

Foodstylist Magazine

Growing In The Garden

อาหารและพรรณไม้
รีนอร์มย์และเสิศรส



สุดยอดแมนทีโซนด้วยศิลปะอันงดงามของธรรมชาติ



เฉลิมพระชนมพรรษา 12 สิงหาคมบรมราชินีนาถ

เฉลิมสมัยหทัยราษฎร์
ไทยถ้วนมวลบรรจบ

เบื้องฟ้าพระบาทน้อมนม
หลอมรวมใจถวายพระพร

มงคลมิ่งพระพรรษา
พระกรุณาปกฟ้าดิน

พระมารดาธรณิน
พระบารมีประจักษ์ธรา

ศิลปาชีพก่อวิวัฒม์
ดั่งน้ำทิพย์ชโลมนอง

ชาติสุขสวัสดิ์รุ่งเรืองรอง
แผ่นดินไทยเกษมสราญ

เชิงเทพไท้ไอศวรรย์
ศิระกรานมหाराชนี

พรอนันต์อันสุขศรี
ขอพระองค์ทรงพระเจริญ

ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อมขอเดชะ
ผู้บริหารและพนักงาน บริษัทฟู๊ดสไตลิสท์ จำกัด

พัชรพล ประดับสุข ประพันธ์

2015
ACIEC
2015

Organized by



งานมหกรรมแสดงสินค้ามาตรฐาน ไทยและจีนส่งออก ครั้งที่ 5

2015 ASEAN (BANGKOK) CHINA IMPORT & EXPORT COMMODITIES FAIR

27-29 November 2015
AT IMPACT HALL 5-6, BANGKOK



การแสดงสินค้าคุณภาพชั้นนำจากไทย-จีนกว่า 400 บริษัท
โดยมีสินค้าจัดแสดงกว่า 5,000 รายการ บนพื้นที่การจัดงานกว่า 8,000 ตร.ม.

กิจกรรมภายในงาน

กิจกรรมจับคู่ธุรกิจไทย-จีน

สัมมนาเชิงธุรกิจระหว่างไทย-จีน

WORKSHOP เรียนรู้วัฒนธรรมจีน

การสาธิตนวัตกรรมสินค้าและบริการ

การแสดงผลนวัตกรรมภูมิไทย-จีน

SMEs CLINIC ให้คำปรึกษาผู้ประกอบการ



เปิดจองพื้นที่
เลือกทำเลก่อนใคร!
โทร: 02-276-6516
www.aciec.com



editor's talk

“พวกเราจะเป็นพื้นที่ให้เชฟ นักออกแบบอาหาร และบุคคล
ในวงการอาหารได้มาแสดงความสามารถของตนในนิตยสารของเรา”

Prawat Prung-Ak-Sorn
Executive Editor

“Plant Planet”

As we believe, we can plant a dream...

พืชพรรณต่างๆ เป็นทั้งอาหารตา อาหารปาก และอาหารใจให้กับ
มนุษย์อย่างเรา มาตั้งแต่สมัยดึกดำบรรพ์ ส่วนตัวแล้วดิฉันมีความ
เชื่ออยู่อย่างหนึ่งว่าความสุขในการรับประทานอาหารเกิดมาจาก

รสสัมผัสทั้งห้าพร้อมๆ กัน รูป รส กลิ่น เสียง และสัมผัส ซึ่งพืชพรรณ
ต่างๆ มีอยู่ครบด้วยตัวของเขา

ฉบับนี้เรียกได้ว่าเป็นหนึ่งในฉบับที่สดชื่นตั้งใจเหมือนที่ฝันกันไว้ เพราะ
เราได้นำส่วนต่างๆ ของพืชมาเป็นวัตถุดิบในการทำอาหาร ด้วยรูป
สัมผัส ความสวยงามและสีสัน กลิ่นแห่งความสดใสรสชาติและเนื้อ
สัมผัสที่เฉพาะตัวของแต่ละพันธุ์ไม่มาเป็นส่วนประกอบในการทำเมนู
ต่างๆ ในฉบับนี้

เมนูและดีไซน์ที่น่าเสนอนี้เป็นการนำส่วนประกอบของพันธุ์ไม้ตั้งแต่
ส่วน ราก ดอก ใบ เมล็ด และผล มารังสรรค์เมนู ด้วยสีสันและสัมผัส
ธรรมชาติยิ่งทำให้ได้เมนูที่ดูแล้วตระการตา และทำได้ไม่ยากเรียก
ได้ว่า “เราเอาความสวยงามของพืช มาสร้างสรรค์ความสวยงามบน
เมนู” รับประกันได้ว่าคุณไม่เคยเห็นที่ไหนมาก่อนแน่นอน

ผลงานที่ได้อ่านในวันนี้ เป็นสิ่งที่พวกเราได้สัมผัสเฉพาะพันธุ์กันมากกว่า 9 ปี
และยังคงดำเนินต่อไป

อย่าลืมติดตามพวกเราในฉบับหน้า จากพืชพรรณธัญญาหาร จะเข้าสู่
อีกโลกหนึ่งที่น่าหลงใหลไม่แพ้กันนั่นก็คือ ความสวยงามของเมนูเนื้อ

และติดตามข้อมูลอาหารแนวสร้างสรรค์ (Creative food design)
จาก www.facebook.com/foodstylistfanpage นะคะ

พบกันฉบับหน้านะคะ

ไอริณ ฤกษ์สาร
บรรณาธิการอำนวยการ

- | | |
|---------------------------------|------------------------------------|
| Publisher Foodstylist Co., Ltd. | เจ้าของ บริษัท ฟู้ด สไตลิสต์ จำกัด |
| Honorary Adviso | ที่ปรึกษา |
| Chumpol Jangprai | เชฟชุมพล แจ่งไพร |
| Witoon Wongsavat | วิฑูรย์ วงษ์สวัสดิ์ |
| Food Consultant | ที่ปรึกษาด้านอาหาร |
| Thai Chefs' Association | สมาคมเชฟประเทศไทย |
| Executive Editor | บรรณาธิการบริหาร |
| Prawat 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 |
| Sirada Thanakhomtrakoon | ศิรดา ธนาคมตระกูล |
| Cheewanuan Potranun | ชีวานวล โปตระนันท์ |
| Art Director | อาร์ตไดเรกเตอร์ |
| Siri Sumanit | ศิริ สุมานิต |
| Photographer | ช่างภาพ |
| Wanassanan Wongampaiprasert | วนัสนันท์ วงอำไพประเสริฐ |
| Warawut Ansirimongkol | วราวุธ อันศิริมงคล |
| Food Creative | ฟู้ดครีเอทีฟ |
| Sutakon Suwannachot | สุธากร สุวัฒน์ไชติ |
| Nisakorn Surakasamesawad | นิสากร สุรเกษมสวัสดิ์ |
| Writer | นักเขียน |
| Putta Pukkawes | พุทธา พุกกะเวส |
| Wattanee Jantaramitree | วรรณณี จันทรมิตร |
| Proofreader | พิสูจน์อักษร |
| Rathawan Pattanaratchatadul | รัฐวรรณ พัฒนรัชตอดุล |
| Secretary | เลขานุการฝ่ายบริหาร |
| Chorpaka Tanakan | ช่อมภา ธนากาญจน์ |
| Marketing Communication | สื่อสารการตลาด |
| Lalinthip Riengrojpitak | ลลิตทิพย์ เรียงโรจน์พิทักษ์ |
| Nalinee Ploying | นลินี พลอยพริ้ง |
| Account Executive | ฝ่ายโฆษณา |
| Kanaporn Pooutai | คณพร ภู่อทัย |
| Booppa Komkunthod | บุปผา กอมขุนทด |
| Accounting & Finance Manager | ผู้จัดการฝ่ายบัญชี |
| Pannakrit Ninkittikoson | ปัทมกฤต นิลกิติโกศล |

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

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

แยกสี บริษัท สุนทรฟิล์ม จำกัด โทร. 0-2216-2760-8 โทรสาร 0-2216-2769
โรงพิมพ์ บริษัท สยามพรินท์ จำกัด
เลขที่ 115/69 ซอยรามอินทรา 40 แขวงบวราภิรมย์ เขตบึงกุ่ม 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

การรับรู้ความเป็นเจ้าของลิขสิทธิ์และเครื่องหมายการค้า... (Small text at the bottom of the page regarding copyright and trademarks.)

foodstylist
food media house

*Professional Food
Media Maker*

Food Creative
สร้างสรรค์เมนูเพื่อร้านอาหาร

Food Styling
ตกแต่งเมนูเพื่องานโฆษณา
และธุรกิจอาหาร

Food Event
จัดงานกิจกรรมด้านอาหาร

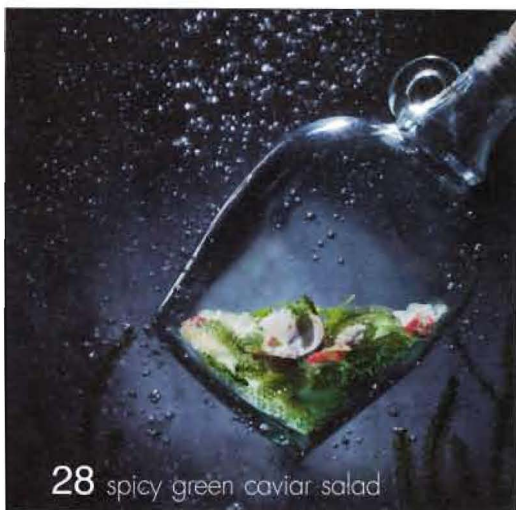
Chef Agency
เชฟส่วนตัวเชฟเพื่องานโฆษณา

Food Photo
ถ่ายภาพอาหารคุณภาพ
พร้อมสตูดิโอครัว

Food Publishing
ออกแบบสิ่งพิมพ์
สำหรับธุรกิจอาหารทั่วโลก

**Light
up
Idea**

สายตัวนโอดีย
พร้อมส่งความสำเร็จ เสริมสื่อคุณภาพ
โทร 02-770-8899 ต่อ 5121



food

14 cover story

the color of nature รสชาติ ความงาม และธรรมชาติ

foodstylist signature dishes

46 food project

- seared hon maguro with earth vegetable salad

- teppanyaki Japanese sausages – sweet mustard seed and onion puree

50 minimal

chick peas little

52 a chef life

edible garden

54 thai time

little green house พิซพรรณ ัญญาหาร

56 chic dessert

the garden: lychee panna cotta with raspberry gel

F R O Z E N NAMA TARABA KANI



ขามูการาระบะดิบติดไหล่ “รสหวาน...เนื้อแน่น”

ขามูการาระบะดิบติดไหล่ ส่งตรงจาก ฮอกไกโด
สามารถนำมาปรุงอาหารได้ทั้งกับอาหารตะวันตก
และอาหารตะวันออกทำให้คุณสามารถเพลิดเพลิน
กับรสชาติที่อร่อยและหอมหวานของเนื้อปูมากขึ้น



inspiration



60 Pierre Hermé



62 เชฟทงกุกา จินตทานนท์



68 ไพลิน สีจางาศิตย์

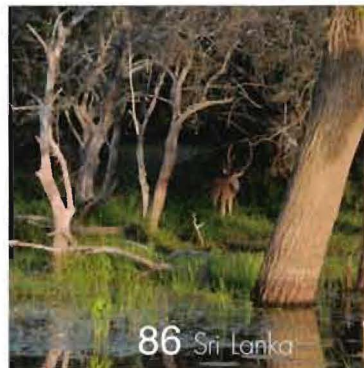


72 จักรชัย โฉมทองดี

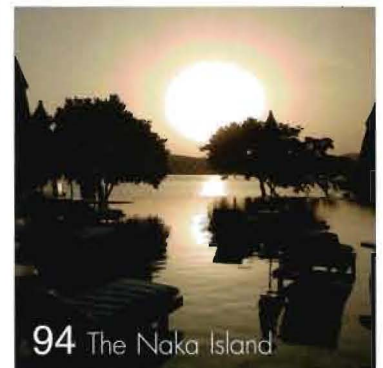
styling life

- 86 food journey**
sri lanka a beautiful soul
ศรีลังกา...จิตวิญญาณอันงดงามหลังควีนสครามจางหายไป
- 94 gourmet trip**
happy getaway: slow life in the island
- 102 dining out**
counting sheep comer ร้านนั่งชิลใจกลางป่าคอนกรีต
- 104 coffee break**
creadz café บ้านหลังน้อย...ที่จะไม่ทำให้คุณเครียด
- 106 check in by food project**
เช็กอินความอร่อยได้ที่นี้
- 110 hot & new restaurant by wongnai**
4 ร้านสุดฮอตจาก 'วงใน'
- 118 cooking school**
โรงเรียนสอนทำอาหาร
สถานที่ปลูกรวมฝันของคนอยากเป็นเชฟ
- 122 social**
ติดตามทุกความเคลื่อนไหวในวงการอาหาร
- 124 new product**
ผลิตภัณฑ์ใหม่ที่น่าจับตามอง
- 126 take a break**
Inspired bites: Unexpected ideas for entertaining
from pinch food design

- 60 chef we love**
- picasso of pastry ปาติซิเยร์ปีแอร์ แอร์เม่
- every week we're shuffling เชฟทงกุกา-กฤษฎิศา จินตทานนท์
- 64 x-perience**
the next chapter บทบาทใหม่ของชีวิต
- 66 drink master**
german dessert wine ไวน์หวานกับเลทฮาร์เวสต์
- 68 mixologist we love**
her dynamic mixture มิกโซโลจิสต์มีลค์-โพลิน สีจางาศิตย์
- 70 secret ingredients**
maybe flower & café
- 72 meet the foodies**
root garden: urban farm in the heart of city
จักรชัย โฉมทองดี
- 74 food design**
color of flora ความงดงามของพืชพันธุ์
- 76 food.culture.sketch**
เริ่มต้นวันใหม่ แบบเก่าๆ
- 78 kitchen confidential**
the green backyard ผักสวนครัว ในรั้วบ้าน
- 80 foodstylist diary**
the new paradigm of pairing thai food
- 82 top shelf**
into the wood



86 Sri Lanka



94 The Naka Island



102 counting sheep comer



104 creadz cafe



“ ฮิดะกิ่ว ” วัวสายพันธุ์แชมป์ญี่ปุ่น
จากการแข่งขัน วากิวโอลิมปิก ประเทศญี่ปุ่นสองครั้งซ้อน

HIDA-GYU

飛騨牛

ได้รับรางวัลเนื้อชั้นดีที่สุดในการประกวดแข่งขันเนื้อวัวในประเทศญี่ปุ่นถึงสองครั้งซ้อน
จากงานประกวดพันธุ์วัวญี่ปุ่น “ วากิวโอลิมปิก ” (แข่งทุก 5 ปี)

ในบรรดาวัวสายพันธุ์ญี่ปุ่นชนสีดำ ซึ่งเป็นผลิตผลของจังหวัดกิฟุ มีเพียง "ฮิดะกิ่ว" ที่เป็นแบรนด์สินค้าซึ่งได้รับการยกย่องว่าเป็นเนื้อวัวชั้นเลิศ เป็นที่ยอมรับด้านความนุ่มละเอียดและมีรสอร่อยจนแทบละลายในปาก "ฮิดะกิ่ว" ซึ่งเลี้ยงด้วยน้ำใสบริสุทธิ์และอยู่ในสภาพอากาศที่สดชื่น ประกอบกับการดูแลเอาใจใส่เป็นอย่างดีจากผู้เลี้ยง ก่อให้เกิดรสชาติของเนื้อวัวแท้ที่สะอาดปลอดภัยและวางใจได้



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



“ฮิดะกิ่ว” เป็นแบรนด์สินค้าซึ่งได้รับการจัดอันดับคุณภาพของเนื้อให้อยู่ในระดับ 5 ระดับ 4 และระดับ 3 ในการประกวดแข่งขันเนื้อวัวซึ่งจัดขึ้นโดยสมาคมจัดอันดับมาตรฐานเนื้อวัวของประเทศญี่ปุ่น ประเภทวัวสายพันธุ์ญี่ปุ่นชนสีดำที่เลี้ยงเป็นเวลาตั้งแต่ 14 เดือนขึ้นไปในจังหวัดกิฟุ



องค์การส่งเสริมแบรนด์ฮิดะกิ่ว

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

editor note

โลกของเราอายุ 4.6 ล้านปี...

แต่ถ้าเราจะเรียนรู้ได้ว่าแท้จริงมนุษย์ โลกของเรา และธรรมชาติที่โอบล้อมเรามีวิวัฒนาการอย่างไรก็ใช้เวลานับร้อยๆ ปี และมันก็เป็นสังขารที่จริงแท้แน่นอนว่าทุกสิ่งนั้นมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา ต้องเปลี่ยนไปเป็นธรรมดา และก็จริงที่แสนเจ็บปวด เมื่อเราทบทวนบทเรียนจากอดีตที่เราเคยเป็นใคร จากอดีตของสิ่งมีชีวิตที่เพียงเรียนรู้การเอาตัวรอดจากธรรมชาติ การปกป้องตัวเองจากอันตราย บรรพบุรุษของมนุษย์ค่อยๆ เรียนรู้กันไปหลายพันปี มนุษย์สามารถเอาตัวรอดจากสิ่งที่เคยกริ่งเกรง เรารู้จักเอื้ออาศัยกัน แล้วก็ค่อยๆ ใช้ประโยชน์จากธรรมชาติได้มากขึ้น เกิดการรวมกลุ่มของมนุษย์สร้างเป็นชุมชน ก่อตัวเป็นเผ่าพันธุ์ ขยายสู่การจำแนกชาติพันธุ์ จากการใช้ประโยชน์ก็พัฒนาสู่การหาประโยชน์

เราปฏิวัติการเกษตร ปฏิวัติอุตสาหกรรม ปฏิวัติวิทยาศาสตร์ การเปลี่ยนแปลงในช่วงเวลาต่างๆ ของมนุษย์ได้สร้างโลกให้ทันสมัย บ้านเรือน ความเป็นอยู่ เทคโนโลยี วัฒนธรรมเข้าสู่ยุคที่พัฒนามาจนถึงขีดสุด

เราเริ่มเรียนรู้ว่าโลกที่มีหมุนท่ามกลางจักรวาลเกือบๆ ห้าพันล้านปี เริ่มซำรุดทรุดโทรมอย่างหนัก ธรรมชาติเริ่มอึดอัด สงสัยผ่านผ่านอุบัติภัยธรรมชาติต่างๆ

ว่ากันว่ามนุษย์มีอายุเฉลี่ย 20,000 วัน

มนุษย์นั้นช่างน้อยนิดจิวหลิวเมื่อเทียบกับธรรมชาติ แต่อย่างไรก็ตาม มนุษย์ที่ตัวเล็กๆ อายุเทียบกับโลกไม่ได้แถมแต่น้อยก็ทำให้ต้นไม้ใบหญ้าลดลงไปทุกๆ ปี พื้นที่สีเขียวถูกแทนที่ด้วยตึกรามบ้านช่อง โรงงานอุตสาหกรรม มนุษย์ทำให้ฝนตกอย่างบ้าคลั่งในบางพื้นที่ ทำให้ฝนแล้งเสียจนพื้นดินแตกระแหงในบางแห่ง ดูเหมือนโลกจะไม่สวยงามเหมือนอย่างเคย และยังไม่ทันที่เราจะเรียนรู้อย่างแท้จริงเลยว่า ธรรมชาติที่ถูกสร้างผ่านกาลเวลามานานนั้นสวยงามเพียงใด ไม่ทันเสพชมความงามของต้นไม้ยังไม่ทันหยิบมันมาสร้างความสุขงามจริงใจให้กับตัวเองและโลก

โลกนั้นเปลี่ยนแปลงไปมากจริงๆ ธรรมชาติมันเสื่อมโทรมไปแล้วจริงๆ ...

หยาดฝนรอยตัวเกาะที่หน้าต่างของออฟฟิศเราแล้ววันนี้ ปีนี้ฝนมาซ้ำเสียจนข้าวทุกช่องระดมรายงานความแห้งแล้ง ต้นไม้ของกองฯ เรากำลังเติบโตสวยงามเพราะพวกเรารดน้ำมันตามกำหนด ฟุตสโตลิสต์เล่มนี้ถูกเพาะปลูกด้วยหัวใจที่เข้มแข็ง ผมหวังว่าเมนูอาหารที่สะท้อนความงามของต้นไม้และพืชจะทำให้คุณมองโลกในแง่ใจมากขึ้น หวังว่าคุณจะไม่เพียงแค่อยากทำอาหารที่ตกแต่งด้วยพืชผักดอกไม้ แต่หวังว่าคุณจะซื้อต้นไม้สักต้นมาเลี้ยงดู หรือลุกขึ้นมาปลูกต้นไม้ที่สวนหน้าบ้าน เพื่อว่าวันหนึ่งเมื่อเราจากโลกนี้ไปแต่โลกของเราอายุยืนยาวและสวยงามไปอีกหลายๆ พันปี

“Look deep into nature,
and then you will understand
everything better...”

-Albert Einstein

พัชรพล ประดับสุข
บรรณาธิการ

Highlight

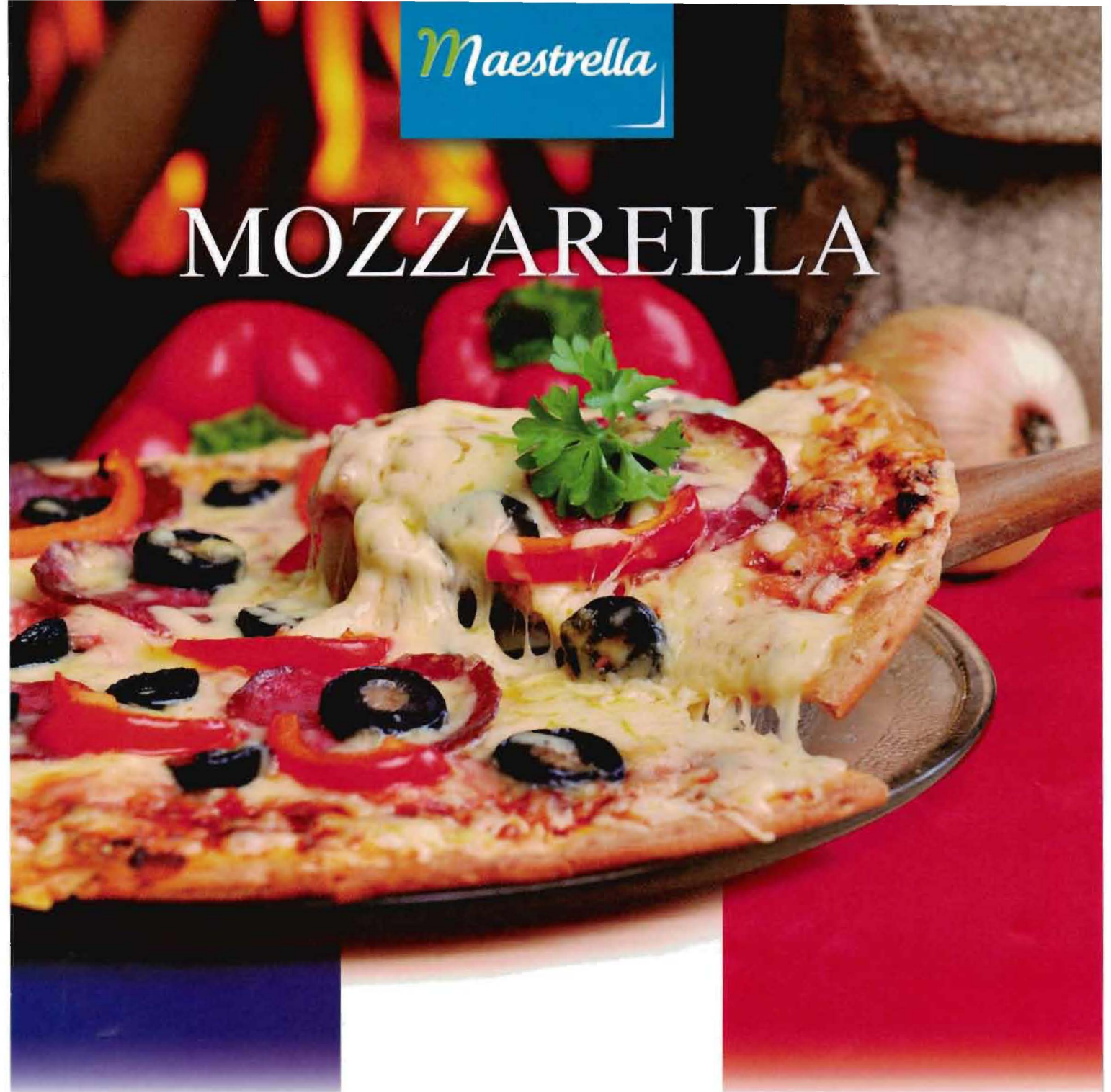


พบเมนูชิคๆ ของเชฟวิท (Chef Vittorio Bertini)
ได้ใน food project

เชฟระดับกูรูผู้สั่งสมประสบการณ์ในการทำอาหารมากกว่า 40 ปี และด้วยการทำงานร่วมมาแล้วทุกวัฒนธรรมอาหารบนโลก ไม่ว่าจะยุโรป ตะวันออกกลาง และเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ และเคยทำงานในตำแหน่ง Executive Chef ให้กับโรงแรมอิมพีเรียล ควีนส์ปาร์ค ซึ่งปัจจุบันนี้อยู่ในตำแหน่งผู้อำนวยการฝ่ายพัฒนาธุรกิจ ของบริษัทผู้ผลิตและนำเข้าอาหารยักษ์ใหญ่อย่าง food project

Maestrella

MOZZARELLA



Maestrella has the recipe for your successful pizzas and other Italian meals.

- *Strong stretching properties*
- *smooth texture.*
- *various level of coloration.*



food



21 ส.ค. 2558

“อัจฉริยะของธรรมชาติคือการเริ่มต้น
จากเมล็ดเล็กๆ เติบโตเป็นพืช
นานาพันธุ์ แบ่งบานความงามอันเป็น
พลผลิตแสนบริสุทธิ์ จนหมดอายุขัย
ไปในที่สุด เหลือทิ้งไว้เพียงร่องรอย
แห่งการเริ่มต้นใหม่
ด้วยเมล็ดพันธุ์เดิมนั้น”

foodstylist signature dishes

จากเมล็ดพันธุ์ที่ฝังตัวอยู่ในดินเติบโตใหญ่จนผลิดอกออกผล
นำมารังสรรค์เป็น 10 เมนู เส้นแห่งพิชพรรณ
แสดงถึงความงามที่ไม่ได้ถูกจำกัดแต่ในธรรมชาติเสมอไป

The Color of Nature

รสชาติ ความงาม และธรรมชาติ

“คนเราเป็นสัตว์กินพืช สัตว์กินเนื้อ หรือสัตว์กินทั้งพืชและเนื้อ” ความคิดนี้ผุดขึ้นขณะที่ชบวนของบุฟเฟต์ซาบูกำลังล่องมาที่สายพาน หลายสิ่งปะตะปะตั้งสลับหว่างระหว่างประเภทเนื้อและพืชผัก

มีคำถามอีกมหาศาลเลยที่ถามไปก็ยากจะหาคำตอบ และเรื่องของการกินพืชหรือกินสัตว์ก็เป็นหนึ่งในความสงสัยอันเป็นอมตะ อย่างไรก็ตาม หากจะไขข้อข้องใจด้วยข้อมูลทางประวัติศาสตร์แล้ว เราก็คงต้องเปิดเครื่องย้อนเวลาแล้วกดเลือกเวลาที่ถอยหลังไปเมื่อ 9,500 ปี

เกือบๆ หนึ่งหมื่นปีในยุคหินกลางก่อนสิ่งมีชีวิตที่เรียกว่ามนุษย์เริ่มวิวัฒนาการที่ซับซ้อนมากขึ้น บรรพบุรุษยุคดึกดำบรรพ์เริ่มเพาะปลูกทำการเกษตร พร้อมไปกับการเลี้ยงสัตว์ และมีกิจกรรมหลักก็คือ “การล่าสัตว์” มีหลักฐานทางประวัติศาสตร์ชี้ว่าคนเริ่มปลูกพืชครั้งแรกในแถบตะวันออกกลาง จากนั้นพบว่าระบบการเกษตรก็เข้ามาสู่ดินแดนอียิปต์ เมื่อเป็นเช่นนี้หากจะบอกว่ามนุษย์เริ่มกินสิ่งใดก่อนหรือหลัง ก็คงต้องบอกว่าทุกสิ่งที่เกิดขึ้น และสืบทอดมาจนถึงปัจจุบันนั้น เป็นสิ่งที่ดีที่สุดแล้ว และล้วนเป็นประวัติศาสตร์ที่สำคัญของมนุษย์เรา

หากเราจะมองแบบกลางๆ ให้ความยุติธรรมสำหรับคนที่ชื่นชอบทานเนื้อ หรือนิยมทานผัก และบางคนอาจจะรักทั้งสองสิ่ง คงต้องขอบอกว่า ไม่ว่าจะเป็นส่วนหนึ่งของเนื้อสัตว์หรือพืชผักต่างก็มีเสน่ห์ มีเอกลักษณ์ของรสชาติ และประโยชน์ที่แตกต่างกันออกไป สิ่งที่สำคัญยิ่งกว่านั้นคือทั้งสองฝ่ายล้วนเติมเต็มความสมบูรณ์ให้แก่โลกของอาหาร เปรียบเสมือนหยินหยาง ที่อยู่คู่กันได้อย่างลงตัว ทำให้เซฟสามารถสร้างสรรค์ชิ้นงานอันเลิศค่าได้อย่างสมบูรณ์แบบ

สำหรับฟู้ดสไตล์ลิสต์ฉบับนี้ เราเลือกดึงเสน่ห์ความสวยงามของทุกองค์ประกอบพืชมานำเสนอและตกแต่งอาหาร เริ่มตั้งแต่ “เมล็ด” อันเป็นจุดเริ่มต้นของผืนป่าหรือแปลงผักแทงออกมาเป็น “ราก” หรือหัว เป็นส่วนยึดลำต้นให้ตั้งตรงสง่างาม อีกทั้งยังมีคุณประโยชน์ซุกซ่อนอยู่ใต้ดินอีกมากรอการค้นหา จนผลเป็น “ใบ” ที่ให้ความร่มเงา และยังเป็นส่วนประกอบที่สำคัญในการปรุงแต่งอาหารชั้นดี รวมไปถึงในส่วนของ “ดอก” ที่ไม่เพียงแต่จะให้เป็นเรื่องความสวยงามเท่านั้น ยังสามารถนำมาปรุงอาหาร หรือตกแต่งจานให้เกิดความสวยงามได้อีกด้วย ส่วนสุดท้ายของพืชที่เราจะไม่พูดถึงไม่ได้ นั่นก็คือส่วนของ “ผล” ในที่นี้ไม่ได้หมายความว่าเพียงแต่ผลไม้อย่างเดียวเท่านั้น แต่ยังรวมไปถึงผลของพืชผักนานาชนิด ที่สามารถนำมาประกอบอาหารคาวหวานได้ทุกประเภท



All About Seed

เมล็ดพันธุ์ จุดกำเนิดความงามและรสชาติ

ทุกครั้งที่นั่งมองเมล็ดพืชกลมๆ เป็นต้องสงสัยทุกครั้งว่าทำไมเมล็ดขนาดเล็กเพียงเท่านี้ถึงได้เจริญเติบโตกลายเป็นต้นไม้ใหญ่ได้ อาจเป็นเพราะมันคือความมหัศจรรย์ของธรรมชาติ ให้กำเนิดความมีชีวิตชีวาของพืชพรรณ เป็นจุดเริ่มต้นของการนำธรรมชาติมาเป็นวัตถุดิบ มาปรุงแต่งให้เกิดรสชาติเป็นอาหารอันเลิศรสของเรา

เป็นความจริงแท้ที่เมล็ดอยู่คู่กับคนไทยมาแทบทุกยุคทุกสมัย ดังคำโบราณที่ได้ยินบ่อยๆ ว่า “ในน้ำมีปลา ในนามีข้าว” เนื่องจากประเทศของเรามีความอุดมสมบูรณ์ทางด้านเกษตรกรรม เป็นวัตถุดิบคุณสมบัติพิเศษที่สามารถนำไปเป็นส่วนผสมในการปรุงอาหารเลิศรสได้อย่างหลากหลาย และไม่ว่าเราจะนำข้าวไปแปรรูปหรือนำวัตถุดิบใดๆ เข้ามาผสมด้วยแล้ว ข้าวก็ยังคงรสชาติ กลิ่นรสสัมผัสอันเป็นเอกลักษณ์ คนไทยไม่ว่าอย่างไรย่อมรู้จักข้าวเป็นอย่างดีแน่นอน

ด้วยความขาวของเมล็ดข้าวทำให้คนส่วนมากเลือกทานแต่ข้าวขาว แต่แท้จริงแล้ว ก่อนที่จะทำการขัดสีและคุณประโยชน์ของข้าวออกไป สีส้มเต็มของข้าวมีด้วยกันถึง 5 สี ได้แก่

ข้าวสีดำ ข้าวสีแดง ข้าวสีเหลืองเข้มหรือออกสีน้ำตาล และข้าวสีเหลือง ข้าวสีล้วนสวยงามเหล่านี้มีคุณค่าทางโภชนาการทางอาหารที่สูงกว่าข้าวขาวอย่าง “ข้าวไรซ์เบอร์รี่” สีม่วงเข้ม เมล็ดเรียวยาว มีกลิ่นหอมเป็นเอกลักษณ์เพราะเป็นการผสมข้ามพันธุ์ระหว่างข้าวเจ้าหอมนิลกับข้าวขาวดอกมะลิ 105 เต็มไปด้วยสารต้านอนุมูลอิสระทั้งเบต้าแคโรทีน วิตามินอี โพลีเฟนอล และสารคุณประโยชน์อีกมาก

ข้าวที่คนไทยเราค้นเคยกันดีก็คือ “ธัญพืช” นั่นเอง เป็นพืชจำพวกข้าวหรือหญ้าที่เราเก็บเกี่ยวเอาเมล็ดมาแปรรูปบริโภคกันโดยเฉพาะ ข้าวสาลี ข้าวบาร์เลย์ ข้าวโพด ข้าวฟ่าง และตระกูลข้าวทั้งหลาย นอกจากนี้บรรดาก้าวชนิดต่างๆ ก็มีบทบาทสำคัญอย่างมากในการทำอาหาร เครื่องดื่ม หรือแม้แต่เครื่องปรุงรส เมื่อลองนั่งนึกดูจะพบว่าเมนูมากมายที่มีถั่ว และธัญพืชเป็นส่วนประกอบ ซึ่งถั่วเขียว ถั่วแดง ถั่วดำ เมล็ดทานตะวัน เมล็ดฟักทอง เม็ดแมงลัก ลูกเดือย หรือจะเป็นงาก็ตาม ล้วนมีเอกลักษณ์เฉพาะทั้งรสชาติความอร่อย รสสัมผัส ลิ้นรสหวาน ที่สำคัญถั่วเหล่านี้ยังให้ประโยชน์ต่างกันอีกด้วย และแม้จะเป็นส่วนที่เล็กๆ ของพืชแต่ก็ให้คุณประโยชน์ เพิ่มรสชาติ แฝงยังสามารถสร้างความสวยงามในงานอาหารได้อีกด้วย

Tips:

รู้หรือไม่ว่าเจ้าเมล็ดพืชเล็กๆ ไม่เพียงแต่เป็นจุดกำเนิดของต้นไม้ใหญ่ รวมถึงผลไม้ต่างๆ แล้วเมล็ดพืชยังเป็นแหล่งกำเนิดของสุขภาพที่แข็งแรงอีกด้วย โดยมีงานวิจัยมากมายที่ชี้ว่าคนที่รับประทานธัญพืชไม่ขัดสีช่วยลดความเสี่ยงต่อโรคที่เกี่ยวข้องกับหัวใจ และหลอดเลือด นั่นเป็นเพราะธัญพืช และเมล็ดของพืชเป็นแหล่งรวมสารอาหารที่มีประโยชน์มากมาย ทั้งเส้นใย และไขมันชนิดดีในปริมาณที่สูง ซึ่งไม่ใช่แค่เพียงหัวใจ และหลอดเลือดที่แข็งแรง แก่สุขภาพของคุณ และหุ่นของคุณก็ยังดีอีกด้วย



Italian risotto & fashion

ริซอตโตเป็นอาหารประเภทข้าวผัดของประเทศอิตาลี นิยมใช้ข้าวอาร์โบริโอในการปรุง มีลักษณะข้น และเป็นครีม อันเนื่องมาจากปริมาณของแป้งที่สูงของตัวข้าวสามารถประยุกต์นำส่วนผสมอื่นมาเล่นเพื่อเพิ่มกลิ่น รสชาติหรือสีได้ สร้างความน่าสนใจให้มากขึ้น

ส่วนผสม

ข้าวอาร์โบริโอ 250 กรัม / เนย 30 กรัม / หอมใหญ่สับ 30 กรัม / กระเทียมสับ 15 กรัม / ไวน์ขาว 60 มิลลิลิตร / น้ำสต็อก 350 มิลลิลิตร / พาร์เมซานชีส 20 กรัม / น้ำอัญชันหยดน้ำมะนาวเล็กน้อย 100 มิลลิลิตร / เกล็ดและพริกไทย เล็กน้อย / เบบีแครอต 50 กรัม / ข้าวโพดอ่อน 50 กรัม / หน่อไม้ฝรั่ง 50 กรัม

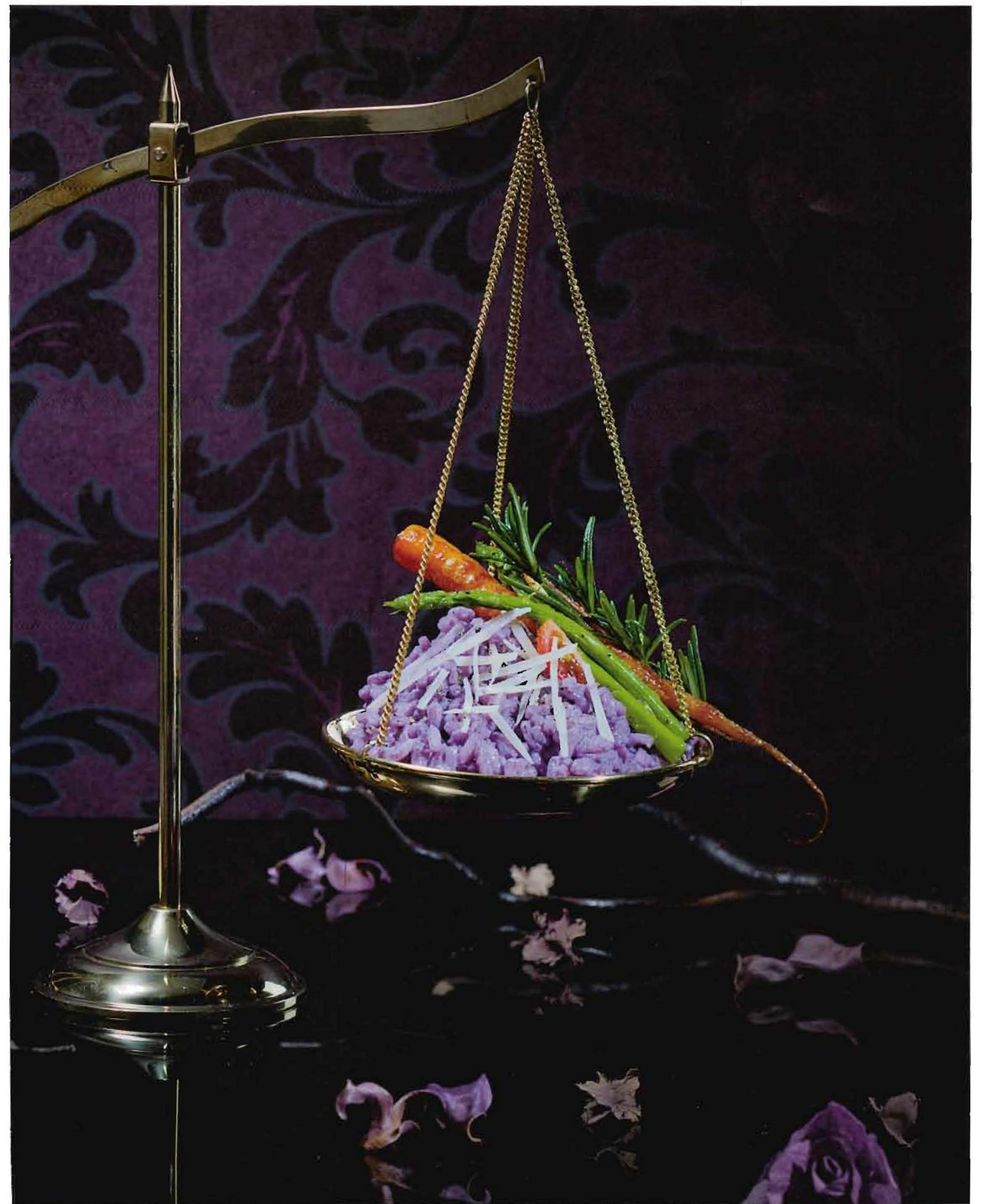
วิธีทำ

1. นำผักที่หั่นเตรียมไว้ปรุงรสด้วยเกล็ดพริกไทย อบในเตาอบที่อุณหภูมิ 180 องศาเซลเซียส จนสุกเรียบร้อย
2. ตั้งกระทะผัดหอมใหญ่ กระเทียมกับเนยจนสุกหอม ตามด้วยข้าวอาร์โบริโอ คลุกจนน้ำมันเคลือบผิวข้าวทั้งหมด ลดระดับเป็นไฟปานกลาง จากนั้นใส่ด้วยไวน์ขาว จนระเหยออกหมด
3. ใส่ น้ำสต็อกอุ่นๆ ลงไปจนท่วมข้าว และคนไปจนงวด จากนั้นใส่น้ำอัญชัน คนเรื่อยๆ จนข้าวสุก
4. ใส่พาร์เมซานชีสและคนจนชีสละลาย แล้วจึงใส่เนยสุดท้าย ปรุงด้วยเกล็ดและพริกไทยวางผักอบบนข้าวพร้อมเสิร์ฟ

styling tips

ทั่วไปจะเห็นว่าริซอตโตเป็นอาหารง่ายๆ ดูเป็นอาหารที่คุณแม่ทำให้ครอบครัวทาน เลยลองคิดกลับกันว่าหากเปลี่ยนจากสีขาวนวลของตัวข้าวมาเป็นสีแรงๆ ทำให้ดูเป็นงานแฟชั่น ให้เชื่อมต่อไปกับแฟชั่นแบบอิตาลี ยิ่งเสริมให้ตัวอาหารดูน่าดึงดูดมากขึ้น





Italian risotto & fashion

quinoa... super food

ช่วงหลังๆ นานี้เรามักได้ยินชื่อของควีนัวมากขึ้นเรื่อยๆ เนื่องจากปี 2013 องค์การสหประชาชาติได้ประกาศให้เป็นปีแห่งควีนัว ความดีงามของควีนัวคือเป็นอาหารย่อยง่าย ปราศจากกลูเตนที่จะทำให้เกิดอาการแพ้กับร่างกาย อีกทั้งไฟเบอร์สูง คาร์โบไฮเดรตต่ำ มีแร่ธาตุ และกรดอะมิโนอีกมากมาย แถมควีนัวยังนำมาปรุงได้ง่าย รสชาติอร่อยคล้ายข้าว นำมาเป็นเมนูเพื่อสุขภาพแบบคลีนๆ ก็ได้เมนูหนึ่ง

photo : shutterstock

quinoa wrap

สลัดควีนัวห่อด้วยแพนตอติญ่า

ส่วนผสมน้ำสลัด

น้ำมันมะกอก 1/4 ถ้วย / ต้นหอมซอยละเอียด 10 กรัม / ผงกระเทียม 1 ช้อนชา / น้ำมันงา น้ำตาลทราย พริกไทยดำป่น และเกลือ ตามชอบ

ส่วนผสมสลัด

แผ่นแป้งตอติญ่าย่าง 1 แผ่น / ควีนัวหุงสุก 1 ถ้วย / ผักโขม 10 กรัม / มะเขือเทศเชอร์รี่ 4-5 ลูก / ผัก ตามชอบ

วิธีทำ

1. ผสมส่วนของน้ำสลัดเข้าด้วยกันพักไว้
2. ย่างแผ่นตอติญ่า แล้วนำมาห่อกับควีนัว หุงสุก และผักต่างๆ ราดด้วยน้ำสลัดพร้อมรับประทาน

styling tips

ใช้องค์ประกอบโดยรอบให้มีสีตัดกับอาหารหลัก เพื่อให้ตัวอาหารดูมีมิติเพิ่มขึ้น แต่ลดพื้นที่เข้มด้วยองค์ประกอบสีอ่อนอื่นๆ เช่น การโรยผงแป้งบนพื้นสีเข้ม หรือวางต้นข้าวสีอ่อนข้างๆ



quinoa wrap

Root....Treasures of Nature

คุณสมบัติของธรรมชาติ

รากเปรียบเสมือนสิ่งที่ยึดต้นไม้ทุกต้นให้ตั้งตระหง่านขึ้นได้ และยังเป็นแหล่งดูดซึมสารอาหารคอยลำเลียงสิ่งที่มีประโยชน์เข้าสู่ลำต้น เพื่อหล่อเลี้ยงทุกส่วนให้มีความอุดมสมบูรณ์ เป็นอีกหนึ่งวัฏจักรที่มีความสำคัญต่อการมีชีวิตอยู่ของพืชที่กำลังรอคอยอาหารเป็นอย่างมาก ในมุมของอาหารแล้ว รากของพืชไม่ได้เป็นเพียงรากแก้ว รากฝอย แต่รวมไปถึงส่วนหัวของพืชด้วย อย่างพืชหัวมัน หัวหอม หรือกระเทียม ถือเป็นวัตถุดิบอีกหนึ่งอย่างที่ได้รับความนิยมในทุกชาติ นั่นคงเพราะรากเป็นสิ่งที่หาได้ทั่วไป นำมาปรุงอาหารได้ง่าย และยังมีประโยชน์ไม่แพ้ส่วนอื่นของต้น สำหรับคนไทย รากของพืชชนิดหนึ่งที่เราอาจจะคุ้นตากันเป็นอย่างดีนั่นก็คือ “รากผักชี” ซึ่งเป็นส่วนผลมที่เป็นจุดเริ่มต้นของอาหารหลากหลายตำรับหรือราก (หัว) ยอดนิยมของชาวตะวันตกอย่างมันฝรั่ง ที่กรรมวิธีปรุงแสนง่าย เพียงแค่นำไปทอดกรอบให้เป็นสีเหลืองอร่าม จะทานกับซอสหรือคลุกเกลือก็ทานกันเพลินแล้ว หรือหากจะพูดถึงหัวที่มีสีส้มโดดเด่นก็ต้องเป็น “บีทรูต” สีม่วงเข้ม ที่มีสารแอนโทไซยานิน ช่วยในการต่อต้านสารอนุมูลอิสระ ลดความเสี่ยงของการเกิดโรคหัวใจ แกรมมีแคลอรีต่ำเหมาะสมกับการทำเป็นน้ำสลัดเพื่อคนรักสุขภาพ และด้วยสีส้มอันเป็นเอกลักษณ์นี้จะนำไปตกแต่งจานอาหาร หรือจะใช้แทนเป็นสีผสมอาหารก็สวยสดไปอีกแบบ

หากจะกล่าวกันโดยละเอียด รากมีทั้งลักษณะของรากสะสมอาหารชนิดต่างๆ รากที่ยึดลำต้นจากดินซึ่งเรากลั้วนำมาเป็นส่วนผสมปรุงรับประทานกันทั้งแบบสด และแบบแปรรูปเป็นแป้งที่ใช้ในอุตสาหกรรมอาหาร หรือแม้แต่รากที่จัดอยู่ในประเภทของยาสมุนไพร เราก็สามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้ ลองมาดูตัวอย่างความอร่อยของรากกันเลย

