

Foodstylist Magazine



THAILAND TREASURE Royal Project Table

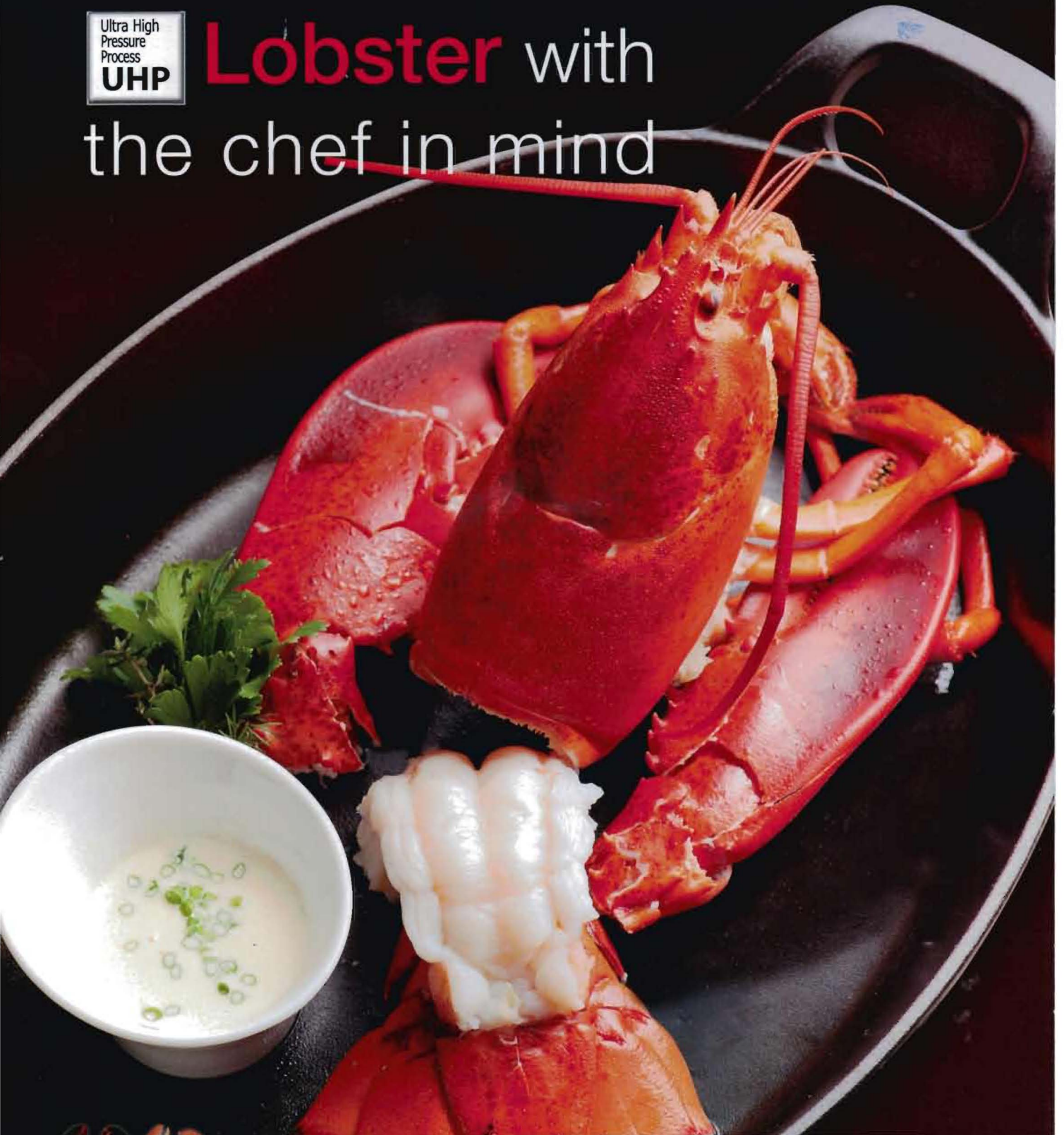
เลอค่า เลิศรส โครงการหลวง

10 สุดยอดเมนูอาหาร แรงบันดาลใจ ไอเดียจากคอยสูง
พร้อมกับเรื่องราววัตถุดิบระดับโลกที่ผลิตจากแผ่นดินไทย

ISSN 1905-2561
9 771905 256106
160301

Ultra High
Pressure
Process
UHP

Lobster with the chef in mind



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



FOOD PROJECT
FOODSERVICE SOLUTION

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

Life is Travel...



TRAVEL CHANNEL Thailand true visions 364

ติดตามความเคลื่อนไหวได้ที่ YouTube TravelChannelThailand

ทุกวัน จันทร์ - อาทิตย์

01.00-03.00 / 05.00-07.00 / 09.00-11.00 / 13.00-15.00 / 17.00-19.00

TRAVEL series



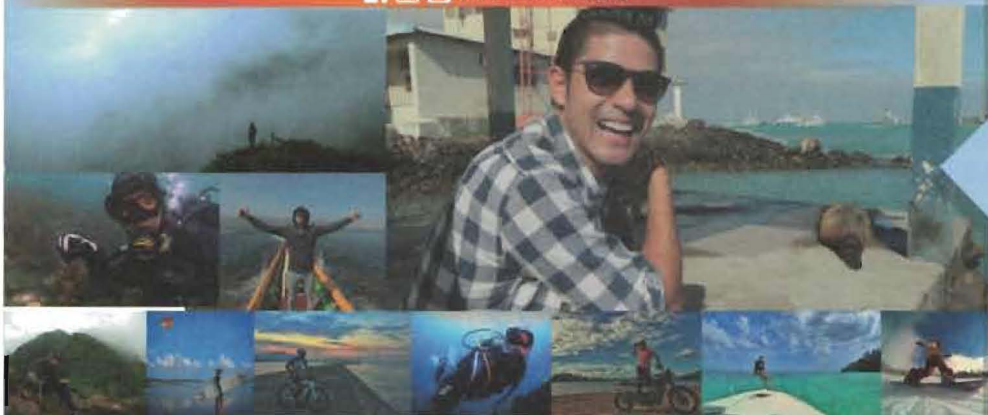
แถมเวลา ซีรีส์ ช่วงเวลาใหม่ของการดูรายการท่องเที่ยวแบบจุใจ **2 ชั่วโมงเต็มทุกวัน**
เมษายนนี้ มาเจาะลึก **ประเทศญี่ปุ่น** กับรายการ **BOARDING PASS GOOGO INSIDER**
จุใจกับข้อมูลท่องเที่ยวแบบนี้ ที่นี้ที่เดียว Travel Channel Thailand
TrueVisions 364 ตลอดเดือนเมษายน ทุกวัน

จันทร์ 20:00

อังคาร 08:30

ศุกร์ 04:00

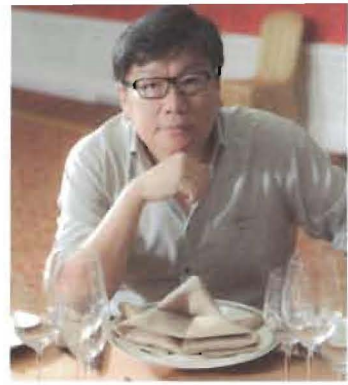
viewfinderthailand



VIEW FINDER

“ภาพที่สวยงามสามารถดึงดูดให้เราออกเดินทางท่องเที่ยว
ออกไปใช้ชีวิตเพื่อไปเห็นถึงการความมหัศจรรย์ของโลกใบนี้”

- ภูริ หิรัญพฤกษ์ -
นักเดินทาง



editor's talk

“พวกเราจะเป็นพื้นที่ให้เชฟ นักออกแบบอาหาร และบุคคล
ในวงการอาหารได้มาแสดงความสามารถของตนในนิตยสารของเรา”



Prawat Prung-Ak-Sorn
Executive Editor

ด้วยพระมหากษัตริย์คุณอันล้นพ้นของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพล
อดุลยเดช โครงการหลวงจึงถูกริเริ่มภายใต้แนวพระราชดำริของพระองค์ เพื่อที่
จะแก้ไขปัญหาการตัดไม้ทำลายป่า ความยากจน และการปลูกฝิ่น โดยส่งเสริม
การปลูกพืชทางเลือกที่ถูกกฎหมาย ซึ่งทรงค้นพบว่ามีความหลากหลาย และ
สร้างรายได้ได้มากกว่าการปลูกฝิ่น

โครงการหลวงเติบโตอย่างงดงาม มีพืชนานาพันธุ์กว่า 350 ชนิด ผลิตผล
ทางการเกษตรที่แปรรูปอีกมากมาย รวมถึงองค์ความรู้ที่เกิดขึ้นอีกนับปีการ

ด้วยการสนับสนุนของโครงการหลวง กรมการท่องเที่ยว กระทรวงการท่องเที่ยว
และกีฬา และบริษัท William Reeds ผู้จัดงาน The World's 50 Best
Restaurants ภายใต้โครงการ 50 Best Explores Thailand ที่ได้นำมุมมอง
ของโครงการหลวงมาเผยแพร่ไปยังสื่อต่างๆ ทั่วโลกกว่า 30 ประเทศ จาก
แรงบันดาลใจของเชฟระดับโลก 3 ท่านที่เดินทางมาร่วมเสาะแสวงหาวัตถุดิบ
ในประเทศไทย ได้แก่ เชฟ Joan Roca เจ้าของร้าน El Celler de Can
Roca ในเมืองกิโรนา ประเทศสเปน อันดับ 1 บน The World's 50 Best
Restaurants, เชฟ Ashley Palmer-Watts เชฟผู้บริหารร้าน Dinner by
Heston Blumenthal กรุงลอนดอน ประเทศอังกฤษ ซึ่งเป็นร้านอันดับที่ 7
และเชฟ Peter Gilmore เชฟผู้บริหารร้าน Quay ที่ซิดนีย์ ประเทศ
ออสเตรเลีย ซึ่งครองอันดับที่ 58 ร่วมด้วยเชฟแนวหน้าของประเทศไทยอย่าง
เชฟชุมพล แจ้งไพร, มาตามนุรอ โอ๊ะมณี สเต็ปเป้, เชฟแนน-รังสิมา
บุญยะสาร์นันท์ และเชฟปิง-สุรภิก ขี้เม็กแก้ว

นิตยสารฟู้ดสไตล์ส์ ขอร่วมถ่ายทอดความประทับใจ และแรงบันดาลใจต่างๆ
มาเก็บไว้เป็นตัวอักษร รวมถึงภาพถ่ายสวยๆ ให้กับผู้อ่านทุกท่านมา ณ โอกาสนี้
นะคะ

ไอริณ ฤกษ์สาร
บรรณาธิการอำนวยการ

- Publisher Foodstylist Co., Ltd. เจ้าของ บริษัท ฟู้ดสไตล์ส์ จำกัด
Honorary Advisor ที่ปรึกษา
Chumpol Jangprai เชฟชุมพล แจ้งไพร
Witoon Wongsawat วิฑูรย์ วงษ์สวัสดิ์
Food Consultant ที่ปรึกษาด้านอาหาร
Thai Chefs' Association สมาคมเชฟประเทศไทย
Executive Editor บรรณาธิการบริหาร
Prawit Prung-Ak-Sorn ประวีตร ปรืออังกษร
Director ผู้อำนวยการ
Irin Rerksasam ไอริณ ฤกษ์สาร
Editor บรรณาธิการ
Patcharapol Pradubsook พัชรพล ประดับสุข
Assistant to Editor and Writer ผู้ช่วยบรรณาธิการจัดการและนักเขียน
Sarinna Wattana สรินนา วัฒนา
Sirada Thanakhontrakoon ศิรดา ธนาคมนตระกูล
Art Director ผู้อำนวยการฝ่ายศิลป์
Siri Sumanit ศิริ สุมานิต
Photographer ช่างภาพ
Ganokwan Purahong กนกวรรณ ภู่งพงษ์
Stylist สไตลิสต์
Kulnaree Choprakarn กุลนรี โชประการ
Sawinee Surarochprajak สาวิณี สุวโรจน์ประจักษ์
Lathaphon Yenbumrung ลัทธพล เย็นบำรุง
Writer นักเขียน
Wattanee Jantaramitree วรณนี จันทรมิตรี
Proofreader พิสูจน์อักษร
Patsarapom Iawpakdeekul ภัสราภรณ์ เอี้ยวภักติกุล
Secretary เลขานุการฝ่ายบริหาร
Chorpaka Tanakan ช่อมภา ธนากาญจน์
Account Executive ฝ่ายโฆษณา
Kanopom Pooutai คนพร ภู่อทัย
Booppa Komkunthod บุปผา กอมขุนทด
Accounting & Finance Manager ผู้จัดการฝ่ายบัญชี
Pannakrit Ninkittikoson ปันกฤต นิลกิติโกศล

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

สำนักงาน บริษัท ฟู้ดสไตล์ส์ จำกัด
99/3 ถนนวงแหวนอุตสาหกรรม แขวงช่องนนทรี เขตยานนาวา กรุงเทพฯ 10120
โทร. 0-2770-8899 โทรสาร 0-2770-8900
www.foodstylistchannel.com

แยกสี บริษัท สุนทรพิพัฒน์ จำกัด โทร. 0-2216-2760-8 โทรสาร 0-2216-2769
โรงพิมพ์ บริษัท สยามพรินท์ จำกัด
เลขที่ 115/69 ซอยรามอินทรา 40 แขวงนวลจันทร์ 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 เนื่องจากนิตยสาร foodstylist ไม่สามารถประกาศความเป็นเจ้าของลิขสิทธิ์และเครื่องหมายการค้าที่มีอยู่ตามกฎหมายได้ครบถ้วนสมบูรณ์ อีกทั้งความนิยมในลิขสิทธิ์ดังกล่าวมักเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ดังนั้น หากขอขออนุญาต
จะประกาศความเป็นเจ้าของลิขสิทธิ์ (เฉพาะที่มีการกล่าวถึงในบทความ) ประกอบลงในบทความนั้นๆ เลย และถ้าลิขสิทธิ์ดังกล่าวเป็นที่รับรู้กันทั่วไปแล้ว ราชบัณฑิตยสถานก็ไม่ได้มีมติเห็นชอบในการเขียนบทความนี้กระนั้นและขออำนาจ การอนุญาตและพิมพ์ซ้ำ บทความ
ที่ตีพิมพ์ในนิตยสาร foodstylist ส่วนลิขสิทธิ์เฉพาะราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2537 กรณีที่ท่านต้องการนำส่วนหนึ่งส่วนใดในบทความของนิตยสารไปใช้ โปรดติดต่อได้ที่ กองบรรณาธิการ foodstylist ตามที่อยู่และเบอร์โทรศัพท์ข้างต้น



BINDAREE BEEF

AUSTRALIA



AUSTRALIAN 100 DAYS GRAIN FED FROZEN BEEF

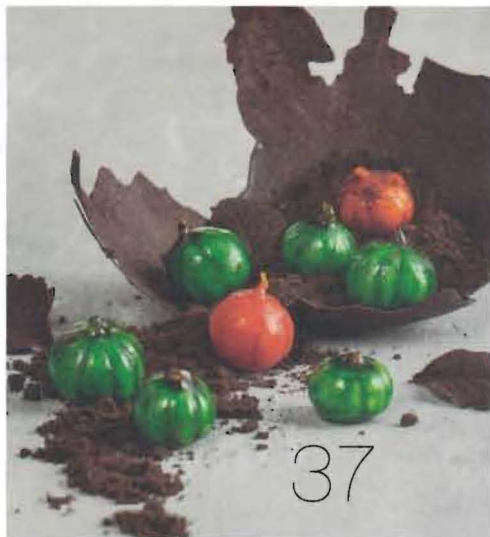
เนื้อวัวออสเตรเลีย
เลี้ยงด้วยธัญพืช 100 วัน

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



FOOD PROJECT
FOODSERVICE SOLUTION
www.foodproject.co.th

Tel. 02-770-8888 # 2138



food

- 12 cover story**
royal project, thailand treasure ชุมสมบัติแห่งราชาธิ
- 52 food project**
 - fettuccine alfredo
 - deep-fried mushrooms with olive dip
- 56 minimal**
sweet highs เซร์ราดูรามัลเบอร์รี่
- 58 a chef's life**
the youngest chef of 50 best explores thailand
เชฟที่อายุน้อยที่สุด
- 60 thai time**
thai snack royal project style ของว่างไทยสไตล์โครงการหลวง
- 62 play with food**
butter poached crayfish lobster with dashi jelly,
wasabi-mayo, soy foam and salmon roe
- 64 chic dessert**
royal project fig tart: delicious and elegance

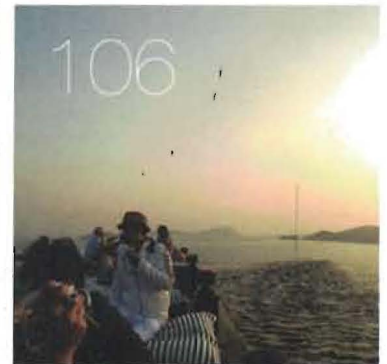
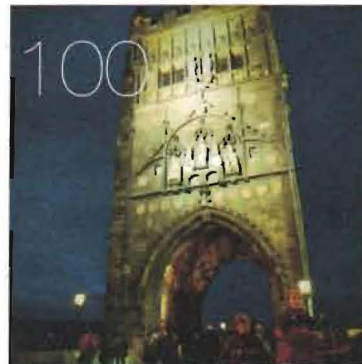
inspiration



styling life

- 100 food journey**
czech republic: the song of spring
ดวงแขนคนรู้ใจไปเที่ยวเช็ก
- 106 gourmet trip**
dream destination at srpanwa
- 112 dining out**
punjab grill bangkok fine dining:
interesting indian time
- 114 coffee break**
light loft bar จิบชิลๆ สไตล์โลฟท์ลอฟต์
- 116 check-in by foodproject**
เช็กอินความอร่อยได้ที่นี้
- 121 cooking school**
โรงเรียนสอนทำอาหาร
สถานที่ปรุงความฝันของคนอยากเป็นเชฟ
- 122 social**
ติดตามทุกความเคลื่อนไหวในวงการอาหาร
- 124 new product**
ผลิตภัณฑ์ใหม่ที่นำจับตามอง
- 126 take a break**
from the source: thailand ลืมรสชาติของเมืองไทย

- 68 chef we love**
- ๘๐/๒๐ the balance of life - ๘๐/๒๐
- michelin star chef's ingredient -
l'atelier de joël robuchon bangkok
- 76 x-perience**
to be an asian chef
- 78 drink master**
wine (glass) & why (2) เลือกแก้วไวน์ให้เข้ากับไวน์
- 80 mixologist we love**
aloha~~ มีทเชล โค ลัม
- 82 secret ingredient**
make it happen
- 86 meet the foodie**
more than dessert is "thai dessert"
- 90 food design**
sugar melted strawberry with royal project fruit salad
- 92 market share**
tha thien pier market
- 94 foodstylist diary**
great royal project ingredients
- 96 top shelf**
vacation time



editor note

มีหลายสิ่งในโลกที่ถูกสร้าง และเพาะปลูกเพื่อโลกและคนส่วนใหญ่ ซึ่งความมหัศจรรย์ของสิ่งเหล่านั้นก็คือไม่ว่าผ่านเวลานานเพียงใด ก็เสมือนยิ่งบ่มเพาะความดีงาม และงอกเงยสู่ความยั่งยืน

เช่นเดียวกับความพิเศษของฉบับนี้ซึ่งเราได้เล่าเรื่องราวของเมล็ดพันธุ์ที่ถูกเพาะปลูกมาหลายสิบปีเคียงคู่กับการพัฒนาของประเทศหลากหลายด้าน ไม่ว่าจะความเป็นอยู่ของประชาชน ความเจริญทางด้านเศรษฐกิจ รวมไปถึงทางด้านอุตสาหกรรมอาหาร สิ่งที่เราพูดถึงนี่คือ โครงการหลวง สิ่งดีงามที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวพระราชทานแก่ปวงชนชาวไทย

โครงการหลวงมิได้เป็นเพียงสถานที่ หรือรูปแบบของการพัฒนา หรือปรัชญาของการพัฒนาที่มีความสำคัญของโลกเพียงเท่านั้น แต่ยังเป็นสัญลักษณ์หนึ่งที่แสดงออกว่า ทุกสิ่งในโลกสามารถเปลี่ยนแปลง งอกงามสวยงามได้ หากลงมือเรียนรู้ ศึกษา และประการสำคัญคือ... ลงมือทำ

ฉบับนี้เราได้ความร่วมมือจากทั้งหน่วยงานที่สำคัญอย่างกรมการท่องเที่ยว กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา รวมถึงโครงการหลวง ทำให้ได้เข้าใจถึงหัวใจสำคัญของโครงการหลวง นั่นก็คือ การพัฒนาสู่สิ่งที่ดีงามกว่า โดยเมนูอาหารที่เราได้รังสรรค์ขึ้นมาจากวัตถุดิบโครงการหลวง บทสัมภาษณ์เชฟและเมนูต่างๆ ในคอลัมน์ก็ล้วนฉายภาพความงดงามของการพัฒนา และฟุตบอลลิสต์ฉบับ “Thailand Treasure Royal Project Table” คือการรังสรรค์สิ่งที่ดีงามอยู่แล้วให้ดีงามยิ่งกว่าที่เคย

เราอยากบอกกับผู้อ่านว่า ทุกๆ รายละเอียดในนิตยสารเล่มนี้เรากลุ่มมิไจกับสิ่งที่เราทำ ด้วยความมุ่งมั่นที่อยากจะสร้างความเปลี่ยนแปลงสู่สิ่งที่ดีกว่า และสร้างสิ่งที่ดีอยู่แล้วอย่างวัตถุดิบจากโครงการหลวง ให้ดียิ่งๆ ขึ้นไป

ขอให้มีความสุขกับความดีงามที่คุณกำลังถืออยู่ขณะนี้ครับ

พัชรพล ประดับสุข
บรรณาธิการ

Highlight



พบกับความสวยงามของ 10 เมนูอาหารที่ดีไซน์และปรุงรสให้บอกเล่าถึงความสำคัญของโครงการหลวง พร้อมแสดงถึงความโดดเด่นของวัตถุดิบชั้นเลิศที่ไม่จำเป็นต้องนำเข้าจากต่างประเทศ และด้วยเทคนิคการตกแต่งอาหาร 10 วัตถุดิบ 10 เรื่องราวที่โดดเด่นราวกับงานศิลปะแห่งอาหารและความงดงามของชีวิต

ทางลัดสู่ความอร่อย



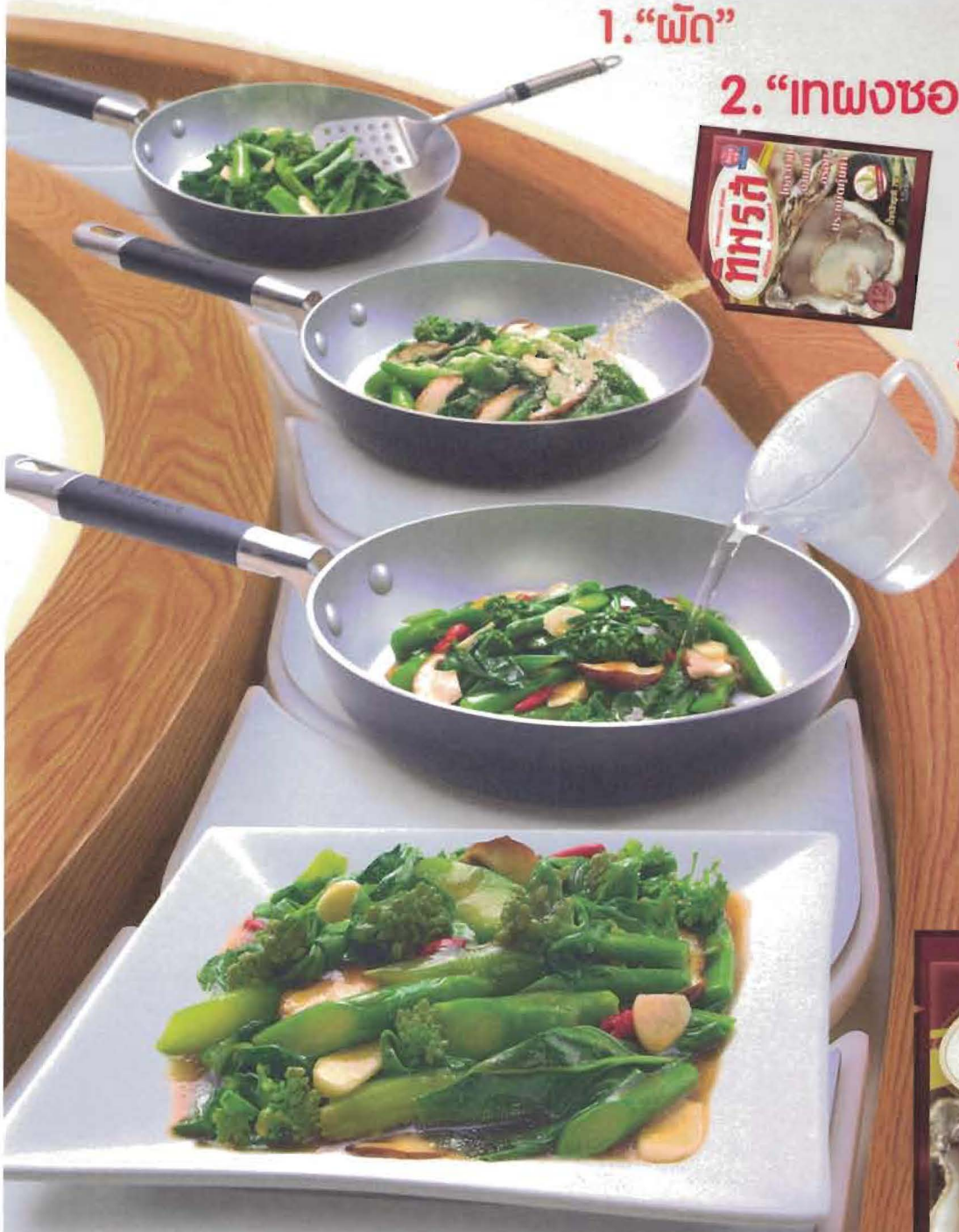
แค่มิทิพรส ก็อร่อยครบรส
www.tiparos.com

1. "ผัด"

2. "เทผงซอสหอยนางรม"



3. "ใส่น้ำ"



ง่ายๆแค่ 1.ผัด 2.เทผงซอสหอยนางรม ตราทิพรส 3.ใส่น้ำ
ผงซอสหอยนางรม ตราทิพรส ไม่ใส่วัตถุกันเสีย ผ่านกรรมวิธีผลิตที่ทันสมัย
นึกถึงผัดผัดครั้งใด นึกถึง ทิพรส

food

“ทอดตามองดินแดนอันแห้งเหือด พื้นแผ่นดินน้ำตาลซัดแตกกร้าน
รอยรินน้ำทิพย์หยาดหยดลงดินหยาบ ต้นอ่อนชูเชิดก้านเขียว
แตกหน่อพลีใบ อดดอกงามหลากสีสับ
ส่งกลิ่นฟุ้งย้ายวนมวลกุ่มรา ออกผลมากทรงแปลกตา
สิ้นรสหวานแปลกจับจิต”

foodstylist signature dishes

หยิบจับวัตถุดิบชั้นเลิศจากโครงการหลวง ประจรส แปลงกาย เต็มสีสิ้น
ออกมาเป็น 10 เมนูแปลกตา ด้วยผลผลิตจากธรรมชาติ
และรสชาติที่ทั้งคุ้นลิ้น ทั้งแปลกใหม่



Royal Project, Thailand Treasure

ขุมสมบัติแห่งรสชาติ

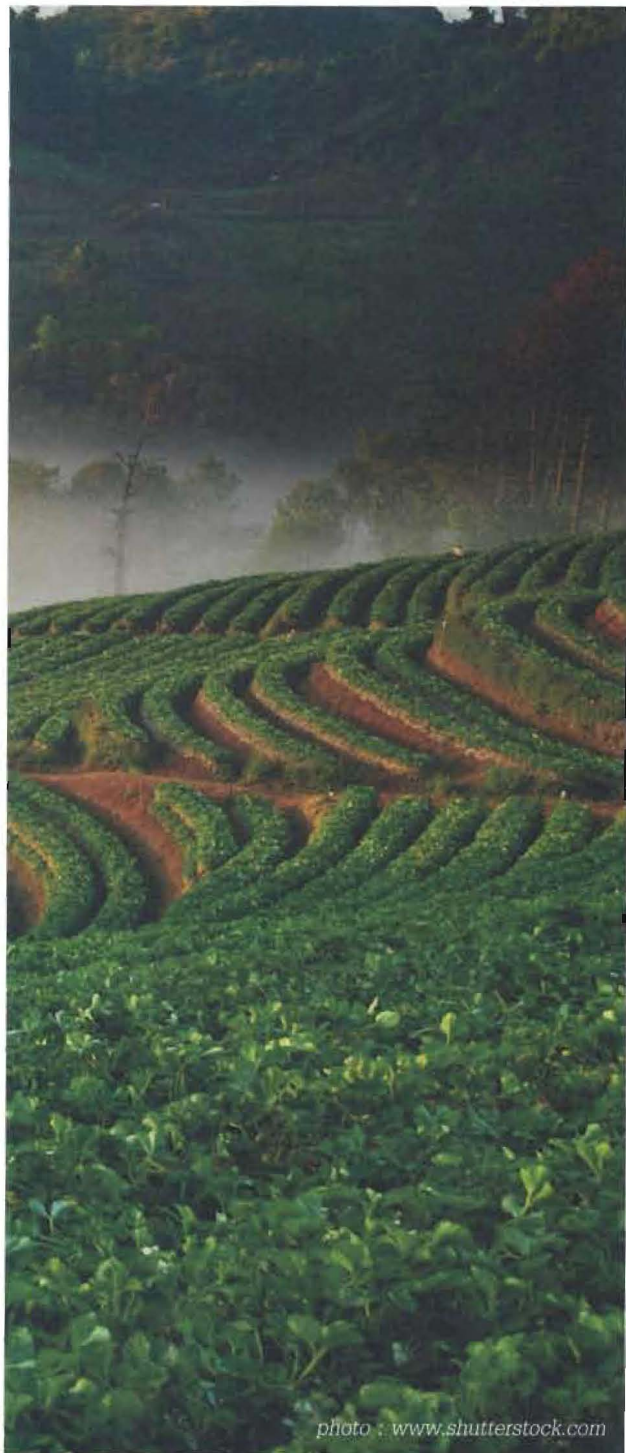


photo : www.shutterstock.com

แม้จะเป็นทั้งเพลง และประโยคคลาสสิกที่พูด(ร้อง)ซ้ำเป็นล้านครั้ง แต่ที่ว่ากันว่า “ในน้ำมีปลา ในนามีข้าว แผ่นดินของเรา นี้แสนอุดมสมบูรณ์” ก็จริงเสียยิ่งกว่าจริง เป็นภาพคุ้นตาเกี่ยวกับวิถีชีวิตของคนไทยที่มีความสุขในท้องทุ่ง มีต้นข้าวเขียวขจีเต็มนา มีทุ่งหอยปูปลาทะเลกว่ายี่สิบหมื่นไร่ ผลหมากรากไม้ ลูกลูกอมเต็มต้น แม้นิยามป่วยไข้ก็ยังมียักษ์ผักสมุนไพรที่นำมาใช้ปรุงยา ตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน เราจะถูกปลูกฝังให้เห็นคุณค่าของข้าวปลาอาหารที่เรากินเสมอ สิ่งเหล่านี้เป็นส่วนหนึ่งที่สามารถสะท้อนถึงความผูกพันของคนไทยที่มีต่อแผ่นดินเกิด

หากเราเดินทางเพื่อสำรวจของดีของเด่นอันเป็นรสชาติความเป็นไทยไปจนทั่ว และรวบรวมว่าเรามีสิ่งดีๆ มากเพียงใด เราคงจะเสียเวลามากมาย เพราะทุกๆ ภาคก็ล้วนมีอาหารการกินที่เป็นสิ่งเซ็ดหน้าชูตาแทบทั้งสิ้น เริ่มจากภาคที่เป็นศูนย์กลางของประเทศ “ภาคกลาง” ถือเป็นภาคที่มีอาหารหลากหลายมากที่สุด ทั้งเผ็ด เค็ม เปรี้ยว หวาน จืด โดยรับอิทธิพลมาจากอาหารอินเดีย โดยเฉพาะอาหารประเภทที่ใส่เครื่องแกง และแกงกะทิ ความพิเศษของอาหารภาคนี้ก็คือ ในทุกเมนูจะมีเครื่องเคียงของแนมที่ใช้กินคู่กับอาหารจานหลัก เช่น สะเดา น้ำปลาทหวานก็ต้องคู่กับกุ้งนึ่งหรือปลาดุกย่าง ปลาสดทอดกินกับน้ำพริกมะม่วง หรือไข่เค็มที่มักจะกินกับน้ำพริกปลาร้า ปลาสดทอดกินกับน้ำพริกมะม่วง เรียกได้ว่าเข้ากันเป็นที่สุด ขยับมาที่ภาคที่มีสีสันสนุกสนานอย่าง “ภาคอีสาน” แม้จะเคยกล่าวว่าเป็นพื้นที่แห้งแล้ง และเป็นที่ยากลำบาก แต่ก็ถือว่ามี ความอุดมสมบูรณ์ในเรื่องอาหารการกินเสมอมา และวัตถุดิบที่จะขาดไม่ได้เลย ในหลากหลายเมนูก็คือ ปลาร้า ที่เป็นสัญลักษณ์และจุดเด่นของรสชาติ ถัดไป เป็นภาคที่มีแหล่งท่องเที่ยวที่ดึงดูดนักท่องเที่ยวจากทั่วทั้งโลกอย่าง “ภาคใต้” ที่นอกจากทะเลจะสวยแล้ว อาหารของภาคนี้ยังมีเอกลักษณ์โดดเด่น มีการผสมผสานของอาหารไทยพื้นบ้านกับอาหารสไตล์อินเดีย และมาลาโยจึงมีรสชาติที่เผ็ดร้อนกว่าภาคอื่นๆ และด้วยอากาศที่ร้อนชื้นฝนตกตลอดปี อาหารประเภทแกง และเครื่องจิ้มจึงมีรสจัด เพื่อช่วยให้ร่างกายอบอุ่นป้องกันการเจ็บป่วย เช่น แกงไตปลา แกงเหลือง น้ำบูดู ฯลฯ และภาคสุดท้ายอันเป็นพระเอกประจำฉบับนี้ก็คือ “ภาคเหนือ” ดินแดนอันอุดมไปด้วยเสน่ห์ในทุกๆ ด้าน เรียกได้ว่าหากเป็นอาหารก็ครบทุกรสชาติ มีทั้งความงามของธรรมชาติ สถานที่ท่องเที่ยวสวยงามตระการตา อาหารเลิศรส ซึ่งชาวเหนือนิยมกินข้าวเหนียว ด้วยสภาพอากาศที่ค่อนข้างเย็นจึงทำให้อาหารส่วนใหญ่มีไขมันมาก เช่น น้ำพริกฮอง แกงฮังเล ไล่ฮั่ว เรียกว่าเป็นเมนูโปรดของใครหลายๆ คน และในแง่มุมมองของอาหารและการเกษตร ภาคเหนือก็ถือเป็นจุดยุทธศาสตร์สำคัญของทั้งการศึกษา วิจัย ผลิต รวมถึงส่งออกผลผลิตทางการเกษตรไปทั่วทั้งประเทศ ซึ่งสิ่งที่แตกต่าง ล้ำค่ากว่าวัตถุดิบ และอาหารจากแหล่งอื่นๆ ก็คืออาหารที่ผลิตจากโครงการหลวงซึ่งอยู่ในพื้นที่สูงของภาคเหนือ เป็นทั้งสิ่งที่แสดงออกถึงการพัฒนาคน พัฒนาชาติ และยังแสดงออกถึงความโชคดีอันเหลือล้นของคนไทยที่ได้เกิดใต้ร่มพระบารมีของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว



photo : www.shutterstock.com

King of king

อย่างที่กล่าวไปแล้วข้างต้นว่าประเทศไทยเรามีดินแดนไหน เป็นเวลานานนับร้อยนับพันปีที่คุณซึ่งอาศัยอยู่บนผืนแผ่นดินสุวรรณภูมิ ไม่ว่าฐานะจะยากดีมีจน และตั้งรกรากไว้ส่วนใดของประเทศก็ล้วนรู้ว่าในพื้นดินแห่งนี้มีขุมสมบัติมากมายมหาศาล ท่ามกลางธรรมชาติอันงดงาม ซึ่งเป็นแหล่งของทรัพยากร “ราษฎร์ไทย” มีชีวิตความเป็นอยู่อย่างผาสุกจนอาจกล่าวได้ว่า หากจะให้คนไทยตอบว่าผืนแผ่นดินใดที่เราถือเป็นสุวรรณคณดิน ก็คงไม่แปลกอะไรหากพวกเขาจะพร้อมใจตอบว่า “บ้านเราก็คือสุวรรณคณ” นั่นเอง

ดินแดนสุวรรณภูมิหรือประเทศไทยอันเป็นสุวรรณคณดินของเรานี้ นับว่ามีความโชคดีหลายประการหลอมรวมกันอยู่ ทั้งลักษณะทางภูมิศาสตร์ที่ครบสมบูรณ์ ทั้งภูเขา ป่าไม้ แม่น้ำ ลำธาร ทะเล ขนบธรรมเนียม วัฒนธรรม ประวัติศาสตร์ของชาติ มรดกของชาติหลากหลายแขนงรวมทั้งอาหารไทย ซึ่งล้วนเป็นสิ่งที่ดีที่สร้างสรรค์ให้ประเทศของเราโดดเด่นจนหลายชาติให้การยอมรับ

และอีกหนึ่งสิ่งที่ดีคนไทยทุกหมู่เหล่ายกไว้เหนือเกล้าพร้อมสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณเสมอ ก็คือ เรานึกอยู่เสมอว่าหากจะมีสิ่งที่เป็นโชคของคนไทยเรานี้ที่ล้ำค่าที่สุดก็คือ การที่แผ่นดินอันงดงามนี้มีพระราชทานที่เป็นมากกว่าราชา เพราะนับแต่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงขึ้นครองราชสมบัติในปี พ.ศ. 2489 ในสถานการณ์ที่ประเทศประสบภาวะปัญหาหลากหลายด้าน ทั้งความบอบช้ำเสียหายจากสงคราม สภาพปัญหาทางเศรษฐกิจ และปัญหาที่สำคัญที่สุดที่พระองค์ทรงตระหนักเสมอมา ก็คือความเป็นอยู่ของราษฎรไทย

พระองค์ได้พระราชทานความช่วยเหลือหลากหลายด้าน จนเรียกได้ว่าทุ่มเทพระวรกายในการทรงงานเพื่อคนไทยอย่างเต็มพระกำลังตลอดนับแต่วันนั้นจนวันนี้ โดยพระมหากรุณาธิคุณของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชฯ ที่พระราชทานแก่ปวงชนชาวไทยนั้น ได้เป็นไปตามพระปฐมบรมราชโองการที่ว่า

“เราจะครองแผ่นดินโดยธรรม เพื่อประโยชน์แห่งมหาชนชาวสยาม”

พลสกนิกรชาวไทยมากมายได้มีชีวิตที่ดีขึ้น สามารถสร้างความพออยู่พอกิน โดยมีการศึกษาพัฒนาด้านการเกษตร และพระราชทานเป็นแนวทางให้เกษตรกรรักษา และพัฒนาทรัพยากรธรรมชาติ เพื่อสร้างความสมบูรณ์ให้กับประเทศ พร้อมทั้งพระราชทานโครงการพระราชดำริอีกมากมายเพื่อการพัฒนา จนอาจกล่าวได้ว่าพระมหากรุณาธิคุณที่พระองค์ทรงมีแก่คนไทยนั้น ไม่อาจอธิบายแค่เพียงถ้อยคำสั้นๆ แต่หากกล่าวด้วยคำสามัญแล้ว สามารถพูดด้วยหัวใจ เรากล่าวได้ว่า “คนไทยนั้นโชคดีเหลือเกินที่มีพระเจ้าอยู่หัว”

โครงการหนึ่งที่เกี่ยวข้องผูกพันกับวงการอาหารของเราโดยตรง และถือเป็นส่วนสำคัญในการพัฒนาวงการอาหารไทยอย่างมากก็คือ “มูลนิธิโครงการหลวง” ซึ่งเป็นโครงการส่วนพระองค์ในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

โครงการหลวง...

