไม่ขึ้นอยู่กับสิ่งนี้ก่อน”  
บุ๊ค-บุญสมิทธิ์ พุกกะณะสุต







# The Best Ingredient is Family

## ส่วนผสมที่ดีที่สุดที่เรียกว่าครอบครัว คุณปรารค์-อภินารา ศรีกาญจนา

ก้าวแรกที่เข้ามายังร้านอาหารไทย “apinara thai cuisine and bar” สัมผัสได้ถึงบรรยากาศสบายๆ เหมือนมาทานข้าวบ้านเพื่อน ด้วยเพราะมีตั้งเป็นโต๊ะอาหาร มองไปข้างบนจะเห็นเป็นพัดลมเพดานโบราณที่แปลกตาให้ความรู้สึกอบอุ่นเหมือนเป็นที่คุ้นชิน เจ้าของร้านนี้คือลูกสาวคนโตของเจ้าของธุรกิจเอเชียประกันภัย คุณปรารค์-อภินารา ศรีกาญจนา ร่วมกับคุณแม่ ยูกิ-นราวตี ศรีกาญจนา สร้างสรรค์ขึ้นมาให้เป็นบ้านที่ผู้หญิงคนหนึ่งปรุงอาหารต้อนรับแขกทั้งชาวไทยและชาวต่างชาติที่มาเยือน

เมื่อแรกพบคุณปรารค์ก็สัมผัสได้ถึงความอ่อนหวานในทันที เธอเริ่มต้นด้วยการเล่าที่มาที่ไปของร้านด้วยรอยยิ้มละมุน

“ครอบครัวของคุณชอบทานอาหารสตรีตฟู้ด แต่ว่าอากาศมันร้อนมาก เราคิดว่ามาทำร้านอาหารสตรีตฟู้ดแบบเปิดแอร์ดีไหม แล้วร้านก็เริ่มจากความรักในอาหารของคุณแม่ ซึ่งท่านเปิดเป็นร้านก๋วยเตี๋ยวเรือจนมาเป็นร้านนาราในที่สุด พอทำมาได้สิบปีเราก็มีคอนเซ็ปต์ใหม่เป็นร้านอภินารา มีความหมายว่าเป็นผู้หญิงที่ใหญ่ยิ่งขึ้น โดยร้านนี้จะมีสไตล์ที่ไม่เดิร์น อ่อนหวาน และเด็กกว่า เป็นเหมือนพื้นที่ให้ครอบครัวปรารค์ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ได้ทดลองทำอาหารสนุกไปด้วยกันอย่างเมนูไอศกรีมมีท็อปปิ้งเป็นไข่มุก เพราะน้องสาวเป็นคนชอบทานชาวมะม่วง แต่สำหรับที่ร้านนาราจะเป็นทับทิมกรอบซึ่งจะเน้นไปที่อาหารไทยแบบดั้งเดิม”

สิ่งที่เป็นส่วนประกอบสำหรับร้านอาหารคงไม่พ้นเรื่องของรสชาติ ความสะอาด แต่สิ่งที่ทำให้มันสมบูรณ์แบบมากขึ้นคือพนักงาน

“ที่นี้เราอยู่กันเหมือนครอบครัว บางคนเจอปรารค์ตั้งแต่อายุ 14-15 ปี จนตอนนี้ 25 ปี อยู่กันมานาน พนักงานบางคนสนิทกับลูกค้ามาก อย่างลูกค้ามาจากมาเลเซียทุกเดือน เขาจะรู้ทันทีว่าอยากอาม่าครอบครัวนี้ทานก๋วยเตี๋ยวไม่ใส่ถั่วอก กระเทียมเจียว ทานเสร็จต้องทานข้าวเหนียวมะม่วงต่อ ซึ่งเราได้ใจลูกค้าตรงนี้มาก เพราะคุณแม่วางคอนเซ็ปต์ไว้ว่าที่นี่คือบ้าน เขามาเป็นแขกบ้านเรา เป็นเพื่อน พี่ น้อง ครอบครัว เราต้องดูแลให้เต็มที่”

จากการพูดคุยมาระยะหนึ่งสังเกตได้ว่าคุณปรารค์เอ่ยถึงครอบครัวเธออยู่

เสมอๆ หรือเพราะสิ่งนั้นะที่ทำให้เธอเป็น “อภินารา”

“ปรารค์เป็นคนสนิทกับครอบครัวมาก โชคดีที่คุณพ่อคุณแม่ยังมีชีวิตอยู่ คุณพ่อจะสอนเรื่องคุณค่าทางจิตใจให้เรา ทำให้ปรารค์เป็นคนมองโลกในแง่ดี ท่านสอนให้ใช้หลักทางสายกลาง ให้มองว่าสำคัญที่เจตนา ท่านมีความตั้งใจสูงที่จะให้ลูกๆ ได้เรียนรู้และเปิดใจกว้าง ส่วนคุณแม่จะสอนเกี่ยวกับการทำงาน อะไรที่คุณแม่วางไว้ให้ปรารค์ยังไม่เคยเจอความผิดพลาดนั้นเลย ถ้าท่านว่าดีส่วนใหญ่ก็จะออกมาดี คงเป็นเพราะท่านรู้จักปรารค์ดี รู้ว่าลูกคนไหนจะไปได้ดีในเรื่องอะไร ท่านสอนให้เราอดทน อดระแวงในเรื่องลงทุน และต้องเอาใจเขามาใส่ใจเราด้วย ตอนเด็กๆ ปรารค์ชอบตกโทรไปร้องไห้ให้คุณพ่อฟัง ท่านก็จะปลอบว่าไม่เป็นไรอะไรก็จะมีโอกาสครั้งที่สองเสมอ แต่ถ้าเป็นคุณแม่จะบอกว่า ร้องให้ทำไม แค่นั้นนะคะคุณลูก ปรารค์ว่ามั่นใจในส่วนผสมที่ลงตัว ถ้ามีสองคนโธ่หรือคิดบวกทั้งคู่ เราคงโลกสวยมากเจออะไรแล้วอาจจะรับไม่ได้” คุณปรารค์กล่าวติดตลกเมื่อย้อนถึงวัยเด็กแววดาเปี่ยมไปด้วยความสุขและความชื่นชมเคารพต่อผู้อยู่เบื้องหลัง

เธอย้ำว่าคุณพ่อคุณแม่ให้รากฐานที่ดีเปรียบเหมือนเรามีปีกบินและท่านคือลมใต้ปีกที่พาเราไปยังความสำเร็จนั้น ทั้งคอยนำทางและผลักดัน

“แล้วปรารค์โชคดีที่มีน้องสาวทั้งสองคน พิมกับพลอย ทำให้เราไม่เคยคิดถึงแต่ตัวเองเลย เวลาหยิบอาหารก็หยิบเผื่อน้องหิว การมีพี่น้องทำให้เราเป็นคนที่ดีขึ้นเป็นคนที่ดีถึงคนอื่นโดยธรรมชาติ พอโตขึ้นมาปรารค์เลยเป็นคนที่มีเซอร์วิสมายด์สูง”

นอกจากครอบครัวที่เป็นส่วนผสมชั้นดีที่สุดแล้ว ยังมีประสบการณ์ชีวิตที่ซ้อกันไม่ได้ซึ่งทำให้เธอเป็นอย่างทุกวันนี้ และทำให้เธอเข้มแข็งและรู้จักโลกมากขึ้น

หากจะมีใครอิจฉาชีวิตคุณปรารค์คงไม่ใช่เพราะรูปร่าง หน้าตา ฐานะ ชื่อเสียง หรือความสามารถเท่านั้น แต่คงรวมไปถึงการที่คุณปรารค์มีครอบครัวที่แสนอบอุ่นในยุคสมัยที่คนเราถอยห่างให้กันทั้งตั้งใจและไม่ตั้งใจจนหลงลืมไปว่าครอบครัวคือสิ่งแรกที่จะผลักดันเราไปสู่ความสำเร็จ และเป็นสิ่งสุดท้ายที่จะอยู่เคียงข้างเราเมื่อไม่เป็นอย่างที่หวัง <



# Food's Book

บุญสมิทธิ์ พุกกะณะสุต



“Cooking has no right or wrong, It's about idea and imagination.”

ปฏิเสธไม่ได้ว่าเมนูลึกลับของคนส่วนใหญ่ที่สั่งทานอยู่เช้า กลางวัน และเย็น คงไม่พ้นข้าว กระทบราไก่ เซฟฟี่คจึงหยิบเอาอาหารสุดคลาสสิกนี้มาจัดเสิร์ฟเป็นคำข้าวเล็กๆ ท่อท่อมด้วย แต่งกวางและแครอทผานบาง ด้านบนเป็นกระทบราไก่พร้อมไข่เจียวหั่นฝอยโรยหน้า เขาตั้งใจให้เมนูที่ใครเคยคิดว่าเป็นเมนูลึกลับ กลายเป็นเมนูสุดสวย น่ากิน และอร่อย

ในช่วงเย็นวันอาทิตย์หากได้เปิดไปช่องไทยพีบีเอสคงได้รับชมรายการ Foodwork ดำเนินรายการโดยเชฟดิกรีนหนุ่มคลีโอ เซฟฟี่ค-บุญสมิทธิ์ พุกกะณะสุต ผู้สามารถทำอาหารไปพูดไปได้แบบไม่หยุดพัก ในวันนี้ผู้คลั่งไคล้มีโอกาสนั่งคุยกับเซฟฟี่คเป็นครั้งที่สอง แต่ครั้งนี้พิเศษกว่าเพราะเราได้นั่งชมรายการทำอาหารสดในสตูดิโอของเซฟฟี่คเลยทีเดียว

เมื่อกล่าวทักทายกันเรียบร้อย เซฟฟี่คก็เล่าถึงประสบการณ์ที่ได้พบเจอเมื่อตอนถ่ายทำรายการ Foodwork พร้อมกับทำครัวเมนูกระทบราไก่ได้อย่างคล่องแคล่ว

“ผมทำอะไรเยอะมากจากการไปถ่ายรายการ ได้เจอผู้คน ได้เรียนรู้วิธีและเทคนิคการทำอาหารต่างๆ ที่ไม่คิดว่ามันทำได้ด้วย อย่างที่ภาคเหนือตอนเขาทำน้ำพริกหนุ่ม เขาโยนพริก ลงกองไฟเลยนะ พริกที่ได้ต้นหอมกว่าที่เอาไปเผากับตะแกรงอีก ผมเลยเอาประสบการณ์ใหม่ๆ ที่ได้เจอมาปรับใช้อยู่เรื่อยๆ เพราะการทำอาหารไม่มีผิดถูก อยู่ที่ความคิดและจินตนาการ ไม่ต้องยึดติดว่าใส่อะไรก่อนหลัง คุณชอบรสชาติแบบไหนก็เติมเลย ชอบอะไรก็ใส่แบบนั้น”





นอกจากจะได้เจอเทคนิคที่นึกไม่ถึงแล้ว ยังได้ลิ้มลองอาหารท้องถิ่นแปลกๆ อีกมากมาย

“ล่าสุดได้ไปที่หมู่บ้านชาวมอแกน เขากินเพรียงขอนไม้กัน หยิบมาปรุงกัน ตรงนั้นเลยนะ คนมองแล้วแขยงกินเข้าไปได้ไง แต่พอลองชิม หะย! มันอร่อยกว่าหอยนางรมอีก แล้วเราไม่ได้แค่เลรสชาติ ยังได้บรรยากาศ เสพธรรมชาติ หลายครั้งเหมือนกันที่ได้เจอวัตถุดิบแบบที่ไม่เคยเห็นมาก่อน อย่างแรกที่ทำคือ ชิม แล้วมาเชื่อมโยงรสชาติว่ามันคล้ายกับเมนูอะไรบ้าง จะได้คิดต่อยอดไปยังเมนูอื่นๆ กลายเป็นว่าครัวแบบไหนก็ทำอาหารอร่อยได้เหมือนกัน มันอยู่ที่คนทำ ไม่เกี่ยวกับอุปกรณ์”

สิ่งที่จะทำอาหารจานนั้นสมบูรณ์นอกจากรสชาติแล้วคงไม่พ้นความรักและความเอาใจใส่

“ตอนที่ปรุงอาหารผมคิดอยู่อย่างเดียวคือ กำลังทำให้คนที่ผมรัก ครอบครัว ตัวผมเอง มันจะทำให้เราตั้งใจสร้างสรรค์สิ่งที่ดีที่สุดทั้งเรื่องรสชาติ ความสะอาด รูปแบบอาหาร ต้องใส่ใจงานนั้นๆ ไม่ใช่เห็นเศษกระเทียมในงานแต่ไม่เอาออก อย่าทำอาหารแค่ให้เสร็จๆ ไป แล้วยังตอนนี้คนเราใส่ใจเรื่องการกินมากขึ้น ให้ความสำคัญในการเลือกทานที่ไหนอย่างไร มีแนะนำต่อกันในวงสังคม ตรงนี้แหละที่จะทำให้เราอย่างผมอยาก

พัฒนาตัวเอง ทำอาหารให้ออกมาดี เพราะมีคนมาสนใจอยากทานอาหารเรามากขึ้น เซฟจะหาทางทำให้อาหารแตกต่างกัน สรรหาวัตถุดิบแปลกใหม่ช่วยให้อาหารไทยพัฒนาไปอีก”

เป็นเรื่องที่ถั่งยังไม่ได้ว่าก่อนเราจะสั่งเมนูสักอย่างมาทานต้องเห็นรูปลักษณะของมันก่อน เช่นเดียวกับข้าวกระเพราไก่จานนี้ที่ชวนให้น่าลองยิ่งกว่าครึ่งไหนๆ เซฟผู้กล่าวเสริมว่า

“อาหารมีสามรสสัมผัสคือ มองด้วยตา กลิ่น ชิมด้วยปาก ก่อนคนจะทานก็ต้องมองด้วยตา ฉะนั้นหน้าตาอาหารสำคัญ คนจะมาที่ร้านหรือไม่ขึ้นอยู่กับสิ่งนี้ก่อน”

เซฟผู้ตั้งท้ายพร้อมรอยยิ้มที่เต็มไปด้วยความสุขจากการได้ทำในสิ่งที่ตนรัก

“ถ้าไม่ทำอาหารก็ไม่ทำงานอะไรแล้ว เพราะค้นพบแล้วว่าเราเป็นคนครัว ชอบทำอาหารที่สุดแล้ว จะขอทำสิ่งนี้ไปตลอดชีวิต”

สำหรับใครที่อยากติดตามผลงานเซฟผู้คนสามารถเข้าไปได้ที่เพจ [www.facebook.com/bookchef](http://www.facebook.com/bookchef)



# Traditional Thai Chef

เชฟบอมเบย์ ไพโรจน์ ประไพรักษ์



เชฟอาหารไทยต้องครบเครื่องทั้งคาวหวาน  
วัฒนธรรมอาหารไทยเก๋ารากานเป็นสำรับ  
พร้อมเครื่องเคียงทั้งแกลง พัด กอด ตับ  
แล้วแต่จะชอบ และต้องมีขนม เคย์โต้ยีนโหม  
กินคาวไม่กินหวานสันดานไพร่  
ฉะนั้นเชฟอาหารไทยต้องทำของหวานให้เป็น

ช่วงเช้าใกล้หน้าฝนพี่ผัก็มีให้เลือกทานมากกว่าฤดูไหนๆ เชฟจึงเลือกเมนูชุดน้ำพริกสอง  
น้ำพริก น้ำพริกกะปิเหมาะสำหรับคนทานเผ็ดและหลนปูล่าสำหรับคนชอบรสละมุนๆ จัดเสิร์ฟ  
ในถ้วยขาวเป็นดาวเด่นท่ามกลางผักนานาชนิดและเครื่องเคียง ไม่ว่าจะเป็นดอกโสน ดอก  
ขจรลวกรสหวาน กระชายแกะแบบดอกจำปี มะเขือไข่เต่าลูกเล็กแกะสลักวางเป็นพวงแบบ  
ชอดดอกไม้ หรือแม้แต่ปลาตุ๋นที่ทอดเป็นลักษณะรวงผึ้งมีเอกลักษณ์กว่าจานไหนๆ

ในท้องอาหารไทย “มิสสยาม” โรงแรมหัวช้าง เฮอร์เทจ นอกจากจะมีเสียงดนตรีไทยอัน  
ไพเราะแล้ว ยังเต็มแน่นไปด้วยผู้คนที่มาเยือนเพื่อลิ้มลองรสชาติอาหารไทยแท้ตาม  
ธรรมเนียมดั้งเดิมฝีมือของเชฟบอมเบย์-ไพโรจน์ ประไพรักษ์ เชฟอาหารไทยผู้มากฝีมือ  
และประสบการณ์นับ 10 ปี

เชฟไพโรจน์เล่าถึงจุดเริ่มต้นของอาชีพนี้ด้วยรอยยิ้มว่า “อาชีพเชฟเป็นอาชีพในฝันนะ แม่ผม  
เป็นคนทำอาหารเก่งและอร่อยมากเลยอยากเก็บสูตรและเทคนิคต่างๆ ไว้แต่เพราะเป็นลูก  
คนจีนเขาไม่สนับสนุนให้ไปเป็นลูกจ้าง เลยต้องสร้างเนื้อสร้างตัวให้ได้ก่อน จนประสบความสำเร็จ  
สำเร็จกับธุรกิจทองคำและเหล็กมีเงินใช้ในบ้านปลายชีวิตก็มาลุยกับวงการเชฟที่ชอบได้”

จากจุดเริ่มต้นที่ติดอย่างโรงแรมโอเรียนเต็ล เชฟบอมเบย์ได้เรียนรู้ทั้งเรื่องอาหารไทยและ  
ศิลปะไทยอย่างการแกะสลัก จนได้มีโอกาสในงานสำคัญมากมาย เช่น การถวายงานแก่  
พระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าสิริวิณณวรีนารีรัตน์ และได้รับเลือกให้ปรุงอาหารแก่





พระราชาริบัติและพระราชินีแห่งราชอาณาจักรสวีเดน ซึ่งตรัสชมว่า “อาหารไทยไม่เหมือนใครจริงๆ มีเสน่ห์ลึกลับซึ่งเหลือเกิน” ยิ่งทำให้เขาภาคภูมิใจในอาหารไทย

“บรรพบุรุษเราสร้างอาหารมาให้หมดแล้ว น้ำพริกสำหรับคนทานเผ็ด ถ้าเผ็ดไปเรามีแกงเขียวหวาน แกงข่า หลน มีให้เลือกทานหมด คนไทยเป็นเศรษฐกิจอาหาร ไม่ว่าจะฤดูไหนเราก็กินตลอดไม่เคยขาด แต่รุ่นเราตอนนี้มันกำลังทำลายเพราะรับวัฒนธรรมของคนอื่นมากเกินไปจนตัวตนเราหายไปอย่าเอาแกงเขียวหวานไปผิดกับสปาเกตตี้เลย ต่างจากอาหารญี่ปุ่นที่เขาจะไม่มีวันทำฟิวชั่นอาหารตัวเอง ไม่แปลกเลยทำไมประเทศถึงเจริญเพราะเขาไม่ดูถูกตัวเอง แล้วคนไทยเวลาทานอาหารไทยนอกบ้านชอบเอาไปเปรียบกับบ้านตัวเอง นี่คือข้อเสียยิ่งทำให้เชฟอาหารไทยมันน้อยลงไปเรื่อยๆ”

เชฟบอมเบย์เสริมว่า “เป็นเชฟอาหารไทยต้องครบเครื่องทั้งคาวหวาน วัฒนธรรมอาหารไทยแท้เราทานเป็นประจำพร้อมเครื่องเคียงทั้งแกง ผัดทอด ต้มแล้วแต่จะชอบและต้องมีขนม เคยได้ยินไหมกินคาวไม่กินหวาน สันดานไพร่ ฉะนั้นเชฟอาหารไทยต้องทำของหวานให้เป็น”

ด้วยสรรพคุณอันครบเครื่องทั้งคาวหวานของเชฟอาหารไทยไม่ว่าจะมีคำพูดของหลายคนกล่าวว่า การจะเป็น “executive chef” ได้จะต้องเรียน

อาหารสายตะวันตก แต่เชฟบอมเบย์ได้พิสูจน์แล้วว่าเชฟอาหารไทยสามารถเป็นได้เช่นกัน

“นี่มันเมืองไทยทำไมคนที่ถูกยอมรับต้องทำอาหารยุโรป ศิลปะของเราด้อยตรงไหนล่ะ เราก็ต้องยอมรับว่าคนไทยที่เรียนอาหารยุโรปทำมาก็ไม่ใช่ยุโรปแท้ เพราะเขาไม่ได้เกิดที่นั่น ไม่รู้ว่าสโตน์ดั้งเดิมของตะวันตกเป็นยังไง ผมไม่เชื่อว่าชาวต่างชาติที่มาจากไทยจะอยากทานอาหารของเขา ผมทำแป้งจีเล็ร์ฟให้ทาน เขาถามนี่คืออะไรเราบอกว่านี่คือไทยแพนเค้ก เราทานแป้งจีกับกาแฟ ทานเป็นมือหนักเลยก็ได้ ต่างชาติยังอีกจำทำไหมไม่ให้เลือกทานเยอะแยะ”

แน่นอนว่าการเป็นเชฟคงไม่ใช่แค่อยู่นำเตาหรือเลือกเมนูเสิร์ฟอาหาร ถ้าอย่างนั้นอะไรที่ทำให้เชฟเป็นมากกว่าแค่พ่อครัวทำอาหาร

“เชฟต้องรับมือกับสถานการณ์ไม่คาดคิดตลอดเวลา บางทีเราต้องคิดธิมงานให้ลูกค้า ขยายงานของเราให้เขา มีความเป็นศิลปะในตัวเองด้วย ต้องคำนวณต้นทุนอาหาร ทั้งถ่ายทอดความรู้ให้กับทีมฝึกให้เขาทำอาหารได้รสใกล้เคียงหรือดีกว่าผม เป็นหลายอย่างเหมือนมาลัยจะสวยได้ต้องมีหลายองค์ประกอบ แต่ที่สำคัญที่สุดคงไม่พ้นหัวใจ รัก ซื่อสัตย์ และอดทนกับงานแล้วความสำเร็จกับทุกอย่างจะตามมาเอง” <<







# Make It Over



Chef PrachanVong-uthaiphon  
Executive Chef Arnoma Hotel Bangkok

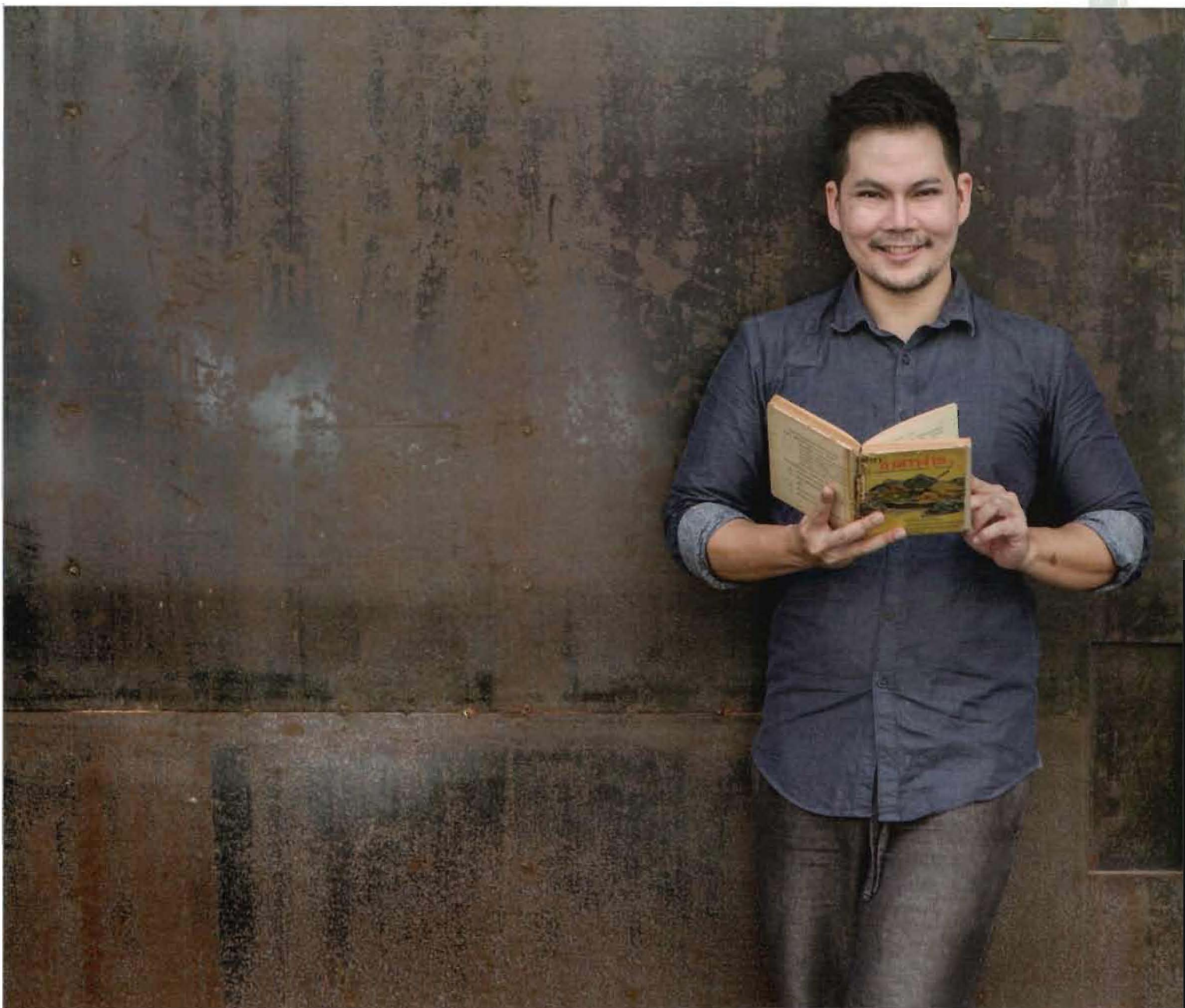


## อาหารธรรมดาที่ไม่ธรรมดา

จริงแล้วอาหารที่เราทานเข้าไปทุกๆ วัน ล้วนแล้วแต่มีสไตล์และมีเอกลักษณ์เฉพาะตัว ไม่ว่าจะเป็นอาหารประเภทใดของชนชาติใด ก็ล้วนแต่มีความเป็นมาและมีมาตรฐานใกล้เคียงกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งสูตรอาหาร ถ้าเป็นอาหารที่มาจากรากเหง้าหรือต้นตำรับเดียวกัน ย่อมมีความคล้ายคลึงกัน ไม่ว่าจะไปปรับเปลี่ยนที่ไหนๆ ก็ต้องใกล้เคียงกัน ผิดตรงที่อาจมีการเพิ่มเติมส่วนผสม ดัดแปลงรูปแบบ โดยเฉพาะการนำเสนอ (Presentation) ตามสไตล์ของเชฟเอง ทำให้ในแต่ละร้านอาหาร ไม่ว่าจะเป็นรูปแบบการจัดจาน การเลือกใช้ภาชนะ หรือกรรมวิธีการเสิร์ฟ ก็ล้วนแล้วแต่สร้างความแตกต่างได้ ทำให้อาหารที่ดูธรรมดาขึ้นมามีคุณค่าที่ เรียกได้ว่าเป็นการเพิ่มมูลค่า (Value Added) ให้กับอาหารของท่านให้ดูทันสมัยยิ่งขึ้น เหมาะกับกระแสอาหาร (Food Trend) ไม่ตกยุค สามารถเสิร์ฟให้กับลูกค้าต่างชาติได้ เพิ่มราคาให้ดูเหมาะสม