บีทรูต (beet root) หนึ่งในหัวผักกาดยอดนิยมระดับโลก ด้วยสีส้มสดใสน่าเป็นเอกลักษณ์ รสชาติ และคุณสมบัติทางโภชนาการที่ดีเยี่ยม นำมาปรุงได้ทั้งของคาว ของหวาน รวมถึงเครื่องดื่ม อีกทั้งยังทำเป็นสีผสมอาหารได้อีกด้วย

แครอท (carrot) บ้างเรียกว่าผัก บ้างเรียกว่าผลไม้ แต่ไม่ว่ามันจะเป็นอะไร และนำไปปรุงเป็นอาหาร จะทำน้ำซूप หรือรับประทานสดแบบหวานๆ ก็ได้ประโยชน์เต็มๆ กับเบต้าแคโรทีน

ขิง (ginger) รากชนิดนี้คือรากสุดพิเศษที่ธรรมชาติมอบให้เรา เพราะสามารถอยู่ในอาหาร หรือแม้แต่อยู่ในตำรับยาโบราณก็ยังดีเยี่ยม ด้วยรสชาติและความเผ็ดร้อนจึงเป็นอีกหนึ่งวัตถุดิบที่สามารถเพิ่มรสชาติ และปรับกลิ่นของอาหารได้ในเวลาเดียวกัน

รากผักชี (coriander root) เมื่อได้ชื่อว่าผักชีแล้ว ความหอมก็แทบจะลอยขึ้นมาจากความทรงจำในทันทีทันใด นอกจากน้ำมันหอมระเหยที่มาจากใบและต้นแล้ว รากของเจ้าผักชีชนิดนี้ก็ยิ่งหอมโดดเด่น จนอาหารไทยแทบทุกจานขาดไม่ได้เลย

มันฝรั่ง (potato) พืชตระกูลหัวที่ได้รับความนิยมมากที่สุด และมีเมนูที่ทำจากมันฝรั่งมากมาย จนอาจกล่าวได้ว่าร้านอาหารตะวันตกทุกร้านจะต้องมีเมนูจากมันฝรั่งอย่างแน่นอน

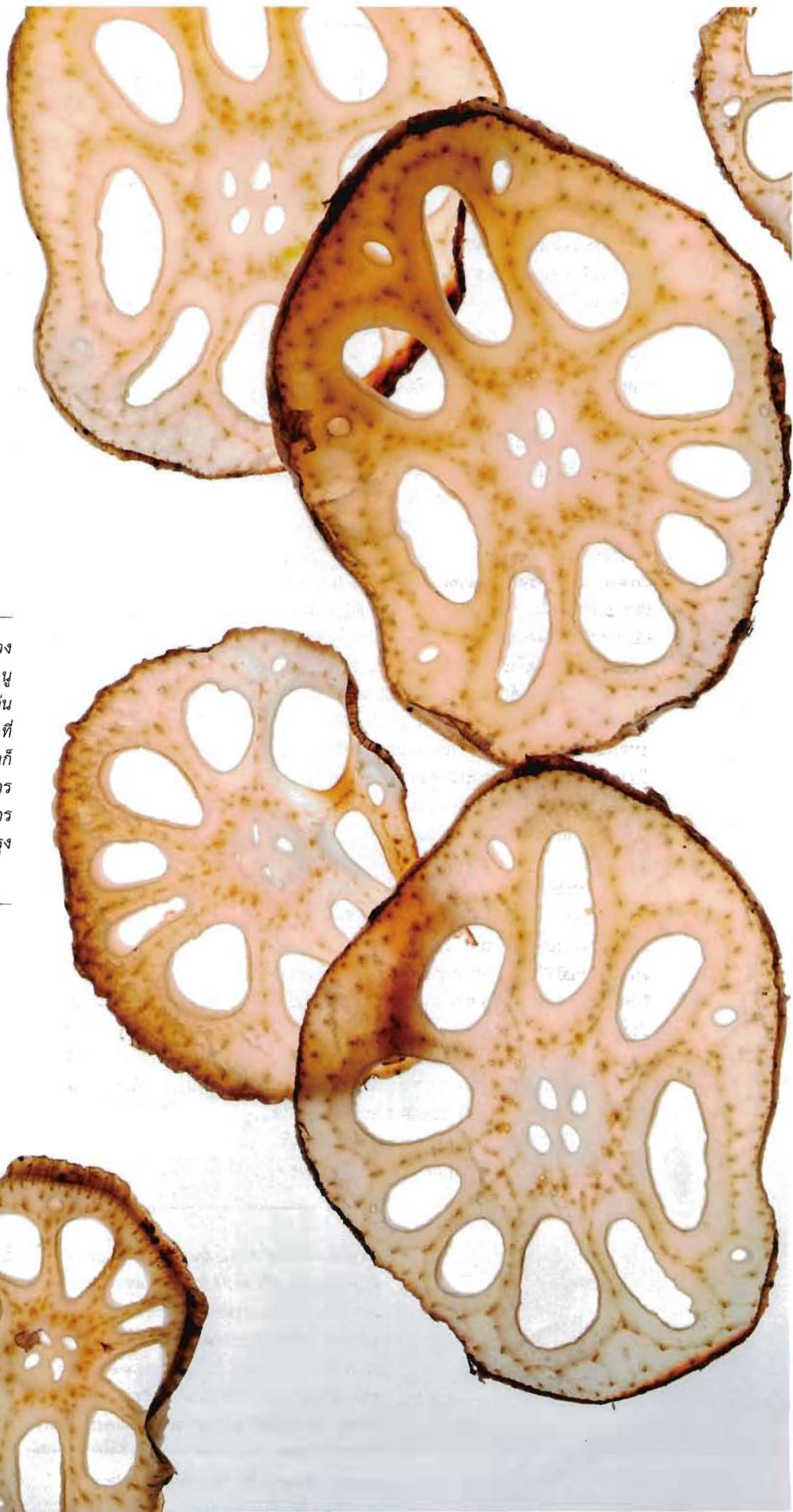
รากบัว (lotus root) หรือเหง้าบัวหลวง พืชอีกหนึ่งชนิดที่คุ้นหน้าคุ้นตากับเมนูอาหารคาว รวมไปถึงอาหารหวาน จุดเด่นที่น่าสนใจคือความสวยงามของรากบัวที่ธรรมชาติได้รังสรรค์

หัวหอมและกระเทียม (onion & garlic) พืชสองอย่างนี้คือการเติมเต็มรสชาติความอร่อยอย่างแท้จริง ไม่ว่าจะ เป็นอาหารโซนเอเชียหรืออาหารยุโรป ทั้งหัวหอมและกระเทียมก็เข้าไปอยู่ในขั้นตอนการปรุงอาหารไม่มากนักน้อย ซึ่งจุดเด่นที่ทั้งคู่มีเหมือนกันก็คือ น้ำมันหอมระเหยที่เสริมความสมบูรณ์ของอาหารในแต่ละจาน

Tips

มีตำนานหนึ่งที่เล่าถึงที่มาของเฟรนช์ฟรายส์ว่า ชาวเบลเยียมเป็นคนคิดค้นทำมันฝรั่งทอดขึ้นเป็นชาติแรก โดยต้นสายปลายเหตุก็เพราะโดยปกติแล้ว ชาวเบลเยียมนิยมกินปลาทอดเป็นอาหารจานหลักหรือแม้แต่เป็นเครื่องเคียง แต่แล้ววันหนึ่งเกิดมีหิมะปกคลุมหนา ทำให้แม่น้ำกลายเป็นผืนน้ำแข็ง ส่งผลให้เกิดสภาวะขาดแคลนปลา ในที่สุดชาวเบลเยียมจึงตัดแปลงนำมันฝรั่งมาผานเป็นแท่ง แล้วนำมาทอดแทนเนื้อปลา คำว่าเฟรนช์ (french) ก็คาดเดาว่าจะมาจากกริยา “to french” ที่แปลว่าผานเป็นแท่งยาวๆ ส่วนชื่อเต็มของเมนูนี้ น่าจะผานมาจาก “frenched and fried potato” ต่อมาก็เหลือแค่ “frenched and fries potato” จนกลายเป็น “french fries” นั่นเอง

รากบัว (lotus root) หรือเหง้าบัวหลวง
พืชอีกชนิดที่คุ้นหน้าคุ้นตากับเมนู
อาหารคาว รวมไปถึงอาหารหวาน จุดเด่น
ที่น่าสนใจคือความสวยงามของรากบัวที่
ธรรมชาติได้รังสรรค์ และหนึ่งสรรพคุณก็
คือ หากเป็นรากบัวดิบจะเป็นยาแก้อาการ
อาเจียนเป็นเลือด เลือดกำเดาไหล อาการ
ไข้เฉียบพลัน ส่วนรากบัวสุกจะช่วยบำรุง
เลือด สร้างกล้ามเนื้อ บำรุงม้าม





crispy chinese lotus root with jelly

chinese jelly

สำหรับครอบครัวชาวจีนคงคุ้นเคยกับเมนูรากบัวต้มน้ำแกง โดยรากบัวเป็นพืชที่มีฤทธิ์เย็นมีรสหวานเบาๆ เป็นเอกลักษณ์ของมันการนำรากบัวมาทำเป็นของหวานทานเย็นๆ ชื่นใจดับกระหายเมนูเต้าทึงแบบจีน จึงเป็นเมนูของหวานเย็นที่ดูจะเหมาะสมแต่เพิ่มความทันสมัยด้วยการเปลี่ยนรูปทรงของเต้าทึงและองค์ประกอบอื่นๆ เพื่อการชูรสชาติและความสวยงาม

crispy chinese lotus root with jelly

เยลลี่เต้าทึงรากบัวรสอู

ส่วนผสม

รากบัวเชื่อม 100 กรัม / แปะก๊วย 100 กรัม / รากบัวอบกรอบ 50 กรัม / ผงวุ้น 3 ช้อนโต๊ะ / ลำไยอบแห้ง 200 กรัม / น้ำตาลกรวด 250 กรัม / น้ำตาลทรายแดง 250 กรัม / น้ำเปล่า 1,000 มิลลิลิตร

วิธีทำ

1. ต้มลำไยแห้ง น้ำตาลกรวด และน้ำตาลทรายแดง จนเดือด ยกออกจากเตา กรองเอาลำไยออกเหลือแต่น้ำเต้าทึง
2. เอาน้ำเต้าทึงที่กรองแล้วมาต้มให้เดือดและใส่ผงวุ้นกระจายให้ทั่ว คนให้เข้ากัน จากนั้นให้รอเดือดอีกครั้งนำไปเทใส่แม่พิมพ์แช่เย็น รอให้แข็งตัวเป็นวุ้น
3. ระหว่างรอวุ้นเต้าทึงแข็งให้นำรากบัวมาสไลซ์บางๆ แล้วอบที่อุณหภูมิ 180 องศาเซลเซียส ประมาณ 3 นาที
4. แกะวุ้นเต้าทึงออกจากพิมพ์ นำมาวางในจาน ตกแต่งจานด้วยรากบัวเชื่อม แปะก๊วยและรากบัวอบกรอบให้สวยงาม

styling tips

รากบัวจีนเป็นพืชอีกชนิดหนึ่งที่มีรูปทรงเป็นเอกลักษณ์ การนำมาเป็นจุดเด่นของอาหารจึงทำได้โดยยังคงรูปร่างของมันไว้ สำหรับการประดับ และใช้ส่วนของบัวจริงๆ มาจัดฉากให้เสมือนเป็นภาชนะสำหรับใส่ขนม สร้างความเป็นธรรมชาติให้กับภาพ

vegetable basket pie

พายตะกร้าผัก

การสร้างสรรค์เมนูอาหารให้มีความน่าสนใจและแตกต่างกัน นอกเหนือจากตัวอาหารแล้ว ยังมีอีกหลายองค์ประกอบ เข้ามามีบทบาท เหมือนเป็นพระเอกพระรองเลยก็ว่าได้ อย่างภาชนะที่เราใช้กันอยู่ไม่ว่าจะเป็นจานเซรามิก เซียงไม้ ล้วนเป็นสิ่งสำคัญที่จะสร้างความแตกต่าง แถมเสริมให้มีเสน่ห์ดึงดูดต่อผู้บริโภคได้เช่นกัน แล้ว...ถ้าหากเราเปลี่ยน ภาชนะของการเสิร์ฟอาหารเป็นสิ่งที่สามารถทานได้เลยละ

ส่วนผสมตะกร้าพาย

แป้งสาลีอเนกประสงค์ 3 ถ้วย / ไข่ 1 ช้อนโต๊ะ / เกลือ 3/4 ช้อนโต๊ะ / ผงฟู 1/2 ช้อนชา / เนยจืดเย็น หั่นเต๋า 1/2 ถ้วย / เนยขาว 1/2 ถ้วย / น้ำเย็น 6 ช้อนโต๊ะ

ส่วนผสมผัก

ผักทองอบ 20 กรัม / มันม่วงอบ 2 หัว / มันฝรั่งอบ 3 หัว / เผือกอบ 20 กรัม / หอมหัวใหญ่ย่าง 1 หัว / แครอทลวก 2 หัว / เรดิช 2 หัว / เบคอนย่าง 4-5 แผ่น

ส่วนผสมซอสฮอลแลนด์เดซ

ไข่แดง 4 ฟอง / น้มนะนาว 1 ช้อนโต๊ะ / เนยจืดละลาย 1/2 ถ้วย / เกลือ เล็กน้อย / พริกไทยป่น 1/2 ช้อนชา / น้ำหมักดำต้มสุก 1 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

1. เปิดเตาอบที่อุณหภูมิ 175 องศาเซลเซียส จากนั้นนำ แป้งสาลีอเนกประสงค์ เกลือ น้ำตาลไอซิ่ง และผงฟู ลงในโถผสม ใส่เนยจืดลงไปผสม คลุกให้เข้ากันจนเป็น เหมือนเม็ดทราย และทยอยเติมน้มนะนาวลงเรื่อยๆ จนหมด
2. เติมน้ำเย็นลงทีละ 1 ช้อนโต๊ะ จนหมด ผสมให้เข้ากัน ดีแล้วปิดด้วยฟิล์มถนอมอาหาร นำเข้าตู้เย็นประมาณ 20 นาที ก่อนนำมารีดเป็นแป้งพาย ระหว่างนั้นให้เตรียมผักที่จะทานนำไปย่างหรือลวกให้สุก พักไว้
3. ทำซอสฮอลแลนด์เดซด้วยการตั้งหม้อน้ำร้อน นำ ไข่แดง เกลือ และน้มนะนาว ใส่ลงในภาชนะตีผสมให้เข้ากัน แล้วนำขึ้นหม้อน้ำร้อน คนให้ซอสมีความเหนียวและข้น ขึ้น พอได้ที่แล้วจึงเติมน้ำหมักดำ คนผสมอีกครั้ง จึงพักไว้
4. นำแป้งที่แช่ไว้ออกมารีดให้เป็นแผ่นกว้าง หนา ประมาณ 4 มิลลิเมตร ใช้รีดเตอร์เจาะให้เป็นรูต่างๆ จากนั้นจึงนำแป้งไปวางบนพิมพ์ที่เราต้องการอบแล้วนำ เข้าอบประมาณ 28 นาที
5. จัดเสิร์ฟโดยการนำผักที่เตรียมไว้ วางบนตะกร้าพาย ที่ได้ทำไว้พร้อมกับซอส

styling tips

เปลี่ยนแปลงการเล่าเรื่องราวของอาหาร ตระกูลสลัด จากเดิมที่เป็นธรรมเนียมว่า ต้องคลุกเคล้าผักต่างๆ น้ำสลัด และ ขนมปังกรุตองเข้าด้วยกัน แต่เราเชื่อมโยง แนวคิดส่วนของพืชคือหัวหรือราก ผสานกับคุณสมบัติตามธรรมชาติของ วัตถุดิบหลักที่อยู่กับดิน และมักปลูก กระจ่าง ถ่ายทอดออกเป็นภาพของรากที่ ลัดเลาะเติบโตทางทะเลลึกระถาง(แป้งพาย) ออกมา สื่อถึงการเจริญเติบโต และความ เป็นอาหารที่มาจากธรรมชาติ และเพื่อ สุขภาพโดยแท้จริง





vegetable basket pie

Leaf and Learn

ใบ...ความอร่อยและประโยชน์ที่เรียนรู้ได้ไม่รู้จบ

อากาศบ้านเรานับวันยิ่งร้อนเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ วันไหนได้มีโอกาสนั่งทำงานใต้ต้นไม้ต้นใหญ่ เงยหน้ามองใบไม้ที่ห่อหุ้มเงาก็มักจะตั้งคำถามว่า ถ้าโลกเราไม่มีต้นไม้จะเป็นอย่างไรนะ ไม่มีความร่มเงาจากใบไม้เราจะเป็นอย่างไหนนะ หรือหากเราอยากสูดอากาศบริสุทธิ์จะทำยังไง ยิ่งไปกว่านั้นการไม่มีต้นไม้ ไม่เพียงแต่ไม่มีสีเขียว ไม่มีสีส้มของโลก หรือไม่มีอากาศเท่านั้น แต่ยังหมายถึงการไม่มีอาหารด้วย

ขยับขึ้นมาสู่ส่วนต่อไปของพืชนั่นก็คือ “ใบ” ไม่ว่าใบของพืชหรือใบของผักก็ล้วนมีประโยชน์ และคนโบราณได้เรียนรู้แล้วว่าใบของต้นไม้ชนิดไหนมีรสชาติอร่อย กินได้ และเหมาะกับการนำไปปรุงอาหารอะไร และคนรุ่นก่อนก็สืบทอดวิธีการเพาะปลูก ขยายพันธุ์ พัฒนาจนมีผักกินใบมากมายให้เราได้รับประทานเพื่อความอร่อย และเพื่อสุขภาพที่ดี หากให้นึกถึงผักที่เรากินใบในเมนูไทยก็คงตอบว่ามากมายมหาศาล แต่มีผักชนิดหนึ่งที่โดดเด่นเห็นอยู่ตลอดในเมนูอันดับหนึ่งของคนทุกชนชั้น นั่นก็คือ “ใบกะเพรา” ซึ่งแท้จริงแล้วกะเพราทำให้เราเลือกกินกันถึงสามพันธุ์ คือ กะเพราแดง กะเพราขาว และกะเพราลูกผสมระหว่างกะเพราแดงกับกะเพราขาว โดดเด่นที่กลิ่นหอม แถมยังช่วยขับลมปรับสมดุลกรดในกระเพาะอาหาร แต่หากจะพูดถึงผักชนิดที่อยู่ในระดับสากลอีกสักชนิดคงต้อง

เป็นผักตระกูลสลัด ซึ่งคนรักสุขภาพนิยมรับประทาน เริ่มจาก “ผักกาดคอล” บางคนเรียกว่าเบบี๋คอล หรือผักกาดหวาน นิยมนำมาเป็นสลัดผัก เนื้อกรอบ มีรสชาติขมเล็กน้อย ตามด้วย “ผักชิโครี” มีรสค่อนข้างขมนิดๆ แต่แฝงด้วยรสเผ็ดร้อนเล็กน้อย อุดมไปด้วยวิตามินเอและวิตามินซี หรือจะเป็น “ผักเรดโอ๊ก กรีนโอ๊ก” ผักรสหวานกรอบ สีแดงและเขียว อีกหนึ่งผักสลัดที่ใครๆ ก็ชื่นชอบ

อีกหนึ่งผักใบเขียวที่เราอยากแนะนำให้รู้จักคือ “สาหร่ายพวงองุ่น” หรือ “สาหร่ายไขปลาคาเวียร์” สาหร่ายดีไซน์ โดยธรรมชาติให้สுவายแปลกตาหน้าตาคล้ายพริกไทยสด หรือพวงองุ่น (สาหร่ายดีไซน์สวายนี้นี้ได้ถูกรังสรรค์เป็นเมนูในเล่มด้วย) แต่จะใสเพราะเป็นพืชน้ำ มีรสเค็มนิดๆ หอมกลิ่นทะเล พบได้มากในเขตน่าน้ำขึ้นน้ำลงไปจนถึงเขตน่าน้ำลงต่ำสุดบริเวณชายฝั่งที่มีคลื่นไม่รุนแรง อยู่ในหลายๆ ประเทศแถบเอเชียรวมถึงทางใต้ของไทย นอกจากนี้ได้ยังพบในเขตร้อนอย่างเคนยา มาดากัสการ์ และปาปัวนิวกินี ซึ่งพวกมันมักอาศัยอยู่ตามโขดหิน ก้อนกรวดหรือหิน แม้ว่าสาหร่ายนี้เพิ่งจะเป็นที่นิยมได้ไม่นานนัก จากชื่อเสียงของเหล่านักชิมที่มีโอกาสได้ลิ้มลองสาหร่ายในเมนูอาหารของชาวจีน ญี่ปุ่น และเกาหลี แต่ชาวเลของเรารู้จัก และใช้ประโยชน์จากสาหร่ายตัวนี้มานานนับร้อยปีแล้ว

Tips

แม้ว่าเราจะทราบดีอยู่แล้วตั้งแต่เด็กๆ ว่าผักนั้นมีประโยชน์แทบทั้งสิ้นไม่ว่าจะเป็นผักรสชาติแบบไหน กินแบบสด หรือแบบลวก แต่หากเราจะกินผักให้ได้สารประโยชน์หลากหลายแนะนำว่า คุณลองเลือกชนิดของผักตามสีส้มของมัน เพราะแต่ละสีนั้นมีสารอาหารที่จำเป็นแตกต่างกันไป สังเกตเลยว่าถ้ามีสีเขียว แน่ใจว่ามีสารคลอโรฟิลล์ ช่วยต้านอนุมูลอิสระได้ดี หากมีสีส้มจะพบสารต้านอนุมูลอิสระที่สำคัญอย่างเบต้าแคโรทีน ช่วยบำรุงหัวใจ เพิ่มภูมิคุ้มกัน หากมีสีม่วงหรือแดง ผักชนิดนั้น มีสารไลโคปีน สามารถลดไขมัน เสริมสุขภาพหัวใจ และสุดท้ายสีขาว ช่วยปรับความดันโลหิต และต้านอนุมูลอิสระได้

สำหรับหน้าตาแปลกนี้เป็นที่นิยมรับประทานในหลายภูมิภาคทั่วโลก ที่ญี่ปุ่นจะเรียกว่า “umi budou” องุ่นทะเล หรือคาเวียร์สีเขียว บางภูมิภาคของไทยเรียกว่า สำหรับชอพรักไทย สำหรับตะขบ โดยพืชชนิดนี้พบมากตามชายหาดบริเวณชายฝั่ง สำหรับประเทศไทยได้มีการทดลองเพาะเลี้ยงสำเร็จแล้วที่ศูนย์วิจัยการประมงชายฝั่งของภาคใต้ ในด้านของประโยชน์นั้นสำหรับองุ่น อุดมไปด้วยสารอาหารวิตามินมากมาย ที่สำคัญคือกรดอะมิโนที่ไม่พบในพืชบก โดยเฉพาะไอโอดีน





spicy green caviar salad

pearl seaweed

สาหร่ายในความคิดเราๆ อาจเปลี่ยนไปเมื่อได้เห็นรูปลักษณ์ของสาหร่ายพวงองุ่น ด้วยลักษณะของมันที่มีเม็ดเล็กๆ สีเขียวใสๆ ร้อยเรียงกันเป็นพวง เมื่อลองทานจะพบความฉ่ำในปากจากกระเปาะเล็กๆ ของมัน ช่วงนี้กระแสสาหร่ายพวงองุ่นเริ่มมาแรง ทำให้เราสามารถพบเมนูนี้ได้ในร้านอาหารญี่ปุ่นบางร้าน โดยสาหร่ายพวงองุ่นในปัจจุบันสามารถเพาะปลูกในประเทศได้แล้ว ทำให้การที่หามาทานไม่ใช่เรื่องยุ่งยากอีกต่อไป

spicy green caviar salad
ยำสาหร่ายพวงองุ่น

ส่วนผสมน้ำยำ

พริกขี้หนูสวน 5 กรัม / กระเทียม 15 กรัม / รากผักชีและผักชีรวมกัน 3 กรัม / น้ำตาลปีบ 1 ช้อนโต๊ะ / น้ำตาล 1/2 ช้อนชา / น้ำปลา 3 ช้อนโต๊ะ / น้ำมันงา 3 ช้อนโต๊ะ / น้ำร้อน 1 ช้อนโต๊ะ

ส่วนผสมสาหร่าย

สาหร่ายพวงองุ่น 200 กรัม / หอยดัลลิวลวกสุก 5 ซีด / เห็ดหูหนูขาวลวกสุก 50 กรัม

วิธีทำ

1. ต้มน้ำกระเทียม พริกขี้หนูและรากผักชีพอละเอียด จากนั้นใส่น้ำตาลปีบและน้ำร้อนพอละลาย ตามด้วยน้ำปลา น้ำตาล น้ำมันงา ชิมรสตามชอบ
2. นำน้ำยำมาราดบนส่วนผสมสาหร่าย คลุกให้เข้ากันก่อนรับประทาน

styling tips

เปลี่ยนภาชนะในการใส่อาหารเป็นรูปแบบอื่นๆ แต่ยังคงเห็นรายละเอียดของอาหารชัดเจน การใช้ฟองอากาศคล้ายของกำลังจมน้ำทำให้เกิดการเคลื่อนไหวภายในภาพได้ดี

ขอขอบคุณสาหร่ายพวงองุ่นจากร้าน YUMGUZA

roselle leaves

เรามักรู้จักกระเจี๊ยบในรูปของดอกสีแดงเข้มที่นำมาทำน้ำดื่มแก้กระหาย แต่จริงๆ แล้วส่วนของใบกระเจี๊ยบก็สามารถนำมารับประทานได้ ด้วยความเปรี้ยวแบบไม่แหลมของมันจึงเหมาะที่จะนำมารับประทานกับปลารสชาติมันๆ เพื่อตัดเลี่ยนของปลา กินกับแกงใสรสชาติเปรี้ยวหวานเค็มแบบไทยๆ ก็ดูเข้ากันได้ดี

ชาว:แกงส้มกระเจี๊ยบใส

sour consommé roselle soup with steamed mackerel

ส่วนผสม

ปลาช่อนึ่ง 1 ตัว / ใบกระเจี๊ยบ สำหรับห่อปลา / ดอกกระเจี๊ยบแดง 30 กรัม / น้ำส้มมะขามเปียก 2 ช้อนโต๊ะ / น้ำปลา 2 ช้อนโต๊ะ / น้ำตาลปี๊บ 1 ช้อนชา / น้ำเปล่า 3 ถ้วยตวง / เครื่องแกงส้ม 40 กรัม / ไข่ขาว 2 ฟอง

วิธีทำ

1. นำดอกกระเจี๊ยบแดงมาแกะกลีบหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ เตรียมไว้
2. ต้มน้ำในหม้อ นำเครื่องแกงส้มละลาย นำขึ้นตั้งไฟพอเดือด จึงค่อยใส่น้ำมะขามเปียก น้ำปลา น้ำตาล ชิมรสตามชอบ จากนั้นจึงใส่ดอกกระเจี๊ยบตามลงไป
3. ลดไฟลงสักครู่จึงค่อยใส่ไข่ขาวลงไป คนให้เข้ากัน รอจนไข่ขาวไปจับกับตะกอนภายในน้ำจนหมด แล้วจึงกรองด้วยผ้าขาวบาง เทกลับใส่หม้ออุ่นต่อ
4. นำปลาช่อนึ่งหั่นเป็นชิ้นพอดีคำ ห่อด้วยใบกระเจี๊ยบที่ผ่านน้ำร้อนเล็กน้อย นำไปนึ่งเมื่อสุกเสิร์ฟพร้อมแกงส้มกระเจี๊ยบใส

styling tips

โดยปกติซูโม่ทั่วไปมักไม่มีสีเข้ม การนำวัตถุดิบที่ทำให้เกิดสีมาใช้ให้เกิดความโดดเด่นบนพื้นขาวโดยรอบ ก็ทำให้ตัวอาหารเกิดจุดเด่นขึ้นมา สำหรับเมนูนี้ต้องการให้ภาพโดยรวมมีอารมณ์นิ่งๆ เหมือนอยู่ในสวนเซนแบบญี่ปุ่น จึงนำลักษณะการจัดสวนแบบเซนมาเป็นองค์ประกอบ รวมทั้งรูปทรงของใบกระเจี๊ยบที่เหมือนใบเมเปิ้ล จึงนำมาล้อไปกับอารมณ์ของภาพด้วย



sour consommé roselle soup with steamed mackerel

Flower...Color Taste and Emotion

ดอกไม้ รสชาติ ความงดงาม และห่วงอาารณ์อันลึกซึ้ง

เมื่อคนเราพูดถึงดอกไม้ ทุกคนย่อมต้องนึกถึงสีสันอันสดใส ที่มอบความสวยงามเมื่อได้พบเห็น และยังมีกลิ่นหอมสดชื่นคอยสร้างความสุขทุกครั้งที่ได้กลิ่น ชีวิตที่อยู่ท่ามกลางดอกไม้ก็เหมือนได้ถูกเติมเต็มด้วยความสวยงาม ทว่าความงาม และกลิ่นหอมนั้นไม่ใช่สิ่งเดียวของดอกไม้ที่คอยดึงดูดมนุษย์อย่างเราให้หลงใหล แต่ยังรวมถึงรสชาติของมันด้วย

จะว่าไปก็เป็นเสน่ห์ของอาหารที่สามารถนำทุกสิ่งในธรรมชาติ มารังสรรค์เป็นเมนูได้อย่างชาญฉลาด แต่อีกมุมหนึ่งก็อดคิดแบบหยิกแกมหยอกว่านี่ใจคอมมนุษย์จะกินไปเสียทุกอย่างเลยหรือ (ฮา) แต่อย่างไรก็ดีดอกไม้ถือเป็นวัตถุดิบสำหรับปรุงอาหารที่สวยงาม และสดใสที่สุดเลยก็ว่าได้ นอกจากจะสามารถนำมาประกอบอาหาร ยังทำให้ได้ใกล้ชิดกับธรรมชาติอย่างแท้จริง จากกลิ่น และรสชาติอันเป็นเอกลักษณ์ของดอกไม้มานานานาพันธุ สำหรับคนไทยเองก็มีดอกไม้หลายชนิดที่อยู่ในตำรับอาหารมาแต่โบราณ เช่น “ดอกขจร” ที่นิยมนำมาผัดน้ำมันหรือใส่ลงในไข่เจียวก็ให้รสที่ตีไปอีกแบบ “ดอกแค” นิยมนำมาทำแกงส้ม ก่อนที่จะนำมาแกงควดตั้งเกสรที่ขมออกก่อน หากใครชอบของทอดแบบแปลกใหม่แล้วละก็ ขอแนะนำเป็นดอกไม้ทอดกรอบ ที่มีวิธีทำแสนง่ายดาย เหมาะสำหรับทุกเพศ ทุกวัย วัตถุดิบหาได้ง่ายรอบตัวเรา อย่างเช่นดอกเข็ม ดอกอัญชัน ดอกเฟื่องฟ้าหรือดอกกุหลาบ เพียงแค่นำดอกไม้เหล่านี้มาชุบแป้ง ลงทอดในกระทะก็สามารถรับประทานได้แล้ว จะทำเป็นของกินเล่นยามบ่าย หรือทำเป็นเมนูแกงส้มเพลินๆ ในงานปาร์ตี้ก็เพิ่มความสดใสให้งานได้ดีทีเดียว

นอกจากจะมีประโยชน์ในด้านอาหารแล้ว ยังมีสรรพคุณทางยาอีกด้วย เช่น “ดอกมะลิ” เป็นยาหอม มีมาตั้งแต่สมัยโบราณ หรือนำมาแช่ในน้ำดื่ม เพื่อให้เกิดกลิ่นหอม

เมื่อดื่มแล้วจะรู้สึกผ่อนคลาย เพราะในดอกมะลินั้น มีน้ำมันหอมระเหยที่ช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดได้ดี “ดอกเก๊กฮวย” บางคนเรียกว่า “ดอกเบญจมาศ” ซึ่งชาวจีนยกให้เป็นยาประเภทอายุวัฒนะ สามารถแก้ร้อนในบรรเทาอาการปวดหัววิงเวียน ช่วยในส่วนของระบบขับถ่าย ฆ่าเชื้อโรค และยังบำรุงระบบไหลเวียนเลือดได้ด้วย

มาทางฝั่งตะวันตกกันบ้าง ดอกไม้ที่ทานได้เหล่านี้จัดอยู่ในพวก “edible flower” ดอกไม้กินได้ เราจะนำมาตกแต่งจาน หรือนำมาปรุงอาหารก็ได้ทั้งนั้น การตกแต่งด้วยความงามจากธรรมชาติอันละเอียดลออในแต่ละการเรียงตัวของกลีบดอกยิ่งช่วยเพิ่มความหรูหราให้กับจานอาหารได้มากขึ้น ทั้งช่วยเพิ่มรสชาติ และเป็นความน่ารื่นรมย์บนโต๊ะอาหารตั้งตัวอย่างเรามักจะพบเห็นได้ในจานอาหารตะวันตกอยู่บ่อยๆ

ดอกคาโมไมล์ (chamomile): รสชาติคล้ายแอปเปิ้ล สามารถนำมาทำเป็นชาได้

ดอกไชฟล์ (chive): รสชาติเหมือนหอมใหญ่อ่อนๆ (คล้ายต้นหอมบ้านเรา) ใช้นำไปตกแต่งเพื่อเพิ่มกลิ่นหอม

ดอกอิงลิชเดซี่ (english daisy): รสชาติจืด คล้ายใบอ่อน

ดอกแพนซี (pansy): รสหวานเปรี้ยวอ่อนๆ มี 3 สี คือ ม่วง แดง น้ำเงิน

ดอกเรดิช (radish): รสนุ่มนวล หวานคล้ายหัวไชเท้า มีสีขาวคล้ายดอกมะลิ

ดอกโรสแมรี่ (rosemary): มีรสหวานหอมฉุนคล้ายต้นสน

ดอกกระเทียม (garlic): รสกระเทียมอ่อนๆ

ดอกไทม์ (thyme): เพิ่มกลิ่นหอมให้กับอาหารคล้ายเลมอน

ดอกไวโอเล็ต (violet): รสหวานคล้ายในน้ำดอกไม้

ดอกคาร์เนชั่น (carnation): รสชาติเผ็ด คล้ายพริกไทย รสชาติเหมือนกานพลู

Tips

ไม่ใช่ว่าดอกไม้ทุกชนิดจะกินได้เหมือนกันหมด เพื่อความปลอดภัยก่อนที่เราจะนำมาประกอบอาหารต้องแน่ใจก่อนว่าสามารถกินได้จริง โดยรู้จักการสังเกตและศึกษาคุณสมบัติ ประโยชน์ให้ตีช้ก่อน เบื้องต้นเราควรดูที่ยางของต้นไม้หากเป็นสีขาวขุ่น ส่วนมากจะมีพิษ และอาจจะดูจากสัตว์ถ้ามันกินได้ เราก็สามารถกินได้ แต่มีบางกรณีที่ดอกไม้มีพิษแต่สัตว์มีภูมิต้านทานจึงไม่มีผลอะไร ควรระวังอย่ากินดอกไม้ที่ไม่รู้จัก หลีกเลี่ยงดอกไม้ข้างทาง เพราะอาจมีสารเคมีและมีการกักเก็บสารพิษไว้มาก สุดท้ายเพื่อให้แน่ใจขึ้นไปอีกว่าจะไม่มีอันตรายต่อผู้แพ้เกสรดอกไม้ ก่อนปรุงอาหารควรเอาเกสรดอกไม้ออกก่อน



ดอกแพนซี (pansy): รสหวานเปรี้ยวอ่อนๆ มี 3 สี คือม่วง แดง น้ำเงิน ความสวยงามตราตรึงใจนี้ไม่เพียงแต่เป็นเสน่ห์ให้คนที่รักดอกไม้รักเท่านั้น แต่ตำนานเกี่ยวกับมันก็น่าหลงใหลไม่น้อยเลย โดยดอกไม้ชนิดนี้เริ่มปลูกและเป็นที่ยอมรับตั้งแต่ปี 1830 ด้วยเอกลักษณ์ของมันที่ดูแล้วคล้ายกับใบหน้าของคนที่กำลังคิดตรึกตรอง ซึ่ง *pensée* ในภาษาฝรั่งเศสแปลว่าการคิด ความคิด การคำนึง ด้วยความสวยของมันทำให้คนนิยมมอบให้ผู้อื่นเป็นที่รัก คนที่ชอบพอกัน

photo : shutterstock

edible pansy salad

สลัดดอกแพนซี

ทุกวันนี้ต้องยอมรับว่าวัฒนธรรมและศิลปะการตกแต่งอาหารนั้นมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อผู้บริโภค ที่เห็นได้เด่นชัดเลยคือ “ดอกไม้” ซึ่งมีสีสันสวยงามและดูสะอาดทุกสายตาก็ต้องมอง เพราะนอกจากอาหารที่อร่อยจากรสชาติแล้ว ความสวยงามก็เป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ทำให้อาหารที่อยู่ตรงหน้านั้นมีเสน่ห์มากขึ้นด้วย เหมือนกับเมนูสลัดดอกไม้งามสะพรั่งนี้ที่พร้อมให้คุณได้ลองทำตาม

ส่วนผสมผักสลัด

ผักฟิลเลย์ไอซ์เบิร์ก 200 กรัม / ดอกแพนซี 50 กรัม / งาดำคั่ว 15 กรัม

ส่วนผสมน้ำสลัด

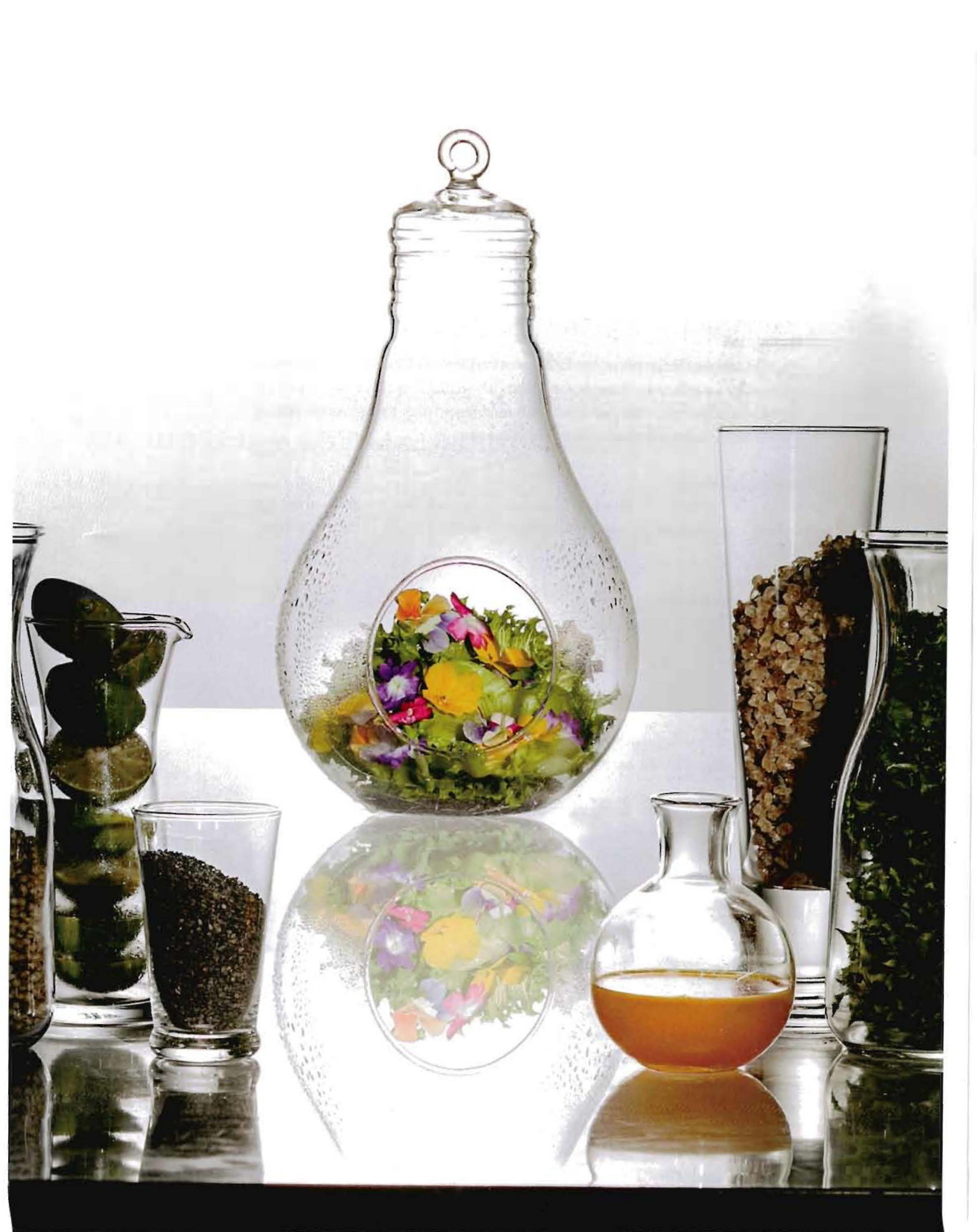
น้ำส้มคั้นสด 1/2 ถ้วย / น้ำส้มเข้มข้น 2 ช้อนโต๊ะ / น้ำมันงา 1 ช้อนชา / น้ำผึ้ง 1 ช้อนชา / เกลือป่น เล็กน้อย

วิธีทำ

1. นำน้ำส้มคั้นสดผสมกับน้ำส้มเข้มข้น ปูรงรสด้วยน้ำมันงา น้ำผึ้ง และเกลือป่น เล็กน้อย เพื่อให้ได้รสชาติตามใจชอบ
2. เตรียมผักสลัดลงในภาชนะ พร้อมกับงาดำที่คั่วแล้ว เคล้ากับน้ำสลัดที่เตรียมไว้ จากนั้นจึงนำดอกไม้ทานได้วางตกแต่งให้สวยงาม

styling tips

เลือกขวดโหลทรงคล้ายหลอดไฟเป็นภาชนะ เพื่อต้องการสื่อความหมายของวัตถุเป็นหลักที่เป็นดอกไม้ที่เปรียบเหมือนความสว่างสดใสของธรรมชาติ ด้วยสีสันสวยงาม มีคุณค่าในตัว และยังมีความทันสมัยเข้ามาเชื่อมโยงกับวิวัฒนาการของอาหาร (สามารถเพิ่มเติมผักประเภทอื่นๆ รวมไปถึงเนื้อสัตว์ ผลไม้ และดอกไม้ทานได้ตามชอบ)



edible pansy salad

amazed color spicy soup

ต้มยำساءงสี

การเปลี่ยนแปลงของวัฒนธรรมอาหารทุกวันนี้มีผลต่อความรู้สึกของผู้บริโภคมากขึ้น ด้วยการพัฒนา
รูปแบบการนำเสนอที่แตกต่างกันออกไปตามลักษณะ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของรสชาติที่มีการเพิ่มเติม
หรือหลากหลายไปจากเดิม เกิดการสร้างอัตลักษณ์พิเศษให้กับอาหารนั้นๆ สรรค์สร้างออกมาเป็นเมนู
อาหารไทยที่มีความพิเศษไม่เหมือนใครให้คนทั่วโลกได้ลิ้มลอง

ส่วนผสมน้ำต้มยำอัญชัน

ข่า 10 กรัม / ตะไคร้ต้นแฉ่น 30 กรัม / ใบมะกรูดผัก 4 ใบ / พริกขี้หนู 3-4 เม็ด / น้ำซूप 300
มิลลิลิตร / ดอกอัญชันสด 5-6 ดอก / เกลือ 1 ช้อนชา / น้ำปลา 1 ช้อนชา / น้ำมะนาว 2 ช้อนชา
/ เติด 20 กรัม

ส่วนผสมแซลมอนกึ่งพีต

แซลมอน 100 กรัม / น้ำมันมะกอก 200 มิลลิลิตร / พริกไทย 1/2 ช้อนชา / กระเทียม 1 กลีบ /
ไทม์ 1 ก้าน / เกลือ หยิบมือ

วิธีทำ

1. ตั้งหม้อน้ำมันร้อนให้อยู่ในอุณหภูมิประมาณ 45 องศาเซลเซียส จากนั้นใส่ไทม์ และกระเทียมลงไป
2. ปรงรสแซลมอนด้วยเกลือ และพริกไทย แล้วนำลงน้ำมันทิ้งไว้ประมาณ 15-20 นาที เสร็จแล้วจึง
ตักขึ้นพักไว้
3. เตรียมน้ำต้มยำโดยเริ่มจากต้มน้ำซूपกับข่า ตะไคร้ ใบมะกรูด และพริกขี้หนู ปรงรสด้วยเกลือ ตาม
ด้วยน้ำปลา ชิมให้ไต่รสที่ต้องการ
4. นำน้ำซूपออกจากความร้อนใส่เห็ดฟาง จึงใส่ดอกอัญชันตามลงไป จากนั้นกรองด้วยผ้าขาวบาง
เพื่อให้ได้น้ำซूपที่ใส
5. วางแซลมอนลงภาชนะ จัดวางให้เรียบร้อย จากนั้นจึงใส่น้ำต้มยำอัญชัน ปรงรสสุดท้ายด้วยน้ำ
มะนาว

styling tips

การสไตล์สดอาหารจานนี้ใช้หลักวิทยาศาสตร์
เรื่องกรดและเบส ด้วยน้ำซूपอัญชันสีน้ำเงินที่มี
ค่าเป็นเบส กับน้ำมะนาวที่มีค่าเป็นกรด เมื่อ
หยดน้ำมะนาวลงไปทีน้ำซूपแล้วจะมีการ
เปลี่ยนแปลงของสี จากสีน้ำเงินเป็นสีม่วง ไม่
เพียงแคंपรงรสให้อร่อยขึ้น แต่ยังสร้างความ
ตื่นตื้นให้กับเมนูจานนี้อีกด้วย



amazed color spicy soup

Fruit ... A Beautiful Flavor

พลวัตของรสชาติที่ธรรมชาติสร้าง

“ผลิดอกออกผล” คำคุ้นเคยที่เราได้ยินกันมาแทบทุกคน ในที่นี้เราขอพูดถึงผลซึ่งเป็นผลผลิตในขั้นสุดท้ายของวัฏจักรนั่นเอง ซึ่งในตัวผลก็ยังมีเมล็ดที่เป็นจุดเริ่มต้นอีกเช่นกัน จะเห็นได้ว่าวงจรของพืชจะวนเวียนไปแบบไม่รู้จบ ซึ่งผลในที่นี้ไม่ได้หมายความถึงผลไม้แต่เพียงอย่างเดียว ยังรวมไปถึงผลของพืชผักนานาชนิดอีกด้วย

ด้วยลักษณะทางภูมิศาสตร์ของประเทศไทยที่มีอากาศร้อนตลอดทั้งปี หลายคนคงนึกถึงเมนูที่เรียกความสดชื่นจากร่างกายที่เป็นภูมิปัญญาไทยโบราณอย่าง เมนูที่มีชื่อว่า “แตงโมหน้าปลาแห้ง” เป็นของว่างระหว่างมื้ออาหาร เป็นการถ่ายทอดวิถีชีวิตไทยได้ชัดเจน ทั้งเรื่องการถนอมอาหาร การปรุงอาหาร ถือเป็นกรรมผลผสานระหว่างอาหารคาวหวานได้อย่างลงตัว ไม่เพียงบอกวัฒนธรรมของอาหาร แต่ยังสามารถบอกได้ถึงความอุดมสมบูรณ์ของไทยที่มีผลผลิตของผลไม้ และวัฒนธรรมของอาหารที่สืบทอดมายาวนานในการรับประทานน้ำพริกกับผักก็ยิ่งทำให้เห็นว่า ผลของผักก็มักจะถูกจัดขึ้นสำหรับช่วยเสมอ และด้วยวิถีชีวิตที่เต็มเปี่ยมไปด้วยความสุนทรีย์ ผลของผัก และผลไม้ก็มักถูกตกแต่ง แกะสลัก ให้มีความวิจิตร ซึ่งผลไม้ที่เหมาะสมกับการแกะสลักเพิ่มความสวยงาม