สิ่งล้ำค่าของโลกที่ในหลวงพระราชทานให้

จากการพัฒนาอย่างต่อเนื่องของโครงการส่วนพระองค์ฯ นับตั้งแต่ปี พ.ศ. 2512 พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ได้ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้โครงการหลวงจดทะเบียนเป็นมูลนิธิโครงการหลวง จากจุดเริ่มต้นนี้ ได้มีการพระราชทานเงินเพื่อเป็นทรัพย์สินของมูลนิธิฯ เริ่มแรก โดยพระองค์ทรงดำรงตำแหน่งนายกกิตติมศักดิ์ หม่อมเจ้าภีศเดช รัชนี ทรงเป็นประธานมูลนิธิ และ ดร.จิรายุ อิศรางกูร ณ อยุธยา เป็นเลขาธิการมูลนิธิ

ผ่านมาเกือบสามสิบปี โครงการที่พระองค์ทรงดำริด้วยมุ่งดำเนินการพัฒนาเกษตรที่สูง และสภาพความเป็นอยู่ของชาวเขา และประการสำคัญก็คือการฟื้นฟู และรักษาทรัพยากรธรรมชาติ ความรุ่งเรืองงดงามและงอกเงยของโครงการในปัจจุบันนั้น ถือเป็นที่ประจักษ์ชัดไม่เพียงแต่ในคนไทยเท่านั้น แต่ชาวโลกก็ได้รับรู้ถึงพระอัจฉริยภาพของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ ซึ่งได้เสด็จเยี่ยมราษฎรในดินแดนภูเขาสูงในภาคเหนือหลายแห่ง จนได้พบว่าชาวไทยภูเขาประสบปัญหาหลายด้าน ซึ่งโครงการหลวงก็เป็นเสมือนหยาดฝนที่หลังลงมากกลางผืนแผ่นดินที่แห้งแล้งรกร้าง จากดินแดนอันไร้ซึ่งความหวัง ได้เปลี่ยนแปลงกลายเป็นเกษตรที่ราบสูงที่ให้ผลผลิตคุณภาพ พืชพรรณต่างๆ ที่ไม่เคยปรากฏในไทยก็งอกเงยขึ้น สิ่งเสพติดที่เคยเริ่มต้นจากดินแดนภูเขาสูงก็หมดสิ้นไปอย่างถาวร เหลือแต่เพียงความเจริญที่กลายเป็นเครื่องยืนยันว่า โครงการหลวงสถานีวิจัยทุกแห่งที่ก่อตั้งโดยพระราชดำริ ก่อให้เกิดประโยชน์มากมายมหาศาล ไม่เพียงแต่เพื่อชาวเขาเท่านั้น แต่ยิ่งเพื่อคนไทย รวมถึงเพื่อโลกของเราอีกด้วย

โครงการหลวงได้แก้ไขปัญหาสำคัญของโลกสองประการสำคัญก็คือ ปัญหาปากท้องอาหารการกินที่นับวันแหล่งผลิตจะน้อยลงไป แปรผันตามกับแหล่งทรัพยากร ความสมบูรณ์ของสิ่งแวดล้อม ธรรมชาติ และปัญหาสำคัญที่สากลโลกให้ความสำคัญ และต่างยกย่อง จากการสำรวจในปี พ.ศ. 2537 พบว่าโครงการหลวงทำให้ปริมาณยาเสพติดจำพวกฝิ่นในประเทศไทยลดลงกว่า 85 เปอร์เซ็นต์ ในปีถัดไป โครงการหลวงจึงได้รับรางวัลแมกไซไซซึ่งเปรียบเสมือนรางวัลโนเบลของทวีปเอเชีย ในสาขาความเข้าใจอันดีระหว่างประเทศ

นับแต่วันแรกที่โครงการเริ่มต้นขึ้น ผลผลิตของโครงการได้เปลี่ยนประเทศไปอย่างมากมาย โดยเฉพาะส่วนที่เกี่ยวกับอุตสาหกรรมอาหาร โดย “สถานีวิจัยของโครงการหลวง” และ “ศูนย์พัฒนาโครงการ” เป็นฟันเฟืองสำคัญที่พัฒนาให้โครงการหลวงเจริญก้าวหน้าเช่นในปัจจุบัน โดยสถานีวิจัยทำหน้าที่ศึกษาวิจัย แต่ละสถานีจะมุ่งเน้นทดลองปลูกพืชเมืองหนาว รวมไปถึงเพาะเลี้ยงสัตว์ที่เหมาะสมกับพื้นที่สูง ได้แก่ สถานีวิจัยโครงการหลวงอ่างขาง อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่ สถานีวิจัย

หลวงอินทนนท์ อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ สถานีวิจัยโครงการหลวงปางตะ อำเภอสะเมิง จังหวัดเชียงใหม่ และสถานีวิจัยโครงการหลวงแม่หลอด อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่

และสำหรับศูนย์พัฒนาพื้นที่ชุมชนของชาวไทยภูเขา ที่เน้นฟื้นฟูรักษาทรัพยากรธรรมชาติ ปัจจุบันนี้มีมากถึง 38 แห่ง ในพื้นที่ 5 จังหวัดภาคเหนือตอนบน คือ เชียงใหม่ เชียงราย พะเยา ลำพูน และแม่ฮ่องสอน จากการทำงานอย่างต่อเนื่องทั้งสถานีวิจัย และโครงการหลวงทั้ง 38 แห่งเริ่มต้น มีผลงานวิจัยที่นำไปสู่อาชีพของชาวเขามากมาย โดยพืชที่สำคัญ ได้แก่

“ถั่วแดงหลวง” ซึ่งหม่อมเจ้าภีศเดช รัชนี ได้สั่งเมล็ดพันธุ์ถั่วแดงจากประเทศสหรัฐอเมริกา จำนวน 2 ตัน คือพันธุ์ darkled redcoat และ maintop พร้อมด้วยถั่วลิมา (lima) และถั่วปินโต (pinto)

“สตอร์เบอร์รี่พันธุ์พระราชทาน” โดยแรกเริ่มนั้นได้มีการทดลองปลูกกว่า 40 สายพันธุ์ และท้ายที่สุดคัดไว้ 2 สายพันธุ์ซึ่งส่งเสริมให้เกษตรกรปลูก แต่เกษตรกรนิยมปลูกสตอร์เบอร์รี่พันธุ์พระราชทานเบอร์ 16 และปัจจุบันพันธุ์ที่ได้รับความนิยม และเราทุกคนต่างเคยลิ้มลองมาแล้ววันนี้ก็คือ สตอร์เบอร์รี่พันธุ์พระราชทานเบอร์ 80

“กาแฟอาราบิก้า” ความสำคัญของพืชชนิดนี้ก็คือ ภายหลังจากการศึกษา และส่งเสริมให้เกษตรกรเพาะ ในปี พ.ศ. 2517 พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงเสด็จพระราชดำเนินทอดพระเนตรต้นกาแฟอาราบิก้าที่ปลูกโดยเกษตรกรชาวเขาเผ่ากระเหรี่ยง บ้านหนองหล่ม ตำบลบ้านหลวง อำเภอจอมทอง ทำให้เกษตรกรได้รับขวัญกำลังใจอย่างมาก และกาแฟอาราบิก้าก็ได้กลายเป็นพืชที่สำคัญของโครงการหลวง

“พืชผักและผลไม้เมืองหนาว” พืชและผลไม้เมืองหนาวของโครงการหลวงได้รับการศึกษาวิจัยมานาน จึงทำให้มีพืชพรรณหลากหลายชนิดที่เมื่อเอ่ยชื่อว่ามีมาจากโครงการหลวงก็การันตีถึงคุณภาพแล้ว

“ไม้ตัดดอกและไม้ประดับ” ไม่เพียงแต่กลุ่มของพืชที่เป็นอาหารเท่านั้น แต่พืชตระกูลที่มีความโดดเด่นอยู่ที่ความสวยงามก็เติบโตได้ดีจนต่อยอดสู่สถานที่ท่องเที่ยว หรืออีกหนึ่งจุดขายที่สร้างรายได้และอาชีพของคนไทยภูเขา และสร้างเศรษฐกิจให้กับภาคเหนือหลายจังหวัด

โดยปัจจุบันนี้ โครงการหลวงได้พัฒนาไปจนเรียกได้ว่าครบทั้งระบบ มีการเพาะเลี้ยงสัตว์ที่เป็นอาหาร แปรรูปผลผลิตเป็นอาหารสำเร็จรูป รวมถึงผลิตภัณฑ์ต่างๆ ในโครงการซึ่งได้รับความนิยมอย่างสูง โดยเฉพาะกับวงการอาหาร เนื่องจากเป็นผลิตภัณฑ์ที่เน้นในเรื่องความปลอดภัย การทำเกษตรอินทรีย์ และผลิตภัณฑ์หลากหลายประเภทเป็นอาหารเพื่อสุขภาพ อาหารซึ่งยกระดับคุณภาพชีวิตของคนไทยได้อย่างดี



photo : www.shutterstock.com

“ดอยคำ” สินค้าโครงการหลวง สินค้าคุณภาพ

สำหรับคนที่รักการปรุงอาหาร เชฟ หรือคุณอาจเป็นแค่เพียงแม่บ้าน(พ่อบ้าน)ทันสมัยทั่วไป ต้องยอมรับเลยว่ายุคนี้ การจะหาวัตถุดิบมาเพื่อปรุงอาหารนั้น ถือเป็นช่วงเวลาสวรรค์อย่างแท้จริง เพราะแหล่งที่จะหาวัตถุดิบต่างๆ นั้นมีมากมายเหลือเกิน ตั้งแต่ระดับสินค้าท้องถิ่น หรือตามตลาดธรรมดา ตลาดติดแอร์ในห้างสรรพสินค้า หรือแม้แต่สินค้าระดับгурเมต์ก็มีให้คุณได้เลือกซื้อเลือกสรร เพื่อเมนูระดับอินเตอร์

สำหรับคนที่รักสุขภาพ และชื่นชอบผลิตภัณฑ์ที่มีคุณภาพย่อมต้องรู้จักผลิตภัณฑ์จากโครงการหลวง ผลิตภัณฑ์ที่เกิดมาจากการทำงานร่วมสี่สิบปี ผ่านการวิจัย ส่งเสริม ไม่ว่าจะผลิตภัณฑ์ผัก ผลไม้ สมุนไพร ผลิตภัณฑ์จากสัตว์ สินค้าประมง ชา กาแฟ รวมไปถึงดอกไม้ ภายใต้การดูแลของโครงการหลวงนั้นมีสินค้ามากกว่าสามพันรายการ สามารถเลือกซื้อได้ตามร้านของโครงการหลวง ร้านสะดวกซื้อหลายแห่ง รวมไปถึงห้างสรรพสินค้าชั้นนำ โดยคุณสามารถสังเกตได้จากแบรนด์ของสินค้า ซึ่งหากคุณสังเกตดีๆ จะพบว่า เดิมทีนั้นสินค้าโครงการหลวงจะติดแบรนด์เก่าแก่อย่าง “ดอยคำ” แต่ปัจจุบันนี้ สินค้าโครงการหลวงได้ใช้แบรนด์ “โครงการหลวง” ในสินค้าเกือบทุกประเภท เว้นเพียงกาแฟดอยคำ

สินค้าของร้านโครงการหลวงแบ่งออกเป็น 5 กลุ่มดังนี้

พืชผัก ได้แก่ ผักกาด เบบี๋แครอท แตงกวาญี่ปุ่น พาร์สลีย์ พาร์สนิป เพนเนล ฯลฯ

ผลไม้ ได้แก่ กีวี สตอร์เบอร์รี่ พลัม อโวคาโด องุ่น ฯลฯ

ธัญพืช ได้แก่ ข้าว ถั่วแดงหลวง ถั่วอาซูกิ งาดำ ฯลฯ

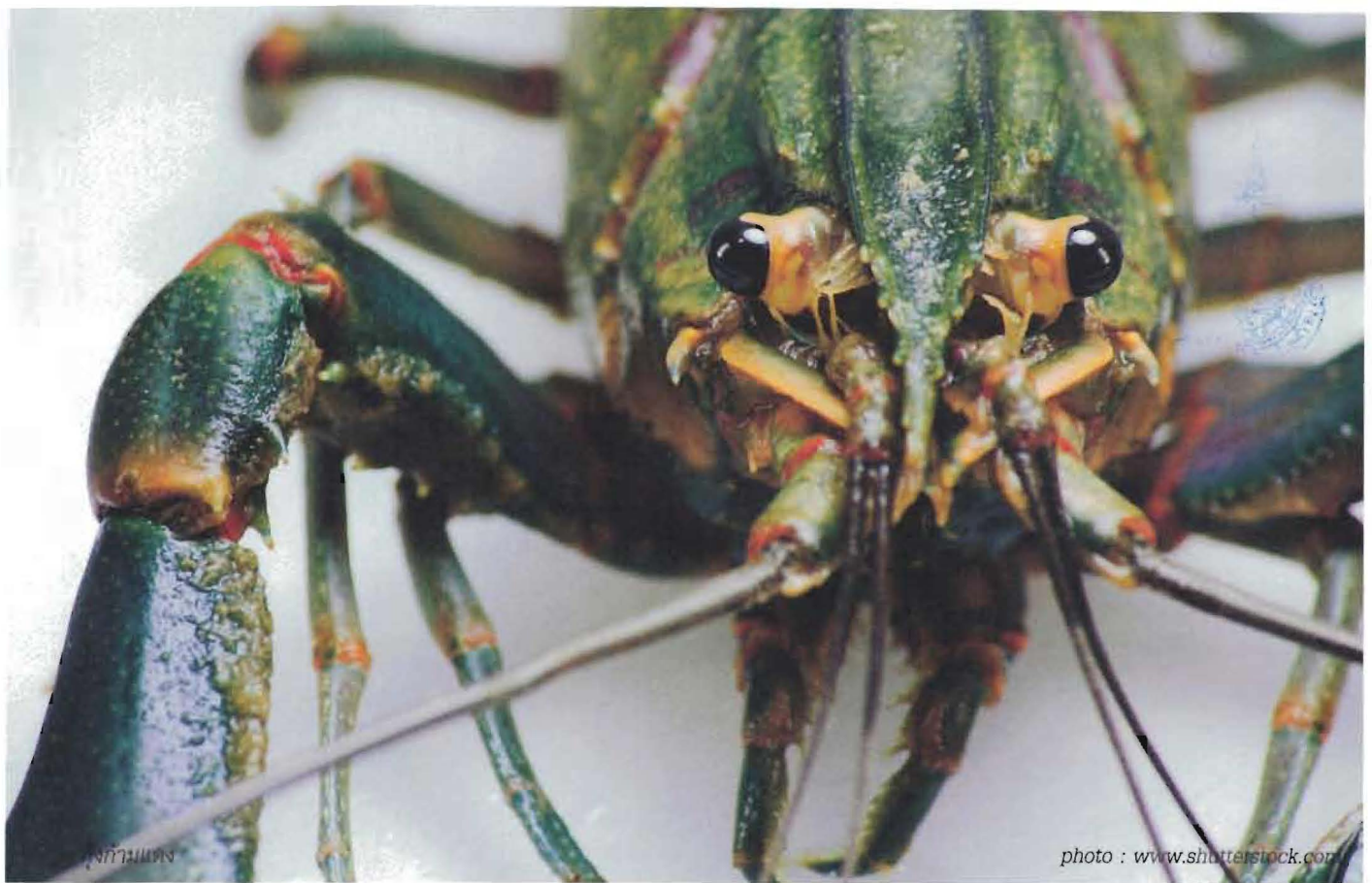
เนื้อสัตว์ ได้แก่ กระต่าย ไก่จวง ไก่ต็อก ปลาเรนโบว์เทราต์ ฯลฯ

ดอกไม้ ได้แก่ กุหลาบ ลิลลี่ เบญจมาศ ฟรีเซีย ฯลฯ



photo : compass เชียงใหม่ magazine

มะเดื่อฝรั่งน้ำ



วัตถุดิบชั้นสูง บนที่ราบสูง

อย่างที่ได้อ่านไปแล้วว่าในระยะเวลา 20 ปีที่ผ่านมา โครงการหลวงได้ทำการวิจัย และพัฒนาพืชผักและวัตถุดิบที่มีความหลากหลาย ในแต่ละปีจะมีการทดลอง และคิดค้นผลิตภัณฑ์ใหม่ๆ ขึ้นมาอย่างไม่หยุดนิ่ง โดยต้องยอมรับว่าจุดเด่นของผลผลิตจากโครงการก็คือสินค้าระดับพรีเมียม ซึ่งโดยมากแล้วก็มีเชื้อสายจากต่างประเทศ และเราเคยซื้อในราคาค่อนข้างแพง เราลองมาดูวัตถุดิบที่คุณอาจแปลกใจหากได้รู้ว่าเมดิอินไทยแลนด์

4 วัตถุดิบสุดหรูจากโครงการหลวงส่งตรงถึงมือคุณ

หากใครที่กำลังมองหาวัตถุดิบชั้นเลิศจากโครงการหลวงเพื่อนำไปปรุงเมนูอร่อยๆ แต่ยังไม่รู้ว่าจะเลือกวัตถุดิบอะไรดี ขอแนะนำ 4 วัตถุดิบสุดหรูที่เชื่อเหลือเกินว่าหลายๆ คนอาจไม่เคยรู้ว่าโครงการหลวงมีผลิตภัณฑ์นี้จัดจำหน่ายด้วย

- **มะเดื่อฝรั่ง** หรือลูกฟิกส์ ผลไม้มากคุณค่าที่คนรักสุขภาพต่างก็อยากลิ้มลอง เนื่องจากผลสดของมันนั้นหากินได้ยากมาก และมีราคาค่อนข้างสูงถึงกิโลกรัมละ 300 บาท และราคากิโลกรัมละ 1,000 บาท หากเป็นแบบแห้ง ซึ่งแน่นอนว่าแหล่งปลูกที่ใหญ่ที่สุดในบ้านเราก็คือโครงการหลวงนั่นเอง โดยทางโครงการได้นำเข้ามาวิจัยและพัฒนา เพื่อให้มะเดื่อฝรั่งสามารถปรับตัว และให้ผลผลิตดีในพื้นที่สูงเขตร้อน ปัจจุบันนี้มะเดื่อฝรั่งเป็นที่ต้องการของตลาดเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะผลสดๆ หากใครนึกอยากลิ้มลองก็สามารถไปหาซื้อได้ตามร้านของโครงการหลวง แต่ต้องบอกก่อนว่าไม่ได้มีขายทุกวัน ในแต่ละปีเจ้ามะเดื่อนี้จะให้ผลผลิตเพียง 2 ครั้งเท่านั้น

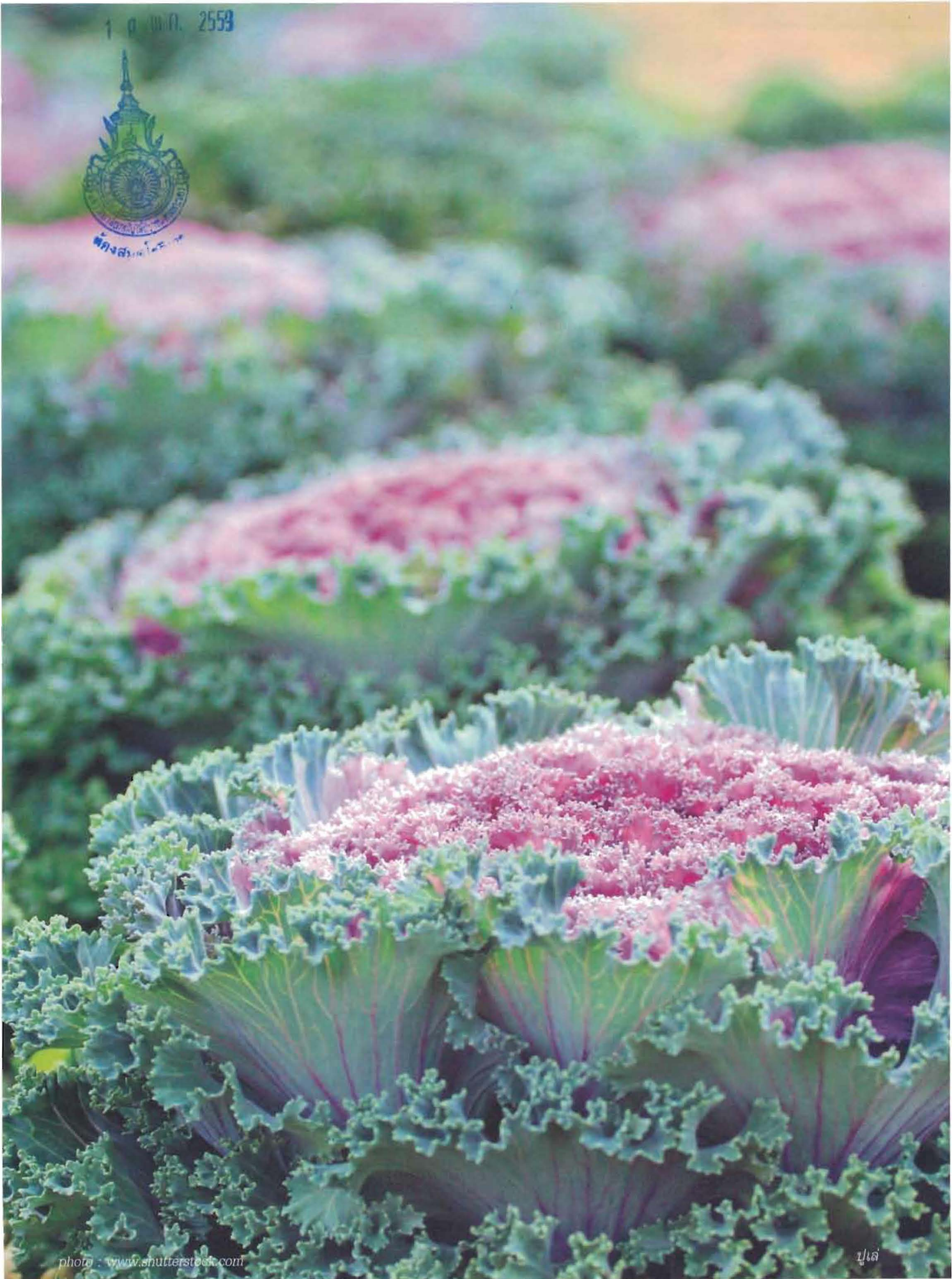
- **ปูชน** น้อยคนนักจะรู้ว่าภาคเหนือบ้านเราสามารถเพาะพันธุ์และเลี้ยงปูชนได้ โดยโครงการหลวงได้นำพันธุ์ปูชนมาจากจีน และเลี้ยงดูอย่างเอาใจใส่ปรับสภาพแวดล้อมให้มีความคล้ายกับชายทะเล เพื่อให้ปูชนมีเนื้อนุ่ม

สมบุรณ์ และรสกลมกล่อม ไม่จืด เพราะอยู่บนภูเขาที่มีความเย็น ของดีย่อมมีจำกัด โดยในหนึ่งปีจะมีขายเพียงครั้งเดียวเท่านั้น โดยราคาหน้าฟาร์มขายตัวละ 400 - 600 บาท

- **กุ้งก้ามแดง** เอาใจสาวกคนรักปูไปแล้ว วัตถุดิบต่อไปขอเอาใจคนรักกุ้งกันบ้าง กุ้งก้ามแดงหรือกุ้งเครย์ฟิชเป็นกุ้งที่เซฟระดับโลกหลายคนให้การยอมรับว่าเนื้ออร่อย โดยโครงการหลวงได้นำมาทดลองเลี้ยงในทุ่งนาของชาวเขา และพบว่ามันสามารถอาศัยอยู่ได้โดยไม่ทำลายต้นข้าว มูลของมันยังเป็นปุ๋ยที่ดีให้ต้นข้าวอีกด้วย จุดเด่นของกุ้งก้ามแดงก็คือเป็นกุ้งที่มีเปลือกหนา ปรับตัวได้ดีในสภาพแวดล้อมต่างๆ สามารถเลี้ยงได้ในสภาพแวดล้อมทั่วไปแม้แต่ในนาข้าว กุ้งก้ามแดงมีรสชาติคล้ายเนื้อปู และมีราคาที่สูงถึงกิโลกรัมละ 400 - 600 บาท ถือเป็นวัตถุดิบที่สร้างรายได้ให้กับชาวเขา และเป็นสิ่งหนึ่งที่พิสูจน์ถึงประโยชน์ที่โครงการหลวงสร้างให้กับคนไทยมากมาย โดยเฉพาะด้านการเกษตรและวงการอาหาร

- **ไข่ปลาเคเวียร์** มาปิดท้ายกันที่สุดยอดวัตถุดิบหรูที่ขึ้นชื่อเรื่องความแพงกันบ้างดีกว่า ต้องขอเล่าก่อนว่าไข่ปลาเคเวียร์ คือไข่ของปลาสเตอร์เจียนที่เชื่อกันว่าเกิดมาตั้งแต่ยุคดึกดำบรรพ์ เป็นปลาสองน้ำ อาศัยอยู่ในทะเลแคสเปียน มีทั้งหมดกว่า 20 สายพันธุ์ แต่มีเพียง 4 สายพันธุ์เท่านั้นที่นิยมนำไข่มากิน ได้แก่ เบลูก้า อิมพีเรียลอสเช็ตตรา รอยัลออสเช็ตตรา เซวรูกา โดยจะมีทั้งหมด 3 เกรด คือ ไข่ปลาเคเวียร์สีดาร์ก (darkest color) ไข่ปลาเคเวียร์สีปานกลาง (medium toned) และไข่ปลาเคเวียร์สีทอง (lightest color) ในบ้านเรานั้นได้มีการนำปลาสเตอร์เจียนมาทดลองเลี้ยงโดยศูนย์วิจัยและพัฒนาประมงน้ำจืดจังหวัดเชียงใหม่ ได้ผลิตไข่ปลาเคเวียร์ออกมาจำหน่ายกระปุกละ 4,000 บาท ขนาด 100 กรัม ส่วนเนื้อปลาจะขายอยู่ที่กิโลกรัมละ 600 บาท ในท้องตลาดบ้านเราตอนนี้ถือว่าให้การตอบรับดี

19 ม.ค. 2553





เคปกุสเบอร์รี่

photo : www.shutterstock.com

10 Royal Project Thailand Treasure

จากกระแสรักสุขภาพที่ฮิตกันไปทั่วบ้านทั่วเมือง ทำให้ทุกวันนี้เราใส่ใจ และพิถีพิถันในการเลือกอาหารการกินมากขึ้น พืชผักผลไม้อร์แกนิกจึงได้รับความนิยมเป็นอย่างมาก ปฏิเสธไม่ได้ว่าผลิตภัณฑ์ของโครงการหลวงก็เป็นหนึ่งในตัวเลือกที่เราทุกคนไว้วางใจที่จะนำมาปรุงความอร่อยในทุกๆ เมนู

10 ผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพยอดนิยมของโครงการหลวง

เมื่อพูดถึงโครงการหลวงแล้วก็ต้องขอพูดถึงผลิตภัณฑ์ที่กำลังเป็นที่นิยมของที่นี่กันบ้าง เชื่อเลยว่าแค่เพียงเราเห็นชื่อหรือสัญลักษณ์ก็ไม่ต้องเสียเวลาคิดนาน อย่างที่เรทุกคนได้รับรู้ และได้เห็นมาตลอดสำหรับเรื่องราวของโครงการหลวง ทั้งในขั้นตอนการปลูก และการผลิตสินค้าต่างๆ จึงมั่นใจได้ว่าเป็นของดีมีคุณภาพ และดีต่อสุขภาพอย่างแน่นอน

- **เคปกุสเบอร์รี่** หรือที่เรารู้จักในชื่อโทงเทงฝรั่ง ต่อมาได้มีการเปลี่ยนชื่อใหม่เป็นระฆังทอง มีถิ่นฐานบ้านเกิดอยู่ในประเทศบราซิล เดิมทีถูกจัดอยู่ในตระกูลผักจำพวกพริก มะเขือเทศ มันฝรั่ง ภายหลังได้ถูกโยกย้ายให้ไปอยู่ในตระกูลเบอร์รี่อย่างชื่อที่เราคุ้นหูกันนั่นเอง ในปัจจุบันเราจะเห็นเจ้ากุสเบอร์รี่นี้มากขึ้นตามท้องตลาด นิยมนำมากินสดๆ หรือนำไปใส่ในสลัดจะให้รสชาติเปรี้ยวอมหวาน และยังสามารเพิ่มรสชาติให้กับอาหารหลากหลายเมนูในปัจจุบัน

● **บัตเตอร์นัทสควอช** อาจจะไม่ค่อยคุ้นชื่อเท่าไรนักกับผักชนิดนี้ แต่หากได้ลองฟังสรรพคุณ และคุณค่าทางอาหารเชื่อว่าหลายๆ คนต้องอยากลิ้มลอง และสรรหาเจ้าบัตเตอร์นัทสควอชนี้มาปรุงอาหารแน่ๆ เจ้าผลนี้มีลักษณะคล้ายน้ำเต้า เนื้อสีเหลืองปนส้ม รสหวานมัน อุดมไปด้วยเส้นใยอาหาร มีเบต้าแคโรทีน วิตามินเอ ซี และแคลเซียม ไม่ว่าจะนำไปทำกับข้าวหรือจะเอาไปทำขนมก็รสชาติดีไม่แพ้ผักทองเลยทีเดียว ส่วนใหญ่นิยมนำไปทำขนมกันมากกว่า เช่น พาย เค้ก ขนมปัง หรือซูป เพราะสีส้มสวยงามชวนกินเป็นที่สุด

● **ผักทองญี่ปุ่น** เมื่อพูดถึงบัตเตอร์นัท สควอชแล้ว หากจะไม่กล่าวถึงผักทองเลยก็คงจะไม่ได้ ผักทองญี่ปุ่นนั้นเป็นพืชผักอีกชนิดหนึ่งที่ศูนย์พัฒนาโครงการหลวงหมอกจำรัสส่งเสริมให้เกษตรกรชาวเขาปลูกเพื่อสร้างรายได้ อย่างที่เราทราบกันดีว่าผักทองสามารถนำมาทำอาหารได้หลายชนิด เช่น ผสมกับผักเพื่อรับประทานเป็นสลัด แกงเลียง ผัด ต้มจิ้ม น้ำพริกก็อร่อยหรือจะทำเป็นของหวานก็ชวนเรียกน้ำลายทุกเมนูอย่าง ผักทองแกงบวด สังขยาผักทอง ผักทองเชื่อม

● **ข้าวกล้องคอบยีสี่แดง** ความดีงามของข้าวชนิดนี้ก็คือประโยชน์ต่อสุขภาพแบบเต็มๆ โดยข้าวกล้องคือข้าวที่ไม่ผ่านการขัดสี เมล็ดมีขนาดสั้นยาวไม่เท่ากัน มีสีเข้มสวยงามสำหรับวิธีการหุงข้าวที่จะทำให้ข้าวไม่เสียวิตามินนั้น ต้องหุงข้าวโดยเร็วและเบามือ ใส่ข้าว 1 ส่วนต่อน้ำ 2 ส่วน พอข้าวสุกก็ทิ้งไว้ให้ระอุ 10 นาที เพียงเท่านี้เราก็ได้ข้าวกล้องอร่อยๆ มากินคู่กับอาหารรสชาติดีๆ กันแล้ว และถ้าหากเรากินข้าวกล้องทุกวันก็จะช่วยสร้างภูมิคุ้มกันให้ร่างกายได้อีกด้วย

● **ชีสนมควาย** คงไม่ใช่เรื่องแปลกสักเท่าไรกับผลิตภัณฑ์ชีสนมควาย เพราะในบ้านเราก็ถือว่าได้รับความนิยมเป็นอย่างมาก จากความตั้งใจของโครงการหลวงที่ทำการวิจัยและค้นคว้ายาวนานถึง 8 ปี โดยได้ใช้นมควายพันธุ์เมฆานา (Mehsana) จากอินเดีย ผลิตในโรงแปรรูปนมหรือ Royal Project Artisan Dairy House ที่จังหวัดเชียงใหม่ ใช้

กระบวนการผลิตแบบงานฝีมือหรือไม่ผ่านเครื่องจักร บ่มจนได้รสชาติเข้มข้น นิยมนำไปใส่สลัด พิซซ่า ผักโขมอบชีส และทำขนม เช่น พายผักโขม พายชีส รับรองว่าต้องถูกใจคนรักชีสแน่นอน

● **บัตรูต** หรือผักกาดฝรั่ง ถือเป็นผักที่คนไทยคุ้นเคยเป็นอย่างดี โดยทางโครงการหลวงนั้นได้ส่งเสริมให้ชาวเขาปลูกเพื่อเพิ่มรายได้ มีผลผลิตตลอดทั้งปี แต่จะมีมากในช่วงเดือนธันวาคมและมกราคม บัตรูตเป็นผักสีแดงที่จำเป็นต่อร่างกาย มีเบทานิน ช่วยยับยั้งการเกิดโรคมะเร็ง และทำให้ระบบไหลเวียนเลือดดี นิยมกินแบบสดๆ หรือนำไปใช้ตกแต่งจานสลัด ปัจจุบันได้มีการดัดแปลงมาทำเป็นน้ำสลัด น้ำจิ้ม เพื่อเพิ่มสีสันให้กับอาหาร

● **อาร์ติโชค** พืชสมุนไพรแสนมหัศจรรย์ที่มีคุณค่า และมีประโยชน์ต่อตับและไต อาร์ติโชคเป็นพืชล้มลุกที่มีถิ่นกำเนิดในประเทศอเมริกาเหนือ เจริญงอกงามดีในอากาศเย็นทางโครงการหลวงจึงนำมาให้ชาวเขาได้ปลูก และนำมาแปรรูปเป็นชาและคุกกี้ ลักษณะดอกจะมีเปลือกแข็งๆหุ้มอยู่ ซึ่งบางพันธุ์จะมีสีแดง ม่วง หรือเขียว ส่วนที่อร่อยที่สุดก็คือใจจะมีรสชาติคล้ายกับหน่อไม้บ้านเรา นิยมนำไปทำยา และนำไปดองในน้ำส้มสายชูหรือน้ำมัน ต้มจิ้มน้ำพริกแบบไทยๆ ก็อร่อยไม่แพ้กัน

● **สตรอว์เบอร์รี** คงไม่ต้องพูดหรือแนะนำอะไรมากมายสำหรับสตรอว์เบอร์รีของโครงการหลวง เชื่อว่าหลายๆ คนคงเคยลิ้มลองรสชาติกันมาบ้างแล้ว โดยสถานีวิจัยหลวงอ่างขางได้ปรับปรุง และทดสอบพันธุ์สตรอว์เบอร์รี ให้มีสายพันธุ์ใหม่ที่คุณภาพดี ต้านทานโรคและแมลง สามารถเข้ากับสภาพแวดล้อมบนพื้นที่สูง รสชาติกรุบกรอบ หวานฉ่ำใจ นิยมนำไปทำอาหารสุดแสนอร่อยหลากหลายเมนู โดยเฉพาะขนมหวาน ไอศกรีม เบเกอรี่ รวมไปถึงอาหารคาวก็ยังสามารถปรุงให้อร่อยได้





- **มันเทศญี่ปุ่น** นอกจากจะช่วยทำให้อิมมูทอ้งเหมือนกินข้าวแล้ว ยังช่วยบำรุงสายตา ลดความเสี่ยงในการเกิดโรคต่างๆ แถมยังมีสารต้านอนุมูลอิสระอีกด้วย จะให้ผลผลิตในเดือนธันวาคมถึงมกราคม นิยมนำไปนึ่ง ย่าง และเผา รับประทานเคล้าคลอกกับอากาศหนาวๆ

- **ปลาเรนโบว์เทราต์** ปิดท้ายกันด้วยผลิตภัณฑ์ที่เป็นของสดกันบ้าง โดยศูนย์วิจัยและพัฒนาประมงน้ำจืดเชียงใหม่ ได้เริ่มทดลองเลี้ยงปลาเรนโบว์เทราต์บนดอยอินทนนท์ และนำไปปลามาจากประเทศสหรัฐอเมริกา และเยอรมนี โดยทดลองเลี้ยงอยู่หลายปีแต่ไม่ประสบความสำเร็จ จนกระทั่งได้มีการส่งทีมทดลองไปเรียนรู้วิธีเลี้ยงที่เยอรมนีจึงสามารถเพาะเลี้ยงได้ ปลาชนิดนี้เป็นปลาน้ำจืด อาศัยในแม่น้ำลำธาร ตัวเล็กกว่าแซลมอน เนื้อมีสีขาว สามารถปรุงอาหารได้อร่อยเด็ดทั้งในแบบสไลด์ตะวันตก ตะวันออก หรือจะอร่อยในตำรับไทยก็ย่อมได้

ขอบคุณข้อมูลจาก

มูลนิธิชัยพัฒนา

มูลนิธิโครงการหลวง

หนังสือพิมพ์บ้านเมือง

สถานีเกษตรหลวงอินทนนท์

ThaiPublica กล้าพูดความจริง

หนังสือรักษ์เกษตร

อาหารไทย ๔ ภาค โดย สุภาวดี พัสตร

อัตลักษณ์อาหารไทย ๔ ภาค โดย กรมส่งเสริมวัฒนธรรม

ปลาเรนโบว์เทราต์

ปลาชนิดนี้เป็นปลาน้ำจืด อาศัยในแม่น้ำลำธาร
ตัวเล็กกว่าแซลมอน เนื้อมีสีขาว สามารถปรุง
อาหารได้อร่อยเด็ด ทั้งในแบบสโตล์ตะวันตก
ตะวันออก หรือจะอร่อยในตำรับไทยก็ย่อมได้



photo : www.shutterstock.com



coffee rubbed rainbow trout steak with spicy tartar sauce

coffee rubbed rainbow trout steak with spicy tartar sauce สเต็กปลาเทราต์หมักกาแฟอาราบิก้ากับทาร์ทาร์ซอสพริก

ปลาเทราต์และกาแฟอาราบิก้าถือเป็นวัตถุดิบซูโรอิอีกอย่างของโครงการหลวง นำมารังสรรค์เป็นอาหารเพื่อสุขภาพที่มีความแปลกใหม่ ด้วยการนำผงกาแฟมาหมักปลาแล้วนำไปอบในฟอยล์ด้วยระยะเวลาเพียงไม่นาน เพื่อผลานความฉ่ำหวานของเนื้อปลาให้เข้ากับกลิ่นหอมสดพิเศษจากตัวกาแฟ เมื่อรับประทานคู่กับทาร์ทาร์ซอสพริกรสชาติจัดจ้านและฝักอบหวานๆ ความลงตัวของอาหารจานนี้จึงเกิดขึ้น

ส่วนผสมสเต็ก

ปลาเทราต์แล่เนื้อ 2 ชิ้น / ผงกาแฟอาราบิก้า 2 ช้อนโต๊ะ / เกลือ 1/4 ช้อนชา / พริกไทยดำ 1/4 ช้อนชา / ผงพริกปาปริกา 1/4 ช้อนชา / ซอสพริก 1 ช้อนโต๊ะ

ส่วนผสมซอส

มายองเนส 4 ช้อนโต๊ะ / ซอสพริก 1 ช้อนโต๊ะ / มัสตาร์ด 1-2 ช้อนชา / น้ำเลมอน 1-2 ช้อนชา / พริกไทย 1/4 ช้อนชา / เกลือ เล็กน้อย

วิธีทำสเต็กปลา

1. ผสมเกลือ พริกไทย ผงพริกปาปริกา และซอสพริกเข้าด้วยกัน นำไปคลุกเคล้ากับเนื้อปลาที่ล้างสะอาดแล้วให้ทั่ว
2. นำผงกาแฟมาพอกเฉพาะฝั่งที่เป็นหนังปลา จากนั้นหมักไว้อย่างน้อย 45 นาที
3. เปิดเตาอบที่อุณหภูมิ 200 องศาเซลเซียส นำปลาที่หมักได้ที่มาทอดด้วยฟอยล์ นำเข้าอบประมาณ 10-12 นาที

วิธีทำซอส

นำส่วนผสมทุกอย่างมาผสม แล้วคนให้เป็นเนื้อเดียวกัน (สามารถเติมแต่งกวาดองหรือสมุนไพรต่างๆ ได้ตามชอบ)

styling tips

การจัดแต่งจานนี้เป็นการเล่นโทนสีที่มีความโดดเด่น และให้ความหรูหราในท่วงที คือ ดำ ขาว และส้ม โดยเลือกใช้จานขาว และพื้นขาว เพื่อดึงให้เห็นของปลาส่วนที่มีสีดำถูกชูขึ้น พร้อมตัดด้วยสีส้มของแครอท ทำให้ดูมีสีสันมากยิ่งขึ้น

butternut squash creme brulee thai custard

บัตเตอร์นัทสควอชสังขยาบรูเล

เมนูที่เกิดจากการผสมผสานความเป็นไทยและเทศ ทั้งส่วนของวัตถุดิบ และวิธีทำ โดยมี “ฟักทองสังขยา” เป็นต้นแบบ หากแต่ปรับจากฟักทองเป็นบัตเตอร์นัทสควอชซึ่งเนื้อสัมผัสแน่น และมีสีเหลืองส้มมากกว่า ส่วนสังขยานั้นนอกจากความหอมมันจากกะทิ ก็เพิ่มความอินเตอร์ด้วยการใช้ครีมเป็นส่วนผสม ช่วยเพิ่มความนุ่มนวลให้กับเนื้อสัมผัสของสังขยา ผสมกับความหอมหวานจากน้ำตาลปีบ และชาอุหลงที่ใช้ชูกลิ่นแทนใบเตย การนำเทคนิคการทำเครมบรูเล เมนูคลาสสิกของฝรั่งเศสมาใช้ โดยประยุกต์การนึ่งฟักทองสังขยาแบบดั้งเดิมมาเป็นการนำไปอบเพื่อเพิ่มความหอม และสีส้มให้กับตัวขนมมากยิ่งขึ้น อีกทั้งการดึงเอาจุดเด่นของเครมบรูเลที่ใช้น้ำตาลมาโรยเคลือบผิวหน้าขนม แล้วใช้ความร้อนทำให้น้ำตาลละลายเป็นแผ่นบางกรอบ เพิ่มรสสัมผัสที่ดีเมื่อรับประทานคู่กับสังขยาเนื้อเนียนนุ่ม

ส่วนผสม

บัตเตอร์นัทสควอชขนาด 200 กรัม 2 ผล / ไข่แดง 4 ฟอง / น้ำตาลปีบ 50 กรัม / ครีม 1 ถ้วย / กะทิ 1 ถ้วย / เกลือ 1/4 ช้อนชา / ชาอุหลง 1 ช้อนชา / น้ำตาลทราย สำหรับโรยหน้า

วิธีทำ

1. เปิดเตาอบที่อุณหภูมิ 150 องศาเซลเซียส
2. เตรียมถาดอบสูงประมาณ 2 นิ้ว นำถ้วยน้ำจิ้มหรือวัสดุทนความร้อนความสูงประมาณ 1 นิ้ว จำนวน 4 ชิ้น วางในถาด สำหรับช่วยปรับระนาบให้หัว-ท้ายของบัตเตอร์นัทสควอชอยู่ในระนาบขนานกับถาดอบ เพื่อตัวสังขยาจะได้ไม่หกขณะอบ
3. ผสมไข่ และเกลือลงในชามผสม คนพอเข้ากัน
4. นำครีม กะทิ น้ำตาลปีบ และใบชาไปตั้งไฟอ่อน พอเริ่มเดือด (สังเกตเริ่มมีฟองปุด) ยกออก แล้วค่อยๆ รินลงในส่วนผสมข้อ 3 ระหว่างนั้นใช้ตะกร้อมือตีให้เข้ากัน
5. นำส่วนผสมที่ได้ ไปกรองด้วยกระชอนตาถี่หรือผ้าขาวบาง 2-3 รอบ เพื่อให้สังขยามีเนื้อเนียน
6. เตรียมบัตเตอร์นัทสควอชโดยการผ่าครึ่ง แล้วคว้านเอาเมล็ดออก นำไปวางในถาดสำหรับอบ ตักส่วนผสมสังขยาใส่ส่วนที่คว้านเมล็ดทิ้ง
7. เปิดเตา เหน้ร้อนลงในถาดอบ ให้สูงประมาณ 1 นิ้ว (ใช้วิธี water bath baking คือการแช่พิมพ์ในน้ำร้อนขณะอบ เหมาะสำหรับเมนูที่ต้องการความร้อนต่ำแต่สม่ำเสมอ โดยน้ำจะช่วยลดอุณหภูมิ และช่วยให้ความร้อนกระจายทั่วทั้งพิมพ์ ไอน้ำที่เกิดขึ้นจะทำให้เกิดความชื้นในเตา ทำให้เนื้อและหน้าอาหารหรือขนมไม่แตกแห้งแม้จะใช้เวลาในการอบนาน) อบประมาณ 60 นาที หรือจนกว่าบัตเตอร์นัทสควอช และสังขยาสุก วิธีสังเกตว่าสังขยาได้ที่หรือยัง ให้เขย่าบัตเตอร์นัทสควอช หากผิวหน้าไม่แยกแต่เนื้อยังกระเพื่อมๆ อยู่นี้ถือว่าใช้ได้ นำออกจากเตา วางพักไว้ให้เย็น
8. เมื่อต้องการรับประทาน นำน้ำตาลทรายมาโรยหน้า และใช้ปืนไฟเผาให้น้ำตาลทรายละลาย (หากไม่มีปืนไฟให้ตั้งเตาอบที่ 250 องศาเซลเซียส ใช้ไฟบน เพื่ออบให้น้ำตาลละลาย)

styling tips

การเลือกวัตถุดิบมาประดับตกแต่งนอกจากจะสื่อเรื่องราวของอาหารแล้ว ยังช่วยเสริมคุณค่าให้กับเมนูได้อีกด้วย โดยจานนี้ใช้ทองคำเปลวเพื่อเพิ่มความหรูหรา พร้อมกับใช้อุณหภูมิให้ดูเคร่งขรึมขึ้นบวกกับการคุมโทนสีให้อยู่ในโทนร้อนยิ่งทำให้องค์รวมมีความลงตัว และมีเอกภาพดีเยี่ยม



บัตเตอร์นัทสควอช

เจ้าผลไม้มีลักษณะคล้ายน้ำเต้า เนื้อสีเหลือง
ปนส้ม รสหวานมัน อุดมไปด้วยเส้นใย
อาหาร มีเบต้าแคโรทีน วิตามินเอ ซี
และแคลเซียม ไม่ว่าจะนำไปทำกับข้าว
หรือจะเอาไปทำขนมก็รสชาติดีไม่แพ้ที่กทอง
เลยทีเดียว ส่วนใหญ่นิยมนำไปทำขนมกัน
มากกว่า

photo : www.shutterstock.com



butternut squash creme brulee thai custard

khai pham or northern thai egg quiche

ไข่ป๋ามทรงเครื่องชาวดอย

ไข่สำหรับชาวคริสต์ถือเป็นตัวแทนของการมีชีวิตใหม่ เป็นหนึ่งในสัญลักษณ์ของวันอีสเตอร์ซึ่งตรงกับช่วงเดือนมีนาคม-เมษายนของทุกปี เชื่อกันว่าเป็นวันฟื้นคืนชีพของพระเยซู เช่นเดียวกับการกำเนิดขึ้นของโครงการหลวงที่ช่วยทำให้ชาวดอยหรือประชาชนทางภาคเหนือของไทยมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น จึงเลือกนำเสนอเมนูที่มีส่วนผสมของไข่ แต่ยังคงความเป็นพื้นบ้านของทางเหนือที่ชื่อว่า 'ไข่ป๋าม' ซึ่งเป็นการปรุงอาหารด้วยวิธีปิ้งโดยไม่ใช้น้ำมันถือเป็นหนึ่งเมนูสุขภาพ ด้วยการนำไข่ที่ปรุงสุกแล้วเทลงในใบตอง และนำไปปิ้ง เมื่อสุกจะมีลักษณะคล้ายไข่เจียวโร้น้ำมัน แต่ได้กลิ่นหอมจากใบตอง เพิ่มความพิเศษด้วยการปรุงแบบใหม่คล้าย quiche ของฝรั่ง รับรองได้ว่าแค่มองก็พิเศษ ได้ลิ้มลองก็ต้องประทับใจ