ฉบับนี้ เชฟจึงหยิบยกอาหารธรรมดาของบ้านเราขึ้นมาจานหนึ่ง แน่นนอน เป็นเมนูที่เชฟเองชื่นชอบนั่นคือ ยำถั่วพู โดยส่วนตัวเชฟชอบอาหารจานนี้มาก และมักจะเลือกมาใช้ในการดัดแปลง ถ่ายรูป หรือนำไปสอนนักเรียน เอาไปประกวดอาหารอยู่บ่อยๆ ถ้าพูดถึงยำถั่วพูก็นึกถึงอาหารตระกูลยำๆ ของบ้านเรา ไม่มีอะไรโดดเด่น ถ้าไปสั่งทานที่ไหน ก็คงจะมีรูปแบบที่คล้ายกัน ไม่ต่างกันเท่าไร ฉบับนี้เชฟจะนำยำถั่วพูมาจัดแบบไม่ธรรมดา ให้อู่อิมเดิร์นขึ้น แน่นนอนต้องไม่ยากเกินไปที่จะใช้เสิร์ฟจริง เชฟเลือกใช้จานกลม และจะจัดแบบเอียงไปด้านใดด้านหนึ่งให้เป็นแนวเส้นตรง แต่ดูแล้วสวยไม่ขัดกับสายตา ใช้จานที่มีความเว้าตรงกลางเพื่อให้เกิดขอบเว้าไม่ไหลลอะเทอะ ยำของเชฟจะเน้นเรียงให้เห็นวัตถุดิบสวยงาม แยกซอสและส่วนผสมเพื่อให้ผู้ทานได้เห็นในทุกๆ เครื่องปรุงแล้วผสมเองตามชอบ จึงทำให้อาหารจานนี้ดูโดดเด่น สวยงามและเป็นยำที่ไม่ธรรมดาจริงๆ K





# Food Stylist Icon Food Art Emotion

“ชื่อตรงกับความรู้สึก สมอง  
และอารมณ์ เราว่ามันสวยอย่างไร  
ก็ใส่เข้าไปในงานชื่อๆ แบบนั้น”



“งานที่ดีคือ งานที่ทำแล้วมีความสุข” ประโยคยอดฮิตที่เรามักจะได้ยินอยู่เสมอ อาชีพ “food stylist” คงเป็นอีกหนึ่งอาชีพในฝัน และเป็นที่ยึดตามองของเหล่าคนรักอาหาร ฉบับนี้เราดำเนินกันมาถึงปีที่ 9 จึงอยากพาเหล่าผู้อ่านไปรู้จักกับอาชีพที่เดินทางอยู่กับอาหารโดยฟู้ดสไตล์ลิสต์ชื่อดังคนนี้

ดวงฤทธิ์ แคล้วปลอดทุกข์ หรือคุณดวง ฟู้ดสไตล์ลิสต์ไฟแรงแนวหน้า เชื่อว่าใครเป็นนักชิมหรือมือปรุงทั้งหลาย ต้องเคยเห็นผลงานการสไลด์ของเขาผ่านนิตยสารชื่อดังมากมาย คุณอาจจะคิดว่าเขาเรียนจบมาด้านอาหารโดยตรง แต่จริงๆ แล้วคุณดวงจบปริญญาตรี คณะโบราณคดี มหาวิทยาลัยศิลปากร ทำงานเกี่ยวกับศิลปะ วัฒนธรรมและโบราณวัตถุ มีส่วนร่วมใน “museum siam” พิพิธภัณฑ์แนวไลฟ์สไตล์สยามพระนคร

จนถึงตรงนี้ ผู้อ่านคงจะสงสัยว่าจากงานโบราณคดี ก้าวเข้ามาสู่วงการฟู้ดสไตล์ลิสต์ได้อย่างไร

“ด้วยความที่เราสนใจรักในการทำอาหารและเข้าครัวกับคุณยายมาตั้งแต่เด็ก เรียกได้ว่าคลุกคลีอยู่กับอาหารไทยมาตั้งแต่จำความได้ เลยทำให้ซึมซับตรงนี้มาก็ว่าได้ครับ” คุณดวงคลายความสงสัยให้เรา

สำหรับเราแล้ว ตลอดระยะเวลาที่ทำนิตยสารเล่มนี้ จุดมุ่งหมายสำคัญที่เรายึดถืออยู่เสมอคืออยากสื่อให้เข้าใจความหมายของฟู้ดสไตล์ลิสต์ว่าคืออะไร และเมื่อเราได้มีโอกาสนั่งพูดคุยกับคลื่นลูกใหม่น่าจับตามองคนนี้ทั้งที จึงพลาดไม่ได้ที่จะต้องถามถึงนิยามฟู้ดสไตล์ลิสต์ในฉบับของเขา “ในความคิดของผม ฟู้ดสไตล์ลิสต์คือกลุ่มคนที่นำเสนอจุดเด่นของอาหาร สร้างความอร่อย ความน่ากิน ความอยากจะหยิบเข้าปากของอาหารให้ได้มากที่สุด เราอาจจะเห็นว่าบางอย่างหน้าตาสวยงามเหลือเกิน บางอย่างหน้าตาธรรมดาแต่รสชาติดี ตรงนี้ละครับที่เป็นหน้าที่ของเราว่าสไตล์ลิสต์อาหารจานนั้นๆ อยากรู้โดยไม่ให้เสียชาติเกิดของอาหารคือไม่ใช่สวยงามไม่กล้าหยิบทาน ต้องทำให้ลูกค้ากล้าหยิบทาน ถึงจะถือว่าประสบความสำเร็จ นอกจากนี้ช่างภาพมีส่วนสำคัญในการทำงานคู่กัน เรื่องของแสง สี และฟอร์ม ซึ่งตรงนี้ต้องคุยให้เข้าใจกันทั้งสองฝ่าย”

จริงๆ แล้วอาชีพนี้เพิ่งจะฮิตในเมืองไทยเราได้ไม่กี่ปี มีเหล่าผู้อ่านที่ถามกันมามากมายว่าอยากเป็นฟู้ดสไตล์ลิสต์ต้องทำอย่างไร เปิด

สอนที่ไหนบ้าง คงต้องบอกว่าไม่ได้มีการเปิดสอนอย่างแพร่หลาย ซึ่งคุณดวงได้ให้ความเห็นกับเราเพิ่มเติมว่า “ฟู้ดสไตล์ลิสต์ไม่ได้มีการเรียนเป็นเรื่องเป็นราว แต่สิ่งที่ผมใช้เป็นแนวทางและอาจเป็นประโยชน์สำหรับผู้สนใจคือให้ตั้งความเป็นธรรมชาติของอาหาร ตั้งจุดเด่นของอาหาร ผสมกับอารมณ์และศิลปะของผู้ทำ จะทำให้เราทำงานที่ดี”

นอกจากศิลปะส่วนตัวของผู้สร้างงานแล้ว การเสพงานศิลปะของผู้อื่นมีส่วนช่วยในการพัฒนาผลงานตัวเองเช่นกัน สำหรับดวงฤทธิ์แล้ว ผลงานของเขาโดดเด่นเรื่องความเป็นไทยและความมีเอกลักษณ์เฉพาะตัว เห็นที่ไหนเป็นต้องรู้ว่ามาจากเขาแน่ๆ “ผมชอบที่จะดูไอเดียตามนิตยสารฝรั่ง เพราะมุมมองของอาหารและการเล่นแสงของเขากับเราต่างกัน แต่ไม่ลืมที่จะใส่ความเป็นไทยเพราะเราชอบศิลปะวัฒนธรรมไทยเป็นทุนอยู่แล้ว” คำตอบของเขาตอกย้ำความชัดเจนในผลงานที่ทำให้เราอยากรู้จักตัวตนของเขามากขึ้น

ความท้าทายในการทำผลงานแต่ละครั้งก็ยากแตกต่างกันไป เราจึงลองให้โจทย์เขาว่าหากต้องทำเมนูธรรมดาๆ หรือ make over เมนูบ้านๆ แต่ใส่ความเป็นฟู้ดสไตล์ลิสต์เข้าไป เขาจะทำอย่างไรให้เราเห็นว่านี่คือความสำคัญของการสไลด์อาหาร เพียงเสี้ยววินาที คำตอบที่เขาบอกเราแค่ฟังก็ทิวชันมาทันที “เรื่องแรกเลยคือต้องรู้จุดเด่นของอาหาร เช่น อยากรักษาข้าวกะเพรากรอบໂ໊ยเยียวมา จุดเด่นคือความเผ็ดของพริก ความกรอบของกะเพรา จึงต้องเน้นกะเพราเป็นตัวเอกของอาหาร ตามด้วยเครื่องปรุงที่ควรโดดเด่นขึ้นอย่าง พริก กระเทียม แล้วค่อยตามด้วยองค์ประกอบอื่นๆ” สิ่งที่เขาบรรยายมาทำให้ผู้เขียนถึงกับน้ำลายสอ

นั่งคุยกันมาถึงตรงนี้ เราชื่นชมในวิสัยทัศน์และความถ่อมตัวของเขาที่ไม่ได้คิดว่าตัวเองดัง แต่เป็นคนชัดเจนในผลงานของตัวเอง ทำให้ก้าวมาสู่แถวหน้าได้อย่างสวยงาม ใครอยากลองทำงานศิลปะบนจานอาหารแบบนี้ คุณดวงแนะนำว่าขอให้มีความสุขและสนุกกับงานที่ทำ หมั่นทำการบ้านและใส่อารมณ์เรลงไปในงานเท่านี้คุณก็จะสร้างงานที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัวได้

ใครเป็นแฟนคลับสามารถติดตามผลงานเพิ่มเติมตามนิตยสารต่างๆ หรือจะไปพิสูจน์ศิลปะอาหารของเขาที่ร้าน “the never ending summer” ก็ได้เช่นกัน **KK**





คุณโจ-พานิช มณีรัตนะพร

# Jirafu Sushi & Beer Bar

กินดื่มง่ายๆ ระดับพรีเมียม สไตล์อิตาลี

หากใครกำลังมองหาร้านอาหารซูชิระดับพรีเมียมแถวถนนลาดพร้าว คงไม่ผิดหวังกับร้าน Jirafu Sushi & Beer Bar อย่างแน่นอน เพราะนอกจากเป็นร้านซูชิเน้นคุณภาพ ยังเป็นร้านเดียวในย่านลาดพร้าวซอยต้นๆ ที่มีสถานที่จอดรถสะดวกสบาย

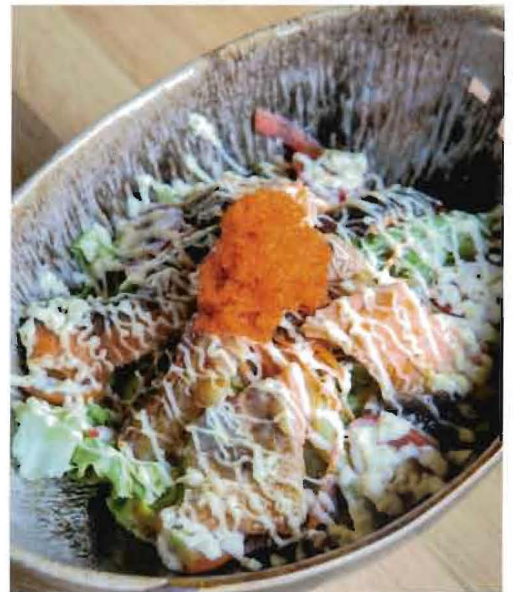
จุดเด่นของร้านในสไตล์อิตาลี ซึ่งเน้นการกินดื่มด้วยเมนูง่ายๆ เหมาะสำหรับชาวออฟฟิศที่ต้องการมาสังสรรค์เฮฮา ปลดปล่อยความเครียดหลังเลิกงานเป็นอย่างดี โดยร้านแห่งนี้เกิดขึ้นจากความชื่นชอบและหลงใหลในอาหารญี่ปุ่นของคุณโจ-พานิช มณีรัตนะพร และพี่สาว คุณฝ้าย-พรวรรณ มณีรัตนะพร ที่หลังจากคุณโจจบการศึกษาก็เข้ามาช่วยทำธุรกิจรับสร้างบ้านของครอบครัวต่อ แต่ด้วยความที่เป็นหนุ่มไฟแรงที่อยากสร้างธุรกิจที่ตนรักขึ้นมาจึงร่วมมือกับพี่สาวช่วยกันสร้างร้านอาหารเท่าๆ แห่งนี้ในสไตล์ลอฟท์ แบบปูนเปลือยและโครงเหล็ก แต่เพิ่มความอบอุ่นในสไตล์เซินด้วยโต๊ะไม้ เน้นบรรยากาศร้านที่คึกครื้น มีมุมที่น่าสนใจอย่าง “Cave” มุมสังสรรค์เฮฮาโดยเฉพาะสำหรับเดอะแก๊งที่ต้องการความเป็นส่วนตัว มุม “Hive” เป็นโต๊ะห้าเหลี่ยมแบบรวงผึ้งจำนวน 4 โต๊ะ เหมาะสำหรับมากันแบบครอบครัว แต่ถ้าใครอยากจัดปาร์ตี้ส่วนตัวที่ร้านมีโซนชั้นสองไว้บริการเช่นกัน ในอนาคตพื้นที่ทางด้านหลังร้านจะเปิดเป็นโซนบิงโกเพิ่มอีก





เชฟผู้ดูแลครัวญี่ปุ่นแห่งนี้คือ เชฟนิโนจา-อภิชาติ แก้วเขียว ด้วยประสบการณ์ยาวนานกว่า 10 ปี ทำให้มั่นใจได้ว่ารสชาติและคุณภาพของแต่ละเมนูไม่ทำให้ผิดหวังแน่นอน บวกกับความใส่ใจในรายละเอียดของเจ้าของร้านที่บอกกับเรว่า ครัวนี้ยึดความเชื่อตามธรรมเนียมชาวญี่ปุ่นว่า ผู้หญิงไม่เหมาะที่จะเป็นคนทำซูชิเพราะด้วยเรื่องของร่างกายในทุกๆ เดือนทำให้อุณหภูมิของมือที่ปั้นซูชิไม่คงที่ ซึ่งสามารถส่งผลกระทบต่อรสชาติในแต่ละคำได้

เอาล่ะเรามาเริ่มกันที่เมนูขึ้นชื่อที่เรียกได้ว่าใครมาก็ต้องสั่งคือ “Sakana Salad” สลัดปลาอย่าง แต่เชื่อว่าจะเป็นปลาอย่างธรรมดาที่ไหน เพราะสลัดจานนี้ใช้ปลาแซลมอนและปลาหิมะหมักซอสมิโสะกว่าหนึ่งอาทิตย์แล้วนำมาอย่างสลัดเสิร์ฟพร้อมผักกรอบๆ เมื่อได้ชิมแล้วรสเข้มของซอสที่หมักไว้ละลายเข้ากับครีมสลัดเป็นอย่างดี อีกจานหนึ่งที่พลาดไม่ได้ คือ “Salmon Wasabi Roll” โรลแซลมอนพอดิคำพร้อมซอสวาซาบิรสละมุนที่แอบซ่าขึ้นจุกแบบเบาๆ เป็นรสที่ตัดกันได้ดีระหว่างความมันของแซลมอนกับรสฉุนของวาซาบิ จานต่อมาคือ “Wagyu Yaki” และ “Buta Bara Yaki” เนื้อและหมูสามชั้นเสียบไม้ย่าง ในจานนี้เราสัมผัสได้ถึงรสเนื้อๆ มันแน่นๆ จากทั้งสองไม้ แบบที่ไม่ต้องมีซอสอะไรมาปรุงแต่งให้อร่อยเพิ่มอีก ส่วนเมนูที่จะช่วยเพิ่มรสชาติของมือนี้คือ “Hamachi Taco” ปลาฮามาจิหั่นชิ้นเล็ก บนมันฝรั่งทอดกรอบแผ่นบางโรยด้วยพริกป่นถือว่าเป็นจานที่ช่วยตัดรสเสียนได้ดีอีกจานหนึ่ง สำหรับเครื่องดื่ม “Choya Mohito” โมฮิโตรีสเหล้าบ๊วย ทอมด้วยใบสะระแหน่ แก้วนี้ครบทั้งรสเปรี้ยวหวานเค็มแบบบ๊วยเลยที่เดียว หรือจะเลือกเป็นเบียร์ก็ยังมีให้เลือกอีกหลายรสชาติ เหมาะที่จะมาแองก์เอาต์ยามเย็นเป็นที่สุด ☞



**Jirafu Sushi & Beer Bar**

655 ขอยลาดพร้าว 5 ถนนลาดพร้าว แขวงจอมพล เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10900  
เปิด 11.30 - 14.30 น. 17.00 - 12.00 น.  
โทร. 08-7786-6440

\*\*\*เครื่องครัวร้าน Jirafu Sushi & Beer Bar จาก Smile Equipments





## อาหารไทยใส่ไอเดีย

นิตยสารครบรอบ 9 ปี ไม่ใช่เรื่องเล่นๆ เลย์ที่หนังสือเกี่ยวกับอาหารของเชฟรุ่นใหม่จะยืนหยัดได้ขนาดนี้ จากการอยู่วงการอาหารนี้มาเนิ่นนานมีโอกาสเห็นมามาก แต่ฟู้ดสไตล์ลิสต์เป็นนิตยสารที่แตกต่างจากเล่มอื่นอย่างชัดเจน ไม่ใช่แค่การพิมพ์เมนูอาหารถ่ายรูปแล้วจบหนังสือแบบนี้มีเยอะไป ฟู้ดสไตล์ลิสต์สำหรับผมเปรียบเสมือนการทำงานโรงแรมในตำแหน่งเซฟห้องอาหารเลยทีเดียว เพราะต้องเรียนรู้ตั้งแต่วัตถุดิบ การปรุงรสชาติ และการนำเสนอ ต้องรู้อะไรให้สามารถนำไปใช้ได้ทันที

“เพราะอาหารมันดีกันได้” คือสิ่งที่ผมคิดอยู่เสมอ นิตยสารฟู้ดสไตล์ลิสต์เป็นมากกว่าการเติมมีนิตเปลี่ยนนั้นหน่อยเพื่อให้รูปร่างหน้าตาอาหารเปลี่ยนไป เพราะนี่คือหนังสือสำหรับเชฟรุ่นใหม่ที่สนใจในอาหารหลายเชื้อชาติทั้งแนวใหม่หรือแบบดั้งเดิมก็ให้เราศึกษาและลองทำ ไม่ใช่แค่เรื่องอาหารเพียงอย่างเดียว แต่ยังรวมไปถึงทุกสิ่งทุกอย่างที่เกี่ยวข้องในโลกของอาหาร เป็นเมืองชุมทรัพย์แห่งแรงบันดาลใจให้เหล่าคนทำอาหารได้เสพกัน

เชฟเองมีโอกาสได้ร่วมงานกับทางฟู้ดสไตล์ลิสต์อยู่หลายครา จึงอยากเล่าไอเดียการทำอาหารที่ได้ทำงานร่วมกับนิตยสาร สร้างสรรค์ให้เป็นมากกว่าอาหารเพื่อสร้างรอยยิ้มให้กับผู้ที่พบเห็นรวมถึงตัวเชฟเอง จึงอยากแนะนำเมนูทานเล่นง่ายๆ ที่ได้เสิร์ฟในงาน “the 3<sup>rd</sup> thailand culinary world challenge 2015” มหกรรมการแข่งขันทำอาหารระดับนานาชาติ ณ เมืองไทย ที่สยามสแควร์เมื่อปลายเดือนมีนาคมที่ผ่านมา งานนี้เชฟว่าเป็นการสรรสร้างอาหารโดยใส่แรงบันดาลใจและความสร้างสรรค์อย่างที่นิตยสารฟู้ดสไตล์ลิสต์เป็นเสมอมา

ขนมปังหน้าฉู้ฉู้ฟู้ดอบชีส ขนมปังของฟต์โรลผ่าครึ่งพร้อมเชดด้าชีสด้านบน มีฉู้ฉู้ฟู้ดแบบแห้งบนขนมปังโรยด้วยชีลมอสซาเรลล่า จากนั้นนำไปอบให้ชีสพอลละลาย ตกแต่งด้วยใบมะกรูดและพริกแดงหั่นฝอย งานนี้อร่อยจนเสิร์ฟออกแทบไม่ทัน

ข้าวตั้งหน้ามะม่วงน้ำปลาหวาน ข้าวตั้งนำไปทอดแบบปกติ นำน้ำปลาหวานไปเคี่ยวให้เหนียวและเพื่อให้ชั้นรูปร่างสวยคว่ำใส่เจลาตินลงไปด้วยแล้วนำไปแช่เย็น ประกอบร่างด้วยการกดพิมพ์ให้กลมวางข้าวตั้งพร้อมมะม่วงเปรี้ยวหั่นฝอย กุ้งแห้งทอด หอมแดงหั่นแว่นตกแต่งด้วยผักชีไทยเป็นเมนูที่แปลกแต่ได้ใจเหล่าผู้ร่วมงาน

ขนมหม้อแกงหน้ามะม่วง ทำหม้อแกงหัวเหลืองโดยเน้นที่เนื้อแต่ไม่ใส่หอมแดง นำมูสมะม่วงราดบนหม้อแกง ตัดแบบสี่เหลี่ยมหรือกดเป็นพิมพ์กลมตกแต่งด้วยมะม่วงสุกหั่นแว่น

เมนูเหล่านี้ล้วนเป็นที่ชื่นชอบของทั้งชาวไทยและชาวต่างชาติที่มาร่วมงาน แค่นี้ก็ดีใจและใส่ไอเดียเข้าไป ทุกอย่างมีค่าของมันเอง เช่นเดียวกับอาหารไทยหรืออาหารนานาชาติ ถ้ายึดติดมันจะติดอยู่อย่างนั้นตลอดไป อย่างไรก็ตามอย่าลืมนะครับว่า เราเป็นคนไทย อยากให้คนรุ่นใหม่อนุรักษ์อาหารไทยให้อยู่คู่กับเราตลอดไป **K**



# ผู้ผลิต และจำหน่าย เครื่องครัวสเตนเลส



เครื่องรีด-ลาง สเตนเลส



เครื่องตัด-พับ สเตนเลส



Punching Machine



เตาแก๊ส



ซิงค์



ตู้เย็นสเตนเลส



ตู้ใส่

[www.se.co.th](http://www.se.co.th)

รับประกันคอมเพรสเซอร์ 3 ปี

บริการ  
รับออกแบบฟรี



บริษัท สมาย อีควิปเมนท์ จำกัด  
โรงงาน : 2 ซอยลาดพร้าว 101 ซอย 42  
แยก 16 (เทพทวี 10) แขวงคลองจั่น  
เขตบางกะปิ กรุงเทพฯ 10240  
Tel. 02-376-0997

สาขาลาดพร้าว 126  
2480 ถนนลาดพร้าว  
แขวงพลับพลา  
เขตวังทองหลาง  
กรุงเทพฯ 10310  
Tel. 02-931-9676

สาขาพญาไท  
49 หมู่ 13 ตำบลหนองปรือ  
อำเภอบางละมุง  
จังหวัดชลบุรี  
20150  
Tel. 034-429-284

สาขาชะอำ  
928/8 ถนนเพชรเกษม  
(บางไทรน้อย)  
ตำบลชะอำ อำเภอชะอำ  
จังหวัดเพชรบุรี 76120  
Tel. 032-508-551

ความมุ่งมั่นต่อมาตรฐานการผลิตคือ หัวใจหลักสำคัญของการพัฒนาคุณภาพสินค้า เราจึงนำเทคโนโลยี และเครื่องจักรที่ทันสมัยได้มาตรฐานมาประยุกต์ใช้กับตัวสินค้า เพื่อให้ได้สินค้าที่มีคุณภาพเทียบเท่ามาตรฐานสากล

**สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม**

บริษัท สมาย อีควิปเมนท์ จำกัด

โทร. 02-931-9676, 081-752-0622, 086-312-8404, 081-7528080

Email: [Smileequipment@hotmail.co.th](mailto:Smileequipment@hotmail.co.th), [Smileequip@gmail.com](mailto:Smileequip@gmail.com)



# The New Paradigm of Pairing Thai Food

วิถีใหม่ของการจับคู่แห่งอรรถรส  
ระหว่างรสชาติอาหารไทยและค็อกเทลไทย

“Different from Wine, Thai cocktail can be tweaked design to match perfectly with Thai dish. It’s like Chefs and Mixologists are working together to create an unforgettable flavor experience”



ความละเอียดในรสชาติของเครื่องดื่มและอาหาร ถือเป็นศาสตร์ที่ลึกซึ้งและงดงาม ซึ่งอาหารแต่ละตำรับ รวมถึงเครื่องดื่มแต่ละชนิดล้วนมีอัตลักษณ์ที่โดดเด่นแตกต่างกันไปหากสุนทรียรสของทั้งสองรสชาติได้ผสมผสานและจับคู่กันได้อย่างลงตัวแล้วจึงเป็นการถือกำเนิดศิลปะชั้นสูงแห่งรสชาติและสร้างประสบการณ์ใหม่ให้การรับประทานอาหาร

การแพริ่งหรือจับคู่ค็อกเทลกับอาหารมีความแตกต่างจากการจับคู่ไวน์กับอาหาร เพราะไวน์มักมีรสชาติที่ตายตัวไม่เปลี่ยนแปลง แต่สำหรับการจับคู่ค็อกเทลไทยกับอาหารนั้นสามารถสร้างสรรค์รสชาติที่สนุกสนานและหลากหลาย

เมื่อรสชาติถูกแบ่งเป็นสองส่วนสำคัญคือรสชาติของอาหารและรสชาติของค็อกเทล “เซฟ” และ “มิกโซโลจิสต์” ศิลปินนักปรุงรสชาติทั้งสองจึงต้องออกแบบสร้างสรรค์ร่วมกัน

เพื่อให้เกิด **ประสบการณ์แห่งรสชาติ** (flavor experience) ครั้งใหม่ให้กับอาหารมื้อนั้นๆ