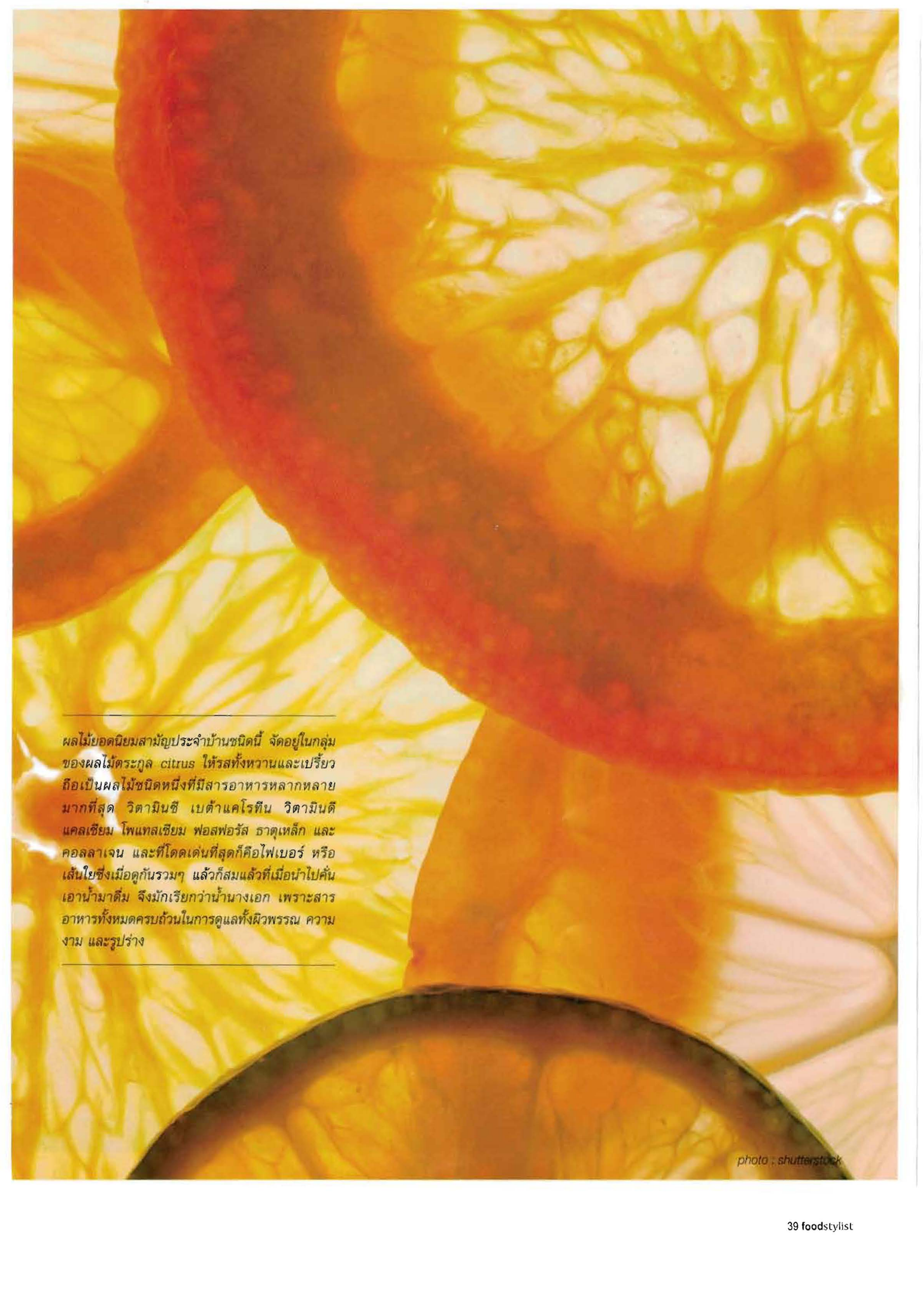
ก็จะเป็นผลไม้ที่มีเนื้อหนา สีล้นสวยงาม อย่างแตงกวา ผรั่ง เผือก พักทอง แตงโม ชมพู่มะเขือเทศ ฯลฯ

ผลไม้ในประเทศเรามีให้เลือกหลากหลายชนิด เรียกได้ว่ากินได้อย่างไม่ซ้ำวันกันเลยทีเดียว แต่หนึ่งในผลไม้ทั้งหมดนั้นย่อมมีราชา และราชินีของผลไม้ ซึ่งราชาของผลไม้ นั่นคือ “ทุเรียน” เนื่องจากลักษณะหนามคล้ายคลึงกับมงกุฎของพระราชา และรสชาติที่แสนอร่อยหอมหวาน ยากที่จะหาผลไม้ชนิดไหนมาเทียบได้ ส่วนราชินีของผลไม้คือ “มังคุด” นั่นเอง เนื่องด้วยมีลักษณะกลีบเลี้ยงติดอยู่ที่หัวขั้วของผล คล้ายกับมงกุฎของพระราชินี และมีเนื้อที่ขาวเนียนสวยสะอาดบวกกับรสชาติที่แสนหวาน แตกต่างจากผลไม้อื่นอย่างสิ้นเชิง จึงถูกยกย่องให้เป็นราชินีของผลไม้

จากการเดินทางตั้งแต่เมล็ดเล็กแทงราก แดกใบ ผลิดอก ออกผล กลายเป็นพืชพรรณนานาชนิด ที่มีความสวยงามเฉพาะตัวตามแบบธรรมชาติสร้างมา จนเรานำมาเป็นหนึ่งในวัตถุดิบ สรรค์สร้างออกมาเป็นอาหารอันเลิศรส และเลอโฉม ไม่ว่าเราจะปรุงแต่งสักเพียงใด ความงามจากรธรรมชาติก็ไม่ได้ถูกลดทอนลงเลยแม้แต่น้อย ด้วยธรรมชาติไม่ว่าจะอยู่ที่ใดจะยังคงความสวยสดงดงามเสมอ

Tips

ผลไม้ยอดนิยมของชาวเอเชีย อันดับหนึ่งเป็นอะไรไปไม่ได้ นอกจาก “มะม่วง” เนื่องจากรสชาติที่อร่อยแล้วยังมีสรรพคุณอีกมาก แถมยังมีคุณค่าทางโภชนาการสูง ประเทศไทยเรานั้นส่งออกมะม่วงเป็นอันดับสามของโลกเลยทีเดียว ต่อมาด้วยอันดับสองที่เป็นราชาผลไม้ของไทยเรา “ทุเรียน” นั่นเองด้วยรสชาติที่แสนอร่อยบวกกับความหอมของมัน จึงไม่แปลกใจเลยที่เจ้าทุเรียนจะเป็นที่นิยมของคนส่วนมาก และลำดับสุดท้ายของผลไม้ที่เรานิยมกันคือ “แตงโม” เนื้อสัมผัสที่นุ่ม รสชาติที่หวานเหมาะสำหรับดับกระหายในวันที่อากาศร้อนได้เป็นอย่างดี และด้วยราคาที่ถูเมื่อเปรียบเทียบกับผลไม้ชนิดอื่น จึงเป็นที่ครองใจได้ง่ายสำหรับใครหลายคนอย่างไม่ต้องสงสัย

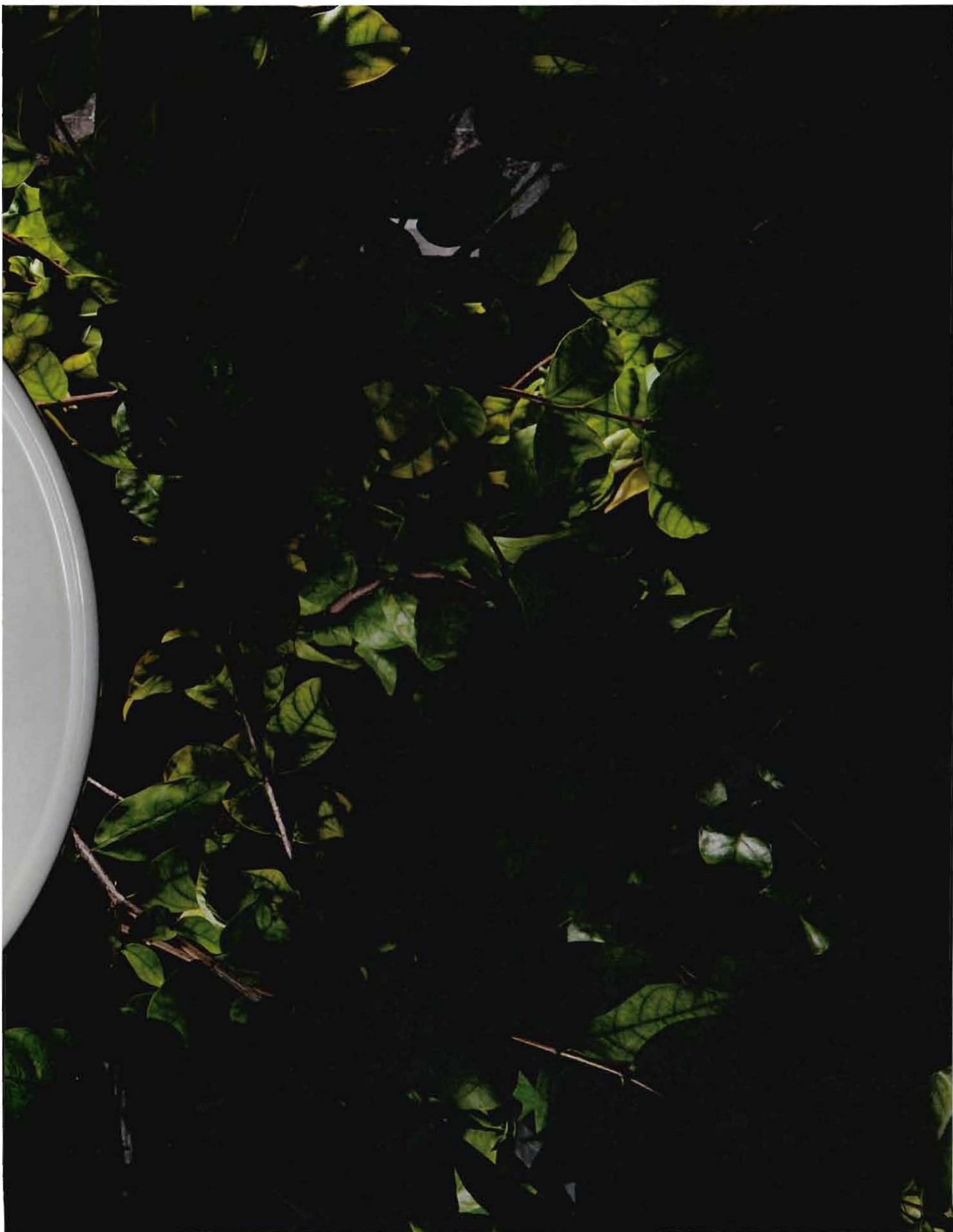


ผลไม้ยอดนิยมสามัญประจำบ้านชนิดนี้ จัดอยู่ในกลุ่มของผลไม้ตระกูล citrus ให้รสทั้งหวานและเปรี้ยว ถือเป็นผลไม้ชนิดหนึ่งที่มีสารอาหารหลากหลายมากที่สุด วิตามินซี เบต้าแคโรทีน วิตามินดี แคลเซียม โปแทสเซียม ฟอสฟอรัส ธาตุเหล็ก และคอลลาเจน และที่โดดเด่นที่สุดก็คือไฟเบอร์ หรือเส้นใยซึ่งเมื่อดูกันรวมๆ แล้วก็สมแล้วที่เมื่อนำไปคั้นเอาน้ำมาดื่ม จึงมักเรียกว่าน้ำนางเอก เพราะสารอาหารทั้งหมดครบถ้วนในการดูแลทั้งผิวพรรณ ความงาม และรูปร่าง

photo : shutterstock



green micro with orange sphere



green micro with orange sphere

เค้กไมโครกับพลัสสเฟียร์

การทำอาหารแนววิทยาศาสตร์เป็นกระแสที่ได้รับความนิยมอยู่บ่อยครั้ง จนทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของอาหารที่ต่างออกไปอย่างสิ้นเชิง ทั้งความสวยงามในการตกแต่ง หรือรูปทรงของตัวอาหารที่เปลี่ยนไป เพราะอาหารยุคใหม่นี้ต้องอยู่เหนือความคาดหมาย และสร้างความประหลาดใจให้กับคนทานได้เสมอ

ส่วนผสมไมโครสปองจ์

ไข่ไก่ทั้งฟอง 2 ฟอง / ไข่แดง 1 ฟอง / น้ำตาลทราย 40 กรัม / แป้งสาลีอเนกประสงค์ 22 กรัม / ไนตรัส ออกไซด์ 2 หลอด / น้ำใบเตยเข้มข้น 2 ช้อนชา

ส่วนผสมซอสส้ม

น้ำส้มคั้น 300 มิลลิลิตร / ผิวส้ม 1 ช้อนชา / น้ำตาลทราย 80 กรัม / น้ำเลมอน 1 ช้อนโต๊ะ / เกลือป่น 1/4 ช้อนชา / แชนแทนกัม (xanthan gum) 1.5 กรัม / เจลแลนกัม (gellan gum) 8 กรัม

ส่วนผสมสเฟียร์ส้ม

น้ำส้มคั้น 250 มิลลิลิตร / ผิวส้ม 1 ช้อนชา / น้ำตาลทราย 100 กรัม / น้ำเลมอน 2 ช้อนโต๊ะ / เกลือป่น 1/4 ช้อนชา / ผงวุ้นอากาศอากาศ (arga arga) 8 กรัม / เหล้าส้ม 8 มิลลิลิตร / โรสแมรี่ 1 ก้าน

วิธีทำ

- ตั้งหม้อบนความร้อนปานกลาง เทน้ำส้ม และน้ำตาลทราย คนให้น้ำตาลละลายดี จากนั้นจึงเติมเกลือป่น โรสแมรี่ ผิวส้ม จนเดือดดี จึงเติมผงวุ้นอากาศอากาศ ลงไปผสมคนให้ละลาย แล้วนำออกจากความร้อน พอเย็นตัวดีแล้วจึงเติมเหล้าส้มลงไป เทลงพิมพ์ทิ้งไว้ให้เซตตัวดี
- ทำซอสส้มโดยการนำน้ำส้มคั้นตั้งบนความร้อนปานกลาง ใส่ผิวส้ม น้ำตาลทราย เกลือป่น คนให้ละลายดี ปรุงรสด้วยน้ำเลมอน แล้วจึงใส่เจลแลนกัมและแชนแทนกัมลงไป รอจนเดือด นำออกจากความร้อน เทลงพิมพ์ รอเซตตัว
- หลังจากซอสเซตตัวดีแล้ว ให้นำลงเครื่องปั่น แล้วปั่นให้ละเอียดจนเป็นลักษณะเป็นของเหลว พักไว้
- นำไข่ไก่และไข่แดงลงในภาชนะผสม จากนั้นเติมน้ำตาลทรายลงไป ใช้ตะกร้อตีให้น้ำตาลละลายดี จึงเติมน้ำใบเตยเข้มข้น ตามด้วยแป้งสาลีอเนกประสงค์ลงไป
- เอาส่วนผสมของเค้กเหลวในเอสพูมา (espuma) แล้วอัดแก๊สเข้าไปด้วยไนตรัสออกไซด์ 2 หลอด เขย่าแล้วฉีดลงพิมพ์ ปิดด้วยฟิล์มถนอมอาหารแล้วนำเข้าไมโครเวฟประมาณ 43 วินาที
- จัดตกแต่งลงจานด้วยเค้กไมโคร ซอสส้ม สเฟียร์ส้ม ไอศกรีม และผลไม้ตามใจชอบ

styling tips

การใช้ช้อนวาดซอสลงในจาน เป็นเทคนิคหนึ่งของการจัด ตกแต่งจาน รวมถึงการเลือกใช้สีของตัวอาหารเพื่อไม่ให้เกิดความน่าเบื่อ

แชนแทนกัมเป็นผงชนิดหนึ่งที่ช่วยทำให้อาหารมีความหนืดหรือข้นขึ้น เจลแลนกัมคือสารที่ช่วยให้อาหารก่อตัวเป็นเจล ถ้าไม่มีเจลแลนกัม สามารถใช้ผงวุ้นอากาศอากาศแทนได้ และสารเคมีทั้งหมดนี้ต้องเป็นสารเคมีฟู้ดเกรด (ที่ใช้สำหรับอาหาร) เท่านั้น

cursed apple tart

แอปเปิลคาร์ตไวน์แดง

เรื่องราวของเจ้าหญิงนิมงงาม และราชินีแม่มดที่พยายามฆ่าเจ้าหญิงโดยล่อลวงด้วยผลแอปเปิล นิทานสุดคลาสสิกที่หลายคนต้องรู้จักนั่นคือเรื่อง “สโนว์ไวท์กับคนแคระทั้งเจ็ด” หากจินตนาการถึงเรื่องของตัวละครแล้ว ความร้ายกาจของราชินีจึงเป็นดั่งแรงบันดาลใจให้นำเอาผลไม้สีแดงมาดัดแปลงเป็นขนมหวาน เล่าเรื่องราวความลึกลับ มนตราของแม่มด

ส่วนผสมแอปเปิล และซอสไวน์แดง

แอปเปิลสไลซ์บาง 8 ลูก / ไวน์แดง 550 มิลลิลิตร / น้ำตาลทรายแดง 180 กรัม / โรสแมรี่ 1 ก้าน / เบบี้ลิฟ 1 ใบ / ผิวเลมอน 2 ชิ้น / ซินนามอน 1/2 แท่ง / เนยจืด 45 กรัม / น้ำมันาวา 15 มิลลิลิตร

ส่วนผสมแป้งทาร์ต

เนยเย็น 120 กรัม / น้ำตาลไอซิ่ง 80 กรัม / ฝัควานิลลา 1/2 ฝัก / อัลมอนต์ป่น 25 กรัม / ไข่ไก่ 1 ฟอง / แป้งสาลีอเนกประสงค์ 200 กรัม / เกลือ เล็กน้อย

วิธีทำ

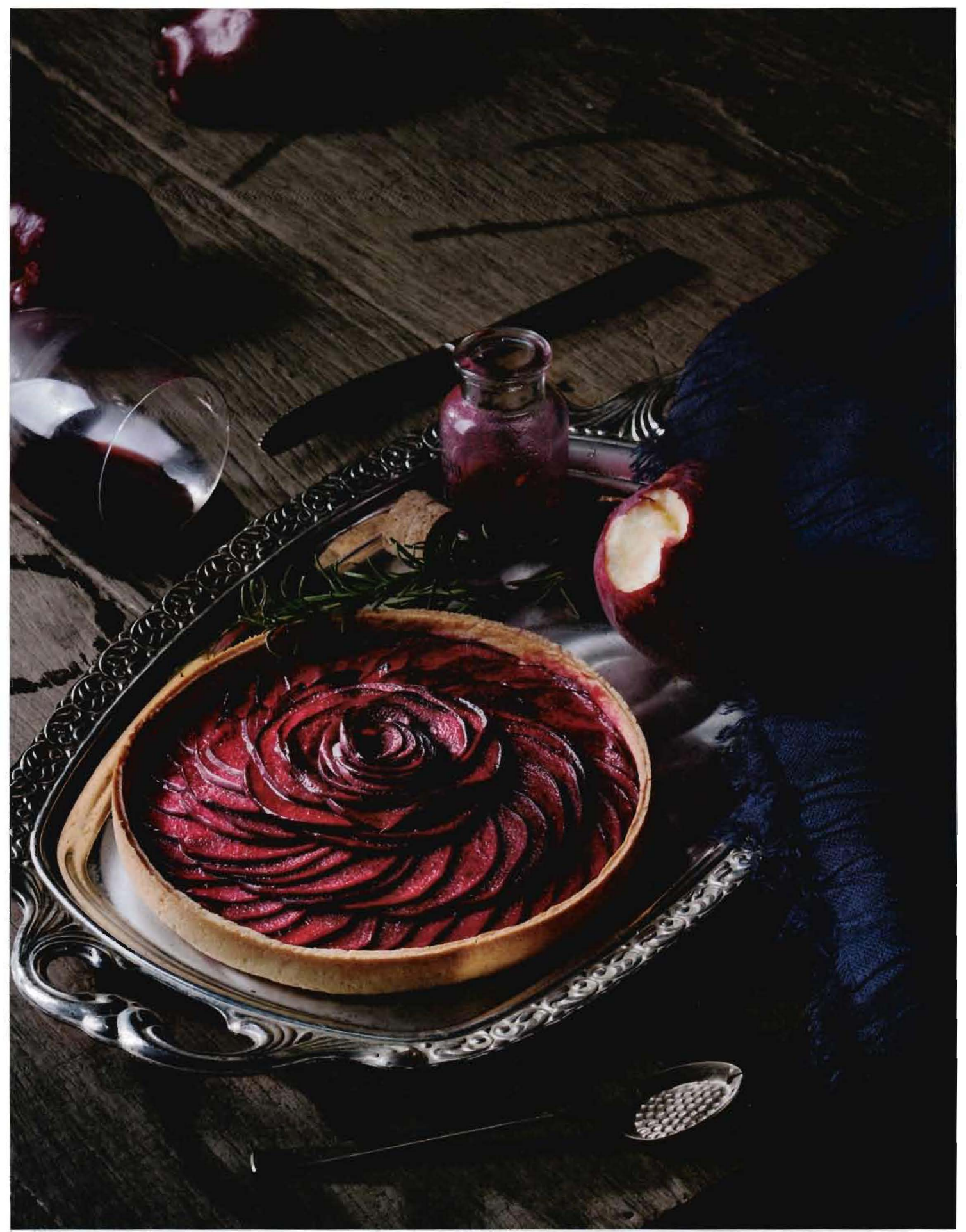
1. เตรียมแป้งทาร์ตโดยนำน้ำตาลไอซิ่งลงไปผสมกับเนยเย็น จากนั้นจึงใส่เกลือ อัลมอนต์ป่น และเมล็ดวานิลลา ใช้ไม้บดส่วนผสม ตามด้วยไข่ไก่ผสมให้เข้ากันดี แล้วจึงเติมด้วยแป้งสาลีอเนกประสงค์จนเป็นเนื้อเดียวกัน และนำไปแช่ตู้เย็นโดยการห่อใส่ฟิล์มถนอมอาหารประมาณ 20-25 นาที
2. ระหว่างรอแป้งทาร์ต ให้นำไวน์แดงลงในหม้อที่ตั้งบนความร้อนระดับปานกลาง ใส่น้ำตาลทรายแดง คนให้น้ำตาลทรายแดงละลายดี จากนั้นจึงใส่โรสแมรี่ เบบี้ลิฟ ซินนามอนครึ่งแท่ง และผิวเลมอน ลงไปผสมในหม้อจนเดือด ยกออกจากความร้อนแล้วนำแอปเปิลสไลซ์บางลงไปแช่ประมาณ 50 นาที และพักไว้
3. นำแป้งทาร์ตที่แช่เย็นออกมารีดให้เป็นแผ่นกว้าง หนาประมาณ 2 มิลลิเมตร จากนั้นจึงนำไปกรุลงในพิมพ์ทาร์ตให้เรียบร้อย ใช้ส้อมเจาะรูตรงพื้นแป้งทาร์ตเพื่อระบายความร้อนระหว่างอบ แล้วปิดด้วยฟิล์มถนอมอาหาร นำไปแช่เย็นอีกครั้งประมาณ 20 นาที และนำแอปเปิลที่แช่ไวน์ขึ้นมาพัก แบ่งออกเป็นสองส่วน
4. เปิดเตาอบที่ 170 องศาเซลเซียส ระหว่างนั้นนำแอปเปิลส่วนแรกหันเป็นชั้นเล็กๆ แล้วเทลงบนแป้งทาร์ตเกลี่ยหน้าให้เรียบ จากนั้นจึงนำแอปเปิลอีกส่วนมาเรียงให้เรียบร้อย และสวยงาม จึงนำเข้าอบประมาณ 28 นาที (ตามขนาดของพิมพ์ทาร์ต)
5. ทำซอสไวน์แดงโดยการเคี่ยวซอสให้มีความเข้มข้น ปูรงรสชาติด้วยน้ำมันาวา พอได้ความข้นที่ต้องการนำออกจากความร้อน เติมเนยจืดแล้วคนให้ละลายดี จึงนำไปทาบนหน้าทาร์ตเพื่อเพิ่มรสชาติหรือจัดเสิร์ฟแยกตามความต้องการ

styling tips

การควบคุมโทนสีให้สีแดงเร้นกายในความมืดดำ ทำให้เกิดอารมณ์ของภาพ ช่วยสร้างแรงดึงดูด สะกดด้วยความลึกลับ บรรยากาศที่มีมนต์เสน่ห์น่าค้นหา ส่วนการวางอุปกรณ์บนโต๊ะอาหารเพิ่มช่วยให้เกิดการต่อเติมเรื่องราวและเติมเต็มจินตนาการให้เป็นภาพที่สมบูรณ์



จากจินตนาการสู่แนวคิด แล้วนำสู่การ
สร้างสรรค์ดังเช่นเมนูนี้ ที่นำเรื่องราวของ
ราชินีแม่มดที่พยายามฆ่าเจ้าหญิง
ผู้เลอโฉมโดยสลอลงด้วยผลแอปเปิ้ล
เมื่อจินตนาการถึงเรื่องของตัวละคร
บรรยากาศในเทพนิยาย และความร้ายกาจ
ของตัวร้าย หลอมเป็นแรงบันดาลใจให้นำ
เอาผลไม้สีแดงมาดัดแปลงเป็นขนมหวาน
เล่าเรื่องราวตำนานอันลึกลับ กลายเป็น
ผลงานที่สื่อถึงวัตถุดิบหลัก เรื่องราว และ
ความเร้นลับ



cursed apple tart





Otoro

สุดยอดเนื้อปลาแห่งท้องทะเล

ปลาทูนาคีรีบน้ำเงิน เป็นปลาทูนาคีรีบที่มีราคาสูงที่สุดและคุณภาพเนื้อยอดเยี่ยมที่สุดเมื่อเทียบกับตระกูลปลาทูนาคีรีบด้วยกัน โดยเฉพาะส่วนเนื้อสีชมพู ที่มีชั้นไขมันแทรกซึมอยู่ทุกอณูเป็นลายหินอ่อนสวยงามจากส่วนท้องส่วนหน้าของตัวปลา หรือที่เราเรียกกันติดปากว่า “โอโทโร่” และไม่ใช่ว่าปลาทูนาคีรีบน้ำเงินทุกตัวจะมีส่วนที่ติดตามเช่นนี้ เพราะโอโทโร่จะพบแค่ในปลาทูนาคีรีบน้ำเงินที่มีน้ำหนักตัวถึง 100 กิโลกรัมขึ้นไปเท่านั้น ด้วยความที่ส่วนท้องของปลามีไขมันอยู่ทั่วชิ้น ทำให้เวลารับประทานไม่ว่าจะดิบหรือสุก ชิ้นเนื้อก็แทบจะละลายไปในปาก ทั้งรสชาติอันเต็มคำให้คุณโยยทามันอีกนับครั้งไม่ถ้วนเลยทีเดียว

seared hon maguro with earth vegetable salad
สลัดพิกรวมกับปลาทูนาคีรีบน้ำเงินแบบกรทะ

ส่วนผสมน้ำสลัดวาฟุ

หัวหอมปั่น 1 ช้อนชา / น้ำมันมะกอก 3 ช้อนชา / โชยุ 1 ช้อนชา / น้ำส้มสายชูหมักจากข้าว 3 ช้อนชา / น้ำตาล 1 ช้อนชา / พริกไทยดำบดละเอียด เล็กน้อย / งาขาวคั่ว 1/2 ช้อนชา

วิธีทำ

ผสมส่วนผสมทั้งหมดเข้าด้วยกัน พักไว้

ส่วนผสมสลัด

เนื้อปลาทูนาคีรีบโอโทโร่ 120 กรัม / น้ำมันมะกอก 50 กรัม / เกลือและพริกไทย เล็กน้อย / มะเขือเทศเชอร์รี่ 120 กรัม / ถั่วแขก 120 กรัม / พริกหวานแดงหั่นเต๋า 80 กรัม / ไบร็อกเก็ต 80 กรัม

วิธีทำ

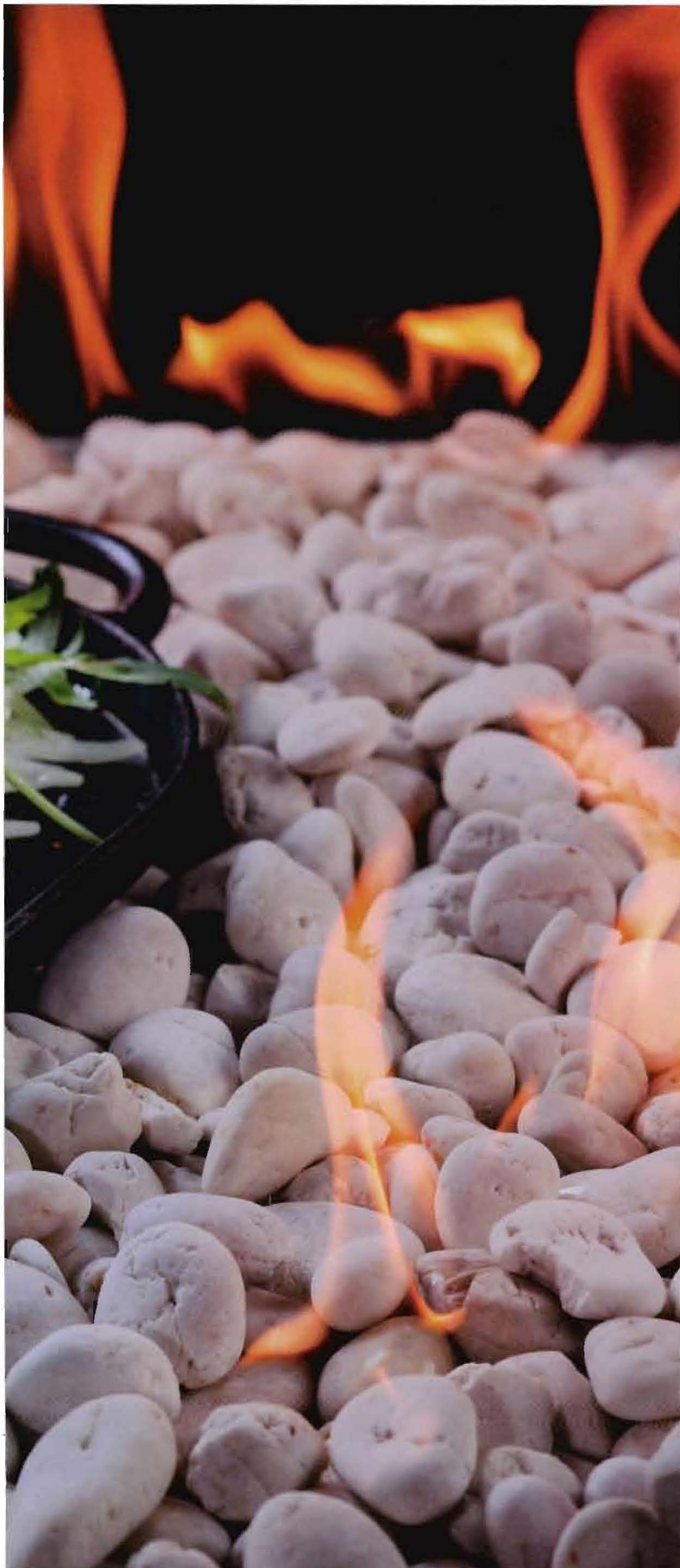
1. ใส่ น้ำมันเล็กน้อยลงบนกระทะ โรยเกลือและพริกไทยลงบนเนื้อปลาก่อนนำไปนึ่งบนกระทะทั้งสองฝั่งโดยใช้เวลาไม่นาน เพื่อให้ข้างในของเนื้อยังคงดิบอยู่ นำชิ้นมาจากกระทะ พักไว้ รอเย็นลงสักครู่จึงค่อยหั่นเป็นเต๋า
2. ผัดถั่วแขกและพริกหวานพอสุกแต่ยังกรอบอยู่
3. นำส่วนผสมทั้งหมดผสมเข้าด้วยกัน ราดน้ำสลัดพร้อมเสิร์ฟ

สนับสนุนวัตถุดิบโดย



FOOD PROJECT
FOODSERVICE SOLUTION
www.foodproject.co.th





Japanese sausages

เต็มรสชาติกับไส้กรอกญี่ปุ่น

ไส้กรอก ของทั่วไปที่หาทานได้ง่ายตามร้านสะดวกซื้อไปจนถึงร้านอาหารหรู โดยทั่วไปเรามักชินกับไส้กรอกแบบเยอรมัน ชื่นในใหญ่ เนื้อแน่น แต่หากคุณได้ลองทานไส้กรอกแบบญี่ปุ่นที่มาอย่างแตกต่าง ไม่ว่าจะเป็นเรื่องรสชาติและขนาดที่ทั้งหอมและเล็ก ผลอๆ คุณอาจจะลิ้มไส้กรอกแบบเยอรมันแล้วหันมาหลงรักไส้กรอกญี่ปุ่นอย่างถอนตัวไม่ขึ้นก็เป็นได้

ไส้กรอกญี่ปุ่นรส:รสอู
teppanyaki Japanese sausages –
sweet mustard seed and onion puree

ส่วนผสม

ไส้กรอกญี่ปุ่นรสชาติต่างๆ 500 กรัม / น้ำมันมะกอก 1 ช้อนโต๊ะ / หัวหอมหั่นละเอียด 250 กรัม / น้ำตาล 1 ช้อนโต๊ะ / ถั่ววอกเด็ดหัวออก 350 กรัม / พาสลีย์สับละเอียด 1 ช่อ / เนย 1 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

1. ทำซอสหอมใหญ่ โดยการนำเนยตั้งกระทะจนละลาย เติมน้ำตาลลงไป ตามด้วยหอมใหญ่สับละเอียดผัดจนสุก พักไว้
2. ตั้งจานร้อนบนกระทะใส่น้ำมัน นำไส้กรอกมาจิ้มให้เป็นรู ก่อนนำไปทำให้ร้อน นำขึ้นพักไว้
3. บนจานร้อนอันเดิมใส่น้ำมันเพิ่ม ผัดถั่ววอกปรุงรสตามใจชอบ นำไส้กรอกมาวางรวม ราดด้วยซอสหอมใหญ่ โรยด้วยพาสลีย์สับละเอียด พร้อมเสิร์ฟ ☞

สนับสนุนวัตถุดิบโดย



FOOD PROJECT
FOODSERVICE SOLUTION
www.foodproject.co.th



Chick Peas Little

ขนมหวานชิ้นเล็กๆ แสนอร่อย อัดแน่นไปด้วยประโยชน์และคุณค่า แกรมแคลอรียังต่ำ ทำได้ง่ายด้วยส่วนผสมหลักๆ คือถั่วลูกไก่ (chick peas) ซึ่งมีรสชาติมันแบบถั่วทั่วไป และให้รสสัมผัสครีมอย่างชัดเจน เมื่อเอามาทำขนมก็อร่อยและยังคงประโยชน์หลักๆ ไว้ ทั้งสารต้านอนุมูลอิสระ วิตามิน แร่ธาตุ และใยอาหารที่สูง ยิ่งทำเป็นทرفเฟิลชิ้นเล็กๆ แบ่งทานได้หลายวัน ก็ทำให้ผู้หญิงอย่างเรารู้สึกผิตเวลาทานขนม น้อยลงได้นะคะ

chick peas chocolate truffle
ถั่วลูกไก่ช็อกโกแลตถั่วลูกไก่

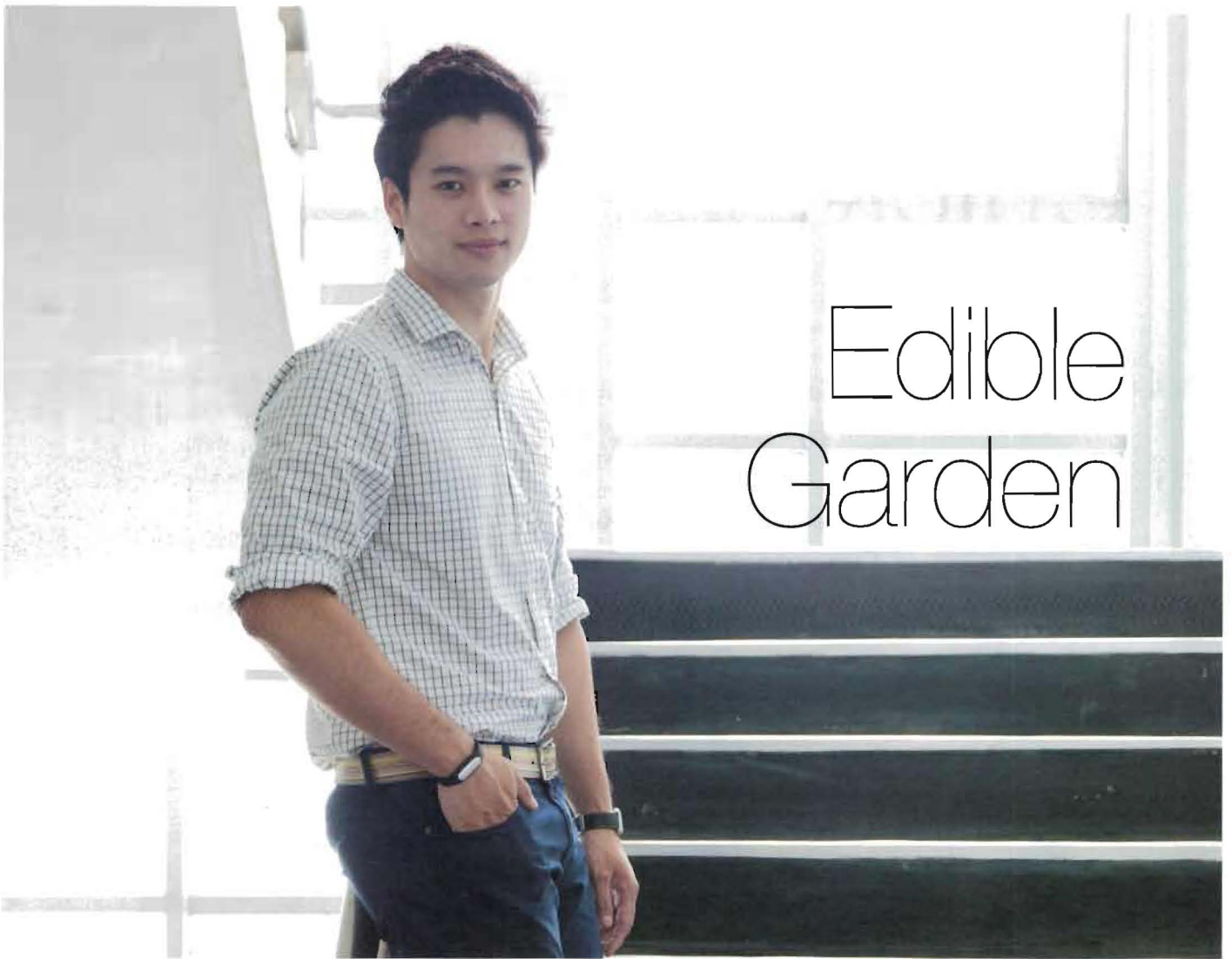
ส่วนผสม

ถั่วลูกไก่ 1 กระป๋อง / เนยถั่ว 3 ช้อนโต๊ะ / น้ำผึ้ง 3 ช้อนโต๊ะ / เกลือ 1/8 ช้อนชา / ข้าวโอ๊ต 2 ช้อนโต๊ะ / กลิ่นวานิลลาสกัด 1/2 ช้อนชา / ช็อกโกแลต สำหรับเคลือบ 200 กรัม

วิธีทำ

1. ผสมถั่วลูกไก่ เนยถั่ว น้ำผึ้ง เกลือ และกลิ่นวานิลลาสกัด ในเครื่องผสม บั่นจนเข้ากันละเอียดดี ก่อนเติมข้าวโอ๊ตลงไปเพิ่มทีหลัง ผสมพอเข้ากัน
2. แบ่งส่วนผสมเป็นก้อนกลมเท่าๆ กัน เรียงบนถาดนำเข้าช่องแช่แข็งจนเซตตัว
3. ละลายช็อกโกแลต นำส่วนผสมที่แช่เย็นมาชุบให้ทั่ว นำเรียงบนถาดเดิม โรยถั่วที่ขอบเพิ่มเติม
4. แช่ส่วนผสมอีกครั้งในตู้เย็นก่อนนำมาทาน <





Edible Garden

“ผักดองของอร่อยใกล้ตัว” ใช่ครับ ถือเป็นความชอบส่วนตัวของผม (ฮา) คงเพราะเป็นอาหารใกล้ตัวที่เรากินไปโดยอาจจะมองข้ามความอร่อยของสิ่งนี้ ซึ่งไม่ว่าร้านอาหารร้านไหนก็มี เอาที่ใกล้ตัวสุดๆ อย่างร้านอาหารญี่ปุ่นชื่อดังยังนำเอา “กิมจิ” ของเกาหลีมาอยู่ในชุดอาหาร หรือร้านอาหารใต้ งานขนมจีนก็มีผักดองให้ทานเคียง เลยทำให้ผักดองกลายเป็นอาหารแก้เลี่ยนหรือตัดรสชาติของอาหารก่อนหน้านี้ บางทีอาจจะช่วยชูรสชาติของอาหารหลักได้ด้วย

คนทั่วไปจะนึกถึงการดองผักเป็นเพียงแค่การถนอมอาหารในรูปแบบหนึ่ง แต่สำหรับผมผักดองนั้นนับว่าเป็นอาหารชนิดหนึ่งเลย ทั้งเนื้อสัมผัสที่แตกต่างจากเดิม และรสชาติที่เป็นเอกลักษณ์ ซึ่งไม่แปลกที่ชาติไหนๆ ก็มีของหมักดองเป็นของตัวเอง ของไทยเราจะเป็นพวกผักเสี้ยน ผักชุย หรือผักดองสามรส เกาหลีก็มีกิมจิที่เป็นเอกลักษณ์ ซึ่งเราคุ้นเคยกันดี

เล่มนี้ผมจะนำผักดองแบบฝรั่งมาจับคู่กับเกี้ยวทอดครีมต้มยำเห็ด ซึ่งเป็นเมนูที่ช่วยตัดรสกันได้ดีมาก ๆ เกี้ยวครีมต้มยำให้รสชาติหวานมัน ส่วนผักดองรสชาติเปรี้ยวหวาน ทำให้การกินเกี้ยวนั้นสามารถกินได้ไม่หยุดเลย เป็นเมนูง่ายๆ ที่กินได้ทุกวัน

ผักดองสามรสกับเกี้ยวต้มยำ

ผักดอง

วัตถุดิบ

แครอท เบบีแครอท และหน่อไม้ฝรั่ง อย่างละ 3 ชิ้น / น้ำส้มสายชูแซมเปญู 2 ถ้วย / น้ำตาล 3 ถ้วย / น้ำเปล่า 1 ถ้วย / เกลือ 2 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

1. นำผักลวกในน้ำเดือดทีละอย่างพอสุก จากนั้นนำมาแช่น้ำเย็นจัดพักไว้
2. ทำน้ำดองผักโดยนำน้ำส้ม น้ำตาล น้ำเปล่า และเกลือ ผสมลงในหม้อตั้งไฟจนน้ำตาลละลาย ตั้งพักไว้จนเย็น

3. หลังผักสะเด็ดน้ำ ให้แชลงในน้ำดองผักอย่างน้อย 3 วัน ในตู้เย็น

เกี้ยวต้มยำ

วัตถุดิบ

ข้าว และหอมแดง หั่นแว่น อย่างละ 30 กรัม / ตะไคร้ และพริก อย่างละ 5 กรัม / ใบมะกรูดฉีก 2 ใบ / กะทิ 2 ถ้วย / น้ำปลา 2 ช้อนโต๊ะ / น้ำตาล 1 ช้อนโต๊ะ / เติตชิเมจิ ลวกสุก 30 กรัม / ฟองเต้าหู้ 2 แผ่น

วิธีทำ

1. นำกะทิ ข้าว ตะไคร้ หอมแดง พริก และใบมะกรูด ตั้งไฟกลาง เคี่ยวจนงวด ส่งกลิ่นหอมปรุงรสชาติด้วยน้ำปลา น้ำตาล แล้วกรองเอาแต่น้ำ
2. นำน้ำต้มยำผสมกับเห็ด เทใส่ที่ทำน้ำแข็ง แล้วแช่แข็งข้ามคืน จากนั้นห่อด้วยแผ่นฟองเต้าหู้ ทอดไฟแรงให้เกี้ยวฟองเต้าหู้เหลืองกรอบ





นับว่าประเทศไทยมีทรัพยากรทางธรรมชาติที่สมบูรณ์ประเทศหนึ่งไม่แพ้ชาติใดในโลก ไม่ว่าจะเป็นพืชผัก เนื้อสัตว์ สมุนไพร วัตถุดิบต่างๆ และเครื่องเทศนานาชนิด ล้วนแล้วแต่เป็นที่ต้องการของประเทศอื่นๆ ในเรื่องของการมีทรัพยากรที่อุดมสมบูรณ์ สามารถหล่อเลี้ยงวิถีชีวิตคนในประเทศได้เป็นอย่างดี อีกทั้งทรัพยากรเหล่านี้ยังนำมาประกอบอาหารได้ทั้งเมนูคาวและหวานได้อย่างครบถ้วน

เริ่มการเลือกเมนูที่ทำในคอลัมน์ครั้งนี้คือพืชพรรณ เชฟใหม่ขอเลือกใช้วัตถุดิบหลักคือ “ดอกขจร” พืชผักพื้นบ้าน รสชาติหวานมัน สามารถนำมาทำเมนูอาหารได้หลายรูปแบบ ไม่ว่าจะเป็นแกงจืด ลวกจิ้มกับน้ำพริก หรือผัดใส่ไข่ ก็อร่อยไปอีกแบบ

เชฟใหม่ขอนำดอกขจรมาทำเป็นยำแบบง่ายๆ โดยที่ใช้น้ำยำเป็นแบบใส่กะทิเคี้ยวซัน เป็นลักษณะยำแบบโบราณ สามารถนำมารับประทานคู่กับข้าวสวยร้อนๆ หรือรับประทานแยกก็อร่อย ดอกขจรที่ใช้จะนำไปลวกและแช่น้ำเย็นเพื่อให้ดอกยังคงความสดกรอบ เคล้ารวมกับส่วนผสมอื่นๆ ไม่ว่าจะเป็นเนื้อไก่ต้มหั่น กุ้งต้ม เพิ่มความหอมมันด้วยหอมเจียว กระเทียมเจียว รับประทานกับน้ำย่ำรสชาติจัดจ้าน เพิ่มความหอมด้วยหัวกะทิที่เคี้ยวราดลงไป จัดแยกใส่ภาชนะที่คล้ายโถแก้ว ทำให้ดูมีลูกเล่นคล้ายการจัดสวนเล็กๆ มีน้ำย่ำทำใส่ในหลอดแก้วหรืออุปกรณ์ที่คล้ายๆ กันแยกไว้ให้เป็นลักษณะเหมือนน้ำที่คอยหล่อเลี้ยงเหล่าพืชพรรณนานาชนิด

ส่วนผสม

ดอกขจร 1 ถ้วยตวง / หัวกะทิ 2 ช้อนโต๊ะ / น้ำมะนาว 1 ช้อนโต๊ะ / น้ำตาลทราย 1/2 ช้อนชา / น้ำพริกเผา 1 ช้อนชา / น้ำปลา 1 ช้อนโต๊ะ / กระเทียม 3 กลีบใหญ่ / หัวหอมแดง 3 หัว / สันในไก่หั่น 40 กรัม / กุ้งนาง 2-3 ตัว / พริกชี้ฟ้าแดงซอย สำหรับตกแต่ง