ส่วนผสม (สำหรับถาดขนาด 6x6 นิ้ว สูง 1.5 นิ้ว)

ไข่ไก่ 10 ฟอง / ครีม 1/2 ถ้วย / น้ำสะอาด 1/2 ถ้วย / เกลือ 1-1 1/2 ช้อนชา / พริกไทย 1 ช้อนชา / งาหอมคั่ว 2 ช้อนโต๊ะ / ข้าวตอกยีสต์แดงหุงสุก 1/2 ถ้วย

ผักสำหรับโรยหน้า (ปรับได้ตามชอบ)

ผักโครงการหลวง เช่น เห็ด เห็ดพอร์โทเบลโล หั่นบาง / ใบจิงจูฉ่าย / ผักโขมแดง / dnl

วิธีทำ

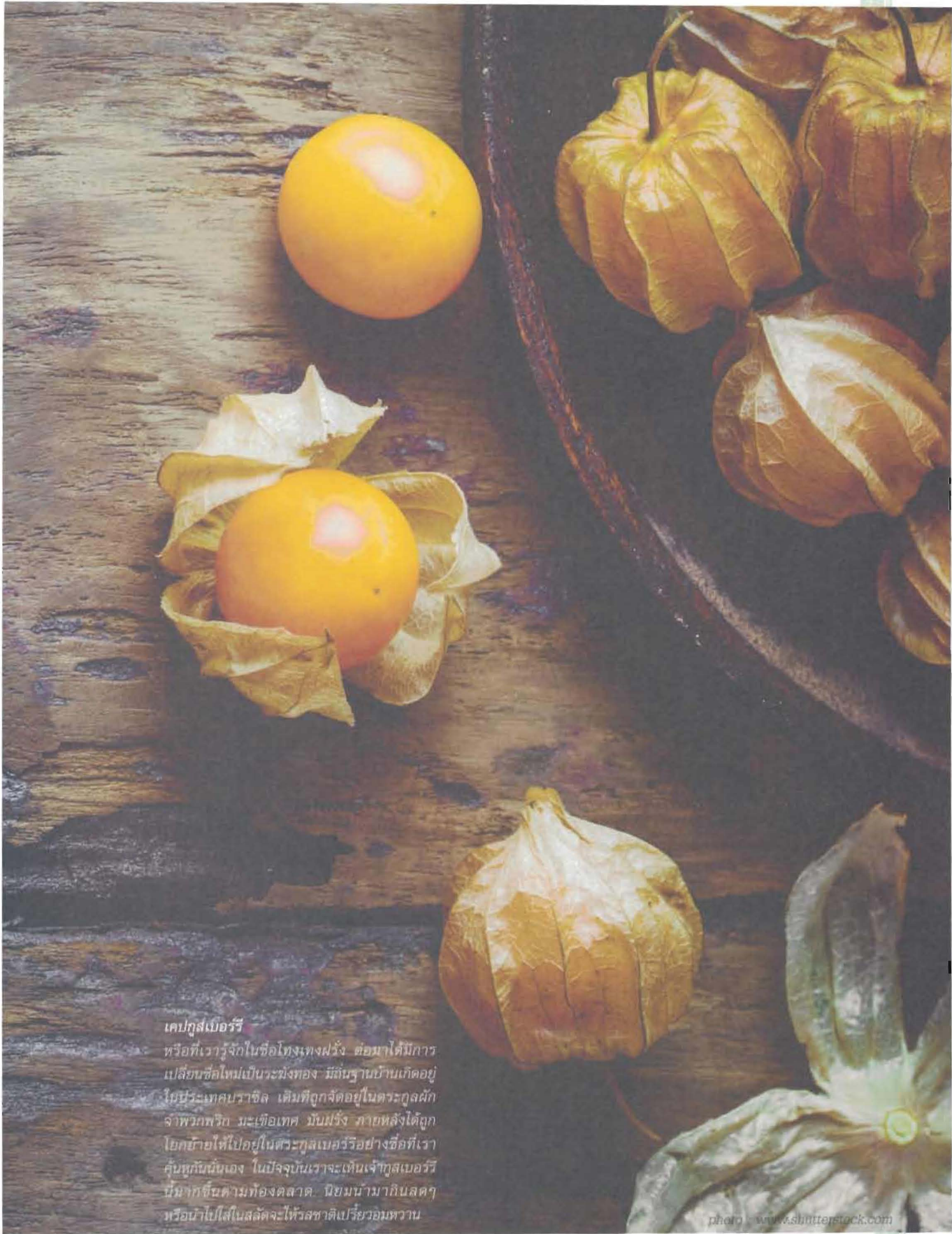
1. เปิดเตาอบที่อุณหภูมิ 140 องศาเซลเซียส
2. นำใบตองที่ทำความสะอาดแล้ววางบนถาดที่จะใช้สำหรับอบ
3. ตอกไข่ใส่ชามผสม เติครีม น้ำสะอาด เกลือ พริกไทย และงาหอม คนผสมให้เข้ากันแต่ไม่ต้องตีให้ฟู
4. ตักส่วนผสมของไข่ประมาณ 1/3 ส่วนลงในถาดที่เตรียมไว้ อบประมาณ 12-15 นาที พอให้ไข่เริ่มสุก
5. ตักข้าวโรยให้เต็มเพื่อทำเป็นชั้นที่ 2 จากนั้นราดไข่ส่วนที่เหลือจนหมด อบต่อประมาณ 20 นาที หรือจนกว่าผิวหน้าของไข่เริ่มแห้ง
6. นำเห็ด ใบจิงจูฉ่าย ผักโขมแดง และ dnl วางตกแต่งบนหน้า อบต่ออีกประมาณ 10 นาที

styling tips

จัดวางไข่ป๋ามบนแผ่นใบตอง เพื่อเสนอจุดเด่นของการปรุงซึ่งมีเอกลักษณ์คือ ไข่ใบตองเป็นภาชนะใส่อาหารแล้วนำไปปิ้ง สีที่ไข่จะเป็นโทนร้อนจากใบตองไหม้หรือไข่ป๋ามที่มีสีเหลืองส้ม แต่ตัดกันได้ อย่างลงตัวด้วยที่ตักอาหารสแตนเลสที่ใช้วางขึ้นอาหาร ทำให้ดูสว่าง และเห็นรายละเอียดของชั้นอาหาร เช่น ชั้นของไข่ และข้าวได้ชัดเจนขึ้น โดยองค์ในการจัดวางก็จะลื่นไปกับรอยตัดของชั้นอาหารที่เหลืองด้วย



khai pham or northern thai egg quiche



เคปกูสเบอร์รี่

หรือที่เรารู้จักในชื่อโทงเทงฝรั่ง ต่อมาได้มีการเปลี่ยนแปลงใหม่เป็นระฆังทอง มีถิ่นฐานบ้านเกิดอยู่ในประเทศบราซิล เดิมทีถูกจัดอยู่ในตระกูลผักจำพวกพริก มะเขือเทศ มันฝรั่ง ภายหลังได้ถูกโยกย้ายให้ไปอยู่ในตระกูลเบอร์รี่อย่างชื่อที่เราคุ้นหูกันนั่นเอง ในปัจจุบันเราจะเห็นเจ้ากุสเบอร์รี่นี้มากขึ้นตามท้องตลาด นิยมนำมากินสดๆ หรือนำไปใส่ในสลัดจะให้รสชาติเปรี้ยวอมหวาน

photo : www.shutterstock.com



nam prik aong or northern thai style tomato and cape gooseberry chili dip

nam prik aong or northern thai style tomato and cape gooseberry chili dip

น้ำพริกอ่องเคปกูสเบอร์รี่

น้ำพริกอ่องถือเป็นหนึ่งในน้ำพริกขึ้นชื่อของชาวเหนือ โดยพระเอกอยู่ที่มะเขือเทศซึ่งให้ทั้งสีแดงสดและรสเปรี้ยว รับประทานได้ทุกเพศทุกวัย ด้วยรสชาติที่กลมกล่อม และไม่เน้นความจัดจ้านร้อนแรง น้ำพริกขลุกเข้ากันดีกับข้าวสวยร้อนๆ เคียงไปกับผักสดก็ได้ แคบหมูก็ได้ หรือจะประยุกต์กินคู่กับสปาเกตตีหรือข้าวซอยก็ย่อมได้ แต่จะใช้มะเขือเทศเซอร์รี่จากโครงการหลวงอย่างเดียวก็คงไม่เพียงพอ จึงนำเอาเคปกูสเบอร์รี่ผลไม้สีส้มที่มีความเด่นในเรื่องกลิ่น และรสเปรี้ยวอมหวานมาผสมเพื่อเพิ่มรสชาติในน้ำพริกถ้วยนี้ดูบ้าง พร้อมกินคู่กับขนมปัง เช่น ขนมปวยเล้ง หรือขนมปังถั่วอะซิกิของโครงการหลวง ถือเป็น การนำเสนอมืออาชีพรับประทานน้ำพริกในรูปแบบใหม่ให้กับเมนูที่อยู่คู่คนไทยมาช้านาน

ส่วนผสม

หมูสับ 100 กรัม / พริกขี้หนูแห้ง 2 เม็ด (ให้สี) / พริกจินดาแห้ง 3-4 เม็ด (ให้รสเผ็ด) / หอมแดง 10 หัว / กระเทียม 10 กลีบ / กระป๋อง 2 ซ้อนชา / มะเขือเทศเซอร์รี่ผ่าครึ่ง 150 กรัม / เคปกูสเบอร์รี่หั่นแว่น 150 กรัม / น้ำปลา 2 ซ้อนโต๊ะ / น้ำตาลปีบ 1 ซ้อนโต๊ะ / น้ำมันสำหรับผัด 1 ซ้อนโต๊ะ

วิธีทำ

1. นำพริกแห้ง หอมแดง กระเทียม และกระป๋องมาโขลกให้ละเอียด
2. ตั้งไฟกลาง ใส่น้ำมันเพื่อผัดเครื่องที่โขลกไว้ ผัดให้หอม จากนั้นใส่หมูสับ มะเขือเทศ และเคปกูสเบอร์รี่ ผัดจนเครื่องทุกอย่างสุกมีลักษณะเป็นน้ำขลุกขลิก
3. เปรูรสด้วยน้ำปลา น้ำตาล ชิมรสตามชอบ

styling tips

ดีไซน์การเสิร์ฟน้ำพริกในรูปแบบใหม่คล้ายกับคานาเป้ แต่ใช้กิ่งไม้มาปักเพื่อให้ดูมีความเป็นธรรมชาติ มีลูกเล่นที่แตกต่างจากการจัดทั่วๆ ไป และนำมาจัดวางโดยใช้สีตรงข้ามของผักสีเขียวและแดง เพื่อให้ชั้นอาหารมีความโดดเด่น พร้อมทั้งนำเสนอรายละเอียดอย่างลายเส้นของผัก หรือรอยไหม้จากการย่าง เพื่อให้อาหารดูมีมิติมากขึ้น

japanese pumpkin look choup

ลูกชุบฟักทองญี่ปุ่น

กว่า 40 ปีมาแล้วที่โครงการหลวงดำเนินการมาเพื่อ “สุขชีวิต” ชาวเขาในภาคเหนือให้มีอาชีพ มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น เริ่มจากการชุบชีวิตเขาหัวโล้นให้เป็นพื้นที่การเกษตรแบบยั่งยืน ด้วยเรื่องราวเหล่านี้จึงเป็นที่มาของไอเดียในการนำเอาฟักทองญี่ปุ่นมาเป็นส่วนหนึ่งของเมนู “ลูกชุบ” แม้จะไม่สามารถใช้ฟักทองทดแทนถั่วเขียวได้ทั้งหมด ด้วยลักษณะของเนื้อที่มีน้ำอยู่มาก ทำให้ยากในการขึ้นรูป หากแต่สีของฟักทองสุกจะช่วยทำให้ลูกชุบมีสีสันที่สวยงามยิ่งขึ้น

ส่วนผสมลูกชุบ

ถั่วเขียวซีกเลาะเปลือก (แช่น้ำ 1 คืน) นึ่งสุก 100 กรัม / ฟักทองญี่ปุ่นนึ่งสุก 50 กรัม / น้ำตาลทราย 80 กรัม / กะทิ 1 ถ้วย / กลิ่นมะลิ 1/2 ช้อนชา / สีผสมอาหาร เขียว ส้ม

ส่วนผสมวุ้นสำหรับชุบ

วุ้นผง 1 ช้อนโต๊ะ / น้ำตาลทราย 2 ช้อนชา / น้ำลอยดอกมะลิ 2 1/2 ถ้วย

วิธีทำลูกชุบ

1. นำถั่วเขียว ฟักทอง กะทิ และน้ำตาลทราย ปั่นรวมกันจนละเอียด จากนั้นนำไปกวนในกระทะทองเหลือง หรือกระทะเทฟลอนด้วยไฟอ่อนจนส่วนผสมเริ่มแห้ง (สังเกตจากถั่วที่ไม่ติดกระทะหรือจับแล้วไม่ติดมือ) พักไว้ให้เย็น
2. นวดถั่วให้เนื้อเนียนเหนียว นำไปแช่ตู้เย็นสักครู่เพื่อให้ง่ายต่อการขึ้นรูป
3. ปั้นให้ได้รูปทรงตามต้องการ เสียบด้วยไม้จิ้มฟัน
4. ใช้ฟู่กันระบายสีให้สวยงาม ปักไว้บนฟองประมาณ 10 นาที ทิ้งให้สีแห้ง
5. เตรียมส่วนผสมวุ้นสำหรับชุบ โดยผสมผงวุ้น และน้ำลอยดอกมะลิ คนให้เข้ากัน พักไว้ 10 นาที ให้ผงวุ้นดูดซึมน้ำให้เต็มที่ นำมาตั้งเตาโดยใช้ไฟแรง เมื่อวุ้นละลาย ใส่ น้ำตาลทรายเคี้ยวจนกระทั่งน้ำเดือด จากนั้นลดไฟลงเป็นไฟอ่อนพักให้เย็นเล็กน้อย
6. นำลูกชุบที่ระบายสีแล้วลงชุบในน้ำวุ้นเคลือบให้ทั่วพักไว้ประมาณ 5 นาทีเพื่อให้วุ้นชั้นแรกแข็งตัว จากนั้นชุบวุ้นเพิ่ม (ทำซ้ำทั้งหมด 3 รอบ)
7. เมื่อวุ้นแห้งดีแล้ว นำลูกชุบออกจากไม้ คัดแต่งส่วนวุ้นที่เกินออกให้สวยงาม

styling tips

สื่ออารมณ์ให้มีชีวิตชีวาเหมือนฟักทองที่อยู่ในไร่ โดยการนำลูกก๊อกลูกโกแลตโครงการหลวงมาตกแต่งให้มีความเหมือนดิน ใช้ลูกชุบรูปฟักทองสีเขียว-ส้ม เพื่อเพิ่มความขัดแย้งของสี จัดวางในช็อกโกแลต ตกแต่งให้ดูแฟนซี มีสีสันมากยิ่งขึ้น



photo : www.shutterstock.com

ฟักทองญี่ปุ่น

ฟักทองสามารถนำมาทำอาหารได้หลายชนิด เช่น ผสมกับผักเพื่อรับประทานเป็นสลัด แกงเลี้ยง ผัด ต้มจิ้ม น้ำพริกก็อร่อย หรือจะทำเป็นของหวานก็ชวนเรียกน้ำลายทุกเมนูอย่าง ฟักทองแกงบวด สังขยาฟักทอง ฟักทองเชื่อม



japanese pumpkin look choup

บีตรูต

หรือผักกาดฝรั่ง ถือเป็นผักที่คนไทยคุ้นเคยเป็นอย่างมาก เป็นผักสีแดงที่จำเป็นต่อร่างกาย มีเบทานิน ช่วยยับยั้งการเกิดโรคมะเร็ง และทำให้ระบบไหลเวียนเลือดดี นิยมกินแบบสดๆ หรือนำไปใช้ตกแต่งจานสลัด ปัจจุบันได้มีการตัดแปลงมาทำเป็นน้ำสลัด น้ำจิ้ม เพื่อเพิ่มสีสันให้กับอาหาร



photo : www.shutterstock.com



chicken marinated in beetroot with shiitake cream sauce

chicken marinated in beetroot with shiitake cream sauce ไก่หมักบีตรูตกับครีมซอสเห็ดหอม

“บีตรูต” หรือหัวผักกาดแดง เป็นพืชหัวสีสดเข้มที่เป็นมิตรกับสุขภาพแบบสุดๆ เรียกได้ว่าอยู่ในเมนูเฮลตี้ได้ทุกจาน ที่นิยมกันมากก็คือการนำมาเป็นส่วนประกอบในสลัดหรือน้ำสลัด เพราะทั้งเพิ่มรสชาติ และยังช่วยเพิ่มสีส้มให้กับเมนูได้เป็นอย่างดี ดังเช่นจานที่จะนำเสนอนี้ เรานำไก่ไปหมักกับบีตรูต เกิดเป็นเมนูสีม่วงเข้ม ชวนแปลกตาน่าดึงดูด รับประทานคู่กับซอสเห็ดหอมสีขาวครีม ตัดกันด้วยสีส้มแต่ลงตัวด้วยรสชาติ

ส่วนผสม

อกไก่สด 2 ชิ้น / บีตรูตโครงการหลวงขนาดใหญ่ 1 1/2 หัว / ผักชีลาวสับ 1/4 ถ้วย / เกลือ 1 ช้อนชา / น้ำตาลทราย 3 ช้อนโต๊ะ / พริกไทยดำ 1/2 ช้อนชา

วิธีทำ

1. นำผักชีฝรั่งมาหั่นหยาบ และขูดบีตรูตเป็นเส้นหยาบๆ เตรียมไว้
2. นำเกลือ น้ำตาลทราย และพริกไทยดำ ผสมรวมกัน
3. วางอกไก่ในภาชนะ โรยส่วนผสมข้อ 2 ลงไป ตามด้วยผักชีลาว และบีตรูตขูดด้านบน
4. จากนั้นแรปปิดให้สนิท หาอุปกรณ์หนักๆ มากดทับเนื้อไก่ไว้

ส่วนผสมครีมซอสเห็ด

เนย 15 กรัม / เห็ดหอมสดโครงการหลวง 6 ดอก / หอมใหญ่สับ 30 กรัม / แป้งสาลีเอนกประสงค์ 2 ช้อนโต๊ะ / วิปครีม 150 มิลลิลิตร / พริกไทย 1 ช้อนชา / น้ำตาลทราย 1/2 ช้อนชา / เกลือหยิบมือ

วิธีทำ

1. ตั้งกระทะจนร้อน ละลายเนย ใส่หอมใหญ่ผัดจนหอม แล้วตามด้วยเห็ดหอมหั่น
2. ใส่แป้งสาลีเอนกประสงค์ ผัดจนแป้งเริ่มเปลี่ยนเป็นสีน้ำตาลเล็กน้อย
3. ค่อยๆ เติมวิปครีม ปรงรสด้วยพริกไทย น้ำตาลทราย และเกลือเล็กน้อย ปรงรสตามชอบ

styling tips

เลือกองค์ประกอบเป็นโทนขาว-ดำ เพื่อขับให้เนื้อไก่หมักบีตรูตเป็นสีม่วงชัดขึ้น และใช้แผ่นไม้เพื่อให้เมนูนี้มีมิติมากขึ้น

baked artichoke blossom with mixed crabmeat อาร์ติโชคยัดไส้ปูทรงเครื่อง

เราอาจไม่คุ้นเคยนักกับอาร์ติโชค พืชผักหน้าตาแปลกประหลาด แต่มีสรรพคุณเต็มเปี่ยม ทั้งบำรุงตับ และหัวใจ ตั้งแต่สมัยโบราณที่อาร์ติโชคเป็นยารักษาโรค และอาหารของชาวอียิปต์ ทั้งเป็นเมนูสำคัญในทุกงานเลี้ยงของกรุงโรม วันนี้เราเสิร์ฟเมนูที่ง่ายแสนง่าย เพียงปรุงรสเนื้อปูแล้วยัดใส่ลงไป ตามกลีบของอาร์ติโชค ทำให้แต่ละชั้นที่ซ้อนกันไปเรื่อยๆ บานออกมาเป็นดอกไม้ เกิดเป็นความงามกลางโต๊ะอาหาร เวลารับประทานเพียงแค่อัดแต่ละกลีบออกมา ประคองนั่งกินดอกไม้กลางสวนงาม

ส่วนผสม

อาร์ติโชคโครงการหลวง 1 ดอก / เนื้อปูสด 2 ถ้วยตวง / เกล็ดขนมปัง / พาร์สลีย์โครงการหลวง สับละเอียด 1/4 ถ้วยตวง / หัวหอมใหญ่สับ 1/4 ถ้วยตวง / มายองเนส 40 กรัม / เกลือป่น 1/2 ช้อนชา / พริกไทยดำ 1 ช้อนชา / น้ำมันสำหรับทอดอาร์ติโชค เล็กน้อย

วิธีทำ

1. เตรียมอาร์ติโชค โดยการตัดปลายหัวออก จากนั้นใช้กรรไกรตัดที่ปลายกลีบของอาร์ติโชคจนทั่วรอบดอก แล้วใช้มีดเขี่ยเปลือกหนาๆ ที่ก้าน ตัดก้านออกตามความยาวที่ต้องการ ทาน้ำมันเพื่อป้องกันไม่ให้ดอกมีสีดำคล้ำ
2. นำอาร์ติโชคที่เตรียมไว้ไปต้มในน้ำเดือดประมาณ 25 นาที เพื่อให้กลีบดอกนิ่ม จากนั้นค่อยๆ ดึงกลีบกลางดอกออกเรื่อยๆ จนเห็นเกสรที่เป็นขน ใช้ช้อนขูดเกสรออกให้หมด
3. นำเนื้อปู และส่วนผสมที่เหลือทั้งหมดผสมรวมกันในภาชนะ คลุกเคล้าให้เข้ากัน แล้วตักใส่ตามกลีบของดอกอาร์ติโชคจนหมดทุกชั้น
4. นำเข้าเตาอบที่อุณหภูมิ 350 องศาเซลเซียส ประมาณ 20-25 นาที

styling tips

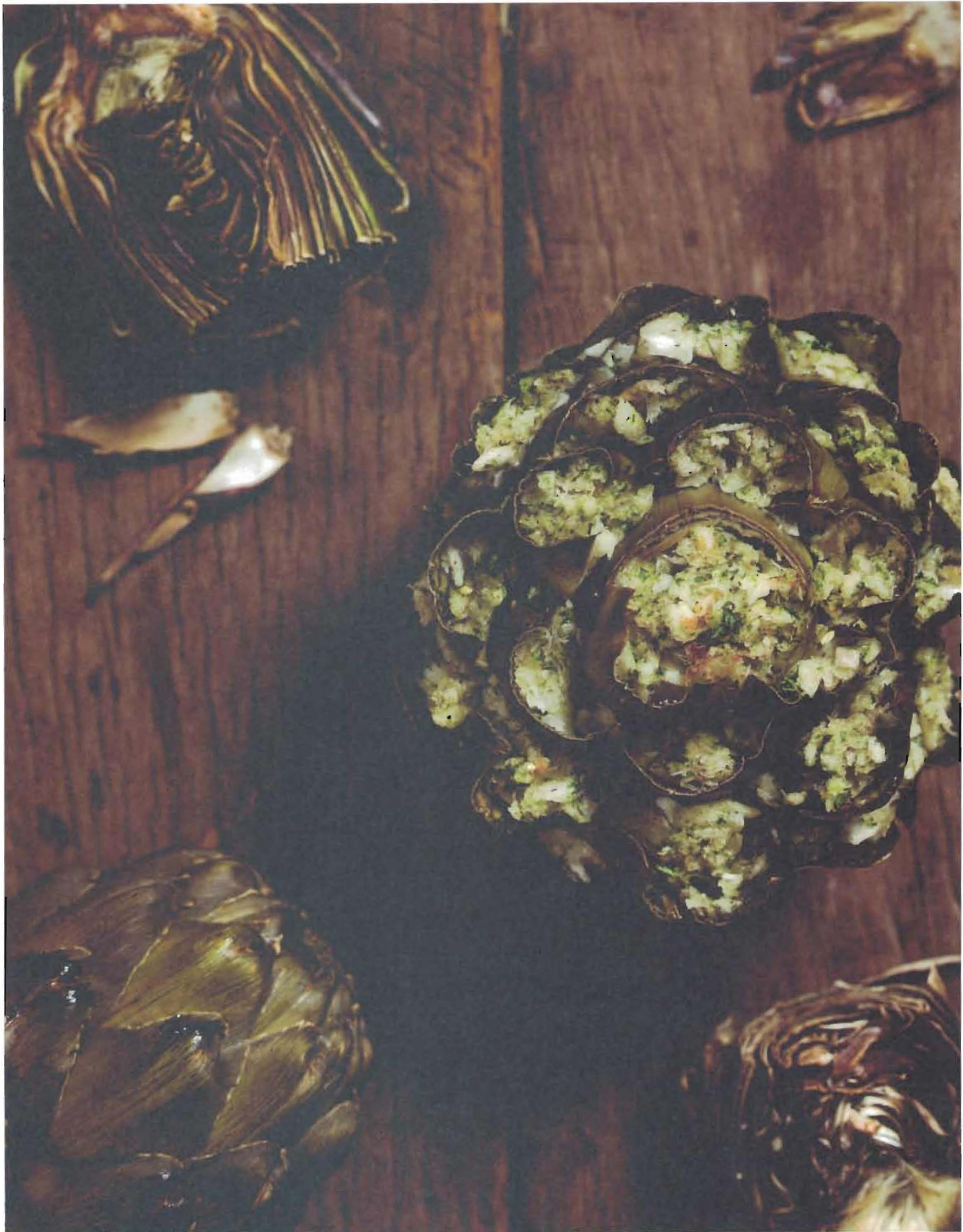
การยัดไส้เนื้อปูตามกลีบดอกเป็นการเล่นกับรูปทรงธรรมชาติได้อย่างลงตัว คล้ายดอกไม้ที่กำลังเบ่งบานอยู่กลางสวน แล้วเลือกใช้โทนสีน้ำตาล เพื่อให้เป็นโทนเดียวกับกับสีของอาร์ติโชค โทนสีอื่นเป็นความงดงามของพืชพรรณ

อาร์ติโชค

พืชสมุนไพรแสนมหัศจรรย์ที่มีคุณค่า และมีประโยชน์ต่อสุขภาพ อาร์ติโชคเป็นพืชล้มลุกที่มีถิ่นกำเนิดในประเทศอเมริกาเหนือ ลักษณะดอกจะมีเปลือกแข็งๆ หนึ่อยู่ ซึ่งบางพันธุ์จะมีสีแดง ม่วง หรือเขียว ส่วนที่อร่อยที่สุดก็คือใจ จะมีรสชาติคล้ายกับหน่อไม้บ้านเรา นิยมนำไปทำยำ และนำไปคองในน้ำส้มสายชูหรือน้ำมัน ต้มจิ้ม น้ำพริกแบบไทยๆ ก็อร่อยไม่แพ้กัน



photo : www.shutterstock.com



baked artichoke blossom with mixed crabmeat

purple sweet potato korokke

โครีอกเกะมันเทศม่วง

อาหารว่างสไตล์ญี่ปุ่นอีกเมนูหนึ่งที่ได้รับคานิยม และเป็นที่ยุ้จักกันดีอย่างโครีอกเกะ เป็นเมนูที่หาได้ง่ายตามท้องตลาด หรือจะทำเองก็ได้แบบง่ายๆ แต่เราจะนำโครีอกเกะมาประยุกต์โดยใช้มันเทศม่วงเป็นวัตถุดิบหลักแทนมันฝรั่งธรรมดา และเพิ่มรสชาติของโครีอกเกะนี้ด้วยการยัดไส้ข้าวโพดหวานสองสีคลุกกับมายองเนส ชูบไซ และเกล็ดขนมปังทอดในน้ำมันร้อนจนมีสีเหลืองทองน่ารับประทาน อาจเสิร์ฟคู่กับซอสเพื่อเพิ่มรสชาติดีดความเสียน

ส่วนผสม

มันม่วงโครีงการทลวง 5 หัว / ข้าวโพดหวานสองสีโครีงการทลวง 1 ฝัก / มายองเนส 10 กรัม / เกลือ หยิบมือ / ไข่ไก่ทั้งฟอง 2 ฟอง / ไข่แดง 2 ฟอง / เกล็ดขนมปัง 1 ถ้วยตวง / น้ำมันปาล์มสำหรับทอด

วิธีทำ

1. ต้มข้าวโพดหวานจนนิ่มแล้วฝานเมล็ดพักไว้ให้เย็น นึ่งมันม่วงจนสุกนิ่ม ลอกเปลือกออกแล้วบดจนละเอียด
2. ผสมมายองเนส และเกลือในข้าวโพด คลุกเคล้าให้เข้ากัน
3. ปั้นมันม่วงเป็นก้อนกลมแล้วกดให้แบนเพื่อยัดไส้ข้าวโพดตรงกลาง จากนั้นปั้นเป็นก้อนกลมขนาดเท่าไข่
4. นำไข่ไก่ และไข่แดงผสมรวมกันตีพอแตก จากนั้นนำโครีอกเกะที่ได้มาคลุกกับไข่ ตามด้วยเกล็ดขนมปัง
5. ตั้งน้ำมันให้ร้อนจัดแล้วนำโครีอกเกะลงทอดจนเป็นสีน้ำตาลทอง สะเด็ดน้ำมัน จัดเสิร์ฟในภาชนะ

styling tips

นำเสนอเมนูก้อนกลมด้วยการผ่าครึ่งเพื่อให้เห็นถึงการใช้มันเทศม่วงแทนมันฝรั่งทั่วไป และโชว์ไส้ข้าวโพดสีเหลืองสดติดกันกับสีม่วงเข้ม เผยถึงความเย้ายวนของตัวเมนู



purple sweet potato korokke

baked red spinach with bubalos feta cheese ผักโขมอบชีส

น้อยคนนักที่จะไม่รู้จักเมนู “ผักโขมอบชีส” อาหารอิตาเลียนหอมกรุ่นจากชีสที่ได้รับความนิยมอย่างมากในไทย ปกติแล้วเราอาจคุ้นลิ้น คุ้นกลิ่นกับชีสนมวัว แต่วันนี้เราลองเปลี่ยนมาเป็น “ชีสนมควาย” วัตถุดิบที่ผลิต และหาได้ในไทยจากโครงการหลวง ด้วยสีและกลิ่นหอมจากนมควาย ที่อัดแน่นไปด้วยรสชาติอันเข้มข้น นำมากินเข้าคู่กับผักโขมได้เป็นอย่างดี

ส่วนผสม

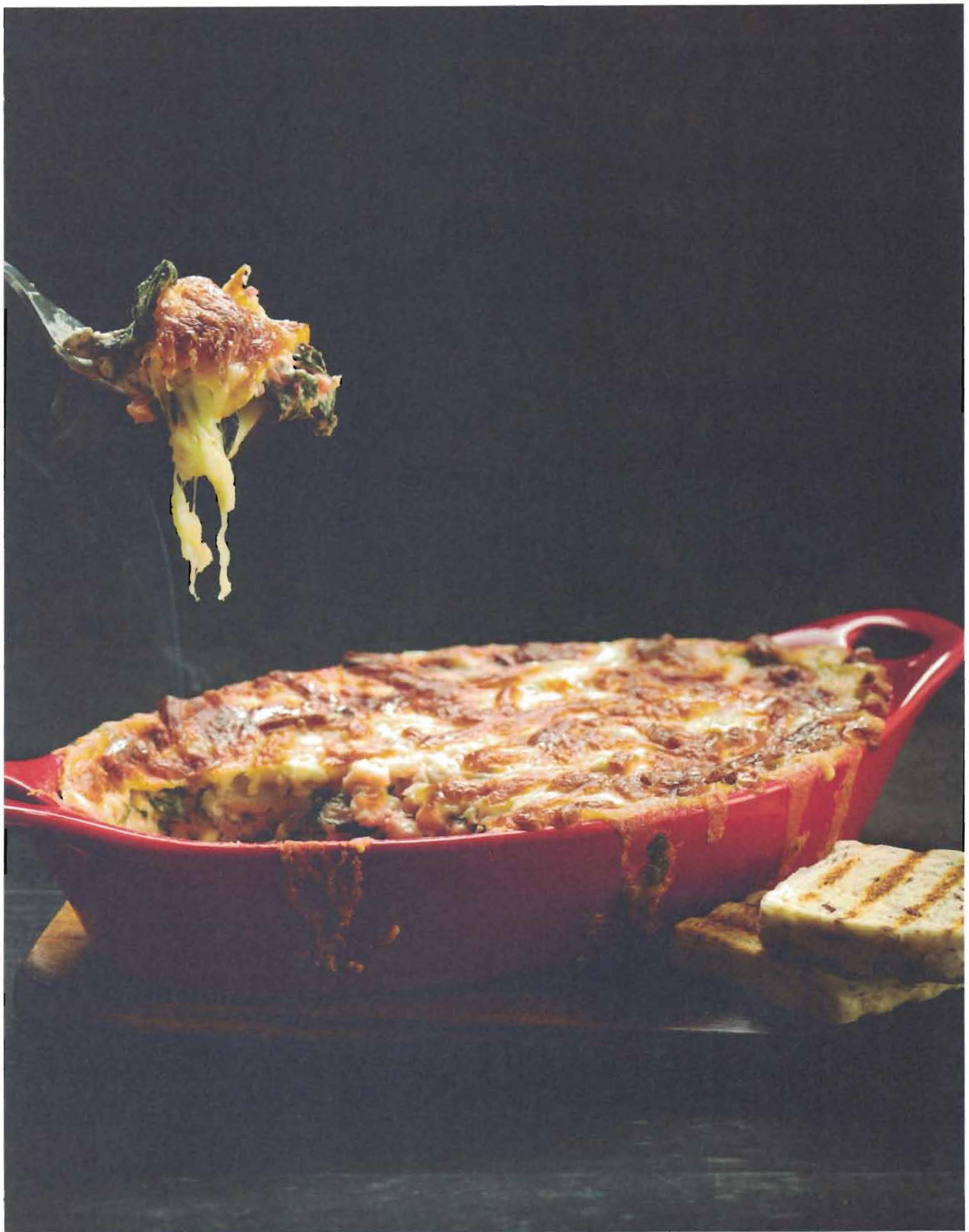
ผักโขมแดงโครงการหลวงต้ม 200 กรัม / ชีสนมควายโครงการหลวง 1/4 ถ้วย / เติตหอมสดโครงการหลวง 4 ดอก / หัวหอมใหญ่หั่นเต๋าเล็ก 100 กรัม / นมสด 150 มิลลิลิตร / วิปครีม 150 มิลลิลิตร / พริกไทยป่น 1/4 ช้อนชา / เนย 1 กรัม / ชีสมอสซาเรลลาขูด 1/4 ถ้วยตวง / เกลือหยิบมือ

วิธีทำ

1. นำน้ำใส่หม้อตั้งไฟ ใส่เกลือ พอเดือดใส่ผักโขมแดงลงไปต้มจนสุกประมาณ 2-3 นาที นำขึ้นมาแช่น้ำเย็น บีบน้ำออก แล้วหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ พักไว้
2. ตั้งกระทะบนไฟกลาง ใส่เนยผัดกับหอมใหญ่พอสุก ตามด้วยเห็ดหอมแล้วใส่ผักโขมที่ต้มไว้ ผัดให้เข้ากัน
3. ค่อยๆ ใส่เนม และวิปครีมลงไป คนเร็วๆ ให้เข้ากันอีกครั้ง ใส่ชีสนมควาย และชีสมอสซาเรลลาขูดลงไปเล็กน้อย โรยพริกไทยแล้วตักใส่ถ้วยสำหรับอบ โรยหน้าด้วยชีสทั้งสองชนิดอีกครั้ง
4. วอร์มเตาอบประมาณ 5-10 นาที นำเข้าอบไฟบน-ล่างที่อุณหภูมิ 200 องศาเซลเซียส ประมาณ 10 นาที แต่ถ้ายังไม่เซตตัวดี ให้เปลี่ยนไปใช้ไฟบนอย่างเดียวต่ออีก 5 นาที เพื่อให้ชีสด้านบนสวยงาม นำมารับประทาน

styling tips

เลือกใช้ภาชนะที่มีสีสันทันลงไปกับตัววัตถุดิบเป็นส่วนที่ช่วยสื่อสารถึงตัวอาหารได้ กลายเป็นอีกสีสันหนึ่งที่น่าประทับใจ และสร้างประสบการณ์ให้กับผู้ที่ได้ลิ้มลอง



baked red spinach with bubalos feta cheese



photo : www.shutterstock.com

สตอร์วเบอร์รี่

รสชาติกรุบกรอบ หวานฉ่ำใจ นิยมนำไปทำอาหาร
สุดแสนอร่อยหลากหลายเมนู โดยเฉพาะขนมหวาน
ไอศกรีม เบเกอรี่ รวมไปถึงอาหารคาวก็ยังสามารถ
ปรุงให้อร่อยได้



strawberries coated goat cheese with pistachio

strawberries coated goat cheese with pistachio สตอว์เบอร์รี่เคลือบชีสนมแพะกับถั่วพิสตาชิโอ

ผลไม้ตระกูลเบอร์รี่ยอดนิยมที่ใครๆ ก็โปรดปรานอย่างสตอว์เบอร์รี่ ไม่ว่าจะรับประทานแบบสดเพื่อรสชาติเปรี้ยวหวานสดชื่น หรือนำไปทำเมนูก็อร่อยตลอดกาล แต่น่าเสียดายที่มักจะมีเก็บไว้นานักไม่ได้ เพราะมันช่างง่ายเสียเหลือเกิน ถ้าจะให้กินสดในปริมาณเยอะก็คงไม่ไหวหรือแปรรูปเป็นแยมแบบเดิมก็น่าเบื่อไป เมนูนี้จึงเป็นการนำเสนอสไตล์การรับประทานแบบใหม่ที่ทำง่ายเป็นขนมหวานที่มีรสจากตัวสตอว์เบอร์รี่ นุ่มลิ้นจากชีสนมแพะ และเพิ่มเท็กซ์เจอร์ของขนมด้วยการคลุกถั่วพิสตาชิโออีกชั้น

ส่วนผสม

สตอว์เบอร์รี่โครงการหลวง 1 กล่อง / ชีสนมแพะ 2 ก้อน / ไข่โพรวองแดง 1 ซ่อนโต้ะ / ไข่ไก่สด 1 ซ่อนโต้ะ / น้ำผึ้ง 1/2 ซ่อนชา / ถั่วพิสตาชิโอสับ 1 1/2 ถ้วยตวง / เกลือป่น หยิบมือ

วิธีทำ

1. ผสมไข่โพรวองแดง ไข่ไก่ ถั่วพิสตาชิโอ และน้ำผึ้ง คลุกเคล้าให้เข้ากัน
2. ชุบสตอว์เบอร์รี่ในชีสนมแพะ จากนั้นนำมาคลุกเคล้ากับส่วนผสมที่เตรียมไว้ในข้อแรก

styling tips

การเคลือบลูกสตอว์เบอร์รี่ด้วยชีสนมแพะตามรูปทรง ช่วยให้เห็นหน้าตาของขนมชัดเจนขึ้น ยิ่งเมื่อเพิ่มเท็กซ์เจอร์ทั้งจากการมอง และรสสัมผัสด้วยการคลุกเคล้าเข้ากับถั่ว ยิ่งดูเป็นขนมที่แปลกตา และเมื่อผ่าครึ่งออกมาแล้วจะเห็นชั้นของขนมที่สวยงาม



**“ร้านกากัน” ผงาดอันดับ 1 ของเอเชีย 2 ปีติด
ควง 3 ร้านอาหารไทยชื่อดัง ติดอันดับใน Asia's 50 best restaurant**

ถือเป็นงานใหญ่ประจำปีที่คนรักอาหารต้องติดตามอยู่ทุกปี กับงาน 50 ร้านอาหารยอดเยี่ยมเอเชีย ประจำปี 2016 หรือ Asia's 50 best restaurant หลังจากจัดงานที่สิงคโปร์มาต่อเนื่อง 3 ปี ครั้นนี้ได้เปลี่ยนสถานที่มาจัดงานที่กรุงเทพฯ จึงถือเป็นการดึงเอาความยอดเยี่ยม และโดดเด่นของอาหารไทย ร้านอาหารไทย และการท่องเที่ยวของเมืองไทยที่ทั่วโลกรับรู้กันมานานให้เด่นชัดในเวทีระดับโลกนี้ยิ่งขึ้นไปอีก

สำหรับปีนี้สีสัน และรูปแบบการจัดงานยังคงอลังการดาวล้านดวงสมกับเป็นงานระดับโลก โดยจัดขึ้นที่โรงแรม ดับเบิลยู กรุงเทพฯ บรรยากาศแบบไทยๆ ผสมกับความทันสมัย เรียกได้ว่าสง่างาม ยิ่งใหญ่ และเป็นທີ່ประทับใจของเซฟ แชกวิโอที และเชลลิวรีระดับโลกทุกคนที่เข้าร่วมงาน และเมื่อถึงช่วงของการเฉลิมฉลองร้านอาหารที่ได้ชื่อว่าเป็นสุดยอดแห่งเอเชีย ผลที่ออกมาก็เป็นที่ยอฮา เมื่อร้านอาหารกากัน (Gaggan) จากกรุงเทพฯ คว้าตำแหน่งชนะเลิศต่อเนื่องเป็นปีที่สอง เรียกได้ว่าเขกันยาวต่อเนื่องจริงๆ เพราะงานนี้ไม่เพียงแต่ร้าน Progressive Indian Cuisine หนึ่งเดียวในเมืองไทยจะดังไกลไประดับโลก แต่เซฟกากัน อนันต์ ยังกลายเป็นเซฟเอเชียอีกคนหนึ่งวงการเซฟต้องจับตามองมากขึ้น และร้านกากันก็ยังได้รับรางวัลการ์รันตีอย่างร้านอาหารยอดเยี่ยมแห่งเอเชีย สนับสนุนโดยซาน เปเลกรีโน และอัคริควา บีนน่า และร้านอาหารยอดเยี่ยมแห่งประเทศไทย ซึ่งสนับสนุนโดยซาน เปเลกรีโน และอัคริควา บีนน่า อีกด้วย

สำหรับประเทศไทยซึ่งเป็นเจ้าภาพจัดงาน ยังมีร้านอาหารที่ได้รับการจัดลำดับในลิสต์ที่อุป 50 อีก ดังนี้

ร้านน้ำ (Nahm) อยู่ในอันดับที่ 8 ร้านอิซยา สยามมิส คลับ (Issaya Siamese Club) เลื่อนขั้นมาอีลดับดับ เป็นอันดับที่ 19 ในปีนี้ และร้านอิทมิ (Eat Me) อยู่ในอันดับที่ 23

ในการย่างก้าวเข้าสู่ปีที่ 4 ของการจัดงาน มีร้านอาหารหน้าใหม่เข้าสู่ลิสต์ 50 ร้านอาหารยอดเยี่ยมแห่งเอเชียถึง 10 ร้านด้วยกัน โดยในจำนวนร้านหน้าใหม่นี้ มี 3 ร้านที่มาจากญี่ปุ่น ในภาพรวม ร้านอาหารยอดเยี่ยมปีนี้ มาจากประเทศจีน 13 ร้าน สิงคโปร์และญี่ปุ่นประเทศละ 10 ร้าน จำนวนประเทศที่ติดโผร้านอาหารยอดเยี่ยมเพิ่มขึ้นเป็น 13 ประเทศ ซึ่งสูงชันกว่าปีที่ผ่าน ๆ มา สะท้อนให้เห็นถึงคุณภาพ และความหลากหลายของการสร้างสรรค์เมนูอาหารชั้นเลิศทั่วเอเชีย