ในปัจจุบันวงการอาหารทั่วโลกได้หันมาสนใจศาสตร์แห่งการผสมผสานอรรถรสจับคู่อาหารกับค็อกเทล (food-cocktail pairing) โดยสรรสร้างและคิดค้นกันอย่างแพร่หลาย ซึ่งมิกโซโลจิสต์ผู้เข้าถึงแก่นแท้แห่งรสชาติที่สลับซับซ้อนของอาหารและเครื่องดื่มย่อมสร้างสรรค์ผลงานที่น่าประทับใจให้เกิดขึ้นได้

งานศิลปะแห่งการจับคู่อาหารและเครื่องดื่มนั้นอาศัยความสร้างสรรค์และความเข้าใจในแก่นของรสชาติและสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นจากการลิ้มรสใช้ประสบการณ์ผสมกับจินตนาการวางแผนออกมาว่ารสชาติของอาหารจานนี้ควรเข้าคู่กับค็อกเทลแบบใด เพื่อให้ “เข้ากันได้ดีอย่างมิตรแท้” หรือค็อกเทลตัวใดที่รสชาติอาจสวนทางกับรสอาหาร แต่อาจกลับกลายเป็น “คู่แท้ที่ส่งเสริมรส” ทำให้อาหารจานนั้นกลาย

เป็นสวรรค์ของนักชิม ตัวอย่างง่ายๆ เช่น เนื้อโคขุนที่มีมันแทรกอยู่ เข้าคู่ได้ดีกับค็อกเทลที่มีรสหวานจางๆ ขมบางๆ ตัวเครื่องดื่มสีใส ซึ่งจะช่วยให้ตัดเลี่ยนได้อย่างดีเยี่ยม จากตัวอย่างนี้เห็นได้ว่าไม่เพียงแค่อรรถรสค็อกเทลของเครื่องดื่มและอาหาร แต่ยังคงคำนึงถึงลักษณะของตัวของค็อกเทลด้วย

ทั้งนี้สิ่งที่สำคัญค็อกเทลที่เราเลือกจะต้องไม่ทำให้รสชาติอาหารจานนั้นลดลงหรือหายไปขณะเดียวกัน ค็อกเทลที่ดีควรจะมีส่วนช่วยให้อาหารจานนั้นมีรสชาติเอร็ดอร่อยยิ่งขึ้น ทว่ากฎของการสร้างสรรค์ค็อกเทลไม่ได้เป็นสิ่งตายตัว สำหรับวันนี้เรามีแนวทางในการจับคู่สุนทรียรสของค็อกเทลและอาหารให้คุณได้ลิ้มลองกัน ซึ่งการจับคู่เครื่องดื่มเพื่อเสริมสร้างรสชาติและเพิ่มอรรถรสในการทานแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะ คือ





### รสชาติเป็นไปในทิศทางเดียวกัน (compare)

การจับคู่แบบแรกเรียกได้ว่า“เข้ากันได้ดีอย่างมีตรรกะ”นั่นคือรสชาติของอาหารและรสชาติของเครื่องดื่มเป็นไปในทิศทางเดียวกันและวัตถุดิบมาจากกลุ่มที่ใกล้เคียงกันหรือกลุ่มเดียวกัน เช่นการรับประทานยำรวมมิตรทะเลรสซี้ดซัด เข้ากับเครื่องดื่มค็อกเทลที่มีกลิ่นสดชื่นของสมุนไพร ผักและผลไม้ที่มีรสชาติ เปรี้ยว หวาน รสไปทางเดียวกับยำจานเด็ดยักษ์ที่มีรส เปรี้ยว หวาน เค็ม เผ็ด

### รสชาติตัดกัน (contrast)

การจับคู่แบบที่สองเป็นแบบคู่รัก “คู่แท้ที่ส่งเสริมรส”แม้ว่าจะแตกต่าง ดัดกัน สวนทางกันแต่ก็ส่งเสริม ซึ่งการเสิร์ฟเครื่องดื่มที่มีรสชาติ “ตัดกัน” แต่มาช่วยขับให้อาหารนั้นๆ มีรสชาติที่ดีมากขึ้น เช่น อาหารมีรสจืด เราควรเสิร์ฟคู่กับเครื่องดื่มที่มีรสชาติ หวาน ขม เพื่อมาตัดรสเผ็ดให้มีรสชาติที่ชัดเจน ขณะเดียวกันก็กลมกล่อมมากขึ้น เป็นต้น ทั้งนี้วัตถุดิบ กลิ่นอายของอาหาร และเครื่องดื่ม ก็ควรเป็นไปในทิศทางเดียวกัน

การผสมผสานอรรถรสของอาหารและเครื่องดื่มจะทำหน้าที่ได้สมบูรณ์แบบที่ต่อเมื่อองค์ประกอบหรือวัตถุดิบของอาหารในจานและเครื่องดื่มนั้นๆ ถูกรังสรรค์มาจากวัตถุดิบในกลุ่มที่ใกล้เคียงกัน จะทำให้อรรถรสสอดคล้องเข้ากันอย่างลงตัว ไม่ว่าจะเป็นการให้รสชาติที่เข้าคู่กัน หรือตัดกันก็ก็ตาม <img alt="arrow icon" data-bbox="280 845 295 860"/>





# One Price Celebration

ในโอกาสที่น่ายินดีหลายๆ เรื่อง ก็ถึงช่วงเวลาแห่งการเฉลิมฉลอง สำหรับเล่มครบรอบปีที่ 9 ของเรานี้ ขอหยิบเอาของราคาเดียวกันจากร้านทุกอย่าง 60 บาท ที่ทุกคนน่าจะรู้จักกันดี มาจัดตกแต่งให้ห้องรับแขกหรือห้องครัวของคุณดูดีขึ้นได้ในราคาสบายๆ เตรียมสร้างความประทับใจให้กับแขกที่กำลังมาเยือน ✪











## ข้าวแช่...วิถีตร่วมสมัย

หน้าร้อนอย่างนี้ อาหารประจำฤดูกาลก็คือข้าวแช่เย็นๆ

เมื่อนึกถึงข้าวแช่ เราก็นึกถึงกลิ่นหอมของน้ำเทียนอบและความเป็นกลางโอรีร้อน แต่นอกจากที่กล่าวมาแล้ว ข้าวแช่ยังเป็นอาหารที่มี “ดีไซน์” กับเขาได้ด้วย

แม้แต่สุนทรภู่เองก็เคยเขียนถึงเรื่องข้าวแช่และงานออกแบบในอาหารโบราณนี้ไว้เช่นกัน ในบทประพันธ์เรื่อง “รำพันพิลาป”

กลอนชุดนี้เขียนขึ้นขณะที่ท่านบวชเป็นพระอยู่ที่วัดเทพธิดาราม (หลังวัดราชบพิธฯ หรือที่เรารู้จักกันในนามโกลະปราสาท) และเป็นช่วงที่ท่านคิดย้อนวนเวียนถึงความหลัง ครั้งยังเป็นกวีคนโปรดในวัง ชื่องานชุดนี้จึงตั้ง “รำพัน” และ “พิลาป (คร่ำครวญ)” ช้อนชั้บทับกันใหญ่

ถึงอย่างนั้นท่านสุนทรภู่ก็ “พิลาป” ได้อย่างมีศิลปะ ท่านรำพึงรำพันท่านเองว่า แต่ก่อนเคยเห็นสิ่งนี้ทำอย่างนี้ที่ในวังเดี๋ยวนี้ไม่มีแล้ว แต่เนื่องจากข้อมูลท่านแน่นปึก เพราะเขียนจากประสบการณ์ตรง การตัดพ้อครั้งนี้จึงมีรายละเอียดเกี่ยวกับชีวิตในวังมากมาย แน่نونว่ารวมทั้งอาหารด้วย





“ข้าวแช่” คือหนึ่งในสิ่งที่ทำานสุนทรภู่บรรยายไว้ว่า เครื่องข้าวแช่นั้น วิจิตรงดงาม ผักแนมต่างๆ ก็แกะเป็นดอกจอกดอกจันทน์มากมาย กระชายก็เอามาแกะเป็นดอกจำปี มะม่วงดิบแกะเป็นปลา ทำสวยงามขนาด ที่ว่าต้องหยิบดูถึงจะรู้ว่า เป็นมะม่วง (มะม่วงดิบหยิบดูจึงรู้จัก ทำนารักรูป สัตว์เหมือนมัจฉา) และแน่นอนว่าต้องตบท้ายด้วยการรำให้เล็กน้อย

ถึงไม่ได้เรียกว่า “การตีไชน์” แต่การออกแบบตกแต่งอาหารอย่างละเอียด ละไมนั้นมีมาเนิ่นนานในเมืองไทย

การพรรณนาเรื่องข้าวแช่นี้มากับการบรรยายเครื่องแป้งสดน้ำอบน้ำหอม ต่างๆ ในช่วงตรุษสงกรานต์ ทุกวันนี้เมื่อเข้าสู่ฤดูร้อนหรือช่วงปีใหม่ของไทยเราก็กังคืดถึงและต้องไปหาข้าวแช่กินกันอยู่ ซึ่งในปัจจุบันถึงแม้จะเป็นของที่ทำขายก็ยังมีร่องรอยความประณีตบรรจงเหล่านี้อยู่

ที่บางลำพูมีข้าวแช่เก่าแก่อยู่เจ้าหนึ่งนั่นคือข้าวแช่แม่ศิริ เจ้าของร้านรุ่นนี้คือทายาทรุ่นที่สี่แล้ว ร้านนี้ทำข้าวแช่ทั้งปี ลูกค้ำมากมาย เห็นได้จากข้าวแช่ที่จัดใส่ถาดเตรียมส่งซึ่งวางเรียงรายอยู่เต็ม

นอกจากเครื่องข้าวแช่ทั่วไปอันได้แก่ ลูกกะปิ ปลาหวาน หมูฝอย และไชโป้วหวานแล้ว ในช่วงมีนาคมและเมษายนเช่นนี้ ที่นี่จะมีเครื่องข้าวแช่

ขอขอบคุณ ร้านข้าวแช่แม่ศิริ ตรอกไกรสิทธิ์ ถนนพระสุเมรุ บางลำพู กรุงเทพฯ

เพิ่มมาหนึ่งอย่างนั่นคือพริกหยวกสอดไส้ห่อด้วยไขร์อนเป็นลายตาข่ายแอม้ เด็กชายวัย 17 ปี ผู้ซึ่งเป็นทายาทรุ่นที่ห้าของร้านเล่าว่า ไชนี้ต้องทำที่ละอันด้วยความประณีตบรรจง เป็นทั้งอาหารปากและอาหารตาเช่นเดียวกับข้าวแช่แบบดั้งเดิม

นอกจากนี้หนุ่มน้อยยังเล่าด้วยว่าทำไมจึงมีพริกหยวกสอดไส้เฉพาะกลางหน้าร้อน เขาว่าช่วงมีนาคมและเมษายนนั้นเป็นช่วงที่พริกหยวกลูกใหญ่และผิวบางที่สุดในรอบปี เหมาะแก่การนำมาขยัดไส้หมูและห่อไขร์กิ้นแนมเป็นของแถม ที่ติดกับเครื่องที่ออกรสหวานอื่นๆ ที่กินกับข้าวแช่

อาหารไทยนั้น (จริงๆ จะว่าอาหารไทยก็ไม่ถูกเสียทีเดียว ข้าวแช่เป็นอาหารมอญที่อยู่เมืองไทยมาเนิ่นนาน จนบางสายรวมเข้ากับวิธีการและรสชาติแบบไทยกันจนกลมกลืนไปเสียแล้ว) สวยงามละเอียดอ่อน ถึงไม่ได้ “ออกแบบ” ในความหมายสมัยใหม่ แต่ก็มีการทำอย่างประณีตบรรจงด้วยความคิดสร้างสรรค์ ทั้งรูป รส กลิ่น เสียง

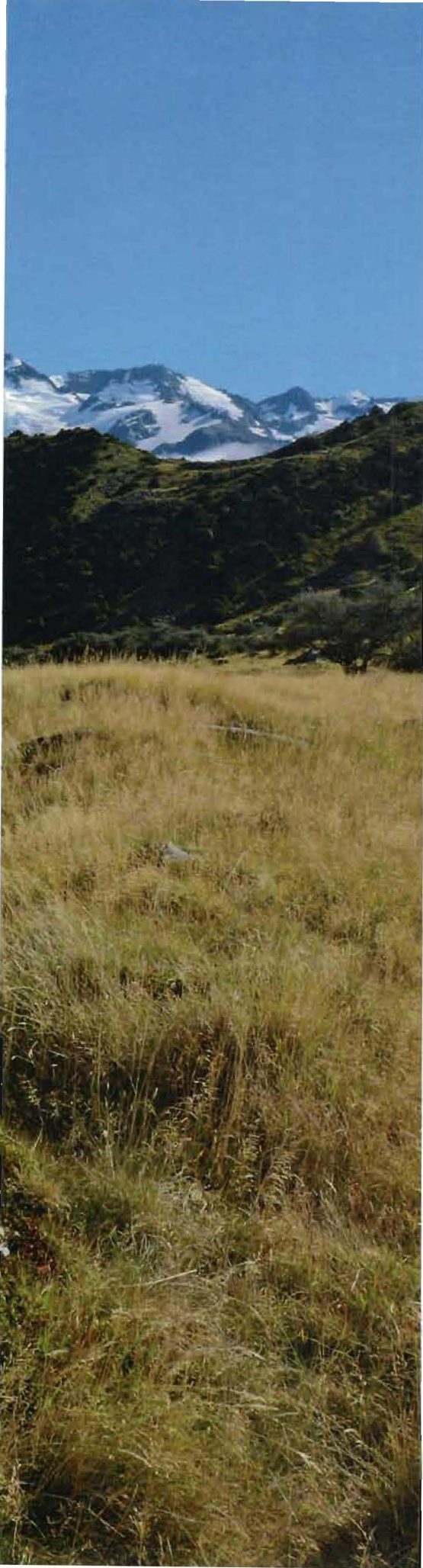
ข้าวกลั่นน้ำอบควันเทียนหอมๆ ข้าวแช่เย็นๆ ความสวยงามพิธีพิถีธัณและเรื่องน่ารู้จากเจ้าของร้านรุ่นเยาว์ ทำให้การมาถึงลำพูนี้คุ้มค้ำ

ร้อนๆ อย่างนี้ ถึงแม้จะต้องฝ่าแดดหน้าเปรี้ยวๆ มากินก็ยอม <math>\llcorner</math>









# Middle Earth

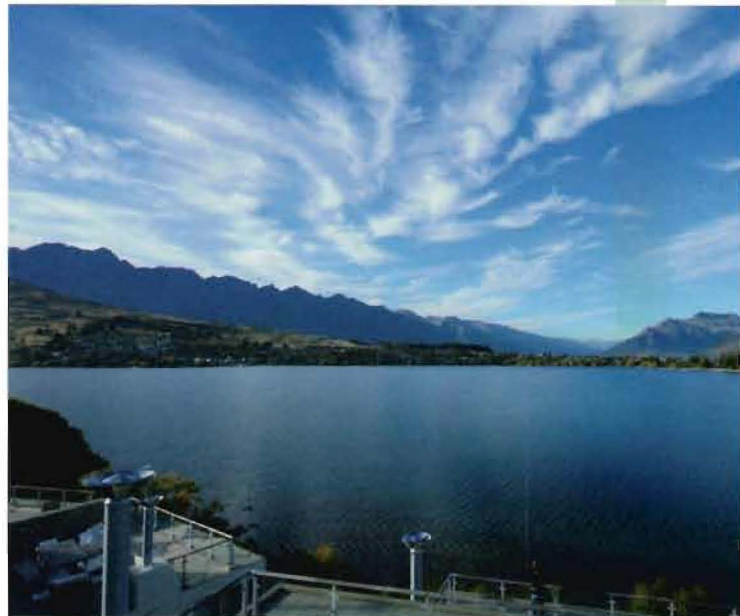
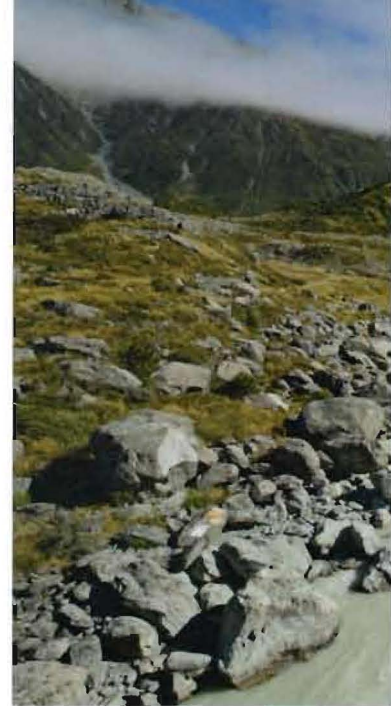
## พจนานุกรมไม้สุดท้ายของโลก

คุณผู้อ่านเคยรู้สึกอยากจะทำตัวเองหนีไปจนสุดขอบโลกกันบ้างไหมคะ ให้ไกลที่สุดเท่าที่ กำลังกายและกำลังทรัพย์จะนำพาเราไปได้ เคยกันบ้างไหมที่อยากจะหลบหนีไปจากวิถี ชีวิตเดิมๆ เลี่ยงเคาะคีย์บอร์ดคอมพิวเตอร์ เลี่ยงโทรศัพท์ที่ตั้งันตามติดทุกฝีก้าวประหนึ่ง เครื่องมือเรียกทาส เลี่ยงกรรไกรของเจ้านายหรือลูกค้าเวลาที่ไม่ได้ตั้งใจ ความวุ่นวายที่ รุมเร้าตัวเราในทุกวันจนแทบอยากจะทำอะไรออกมาเป็นภาษาสวาฮิลี (แต่บังเอิญพูด ไม่ได้นี่สิ แหม...น่าเสียดาย)

นั่นสินะ...ความรู้สึกที่เหมือนประหนึ่งร่างกายจะแตกเป็นเสี่ยงๆ คงเป็นสิ่งที่มนุษย์งานทุก คนคุ้นเคยเป็นอย่างดี แล้วจะทำยังไงดีล่ะ จะลาออกจากงานมานั่งๆ นอนๆ อยู่ที่บ้านก็ ดูจะสร้างความลำบากให้กับบุพการีจนเกินไป สิ่งทีพอจะปลอบประโลมใจบรรดาเหล่านัก ล่าเงินเดือนได้บ้างคงมีเพียงไม่กี่อย่าง สำหรับฉันการมีวันลาพักร้อนยาวเป็นสิ่ง จรรโลงใจและช่วยชุบชีวิต ชาร์จพลังให้เต็มเปี่ยมพร้อมกลับมาวิ่งแข่งกับนาฬิกา การทำงานได้เป็นอย่างดี

ฉันเป็นผู้รักการเดินทาง ไม่ว่าจะใกล้หรือไกลขอให้ได้ไป ตอนเด็กๆ แม้ถึงกับถามว่าผีบ้าน ผีเรือนบ้านเราทำนุดมากหรือลูก ถึงร้อนที่อยู่บ้านไม่ได้เลย...ฯฯ ฉันเองคิดหาคำตอบให้แม่ ไม่ได้สักทีว่าทำไมนะ ใครชวนไปไหนก็อยากไปซะหมด แต่ตอนนี้โตขึ้นมากเลยพอจะหา คำตอบให้แม่ได้แล้ว ฉันรู้ตัวว่าเป็นคนที่ไม่ได้เก่งกาจอะไร อ่อนแอก็เท่านั้น มีกะลาใบใหญ่ ครอบหัวอยู่อีกต่างหาก จึงต้องออกเดินทางเพื่อใช้ประสบการณ์จากการได้เห็น สัมผัส และรู้สึกถึงสิ่งต่างๆ รอบตัวในสถานที่ที่แตกต่างจากความคุ้นเคยเอามาเป็นเครื่องมือ ช่วยจัดกะลาบนหัวให้เปิดกว้างขึ้นมาอีกสักนิด ใช้สถานที่ ประสบการณ์ใหม่ๆ และการ เอาตัวรอดในสถานการณ์ต่างๆ บังคับตัวเองให้เข้มแข็งขึ้น กล้าออกไปสู่โลกกว้างเพื่อที่ จะปกป้องและช่วยเหลือคนอื่น เริ่มเรียนรู้ว่าเราเป็นมนุษย์ตัวเล็กๆ ไม่ได้ดีเด่นหรือ ยิ่งใหญ่ รู้จักที่จะถ่อมตน เข้าใจถึงขีดจำกัดของตนเอง สัมผัสประสบการณ์ความท้อแท้ การสิ้นหวัง การบาดเจ็บ และที่สำคัญที่สุดฉันได้รู้ว่าตัวฉันคือใคร ทำอะไรได้มากน้อย แค่ไหน ต้องพึ่งพาคนอื่นในเรื่องใดบ้าง คนอื่นต้องพึ่งฉันในเรื่องใดบ้าง เมื่อได้เข้าใจและ รู้ซึ่งเรื่องเหล่านี้แล้ว เราจะยอมรับและอยู่กับตนเองได้อย่างสงบสุข แล้วคุณล่ะ..เห็นด้วย กับฉันบ้างไหม





โบนัสออกคราวนี้ฉันคิดแผนการใหญ่ให้ตัวเองด้วยความที่อยากไปไกลให้ถึงสุดขอบโลกแบบไกลผู้ไกลคนกันไปเลย เรื่องราวเหล่านี้จึงได้เกิดขึ้น เก็บข้าวของแล้วตามฉันมาเราจะออกเดินทางไปด้วยกัน เข้มทิศจะนำทางมุ่งหน้าสู่ดินแดนทางใต้แสนใต้ของโลกอันสุขสงบสี่เขี้ยวขจีแห่งนี้ ดินแดนแห่ง “Middle Earth” ที่ชื่อว่านิวซีแลนด์

ฉันเลือกที่จะไปยังเกาะใต้ของนิวซีแลนด์เพียงเกาะเดียวเพื่อจะได้ใช้เวลาที่มีอยู่น้อยนิดดื่มด่ำกับธรรมชาติ ชื่นชมเมืองและอาหารทะเลอร่อยๆ ได้เต็มที่ มาเยือนเกาะใต้ทั้งที่ก็ต้องแวะไปเดินป่าขึ้นเขา ณ ภูเขาเมาท์คูก (Mount Cook) ที่สูงที่สุดของนิวซีแลนด์กันสักหน่อย

ยอดเขาลูกนี้ตั้งอยู่ที่อุทยานแห่งชาติอาโอรากิ “Aoraki / Mount Cook National Park” ใครที่ชื่นชอบการเดินป่าชมธรรมชาติอันตระการตา งานปีนเขาลูกนี้ต้องมาเลยทีเดียว พลาดไปเสียใจมากแน่ เส้นทางศึกษาธรรมชาติและทางเดินป่า มีหลายเส้นทาง แบ่งระดับตามความยากง่าย

ความใกล้ไกล และระยะเวลาที่ใช้เดิน ก่อนออกเดินทางไม่ว่าจะเป็นเส้นทางใดควรปรึกษาเจ้าหน้าที่อุทยานก่อนทุกครั้งว่าเส้นทางไหนเป็นอย่างไร ลำบากยากแค้นหรือว่าสองข้างทางมีอะไรให้ดูบ้าง จะได้เป็นการประเมินกำลังกายและกำลังขาของตัวเองก่อนเดินจริง

ส่วนตัวฉันเลือกเส้นทางที่ไม่ไกลมากนัก เดินไปกลับทั้งหมดแค่สิบกิโลเมตรจิบๆ (เทรล) ผ่านวิวทิวทัศน์อันสวยงามมากมาย ระหว่างเส้นทางเดินป่าได้รับการบำรุงรักษาและจัดเตรียมอย่างปลอดภัยดีเยี่ยมในทุกหลืบ ซอก ล้ำธาร ทางชัน และโขดหิน อุทยานแห่งชาติของนิวซีแลนด์ทำหน้าที่ได้อย่างไม่มีที่ติ ในช่วงเดือนที่ฉันไปยังยังสามารถเห็นหิมะบนยอดเขาและธารน้ำแข็งได้นิดหน่อย ท้องฟ้าเปิดเป็นสีฟ้าเจิดจ้าเหมาะกับการถ่ายรูปมากๆ ขอแนะนำสำคัญสำหรับการเดินป่าที่นี้คือต้องเตรียมอาหารและเครื่องดื่มไปเองเท่านั้น เพราะไม่มีการขายขนมมเนยตลอดทางแบบประเทศเรานะจ๊ะ เราต้องเตรียมตัวให้พร้อมและต้องเก็บขยะทุกอย่างของเราออกมาจะได้เหลือของสวยงามๆ ไว้ให้ลูกหลานชื่นชมต่อไปในอนาคต