วิธีการ

หันหอมแดงและกระเทียมเป็นแผ่นบางๆ แล้วนำลงเจียวในกระทะจนเหลือง ตักขึ้นพักไว้

ต้มน้ำให้เดือด นำดอกขจรลงลวก แล้วตักขึ้นลงแช่น้ำเย็น จากนั้นตักขึ้นพักให้สะเด็ดน้ำ

ต้มกุ้งให้สุกและนำมาหั่นเต๋าเล็กๆ ต้มไก่ให้สุกและนำมาหั่นเต๋า พักไว้

เคี้ยวกะทิให้พอร้อนเก็บไว้ จากนั้นนำมาคลุกเคล้ากับดอกขจร และจัดเรียงใส่ภาชนะให้สวยงาม

ผสมน้ำตาล น้ำพริกเผา น้ำมะนาว กะทิที่เหลือ และน้ำปลา คนให้ละลายพอเข้ากัน แยกเสิร์ฟ หรือสามารถคลุกเคล้าไปเลยก็ได้หากจะรับประทานเลย <<

tips

หากรับประทานเลยให้ราดด้วยหัวกะทิที่กรอบ แต่งหน้าด้วยพริกชี้ฟ้าแดงซอยเพื่อความหอมและน่ารับประทาน ในระหว่างลวกดอกขจร น้ำต้องเดือดจัด ใส่เกลือ นำดอกขจรลงลวกเพียง 20 วินาที เพื่อความสดและสีที่ยังสวย อีกทั้งเกลือช่วยให้ผักลวกมีรสชาติที่ดีด้วย การบีบน้ำมะนาวที่ใช้ให้ยกมือสูงเหนืออ่างผสมเล็กน้อยก่อนคลุกเคล้า เพื่อป้องกันน้ำมันหอมระเหยจากผิวมะนาว จะลงไปใต้น้ำย่ำ ทำให้เสียรสชาติที่ดีไป



The Garden: Lychee Panna Cotta with Raspberry Gel



“ทำไมผมถึงไม่เคยทำ Panna Cotta ลงคอลล์มัน chic dessert” เป็นคำถามที่อยู่ในหัวผมหลังจากตัดสินใจแล้วว่า จะทำ Panna Cotta เพราะเป็นขนมที่คำว่า “ง่าย” และ “อร่อย” ยึดแน่นอยู่ในตัวอย่างเต็มเปี่ยม เป็นขนมที่หลากหลาย คนใช้เริ่มหัดทำขนม ผมจึงตัดสินใจว่าฉบับนี้จะไม่พลาดที่จะนำมาเสนอคุณผู้อ่านแน่ๆ และแน่นอน ต้องมีของตกแต่งเก๋ๆ ตามสไตล์ chic dessert แลกด้วยการอบเค้กแนวโมลิกูลาร์เล็กๆ มาฝากกัน อาจจะมีหลายขั้นตอนหน่อย แต่ไม่ยากเลยครับ ลองทำกันดูนะ

Lychee Panna Cotta

ส่วนผสม

เจลาตินผง 6 กรัม / น้ำเย็น 30 กรัม / ครีมสด 3/4 ถ้วยตวง / น้ำตาลทราย 45 กรัม / lychee puree 1 ถ้วยตวง

วิธีทำ

นำเจลาตินผงโรยลงไปถ้วยที่ใส่น้ำเย็นไว้ คนให้ผสมกันแล้วทิ้งไว้ให้เจลาตินพองน้ำ จากนั้นนำเข้ามาโครเวฟจนละลายกลายเป็นของเหลว นำครีมและน้ำตาลทรายมาต้มจนร้อนมีควันขึ้น เทเจลาตินที่ละลายไว้แล้วลงไป คนให้เข้ากัน จากนั้นนำ lychee puree เทลงไปผสมกัน เติสตีฟฟ์ แล้วนำไปแช่เย็นจนเซตตัวข้ามคืน

Raspberry Fluid Gel

ส่วนผสม

Raspberry puree 250 กรัม / ผงวุ้น 2.5 กรัม / น้ำตาลทราย 55 กรัม

วิธีทำ

ต้มทุกอย่างเข้าด้วยกันจนเดือด เทใส่ถาดแล้วแช่เย็นให้เซตตัว นำออกมาปั่นในเครื่องจนละเอียด แล้วกรองผ่านกระชอน จากนั้นเก็บไว้ในขวดซอส

Pistachio Microwave Sponge Cake

ส่วนผสม

ไข่แดง 2 ฟอง / ไข่ทั้งฟอง 1 ฟอง / น้ำตาลไอซิ่ง 25 กรัม / นม 50 มิลลิลิตร / pistachio paste 25 กรัม / แป้งเค้ก 50 กรัม / เกลือ 1 กรัม

วิธีทำ

ผสมทุกอย่างเข้าด้วยกันโดยเครื่องปั่น จากนั้นนำมากรอง แล้วเทลงใน syphon ปิดฝาแล้วชาร์จด้วย N20 charger 2 อัน นำไปแช่เย็น 2-3 ชั่วโมง นำถ้วยกระดามาเจาะรูที่ก้นถ้วย ประมาณ 3 รู นำ syphon ออกมาจากตู้เย็นแล้วเขย่า จากนั้นบีบส่วนผสมลงไปถ้วยสูงประมาณ 1/3 ของถ้วย นำเข้าไมโครเวฟกำลังไฟ 900 วัตต์ ประมาณ 30 วินาที แล้วนำออกมาคว่ำถ้วยลง ทิ้งไว้ให้เย็นตัว

Streusel

ส่วนผสม

แป้งอเนกประสงค์ 50 กรัม / น้ำตาลทราย 50 กรัม / เนยจืด 50 กรัม / อัลมอนต์ป่น 50 กรัม

วิธีทำ

ตัดเนยเย็นให้เป็นลูกเต๋า แล้วนำไปคลุกรวมกับของแห้งทั้งหมด จนส่วนผสมกลายเป็นเม็ดร่วนขนาดประมาณเม็ดถั่วเขียว เทลงบนถาดอบเกลี่ยให้เสมอกัน อบที่ 170 องศาเซลเซียส ประมาณ 15 นาทีจนหอม มีสีเหลืองทอง

Assembly

นำ Lychee Panna Cotta วางลงกลางจาน นำ Pistachio Microwave Sponge Cake มาฉีกให้มีลักษณะคล้ายฟุ้งไม้ แล้วประดับลงไปด้านหลัง Panna Cotta โรย streusel ลงไปด้านข้างให้มีลักษณะคล้ายกับกรวด ก้อนหิน หยอด Raspberry Fluid Gel ให้มีลักษณะคล้ายกับหยดน้ำลงด้านบน Panna Cotta เท่านั้นเราก็จะได้ของหวานที่มีลักษณะคล้ายกับสวนหรือ The Garden ย่อมๆ ย่อขนาดมาไว้บนจาน พร้อมสำหรับตักเข้าปากกันแล้วนะครับ <<



inspiration

“มนุษย์ต่างหีบช่วยโอกาสจาก
ความสวยงามของธรรมชาติเสมอ
นอกจากจะสร้างสรรค์ให้ได้คุณค่ามาก
ที่สุดแล้ว เรายังควรรักษา และส่งต่อ
ความงดงามนี้ให้ชนรุ่นหลังได้เบียดเบียน”

chef we love

“สิ่งสำคัญแรกคือวัตถุดิบ รองลงมาคือวิธีการทำ และสุดท้ายเราต้องซื่อสัตย์
กับวัตถุดิบจริงๆ ของต้องสด ต้องมีคุณภาพเท่านั้น”
นิก-กฤษฎา จินตกานนท์

meet the foodie

“หลายคนมักถามผมว่า Root Garden คืออะไร จริงๆ สิ่งที่กรุงเทพฯ ชั้นใน
ขาดหายไปนานคือพื้นที่สีเขียว และบรรยากาศดีๆ ที่เราเคยมี อีกสิ่งหนึ่งคือเรา
ต้องการพัฒนาที่นี่ให้เป็นอย่างของธุรกิจเพื่อการเปลี่ยนแปลงทางสังคม”
จักรชัย ไฉมทองดี



Picasso of Pastry

ปาตีซิเยร์ปีแอร์ แอร์เม่

“Baking a dessert is about to share a taste I like not to baked a flavor it's hit.”

ปีแอร์ แอร์เม่ คือสุดยอดเชฟคนหนึ่งที่สามารทำให้ขนมที่อยู่คนละฝั่งโลกอ้อยโหลหลายพันไมล์ สื่อสารกันได้ราวกับเป็นภาษาสากล ซึ่งในโอกาสที่ร้าน “Pierre Hermé Paris” มาเปิดสาขาที่ 50 ณ ประเทศไทย เราจึงได้รับเกียรติให้ร่วมวงพูดคุยกับผู้ที่กำเนิดร้านขนมสัญชาติฝรั่งเศสอ้อยระดับเว็ลด์คลาสแห่งนี้

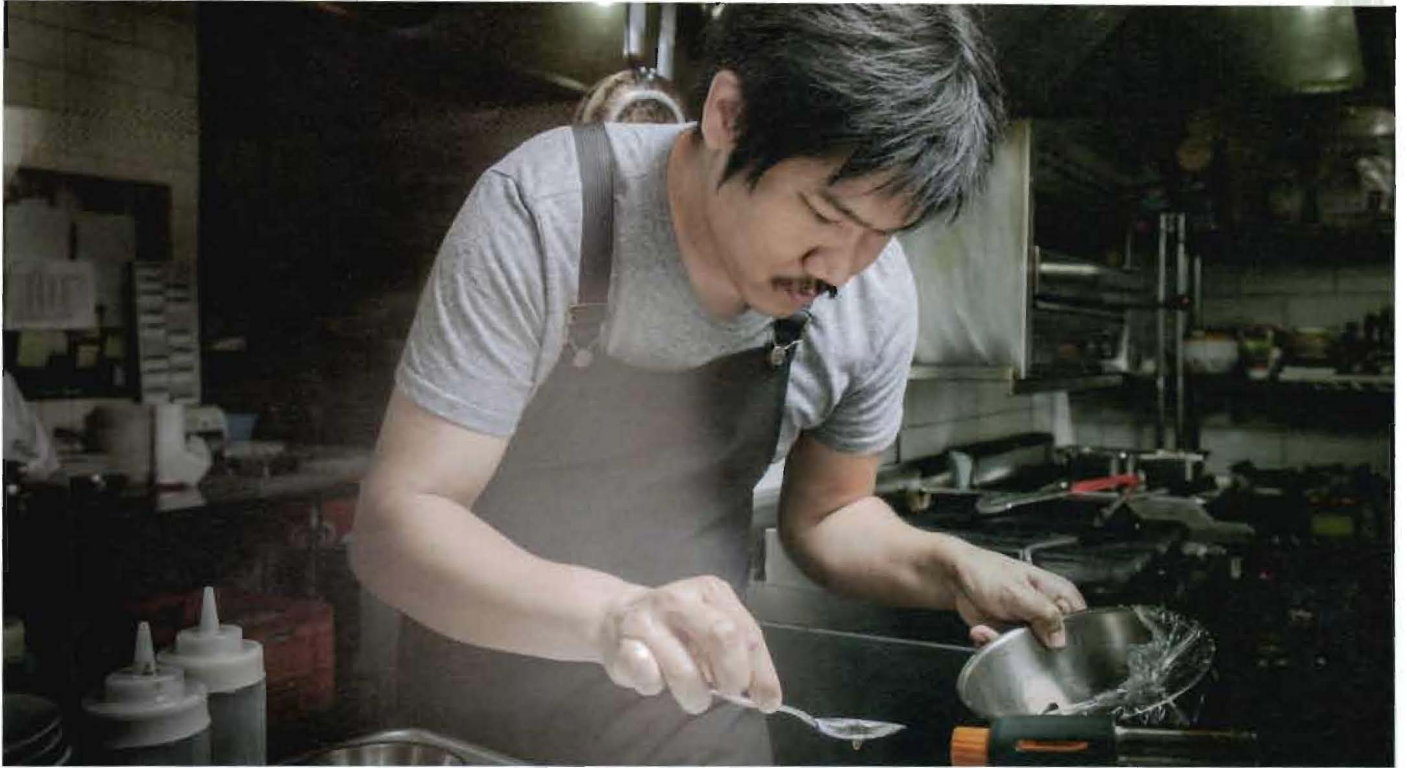
ปาตีซิเยร์ชื่อก้องโลกคนนี้เล่าให้เราฟังว่า ในโลกของเขามีเพียงขนมหวาน ตลอดทั้งชีวิตเขาผูกพันกับขนมอย่างแนบแน่น เพราะเขาเกิดในครอบครัวเชฟขนมหวาน นั่นจึงเป็นที่มาของประโยคที่ว่า

“ผมไม่เคยเข้าสู่โลกของขนมหวาน เพราะผมอยู่ในนั้นมาตลอด ผมเกิดท่ามกลางสิ่งเหล่านั้น” จุดเริ่มต้นของร้าน Pierre Hermé Paris เกิดจากความคิดที่อยากเปิดร้านขนมแบรนด์ชั้นสูงของตัวเอง เพื่อถ่ายทอดศาสตร์ด้านขนมหวานออกมาเป็นผลงานให้คนได้เชยชม และเมื่อทุกอย่างพร้อมสรรพร้านขนมบอชชื่อดังจึงถือกำเนิดขึ้นครั้งแรกในประเทศญี่ปุ่น อันเป็นจุดเริ่มต้นการปฏิวัติวงการขนมหวานแห่งยุคสมัยเลยก็ว่าได้

สิ่งที่เชฟผู้รักในขนมหวานท่านนี้ยึดถือในการทำงานมาตลอดก็คือ “เพราะชอบจึงแชร์” ทำให้ทุกครั้งที่ผลิตขนมเขาจะทำให้ดีและอร่อยที่สุดเพื่อส่งต่อรสชาติที่ชอบให้กับผู้อื่นได้รู้จักกับรสชาติใหม่ๆ ด้วยเอกลักษณ์ที่โดดเด่นของการเป็นเชฟนักคิด ทำให้เขาผลิตขนมมากมายที่แตกต่างและเป็นหนึ่งเดียวของโลก ในปี ค.ศ.1987 เขาได้สร้างสรรค์หนึ่งในเมนูที่ว่ากันว่าเป็นตัวของตัวเองที่สุดนั่นคือ “อิสปาอัน” ขนมที่มีกลิ่นหอมกุหลาบตัดกับรสเปรี้ยวจากราสป์เบอร์รี่ ซึ่งปีถัดมาก็กำเนิดขึ้นนั้นรสชาตินี้ไม่เป็นที่นิยมนัก แต่เขายังคงทำขนมชนิดนี้มาตลอดเกือบสามสิบปี ในที่สุดอิสปาอันได้กลายเป็นรสชาติที่ทุกคนเมื่อได้ลิ้มลองต้องหลงมนต์เสน่ห์ในความหอมหวานซุกซ่อนความจี๊ดจ๊าด

จากโอเดียนและจินตนาการในการทำขนมเขาจึงได้รับยกย่องให้เป็น “Picasso of Pastry” ปีกัสโซแห่งโลกขนมหวาน ศิลปินด้านรสชาติที่กล้าคิดนอกกรอบหยิบจับส่วนผสมมาเป็นวัตถุดิบผสมกับจินตนาการและสัญชาตญาณด้านรสชาติ รับรู้ และมองเห็นภาพว่ารสชาติเป็นอย่างไรหน้าตาขนมจะออกมาเป็นแบบไหน ก่อนจะวาดภาพขนมถ่ายทอดสิ่งที่คิดลงในกระดาษ เมื่อเข้าสู่ขั้นตอนการรังสรรค์เขาจะบรรจงทำและตกแต่งอย่างประณีตจนเรียกได้ว่าไม่มีเครื่องจักรอัจฉริยะใดๆ สามารถทำงานที่ละเอียดอ่อนเช่นนี้ <





Every Week We're Shuffling

“We must be honest to our ingredients. Freshness and quality quarantined.”

เมื่อโลกไม่เคยหยุดหมุน ฤดูกาลก็เวียนเปลี่ยนไปเรื่อยๆ จึงมีวัตถุดิบที่เราจะจับมาใช้จานอยู่มาก และเมนู “honey roasted beetroot with crispy kale and melted brie” ก็ได้กลายมาเป็นตัวแทนแห่งวัฏจักรของธรรมชาติที่เคลื่อนไหวอยู่เสมอ ด้วยรสหวานจากบีทรูตย่าง เพิ่มเนื้อสัมผัสให้เป็นเกล็ดจากน้ำผึ้งที่นำมาผัดรวมกัน พร้อมด้วยคาราเมลถั่วพีแคน เจอร์สซมของคือน้ำอบเสริมความกรุบกรอบจากไมโครร็อกเก็ต ถั่วไพน์นัท เม็ดทับทิม และดอกโสน ทั้งหมดผสมผสานกันอย่างที่ไร้รสกลมกล่อม หลอมรวมให้กลายเป็นจานที่มีความสมบูรณ์ด้วยส่วนผสมและเนื้อสัมผัส...

เชฟนิค-กฤษฎา จินตกานนท์ ผู้เป็นเจ้าของร้าน Shuffle ได้นำเสนออาหารและเล่าถึงคอนเซ็ปต์ “อาหารไม่เคยหยุดนิ่ง” ด้วยสถานที่ตั้งอันเป็นใจกลางเมืองอย่างสุขุมวิท แต่การตกแต่งร้านในสไตล์ลอฟท์โครวโครงเหล็กและไม้ การเสิร์ฟอาหารอันสวยงามเสมือนกับการเสิร์ฟธรรมชาติที่สดใหม่แก่เราโดยแท้จริง

“ผมเป็นคนที่ชอบท่องเที่ยว ชอบเรียนรู้ความแตกต่างในแต่ละวัฒนธรรมว่าที่แบบนี้ เขาทำอาหารออกมาในแบบไหน ไปดูว่าแต่ละพื้นที่มีอิทธิพลต่อวัตถุดิบอย่างไร พอหลังจากที่เรียนถ่ายภาพกลับมาเป็นอาจารย์สอนอยู่สักพักก็ตัดสินใจมาเปิดร้านเลย”

ทุกเช้าเชฟจะไปซูเปอร์มาร์เก็ตเพื่อหาวัตถุดิบสดใหม่ หากเจอส่วนผสมที่น่าสนใจ เมนูใหม่ของวันนั้นจะถูกคิดขึ้นมาเสิร์ฟทันที แต่แน่นอนถ้าจะเสิร์ฟธรรมชาติแล้ว ก็ไม่ใช่แค่ในเรื่องวัตถุดิบแต่ยังเป็นเรื่องของวิถีปรุงด้วย

“การทำอาหารด้วยวิธีดั้งเดิมเป็นวิธีที่ผมใช้ตั้งรสชาติของวัตถุดิบนั้น ผมไม่ค่อยชอบทำแบบโมเดิร์นอย่างการชูวิด เพราะความนุ่มที่ได้มันไม่ใช่รสชาติที่แท้จริง แล้วผมก็ไม่ค่อยทำอาหารตามใจลูกค้านะ อย่างเบอร์เกอร์เนื้อแกะ เราเสิร์ฟกับโยเกิร์ต และซอสเผ็ดฮาวริลซ่า อยากให้เขาลองชิมดู เพราะไม่ว่าอาหารต้องรสชาติเดิมตลอดเวลา ซึ่งที่นี่เมนูจะเปลี่ยนไปทุกอาทิตย์หรือสองอาทิตย์ด้วย”

เขาทิ้งท้ายในเรื่องหัวใจของการทำอาหารว่า “สิ่งสำคัญแรกคือวัตถุดิบ รองลงมาคือวิธีการทำ และสุดท้ายเราต้องซื่อสัตย์กับวัตถุดิบจริงๆ ของต้องสด ต้องคุณภาพดีเท่านั้น”

จากนั้นเชฟจึงผละเข้าไปในครัว ใจจดจ่อกับวิธีการปรุงวัตถุดิบตรงหน้า ปรุงแต่งอย่างใส่ใจเพื่อให้ออกมาเป็นจานที่สมบูรณ์แบบ และสวยงามอย่างที่สุด <K>





อรรถพล ไนโต ถังทอง

หัวหน้าพ่อครัว

ประจำโรงแรมเซอราตัน แกรนด์ โตเกียว ประเทศญี่ปุ่น

Chef De Cuisine

(Sheraton Grande Tokyo Bay Hotel, Japan)

The Next Chapter

บทบาทใหม่ของชีวิต

ขอล่าวสวัสดิ์ท่านผู้อ่านทุกท่านอีกครั้ง คอลัมน์ในฉบับนี้จะเริ่มเป็นฉบับแรกที่ผมเขียนในประเทศญี่ปุ่น เมืองโตเกียวในฐานะ Chef De Cuisine ณ โรงแรม Sheraton Grande Tokyo Bay Hotel, Japan ช่วงที่กำลังจะเดินทางมาที่นี่ ผมได้แจ้งไว้ในแฟนเพจ ‘chefx’ ว่ากำลังจะย้ายมาประจำที่ประเทศญี่ปุ่น มีหลายท่านเขียนมาถามและอวยพร เชฟใครขออนุญาตใช้พื้นที่ในการขอบคุณอย่างเป็นทางการกับคำอวยพรต่างๆ จากพี่ เพื่อน และน้องทุกๆ คน บอกได้เลยว่าอ่านไปยิ้มไปพลาแงน้ำตาซึมที่ต้องจากลา แต่กระนั้นก็มีความสุขกับคำอวยพรมากครับ ทั้งนี้ก็ยังมีน้องหลายคนถามว่าทำยังไงถึงจะทำอาหารให้เก่งและได้มีโอกาสทำงานต่างประเทศบ้าง ผมขอตอบตรงๆ ว่าถ้าเรามีความสุขและสนุกกับการทำอาหารรับรองว่าเรื่องของความเก่งจะตามมาเอง ขอให้อดทนอย่าท้อถอย ทุกอย่างถ้าเราทำเป็นร้อยเป็นหมื่นครั้งเชื่อว่าเราต้องชำนาญในเรื่องนั้นแน่นอน และสักวันเราต้องเก่งแน่ ขอให้เรามีใจรักกับสิ่งที่ทำอย่างแท้จริงเท่านั้น

ปัจจุบันบ้านเราตื่นตัวเรื่องการแข่งขันการปรุงอาหารเป็นอย่างมาก ซึ่งก็ต้องขอขอบคุณทุกหน่วยงานไม่ว่าจะเป็นสมาคมเชฟแห่งประเทศไทยและผู้จัดงานต่างๆ ที่สร้างพื้นที่ตรงนี้ให้กับเชฟไทยได้กล้าแสดงออก ซึ่งเป็นโอกาสอันดีที่ทำให้เราได้มีโอกาสฝึกฝนและประลองฝีมือ การแข่งขันนอกจากจะช่วยยกระดับมาตรฐานฝีมือเชฟไทยแล้ว ยังทำให้เชฟไทยหลายท่านตื่นตัวและรังสรรค์ผลงานสร้างสรรค์ใหม่ๆ ตัวผมเองก็มีโอกาสเข้าแข่งขันปรุงอาหารในประเทศไทยเรียกได้ว่าเกือบทุกสนาม และในต่างประเทศอีกพอตัว พูดได้เลยว่าประสบการณ์ที่ได้รับมีมันคุ้มค่ามาก และที่สำคัญที่สุดคือเรื่องของมิตรภาพใหม่ที่เรารู้จักได้พบ ตรงนี้มันมากกว่าเหรียญทอง ขอให้ทุกคนจำเรื่องนี้ไว้ให้ขึ้นใจ

เวลาผ่านไปไวเหมือนโกหก สามปีที่ดำรงตำแหน่งเชฟใหญ่ที่โรงแรมเลอเมอริเดียน กรุงเทพฯ กับสิ่งดีๆ ที่เกิดขึ้นและประสบการณ์ที่ผ่านมามากจนถึงตอนนี้ที่ประเทศญี่ปุ่น จะว่าไปนี่ก็เป็นประเทศที่สี่แล้วที่เราได้มาทำงาน ถามเชฟว่าตื่นเต้นและกลัวไหม ตอบเลยว่ากลัวทุกครั้งกับการเริ่มต้นในที่ทำงานใหม่ แต่จะว่าไปความกลัวมันช่วยให้เราตื่นตัวดีเชฟคิดแบบนั้น ตั้งแต่ฉบับหน้าเชฟจะมาถ่ายทอดเล่าสู่กันฟังกับเรื่องราวการทำงานต่างประเทศแบบซิดิตัดขอบเขียง จะยากหรือต่างจากที่ประเทศไทยแค่ไหน ขอให้ติดตามกันนะครับ ☞

X-perience Dish

Lava Stone Foie Gras with
Pomelo Salad

ฟัวกราส์ย่างบนหินลาวาเสิร์ฟคู่กับยำส้มโอ

Inspiration

เมนูนี้เชฟได้รับแรงบันดาลใจจากการที่ได้เห็นชาวญี่ปุ่นใช้หินลาวามาเผาให้ร้อนแล้วใส่ในหม้อซุปรานาเบะ (Nabe) ทำให้ซุปรเดือดออกมาอีกทั้งทำให้การเสิร์ฟดูน่าสนใจมากขึ้น แต่ในเวอร์ชันของเชฟเอกซ์ ผมนำหินลาวามาเผาให้ร้อน หลังจากนั้นรีบไปวางบนโรสแมรี่ จังหวะนั้นจะทำให้เกิดกลิ่นหอมจากโรสแมรี่ที่ถูกเผาจากหิน แล้วจึงนำฟัวกราส์ไปย่างบนหิน แนะนำให้ย่างบนโต๊ะแขกเลย จากนั้นเคาะเสิร์ฟมาแล้วหลายครั้ง แยกขอบมากเพราะก่อนทานจะได้ลิ้มลองทั้งกลิ่นและเสียง รสชาติไม่ต้องพูดถึง ขอรับรองว่ายำส้มโอแบบไทยๆ ไปด้วยกันได้ดีกับฟัวกราส์



German Dessert Wine

ไวน์หวานกับเลทฮาร์เวสต์

ในฉบับนี้เราขอพักเรื่องค็อกเทล แล้วพาย้อนกลับมาดูกันในเรื่อง “ไวน์หวาน” (Sweet Wine) ว่าจริงๆ แล้วมันเกิดเกี่ยวดองเข้ากับ เลทฮาร์เวสต์ (Late Harvest) ได้ยังไง

ในที่นี้เราจะขอมุ่งประเด็นไปที่การเก็บเกี่ยวตอนอุณหภูมิสูงอมช่วงปลายฤดู หรือเลทฮาร์เวสต์ ให้เห็นเด่นชัดกันเสียก่อน เพราะความเป็นมาของความหวานในตัวไวน์ จะเน้นกันไปที่ถึงคุณภาพ มูลเหตุมันอยู่ตรงนี้นี่เองละครับ คือต้นตอของคำตอที่เชื่อว่าหลายคนอยากรู้ ก็คงต้องไปเกี่ยวพันกับไวน์ฝรั่งเศสอย่างหนึ่งไม่พ้น และไล่เรื่อยไปถึงเยอรมันแบบหลีกเลี่ยงไม่ได้เอาเสียด้วย ซึ่งเยอรมันเป็นประเทศเดียวที่ใช้ความหวานแบ่งแยกคุณภาพของไวน์ และระบุไปถึงความสูงขององุ่นบนฉลาก

เลทฮาร์เวสต์ คือหนึ่งในที่มาของความหวาน โดยเราก็กะเลยโยงให้ถึงระดับของความหวาน สัญลักษณ์ของคำ “wine quality mark” ซึ่งแปะอยู่บนฉลากด้วย ตรงนี้ “ซาไวน์” ควรรู้เพราะมีคุณค่าอย่างยิ่งยวด ประเด็นที่อยากเน้นให้พวกเราเพิ่มความสนใจขึ้นมาอีกนิดก็ตรงปริมาณน้ำตาล (Residual Sugar) ในผลองุ่นที่เหลือจากกระบวนการหมัก เพราะไวน์จะหวาน รวมทั้งจะมีแอลกอฮอล์มากหรือน้อยก็ขึ้นอยู่กับตรงนี้นี่เอง พุดง่ายๆ ยิ่งเก็บองุ่นช้าและรู้จักคัดเลือกผลที่จะนำมาใช้ ก็ยิ่งจะได้ไวน์ที่เข้มข้นและมีคุณภาพสูงตามไปด้วยนั่นเอง

นอกจากนี้เขายังอาจใช้ความหวานเป็นตัวชี้วัดและแบ่งแยกประเภทของไวน์ได้อีกด้วย โดยเฉพาะไวน์เยอรมันจะมองลึกไปจนถึงกันบั้งของคุณภาพและราคากันเลยละครับขอบอก

เอาเป็นว่า ดูกันให้ละเอียดไปเลยก็แล้วกันตามความหวานจากน้อย (เกรดต่ำ) ไปหามาก (เกรดสูง) ดังนี้ครับ (Ripeness Categories)

- **Deutsche Tafelwein** จัดเป็น Table Wine หรือ Ordinary Wine คือเป็นไวน์รสชาติหวานน้อยแบบธรรมดา ในราคาพื้นที่ ผลิตและมีการซื้อขายกันเฉพาะภายในประเทศเท่านั้น และถือเป็นไวน์เกรดต่ำที่สุดของเยอรมัน โดยทั่วไปมีปริมาณแอลกอฮอล์ขั้นต่ำเพียงแค่ 5.5% เท่านั้น
 - **Deutsche Landwein** รู้จักกันในนามของ German Country Wine ที่มีคุณภาพโดยรวมเหนือกว่า Table Wine แต่ยังไม่มีการส่งออกนอกเยอรมันเช่นกัน
 - **Qualitatswein Bestimmter Anbaugebietes** ถือเป็นไวน์ที่เริ่มมีกฎเกณฑ์มากขึ้น เข้มงวดแม้กระทั่งการเตรียมดินสำหรับการเพาะปลูก ไปจนถึงการคัดเลือกพันธุ์องุ่น โดยเฉพาะการกำหนดพื้นที่ในการผลิต รวมไปถึงแหล่งปลูกองุ่น ที่เลือกพื้นที่ไว้เพียงแค่ 13 แห่งเท่านั้น เกรดนี้มีปริมาณแอลกอฮอล์ขั้นต่ำ 7.5%
 - **Qualitatsweinmit** เป็นไวน์ในระดับติดเพดานบน ต้องผลิตจากองุ่นและเขตที่กำหนดเอาไว้สำหรับไวน์ในขั้นนี้ หน่วยงาน VDP (deutscher pradikatsweinguter) จะมีการแบ่งเขตเพื่ินคัดเลือก ลงลึกไปถึงทั้งสภาพภูมิอากาศ ดิน รวมทั้งความชื้น และแสงแดด ของแต่ละไร่ ต้องการพัฒนาระดับคุณภาพของคำว่า Pradikatswein หรือ Pradicate Wine ให้ดีขึ้น ในระดับนี้เองจะมีการแยกย่อยปริมาณน้ำตาลคงเหลือ และระดับความหวานของไวน์ออกเป็นอีก 5 ชนิด (ถ้ารวม Ice Wine ด้วยจะเป็น 6 ชนิด)
1. Kabinett ถือเป็นไวน์ขั้นแรกของไวน์เกรด Pradikat ค้นพบโดยพระคาร์ดอลิก ซึ่งในระดับนี้ทำกันเฉพาะไวน์หวาน เก็บเกี่ยวจากองุ่นที่มีน้ำตาลสูงหลังขั้น QBA หลายวัน ทำให้ไวน์มีความหวานมากขึ้น
 2. Spatlese ไวน์ในขั้นนี้ยังคงใจเย็นอยู่กับการรอคอยความหวานจากผลองุ่น โดยจะเริ่มเก็บเกี่ยวหลังระดับ Kabinett ไปอีกเกือบหรือถึงสองอาทิตย์ เพื่อรอให้น้ำตาลถึง 28 BRIX (หน่วยวัดปริมาณน้ำตาลในผลองุ่น) ถึงจะใช้ได้ รวมทั้งน้ำตาลต้องคงเหลือหลังทำการหมักไม่น้อยกว่า 11.5% (น้ำหนักต่อปริมาตร)
 3. Auslese สำหรับไวน์ในขั้นนี้ ไม่เพียงแต่จะเริ่มเก็บเกี่ยวองุ่นสูงอมปลายฤดูเพียงเท่านั้น แต่จะละเอียดลออ คัดเก็บทีละพวง เลือกเอาแต่เฉพาะพวงองุ่นที่สุก แค่นั้นยังไม่พอยังอาจนำไปผสมกับองุ่น Botrytized grapes (ที่เป็นผลองุ่นที่ถูกเชื้อรา Botrytis Cinerea เกาะและดูดของเหลว



วิฑูรย์ วงษ์สวัสดิ์
กรรมการผู้จัดการ
โรงเรียนวิฑูรย์ค็อกเทลและไวน์
www.witooncocktailandwine.com

ความชื้นในผลองุ่น ทำให้ผลองุ่นเหลือไว้แต่น้ำตาล) อีกด้วย

4. Beereauslese เป็นสุดยอดไวน์หวานที่ให้รสชาติ Full Bodied ออกแนว Fruity ซึ่งทำจากองุ่นที่เก็บเกี่ยวหลังจากทิ้งไว้ให้ลูกงอมคาต้น เพื่อรอให้น้ำตาลถึง 35 BRIX จนถึงกับเกิดมีเชื้อรา Botrytis ขึ้นมา ส่งผลให้มีปริมาณแอลกอฮอล์พุ่งสูงถึงราว 15.3 - 18.1% กันเลยทีเดียว
5. Trockenbeereauslese มักนิยมเรียกกันสั้นๆ ว่า TBA จะเป็นระดับที่มีความหวานมากที่สุดรวมทั้งความเข้มข้นด้วย และเป็นไวน์ที่ราคาแพงค่อนข้างมากเอาเลยทีเดียวละครับ องุ่นในขั้นนี้จะคัดเลือกเอาเฉพาะที่แห้ง จนมีสภาพคล้ายลูกเกด (Selected Dried Berries Harvest) คือใช้แต่องุ่น (Botrytized Grapes) ที่ถูกทิ้งไว้ให้เหี่ยวคาต้น สภาพอากาศต้องเป็นใจด้วย
6. Eiswein (Ice Wine) เป็นไวน์ที่ไม่ใช่ว่าจะผลิตได้ทุกปี เพราะต้องคัดเลือกเก็บจากองุ่นที่ถูกแช่แข็งโดยธรรมชาติ ที่ต้องมีอุณหภูมิต่ำกว่า 60 องศา และบีบในขณะที่เป็นน้ำแข็งเท่านั้น น้ำที่ถูกแยกออกมาจากการบีบจึงมีความเข้มข้นเพิ่มมากขึ้น ทำให้ได้ไวน์หวานที่มีแอลกอฮอล์สูง และมีปริมาณน้ำตาลอยู่ในขั้น Beereauslese กันเลยทีเดียว จึงเป็นสุดยอดของไวน์หวานที่มีราคาแพงเอาเรื่องพอสมควรครับ

เอาละครับ! ต้องขอไปต่อบฉบับหน้ากันอีกครั้ง เพราะเมื่อเอ่ยถึงเรื่องไวน์หวานแล้วถ้าจะไม่พูดถึงไวน์ฝรั่งเศสเลยจะได้อย่างไร และใจจริงแล้วอยากไปให้ถึงฮังการี และแอฟริกาใต้ เสียด้วยซ้ำไป เอาเป็นว่า...ไว้คอยดูพื้นที่ในฉบับหน้ากันก่อนก็แล้วกันนะครับ ☞



photo : shutterstock



Her Dynamic Mixture

“คนที่จะมาทำงานนี้ได้ต้องมาด้วยความชอบและความหลงใหล ถ้าไม่มีสองตัวนี้เราจะทำไม่ได้”

เรามักจะคุ้นเคยกับภาพบาร์เทนเดอร์หนุ่มยัยหลังบาร์ โชว์ลีลาในการมิกซ์ค็อกเทลอย่างคล่องแคล่ว แต่ภาพตรงหน้าต่างไปจากเดิม เพราะคุณมีลค์-ไพลิน ลัจฉานิตย์ ผู้หญิงที่กำลังเชกค็อกเทลหลังบาร์คนนี้ นอกจากจะเป็นมิกซ์โซโลจิสต์ที่ Vesper Cocktail Bar & Restaurant แล้ว เธอยังเป็นหนึ่งในสี่ผู้ชนะแห่งการแข่งขันติอาจีโอ เวิลด์คลาส 2015 ประเทศไทย เวทีระดับโลกแห่งวงการค็อกเทล

on stage

“การแข่งขันที่ผ่านมาเป็นระดับ South East Asia คือผู้ชนะสี่คนจากระดับประเทศจะได้ไปแข่งมีลค์คือหนึ่งในนั้น เป็นอะไรที่ตื่นเต้นและท้าทายมาก เขาจะให้โจทย์ทั้งหมดมาก่อน มีลค์มีเวลาเตรียมตัวประมาณเกือบเดือน ต้องตีโจทย์ ทาของ และซ้อมทำค็อกเทลจนวินาทีสุดท้าย อย่างโจทย์ค็อกเทลในโอกาสพิเศษมีลค์ทำเป็นธีมไวท์กิ้งเพราะต้องการพรีเซนต์ถึง

ประเทศสก็อตแลนด์ ซึ่งการไปแข่งครั้งนี้ มีลค์อะไรกลับมามีเยอะ ทั้งแลกเปลี่ยนความรู้เห็นทริคของแต่ละคน ได้รู้จักบาร์เทนเดอร์ต่างชาติมากขึ้น แต่ที่กดดันมากที่สุดคือการพรีเซนต์ที่ต้องทำให้เพอร์เฟกต์ทุกอย่างในห้านาที และรสชาติต้องได้ด้วย”

behind the bar

“การแข่งขันทำให้เราได้เห็นจุดด้วยตัวเองด้วยมีลค์ก็เอามาปรับมาพัฒนาต่อ ทั้งเรื่องการพูดจา การเซอร์วิส ถ้าเราทำไม่ได้ลูกค้าที่มานั่งหน้าบาร์คงไม่มีความสุข งานนี้มันต้องเอ็นเตอร์เทนคนด้วยใจ ใครจะอยากมานั่งดื่มเหงๆ อย่างน้อยให้เขามาร้านเราแล้วมีความสุขกลับไป แล้วการเป็นผู้หญิงในวงการค็อกเทล มีลค์ว่ามันช่วยเพิ่มสีสันนะ เรามีความละเอียดละไมความเป็นผู้หญิงใส่ลงไปเวลาทำบาร์ แต่คนที่จะมาทำงานนี้ได้ต้องมาด้วยความชอบและความหลงใหล ถ้าไม่มีสองตัวนี้เราจะทำไม่ได้ เพราะมันเป็นงานหนักนะ วันหนึ่งเชกค็อกเทลวันละร้อยๆ แก้ว ทั้งงานหน้าบาร์และหลังบาร์ ซึ่งมันต้องอาศัยประสบการณ์ด้วย ไม่มีใครมาสอน

การเป็นมิกซ์โซโลจิสต์ได้ เพราะเทสต์ และความชอบของแต่ละคนมันไม่เหมือนกัน”

Drink of Belle de jour

“บางดริงก์ของมีลค์เกิดจากความอยากรู่ว่าตัวนี้ทำไง ทำแบบนี้ได้ไหม ก็ลองทำ แต่ส่วนใหญ่จะได้ไอเดียตอนที่มิชท์มา แบบวันนี้ธีมธรรมชาติจะคิดแล้วว่าอยากได้สมุนไพรกลิ่นยังงั้น รสชาติไหน เลือกแล้วหลักมาแล้วดูว่าตัวไหนไปได้ดีกับส่วนผสมที่มี ค็อกเทลต้องมีจุดบาลานซ์ในรสชาติ ไม่เปรี้ยวหรือหวานไป และมีไดนามิกว่ารสไหนมาก่อนรสไหนตามมา อย่างค็อกเทลในวันนี้จะหอมกลิ่นส้มเป็นอย่างแรก ตามด้วยรสหวานตัดกับรสขมของจิน แล้วมีกลิ่นหอมจากใบโหระพาปิดท้าย เป็นดริงก์ที่สดชื่นดื่มง่าย”

สุดท้ายคุณมีลค์ปิดท้ายได้สมกับเป็นหญิงเก่งว่าคนที่ชอบผสมค็อกเทลไม่จำเป็นต้องเป็นคนที่ชอบดื่ม คงอย่างเดียวกับการเป็นมิกซ์โซโลจิสต์ที่ไม่จำเป็นต้องเป็นผู้ชายเสมอไป เพราะผู้หญิงก็มีไดนามิกในตัวเองเช่นกัน K





Maybe Anything Can Happened

ทุกสิ่งเป็นไปได้เสมอ

สิ่งที่ยากที่สุด คือ การเริ่มต้น ก้าวแรก ถ้าไม่ลงมือทำ ก็ไม่ได้เริ่มสักที

ในโลกนี้มีสิ่งที่เข้ากับกาแฟได้หลายอย่าง จะจับคู่ปาท่องโก๋ กับกาแฟแบบคลาสสิก หรือจะทานขนมจีบพร้อมชดโอเลี้ยง เข้มๆ ก็ได้รสชาติไปอีกแบบ และสิ่งหนึ่งที่ได้พบในร้าน Maybe Flower & Café กลับเป็นส่วนผสมที่ลงตัวของความสวยงามของดอกไม้บานาพันธุ์ ความหอมอบอวลกรุ่นกลิ่นกาแฟ ซึ่งสองสาวพี่น้องยุคใหม่ คุณจิ-จิพัฒน์ธิกาล และคุณมาย-สุพกาญจน์ ปาณิกบุตร สร้างที่นี้ขึ้นพร้อมกับแนวคิดที่ว่า ทุกสิ่งนั้นเป็นไปได้เสมอ...