ASIA'S 50 BEST RESTAURANT







Fettuccine Alfredo

เฟตตูชินีซอสอัลเฟรโด

รสชาติเปรี้ยวๆ เค็มๆ ในซีสพายออกจะประหลาดไปสักหน่อย แต่พออยู่กับความหวานของแฮมรสผลไม้ต่างๆ กลับเป็นรสที่ลงตัวอย่างน่าประหลาด นอกจากของหวานแล้ว ครีมชีสยังเพิ่มความอร่อยให้กับของคาวได้อีก โดยปกติซอสอัลเฟรโดจะไม่ใส่ครีมชีส แต่เราจะเพิ่มความหอมนุ่มละมุน รสมันเล็กๆ กับความเรียบเนียนของซีสคลุกเคล้าเข้ากับเฟตตูชินีเส้นแบนที่โอบรับรสชาติของครีมชีสได้อย่างลงตัว

ส่วนผสม

เส้นเฟตตูชินีต้ม 70 กรัม / เนย 2 ช้อนโต๊ะ / ครีมชีส 1 ถ้วยตวง / พาร์เมซานชีส 1/2 ถ้วยตวง / นมสด 2 ถ้วยตวง / ผงกระเทียม 2 ช้อนโต๊ะ / พริกไทยดำ 1 ช้อนโต๊ะ / พาร์สลีย์สับ สำหรับโรยหน้า / เกลือ หยิบมือ / น้ำมัน เล็กน้อย

วิธีทำ

1. ตั้งหม้อ ใส่เกลือ และน้ำมัน เพื่อต้มเส้นเฟตตูชินีประมาณ 7-10 นาที จนสุกนุ่ม จากนั้นนำมาผ่านน้ำเย็นทันทีแล้วคลุกน้ำมันทิ้งไว้
2. ตั้งกระทะ ใส่เนยลงไปละลาย ตามด้วยครีมชีส ผัดจนเป็นก้อนนึ่ง ค่อยๆ เติมนมสดแล้วคนจนซอสมีลักษณะเหลวขึ้น
3. ใส่พาร์เมซานชีสลงไปผัดจนละลาย แต่งกลิ่นด้วยผงกระเทียมและพริกไทยดำ
4. นำเส้นเฟตตูชินีลงไปคลุกเคล้ากับซอสครีมชีสในกระทะให้พอเข้ากันจึงตักเสิร์ฟ พร้อมรับประทาน **K**

Deep-Fried Mushrooms with Olive Dip

เห็ดทอดกับดippingมะกอก

กลิ่นและรสชาติของมะกอกคงเป็นสิ่งที่ไม่คุ้นชินสำหรับคนไทย แต่สำหรับชาวอิตาลีแล้ว มะกอกคือพืชสมุนไพรที่มีประโยชน์ตั้งแต่เปลือก ใบ และผล ด้วยความฝาดของผลมะกอกจึงนิยมนำมาดองเกลือก่อนรับประทาน ซึ่งพันธุ์ “hojiblanca” ได้รับความนิยมมากที่สุด ด้วยขนาดที่สม่ำเสมอ และรสชาติดี เป็นอีกหนึ่งวัตถุดิบพื้นฐานในอาหารหลากหลายประเภท ไม่ว่าจะเป็นของว่าง ของหลัก หรือเครื่องจิ้มสำหรับของทอด มีรสเค็มของมะกอกช่วยตัดเลี่ยนได้ดี ยิ่งสับมะกอกชิ้นเล็กใส่ลงไปยิ่งช่วยเพิ่มมิติของการเคี้ยวเข้าไปอีก

ส่วนผสม

มะกอกเขียวลูกเล็กสับ 10 ลูก / ครีมชีส 1 ถ้วยตวง / เฟตาชีส 1 ถ้วยตวง / น้ำมันพืช 2 ช้อนโต๊ะ / ผงกระเทียม 1 ช้อนชา / เหน็ดแซมปิญอง 1 แพ็ค / ไข่ไก่ 2 ฟอง / นมสด 1/4 ถ้วยตวง / เกล็ดขนมปัง 1 1/4 ถ้วยตวง / พาร์สลีย์สับ 1/4 ถ้วยตวง / น้ำมัน สำหรับทอด

วิธีทำ

1. ตีครีมชีสด้วยตะกร้อมือจนขึ้นฟู จากนั้นใส่เฟตาชีสแล้วตีต่อจนเข้ากัน
2. ใส่มะกอกเขียวสับ น้ำมันพืช และผงกระเทียมลงไป คนให้เข้ากันพักไว้
3. ตีไข่แล้วค่อยๆ ใส่ นมสด เติริยมอีกซามใส่เกล็ดขนมปังกับพาร์สลีย์สับ
4. ตั้งกระทะใส่น้ำมัน นำเห็ดชุบกับไข่แล้วคลุกกับเกล็ดขนมปัง จากนั้นทอดจนสุกเป็นสีเหลืองทอง
5. เสิร์ฟเห็ดทอดพร้อมกับเครื่องจิ้มที่ผสมไว้ข้างต้น **✎**





Sweet Highs

“เซร์ราดูรา” ของหวานประเภทพุดดิ้งที่มีชั้นซ้อนเรียงตัดสีสลับกันระหว่าง ผงแครกเกอร์ปั่นกรูบกรอบกับครีมสดผสมนมข้นหวาน ลูกครึ่งของขนมโปรตุเกสกับจีน เพิ่มเติมด้วยผลมัลเบอร์รี่สีม่วงแดงจากโครงการหลวง มาผสมลงในตัวครีม ได้รสชาติเปรี้ยวอ่อนๆ มาเบรกความหวานมันของครีมผสมตัดเลี่ยนกันอย่างเหมาะสม

เซร์ราดูรามัลเบอร์รี่
mulberry serradura

ส่วนผสม

ครีมสด 2 ถ้วยตวง / นมข้นหวาน 3/4 ถ้วยตวง / แครกเกอร์บด 165 กรัม / มัลเบอร์รี่ 1/2 ถ้วย

วิธีทำ

1. คั้นน้ำมัลเบอร์รี่ผสมกับครีมสด และนมข้นหวาน ตีให้เข้ากันจนขึ้นฟู พักไว้
2. บดแครกเกอร์ให้ป่นละเอียด ตักใส่ถ้วยเป็นฐาน
3. ตักครีมสดที่ตีไว้ใส่บนชั้นแครกเกอร์ ทำสลับชั้นไปมาสูงขึ้นเรื่อยๆ จนเต็มขอบถ้วย
4. แต่งด้านบนด้วยมัลเบอร์รี่สดเพื่อความสวยงาม พร้อมรับประทาน หรือหากต้องการกินแบบเย็นพร้อมเนื้อสัมผัสของครีมที่แน่นขึ้น ให้นำไปแช่เย็นประมาณ 15-20 นาที ❄️





5 เดือนแล้วที่ผมได้ทำงานในร้านอาหาร cielo sky bar วันแรกที่เข้ามาร้านนี้ ทุกอย่างต้องถูกรื้อใหม่หมดทั้งภายในครัว และด้านนอก ทำให้ผมทำงานหนักขึ้นเป็น 2 เท่า ต้องเรียนรู้ทุกอย่างที่เกี่ยวกับการก่อสร้างระบบต่างๆ ในครัว การหาอุปกรณ์ และอื่นๆ ที่เหมาะสมกับร้านให้มากที่สุด ซึ่งมันคือการเรียนรู้แบบก้าวกระโดดที่ชอบทำมาตลอด เมื่อเดือนมีนาคมที่ผ่านมาผมได้มีโอกาสร่วมทำอาหารในงาน “50 Best Explores Thailand” ที่จัดขึ้นที่ blue elephant ถือว่าเป็นงานใหญ่ที่สุดในชีวิตเลยก็ว่าได้ ไม่ใช่จำนวนที่เยอะนะครับ แต่ระดับของคนที่มาร่วมงานนี้เป็นคนที่เคยเห็นแต่ในสื่อ ในคลิป หรือโลกโซเชียลที่ผมติดตามผลงานมาตลอด ซึ่งก่อนเริ่มงานสัปดาห์เป็นวันของการทำอาหารเพื่อชิม ผมรับผิดชอบเมนูขนมของงานนี้ โดยส่วนตัวไม่ได้ถนัดการทำขนมมากเท่าไร แต่ถือเป็นโอกาสที่ได้ร่วมทำงานใหญ่ ยิ่งถ้าเราทำในสิ่งที่ไม่ถนัดแต่ออกมาดี สำหรับผมก็ประสบความสำเร็จอย่างมากแล้ว โดยเฉพาะเมื่อเชฟระดับโลกได้ชิมและคอมเมนต์ค่อนข้างดี ไม่มีติอะไร เหมือนได้ยกภูเขาออกจากอกเลยที่เดียว ก่อนหน้านี้อีกดั้นกับงานนี้มาก ด้วยความที่เราเด็กสุดในงานเลยก็ว่าได้ แต่เชื่อไหม ผมไม่เคยกลัวสักนิด เพราะเป็นคนที่ชอบความท้าทายและเรียนรู้ไปด้วย มันทำให้ผมพัฒนาตัวเองได้ดี กลับมาที่วันจริงของหวานถือเป็นงานปิดท้ายอยู่แล้ว ยิ่งกดดันเข้าไปอีก เพราะถ้าปิดคอร์สอาหารไม่ดี มันจะส่งผลกระทบต่อทุกส่วนด้วย แต่ภาพรวมงานหลังทุกคนกินขนมเสร็จ มีแต่คำชม ผมรู้สึกดีอย่างมากจนหายเหนื่อยเลยครับ

ขนมมัคกอด

วัตถุดิบ

ไข่ไก่ 2 ฟอง / น้ำตาล 80 กรัม / แป้งเค้ก 80 กรัม / กะทิ 45 กรัม / เกลือ 1 ช้อนชา / sp (โอวาเลต) 1 ช้อนชา / ผงฟู 1 ช้อนชา / เนย 30 กรัม

วิธีทำ

เริ่มแรกร่อนแป้งกับผงฟูเข้าด้วยกันแล้วพักไว้ จากนั้นตีไข่ และน้ำตาลจนขึ้นฟู ตามด้วยส่วนผสมที่เหลือยกเว้นเนย ลงตีความเร็วสูงนาน 7 นาที จากนั้นตีด้วยความเร็วต่ำอีก 1 นาที จึงใส่เนย เข้าอบที่ 180 องศาเซลเซียส ประมาณ 12 นาที

ข้าวหอมนิลอบควันเทียน

วัตถุดิบ

ข้าวหอมนิลโครงการหลวง 50 กรัม / กะทิ 150 กรัม / น้ำเปล่า 150 กรัม / น้ำตาล 50 กรัม / เทียนอบแบบโบราณ

วิธีทำ

ผสมกะทิ น้ำเปล่า และข้าวหอมนิลรวมกัน ใส่หม้อตั้งไฟ ต้มจนข้าวสุกเปื่อย จึงกรองเอาแต่น้ำข้าว นำมาปั่นผสมกับน้ำตาล หากอยากให้เหลวขึ้น ให้ใส่น้ำที่กรองเพิ่มลงไปนิดหน่อย จากนั้นนำไปอบควันเทียนทิ้งไว้ 1 คืน

มูสเสาวรส

วัตถุดิบ

น้ำเสาวรส 100 กรัม / เกลาติน 3 แผ่น / ไข่แดง 2 ฟอง / น้ำตาล 100 กรัม / วิปป์ครีม 200 มิลลิลิตร

วิธีทำ

นำน้ำเสาวรสกับน้ำตาลตั้งไฟจนเดือด แล้วตีไข่แดงผสมลงไป จากนั้นร่อนให้อุ่น ค่อยๆ ใส่เกลาตินผสมเข้าไป แล้วมาตีวิปป์ครีมให้ขึ้นฟู จึงผสมกับน้ำเสาวรสให้เข้ากันดี นำไปแช่เย็นให้เซตตัว <<



Thai Snack Royal Project Style

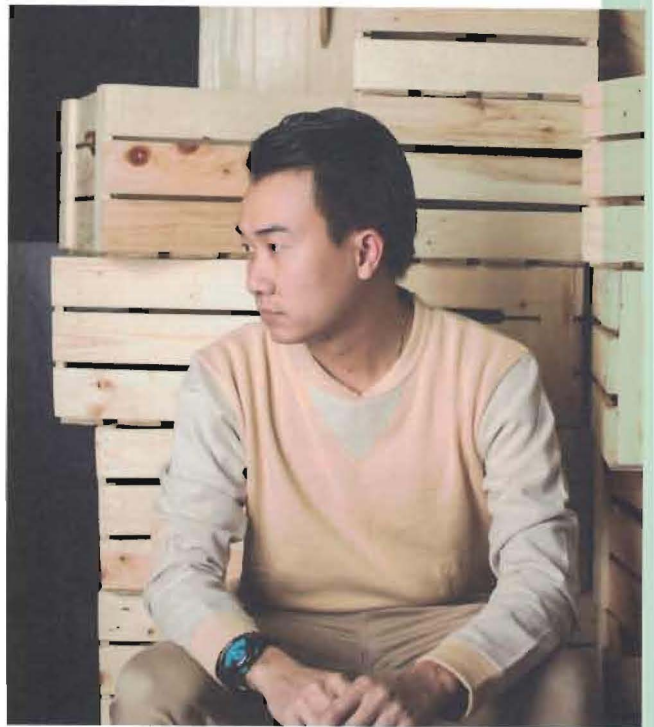
ของว่างไทยสไตล์โครงการหลวง

นับว่าเป็นพระอัจฉริยภาพในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 9 ที่ทรงมีพระราชดำริในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของชนเผ่าชาวเขาตามพื้นที่ภาคเหนือของประเทศไทย ซึ่งมีปัญหาเรื่องการปลูกฝิ่น การบุกรุกทำลายผืนป่า ต้นน้ำลำธาร โดยการริษชาติดิน ให้ใช้พื้นที่ทำไร่ในส่วนที่ควรเพาะปลูก ป่าก็อยู่ส่วนป่า อย่าให้รุกรากัน เป็นต้น โดยมีหม่อมเจ้าภุชเชฐ รัชนี้ เป็นผู้สนองพระบรมราชโองการในตำแหน่งผู้อำนวยการ ในปี พ.ศ. 2512 โครงการหลวงส่วนพระองค์จึงริเริ่มขึ้น เกิดการวิจัย และพัฒนาการเกษตรเพื่อพิชิตนาพวรรณให้เหมาะสมกับพื้นที่นั้นๆ รวมถึงการปลูกสัตว์ โดยมีอาจารย์จากมหาวิทยาลัย สถาบันการศึกษา และหน่วยงานราชการคอยช่วยเหลือ แนะนำเกษตรกรให้มีความรู้วิชาการต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิต เพื่อให้เกิดอาชีพ และผลิตผลทางการเกษตรที่มีคุณภาพ

ในครั้งนี้ เชฟใหม่เลือกใช้ผลิตภัณฑ์โครงการหลวงคือ ข้าวกล้องดอยใบยูเอสเอมินต์ และผักสลัดชนิดต่างๆ มาทำเมนู “ข้าวตังกล้องหน้าพลาทะเล” ของว่างจากภูมิปัญญาแบบชาวบ้านซึ่งใช้ข้าวสวยที่เหลือจากการรับประทานมาทำ ตัวข้าวตังทำจากข้าวกล้องดอยหลายชนิดรวมกัน (ประกอบด้วยข้าวกล้องสีน้ำตาล ข้าวกล้องแดง ข้าวไรซ์เบอร์รี่) อัดพิมพ์ตากแห้ง แล้วนำไปทอดจนกรอบ ได้สีส้มที่แปลกตาออกไป เป็นสีม่วงอ่อนอมแดงเล็กน้อย พร้อมกับหอมกลิ่นของข้าวกล้องทอด ปกติรับประทานคู่หน้าตังที่ทำจากกะทิ และเนื้อสัตว์ รวมถึงเมี่ยงลาวทอดด้วยใบผักกาดดองก็มานมกินคู่ข้าวตังได้เช่นกัน ส่วนหน้าพลาทะเล (พลาคือย่านชนิดหนึ่ง แต่ต่างจากยาตรางที่ ใช้เนื้อสัตว์ที่ย่าง หรือทำให้สุกๆ ดิบๆ เล็กน้อย แล้วมาทำให้สุกต่อด้วยน้ำมันาว เสน่ห์ของพลาทะเลอยู่ที่ต้องเคล้าน้ำมันาวตะไคร้ และหอมแดงกับเนื้อทะเลอ่อนๆ จะช่วยทำให้ไม่คาว มีกลิ่นหอม โรยตามด้วยใบมะกรูดซอย พริกชี้ฟ้าแดงซอย และใบมินต์ แล้วราดน้ำพลาเกิดเป็นการผสมผสานที่ลงตัวของรสชาติอาหาร) เชฟใหม่เลือกมารับประทานคู่ข้าวตังกล้อง ได้รสชาติจัดจ้าน เคี้ยวเพลิน ไม่เลี่ยน เทคนิคคือเมื่อรองหน้าพลาทะเลนี้ด้วยผักสลัดใบเล็กบนข้าวตังกล้องจะไม่แฉะ ตกแต่งด้วยพริกชี้ฟ้าแดง และยอดยูเอสเอมินต์ ให้กลิ่นหอมเย็นๆ ไม่แพ้ใบสะระแหน่เลย เมนูนี้เป็นอาหารว่างสไตล์ไทยนำรับประทาน ด้วยสีส้มและการจัดวางเป็นชั้นพอค้ำเทียบเท่าคานาเป้แบบฝรั่งที่ใช้แครกเกอร์หรือขนมปังกรอบเล็กๆ

เคล็ดลับความอร่อย

นำตะไคร้ทุบ ใบมะกรูดคั้น ใส่ลงในหม้อที่ตั้งน้ำลวกเนื้อสัตว์ จะช่วยให้เนื้อนุ่ม และปลาหมึกมีกลิ่นหอม ไม่คาว ในส่วนของการจัดเสิร์ฟ สามารถแยกส่วนผสมในการจัดเสิร์ฟเป็นชุดๆ ได้ เพื่อความสวยงาม และในขณะที่ยังไม่รับประทาน ข้าวตังก็จะต้องคงความกรอบอีกด้วย



ส่วนผสมข้าวตังกล้อง

ข้าวกล้องดอยหุงสุก (ทอดเป็นแผ่นราว 15-20 แผ่น)

วิธีทำ

นำมาแปรรูปเป็นข้าวตังโดยการอัดใส่พิมพ์ สามารถทำเป็นชั้นกลม หรือเหลี่ยมก็ได้ ความหนาประมาณไม่เกินครึ่งเซนติเมตร นำไปตากแดด สัก 2 วัน เพื่อให้แห้งสนิท ก่อนใช้ให้นำแผ่นข้าวตังกล้องไปทอดในน้ำมันปาล์มที่ร้อนจัด แล้วหรีเป็นฟองอ่อน ทอดพอสุกพอง นำขึ้นพักให้สะเด็ดน้ำมัน สามารถเก็บใส่ขวดโหลไว้ได้นานพอสมควร

ส่วนผสมพลาทะเล

กุ้งชีแฮ้ตัวขนาดกลาง 150 กรัม / ปลาหมึกกล้วยหั่นชิ้น 150 กรัม / ตะไคร้ซอยบาง 20 กรัม / หอมแดงซอย 20 กรัม / น้ำปลาอย่างดี 20 กรัม / น้ำมันาว 30 กรัม / น้ำพริกเผา 15 กรัม / น้ำตาลปี๊บ 10 กรัม / ผักสลัดชนิดต่างๆ เช่น เรดิชิโอ บัตเตอร์เฮด ผักคอส กรีนโอ๊ค / ยอดยูเอสเอมินต์ พริกชี้ฟ้าแดงซอย และใบมะกรูดซอย สำหรับตกแต่ง

วิธีทำ

1. ตั้งน้ำใส่หม้อพอเดือด ใส่เนื้อกุ้ง และปลาหมึกที่หั่นชิ้นพอค้ำ ลงลวกพอสุก ตักขึ้นพักไว้
2. เตรียมอ่างผสม ใส่ น้ำปลา น้ำมันาว น้ำพริกเผา และน้ำตาลปี๊บ คนจนส่วนผสมของน้ำพลาละลายเข้ากันแล้วพักไว้
3. เตรียมข้าวตังก่อนจัดเสิร์ฟ โดยวางข้าวตังบนภาชนะ ตามด้วยผักสลัดด้านบน ตกเนื้อกุ้ง หรือปลาหมึกที่เคล้าด้วยตะไคร้ซอย และหอมแดงซอย โรยใบมะกรูด และพริกชี้ฟ้าแดงซอย ตกแต่งด้วยยอดยูเอสเอมินต์ จึงราดน้ำพลาเล็กน้อย ก่อนจัดเสิร์ฟ <<



Butter Poached Crayfish Lobster With Dashi jelly, Wasabi-mayo, Soy Foam and Salmon Roe



ปัจจุบันโครงการหลวงได้มีการพัฒนาทางด้านการผลิตวัตถุดิบให้มีความเป็นสากลขึ้น เพื่อให้รองรับกับความต้องการของตลาดมากมาย ไม่ว่าจะเป็น โกะเบรส โกะฟ่า เนื้อกระต่าย ปลาเรนโบว์เทราต์ คาร์เวียร์ ปูชน สมุนไพรนอกต่างๆ ก็มีเกือบทุกชนิด ทั้งผัก ผลไม้ ดอกไม้กินได้ ไม้เมืองหนาวต่างๆ รวมไปถึงผักออร์แกนิก นับเป็นแหล่งรวมสินค้าหายากแห่งหนึ่ง และเป็นสวรรค์ของคนทำอาหารก็ว่าได้

วันนี้ผมจะมาใช้ crayfish lobster หรือกุ้งก้าม มาทำอาหารในสไตล์ของผม ขอเกริ่นก่อน กุ้งก้ามที่โครงการหลวงเลี้ยงนั้นเป็นสายพันธุ์นำเข้ามาจากออสเตรเลีย เริ่มทำการวิจัยและเพาะพันธุ์ ตั้งแต่ปี 2548 โดยทดลองเลี้ยงในนาข้าวของเกษตรกรชาวเขา ที่บ้านแม่กลางหลวง ดอยอินทนนท์ จังหวัดเชียงใหม่ ผลที่ได้คือกุ้งก้ามมีอัตราการรอดที่ดี ไม่ทำลายต้นข้าว อีกทั้งมูลของกุ้งก้ามยังเป็นปุ๋ยอินทรีย์ธรรมชาติอีกด้วย ส่งผลให้เกิดการส่งเสริมการขายพันธุ์กุ้งก้ามมากขึ้น นั่นจึงทำให้วัตถุดิบชนิดนี้กลายเป็นอีกหนึ่งผลิตภัณฑ์ที่น่าสนใจของโครงการหลวง

ส่วนผสมกุ้งก้ามลอกเนย (butter poached crayfish lobster)

กุ้งก้าม / เนย (ตัดเป็นก้อน) 4 ช้อนโต๊ะ / น้ำ 1 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

เอาน้ำใส่กระทะตั้งไฟแรงจนเดือด แล้วลดไฟลงต่ำสุด จากนั้นก็ค่อยๆ ใส่เนยลงทีละก้อน ใช้ตะกร้อมือคนให้เนยกับน้ำเข้ากัน (emulsify) พอเนยกับน้ำเริ่มเข้ากัน ใช้ที่วัดอุณหภูมิให้ได้ประมาณ 70 องศาเซลเซียส แล้วเอากุ้งก้ามที่เตรียมไว้ลงมาทอดประมาณ 5 นาทีให้สุกกำลังดี อย่าให้สุกเกินไป ☞

วิธีแต่งจาน

กุ้งก้ามลอกเนยเสิร์ฟคู่กับเยลลี่ดาชิ (ใช้สต็อกดาชิผสมกับเจลาติน) วาซาบิมาโย (ผงวาซาบิกับมายองเนส) ซอยโฟม (ซีอิ๊วญี่ปุ่นตีกับซอylexidin ให้เป็นฟอง) แล้วแต่งด้วยไข่ปลาแซลมอน สาหร่ายโนริ แรดิชคอง ดอกไม้กินได้ ใบมิซึน่า และไมโครกรีน





Royal Project Fig Tart: Delicious and Elegance

ผมรู้สึกดีใจเป็นอย่างมากที่ foodstylist เล่มนี้ จะเป็นเรื่องราวของผลผลิตจากโครงการหลวงทั้งหมด ตัวผมเองเคยมีโอกาสไปใช้วิธีการทำขนมจากสินค้าโครงการหลวงเมื่อหลายปีก่อน พบว่าเรามีผลิตภัณฑ์หลายอย่างที่ตอนแรกไม่คิดว่าจะสามารถปลูกในประเทศไทยได้ อย่างผลไม้เมืองหนาว จนเมื่อเร็วๆ นี้ที่ต้องเปิดร้านเป็นของตัวเอง ได้ลองติดต่อไปยังโครงการหลวงเพื่อขอรายละเอียดสินค้ามาลองดู ยิ่งต้องประหลาดใจว่าหลายอย่างที่ต้องนำเข้าจากต่างประเทศ ในราคาที่ไม่แพง เราสามารถหาซื้อได้จากโครงการหลวงใกล้ๆ เราได้เลย พวกดอกไม้กินได้ที่ชอบเอามาจัดตกแต่งจานกันก็หาซื้อได้ที่นี้เลย วันนี้ผมเลยขอเอาผลไม้สดโปรดจากโครงการหลวงมาทำขนมให้คุณผู้อ่านชมกัน นั่นก็คือ “fig” หรือ มะเดื่อครับ และคงไม่มีอะไรเหมาะกว่าการนำมาทำทาร์ตแสนอร่อย แถมรูปร่างหน้าตาสวยงามน่ารับประทานยิ่งกว่าอะไร

ส่วนผสมแป้งทาร์ต

แป้งอเนกประสงค์ 250 กรัม / เนยจืดเย็น 125 กรัม / น้ำตาลไอซิ่ง 125 กรัม / ไข่ 1 ฟอง / อัลมอนด์ป่น 50 กรัม

วิธีทำ

เริ่มจากทำแป้งทาร์ต (pate sucre) ก่อนเลย นำแป้งอเนกประสงค์มาร่อนใส่ในโถตี จากนั้นหั่นเนยเย็นจัดเป็นสี่เหลี่ยมลูกเต๋าเล็กๆ ใส่ลงไปพร้อมกับของแห้ง ใช้หัวไม้ความเร็วนปานกลาง ตีจนกระทั่งส่วนผสมเริ่มกลายเป็นเม็ดร่วนเล็กๆ คล้ายเม็ดทราย (ขั้นตอนนี้ใครไม่มีเครื่องผสมแป้ง ให้ใช้ที่สับแป้งก็ได้ครับ สับส่วนผสมไปมาจนได้เป็นเม็ดร่วนๆ) ใส่น้ำตาลไอซิ่งและอัลมอนด์ป่นลงไป ผสมให้เข้ากัน จากนั้นเติมไข่แล้วตีต่อจนส่วนผสมเริ่มจับตัวกันเป็นก้อนหนียวๆ แล้วปิดเครื่อง เทส่วนผสมลงบนโต๊ะ ใช้อุ้งมือกดแป้งไปกับโต๊ะ 2-3 ครั้ง จนกลายเป็นเนื้อเดียวกัน จึงปั้นแป้งให้เป็นทรงกลมแล้วตบให้แบน ท่อด้วยพลาสติก นำเข้าตู้เย็นจนแป้งเริ่มคงตัว ไม่นิยมจนเกินไป นำออกมารีดด้วยไมรีดแป้งให้แผ่นแป้งมีความหนาประมาณ 3 มิลลิเมตร นำไปกรุลงในทาร์ตริง ใช้ส้อมจิ้มบริเวณฐานให้ทั่ว เพื่อให้ไอ้หน้าสามารถระบายออกได้เวลาอบ บริเวณฐานจะได้เรียบไม่แอ่นนูน นำเข้าตู้เย็นพักจนแป้งเย็นแข็งขึ้น เวลาอบจะได้ไม่หดตัว นำเข้าอบที่อุณหภูมิ 150 องศาเซลเซียส ประมาณ 20 นาที จนแป้งกลายเป็นสีน้ำตาลทอง นำออกมาทิ้งไว้ให้เย็น

ส่วนผสมไส้มาสคาร์โปเน

วิปป์ครีม 135 มิลลิลิตร / ชีสมาสคาร์โปเน (mascarpone cheese) 200 กรัม / น้ำตาลทราย 3 ช้อนโต๊ะ / น้ำผึ้ง 1 ช้อนโต๊ะ / เซสตร์สลิ้ม (orange zest) 1 ช้อนชา / เหล้าส้ม 1 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

ตีวิปป์ครีมให้ตั้งยอดอ่อน จากนั้นนำมาตะล่อมเข้ากับชีสมาสคาร์โปเน น้ำตาลทราย น้ำผึ้ง เซสตร์สลิ้ม และเหล้าส้ม

วิธีประกอบทาร์ตมะเดื่อสด

บีบไส้มาสคาร์โปเนใส่ทาร์ตที่เย็นแล้ว นำเข้าไปแช่เย็นให้เซตตัว หั่นมะเดื่อเป็นสี่ส่วน จัดวางลงบนทาร์ตให้สวยงาม โรยหน้าด้วยน้ำตาลไอซิ่ง พร้อมรับประทาน ☞



inspiration

“การคิดสรรวัตถุดิบจากมือผู้ปรุงแต่ง
หยิบเน้นเพียงของดีที่นำมาซึ่งงานอันสมบูรณ์แบบ
รสชาติอันจริงแท้จากธรรมชาติ เปรียบด้วยคุณภาพ
เสริมรับต่อร่างอันแสนอบบางของมนุษย์”

chef we love

“เมื่อสองปีก่อนผมไปโครงการหลวงบนเชียงใหม่เป็นครั้งแรก
ยิ่งประทับใจเข้าไปอีก พอได้รู้เกี่ยวกับเรื่องราวที่ในหลวงทำเพื่อคนไทย
จึงบอกกับเชฟไปว่าเราควรใช้ของจากโครงการหลวง
ของที่มาจากธรรมชาติจริงๆ ก่อนจะอิมพอร์ตวัตถุดิบต่างๆ เข้ามา”
เชฟโอลิวีเย ลิมุแซง l'atelier de joël robuchon bangkok

market share

“ตลาดทำเตียนขึ้นชื่อเรื่องของทะเลแห้ง ซึ่งที่นี่เป็นท่าเรือ
มาตั้งแต่ต้นรัตนโกสินทร์แล้ว เมื่อก่อนคนพระนครค้าขายกันทางน้ำ
ลงของแล้ว ก็เลือกซื้อกันบริเวณนี้เลย”



๘๐/๓๐ The Balance of Life

ควีนจางๆ จากเตาถ่านลอยมาต้อนรับทันทีที่เปิดประตู เชฟบรรจงลงมืออย่างกุ่มลายนี้ออ ดันกระเทียม หอมใหญ่ และข้าวโพดจนส่งกลิ่นหอมยั่วชวนชวนเรียกน้ำย่อย ก่อนจะจัดแจงใส่จานใบใหญ่เสริมรสด้วยโพลเนตาเมล็ดข้าวโพดบดแสนเข้มข้น อีกฝั่งของจานเป็นมูสเนื้อกึ่งพันกึ่งขยำขาว ตัดรสมันเค็มด้วยซอสมะขามสูตรเด็ด ตกแต่งด้านบนอีกนิดด้วยลูกหยีจากทางใต้ ใส่ความตั้งใจบวกกับความรักในการทำอาหารลงไป กลายเป็นเมนู “tiger prawn” แสนอร่อย หากใครได้ชิมเชื่อว่าจะต้องติดใจแน่นอน

คงปฏิเสธไม่ได้ว่าความคลาสสิกตลอดสองข้างทางของใจกลางเมืองหลวง แต่เก่าก่อนอย่างถนนเจริญกรุงถือเป็นมนต์เสน่ห์ที่นำหลงใหลอยู่ไม่น้อย เชฟพล-ณพล จันทรเกตุ และหุ้นส่วน จึงหยิบยกเอาความเป็นไทย 80 เปอร์เซ็นต์ ผสมรวมเข้ากับความเป็นฝรั่งอีก 20 เปอร์เซ็นต์ได้อย่างน่าสนใจ



“I want to make the world knows about Thai ingredients, so we try to find something new and make it in our style.”

“ผมดูแลเรื่องอาหาร ส่วนภรรยาผมคือเชฟซาก็ จะดูแลเรื่องขนมหวาน และหุ้นส่วนอีกสองคนรับผิดชอบหน้าร้าน ทั้งเรื่องฟู้ด หรือแม้แต่การตลาดทั้งหมด ส่วน ๘๐/๒๐ (เอ็ดดี้ทเวนต์) นอกจากจะเป็นชื่อร้านแล้วยังเป็นปรัชญาในการใช้ชีวิตของผมด้วย จะใช้ส่วนมากไปกับการออกกำลังกาย กินอาหารดีๆ ส่วนน้อยก็ไว้กินชีสเค้กหรือแฮมเบอร์เกอร์ไป ผมคิดว่ามันเป็นความสุขที่ดีและเวิร์ค”

ความเพียรยังอยู่ที่โลโก้ของไทยที่ช่วยเน้นย้ำให้เห็นว่าใช้ของไทยมากถึง 80 เปอร์เซ็นต์ โดยมีตลาดน้อยเป็นแหล่งวัตถุดิบสำคัญที่เชฟพล้มักไปสรรหา และทำความรู้จักกับพืชผักพื้นบ้านใหม่ๆ จากพ่อค้าแม่ขายที่มีมานะนำอยู่เสมอ

“แม่และญาติผมอยู่ที่ต่างจังหวัด เป็นคนที่พอรู้ว่าผักพื้นบ้านคืออะไร ก็มีแนะนำให้ เช่น เป็ะตำบึง คล้ายกับผักโขมแต่จะกรอบมากกว่า และยังเป็นสมุนไพรไทยด้วย วัตถุดิบที่ใช้ในร้านก็จะเลือกตามฤดูกาล เพราะดีสุด และยังมีให้เลือกอยู่เยอะ ยิ่งตอนนั้นคนใส่ใจในการกิน ดูแลตัวเองมากขึ้นด้วย”

ต้องยอมรับว่าทุกวันนี้เราไม่ได้กินอาหารจากการลิ้มรสชาติเพียงอย่างเดียว แต่มันยังมีองค์ประกอบต่างๆ รวมอยู่ด้วย ทั้งบรรยากาศ วิธีจัดจาน และการนำเสนอ เชฟพลเป็นอีกคนหนึ่งที่ยพยายามนำเสนออะไรใหม่ๆ ให้แก่วงการอาหารบ้านเรา หาความบาลานซ์ของรสชาติที่ถูกปากคนไทย และรักษารสชาติตามแบบฉบับของอาหารยุโรป

“สไตล์ของร้านจะเป็นแบบอาหารไทยที่น่ากลับมาทำใหม่ เป็น rediscover thai cuisine ผมอยากจะเป็นหน้าต่างให้คนทั่วโลกที่ยังไม่รู้จักรสชาติไทยดีพอ พยายามหาอะไรแปลกใหม่มาดัดแปลงในแบบของตัวเอง โดยใช้เทคนิคยุโรปในการประกอบอาหาร แต่ก็ยังคงวิธีการปรุงแบบดั้งเดิมไว้ เช่น การใช้ถ่านย่างเหมือนเมนูที่ทำในวันนี้”

ก่อนจะมาเป็นเชฟใหญ่ในครัวแห่งนี้ เชฟพลเล่าย้อนไปถึงสมัยวัยเรียนที่เคยเป็นนักศึกษาสาขาบริหารในแคนาดามาก่อน

“ผมเรียนรู้การทำอาหารมาจากแม่ แล้วผมเป็นลูกคนเดียว เวลาแม่ทำอะไรก็จะเรียกมาช่วยหยิบนั่นหยิบนี่ ตอนแรกก็ไม่ว่าตัวเองชอบขนาดไหน แต่ก็ลองสังเกตดูจากการอ่านหนังสือ เวลาอ่านพวกกฎหมายหรือการเงินจะง่วงตลอด แต่พอเกี่ยวกับอาหารอ่านได้จนถึงเช้า ก็รู้ตัวเอง เราชอบตรงนี้จริงๆ เลยมาตั้งใจเรียนเชฟ และทำงานในร้านอาหารฝรั่งเศสเล็กๆ เขาให้เราหัดทำทุกอย่าง โดนดู โดนตำหนิ แต่ก็ไม่เคยท้อ อยากรู้อยู่ต่อไปเพราะอยากรู้ เราทำอะไรก็ต้องตั้งใจ เอาชนะตัวเองให้ได้”

นอกจากนี้ยังย้ำเตือนถึงระยะเวลาห้าปีหลังเรียนจบว่าควรจะเป็นช่วงที่เราค้นหาตัวเองว่าชอบอะไร ศึกษาจากการทำงานให้มากที่สุด เรียนรู้การทำงานจากหลายๆ ที่ และในช่วงวันหยุดพักผ่อนก็อาจจะหาสักร้าน ลองไปนั่งกิน ซึมซับว่าอาหารดีๆ เป็นอย่างไร แล้วเรากลับมาทำแบบนั้นได้ไหม ก่อนที่เชฟจะกล่าวทิ้งท้าย

“การเป็นเชฟคุณจะไม่หยุดเรียนรู้ไม่ได้ เพราะเราสามารถโตขึ้นได้เรื่อยๆ เราจะเตือนตัวเองเสมอว่าเราสามารถเรียนรู้ได้ตลอดเวลา ยูนิฟอร์มของที่นี่เป็นชุดนักเรียนก็เพื่อย้ำเตือนถึงสิ่งนั้น”

การเดินทางตามหาฝัน แม้จะมีท้อบ้าง เหนื่อยบ้าง แต่เชื่อว่าถ้าทำสำเร็จ มันจะกลายเป็นความภาคภูมิใจและความสุขที่ยิ่งใหญ่ ยิ่งเป็นสิ่งที่เรารักแล้วมันก็มีก็จะออกมาดีเสมอ <<

Maestrella

MOZZARELLA



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

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





Michelin Star Chef's Ingredient

“เพียงแค่มัผักตึ๋ สักหนึ่งอย่าง
เมนูนั้นก็สลัดที่อร่อยมากได้แล้ว”

เมื่อได้ยืนเชฟพูดเช่นนี้ เราก็ไม่พลาดที่จะพิสูจน์เมนู “apple and beetroot tartar with guacamole and green mustard sherbet” แอปเปิ้ล และบีตรูตทาร์ทาร์ กินคู่กับซอสกัวคาโมเล่ อโวคาโดเนื้อเนียน ท็อปด้านบนด้วยสมุนไพรใบเล็กอย่างผักชีฝรั่งกับผักเซอร์วิลสดจากโครงการหลวงตัดกับรสซ้านิดๆ ด้วยซอสเซอร์เบทมัสดาร์ต หลังจากเคี้ยวไปคำหนึ่ง เราก็เข้าใจแล้วว่าผักตึ๋ ไม่ก็ชนิดเป็นสลัดที่อร่อยมากได้อย่างไร



“First, you must ask yourself what can make you do better. Second, you must stay humble. And the last thing is to be with the simple cooking and selected the best ingredients”

บรรยากาศอันหรูหราของร้านอาหารฝรั่งเศสโดยเชฟมิชลินสตาร์ โจเอล โรบูซง ที่มีดาวประดับครัวมากที่สุดในโลกแห่งนี้ทำเอาเกิดอาการเกร็งๆ ผลความตื่นตันทันกับการตกแต่งโหนดีตา-แดงที่ชวนให้จินตนาการถึงหน้าตาอาหารอันล้ำเลิศ แต่เมื่อเจอกับถั่วที่นิ่งบาร์ยาวแบบครัวเปิด เราก็เริ่มเห็นภาพการพูดคุยระหว่างเชฟ และแขกที่มารับประทานอาหาร อาการขีตเขินจึงมีน้อยลง จนกระทั่งได้พูดคุยกับเชฟโอลิเวีย ลิมูแซง เอ็กเซ็กคูทีฟ เชฟ ระดับมิชลินสองดาวผู้เคยเคียงคู่เชฟโรบูซงมากว่าสิบปีแห่งร้านอาหาร ลัตเตอเลีย เดอ โจเอล โรบูซง กรุงเทพฯ (L'Atelier de Joël Robuchon Bangkok) บทสนทนาอันน่าประทับใจจึงเริ่มขึ้น

“สำหรับผมและมิสเตอร์โรบูซง เราเน้นเรื่องอาหารเพื่อสุขภาพ ต่างจากอาหารฝรั่งเศสทั่วไปที่ใช้แต่เนยกับนม แหล่งที่มาของวัตถุดิบจึงเป็นเรื่องสำคัญมากๆ เมื่อสองปีก่อนผมไปโครงการหลวงบนเชียงใหม่เป็นครั้งแรก ผักผลไม้ของเขาสวยเหมือนในหนังสือภาพที่ผมเคยดูเมื่อสมัยอยู่โรงเรียนอาหารในฝรั่งเศส ยิ่งประทับใจเข้าไปอีก พอได้รู้เกี่ยวกับเรื่องราวที่ในหลวงทำเพื่อคนไทย จึงบอกกับเชฟไปว่าเราควรใช้ของจากโครงการหลวง ของที่มาจากธรรมชาติจริงๆ ก่อนจะอิมพอร์ตวัตถุดิบต่างๆ เข้ามา จนตอนนี้เราใช้ของตามฤดูกาลจากที่นี่มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ เพราะผมก็ไม่ต้องการใช้ของจากบริษัทใหญ่ๆ ที่เราไม่รู้แหล่งที่มา”

นอกจากความดีงามของวัตถุดิบโครงการหลวงแล้ว ร้านลัตเตอเลียฯ ยังมีเมนูชิกเนเจอร์เนื้อลูกแกะอายุไม่เกินสามเดือนย่างกับสมุนไพรรฝรั่งเศสเกิดเป็นรสชาติที่มาจากวัตถุดิบอย่างแท้จริง และเพิ่มความพิเศษไปอีกด้วยการเป็นเนื้อส่งตรงจากเมืองปีเรเน (pyrene) โดยฟาร์มเล็กๆ ที่ให้น้ำนมเป็นอาหาร กลิ่นหอมจึงซึมลึกถึงชั้นเนื้อ แกรมฟาร์มนี้ยังส่งเนื้อให้เฉพาะร้านโรบูซงฯ ทั่วโลกเท่านั้น

“ถึงเมนูเนื้อลูกแกะจะเป็นจานที่เรียบง่ายมาก แต่ขณะเดียวกันก็เป็นจานที่ทำได้ด้วย ข้อสำคัญคือเราจะต้องเคารพในวัตถุดิบเสมอ เช่นได้เนื้อมาหนึ่งชิ้น จะตัดแต่งเหลือเศษเท่าไรก็ต้องสามารถนำไปใช้ได้ทั้งชิ้น และแม้จะอิมพอร์ตของเข้ามาแต่เราก็พยายามหาวัตถุดิบท้องถิ่นมาใช้ร่วมกันด้วย เป็นหน้าที่ของเชฟที่จะทำยังไงให้ทั้งสองสิ่งอยู่ร่วมกันในจานเดียวให้ได้”

กว่าจะออกมาเป็นอาหารจานสมบูรณ์ได้ เชฟบอกกับเราว่าเพียงสามข้อเท่านั้นที่ต้องมีคือ หนึ่ง มีวัตถุดิบที่ดีเป็นของสดใหม่ อย่างที่สอง มีทีมที่ดีเพื่อทำอาหารขึ้นมา และอย่างสุดท้ายคือการปรุงรส ทั้งเค็ม เปรี้ยว เผ็ด หรือหวาน เท่านั้นก็เพียงพอแล้ว

“ผมเชื่อว่าการทำอาหารไม่ใช่แค่ทำเพื่อกิน แต่คือการมอบความสุข หมกคลุกคลีกับการทำอาหารตั้งแต่ 7-8 ขวบ จึงเห็นว่าไม่ใช่แค่กินให้อิ่ม แต่มันยังอยู่ในบรรยากาศที่ช่วยให้คนมีความสุขด้วย เหมือนที่ร้าน เมื่อแขกเข้ามานั่ง เชฟจะเข้าไปพูดคุยแฮรี่ไอดีกัน ให้เขาได้อะไรมากกว่าการมานั่งกินข้าว เป้าหมายผมก็คือการมอบความสุขให้แก่คนที่มา ให้กับทุกคนในทีม ถ้าทุกคนแฮรี่ก็ถือว่าประสบความสำเร็จแล้ว การทำอาหารมันจึงไม่ใช่งาน มันคือแพชชั่น เป็นสิ่งสำคัญเลยที่ต้องมี”

แววประกายในดวงตาเกิดขึ้นพร้อมกับรอยยิ้มเมื่อเชฟโอลิเวียเอ่ยถึงความหลงใหลที่ว่า ซึ่งนอกจากนี้ยังมีคุณสมบัติอื่นๆ ที่เชฟที่ดีควรเป็น

“ผมเรียนรู้จากมิสเตอร์โรบูซงในเรื่องของการพัฒนาตัวเอง คุณจะต้องถามตัวเองเสมอว่ามีอะไรบ้างที่จะทำให้เก่งขึ้นได้อีก อย่างที่สอง ต้องนอนนอนถ่อมตัวไม่ว่าจะเป็นคนดังแค่ไหน อย่าลืมนะเราเป็นเชฟ เป็นคนทำอาหาร และสุดท้ายคือการอยู่กับความเรียบง่ายในการทำอาหาร จึงเลือกใช้วัตถุดิบที่ดีที่สุด”

เมื่อถามถึงความท้าทายของการเป็นเชฟที่ปรุงอาหารให้แก่ร้านระดับหลายดาวมิชลิน เชฟโอลิเวียเอ่ยถึงกับทำเสียงเขมบอกว่าเมื่อทำงานในร้านอาหารระดับนี้การทำเมนูเดิมให้เหมือนกันในทุกวันเป็นเรื่องยาก ซึ่งต้องควบคุมคุณภาพทุกอย่างตั้งแต่การขนส่งวัตถุดิบ การจัดเก็บ การคูกัก จนถึงตอนเสิร์ฟอาหาร ทุกคนในทีมจึงมีความสำคัญมาก

เชฟทิ้งท้ายอีกว่าสภาพที่ทุกคนไม่ว่าจะตำแหน่งอะไรในร้านลัตเตอเลียฯ ต่างก็มีแพชชั่นในการทำอาหารให้ออกมาดีที่สุด เราเชื่อว่าเป็นเช่นนั้นจริง เพราะสามารถสัมผัสได้ถึงบรรยากาศแห่งความสุขขณะเคี้ยวเนื้อลูกแกะหอมละมุนนุ่มลิ้น **K**



ITALIAN HARD CHEESE



with historical mention dating back to the 13th century

A masterpiece of the Italian gastronomic art and continues to be produced in full accordance with ancient traditions.