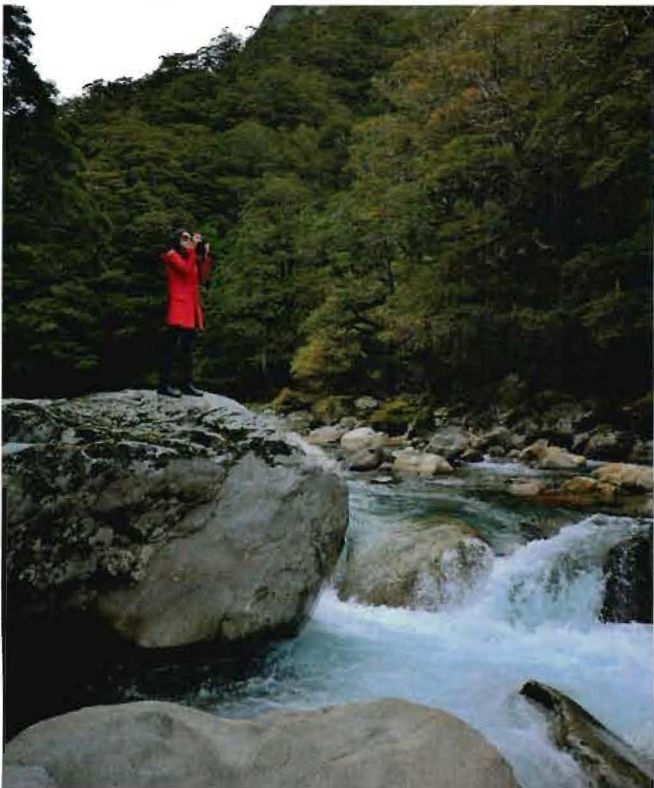




นอกจากภูเขาที่มาแวะเที่ยวเมืองสวยอย่างควีนส์ทาวน์ (Queenstown) เมืองนี้น่ารักและคึกคักไปด้วยผู้คนเต็มไปด้วยกิจกรรมมันๆ อาทิ ขับจี้มπίลกี เรือเร็ว เครื่องร่อนพาราไกลด์ดิ้ง หรือจะดั่งพสุธา มิให้เลือกลงเลือกทำเยอะเยอะไปหมด หรือชอบแบบแชะชิมช้อป ที่นี่ก็เหมาะมากๆ ร้านเด่นร้านดังประจำเมืองอาหารอร่อยต้องร้าน “Fishbone Bar & Grill” (7 Beach Street, Queenstown, New Zealand Tel: +64 3 442 6768) เสิร์ฟอาหารทะเลหลากหลายชนิดปรุงโดยพ่อครัวฝีมือเยี่ยมที่ได้รับคำชื่นชมจากสำนักท่องเที่ยวมากมาย เป็นอาหารที่ปรุงอย่างประณีตบรรจงรสชาติอร่อยจนหยุดไม่ได้ ฉันทเองทะเล็มจนเหลือแต่ก้างปลาสมชื่อร้านจริงๆ อิ่มอร่อยกับอาหารควแล้วก็ต้องมาต่ออาหารหวานกันบ้าง แนะนำสุดๆ ร้านนี้เลย “Patagonia Chocolates” (Lakefront, 50 Beach Street, Queenstown, 9300 Tel: (+64) 03 442 9066) ก่อตั้งที่แรก ณ เมืองแอร์โรว์ทาวน์ (Arrowtown) ชายดิบชายดิจนขยายสาขามาตั้งที่เมืองควีนส์ทาวน์ ด้วยคุณภาพของช็อกโกแลตชั้นเลิศที่คัดสรรมาอย่างบรรจง กาแฟรสเลิศ และไอศกรีมชั้นดีที่อร่อยระดับลิ้มโลก (หลายเสียงใน [tripadvisor.com](http://tripadvisor.com) บอกว่าเป็นไอศกรีมที่ดีที่สุดในที่ที่เคยกินมา - ระดับนั้นเลยนะ) พร้อมทั้งตั้งสวยงามน่ารักริมทะเลสาบ ทำให้ไม่ควรพลาดการแวะชิมแวะแช็กอินที่ร้านนี้ด้วยประการทั้งปวง



ถัดจากเมืองควีนส์ทาวน์ไปอีกหน่อยคือเมืองเตอานาวัว (Te Anau) เมืองเล็กขนาดกะทัดรัดริมทะเลสาบเตอานาวัวซึ่งเป็นทะเลสาบที่ใหญ่ที่สุดบนเกาะใต้ และเป็นฐานที่มั่นอันเหมาะสมในการไปเที่ยวผจญภัยที่มิลฟอร์ดซาวนด์ (Milford Sound) แหล่งท่องเที่ยวยอดนิยมของนิวซีแลนด์ตั้งอยู่ในอุทยานแห่งชาติฟยอร์ดแลนด์ (Fiordland National Park) อันเกิดจากการกัดเซาะของธารน้ำแข็ง (Glacier) เกิดเป็นฟยอร์ดขนาดใหญ่ยาว 15 กิโลเมตรเข้าในแผ่นดินติดทะเลทาสมัน (Tasman Sea) เกิดทัศนียภาพสวยงามทั้งสองฝั่งของแผ่นดินทั้งน้ำตกโบเวน (Bowen Falls) น้ำตกสเตอร์ริง (Stirling Falls) ยอดเขามิทรี (Mitre Peak) ได้เห็นทั้งแม่น้ำ ปลาโลมา ไฮไลต์ของการเดินทาง ยิ่งเมื่อเรื่อนำเที่ยวขับเข้าไปใกล้ น้ำตกละอองน้ำเข้ากระทบหน้ามันช่างสดชื่นเบิกบานประดุจน้ำทิพย์จากสวรรค์หลั่งมาขโมยจิตใจให้ผ่อนคลาย แถมบริเวณมิลฟอร์ดซาวนด์นี้ยังเป็นสถานที่ถ่ายทำของหนังดังเดอะลอร์ดออฟเดอะริงส์ (The Lord of the Ring) ฉากป่า Fangorn ด้วยนะ เพื่อความฟินของแฟนพันธุ์แท้หนังเรื่องนี้อย่าลืมทำการบ้านหาพิกัดแล้วไปสัมผัสสถานที่จริงกันด้วยนะจ๊ะ สุดท้ายขอแถมที่เที่ยวยุคสุดแสนพิเศษของเมืองเตอานาวัวที่ไม่ควรพลาดอีกหนึ่งแห่ง นั่นคือ ถ้ำหนอนเรืองแสงแห่งเตอานาวัว (Te Anau Glowworm Caves) ถ้ำสวยงามแปลกตาโด่งดังเป็นอันดับต้นๆ ของโลก ผู้มาเยี่ยมชมจะได้สัมผัสกับสิ่งมีชีวิตขนาดเล็กจิ๋วที่ปล่อยแสงสวยงามได้เหมือนหิ่งห้อย ยิ่งเข้าไปในถ้ำลึกอันมืดมิดแล้วได้เห็นหนอนเหล่านี้ปล่อยแสงสว่างพร้อมกันเป็นพันเป็นหมื่นตัวมันช่างสวยงามมากมาย ผู้มาเยือนทุกคนล้วนหลงไหลเคลิบเคลิ้มดังถูกสะกดจิต เหมือนหลุดมาอยู่อีกมิติที่มีเพียงแต่ตัวเราและดาวอีกนับพันดวงเลยทีเดียว เมื่อได้เห็นและสัมผัสจะประทับใจจนลืมไม่ลงจริงๆ







และถ้าคุณๆ ท่านใดรักเมนูหอยแมลงภู่นิวซีแลนด์ (new zealand mussel) ต้องไม่ลืมจัดทริปขับรถแวะไปร้านผู้เชี่ยวชาญด้านหอยแมลงภูในเขตมาร์ลโบโรห์ (marlborough) อย่างร้าน “mussel pot” (73 main road, havelock, marlborough, new zealand Tel: +64 3 574 2824) มีหอยแมลงภูปรุงแบบต่างๆ ให้รับประทานกันอย่างจุใจ ทั้งนี้ ย่าง ทอด ร่มควัน และซูป อร่อยและสดใหม่จากท้องทะเล ที่สำคัญคือหอยมันใหญ่มาก มาถึงถึงทั้งที่จัดไปอย่าให้เสีย บอกเลยว่าสมใจอยากแน่นอน

เกาะใต้นิวซีแลนด์แห่งนี้มีสถานที่ท่องเที่ยวมากมาย ถนนหนทางดีเยี่ยม ขับรถไม่ยาก อาหารการกินไม่ลำบาก การดูแลอุทยานแห่งชาติและสถานที่ท่องเที่ยวระดับเทพ เหมาะมากสำหรับการมาปลดปล่อยความเครียด ลืมปัญหาที่ลุ่มอยู่บนโต๊ะทำงาน ดัดขาดจากโลกภายนอกมาอยู่ในป่าโนเขาท่ามกลางธรรมชาติอันบริสุทธิ์ ชาร์จแบตเตอรี่ให้เต็มเปี่ยมด้วยอากาศดีๆ อาหารอร่อยและไวน์รสเยี่ยมพร้อมสำหรับวิ่งสู้อีกปีเลยทีเดียวนะ ใครรักการเดินทางใกล้ขีดธรรมชาติแบบนี้ ทริปหน้าใส่เกาะใต้นิวซีแลนด์ไว้ในตารางเลยนะคะ ☺



# Wonderful Pearl Cruise

ล่องสู่น้ำแห่งความสุข...สัมผัสทุกความประทับใจกับ เรือวันเดอร์เพิร์ลเพิร์ล

## "Chaophraya by Candlelight"

โปรแกรมล่องเรือรับประทานอาหารค่ำ  
19.30 - 21.30 น. (ทุกวัน)

ออกเดินทางจากท่าเรือ ริเวอร์ซิตี้ (สีพระยา) เจริญกรุง 24



[www.wonderfulpearl.com](http://www.wonderfulpearl.com)

สำรองที่นั่ง : 0 2861 0255 ต่อ 5 / [rsvn@grandpearlcruise.com](mailto:rsvn@grandpearlcruise.com)

บริษัท แกรนด์เพิร์ล จำกัด 123-125 ซอยเจริญนคร 13 ถนนเจริญนคร

แขวงคลองตันไทร เขตคลองสาน กรุงเทพฯ 10600



Wonderful Pearl Cruise



wonderfulpearlcruise



ID:wonderfulpearl



La Grande Perle

The Grand Palace Restaurant by The Park



สัมผัสบรรยากาศโรแมนติกแม่น้ำเจ้าพระยาในสไตล์โมเดิร์น-คลาสสิกกับอาหารฝรั่งเศสจากเชฟมืออาชีพและวัตถุดิบนำเข้าจากต่างประเทศพร้อมด้วยไวน์ชั้นดีจากทุกมุมโลกเพลิดเพลินกับเสียงดนตรีป๊อปแจ๊สที่มอบความสุขทุกคำกินให้กับคุณ

เปิดบริการทุกวัน @ ศูนย์การค้าริเวอร์ซิตี้ ชั้น 1

โทร. 0 2237 0077 ต่อ 125 / [www.lagrandeperle.com](http://www.lagrandeperle.com)



# Venice

## The Romantic City of Water



### เมืองแห่งความโรแมนติก

เวนิส คำนี้ไม่เพียงแต่มีอิทธิพลสำหรับผู้เขียน เพราะมีเหล่านักเดินทางมาท่องเที่ยวถึงปีละกว่าสามล้านคน ซึ่งต่างมีจุดหมายเดียวกันนั่นคือการได้สัมผัสความงามของเมืองในฝันสุดโรแมนติก เจ้าของฉายา “ราชินีแห่งทะเลอาเดรียตริก” ทริปนี้เราเดินทางโดยรถไฟยูโรสตาร์จากกรุงโรม ใช้เวลาไม่เกินสี่ชั่วโมง พอดีผ่านอุโมงค์พันโค้งน้ำเข้าเขตเวนิส ความเหนื่อยล้าจากการเดินทางของเราแทบหมดไปด้วยภาพบรรยากาศเมืองจากด้านนอก สงสัย

เสียจริงว่าข้างในนั้นจะเป็นอย่างไร เอกลักษณ์เฉพาะตัวของเมืองลอยน้ำนี้คือเกาะเล็กเกาะน้อยที่มีมากถึง 117 เกาะ เชื่อมต่อกันด้วยสะพานกว่า 400 แห่ง มีโบสถ์มากถึง 56 แห่ง โรงละคร 7 โรง พระราชวังเก่าและพิพิธภัณฑ์อีก 4 แห่ง ซึ่งอาจกล่าวได้ว่าโบสถ์และจัตุรัสซานมาร์โค (San Marco) เปรียบเสมือนแลนด์มาร์กหรือใจกลางเมืองของเมืองนี้



where to sleep : ไฮไลต์ของทริปนี้คือโรงแรม 5L แสนโรแมนติก San Clemente Palace Hotel & Resort แห่งนี้เป็นโรงแรมห้าดาวแถมด้วย L ต่อท้ายคือเป็นหนึ่งในโรงแรม Luxury Collection ของโรงแรม St.regis โรงแรมนี้จะเป็นเกาะส่วนตัวซึ่งตั้งอยู่ห่างจากท่าเรือตรงจัตุรัสซานมาร์โคโดยเรือสปีทโบ้ทสีชาวสะอาดตาของโรงแรมใช้เวลาไม่ถึงสิบนาที หัวใจของเราเดินตามจังหวะคลื่นกระทบกายเรือเมื่อยิ่งเข้าใกล้ที่พัก เมื่อมาถึงที่โรงแรมพนักงานเดินต้อนรับเราผ่านสวนสีเขียวร่มรื่น ทะลุไปถึงตัวโรงแรมทรงยุโรปสีส้มออกแดงสวยสะดุดตา ส่วนที่เป็นกิจกรรมต่างๆ แยกออกไป เช่น สระว่ายน้ำ, สนามเทนนิส สนามกอล์ฟเล็กๆ ซึ่งเป็นที่รู้กันว่าโรงแรมในเวนิสที่จะมีสระว่ายน้ำนั้นต้องไม่ธรรมดาจริงๆ เพราะน้ำจัดที่นี่ถือเป็นของมีค่า



ภายในโรงแรมตกแต่งหรูหราในสไตล์ลุลูส์ ให้ความรู้สึกถึงวังโบราณจริงๆ ห้องพักที่เราจองไว้เป็นประเภท mini suite มีขนาดกลางๆ เห็นวิวทะเลโดยรอบ รายละเอียดเครื่องนอนผ้าปูเตียง ปลอกหมอน ผ้าห่มที่ใช้ เป็นผ้าลินินทั้งหมด ซึ่งที่เวนิสมิ้อะเอียดเรื่องงานเย็บมือ ผ้าลินินจะเป็นผ้าที่ราคาสูงที่สุด สูงกว่าผ้าคอตตอน คนโบราณเชื่อว่าหลับสบายเพราะมีความโปร่งระบายลมได้ดี

what to do : แนะนำว่ากิจกรรมที่พลาดไม่ได้หากได้มาเยือนแล้วคือการนั่งเรือกอนโดลา ค่าโดยสารปกติแล้วหนึ่งรอบจะอยู่ที่ 60-70 ยูโร เรือกอนโดลาสามารถขึ้นได้หลายจุดในเวนิส ซึ่งไฮไลต์สำคัญของการนั่งเรือกอนโดลาก็คือล่องมาออกคลองใหญ่ที่ผ่ากลางเมืองเวนิส ซึ่งมีชื่อว่า Grand Canal ได้บรรยากาศไปอีกแบบตอนนั่งลอดจากสะพานหนึ่งไปยังอีกสะพานหนึ่ง มองดูผู้คนเดินไปมา

หรือเช้าๆ หากมีเวลาออกไปเดินเล่นตลาด Rialto Market ที่นี่จะมีของทะเลสดๆ ไม่ว่าจะเป็นปู ปลา กุ้งหอย และผัก ผลไม้ต่างๆ มากมาย หัวอาร์ติโชคแบบที่ปลอกแล้วหั่นหัวไม่ถึงหนึ่งร้อยบาท เอาอย่างทำใส่สลัดทานกับน้ำสลัดเวเนเกตรสอมเปรี้ยวหอมกลิ่นใบไทม์ อร่อยอย่าบอกใครที่มาแล้วจะต้องซื้อชิมเรื่อยไปทุกครั้งคือลูกมะเขือเทศพันธุ์ต่างๆ ของที่อิตาลีประเทศนี้ขึ้นชื่อเรื่องของสที่ทำจากมะเขือเทศ เพราะผลมะเขือเทศของเขามีรสชาติจัดจ้านเมื่อสุกพอดี แต่ละชนิดก็จะมีรสชาติต่างๆ กันไป ลูกเล็กๆ กลมๆ ห้อยเป็นพวงเหมือนองุ่นรสชาติจะจัดเหมาะสำหรับมาใส่ทานสดในสลัด แต่ถ้าลูกยาวๆ ทรงเหมือนระฆังคว่ำ เหนียวมลอกเปลือกเอา มาทำซอสมะเขือเทศที่ทานกับพาสต้า





ถือว่าเราโชคดีนัก วันที่เดินทางมาเป็นวันเทศกาล the redentore ซึ่งเป็นเทศกาลใหญ่ที่จัดขึ้นในวันอาทิตย์ที่สามของเดือนกรกฎาคมของทุกปี เฉลิมฉลองให้กับการยุติโรคระบาดในปี ค.ศ.1576 ซึ่งได้คร่าชีวิตผู้คนไปถึงห้าหมื่นคน บรรยากาศภายในเมืองเวนิสช่วงนี้จะคึกคักเป็นพิเศษ ตั้งแต่วันเสาร์ ผู้คนจะเดินทางมาเมืองเวนิสทางเรือจ้างบ้าง เรือของตัวเองบ้าง มากันกลุ่มใหญ่ จับจองที่เต็มพื้นน้ำรอบบริเวณอ่าวหน้าโบสถ์ ซานมาร์โค หันไปทางเกาะลิโด ร้องรำทำเพลงและดื่มกินบรรยากาศ สนุกสนานอย่างเต็มที่ พอถึงเวลาประมาณสี่ทุ่ม พลุเฉลิมฉลองใหญ่จะถูกจุดขึ้นสวยงามและยาวนานตลอดหนึ่งชั่วโมง เสียงพลุ ลูกไฟบนอากาศ ลีลนต่างๆ เสียงโห่ร้องตะโกนของผู้คน และบรรยากาศ ที่เรามองผ่านจากโรงแรมชดเหมือนมองจากจอถวหน้าขนาดใกล้ น่าจดจำและยังประทับใจเมื่อนึกถึงทุกครั้ง



where to eat : ostaria antico dolo ร้านนี้เป็นร้านที่คนท้องถิ่นแนะนำมา อยู่ใกล้สะพาน rialto bridge ในเวนิสใกล้ฝั่งตลาดผลไม้ ตอนเช้า ทางเข้าร้านเล็กและแคบต้องสังเกตุให้ดี ร้านนี้จะขายอาหารพื้นเมือง venetian food พวกอาหารทะเล พาสต้าต่างๆ เมนูที่ชิมแล้วชอบจานแรกเป็น "mixed appetizer" เสิร์ฟมาหน้าตาธรรมๆ มีกุ้ง หอยปูปลา ที่เป็นของพื้นเมือง ที่ชอบมากคือกุ้งตัวเล็กของที่นี่ สดและหวานมาก ที่อร่อยไม่แพ้กันคือ "black ink risotto" เป็นข้าวของอิตาลีที่ใช้วิธีหุงแบบให้ความร้อนบนกระทะและเติมน้ำซุปลึ้นน้อย ผสมกับหมึกดำของปลาหมึกจนสุกกำลังดีแล้วใส่ชีสพาร์เมซานลงไปเยอะๆ ตอนจบ ด้วยความที่รสชาติของอาหารทะเลที่นี่สดและมีกลิ่นทะเลชัดเจน อาหารทะเลทุกจานมันอร่อยแบบไม่สามารถเลียนแบบได้



นอกจากร้านนี้แล้ว ทริปนี้ผู้เขียนเดินทางมาจากกรุงโรมซึ่งเป็นเมืองที่มีร้านอาหารดังอยู่หลายร้านแต่มีร้านมิชลินสตาร์ 3 ดาว เพียงร้านเดียวเท่านั้นคือร้าน la pergola ร้านตั้งอยู่ที่ตาดฟ้าชั้น 9 ในโรงแรม rome cavalieri บนเขาทางด้านฝั่งวาติกัน ความดังของร้านนี้เป็นเพราะเชฟคนเก่งคุณ Heinz Beck ที่ทำให้ร้านนี้เป็นร้านเดียวในโรมที่ได้รางวัลมิชลินสตาร์ 3 ดาว มาโดยตลอด ตัวร้านมีทั้งส่วนที่เป็นภายในและภายนอก แต่ที่หยุดหัวใจไว้ชั่วขณะคือเมื่อพนักงานเดินพาเข้าไปที่โต๊ะ วิวที่เห็นด้านหน้าเป็นวิวโดมของวิหารเซนต์ปีเตอร์ส (st. peter's) งดงามเกินบรรยาย และจากมุมที่นี้ก็สามารถมองเห็นกรุงโรมจากที่สูงได้ทั่วเมือง ที่นี้กวาดสายตามองรอบๆ อุปกรณ์สวยงาม สมมาตฐานร้านมิชลินสตาร์ 3 ดาวควรจะต้องมีอีกทั้งไวน์ลิสต์ยังมีเยอะมากจนได้รับรางวัล grand award จาก wine spectator





มาถึงคอร์สเมนูเลือกได้ว่าจะรับเป็น 6 หรือ 9 คอร์ส เปิดตัวด้วยจาน complimentary จากเชฟ เป็นสี่ส้มผัสเปรี้ยวจากมะเขือ อุ้มนจากของทอด เย็นจากเทอร์ริน และหวานจากซอสบัลซามิก คอร์สจานแรกคือ "terrine of duck foie gras with watermelon salad and balsamic vinegar ice crush" รสชาติสุดจะบรรยาย ได้เทอร์รินจากตับเป็ด เข้ากับแตงโมเย็นๆ แล้วมีผงของน้ำส้มสายชูบัลซามิก ใช้เทคนิคทำให้บัลซามิกเป็นผงละลายง่าย พอรวมกันในปากรสชาติไม่มีที่ติเลย จานต่อมา เป็น "ravioli seafood" ใส่ผักรสชาติดี แป้งรสชาตินุ่มนวลลูกกำลังดี หอมผักก้านโนและกลืนซอสอาหารทะเล ด้านนอกกลมกล่อมเข้ากันมาก

คอร์สที่สามเป็น "turbot and red prawns on lentil soup with basil" จานนี้รสชาติถูกใจผู้เขียนน้อยที่สุดในบรรดาทุกคอร์ส ด้วยความที่ไม่ได้ชอบถั่วเลนทิลอยู่แล้ว คอร์สที่สี่ "cndspy red mullet with summer herbs" เป็นแป้งห่อด้วยปลาคล้ายปลากะบอกพร้อมเครื่องเทศ เนื้อปลาสดมาก แต่จานที่ชอบมากที่สุดคือเมนูนกพิราบ "oven baked pegeon" เสิร์ฟมากับแครอทบดละเอียดปรุงรส จานนี้ตอนเปิดถาดมาแอบตกใจ เพราะว่าขนาดของนกพิราบที่ใช้ตัวใหญ่และเนื้อเยอะมาก ถึงแม้ว่าเนื้อจะเยอะแต่ก็ปรุงมาได้เป็นอย่างดี ไม่มีความเหนียวหรือกลิ่นใดๆ พนักงานจะเดินมาเปิดให้ดูนกที่อบเสร็จแล้ว และแล้วข้างๆโต๊ะเสิร์ฟมาเป็นชิ้นพร้อมทาน แต่ส่วนตัวติดเข้ากับเนื้อน้อง เชฟนำเข้าไปเลาะเนื้อออกและปรุงใหม่ รสชาติคล้ายสตอร์รี่อีกแบบหนึ่ง

ส่วนอีกจานที่ชอบมากไม่แพ้กันเป็น "suckling pig's cheek with curly endive, burrata and chilli flavoured popped rice" จานนี้หน้าตา

ธรรมดาแต่พอชิมถึงกับต้องแปลกใจในความนุ่มละลายของเนื้อหมูในปาก แทบไม่ต้องเคี้ยวเลย มีความหอมเพราะใช้เทคนิคการชูด โดยเสิร์ฟกับข้าวอบพองกรอบๆ เพื่อให้ตัดกันกับเนื้อหมูนุ่มๆ แล้วก็ถึงเวลาเมนูของหวานเป็น "grand dessert" ซึ่งจะมีของหวานประมาณ 20 กว่าอย่างได้ มาเป็น tower ที่เป็นลิ้นชักสามชั้น มีสี่ด้าน แต่ละด้านจะมีของหวานต่างๆ กันไป ชิมนิดชิมหน่อยก็เกินคำว่าอึ้งแล้ว นับเป็นประสบการณ์ร้านมิชลินสตาร์ 3 ดาวที่น่าประทับใจจริงๆ

where to drink : al ponte antico hotel  
 อยากจะแนะนำให้มาดื่มกาแฟที่โรงแรมเล็กๆ แห่งนี้ แถวสะพาน rialto ส่วนของห้องอาหารมีระเบียงยื่นออกมาริมน้ำไว้สำหรับนั่งชมวิวมืองเวนิสได้เป็นอย่างดี ที่แนะนำกาแฟร้านนี้เนื่องจากคุณเจ้าของโรงแรมรักแล้วก็นิยมดื่มกาแฟ เรียกว่าเป็นคอกาแฟของแท้เลย เราใช้เวลานั่งคุยเรื่องกาแฟ พันธุ์กาแฟยูนิอัน จนรู้ว่าคนอิตาลีจะดื่มกาแฟใส่นมกันในช่วงเช้า แต่พอหลังบ่ายอย่าได้สั่งกาแฟใส่นมเขียว จะรู้ทันทีว่าไม่ใช่คอกาแฟ หลังบ่ายคนอิตาลีจะดื่มกาแฟดำไม่ว่าจะเป็นเอสเปรสโซ จะชอบแบบน้ำเยอะน้ำน้อยก็แล้วแต่รสนิยม ที่โรงแรมแห่งนี้เขาใช้เครื่องทำกาแฟที่สั่งทำเป็นพิเศษโดยเฉพาะตัวเครื่องทำด้วยทองเหลือง สนนราคาก็คงไม่ต่างจากรถบีเอ็มลักคัน ซึ่งแน่นอนว่าเราไม่พลาดที่จะสั่งกาแฟดำ แล้วมานั่งชมวิวมืองเวนิสยามบ่ายให้เวลาผ่านไปอย่างมีค่าแบบคนอิตาลี ☞





testing



“หลายคนที่เดินทางมาแล้วทั่วโลก  
ลิ้มรสอาหารมาแล้วทั่วทุกทวีป  
กลับพูดเหมือนกันว่า สุดท้ายอาหาร  
ที่ถูกปากที่สุดก็คืออาหารไทยของเรา

---

#### dinning out

เสน่ห์ของของที่นี่คือสัมผัสอาหารแบบชาววัง แต่ใช้วัตถุดิบและเติมความเป็นสากลเข้าไป ทำให้คุณได้สัมผัสอาหารไทยกลิ่นอายชาววังที่แฝงเสน่ห์ของศิลปะสมัยใหม่

#### coffee break

ร้านที่เกิดขึ้นจากความรัก รักในการทำไอศกรีม ทางร้านจึงมีรสชาติแปลกใหม่มาให้ได้ลิ้มลองอยู่เสมอ และด้วยดีกรีหรือดีดเชฟจากโรงแรมโอเรียนเต็ล จึงการันตีความอร่อยได้เป็นอย่างดี กับรสชาติไอศกรีมที่ไม่เน้นหวานจัด แต่ตัวเนื้อสุดเข้มข้น





# Okami Sushi

อร่อยแบบพิวชั่น



คำว่าโอคามิ แปลว่า หมาป่า เป็นเทพเจ้าแห่งหุบเขา ซึ่งแสดงถึงความสมบูรณ์ของป่าคือ ดิน น้ำ ลม และไฟ นี่ก็คือคอนเซ็ปต์สุดท้ายที่ร้านอาหารญี่ปุ่นน้องใหม่แห่งนี้นำมาใช้สร้างความแตกต่างได้อย่างน่าสนใจ โอคามิเป็นร้านอาหารญี่ปุ่นแบบพิวชั่นเจแปนนิสแท้ๆ ด้วยรูปลักษณ์การตกแต่งร้านและอาหารทำให้รู้สึกเหมือนยกของห่อมาไว้ที่นี่ คำว่าพิวชั่นของที่นี่เรียกว่าจัดเต็มความเป็นพิวชั่นจริงๆ ทั้งสไตล์อาหาร รสชาติที่ถูกออกแบบมาให้เข้ากับลิ้นคนไทย และการตกแต่งที่มีลูกเล่นมากมาย อาทิ “okami sashimi & sushi set” ชุดซาซิมิรวมปลาหลากหลายชนิด มาพร้อมกับการใช้น้ำแข็งแห้งเป็นลูกเล่นและยังคงความสดของปลาไว้ได้นาน ตามด้วยอีกหนึ่งจานที่ให้