ก้าวแรกเมื่อเปิดประตูเข้ามายังคาเฟ่ กลิ่นหอมของดอกไม้ลอยฟุ้งอยู่ในอากาศแผ่วเบา ยิ่งทำให้เข้านี้เป็นเช้าที่สดใสมากกว่าเดิม คาเฟ่แห่งนี้เป็นที่รวมของดอกไม้ และกาแฟ ซึ่งอาจเป็นคาเฟ่ในฝันของผู้หญิงหลายคนเลยทีเดียว แต่เชื่อว่าเราจะนั่งจิบเครื่องดื่มได้อย่างเดียว เพราะถ้าอยากสั่งช่อดอกไม้สวยๆ สักช่อให้ตัวเอง สองสาวก็ยินดีบริการเป็นอย่างดี ใช่ว่าแล้วร้านนี้ขายทั้งกาแฟ และดอกไม้

“ตัวเองชอบดอกไม้ ทั้งเป็นคนให้และคนรับ ส่วนมายจะชอบเรื่องกาแฟ แล้วเราสองคนอยากทำอะไรด้วยกัน เลยมองว่าเรามาทำในสิ่งที่ชอบด้วยกันดีกว่า ซึ่งในเชิงธุรกิจร้านดอกไม้มันไม่มีที่ทางให้คนมาหน้าร้านได้ แต่ร้านกาแฟจะมีลูกค้ามาหน้าร้านมากกว่า ทั้งสองอย่างนี้มันให้ความรู้สึกที่ใกล้เคียง ทำให้เรารู้สึกดีขึ้นด้วย เลยคิดว่าสองอย่างนี้น่าจะอยู่ด้วยกัน ได้จึงจับมาเป็นจุดเด่นของที่นี่” คุณจิเล่าถึงที่มาที่ไปของร้านแห่งนี้ด้วยรอยยิ้มบางๆ

อาจคิดว่าคาเฟ่ที่มีความแตกต่างแต่ลงตัวแบบนี้คงต้องใช้ระยะเวลาในการวางแผน แต่ความจริงแล้วสองพี่น้องขับรถผ่านมาเห็นร้านว่าง อาทิตย์ถัดไปก็เซ็นสัญญาเลย คล้ายมัดมือชกให้ตัวเองเริ่มลงมือทำ จากนั้นจึงไปเรียนคอร์สขั้นพื้นฐานในเรื่องดอกไม้ และบาร์ิสต้า ซึ่งสิ่งที่ยากที่สุดคือ การเริ่มต้นก้าวแรก ถ้าไม่ลงมือทำก็ไม่ได้เริ่มสักที

“ชื่อร้านคือ ‘Maybe’ มันไม่ใช่เอสหรือโนไปเลย แต่สื่อถึงความเป็นไปได้ที่สามารถเกิดขึ้นเหมือนที่วันหนึ่งร้านดอกไม้มารวมกับกาแฟ ในร้านจะมีชิงช้า มีถ้า มีโต๊ะทำงานก็ได้ มันไม่มีอะไรตายตัว อยากให้ลูกค้ามาแล้วมีจินตนาการอยากทำ

นู่นนี้ได้ตามใจ ไม่เหมือนคาเฟ่ที่อื่น ซึ่งมายเขาจะถนัดในเรื่องทำขนม มีไอเดียให้ลองทำไปเรื่อยๆ และของหวานที่นี้ไม่ได้มีเฉพาะขนมยุโรปหรือญี่ปุ่น เพราะขนมไทยอย่างกล้วยเชื่อม มันเชื่อมสูตรโบราณ มีให้ทานคู่กับอเมริกาโน่ด้วย” คุณจิเล่าถึงคอนเซ็ปต์

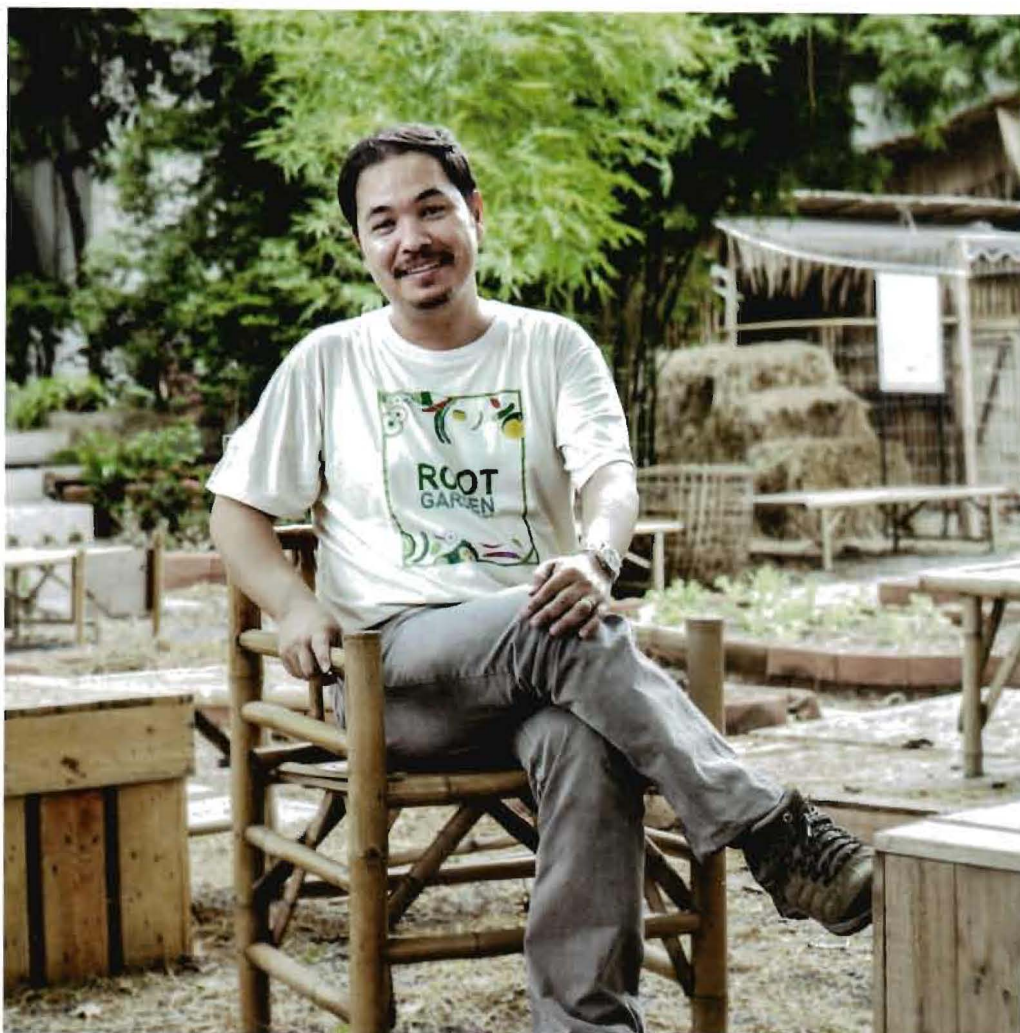
คุณมายเล่าให้ฟังเพิ่มเติมถึงกิจกรรมอันหลากหลายของลูกค้านั่งจิบในร้านแห่งนี้ ทั้งเป็นที่ปาร์ตี้แบบส่วนตัวสุดสนุกหรือกลายเป็นห้องประชุมอันเคร่งเครียด แม้แต่งานรับขวัญเด็กที่คาเฟ่แห่งนี้ก็ทำมาแล้ว

แต่สิ่งที่คุณมายและคุณจิอยากให้คุณลูกค้าได้ลองทำบ้างคือ “Rules of Maybe” แนวคิดในการดำเนินชีวิตของทั้งสองคน

“พวกนี้จะเป็นตัวเราทั้งหมดเลย อย่างมาย ‘learn to be alone’ เราจะได้ไม่ต้องพึ่งพาคนอื่น บางทีอยู่คนเดียวมันจะมีอีกมุมมองให้เราได้เรียนรู้ด้วย แล้วก็ ‘ask your mom’ ข้อนี้แน่ๆ ทำตลอดเวลา มีปัญหาถามแม่แล้วคุณพ่อกับคุณแม่จะสนับสนุนให้ทำในสิ่งที่อยากทำ ให้เราลองทำดู แต่ต้องมีความรับผิดชอบตรงนั้นด้วย”

ส่วนกฎของคุณจิที่ทำอยู่เสมอคือ “question everything” หมายความว่าเราจะต้องทำตามที่คุณอื่นบอกทุกอย่างโดยปราศจากข้อสงสัยใดๆ เพราะบางครั้งการที่เราไม่คำถามไม่ได้หมายความว่าเราจะเป็นคนดีเสมอไป และอีกข้อคือ “be easily proud” ภูมิใจกับความความสำเร็จแม้แต่ในสิ่งเล็กๆ ก็เป็นความสุขให้แก่ตัวเองอย่างหนึ่ง ซึ่งคงจะดีไม่น้อยหากได้ลองทำสักข้อ

นอกจากความชอบในเรื่องของดอกไม้ที่ทั้งสองมีแล้ว ความคิดสร้างสรรค์เป็นอีกส่วนที่ทำให้คาเฟ่แห่งนี้ดูมีชีวิตชีวามากกว่าที่ไหนๆ และ “Rules of Maybe” ก็เป็นสิ่งที่ทั้งสองสาวยึดถือปฏิบัติเรื่อยมา แต่ถ้าวันหนึ่งกฎเหล่านั้นไม่เพียงพอที่จะเป็นหลักให้เดินหน้าต่อไปได้ พวกเธอก็ยังมีความผูกพัน ความรัก ความหวังใยต่อกันแบบพี่น้อง ที่พร้อมจะดูแลมือของอีกฝ่ายให้ลุกขึ้นมา เพราะทุกเรื่องราวที่ดี และไม่ตีทราของลงตัวเสมอสำหรับสองสาวพี่น้องคู่นี้ ☞



Root Garden Urban Farm in the Heart of City

“ร่วมแบ่งปันบนพื้นที่ที่เก่าแก่กัน
โดยเริ่มจากการสร้างการเปลี่ยนแปลง
ในใจคน ที่เหลือคือความหวังที่จะนำไปสู่
การเปลี่ยนแปลงในการปฏิบัติ”

จากพื้นที่ที่ร้างไร้ประโยชน์ย่านทองหล่อ ถูกปรับให้เป็นพื้นที่สีเขียวที่มีทั้งแปลงผัก โรงเพาะเห็ด ที่เลี้ยงไก่และแพะเล็กๆ ได้อย่างไร ฉบับนี้เราจะพาไปพูดคุยกับคุณจักรชัย โฉมทองดี ผู้ประสานงานด้านนโยบายและรณรงค์ประจำองค์การ OXFAM ประเทศไทย อีกหนึ่งหัวแรงสำคัญของโครงการ Root Garden คาเฟ่แนวใหม่ใจกลางทองหล่อ เชื่อว่ามีข้อมูลเบื้องลึกมากมายที่หลายท่านอาจจะยังไม่รู้

Inspiration...แรงบันดาลใจ คือจุดเริ่มต้น

“มันเริ่มต้นมาจากพลังของความคิดที่ผ่านการสื่อสาร ซึ่งเป็นการสื่อสารที่จับต้องได้ ตั้งแต่เมื่อคลุกดินจนถึงตัวเป็อนฝุ่น เพราะเราเชื่อว่า คนกรุงเทพฯ มีความรู้สึกบางอย่างที่ขาดหายไปนาน ตรงนี้แหละที่เป็นจุดที่ทำให้เราคิดว่าทำอย่างไร คนเมืองถึงจะมีความสุขจากความสกปรก จากมือที่เปื้อนดินเหล่านั้น”

The starting...ถิ่นสร้างสุขภาคสอง

“โปรเจกต์นี้คือสถานที่ทดลองว่า ที่ดินที่คุณซื้อเอาไว้ไม่ว่าจะทำอะไรก็ตามระหว่างรอ ที่ดินเหล่านั้นมักถูกทิ้งให้ร้างไม่ได้ใช้ประโยชน์ เราจึงมองหาที่ดินเหล่านั้นเพื่อสร้างประโยชน์ให้กับสวนรวม แต่ปัญหาคือการหาเจ้าของที่มีความเข้าใจและยอมให้เราได้เข้ามาใช้ประโยชน์เพื่อสวนรวม จนกระทั่งมาได้เจอพื้นที่นี้ ซึ่งมาทราบภายหลังว่าเดิมเคยเป็นบ้านของครูอุ๋ง มาสิค ซึ่งมีเจตจำนงตรงกับของโครงการ หลังจากที่ดินเสียชีวิต ท่านได้มอบที่ดินไว้ให้มูลนิธิไชยvana โดยเราได้รับอนุญาตให้ใช้หนึ่งปี แปลงเกษตรจึงเป็นหนึ่งในคำตอบของการใช้ประโยชน์ชั่วคราวได้ดีที่สุด เราจึงพัฒนาเป็นโปรเจกต์ Root Garden แห่งนี้”

พื้นที่สำหรับทุกคน

“ในช่วงแรกเราโฟกัสคนสวนบนของสังคม เช่น คนที่ยูทองหล่อ แต่กลายเป็นว่ามีชาวต่างชาติมากขึ้นรวมถึงเด็ก ๆ ก็กลายมาเป็นตัวดึงดูดสนใจให้คนรู้จักเรามากขึ้น เพราะเด็กในเมืองไม่มีโอกาสได้สัมผัสธรรมชาติมากนัก พอเรามีตรงนี้มา เด็ก ๆ ก็จะชอบมาเล่น ทำให้พ่อแม่ที่ตามมาสามารถมีความสุข (ที่ไม่ได้ดัดแปลงจนเกินไป) ร่วมกันได้”

What is Root Garden?

“หลายคนมักถามผมว่า Root Garden คืออะไร จริงๆ แล้วจะเป็นสนามเด็กเล่น เป็นห้องสมุดหรืออะไรก็ได้ แต่สิ่งที่กรุงเทพฯ ขาดในขาดหายไปนานคือพื้นที่สีเขียวและบรรยากาศเดิมๆ ที่เราเคยมี อีกสิ่งหนึ่งคือเราต้องการพัฒนาพื้นที่ให้เป็นตัวอย่างของธุรกิจเพื่อการเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่ยังสามารถตอบโต้ให้กับคนทำงานให้มีรายได้ มีสวัสดิการ พร้อมกับการเป็นพื้นที่ที่ทำให้คนมีความสุข”

ธุรกิจเพื่อสังคม

“เราอยากสร้างต้นแบบการทดลองทางธุรกิจ เราไม่ใช่แค่ร้านกาแฟแต่เป็นจุดเชื่อมโยงที่เรียกว่า CES หรือ Community Based Social Enterprise และอยากให้ Root Garden เป็นต้นแบบสำหรับคนใครที่อยากทำธุรกิจในแนวนี้”

ร้านกาแฟพิเศษ

“คนอาจจะคิดว่าเราคืออิมคาเฟ่ แต่จริงๆ แล้วเราคือพื้นที่เปิดที่มีร้านกาแฟเท่านั้น คุณจะมาดื่มน้ำเปล่าเรื่อยๆ ก็ได้ โดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย (ตามแต่ปริมาณ) ผักหรือไข่ก็สามารถเก็บมาเท่าที่ต้องการ ซึ่งทั้งหมดนี้ไม่ได้คิดบิยาวราคา แต่ขึ้นอยู่กับแต่ละคนว่าอยากจะให้เท่าไร หรือไม่ให้ก็ได้ หลักๆ เราก็เหมือนเกษตรกรกรกลางๆ เรามีโกฟัพธุ์ 20 ตัว แพะ 3 ตัว เห็ด 1,200 ก้อน และแปลงผัก 8 แปลง ที่ต้องรดน้ำทุกวัน และเก็บผลผลิตต่างๆ ทุกวัน ด้านลูกค้าที่มาก็ได้เรียนรู้จากพื้นที่นี้หรือจะมาแค่พักผ่อนหย่อนใจ มาใช้ความคิด เราก็มีร้านกาแฟเล็กๆ เค้กโฮมเมดไม่ต้องกลัวทิว ถ้ามองไปที่อีกมุมหนึ่งของสวนจะเห็นร้านคนจับปลา ซึ่งนำปลาสดๆ ปลอดภัยจากชาวประมงพื้นบ้านมาส่งตรงถึงผู้บริโภค การซื้อปลาจากร้านคนจับปลา จะเป็นการช่วยดูแลทะเลและสิ่งแวดล้อม โดยร้านคนจับปลาเองเป็นจุดเชื่อมต่อระหว่างชาวบ้านกับลูกค้า และขายที่นี้ช่วงสุดสัปดาห์”

What we earn?

“เราถือว่าประสบความสำเร็จระดับหนึ่ง เพราะตอนแรกตั้งใจให้มีกลุ่มเป้าหมายเป็นวัยทำงาน แต่กลายเป็นว่ามีเด็ก ๆ และคุณพ่อคุณแม่เข้ามา”

Root Market...สิ่งที่เป็นมากกว่าความสุข

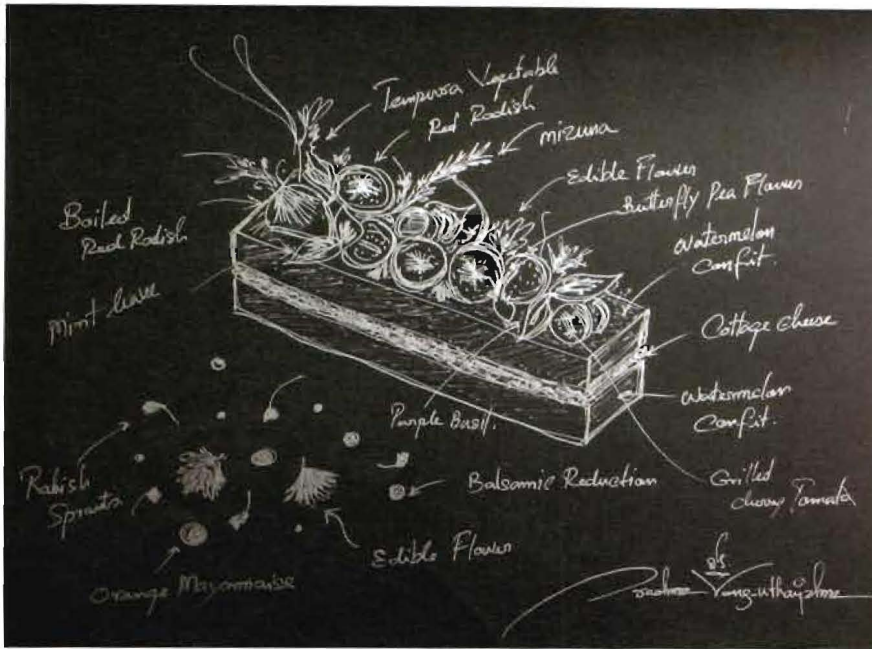
“เราจะมีอีเวนต์ชื่อ Root Market ที่จัดขึ้นเดือนละสองครั้ง ในวันอาทิตย์ที่สองและสี่ของเดือนคือ ภายในงานจะมี root workshop และ root talk ซึ่งเป็นการยกเอางานสัมมนาจากห้องประชุมหรือโรงแรมมาไว้ใจกลางสวน ส่วนเสาร์ที่สามเป็นการเรียนรู้เรื่องการปลูกผัก โดยการเปิดพื้นที่ให้เรียนรู้และมีวิทยากรมาจากกลุ่มสวนผักคนเมืองมาให้ความรู้”

(สามารถติดตามรายละเอียดได้จาก Facebook – Root Garden @ Thong Lor)

ไม่เชื่อก็ต้องเชื่อว่าทุกอย่างในคาเฟ่แห่งนี้ ทุกส่วนมีที่มาสมกับชื่อร้านจริงๆ เพราะคำว่า Root Garden หมายถึงรากทุกอย่างที่ทำได้ต้องมีราก แต่สิ่งที่จะเกิดขึ้นต้องมีที่มาที่ไป ใครที่ยังไม่เคยสัมผัสพื้นที่สีเขียวแห่งความสุขแห่งนี้ต้องรีบไปกันแล้ว เพราะโปรเจกต์จะสิ้นสุดในเดือนธันวาคมนี้เท่านั้น <<



Chef PrachanVong-uthaiphphan
Executive Chef
Arnoma Grand Bangkok



Color of Flora

ความงดงามของพืชพรรณ

พืช ผัก ผลไม้ ล้วนมีมากมายหลายสายพันธุ์ เต็มไปด้วยคุณค่าทางอาหารที่ยากจะอธิบาย ถึงสรรพคุณได้หมด พืชบางอย่างอาจจะรับประทานได้ ตั้งแต่ราก ลำต้น ใบ ดอก ผล ไปจนถึงเมล็ดพันธุ์ พืชบางอย่างนอกจากจะให้ความสวยงามแล้ว ยังเติมเต็มไปด้วยคุณค่าทางโภชนาการและดีต่อสุขภาพและร่างกาย ขึ้นอยู่กับว่าเราจะนำพืชในแต่ละชนิดนั้นมารังสรรค์เมนูลงในจานอาหารกันอย่างไร แต่คิดถึงเมนูจานนี้ อันดับแรกเชฟนึกถึงความสวยงามขึ้นมา ก่อน ต่อจากนั้นก็นึกถึงเรื่องของสุขภาพ และความอร่อยตามมา ปัจจุบันคนเริ่มหันมาสนใจในการบริโภคดอกไม้ ต้นอ่อน รากผักบางชนิด และหัวผักใต้ดิน มากขึ้น เพราะมีคุณค่าทางอาหารรวมถึงวิตามินและเกลือแร่ที่ครบสูตร แต่ที่ต้องเข้าใจและศึกษาให้ดีถึงคุณประโยชน์และโทษของพืชเหล่านั้น อย่างเช่นดอกไม้บางอย่างกินได้ บางอย่างเป็นพิษ รากและขนของผักบางอย่างทานได้ บางอย่างไม่นิยม หรืออาจจะเป็นโทษ ทั้งนี้ทั้งนั้นการปรุงอาหารแบบนี้สิ่งที่สำคัญ

ที่สุดคือต้องสะอาด ของบางอย่างต้องปรุงสุก บางอย่างทานดิบได้แต่ก็ต้องสะอาด

เมนูของเชฟที่จะนำเสนอในฉบับนี้เชฟก็เลือกเมนูที่ทำจากพืช ดอก ผล ราก และผักผลไม้ ให้ผสมกับคอนเซ็ปต์ของเล่มนี้ โดยเน้นที่สุขภาพ สี สัน โดยที่ไม่มีเนื้อสัตว์มาเกี่ยวข้อง เชฟเลือกแตงโมมาเป็นตัวชูโรงด้วยการนำมาแกงพื๊ด หรือแซ่ในน้ำมันมะกอกที่ผสมน้ำส้มและน้ำผึ้งเพื่อเพิ่มรสชาติเปรี้ยวอมหวาน ใส่เกลือเล็กน้อย ที่เลือกแตงโมเพราะสีส้มที่สดใส และทานง่ายชื่นใจ เชฟนำแตงโมที่ปรุงรสแล้วมาประกบกับ "Cottage Cheese" เพื่อเพิ่มเนื้อสัมผัสมาวางเป็นฐาน ด้านบน เชฟนำเอาพืชที่เป็นหัว ราก ดอก ผล ใบ ที่มีทั้งสดและปรุงสุกมาผสมผสานกันเป็นสลัดสุขภาพ ราดด้วยยอดผักทอดเพื่อเพิ่มความกรอบ และราดด้วยซอส "Citrus Vinaigrette" ตกแต่งจานด้วยซอสส้มและดอกไม้บานาพันธุ์ และยอดอ่อนของผัก แค่นี้ก็สุขเกินพอแล้ว <<





Yesterday Once More

เริ่มต้นวันใหม่ แบบเก่าๆ

ร้านเทียนซัง อยู่ตรงข้ามกับศาลาว่าการกรุงเทพมหานคร ถนนดินสอ เปิดมานานกว่า 69 ปี

เมื่อเอ่ยถึงร้านนี้หลายคนจะนึกถึง “เปียกย่างเทียนซัง” ที่มีชื่อเสียง แต่เดิมนั้นร้านนี้เริ่มจากการขายกาแฟมาก่อน

ทุกวันนี้ยังคงมีกาแฟ โกโก้ร้อน-เย็น ขนมปังสังขยา ขนมปังทานาย แต่ที่เด็ดที่สุดคือ นมสดอุ่นๆ มาจากนมโคสดแท้ ไม่ผ่านการปรุงแต่ง หอมหวาน และมีมัน

ทุกครั้งที่มากิน จะเจอกับคุณตาเจ้าของร้านนั่งประจำอยู่โต๊ะเก็บสตางค์ ท่านอภัยาศัยดี ถ้าได้พูดคุยสักหน่อย คุณตามักเล่าเรื่องเก่าๆ ให้ฟังเสมอว่าร้านนี้เริ่มมาจากคุณพ่อของท่าน ซึ่งแต่ก่อนอยู่แถวสามยอด (ใกล้ๆ ดิโอลด์สยามในปัจจุบัน) เดิมทีที่นี่เป็นร้านขายหวาน แต่เจ้าของอยากเลิกกิจการจึงมาบอกพ่อของคุณตา ท่านตัดสินใจเช่าตึกต่อ เรียกได้ว่ามีสถานที่ก่อน จากนั้นจึงมาคิดว่าจะขายอะไรดี เมื่อคิดไปคิดมาจึงนึกถึงกาแฟ เพราะแต่ก่อนแถวนี้มีคนขับสามล้อมาก มันใจว่ามีลูกค้าแน่ๆ ต่อมาเมื่อกิจการรุ่งเรือง ลูกค้าบอกให้ขายอาหารควบข้าง จึงได้เริ่มขายข้าวและบะหมี่เปิด และหมูแดง หมูกรอบที่โด่งดังมาถึงปัจจุบัน

เช้าๆ ที่เทียนซังจึงมีผู้คนมากมาย บ้างก็กินข้าว บ้างก็ละเลียดเครื่องดื่มร้อนๆ (กาแฟที่นี่เป็นแบบไทย ใส่ทั้งนมข้นและนมสด ถูกใจคอกาแฟไทย) กาแฟเทียนซังถึงแม้เริ่มขึ้นโดยหวังจะขายให้คนขับสามล้อ แต่ทุกวันนี้หากมาทานอาหารเช้าจะพบคนทุกสาขาอาชีพ ทั้งข้าราชการ นักธุรกิจ มอเตอร์ไซค์รับจ้าง ฯลฯ

คนไทยนั้นรักการกิน ไม่ว่าเราจะแบ่งเป็นชนชั้นหรือกลุ่มก็อย่างไรแค่ไหน แต่เมื่อมาถึงเรื่องของอร่อย ร้านเด็ด ที่ราคาย่อมเยาแล้ว เรื่องเหล่านั้นก็ดูจะมลายหายไปเสียสิ้น ไม่มีเขตแบ่งใดๆ (เสียอย่างนั้น)

ที่นี่จึงเป็นเหมือนดินแดนพิเศษ นั่งกินอาหารเช้ากันแบบสบายๆ เพื่อชาร์จพลังสำหรับวันที่กำลังเริ่มขึ้น ☘

MAY. 28, 2015

the green backyard

พิศสวนครัว ในริ้วบ้าน

เชฟแดง-พิรุฬห์ ริงสิตโยธิน
executive chef at Siam Niramit



“พิศผัก” แคนไต้ยีนชื่อบางท่านก็อาจเบือนหน้าหนีแล้ว โดยเฉพาะเด็กๆ บางคนที่ไม่ได้รับประทานผักเลย ทำให้บรรดาผู้ปกครองต้องคอยหาวิธีต่างๆ เพื่อให้เจ้าตัวเล็กทานผัก จนบางทีเชฟก็อดนึกขึ้นไม่ได้ว่า มันเป็นเรื่องที่เหมือนกันแบบนี้ทุกชาติหรือเปล่าละ

คุณรู้หรือไม่ว่าพิศผักเหล่านี้มีประโยชน์มหาศาลแก่ร่างกายเพียงใด หากได้ศึกษาเรียนรู้ถึงวิธีการปลูก การดูแล และการปรุงให้เป็นอาหารนานาชาติแล้ว คุณจะต้องทึ่งทีเดียว บรรดาแม่บ้านเองก็เริ่มหัน มาปลูกพิศผักสวนครัวติดบ้านกันมากขึ้น ซึ่งทางเอเชียกับทางยุโรปก็นิยมปลูกต่างชนิดกันไป ฉบับนี้เชฟจึงขอพาเหล่าผู้อ่านไปเปิดครัวทั้งฝรั่ง และไทยกันว่าเขามีพิศผักอะไรติดครัวกันบ้าง

ครัวฝรั่งกับ “พิศผัก” แบบฝรั่ง

แน่นอนว่าทั้งสภาพภูมิประเทศและภูมิอากาศฝั่งยุโรปมีความแตกต่างกับทางเอเชียอยู่มาก ความนิยมของพิศผักบ้านเขาจึงต่างกับบ้านเรา หากใครชอบทำอาหารฝรั่งแล้วละก็ ต้องเจอเจ้าพวกนี้แน่นอน ไม่ว่าจะเป็นหอมใหญ่ หอมแดง กระเทียมกลีบ ต้นกระเทียม ขึ้นช่าย ถ้าจะให้ดีก็ใช้เป็น เซเลอรี่เลย หรือเครื่องเทศต่างๆ ทั้งผักชีฝรั่งอบแห้ง โรสแมรี่ ออริกาโน โทม์ ผงปาปริก้า กานพลู ดอกจันทน์ หญ้าฝรั่ง (อันนี้แพงมาก) ใบกระวาน เป็นต้น สมุนไพรต่างๆ ที่เชฟเขียนมาข้างต้นนั้นเป็นเพียงพื้นฐานที่เชฟอาหารฝรั่งต้องมีติดครัวตลอดเวลา

ครัวไทยกับ “พิศผัก” แบบไทย

ครัวไทยแต่โบราณนั้นจะมีพิศผักและสมุนไพรนานาชนิด ได้แก่ ผักชีลาว ใบแมงลัก ใบกะเพรา ใบมะกรูด ลูกมะกรูด ขิง ข่า ตะไคร้ ใบโหระพา กระเทียม หอมแดง พริกขี้หนู ยิ่งเป็นพริกขี้หนูสวนยิ่งดี พริกขี้พ้าควรมีทุกสี เพราะแต่ละสีมีจุดประสงค์ในการใช้ต่างกัน เช่น สีแดงกลิ่นจะไม่ฉุนมากจึงมักใช้กับอาหารจำพวกยำหรือแกงเผ็ดแดง ส่วนสีเขียวมันกลิ่นจะแรงกว่า จึงนิยมโรยหน้าแกงให้มีสีสัมผัส หน่อย หรือนำมาเผาให้หอมเพื่อนำมาตำทำน้ำพริก และสีเหลืองมักนำมาทำพริกแกงเหลืองหรือเอาไปปั่นเป็นพริกน้ำส้มแต่หายาก เพราะราคาค่อนข้างแพง นอกจากนี้ยังมีผักชีไทย ซึ่งอันนี้สำคัญ เนื่องจากทำอาหารไทยได้สารพัดจริงๆ นำไปตำกับกระเทียม พริกไทยดำใช้หมักกับเนื้อสัตว์เพื่อเพิ่มกลิ่นหอม หรือเป็นสีส้มของอาหาร ใช้โรยแต่งหน้าได้ทั้งเมนูคาวหวาน ด้านมะนาวก็มีประโยชน์ใช้รักษาโรคได้ แต่ถ้าจะเอาให้เด็ดต้องส้มซ่า จุดเด่นอยู่ที่เปลือกมีกลิ่นหอม นิยมนำไปหั่นฝอยใส่ หมูแนม ปลาแนม และหมักรอบ เพิ่มกลิ่นหอมชวนน่ารับประทานยิ่งขึ้น หรือจะใส่น้ำขมนมจืดที่เป็น น้ำพริก ใช้ผสมส้มซ่าแก่จัดผ่าครึ่งผลใส่ลงไปจะช่วยให้มีกลิ่นหอม และช่วยเพิ่มรสชาติในการรับประทาน

ที่เชฟกล่าวมาข้างต้นนี้เป็นแค่ส่วนน้อยของพิศผักที่เป็นประโยชน์สำหรับทำอาหาร ยังมีอีกมากที่ควรค่าแก่การศึกษาแต่เขียนอย่างไรก็ไม่หมดในเล่มนี้แน่ๆ เชฟว่าเหล่าผู้ทำอาหารเมื่อได้อ่านแล้วคงต้องรู้สึกถึงประโยชน์ของการรับประทานผักกันบ้าง หากมีเวลา ลองหันมาปลูกไว้ทานเองกันบ้างก็คงจะดีไม่น้อย **✎**

ผู้ผลิต และจำหน่าย เครื่องครัวสแตนเลส



เครื่องตัด-ล้าง สแตนเลส



เครื่องตัด-พับ สแตนเลส



Punching Machine



เตาแก๊ส



ซิงค์



ตู้เย็นสแตนเลส



ตู้เก็บ

www.se.co.th

รับประกันคอมเพรสเซอร์ 3 ปี

บริการ
รับออกแบนฟรี



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 และเครื่องจักรที่ทันสมัย ได้มาตรฐานมาประยุกต์ใช้กับตัวสินค้า เพื่อให้ได้สินค้าที่มีคุณภาพ เกือบเท่ามาตรฐานสากล

ส่วนทามรายละเอียดเพิ่มเติม

บริษัท สมาย อีควิปเมนท์ จำกัด

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

Email: Smileequipment@hotmail.co.th, Smileequip@gmail.com



The New Paradigm of Pairing Thai Food

วิถีใหม่ของการจับคู่แห่งอรรถรส
ระหว่างรสชาติอาหารไทยและค็อกเทลไทย (ตอนที่ 2)

ด้วยเอกลักษณ์ครบรสของอาหารไทยที่ผสมผสานทั้งรสเค็ม เผ็ด เปรี้ยว หวาน และมัน ได้อย่างลงตัว เราจึงนำอาหารไทยชั้นสูงมารังสรรค์คู่ไปกับค็อกเทลระดับพรีเมียมโดยที่ปรึกษาอาหารไทยและเครื่องดื่มไทยหลายท่าน

สิ่งที่น่าภาคภูมิใจคือสมุนไพรรไทยมีส่วนช่วยให้ทั้งอาหารและค็อกเทลนั้นๆ มีรสชาติละมุนละไมกลมกล่อม เสริมสร้างกันได้ยิ่งดีมากขึ้น เราจึงได้แบ่งหมวดหมู่ของเมนูไทยที่ได้รับการคัดเลือกว่าเป็นเมนูยอดนิยมจาก CNN เป็น 5 ประเภทกว้างๆ ได้แก่ ยำ (สลัด) แกง (กะทิและไมใส่กะทิ) ทอด ผัด และย่าง ซึ่งเหมาะแก่การจับคู่กับเครื่องดื่มในลักษณะที่แตกต่างกัน



ประเภทยำ

รสชาติของยำต้องมีครบรส มักจะมีรสเปรี้ยว เผ็ดนำ ตามด้วยเค็มและหวานปลาย ดังนั้นเครื่องตีคืออกเทลที่เหมาะสมจึงต้องเป็นเครื่องตีที่ออกรสเปรี้ยวหวาน มีกลิ่นผลไม้ สมุนไพร หรืออาจมีความขานิดๆ เพื่อให้รสชาติเข้ากันได้ เนื่องจากยำมีวัตถุดิบในกลุ่มที่มีกลิ่นธรรมชาติ (earthy, green grassy) คือพวกต้นหอม ผักชี ขึ้นช่าย ผักกาดหอม ตะไคร้ เป็นต้น และยำมักจะทานเป็นอาหาร “เรียกน้ำย่อย” ดังนั้นคืออกเทลที่มากุไม่ควรให้รสชาติที่จัดจนเกินไป เพราะจะทำให้ความอยากอาหารจางต่อไปลดลง เครื่องตีคืออกเทลที่แนะนำควรมีส่วนผสมของตระกูลส้ม ชิง วานิลลา อย่างสุราไทยเมี่ยง ซึ่งมีกลิ่นสมุนไพรไทยเหล่านั้นชัดเจน

ประเภทแกง

แกงกะทิ

แกงกะทิเป็นอาหารที่มีเนื้อสัมผัสเข้มข้น ดังนั้นคืออกเทลที่จะมาจับคู่ให้ได้ อรรถรสลงตัวควรช่วยตัดมันตัดความเลี่ยน โดยเลือกที่มีกลิ่นของสมุนไพร และรสชาติไม่จัดจ้านมากจนเกินไป เพื่อให้รู้สึกผ่อนคลาย และตัวน้ำของคืออกเทลก็ควรบางๆ ใสๆ จะช่วยลดความเลี่ยนได้ดี

แกงไม่ใสกะทิ

รสชาติของแกงไทยที่ไม่ใสกะทิ ส่วนมากจะหวาน เค็ม เปรี้ยว และมักมีส่วนผสมของเครื่องเทศ สมุนไพรไทย และผัก คืออกเทลที่จะมาช่วยเสริมสร้างรสชาติให้ดียิ่งขึ้นคืออกเทลที่มีส่วนผสมของวัตถุดิบในกลุ่มเบอร์รี่ (berry) กลิ่นของดอกไม้และผลไม้ (floral, fruity) กลิ่นธรรมชาติ (earthy, green grassy) เพื่อช่วยเพิ่มความอยากอาหาร



ประเภททอด

คืออกเทลที่จะมารังสรรค์สำหรับอาหารทอดควรถูกออกแบบมาให้มีรสชาติที่ตีแล้วตัดเลี่ยนได้ดี สามารถตีกับเครื่องตีที่มีรสจัดได้ แต่เครื่องตีควรเป็นเนื้อใสเพื่อไม่ให้หนักเกินไปสำหรับเมนูทอด

ประเภทพุด

อาหารประเภทพุดสามารถทานเข้าคู่กับเครื่องตีที่มีรสชาติและส่วนผสมที่สอดคล้องกับวัตถุดิบที่ใช้ในงานนั้นๆ และรสชาติสามารถเข้ากันได้เป็นอย่างดี ทั้งคืออกเทลที่ข้นและใส เมนูพุดของไทยส่วนใหญ่จะมีรสเค็มตามด้วยหวานและมันเล็กน้อย ดังนั้นคืออกเทลควรมีรสชาติกลมกล่อมใกล้เคียงกัน

ประเภทยำ

เอกลักษณ์ของอาหารประเภทยำคือกลิ่นของอาหาร ดังนั้นการใช้สมุนไพรไทยมาช่วยในการรังสรรค์คืออกเทลจะยังเป็นการเสริมสร้างอรรถรสตัวของเครื่องตีสามารถเป็นได้ทั้งข้นและใส เพราะอาหารยำไม่เลี่ยนมากนัก ไม่จำเป็นต้องใช้ตัวเครื่องตีที่ใสมาเบรกความมัน

อาหารแต่ละจานนั้นโดดเด่นด้วยวัตถุดิบและการปรุงที่ดี ซึ่งแน่นอนว่าจากตัวอย่างที่ได้ยกขึ้นมาเป็นอีกหนึ่งองค์ประกอบที่สามารถบอกได้ว่าการเลือกหรือปรุงเครื่องตีสามารถช่วยสร้างสุนทรียภาพของการรับประทานอาหารให้เพิ่มมากยิ่งขึ้น การใช้จินตนาการและความสร้างสรรค์ด้วยศาสตร์ของการผสมผสานอรรถรสนี้ จะช่วยเปิดประสบการณ์แห่งรสชาติเติมเต็มมื้ออาหารของคุณให้น่าจดจำมีรูปลักษณ์ **👉**

Into the Wood

งานดีไซน์จากวัสดุธรรมชาติที่ดูเรียบง่ายให้ความอบอุ่น แต่ยังคงเล่นกับความงามไว้อย่างเต็มเปี่ยมโดยการทิ้งร่องรอยความดิบของชิ้นงานได้อย่างลงตัว ด้วยสีส้น และรายละเอียดของเนื้อไม้ รวมไปถึงการออกแบบที่มีความโมเดิร์นเข้ากับกระแสนิยม ชวนให้เกิดไอเดียตกแต่งบรรยากาศการรับประทานอาหารเสมือนอยู่ท่ามกลางแมกไม้บนานาพันธุ์ รวมถึงการตกแต่งบ้านให้สุขสงบร่มรื่น แค่นำมามิกซ์แอนด์แมตซ์ให้ดูดีมีสไตล์ คุณก็สามารถผ่อนคลาย และได้ใกล้ชิดธรรมชาติมากขึ้นแล้ว \llcorner



1. แก้วกาแฟและจานรองไม้ ราคา 450 บาท
2. ถาดไม้มะม่วง ราคา 1,750 บาท
3. แจกันไม้ทรงสูง ราคา 890 บาท
4. แจกันไม้ทรงเตี้ย ราคา 690 บาท
5. แจกันไม้ทรงวงรีและวงกลม ราคา 220 บาท
 6. เชิงเทียน 3 ขนาด
 - ราคา 160 บาท
 - ราคา 140 บาท
 - ราคา 100 บาท
 7. ชามเปลือกไม้ 3 ขนาด
 - ราคา 1,290 บาท
 - ราคา 790 บาท
 - ราคา 490 บาท
8. ผ้าเช็ดปาก ราคา 350 บาท
9. ฐานวางแก้ว ราคา 1,200 บาท
10. ดอกไม้ประดิษฐ์ ราคา 225 บาท



ขอบคุณสินค้าจากห้างสรรพสินค้าเซ็นทรัล ซิตี้ลม แคนทอน ชั้น 5
โทรศัพท์: 0-2793-7777

**styling
life**

ไม่ว่าจะอยู่มุมใดของโลก เราล้วนต้องพบเจอกับ
กับธรรมชาติไปทางใดก็ทางหนึ่ง
ธรรมชาติจึงกลายเป็นวัตถุดิบที่ซึมซาบเข้าได้ดี
กับทุกชนชาติอย่างแยบยล ตั้งแต่บนจานอาหาร
ไปจนถึงสิ่งปลูกสร้าง หรือแม้แต่ในความเชื่อ

food journey

สัมผัสกับวิถีชีวิตอันเรียบง่ายของชาวศรีลังกา อมอุ่นหัวใจด้วยมิตรภาพ
จากคนต่างแดนที่หยิบยื่นมาด้วยรอยยิ้ม ต้มตำไปกับความงามทางธรรมชาติ
ณ บ้านริมทะเลสาบ ที่ออกแบบโดยเจฟฟรีย์ บาวา นักสถาปนิกระดับโลก

dining out

พักเหนื่อยจากความอ่อนล้าที่แบกรับมาทั้งอาทิตย์ในบ้านสไตล์ลิตเติลใจกลางเมือง
แห่งความรื่นรมย์ที่มอบความสนุกสนาน อิ่มอร่อยกับอาหารอิตาเลียนโฮมเมดแฝงความ
เป็นไทยด้วยสมุนไพรสดชื่น นั่งจิบเครื่องดื่มค็อกเทล ทั้งชา กาแฟ และค็อกเทล





Sri Lanka a Beautiful Soul

ศรีลังกา...
จิตวิญญาณอันงดงาม
หลังควั่นสงครามจางหายไป

“ศรีลังกา” เกาะรูปคล้ายหยดน้ำขนาดกำลังพอเหมาะ ตั้งอยู่ในมหาสมุทรอินเดีย เป็นประเทศที่ทุกคนเกือบรู้จักแต่กลับคิดไม่ออกกว่าประเทศนี้มีอะไรเป็นจุดเด่นบ้าง เมื่อควั่นของสงครามกลางเมืองที่ดำเนินมาเนิ่นนานกว่า 30 ปีได้มลายหายไป ม่านหมอกแห่งฝุ่นควันปืนและกลิ่นควอดเลือดเริ่มเลือนราง ศรีลังกาก็พร้อมดั่งดอกไม้แรกแย้มต้อนรับผู้คนที่แวะมาเยี่ยมเยือนอีกครั้ง

ความคิดเรื่องการไปเที่ยวศรีลังกาของฉันเกิดขึ้นจากการเสาะแสวงหาสถานที่ที่ค่าครองชีพไม่แพง มีแหล่งท่องเที่ยวทั้งทางธรรมชาติและวัฒนธรรม เพื่อตอบสนองความต้องการของครอบครัวได้ครบถ้วน ทั้งเด็กชายตัวน้อยสองคนและพ่อแม่ผู้ชื่นชอบการออกไปนอกบ้าน ฉันมองหาโลเคชั่นที่จะนำพาประสบการณ์ล้ำบาง บ้าง สบายบ้าง มาให้เด็กๆ เพื่อเรียนรู้ว่าในโลกใบนี้ไม่ได้มีแต่ประเทศที่ถนนเรียบกริบ รถประจำทางมาตรงเวลา ระบบการขนส่งทั้งบนดินใต้ดินพร้อมพรั่ง อาหารรสชาติคุ้นเคย ผู้คนเข้าคิวตลอดเวลา โลกเรายังมีอีกหลายมิติที่ต้องทำความเข้าใจสัมผัสและเข้าใจอีกมากนัก



ด้วยราคาตัวเครื่องบินที่เข้าถึงได้ทั้งครอบครัว อุทยานแห่งชาติอันมีสัตว์ป่าหายากหลายแห่ง ทั่วประเทศ ประวัติศาสตร์และวัฒนธรรมอัน โดดเด่นยาวนาน สิบสวาไปได้ตั้งแต่ยุคก่อน ประวัติศาสตร์ตั้งแต่ 125,000 ปีที่แล้ว อาคาร บ้านเรือนที่ได้อิทธิพลจากหลากหลาย วัฒนธรรม โรงแรมห้าดาวที่ออกแบบจาก สถาปนิกชื่อดังก้องโลก ความเขี้ยววนต่างๆ เหล่านี้ทำให้ฉันฟันธงเลือกสถานที่ท่องเที่ยว สำหรับหน้าร้อนนี้ได้อย่างแสนง่ายดาย

ฉันเริ่มต้นการท่องเที่ยวประจำปีด้วยความ ประทับใจแรกจากความช่วยเหลือของชาว ศรีลังกาที่สนามบิน เมื่อมองเห็นคณะอันเทอะทะ ด้วยสัมภาระและเด็กๆ ของเราดูเก๋ๆ กังๆ รอรถมารับที่สถานีบินจากโรงแรมที่เราได้จองไว้ แต่รอแล้วรอเล่าผ่านไปกว่าชั่วโมงก็ยังไม่มีใคร ปรากฏกายมารับ ส่วนเบอร์โทรศัพท์ติดต่อที่มี ก็ไม่มีคนรับสาย เจ้าหน้าที่ของบริษัทรถเช่า แห่งหนึ่งจึงได้ช่วยเหลือกลุ่มของเราเป็นอย่างดี ด้วยการเปิดสมุดหน้าเหลืองหาเบอร์โรงแรม ติดต่อประสานงาน รวมทั้งตำหนิแทนเรา ทั้งหมด พร้อมยังให้เราืมโทรศัพท์มือถือ ช่วย คิดเรื่องการชดเชยที่เราควรจะได้ ตกลกกับ โรงแรมจนเสริจสรรพและหารถของบริษัทไป

ส่งเราถึงที่ แม้ว่าจะเหยียบเกาะซีลอนแล้ว ต้องมาเจอกับความผิดพลาด แต่ดอกไม้ของ มิตรภาพเล็กๆ และความรู้อีกตัก ต่อคน ศรีลังกาก็ได้แบ่งบานในใจของฉันแล้ว

“Heritance Ahungalla” ที่พักแห่งแรกใน ศรีลังกาเป็นโรงแรมห้าดาวอยู่ริมทะเล และซึ่งก็ เป็นโรงแรมที่เจ้าหน้าที่ได้หลงลืมการไปรับ คณะอันอ่อนล้าของเราในเวลาสองนาฬิกา ฉัน เลือกมาที่นี่เหตุเพราะการดีไซน์อันเก๋ไก๋แบบ ทropicอลโมเดิร์นของสถาปนิกชื่อดังก้องโลก ชาวศรีลังกาชื่อว่า เจฟฟรีย์ บาวา (Geoffrey Bawa) ภายในโรงแรมมีสระว่ายน้ำ Infinity Pool สามารถทอดสายตาไกลไปยังมหาสมุทรอินเดีย สำหรับการตกแต่งภายในมีกลิ่นอายโคโลเนียล ซึ่งในเชิงความสวยงามทางสถาปัตยกรรมและการตกแต่งภายในโรงแรมแห่งนี้ ก็ไม่ทำให้ฉัน ผิดหวังเลยสักนิดเดียว แต่ระบบต่างๆ รวมถึง ระบบในการจัดการเรื่องบริการลูกค้านั้นยังคง ต้องพัฒนากันอีกไกลเลยละค่ะ (เห็นได้ชัดจาก การลืมลูกค้าไว้ที่สนามบิน...ฮา)

Heritance Ahungalla (Ahungalla - Uragaha Rd, Ahungalla 80562, Srilanka Tel: +94 11 2 30830

การตกแต่งภายในของบ้านพักตากอากาศ เจฟฟรีย์ บาวา (Geoffrey Bawa)



โบสถ์ภายใน Galle Fort



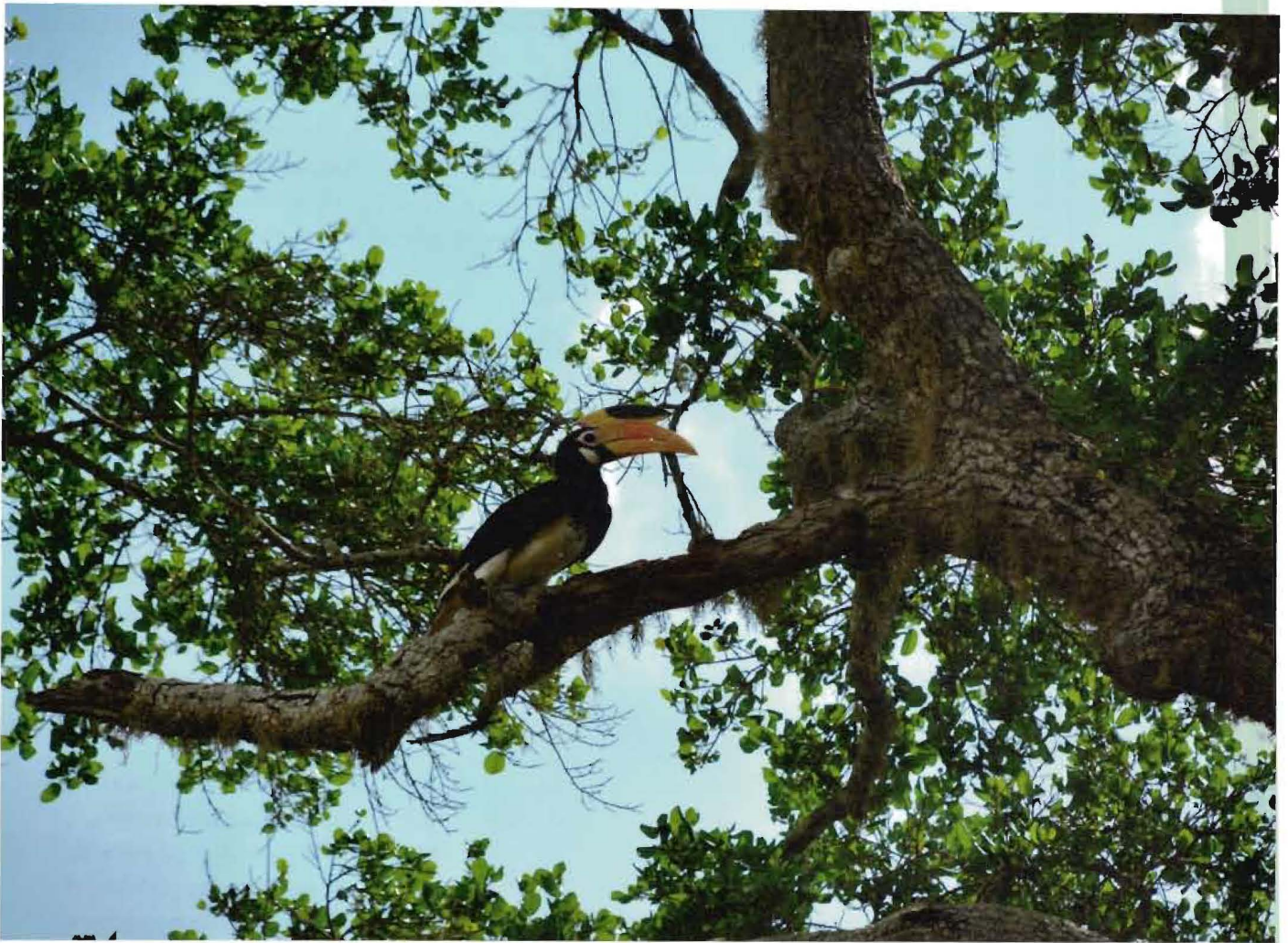
อาคารสวยๆ ภายใน Galle Fort

สำหรับผู้ชื่นชอบศิลปะและงานสถาปัตยกรรมของเจฟฟรีย์ บาวา ขอแนะนำให้ไปเยี่ยมชมบ้านพักตากอากาศของเขาที่เมืองเบนโตตา (Bentota) ที่แวดล้อมไปด้วยทะเลสาบ รายรอบด้วยสวนที่มีต้นไม้ใหญ่น้อยร่มรื่นสวยงาม ตัวบ้านตั้งอยู่บนเนินที่สามารถมองเห็นทัศนียภาพได้โดยรอบ การจัดวางเลย์เอาต์ของบ้านและความเชื่อมโยงต่อสถานที่รอบๆ ตัวบ้านทำได้อย่างยอดเยี่ยม มีระบบการสำรองน้ำ ระบบไฟฟ้า และยังได้สละพื้นที่บางส่วนทำเป็นอุโมงค์รถผ่านสำหรับชาวชุมชนให้ได้มีถนนสัญจร โดยใช้วิธีขุดถนนลอดใต้พื้นที่ของบ้าน มีการทำนามผสมผสานกับการปลูกพืชเศรษฐกิจหลายอย่าง แค่นี้ได้สัมผัสความเขียวชอุ่มให้สดชื่นสบายใจของสวนสวยๆ นี้ก็คุ้มมากๆ แล้วค่ะ