Grated Cheese



Parmigiano Reggiano

Grana Padano



FOOD PROJECT
FOODSERVICE SOLUTION
www.foodproject.co.th

Tel. 02-770-8888 # 2138



To be an Asian Chef

สวัสดีครับท่านผู้อ่านทุกท่าน ตอนนี้อากาศที่เมืองโตเกียวก็เริ่มอุ่นขึ้นมาบ้างแล้ว นักท่องเที่ยวทั้งคนญี่ปุ่นเอง หรือนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติเองก็คิด คงเตรียมตัววางแผนมาท่องเที่ยวชมเทศกาลดอกซากุระ ซึ่งในช่วงที่ต้นซากุระออกดอกสวยงาม คนที่นี้จะมึนเทศกาลที่เรียกว่า “ฮานามิ” หรือปาร์ตีววงเล็กๆ ได้ต้นซากุระ โดยในมืออาหารจะมีการดื่ม และกินอาหารไปพร้อมกับชมดอกซากุระ เพื่อนๆ คนไหนมีโอกาสมาเที่ยวที่ญี่ปุ่นในช่วงเทศกาลนี้ก็อย่าพลาดเทศกาลฮานามิกันนะครับ

ก่อนหน้านี้ที่ผู้เขียนเคยกล่าวถึงอาชีพ และตำแหน่งที่เรียกว่า Asian Chef De Cuisine นั้น ทำให้น้องๆ และเพื่อนๆ เกิดแรงบันดาลใจ มีความสนใจเขียนเข้ามาถามในแฟนเพจถึงตำแหน่งนี้ ว่ามันคือเชฟอาหารประเภทอะไร แล้วต้องทำอะไรถ้าต้องการที่จะเป็น สำหรับผมเอง เมื่อแปดปีที่แล้วมีประสบการณ์ทำงานในตำแหน่งนี้มาก่อนที่ประเทศอียิปต์ เลยคิดว่าพอจะมีความรู้ และความเข้าใจที่จะมาถ่ายทอดประสบการณ์ตรงนี้ให้กับผู้อ่านทุกๆ ท่าน

สิ่งแรกก่อนที่เราจะเริ่มเดินสายอาชีพเอเชียนเชฟนั้น ต้องรู้ก่อนว่าในครัวเอเชียนั้นมีอาหารสัญชาติอะไรบ้างที่เราจะต้องเรียนรู้ ผู้เขียนขออนุญาตแบ่งให้ตามนี้เพื่อช่วยต่อความเข้าใจ

1. Far-East Asia เช่น อาหารญี่ปุ่น จีน และเกาหลี
2. Middle Asia เช่น อาหารดูไบ ตุรกี และเลบานอน
3. South Asia เช่น อินเดีย ศรีลังกา และเนปาล
4. Southeast Asia เช่น อาหารไทย อินโดนีเซีย และเวียดนาม

ตามที่คุณเขียนแบ่งมาจะเห็นว่าแค่อาหารแต่ละประเทศนั้นก็เยอะมากพออยู่แล้ว และนี่เราจะต้องเรียนรู้และทำอาหารแต่ละชาติให้ได้หมดเลยหรือเปล่า ตอบเลยว่าไม่ต้องถึงขนาดนั้น เพราะว่า Asian Chef De Cuisine ก็แบ่งตามโซนต่างๆ เป็น 4 โซนเหมือนกัน และสำหรับคนไทย เชฟไทยที่จะขึ้นไปเป็นเอเชียนเชฟทำงานอยู่ในประเทศต่างๆ ทั่วโลกนั้น อย่างน้อยก็ต้องมีความรู้ และสามารถทำอาหารในกลุ่มประเทศเพื่อนบ้านแถบ Southeast Asia ได้ และที่ต้องรู้เพิ่มเติมคือในส่วนของ Far-East Asia สรุปง่ายๆ การเป็นเอเชียนเชฟสำหรับเชฟไทยนั้น ต้องรู้ถึงอาหารไทย อาหารกลุ่มเพื่อนบ้าน อาหารจีน และอาหารญี่ปุ่น ผมเชื่อว่า การเป็นเอเชียนเชฟนั้นไม่่ง่ายเลย ต้องอาศัยประสบการณ์ในการเรียนรู้ อาหารชาติอื่นๆ ส่วนมากเท่าที่รู้จัก เพื่อนๆ ที่ทำงานในตำแหน่งนี้ก็เริ่มมาจากเป็น “Thai chef” มาก่อน หลังจากนั้นค่อยๆ อาศัยประสบการณ์ที่ทำงานในประเทศต่างๆ ยิ่งถ้าเราทำงานอยู่ในโรงแรมใหญ่ๆ เราก็มีโอกาสทำงานร่วมกับเชฟเอเชียนจากประเทศอื่นๆ ตรงนี้เราสามารถเรียนรู้แลกเปลี่ยนเทคนิคการทำอาหารเพิ่มขึ้นไปได้เรื่อยๆ

Asian Chef De Cuisine นั้นก็เป็นอีกหนึ่งทางเลือกสำหรับเชฟคนไทย ยิ่งถ้าเชฟคนไทยที่ชอบเรียนรู้อะไรใหม่ๆ ตลอดเวลาจะต้องชอบ และสนุกกับการทำงาน สุดท้ายถ้าจะเดินในสายของเอเชียนเชฟแล้วต้องทำใจ และให้เข้าใจว่าเวลาครึ่งหนึ่งของชีวิตนั้นไม่ได้อยู่เมืองไทยแน่นอน ชอบคุณครับ แล้วพบกันใหม่ในฉบับหน้า สวัสดีครับ **K**

อรรถพล ไบโต ถึงทอง
หัวหน้าพ่อครัว
ประจำโรงแรมเซราตัน แกรนด์ โตเกียว
ประเทศญี่ปุ่น
Chef De Cuisine
(Sheraton Grande Tokyo Bay Hotel,
Japan)

X-perience Dish Asian Gourmets

ประกอบไปด้วย ลิงคโปร์: BBQ หมูย่าง / อินโดนีเซีย: กาโดกาโตสลัด / เวียดนาม: ปอเปี๊ยะสดไส้ปู / เชียงใหม่: ข้าวซอยไก่

แรงบันดาลใจในการสร้างสรรค์เมนูทั้งสี่จานนี้เชฟได้มาจากการที่ต้องตอบโจทย์กระแสความนิยมอาหารอาเซียนที่กำลังเป็นที่นิยมชมชอบของคนโตเกียวในขณะนี้ และเชื่อว่าอีกไม่นานที่เมืองไทยหลังจากการเปิดประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน Asean Economic Community หรือ AEC อาหารเอเชียนสัญชาติต่างๆ จะเข้ามามีบทบาท และเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมการกินในบ้านเราอย่างแน่นอน





วิฑูรย์ วงษ์สวัสดิ์

กรรมการผู้จัดการ

โรงเรียนวิฑูรย์ค็อกเทลและไวน์

www.witooncocktailandwine.com

Wine (Glass) & Why (2) Harmony of Wine Glass & Difference Wine

เลือกแก้วไวน์ให้เข้ากับไวน์ (2)

มาตามนัด! เราต้องเจอกันในฉบับนี้เพราะคุยกันไว้แล้ว สำหรับคนที่กินเป็น ต้มเป็น และเปี่ยมไปด้วยรสนิยม โดยเฉพาะไวน์เอ็กซ์เพิร์ตผู้หลงใหลคลั่งคลือในรสชาติของเหล้าองุ่นเป็นพิเศษ

เอาเข้าจริงๆ ความสามารถในการชิมไวน์กว่าจะขึ้นแท่นได้ พรสวรรค์ก็มีส่วนช่วยเยอะมากเหมือนกันนะครับ คือพวกนี้มักมีต่อมรับรส และมีพื้นที่ในการรับกลิ่น (olfactory membrane) หรือเซลล์รับกลิ่น (olfactory cells) มากกว่าไวน์เลิฟเวอร์ทั่วไป พุดง่าย ๆ ว่ากลิ่นระเหยลอยมาจะหนักเบาที่สัมผัสได้หมด อย่างกลิ่นเปรี้ยวบางของพวกดอกไม้หรือผลไม้จะรับรู้ได้จากส่วนบนใกล้ปากแก้ว กลิ่นหนักๆ เช่น พวกเนื้อไม้ จะได้กลิ่นบริเวณก้นแก้ว สำหรับกลุ่มธรรมชาติหรือเอิร์ทซี เช่น แร่ หิน ดิน จะรับรู้ได้จากแถวประมาณกลางๆ ของแก้ว เรียกว่ารู้กันถึงขนาดนี้เลย ซึ่งโดยพื้นฐานทางกายภาพแล้ว แต่ละคนนั้นมีศักยภาพในการรับกลิ่นไม่เท่ากัน แต่เอาเถอะจะเป็นไวน์เลิฟเวอร์ หรือแคไวน์บีกินเนอร์ธรรมดาก็ตามที (เพราะขาดประสบการณ์ และไม่มีพรสวรรค์) ลองมาเซง้อเซงแ่งแลดูกันสักนิดก็น่าจะดีเหมือนกันครับ วันหนึ่งอาจมีประโยชน์จากการนี้บ้างก็ได้ใครจะรู้ เพราะอย่างน้อยยังคลายความสงสัยกันไปได้พอสมควร ว่าเหตุใดจึงต้องเลือกใช้รูปร่างที่มีทรงแตกต่างกันด้วย และทำไมต้องจัดให้เฉพาะเจาะจงตรงกับคาแรกเตอร์ของไวน์แต่ละขวดกันถึงขนาดนั้นเลยละ

ไม่ต้องค้างคาใจกันอีกต่อไป เพราะเรื่องของเรื่องมันก็แค่คำว่า "อรรถรส" เท่านั้นเอง คือเขาไปศึกษาวิจัยกันมาจนค้นพบว่า ลำพังแค่แก้วทรงเดียวไม่มีทางที่จะมอบความวิจิตรวิไลในทุกองคคาพยพของไวน์นั้นๆ ออกมาให้ครบถ้วนได้ เพราะแท้จริงแล้ว คุณลักษณะของไวน์มีความแตกต่างกันเหลือเกิน รูปร่างของแก้วไวน์จึงจำเป็นต้องถูกสร้างสรรค์ออกมาเพื่อให้สอดคล้องต้องกันกับแบบฉบับเฉพาะของไวน์แต่ละชนิดใจล่ะครับ

พุดง่าย ๆ การออกแบบจะเน้นเพียงแคความสวยงามคงไม่พอเต็มแล้ว เพราะถ้าจะให้พรายพริ้งกันจริงๆ ควรคำนึงถึงรูปร่าง ความหนาบาง ขนาด สี รวมทั้งวัสดุที่ใช้ในการทำแก้วไวน์ด้วย บริษัทต่างๆ จึงได้พัฒนาแข่งขันไล่เรียงกันมาจกในอดีตจนถึงปัจจุบัน โดยหวังผลให้ทุกอย่างลงตัวตามแนวผลักดันทางการตลาด และเมื่อคอไวน์ได้เต็มเต็ม และดื่มด่ำกับรสชาติที่ซับซ้อน พร้อมกลิ่นหอมอันโดดเด่นที่เป็นเอกลักษณ์ของไวน์แบบกลมกลืนแท้จริงแล้ว บริษัทนั้นๆ ก็จะได้เปรียบในเชิงการค้าทันที อย่าง golden spiral และ spiegelau โดยเฉพาะ nidel ได้พัฒนาลงลึกไปจนถึงการออกแบบเพื่อจับคู่กับแหล่งที่มา และองุ่นแต่ละสายพันธุ์ซึ่งแสดงออกมาอย่างชัดเจนผ่านรสไวน์ที่มีกลิ่น และสีเฉพาะตัว

จนในที่สุดพบว่าแก้วทรงสูง เรียวยาว ปากแคบ เหมาะเจาะกับการเป็นแก้วมาตรฐานที่ใช้สำหรับไวน์ขาว โดยเฉพาะที่ผลิตจากองุ่นสายพันธุ์โซวีญง บลอง (sauvignon blanc) คือเน้นออกแบบให้อากาศเข้าไปสัมผัสกับไวน์ได้ไม่มากเท่าไรนัก (ปฏิกิริยานี้เรียกว่าออกซิเดชัน) เพราะเกรงว่าจะทำให้กลิ่นหอมอ่อนๆ ของส้มมะนาว และรสชาติแบบเปรี้ยวอมหวานที่ได้รับน้อยลงไป แต่สำหรับคอไวน์ที่ยังไม่ถึงขั้นเอ็กซ์เพิร์ต แก้วไวน์โซวีญง บลอง (sauvignon blanc glass) ยังสามารถทำเนียนหลบๆ แอบไปใช้กับไวน์สีกุหลาบ (rose wine) ก็ยังได้ แต่ต้องเป็นไวน์

สีกุหลาบประเภทไลท์เดอร์ (lighter rose wine) นะครับ ไปจนถึงพวกริชลิง (riesling) และเชอเนง บลอง (chenin blanc)

ส่วนแก้วไวน์บิโนต์ นัวร์ (pinot noir) เขาดิไซนให้สูง รูปทรงใหญ่ และขอบปากกว้าง โดยหวังจะละเมียดละไมไปกับความโดดเด่นจากความเปรี้ยวเจือรสฝาด และดึงเอากลิ่นน้ำตาลเคี้ยวใหม่แบบคาราเมลให้พุ่งผลานกลิ่นเบอร์รี่ที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัวออกมา รูปทรงถึงเป็นอย่างไรที่เห็นอยู่ที่นี่แหละครับ

สำหรับแก้วไวน์คาบาเน โซวีญง (cabernet sauvignon glass) ถูกสร้างมาเพื่อองุ่นสายพันธุ์ "cabernet sauvignon" อันล้ำลึก โดยเฉพาะ แก้วออกแบบมาให้คล้ายรูปทรงกลมเป็นกระเปาะค่อนข้างใหญ่ ด้านข้างของแก้วจะตรงขึ้นไปหน่อย ทำให้ไวน์ในแก้วสัมผัสอากาศมากขึ้น เพื่อให้ได้กลิ่นหอมของพริกหยวกเจือด้วยกลิ่นไม้เผา และกลิ่นช็อกโกแลต รวมทั้งเข้ากับความเข้มข้นผสมความฝาด ร่วมด้วยรสชาติอันจัดจ้านของไวน์อย่างสมดุล โดยกระจายสู่ต่อมรับรสอย่างทั่วถึง ซึ่งแก้วไวน์คาบาเน โซวีญงยังพออุโลใช้ไปกับไวน์แดงเบอร์กันดีทั่วๆ ไปได้ด้วย ถ้าไม่คิดอะไรมาก... เชื่อมมเถอะ แต่ถ้าอยากจะทำไปใช้กับไวน์จากองุ่นมัลเบค (malbec) ด้วยก็ไม่มีปัญหา ขอเพียงอย่าให้ถึงกับเป็นไวน์แบบไลท์บอดี้ (light-bodied) เลยก็แล้วกัน

ทีกับแก้วไวน์ชาดอนเนย์ (chadonney glass) เขากลับออกแบบให้มีก้านแก้วสั้น ตัวแก้วค่อนข้างใหญ่ ปากกว้างกว่า แก้วโซวีญง บลอง เพื่อให้พื้นที่ในการรับกลิ่นสามารถจับได้ถึงความหวานกลมกล่อม นุ่มนวลปนเปรี้ยวนิดๆ ของกลิ่นลูกพีชสูง น้ำผึ้ง และวานิลลา เหมาะจริงๆ ครับกับไวน์ที่ฟูลบอดี้ (full-bodied) แต่ก็ยังคงพอไปไหวกับไวน์สีกุหลาบ

ถ้าเป็นไวน์สีกุหลาบชั้นเลิศ (fuller rose wine) ที่คุยให้ฟังไปแล้ว ในเบื้องต้นนั้น ก็ล้วนแล้วแต่เป็นการออกแบบให้เหมาะกับองุ่นสายพันธุ์ต่างๆ ซึ่งแค่นี้ยังไม่พอ เขายังดิไซนให้เข้าได้กับแหล่งผลิต รวมทั้งเกรด และสีต่างๆ ของไวน์ แม้กระทั่งไวน์มีฟอง และไวน์หวาน ยังถูกแยกออกแบบเป็นการเฉพาะอีกด้วย ซึ่งยังไม่นับรวมกับแก้วไวน์สำหรับทุกโอกาส (all purpose wine glass) รวมทั้งล่าสุดแก้วไวน์แบบไร้ก้าน (stemless wine glass) ก็ยังมีด้วยนะครับ

แต่เนื้อที่ในฉบับนี้ลึกลับ น่าจะไม่พออีกแล้ว เอาเป็นว่าฉบับหน้าต่อกันสักอีกนิดดีไหมครับ เชื่อว่าน่าจะเป็นประโยชน์กับพวกเราไม่น้อย! <





Aloha~~

"Our job is experiment, we solve the problem by use the ingredients to make a mellow drinks for you"

จากหนุ่มแบงค์ผู้เหนียวแน่นกับกิจวัตรเดิมๆ เข้า
ตื่นมาทำงาน เย็นกลับบ้าน จนกระทั่งฮาวายเนียน
คนนี้ได้ตัดสินใจลาออกจากงานที่มั่นคง เปลี่ยนมา
ทำอะไรทำสนุกๆ โดยการเดินเข้าร้านไปซื้อเหล้า
ห้าสิบขวด โทรชวนเพื่อนๆ มาตีมพร็อกเทล
แต่งได้คืนบ้านตัวเองเป็นสปีคีย์บาร์แบบโลว์บั๊ดเจต
จัดการทำเครื่องดื่มฝึกฝีมืออยู่สามเดือน จนผ่าน
มาแล้วสี่ปี "มิทเชล ไค ลัม" (Mitchell Kai Lum) มิกโซโลจิสต์แห่งบาร์ "vertigo too" ก็
กลายเป็นผู้ชนะในการแข่งขัน "Bacardi legacy
cocktail competition 2016" ระดับประเทศไทย
ในที่สุด

the winner

"การแข่งขันเป็นที่รู้จักไปทั่วโลก ในประเทศไทยมี
ผู้แข่งกว่าหกสิบคน ผมดีใจมากที่ได้เป็นห้าคน
สุดท้าย ไม่น่าเชื่อว่าจะผ่านมาได้จนถึงตอนนี้ มัน
ท้าทายอยู่สองอย่างหลักๆ คือเมื่อเพอร์ฟอร์แมนซ์
บนเวที การยืนต่อหน้าคนเป็นร้อยมันไม่ใช่
เรื่องง่ายเลย ทั้งตื่นเต้น และประหลาดมาก ผมนี้
แอบไปเดินปล่อยพลังออกมาอยู่หลังเวที และ

อีกอย่างคือการบาลานซ์เวลาระหว่างเปิดบาร์ใหม่
กับทำเครื่องดื่มให้เป็นเลกาซี ต้องไปโรตผ่าน
ช่องทางต่างๆ ให้เขาได้ลองดื่มกัน ตอนนี้
ก็พยายามให้เครื่องดื่มเข้าถึงคนให้ได้มากที่สุด
วิธีผมคือบอกกับคนไทยว่ากำลังพรีเมียมด์
ประเทศไทยอยู่นะ ช่วยผมทำให้ถูกเว่ยได้ไหม
ก็หวังว่าในระดับโกลบอลจะได้รับการชัพพอร์ต
ทั่วโลก"

the loudest

"ต้องบอกก่อนว่าริงค์ของคนเยี่ยมมาก และ
สโตร์ของแต่ละคนก็ไม่เหมือนกัน อย่างผมเป็น
คนที่เสียงดังที่สุดนะ ชอบพูด บางทีอาจจะพูดมาก
ไปด้วย แต่การเล่าเรื่องมันเป็นจุดแข็งของผม
เลย เมื่อคุณออเดอร์ดริงค์ มันไม่ใช่แค่ดื่ม แต่คุณ
มีเรื่องราวของคุณ ผมเองก็มีเช่นกัน ผมอาจจะ
ถามว่าคุณมาจากไหน มาทำอะไรที่นี่ อยากให้มี
อินเตอร์แอคชั่นกัน ซึ่งก็เป็นเหตุผลว่าทำไมถึงมา
เป็นบาร์เทนเดอร์ เป็นที่ที่ผมสามารถพูดคุย และ
สนุกไปกับมันได้"



the mixologist

“ความต่างระหว่างบาร์เทนเดอร์กับมิกโซโลจิสต์สำหรับผมคือ มิกโซโลจิสต์ตั้งใจจะทำบางอย่างต่างออกไป ตอนเริ่มผมเป็น บาร์เทนเดอร์ผสมสูตรคลาสสิกอย่างโมฮิโต้ ตอนนั้นไม่ชอบทดลองอะไรที่มากเกินไป บาร์เทนเดอร์รู้ว่าคนชอบอะไรก็ทำออกมา แต่สำหรับ มิกโซโลจิสต์คุณไม่รู้ว่าตัวเองต้องการอะไรจนกระทั่งเราทำออกมา ให้คุณดื่ม แล้วคุณก็จะชอบมันด้วย ผมอาจใช้เนยถั่ว เบคอน หัวหอม หรือกระเทียมมาทำค็อกเทล งานของเราคือการทดลอง เราแก้ปัญหาให้แล้ว เอาจุดลับมาทำให้อร่อยเพื่อเป็นเครื่องดื่มให้คุณ แต่หากใช้วัตถุดิบที่ดีที่สุด หรือสดที่สุดแค่ไหนมันจะไม่สำคัญเลย หากขาดบาลานซ์ ซึ่งบาลานซ์ของผมก็คือคุณสามารถดื่มเครื่องดื่มนี้ได้ มากกว่าหนึ่งแก้ว”

the traveler

“หลังจากที่ผมฝึกค็อกเทลเอง ก็เลือกไปทำงานที่บาร์ต่อใน ออสเตรเลีย นิวซีแลนด์ ได้เจอวัฒนธรรมการดื่มจากหลายที่

มาเยอะ ทั้งดื่มแบบช็อตตามสไตล์บาร์อเมริกัน ที่ญี่ปุ่นจะเป็นแนว คราฟต์ ช้าๆ สบายๆ สุดท้ายผมรวมเอาสิ่งที่ได้เรียนรู้มาตลอดสี่ปี มาเป็นสไตล์โมเดิร์นคลาสสิก หรือคลาสสิกทวิสต์ ดื่มง่าย แต่รสชาติ ไม่ใช่อะไรที่เดิมๆ เพิ่มความแปลกใหม่เข้าไปขายเรื่องราวในเครื่องดื่ม ไม่ได้สำคัญว่าในแก้วมันมีอะไรบ้าง แต่แขกอยากได้ประสบการณ์ จากเครื่องดื่มที่ผมทำให้ เหมือนอย่าง ‘haole’ เมื่อคุณดื่มเข้าไปแล้ว จะจินตนาการเห็นตัวเองบนชายหาดที่ฮาวายได้เลย”

haole

“สำหรับฮาวาย ผมเลือกวัตถุดิบแต่ละตัวให้ส่งเสริม และดึงรสชาติ ของบาคาร์ดิออกมา ใส่ความเป็นฮาวายลงไปในแก้วด้วยสับประรด ไม้คอกแต่งกับทำไซรัปเพื่อดึงรสมะพร้าว และกล้วยจากรัม ซึ่งสับประรด ของฮาวายอร่อยที่สุดแล้ว มันชุ่มฉ่ำ รสดี เติมน้ำเลมอนที่ดึงรสวานิลลาในรัม มีเวอร์มูธเพื่อให้เข้ากับกลิ่นดอกไม้ เป็นเครื่องดื่มที่ รีเฟรชซิง สบายๆ และถ้าวันนี้คือวันแรกของการเป็นบาร์เทนเดอร์ ผมสามารถสอนคุณทำฮาวายได้แล้ว” ☞



make it happen

“โอ้โฮ หวานอะโรเบอร์นั้น”

ความคิดหวานๆ แวบเข้ามาทุกครั้งหลังจากเจาะดื่มน้ำผลไม้กล่อง แต่จะพาคืนน้ำผลไม้สดเพื่อสารอาหารทุกวันก็เกรงว่าจะเป็นภัยต่อเวลาชีวิต ถ้าจะให้ซื้อตามริมทางที่บรรจุน้ำผลไม้ในขวดพลาสติก นอกจากประโยชน์ที่ได้จะน้อยแล้วยังเป็นอันตรายต่อร่างกาย เพราะกรดในผลไม้จะทำปฏิกิริยากับพลาสติกจริงๆ เราควรรับประทานแบบสด ทว่ากินไปสักพักไม่ถึงโลฯ ก็คงอึดแล้ว ชีวิตชักจะเริ่มยาก แต่อย่าเพิ่งท้อ เพราะเรามีตัวช่วยที่เรียกว่าน้ำผลไม้สกัดเย็น (cold pressed juice) หลากสีสันทันทีเติมไปด้วยคุณค่าของผักผลไม้ธรรมชาติในวันนี้ คุณออม-อิสรา วิทยฐานะกรณ์ ผู้คั้นน้ำผลไม้สดแมนแห่งแบรนด์ “make it happen” จะพาเราไปทำความรู้จักกับน้ำผลไม้ที่มีมากขึ้น

“โคลเพรสส์หรือน้ำสกัดเย็นมาจากการย่อยผักผลไม้ให้เล็กลงบีบเอาแต่น้ำออกมา กระบวนการทั้งหมดไม่เกิดความร้อน จึงไม่ทำลายเอนไซม์ในผักผลไม้ ช่วยเติมสารอาหารให้เราได้ดีกว่าน้ำผลไม้ทั่วไป เพราะขวดหนึ่งใช้ผลไม้หลายชนิด เยอะเป็นกะละมัง ได้ทุกส่วนของวัตถุดิบเลยมีความหลากหลาย ได้สารอาหารไปเต็มที่ ต่างจากน้ำผลไม้กล่อง เขาใส่สารหลายอย่างมากที่ไม่เป็นธรรมชาติ ส่วนน้ำผลไม้แยกจากเครื่องที่ทำมีใบมีด เวลาปั่นผลไม้มันเกิดความร้อน คุณค่าอาหารก็จะเสียไปเร็วมาก”

จุดเริ่มต้นของการทำโคลเพรสส์ดื่มเองของคุณออมมาจากอาการแพ้อาหาร ทั้งกลูเตน ผลิตภัณฑ์นม จนแทบจะกินอะไรไม่ได้ เมื่อคุณหมอแนะนำให้ดื่มน้ำผลไม้สกัดเย็นเพื่อล้างสารพิษ บรรเทาอาการภูมิแพ้ คุณออมจึงเริ่มดื่อก่อนกับเลือกกินมากขึ้นได้ประมาณอาทิตย์สองอาทิตย์ กลายเป็นว่าเธอสดชื่นมีพลังขึ้นมาก และด้วยความเป็นคนสายอาหารที่จบจากนิวยอร์ก และถือเรื่องรสชาติเป็นสำคัญจึงเริ่มศึกษาว่าผักผลไม้ตัวไหนเสริมประสิทธิภาพต่อกัน แล้วลองส่งให้เพื่อนๆ ได้ชิม โดยมีคุณอ้อม-นุชนารถ คล้าแอม หัวหน้าส่วนอีกคนมาช่วยชิมรสในครัว ทุกครั้งที่คุณออมคิดรสชาติใหม่จะเป็นรสที่คุณอ้อมดื่มได้ด้วย เพราะเธอไม่ใช้แพนด้ายของน้ำผักเท่าไรนัก

“เรามีหลักการ อยู่สองชนิดคือน้ำผักผลไม้กับนมอัลมอนด์ เราพิถีพิถันในการคิดรสชาติมากๆ คิดเองทั้งหมด เพราะมันต้องอร่อย มีมิติ ไม่อยากให้คนที่ดื่มดื่อกแล้วรู้สึกเฉา อยากให้เรามีความสุขไปด้วย เคยลองสูตรเมืองนอกทำนะ แต่รู้สึกว่าใช้ผักผลไม้ไทยดีเหมือนกันเลยพยายามใช้ของไทยให้ได้มากที่สุด และอยากสนับสนุนเกษตรกรไทยด้วย แต่ของเราไม่ได้เป็นออร์แกนิกร้อยเปอร์เซ็นต์ เพราะมันหายากมากในเมืองไทย

เราเลือกเอาวัตถุดิบที่ดีที่สุด ถึงแม้มันจะแพงกว่าสายพันธุ์อื่น อย่างนมอัลมอนด์ เราใช้ก็ไกล่จากเปลือกเมล็ดโกโก้ ก่อนจะผลิตเป็นผงที่ผ่านการเติมไขมัน นมผง และอีกหลายอย่างลงไป”

ช่วงปีสองปีมานี้เราเริ่มเห็นน้ำผลไม้สกัดเย็นสีสันทันที หลากหน้าตา มากรสชาติ และที่สำคัญคือมีให้เลือกหลายเจ้า ซึ่งเราปฏิเสธไม่ได้ว่าขวดแก้วสีสันทันทีมันเด่นสะดุดตาจริงๆ คุณออมหัวเราะออกมาเบาๆ ก่อนจะเล่าถึงที่มาของขวดแบบนี้

“ออมอยากให้คนกินมีความสุข เพราะอาหารสุขภาพไม่จำเป็นต้องไม่อร่อยหรือน่าเบื่อเสมอไป ถึงต้นทุนขวดแก้วจะสูง และหนักมาก ลูกค้าน่าจะรู้สึกว่ามันก็อึดถึกบ้านลำบาก แต่ขวดพลาสติกมันไม่ดีสำหรับน้ำผลไม้ เพราะมันมีการผสมไม้มันออกมาแล้วความรู้สึกในการดื่มมันต่างกันเลย ที่รูปทรงคล้ายขวดเหล้าก็มาจากความชอบส่วนตัว เคยพูดเล่นๆ กับเพื่อนว่าจะทำน้ำสกัดเหล้าขาย เป็นไอเดียสนุกๆ พอมาลองทำมันเวิร์กนะ พืดแบบคชวงแรกก็ตื่นความคาดหมาย จนช่วงสองปีมานี้ยอมรับว่ามีเจ้าใหม่เกิดขึ้นเยอะมาก เราพอมีฐานลูกค้ามาแต่แรกแล้ว ถ้าเขาไปลองเจ้าอื่น คิดว่ายังงี้ก็กลับมาเพราะด้วยคุณภาพของเรา”

แม้ว่าจะมีเจ้าใหม่เกิดขึ้นมากมาย แต่สิ่งที่ทำให้สายเฮลท์ตี้กลับมาดื่มน้ำผลไม้บริสุทธิ์นี้มีมากกว่าแค่คุณภาพ

“เราจริงจังกับลูกค้า รับประกันได้ว่าของเราไม่ผสมสารต่างๆ อยากเป็นแบรนด์ที่เขาไว้ใจได้ เราอาจโชคดีที่เริ่มตอนมันยังใหม่ในตลาด แต่เราแตกต่างตรงที่เลือกของดีที่ดีที่สุด เลือกรสชาติที่คิดว่าคนดื่มจะมีความสุข ใช้ขวดที่คนถือแล้วมองว่าดูดี นี่คงเป็นเหตุผลที่ทำให้เขาบอกต่อ อีกเรื่องที่เราต้องระวังมากๆ คือการบริการ เพราะคนอาจจะยังไม่รู้จักน้ำโคลเพรสส์นัก ต้องอธิบายกันเยอะนิดหนึ่ง ห้ามแซ่แข็งเตี้ยขวดแก้วจะแตกนะ น้ำเก็บได้สามวันดูยังไงก็เสีย เราใส่ใจแต่แรก ดูว่ามีอะไรบ้างที่ลูกค้าควรรู้ ต้องใส่ใจตั้งแต่หน้าร้าน”

ดูเหมือนว่า make it happen จะมีครบทั้งสามสิ่งที่คุณออมก็จำเป็นต้องมี และรักษาไว้ให้ได้ นั่นคือการบริการ คุณภาพ และภาพลักษณ์ จะขาดอย่างใดอย่างหนึ่งไม่ได้ แต่สิ่งสำคัญที่สุดคงไม่พ้นความรัก เราเห็นแพชชั่นที่วาวชัดออกมาจากดวงตา และรอยยิ้มของคุณออมตลอดการพูดคุยเรื่องราวของน้ำขวดแก้วที่นอกจากจะดีต่อสุขภาพกายแล้วยังดีต่อสุขภาพใจ เพราะเธอใส่ใจลงไปโคลเพรสส์แต่ละขวดด้วย <<



“We’ve ever used the foreign country’s recipes then found out that our Thai fruit is the good ingredient, so we try to use as much as we can to support Thai farmers”

“เบียร์ เป็นแค่ทะเลาะวิวาทและอาชญากรรมได้”



Leffe Brown & Cheesy Hasselback

Leffe Brown Ale Beer เบียร์สัญชาติเบลเยียมที่มีประวัติยาวนานกว่า 800 ปี ซึ่งป่มโดยนักบวชจากโบสถ์ Abbey Notre-Dame de Leffe มีสีน้ำตาลเข้มลุ่มลึก รสนุ่มละมุน มีเอกลักษณ์ด้วยกลิ่นหอมของมอลต์คั่วผสมน้ำตาลแดง ยิ่งเคล้าไปกับอาหารดีๆ ก็ยิ่งเพิ่มอรรถรสได้อย่างดีเลิศ ไม่ว่าจะดื่มคู่กับวัตถุดิบยอดเยี่ยมอย่างชีส เมนูที่มีเครื่องเทศเป็นจุดเด่น เมนุรสจัดจาด หรือหวานละมุนก็เสริมเต็มรสให้กับทุกปาร์ตี้

“มันฝรั่งอบแอลเซลแบ็ก” (Hasselback Potatoes) ถือเป็นการจับคู่รสชาติอันเลอเลิศอย่างแท้จริง ด้วยการผสมผสานสองความโดดเด่นของรสชาติและกลิ่นอันเป็นเอกลักษณ์ของเครื่องดื่มอย่าง Leffe Brown กับเมนูเด็ดที่ดึงดูดด้วยหน้าตา และความอร่อยจนแทบอดใจไม่ไหวบวกกับสีส้มเร้าอารมณ์ และรสชาติอันเข้ายวนใจ เพียงเท่านั้นเมนูหน้าตาเหมือนแอกคอร์เตียนจานนี้ก็พร้อมเป็นพระเอกในทุกๆ ปาร์ตี้ นี่ล่ะคืออรรถรสที่คนรักอาหาร และการดื่มรอกอย



สำหรับใครที่อยากรู้ความลับของความอร่อย และดื่มด่ำกับรสชาติที่ล้ำลึกกว่าครั้งไหนๆ

คลิกไปเลยที่ [f foodstylist channel](#) และ [f Leffe Thailand](#)



Leffe Thailand





More than dessert is “Thai dessert”

ไอศกรีม - ปะโยคี พุทธรักษา

อาชีพที่กำลังได้รับความนิยมในตอนนี้ขอยกให้อาชีพ “เชฟ” แต่ใครจะรู้ว่าถ้าจะมาเป็นเชฟได้ มันไม่่ง่ายอย่างที่คิด ฉบับนี้เราจะพาไปรู้จักเชฟรุ่นใหม่ไฟแรง และที่น่าสนใจคือเขาไม่ได้เป็นเชฟธรรมดา แต่เป็น “เชฟคนไทย” ซึ่งต้องบอกว่า เป็นสาขาที่น้อยคนนักจะหลงใหล แต่เขารัก และทุ่มเทให้กับศาสตร์แห่งขนมไทยด้วยหัวใจที่เต็มเปี่ยม เขาชื่อ เชฟบอย - ปิยะชาติ พุทธวงษ์ เชฟรุ่นใหม่ที่จะมาบอกเล่าเรื่องราวของเขาให้เราได้ร่วมเดินทางไปด้วยกัน

จากวัยเด็กที่ปลุกฝัง

“เส้นทางนี้เริ่มตั้งแต่สมัยเด็กเลยครับ คุณยายของผมเป็นอาจารย์สอนวิชาคหกรรม ทำให้มีโอกาสได้ชิมชั้บ คลุกคลีอยู่กับขนมไทยมาตั้งแต่เด็กๆ ผมยังจำได้ว่าสมัยนั้นเริ่มทำพวกบัวลอย ทับทิมกรอบ บางทีก็ไปตามไปที่โรงเรียน บางครั้งก็ทำอยู่ด้วยกันในครัว เลยเริ่มชอบขนมไทย”

แรงบันดาลใจเกิดจากอะไรใกล้ตัว

“ตอนแรกคิดว่าการทำอาหารเป็นแค่งานอดิเรกไม่ใช่งานหลัก จนตอนนั้นละครเรื่องครูก็ (สูตรเสนหา) กำลังดังมากแล้วตัวเองในละครเป็นเชฟ ทำให้ผมเริ่มรู้สึกสนใจ ประกอบกับเรื่องนั้นถ่ายทำที่วิทยาลัยดุสิตธานี เลยเหมือนว่าได้ศึกษาดูสถานที่ไปในตัว นอกจากนี้ผมเคยได้มีโอกาสได้ไปโครงการครัวไทยสู่ครัวโลก ได้เจอเชฟใหญ่หลายท่าน ทุกท่านพูดเหมือนกันถึงความสำคัญและความต้องการของเชฟอาหารไทย ยิ่งได้ฟังแบบนี้ผมยิ่งมั่นใจว่าการที่เราเลือกจะเรียนขนมไทยโดยเฉพาะนั้น ไม่ผิดเลย”

เมื่อค้นพบตัวเองแล้ว ต้องก้าวไปให้สุด

“ผมจบการศึกษาจากวิทยาลัยดุสิตธานี ซึ่งในตอนแรกนั้น น่าจะเหมือนกับทุกๆ ครอบครั้ว ที่ทางบ้านอยากให้เราเรียนมหาวิทยาลัยรัฐบาลมากกว่า แต่ผมก็ทำให้ทางบ้านเห็นถึงความชอบ และความตั้งใจจริง จึงเลือกเรียนอาหารโดยเฉพาะ แน่นอนว่าผมเลือกเรียนขนมไทย จริงๆ แล้วขนมไทยในหลักสูตรจะได้เรียนก็ชั้นปีที่ 4 เลย แต่ผมไม่ย่อท้อ ต้องขอบคุณอาจารย์จรัสรัตน์ บัวบาน อาจารย์สอนขนมไทย ณ ตอนนั้น ที่อนุญาตให้ผมคอยตามอาจารย์ ศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมอยู่ตลอดเวลา ผมชอบที่จะตามไปดูอาจารย์สอนเพื่อเรียนรู้วิชา เรียกได้ว่าซึมซับมาจากอาจารย์แบบเต็มๆ เพราะท่านถือเป็นชั้นครูอาหารไทยแท้ๆ ไม่ว่าจะเป็นการแกะสลัก ร้อยมาลัย มันยังทำให้ผมหลงรักในขนมไทย”

สไตล์การทำขนมไทยในแบบของ “เชฟบอย”

“ผมโตมากับยุคสมัยที่อาหารเป็นมากกว่ารสชาติ แต่คือศิลปะแขนงหนึ่ง ผมจึงถนัดขนมไทยแนวอินโนเวทิฟ คือยึดหลักวิธีการทำ และรสชาติที่มีความเป็นไทยแท้ แต่มีการจัดแต่งจานที่ทันสมัย ตรงนี้เป็นความท้าทายของผมที่จะดีไซน์อย่างไรให้ขนมไทยจานละไม่ก็สิบบาทกลายเป็นจานละหลายร้อยได้”

“แม้ครูหน้ากระดานกับเชฟในครัวจะหน้าที่ต่างกัน
แต่สิ่งหนึ่งที่เหมือนกันคือเราหยุดไม่ได้
ต้องพัฒนาตัวเองให้ดีขึ้นเรื่อยๆ”

ครั้งหนึ่งในชีวิตกับรางวัลชนะเลิศเหรียญทอง

“สำหรับคนที่ปั่นจักรยานสายอาหารมาน่าจะเหมือนผม ก็คืออยากแข่งขัน รางวัลที่ผมภูมิใจมากคือรางวัล “Classic Thai plate dessert” ที่งาน Thaifex เมื่อปี 2012 - 2013 เพราะเป็นรายการแข่งขันที่ผมได้ถ้วยทองชนะเลิศ 2 ปีติดต่อกัน และรายการนี้ผมเป็นคนแรกที่ได้รับรางวัลชนะเลิศ เนื่องจากปีก่อนๆ รางวัลสูงสุดอยู่ที่เหรียญเงิน สำหรับผมถือเป็นรางวัลสูงสุด ณ ตอนนั้นแล้วครับ ประทับใจมากๆ”

ประสบการณ์ที่ดีไม่ใช่การรับ แต่เป็นการ “ให้”

“จริงๆ แล้วก่อนที่ผมจะมาเป็นเชฟที่นี่ ผมเคยเป็นอาจารย์สอนในมหาวิทยาลัยวงษ์ชวลิตกุล ประมาณเทอมหนึ่ง นอกจากนี้ผมก็เคยไปสอนตามโรงเรียน ตามศูนย์ฝึกอาชีพ ที่โรงเรียนเศรษฐเสถียร ซึ่งเป็นโรงเรียนคนหูหนวก ซึ่งตรงนั้นนอกจากจะทำให้ผมประทับใจที่ได้สอน ได้มอบความรู้ให้กับผู้อื่นแล้ว ก็เหมือนเป็นโอกาสได้ฝึกฝีมือการทำขนมไปเรื่อยๆ ในอนาคตหากผมมีประสบการณ์ที่มากขึ้นก็อยากจะกลับไปสอนเหมือนเดิมครับ”

ความเหมือนที่แตกต่างระหว่างเชฟและอาจารย์

“ทั้งสองอาชีพ ผมได้ทำอาหาร และมีความสุขกับการทำขนม แต่ตอนเป็นอาจารย์เรารู้ว่าเราจะสอนอะไร ต้องพูดอะไร ต้องเตรียมอะไร สามารถเตรียมการไว้ได้ล่วงหน้า แต่การเป็นเชฟเป็นสถานการณ์สด ไม่อาจคาดเดาได้ เรื่องการทำอาหารก็ต่างกัน สำหรับครูอาหาร ที่เราทำเป็นอาหารที่ทำจานเดียวแล้วนักเรียนทำตาม แต่สิ่งที่ท้าทายในการเป็นเชฟคือทำอย่างไรให้ทุกจานรสชาติคงที่ แต่ทั้งสองอาชีพต้องฝึกฝน และผลักดันตัวเองไปเรื่อยๆ”