ความรู้สึกร้อนแรงตั้งไฟกับ “volcano roll” จานนี้มาพร้อมกับไฟตรงกลางที่คุณสามารถนำโรลเนื้อออสเตรเลียมาย่างไฟให้ได้ความสุกตามใจชอบ “miso salmon roll” ก็เป็นอีกหนึ่งเมนูโรลที่เป็นเมนูแนะนำของทางร้าน เพราะเนื้อแซลมอนกับซอสมิโสะจะถูกย่างให้พอสุกเล็กน้อย ได้รับความหอมมันจากแซลมอนและซอส หรือจะเป็นเมนูเย็นๆ ทานง่ายอย่าง “kani salad” สลัดปูนิมร้านนี้ต้องบอกว่าคุณพิเศษอยู่ที่น้ำสลัดงาสูตรพิเศษของทางร้าน ที่แม้แต่ลูกค้ายังต้องขอให้ทักทาย ปิดท้ายด้วยเมนูเฮลตี้อย่างปลาหิมะย่างเกลือ เนื้อปลาคือหิมะสีขาวย่างเกลือให้สุกกำลังดี เนื้อไม่กระด้างทานเปล่าๆ ก็อร่อยเช่นกัน ต้องบอกว่าคุณพลาดไม่ได้เลยกับร้านอาหารญี่ปุ่นดีๆ อย่างนี้ **K**



ชั้น 3 The Crystal SB Ratchapruek  
ถนนราชพฤกษ์ ตำบลบางขุน อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี 11130  
เปิด: 10.30 - 22.00 น.  
โทรศัพท์: 0-2102-5656  
เฟซบุ๊ก: okami sushi  
อินสตาแกรม: okami\_sushi

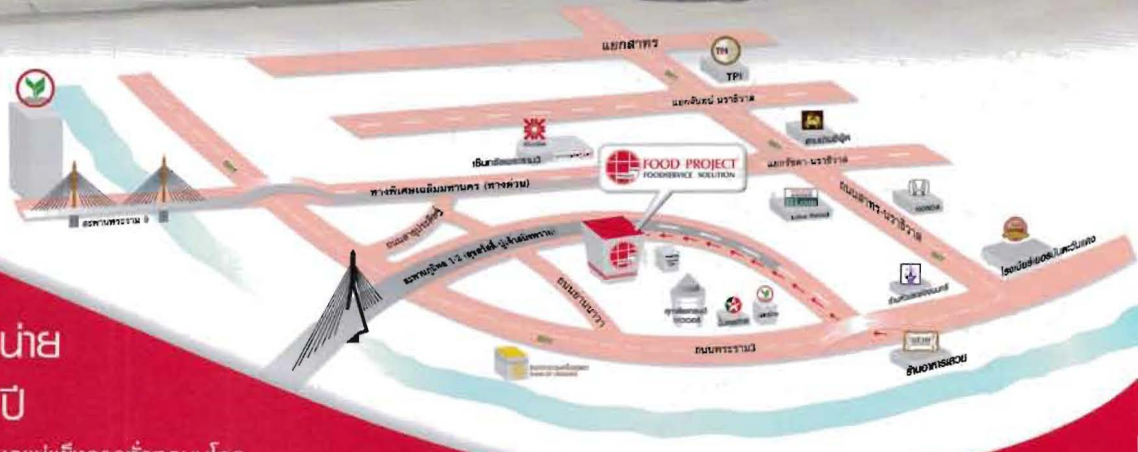




เปิดให้บริการทุกวัน วันจันทร์-วันอาทิตย์ เวลา 8.30-17.30 น.  
\*ปิดรับออเดอร์ 16.30 น.\*



แผนที่ : บริษัท ฟู้ดโปรเจก (สยาม) จำกัด



## บริษัทผู้นำเข้าและจัดจำหน่าย วัตถุดิบอาหาร กว่า 25 ปี

โดยเป็นผู้นำเข้าและจัดจำหน่ายอาหารทะเลแช่แข็งจากทั่วทุกมุมโลก  
ที่ใหญ่ที่สุดในประเทศไทย ทั้งยังเป็นหนึ่งในผู้นำเข้าและจัดจำหน่ายวัตถุดิบอาหารญี่ปุ่น  
ครบวงจรรายใหญ่ รวมถึงวัตถุดิบอาหารพื้นฐานต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นเนื้อวัว เนื้อแกะ พริกและผลไม้แช่แข็ง  
พาสต้า เฟรนช์ฟราย ต้มยำ สิ้นค้าพร้อมทานและสิ้นค้าพร้อมปรุงแช่แข็ง เครื่องปรุงรส รวมถึงสิ้นค้าเบ็ดเตล็ดอื่นๆ  
ดำเนินการภายใต้มาตรฐานการควบคุมคุณภาพสากล GMP และ HACCP  
จึงมั่นใจได้ว่าสิ้นค้าทุกชิ้นสะอาด ปลอดภัย ได้มาตรฐานตรงตามความต้องการของลูกค้าผู้ประกอบการในธุรกิจอาหาร



[www.foodproject.co.th](http://www.foodproject.co.th)



**FOOD PROJECT (SIAM) CO., LTD.**

99/1 ถนนวงแหวนอุตสาหกรรม แขวงช่องนนทรี เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร 10120 Tel. 02-770-8888  
99/1 Wongwaen Utsahakam Road, Chongnonsee, Yannawa, Bangkok 10120 Fax. 02-770-8889





# Idea Dining Celebration

เมื่อเวียนมาถึงเล่มครบรอบอีกครั้ง แน่ใจว่าเราต้องมีร้านสุดพิเศษมาฝากคุณผู้อ่านกัน ฉบับนี้จึงอยากพาทุกท่านไปร่วมเฉลิมฉลองครบรอบ 9 ปี นิตยสารฟู้ดสไตล์ท์กับที่สวยที่สุดของร้านอาหารสไตล์ต่างๆ ที่คุณคาดไม่ถึง



## Tales of Gold Mine

Fanciest Decoration Restaurant

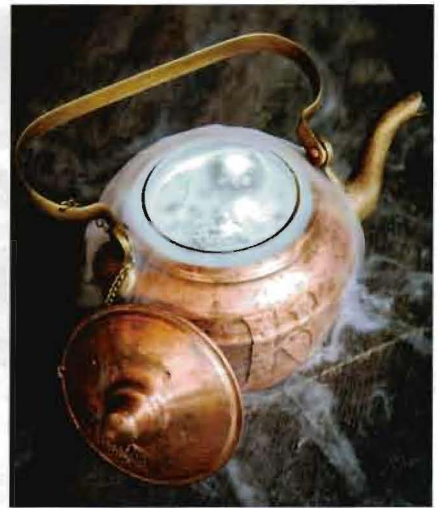
foodstylist  
PICK

แค่เห็นหน้าร้านก็ชวนให้เราอยากเดินเข้าไปสำรวจข้างในเสียจริง tales of gold mine ร้านอาหารสไตล์ conceptual restaurant ที่ทีมงานเดียวกันกับร้าน s'mores ซึ่งไม่ทำให้เราผิดหวังเลย เพราะความสวยงาม มีเสน่ห์แบบที่ใครยากจะลอกเลียนแบบได้ คราวนี้เขาได้ดึงเอาคอนเซ็ปต์ของเมืองทองมาสร้างเป็นเรื่องราวได้อย่างน่าสนใจ ทีมงานเล่าให้เราฟังว่า “เชื้อโหมไอดีเจ๋งๆ บางทีมาจากเรื่องใกล้ตัวเรานี่เอง อย่างร้านนี้เกิดมาจากตอนที่เรากับลูกน้องดูการ์ตูนสุดคลาสสิกเรื่องสโนไวท์ เราจึงบังเอิญเรื่องเมืองขึ้นมา” แต่มันไม่ได้หยุดแค่นั้น จะเป็นเมืองทั้งที่ต้องไม่ธรรมดา เพราะที่ร้านนี้เป็นเมืองแรนในยุคนะ californian gold rush ช่วงปีค.ศ. 1849 ซึ่งตามประวัติศาสตร์แล้ว เป็นปีแรกที่เริ่มมีการขุดเหมืองและคนงานส่วนใหญ่เป็นชาวจีน ทางร้านจึงทำเป็นอาหารจีนแบบฟิวชั่น (chinese fusion) ขึ้นมา บวกกับวิธีการเล่าเรื่องที่แปลกใหม่ทำให้ร้านนี้ดึงดูดความสนใจได้ไม่ยาก

ความประทับใจอย่างแรกตั้งแต่ก้าวแรกที่เข้ามาในร้านคือบรรยากาศที่ลงตัวสมกับชื่อร้าน ราวกับหลุดเข้าไปในเหมืองทองของจริง ตกแต่งในสไตล์ดิบๆ ด้วยการดึงเอาจุดเด่นของเหมืองอย่างไม้และเหล็กเป็นวัสดุหลัก ผันทั้งที่มีการเล่นสีให้เหมือนหินจริง คานไม้ และวางรวมถึงการตกแต่งเล็กๆ น้อยๆ ตั้งแต่เครื่องมือขุดเจาะรถเข็น แม้กระทั่งกรงนกที่สมัยก่อนชาวเหมืองมีผูกติดไว้กับตัวในเวลางาน หากนกตายจะรู้ทันทีว่ากำลังขาดอากาศในบริเวณนั้น จะได้รับหนี้ออกมาทันรายละเอียดเล็กน้อยเหล่านี้ยิ่งทำให้เหมือนนั่งขุดเหมืองกันอยู่จริงๆ ตัวร้านแบ่งเป็นสามโซนสำหรับรับความต้องการของลูกค้าที่แตกต่างกัน เริ่มกันที่โซนกลาง บรรยากาศสบายๆ หรือใครต้องการความเป็นส่วนตัวหน่อยสามารถเลือกเป็นโซนห้อง และถ้าใครต้องการสุดอากาศมีโซนเอาต์ดอร์เช่นกัน แต่ไม่ว่าจะนั่งมุมไหนที่นี่เขาก็ตกแต่งไว้อย่างสวยงาม ถ้ายุโรปได้ทุกมุมจริงๆ







ร้านอาหารสมัยนี้ต้องเป็นมากกว่าร้านอาหาร เพราะมีการแข่งขันกันสูง ทำให้แต่ละร้านต้องสร้างสรรค์ความแปลกใหม่เพื่อดึงดูดลูกค้า tales of gold mine จึงเป็นหนึ่งในตัวอย่างร้านแนว conceptual restaurant ที่เราอยากทำความรู้จัก คุณเนม-นันท์นิชา ฤมยา ผู้ปั้นร้านแห่งนี้พูดคุยกับเราถึงการสร้างร้านให้ฟังว่าตอนแรกเธอทำงานเกี่ยวกับ “brand activation” ได้ทำแบรนด์อยู่หลายงาน ประกอบกับช่วยดูแลร้าน cafe de tu ของสามี เมื่อมีโอกาสเธอจึงได้นำประสบการณ์ที่สั่งสมมาร่วมมือกับเหล่าหุ้นส่วนที่แต่ละท่านมีความสามารถเฉพาะทาง จนออกมาเป็นร้านอาหารแนวไลฟ์สไตล์สุดเจ๋งที่คุณไม่ควรพลาด!

โดยปกติของคนไทยถ้าเราจะทานอาหารจีนก็ต้องไปร้านอาหารจีนจริงจัง แต่หากใครกำลังมองหาความแปลกใหม่กับคอนเซ็ปต์สนุกๆ ที่สอดคล้องกับการตกแต่งของร้าน ที่นี้จะพาคุณย้อนไปชิมอาหารจีนแบบฟิวชั่นสไตล์ new american ช่วงที่คนจีนเดินทางไปชูดทองระหว่างยุคตื่นทองในรัฐแคลิฟอร์เนีย เมนูชิกเนเจอร์ของร้านคือ “หมั่นโถวจีเสิร์ฟพร้อม

อกเปิด” ความแปลกแต่อร่อยตรงที่หมั่นโถวผ่านการจิบนกระทะร้อน ทำให้ได้เนื้อสัมผัสใหม่ๆ เสิร์ฟพร้อมกับโลโก้ให้เลือกถึงสี่อย่าง แต่ที่เราอยากแนะนำคือเนื้อเปิดหมักซอสสูตรพิเศษ เข้ากันอย่างลงตัว ตามด้วยอีกหนึ่งเมนูที่เรียกน้ำย่อยได้อย่างดี “orange chicken salad” อาหารจีนสุดฮอตจากอเมริกา ซอสเปรี้ยวหวานรสชาติเข้มข้นคลุกเคล้ากับไก่ทอดกรอบนอกนุ่มใน ส่วนเมนูที่มีกลิ่นอายแบบไทยๆ ก็มีให้เลือกลิ้มลองเช่นกัน “quinoa salad with salmon” สายสุขภาพน่าจะรู้จักกันดี เพราะให้ความอึดแบบข้าวแต่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ งานนี้ทางร้านนำเสนอรสจัดจ้านแบบไทย คลุกเคล้ามากับสะระแหน่ พริก และหอมแดง เป็นอีกงานที่ให้ความสดชื่นได้ดี ปิดท้ายด้วยของหวานแสนเก๋ “apple crumble cake” แอปเปิ้ลครีมเบิ้ลเสิร์ฟพร้อมกับครีมมะพร้าว และมะพร้าวอบแห้ง เป็นอีกหนึ่งเมนูที่ลงตัวทั้งความละมุน หอมหวาน และเนื้อสัมผัสที่ติดกันขององค์ประกอบ

ใครจะนึกว่าแม้แต่ค็อกเทลทางร้านก็สามารถทำให้เชื่อมโยงกับความเป็นจีนได้ เพราะแทบ

ทุกแก้วมีเบสจากชาจีนต้นตำรับ แถมทางร้านไม่ลืมที่จะยกนำความเป็นจีนใส่ลงไปยังการเสิร์ฟด้วยภาชนะ ทำให้เพียงแค่เห็นก็สร้างความประทับใจได้ เราชาวไทยอยู่เมืองเขตร้อนจึงอยากแนะนำเครื่องดื่มสองตัวที่เพิ่มความสดชื่น เหมาะกับอากาศแบบเขตร้อน “shanghai opium” ค็อกเทลหน้าตาเก๋ไก๋ตัวนี้เหมาะสำหรับคนที่กำลังเรียกหาความสดชื่น เพราะจะได้ความกระปรี้กระเปร่าและกลิ่นหอมด้วยส่วนผสมของน้ำซิงเจิ้ลเจอร์เอลและวอดก้า และอีกตัวที่น่าสนใจเช่นกันคือ “empire of the sun” มีรสหอมหวาน สดชื่น เช่นเดียวกับตัวแรกแต่ต่างกันที่ส่วนผสมจาก chandon brut และ gin

.....  
ชั้น 1 โครงการ Groove@Central world ถนนพระราม 1 เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330  
เปิด: 11.00 - 00.00 น.  
โทรศัพท์: 0-2613-1270  
IG: talesofgoldmine



# Mejico

คำค้นแบบเม็กซิกันขนาดแท้



เม็กซิโกเป็นร้านอาหารสไตล์โมเดิร์น-เม็กซิกันจากซิดนีย์ และที่ประเทศไทยถือเป็นสาขาแรกในเอเชีย แม้จะไม่ใช่อาหารที่คนไทยเรารู้จักมากนัก แต่แท้จริงแล้วอาหารเม็กซิกัน ลักษณะที่คล้ายกับความคุ้นชินของคนไทยคือการทานรสจัดจ้าน อีกทั้งยังมีวิธีจัดสำรับเหมือนอาหารไทย จึงน่าจะเป็นอีกสไตล์ที่เข้ากับคนไทยได้อย่างไม่ยาก ที่นี้คุณจะได้บรรยากาศแบบเป็นกันเองที่มีทั้งโซนเอาต์ดอร์และอินดอร์ บวกกับเด็กลาบาร์ที่บอกได้เลยว่าเป็นแห่งเดียวในประเทศไทยที่ครบวงจร เด็กลาของที่นี่ทำจากอากาศซึ่งปลูกในเขตเดียวที่เม็กซิโกเท่านั้น ทำให้ได้รสชาติที่นุ่มนวลโดดเด่น และมีให้เลือกกว่าร้อยชนิด

ซิกเนเจอร์ที่พลาดไม่ได้ต้องสั่ง “guacamole” กัวโมโมเสคืออะโวคาโดตีบี่ทานคู่กับกล้วยทอด ได้ความหวานมันเข้ากันดี ซึ่งนับเป็นเมนูยอดฮิตของประเทศนี้อีกด้วย ทางร้านจะเสิร์ฟแบบ table side คือทำให้ดูกันสดๆ ตรงนั้น ทำให้คุณได้ความสนุกไปอีกแบบ หรือจะเป็น “chicken and chorizo” ทาโก้เป็นอีกหนึ่งเมนูยอดฮิตที่ใครๆ ก็ต้องรู้จัก โดยสูตรของทางร้านจะเสิร์ฟเป็นแบบนึ่งด้วยการใช้แป้งทอดที่ทานคู่กับไก่ย่าง ถัดจากเมนูเบาๆ แล้วก็ต่อกันที่ “beef short rib” เนื้อริบสุดนุ่มที่เนื้อล่อนออกจากกระดูกโดยง่าย หมักกับบาร์บีคิวซอสแบบสมัยใหม่ที่ผสมผสานรสชาติแบบอเมริกันเข้าไป เคียงมาด้วยหอมแดง บอกเลยว่าเมนูนี้สุดยอดเยี่ยมจริงๆ ปิดท้ายด้วย “peanut cajeta flan” หรือพุดดิ้งถั่ว ราดด้วยคาราเมลซอสนมแพะ ทานคู่กับไอศกรีมมะพร้าวหวานหอมชื่นใจ ดับเบิ้ลความสดชื่นด้วย “feeling groovy” คืออกเทลเบสเติร์กิลผสมกับน้ำแอปเปิ้ลสดชื่นนามอน และวานิลลา <<

ชั้น 2 โครงการ groove@central world ถนนพระราม 1 เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330  
เปิด: 11.00 - 24.00 น.  
โทรศัพท์: 0-2252-6660  
เว็บไซต์: www.mejico.asia





# The Paste

คุณค่าแห่งอาหารไทยชาววัง

เพียงแค่ก้าวเข้ามาในร้าน คุณจะสัมผัสได้ถึง การตกแต่งที่ได้บรรยากาศร่วมสมัย แต่ยังคงความธรรมชาติด้วยการใช้วัสดุไม้ และบรรยากาศที่โล่งสบาย เส้นท่อนของที่นี่คือสัมผัสอาหารแบบชาววัง แต่ใช้วัตถุดิบและเติมความเป็นสากลเข้าไป ทำให้คุณสามารถสัมผัสอาหารไทยกลิ่นอายชาววังที่แฝงเสน่ห์ของศิลปะสมัยใหม่ ซึ่งเน้นลำดับของรสชาติที่ต้องเรียงกันและเสริมกันได้อย่างดี โดยเชฟผู้เต็มเปี่ยมไปด้วยพลังและความคิดสร้างสรรค์ คุณเจสัน โบลิย์ และบี-บงกช สระทองอุ่น คู่สามีภรรยาผู้มีประสบการณ์ในอาหารเอเชียกว่า 20 ปี

แน่นอนว่าอาหารแบบชาววังต้องเริ่มต้นด้วยเมนูเรียกน้ำย่อย “กุ้งเสียบผัดหวานชมพู” ซึ่งก็คือม้าหอนั่นเอง แต่ความพิเศษของที่นี่คือเสิร์ฟผาบานชมพูและเป็นจานต้อนรับที่ทุกโต๊ะจะได้รับฟรี ส่วน “แสร้งว่ากุ้งเผา” จานนี้ต้องบอกว่าเรียกน้ำย่อยได้ดี เพราะรสน้ำยำออกเปรี้ยวและยังมีดอกไม้ในจานที่ชวนให้น้ำลายสอ หรือจะลองเป็น “หน้าตั้งแขก” ความสำคัญของจานนี้อยู่ที่ความเข้มข้นของรสชาติ ด้วยการใส่เครื่องเทศหลากหลายชนิด ถัดจากออเดิร์ฟแล้ว ตามต่อกันด้วยเมนูหลัก “ยำปลาแซลมอนรมควันใส่หัวปลีกับใบบัวบก” การรมควันของที่นี่ใช้กลิ่นของเครื่องเทศในการรมควันด้วย ทำให้ได้กลิ่นหอมและสัมผัสพิเศษ แต่ไฮไลต์ที่ไม่กล่าวถึงไม่ได้ขอยกให้ “แกงปักซี่ได้กับปลาประจักษ์วัน” เครื่องแกงปักซี่ได้ รสจัดจ้านผัดกับกะทิจนแตกมัน ทานคู่กับปลาประจักษ์วันซึ่งทางร้านจะทอดมาเหลืองกรอบนำทาน ต้องบอกว่าใครเป็นแฟนอาหารไทยพลาดไม่ได้กับอาหารระดับคุณภาพแบบนี้ <img alt="Interior view of The Paste restaurant showing a modern dining area with tables, chairs, and a bar area." data-bbox="458 58 982 302"/>



ชั้น 3 ศูนย์การค้าเกษร 999 ถนนเพลินจิต  
แขวงลุมพินี เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330  
เปิด: 12.00 - 14.00 น. และ 18.30 - 24.00 น.  
โทรศัพท์: 0-2656-1003  
เว็บไซต์: [www.paste-gaysorn.com](http://www.paste-gaysorn.com)



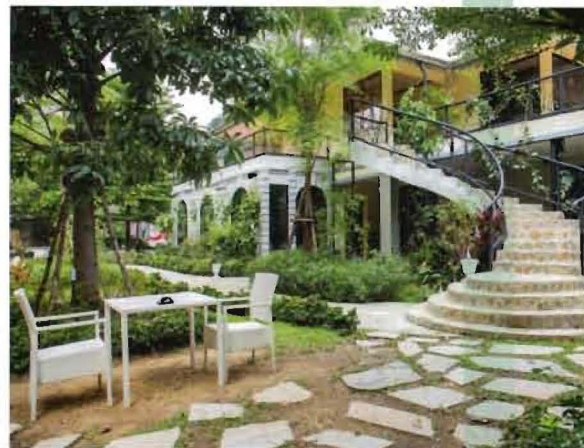
# The Garden of Dinsor Palace

อุทยานภายในสวนกลางเมือง

ใครผ่านไปผ่านมาแถวนี้ น่าจะคุ้นหูกับบ้างกับ “วังดินสอ” วังเก่าที่มีอายุกว่า 100 ปี ตั้งแต่สมัยรัชกาลที่ 5 แห่งนี้ ที่นี้ถูกพัฒนาเป็นร้านอาหารสไตล์โมเดิร์นแต่ยังแฝงความคลาสสิกไว้ ด้วยบรรยากาศสบายๆ ของสวนที่ล้อมรอบอยู่ มุมผักออแกนิกที่ทางร้านปลูกเองและนำมาปรุงให้ลูกค้า และยังมียกยุงพันธุ์สีขาวยาวสองตัวที่คอยหยอกล้อกันชวนให้มองเป็นดาราเด่นของร้าน นอกจากนี้บรรยากาศดีแล้วอาหารยังได้รับการรังสรรค์จากเชฟที่มีดีกรีชนะในการแข่งขันรายการเชฟกระทะเหล็กมาแล้ว สามารถมาจิบกาแฟและเบเกอรี่ในช่วงเช้า หรือจะทานอาหารสไตล์อเมริกันก็ได้ตั้งแต่หลัง 11.00 น.

มาถึงที่นี่ต้องเริ่มต้นด้วยความสดชื่นกับ “perfuma de rose” น้ำลิ้นจี่ผสมกับราสป์เบอร์รี่ผสมกับโซดา สดชื่นและได้กลิ่น

หอมจากมินต์จากนั้นต่อกันที่จานหลัก “espresso bbq pork ribs” จุดเด่นคือซอสบาร์บีคิวโฮมเมดและเป็นเมนูขายดีของร้าน อีกทั้งความนุ่มของตัวริบที่หมักข้ามคืนไว้ หรือจะลองเป็น “crispy skinned salmon & salt cod brandade cake” ตัวแซลมอนหนึ่งกรอบแต่เนื้อยังฉ่ำอยู่ ยังไม่หมดเพียงเท่านี้ เพราะด้านล่างเป็นเนื้อปลาที่ผสมกับแป้งทำให้ได้เนื้อสัมผัสอีกแบบ ราวด้วยครีมซอสต้องบอกว่าอร่อยจริงๆ แต่ที่น่าสนใจไม่แพ้กันคือ “duck confit & crispy waffle” เบ็ดเนื้อนุ่มและออกได้ง่าย เสิร์ฟคู่กับน้ำเชื่อมเมเปิ้ลรสหวานน้อยเหมาะสำหรับทานกับอาหารคาว ทานคู่กับวaffle ปิดท้ายด้วย “peanut butter, toffee & chocolate mercury cake” เค้กเนยถั่วราดซอสช็อกโกแลตซึ่งระหว่างชั้นเป็นเมอแรงก์ซึ่งเชฟทำออกมาได้อย่างลงตัวไม่หวานจนเกินไป ☞



121/72 ระหว่าง ลุมวิท 59 และ 61 แขวงคลองตันเหนือ  
เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110  
เปิด: 8.00 - 23.00 น. (อาหารคาวเปิดตั้งแต่ 11.30 น.)  
โทรศัพท์: 0-2714-2112  
เว็บไซต์: [www.thegardenspalace.com](http://www.thegardenspalace.com)



ชื่อ  
แบบ 1

5,900

\*1,500 W

\*26,000 รอบ/นาที



มีอะไหล่บริการ เรททุกชิ้น.....