จากโรงแรมห้าดาวเราก็เดินทางต่อไปยังเมือง Galle (ถ้าอย่างแบบโปรตุเกสจะออกเสียงว่า “กอลส์” แต่ถ้าออกเสียงแบบชาวศรีลังกาจะออกเสียงว่า “กาเล่”) ซึ่งเป็นเมืองศูนย์กลางการบริหารของเมืองทางภาคใต้ของศรีลังกา และยังเป็นอดีตเมืองท่าสำคัญสมัยเมืองที่โปรตุเกสและเนเธอร์แลนด์ยึดเอาศรีลังกาเป็นเมืองขึ้น ภายในเมืองจึงมีสิ่งก่อสร้างที่ได้รับอิทธิพลจากชาติตะวันตกอยู่มากมาย ที่โดดเด่นที่สุดเห็นจะเป็นป้อมของเมือง หรือ Galle Fort ที่ได้รับคัดเลือกจาก UNESCO ให้เป็นมรดกโลก (World Heritage) ซึ่งป้อมแห่งนี้ชาวดัตช์สร้างขึ้นตั้งแต่ช่วงสมัยศตวรรษที่ 17 เป็นป้อมในสมัยอาณานิคมที่ยังคงมีสภาพสมบูรณ์และใหญ่ที่สุดที่ยังคงเหลืออยู่ในทวีปเอเชีย ใหญ่ขนาดที่มีโรงพยาบาล โบสถ์ กองบัญชาการทหาร ร้านอาหาร บ้านเรือนที่อยู่อาศัยหลายร้อยหลังบริเวณภายในป้อม

ในปัจจุบันนอกจากสถานที่ทางประวัติศาสตร์ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว อาคารหลายหลังภายในบริเวณป้อมยังได้รับการดัดแปลงให้กลายเป็นบูติกโฮเทล ร้านอาหารเก๋ๆ ร้านขายของที่ระลึก มีการตกแต่งใหม่อย่างสวยงามมากๆ เลยทีเดียว นอกจากความสวยงามของ Galle Fort แล้ว เรื่องอาหารการกินที่นี่ก็ขึ้นชื่อว่าอาหารทะเลสดมาก ถ้าเพื่อนๆ มีโอกาสได้พักในบ้านพักแบบที่อนุญาตให้ประกอบอาหารได้ ขอแนะนำให้ซื้อปลาจากตลาดปลามาปรุง เพราะมีอาหารทะเลสดใหม่จากมหาสมุทรอินเดียให้เลือกหลากหลายประเภท ที่สำคัญราคาย่อมเยาต่อร่องได้ ทริปนี้เราได้กุ้งทะเลลายเสือตัวใหญ่มาด้วยราคาก็โลกรัมละประมาณ 400 บาทเท่านั้น ถือเป็นสวรรค์ของผู้รักปลาและสิ่งมีชีวิตจากท้องทะเลอย่างแท้จริง

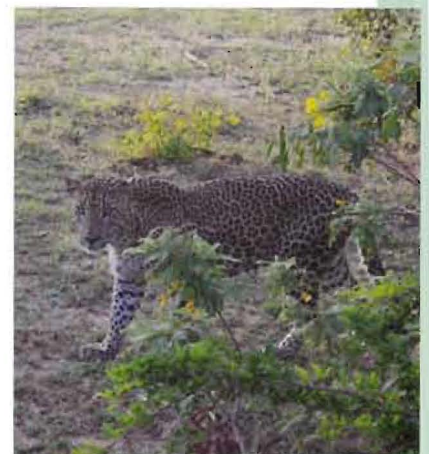
คณะเราใช้ชีวิตนักท่องเที่ยวเยี่ยมชมเมือง Galle อย่างสบายๆ อยู่สองสามวันแล้วก็มุ่งหน้าต่อไปยังสถานที่ไฮไลต์ของเด็กๆ นั่นคือ อุทยานแห่งชาติยาลา (Yala National Park) อันเป็นพื้นที่อุดมสมบูรณ์ไปด้วยสัตว์ป่าต่างๆ มากมายหลายชนิด ทั้งเสือดาว ช้าง ควายป่า และนกต่างๆ โดยการเยี่ยมชมสัตว์ป่าในอุทยานนี้จำเป็นต้องติดต่อบริษัททัวร์ที่มีความชำนาญในการจัดพาหริ เพื่อจะได้พาเราไปในจุดที่จะเจอสัตว์ป่าเหล่านี้ได้มากที่สุด ฉนั้นและเด็กขายน้อยทั้งสองถือว่าโชคดีมาก



เพราะตั้งแต่ช่วงโมงแรกของการทัวร์ป่า รถซาฟารีของเราก็ได้เจอสัตว์ไฮไลต์ครบหมด ไม่ว่าจะเป็น เสือดาว โขลงช้างป่า จระเข้ กวางดาว ผึ้งควายป่า นกยูง และสัตว์ป่าเล็กๆ อีกมากมาย เราจบการทัวร์สี่ชั่วโมงในป่าด้วยความประทับใจในความหลากหลายทางชีวภาพและความสมบูรณ์ของอุทยานแห่งชาติยาลาเป็นอย่างมาก เพราะนอกจากสัตว์ใหญ่ๆ ที่ได้พบเจอในระยะประชิดแล้ว เรายังได้เจอนกยูง ฟังพอน หมาจิ้งจอก และที่ฉันทึ่งเดินจนขอให้ไกด์จอดรถเพื่อเฝ้าดูให้นานที่สุดก็คือ นกเงือกคู่รัก ที่ประเทศไทยนั้นหาได้ยากอย่างยิ่งแล้ว แต่ที่อุทยานแห่งนี้สามารถเห็นคู่ผู้เมียเงือกหาอาหารอยู่บนต้นไม้ได้จริงๆ โดยไม่ตกใจบินหนีหายไปไหนเลยทั้งที่มีมนุษย์มาเยือน ช่างเป็นสัตว์ที่วัดความสมบูรณ์ของป่าได้อย่างยอดเยี่ยมจริงๆ

เมื่อไปเยือนศรีลังกาแล้วสิ่งที่ขาดไปเสียไม่ได้เลยก็คือ การไปนมัสการพระธาตุเขี้ยวแก้วที่เมืองแคนดี้ (Kandy) วันที่เราไปเยือนตรงกับเทศกาลทำบุญใหญ่ของชาวศรีลังกาพอดี เลยได้เห็นภาพความศรัทธาของชาวเมืองที่หลังไหลมาล้นเกล้าพระธาตุอย่างล้นหลาม ที่ขบใจที่สุดเห็นจะเป็นความมีระเบียบเรียบร้อยและเคารพกฎเกณฑ์ในการเข้าเยี่ยมชมศาสนสถานมรดกแห่งชาติของชาวเมือง ที่คนที่มาแต่หัววันล้วนพร้อมใจนั่งรอ (อย่างเรียบร้อยและเงียบมาก) พิธีกรรมทางศาสนาช่วงเย็นที่จะมีการเปิดให้สักการะพระธาตุอย่างใกล้ชิดอย่างเป็นระเบียบ ที่น่ารักมากๆ อีกอย่างคือดอกไม้้นมัสการพระธาตุเพราะที่นี้จะจัดดอกบัวสดๆ หลากหลายสีใส่ในใส่กระถางใบเล็กๆ เพื่อนำไปบูชาพระธาตุ เห็นแล้วให้ชื่นตาชื่นใจและสวยงามอย่างยิ่งเลยคะ

เมื่อมาเที่ยวศรีลังกา เชื่อว่าหลายคนก็คงจะถามว่าแล้วผู้คนที่นั่นจะเป็นอย่างไร เหมือนอินเดียไหม ต้องขออธิบายตรงนี้เลยนะคะว่า ถ้าถามคำถามนี้กับชาวศรีลังกา ผู้คนพื้นเมืองจะรีบตอบทันทีว่า เขาไม่ใช่อินเดียนะ ไม่ได้มีนิสัยหรือนุคลิกลักษณะแบบคนอินเดียเลย ซึ่งจากการได้สัมผัสจริงก็ขอยืนยันได้เลยว่าเป็นความจริงคะ เพราะผู้คนที่นั่นใจดี อ่อนโยน มีน้ำใจ สงบและเรียบร้อยอย่างมาก...ขอพูด



สัตว์ในอุทยานแห่งชาติยาลา
(Yala National Park)

คำว่ามากอย่างนี้อีกสักสิบครึ่งเลยคะ เพราะไม่มีเลยนะคะที่จะมีขอมานหรือพ่อค้าแม่ค้าเดินตามตื้อขอเงินหรือตื้อให้ซื้อของแบบอินเดีย ไม่มี การเสียดัง (ส้มผัสดัดตั้งแต่ก้าวแรกที่เหยียบ สนามบินเลย...ชาวศรีลังกาที่มารอรับญาติที่ สนามบิน รอกันได้แบบเจียบมาก ไม่มี การส่ง เสียดังรบกวนคนอื่นเลย) ไม่ก้าวร้าว ไม่เข้าซี่ ซือสตัยและไว้วางใจได้

กลุ่มของเราได้ไปซื้อปลาที่ตลาดปลาท้องถิ่น ณ เมือง Galle เพราะเจ้าของบ้านพักของเราอาสา พาไป คุณลุงเจ้าของบ้านไปช่วยซื้อ ช่วยต่อ ราคา ช่วยหิ้ว ช่วยพาขึ้นรถเมล์ท้องถิ่น (ตาม คำร้องของมวลสมาชิก) ทำให้ทุกอย่างโดย สม่ครใจประหนึ่งเป็นญาติสนิทกันมานาน หรือ คนขับรถของเราที่ช่วยเหลือทุกอย่างตั้งแต่การ แนะนำที่เที่ยว ยกของ กระทั่งการดูแลเด็กชาย ตัวน้อยทั้งสอง ดูแลนี้รวมไปถึงการช่วยอุ้ม ปลอดภัยนยามเมื่อลูกของเราแองร้องไห้กรี๊ด ร้องด้วยนะคะ หรือมีครั้งหนึ่งพวกเขาขับรถขึ้น เขาแล้วรถติดยาวบนเขาเป็นกิโล เราก็สงสัยว่า เกิดอะไรขึ้น ลงเดินไปดูเนื่องจากรถติดแบบไม่ ขยับเลย ก็เจอว่ารถบัสนขนาดใหญ่ตกถนนหลุด ลงไปที่ไหล่ทางแบบขยับไม่ได้ วิธีแก้ไขปัญหา ของชาวเมืองที่นี่ทำยังงั้รู้ใหม่คะ ทุกคนต่าง พร้อมใจลงจากรถมาช่วยกันยกรถบัสน ชายหนุ่ม กว่าห้าสิบคนล้วนสม่ครใจมาช่วยโดยไม่เกีย งงอน (รวมถึงคนขับรถสุดน่ารักของเราด้วย) มัน เป็นสิ่งที่เหมือนง่ายแต่เกิดขึ้นยากมากจริงๆ ที่

ทุกคนต่างพร้อมใจกันสละรถตนเองแล้วมุ่งหน้า ไปช่วยเหลือผู้อื่น แฮ้ย...โอ้เราก็เที่ยวมาหลายที่ ทั่วโลก ต้องบอกเลยว่าจิตใจของคนที่นี่มันช่าง ยอดเยี่ยมกระจ่างใสตั้งเพชรจริงๆ สงคราม กลางเมืองที่เช่นฆ่าประชาชนไปกว่าแสนคน ยาวนานกว่าสามสิบปีนั้นไม่สามารถบั่นทอนความดี และน้ำรักของชาวศรีลังกาได้เลยสักนิดเดียว (แต่ สงครามก็ส่งผลกระทบต่อความมี ประสิทธิภาพ ของระบบการให้บริการสาธารณสุขไปพื้นฐาน การเข้าถึงทรัพยากรของชาวชนบท ซึ่งก็ได้แต่ หวังว่าหลังประเทศเข้าสู่สถานการณ์ปกติแล้ว ระบบต่างๆ เหล่านี้จะได้รับการพัฒนาให้ดียิ่งขึ้น ต่อไป)

เอาละ หันมาสำรวจร้านอาหารเจ๋งๆ ของ ประเทศนี้กันบ้างดีกว่า ฉันได้ไปมาหลายแห่งแต่ ขอเลือกเฉพาะที่สุดของที่สุดมานำเสนอเพื่อนๆ สักสองแห่งดีกว่า ร้านแรกคือ The Gallery Café (2 Alfred House Rd, Colombo, Sri Lanka Tel: +94 11 2 582162) ร้านนี้เป็นอดีตที่ตั้ง สำนักงานสถาปนิกชื่อดังเจฟฟรีย์ บาวา การ ตกแต่งภายในและบรรยากาศของร้านจึง สวยงามสมชื่อ และในร้านยังเป็นที่จัดแสดงงาน ศิลปะหมุนเวียนไปเรื่อยๆ รวมทั้งมีขาย ของที่ระลึกเก๋ๆ อีกด้วย อาหารของร้านเป็น สไตล์ฟิวชั่นรสชาติดีทุกเมนูที่ชิม บริการดีเยี่ยม ไม่ทานอาหารมานั่งทานกาแฟยามบ่ายพร้อมชม ความสวยงามของสถานที่และงานศิลปะใน บริเวณรอบๆ ก็คุ้มแล้วคะ



ตลาดปลาท้องถิ่นที่มีอาหารทะเลสด



บรรยากาศการทำอาหารในครัวเปิดของ Ministry of Crab

ร้านที่สองต้องบอกไว้ก่อนเลยว่าห้ามพลาด เพราะเด็ดจริงอะไรจริงนะจ๊ะ ด้วยรางวัลการ์รันตีมากมาย แถมยังได้รับเลือกให้เป็น Asia's 50 Best Restaurant ต่อเนื่องกันหลายปี โดยในปี 2015 นี้ได้รับการจัดอยู่ในลำดับที่ 43 และเป็นหนึ่งใน Dinner Club: World 50 Best Restaurant Academy อีกด้วย ร้านสุดยอดเยี่ยมนี้ชื่อว่า Ministry of Crab (Old Dutch Hospital, Colombo 1, Srilanka Tel: +94 11 234 2722) แหม เห็นชื่อก็รู้แล้วว่าเขามีดีด้านไหน ใช่แล้วค่ะ ร้านนี้เน้นการขายปูตัวใหญ่ยักษ์มาปรุงรสชาติแบบต่างๆ แล้วแต่คุณลูกค้าจะเลือก ปูตัวบึ๊กเข้มและมีหลายไซส์ให้เลือกตั้งแต่ 500 กรัม จนถึงขนาดใหญ่สุดหนักมากกว่า 2 กิโลกรัมต่อตัว ไซส์ใหญ่สุดทางร้านจะเรียกชื่อว่า Crabzilla เก๋ไก๋มากๆ ค่ะ นอกจากอาหารจานปูแล้วอาหารทะเลอื่นๆ ก็อร่อยมากๆ ทั้งปลา กุ้ง และหอย เพราะวัตถุดิบทุกอย่างในร้านสดมากๆ และปรุงรสได้อร่อยจนต้องเลียนิ้วเลยทีเดียว แนะนำอย่างยิ่งเลยคะ

ตลอดทริปนี้ถึงจะมีการขลุกขลักบ้างในเรื่องระบบการประสานงาน ระบบพื้นฐานในภาคบริการ ถนนหนทางที่เป็นหลุมเป็นบ่อในหลายแห่ง กระทั่งสมาชิกทั้งเด็กและผู้ใหญ่หลายคนในกลุ่มเราต้องเผชิญกับปัญหาท้องเสียและอาหารเป็นพิษ แต่ทุกคนได้เรียนรู้และประสบการณ์ติดตัวกลับมามากมาย และพูดเป็นเสียงเดียวกันว่าอยากจะกลับไปเยี่ยม ไปพูดคุยกับผู้คน ไปสัมผัสบรรยากาศ ไปเที่ยวชมป่า ไปสัมผัสวิถีชาวบ้านอีก เพราะสถานที่ท่องเที่ยวและผู้คนที่นี้ช่างสวยงาม บริสุทธิ์ และเปี่ยมน้ำใจจนยากจะลืมเลือนเลยคะ สงครามกลางเมืองนั้นทำลายได้แต่สิ่งก่อสร้างและระบบต่างๆ แต่ไม่สามารถทำลายจิตใจของชาวศรีลังกาที่จดจำเหล่านี้ได้เลยแม้แต่น้อย... สุดแสนประทับใจจริง...ศรีลังกา ☘

Wonderful Pearl Cruise

ล่องสู่น้ำแห่งความสุข...สัมผัสทุกความประทับใจกับ เรือวันเดอร์เพิร์ล

"Chaophraya by Candlelight"

โปรแกรมล่องเรือรับประทานอาหารค่ำ
19.30 - 21.30 น. (ทุกวัน)

ออกเดินทางจากท่าเรือ ริเวอร์ซิตี้ (สีพระยา) เจริญกรุง 24



www.wonderfulpearl.com

สำรองที่นั่ง : 0 2861 0255 ต่อ 5 / rsvn@grandpearlcruise.com

บริษัท แกรนด์เพิร์ล จำกัด 123-125 ซอยเจริญนคร 13 ถนนเจริญนคร
แขวงคลองตันใต้ เขตคลองสาน กรุงเทพฯ 10600



Wonderful Pearl Cruise



wonderfulpearlcruise



ID:wonderfulpearl

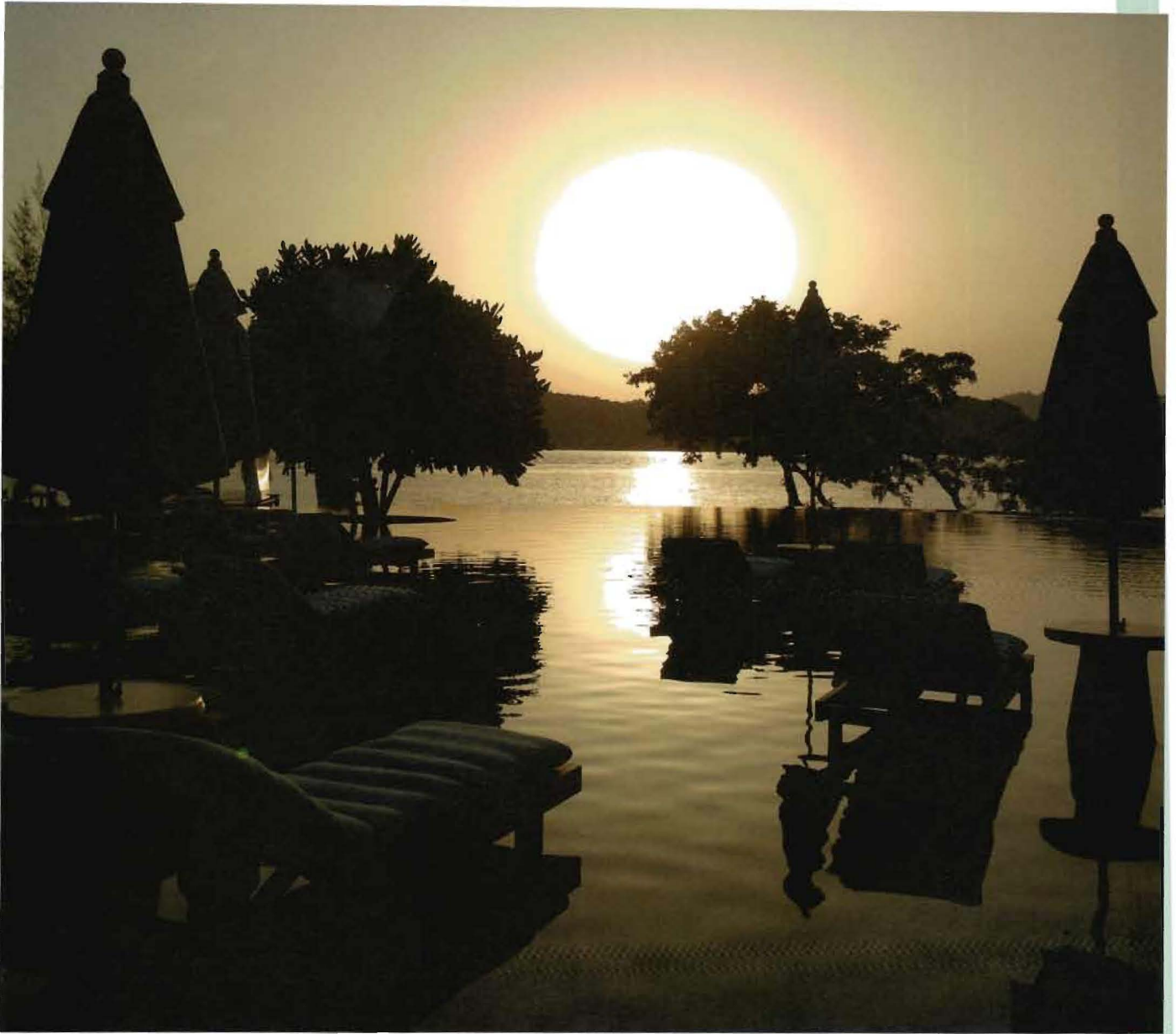
La Grande Perle



สัมผัสบรรยากาศโรแมนติกริมแม่น้ำ
เจ้าพระยาในสไตล์โมเดิร์น-คลาสสิก
กับอาหารฝรั่งเศสจากเชฟมืออาชีพ
และวัตถุดิบนำเข้าจากต่างประเทศ
พร้อมด้วยไวน์ชั้นดีจากทุกมุมโลก
เพลิดเพลินกับเสียงดนตรีป๊อปแจ๊ส
ที่มอบความสุขทุกคำกินให้กับคุณ

เปิดบริการทุกวัน @ ศูนย์การค้าริเวอร์ซิตี้ ชั้น 1

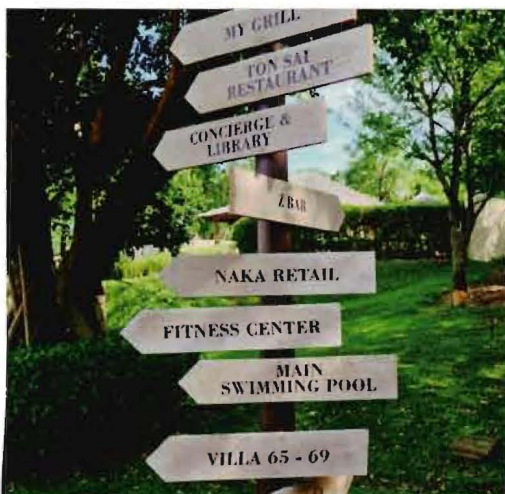
โทร. 0 2237 0077 ต่อ 125 / www.lagrandeperle.com



Happy Gataway

Slow Life in The Island

ชีวิตทำงานในเมืองหลวงอันแสนยุ่งตั้งแต่วันจันทร์ถึงวันศุกร์พอมีเวลาว่าง ร่างกายก็เรียกหาท้องทะเล แต่ครั้งจะไปทั้งทีก็อยากที่พักผ่อนแบบสบายๆ สไตล์ Hideaway ไม่ขอเดินทางไปไหน แคได้พักผ่อน นอนกึ่งดูทะเลจากห้องนอนมุมสูงราวกับไปติดอยู่บนเกาะสวรรค์ทะเลอันดามันสักสองคืนกับวิวทะเลแบบ 180 องศา ใส่ชุดว่ายน้ำนั่งดูพระอาทิตย์ตกลับขอบฟ้าแล้วฟังเพลงบอสซ่าเบาๆ จากศาลาในวิลล่าพร้อมดื่มสปาร์กลิ่งไวน์เย็นๆ สักแก้ว พอค่ำลงไปดินเนอร์ทานอาหารทะเลถ่ายกับลือบสเตอร์ภูเก็ตเก๋ๆ ลงอินสตาแกรมให้โลกรู้ว่าเราติดเกาะแบบที่ทำให้ต้องอิจฉา



Where to sleep:

ทริปนี้เราพักกันที่ The Naka Island, a Luxury Collection Resort And Spa โรงแรมนี้เป็นโรงแรมเดียวที่ตั้งอยู่บนเกาะขนาดใหญ่ เกาะเล็กๆ ไม่ไกลจากเกาะภูเก็ต การเดินทางก็ไม่เหนื่อยเกินไป จากท่าเรืออ่าวปอใช้เวลาเดินทางโดยสปีดโบ๊ทของโรงแรมไม่ถึง 10 นาทีก็มาถึงแล้ว

วิลล่าทั้งหมดมี 67 หลัง ซึ่งที่นี่แบ่งเป็นวิลล่าธรรมดาและพูลวิลล่า เราแนะนำให้เลือกชนิดห้องแบบพูลวิลล่าวิวทะเลฝั่งพังงา ซึ่งห้องที่เรา มาครั้งนี้คือวิลล่าเบอร์ 47 โดยวิลล่าวิวทะเลจะมีแค่ 4 หลังเท่านั้น เรียกว่าเป็นวิลล่ายอดเยี่ยมของที่นี่เพราะทะเลฝั่งนี้จะสวยด้วยวิวสุดลูกตา ไม่มีเรือจอดมากหรือบรรยากาศเมืองมาบังสายตาแบบวิวฝั่งภูเก็ต เรียกได้ว่าคุ้มค่ากับการพักผ่อนเสียจริง

เมื่อเดินทางมาถึงสิ่งแรกที่พนักงานจะแนะนำคือการตีหม้อ เพื่อเป็นการแสดงว่ามาถึงแล้ว เหมือนเป็นนัยๆที่จะทำให้ได้กลับมาอีก เข้ามาภายในรีสอร์ทที่มีบริเวณกว้างพอสมควร โดยพนักงานจะพานั่งรถกอล์ฟ ไปยังวิลล่า ซึ่งเมื่อก้าวเข้าไปภายในเราต้องตะลึงกับวิวทะเลสุดลูกตา ภายในประกอบไปด้วยห้องนอน ห้องแต่งตัว และห้องอาบน้ำ ส่วนเตียงนอนมีมุ้งสีขาวคลุมให้ความรู้สึกสุดโรแมนติก เพดานเปิดโล่งรับลม มีโซฟาและโต๊ะอ่านหนังสือที่นั่งเล่นได้ คั่นด้วยประตูกั้นกระจกบานใหญ่ ที่ออกไปยังสระว่ายน้ำส่วนตัวและศาลาภายนอก ส่วนของห้องนอน เชื่อมด้วยทางเดินไปยังห้องแต่งตัวใหญ่และห้องอาบน้ำแบบชาวเวอร์ที่เป็นห้องสตรีมได้อีกด้วย หากใครชอบแช่ Bathub อ่างอาบน้ำจะแยก ออกไปอยู่อีกส่วนของวิลล่า ซึ่งจะมีกลิ่นหอมวางไว้ให้ใช้ เมื่อถึงตอน เย็นแม้บ้านจะมากางมุ้งจุดเทียนหอมและจุดตะเกียงตามพื้นทางเดินห้อง เรียกได้ว่าทั้งโรแมนติกและผ่อนคลายแบบสุดๆ ไปเลย



What to eat:

My grill คือห้องอาหารทะเลและสเต็กซึ่งตั้งอยู่ด้านหน้าของหาด เมนูแนะนำเริ่มจากอาหารเรียกน้ำย่อย Fin de Clair Oysters บอกเลยว่า หอยนางรมที่นี่เป็นหอยสังข์ชาติฝรั่งเศสนำเข้ามารสชาติและคุณภาพ ชั้นเยี่ยม จานนี้เขาจะเสิร์ฟมาบนถาดแก้วน้ำแข็งมีตัวกัน 6 ตัว ทานคู่กับ น้ำจิ้มวิเนแกรตต์และบีบมะนาวเล็กน้อย ต่อด้วยจานที่สอง Tuna Tartar เนื้อปลาทูน่าสดลึบละเอียดแซ่เย็นแล้วผสมกับเครื่องเทศแอนโชวี หอมใหญ่ เคเปอร์ ไข่แดง ไข่ขาวลึบ ทานเย็นกับครีมเปรชเย็นๆ โรยด้านบนด้วยใบผักสลัดร็อกเก็ตตัดเสี้ยนรสชาติดกกลมกล่อมเรียกน้ำย่อยได้ดี

มาถึงจานหลักขอแนะนำ Surf and Turf ล็อบสเตอร์ภูเขาสดๆ ครึ่งตัว อย่างมาหอมกรุ่นเสิร์ฟพร้อมกับสเต็กวากิวเทินเดอลอยด้อลสเตอร์เลีย เลือกความสุกได้ตามชอบ แต่หากไม่ทานเนื้ออีกจานที่อยากแนะนำคือ Andaman Mixed Seafood จานนี้เป็น grilled platter จานค่อนข้างใหญ่แบ่งทานกันได้สองคน โดยเป็นล็อบสเตอร์ภูเขาหนึ่งตัวโตๆ พร้อมด้วยปลากะพง หอยเชลล์ ปลาหมึก และกุ้งทะเล อย่างมาในจานใหญ่ เรียกได้ว่าสองเมนูนี้ไม่ควรพลาดเมนูใดเมนูหนึ่งหากมาที่นี่

นอกจากอาหารที่ไม่ควรพลาดแล้ว ทางรีสอร์ทในวิลล่าจะมีจักรยาน

ส่วนตัวประจำคนละคัน เราสามารถปั่นเที่ยวรอบๆเกาะได้ โดยจากโรงแรมใช้เวลาปั่นออกไปชุมชนที่ชาวบ้านอาศัยอยู่บนเกาะนาคาใหญ่ จากประตูด้านหลังประมาณ 10 นาที ที่เด็ดคือร้านอาหารเล็กๆ ที่หมู่บ้านนี้เขาจะเลี้ยงปลา ปู กุ้ง หอย ไว้ในกระชังกลางทะเล เราสามารถสั่งอาหารทะเลสดๆ ได้ โดยคุณลุงเจ้าของร้านจะพายเรือออกไปกลางทะเล ตรงกระชังแล้วเอากลับมาทำสดๆ ให้เราทาน วันนั้นเราได้ปลาเก๋าตัวใหญ่ กิโลกว่ามาทอดกระเทียม และปูม้าสดๆ 2 กิโล มานั่งเอากลับมาทานที่ศาลาในวิลล่า ปายวันที่สองอาหารทะเลสดแบบนี้สั่งไวน์ขาว Pinot Grigio แซ่เย็นดื่มคู่กันสักขวดถือว่าเข้ากันเป็นที่สุด

What to drink:

ติดกับวิลล่า 47 จะมีร้านสำหรับนั่งชมพระอาทิตย์ตกชื่อ Z-Bar เครื่องดื่มเราแนะนำ Negroni ที่มีส่วนผสมของ gin vermouth และ campari สำหรับคนที่ชอบคืออกเทลรสหอมเปลือกส้มติดขมนิดๆ ที่ปลายลิ้น หรืออีกชนิดคือ Dirty Martini ที่มีส่วนผสมของ gin vermouth และ น้ำมะกอกดอง แนะนำให้สั่งทานกับอาหารแบบทาปาสเล็กๆ ซึ่งที่นี่จะเสิร์ฟเป็นบุฟเฟต์ทาปาสตั้งแต่ห้าโมงเย็นถึงสองทุ่ม นั่งเพลินๆ ชมพระอาทิตย์ตกลับขอบฟ้า แต่ต้องบอกเลยนะว่าระวังจะอ้วกจนอาจไปดินเนอร์ต่อไม่ได้เลย

แล้วถนนทุกสาย
จะมุ่งสู่ถนนทองหล่อ

THONGLOR

FOOD FESTIVAL

“ถนนสายเดียวในโลกที่รวมทุกความอร่อย
รสชาติ สีสันเพื่อคนทุกไลฟ์สไตล์”

ตั้งแต่วันที่ 17 กันยายน
ถึง 3 ตุลาคม 2558

30 ร้านที่คึกที่สุดในทองหล่อ
30 รสชาติของกิจกรรมที่จะให้คุณหลงรักทองหล่อมากยิ่งขึ้น

ติดตามรายละเอียดของกิจกรรมและร้านที่เข้าร่วมโครงการฯ ได้ที่ www.facebook.com/Thonglorfoodfestival

สอบถามเพิ่มเติม โทร. 0-2770-8899

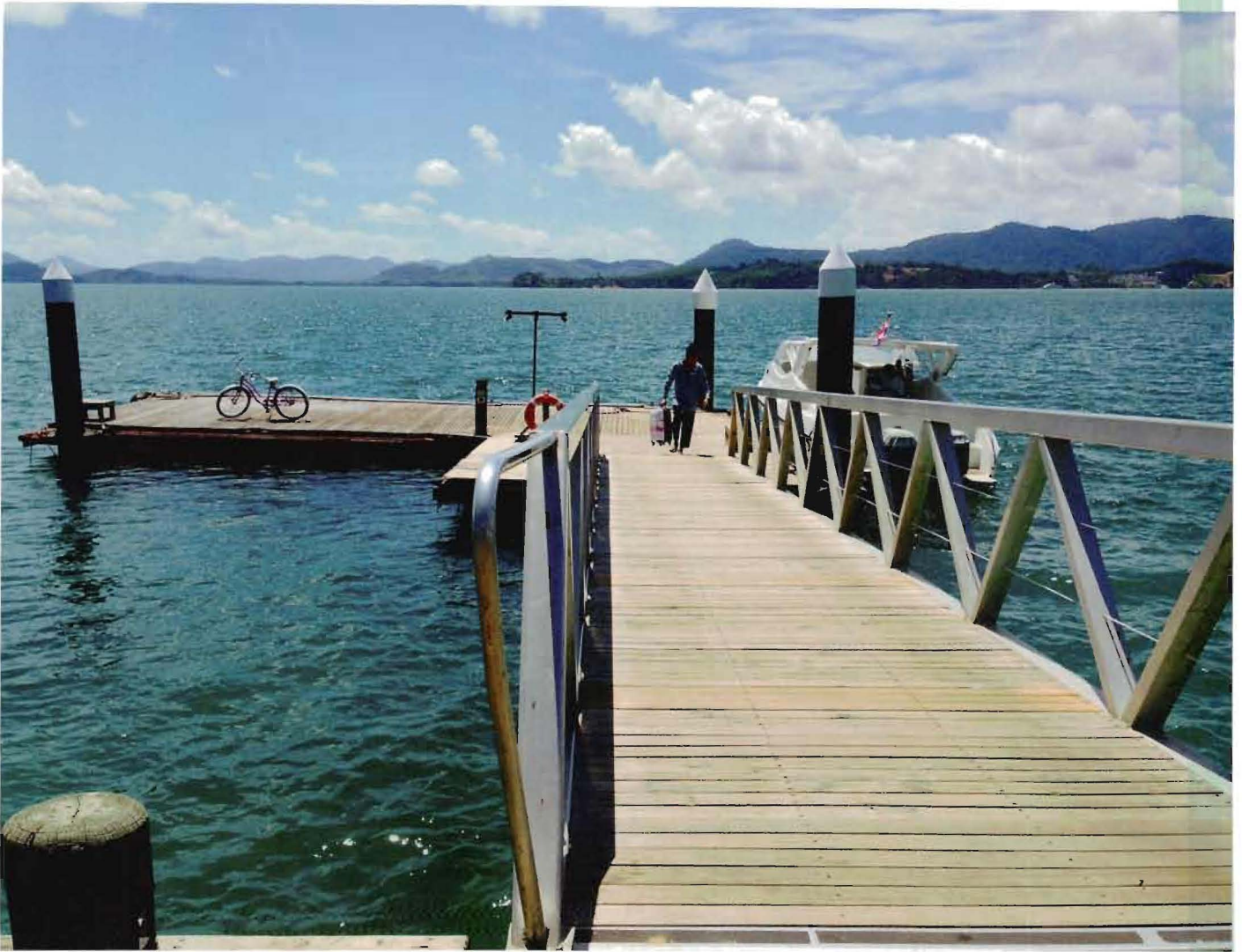
สำรองที่นั่งได้ที่แอปพลิเคชัน Tableapp Thailand

Partners by



Organized by





What to see:

มาติดเกาะกันทั้งที เราแนะนำกิจกรรมเก๋ๆ จะมีเรือที่เรียกว่า HobieCat เป็นลักษณะเหมือนเรือใบให้เล่นฟรี เคยไปหลายโรงแรมที่มีกล่องเล่นจนติดใจแล้ว แต่ถ้าเล่นไม่เป็นก็สามารถให้ครูฝึกพาออกไปด้วยได้ เรือใบลำใหญ่นั่งได้ 4-5 คนสบายๆ ตอนออกเรือสั่งเครื่องดื่มเย็นๆ ใส่ถังในเรือแช่ไว้ตอนรอลม ถ้าร้อนๆ จะได้คลายร้อนได้สบายๆ หรือถ้าใครอยากเล่นวินเซิร์ฟลองเทลหรือเรือแคนูเขาก็มีสำหรับคนที่ชอบออกกำลังกาย ห้องฟิตเนสก็มีอุปกรณ์ครบอยู่ด้านหน้าข้างสระว่ายน้ำใหญ่ของรีสอร์ท ซึ่งไฮไลท์ของที่นี่ก็คือสระว่ายน้ำใหญ่ของรีสอร์ท เพราะเป็นสระแบบฟรีฟอร์มติดริมทะเลที่งดงามมาก แต่ถ้าใครไม่ได้ชอบกิจกรรมเอาต์ดอร์ แนะนำว่ารีสอร์ทแห่งนี้ขึ้นชื่อเรื่องสปาเน่าความเป็นอย่างมาก ใช้พื้นที่ถึงหนึ่งในสี่ของตัวรีสอร์ท มีทั้งนวดอโรม่า นวดไทย นวดหินร้อน บ่อแช่ตัวที่ทำสปา โดยจะเป็นบ่ออุณหภูมิ 36 องศาเซลเซียสเท่าตัวเราให้ความรู้สึกสบายถ้าได้ลอง นวดอโรม่า บอกได้คำเดียวว่าไม่ธรรมดาเลย เทอราพิสต์แต่ละท่านเรียกว่าประสบการณ์มากมีฝีมือจริงๆ ❧



เดินทางไปกับเรา...
 เพราะชีวิตคือการเดินทาง



ติดตามความเคลื่อนไหวได้ที่ TravelChannelThailand

true visions 364 72 true visions 345



Maiuu Sushi Bar

อร่อยเน้นๆ กับเมนูสไตล์อิชากายะ:

ขอพระราชคู่มือเป็นดั่งของอร่อย ไม่ว่าจะแวะเวียนมากี่ครั้งก็ยังไม่สามารถลิ้มลองความอร่อยได้ครบทุกร้านซะที และอีกหนึ่งร้านที่โดดเด่นเตะตาผู้คนนั่นคือ ร้าน "Maiuu Sushi Bar"

เดิมทีที่ร้านแห่งนี้เน้นเสิร์ฟซูชิ แต่ทางร้านมีการปรับเปลี่ยนเมนูเพื่อตอบสนองความต้องการของลูกค้าให้มากขึ้น จึงได้เพิ่มเมนูแนว อิชากายะ ที่ทานได้ง่าย และสามารถทานแก้ลมกับเครื่องดื่มได้อีกด้วย

แน่นอนว่าปรับเมนูใหม่ทั้งที เราขอแนะนำความอร่อยสไตล์อิชากายะให้รู้จักกัน เริ่มจาก "ไส้กรอกญี่ปุ่นย่าง" เมนูไส้กรอกที่นำมาทำอะไรก็อร่อย อย่างเช่นจานนี้เลือกใช้ไส้กรอกญี่ปุ่นขนาดพอดีคำ นำไปย่างจนหอมเข้ายวน เพิ่มความอร่อยด้วยการจิ้มทานกับซอสลีสตาร์หรือจะอร่อยแบบเพลินๆ กับ "หนวดปลาหมึกย่างเกลือ" เนื้อสัมผัสแบบกรุบๆ จากหนวดปลาหมึกที่นำไปย่างเกลือ และ "คอหมูย่างเกลือ" รสเค็มมันเข้ากันสุดๆ ถือเป็นจานเรียกน้ำย่อยที่ชวนน้ำลายสอได้เป็นอย่างดี หรือจะเป็นอีกหนึ่งเมนูอย่าง "ไก่ทอดคาราเกะ" คอนเฟิร์มความอร่อยจากกลิ่นที่หอมมาแต่ไกลบวกกับความกรอบของไก่ทอดสีเหลืองทองได้อย่างลงตัวโดยไม่ต้องปรุงรสใดๆ และพลาดไม่ได้กับ "คุชิคัตสึ" เซ็ตอาหารทอดที่เสียบไม้มาด้วยกันห้าไม้ ทั้งหมดสิ้นในไส้กรอกชีสไมจิและเห็ดออริจิ ทานคู่กับน้ำจิ้มสูตรเฉพาะของทางร้านส่งตรงมาจากประเทศญี่ปุ่น หากใครที่ชอบทานซูชิแนะนำเป็นเมนู "maiuu sushi set" ที่ทางร้านเลือกมาให้แบบอร่อยลงตัวแล้วถึงแปดคำด้วยกัน เช่น แซลมอน ปลาไหล และอื่นๆ อีกหลากหลายหน้าให้ได้ลิ้มลอง **K**

33 พหลโยธิน 5 ถนนพหลโยธิน แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400
เปิด: 11.30 - 14.30 น. และ 17.00 - 22.00 น. ปิดวันจันทร์
โทรศัพท์: 0-2619-8664
facebook: maiuuizakaya

เปิดให้บริการทุกวัน วันจันทร์-วันอาทิตย์ เวลา 8.30-17.30 น.

ปิดรับออเดอร์ 16.30 น.



แผนที่ : บริษัท ฟู้ดโปรเจกต์ (สยาม) จำกัด



บริษัทผู้นำเข้าและจัดจำหน่าย วัตถุดิบอาหาร กว่า 25 ปี

โดยเป็นผู้นำเข้าและจัดจำหน่ายอาหารทะเลแช่แข็งจากทั่วทุกมุมโลก

ที่ใหญ่ที่สุดในประเทศไทย ทั้งยังเป็นหนึ่งในผู้นำเข้าและจัดจำหน่ายวัตถุดิบอาหารญี่ปุ่น

ครบวงจรรายใหญ่ รวมถึงวัตถุดิบอาหารพื้นฐานต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นเนื้อวัว เนื้อแกะ พริกและผลไม้แช่แข็ง

มาสด้า เฟรนช์ฟรายส์ ต้มยำ สิ้นค้าพร้อมทานและสิ้นค้าพร้อมปรุงแช่แข็ง เครื่องปรุงรส รวมถึงสิ้นค้าเบ็ดเตล็ดอื่นๆ

ดำเนินการภายใต้มาตรฐานการควบคุมคุณภาพสากล GMP และ HACCP

จึงมั่นใจได้ว่าสิ้นค้าทุกชิ้นสะอาด ปลอดภัย ได้มาตรฐานตรงตามความต้องการของลูกค้าผู้ประกอบการในธุรกิจอาหาร



www.foodproject.co.th



FOOD PROJECT (SIAM) CO., LTD.