โครงการหลวง... ขนมไทยใช้วัตถุดิบในประเทศไทย

“การทำขนมไทยก็เหมือนอาหารอื่นๆ คือสำคัญที่วัตถุดิบ บางเมนูผมเลือกวัตถุดิบเฉพาะที่ที่เดียวเท่านั้น อย่างเช่นผักทองของโครงการหลวง ด้วยขนาดของลูกพอดีกับการทำสังขยาผักทอง ทำให้ได้เมนูที่สวยงาม รสชาติดี อีกทั้งที่โครงการหลวงยังมีดอกไม้กินได้ที่ปัจจุบันนิยมใช้ตกแต่งอาหาร ผมเองยังชอบนำมาประดับในผ้อยทอง ทองหยิบ ทองหยอด บ่อยๆ เพราะนอกจากความสวยงามและมูลค่าที่เพิ่มขึ้นแล้ว ยังเป็นการช่วยสนับสนุนสินค้าภายในประเทศ เป็นการช่วยประเทศชาติอีกทางหนึ่งด้วยครับ”

ใครที่อ่านแล้วสนใจ อยากรู้จักกับเขามากขึ้น สามารถไปชิมฝีมือของเชฟบ่อยกันได้ที่ร้าน Cielo Sky Bar ที่ W District พระโขนง ติดถนนใหญ่เลย บอกเลยว่าถึงแม้จะเป็นเชฟรุ่นใหม่ แต่ฝีมือของเชฟบ่อยไม่แพ้เชฟรุ่นใหญ่เลยทีเดียวนะ ☞



HIDA-GYU

2 Consecutive "Olympic of Japanese Beef" Champion



飛騨牛



“ ฮิดะกิ่ว ” วัวสายพันธุ์แชมป์เยี่ยม

จากการแข่งขัน วากิวโอลิมปิก ประเทศญี่ปุ่นสองครั้งซ้อน

ได้รับรางวัลเนื้อชั้นดีที่สุดในการประกวดแข่งขันเนื้อวัวในประเทศญี่ปุ่นถึงสองครั้งซ้อน
จากงานประกวดพันธุ์วัวญี่ปุ่น “ วากิวโอลิมปิก ” (แข่งทุก 5 ปี)

ในบรรดาวัวสายพันธุ์ญี่ปุ่นชนลิต่า ซึ่งเป็นผลผลิตของจังหวัดกิฟุ มีเพียง "ฮิดะกิ่ว" ที่เป็นแบรนด์สินค้าซึ่งได้รับการยกย่องว่าเป็นเนื้อวัวชั้นเลิศ เป็นที่ยอมรับด้านความนุ่มละเอียดและมีรสอร่อยจนแทบละลายในปาก "ฮิดะกิ่ว" ซึ่งเลี้ยงด้วยน้ำใสบริสุทธิ์และอยู่ในสภาพอากาศที่สดชื่น ประกอบกับการดูแลเอาใจใส่เป็นอย่างดีจากผู้เลี้ยง ก่อให้เกิดรสชาติของเนื้อวัวแท้ที่สะอาดปลอดภัย และวางใจได้



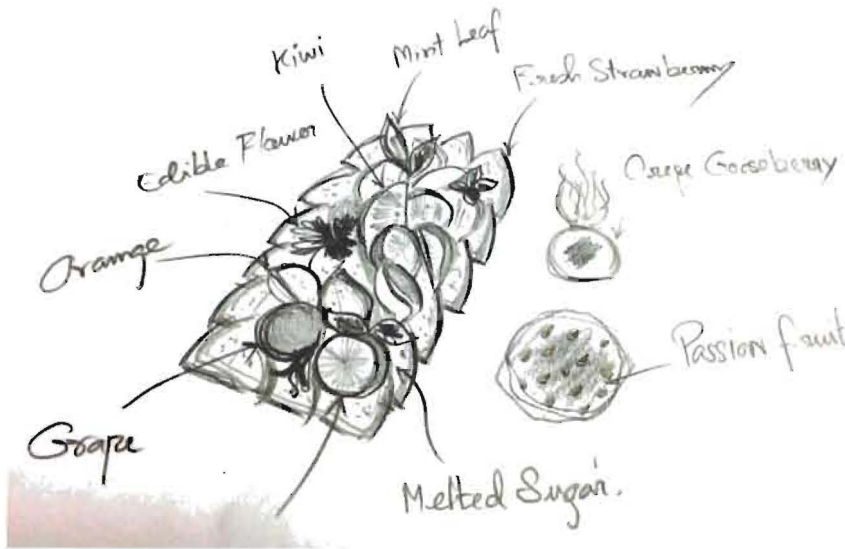
“ฮิดะกิ่ว” เป็นแบรนด์สินค้าซึ่งได้รับการจัดอันดับคุณภาพของเนื้อให้อยู่ในระดับ 5 ระดับ 4 และระดับ 3 ในการประกวดแข่งขันเนื้อวัวซึ่งจัดขึ้นโดยสมาคมจัดอันดับมาตรฐานเนื้อวัวของประเทศญี่ปุ่น ประเภทวัวสายพันธุ์ญี่ปุ่นชนลิต่าที่เลี้ยงเป็นเวลาตั้งแต่ 14 เดือนขึ้นไปในจังหวัดกิฟุ



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



Chef Prachan Vong-uthaiphan
Executive Chef
Amoma Grand Bangkok

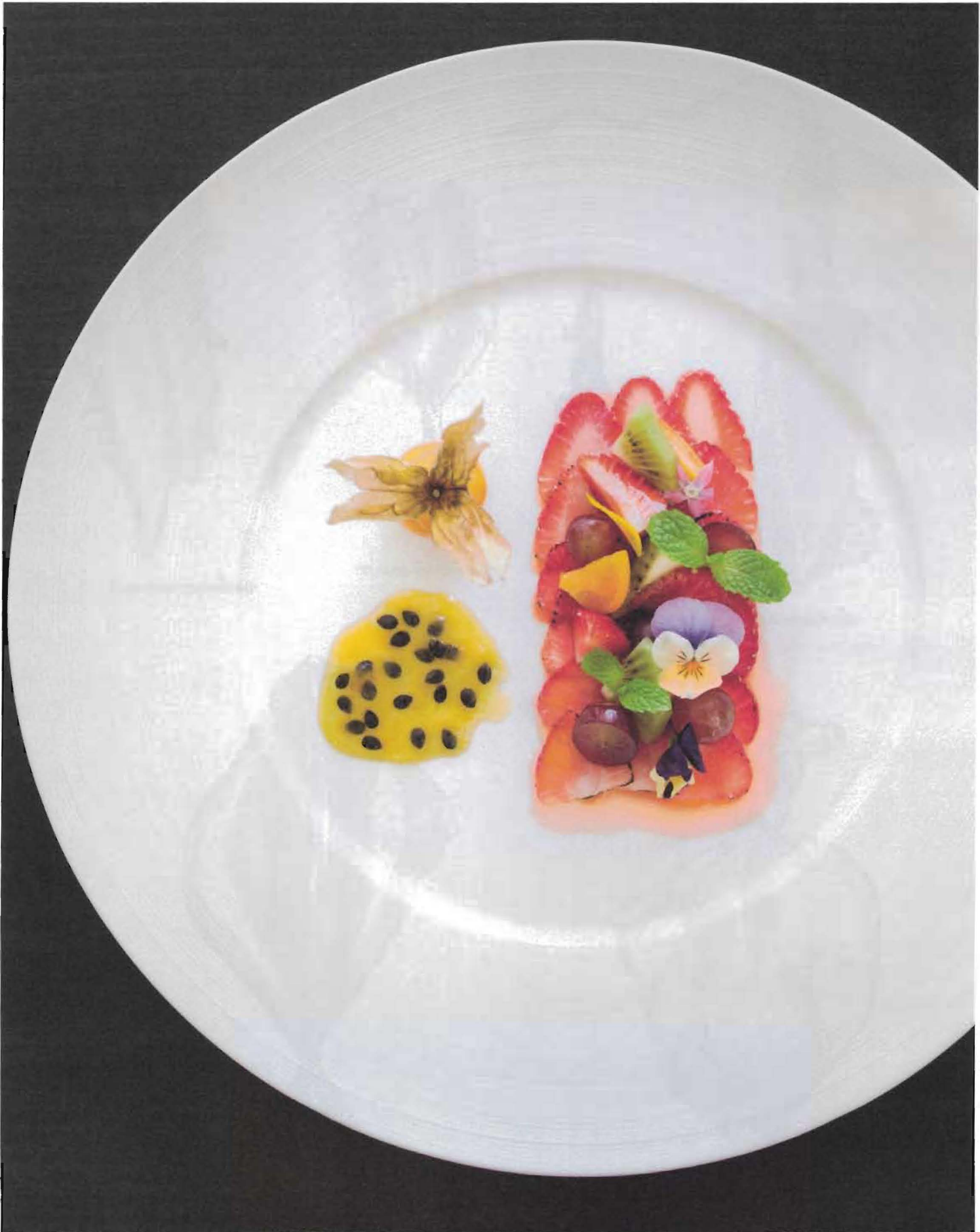


Sugar Melted Strawberry with Royal Project Fruit Salad

พลัมโศรสงครามหลวง

กำลังเป็นที่นิยมกันในหมู่ชนน้อยใหญ่กับการนำเอาผลผลิตของโครงการหลวง อีกหนึ่งในโครงการพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ มาเป็นวัตถุดิบ จริงๆ โครงการนี้มีมานานมากแล้ว เป็นโครงการที่ค้นคว้า และวิจัยพืชผลทางการเกษตร ทั้งสัตว์ ผัก ผลไม้ สมุนไพรต่างๆ ทั้งของไทย และต่างประเทศ ที่นำมาปลูกในประเทศไทย และผลที่ได้ก็เป็นที่ยอมรับของเชฟคนไทยว่ามีคุณภาพดีไม่แพ้สินค้าที่นำเข้าจากต่างประเทศ ทำให้คนไทยได้ใช้วัตถุดิบที่มีคุณภาพโดยไม่ต้องเดินทางไปไกล แถมมีราคาไม่แพงมาก อีกทั้งยังเป็นการช่วยชาติไปในตัว โดยในปัจจุบันมีทั้งร้านอาหาร ภัตตาคาร โรงแรม และหน่วยงานต่างๆหันมาใช้ผลิตภัณฑ์จากโครงการหลวงกันมากมาย และในปัจจุบันสินค้าของโครงการหลวงก็สามารถหาซื้อได้ง่ายๆ ตามห้างสรรพสินค้า และซูเปอร์มาร์เก็ตทั่วไป

แม้ฉบับนี้การเตรียมตัวค่อนข้างกะทันหัน แต่พอได้โจทย์เป็นโครงการหลวงจึงไม่ยาก เพราะที่โรงแรมที่เชฟทำอยู่ก็ใช้สินค้าจากโครงการหลวงบางส่วน จึงขอหยิบเอาของใกล้ตัวมาปรุงเป็นอาหารง่ายๆ แต่อร่อยและดูดี สามารถทำกินกันเองที่บ้านได้ สำหรับเชฟแล้วเมื่อพูดถึงโครงการหลวง เชฟจะนึกถึงผลไม้ซึ่งแน่นอน เมนูโปรดของเชฟคงไม่พ้นใจหทัยหลักๆ ที่พระเอกก็คือ สตรอว์เบอร์รีและเสาวรส เมนูนี้เชฟให้ชื่อว่า "Sugar Melted Strawberry with Royal Project Fruit Salad" โดยเชฟนำเอาสตรอว์เบอร์รีสดสไลซ์บ้างๆ เรียงซ้อนกันให้สวยงาม ใช้น้ำตาลทรายแดงโรยให้ทั่ว แล้วใช้ไฟเผาให้น้ำตาลให้ละลายเคลือบผิวหน้าของสตรอว์เบอร์รีให้หวานกรอบ จากนั้นก็นำผลไม้สดอื่นๆ เช่น กีวี องุ่นแดงไร้เมล็ด เคปกูสเบอร์รี เสาวรส ผสมกับน้ำเชื่อม น้ำส้ม น้ำเสาวรส น้ำผึ้ง จัดตกแต่งให้สวยงามด้วยดอกไม้ที่กินได้ จึงเป็นเมนูสวยงามง่ายๆ พร้อมภาพวาดสวยๆ ในฉบับนี้ ☘

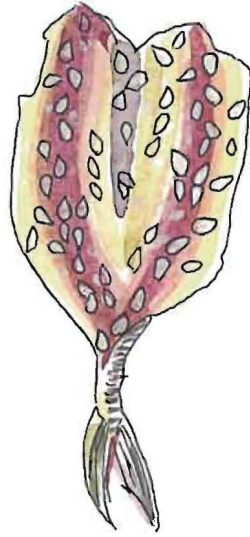




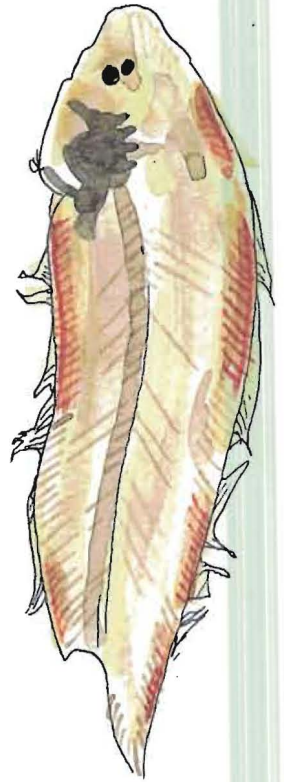
หมึกกล้วยแช่แข็ง



หมึกไข่ตากแช่แข็ง



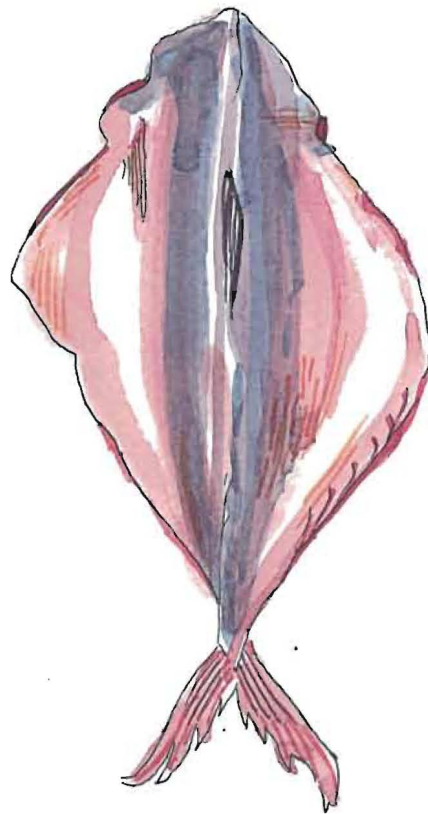
ปลาการ์ตูนเนื้อยาว



ปลาลิ้นหมาตากแช่แข็ง



หมึกยักษ์



ปลากุหนานแช่แข็ง

Tha Thien Pier Market ตลาดท่าเตียน

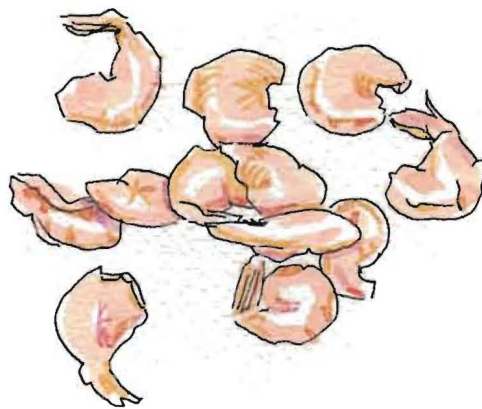
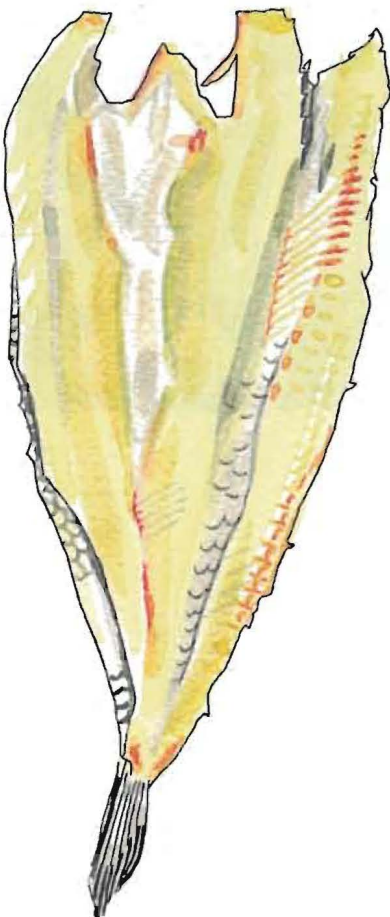
ตลาดท่าเตียนขึ้นชื่อเรื่องของทะเลแห้ง ซึ่งที่นี่เป็นท่าเรือมาตั้งแต่ต้นรัตนโกสินทร์แล้ว เมื่อก่อนคนพระนครค้าขายกันทางน้ำ ลงของแล้วก็เลือกซื้อกันบริเวณนี้เลย ถึงแม้ด้านหน้าส่วนที่ติดกับวัดโพธิ์ และบริเวณท่าเรือยังคงคลาคล่ำไปด้วยนักท่องเที่ยว แต่ทุกวันนี้ไม่ค่อยคึกคักเท่าสมัยก่อน คนย้ายไปซื้อของตามห้างหรือซูเปอร์มาร์เก็ตที่สะดวกกว่า จำนวนร้านค้าของทะเลจึงลดลงอย่างเห็นได้ชัด พ่อค้าที่นี่บอกว่าตอนนี้ส่วนมากจะเป็นการขายส่ง ลูกค้ารายสำคัญคือโรงแรม เนื่องจากขายทะเลมากๆ นี่อาจเป็นสาเหตุให้ของทะเลที่นี้ยังคงราคาย่อมเยากว่าที่อื่น แต่คุณภาพของทะเลที่นี่ยังสูงเหมือนเคย เพราะมาจากแหล่งซึ่งไว้ใจกันมานาน กุ้งแห้งที่นี่ก็ยังมีทั้งจริง ซื่อครึ่งโลฯ ก็ได้ถุงใหญ่ๆ กันเลยทีเดียว <

(จากซ้ายไปขวา - แถวบน)

หมึกกล้วยแห้ง - หมึกไข่ตากแห้ง - ปลาข้างเหลืองอบงา - ทั้งสามชนิดนี้ ทอดกินกับข้าวต้ม
ปลาลิ้นหมาตากแห้ง - นำไปทอดกรอบ ทอดน้ำปลา ผัดพริกแกง

(จากซ้ายไปขวา - แถวล่าง)

หมึกผ่า - หมึกชนิดนี้คือหมึกบั้งที่รัดกันตามรถเข็น มีหลากหลายขนาดให้เลือก
ปลา(ทู)หวานแดง - ปลาทูที่ผ่านการถนอมอาหารโดยการหมักน้ำตาล และเกลือ นำไปทอดรับประทาน
ปลาลิ้นหมาแห้ง - นำมาต้มยำ ทำปลานั่น
กุ้งแห้ง - ทำอาหารได้หลากหลายตามอัธยาศัย



กุ้งแห้ง



ที่ตั้ง : ถนนมหาราช เขตพระนคร กรุงเทพฯ
เวลาที่วาดภาพ: ฤดูฝน



Great Royal Project Ingredients

10 วัตถุดิบโครงการหลวงที่คุณต้องหลงใหล

“ที่มีโครงการหลวงนี้ จุดประสงค์อย่างหนึ่งก็คือ มนุษยธรรม หมายถึง ให้ผู้ที่อยู่ในถิ่นทุรกันดาร สามารถที่จะมีความรู้และ พยายาม มีความเจริญก้าวหน้าได้” พระราชดำรัส พระบาท สมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เมื่อวันที่ 10 มกราคม 2517 ในโอกาส เสด็จพระราชดำเนินเยี่ยมคณะเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัย เชียงใหม่ เรื่องช่วยชาวเขาและโครงการชาวเขา

ด้วยความร่วมมือจากหลายหน่วยงาน และระยะเวลาการศึกษา วิจัยเป็นเวลานาน ความสำเร็จของโครงการได้ทำให้มีวัตถุดิบ นำสนใจมากมายที่มักไม่ค่อยได้พบเห็นในเมืองไทย และสามารถ สร้างมูลค่าเพิ่มได้อย่างมหาศาล วันนี้จึงนำวัตถุดิบน่าสนใจมา ให้ชมกัน

1. มะเขือเทศ 5 สี

สิ่งแรกที่เห็นแล้วสะดุดตา คือ มะเขือเทศ 5 สี ลักษณะจะเป็นลูก เล็กๆ คล้ายมะเขือเทศราชินี (baby tomato, cherry tomato) แต่ที่พิเศษจริงๆคือ มะเขือเทศมีถึง 5 สีในหนึ่งต้น ได้แก่ สีช็อกโกแลต สีชมพู สีเหลือง สีส้ม และสีแดง เส้นผ่าน ศูนย์กึ่งกลางจริงๆ แค่นิดเดียว 2 เซนติเมตร ตัวผลจะกลมๆ คล้าย ลูกพลับ แต่รสชาติขมเข้มข้น และหวานหอมกว่ามะเขือเทศลูกโต เป็นไหนๆ พร้อมทั้งอุดมด้วยวิตามินซี และอัลฟาโทโคฟีรอล มากกว่าผักชนิดอื่นๆ จุดสำคัญคือ มะเขือเทศมี “อูมามิ” ที่ช่วย เสริมสร้างรสชาติให้กลมกล่อมในอาหารทุกชนิด แต่นี่ก็ไม่ใช่จะ ห้ามใจไม่ให้นำไปประกอบอาหารได้อย่างไร

2. พริกแอปเปิล

ความประทับใจแรกของพริกแอปเปิลอยู่ที่หน้าตาของพริกหยวก อันนี้ ข้างมีสีแดงสด และรูปร่างคล้ายคลึงกับผลไม้อุดมคติมากที่สุดคือพริกหวานหน้าตาดีนี้มีรสที่หวานหอม ไม่เผ็ด สามารถ รับประทานกับสลัดได้ กัดไปแล้วกรอบๆ คล้ายแอปเปิล แอ้มมี สารแคปไซซิน ช่วยต่อต้านสารอนุมูลอิสระ ลดความเสี่ยงของ การเกิดโรคหลอดเลือด

3. ปลาเรนโบว์เทราต์ (rainbow trout)

จริงๆ แล้วปลาเทราต์เป็นปลาน้ำจืดที่อาศัยอยู่ในลำธารตาม ธรรมชาติของทวีปอเมริกาเหนือ แต่เนื้อปลาเทราต์จะหวานนุ่ม และมีโอเมก้า 3 สูง ช่วยลดปริมาณคอเลสเตอรอลได้ดี หนึ่ง บางกรอบ และเข้ากันได้ดีกับเครื่องแกงไทยอีกด้วย

4. ปลาสเตอร์เจียน (sturgeon)

เห็นครั้งแรกก็ว่าปลานี้แปลกดี ปากยาวๆ ตัวใหญ่ โตเต็มที่ จะ ประมาณ 200 เซนติเมตร หรือเกือบๆ สองเมตรเลยทีเดียว ซึ่ง ปกติแล้วปลานี้จะพบเห็นในลุ่มแม่น้ำของไซบีเรีย โดยจะ เลี้ยงจนโตเต็มที่ในอุณหภูมิต่ำไม่เกิน 20 องศาเซลเซียส ก็จะถูกนำ มาทำอาหาร และนิยมนำไปทำ “คาเวียร์”

5. ไช้ปลาเคียว

ความดีงามที่ต้องเล่าเลยก็คือ “มูลนิธิโครงการหลวงสามารถ ผลิตคาเวียร์ได้เป็นครั้งแรกของประเทศไทย” ซึ่งตัว คาเวียร์ที่ ได้จากปลาสเตอร์เจียนนี้จะมีสีดำขลับ รสเข้มข้นมันกรูบ ถูกนำ มาบรรจุในกระปุก และขายได้ในราคาที่สูงมาก เป็นการสร้าง มูลค่าเพิ่มได้อย่างดีเยี่ยม

6. พริก 5 สี

พริกที่ว่าธรรมดาดีแล้วแต่ที่พบที่โครงการหลวงคือ พริก ออร์แกนิก 5 สี มีทั้งสีเหลือง สีส้ม สีแดง สีม่วง สีเขียว พริก 5 สี ก็จะเป็นต้นเดี่ยวๆ และพริกที่ได้จะเป็นพริกเม็ดเล็ก อวบเล็กน้อย และให้รสเผ็ดจัด รับประทานได้ทั้ง 5 สี เหมาะมากในการ เล่นสีสันกับเมนูเด็ด พร้อมให้วิตามินซี และมีสารเบต้าแคโรทีนสูง

7. ดอกแพนซี

ดอกแพนซีจะมีกลิ่นหอมอ่อนๆ อุดมไปด้วยวิตามินเอและซี คือ เป็นดอกไม้ที่เรียกว่า “สวยกินได้” มีรสเปรี้ยวอ่อนๆ มี 3 สีคือ ม่วง แดง น้ำเงิน ปกติแล้วเป็นดอกไม้โบราณของอังกฤษ ว่ากันว่า ถ้ามองดีๆ ดอกแพนซีจะละม้ายคล้ายกับใบหน้าคนที่กำลัง ใช้ความคิดอยู่ จริงไหม?

8. กรีนโอ๊ค

ที่ประทับใจเพราะไปเด็ดมากับมือ และชิมมาจากต้น ผักกาดหอม พันธุ์กรีนโอ๊คที่โครงการหลวง ปลูกในระบบไฮโดรโปนิกส์ และไม่ใช้ สารเคมีใดๆ ผักกาดหอมกรีนโอ๊คตอนนี้ค่อนข้างได้รับความนิยม จากร้านอาหาร เพราะดูสวยงามไฮโซกว่าผักกาดหอมโดยทั่วๆ ไป ที่สำคัญกรีนโอ๊คจากโครงการหลวงจะหวานกรอบ และสีสดใส กว่าที่เห็นในท้องตลาด ยิ่งกินสดๆ จากต้นแล้ว... เกินคำบรรยาย

9. เบบี้แครอท (baby carrot)

เบบี้แครอทที่โครงการหลวงจะมีรสหวาน และหอมแตกต่างจาก ที่เห็นทั่วไปมาก สามารถนำมารับประทานทั้งแบบสดๆ หรือผัด ต้ม ยำ ลวก แล้วแต่สะดวก เท่าที่สอบถามจากชาวไร่ที่ทำการ เพาะปลูก เบบี้แครอทจะให้ผลผลิตตลอดทั้งปี มีมากในช่วง ปลายฝนต้นหนาว จะเมนูไทยหรือสลัดก็เข้ากันได้ แค่นี้โอเค

10. พักทองญี่ปุ่น

พักทองญี่ปุ่นเป็นหนึ่งในวัตถุดิบที่เซฟซูมพล สุดยอดเซฟอาหาร ไทยได้เลือกขึ้นมาร่วมสรรค์เมนู เพื่อเสิร์ฟในงาน 50 Best Explore Thailand Gala Dinner ด้วยเนื้อแน่นๆ สีเหลืองสด เข้ม รสหวานมัน แอ้มมีวิตามินเอ และเบต้าแคโรทีนสูง ช่วยใน การป้องกันโรคมะเร็ง เป็นวัตถุดิบที่รังสรรค์ได้ทั้งของคาว และ ของหวาน หรือจะเป็นเครื่องเคียงรับประทานดีรสชาติกับ อาหารรสจัดๆ ก็เข้ากันได้เป็นอย่างดี **👉**

Vacation Time

เมื่อมีโอกาสได้ครอบครองวันหยุดแล้ว ไม่ว่าจะป็นมนุษย์เงินเดือนอย่างเรา มนุษย์ป่า มนุษย์ลุง หรือมนุษย์ไหนๆ ก็คงตั้งหน้าตั้งตาคอยที่จะได้นอนตื่นสาย มีเวลาได้ออกไปเที่ยว นำร่างกายไปสู่ดกกลิ่นดิน กลิ้งเกลือกไปบนผืนหญ้า นุ่มนึ่ม สัมผัสสายลมภายใต้แสงแดดอุ่น ว่าแล้วเราก็ลองหยิบกระเป๋ายกมือสักใบ ใส่อาหารที่ทำกินเองง่ายๆ แล้วคว่ำถ้วยชามสีหวาน พร้อมชวนญาติสนิท มิตรสหาย หรือคนรู้ใจสักคน พวกกันไปพบเจอความเขียวขจี ช่วยผ่อนคลายความเหนื่อยล้า ทำให้วันหยุดนี้แสนสุขยิ่งกว่าวันไหนๆ <<

1. ปิ่นโตเหล็กสีพาสเทล ราคา 390 บาท
2. แก้วน้ำสีขาว ราคา 200 บาท
3. ชามขอบแดง ราคา 165 บาท
4. ชามสีขาวลายแพะ ราคา 195 บาท
5. ชุดช้อนล้อมสีชมพู ราคา 75 บาท
6. ถ้วย delicious ราคา 110 บาท
7. ถ้วย nice ราคา 125 บาท
8. แก้วน้ำสีพาสเทล ราคา 95 บาท

ขอบคุณสินค้าจากร้าน junktion จตุจักร โครงการ 2
ซอย 39/1 โทรศัพท์: 08-1692-3478





3

4

5

DELICIOUS 6

food

RIC HOME HOME HOME HOME 7

8

**styling
life**

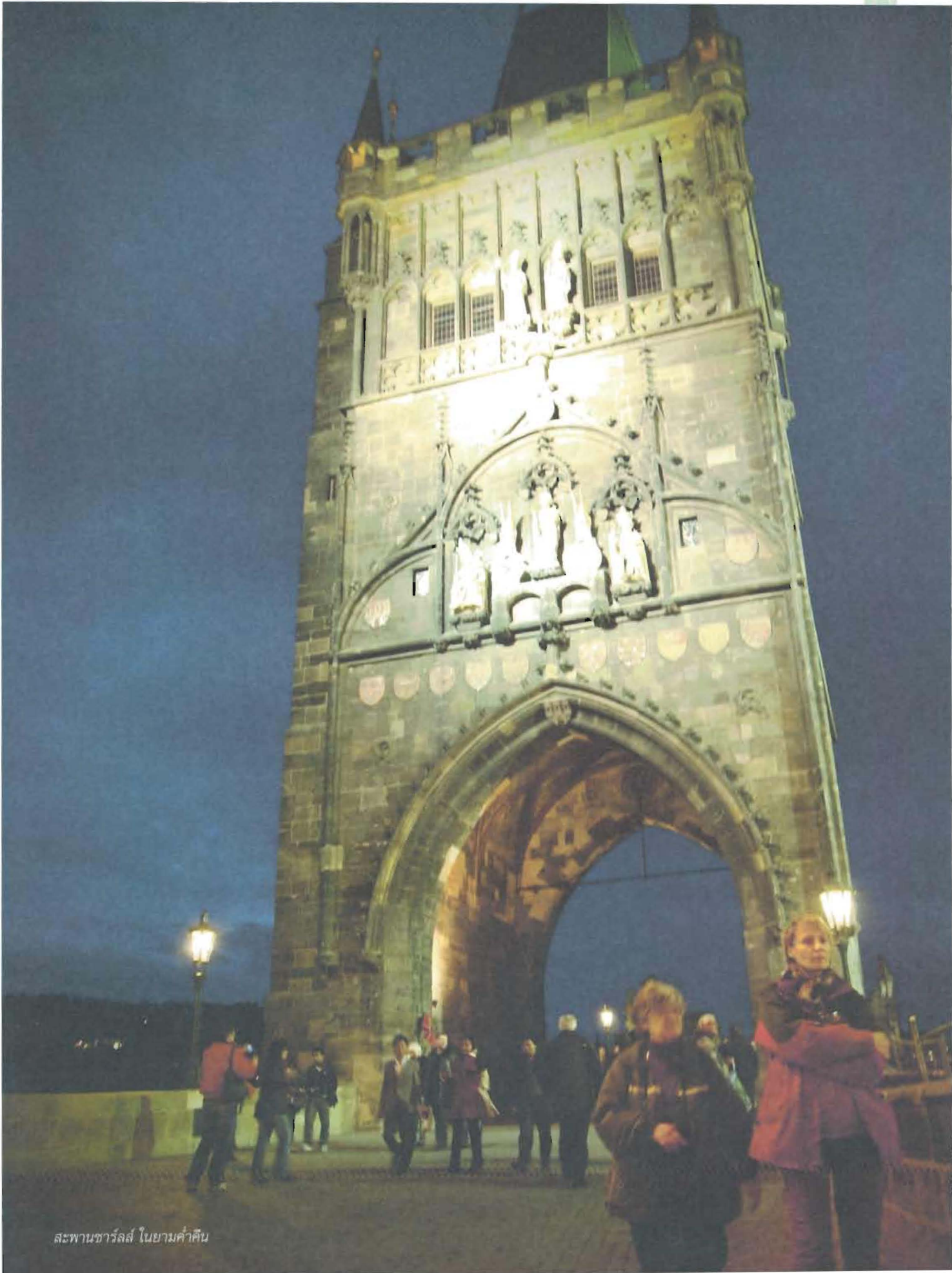
“กลับไปโอ้แห่งความแปลกใหม่ล่อยล่องไปตามทาง
มืออาหารอินทรีย์เจ้าด้วยวิถีถิ่นเป็นเลิศ
เต็มอิ่มกับเมนูที่กระตุ้นทุกประสาทสัมผัส”

food journey

สูดอากาศต่างแดนให้เต็มปอด สัมผัสความโรแมนติกที่ซิมซาบ
อยู่ทั่วทุกมุมเมืองปรางค์ อ่อนหวานไปกับบรรยากาศแห่งความรัก
เคล้าคลอด้วยท่วงทำนองหลากหลายที่ล่องมาตามสายลมหนาว

dining out

เพลิดเพลินไปกับรสชาติไฟน์ไดนิ่งสไตล์ตะวันออก ทอมฟุ้งด้วยเครื่องเทศหลากชนิด
หนึ่งในเอกลักษณ์ของอาหารอินเดีย ร่ายรอบงามงดอย่างหรูหรา
ตามแบบฉบับ “punjab grill bangkok fine dining”



สะพานชาร์ลส์ ในยามค่ำคืน

Czech Republic: The Song of Spring

ควงแขนคนรู้ใจไปเที่ยวเช็ก:
อาณาจักรโบฮีเมีย
ดินแดนแห่งเบียร์ และเสียงเพลง

ขอพาคูรัก และคนโสดแต่อยากมีความรักทุกท่าน หนีร้อน
บินข้ามโลกไปเที่ยวประเทศแสนสวยในยุโรปกลาง ที่ซึ่งเป็น
ตั้งจุดหมายในฝันในใจของหลายคน ประเทศที่มีเมืองหลวง
อันขึ้นชื่อเรื่องความสวยงามโรแมนติก ประเทศที่มีเมือง
เล็กเมืองน้อยอันแสนน่ารักกระจายอยู่ทั่วทั้งดินแดน
ประเทศที่มีเบียร์รสชาติเยี่ยม... เดากันถูกไหมว่าประเทศนี้
ชื่ออะไร

มาสิมา ไปสัมผัสอากาศหนาวกำลังพอดีของฤดูใบไม้ผลิ
ด้วยกันที่ประเทศในฝันแห่งนี้เลย อดีตอาณาจักรโบฮีเมีย
(Bohemia) ที่เพิ่งจะใช้ชื่อประเทศปัจจุบันได้เพียงแค่ 23 ปี
เท่านั้น ประเทศที่มีชื่อว่า “สาธารณรัฐเช็ก” (Czech
Republic)**

มาเริ่มการเดินทางด้วยคำถามนำรู้กันดีกว่า ถ้าเราพิมพ์คำ
ว่า “The most romantic city / destination in the
world” แล้ว google ผู้รอบรู้จะเลือกสถานที่ใดมาตอบเรา
บ้าง รู้หรือไม่ว่าร้อยละ 80 ของการจัดอันดับที่น่าเชื่อถือ
จะต้องมีชื่อของเมืองปราก (Prague) ติดอันดับอยู่เสมอ

โอ้...ชื่อเสียงไม่ธรรมดาอย่างนี้เราไปพิสูจน์กันดีกว่าว่ามีดี
สมคำยกย่องไหม

ปรากเป็นเมืองหลวงของสาธารณรัฐเช็กที่มีขนาดของเมือง
ใหญ่เป็นอันดับที่ 14 ของยุโรป โดยตัวเมืองตั้งอยู่สองฝั่ง
ของแม่น้ำวัลตาวา (Vltava River) อาคารบ้านเรือนต่างๆ
ในเมืองเกิดจากสถาปัตยกรรมหลากหลายยุคสมัยตั้งแต่
กอธิก (Gothic) เรเนซองส์ (Renaissance) บาโรก
(Baroque) โรโกโก (Rococo) และอีกมากมายจนถึงนีโอ
คลาสสิก (Neo-Classical) โบราณสถาน และสิ่งก่อสร้าง
หลายแห่งของปรากมีอายุยาวนานมากกว่าพันปี ซึ่งได้รับ
การบำรุงรักษาเป็นอย่างดีจนขึ้นชื่อลือชาในเรื่องการเป็น
เมืองที่สวยงามไปทุกมุม สวยประหนึ่งหลุดออกมาจาก
เทพนิยายจนสร้างบรรยากาศเคลิบเคลิ้ม ชวนให้คนโสด
จิตใจหวนไหวอยากมีแฟนเอาไว้เกี่ยวก้อยจู๋มือเดินเคียงกัน
ในบัตดล สำหรับใครที่มีคู่อยู่แล้วก็ขอให้พากันเดินทอดน่อง
ชมสะพานชาร์ลส์ (Charles Bridge) อันเลื่องชื่อ
บนสะพานมีรูปปั้นอันประณีตของเหล่าเทพ และนักบุญ
มากมายหลายองค์สถิตคอยเฝ้ามองผู้คน

** สาธารณรัฐเช็กในอดีตคือประเทศเชโกสโลวาเกีย (Czechoslovakia) ที่ปัจจุบันได้แบ่งแยกดินแดนกันอย่างสันติ เกิดเป็น
สาธารณรัฐเช็ก และประเทศสโลวีเนียเมื่อวันที่ 1 มกราคม 1993



บรรยากาศเมืองปรากที่สวยงามเหมือนเทพนิยาย



รูปปั้นนักบุญ จอห์นแห่งเนโปมุก ที่เซสกี คุรมลอฟ

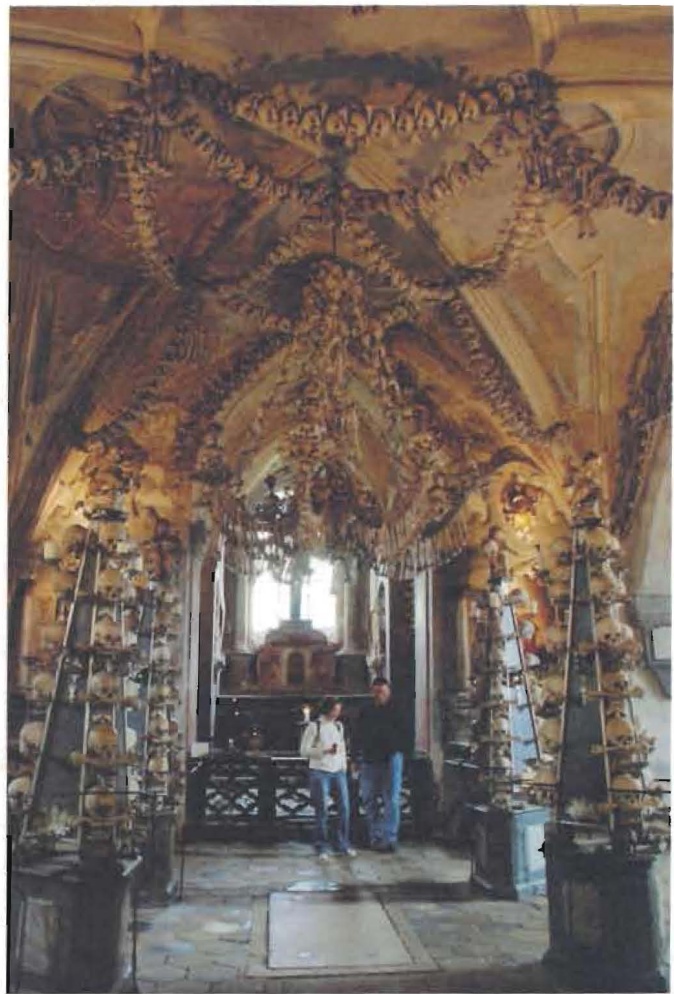
แล้วชื่นชมทัศนียภาพที่ยังสวยงามเป็นพิเศษในยามที่แสงแดดอ่อนๆ โหลมไล่บรรดารูปปั้นองค์เทพเทวดาอย่างอ่อนโยน มันช่างชวนฝัน และ สวิทมากเลยจ้าขอบอก แต่สำหรับคนโสดที่อยากตกหลุมรัก ก็ขอเล่า เรื่องโหดๆ กระชากอารมณ์เก็บไว้เป็นข้อมูล เอาไว้เป็นเรื่องให้พูดคุย กับมนุษย์ที่เราหมายปองฟังบ้างว่า รูปปั้นนักบุญบางองค์ก็มีประวัติอัน แสนโหดร้ายมากนะเธอ เธอรู้ไหม เรยกตัวอย่างให้เธอฟังนะ เช่น รูปปั้นของนักบุญจอห์นแห่งเนโปมุก (John of Nepomuk) ที่บนศีรษะ มีดาวห้าดวง มือขวาถือขนนก มือซ้ายถือรูปปั้นพระเยซูนั่นไงเธอ เรื่อง มีอยู่ว่ากษัตริย์เวเนสลาอูสที่ 4 แห่งอาณาจักรโบฮีเมีย (Wenceslaus IV of Bohemia) โกรธท่านจอห์นมากจนมีคำสั่งให้จับท่านโยนลงน้ำ ตรงจุดเดียวกับที่รูปปั้นตั้งอยู่ให้จมน้ำตายเลยนะ เหตุเพราะท่านนักบวช จอห์นไม่นำคำสารภาพบาปของราชินีเปิดเผยต่อกษัตริย์ (กษัตริย์ไม่ ไว้ใจราชินีแต่เราไว้ใจเธอนะ... อะไอย่างนี้เป็นต้น) และหลังจากเวลา ล่วงเลยไปกว่าสามร้อยปี ท่านก็ได้รับการแต่งตั้งเป็นมรณสักขี (ผู้ที่ใช้ ชีวิตของตนยืนยันความเชื่อ) และวิญญาณรักซ์ที่คอยปกป้องจากการหลงผิดและความชั่วร้าย ปัจจุบันมีความเชื่อว่าถ้าอธิษฐานอะไรกับ รูปปั้นเซนต์จอห์นก็จะได้สมดังใจหวัง พาใครไปก็อย่าลืมนะไปอธิษฐาน กับท่านนักบุญจอห์นแห่งเนโปมุกกันละ



นักดนตรีบนสะพานชาร์ลส์



กระดุกมนุษย์เรียงเป็นโถ



การตกแต่งภายในโบสถ์

ชื่นชมความงามของสะพานชื่อดังจนหน้าใจแล้ว แนะนำให้เที่ยวใกล้ๆ กะทิงกะทิงพากันเดินจากสะพานชาร์ลส์ต่อไปอีกอึดใจก็จะถึงปราสาทเมืองปราก (Prague Castle) ที่สวยงามดุจปราสาทในเทพนิยาย ตัวปราสาทตั้งอยู่ฝั่งซ้ายของแม่น้ำวัลตาวาโดยมีอาณาบริเวณกว้างขวางมากเทียบเท่าได้กับ 7 สนามฟุตบอล นับได้ว่าเป็นปราสาทโบราณที่ใหญ่ที่สุดในโลกจากการบันทึกของกินเนสส์เวิลด์เรคคอร์ด (Guinness World Records) ภายในรั้วปราสาทมีทั้งโบสถ์ พระราชวัง พิพิธภัณฑ์ ห้องจัดแสดงนิทรรศการ ห้องแสดงภาพ หอคอย หอสังเกตการณ์ สวนแสนสวย และโบราณสถานอันทรงคุณค่าอีกมากมาย ถ้าโชคดีก็อาจจะได้มีโอกาสชมคอนเสิร์ตดนตรีแจ๊สหรือดนตรีคลาสสิกจากศิลปินระดับตำนานที่แวะเวียนมาเล่นที่นี่ยังเป็นระยะ ถ้าจังหวะเหมาะสมเวลาว่างตัวพอดิขอแนะนำว่าห้ามพลาดนะคะ เพราะจะได้ฟังเพลงเพราะๆ ที่เล่นในสถานที่เก่าแก่สวยงามเลิศล้ำอย่างที่จะหาประสบการณ์แบบนี้ที่อื่นยากมากนะเออ