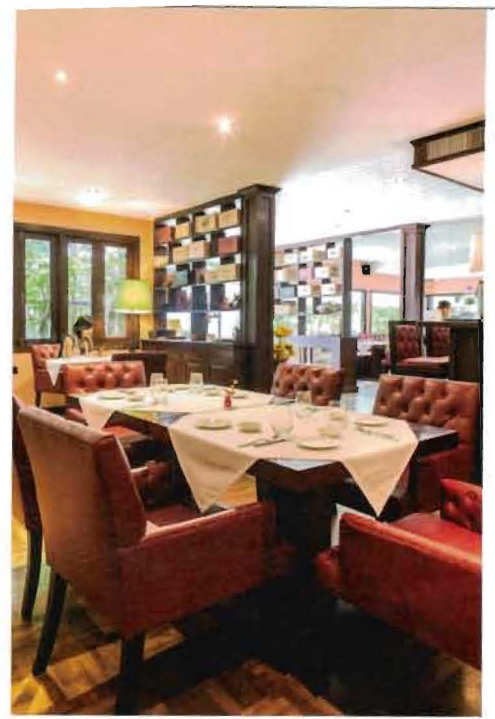
โชว์รูมกรุงเทพ 02-931-9676

โชว์รูมพัตยา 038-429-284

โชว์รูมชะอำ 032-508-551

โรงงาน : บริษัท สมายิลคิปปเม้นท์ จำกัด  
2 ซอยลาดพร้าว 101 ซ.42 แยก 16  
(เทพวิ10) แขวงคลองจั่น เขตบางกะปิ  
กรุงเทพฯ 10310 WWW.SE.CO.TH





## Lenzi Tuscan Kitchen

เรียบหรูด้วยเสน่ห์แบบเลนซี

หนึ่งร้านอาหารอิตาเลียนน้องใหม่ที่น่าจับตามองร้านนี้มีที่มาจากชื่อของ เซฟฟรานเชสโก เลนซี (Francesco Lenzi) พ่อครัวใหญ่ประจำร้าน หลายคนอาจคุ้นหน้าของเขา เพราะเป็นผู้อยู่เบื้องหลังร้านอาหารอิตาเลียนในไทยอยู่หลายร้านกว่า 7 ปี สำหรับที่นี่เรียกได้ว่าเป็น toscan kitchen คือเป็นอาหารอิตาเลียนที่เน้นความเรียบง่าย เพื่อดึงรสชาติความโดดเด่นจากวัตถุดิบชั้นเลิศ และที่เป็นไฮไลต์ของร้านเลยก็คือครัวที่เปิดกว้างให้ลูกค้าสามารถเห็นวิธีการทำที่พิถีพิถัน และเตาถ่านที่ไม่ได้ใช้เพียงแค่เมนูพิซซา เพราะเตาแบบนี้จะให้ความหอมที่ติดกับทุกเมนู ทำให้ได้กลิ่นพิเศษสร้างความน่าสนใจให้กับอาหาร

เมนูที่มาแล้วห้ามพลาดเลยคือ “tagliere del lenzi” เป็นเนื้อสดที่มาจากฟาร์มหมูออร์แกนิกของครอบครัวที่เปิดมาตั้งแต่ปี 1950 ใน ‘tuscany’ งานนี้มีแฮมหลากหลายชนิดรวมถึงมันหมู และแฮมที่ทำมาจากเลือด ทานคู่กับชีสอโรยกลมกล่อม ตามด้วย “branzino del mediterraneo al profumo di rosmarino” ปลากระพงชิ้นโตซึ่งด้านบนเป็นผัก หนึ่งปลาจะมีความกรอบ งานนี้เน้นความเรียบง่ายแต่เต็มเปี่ยมด้วยคุณภาพของวัตถุดิบ หนักขึ้นมาก็อีกหน่อยแนะนำเป็น “agnello alla rossini” ล่างสุดเป็นผักโขม ตามด้วยเนื้อแกะที่นำไปย่างกระแทกกับซอสไวน์ จากนั้นเป็นพักรอสและทรัฟเฟิลอยู่ด้านบน เป็นเมนูที่รสชาติเข้ากันเมื่อทานรวมกัน ปิดท้ายด้วยของหวานยอดนิยม “panna cotta” ทานคู่ซอสเสาวรสอร่อยลงตัวกับผลไม้รสเปรี้ยวประเภทเบอร์รี่ต่างๆ และผงช็อกโกแลตเล็กน้อย **K**

69/1-2 ซอยร่วมฤดี 2 ถนนวิทย์ เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330

เปิด: 11.45 - 14.00 น. และ 18.00 - 24.00 น.

โทรศัพท์: 0-2001-0116 และ 09-9117-3600

เฟซบุ๊ก: lenzi tuscan kitchen



TURBO

# MAGIC JUICER

5  
YEARS

MOTOR GUARANTEE

3 IN 1

แยกกากพักผลไม้

บดหยาบ

บดละเอียด



โชว์รูมกรุงเทพ 02-931-9676

โชว์รูมพัตยา 038-429-284

โชว์รูมชะอำ 032-508-551

โรงงาน : บริษัท สมายอัครวิปเม้นท์ จำกัด  
2 ซอยลาดพร้าว 101 ซ.42 แยก 16  
(เทพทวี10) แขวงคลองจั่น เขตบางกะปิ  
กรุงเทพฯ 10310 WWW.SE.CO.TH



## พล ก๋วยเตี๋ยวโบราณ

เปิดมาแล้วกว่า 5 ปี และน้องใหม่ล่าสุดที่สาขาศรีนครินทร์ (3 สาขา ดินแดง พระราม 5 และศรีนครินทร์) จุดเด่นของก๋วยเตี๋ยวเย็นตาโฟร้านนี้อยู่ที่ไซส์ยักษ์จัดเต็มเห็นแล้วต้องร้องโอ้โห เริ่มต้นด้วย “สามกษัตริย์” ก๋วยเตี๋ยวเย็นตาโฟต้มยำแห้ง จัดเต็มทั้งขนาดและจำนวนด้วยสามราชาแห่งท้องน้ำทั้งกุ้งแม่น้ำ ปลาหมึก และแชลมอน อิมอรอยแน่นอน ต่อด้วย “หอยแมลงภู่นิวซีแลนด์ลวกจิ้ม” หอยแมลงภู่นิวซีแลนด์ เสิร์ฟคู่กับน้ำจิ้มซีฟู้ด รสชาติจัดจ้านถึงใจ หรือใครชอบสลัดส์ฝรั่งหน่อยแนะนำเป็น “หอยเชลล์ลอบซอส” ที่มาพร้อมกับหน้าตาน่ารัก เพราะมีกุ้งแอนดแมตซ์ความเป็นไทยด้วยการอบบนถัวยตะไล ปิดท้ายด้วย “ลือบลเตอร์นึ่งมะนาว” มาเต็มๆ พร้อมกะทေးเปลือกมาให้เรียบร้อย ทานง่าย อร่อยด้วย ☺



โครงการ o square ถนนศรีนครินทร์  
ตำบลบางเมือง อำเภอเมืองสมุทรปราการ  
สมุทรปราการ 10280  
เปิด: 11.30 - 21.00 น.  
โทรศัพท์: 08-2345-3643  
เฟซบุ๊ก: kotekueng

## Papa's Kitchen

ร้านอาหารฝรั่งร้านนี้เปิดมาแล้วเกือบ 1 ปี กับการตกแต่งสไตล์ลอฟต์แต่ไม่เทรนดี้จนเกินไปทำให้รู้สึกสบายๆ ได้บรรยากาศที่แตกต่างระหว่างกลางวันกับกลางคืน อีกทั้งราคายังโดนใจเพราะราคาทั้งหมดเป็นราคาสุทธิในมาตรฐานระดับสากล เพราะสถาฟฟ์ทุกท่านจะได้รับการฝึกฝนมาอย่างดี อาหารที่นี่ใช้วัตถุดิบชั้นดี และมีเมนูยอดฮิตมากมาย “smoked salmon and sashimi tuna salad” สลัดแบบญี่ปุ่นที่ได้ความสดชื่นจากแชลมอนรมควัน และทูน่า ตามด้วย “papa's nachos” เมนูทานเล่นยอดฮิตกับซอสสุตพิเศษ ต่อด้วยจานหลักกับ “buffalo bill” เบอร์เกอร์ชั้นโตซึ่งใช้เนื้อออสเตรเลียพร้อมเครื่องเคียงอื่นๆ ปิดท้ายด้วยเมนูสุดฮอตจากอังกฤษกับ “fish and chips” ซึ่งใช้ปลาคอดแทนๆ นอกจากนี้ยังสามารถสั่งเดลิเวอรี่และบริการแคเตอร์ริ่งด้วย ☺



1144/34 ซอยพัฒนาการ 30 ถนนพัฒนาการ  
เขตสวนหลวง กรุงเทพฯ 10250  
เปิด: 11.00 - 21.30 น. (จันทร์ - พุธ/สับดี),  
11.00 - 22.00 น. (ศุกร์ - เสาร์)  
โทรศัพท์: 0-2318-6831 หรือ 09-4558-8188  
เฟซบุ๊ก: Papaskitchenbkk





日本シイラ

แต่งแต้มสีสัน ให้เมนูเด็ดของคุณด้วย

“ ปลาสดญี่ปุ่น ”

คุณภาพความสดระดับเดียวกับโตเกียว



ปลามาได (ปลาโทงูญี่ปุ่น)  
Red Sea Bream (Madai)



ปลาฮามาจิ  
Yellowtail (Hamachi)



ปลาชิมา อากิ  
Striped Jack (Shima Aji)



ปลาคิมปาคิ  
Amberjack (Kanpachi)



ปลาฮิราเมะ  
Japanese Flounder (Hirame)

- จากแหล่งน้ำใสสะอาดที่ช่องแคบบันโกะ ซึ่งเต็มไปด้วยฟาร์ม หอยมุก ที่เสมือนเป็นระบบกรองน้ำทางธรรมชาติ
- ปลาที่เข้าสู่กระบวนการผลิต ล้วนเป็นปลาที่ยังมีชีวิตอยู่ จึงมั่นใจได้ถึงความสด
- การฆ่าแบบ Ikejime เป็นการดึงเส้นประสาทออก เพื่อที่จะรักษาความสด และชะลอการแข็งตัวของปลาได้
- แช่ด้วย Slurry Ice น้ำแข็งเหลวที่มีขนาดพิเศษเพียง 1 มม. ซึ่งจะสามารถควบคุมความเย็นได้ทั่วถึง โดยยังคงความสดไว้ได้นาน
- โรงผลิตตั้งอยู่ห่างจากสนามบินนานาชาติคันไซ เพียง 30 นาที จึงสามารถส่งความสดถึงไทยได้อย่างรวดเร็ว



FOOD PROJECT  
FOODSERVICE SOLUTION

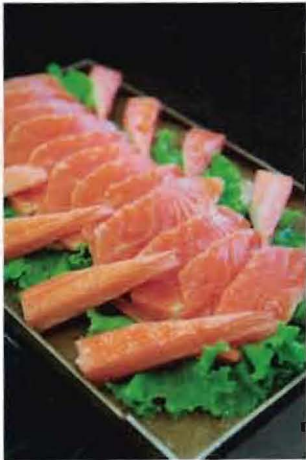


## Shori Sushi House

ใครอยู่ย่านอโศกไต่ยืนชื่อร้านนี้ต้องร้องอ้อเป็นแน่ เพราะร้านโชริซูชิ เปิดมาแล้วกว่า 3 ปี ด้วยคอนเซ็ปต์อาหารญี่ปุ่นแบบดั้งเดิม เป็น ออร์จินัลแท้ๆ เริ่มเมนูด้วย “bluefin sashimi” ซาซิมิที่ชิ้นใหญ่มาก มีทั้งโอโทโร่ ซูโทโร่ และอาากามิ ซึ่งเป็นเนื้อจากทั้งสามส่วนของ ทูน่าบลูฟิน เรียกได้ว่าเช็ดเดียวคุณจะได้ลองทั้งตัว ตามด้วย “shori set b” ซูชิเซ็ตรวมนี้เหมาะสำหรับคนที่ชอบเช็ดสุดคุ้ม รวมด้วยยอดนิยม ของทางร้าน แต่ถ้าเป็นโรลขอแนะนำเป็น “king’s roll” โรลปลาไหล และพิวกราส เคลือบด้วยปลาแห้งและเพิ่มหน้าด้วยไข่หอยเม่นและคาเวียร์ ต้องบอกว่าคุ้มค่าจริงๆ ปิดท้ายด้วยเมนูใหม่ของทางร้าน “unagi roll” โรลปลาไหลราดด้วยซอสสูตรพิเศษของทางร้าน ใครไม่ยากรอคิวนาน ก็สามารถโทรมาจองคิวกับทางร้านก่อนได้เช่นกัน <<



299 ถนนสุขุมวิท 21 แขวงคลองเตย เขตวัฒนา  
กรุงเทพฯ 10110  
เปิด: 11.00 - 22.00 น. (จันทร์ - พุธ/สبت),  
11.00 - 23.00 น. (ศุกร์ - อาทิตย์)  
โทรศัพท์: 0-2169-1532  
เฟซบุ๊ก: shorisushi



90 ถนนสุขุมวิท ตำบลศรีราชา อำเภอศรีราชา  
จังหวัดชลบุรี 20110  
เปิด: 10.30 - 22.00 น. (จันทร์ - ศุกร์),  
10.00 - 22.00 น. (เสาร์ - อาทิตย์)  
โทรศัพท์: 03-8310-031  
เฟซบุ๊ก: tamayakiniku

## Tama Yakiniku

ร้านทามาซากินิคูเป็นร้านอาหารแนวบั้งย่างสโตล์ญี่ปุ่น ใช้วัตถุดิบเกรดดี จุดเด่นคือซอสสูตรพิเศษของทางร้าน ที่จะมีส่วนผสมให้สามารถปรุงเพิ่มได้เองตามรสชาติที่ชอบ ซึ่งซอสถูกออกแบบมาให้เข้ากันและเสริมรสชาติกันได้ดีกับเมนูบั้งย่าง ที่ทามาซากินิคูมีให้คุณเลือกทั้งปลาการ์ดและบุฟเฟต์ แน่นนอนว่าเมนูบุฟเฟต์เขาจัดมาเต็มเพราะมีทั้งเนื้อหมูส่วนต่างๆ รวมถึงหมักหมกซอสซึ่งต้องบอกเลยว่านุ่มมาก เนื้อวัวก็มีให้เลือกหลายส่วนเช่นกัน และพลาดไม่ได้กับซีฟู้ดตั้งแต่ปลา หอยแมลงภู่ ไปจนถึงกุ้งตัวโตๆ นอกจากนี้ยังมีเมนูเบาๆ แบบ “แชลมอนซาซิมิ” เนื้อแชลมอนสไลซ์คู่มากับปูอัด หรือหากใครต้องการอิมๆ ก็จัดกันได้เลยกับ “บีบีบับ” หรือข้าวยำเกาหลีนั่นเอง หากคลุกเคล้าให้เข้ากันตอนที่ยังร้อนๆ อยู่นั้น ซอสจะซึมเข้าข้าวได้อร่อยพอดิ <<





# เอ็นกาวะ: ENGAWA

“กรุบกรอบ...อร่อยนุ่มลิ้น”



Engawa คือ ส่วนครีบที่ใช้ว่ายน้ำของ ปลา Hirame หรือที่เราเรียกว่า ปลาตาเดียว Hirame นั้น จัดเป็นปลาเนื้อขาวที่มักจะอาศัยอยู่ตามพื้นทรายใต้ทะเล จะเคลื่อนที่โดยใช้ครีบที่ยาวที่อยู่ 2 ข้างตลอดทั้งลำตัว ในการว่ายน้ำจึงทำให้เนื้อส่วนครีบนี้มักล้าเมื่อเวลาทาน จึงให้ผิวสัมผัสที่กรอบสู้ลิ้น Hirame หนึ่งตัวมีครีบแค่บนล่างจึงทำให้หนึ่งตัวมี Engawa แค่สองชิ้นเท่านั้น Engawa สดจึงมีราคาแพง และหากินยาก

วิธีการปรุง Engawa Aburi นั้นมีหลายสูตรแต่ที่ นิยมกันมี 2 วิธีคือ การเผาด้วยไฟแช็คฟูที่ใช้จุดซิคก้า (หรือที่ใช้เผาขนมหม้อหั่นเนยแผละ) เผาลงไปบนชิ้น ของ Sushi ประมาณ 30 วินาที เพื่อให้ชิ้น ผิวนอกของปลาสุกหนอย ๆ แต่เนื้อข้างในยังดิบอยู่ และให้นำมันของผิวปลาไหลออก มาเพื่อกลิ่นและรสชาติที่น่ารับประทานแล้วเหยาะด้วย น้ำส้ม ponzu ปรุงรสแล้ว ท็อปด้วยหอมเขียวญี่ปุ่น ขอบบางหรือโรยด้วยผงของผิวสัมผัสกับเกลือ

วิธีกิน Engawa Aburi ให้อร่อยนั้นต้องกิน โดยทันทีหลังจากที่เซฟเสิร์ฟ เพราะความร้อนจะการเผา จะยังอยู่และไม่ควรที่จะคิบชิ้น Sushi ไปจิ้มในถ้วยซึอิ้ว แต่ให้ยกขวดซึอิ้วมาเหยาะลงบนเนื้อปลาเพียงเล็กน้อย เพราะความร้อนที่ยังคงอยู่จะดูซึอิ้วให้ซึมลงผิวปลาอย่างง่ายดาย



Engawa Sushi



ข้าวหน้าเอ็นกาวะ ไข่หอยเม่น และ ไข่ปลาซลมอน  
Donburi with Engawa, Umi & Ikura



สลัด Salad



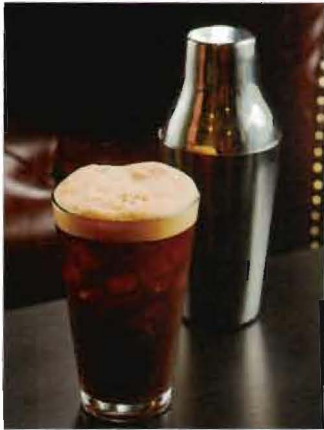
ผู้นำเข้า และจัดจำหน่ายสินค้า บริษัท ฟู้ดโปรเจ็ค (สยาม) จำกัด  
สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม โทร. 02-770-8888  [www.foodproject.co.th](http://www.foodproject.co.th)  
สาขาภูเก็ต โทร. 076-617420-1



# Hot & New Restaurants

by **wongnai**

วงในยังคงเล็งرفความสดใหม่สมกับความเป็นวงในเช่นเคย ฉบับนี้อร่อยครบทั้งคอร์ส เพราะมีทั้งของคาว ของหวาน และเครื่องดื่ม



## The Shaker Cafe

กาแฟสูตรพิเศษจากบาร์สต้าและบาร์เทนเดอร์

สำหรับใครที่เป็นคอกาแฟ คงปฏิเสธไม่ได้ว่าการดื่มกาแฟดี ๆ สักแก้วถือเป็นการพักผ่อนที่เยี่ยมที่สุด วันนี้เราจึงขอพาไปอีกหนึ่งร้านที่คอกาแฟห้ามพลาด The Shaker Cafe ร้านกาแฟรูปแบบใหม่ที่นำสูตรจากเกาหลีมาประยุกต์ให้เข้ากับรสคนไทยได้อย่างลงตัว ความพิเศษของร้านมีเคล็ดลับสำคัญอย่างการ “shaker” ในการชงกาแฟ ทำให้ได้รสสัมผัสใหม่เกิดเป็นฟองรสนุ่มละมุน บวกกับความเย็นจากเทคนิคนี้ยิ่งทำให้กาแฟของที่นี่ไม่เหมือนใคร!

เริ่มต้นด้วยเมนูแรกที่นอกจากจะเป็นชิกเนเจอร์ของร้านแล้วยังอาจเป็นร้านเดียวในไทยที่มีเมนูนี้ iced orange dream latte เคล็ดลับความอร่อยอยู่ที่การใช้เชกเกอร์ผสมเครื่องดื่ม ทำให้เกิดฟองและความเย็นที่มากกว่าปกติ ถมหลอดใหญ่มาในแก้วเพื่อดูดเนื้อสัมผัสโดยเฉพา ได้ทั้งกลิ่นหอมและเนื้อสัมผัสจากสัมผัส ตามด้วยความกลมกล่อมของกาแฟเป็นเมนูแปลกใหม่ที่ต้องลอง! อีกเมนูชิกเนเจอร์และยังเป็นที่มาของชื่อร้าน the shaker iced americano กาแฟเอสเปรสโซเชียวผสมกับน้ำและน้ำแข็งในเชกเกอร์ จนเกิดเป็นฟองสีครีมพร้อมกาแฟลิ้นตัดกันสวยงามเสิร์ฟมาในแก้วมัคไซทรวงสูง เลือกความเข้มได้ถึง 3 ระดับ ถ้าอยากดื่มให้ง่ายขึ้นสามารถเติมไซร์บเพิ่มกลิ่นหอมแต่ไม่เพิ่มรสหวาน ทำให้ไม่เสียรสชาติของ iced americano แม้แต่น้อย ที่นี่ยังมีเครื่องดื่มรสหวานสำหรับสาว ๆ อย่าง cookie n' cream latte frappuccino กาแฟนมปั่นใส่คุกกี้สีด้าใส่ครีมในปริมาณมาก เวลาทานจึงได้สัมผัสกรุบๆ จากคุกกี้แอนด์ครีมแบบจัดเต็มพร้อมรสชาติหวานหอมที่ลงตัว เป็นเมนูทานง่ายไม่มีเบื่อ ปิดท้ายด้วยเครื่องดื่มแบบร้อนกับอเมริกาโน่สไตล์เกาหลี korean style americano กาแฟแก้วมาในระดับกลางไม่อ่อนหรือขมจนเกินไป ซึ่งอเมริกาโน่สูตรเกาหลีนั้นจะใส่ปริมาณน้ำที่เยอะกว่าปกติ แต่ด้วยความที่เป็นถ้วยร้อนกาแฟจะยังรสชาติเข้มข้น กลมกล่อมกว่าแบบเย็นนั่นเอง

หากกำลังหาร้านนั่งจิบกาแฟแบบเพลินๆ ลองแวะมาที่ The Shaker Cafe แล้วคุณจะได้ลิ้มรสกาแฟสูตรพิเศษที่มีแค่ที่นี่ที่เดียว ☞



Download FREE iPhone, iPad and Android Application



### The Shaker Cafe

8/1 ซอยเพชรเกษม 49 ถนนกาญจนาภิเษก (ถนนเพชรเกษม 49 ติดตึกวีเทลิยม) แขวงบางแคเหนือ เขตบางแค กรุงเทพฯ 10160

โทรศัพท์: 08-1558-8950

เปิด: 10.00 - 19.00 น. (จันทร์-ศุกร์) และ

10.00 - 20.00 น. (เสาร์-อาทิตย์)

เฟซบุ๊ก: [www.facebook.com/theshakercafe](http://www.facebook.com/theshakercafe)





Hot & New Restaurants



## Kayha Sweet & Homemade

คาเฟ่สุดสวีทที่น้องใหม่ถูกใจคนซานเมือง

เป็นที่รู้จักของคนที่นี่ในจังหวัดนนทบุรีว่า กว่าจะหาคาเฟ่สไตล์น่ารักไว้นิ่งเพลินๆ นั้น จำเป็นต้องเผื่อเวลาขับรถฝ่าฝูงรถติดเข้าในเมืองนานแค่ไหน ยิ่งถ้าเลิกพื๊ดเดินทางในช่วงโมงเร่งด่วนแล้วละก็ยิ่งต้อง “เซ็ง” ก่อนไปถึงร้านพอดี แต่ตอนนี้ไม่ต้องอารมณ์เสียกันอีกแล้วเพราะ Kayha Sweet & Homemade คาเฟ่น้องใหม่ เขามาเปิดเอาใจคนซานเมืองกันถึงที่

เมนูซิกเนเจอร์ของที่นี่ยังเป็นที่มาของชื่อร้านอีกด้วยนั่นคือ “สังขยา” คัสตาร์ดครีมสไตล์ไทยสูตรต้นตำรับของคุณยายมีขั้นตอนการทำที่พิถีพิถันทำสดใหม่ทุกวัน นอกจากนี้ยังมีพวกเมนูขนมปังโทสต์และเครื่องดื่มอย่างนมสด ชา หรือกาแฟ ไว้ให้เลือกรับกันไม่หวาดไม่ไหวเลยทีเดียวนะ ส่วนจะมีอะไรน่าสนใจบ้างนั้น มาเปิดเมนูดูไปพร้อมๆ กันเลย Let's Sweet!

เริ่มต้นความอร่อยด้วย Kayha Toasts เมนูขนมปังโทสต์ทอดยัดดีดัดลมบน ที่ทางร้านสร้างความแตกต่างด้วยการนำซอสสังขยาเข้มข้นราดบนโทสต์ที่ชุ่มไปด้วยเนยเสิร์ฟคู่กับไอศกรีมวานิลลา รสละมุน โรยด้วยอัลมอนด์สไลซ์ ทุกคำที่ทานสัมผัสได้ถึง ความลงตัว



App ร้านอาหารอันดับ 1 ของไทย  
www.wongnai.com

ระหว่างเนยกับสังขยาที่ทั้งหอม หวาน มัน ยิ่งสลับกินกับวิปครีมและกล้วยยังอร่อยลงตัว หรือจะเพิ่มความตื่นตาตื่นใจด้วยการสังขยาเย็นภูเขาไฟ เมล่อนหลังการงานสร้างด้วยน้ำแข็งแห้งพวยพุ่งออกจากหม้อไฟ ด้านบนอัดแน่นด้วยเกล็ดหิมะมีขนมปังปิ้งล้อมรอบแล้วโรยทับด้วยผงโอวัลตินและนมข้นหวาน แถมภายในยังแอบซ่อนวิปครีมไว้อีก อร่อยตั้งแต่ลิ้นฟู่ใหม่ๆ ยันละลายรวมกันเป็นโอวัลตินเย็น แนะนำให้สั่งกินตอนอากาศร้อนๆ หรือกลับจากเล่นกีฬา รับประกันความฟินแน่นอน ปิดท้ายด้วยเครื่องดื่มสามรสหายอย่าง น้ำพันทัน น้ำอัญชันมะนาว และน้ำสตอร์เบอร์รี่ โซดา ที่ดูจากภายนอกอาจจะคิดว่าเป็นน้ำผลไม้ผสมเฮลตี้ทั่วไป แต่ถ้าได้ชิมจะต้องแปลกใจเพราะนี่คือ วุ้นน้ำผลไม้ ที่แตกเปาะเปาะในปากสนุกสดชื่นคลายร้อนอากาศบ้านเราได้เป็นอย่างดี

เรียกได้ว่าการมาทานขนมปังสังขยาที่ Kayha Sweet & Homemade เป็นอีกหนึ่งวิธีที่จะช่วยดับอากาศร้อนจัดดับแลบแบบนี้ได้อย่างหวานเย็นและสดชื่นสุดๆ ☺

Kayha Sweet & Homemade

ติวานนท์ - ปทุมธานี (หน้าโรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย นนทบุรี)

แขวงบางพูด เขตปากเกร็ด นนทบุรี 11120

โทรศัพท์: 0-2964-2346

เปิด: 10.30 - 21.00 น.

เฟซบุ๊ก: [www.facebook.com/kayhahomemade](http://www.facebook.com/kayhahomemade)





## Kasa

อาหารญี่ปุ่นคุณภาพพรีเมียม ในราคาที่คุ้มเข้าถึง!