39/1 ถนนวงแหวนอุตสาหกรรม แขวงช่องนนทรี เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร 10120

39/1 Wongwaen Utsahakam Road, Chongnonsee, Yannawa, Bangkok 10120

Tel. 02-770-8888

Fax. 02-770-8889



Cert.No.:25361



Cert.No.:25410

Cert.No.:25411



Hidden Chillax Spot in the Concrete Jungle

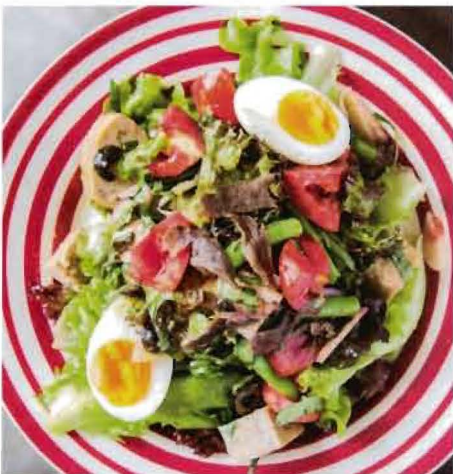
ตลอดสัปดาห์ที่ต้องฝ่าฟันอุปสรรคมากมาย งานสารพัด
สิ่งเอย จนร่างกายอันแสนอ่อนล้าต้องเรียกหาบ้านออร์อย
บรรยากาศดีดๆ และเดินทางสะดวก คุณผู้อ่านคงเคยเป็น
กันบ้างใช่ไ้หอบ ฉบับนี้เราจึงเอาใจกันด้วยร้านอาหารสุดชิคที่
อยู่บนโลกออนไลน์ๆ ใจกลางเมืองกับบรรยากาศสบายที่จะ
ทำให้คุณรู้สึกผ่อนคลายไปกับความสวยงามจากวัสดุ
ธรรมชาติ

“Counting Sheep Corner” ร้านอาหารทานง่ายสไตล์
ตะวันตก โดยชื่อร้านแสนเก๋นี้มีที่มาจากในอดีตร้านนี้เป็นห้อง
แถวหัวมุมพอดี บริหารร้านโดยพาร์ทเนอร์ที่มีความถนัด
เฉพาะด้าน รวมทั้งเซฟ และบาร์ิสต้า ร้านนี้จึงกลายเป็น
ร้านอาหารแนวไลฟ์สไตล์ที่รวมเอาไว้ทั้งความออร์อยหนักท้อง
ออร์อยเบาๆ และออร์อยอารมณ์ในทีเดียวกัน

สำหรับสาขาที่ไทยเปิดมากกว่าปีครึ่งแล้ว ขยับขยายมาจากเมืองชิดนีย์ ประเทศออสเตรเลีย ณ ใจกลางเมืองแบบที่คุณอาจคิดว่ามีแต่ตึกรามบ้านช่องสูงๆ แต่ใครจะรู้ว่าจากปากทางสุขุมวิท 61 มาเพียงเล็กน้อยเป็นต้องสะดุดตาที่ร้านร้านหนึ่งที่มีเสน่ห์ชวนให้เราอยากเข้ามาสัมผัสบรรยากาศสไตล์รัสติกนิดๆ คือมีกลิ่นอายจากไม้ และความดิบ มอบความผ่อนคลายจากวัสดุจากธรรมชาติ ภายนอกร้านใช้หลังคาคล้ายมุงจาก ตกแต่งไว้อย่างสวยงามสามารถนั่งรับลมเปลี่ยนบรรยากาศได้ดี ภายในบ้านเก่าที่ถูกดัดแปลงมาเป็นร้านอาหาร มีความเป็นอินดัสเทรียล แต่ยังคงความโฮมมี่ไว้ มุมที่โดดเด่นหนีไม่พ้นผนังกำแพงอิฐสีส้มสะดุดตาที่ใครมาเป็นต้องจับจ้องที่นั่นแถมนั่นกันทั้งสิ้น

หากใครต้องการความเป็นส่วนตัวมากขึ้น หรือมาเป็นหมู่คณะ เราแนะนำที่ชั้นสอง อีกทั้งยังมีสวนเอาต์ดอร์สามารถนั่งชิลๆ พักผ่อนหย่อนใจเวลาไปช่วงนี้ได้

ถ้าเป็นอาหารอิตาเลียนโฮมเมดมาที่นี่ไม่ผิดหวังแน่นอน เพราะความพิเศษคือมีกลิ่นอายแบบไทยๆ ปนอยู่ โดยการใช้ความเผ็ดร้อนตัดกับความเย็นของอาหาร บวกกับวัตถุดิบไทยอย่างพริกชี้หนู ทำให้ได้รสชาติที่แปลกใหม่มากขึ้น มาเปิดความอร่อยกันด้วยเมนูเรียกน้ำย่อย “niçoise salad” สลัดนิชัวส์ ที่เด็ดอยู่ตรงหน้าบุลูฟีนที่ทางร้านอบเอง ไม่ใช้พู่กันกระป๋อง เพิ่มรสชาติด้วยแอนโชวี ไข่ต้ม และมะกอกดำ ให้ความเค็มกำลังดี ชาติด้วยซอสไวน์ขาวสูตรพิเศษที่ทางร้านปรุงเอง แต่หากใครยังไม่อิ่มท้อง ต้องต่อยด้วยเมนูที่ห้ามพลาดกับ “fish and chips” ปลาทอดลึ้นหนาเสิร์ฟคู่กับมันฝรั่งทอดไซส์ใหญ่ และซอสทาหาร จานนี้ช่วยให้คุณอึ้มแบบเบาๆ แน่นนอนถ้าขึ้นชื่อว่าอิตาเลียนทั้งทีต้องมีเมนูพาสต้า เราแนะนำเป็น “pink sauce salmon pasta” เป็นซอสลอมสดผัดกับซอสมะเขือเทศ



26/1 สุขุมวิท 61 แขวงคลองตันเหนือ
เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110
เปิด: 10.00 - 24.00 น. (วันจันทร์-วันเสาร์) และ
9.00 - 24.00 น. (วันอาทิตย์) ครั้วปิด 22.00 น.
โทรศัพท์: 0-2714-4477
instagram: countingsheepconer
facebook: countingsheepcornerbkk

แล้วใส่ครีมปิดท้าย ความพิเศษอยู่ที่คุณสามารถเลือกประเภทเส้นพาสต้าเองได้ ไม่ว่าจะเป็นเพนเน่ ลิงกวินี เฟตตูชินี และสเปกเกตตี ปิดท้ายด้วยของหวานสไตล์อังกฤษหน้าตาเรียบง่าย แต่รสชาติล้ำลึกจานนี้ “sticky date pudding” ต้องขอบอกเลยว่าประทับใจจริงๆ เพราะมันคือฟุดดิงอินทผาลัม จับคู่กับวิปครีมหรือเนยแล้วแต่ชอบ ชาติด้วยเมเปิ้ลไซรัปถือเป็นการปิดมือที่สมบูรณ์แบบ

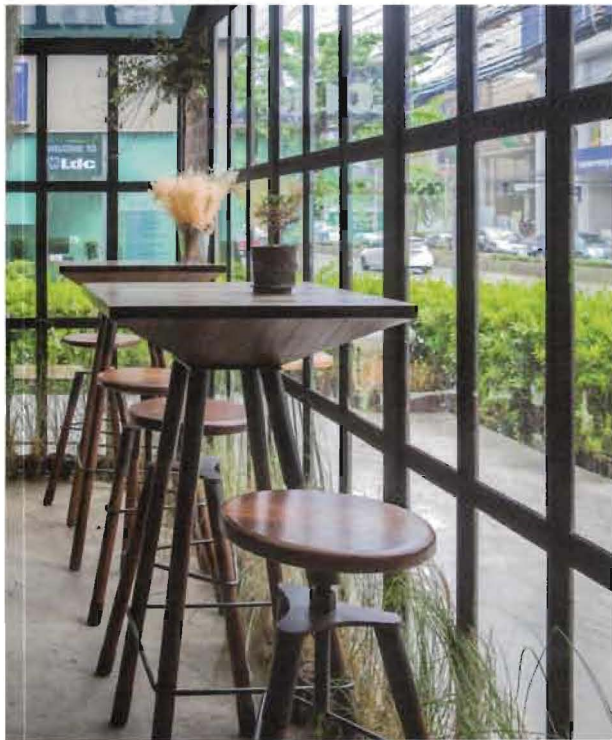
มาร้านเดียวได้ลองทั้งกาแฟและค็อกเทล ซึ่งรสกาแฟเป็นสูตรเดียวกับที่ชิดนีย์ เพราะทางร้านเบลนด์เองเพื่อให้ได้รสชาติคงที่ ด้วยการผสมกาแฟจากหลากหลายประเทศ ทั้งกัวเตมาลา อินโดนีเซีย และของไทย ออกมาเป็นกาแฟที่มีรสชาติโดดเด่น ด้านบาร์เครื่องดื่มที่ตั้งอยู่หน้าร้านชวนให้เราเพลิดเพลินไปกับกรรมวิธีการชงแก้วแล้วแก้วเล่า ตีมาแพอย่างเพลิน หรือจะสนุกขึ้นไปอีกนิดกับ “mango smoothie” เครื่องดื่มรสมะม่วงปั่นเนื้อเข้มข้นสีส้มสดใส ที่ช่วยเรียกความสดชื่นกลับมาได้ถึงใจ แถมด้วยไอศกรีมรสกล้วยเหมาะกับอากาศร้อนๆ บ้านเราอย่างมาก

ใครมาแล้วติดใจอยากจะทำปาร์ตี้สุดเหวี่ยงหรือจัดแบบค็อกเทลก็ทำที่นี่ได้ เพราะสามารถรองรับได้ชิลๆ กว่า 60 ท่าน หรือถ้าจะมาทานอาหารอย่างเดียว เราอยากให้ลองมาวันพุธ เพราะมีดนตรีสดหลากหลายสไตล์ให้ได้ฟังกัน แนะนำว่าควรโทรมาจองก่อนจะได้มีที่นั่งการ์นต์มืออร่อยของคุณ ☞



Creadz Café

บ้านหลังน้อย...ที่จะไม่ทำให้คุณเครียด



เราสามารถตกหลุมรักอะไรก็ตามได้ซ้ำๆ แบบไม่รู้ลึกลับเมื่อ และ “เครียดชคคาเฟ่” อาจทำให้คุณรู้สึกเช่นนั้นได้...ร้านกาแฟน้องใหม่ของ ริท เดอะสตาร์ ที่ได้ร่วมลงทุนกับหุ้นส่วนใหญ่อีกสองคน ภายใต้คอนเซ็ปต์ “home café” เน้นความเป็นธรรมชาติ ให้ความสบายเหมือนอยู่บ้าน เพราะอยากให้ทุกคนได้มาพักผ่อนปลดปล่อยความเครียดกันได้ ที่นี่มีมุมพักผ่อนคลาย มีของอร่อยๆ ให้เลือกกิน และมุมสวยๆ ไว้ให้ถ่ายภาพได้ทุกมุม แต่เพียงก้าวแรกที่เข้ามาคุณก็อยากถ่ายภาพกันแล้ว

นอกจากบรรยากาศจะดีเลิศแล้ว เครื่องดื่ม และเบเกอรี่ก็อร่อยไม่แพ้กัน โดยเมนูใหม่ออกมาสลับเปลี่ยนกันไปเรื่อยๆ ส่วนเครื่องดื่มมีทั้งชาและกาแฟที่เจ้าของร้านได้คิด ครีเอตสูตรออกมาเองทั้งหมด วันนี้ได้ลอง “caramel macchiato” การผสมผสานกันระหว่างกาแฟ นม และความหอมหวานของคาราเมล รสชาติละมุนกำลังดี กินคู่กับ “brownie cheesecake” เนื้อบราวน์นุ่มเหนียวหนึบ เข้ากันอย่างลงตัวกับชั้นชีสเค้กเนื้อเนียนรสชาติดกกลมกล่อม เรียกว่าได้สองรสชาติในคำเดียว ต่อด้วย “strawberry shortcake” สpongจ์เค้กเนื้อเบานุ่มด้วยเลเยอร์ของครีมสด และสตอร์วเบอร์รี่รสหวาน แต่งหน้าด้วยสตอร์วเบอร์รี่ลูกโต จัดเสิร์ฟพร้อม “creadz tea” ชาร้อนซึ่งเป็นซิกเนเจอร์ของร้าน รสนุ่ม และกลิ่นหอมมาก เมื่อทานคู่กันกับเค้กบอกรได้คำเดียวอร่อยเวอร์ แต่ถ้าใครไม่เชื่อก็ต้องมาลองลิ้มชิมรสกันด้วยตัวเอง แล้วคุณจะตกหลุมรักแบบไม่รู้ลึกเข็ญ ☞



1980 ถนนเพชรบุรีตัดใหม่ปาก ซอยเพชรบุรี 38/1
แขวงคลองตันเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110
เปิด: 10.00 - 22.00 น.
โทรศัพท์: 09-6793-5123
เฟซบุ๊ก: creadzcafe



220 ถนนพระสุเมรุ บางลำพู แขวงตลาดยอด
เขตพระนคร กรุงเทพฯ 10200
เปิด: 11.30 - 21.00 น. หยุดทุกวันอาทิตย์ และวันจันทร์ที่ 2 ของเดือน
โทรศัพท์: 0-2629-1533
facebook: sushi-express banglumphu



Sushi Express

ใครจะไปคิดว่าย่านเมืองเก่าบางลำพูแห่งนี้มีร้านซูชิฟิวชั่นด้วยเหมือนกัน ร้านนี้โดดเด่นด้วยวัตถุดิบสดใหม่ในราคาที่ขอมเยา โดยเชฟผู้มากประสบการณ์กว่า 10 ปีจากอเมริกา เปิดความอร่อยด้วยเมนูทานเล่นกับ “unaginuta” บาร์บีคิวปลาไหลทะเลเลิฟพร้อมซอสสูตรเด็ดของทางร้าน ตามด้วยเมนูแนะนำ “crispy salmon maki with mango sauce” ข้าวห่อสาหร่ายสอดไส้ปูอัดเพิ่มความกรอบด้านในจากเกล็ดเทมปุระทอด ท็อปปิ้งหน้าด้วยซลมอนเนื้อนุ่มและเติมรสชาติพิเศษของซอสมะม่วง ส่วนอีกเมนูยอดฮิตของทางร้านที่ไม่ควรพลาดคือ “spider maki” ข้าวห่อสาหร่ายไส้ปูนิ่มเติมปุระราดซอสสไปซี่มายองเนสผสมกับเทอริยากิ บอกเลยว่าจานนี้ได้เนื้อปูเต็มๆ ชื่น ปิดท้ายกันด้วย “diamond shrimp” หรือสลัดกุ้งร้อนจุดเด่นจานนี้อยู่ตรงกุ้งที่นำไปอบกับซอสซึ่งให้รสออกเปรี้ยวและเค็ม เรียกได้ว่าอร่อยแบบคุ้มค่าทุกเมนูจริงๆ <<



2162 ถนนพหลโยธิน (ใกล้ซอยพหลโยธิน 34/2 และมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์) แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10900
เปิด: 11.00 - 22.00 น.
โทรศัพท์: 08-9407-1177 facebook: som-o sushi bar



Som-O Sushi Bar

ร้านซูชิโซลล์จีวต์แต่แจ่วราคาเบาๆ และพิถีพิถันใจกลางย่านสถานศึกษา ทำให้เป็นอีกหนึ่งร้านที่ครองใจสาวกอาหารแดนอาทิตย์อุทัยได้ไม่ยาก อาหารร้านนี้เป็นฟิวชั่นฟู้ดโดยการмикซ์แอนด์แมตซ์ซอสแบบไทยและญี่ปุ่นเข้าด้วยกันได้เป็นเมนูอันโดดเด่นถูกปากอาทิ “cheese toast” ซูชิหน้าตาคล้ายแซนวิชไส้ซลมอนและคราฟต์ซีสซุบแป้งเทมปุระทอดราดซอสสไปซี่เทอริยากิ ตามด้วย “salmon wagrill roll” ด้านในเป็นเนื้อปู แต่งควา ไชหวาน ท็อปปิ้งด้วยซลมอนและเกล็ดเทมปุระทอด หรือใครชอบทานหอยโฮตาเตะ แนะนำเป็น “salmon hotate wagame saikyo” ซลมอนและหอยโฮตาเตะสับรวมกัน ราดด้วยซอสโฮตาเตะไทเกียว สำหรับเมนูสุดท้ายที่ห้ามพลาดเลยคือ “salmon engawanigiri” และ “sashimi moriwase” ชุดซาซิมิรวมหลากหลายที่อัดแน่นด้วยคุณภาพ และรสชาติ <<

เอ็นกาวะ ENGAWA

“กรุบกรอบ...อโรยนุ่มลิ้น”

Engawa คือ ส่วนครีบที่ใช้ว่ายน้ำของ ปลา Hirame หรือที่เราเรียกว่า ปลาตาเดียว Hirame นั้น จัดเป็นปลาเนื้อขาวที่มักจะทำอาหารตามพื้นทรายใต้ทะเล จะเคลื่อนที่โดยใช้ครีบที่ยาวที่อยู่ 2 ข้างตลอดทั้งลำตัว ในการว่ายน้ำจึงทำให้เนื้อส่วนครีบนี้มีความเหนียวเหนียว จึงให้ผิวสัมผัสที่กรุบลิ้น Hirame หนึ่งตัวมีครีบแค่บนล่างจึงทำให้หนึ่งตัวมี Engawa แค่อสองชิ้นเท่านั้น Engawa สดจึงมีราคาแพง และหาากินยาก

วิธีการปรุง Engawa Aburi นั้นมีหลายสูตรแต่ที่ นิยมกันมี 2 วิธีคือ การเผาด้วยไฟแช็ค ฟู่ที่ใช้จุดซิก้า (หรือที่ใช้เผาขนมหุ้้นเนี้ยแหละ) เผาลงไปบนชิ้น ของ Sushi ประมาณ 30 วินาที เพื่อให้ชั้น ผิวของปลาสุกหน่อย ๆ แต่เนื้อข้างในยังดิบอยู่ และให้น้ำมันของผิวปลาไหลออกมาเพื่อกลิ่นและรสชาติที่น่ารับประทานแล้วเหยาะด้วย น้ำส้ม ponzu ปรุงรสแล้ว ท็อปด้วยหอมเขียวญี่ปุ่นซอยบางหรือโรยด้วยผงของผิวสัมผัสกับเกลือ

วิธีกิน Engawa Aburi ให้อร่อยนั้นต้องกิน โดยทันทีหลังจากที่เซฟเสิร์ฟ เพราะความร้อน จะยังอยู่และไม่ควรที่จะคิบชิ้น Sushi ไปจิ้มในถ้วยซึ้อ้ว แต่ให้ยกขวดซึ้อ้วมาเหยาะลงบนเนื้อปลาเพียงเล็กน้อย เพราะความร้อนที่ยังคงอยู่จะดูซึ้อ้วให้ซึมลงผิวปลาอย่างง่ายดาย



1 kg./pack, 6 packs/carton



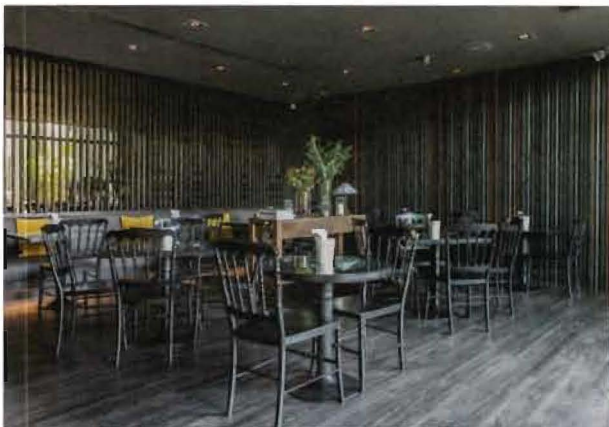
Engawa Sushi



ข้าวหมกเอ็นกาวะ ใช้หอมญี่ปุ่น และ ไข่ปลาซัลมอน Donburi with Engawa, Uhi & Ikura



สลัด Salad



55 ชั้นล็อบบี้ Urbana Sathorn
ถนนสาทรใต้ แขวงทุ่งมหาเมฆ เขตสาทร กรุงเทพฯ 10120
เปิด: 6.00 - 24.00 น.
โทรศัพท์: 0-2359-9667-8
facebook: amontre playroom & brasserie



Amontre Playroom & brasserie

“มาเล่นกันเถอะ” คือนิยามของที่นี่ สำหรับใครที่หาความสนุกในการทำงาน อาหาร พลาดไม่ได้แน่นอนเพราะแฝงด้วยลูกเล่นสุดครีเอทีฟในสไตล์ไทย แต่เสริมความเป็นนานาชาติลงไป แถมการตกแต่งยังเก๋ไม่แพ้กัน เปิดความอร่อยด้วย “tartar ice-cado” ทุ่นาทาทาร์ ใช้ทุ่นาสตยาดิบผสมกับไข่ปลาเซลมอน ทานคู่กับไอศกรีมอะโวคาโดถือเป็นเมนูเรียกน้ำย่อยที่มาแล้วต้องสั่งต่อกันด้วย “seafood black ink pizza” พิซซ่าหน้าซีฟู้ด แป้งดำจากตีหมึก สีสวยตัดกันกับสีเหลืองทองของชีสเยิ้มๆ เสิร์ฟพร้อมน้ำจิ้มซีฟู้ด ต้องบอกว่าอร่อยแบบแซบสุด หรือจะเป็น “spaghetti spicy lamb” หัวไหล่แกะบดละเอียดผัดแบบซอสโบลเนส เพิ่มความเผ็ดอีกเล็กน้อยด้วยพริกป่นและซอสทาบาสโก เสิร์ฟกับทาร์เก็ตบอลสไตล์เม็กซิกันผสมไทย เมื่อพูดถึงความแซบแล้วก็ต้องลอง “sweet foiegras” ฟัวกราส์ปรุงรสแบบลาบไทยเพิ่มความกรุบกรอบด้วยแคบหมูและไข่ปลาเซลมอน ☞



ชั้น 2 โซน Helix เอ็มควอเทียร์ ถนนสุขุมวิท แขวงคลองตันเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110
เปิด: 10.00 - 22.00 น. (จันทร์-เสาร์)
โทรศัพท์: 09-0907-2498



Vanilla Cafeteria

ถ้าเอ่ยถึงร้านคาเฟ่เจ้าดังร้านนี้ หลายคนคงต้องเคยได้ยินกันบ้าง มาคราวนี้กับสาขาใหม่ด้วยกลิ่นอายแบบยุโรปในรูปแบบของคาเฟ่เทอเรีย โดยนำเอาเมนูของคาเฟ่อย่างอาหารเช้าและเมนูดินเนอร์สุดพิเศษที่เรียกว่า “chef special” เข้ามา ทำให้สาขานี้มีสไตล์และเมนูที่หลากหลายและอร่อยไปกับรสชาติได้มากขึ้น เริ่มต้นด้วยเมนูเรียกน้ำย่อย “bruschetta mixed plate” นูเชลต้าขนาดพอดีคำในจานเดียวมาให้ชิมกันถึงหกหน้า เช่น อะโวคาโด แซลมอนรมควัน หรือจะลอง “crunchy prawn quinoa salad” สลัดพิวซิ่นเจแปนนิสสุดเฮลตี้ เพิ่มความอร่อยด้วยกุ้งทะเลปรุงรสโตะบิโกะและน้ำสลัดพอนสีสูตรสุขภาพ ส่วน “scallops & potato chowder gratin” ต้องถูกใจคนรักชีสแน่นอน จัดเต็มกับแบบฟินๆ ด้วยหอยเชลล์ตัวโตๆ ออบจนชีสเยิ้มกำลังดี พร้อมผักโขมและมันฝรั่งเพียวเร่ ปิดท้ายด้วยจานหลัก “korean style country spare rib” ซีโครงหมักซอสบาร์บีคิวผสมรสชาติแบบเกาหลีเล็กน้อย เนื้อด้านในยังฉ่ำนุ่มทั้งชิ้น เสิร์ฟกับหอมแดงทอดกรอบและผักเคียงออกเป็รียวคล้ายกิมจิสดรสเลี่ยนได้เป็นอย่างดี ☞



BINDAREE BEEF

AUSTRALIA



AUSTRALIAN 100 DAYS GRAIN FED FROZEN BEEF

เนื้อวัวออสเตรเลีย
เลี้ยงด้วยธัญพืช 100 วัน

- เป็นวัวที่ถูกเลี้ยงด้วยธัญพืชที่มีคุณภาพดีและมีประโยชน์โดยใช้ระยะเวลาการขุน 100 วัน
- ไม่มีการใช้ Antibiotic หรือ ยาปฏิชีวนะเร่งการเจริญเติบโต
- เนื้อวัวมีระดับไขมันแทรกภายในเนื้อในปริมาณที่พอเหมาะ ทำให้รสชาติดี เนื้อนุ่ม ชุ่มฉ่ำ
- ปลอดภัยและถูกสุขอนามัย สามารถตรวจสอบย้อนกลับได้ในทุกขั้นตอน

Hot & New Restaurants

by **wongnai**

ถึงฤดูกาลของความอร่อย

แม้ตอนนี้ฝนฟ้าจะคาดเดาได้ยาก บางวันแดดก็ระอุระท่า บางวันฝนก็กระหน่ำไปจนชุ่ม แต่ความอร่อยก็ยังคงต้องส่งต่อสู่ผู้อ่านกันต่อไป ไม่ว่าจะฤดูกาลจะเป็นอย่างไรฉบับนี้วางใจก็ยังประจำการมอบความอร่อยให้คุณเช่นเคยครับ



Hot & New Restaurants

Wanayaki

อิมโบลแบบไชนีสกับกุ้งตัวโตและอีกกว่า 80 เมนูคุณภาพ

“Wanayaki” บุฟเฟต์ปิ้งย่างลูกครึ่งเกาหลี-ญี่ปุ่น ที่รวมเมนูพิเศษมากมายทั้งกุ้งแม่น้ำตัวโตๆ หมูหมักซอสเกาหลีสูตรเฉพาะดั้งเดิมที่ไม่ควรพลาด เนื้อนำเข้าจากออสเตรเลีย และเนื้อคัดพิเศษรวมไว้ในบุฟเฟต์ราคาเพียง 498 บาท

เรามาเริ่มต้นความอร่อยกันด้วยกุ้งแม่น้ำตัวใหญ่ไซส์พิเศษส่งตรงจากแพทุกเช้า ทานแบบไม่อื่นในราคาที่หาไม่ได้ในร้านอาหารทั่วไป นอกจากนี้ยังมีเมนูซีฟู้ดอีกหลากหลายชนิดให้คุณได้เลือกทาน ไม่ว่าจะเป็น หอยเชลล์ หอยแมลงภู่นิวซีแลนด์ ปลาแซลมอนนอร์เวย์ หอยจอบหรือไทรทะเล ปลาหมึกหมักซอสสูตรเกาหลี และปลาตอลลี

ต่อกันด้วยหมูหมักสูตรเด็ดที่ทำให้หลายคนติดใจกันอย่างมากด้วยเมนูแนะนำของร้านที่มีทั้งบูลโกกิ โรสลิ หมักซอสชิโอะ (เกลือ) สันคอหมูหมักซอสไชยู สันคอหมู และหมูสามชั้นหมักซอสวานายากิ หมูสามชั้นหมักซอสทเวนจิง (เต้าเจี้ยวเกาหลี) วัตถุดิบทั้งหมดนำเข้าจากเกาหลี และญี่ปุ่น ตัวซอสที่นำมาหมักใช้เวลาหมัก 3-7 วัน แล้วนำมาทาชโลมบนเนื้อทั้งสองด้าน และหมักต่ออีก 2 วัน จึงได้รสชาติตามแบบฉบับดั้งเดิมของเกาหลี

ปิดท้ายด้วยเมนูที่คนรักเนื้อต้องโดนกับ “บริสเก็ตออสเตรเลีย” เนื้อคุณภาพเอาใจคนรักเนื้ออย่างให้ได้ อร่อยกับความนุ่มของเนื้อจากวัวสายพันธุ์ดี เนื้อหวานนุ่มแทรกมันทานอร่อย และ “เอ็นกรอบ” ที่มีความนุ่มไม่แพ้กัน และมีส่วนมันที่เคี้ยวได้อย่างกรอบๆ นอกจากนี้ยังมีเนื้อเซอร์ลอยด์ เนื้อรัมป์ เนื้อชิโอะ เนื้อฮิปปู และบูลโลอีกด้วย รับรองเลยว่าสวาบเนื้ออย่างเมื่อได้ลองต้องติดใจอย่างแน่นอน <



Wanayaki

ชั้น 6 เซ็นทรัลแจ้งวัฒนะ ถนนแจ้งวัฒนะบ้านใหม่

อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี 11120

เปิด: 10.30 - 22.00 น.

โทรศัพท์: 0-2835-3637



Download FREE iPhone, iPad and Android Application



ปลามาโด (ปลาโทงู๋ปุ่น)
Red Sea Bream (Madai)
マダイ



ปลาฮามาจิ
Yellowtail (Hamachi)
ハマチ



ปลาชิมากะ อากิ
Striped Jack (Shima Aji)
シマアジ



ปลาคันปาคิ
Amberjack (Kanpachi)
カンパチ



ปลาฮิราเมะ
Japanese Flounder (Hirame)
平目



ฮอนมากะโระ (ส่วนท้อง)
Tuna Belly Block
本マグロ



ไข่หอยเม่น
Uni
ウニ



ปลาคิมเมโด
Kinmedai
キンメダイ

แต่งแต้มสีสัน ให้เมนูเด็ดของคุณด้วย

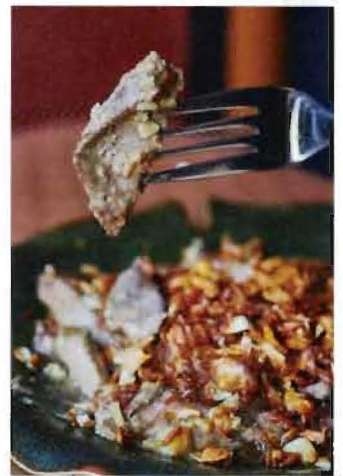
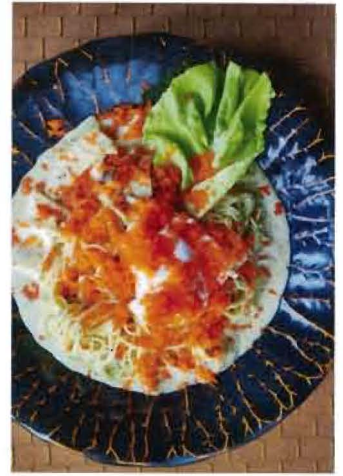
“ ปลาสด ”

คุณภาพความสดระดับเดียวกับโตเกียว

- จากแหล่งน้ำใสสะอาดที่ช่องแคบบันโกะ ซึ่งเต็มไปด้วยฟาร์มทอยมุก ที่เสมือนเป็นระบบกรองน้ำทางธรรมชาติ
- ปลาที่เข้าสู่กระบวนการผลิต ล้วนเป็นปลาที่ยังมีชีวิตอยู่ จึงมั่นใจได้ถึงความสด
- การฆ่าแบบ Ikejime เป็นการดึงเส้นประสาทออก เพื่อที่จะรักษาความสด และชะลอการแข็งตัวของปลาได้
- แห่ด้วย Slurry Ice น้ำแข็งเหลวที่มีขนาดพิเศษเพียง 1 มม. ซึ่งจะสามารถควบคุมความเย็นได้ทั่วถึง โดยยังคงความสดไว้ได้นาน
- โรงผลิตตั้งอยู่ห่างจากสนามบินนานาชาติคันไซ เพียง 30 นาที จึงสามารถส่งความสดได้อย่างรวดเร็ว

日本
シ
ー
フ
ー
ド





If It Is

Confusion Cuisine ศิลปะที่ลงตัว

เพียงแค่เห็นประตูที่มีลูกบิดหลายอันก็คงพอเดาออกว่าร้านนี้ต้องไม่ธรรมดา เมื่อเดินเข้ามาในร้านจะได้รับกลิ่นอายความเป็นไทยร่วมสมัยที่ผสมผสานกับความโล่งในแบบโมเดิร์นลอฟท์ ทำให้เคลิ้มไปกับความรู้สึกกว้างแต่ไม่อ่างว้าง และความกะทัดรัด แต่ไม่อัดอัดจนเกินไป แน่นนอนด้วยความที่เจ้าของร้านเป็นนักออกแบบอยู่แล้ว จึงมีลูกเล่น และสร้างมุมเท่าๆ ให้ทุกคนได้สนุกไปกับมันอย่างเต็มที่

มาเปิดประเดิมกันด้วย “French Fries” ที่มีให้เลือกทั้ง “Beginner Set” มากับซอสจิ้ม 3 ชนิด หรือจะจัดหนักกับชุด “Advance” ที่มากับซอสจิ้มถึง 7 ชนิด ซึ่งซอสจิ้มของทางร้านมีให้เลือกกันเกือบ 30 ชนิดเลยทีเดียว และสำหรับใครที่เคยรู้จักร้าน If It Is แต่เดิมนั้นจะรู้ว่าข้าวหน้าไก่สูตรโบราณของเขานั้นไม่ธรรมดา พอนำมาประยุกต์กับหลักการ Confusion Cuisine ยิ่งเพิ่มความน่าสนใจเข้าไปอีก ด้วยความที่ตัวซอสของข้าวหน้าไก่มีเท็กเจอร์ และรสชาติที่เข้มข้นทรงพลังอยู่แล้วจึงสามารถนำมาทานเคียงคู่กับอย่างอื่นนอกเหนือจากข้าว ไม่ว่าจะเป็นมันบดเนยนุ่มหรือเส้นหมี่กรอบ ก็สามารถทำได้อย่างลงตัว

หากใครที่ชื่นชอบพาสต้า ต้องลองเมนู “Assorted Eggs” เป็นการผสมผสานอย่างลงตัวระหว่างเส้นแองเจิลแฮร์ที่ลวกจนสุกแบบอัลเดนเต้ คลุกเคล้ากับครีมซอสเห็ดรสเข้มข้นเผ็ดพริกไทยเสิร์ฟพร้อมกับไช่ออนเซ็นเนื้อเนียน ตบด้วยไข่กุ้งสด หากมาระหว่างเวลา 11.00 – 16.00 น. ก็สามารถสั่งเป็น Lunch Set สุดประหยัดในราคาแค่ 275 บาท (รวมเครื่องดื่ม และสลัด)

หากใครที่ชื่นชอบการดื่มเบียร์ ทางร้านขอเสนอเมนูแก้มเบียร์อย่างดีมาให้ทุกคนลิ้มลองอย่างเมนู “Sweet Liver” หรือตับหวาน ทางร้านจะทอดตับหมูจนสุกแบบกำลังดี ไม่สากลิ้น และไม่คาว ซึ่งใครที่เป็นคออาหารเครื่องในหรือไม่สนิทกับอาหารแนวนี้ก็ต้องลิ้มลองให้ได้ ยิ่งถ้าได้คราฟต์เบียร์ญี่ปุ่นอย่าง “Hitachino White Ale” ที่มีส่วนผสมของข้าวบาร์เลย์ ข้าวสาลี เปลือกส้ม เมล็ดสาลี และลูกจันทน์เทศ คอยส่งกลิ่นหอม และรสชาติละมุนละไมที่ลงตัว ก็ยิ่งเพิ่มอรรถรสในการรับประทานแบบทวีคูณขึ้นไปอีก

ซึ่งตอนนี้ทางร้านเองได้จัดโปรโมชั่นเอาใจลูกค้าไว้หลายโปรโมชันด้วยกัน

1. Promotion Buy-2-Get-1-Free ที่อยากให้ทุกคนได้ลิ้มลองเบียร์ Hitachino ได้อย่างเต็มที่ในทุกๆ วันอังคาร
2. สำหรับใครที่มีน้องหมา ทางร้านได้จัดโปรโมชันพิเศษ Doggy Happy Hour ระหว่างเวลา 16:00-19:00 น. ถ้าพาสุนัขมาจะได้รับเครื่องดื่มจากทางร้านฟรี 1 แก้ว
3. สำหรับการจัดเลี้ยงทางร้านก็มีพื้นที่เปิดให้บริการ ซึ่งสามารถรองรับคนได้ถึง 150 คน และส่วนลด 50% เฉพาะ Party Set ซึ่งเหมาะสำหรับ 5 - 15 ท่าน (สามารถใช้สรวายน้ำข้างหน้าบ้านให้ใช้ได้ ตามอัธยาศัย) <<

wongnai

App ร้านอาหารอันดับ 1 ของไทย
www.wongnai.com

If It Is

17 ซอยทองหล่อ 23 สุขุมวิท 55 คลองตันเหนือ
เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร 10110

เปิด: 11.00 – 24.00 น.

โทรศัพท์: 09-4449-4426

งานแสดงสินค้าและเทคโนโลยีด้านอาหาร เครื่องดื่ม อุปกรณ์เครื่องใช้สำหรับ
โรงแรม ภัตตาคาร การจัดเลี้ยง และการบริการนานาชาติ ครั้งที่ 23

Food & Hotel Thailand 2015



Ufi
Approved
Event

Incorporating:



In-Conjunction with:



2-5 กันยายน 2558

Serving Better Business

การรวมตัวของธุรกิจทางด้านอาหาร เครื่องดื่ม อุปกรณ์เครื่องใช้ และเทคโนโลยีอันทันสมัยเป็นงานระดับแนวหน้าที่จะได้รับความสนใจจากทั้งชาวไทยและผู้คนทั่วภูมิภาคเอเชียในการช่วยจุดประกายความคิด สร้างสรรค์ สินค้าและบริการใหม่ๆ โดยเฉพาะกลุ่มนักธุรกิจและผู้ประกอบการ ด้านการโรงแรม ร้านอาหาร คาเฟ่ บาร์ เบเกอรี่ และธุรกิจการให้บริการต่างๆ



BIGGER @

BITEC

ไบเทค บางนา

10.00 - 18.00 น.

ลงทะเบียน
เข้าชมงาน ฟรี ที่

www.foodhotelthailand.com



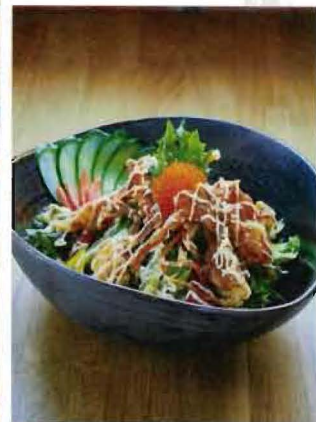
หรือสอบถาม โทร: 02.615.1255



มีบริการรถรับส่ง - ฟรี จากประตูไบเทค (พืงสุภูมิวิท) สำนักงานบูตแอนด์โฮเทลไทยแลนด์ เวลาให้บริการตั้งแต่ 08.00-19.00 น.

เงื่อนไขการเข้าชมงาน • งานแสดงสินค้าจะมีตั้งแต่เช้าถึงค่ำและปิดประกอบการเท่านั้นไม่อนุญาตให้ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ • นักศึกษาและผู้สูงอายุเข้าชมงานเฉพาะในวันเสาร์และอาทิตย์เท่านั้น (โปรดติดต่อผู้จัดงานล่วงหน้า)





Jirafu Sushi & Beer Bar

สุดแนวริบกบนลาดพร้าว ชูพรีเมียมและคราฟต์เบียร์นำเข้จากญี่ปุ่น

“Jirafu Sushi & Beer Bar” ร้านอาหารญี่ปุ่นสไตล์ Sushi & Izakaya สุดแนวแห่งใหม่ริมถนนลาดพร้าว (ติดปากซอยลาดพร้าว 5) ที่คอซูชิ และคอบีียร์ห้ามพลาดโดยเด็ดขาด นอกจากคุณจะได้นั่งชมเชฟปั้นซูชิกันแบบไลฟ์แล้วคุณยังจะลิ้มรสชาติคราฟต์เบียร์นำเข้จากประเทศญี่ปุ่นกว่า 30 ชนิด รวมถึงเบียร์ Kirin เสิร์ฟเป็นวัน เย็นสะใจ

บรรยากาศภายในร้านตกแต่งสไตล์คิงบาร์ เน้นความดิบจากปูนเปลือยแบบ Industrial Loft และเพิ่มความนุ่มนวลให้กับร้านด้วยแสงธรรมชาติที่ลอดผ่านเข้ามาตามหน้าต่าง แบ่งเป็นมุมนั่งทั้งแบบ “cave” ที่เหมาะสำหรับมาสังสรรค์กับแก๊งเพื่อนหรือครอบครัว และแบบ “hive” มุมนั่งสำหรับคนรู้อยู่คนเดียว

นอกจากเบียร์ที่ขึ้นชื่อแล้ว เรื่องอาหารก็ไม่น้อยหน้าเช่นกัน ทางร้านจะเน้นวัตถุดิบซูชิที่ใช้ปลานำเข้เกรดพรีเมียมเต็มเต็มลิ้นให้กับคำคืนด้วยอาหารแนว Izakaya Fusion แกล้มเบียร์ก็เยี่ยมแกล้มสาเกก็แจ่ม ทั้งยังมีเซต Lunch เสิร์ฟทุกวัน 2 ช่วงเวลาตั้งแต่ 11.00 - 14.30 น. และ 17.00 - 23.00 น.

ต่อกันด้วยเมนู “Spider Crab Salad” ปูนิ่มสดๆ คลุกเคล้ากับแป้งมันฝรั่งโยนลงในน้ำมันเดือดให้แป้งนั้นกรอบฟูเบาเสิร์ฟบนผักสลัดสดราดทับด้วยซิกเนเจอร์เดรสซิ่งรสเข้มข้นกับไขกุ้งสดกรอบ เป็นเมนูเฮลท์ตี้ที่สั่งกินกับกลุ่มเพื่อนได้อย่างสนุกสนาน ยิ่งถ้าแกล้มกับ “Echigo” คราฟต์เบียร์แบรนด์แรกของญี่ปุ่นเป็นต้องติดใจ

ส่วนใครที่ชอบปลาแซลมอน “Jirafu” ก็จัดหนักแบบสุดๆ ด้วย “Salmon Combo Chirashi Don” เมนูที่ทุกโต๊ะต้องสั่ง ข้าวหน้าปลาแซลมอนสดๆ จากนอร์เวย์ หั่นชิ้นโตๆ เสิร์ฟสามแบบ โดยมีแบบ Sashimi พุงปลาแซลมอนสด และ Aburi แซลมอนซอสโชเกียวรสเข้มข้น แกล้มด้วย Ikura ที่ให้แบบไม่คิดค่าอะไรสุดๆ เอาใจแขกทุกคนให้อิ่มหน้าสำราญไปกับแซลมอนสดๆ แบบจุใจ

อีกหนึ่งเมนูเอาใจคอปลาดิบ “Salmon Saikyo” และ “Enkawa Saikyo Nigiri” ที่ใช้วัตถุดิบสด เบิร์นไฟเพิ่มความหอมกรุ่น เต็มลิ้นชวนน้ำลายสอด้วยรสชาติความหวานเข้มข้นของ “Saikyo Miso” ที่ช่วยตัดเสี้ยนไปพร้อมกับไขปลาแซลมอน

ตบท้ายด้วยเมนู “Salmon Unagi Cheese Roll” สอดไส้ปลาไหล และชีสไว้ในคำเดียว เมื่อกินเข้าไปแล้วไล่ทะลักปนกับรสชาติความหวานละมุนของแซลมอน ตัดเสี้ยนด้วยไขปลาแซลมอน และซอสมาโยเข้ากับเกล็ดขนมปังที่โรยด้านล่างรสชาติดีงามอย่างมาก

Jirafu Sushi & Beer Bar

655 ถนนลาดพร้าว (ติดปากซอยลาดพร้าว 5 เลยจาก Union Mall ไป 300 เมตร) แขวงจอมพล เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร 10900

เปิด: 11.00 - 14.30 น. และ 17.00 - 23.00 น.

โทรศัพท์: 08-7786-6440 หรือ 0-2002-9989



Download FREE iPhone, iPad and Android Application



ชื่อ
แถม 1

5,900

1,500 W

28,000 รอบ/นาที



มีอะไหล่บริการทุกชิ้น.....

โชว์รูมกรุงเทพ 02-931-9676

โชว์รูมพัตยา 038-429-284

โชว์รูมชะอำ 032-508-551

โรงงาน : บริษัท สมายิลคิวิปเม้นท์ จำกัด

2 ซอยลาดพร้าว 101 ซ.42 แยก 16

(เทพทวี10) แขวงคลองจั่น เขตบางกะปิ

กรุงเทพฯ 10310 WWW.SE.CO.TH



Ysoya

อาหารมังสวิรัต ความอร่อยที่แปลกใหม่

หากใครคิดว่าอาหารมังสวิรัตนั้นไม่อร่อย มีแต่ผักที่ดูน่าเบื่อ คุณคิดผิดแล้ว ถ้ายังไม่ได้ลองอาหารมังสวิรัตที่ร้าน “Ysoya” เพราะที่ร้านนี้มีเมนูหลากหลาย และเป็นแบบเดียวกันกับอาหารไทยที่เราคุ้นเคย โดยใช้วัตถุดิบในแบบมังสวิรัตที่ติดสุขภาพ คุณจะไม่รู้สึกละเลยว่่าสิ่งทีกินอยู่นั้นแตกต่างไปจากเดิม แต่กลับจะอร่อยกว่าเดิมด้วยซ้ำไป

แต่ละเมื่อนั้นเลือกวัตถุดิบที่ดีมีรสชาติจากหลังชีวิตบริสุทธิ์ ได้มาจากพืชพรรณธัญญาหารซึ่งมีความสดใหม่ คัดวัตถุดิบ และเครื่องปรุงต่างๆ อย่างใส่ใจ เลือกเฉพาะที่ไม่มีสารพิษตกค้างที่จะสะสมในร่างกาย เลือกใช้น้ำมันบริสุทธิ์ ไม่ใส่ผงชูรส ใช้น้ำตาลฟรุคโตสเท่านั้น และไม่มีวัตถุกันเสีย หรือของปรุงแต่งอันเกิดจากการสังเคราะห์

มาดูกันเลยว่าเมนูแนะนำมาแบบไหนที่จะทำให้เราลืมไปเลยว่านี่คืออาหารมังสวิรัต กับเมนูแรกอย่าง “ลาซานญา” อาหารอิตาเลียนที่ใครได้ลิ้มลองเป็นต้องติดใจกับชีส 3 ชั้น 3 ชนิด ทั้งมอสซาเรลล่าชีส ริคอตต้าชีส และพาร์เมซานชีส สลับชั้นกับซอสมะเขือเทศ ความพิเศษของเมนูนี้คือไม่ใช่เนื้อสัตว์ แต่ใช้โปรตีนถั่วเหลืองเกรดดีนำเข้ามาจากประเทศบราซิล แหล่งถั่วคุณภาพดีที่สุดประเทศหนึ่ง ที่สำคัญคือเป็นถั่วเหลืองที่ได้รับการรับรองว่าไม่ผ่านการตัดแต่งพันธุกรรม เนื้อสัมผัสแตกต่างจากโปรตีนเกษตร อย่างที่เราเคยรู้จักอย่างสิ้นเชิง แล้วนำไปอบหอมๆ จะได้ลาซานญาชีสเยิ้มๆ ส่งกลิ่นหอมอบอวล เสิร์ฟคู่กับสลัดสดกรอบ เป็นเมนูที่บอกได้เลยว่าผักทานเพลินๆ หมดไม่รู้ตัว

ต่อมาเป็น “มะกะโรนีผัดถั่ว 5 ลิ” สำหรับคนรักสุขภาพโดยเฉพาะ มะกะโรนีคุณภาพดีผัดรวมกับถั่วต่างๆ เช่น ถั่วขาว ถั่วเหลือง ถั่วแดง ถั่วดำ และถั่วเขียว รสชาตินุ่มนวล ได้ประโยชน์เต็มๆ กับโปรตีนขยับเมนูให้เข้มข้นขึ้นกับ “แกงเขียวหวาน” เสิร์ฟในถ้วยเล็กๆ ทานพร้อมข้าวกล้องหอมมะลิผสมธัญพืช มากด้วยวิตามิน และธาตุเหล็ก รสชาติแกงเขียวหวานกลมกล่อมถึงเครื่องแกง มีโปรตีนเป็นชั้นๆ ให้ความรู้สึกแบบเดียวกับเนื้อไก่ ทานคู่กับข้าวกล้องร้อนๆ อิ่มอร่อยพอดีๆ

ปิดท้ายกับ “ฮันนี่โทสต์” เมนูขนมหวานในแบบของคนรักสุขภาพที่ทานแบบไม่กลัวอ้วน เพราะใช้ขนมปังโฮลวีต อบด้วยเนยกลิ่นหอม และไอศกรีมโฮมเมดรสวานิลลาเนื้อเนียนละเอียดหอมอร่อย ราดด้วยน้ำผึ้ง ดอกไม้ป่าหอมหวานลงตัว คัดสรรวัตถุดิบคุณภาพ และรสชาติอร่อยไม่แพ้ฮันนี่โทสต์ไหนๆ เลย

มาเริ่มดูแลสุขภาพด้วยอาหารมังสวิรัตที่ Ysoya คิดค้น และคัดสรรทุกเมนูอร่อย ทั้งยังสามารถซื้อเป็นแพคเกจไปทานที่บ้านหรือที่ไหนๆ ก็ได้ เป็นวิธีดูแลสุขภาพด้วยอาหารที่ง่ายแสนง่าย และอร่อยอีกด้วย ☑



Ysoya

ซอยสุขภิบาล 5 ซอย 80 ถนนสุขาภิบาล 5 (สายไหม) แขวงสายไหม เขตสายไหม กรุงเทพมหานคร 10320

เปิด: 6.00 – 15.00 น. (จันทร์-เสาร์) และ 9.00 – 15.00 น. (อาทิตย์)

โทรศัพท์: 0-2908-8585, 0-2998-2017 หรือ 09-5735-4584



App ร้านอาหารอันดับ 1 ของไทย
www.wongnai.com



เปิดประสบการณ์ใหม่กับ
SelfCookingCenter®

FREE! come to join RATIONAL Live Cooking Show



Senses



ระบบปรุงอาหารอัจฉริยะเพียงหนึ่งเดียวที่สามารถรู้สึก รับรู้ จดจำ คิดล่วงหน้า
เรียนรู้จากคุณ แม้กระทั่งสื่อสารกับคุณ

จัดจำหน่ายโดย บริษัท สมายท์ควิปเม้นท์ จำกัด

BANGKOK : 02-931-9676

PATTAYA : 038-429-284

CHAAM : 032-508-551



Club Sweets

คลับของคนรักไอศกรีม

จากความหลงใหลในไอศกรีมของคุณนิม-นิมณิชชา กรรมเลขชา จนทำให้ต้องเดินทางไปศึกษาด้านไอศกรีมโดยตรงจากหลากหลายประเทศ จึงทำให้วันนี้ Club Sweets ได้เกิดขึ้นและเป็นที่รวมความหวานเย็นแบบครบวงจร มีทุกอย่างที่เกี่ยวกับการทำไอศกรีมและเบเกอรี่ ทั้งเครื่องมืออุปกรณ์ วัตถุดิบส่วนผสมต่างๆ ที่มีคุณภาพ และยังมีความโดดเด่นในเรื่องคอร์สเรียนทำไอศกรีมที่ขึ้นชื่อที่สุดทั้งในเมืองไทยและต่างประเทศขณะนี้



ด้วยประสบการณ์การสอน และการทำไอศกรีมที่มีมานานเกือบ 10 ปีของคุณนิม ทั้งไม่เคยหยุดยั้งในการสร้างสรรค์ ค้นคว้าหาความรู้ข้อมูลใหม่ๆ ของรสชาติไอศกรีม จึงทำให้ Club Sweets มีไอศกรีมเก๋ๆ รสชาติแปลกใหม่ไม่ซ้ำใครอยู่ตลอดเวลา คนรักไอศกรีมและผู้สนใจอยากมีธุรกิจด้านนี้สามารถเข้ามาปรึกษาเกี่ยวกับแนวทางไอศกรีมที่คุณชอบก่อนลงเรียนได้ เพราะที่นี่มีทั้งไอศกรีมแบบเจลาโต้ แบบซอฟต์เลิฟ แบบไอศกรีมผัด หรือแม้กระทั่งไอศกรีมแนวไทย และมีตั้งแต่หลักสูตรเริ่มต้นสำหรับผู้ไม่มีพื้นฐาน จนถึงขั้นสูงที่เน้นในการประยุกต์สูตรไอศกรีม สูตรต่างๆ ที่นำมาสอนผ่านการทดลองและคำนวณแล้วอย่างดี ซึ่งผู้เรียนสามารถคิดค้นสูตรใหม่ๆ ได้ด้วยตัวเอง และสามารถเลือกได้ว่าจะเรียนเป็นกลุ่มหรือเรียนแบบเดี่ยว และนอกจากไอศกรีมแล้ว ยังมีหลักสูตรสอนทำเบเกอรี่เพื่อเปิดร้าน สอนโดยเชฟจากโรงแรมชื่อดัง ซึ่งผู้เรียนมั่นใจได้เลยว่าเรียนจบแล้วสามารถทำขายได้อย่างแน่นอน ผู้ที่สนใจสามารถเข้าไปดูรายละเอียดและตารางการสอนได้ทางเว็บไซต์หรือเฟสบุ๊กของ Club Sweets ☞



Contact: Club Sweets

288/24 หมู่ 5 ตำบลปากเกร็ด อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี 11120