อ้อ... สถานที่สำคัญที่ห้ามพลาดอีกแห่งหนึ่งก็คือนาฬิกาดาราศาสตร์ (Astronomical clock) ของเมืองที่ทำหน้าที่บอกเวลาแก่ชาวเมืองมาตั้งแต่ ค.ศ. 1410 เป็นนาฬิกาที่มีอายุเก่าแก่เป็นอันดับสามของนาฬิกาดาราศาสตร์ทั่วโลก แต่ที่น่านับถือคือเป็นนาฬิกาดาราศาสตร์โบราณเรือนเดียวที่ยังใช้งานได้จริง อย่าลืมไปรอดูการเคลื่อนตัวของพระอาทิตย์และพระจันทร์กันได้ที่กำแพงทิศใต้ของศาลาว่าการเมืองเก่า (Old Town Hall) บริเวณจัตุรัสของเมืองเก่า (Old Town Square)

แต่สำหรับฉัน สิ่งที่คุณรู้สึกรู้ว่าเป็นเสน่ห์อย่างที่สุดของปรากกลับไม่ใช่สิ่งก่อสร้างที่มีอายุยืนยาวกว่าพันปี ความสวยงามประหนึ่งเมืองเทพนิยาย

หรือความโรแมนติก แต่เป็นบรรยากาศของเมืองที่มีเสียงเพลงอันไพเราะ ล่องลอยอยู่ในอากาศตลอดเวลา ไม่ว่าเราจะเดินไปมุมไหน โบสถ์ไหน หรือตรอกซอกซอยไหนก็จะได้ยินเสียงเพลงจากยุคต่างๆ ทั้งดนตรีคลาสสิก จากนักประพันธ์เพลงชื่อดัง ดนตรีท้องถิ่น และดนตรีแจ๊สหลากหลาย ใครรักใคร่ชอบดนตรียุคไหนแบบไหนก็สามารถเลือกฟังได้ตามใจปรารถนา ผู้ที่มีเสียงเพลงในหัวใจไม่ควรพลาดการจูงตัวเข้าไปฟังการบรรเลงดนตรีคลาสสิกสดๆ หรือไปแจ๊สคลับที่มีอยู่มากมายหลายแห่ง หรือจะมุ่งตรงไปที่แจ๊สคลับชื่อดังของเมืองอย่าง AghARTA Jazz Centrum (AghARTA Jazz Centrum, Železná 16, Prague, Czech Republic, +420 222 211 275) เลยก็ได้

โดยแจ๊สคลับชื่อดังแห่งนี้ตั้งอยู่ระยะเดินเพียงอึดใจจากเขตเมืองเก่า มองป้ายชื่อร้านแล้วเดินลงตามเสียงเพลงไปขึ้นใต้ดินนะคะ หาไม่ยากเพราะมีเสียงบรรเลงเพลงแจ๊สคลุ่ๆ สดๆ ทุกคำคืนเป็นเข็มทิศนำทาง และนอกจากเป็นคลับเพลงแจ๊สแล้ว ทางร้านยังทำค่ายเพลงของตัวเองอีกด้วยนะ เจ๋งไหมล่ะ ชื่นชอบแฟนไทวงไหนก็อุดหนุนกันให้ศิลปินชื่นใจหน่อยนะคะ

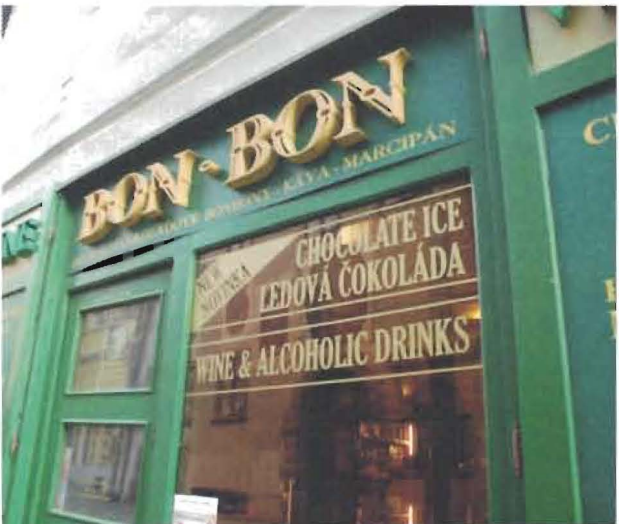
แต่สาธารณรัฐเช็กไม่ได้มีแค่ปรากนะ (ถึงแม้ว่าปรากจะดังที่สุดก็ตามเถอะ) ฉันทขออาสาพาทุกท่านที่ทั้งโสด และมีคู่ไปรู้จักกับเมืองทางใต้ของประเทศที่ชื่อเชสกี ครูมลอฟ (Cesky Krumlov) เมืองยุคกลางขนาดเล็กที่ได้รับการขึ้นทะเบียนเป็นเมืองมรดกโลก (UNESCO World Heritage) ด้วยเช่นกัน เชสกี ครูมลอฟเป็นเมืองที่โดดเด่นด้วยขนาดกะทัดรัดเพียงแค่ 22.16 ตารางกิโลเมตร มีประชากรของเมืองเพียงหมื่นกว่าคน มีบ้านเมือง



Tyn Church ซึ่งตั้งอยู่ย่านเมืองเก่าของปรากในยามเย็น



โรงละครกลางแจ้งของปราสาทเชสกี คุรมลอฟ



หน้าร้านช็อกโกแลต Bon Bon อันแสนอร่อย

ที่สวยงามมาก มีแม่น้ำวัลตาวา (Vltava River) ไหลผ่านเช่นกัน มีปราสาทเชสกี คุรมลอฟ (Cesky Krumlov Castle) อันใหญ่โตมาก เมื่อเทียบกับขนาดเมืองเล็กๆ ของตน ตัวปราสาทตั้งอยู่บนเนินที่สามารถมองลงมาเห็นวิวเมืองทั้งเมือง (เพราะเมืองเล็กจริงๆ) ปราสาทแห่งนี้นั้นใหญ่โตขนาดที่มีโรงละครสวยงาม และทันสมัยมาก (ในยุคนั้น) ทั้งกลางแจ้ง และในตัวปราสาท ใครได้ไปควรแวะไปคารวะผู้ออกแบบโรงละครทั้งสองแห่งนี้ เพราะมีรสนิยมวิไลล้ำสมัยเป็นอย่างมาก และเพื่อให้สมกับเป็นประเทศที่รักเสียงดนตรี และงานศิลปะ เมืองเล็กๆ นี้มีทั้งวงออร์เคสตรา (orchestra) และจัดเทศกาลดนตรีนานาชาติเชสกี คุรมลอฟ (International Music Festival Cesky Krumlov) ทุกปีในช่วงกรกฎาคม - สิงหาคม และมีการแสดงจากวาทยกรระดับโลกมาแสดงที่เมืองอย่างสม่ำเสมอ กรังด์ไฮม์ละ ไม่ธรรมดาจริงๆ

สำหรับผู้ที่ชื่นชอบของที่ระลึกกระจุกกระจิก ของทำมือน่ารักๆ ขอแนะนำให้มีเวลาเดินชมร้านค้าต่างๆ ทั่วทั้งเมือง ใช้เวลาอย่างช้าๆ เพื่อเลือกของที่ถูกใจกลับบ้านไปฝากให้คนที่รักหรือคนรักที่มาด้วยกัน ที่เมืองเชสกี คุรมลอฟนี้มีร้านค้าน่ารักๆ หลายร้าน สามารถเลือกซื้อของได้ตามอัธยาศัย โดยมีข้อพึงระวังอย่างเดียวคือ ร้านค้าที่นี่ส่วนมากปิดเวลาหกโมงเย็น และตรงเวลาเป๊ะนะค่ะ ถ้าคิดจะซื้ออะไรก็รีบซื้อ ก่อนที่ร้านจะปิดจ้า นอกจากของสวยๆ งามๆ แล้วยังมีร้านช็อกโกแลตสุดแสนอร่อยของเมืองที่แนะนำให้ทุกท่านได้ไปลิ้มชิมรสกัน เป็นร้านที่มีช็อกโกแลตร้อนอร่อยมากกกก (ก.โกแลนตัว) เนื้อช็อกโกแลตเข้มข้นสุดอร่อย รสชาติกำลังพอดีไม่หวานไม่ขมเกินไป ยิ่งได้กินร้อนๆ ตอนอากาศหนาวๆ ด้วยแล้ว แป๊บเดียวหมดถ้วยเลยละ ร้านสุดอร่อยแห่งนี้มีชื่อว่า Bon Bon Chocolate Shop (Latrán 20, 381 01Cesky Krumlov, Czech Republic) ร้านเปิดตั้งแต่ 9.00 - 18.00 น. ห้ามเลือกซื้อของนานเกินหกโมงนะค่ะ เพราะพนักงานจะหน้าหงิกใส่ทันที โปรดระวังตัวให้ดี



เมืองเซดลึ่ ครุ่มลอฟเมื่อมองลงมาจากปราสาท

อีกเมืองหนึ่งที่น่าไปเยี่ยมชม เพราะสิ่งก่อสร้างชื่อดังของเมืองที่แปลกประหลาด
มากๆ แปลกที่สุด และหายากยิ่งที่จะได้เห็นของแบบนี้ที่อื่น เมืองที่มีของแปลก
ไม่ซ้ำใครแห่งนี้มีชื่อว่าคูทนา ฮอรา (Kutna Hora) เป็นเมืองที่อยู่ทางตอนกลาง
ของประเทศ โดยสถานที่ที่แปลก และสวย (ในแบบไม่เหมือนใคร) แห่งนี้มีชื่อว่า
Sedlec Ossuary หรือเรียกอีกชื่อหนึ่งว่าโบสถ์กระดูก (Bone Church) อ่า...
ฟังไม่ผิดหรอกจ้ะ ชื่อโบสถ์กระดูกจริงๆ เพราะเป็นโบสถ์ที่เอากระดูกชิ้นส่วนต่างๆ
ของมนุษย์ และกะโหลกศีรษะมาประดับประดาตกแต่งในรูปแบบต่างๆ ไปทั่ว
โบสถ์เลยละ เอากระดูกมาทำเป็นแท่นวางเทียนสูงๆ เป็นแขนเดอเลียร์ เป็นโล่
เป็นช้อน และอื่นๆ อีกมากมายหลายรูปแบบ โดยโครงกระดูกที่นำมาตกแต่งโบสถ์
นั้นนำมาจากคนจริงๆ (แน่นอนว่าตายแล้ว) ประมาณ 40,000 - 70,000 คนเลย
ทีเดียว ใครเป็นสายของแปลก สายที่สุดในโลก หรือสายหลอน ขอเชิญมาชมนะคะ
เพราะรับรองได้ว่าสถานที่นี้ประหลาด และโดดเด่นในด้านอินที่เรียกดีไซน์อย่างหา
ใครเปรียบได้ยากจริงๆ

ลุดท่าย... รู้หรือไม่ว่าประเทศนี้ขึ้นชื่อว่าเบียร์อร่อยมาก ดังนั้นสิ่งที่ควรทำในการ
มาเยือนประเทศนี้ก็คือการชิมเบียร์ประจำถิ่นของทุกเมือง เพราะว่าเบียร์แต่ละ
เมืองก็มีรสชาติแตกต่างกันไป มีความกลมกล่อม ความอร่อยกำขาบมีมิติ และ
ความโดดเด่นของรสชาติไม่เหมือนกันเลย การได้ดื่มด่ำกับรสชาติเบียร์เย็นๆ ที่มี
ฟองนุ่มๆ หลังจากเดินทางอ่อนล้ามาทั้งวันก็ทำให้สดชื่นขึ้นไม่น้อย มีแรงเดิน
ต่อไปได้อีกไกล ว่าแล้วก็ชนแก้วเลยสิ รออะไร :) ☘



Dream destination at **Sripanwa**

เมื่อพูดถึงการท่องเที่ยวเมืองภูเก็ต เชื่อว่าเป็นสถานที่พักผ่อนในฝันของหลายๆ คนที่ต้องมาเยือนให้ได้สักครั้งต้องเป็นที่ "sripanwa" เพราะความสวยงาม และการออกแบบที่ลงตัวของสถาปัตยกรรม ทำให้ที่พักของศรีพันวาเห็นวิวและทัศนียภาพที่งดงาม รวมถึงการบริการที่เป็นเลิศพร้อมพร้อมทั้งกิจกรรมชิลๆ ให้พักผ่อน หรือกิจกรรมลุยๆ อย่างพายคายัคก็มีครบ จึงไม่น่าแปลกใจที่ศรีพันวาจะครองใจทั้งชาวไทย และชาวต่างชาติ



where to sleep:

ปกติแล้วเราคงคุ้นตากับภาพบ้านพักที่เรียงตัวกันอยู่บนเขา แต่สำหรับที่พักที่เราเข้าพักในครั้งนี้สวยงามไม่แพ้กัน ซึ่งถือเป็นเฟสใหม่ล่าสุด และเป็นเฟสสุดท้ายของศรีพันวา นั่นก็คือที่ “the habita” ห้องพักแบบเพนต์เฮาส์ขนาดใหญ่สุดพิเศษ โดยทุกห้องจะมีสระว่ายน้ำส่วนตัวที่สามารถมองเห็นสระใหญ่ด้านล่าง ภายในห้องแบ่งเป็นสองโซน ก้าวแรกที่เข้ามาถึงจะเป็นห้องรับแขก มีน้ำ มีขนมเตรียมให้พร้อม โซฟาขนาดใหญ่นอนเล่นได้สบาย พร้อมด้วยเสียงเพลงผ่อนคลายจากไอพอด ส่วนอีกข้างเป็นส่วนของห้องนอนที่หันหน้ารับทะเล หากคุณตื่นแต่เช้าจะเห็นท้องฟ้าเป็นสีชมพูจากพระอาทิตย์ที่กำลังขึ้น ด้านในของห้องนอนเป็นห้องอาบน้ำ และห้องแต่งตัว ซึ่งใหญ่มากๆ ภายในมีทั้งอ่างอาบน้ำ และห้องอาบน้ำที่แยกกันเป็นสัดส่วน เตารีด และใคร่ป่าผมมีเตรียมให้พร้อม ด้านนอกของห้องจะเป็นระเบียงยาวขนานกับสระว่ายน้ำที่ออกแบบมาเพื่อความเป็นส่วนตัวโดยเฉพาะ เล่นน้ำได้เพลิดเพลินแบบไม่ได้ยินเสียงรบกวนจากรอบข้าง

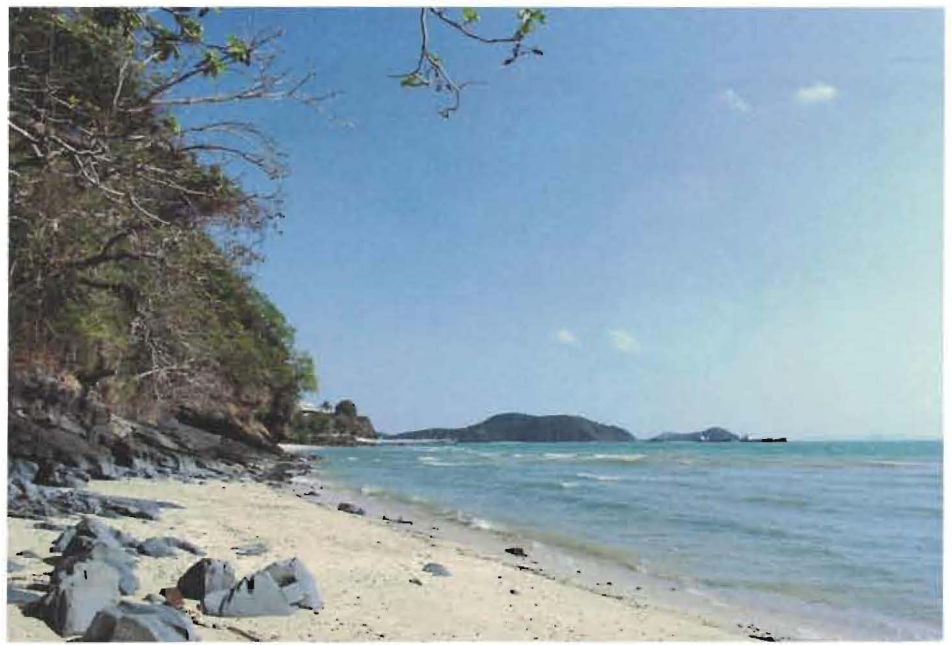


what to do:

ไฮไลต์ที่เป็นที่กล่าวถึงของศรีพันวาขอยกให้ “baba nest” จุดชมวิวพระอาทิตย์ตกแบบ 360 องศา บาบานีสท์เป็นบาร์ชั้นดาดฟ้า เปิดเวลา 5 โมงเย็นถึง 3 ทุ่ม แต่ต้องจองล่วงหน้าอย่างน้อย 3 เดือน เพราะมีแค่ 12 โต๊ะเท่านั้น ซึ่งบอกเลยว่าคุ้มจริงๆ กับวิวพระอาทิตย์ตกที่เห็น ส่วนอีกหนึ่งกิจกรรมผ่อนคลายยอดนิยมคือ การทำสปาเพื่อปรนนิบัติสุขภาพที่ “cool spa” โดยสปาที่นี่จะมีให้เลือกหลากหลาย เช่น นวดอโรมา นวดตามกรุปเลือด ถือเป็นสองชั่วโมงที่คุณได้ซึมซับความสุข ความสบายแบบสุดๆ หากเข้าพักหลายวันจะเป็นแบบแพ็คเกจก็คุ้มทีเดียว

ที่ศรีพันวาจะมีสระว่ายน้ำกลางแจ้งอยู่ 3 แห่ง ที่แรกคือตรง “baba poolclub” สระว่ายน้ำกลางแจ้งพร้อม ลมวิวทะเล ส่วนที่ “beach pool” เป็นสระว่ายน้ำที่เดินต่อมาไม่กี่ไกลจากพูลคลับพร้อมทางเดินลง ทะเล ด้านล่างจะมีเรือคายัคให้บริการฟรี สามารถติดต่อเจ้าหน้าที่ได้

อีกหนึ่งไฮไลต์ของโซนใหม่ล่าสุดที่ the habita ก็คือสระว่ายน้ำ forest waterfall pool บริเวณนี้จะเป็นสระใหม่ขนาดใหญ่ที่มีทั้งสระเด็ก และสระผู้ใหญ่ในระบบเกลือ อีกทั้งที่นาลูกคือกำแพงน้ำตกที่อยู่ชั้นล่าง เรียกได้ว่าสระเดียวเล่นได้ทั้งวันไม่มีเบื่อ หรือจะนอนอาบแดดก็มีจัดเตรียมให้พร้อม แถมทุกที่จะมีครีมกันแดด และน้ำดื่มเสิร์ฟตลอดเวลา บริการแบบเอ็กซ์คลูซีฟมากๆ



what to drink:

“aperol spritz” ตัวนี้แนะนำให้สั่งที่บาบานเนสระหว่างที่นั่งชมพระอาทิตย์ตก นอกจากสีส้มงามจับใจเหมือนพระอาทิตย์ยามอัสดงแล้ว ยังมีความหมายแฝงอยู่ด้วย เพราะเป็นค็อกเทลที่ช่วยเรียกน้ำย่อย เหมาะจะดื่มก่อนมื้ออาหาร แต่ถ้าหากช่วงบ่ายอากาศร้อนๆ น่าจะลองเครื่องดื่มให้ความสดชื่นที่มีส่วนผสมเป็นสาเกญี่ปุ่นอย่าง “the sakura” ตัวนี้เป็นสาเกค็อกเทล ให้ความสดชื่นจากแตงโม ลิ้นจี่ และมะนาว อีกหนึ่งค็อกเทลที่สดชื่นไม่แพ้กันคือ “sake mojito” โมฮิโต้ที่ใส่กลิ่นอายแบบตะวันออกด้วยสาเก และอีกตัวที่เป็นที่นิยมเพราะสีส้มที่สวยงามคือ “sake emorold” ค็อกเทลสีเขียวสวย เสิร์ฟในแก้วมาร์ตินี่ เหมาะที่จะจิบรับวันพักผ่อนท่ามกลางสายลม และวิวทะเลที่อยู่ตรงหน้า



what to eat:

อาหารเช้าจะรับประทานที่ “baba poolclub” มีทั้งอเมริกันเบรกฟาสต์ และอาหารไทย ที่เด็ดอยู่ที่ “ขนมจีนน้ำยาปู” อร่อยถูกใจทุกชาติ เป็นเมนูที่ห้ามพลาดเลย ส่วนมื้อกลางวันแนะนำให้ลองอาหารญี่ปุ่นที่ baba iki อาหารญี่ปุ่นที่นี้ดูแลโดยเชฟบอส เชฟหนุ่มรูปหล่อที่จะคอยทำให้แบบสดใหม่ตามสั่ง ปกติแล้วเมนูนี้ไม่ได้มีในเล่มเมนู แต่ถ้ามาเป็นกลุ่มใหญ่ๆ จะขอสั่งกับเชฟก็ได้คือ “super deluxe sushi platter” จัดเต็มด้วยซาซิมิ และซูชิหลากหลายชนิด แต่ที่น่าสนใจคือทาโก้อิวคาโด ปลาฮามาจิ มีความเป็นฟิวชั่นเล็กๆ แต่ยังคงรสชาติแบบญี่ปุ่นไว้ หรือจะสั่งเป็นเทปายากิก็อร่อยไม่แพ้กัน เลือกชนิดของเนื้อสัตว์ได้ พร้อมชมลีลาการเทป็นของเชฟ



ด้านอาหารจีนที่ “baba chino” อยู่ตรง the habita ดูแลโดยเชฟป้อม เชฟกระทะเหล็กประเทศไทย แนะนำให้สั่ง “สลัดส้มทอยเซลล์” เมนูนี้เสิร์ฟแบบเย็นในผลส้ม สีสันสวยงามน่ารัก นอกจากนี้ยังมีอาหารรสจัดแบบไทยภาคใต้แท้ๆ ห้องอาหารไทย “baba soul food” สั่งเกตว่าห้องอาหารนี้มีชาวต่างชาติเข้ามาลิ้มลองรสชาติมากที่สุด หากมาห้องนี้ แนะนำว่าต้องลอง “ข้าวเม้าทอด” ความพิเศษอยู่ที่การดึงความเป็นไทยผสมตะวันตกได้อย่างลงตัว แต่ถ้าอยากกินซีฟู้ด เมนูอย่างต่างๆ หรือชาบูก็มีให้อร่อยยามค่ำคืนที่ baba poolclub



การมาพักผ่อนในครั้งนี้ไม่ผิดหวังเลยจริงๆ นับเป็นสามวันสองคืนที่เต็มอิ่มกับความสุขจากการบริการที่น่าประทับใจ อาหารอร่อย และห้องพักที่เรียกว่าสวยติดตา หากใครมีโอกาส อยากให้มาลองพักที่นี่กันดูสักครั้ง แต่ถ้าใครไม่ได้พัก ก็สามารถเข้ามารับประทานอาหาร หรือลองกิจกรรมอื่นๆ ในศรีพันวาได้เช่นกัน คุ่มค่า สมกับที่ยกให้เป็น “dream destination” ❧



Mekhong The Spirit of Thailand ร่วมเป็นส่วนหนึ่งในงานดินเนอร์สุดเอ็กซ์คลูซีฟ

ต้อนรับเชฟดังระดับโลกที่คว้ารางวัล Asia's 50 Best Restaurants 2016

Mekhong ตอกย้ำภาพลักษณ์เครื่องดีมีไทยระดับอินเตอร์ ได้รับเลือกให้ต้อนรับแขกบ้านแขกเมืองในงาน 50 Best Explores Thailand Gala Dinner เพื่อลิ้มลองรสชาติและสัมผัสวิถีวิญญาณแห่งความเป็นไทยอย่าง Mekhong เครื่องดีมีไทยกับความภาคภูมิใจที่ได้ร่วมเป็นส่วนหนึ่งในงานพร้อมความประทับใจในประสบการณ์แห่งรสชาติครั้งใหม่ในรูปแบบอาหารไทย ที่คัดสรรวัตถุดิบระดับพรีเมียมส่งตรงจากโครงการหลวง ผ่านการรังสรรค์เมนูโดยเหล่าเชฟชื่อดังระดับโลกที่คว้ารางวัล Asia's 50 Best Restaurants 2016 อาทิ เชฟชวาน รอคคา (Chef Joan Rocca) จากร้าน El Celler De Can Roca อันดับ 1 World's Best Restaurant เชฟแอสลีย์ พาลเมอร์ วัตต์ (Chef Ashley Palmer-Watts) จาก Heston Blumentha อันดับ 7 World's Best Restaurant และเชฟปีเตอร์ กิลมอร์ (Chef Peter Gilmore) จาก Quay อันดับ 58 Australia World Ranking และนอกจากนี้ยังมีสุดยอดเชฟอาหารไทยผู้รังสรรค์เมนูดินเนอร์สุดเอ็กซ์คลูซีฟอย่าง มาตามนุรอ โซ๊ะมณี สเต็ปเป้ เชฟชุมพล แจ็งไพร เชฟแนน-รังสิมา บุญยะสาระนันท์ และเชฟปิ๊ง-สุรกิจ เข้มแก้ว ณ ร้านอาหารบลูเอเลเฟนท์ สาทร



ที่ถือได้ว่าเป็น The Signature Drink of Thailand แพร์ริงคู่กับเมนูฟิวเจอร์ส รังสรรค์โดยมาตามนุรอ โซ๊ะมณี สเต็ปเป้ ซึ่งผู้เข้าร่วมงานต่างพูดเป็นเสียงเดียวกันว่าเป็นสุดยอดแห่งความลงตัวของการจัดอาหารในค่ำคืนนี้

สำหรับงานนี้ได้รับเกียรติจาก หม่อมเจ้าภคเดช รัชนี ประธานมูลนิธิโครงการหลวง และคุณกอบกาญจน์ วัฒนวรางกูร รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬาเข้าร่วมเป็นประธานตลอดทั้งงานผู้เข้าร่วมงานได้สัมผัสทุกความประทับใจเกี่ยวกับเรื่องราวของเชฟระดับโลกที่ได้เยี่ยมชมโครงการหลวงพร้อมลิ้มรสชาติที่ปรุงด้วยวัตถุดิบชั้นเยี่ยมจากโครงการหลวงถึง 5 คอร์ส และอีกหนึ่งเมนูสุดพิเศษ Welcome Drink ให้ผู้ร่วมงานทุกท่านได้ลิ้มลองรสชาติและสัมผัสวิถีวิญญาณแห่งความเป็นไทย นั่นคือเครื่องดีมีไทยระดับอินเตอร์อย่าง Mekhong Thai Sabai

ร่วมเป็นส่วนหนึ่งของ Mekhong The Spirit of Thailand กับประสบการณ์ดินเนอร์สุดเอ็กซ์คลูซีฟพร้อมสัมผัสศาสตร์และศิลป์แห่งการจัดบุฟเฟ่ต์อาหารไทยและค็อกเทลไทยได้ที่ร้านอาหารไทยชั้นนำ ได้แก่ บลูเอเลเฟนท์, โอชาไทย และ ร้านวิวาเรียมบาย เชฟ มินิสทรี



Punjab Grill Bangkok Fine Dining Interesting Indian Time

อาหารแนวไฟนไดนิ่งได้รับความนิยมในประเทศไทยมาระยะหนึ่งแล้ว ซึ่งส่วนใหญ่จะเป็นแนวอาหารตะวันตก แต่สำหรับร้านนี้มีความพิเศษกว่านั้น เพราะเป็นไฟนไดนิ่งสไตล์อินเดีย ซึ่งนี่เองที่ทำให้ "Punjab Grill Bangkok" กลายเป็นร้านอาหารที่มีความน่าสนใจ ทั้งบรรยากาศการตกแต่ง รายละเอียดความพิถีพิถันด้านอาหาร และรสชาติที่ชวนให้ลิ้มลอง

ปัญจาบ กริลล์ กรุงเทพฯ เป็นร้านอาหารอินเดียนำเข้าโดย บริษัท โลท์ โบท์ ฟู๊ดส์ จำกัด ประเทศอินเดีย เจ้าของธุรกิจและผู้บริหารจัดการภัตตาคารอินเดียทรูซึ่งมีสาขาในต่างประเทศมาแล้ว 2 สาขา โดยเฉพาะหลังจากที่ได้รับการตอบรับอย่างดีจากสาขาที่สิงคโปร์ที่ตั้งอยู่ที่มารินา เบย์ แซนด์ส จึงได้ขยายขยายเข้ามาที่กรุงเทพฯ

เป็นสาขาที่ 3 เพื่อเป็นการต่อยอดการขยายธุรกิจของบริษัทฯ ในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ให้ก้าวไกลมากยิ่งขึ้น

ปัญจาบเป็นชื่อภูมิภาคทางตอนเหนือของประเทศอินเดีย ซึ่งความโดดเด่นของอาหารสไตล์นี้อยู่ที่ความเรียบง่ายในการเตรียมอาหารเน้นขนาดใหญ่ ทำให้ได้อาหารที่มีปริมาณมาก พร้อมทั้งหมักด้วยเครื่องเทศหลากหลายชนิด แต่ก็ไม่มากจนเกินไป เพื่อไม่ให้กลบรสชาติของวัตถุดิบ และปรุงให้สุกแบบช้าๆ ด้วยเตาทันดัวร์ (Tandoor) ซึ่งเป็นเตาแบบอินเดียที่ใช้สำหรับย่าง และอบด้วยอุณหภูมิสูง ทำให้อาหารอินเดียแบบนี้มีเสน่ห์ และยังถูกปากคนไทยอีกด้วย



การตกแต่งภายในร้านสวยงาม และสง่าตามฉบับของประเทศอินเดียที่มีรายละเอียดแฝงอยู่ในทุกมุม จึงออกมาในแนวทิวหาแต่มีความร่วมสมัยกับฝั่งตะวันตก ใช้โทนสีร้อนที่ทำให้นึกถึงความเผ็ดร้อนของเครื่องเทศ แต่เบรกไว้ด้วยสีน้ำตาล และโลหะต่างๆ ทำให้ได้ความงามที่ลงตัว หากใครต้องการเห็นลีลาการปรุงอาหารของเชฟ สามารถเลือกนั่งริมหน้าต่างที่เป็นครัวแบบเปิด เผยให้เห็นวิธีการปรุงอาหารที่มีเสน่ห์เฉพาะตัวแบบอินเดีย เพิ่มอรรถรสให้คำชื่นชมของคุณ หรือหากมาเป็นครอบครัวและหมู่คณะ อาจเลือกนั่งโซนโพรเวทที่สามารถใช้มานปิดกันได้เพื่อความเป็นส่วนตัว แต่ก็ไม่ได้ดูอึดอัดจนเกินไป

สำหรับเมนูขนมเป็นเมนูที่สร้างความน่าสนใจระการตาผ่านลูกเล่นในการจัดเสิร์ฟ อย่างเมนูนี้ถือเป็นช็อกเนเจอร์ที่พลาดไม่ได้คือ “chocolate sphere” ช็อกโกโบลูกใหญ่ที่เสิร์ฟมาพร้อมกับบรันตีเฟลมเม้ ทำให้ได้กลิ่นหอมจางๆ และเกิดไอโลดจากการละลายของช็อกโกโบล เผยให้เห็นถึงภายในที่ซ่อนไว้ด้วยไอศกรีมแบบอินเดียที่ทำจากนมข้นและครีมปั่นรวมกัน และเพิ่มความพิเศษด้วยหญ้าฝรั่นอีกชั้น เรียกได้ว่า เป็นเมนูที่ได้รสชาติหลากหลาย ส่วนอีกเมนูที่น่าสนใจไม่แพ้กันคือ “paneer jalebi” ซึ่งลักษณะคล้ายขนมซูโรสแต่จะเสิร์ฟพร้อมคิปป์ที่รสชาติหวานมันกำลังดี ช่วยคลายกลิ่นและรสชาติของเครื่องเทศได้ดี

นอกจากบรรยากาศจะสวยงามแล้ว อาหารที่นี่ก็อร่อยแบบน่าสนใจเช่นกัน เริ่มต้นด้วยเมนูเรียกน้ำย่อยอย่าง “avocado papdi chaat” เมนูนี้เป็นอโวคาโดปรุงรสเปรี้ยวอมหวานกำลังดี เสิร์ฟมาในแป้งกรอบทรงกรวยน่ารัก หรือจะลอง “crab and lentil shorba” ซุปสไตล์ตะวันตกที่ใครสเค็มจากถั่ว เมนูนี้น่าจับตาที่การเสิร์ฟ เพราะเชฟจะมาเสิร์ฟชุปร้อนๆ ก่อนรับประทานจะราดลงบนเนื้อปู และอูกระ ฉัดจากเมนูเบาๆ มาดูเมนูหนักท้องกันบ้าง เริ่มด้วย “ajwaini jheenga tikka, malai chicken tikka, chaamp tajdaar” เมนูที่รวมเอาความอร่อยของเนื้อชนิดต่างๆ ไว้ในจานเดียว ทั้งเนื้อไก่ เนื้อกุ้ง และเนื้อแกะ ซึ่งแต่ละตัวจะหมักด้วยเครื่องเทศต่างชนิดกัน ทำให้ได้รสชาติที่มีความเข้มข้นแตกต่างกัน หรือจะเป็นอีกตัวที่ดูน่าสนใจไม่แพ้กันอย่าง “raan sikandari” เนื้อลูกแกะที่มีการจัดแต่งขนาดของเนื้อให้พอดีคำ จัดเสิร์ฟมาให้มีรูปร่างคล้ายขาแกะ เสิร์ฟพร้อมกับบรันตีเฟลมเม้ ทำให้ได้กลิ่นหอมจางๆ จากบรันตีอีกด้วย เป็นอีกหนึ่งเมนูที่ไม่ควรพลาด ปิดท้ายด้วยเมนูที่น่าจะเป็นที่รู้จักดีสำหรับคนที่คุ้นเคยกับอาหารอินเดียคือ “butter chicken and dal makhani served with chicken dum biryani” ไก่ซอสเนยและซอสถั่ว เมนูที่ได้รับความนิยมในหมู่คนไทย กินคู่กับแป้งนานก็ได้ แต่สำหรับที่ร้านเพิ่มความพิเศษด้วยข้าวบรียานีสีเหลืองที่ถูกปิดปากหม้อข้าวด้วยแป้ง ทำให้ข้าวได้รับการรมควัน มีกลิ่นหอมอบอวลเวลาเปิด

ในส่วนของเครื่องดื่มที่มีหลากหลายให้เลือก และที่พิเศษก็คือค็อกเทลที่มีการนำเอาเครื่องเทศ และกลิ่นอายความเป็นอินเดียเข้ามาผสมผสาน ทำให้ได้กลิ่นหอมอ่อนๆ และมีสีสวยงาม อาทิ “guava marry” ค็อกเทลที่มีส่วนผสมหลักเป็นฝรั่ง พร้อมด้วยมะนาว วอดก้า และความเผ็ดร้อนจากซอสทาบัสโก้ หรือจะลองเป็น “gulabi mojito” โมฮิตโต้เครื่องดื่มยอดนิยมทั่วโลกในสไตล์ของปัญจาบถูกตีไซน่อออกมาให้แตกต่างด้วยการเติมดอกกุหลาบ ทำให้ดูเย้ายวนน่าลอง ☞

23/2-3 สุขุมวิท ซอย 13 แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา
กรุงเทพมหานคร 10110
เปิด: 18.00 - 23.30 น.
โทรศัพท์: 0-2645-4952
เว็บไซต์: www.punjabgrillbangkok.com
เฟซบุ๊ก: [punjab grill Bangkok](https://www.facebook.com/punjabgrillbangkok)
อินสตาแกรม: [punjabgrillofficial](https://www.instagram.com/punjabgrillofficial)



Light Loft Bar

ຈັບເຮືອ ສໄຕລ໌ໂລກ໌ລອຟຕ໌



โคมไฟดีไซน์เก๋สไตล์ลอฟต์ที่มีเอกลักษณ์ไม่เหมือนใคร รวมถึงของตกแต่งบ้านที่ประดับจัดวางอยู่ในร้านมากมาย ช่างเป็นสิ่งช่วยทำให้เข้ามาสัมผัส ถึงแม้ในส่วน ของร้านกาแฟจะมีพื้นที่ไม่มาก แต่ก็สามารถออกแบบให้เข้ากับตัวร้านได้อย่างกลมกลืน กลิ่นอายความเป็นลอฟต์พร้อมกับกลิ่นหอมของกาแฟ ถือเป็นเสน่ห์ที่เข้ากันได้ดี ลองเข้ามานั่งจิบกาแฟอร่อยๆ พร้อมชมโคมไฟเท่ๆ ไปด้วยกัน ไม่น่าคุณอาจจะเกิดไอเดียใหม่ๆ หรือได้ของติดไม้ติดมือกลับไปประดับตกแต่งบ้านก็ได้นะ

ในส่วนมุมเครื่องดื่ม เมนูกาแฟของร้านจะใช้เมล็ดกาแฟมอนโตเรอ ซึ่งเป็นการนำคุณภาพที่ผ่านการคั่วอันเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว เริ่มต้นที่ “espresso milk float” ซ็อตเอสเปรสโซ่เคล็ดน้ำแข็ง เสิร์ฟพร้อมไอศกรีมวานิลลา และนมสด การทำเอสเปรสโซ่ให้เป็นเกล็ดน้ำแข็งจะช่วยลดความกระด้าง และความเปรี้ยวของกาแฟ เมื่อกินคู่กับไอศกรีมวานิลลาจึงทำให้กาแฟแก้วนี้รสชาตินุ่มละมุนขึ้นอย่างมาก แต่หากใครชอบกาแฟดริป พนักงานที่นี่จะจัดแบบสเปเชียลให้ อย่างวันนี้เราได้ชิม “drip lemon” ใช้กาแฟเอธิโอเปีย ใส่เลมอนกับไปียกี้ ได้รสชา หอมนุ่ม และมีกลิ่นเลมอน แต่ถ้าใครไม่ชอบกาแฟ แนะนำ “matcha mint lemon” เป็นมีทอะแท้มจากญี่ปุ่น นำมาเชคกับไบบินด์ และใส่เลมอนลงไป ให้รสชาติหวานหอม นุ่มนวล ไม่จืดจาด

หันมาดูขนมกันบ้าง ขนมของที่นี่มาจากแบรนด์ lapin vanille ที่มีชื่อเสียงโด่งดังในเรื่องบราวนี่รสชาติเข้มข้น โดยขนมที่นำมาแนะนำในวันนี้เป็นตัวเบสต์เซลเลอร์ของร้าน เริ่มจาก “pie chicken” พอกพายไก่เนื้อแป้งบาง ฉ่ำใน และอัดแน่นด้วยไส้ไก่ผสมแครอท รสชาติกลมกล่อม เหมาะสำหรับลูกค้าที่รักสุขภาพ “scone blueberry” สโคนชิ้นใหญ่หอมกลิ่นเนย อัดเต็มด้วยบลูเบอร์รี่ สอดไส้ด้วยวิปครีม เสิร์ฟพร้อมแยม และ “brownie, brownie cookies” ซึ่งมีความพิเศษตรงที่ใช้วัตถุดิบนำเข้าจากต่างประเทศทั้งหมด และใช้ช็อกโกแลตแท้ถึง 90 เปอร์เซ็นต์ แทบจะเป็นบราวนี่ไร้แป้งกันเลยทีเดียว ที่สำคัญเป็นสูตรลดน้ำตาล และใช้ไข่ไก่ออร์แกนิก สายสุขภาพไม่ควรพลาดเด็ดขาด <<

เอกมัยซอย 6 ถนนสุขุมวิท 63 แขวงพระโขนงเหนือ เขตวัฒนา
กรุงเทพมหานคร 10110
เปิด: 07.00 - 19.00 น.
โทรศัพท์: 08-1695-1169
เฟซบุ๊ก: light loft bar



Daruma Sushi

ร้านดาร์มะ ซูชิ เป็นร้านซูชิเกรดพรีเมียมแบรนด์น้องใหม่ที่เพิ่งเปิดมาได้ไม่ถึงปี หลายท่านอาจคุ้นกับสาขาแรกที่อุดมสุข 50 แต่วันนี้เราจะพาไปรู้จักกับสาขาใหม่ที่พาราไดซ์ พาร์ค จุดเด่นของที่นี่คือการเสิร์ฟซูชิพรีเมียม ซึ่งเป็นวัตถุดิบนำเข้ามาจากญี่ปุ่นโดยตรง แต่ราคาขอมเยา ทำให้ครองใจสาวกอาหารญี่ปุ่นได้ไม่ยาก เมนูที่มาแล้วแนะนำได้แก่ “sashimi set a” ซาซิมิเซตรวมที่มีทั้งทูน่า แซลมอน ฮามาจิ โทโร่ โฮตาเตะ หอยปีกนก และกุ้งหวาน จัดมาเยอะขนาดนี้แต่ราคาจับต้องได้ คุ่มสุดๆ ส่วนเมนูซูชิพลาดไม่ได้กับ “wakyu” ซูชิเนื้อวากิวเกรดพรีเมียม เบิร์นผิวให้สุกเล็กน้อย ราดด้วยน้ำซอสสูตรเฉพาะของทางร้านที่เคียวมาอย่างดี ถือเป็นอีกหนึ่งเมนูที่ได้รับความนิยมเป็นอย่างมาก

สำหรับเมนูชิกเนเจอร์อย่าง “salmon bum roll” ก็นำลิ้มลองเช่นกัน เมนูโรลสโตล์ฟิวชั่นแบบจัดเต็ม งานใหญ่อึ้งแน่นอน จัดเต็มด้วยแซลมอนโรล โรยด้วยเกร็ดเทมปุระ และซอสเทรียกักรสชาติหวานมันเข้ากันได้ดี ปิดท้ายด้วย “engawa don” ข้าวหน้าเอ็นกาวะหรือครีบบลาดาเดียว เมนูใหม่เอาใจลูกค้าของทางร้าน ข้าวสวยญี่ปุ่นร้อนๆ โปะด้วยเอ็นกาวะแบบไม่เห็นเมล็ดข้าว โรยด้วยอิคุระเล็กน้อย เชื่อว่าถ้าได้ลองแล้วต้องติดใจ **K**

ชั้น 3 พาราไดซ์ พาร์ค ถนนศรีนครินทร์ แขวงหนองบอน เขตประเวศ กรุงเทพมหานคร 10250

เปิด: 10.00 - 22.00 น.