เพียงได้เห็นซูชิจานแรกก็วางบนโต๊ะ ไม่ว่าจะใครก็ต้องสะดุดกับความสวยงามของการจัดแต่งจานอย่างประณีตของร้าน Kasa ร้านอาหารญี่ปุ่นอีกหนึ่งร้านที่สาวกอาหารญี่ปุ่นไม่ควรพลาด กับการนำเสนออาหารรูปแบบอาหารที่แปลกใหม่ ในรสชาติดั้งเดิม กับราคาที่ต้องบอกว่าคุ้มค่าสุดๆ

Kasa เป็นภาษาญี่ปุ่นแปลว่าร่ม ภายในร้านจึงถูกตกแต่งด้วยร่มญี่ปุ่นเรียงรายอยู่ด้านบน ในบรรยากาศร้านแบบญี่ปุ่นทันสมัยเน้นสีแดง-ดำ ดูเรียบหรู แต่ยังคงแฝงความเป็นญี่ปุ่นแบบดั้งเดิมด้วยโทนสีไม้อบอุ่น แน่นนอนว่าหัวใจสำคัญของอาหารญี่ปุ่นคือความสด วัตถุดิบทั้งหมดจึงถูกส่งตรงจากญี่ปุ่นอาทิตย์ละ 3 ครั้ง โดยไม่ผ่านการแช่แข็ง บวกกับประสบการณ์ของเชฟมืออาชีพ ร้านแห่งนี้ยิ่งเต็มเปี่ยมด้วยคุณภาพ

เอาใจคนชอบทานปลาติดกับเมนูแรก sashimi take เซ็ตที่รวบรวมความอร่อยเต็มคำของปลาติดเกรดพรีเมียม 4 ชนิด ทั้งแซลมอน ทูน่า ฮามาจิ และหัวปลาหมึกยักษ์ ทาโกะ ทุกวัตถุดิบถูกส่งตรงจากแหล่งคุณภาพ unagi tazuna maki โรลปลาไหลที่ทางร้านคัดสรรปลาไหลญี่ปุ่นตัวโตไซส์พิเศษ นำมาย่างกับน้ำซอสรสหวาน สูตรเฉพาะจนได้กลิ่นหอมน่าทาน ด้านในอัดแน่นไปด้วยปลาแซลมอน อะโวคาโด และไข่กุ้ง ด้านบนทาด้วยซอสปลาไหลสูตรเฉพาะเพิ่มเนื้อสัมผัสเล็กลง ด้วยการโรยงาไว้ด้านบน หากใครอยากลิ้มลองรสชาติความแปลกใหม่ของชาชิมิต้องเมนูนี้เลย salmon ponzu แซลมอนชาชิมิส่วนท้อง ราดด้วยน้ำพอนซึจนชุ่ม ด้านบนท็อปด้วยหัวไชเท้าฝาน ต้นหอม กระเทียม และซอสพริกทาบาสโก อร่อยลงตัว

วัตถุดิบเลิศ รสชาติเยี่ยม ราคาสบายกระเป๋า แถมยังมีให้เลือกทานหลากหลายแบบนี้ Kasa ถือเป็นอีกตัวเลือกที่สาวกอาหารญี่ปุ่นไม่ควรพลาด! <<

### Kasa

เดอะคริสตัล เอสบี ถนนราชพฤกษ์ ตำบลมหาสวัสดิ์ อำเภอบางกรวย

จังหวัดนนทบุรี 11130

เปิด: 11.00 - 21.30 น.

โทรศัพท์: 0-2102-5613-4

เฟซบุ๊ก: [www.facebook.com/kasarestaurant](http://www.facebook.com/kasarestaurant)

เว็บไซต์: [www.kasa.co.th](http://www.kasa.co.th)



Download FREE iPhone, iPad and Android Application





Hol & New Restaurants



## Salt // Pepper

อาหารตะวันตกรสชาติเข้าถึงง่าย ในราคาสบายกระเป๋า

จากความต้องการเปิดร้านอาหารตะวันตกที่ทานและเข้าถึงง่าย ต่อเนื่องมาเป็นแนวคิดที่อาหารตะวันตกทุกชนิดล้วนต้องทานกับ “เกลือ” และ “พริกไทย” จึงกลายมาเป็นชื่อร้าน Salt // Pepper เน้นเน้นว่าการตกแต่งร้านมีแรงบันดาลใจจาก “ผลึกเกลือ” และ “ภูเขา” พื้นที่เพาะปลูกพืชพรรณหลากหลายชนิด ภายในร้านจะแบ่งเป็น 2 โซน คือโซนด้านหน้าตกแต่งแบบเอาต์ดอร์ ส่วนด้านในเป็นแบบอินดอร์ มีโซฟาให้เลือกนั่งเอนกายได้สบายตามอารมณ์

เริ่มต้นกันด้วยเมนูทานเล่นง่ายๆ แต่ไม่ธรรมดา กับ fries platter มันฝรั่งทอดในรูปแบบต่างๆ ทั้งแบบแห้ง ก้อนกลมหรือแบบวาฟเฟิล คลุกกับผงชีสและผงปาปริก้า เลิฟพร้อมซอสรสชาติหลากหลายรวม 8 ชนิด สูตรเฉพาะของร้าน ไม่ว่าจะป็นซอสพริกไทยดำ สไปซี่มายองเนส หรือซอสส้มมายองเนส หรือจะเลือกทานเป็น triple b burger ซึ่ง triple b มาจาก beef cheese และbacon ส่วนเนื้อเบอร์เกอร์คือทาจิมา วากิว จากประเทศญี่ปุ่นเพิ่มความอร่อยด้วย mocha bun ขนมปังผสมกาแฟและโกโก้สีน้ำตาลเข้มให้รสขมนิดๆ ส่วนคนที่ชอบเมนูเส้นต้องไม่พลาด สปาเก็ตตี้เบคอนไซออนเซ็น ผัดกับเห็ดนานาชนิดพร้อมมะกอกดำและมะเขือเทศ เพิ่มรสเด็ดด้วยพริกแห้งพริกสด และพริกไทย หอมกลิ่นกระเทียม โรยหน้าด้วยชีสสุดฝอย เบคอนทอดกรอบ จบด้วยของหวานหน้าตาน่าทาน เค้กมูเล่ 3 รส ได้แก่ รสชาเขียว รสกาแฟ และรสวานิลลา ที่ใช้ฝักวานิลลาจากมาดากัสการ์ เลิฟพร้อมผลไม้สดนานาชนิด เมอแรงจ์ มิกซ์เบอร์รี่ชอร์เบต และซอสเบอร์รี่ อร่อยจนหยุดไม่อยู่เลยทีเดียว

Salt // Pepper เป็นร้านอาหารบรรยากาศสบายๆ ที่เหมาะทั้งครอบครัวมานั่งสังสรรค์หรือมาแองก์เอาต์กับเพื่อนฝูง หรือจะมาดินเนอร์หวานๆ กับแฟนก็ยังได้ และด้วยความที่ตัวร้านตั้งอยู่ในคอมมูนิตี้มอลล์ เดอะคริสตัล เอสบี ถนนราชพฤกษ์ จึงหมดห่วงเรื่องที่จะออกไปได้เลย แถมกินเสร็จยังสามารถเดินเล่นช้อปปิ้งต่อได้อีกด้วย สะดวกสบายสุดๆ <<

Salt // Pepper

ชั้น 1 เดอะคริสตัล เอสบี ถนนราชพฤกษ์ ตำบลมหาสวัสดิ์

อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี 11130

โทรศัพท์: 09-8853-9635

เปิด: 17.00 - 22.00 น. (จันทร์) และ

11.00 - 23.00 น. (อังคาร-อาทิตย์)

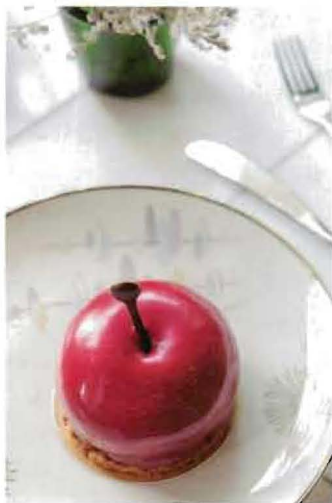
เฟซบุ๊ก: [www.facebook.com/saltpepperfanpage](http://www.facebook.com/saltpepperfanpage)



App ร้านอาหารอันดับ 1 ของไทย

[www.wongnai.com](http://www.wongnai.com)





ร้านขนมฝรั่งเศสกับเรื่องราวและแรงบันดาลใจมากมายที่ใส่ไว้ในร้านและตัวขนมโดดเด่นด้วยสไตล์การตกแต่งร้านในยุค 1920 ที่ผสมผสานความเป็นยุโรปและจีนไว้ด้วยกัน เน้นใช้ของประดับต่างๆ เพื่อสื่อให้รู้ว่าอยู่แถบเอเชีย พร้อมกับความรู้สึกรวมถึงเสน่ห์ ตัวขนมโดยรวมค่อนข้างเน้นไปที่มุสเค้กเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งไม่ได้สวยแค่หน้าตา รสชาติก็อร่อยถูกใจ และเด่นตรงใช้ชาจีนในการเสิร์ฟคู่กับตัวขนม

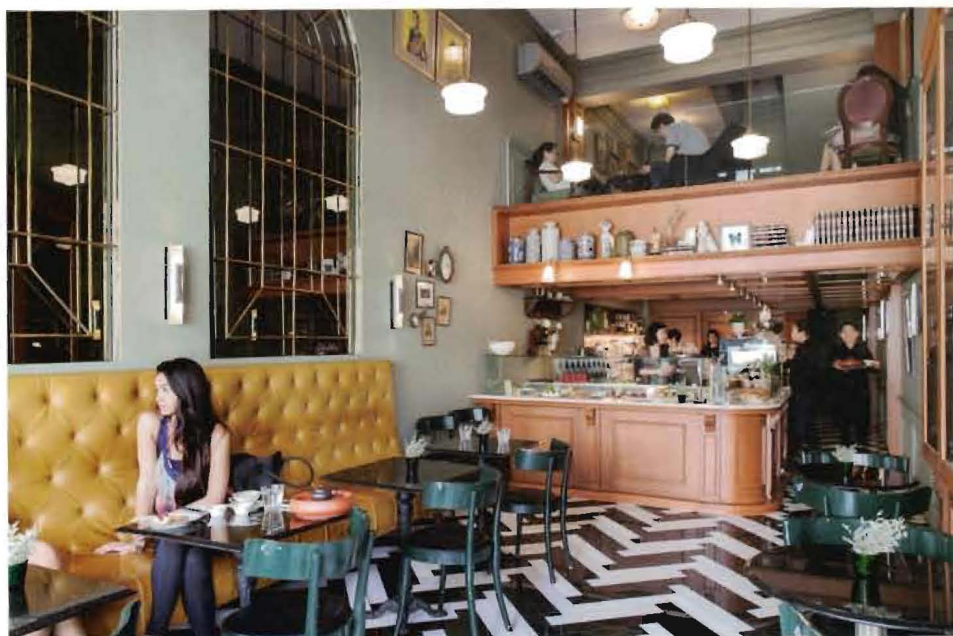
# patisserie rosie

การรวมตัวของรสชาติแสนอร่อย



เค้กหลายตัวมีที่มาแตกต่างกันไป เช่น matcha nostalgia ที่ซ่อนอสตาสเจียก็เพื่อระลึกถึงความหลังของคนญี่ปุ่นสมัยก่อน ซึ่งมักดื่มชาเขียวแก่ลึ้มกับเกาลัด เค้กชิ้นนี้จึงเป็นการรวมตัวของรสชาติของมุสชาเขียว แอปริคอต ครีมเกาลัด และสปีนจ์เกาลัด กินคู่กับ light tea guanyin ชาจีนรสเบาคล้ายชาเขียว มีความหอมเฉพาะตัว ให้ความรู้สึกสดชื่น และ cherry ripe เป็นตัวขายดีที่ใครมาก็ต้องสั่ง ขนมหน้าตาน่ารักรูปเซอร์รี เป็นมุสไวท์ช็อกโกแลตอย่างดีสไลด์ได้ เซอร์รีตุ๋น ครีมช็อกโกแลต และเค้กช็อกโกแลต เคลือบด้านนอกด้วยครีมรสเซอร์รี รสชาติหวานกำลังดี เนื้อมุสเบา หอมนุ่มละมุนลิ้นมาก ปิดท้ายด้วย smoothies viennese cream soda อิตาลีเย็นโซดาที่มีความพิเศษตรงฟองครีมด้านบนเป็นกลิ่นอีสปายอง ให้กลิ่นหอมของลิ้นจี่กุหลาบและราสเบอร์รี่ รสชาติหอมหวานมันเสริมกัน ดิมแล้วรู้สึกสดชื่นเหมาะกับอากาศร้อนยามบ่ายที่สุด <<

Contact: patisserie rosie  
113 / 2 ซอยทองหล่อ 10 แขวงคลองตันเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110  
เปิด: 12.00 - 21.30 น. (หยุดวันจันทร์)  
โทรศัพท์: 09-2542-9900  
เฟซบุ๊ก: [www.facebook.com/rosiepatisserie](http://www.facebook.com/rosiepatisserie)





# fauchon

ผู้นำวัฒนธรรมอาหารฝรั่งเศสร่วมสมัย



“โฟซอง” แปรนตร์อาหารฝรั่งเศสที่ได้รับความนิยมไปทั่วโลก ที่นำเสนอความเป็นเลิศด้านเมนูอาหารร่วมสมัยจากฝรั่งเศส จนถูกยกให้เป็นทูตวัฒนธรรมด้านอาหารในระดับนานาชาติ และโฟซองสาขาแรกในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ก็คือที่ประเทศไทย อยู่ภายในโครงการกรุ๊ปแอทเซ็นทรัลเวิลด์ ได้รับการตกแต่งในแบบร่วมสมัย สะท้อนความเป็นแบรนด์และบุคลิกของโฟซองในสไตล์ปารีสซิ่ง ภายใต้คอนเซ็ปต์หลัก 4f ได้แก่ food fun french fashion มีทั้งร้านขนมหวาน เบเกอรี่ ร้านของว่างสไตล์ฝรั่งเศส คาเฟ่โฟซอง ร้านขายผลิตภัณฑ์อาหาร และสินค้าที่ระลึก มารวมไว้ในที่เดียวกัน ความอร่อยของขนมปังและขนมอบทุกชนิดมาจากการใช้วัตถุดิบคุณภาพเยี่ยมนำเข้าจากฝรั่งเศส และเป็นสูตรจากต้นโดยเฉพาะ อาทิ paris brest eclair เป็นแอมเคลร์ตัวท็อปของโฟซอง สอดไส้ด้วยพราลีนเพส ถั่วเฮเซลนัทและอัลมอนต์บดกับน้ำตาลคาราเมล จนเป็นเนื้อเนียนชั้น เปลือกแอมเคลร์โรยด้วยถั่วอัลมอนต์อบและน้ำตาลไอซิ่ง และเค้กมูสที่ได้รับความนิยมอย่างยาวนาน megeve มูสเนื้อเบารสช็อกโกแลตเข้มข้น สอดไส้ด้วยเมอแรงค์กรุบกรอบฐานด้านล่างสอดไส้เฟยดินผสมถั่วบดพราลีน และเพิ่มเสน่ห์ความวาวด้วยเกลสรสช็อกโกแลต แต่ถ้าใครชอบรสชาติที่ให้ความสดชื่น แนะนำ coco raspberry millefeuille แป้งพัฟฟิกรอบสอดไส้มูสมะพร้าว และราสป์เบอร์รี่คอมโพต ตกแต่งด้วยราสป์เบอร์รี่ผลใหญ่ รสชาติหอมมัน หวานซ่อนเปรี้ยว และ carrement mangue มูสเค้กสีเหลืองสอดไส้มะม่วงไทยน้ำดอกไม้ม้าเป็นส่วนผสมหลัก เพิ่มลูกเล่นด้วยเฮเซลนัทอบกรอบกับถั่วพิสตาชิโอพาลเลตเคลือบด้วยวานิลลาและมะม่วงคอมโพต แล้วแต่งหน้าเค้กด้วยมะม่วงหั่นเต๋า เนื้อมูสละมุนลิ้น รสชาติอร่อยอย่างน่าอัศจรรย์ กินคู่กับ fauchon bleed tea ชาดำขึ้นชื่อของร้าน มีกลิ่นหอมจากวานิลลา กุหลาบ และดอกลาเวนเดอร์ หรือจะสั่ง croisette น้ำปั่นผลไม้สด มีส่วนผสมของสับปะรด มะม่วง เสาวรส น้ำมะนาว และวานิลลาไซรัป เพื่อช่วยคืนความสดชื่นได้อย่างดี <img alt="Small Fauchon logo icon" data-bbox="860 535 875 550"/>

Contact: fauchon

ชั้น 2 เดอะग्रู๊ป@ เซ็นทรัลเวิลด์ (โครงการกรุ๊ปแอทเซ็นทรัลเวิลด์)

เปิด: 10.00 – 23.00 น.

โทรศัพท์: 0-2264-5808-9

เว็บไซต์: [www.fauchon.co.th](http://www.fauchon.co.th)

เฟซบุ๊ก: [www.facebook.com/fauchonthailand](https://www.facebook.com/fauchonthailand)







# paul

ตำนานความอร่อยกว่า 125 ปี

จากกิจการเบเกอรี่เล็กๆ ของครอบครัว ซึ่งเปิดบริการครั้งแรกในปี 1880 จนกระทั่งปัจจุบันที่ผ่านมาแล้วถึง 5 เจนเรชัน แต่ก็ยังคงความอร่อยไว้ได้ด้วยขนมปังสูตรดั้งเดิมและขนมปังสูตรพิเศษที่ทำด้วยมือ ความอร่อยแบบละเมียดละไมสไตล์ฝรั่งเศสแท้ๆ ทำให้ทุกวันนี้ออลเดิบบัดและมิลล์ร้านสาขากว่า 500 แห่งใน 31 ประเทศทั่วโลก โดยมีสัญลักษณ์หน้าตาร้านสีน้ำตาลอันเรียบง่าย แต่คลาสสิกแฝงความหรูหราด้วยพื้นหินอ่อนลายหมากรุก และแซนเดอเลียร์ มีครัวเปิดให้เห็นถึงกรรมวิธีการทำขนมปัง เพื่อให้ลูกค้าได้รู้สึกมีส่วนร่วมกับร้านมากขึ้น และสื่อสารให้ทุกคนที่เข้ามาได้สัมผัสถึงศิลปะการใช้ชีวิตแบบฝรั่งเศส

แม้ว่าขนมจะไม่ได้ดูหรูหราไฮโซ แต่สำหรับกรรมวิธีและวัตถุดิบที่ใช้บอกได้เลี้ยวระดับพรีเมียม ด้วยวัตถุดิบ 90 เปอร์เซ็นต์นำเข้ามาจากฝรั่งเศสที่เป็นแบรนด์ชั้นนำ และขนมทุกอย่างจะอบใหม่สดทุกวัน ซึ่งในครั้งนี้พอลขอแนะนำเมนูอาหารเช้า egg benedict สไตล์ฝรั่งเศสที่เป็นสูตรเฉพาะของพอล พิเศษตรงใช้ขนมปังบริยอชมาโทสต์ ใช้ปารีสแอมนำเข้า และโพสเอก 2 ฟอง ราดด้วยซอสฮอลแลนเดซสูตรพิเศษ และเมนูชาตี croque monsieur พิเศษตรงที่ใช้แป้ง เดอ มี (pain de mie) มาทำเป็นโทสต์ใช้ปารีสแอมและชีสเอ็มมอนด์ตาลกินคู่กับ pistachio macaron frappe มาการองรสพิทาชิโอปั่นกับครีมวานิลลาสูตรพิเศษ รสชาติอร่อยนุ่ม มัน หวานกลมกล่อม ถือเป็นเมนูปั่นตัวเดียวของร้านพอล จนกลายเป็นเมนูชาตีของร้าน ปิดท้ายด้วยเมนูช็อกโกแลตของพอลที่ทั้งโลกรู้จัก paul hot chocolate ช็อกโกแลตร้อนรสเข้มข้น และ patissier's basket เซ็ตขนมปังอบประกอบด้วยครัวซองต์ต่างๆ ขนมปังแท่ง คล้ายปากกอตต์ (plain flute) และเอสคาโก เราชินที่จะเสิร์ฟคู่กับชาหรือกาแฟ ☕



Contact: paul

ชั้น 1 Central Embassy ถนนเพลินจิต ปทุมวัน กรุงเทพมหานคร 10330

เปิด: 8.30 - 22.00 น.

โทรศัพท์: 0-2001-5160

เฟซบุ๊ก: [www.facebook.com/paul1889.thailand](http://www.facebook.com/paul1889.thailand)





# MSC Thai Culinary School

โรงเรียนการอาหารไทยเอ็ม เอส ซี

จากความร่วมมือของสองบริษัทยักษ์ใหญ่ด้านธุรกิจร้านอาหาร [www.minorinternational.com](http://www.minorinternational.com) “ไมเนอร์ อินเตอร์เนชั่นแนล” และ [www.snfood.com](http://www.snfood.com) “เอสแอนด์พี ซินดิเคท” ที่เล็งเห็นความสำคัญด้านธุรกิจอาหารไทย อีกทั้งยังมุ่งหวังที่จะพัฒนาบุคลากรด้านนี้ให้เป็นมาตรฐานและเป็นที่ยอมรับของทั้งในและต่างประเทศ จึงได้เปิด MSC Thai Culinary School จากคำจำกัดความที่ว่า “Master Skill Chef แหล่งผลิตเชฟที่มีคุณภาพและมีทักษะการทำอาหารที่เต็มเปี่ยม พร้อมก้าวไปเป็นเชฟอาหารไทยมืออาชีพในวันข้างหน้า และมุ่งปั้นพ่อครัวอาหารไทยระดับโลก โดยหลักสูตรได้รับการรับรองจากสมาคมเชฟโลก การันตีเรียนจบมีงานทำแน่นอน ภายใต้การคุมบังเหียนของ “เชฟชุมพล แจ้งไพร” (เชฟกระทะเหล็กแห่งประเทศไทย)

สำหรับใครที่มีความฝันในการเป็นเชฟ MSC Thai Culinary School สามารถสานฝันให้คุณได้ด้วย “หลักสูตรการประกอบอาหารไทยสำหรับเชฟมืออาชีพ” (คอร์สระยะยาว 1 ปี) เพียงแค่คุณมีอายุมากกว่า 18 ปี ไม่จำเป็นต้องมีพื้นฐานด้านอาหาร เพราะ MSC จะสอนคุณตั้งแต่พื้นฐานเบื้องต้น รวมไปถึงความรู้ด้านภาษาอังกฤษ ภายในบรรยากาศการเรียนที่สนุกสนานและเป็นกันเอง กับเชฟชุมพล ที่ได้ลงมือสอนและควบคุมด้วยตัวเองทุกขั้นตอน ตั้งแต่ภาคทฤษฎีไปจนถึงการปฏิบัติจริง แต่หากใครต้องการเรียนรู้เทคนิคการทำอาหารไทยในช่วงเวลาสั้นๆ MSC ก็จะมีให้เลือกใน “หลักสูตรระยะสั้นสำหรับวันหยุดสุดสัปดาห์” สอนโดยเชฟผู้เชี่ยวชาญทางด้านอาหารไทยโดยเฉพาะ ทั้งนี้ยังมี “หลักสูตรพิเศษ” สอนโดยเชฟชุมพล แจ้งไพร และ “หลักสูตรแกะสลักผักและผลไม้” ผู้ที่สนใจสามารถโทรสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมหรือเข้าไปดูรายละเอียดกันได้ทางเว็บไซต์ของโรงเรียน **☞**

Contact: CookCool: MSC Thai Culinary School  
457-457/1-6 ถนนสุขุมวิท 55 (ทองหล่อ 25) แขวงคลองตันเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110  
โทรศัพท์: 0-2185-1414  
เว็บไซต์: [www.msccookingschool.com](http://www.msccookingschool.com)  
เฟซบุ๊ก: [www.facebook.com/msccookingschool](http://www.facebook.com/msccookingschool)







### The 3<sup>rd</sup> Thailand Culinary World Challenge 2015

กลับมาอีกครั้งกับการจารึกความยิ่งใหญ่ของอาหารไทย และวัตถุดิบไทยสุดตระการตา ใน “โครงการเฉลิมพระเกียรติ 60 พรรษา สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี เจ้าฟ้านักโภชนาการ” และ “การแข่งขันสุดยอดเชฟอาหารไทยชิงแชมป์โลกครั้งที่ 3” (The 3<sup>rd</sup> Thailand Culinary World Challenge 2015) โดยสถาบันอาหาร กระทรวงอุตสาหกรรม ซึ่งถ้วยพระราชทานสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี พร้อมเงินรางวัลรวมมูลค่ากว่า 17,500 เหรียญสหรัฐฯ งานนี้กองทัพเชฟจาก 10 ประเทศชั้นนำทั่วโลกเข้าร่วมการแข่งขัน พร้อมกิจกรรมอื่นๆ อีกมากมาย อาทิ ถวายพระพรออนไลน์ การจำหน่ายอาหาร 6 เมนู ในราคา 60 บาท เชฟโชว์ โดยเชฟพุ่มพล แจ้งไพโร และเชฟอรรรถพล ไนโตะ ถังทอง พร้อมมินิคอนเสิร์ตจากหนูนา-หนึ่งธิดา โสภณ และริท-เรืองฤทธิ์ ศิริพานิช เป็นต้น ณ ลานฮาร์ตริคคาเฟ่ สยามสแควร์ เมื่อเดือนมีนาคมที่ผ่านมา โดยเชฟจากประเทศมาเลเซียเป็นผู้ครองครองรางวัลชนะเลิศอันดับ 1 ส่วนรองอันดับ 1 คือประเทศสหรัฐอเมริกา และรางวัลรองชนะเลิศอันดับ 2 เป็นของประเทศกัมพูชา