โทรศัพท์: 0-2964-0110, 08-8896-8083 หรือ 08-1436-9998

เว็บไซต์: www.clubssweets.com

facebook: www.facebook.com/clubssweetyicecream



แม่โขงนำดินเนอร์สุดเอ็กซ์คลูซีฟ “Mekhong ELITE TABLE” สู่งานเปิดตัวศาสตร์ “The Art of Thai Spirits Pairing” สุนทรียรสแห่งการจับคู่รสชาติอาหารไทย และค็อกเทลไทย ณ ร้านอาหารเลเฟนท์ ภูเก็ต

วันที่ 28 กรกฎาคม 2558 เครื่องดื่มที่อยู่คนไทยมากกว่า 74 ปี ได้นำประสบการณ์ดินเนอร์สุดพิเศษภายใต้กิจกรรม “Mekhong ELITE TABLE” สู่งานเปิดตัวศาสตร์ใหม่แห่งวงการอาหาร “The Art of Thai Spirits Pairing” ศาสตร์แห่งการจับคู่รสชาติเครื่องดื่มค็อกเทลไทย และอาหารไทย เพื่อยกระดับการรับประทานอาหารไทยให้เป็นไฟน์ไดนิ่ง (fine dining) เทียบชั้นสากล ในครั้งนี้แม่โขงร่วมกับร้านอาหารไทยชั้นนำระดับต้นตำรับ “บลูเอเลเฟนท์ ภูเก็ต” ถ่ายทอดสุนทรียศาสตร์แห่งรสชาติโดย “เชฟ” และ “มิคโซโลจิสต์” ผู้เชี่ยวชาญจากแม่โขง ร่วมกันออกแบบมื้ออาหารสุดพิเศษที่สมบูรณ์แบบ ซึ่งเกิดจากองค์ประกอบหรือวัตถุดิบของอาหารในจาน และเครื่องดื่มที่ได้รับการรังสรรค์จากวัตถุดิบในกลุ่มที่ใกล้เคียงกัน นอกจากนี้จะช่วยเพิ่มอรรถรส และสัมผัสที่สอดคล้องกัน ยิ่งก่อให้เกิดความ لذจทางรสชาติอีกด้วย

นายอนุชิต จุริเกษ แบรินด์แอมบาสเดอร์ ผู้เชี่ยวชาญศาสตร์แห่งรสชาติเครื่องดื่มความเป็นไทยจากแม่โขง กล่าวว่า “อาหารไทยเป็นอาหารที่มีการสั่งสมทางภูมิปัญญาแห่งวัฒนธรรม ถ่ายทอดวิถี และรูปแบบแห่งรสชาติไทยๆ เช่นนี้มาอย่างต่อเนื่อง หัวใจสำคัญของทั้งเครื่องดื่ม และอาหารคือวัตถุดิบ ดังนั้นการจับคู่รสชาติอาหาร และเครื่องดื่มให้ลงตัวที่สุดนั้น เราจะต้องทำความเข้าใจกับรากแก้วแห่งชาตินั้นๆ เสียก่อนสำหรับอาหารไทยซึ่งมีสมุนไพรเป็นส่วนผสมหลัก หากจะเลือกเครื่องดื่มให้เสริมรสชาติซึ่งกันและกัน ควรทานคู่กับสุราไทยซึ่งมีที่มาจากสมุนไพร เช่นกัน ดังเช่น แม่โขง ซึ่งทำมาจากกากน้ำตาล อ้อย ปลายข้าวเหนียว และสมุนไพรไทยหลากชนิด ก่อให้เกิดสัมผัส และรสชาติที่ล้ำลึก เมื่อนำมาผสมผสานให้เป็นเครื่องดื่มค็อกเทลสัญชาติไทยกินคู่กับอาหารไทย จะเกิดความกลมกล่อม และลงตัวมากยิ่งขึ้น ฉะนั้นเทคนิคต่างๆ แต่สำคัญต่อการจับคู่อาหารกับเครื่องดื่ม (pairing) ที่ดีคือ “ไม่เสริม กัดตรรส” เพื่อเสริมหรือขับรสชาติให้ออกมาดียิ่งขึ้น เพิ่มอรรถรสในการรับประทานอาหาร และยังช่วยให้สามารถเพิ่มอรรถรสในการรับประทานอาหารให้มีความโมเดิร์นเทียบระดับสากลได้เป็นอย่างดี”

มาสเตอร์เชฟ บรูอ โซ๊ะมณี สเต็ปเป้ เจ้าของ และผู้เชี่ยวชาญด้านอาหารไทยต้นตำรับแห่งร้านบลูเอเลเฟนท์ กล่าวว่า “เอกลักษณ์ของอาหารไทยคือรสชาติที่กลมกล่อม และลงตัวจากการผสมผสานของรสชาติอันหลากหลาย ทั้งรสเปรี้ยว หวาน เค็ม และมัน การสร้างประสบการณ์การรับประทานอาหารให้ประทับใจสูงสุดนั้น สิ่งสำคัญคืออาหารต้องมีคุณภาพดี และสะอาด เชฟต้องมีความยืดหยุ่น พร้อมเรียนรู้ และปรับเปลี่ยนให้ทันสมัยตลอดเวลา ต้องมีทัศนคติเชิงบวก “never say no. always say yes.” และ “make the impossible becomes possible.” แต่ต้องไม่ลืมแก่นแท้ของสัมผัส และรสชาติแห่งความเป็นไทย อาทิ ยำ แกง ทอด ผัด ย่าง

โจทย์ความท้าทายในการจับคู่อาหารไทย และค็อกเทลที่ทำจากแม่โขงจึงเป็นคำตอบที่เป็นไปได้ เพราะแม่โขงถือได้ว่าเป็น King of Spirits เครื่องดื่มที่เหมาะสมกับการกินคู่กับอาหารไทย ดังนั้นการออกแบบเมนูจึงเน้นไปที่ส่วนผสมอันลงตัวของวัตถุดิบที่ได้รับการยกย่องว่าเป็น king และ queen อย่างเช่น เมล็ดพลาแก้งมังกรมั่งคุด ได้เลือกนำกุ้งมังกร ซึ่งมีกลิ่นอายความสดใหม่ บวกกับวัตถุดิบชื่อดังราชินีของผลไม้ไทย “มังคุด” ซึ่งทั่วโลกให้การยกย่องว่าเป็น queen of fruit ประจุให้มรสจัดจ้านเล็กน้อยตามสไตล์อาหารไทย ยิ่งจับคู่กับเครื่องดื่มจากแม่โขง ราชาของสุราไทย ยิ่งช่วยชูรสของอาหารให้อร่อยยิ่งขึ้น เป็นการจับคู่อาหารไทย และค็อกเทลที่ได้ผลลัพธ์ลงตัวเกินคาด นับเป็นการยกระดับอาหารไทยให้เป็นไฟน์ไดนิ่งที่ผสมผสานอัตลักษณ์แห่งความเป็นไทย และสากลได้อย่างแยบยล”

Mekhong ELITE TABLE ประสบการณ์ดินเนอร์สุดเอ็กซ์คลูซีฟที่ก้าวข้ามขีดจำกัดของการรับประทานอาหารไทยแบบเดิมด้วยการจับคู่อาหารไทยกับเมนูเครื่องดื่มค็อกเทลไทย ศาสตร์แห่งการจับคู่ชาตินี้จะได้นำเสนอต้อนรับกับแขกบ้านแขกเมืองที่เดินทางมาเยือนประเทศไทย ให้ได้ลิ้มลองอรรถรส และจิตวิญญาณแห่งความเป็นไทย โดยร่วมสัมผัสความเป็นเลิศของศาสตร์นี้ได้ที่ร้านอาหารไทยชั้นนำ ได้แก่ บลูเอเลเฟนท์ (สาทร และภูเก็ต) โอชาไทย และร้านอาหารวิวาเรียม ติดตามดูรายละเอียดกิจกรรมได้จาก www.facebook.com/Mekhongthailand หรือ www.Mekhong.com



จาก HoReCa สู่ HOFEX

ประกาศเกียรติคุณยิ่งใหญ่ของเชฟในระดับโลก

บริษัท สยามแม็คโคร จำกัด (มหาชน) มุ่งสนับสนุนและผลักดันผู้ประกอบการในธุรกิจอาหาร ให้มีศักยภาพ พร้อมก้าวสู่มาตรฐานสากล ด้วยการจัดกิจกรรมแข่งขันระดับประเทศภายใต้ชื่อ “Makro HoReCa Challenge” ซึ่งจัดเป็นประจำต่อเนื่องมาเป็นปีที่ 9 สำหรับปีนี้ยังคงแข่งขันกันอย่างเข้มข้น ผู้ได้รับรางวัลชนะเลิศ คือ เชฟวิศรุต บูลสุวรรณ เจ้าของร้าน Blackitch Artisan Kitchen จังหวัดเชียงใหม่ และ เชฟเจษฎา ลิ้มปิจระวงษ์ เชฟประจำร้าน “Summer Restaurant และเจ้าของร้าน c-dear house โรงแรม IZEN Budget Hotels & Residences ด้วยประสบการณ์และเทคนิคขั้นสูงของสองยอดฝีมือทำให้สามารถคว้าแชมป์มาได้สำเร็จ ยิ่งไปกว่านั้นทั้งคู่ได้เป็นตัวแทนเชฟประเทศไทยไปแข่งขันในเวทีระดับนานาชาติและคว้ารางวัล ในรายการ Gourmet Team Challenge ที่ฮ่องกงอีกด้วย

แม็คโคร โอบรับ ความสำเร็จ เส้นทางสู่ยอดเชฟ

การแข่งขันแม็คโคร โฮเรกา ชาเลนจ์ (Makro HoReCa Challenge) ถือเป็นรายการการแข่งขันที่มีมายาวนาน และมีการพัฒนามาตรฐานการแข่งขันมาตลอด โดยล่าสุดได้นำกติกาการตัดสินแบบสากลเข้ามาใช้เพื่อเป็นแนวทางให้เชฟไทยได้มีโอกาสต่อยอดศักยภาพของตน ตลอดจนสามารถโชว์ฝีมือและความคิดสร้างสรรค์ได้อย่างเต็มที่ เปิดโอกาสให้ผู้เข้าแข่งขันสามารถประชันฝีมือการทำอาหาร และรังสรรค์เมนูเอกลักษณ์ออกมาให้กรรมการได้เห็น



makro



สำหรับที่มาของโครงการนี้เนื่องจากทาง บริษัท สยามแม็คโคร จำกัด (มหาชน) ได้เห็นถึงความสำคัญในการกระตุ้นและเตรียมความพร้อมให้ของผู้ประกอบการ ซึ่งส่วนใหญ่อยู่ในธุรกิจโรงแรม ภัตตาคาร ร้านอาหาร และบริการจัดเลี้ยงทั่วประเทศไทย มาร่วมแสดงฝีมือ สร้างความแตกต่างในเมนูเอกลักษณ์ โดยผู้ชนะเลิศจะได้รับถ้วยประทานพระเจ้าวรวงศ์เธอพระองค์เจ้าโสมสวลี และที่สำคัญได้มีโอกาสเป็นตัวแทนประเทศไทยเข้าไปร่วมแข่งขันทำอาหารบนเวทีระดับนานาชาติที่ฮ่องกง

แม็คโคร จับมือ Thailand Culinary Academy (TCA)

นำทัพไทยประกาศศักดาบนเวทีโลก

ทุกความสำเร็จที่ยิ่งใหญ่ย่อมมีผู้ผลักดัน ซึ่งภายหลังจากผู้ชนะเลิศทั้งสองได้รับรางวัลอันทรงเกียรติแล้ว นับเป็นอีกหนึ่งขั้นสู่ความสำเร็จระดับโลก นั่นคือความร่วมมือของ บริษัท สยามแม็คโคร จำกัด (มหาชน) และ Thailand Culinary Academy (TCA) โดยได้ส่งทีมเชฟจากไทยไปร่วมงาน Hofex 2015 จัดขึ้นระหว่างวันที่ 6 - 9 พฤษภาคม 2558 ที่ Hong Kong Convention and Exhibition Center ณ ประเทศฮ่องกง สำหรับทีมเชฟจากประเทศไทยเข้าร่วมการแข่งขันทั้งประเภทเดี่ยวและทีม ซึ่งเชฟทั้งสองได้เข้าแข่งขันประเภท Gourmet Team Challenge เป็นการแข่งขันประเภททีม ทีมละ 7 คน แบ่งเป็นเชฟ 4 คน และผู้ช่วยเชฟ 3 คน ในครั้งนี้มีผู้แข่งขันทั้งหมด 8 ทีม จากประเทศฮ่องกง จีน ไต้หวัน เกาหลี และไทย แข่งขันกันวันละ 2 ทีม โดยจะมีคณะกรรมการ 3 ท่าน จากสมาคมเชฟโลก (World Association of Chefs' Societies) มาร่วมตัดสินด้วยตัวโจทย์ที่ให้อิสระในการสร้างสรรค์อาหารได้ทุกประเภท

นำความเป็นไทยสู่ความยิ่งใหญ่

เมื่อเข้าสู่การแข่งขัน ทีมไทยเองได้นำเสนอคอนเซ็ปต์อาหาร “ไทยโมเดิร์น” เมนูทั้งหมด 15 รายการ สำหรับการจัดไลน์บุฟเฟต์ แบ่งเป็นสลัด 4 อย่าง ของว่าง 3 อย่าง จานหลัก 3 อย่าง และของหวาน 5 อย่าง วัตถุประสงค์ต่างๆ จะต้องซื้อและเตรียมที่ฮ่องกง และแต่ละทีมมีเวลา 24 ชั่วโมงในการเตรียมอาหารก่อนวันแข่งจริง ซึ่งจะมีคณะกรรมการมาสุ่มตรวจเพื่อประเมินมาตรฐาน และเมื่อถึงวันแข่งทีมเชฟจะต้องนำอาหารที่เตรียมไว้ไปจัดแบบไลน์บุฟเฟต์ 30 ที่ สำหรับแขกที่ซื้อบัตรเข้าร่วมในงาน กรรมการอีก 3 ที่และอีก 1 ที่เก็บไว้เป็นตัวอย่าง ซึ่งคะแนนทั้งหมดจะมาจากการลงมติตามดุลยพินิจของกรรมการเท่านั้น ตามตารางการแข่งขันทีมไทยจะเข้าแข่งขันในวันที่ 2 โดยเจอกับทีมเชฟจากฮ่องกง

เมื่อจบการแข่งขัน ทีมเชฟไทยก็ไม่ได้ทำให้เราผิดหวัง โดยได้รังสรรค์รสชาติอาหารให้ออกมาในรูปแบบโมเดิร์น ตลอดจนรักษามาตรฐานเรื่องความสะอาดได้ดียเยี่ยม สร้างความประทับใจให้แก่คณะกรรมการ จนคว้าเหรียญทองแดงจากการแข่งขันนี้มาครอบครอง

สำหรับการแข่งขันในปีนี้ ผู้ที่สนใจสามารถสอบถามรายละเอียดและสมัครเข้าร่วมโครงการ Makro HoReCa Challenge 2015 เพื่อลุ้นเป็นทัพเชฟตัวแทนของประเทศไทยเข้าร่วมประชันฝีมือระดับนานาชาติ FHA Culinary Challenge 2016 ณ ประเทศสิงคโปร์ ได้ที่ แม็คโครทุกสาขา หรือดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ www.siammakro.co.th

The Professional CHEF BATTLE

makro
HoReCa Challenge
2015

สังเวียนการแข่งขัน
มืออาชีพตัวจริง

สุดยอดการแข่งขันการปรุงอาหารแห่งปี!
เปิดรับสมัครตั้งแต่วันนี้
ที่แม็คโครทุกสาขา*
ชิงรางวัลเงินสด
มูลค่ากว่า **500,000 บาท**

พร้อมเป็นตัวแทนประเทศไทย เข้าแข่งขัน
ในงาน **FHA 2016 ที่ ประเทศสิงคโปร์**

สมัครคัดเลือก ตัวแทนภูมิภาค

09 กรกฎาคม 2558	แม็คโคร พญา
23 กรกฎาคม 2558	แม็คโคร สาทร (กรุงเทพฯ)
13 สิงหาคม 2558	แม็คโคร ราชองครักษ์ (เชียงใหม่)
27 สิงหาคม 2558	แม็คโคร พุดเชอร์วิล หัวหิน
10 กันยายน 2558	แม็คโคร สุราษฎร์ธานี
24 กันยายน 2558	แม็คโคร ขอนแก่น

ชิงชนะเลิศ

รุ่นเยาวชน 29 ตุลาคม 2558 รุ่นมืออาชีพ 31 ตุลาคม 2558

ภายในงาน **Makro HoReCa 2015**
วันที่ **29 ตุลาคม - 1 พฤศจิกายน 2558**
ณ ออลล์ 2-3 อิมพีค เมืองทองธานี

สนใจเข้าร่วมการแข่งขัน

☎ 02-186-8919-20
087-053-4335

สอบถามเพิ่มเติม*

และ รับใบสมัครการแข่งขัน
ได้ที่ **makro** ทุกสาขา

จัดโดย

makro
คู่คิดธุรกิจคุณ



แม่โขงเอนท์สปีลประสพการณ์ดินเนอร์สุดพิเศษ
“Mekhong ELITE TABLE”

“Mekhong”(แม่โขง) เดอะ สปีริต ออฟ ไทยแลนด์” นำโดยนายฐานันท์ สิริวัฒนภักดี กรรมการผู้อำนวยการใหญ่ บริษัท ไทยเบฟเวอเรจ จำกัด (มหาชน) พร้อมด้วยนางปัทมา สิริวัฒนภักดี ฉลองครบรอบ 74 ปีอยู่คู่วงการเครื่องดื่มไทย เปิดประสพการณ์ดินเนอร์สุดเอ็กซ์คลูซีฟ ภายใต้กิจกรรม “แม่โขง อีสท์ เทเบิล (Mekhong Elite Table)” แนะนำ “The Art of Thai Spirits Pairing” การบรรจบกันของศาสตร์ชั้นสูงในการผสมผสานรสชาติอาหารไทยและค็อกเทลไทย ณ ร้านอาหารโอชาไทย ถนนวิทญู โดยมีแขกผู้มีเกียรติร่วมงานอย่างคับคั่ง



เปิดฉากงาน THAIFEX-World of Food Asia 2015

พลเอกประยุทธ์ จันทร์โอชา นายกรัฐมนตรี ให้เกียรติเป็นประธานในพิธีเปิดงาน THAIFEX-World of Food Asia 2015งานแสดงสินค้าอาหารที่ใหญ่ที่สุดในเอเชีย โอกาสสำคัญของผู้ประกอบการในภาคอุตสาหกรรมอาหารไทย ได้พบปะและเจรจาการค้ากับผู้ประกอบการต่างประเทศจากทั่วโลกกว่า 35 ประเทศ พร้อมผลักดันให้ไทยเป็นศูนย์กลางอุตสาหกรรมอาหารของโลก โดยมีพลเอกฉัตรชัย สาริกัลยะ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงพาณิชย์ และนางอภิรดี ตันตราภรณ์ รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงพาณิชย์ ร่วมในพิธีเปิดงาน ณ ศูนย์แสดงสินค้าและการประชุมอิมแพ็ค เมืองทองธานี



เมกาบางนา จัดเทศกาลอาหารครั้งยิ่งใหญ่

นายคริสเตียน โอลอฟสัน กรรมการผู้จัดการ ศูนย์การค้าเมกาบางนา ร่วมกับร้านอาหาร และร้านขนมชื่อดังภายในศูนย์การค้า จัดงาน “Mega Surely Delicious” เทศกาลอาหารสุดยิ่งใหญ่ประจำปีของศูนย์ฯ ภายใต้คอนเซ็ปต์ “อร่อยสุด Fun สารพันเมนูกระทะเหล็ก” ซึ่งจัดต่อเนื่องเป็นปีที่ 3 โดยภายในงานพบกับกิจกรรมตื่นตาตื่นใจจากเหล่าสุดยอดเชฟกระทะเหล็ก รวมถึงมีโชว์เปิดงานสุดแสนพิเศษ “Nanta Show” ที่บินตรงมาจากประเทศเกาหลีอีกด้วย



มูลนิธิศูนย์ชีวิตใหม่เข้าร่วมเรียนทำอาหาร ณ บลู เอลเฟนท์ กรุงเทพฯ

คุณหญิงพินิจ่า จากฐามระ และผู้นำชุมชนศูนย์ชีวิตใหม่ คุณจุฑารัตน์ ใจน้อย และน้องๆ เยาวชนจากมูลนิธิศูนย์ชีวิตใหม่ เข้าร่วมเรียนทำอาหาร ณ โรงเรียนสอนทำอาหารและร้านอาหาร บลู เอลเฟนท์ กรุงเทพฯ โดยมีเชฟนุร่อ โชะมะณี สเต็ปเป้ ผู้ก่อตั้งและเชฟแห่งภัตตาคารบลู เอลเฟนท์ ให้การต้อนรับอย่างอบอุ่นและสอนทำอาหารอย่างใกล้ชิด โดยได้รังสรรค์สามเมนูสุดพิเศษสำหรับน้องๆ เยาวชน เพื่อส่งเสริมการฝึกอาชีพ รมรงค์ให้ความรู้และยกระดับคุณภาพชีวิตของเด็กและเยาวชน



บาร์โคล กัทธูร์ กริลล์ แอนด์ บักโซโลจิวาร์จวอล
“Highly Commended: Leisure Interior Thailand”

โซโท ฮอสพิทาลิตี้ บริษัทออกแบบตกแต่งและผู้พัฒนาโครงการระดับโลก ประกาศความภาคภูมิใจหลัง “บาร์โคล กัทธูร์ กริลล์ แอนด์ บักโซโลจิวาร์จวอล” ร้านอาหารอินเดีย ชั้นเลิศแนวร่วมสมัยใจกลางกรุงเทพฯ ได้รับรางวัลอันทรงเกียรติจากเวทีเอเชียแปซิฟิก พร็อพเพอร์ตี้ อวอร์ดส์ ประจำปี 2558 ในสาขา “Highly Commended: Leisure Interior Thailand” ซึ่งการประกาศรางวัลนี้ ถือเป็นส่วนหนึ่งของการประกาศรางวัลอินเตอร์เนชั่นแนล พร็อพเพอร์ตี้ อวอร์ดส์ที่มีมาอย่างยาวนาน



นายกฯ เปิดงานข้าวไรซ์เบอร์รี่

พลเอกประยุทธ์ จันทร์โอชา นายกรัฐมนตรี ร่วมเปิด “โครงการเพิ่มผลผลิตข้าวไรซ์เบอร์รี่อินทรีย์” จัดโดยกระทรวงพาณิชย์ เพื่อส่งเสริมและยกระดับมาตรฐานคุณภาพข้าวไรซ์เบอร์รี่อินทรีย์ รวมถึงการทำตลาดทั้งในประเทศและต่างประเทศ โดยมีพลเอกฉัตรชัย สาริกัลยะ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงพาณิชย์ นางอภิรดี ตันตราภรณ์ รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงพาณิชย์ นางนันทวัลย์ ศกุนตนาค อธิบดีกรมส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ และนางกุลณี อิศดิศัย ผู้ตรวจราชการกระทรวงพาณิชย์ ให้การต้อนรับในงาน THAIFEX-World of Food Asia 2015 ณ อิมแพค เมืองทองธานี เมื่อเร็วๆ นี้



เปิดตัวห้องอาหาร Favola (ฟาโวล่า) ห้องอาหารอิตาเลียน

มร.มาร์ติน วูทริส ผู้จัดการทั่วไป และ มร.มาร์โค คัมมาระตะ เอ็กเซคคูทีฟซูเชฟ ประจำห้องอาหารอิตาเลียนของโรงแรมเลอ เมอริเดียน สุวรรณภูมิ กรุงเทพฯ กอล์ฟ รีสอร์ท แอนด์ สปา ร่วมต้อนรับสื่อมวลชนเข้าร่วมงาน Chef's Table สำหรับการเปิดตัวห้องอาหาร “Favola” ห้องอาหารอิตาเลียนชั้นนำแห่งใหม่ โดยมีสื่อมวลชนเข้าร่วมงานอย่างมากมาย



มิตรผล เปิดโลกนวัตกรรมน้ำตาล ไบโอบน THAIFEX2015

มิตรผล นำเสนอหลากหลายผลิตภัณฑ์น้ำตาลที่เปี่ยมด้วยคุณภาพ ในงานแสดงสินค้าอาหาร ไทยเฟ็กซ์ - เวสต์ ออฟ ฟู้ด เอเชีย 2015 ภายใต้แนวคิด “สวีท ครีเอชั่น” ตอกย้ำความเป็นผู้นำด้านน้ำตาลที่ตอบโจทย์การสร้างสรรค์เมนูอาหารและเครื่องดื่มของลูกค้านับไม่ถ้วน และพร้อมรองรับความต้องการของลูกค้าในทุกกลุ่ม นับตั้งแต่ผู้ประกอบการโรงแรม ร้านอาหาร และธุรกิจอาหารและเครื่องดื่ม ไปจนถึงผู้บริโภคทั่วไป โดยมีเชฟกระทะเหล็กอาหารไทย เชฟชุมพล แจ้งไพร ร่วมสาธิตการทำหมี่กรอบชาววัง สูตรดั้งเดิม ด้วยน้ำตาลบีบ มิตรผล และน้ำตาลมิตรผลโกลด์



Thaifex World of Foods Asia 2015 กับ กิ๋น-ก๊อฮ้อยดี

บริษัท ไทย อกรี ฟู้ดส์ จำกัด (มหาชน) หนึ่งในผู้ผลิตและส่งออกอาหารแปรรูปรายใหญ่ของประเทศไทยเข้าร่วมงานแสดงสินค้า Thaifex World of Foods Asia 2015 ภายใต้แนวคิด “TRUST in TAF Focus on Quality” ที่มีทั้งชิม ช็อป และแชร์ประสบการณ์คุณภาพกับแขกรับเชิญชื่อดังมากมาย อาทิ คุณหริด-ระพีพรรณ เหลืองอร่ามรัตน์ เชฟไวภพ แซ่ปึ้ง เชฟอาหารไทยพิวชั่น และพิธีกรเซฟรายการยกโขยง 6 โมงเช้า เซฟร็อค-ภูริ หัสตินทร์ สูดยอดเซฟอาหารคลีนและโค้ชชั้นนำของเมืองไทย ร้านอาหารภูมิจวน คริวเวียดนาม ร้านอาหารเพื่อคนรักสุขภาพ ดอกย้ำคุณภาพอันดับ 1 ที่บูธบริษัท ไทย อกรี ฟู้ดส์ จำกัด (มหาชน) ณ เมืองทองธานี



The CARE Charity for Vimuttayalai Foundation

บริษัท ไร่รวมใจ จำกัด ได้เปิดตัวโครงการ The CARE Charity for Vimuttayalai Foundation ร่วมกับมูลนิธิวิมุตตยาลัยที่มีท่าน ว.วชิรเมธี เป็นประธาน โดยเมื่อชื่อ Saijai Rice ทุกๆ หนึ่งกิโลกรัม จะได้ร่วมบริจาคให้แก่มูลนิธิวิมุตตยาลัยจำนวน 5 บาท เพื่อร่วมสมทบทุนสร้างวิปัสสนากรรมฐานนานาชาติ ณ ไร่เชิงตะวัน จังหวัดเชียงราย โครงการนี้เริ่มตั้งแต่วันที่ 31 กรกฎาคม ถึง 27 ตุลาคม 2558 และจะประกาศยอดเงินบริจาคทั้งหมดภายในวันที่ 31 ตุลาคม 2558 ทางเว็บไซต์และแฟนเพจของ Saijai Rice ผู้สนใจสามารถติดต่อได้ที่ โทร.08-7365-3556 และ Facebook/Line ID: saijairice หรือ www.sai-jai.com



ออร์แกนิกกับแก้ว

บริษัท เซลปรี อินเตอร์เนชั่นแนล จำกัด ผู้นำตลาดกีวี่ที่ใหญ่ที่สุดในโลกจากประเทศนิวซีแลนด์ เปิดตัวผลิตภัณฑ์ใหม่ เซลปรีชาน์โกลด์กีวี่ฟรุ้ต ภายใต้คอนเซ็ปต์ “สดชื่นยามเช้าไปกับกีวี่” ที่อุดมไปด้วยคุณค่านิวซีแลนด์มากกว่าผลส้มถึงสามเท่า ภายในงานได้รับเกียรติจากเซฟไฟโรจน์ ประไพรักษ์ มาร่วมรังสรรค์สุดยอดเมนูจากผลกีวี่ ณ โรงแรมหัวช้าง เฮอร์เทจ กรุงเทพฯ



Saijai Rice

ข้าวกล้องปลอดสารพิษเกรดพรีเมียม ผลิตภัณฑจากไร่รวมใจ ผลิตภายใต้ The CARE Concept คือ Chemical-safe ปลอดภัยจากสารเคมี Ambrosial หอมอร่อย โดยไม่เติมสารให้ความหอม Right-at-your-door ส่งตรงถึงประตูบ้านภายในสองสัปดาห์ หลังจากสี และ Environment-concerned ใส่ใจสิ่งแวดล้อมด้วยบรรจุภัณฑ์ที่นำไปรีไซเคิลได้ Saijai Rice มีข้าวสองชนิดคือ ข้าวกล้องหอมมะลิ 105 และข้าวกล้องไรซ์เบอร์รี่ สนใจติดต่อโทร.08-7365-3556

facebook / Line ID: saijairice หรือ www.sai-jai.com



สับพลัสเนื้ออาหารอิตาเลียนเมนูใหม่สไตล์โฮมเมด

สุดยอดห้องอาหารอิตาเลียนที่ได้รับรางวัลการันตีความอร่อยแห่งปี “จีเออร์จิโอ” ขอนำเสนอรูปแบบการรับประทานอาหารอิตาเลียนมือค้ำที่เน้นย้ำถึงความเรียบง่าย ภายใต้การตกแต่งที่สื่อถึงสัมผัสอบอุ่นและความโปร่งสบายแต่คงไว้ซึ่งเอกลักษณ์อันดั้งเดิม พร้อมอิมพอร์ตอาหารสไตล์โฮมเมด ที่ผ่านการคัดสรรวัตถุดิบสดใหม่มาอย่างดีแล้วเท่านั้น ที่ห้องอาหารอิตาเลียนจีเออร์จิโอ โรงแรมรอยัล ออคิด เชอราตัน เปิดบริการทุกวันระหว่างเวลา 18.00 – 22.30 น. สำรองที่นั่งได้ที่โทร.0-2266-9214



ซีพี สวีท กรีน

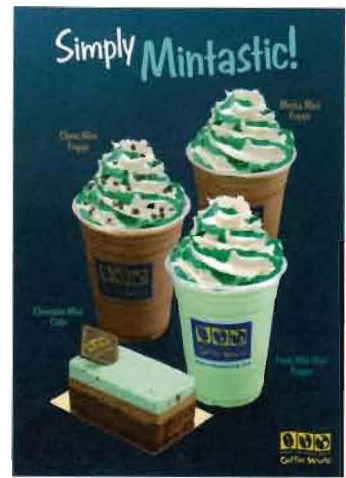
บริษัท เจริญโภคภัณฑ์อาหาร จำกัด (มหาชน) แนะนำผลิตภัณฑ์ใหม่ผลิตภัณฑ์ขนมหวาน “ซีพี สวีท กรีน” กับสามเมนูใหม่ ได้แก่ ข้าวเหนียวแก้วแดงน้ำกะทิ สาकुถั่วดำ และเต้าส่วนที่ใช้ส่วนผสมจากน้ำกะทิคั้นสด และน้ำตาลมะพร้าว ภูมิปัญญาไทยแต่โบราณ ช่วยให้ขนมหวานมีรสชาติ หอม หวาน ละมุน แตกต่างจากขนมหวานน้ำกะทิทั่วไป โดยมีจำหน่ายแล้วที่ร้านซีพีเฟรชมาร์ท ไฮเปอร์และซูเปอร์มาร์เก็ตชั้นนำทั่วไป



เครื่องสกัดแยกกาก

Desire Juice Extractor

รัสเซลล์ ฮ็อบส์ (Russell Hobbs) ขอแนะนำเครื่องสกัดแยกกาก Desire Juice Extractor รุ่น 20366-56 ตัวช่วยพิเศษสำหรับคนใส่ใจสุขภาพ สดใหม่ทันใจได้ทุกวัน ด้วยกำลังไฟ 550 วัตต์ปรับความแรงได้สองระดับ และใบมีดสแตนเลส พร้อมโถบรรจุน้ำดื่ม 750 มิลลิลิตร และโถบรรจุกากขนาด 2 ลิตร มีระบบ safety lock พร้อมดีไซน์หรูหราและทนทาน เป็นเจ้าของเครื่องเครื่องสกัดแยกกากได้ที่ห้างสรรพสินค้าชั้นนำทั่วประเทศ สอบถามเพิ่มเติมที่โทร.0-2721-2361-70



คอฟฟี่ เวิลด์ จัดโปรโมชัน มัดใจคนรักมินต์

คอฟฟี่ เวิลด์ (Coffee World) แปรนตกาแพระดับพรีเมียมของคนไทยนำเสนอสีเมนูใหม่ล่าสุด เอาใจคนที่ชื่นชอบความหอมสดชื่นของมินต์ กับ Fresh Milk Mint Frappe, Choco Mint Frappe, Mint Frappe และ Chocolate Mint Cake พิเศษ คนรักมินต์ไม่ควรพลาด เมื่อซื้อเครื่องดื่ม Mint ชนิดใดๆ คู่ Chocolate Mint Cake ในราคาพิเศษเพียง 209 บาท กับโปรโมชัน Simply Mintastic ได้ตั้งแต่วันที่ถึง 31 สิงหาคม 2558 ที่คอฟฟี่ เวิลด์ ทุกสาขาทั่วประเทศ



“Teddy’s Bigger Burgers” เสิร์ฟชาวเบอร์เกอร์อร่อยที่สุดจากฮาวาย

เทตตี้ส์ บิ๊กเกอร์ เบอร์เกอร์ ทุ่มงบกว่า 8 ล้านบาทเข้าพาร์ตเนอร์เบอร์เกอร์ชั้นนำจากสหรัฐอเมริกา เปิดสาขาแรกในไทยให้ได้ลิ้มลองรสชาติอาหารคุณภาพที่เป็นที่ยอมรับทั่วโลกมากกว่า 17 ปี และได้รับการโหวตให้เป็นเบอร์เกอร์ที่ดีที่สุดในฮาวายตั้งแต่ปี 2001 ต่อเนื่องจนถึงปัจจุบัน พร้อมเปิดตัวอย่างเป็นทางการ ภายใต้ทีมงาน “Broke da mouth Burger by Teddy’s Bigger Burgers” ณ สาขาแรกในไทย ชั้น G ศูนย์การค้าเกตเวย์เอกมัย



อลังการเทศกาลปูนาทะเลชนิด
ห้องอาหารควีนอินน์ปาล์ม โรงแรมพูลแมน
คิง เพาเวอร์ กรุงเทพฯ (ซอยรางน้ำ) เชิญทุกท่าน
มาอิมมอร์กับบุฟเฟต์มือค้ำอลังการในเทศกาล
“ปูนาพาพันธุ์” ทั้งปูอลาสก้า ปูสีน้ำตาล ปูนิ้ม
และปูทะเล มารังสรรค์เป็นหลากหลายเมนู
พิเศษมากกว่า 10 เมนูให้คุณได้อิมมอร์บนไลน์
บุฟเฟต์มือค้ำ ซึ่งแต่ละคำคั้นเมนูจะผลัดเปลี่ยน
หมุนเวียนไม่ซ้ำกัน ตลอดเดือนสิงหาคมนี้
ตั้งแต่เวลา 18.00 – 22.30 น. สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมหรือสำรองที่นั่งได้ที่โทร.0-2680-9999

มา 4 จ่าย 3 เพื่อคนรักอาเซียน
ซินเดย์บริธ
ขยายช่วงเวลาแห่งความสุขมือซันเดย์บริธ
มา 4 ท่าน จ่ายเพียง 3 ท่าน อิมมอร์แบบจัด
เต็มมุมซีฟู๊ดออนโอเชอร์ และลิ้มลองลักซารัสเลิศ
สูตรต้นตำรับจากสิงคโปร์ ผัดหมี่โกเล็งตำรับ
อินโดนีเซีย ปอเปี๊ยะผักสดครบเครื่องจาก
เวียดนาม ในมุมอาหารอาเซียนที่สลับทุนเวียน
มาให้ท่านได้ลิ้มลอง พร้อม “โลฟฟ์ คุกกี้
สเตชัน” มุมอาหารปรุงสดใหม่ทั้งปิ้งย่าง หรืออิม
พินซาซิมิ ซูชิแบบไม่เย็น และอื่นๆ อีกมากมาย
ในเวลา 11.30 – 15.00 น. เพียงท่านละ 1,335
บาทต่อท่าน ตั้งแต่วันนี้จนถึง 27 กันยายน
2558 นี้เท่านั้น ณ ห้องอาหารฟิสท์ โรงแรม
รอยัล ออคิด เซอราตัน

Mei-Xin (Maxim's) Moon Cake เปิดตัว
ขนมไหว้พระจันทร์อันดับหนึ่งของฮ่องกง
เดินทางมาถึงไทยแล้ว เติมความพิเศษให้
เทศกาลขนมไหว้พระจันทร์ กับหลากหลาย
รสชาติที่เลือกสรรมาให้กับคนพิเศษของคุณ
ด้วยกรรมวิธีแบบ Double-Baked ที่ทำให้เนื้อ
สัมผัสของขนมไหว้พระจันทร์เนียนนุ่ม
อย่างขนมไหว้พระจันทร์แบบดั้งเดิมใส่ลูก
บัวขาว ส่วนพระเอกของแบรนด์นี้ที่ไม่ควร
พลาด อาทิ ขนมไหว้พระจันทร์ไส้คัสตาร์ดลาวา
และ Snowy Mooncakes ขนมไหว้พระจันทร์
รูปแบบใหม่ แป้งโมจิเหนียวนุ่ม สอดไส้เย็นฉ่ำ
รสผลไม้สด ทาลิมลองกันได้ที่ห้างสรรพสินค้า
ชั้นนำ อาทิ สยามพารากอน เอ็มควอเทียร์
เอ็มโพเรียม และเทอร์มินอล 21 เป็นต้น
พร้อมเปิดตัวแล้วในเดือนสิงหาคมนี้



เทศกาลขนมไหว้พระจันทร์ โรงแรมคอน
ราด กรุงเทพฯ
เชิญครอบครัวของคุณมาร่วมแบ่งปันช่วงเวลา
สุดพิเศษกับเทศกาลขนมไหว้พระจันทร์ พร้อม
รังสรรค์ขนมไหว้พระจันทร์อบสดใหม่ทุกวัน
จากฝีมือของเชฟผู้เชี่ยวชาญ ที่มีให้เลือกถึงห้า
รสชาติด้วยกัน ได้แก่ ไส้คัสตาร์ด ไส้ทุเรียน
ไส้ลูกบัว ไส้รวมธัญพืช และไส้ถั่วแดง อีกทั้งมี
หลากหลายแบบให้เลือกซื้อ ตั้งแต่วันที่
5 สิงหาคม ถึง 27 กันยายนนี้ โรงแรมคอนราด
กรุงเทพฯ สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมและสั่งจอง
ล่วงหน้าได้ที่โทร.0-2690-9255

Hunt & Forest Wine Dinner
ขอเชิญไวน์เลิฟเวอร์มาทานไวน์ดินเนอร์ใน
คอนเซ็ปต์ Hunt & Forest โดยหัวหน้าพ่อครัว
ใหญ่เชฟจิลล์ พอยทิวน์ ได้นำคอนเซ็ปต์จาก
ฝรั่งเศสที่รังสรรค์เมนูประเภทเนื้อสัตว์ที่หลากหลาย
กันยากต่างๆ ทานคู่กับไวน์ชั้นดีจากฝรั่งเศส
จัดเป็นเซตดินเนอร์อาหารฝรั่งเศส 6 คอร์ส
ได้แก่ ทาน กวาง หมูป่า และหอยทาก นำเข้า
จากเมืองเบอร์กันดี ที่ห้องอาหารลา วู ชั้น 25
สยาม แอท สยาม ดีไซน์ โฮเทล ในวันศุกร์ที่
2 ตุลาคม 2558 วันเดียวเท่านั้น เพียงราคา
ท่านละ 3,600 บาทถ้วน สอบถามเพิ่มเติม
หรือสำรองที่นั่งโทร.0-2217-3070

เปิดตัวห้าเมนูต้นตำรับจากประเทศสิงคโปร์
ณ โรงแรมอัมรินทร์ กรุงเทพฯ
โรงแรมอัมรินทร์ กรุงเทพฯ จัดงานแนะนำทำเมนู
ขึ้นชื่อของประเทศสิงคโปร์ ประกอบด้วย
อาหารเรียกน้ำย่อย ปอเปี๊ยะและกระทงทอง
สำหรับเมนูหลัก ได้แก่ ข้าวมันไก่โหดนาน
ก้วยเตี๋ยอกเกี้ยนกุ้งน้ำซุ๊ป นาซิงเลอมะกั ลักซา
และบัตกุดเต้ โดยเชฟโคลิน เหลียง เชฟชาว
สิงคโปร์มากประสบการณ์นับสิบปี ที่ห้องอาหาร
เอลเมนท์ โรงแรมอัมรินทร์ กรุงเทพฯ ซึ่งเป็น
แบรนด์โรงแรมไลฟ์สไตล์เปิดใหม่ย่านสุรวงศ์
ได้รับการออกแบบให้สะท้อนถึงวัฒนธรรมไทย
ร่วมสมัยสอดแทรกกลิ่นอายของประเทศ
สิงคโปร์ได้อย่างลงตัว



"Inspired bites: Unexpected ideas for entertaining from pinch food design"

เป็นความจริงอันนิรันดร์ที่ว่า เมื่อโลกหมุนไป สิ่งต่างๆ ย่อมพัฒนาเปลี่ยนแปลง เช่นเดียวกับข้อมูล ข่าวสาร และสาระความรู้ ที่เดิมทีนั้นต้องอยู่ในหน้ากระดาษ แต่แล้ววันหนึ่งสิ่งเหล่านั้นได้ถูกย่อลงมา จากร้อยจากพันหน้าก็ถูกบรรจุอัดลงให้อยู่เพียงในจอเล็กๆ สื่อใหม่ของโลกอย่างสื่อออนไลน์ก็เติบโตขึ้นอย่างทรงพลัง ขณะเดียวกันความจริงอีกข้อที่ยังไม่ถูกเปลี่ยนไปก็คือ การสร้างสรรค์ งานศิลปะ รวมถึงอาหาร เมื่อถ่ายทอดลงไปหนังสือแล้ว มันช่างมีคุณค่าและมีเสน่ห์เหลือเกิน

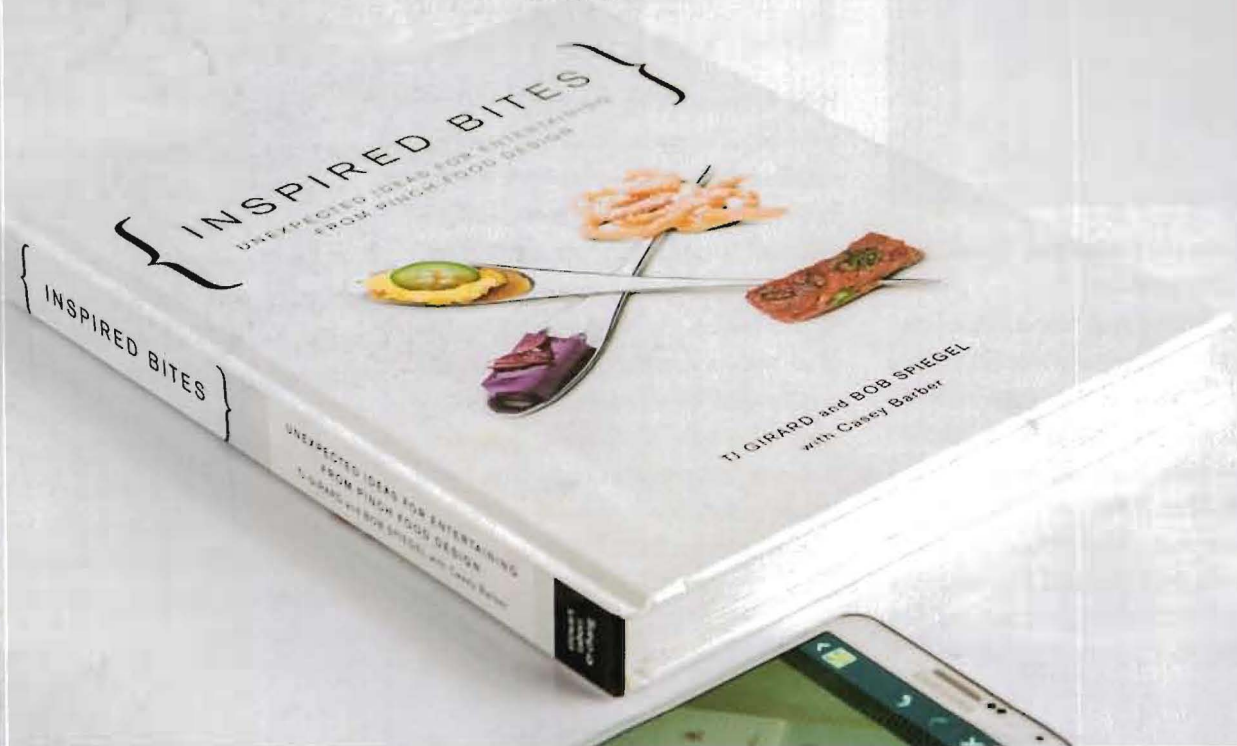
Inspired bites: Unexpected ideas for entertaining from pinch food design เป็นอีกผลงานหนังสือชิ้นดีที่ควรซื้อไว้เพื่อสะกิดให้เกิดแรงบันดาลใจในการดีไซน์อาหารให้ดูน่ารักประหลาดและทันสมัย อาหารชิ้นเล็กๆ ที่อยู่ในแต่ละบทล้วนมีส่วนผสมของความคิดสร้างสรรค์ การประยุกต์ และค้นหาแนวทางเพื่อนำเสนออาหาร โดยเชฟ Bob Spiegel และ TJ Girard รวมถึง Casey Barber ทั้งคู่ได้เทรนด์การจัดอาหารแคเทอริงแบบสมัยใหม่ที่ล้ำสมัยทั้งความคิดและจินตนาการ รวมถึงเนื้อหาภายในเล่มยังแสดงให้เห็นถึงขั้นตอนการทำพร้อมทั้งกระบวนการคิด เมื่อคุณกรีดนิ้วจนครบทุกหน้า คุณจะสัมผัสได้ว่าอาหารและหนังสือช่างน่าหลงใหลเสียเหลือเกิน **K**

*Inspired bites: Unexpected ideas
for entertaining from pinch food design*

สำนักพิมพ์: ABRAMS

เขียนโดย: TJ Girard and Bob Spiegel with Casey Barber

ราคา 1,138 บาท



TRAFS

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

[9th 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

คุณชนาดา chayada@kavinintertrade.co.th

โทร. 02 861 4013 ต่อ 117

trafs@kavinintertrade.co.th

www.thailandhoreca.com



ผู้สนับสนุนอย่างเป็นทางการ



ผู้สนับสนุน



ผู้สนับสนุน



HOKKAIDO Half Shell Scallops



日本のホタテ

หอยเชลล์ครึ่งฝาโกโดะริงฟา

หอยเชลล์ครึ่งฝาคุณภาพเยี่ยม ส่งตรงจากญี่ปุ่น เนื้อแน่น หอมหวาน
ง่ายต่อการประกอบอาหาร สะดวกต่อการเก็บรักษาคุณภาพ
สะอาดด้วยมาตรฐานแบบญี่ปุ่น

日本からの直接ホタテ貝。
甘くて美味しい。
簡単作れる。
品質を維持することが簡単。

* ภาพใช้เพื่อการโฆษณาเท่านั้น