## Thai Rice ; Thainess

โครงการ "วิถีข้าว วิถีไทย" ณ ตลาดน้ำคลองผดุงกรุงเกษม จาก การต่อยอดตามนโยบายของรัฐบาลเพื่อส่งเสริมข้าวไทยในการ พัฒนาแหล่งท่องเที่ยวแห่งใหม่ให้กับประชาชนซึ่งเป็นการบูรณาการ ในองค์รวมในหน่วยงานต่างๆ ทั้งภาครัฐบาล และเอกชน ได้แก่ กรมการท่องเที่ยว กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา กระทรวง พาณิชยกรรม การค้า กระทรวงเกษตรและสหกรณ์ สถาบันอาหาร สมาคมเซฟประเทศไทย สมาคมโรงแรม และเครือข่ายร้านอาหาร ทั่วประเทศเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยววิถีไทยให้ดำรงไว้ ซึ่งคุณค่า แห่งวัฒนธรรมและอัตลักษณ์แห่งความเป็นไทย โดยในพิธีเปิดงาน ได้เชิญเซฟจากสมาคมเซฟประเทศไทย 5 ท่าน ได้แก่ เซฟสมศักดิ์ รรอรองคำ นายกสมาคมเซฟประเทศไทย เซฟชุมพล แจ้งไพโร เซเลบริตี้ เซฟชื่อดัง เซฟอรรรถพล ไนโตะ ถังทอง เซเลบริตี้เซฟ เซฟธีรวิรัช ดิษยไชยพงษ์ เจ้าของฉายาข้าวแกงเงินล้าน และเซฟนุรอร ไซะมณีส เต็ปเป้ จากร้านบลูเอลเฟ่นท์ ร่วมรังสรรค์เมนูอาหารจากข้าวไทย ทลายสายพันธุ์ให้กับพลเอกประยุทธ์ จันทร์โอชา นายกรัฐมนตรี และคณะได้ลิ้มลอง







**Gaggan คว่าอันดับที่ 1 พร้อมครองตำแหน่ง The S.Pellegrino Best Restaurant in Asia**

เชฟกักกัน อานันต์ จากร้านอาหาร Gaggan คว้ารางวัลเดอะ ซาน เพลเลกริโน ร้านอาหารยอดเยี่ยมที่สุดในเอเชีย (The S.Pellegrino Best Restaurant in Asia) และเดอะ ซาน เพลเลกริโน ร้านอาหารยอดเยี่ยมที่สุดในประเทศไทย (The S.Pellegrino Best Restaurant in Thailand) งาน 50 ร้านอาหารยอดเยี่ยมแห่งเอเชีย ได้รับการสนับสนุนโดยซาน เพลเลกริโน (S.Pellegrino) และ แอควัว เพนนา (Acqua Panna) การประกาศรายชื่อนี้ในปี 2558 นี้ จัดขึ้น ณ โรงแรมคาร์เพลล่า ประเทศสิงคโปร์

**Luxury Hotel of the year 2014 จากงานประกาศผลรางวัล World Luxury Hotel Awards**

คุณนิโคลัส กอนซาเลส ผู้จัดการฝ่ายห้องพัก โรงแรมรอยัล ออคิด เชอราตัน และเหล่าพนักงานร่วมยินดีในโอกาสที่โรงแรมฯ ได้รับรางวัลโรงแรมสุดหรูแห่งปี 2014 (Luxury Hotel) อันทรงเกียรติอีกครั้ง จากงานประกาศผลรางวัล “World Luxury Hotel Awards” ถือเป็นรางวัลการันตีความเชี่ยวชาญ และการบริการยอดเยี่ยมระดับโลกตลอด 30 ปี แห่งความภาคภูมิใจที่มอบให้กับแขกทุกท่าน



**ปาร์ตี้สุดเอ็กซ์คลูซีฟบนเรือทิวลิปกลางกรุงเทพฯ**

นายวาริต อยู่วิทยา ผู้ช่วยกรรมการผู้จัดการ บริษัท สยามไวเนอรี่เทรตติ้ง พลัส จำกัด และ มร.เคลาส์ เคียร์เทิน ผู้อำนวยการฝ่ายส่งออกกลุ่มบริษัท เฮนเนลส์แอนด์ โค เซคเคเลอโร เคจี จัดปาร์ตี้สุดเอ็กซ์คลูซีฟแนะนำ “มิโอเนตโต” (Mionetto) ไปรเซกโกสัญชาติอิตาลี เพื่อเอาใจคนรักสปาร์กลิ่งไวน์โดยเฉพาะ โดยแขกผู้มีเกียรติได้เข้าร่วมงานกันอย่างคึกคัก ณ ชั้น 49 อ็อกเทล รูฟท๊อป เลาจน์แอนด์ บาร์โรงแรมเมริออท กรุงเทพฯ



**ทีมไทยคว้ารางวัลการแข่งขันชิงแชมป์ศิลปะแกะสลักน้ำแข็งระดับโลกที่อลาสก้า**

คุณมนู ทรงศรี หัวหน้าช่างศิลป์แผนกครัว นำทีมแกะสลักน้ำแข็งโรงแรมรอยัล ออคิด เชอราตัน เป็นตัวแทนประเทศไทยคว้ารางวัลรองชนะเลิศอันดับ 3 ในการประกวดแบบ Multi block ประเภทการแกะสลักแบบนามธรรมหรือแอบสตรกต์ ในการแข่งขันแกะสลักน้ำแข็งชิงแชมป์โลก ประจำปี 2558 (2015 BP World Ice Art Championships) หนึ่งในเวทีแกะสลักน้ำแข็งที่ใหญ่ที่สุดในโลก ณ เมืองอลาสก้า ประเทศสหรัฐอเมริกา



**ตลาดนัดไข่มุกครั้งที่ 7 ธีทางรอยด้วยโอเดียและนวัตกรรม**

บริษัท สยามแม็คโคร จำกัด (มหาชน) จัดพิธีเปิดงานแสดงสินค้าสำหรับผู้ประกอบการร้านค้าปลีกไทย “ตลาดนัดไข่มุก ครั้งที่ 7” โดยมีคุณผ่องพรรณ เจียรวิริยะพันธ์ อธิบดีกรมพัฒนาธุรกิจการค้า กระทรวงพาณิชย์ ให้เกียรติเป็นประธานในพิธีเปิดงานวันแรกพร้อมมอบความเชื่อมั่นให้ผู้ประกอบการร้านค้าปลีกทั่วไทย ณ ศูนย์แสดงสินค้าอิมแพค เมืองทองธานี ฮอลล์ 2-3





เชฟชื่อดังระดับโลกเบิร์ตกริว จัดชกดาวนดินเนอร์ท่ามกลางธรรมชาติ  
 ประณีธาน พรประภา แห่ง “วันเดอร์ฟรุต เฟสติวัล” (Wonderfruit Festival) ไลฟ์สไตล์เฟสติวัล  
 แห่งแรกในประเทศไทย จัดเอ็กซ์คลูซีฟชกดาวนดินเนอร์ ได้รับเกียรติจากสุดยอดเชฟชื่อดังระดับโลก  
 อย่างเดวิด ทอมป์สัน (David Thompson) ที่มารังสรรค์เมนูสุดพิเศษด้วยวัตถุดิบสดใหม่ซึ่งผ่าน  
 การคัดสรรมาอย่างพิถีพิถัน ให้เหล่าผู้หลงใหลอาหารชั้นเลิศได้สัมผัสประสบการณ์ชวนลิ้มลอง  
 ท่ามกลางบรรยากาศเทศกาลแห่งความสนุกที่จัดขึ้นบนพื้นที่กว่า 200 ไร่ของสยามคันทริคคลับ พัทยา



อีแม็ก แอนด์ โบลิโอส เปิดสาขาใหม่ที่เซ็นทรัล พลาซ่า ลาดพร้าว  
 นับตั้งแต่มีการเปิดสาขาแรกในประเทศไทยที่นิซาดา พลาซ่า ในหมู่บ้าน  
 นิซาดา ธาณี และสาขา 2 ที่ศูนย์การค้าเซ็นทรัลเวิลด์ ไคคกริมซูเปอร์  
 พรีเมียมจากบอสตัน แบรินด์ อีแม็ก แอนด์ โบลิโอส ได้รับการตอบรับ  
 เป็นอย่างดีและยังคงขยายสาขาในกรุงเทพฯ อย่างต่อเนื่อง ล่าสุด  
 ได้ทำการเปิดร้านสาขาที่สามอย่างเป็นทางการ ณ ชั้น 2 ศูนย์การค้า  
 เซ็นทรัลพลาซ่า ลาดพร้าว โดยได้รับเกียรติจากผู้มีชื่อเสียงใน  
 หลากหลายวงการร่วมงานครั้งนี้



สาธิตเมนูอาหารจานมะเขือเทศจากคุมาโมโตะ  
 องค์การส่งเสริมการค้าต่างประเทศของญี่ปุ่น (เจโทร) ร่วมกับส่วนราชการ  
 และสหกรณ์การเกษตรญี่ปุ่น จังหวัดคุมาโมโตะ ชวนแขกพิเศษมาลิ้มลอง  
 ความเลิศรสของมะเขือเทศสดส่งตรงจากจังหวัดคุมาโมโตะ โดยมี  
 “เซฟเอียน” พงษ์ธวัช เฉลิมกิตติชัย เชฟกระทะเหล็กอาหารตะวันตก  
 พร้อมด้วยเซฟโคโซ อิชิคาวา เซฟญี่ปุ่นสไตล์โมเดิร์นบาร์แอนด์  
 เรสเทอรัรแบบโทระ มาสาธิตเมนูพิเศษจากมะเขือเทศ ให้เหมาะ  
 สำหรับการจัดปาร์ตี้ที่บ้าน ณ Issaya Cooking Studio ชั้น LG  
 Central Embassy



Brio Receives The Thailand Tatler Best Restaurant 2015  
 Award  
 ห้องอาหารอิตาเลียน บรียอ ณ โรงแรมอนันตรา กรุงเทพฯ ริเวอร์ไซด์  
 ริสอร์ท แอนด์ สปา ได้รับรางวัล “ไทยแลนด์ แทตเลอร์ เบส  
 เรสเทอรองต์ ปี พ.ศ.2558” จากเคยได้รับรางวัลนี้เมื่อปี พ.ศ.2553  
 และ พ.ศ.2554 โดยเซฟเฟลลิสซานโดร เซฟประจำห้องอาหาร และ  
 คุณกฤษณ์ ตรีเจริญลาภ ผู้ช่วยผู้จัดการห้องอาหารบรียอ ขึ้นรับ  
 ประกาศนียบัตรจากคุณไมเกล โอคคินส์ นอกจากนี้ภายในงานยังมี  
 แยกผู้มีเกียรติร่วมลิ้มลองอาหารจากกว่า 42 ห้องอาหารที่ได้รับ  
 รางวัลในปีนี้



Savelberg Restaurant Thailand Cocktail Party Grand  
 Opening  
 เปิดตัวอย่างเป็นทางการ ท่ามกลางสื่อมวลชนและแขกวิไอพีคับคั่ง  
 กับห้องอาหารฝรั่งเศสระดับมิชลิน สตาร์ ซาเวลเบิร์ก (Savelberg)  
 ณ Oriental Residence ถนนวิบูลย์ ภัตตาคารอาหารฝรั่งเศสเลิศรส ที่สร้าง  
 มาตรฐานใหม่ด้านคุณภาพให้กับวงการภัตตาคารในประเทศไทย ภายใต้  
 การดูแลของเซฟแยงค์ ซาเวลเบิร์ก หัวหน้าพ่อครัวชาวเดนมาร์ก ซึ่งเป็น  
 หัวหน้าพ่อครัวเพียงคนเดียวในประเทศไทยเนเธอร์แลนด์ที่ได้รับรางวัล  
 มิชลิน สตาร์ ในภัตตาคารอาหารมีชื่อเสียงแตกต่างกัน 4 ภัตตาคาร  
 ด้วยกัน





ส้มพัลส์สทอมละมุนลิ้นฉบับโอต กุตุร์ กับ “ปีแอร์ แอร์เม่ ปารีส”

ปีแอร์ แอร์เม่ ปารีส (Pierre Hermé Paris) แปรนตม์การองและขนมหวานแฟชั่นอันดับ 1 ของฝรั่งเศสและติดอันดับสุดยอดความอร่อยระดับโลก ได้ถูกนำเข้ามาถึงเมืองไทยให้สาวกขนมชาวโอต กุตุร์ ได้ลิ้มรสความอร่อยระดับโลกเป็นครั้งแรกในเมืองไทย พร้อมจัดเต็มความอร่อยของขนมหวานมากมายได้ที่ร้าน Pierre Hermé Paris ชั้น G ศูนย์การค้าเอ็มควอเทียร์

พอล (PAUL) เซวลอง “มาการอง”

PAUL ร้านขนมชื่อดังจากประเทศฝรั่งเศส เอาใจคนชื่นชอบมาการอง นำมาการองสูตรลับเฉพาะของ PAUL มาแนะนำเป็นของขวัญชิ้นพิเศษสำหรับคนพิเศษของคุณ มีให้เลือก 2 ประเภทคือ ชุดมินิมาคารอง (12 Mini-Macarons) จำนวน 12 ชิ้น 6 รสชาติ และมาการอง (Les Grands Macarons – 80 กรัม) 5 รสชาติ สามารถโทร.สั่งเบเกอรี่ล่วงหน้าได้ที่ 0-2001-5160 ชั้น 1 ศูนย์การค้าเซ็นทรัลเอ็มบาสซี



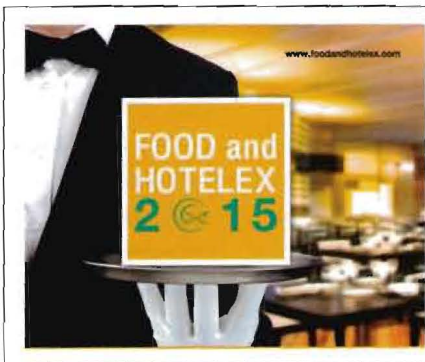
CP Balance

บริษัท เจริญโภคภัณฑ์อาหาร จำกัด (มหาชน) แนะนำผลิตภัณฑ์ใหม่ “CP Balance” เมนูอาหารพร้อมรับประทานเพื่อสุขภาพเพื่อตอบโจทย์ผู้บริโภคที่รักสุขภาพและต้องการควบคุมปริมาณแคลอรีในมื้ออาหาร ด้วย 4 ผลิตภัณฑ์ เพียงทาน CP Balance เป็นงานหลัก คุณก็ยังมีความสุขเพลิดเพลินไปเ็นจอยกับอาหารจานโปรดได้อีกสินค้ามีจำหน่ายแล้วที่ร้านซีพี เฟรชมาร์ทและห้างสรรพสินค้าชั้นนำทั่วไป



ทานข้าว 6 สัปดาห์เพิ่มพลังให้ชีวิต

ข้าวกล้องหลากหลายสีมีปริมาณสารอาหารมากกว่าข้าวขาวประมาณ 3-9 เท่า และมีสารต้านอนุมูลอิสระมากกว่าผลไม้จำพวกเบอร์รี่ ทำให้ข้าวกล้องมีคุณสมบัติทางโอสถสารอย่างครบสมบูรณ์ นอกจากเสริมสร้างสุขภาพแล้วยังสามารถป้องกันและลดอาการของโรคต่างๆ ได้มากมาย ติดตามรายละเอียดได้ทางเฟซบุ๊ก Thaankhao และ [www.organicriceonline.com](http://www.organicriceonline.com)



FOOD and HOTELEX 2015

สุดยอดมหกรรมงานแสดงสินค้าอาหารและบริการที่ยิ่งใหญ่ระดับประเทศ กลับมาอีกครั้งด้วยความยิ่งใหญ่เหมือนเดิม เปิดโอกาสให้ผู้ประกอบการได้สร้างแบรนด์ให้เป็นที่รู้จักเพื่อเป็นการรองรับ AEC ในวันที่ 2 – 5 กรกฎาคม 2558 จังหวัดสุราษฎร์ธานี / 17 – 20 กันยายน 2558 จังหวัดขอนแก่น / 19 – 22 พฤศจิกายน 2558 จังหวัดภูเก็ต พร้อมงานแข่งขันทำอาหารระดับเยาวชน Thailand Junior Chef Championship ครั้งที่ 2 สนใจจองพื้นที่หรือสอบถามข้อมูล โทร.0-2640-8013 ต่อ 27 หรือ 28



เฟย์โดม “MINI” เครื่องชงกาแฟรูปสัตว์น่ารัก

“เนสกาแฟ ดอลเช่ กุลโต้” เผยโดม “MINI” เครื่องชงกาแฟรูปสัตว์น่ารัก นวัตกรรมศิลปะแห่งการดื่มกาแฟยุคใหม่ผสมผสานเอกลักษณ์งานดีไซน์อันโดบเนี้ยวของสองสุดยอดแบรนด์ระดับโลก “เนสกาแฟ ดอลเช่ กุลโต้” และ “มินิ” ที่ตอบโจทย์คนรักรถและคอกาแฟอย่างลงตัว เป็นเจ้าของเครื่องชงกาแฟ “MINI” รุ่นลิมิเต็ดเอดิชั่น พร้อมทีมเบลอร์-แก้ว เก็บความร้อนดีไซน์พิเศษได้แล้วที่ห้างสรรพสินค้าเซ็นทรัล และช่องทางออนไลน์



เปิดตัวซีเรียล-มูสลี่ ออร์แกนิก “จอร์แดนส์”

ทีเตชา เปิดตัวซีเรียล-มูสลี่ ออร์แกนิก “จอร์แดนส์” ผลิตภัณฑ์อาหารเช้าซีเรียลและมูสลี่ออร์แกนิก 8 รสชาติ ตอบโจทย์คนรักสุขภาพ “อิม-อโรย-มีประโยชน์” ให้พลังงานอย่างเพียงพอในมือเช้า หรือจะรับประทานเล่นเป็นของว่างก็ได้เช่นกัน มีวางจำหน่ายแล้วที่ห้างสรรพสินค้าชั้นนำทั่วไป สามารถสั่งซื้อผ่านทางออนไลน์ได้ทางเว็บไซต์ [www.simplycafe.com](http://www.simplycafe.com)

The Relaxing Afternoon Tea

The Gardens of Dinsor Palace ร้านอาหารแสนเก๋ที่เป็นดังโอเอซิสของคนย่านสุขุมวิท ขอนำเสนอชุดเซ็่น้ำชายามบ่าย ที่คัดสรรเมนูสุขภาพสูงถึง 11 ชนิด เสริฟพร้อมของว่างทั้งคาวและหวาน ที่ออกแบบโดยเชฟอ้อม ธีม แม็คทาการ์ท เชฟผู้ทำชิงที่ชนะในรายการ Iron Chef Thailand Dec.2014 สอบถามรายละเอียดและสำรองที่นั่ง โทร.0-2714-2112 หรือ 09-3124-7730



“เมซง อีริค โคย์เซอร์” เบเกอรี่ระดับโลกสัญชาติฝรั่งเศส

เปิดตัวแห่งแรกในประเทศไทยที่ซอยทองหล่อ

มร.ยิเดโนริ มัตซึอูระ ผู้จัดการทั่วไปบริษัท เอพิคิวเรียนส์ จำกัด บริษัทร่วมลงทุนระหว่างเหล่านักชิมอาหารชั้นสูงชาวไทยและชาวต่างประเทศที่มีวิสัยทัศน์เดียวกัน คือการเปิดประสบการณ์แปลกใหม่ให้คนไทยได้ลิ้มรสอาหารที่ดีที่สุดจากทั่วทุกมุมโลก จัดงานแนะนำร้านเบเกอรี่ระดับโลกสัญชาติฝรั่งเศส “เมซง อีริค โคย์เซอร์” แห่งแรกที่ซอยทองหล่อ ในประเทศไทย ตั้งอยู่ระหว่างซอยทองหล่อ 3 และ 5 ใจกลางกรุงเทพฯ มีชิกเนเจอร์ขนมปังฝรั่งเศส Baguette Monge (บาแกตต์โดมงซ์) และครัวของดีที่บรรดาเชฟระดับโลก ทั้งปารีส โตเกียว นิวยอร์ก และสิงคโปร์ ต่างยกให้เป็นสุดยอดของความอร่อย



19 ต.ค. 2558  
**foodstylist**  
food media house

Professional  
Food Media Maker



**Light**  
up **Idea**

# มุ่งความสำเร็จในมันตง ชกนเจอร์ดช ทุกงาน...

**Food Creative**  
สร้างสรรค์เมนูเพื่อร้านอาหาร

**Food Stylist**  
ตกแต่งเมนูเพื่องานโฆษณา  
และธุรกิจอาหาร

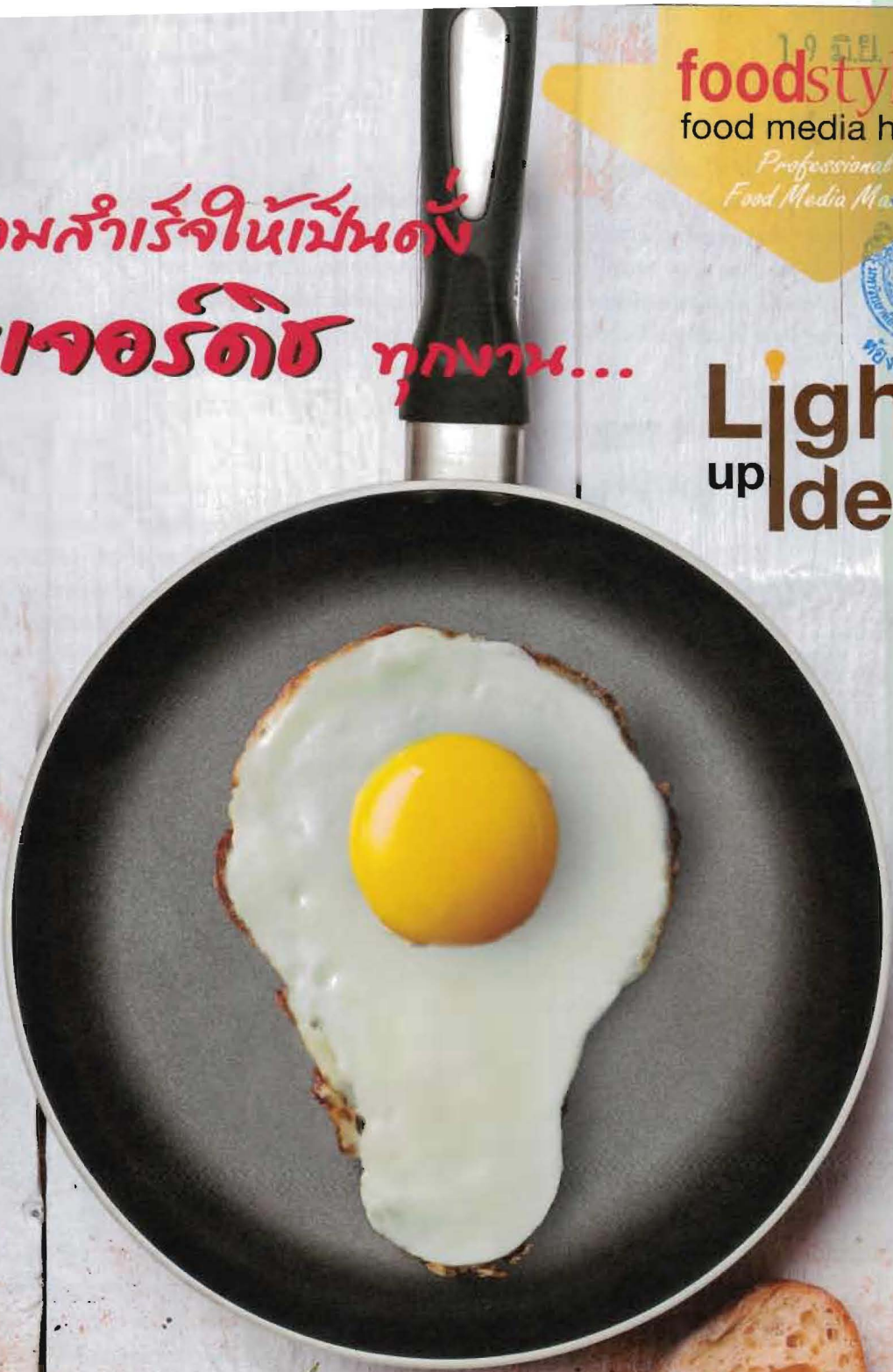
**Food Event**  
จัดงานกิจกรรมด้านอาหาร

**Chef Agency**  
เชฟเรซิดีเชฟเพื่องานโฆษณา

**Food Photo**  
ถ่ายภาพอาหารคุณภาพ  
พร้อมสตูดิโอครัว

**Food Publishing**  
ออกแบบสิ่งพิมพ์  
สำหรับธุรกิจอาหารทั่วโลก

**Chef-channel**  
รายการทีวีออนไลน์ด้านอาหาร



**สาขดวณไอเดียง!**

พร้อมส่งความสำเร็จ เสิร์ฟสื่อคุณภาพ

**Ins 02-770-8899**







# Chef's Choice

Over 116 years' experience in the cheese industry

## CHEDDAR CHEESE

Proudly Australian Owned And Produced



### Processed Cheddar Cheese

1.5 kg./pack (72 pieces), 8 packs/ctn. Keep in -4 °C (Shelf life: 1 year)

#### Features

- Made from high quality natural cheese
- Clean cheddar flavour designed to complement other ingredients in the burger
- Special formulation will not melt on a hot burger
- Stagger Stacked

#### Benefits

- Economical size for burgers and other fast foods

### Mild Cheddar Block

Approx. 2 kgs./pack, 10 packs/ctn.

Keep in -4 °C (Shelf life: 9 months)

#### Features

- 100% natural cheddar cheese
- Semi-hard cheese, clean and mild cheddar taste
- Good for slicing, melting and gratin

#### Benefits

- Suitable for general use in sandwiches, as a snack cheese,



# TRAFS

Thailand Retail, Food  
& Hospitality Services **2015**

[9<sup>th</sup> Edition]

## งานแสดงอุปกรณ์ โรงแรม อาหารและเครื่องดื่มอันดับ 1



### จองพื้นที่ ด่วน!

**16-19 กรกฎาคม 2558**  
**ฮอลล์ 102-103, ไบเทค บางนา**

ทำไมจึงต้องเข้าร่วมงาน

- ศูนย์รวมสินค้าทุกประเภท one stop shop สำหรับโรงแรม ร้านอาหาร และธุรกิจค้าปลีกที่เติบโตเร็วที่สุด
- 70% ของผู้แสดงปีที่แล้วตอบตกลงร่วมงานแล้ว
- โอกาสสำคัญ ในการเพิ่มยอดขายและขยายฐานลูกค้าทั้งในไทยและเอเชีย โดยเฉพาะตลาดใหม่ประเทศอินโดจีน (กัมพูชา, ลาว, เมียนมาร์, เวียดนาม)
- ใหม่ล่าสุด! "ASEAN HALAL FOOD ZONE" เพื่อตอบสนองตลาดฮาลาลที่เติบโตอย่างรวดเร็วในไทยและเอเชีย

บริษัท กวิน อินเตอร์เทรด จำกัด

คุณชญาดา chayada@kavinintertrade.co.th

โทร. 02 861 4013 ต่อ 117

trafs@kavinintertrade.co.th

[www.thailandhoreca.com](http://www.thailandhoreca.com)



โดย



ผู้สนับสนุนอย่างเป็นทางการ



ผู้สนับสนุน



ผู้สนับสนุน