โทรศัพท์: 09-4912-7777

เฟซบุ๊ก: daruma sushi อิน스타그램: daruma_sushi_bkk

Sushi Express

ซูชิเอ็กซ์เพรสเป็นร้านซูชิสายพานที่มีสาขามากกว่า 300 สาขาทั่วโลก และตอนนี้มาเปิดสาขาแรกในประเทศไทยแล้วที่ฟิวเจอร์ พาร์ค รังสิต และกำลังจะมีสาขาที่สองที่เทอร์มินอล 21 เวิ้จๆ นี้ จุดเด่นที่เตะตาของที่นี่คือวัตถุดิบที่สดใหม่ อีกทั้งทุกจานราคาเพียง 30 บาทเท่านั้น ทำให้ลูกค้าสามารถเลือกรับประทาน และคำนวณราคาได้เอง พร้อมทั้งมีซาร้อนเสิร์ฟฟรีไม่อั้น เปิดเมนูความอร่อยด้วย “ยำสาหร่าย” สาหร่ายกรุบกรอบโรยหน้าด้วยไข่กุ้งเล็กน้อย สีสวยน่ารับประทาน ต่อด้วย “แซลมอนรมควัน” แซลมอนรมควันชิ้นหนาเสิร์ฟเคียงมากับเลมอนสลไอซ์ หรือจะอิมเพิ่มขึ้นด้วยซูชิก็มีให้เลือกไม่อั้น อาทิ “แซลมอนซูชิ” ซึ่งเป็นเมนูขายดีอันดับหนึ่งของที่ร้าน และ “ซูชิหน้าปลาไหล” ก็เป็นอีกหนึ่งเมนูแนะนำที่มาแล้วไม่ควรพลาด

ส่วนเมนูใหม่มาแรงโดนใจชายติ่มากๆ ขอยกให้ “หอยเชลล์ฮอกไกโดซีฟู้ดซอส” หอยเชลล์ชิ้นโตพร้อมน้ำจิ้มแซบๆ หรือจะอร่อยแบบออริจินัลกับ “อิคุระ” หรือไข่ปลาแซลมอนก็เป็นอีกตัวที่ได้รับความนิยม รวมถึง “ปลาเฮอริงกับไข่ปลาเคปลิน” เมนูหากินยากแต่มีพร้อมที่นี่ และจบม้อด้วยเมนูของหวานอย่าง “บลูเบอร์รี่ชีสเค้ก” ชีสเค้กเข้มข้น หวานหอมจากชีส และสีที่ตัดกันของบลูเบอร์รี่ **K**

ชั้น G ฟิวเจอร์ พาร์ค รังสิต ถนนพหลโยธิน ตำบลประชาธิปัตย์ อำเภอธัญบุรี จังหวัดปทุมธานี 12130

เปิด: 10.30 - 21.30 น. (จันทร์ - พฤหัสบดี), 10.30 - 22.00 น. (ศุกร์)

และ 10.00 - 22.00 น. (เสาร์ - อาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์)

โทรศัพท์: 0-2150-9018 เฟซบุ๊ก : sushi express thailand





The Rome

สำหรับคนที่คุ้นเคยกับย่านช่องสาม หนองแขม และขับรถผ่านบ่อยๆ ใครจะเชื่อว่าแถบนี้ก็มีร้านอาหารที่สะดุดตาตั้งแต่แรกเห็น ด้วยรูปลักษณ์การตกแต่งอันโดดเด่นจากตึกทรงยุโรป และโดมที่เด่นตระการตา แต่เมื่อก้าวเข้าไปคุณจะได้สัมผัสบรรยากาศสบายๆ แบบเอาต์ดอร์ที่เป็นลานกว้าง สามารถนั่งรับลมชิลๆ พร้อมด้วยที่นั่งในสระว่ายน้ำที่เป็นไฮไลต์ของร้านก็ว่าได้ หรือหากท่านไหนต้องการสังสรรค์ โดยจะจองเป็นห้องคาราโอเกะก็ได้เช่นกัน ส่วนผสมทั้งหมดนี้ ก็ทำให้ร้านเดอะโรม กลายเป็นร้านอาหารที่กำลังมาแรงน่าจับตามองในเวลาอันนี้ทีเดียว



อาหารของที่นี่เป็นอินเตอร์เนชั่นแนลฟู้ด ทั้งฝรั่ง ไทย จีน และซีฟู้ด มาแล้วก็พลาดไม่ได้ที่จะต้องลองชิมเมนูเด็ดของที่นี่ เริ่มต้นด้วยเมนูเบาๆ เรียกน้ำย่อยกับ “ปลาแซลมอนรมควันห่อผักหรืออกเก็ตสลัด” เมนูเบาๆ ที่น่าจะถูกใจสาวๆ กับแซลมอนรมควันราดด้วยน้ำซอสบัลซามิกเล็กน้อย ทานเคียงกับสตรอว์เบอร์รี่ ส่วนเมนูเส้นๆ แนะนำเป็น “สปาเกตตีหมึกดำเบคอนกรอบ ไช้กึ่ง และปลาหมึก” ต้องบอกว่าเมนูนี้เครื่องจัดเต็มมาก ทั้งปลาหมึก และเบคอน นำไปปรุงแบบผัดแห้ง รสชาติจัดจ้าน โรยด้วยไช้กึ่งสลิมนำมารับประทาน หรือจะลองเป็นเมนูเนื้อก็ได้โดดเด่น “สเต็กเนื้อแกะติดซี่โครงกับซอสไวน์แดง” คนที่รับประทานน่าจะชอบเมนูนี้ เพราะเนื้อแกะถูกนำไปหมักกับไวน์จนเข้าเนื้อ ทำให้ได้กลิ่นหอมจางๆ ราดด้วยน้ำซอสเกรวีสูตรพิเศษของทางร้าน กินคู่กับมันบดแสนอร่อย ถัดไปเป็น “ขาหมูเยอรมัน” ขาหมูเยอรมันหนังกรอบกรอบ รับประทานคู่กับมันฝรั่งบด และผักเคียง ชาวเคราท์ที่ทางร้านทำเองด้วยกะหล่ำม่วง และน้ำจิ้มขาหมูเยอรมัน



ปิดท้ายด้วย “แกรนด์โอเปรา” หรือไฟแห่งโรม เมนูที่เป็นซิกเนเจอร์ของร้าน ต้องบอกเลยว่าเมนูนี้น่าสนใจมาก เพราะเสิร์ฟมาพร้อมไฟจริงๆ นอกจากจะช่วยให้อาหารร้อนแล้ว ยังทำให้เมนูนี้น่าสนใจมากยิ่งขึ้น พร้อมด้วยซอสบาร์บีคิวสูตรเด็ดชุ่มฉ่ำ เชื่อว่าต้องเป็นเมนูสุดประทับใจแน่ๆ ☞



ตรงข้ามซอยเพชรเกษม 77 ถนนเพชรเกษม แขวงหนองค้างพลู เขตหนองแขม
กรุงเทพมหานคร 10160
เปิด: 17.00 - 24.00 น.
โทรศัพท์: 0-2444-1088, 09-2681-0999
เฟซบุ๊ก: the rome
อินสตาแกรม: theromerestaurant



Portobello and Désiré

หากใครเป็นแฟนเบเกอรี่ด้วยน่าจะคุ้นหูกับร้านนี้ เพราะเปิดให้บริการจนมีแฟนพันธุ์แท้มาแล้วกว่า 4 ปี แต่ปัจจุบันเพิ่มเมนูที่เป็นอาหารคาว ทำให้ร้านนี้ครองใจคนที่ต้องการบรรยากาศในการรับประทานอาหารแบบสบายๆ สไตล์บ้านในสวนประเทศอังกฤษ ด้วยบ้านไม้หลังเล็กสีขาว สวนที่ร่มรื่นพร้อมที่นั่งชิลริบลม เข้ากับอาหารแบบโฮมเมดเหมือนพาเพื่อนมากินอาหารที่บ้าน พร้อมด้วยวัตถุดิบที่ดีมีคุณภาพ นอกจากนี้เฟอร์นิเจอร์ภายในร้านยังเป็นผลงานของเจ้าของร้านเอง หากมาแล้วเกิดติดใจอยากนำกลับไปตกแต่งบ้านสักตัวก็สามารถสั่งได้เลย

เมนูนี้มีหลากหลายสไตล์ เริ่มด้วยอาหารเรียกน้ำย่อยเบาๆ อย่าง “ฟัวกราส์” ตับพานชิ้นโตนำไปเซียร์จนได้สีเหลืองทองสวย กินคู่กับผักและเบอร์รี่ชนิดต่างๆ ตามฤดูกาล หรือจะเป็น “ยาล์ลัดแซลมอน” แซลมอนสดนำมาหันเป็นเต๋า เสิร์ฟพร้อมน้ำจิ้มซีฟู้ดวาซาบิรสจัดจ้าน ด้านเมนูหลักก็ไม่น้อยหน้ากัน ขนทัพมาด้วย “สปาเกตตีเนื้อปูม้าสด” สปาเกตตีเส้นเล็กผัดกับน้ำมันมะกอก และเครื่องเทศที่ทางร้านเบลนด์เองเพื่อดับกลิ่นคาวของเนื้อปู บอกเลยว่าเมนูนี้เนื้อปูแน่นมาก ตกใจจนคำสุดท้าย หรือจะลองเป็น “เนื้อฮิตะ” ฮิตะวกากวสวน ธิปายเสิร์ฟพร้อมกับทรัฟเฟิล และผักย่าง หรือถ้าใครชอบรสที่จัดจ้านขึ้นมาอีกนิด แนะนำเป็นเนื้อฮิตะจิ้มแจ่วแทน

ปิดท้ายด้วยของหวานที่เป็นชิกเนเจอร์ขึ้นชื่อของที่นี่ “สโคน” ซึ่งเป็นแบบออริจินัลชิ้นใหญ่ เสิร์ฟพร้อมกับคอตเทจครีมที่ตีเอง พร้อมแยมสตรอว์เบอร์รี่ และแยมบลูเบอร์รี่โฮมเมด รสชาติไม่หวานจนเกินไป แกรมมีแค่ 40 ชิ้นต่อวันเท่านั้น <<

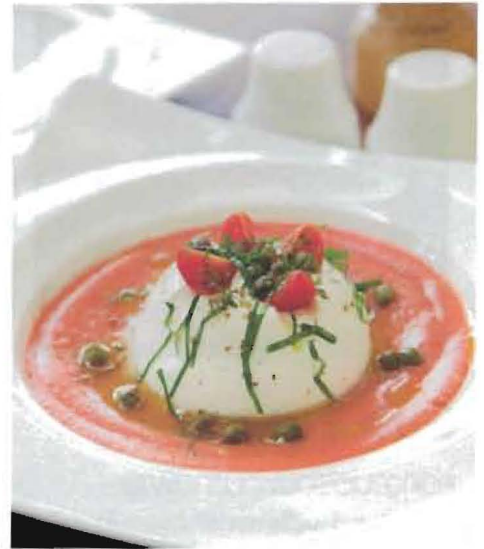
40 ซอยประเสริฐมนูกิจ 22 (ซอยพัฒนาศรีเรือง) ถนนสุคนธรสวัสดิ์ แขวงลาดพร้าว เขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร 10230
เปิด: 11.00 - 21.00 น. (จันทร์ - พฤหัสบดี) และ 11.00 - 22.00 น. (ศุกร์ - อาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์)
โทรศัพท์: 0-2907-7528, 08-1810-8503
เฟซบุ๊ก: portobello & desire





Lucé

ห้องอาหารอิตาเลียนลูเซที่โรงแรมอีสติน แกรนด์ สาทร กรุงเทพฯ นำเสนออาหารอิตาเลียน โดยเชฟชาวอิตาเลียน เชฟเอโดอาร์โด โบนาโวลต้า อาหารที่นี้เป็นสไตล์ที่เรียกว่า ทัสคานี ซึ่งจะเน้นที่วัตถุดิบเรียบง่ายที่หาได้ตามท้องถิ่น ลูเซจึงยึดวิธีการทำอาหารแบบนั้นแต่ใส่ใจในวัตถุดิบที่มีคุณภาพ นอกจากนี้ที่ขาดไม่ได้คือไวน์ชื่อดังต้นกำเนิดของห้องอาหาร เป็นไวน์ที่มีต้นกำเนิดมาจากแคว้นทัสคานีที่ชนะการประกวด และมีประวัติอันยาวนานมากกว่า 700 ปี



มาดูในส่วนของเมนูกันบ้างอย่าง “luce’s tomato mozzarella salad” เมนูนี้นำเสนอความสดใหม่ของมะเขือเทศเซอร์รี เสิร์ฟพร้อมกับชีสเบอราติน่า โรยด้วยเคปเปอร์และน้ำมันมะกอกเล็กน้อย อิ่มท้องขึ้นมาก็อีกนิดกับเมนู “ravioli carbonara with crispy pancetta” เมนูนี้เชฟนำเสนอในคอนเซ็ปต์ของคาโบนาร่าแต่ไม่ใช่เส้นสปาเกตตีเหมือนทั่วไป เปลี่ยนเป็นราวิโอลีที่ใส่ทำจากเบคอนกับหอมใหญ่สไลซ์โฮมเมดสดใหม่ ราดด้วยครีมซอส และเบคอนกรอบเข้มข้นถูกใจแน่นอน ส่วน “atlantic sea bass all’Isolana” ปลากระพงทะเลก้างหมักกับไวน์ขาวและเครื่องเทศ จากนั้นนำมาผัด และอบในเตาพิซซา เสิร์ฟพร้อมผักเคียงที่อบพร้อมกัน ทำให้ได้ความชุ่มฉ่ำจากเนื้อปลาซึมเข้ามาด้วย เนื้อแกะอย่างเมนู “grilled australian lamb chops” ก็ไม่ควรพลาดเช่นกัน ซีโครงแกะเสิร์ฟกับซอสบร็อกโคลินี และมอร์ตาเดลลาแฮมลิซซิงฟู



ความพิเศษของเมนูนี้อยู่ที่ซีโครงแกะ เพราะใช้วิธีการเชิ่รก่อนแล้วจึงนำไปปรุงรสทีหลัง ทำให้ได้ผิวที่กรอบกว่าแบบปกติ จากนั้นนำไปอบอีกทีในเตาอย่างพร้อมใบโทมato ทำให้ได้กลิ่นหอมของสมุนไพร ปิดท้ายด้วยเมนูขนมหวานละมุนลิ้น “tiramisu martini” ที่ราวมีสตูร์เฉพาะของห้องอาหารนี้เลย ทำจากมาสคาโปเนชีสสด และรัมเล็กน้อยทำให้ได้กลิ่นหอมอ่อนๆ พร้อมด้วยกาแฟสด เรียกได้ว่าเป็นวัตถุดิบสดใหม่ทุกอย่าง ☞



ชั้น 14 โรงแรมอีสติน แกรนด์ สาทร กรุงเทพฯ 33/1 ถนนสาทรใต้ แขวงยานนาวา เขตสาทร กรุงเทพมหานคร 10120
เปิด: 12.00 - 14.30 น. และ 18.00 - 22.30 น.
โทรศัพท์: 0-2210-8100 ต่อ 7504
เฟซบุ๊ก: luce restaurant bangkok

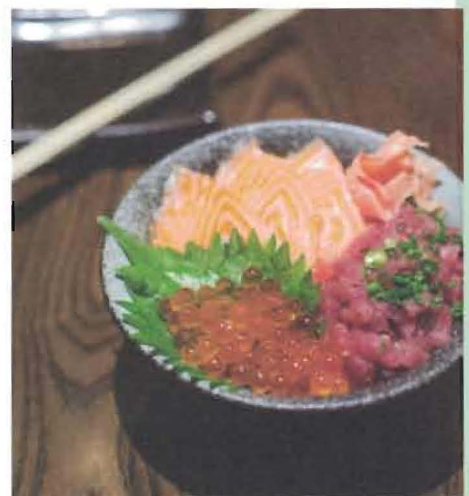


Sushi Den

ส่งความอร่อยผ่านสายพาน

Sushi Den ร้านซูชิสายพานที่เปิดมาแล้ว 4 ปี 11 สาขา โดยผู้บริหารมากความสามารถ คุณเต็ด ชินสุภักกุล หนึ่งในห้าผู้บริหารร้าน คุณเต็ดเล่าให้เราฟังถึงความยากของการทำร้าน มีอยู่สองส่วนช่วงแรก คือการเปิดสาขาแรก การหาเชฟ และพนักงานที่มีความเข้าใจ ต่อมาเมื่อถึงจุดที่เริ่มขยายสาขา ความยากอยู่ที่การดำเนินงานให้ได้คุณภาพคงที่ มีมาตรฐานเท่าเทียมกันทุกสาขา แต่ด้วยความที่จุดแข็งของที่นี่อยู่ที่ความเป็น gourmet kaizen sushi คือเป็นร้านอาหารญี่ปุ่นที่เน้นเฉพาะซูชิ และซาซิมิโดยเฉพาะ ทำให้ร้านนี้ตอบโจทย์สำหรับคนที่กำลังมองหาร้านอาหารญี่ปุ่นระดับคุณภาพ เพราะเน้นที่วัตถุดิบชั้นดี สด แปรกใหม่ นำเข้าจากญี่ปุ่นในราคาที่เหมาะสม ผลผ่านฝีมือของหัวหน้าพ่อครัวที่มีประสบการณ์มาจากประเทศญี่ปุ่นกว่า 15 ปี การันตีคุณภาพทุกสาขา นอกจากนี้สวกของเซลล์ต้องร้องว้าวแน่นอน สำหรับสินค้าใหม่ที่ทางร้านจะมีโปรโมชันลด 50% อีกด้วย คุ่มค่าทั้งราคา และคุณภาพจริงๆ และพิเศษสุดๆ สำหรับปีนี้ทางร้านจะมีบัตรสมาชิกในรูปแบบของแอปพลิเคชัน สะดวก รวดเร็ว ทันสมัย

ด้วยความที่เป็นซูชิระดับคุณภาพ หากมาแล้วก็ไม่ควรพลาดที่จะลอง “lobster sashimi” บอกเลยว่าเมนูนี้เนื้อสดมาก และสามารถทำได้ถึงสองเมนูสองความอร่อย ส่วนตัวใช้ทำซาซิมิ ส่วนหัวใช้ทำเป็นซูชิมิโซะ ซึ่งเป็นเมนูพิเศษมีเฉพาะที่สาขาเซ็นทรัลลาดพร้าว เซ็นทรัลเฟสติวัลอัสสัม และเซ็นทรัลเวิลด์เท่านั้น หรือจะลองเป็น “tsukiji set” เซตซาซิมิรวมที่มีทั้งเนื้อวากิว แชลมอน หรือเอ็นกาวะ แต่เมนูนี้มีเฉพาะที่สาขาเซ็นทรัลลาดพร้าวเท่านั้น ทางด้านของซูชิก็มีที่เด็ดไม่แพ้กัน “miso salmon cream cheese roll” ซูชิไส้ครีมชีสห่อด้วยแชลมอนย่าง รับประทานคู่กับซอสมิโซะสูตรพิเศษ ถือได้ว่าเป็นซิกเนเจอร์เมนูของทางร้านเลย ปิดท้ายด้วย “shoku don” เมนูสุดคุ้มกับข้าวหน้าปลาสามชนิด ได้แก่ แชลมอน ทูน่า และไข่ปลาแชลมอน ต้องบอกว่าทุกเมนูสดอร่อยจริงๆ ถ้ามีโอกาสต้องมาลิ้มลองให้ได้



เปิด: 11.00 - 22.00 น. (จันทร์ - พฤหัสบดี) และ 10.00 - 22.00 น. (ศุกร์ - อาทิตย์)

โทรศัพท์: 0-2254-8159

เฟซบุ๊ก: sushi den

อินสตาแกรม: sushiden



Cooking Table

สัปดาห์อาหารไทย เพื่อคนรุ่นใหม่ที่รักการทำอาหาร

Cooking Table by Chef MARCH โรงเรียนสอนทำอาหารที่หยิบยกเอาความดั้งเดิมของอาหารไทย

มาถ่ายทอดให้คนรุ่นใหม่ได้รู้จัก จากประสบการณ์ของเชฟมาร์ช-ธิดิเหมภักทรนกก เจ้าของ cooking table ที่ทำอาหารอยู่ต่างประเทศมานานจนเกิดแรงบันดาลใจที่อยากจะนำอาหารไทย และขนมไทย มาถ่ายทอดให้กับคนไทย และคนต่างชาติได้รู้จัก โดยมีคอนเซ็ปต์เน้นอาหารไทยแบบดั้งเดิม โดยใช้เทคนิคใหม่ๆ เข้ามาผสมผสานในการปรุง และนำเสนอออกมาในรูปแบบร่วมสมัย เพื่อให้คนรุ่นใหม่หันมาสนใจอาหารไทยมากยิ่งขึ้น

แม้โรงเรียนจะเพิ่งเปิดได้ไม่นาน แต่กลับได้รับความสนใจจากทั้งชาวไทยและชาวต่างชาติ นั่นเพราะสไตล์การสอนที่เป็นกันเอง และความน่าสนใจ ในระหว่างการปรุงที่เชฟจะค่อยๆ อธิบายอย่างละเอียดถึงวัตถุดิบแต่ละตัวว่ามีความสำคัญอย่างไร รวมถึงเทคนิค และเคล็ดลับความอร่อยที่นำมาถ่ายทอดให้แบบไม่มีกั๊ก

อย่างวันนี้เชฟสอนเมนูพล่ากุ้ง และแกงขุมไก่ แกงโบราณที่หากินได้ยากในปัจจุบัน มีลักษณะคล้ายแกงมัสมั่น แต่วิธีการปรุง และรสชาติจะแตกต่างกัน ซึ่งเมื่อทำเสร็จในแต่ละเมนู นักเรียนจะได้นั่งชิมฝีมือของตัวเอง ก่อนที่จะเริ่มเรียนเมนูถัดไป

Contact : Cooking Table by Chef MARCH
ชั้น 3 ร้าน Natt House Café (ติดกับ BTS สถานีแบริ่ง)
ระหว่างซอยแบริ่ง และลาซาล
โทรศัพท์: 08-6787-9874
เฟซบุ๊ก : cooking table by chef march

หากใครที่กำลังมองหาโรงเรียนสอนอาหารไทยแบบง่ายๆ และทำเองได้จริง cooking table จะไม่ทำให้คุณผิดหวังแน่นอน โดยคุณสามารถเข้าไปเลือกคอร์สเรียนได้ทางเฟซบุ๊ก cooking table by chef march และช่วงนี้โรงเรียนจัดโปรโมชั่นพิเศษ เรียน 4 เมนู ในราคาเพียง 1,500 บาท (ปกติ 2,400 บาท) จนถึงสิ้นเดือนเมษายนนี้ รีบมาสมัครเรียนกันนะค่ะ **K**



โรงเรียนคุณธานีการโรงแรม จัดกิจกรรม Open House

โรงเรียนคุณธานีการโรงแรม โรงเรียนวิชาชีพด้านการโรงแรมชั้นนำที่ทำการสอน และฝึกอบรมเพื่อผลิตแรงงานคุณภาพสูงเข้าสู่ธุรกิจโรงแรมและอุตสาหกรรมที่เกี่ยวข้อง จัดกิจกรรมเปิดบ้าน Open House ให้บุคคลที่สนใจเรียนระยะสั้น ได้ประสบการณ์จริง พร้อมก้าวเข้าสู่อาชีพที่มั่นคง เข้าชมสถานที่เรียนของทุกหลักสูตร และสัมผัสกับกิจกรรมสนุกๆ ในสถานที่จริง พร้อมส่งเสริมให้บุคลากรได้รับการฝึกฝนเพื่อประกอบอาชีพในธุรกิจนี้ ณ โรงเรียนคุณธานีการโรงแรม ถนนเพชรบุรี



บทเพลงแห่งท้องทะเล The DOCK by Thammachart Seafood

บริษัท ธรรมชาติ ซีฟู้ด รีเทล จำกัด ผู้ดำเนินธุรกิจค้าปลีกอาหารทะเลแช่แข็ง และบริษัทนำเข้าปลา และอาหารทะเลจากทั่วทุกมุมโลก โดยมีแคนเตอร์ในซูเปอร์มาร์เก็ต และร้านค้าปลีกชั้นนำต่างๆ ได้จัดงานเซลเบริตี้ดินเนอร์อย่างเป็นกันเอง โดยมีเหล่าเซเลบริตี้ ร่วมรับประทานอาหารทะเลสดใหม่ที่น่าเข้าจากแหล่งวัตถุดิบชั้นนำจากทั่วทุกมุมโลก ที่กูร์เมต์ มาร์เก็ต ชั้น G ท้างสรรพสินค้า ดี เอ็มควอเทียร์



Tokyo Meshi ตามรอยนักชิมกับมือคำแบบญี่ปุ่นชั้นเลิศ

บริษัท โตเกียวเมโทร จำกัด ผู้นำด้านการให้บริการรถไฟใต้ดินในเมืองโตเกียว ประเทศญี่ปุ่น จัดกิจกรรมพิเศษ "Tokyo Metro presents Yumemiru Adolescence Special Event" เพื่อโปรโมตการบริการ และแนะนำร้านอาหารขึ้นชื่อตามแนวรถไฟใต้ดินโตเกียว โดยมี มร.คะคิซึกิ ตัวแทนจากสำนักงานส่งเสริมธุรกิจ โตเกียวเมโทร และ 5 อดอลสาว Yumemiru Adolescence ร่วมพูดคุยถึงร้านอาหารร้านโปรดอย่าง Kurofune-tei, Torimikura, Botan ฯลฯ พร้อมโชว์สุดพิเศษที่มีให้ชมเฉพาะในงาน สามารถติดตามรายละเอียด และอัปเดตข่าวสารได้ที่เฟซบุ๊ก Tokyo Metro "Tokyo Trip with Tokyo Metro" หรือดาวน์โหลดแอปพลิเคชัน Tokyo Transfer Guide



รวมช.พาณิชย์ฯ เยี่ยมชมบูธเบทาโกร ในงาน Top Thai Brands ที่ประเทศกัมพูชา

ดร.สุวิทย์ เมษินทรีย์ รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงพาณิชย์ ให้เกียรติเยี่ยมชมบูธแสดงนิทรรศการ และสินค้าอาหาร เครือเบทาโกร ในงาน Top Thai Brands 2016 ซึ่งร่วมแสดงศักยภาพในฐานะผู้ดำเนินธุรกิจอุตสาหกรรมเกษตร และอาหารครบวงจร และผู้นำด้านสินค้าอาหารคุณภาพ และปลอดภัย โดยมี นายวรวุฒิ วัฒนกุลสมบัติ รองกรรมการผู้จัดการใหญ่ ธุรกิจต่างประเทศ ให้การต้อนรับ ณ Diamond Island Convention & Exhibition Center กรุงเทพมหานคร ประเทศกัมพูชา



เบทาโกร ร่วมเปิดตัวไดโนซอร์ แพลนเน็ต

นายวิสิฐ แต่ไพฐพงษ์ กรรมการผู้จัดการใหญ่ เครือเบทาโกร นำทีมผู้บริหารเบทาโกร ร่วมงานเปิดตัวไดโนซอร์ แพลนเน็ต (Dinosaur Planet) สวนสนุกแห่งใหม่ใจกลางเมือง และแหล่งเรียนรู้เรื่องไดโนเสาร์ที่ใหญ่ที่สุดในเอเชีย ซึ่งเบทาโกรได้รับความไว้วางใจให้เป็นผู้จำหน่ายผลิตภัณฑ์อาหารคุณภาพเพียงผู้เดียว โดยยกร้านอาหารแบรนด์ดัง และสร้างสรรคผลิตภัณฑ์ใหม่ ร่วมส่งมอบความอร่อยแบบมีคุณภาพ ในโซนต่างๆ ภายในไดโนซอร์ แพลนเน็ต ณ ศูนย์การค้า ดี เอ็มควอเทียร์ กรุงเทพฯ



เคทีซีสุดปลื้ม รับรางวัล “Japan Tourism Awards in Thailand 2015”
 “เคทีซี” หรือ บริษัท บัตรกรุงไทย จำกัด (มหาชน) โดย นางพิทยา วรปัญญาสกุล รองประธานเจ้าหน้าที่บริหาร-ธุรกิจบัตรเครดิต และ นางสาวเจนจิต ลัดพลี ผู้อำนวยการ-การตลาดเพื่อการท่องเที่ยวและ สันทนาการ รับมอบรางวัลผู้สนับสนุนการท่องเที่ยวประเทศไทยดีเด่น “Japan Tourism Awards in Thailand 2015” เนื่องในโอกาสครบรอบ 50 ปี การก่อตั้งองค์การส่งเสริมการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (JNTO) สำนักงานกรุงเทพฯ จาก มร.ชิเกะคะสุ ชะโต เอกอัครราชทูตญี่ปุ่นประจำ ประเทศไทย และมร.คะซุฮิโระ โอโต ผู้อำนวยการบริหาร องค์การส่งเสริม การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย ณ บ้านพักเอกอัครราชทูตญี่ปุ่นประจำ ประเทศไทย



สตรีตัวอย่างแห่งปี 2558
 นับเป็นเกียรติ และน่าชื่นชมยินดีเป็นอย่างยิ่ง ที่คุณวิภา พาลพัฒนพาณิชย์ อธิการบดีวิทยาลัยดุสิตธานี ได้รับรางวัล “สตรีตัวอย่างแห่งปี” ประจำปี พ.ศ. 2558 ในสาขาบริหารจัดการองค์กรการศึกษา โดยการมอบโล่ ประกาศเกียรติคุณได้จัดขึ้นในงาน “รางวัลไทย รางวัลเกียรติยศ บนเส้นทางชีวิต” โดยมี พลเอกสุรยุทธ์ จุลานนท์ องคมนตรี เป็นประธานมอบโล่ รางวัล และมีคณะผู้บริหารจากวิทยาลัยดุสิตธานี ไปร่วมแสดงความยินดี ในครั้งนี้ ณ ห้องคอนเวนชันฮอลล์ ศูนย์ประชุมสถาบันวิจัยจุฬาภรณ์



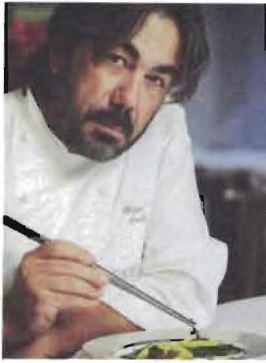
กลุ่มผลิตภัณฑ์น้ำดื่มเนสท์เล่ รับรางวัล อย. คุณภาพดี อวอร์ด 3 ปีซ้อน
 ศาสตราจารย์คลินิก เกียรติคุณ นายแพทย์ ปิยะสกล สกลสัตยาทร รัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข มอบรางวัล “อย. คุณภาพดี อวอร์ด” เป็นปีที่ 3 ให้แก่ บริษัท เปอริแอ้ วิเทล (ประเทศไทย) จำกัด ผู้ผลิตกลุ่ม ผลิตภัณฑ์น้ำดื่มเนสท์เล่ ซึ่งถือเป็นรางวัลการันตีคุณภาพของน้ำดื่ม เนสท์เล่ เพียวไลฟ์ และน้ำแร่ธรรมชาติมิเนเร่ ให้เป็นตัวเลือกที่ผู้บริโภค ไว้วางใจ โดยมีนายทวีศักดิ์ รุจิรพิสิฐ ผู้จัดการโรงงาน ร่วมรับรางวัล ณ โรงแรมมิราเคิล แกรนด์ คอนเวนชัน กรุงเทพฯ



เนสท์เล่เปิดตัวแคมเปญ “สุขภาพ สุขใจ เลือกเนสท์เล่”
 เนสท์เล่ ผู้นำด้านผลิตภัณฑ์อาหาร และเครื่องดื่มเพื่อโภชนาการ สุขภาพ และคุณภาพชีวิตที่ดีระดับโลก จัดแคมเปญ “สุขภาพ สุขใจ เลือกเนสท์เล่” ภายใต้แนวคิด “ผู้ช่วยที่แม่มั่นใจ” เพื่อตอบย้ำเจตนารมณ์ของเนสท์เล่ ที่พร้อมเป็นผู้ช่วยที่คุณแม่ไว้วางใจในการดูแลสมาชิกทุกคนในครอบครัว โดยมีตรา และเซเลบริตี้ชื่อดัง มาร่วมให้ทรศนะเรื่องบทบาทของการเป็น คุณแม่ พร้อมแบ่งปันเคล็ดลับ “ซูเปอร์มัม” ในการดูแลสมาชิกทุกคนใน ครอบครัวให้มีสุขภาพดี ร่างกายแข็งแรง และมีความสุขในทุกๆ วัน

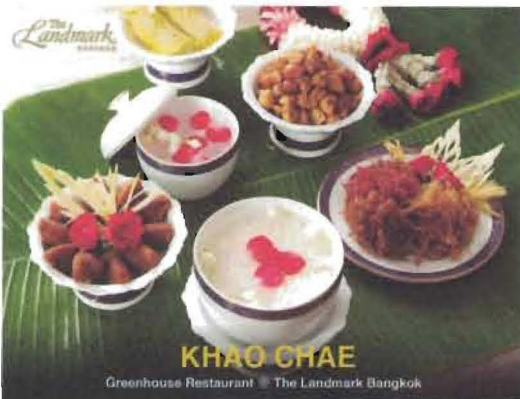


“เซฟอีวอนฮิล” บินตรงจัดเวิร์คช็อปอาหารเกาหลี
เปิดประสบการณ์พิเศษ...อาหารเกาหลีทำเองที่บ้านก็อร่อย!
 องค์การไคเรีย อะโกร-เทรค เซ็นเตอร์ (aT Center) จัดกิจกรรมเวิร์คช็อปทำอาหารเกาหลีสุด พิเศษกับเมนูเด็ดประจำชาติ “บิยิมบับ” และ “คิมบับ” นำโดยเซฟอีวอนฮิล สุดยอดเชฟชื่อดัง ชาวเกาหลีที่ได้เตรียมเมนูเด็ดจากเกาหลีมาให้ได้ลิ้มชิมรสทั้งความและหวานอีกกว่า 10 เมนู งานนี้ถือเป็นการโชว์ให้เห็นว่าอาหารเกาหลีนอกจากรสชาติดีแล้ว ยังสามารถทำเองได้ง่ายๆ ที่บ้านเมื่อรู้จักสูตรเด็ด เคล็ดลับ วัดจุดติบ และเครื่องปรุงซึ่งสามารถหาซื้อได้ที่ซูเปอร์มาร์เก็ต ชั้นนำทั่วประเทศ และช่องทางออนไลน์ต่างๆ และสำหรับผู้ชื่นชอบอาหารเกาหลี สามารถ ติดตาม และเรียนรู้ขั้นตอนการทำเมนูอาหารในแบบวิดีโอคลิปได้ที่เฟซบุ๊ก Enjoy K Food



สุดยอดเมนูจากสุดยอดเชฟมิชลินระดับ 2 ดาว ติดต่อกันมาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2544!!

ประสบการณ์สุดพิเศษเหนือระดับที่จัดมาให้ทุกคนได้สัมผัสกันถึงเมืองไทยจากฟิลิปป์ เลเวลล์เย ที่ถูกจารึกว่าเป็นหนึ่งในเชฟฝีมือยอดเยี่ยมที่สุดในยุโรป และมีเชฟระดับ 2 ดาว จากประเทศอิตาลี ผู้มีความโดดเด่นในด้านฝีมือการปรุงอาหารอิตาลีที่ผสมผสานกลิ่นอายของอาหารฝรั่งเศส และพิถีพิถันในการคัดเลือกวัตถุดิบตามฤดูกาล กรรมวิธีที่ใช้ในการปรุง จนกระทั่งการนำเสนอเทคนิคชั้นสูง หรือ “โอต กวีซิ่น” (Haute Cuisine) ของชาติตะวันตก พลาดไม่ได้กับสุดยอดเมนู ตั้งแต่วันที่ 29 มีนาคมถึง 1 เมษายน 2559 เท่านั้น ณ ห้องอาหารโจโจ้ โรงแรม เดอะ เซนต์ รีจิส



เมนูอร่อยคู่คนไทย

ต้อนรับฤดูร้อนกับเมนูยอดนิยมนของคนไทย “ข้าวแช่ ตันตำรับชาววัง” อาหารว่างคลายร้อนที่ปรุงด้วยความพิถีพิถันทุกขั้นตอน โดยคัดสรรข้าวสวยมาใส่ในน้ำเย็นโรยด้วยดอกมะลิ รับประทานพร้อมเครื่องเคียงเลิศรส อาทิ ลูกกะปิทอด หอมแดงทรงเครื่อง หมูหรือเนื้อฝอย ผัดหวาน และอื่นๆ ดยท้ายมื้ออร่อยด้วย “ข้าวเหนียวมะม่วง” ความอร่อยที่ลงตัวกับข้าวเหนียวนุ่มรสชาติหวานมัน ราดด้วยกะทิเข้มข้น เสิร์ฟพร้อมมะม่วงสุกรสชาติหอมหวาน พร้อมให้กลิ่นล้นองตั้งแต่วันที่ 30 เมษายน 2559 ที่ห้องอาหารกรีนเฮ้าส์ ชั้นกราวนด์ โรงแรม แลนด์มาร์ค กรุงเทพฯ

ราชนิพนธ์ไม้อฝรั่งจากทูบเขาฝรั่งเศส

ต้อนรับซัมเมอร์นี้กับเทศกาลหน่อไม้อฝรั่ง โดย เชฟอูว์โก กูเดอริเย เชฟใหญ่ชาวฝรั่งเศส ผู้คิดค้นเมนูเด็ดจาก “แอลพาราเกิ้ล” หรือ “หน่อไม้อฝรั่ง” ผสมผสานความลงตัวของหน่อไม้อฝรั่งกับลูกเล่นทางศิลปะบนแผ่นจาน พร้อมครบเครื่องเรื่องโภชนาการ จนได้รับการกล่าวขานว่าเป็นยาวิเศษเพื่อความงามชั้นเทพ มาปรุงอาหารรสเลิศที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพให้ทุกท่าน และการันตีความอร่อยกับ 6 เมนู 6 สไลด์ ที่พร้อมให้ท่านมาลองลิ้มชิมรสตลอดเดือนเมษายนนี้ ที่ห้องอาหาร เรดสกาย ชั้น 55 ณ โรงแรมเซ็นทาราแกรนด์ฯ เซ็นทรัลเวิลด์ สอบถามหรือสำรองที่นั่ง โทร. 0-2100-6255

อร่อยร้อนรับลมชิลล์กับบาร์บีคิวสเดชั่น

หากคุณเป็นคนชอบกินบาร์บีคิว หรือชอบสังสรรค์กับเพื่อนในบรรยากาศสบายๆ บนดาดฟ้าโรงแรม ยู สุขุมวิท กรุงเทพฯ ขอชวนคุณมาอิมพอร์ตกับโปรโมชันบาร์บีคิวสเดชั่น ที่มีชุดบาร์บีคิวมาให้เลือกหลากหลายเมนู ทั้งเนื้อวัว เนื้อหมู เนื้อไก่ ปลาแซลมอน ปลากระพง และผักผลไม้ชิ้นโต นำมาอย่างกับซอสบาร์บีคิวบนเตาถ่าน จนหอมแล้วเสิร์ฟร้อนๆ ถึงจานคุณ เพียงชุดละ 450 บาท พร้อมเพิ่มเติมความอร่อยกับพริสไลด์บาร์ พร้อมเสิร์ฟแล้วตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไป ณ เดอะ รูฟท้อป บาร์ โรงแรม ยู สุขุมวิท กรุงเทพฯ สอบถามหรือสำรองที่นั่ง โทร. 0-2651-3355



เทศกาลหน่อไม้อฝรั่งที่ห้องอาหารเอลเลเมนท์

ชวนทุกท่านมาลิ้มรสเมนูอาหารพิเศษที่ปรุงจากหน่อไม้อฝรั่งขาว (White Asparagus) ซึ่งถือเป็นราชนิพนธ์ไม้อฝรั่งที่มีประโยชน์ต่อร่างกายเป็นอย่างมาก อาทิ ช่วยลดกรดในลำไส้ ช่วยขับปัสสาวะ บำรุงผิวพรรณให้เปล่งปลั่งสดชื่น อุดมไปด้วยไฟเบอร์ กรดโฟลิก แคลเซียม ธาตุเหล็ก วิตามินเค และประโยชน์อื่นๆ อีกมากมาย โดยมีเชฟแอนโทนี ชอลท์ไมเยอร์ (Antony Scholtmeyer) หัวหน้าพ่อครัวใหญ่ (Executive Chef) ประจำโรงแรมฯ นำมารังสรรค์เป็นเมนูอาหารฝรั่งเศสที่มีกลิ่นอายญี่ปุ่น ให้ได้ลิ้มรสกัน ในระหว่างวันที่ 1 พฤษภาคมถึง 30 มิถุนายน 2559 เท่านั้น ณ ห้องอาหารเอลเลเมนท์ โรงแรม ดิ โอกุระ เทรลส์ทีจ กรุงเทพฯ



“กินคลีน” เทรนด์ใหม่คนรักสุขภาพ

เอาใจคนรักสุขภาพด้วยอาหารคลีนที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย ทั้งวัตถุดิบที่สดใหม่ สะอาด ปราศจากสารเคมี ไร้บรรณาธิปไตยใดๆ โดยไม่ผ่านการปรุงแต่ง เพื่อให้ได้รับสารอาหาร และวิตามินอย่างครบถ้วน ไม่ว่าจะเป็น สลัดควีนวามะเขือเทศลูกเล็ก และสลัดร็อกเก็ต เสิร์ฟกับน้ำสลัดบัลซามิก ถ้าหากคุณอยากได้โปรตีนจากเนื้อสัตว์ แนะนำผักสลัดรวม และอกไก่อบ เสิร์ฟด้วยซอสน้ำผึ้งและงา รับรองได้ว่าคุณจะได้สารอาหารที่ครบถ้วน ร่วมสัมผัสความอร่อย แฝมยังดูแลสุขภาพในบรรยากาศสุดผ่อนคลาย ณ LIFESTYLES ON 26 โรงแรมเซ็นทาราแกรนด์ฯ เซ็นทรัลเวิลด์ สอบถามหรือสำรองที่นั่ง โทร. 0-2100-6255



เมนูต้องลองช่วงฤดูใบไม้ผลิที่ประเทศญี่ปุ่น

เซฟย่างวาระ ตั้งใจคัดสรรวัตถุดิบชั้นดีในช่วงฤดูใบไม้ผลิส่งตรงจากประเทศญี่ปุ่นมาปรุงอย่างพิถีพิถันด้วยกรรมวิธีการปรุงอาหารญี่ปุ่นแบบต้นตำรับเป็นเมนูพิเศษมากมาย อาทิ สปริง ซาซิมิ (Spring Sashimi) ของดิบหลายชนิดที่คนญี่ปุ่นนิยมรับประทานในฤดูใบไม้ผลิ อาทิ หอยแครงญี่ปุ่น กุ้งกุลาดำญี่ปุ่น ปลากระพงซากุระ ปลาหางเหลืองจากเมืองคุโรสะ และผักตามฤดูกาล มาจัดเรียงบนจานน้ำแข็งอย่างสวยงาม เมนูปลาอะคะมะบารุตันใส่หน่อไม้ และรากโกโบ (Akamebaru Nitsuke) ถือเป็นเมนูที่พลาดไม่ได้เนื่องจากปลาอะคะมะบารุมีคุณภาพดี และนำมาปรุงอาหารได้อร่อยที่สุดในฤดูใบไม้ผลิเท่านั้น เมนูพิเศษพร้อมให้บริการในวันที่ 8-24 เมษายน 2559 ณ ห้องอาหาร ยามาซาโตะ ชั้น 24 โรงแรม ดิ โอกระบะ เพรสทีจ กรุงเทพฯ สอบถามหรือสำรองที่นั่ง โทร. 0-2687-9000



โรงเรียนดุสิตธานีการโรงแรม เปิดหลักสูตร วุฒิบัตรวิชาชีพ

โรงเรียนดุสิตธานีการโรงแรม เปิดหลักสูตรวุฒิบัตรวิชาชีพเพิ่มเติม ต่อยอดจากหลักสูตรวุฒิบัตรเบื้องต้นคือ หลักสูตรวิชาการให้บริการฝ่ายห้องพักระดับวิชาชีพ (Rooms Division Professional) หลักสูตรวิชาการจัดการให้บริการเครื่องดื่มระดับวิชาชีพ (Beverage Management Professional) หลักสูตรวิชาการทำขนมหวานตะวันตก (Western Pastry Production) และ หลักสูตรวิชาการประกอบอาหารตะวันตก (Western Food Production) ระยะเวลาเรียน 3 เดือน ฝึกปฏิบัติงานกับหน่วยงานจริง 3 เดือน ดูข้อมูลเพิ่มเติมได้ทาง เพจบุ๊ก Dusit Thani Hotel School หรือโทร. 0-2013-9999, 09-6391-1696



จินตนาการ ความรัก เด็กผมเปีย

นิทรรศการศิลปะ “จินตนาการ ความรัก เด็กผมเปีย” จาก 3 ศิลปินต่างแขนงผู้มากไปด้วยความสามารถทั้งด้านวาดเขียน ประติมากรรม และเซรามิก โดยออฟ สมอิ, ไกรวิทย์ โพธิกุล และเปี่ยมจันทร์ บุญไตร ณ สกายล็อบบี้ ชั้น 23 ของโรงแรมเซ็นทาราแกรนด์และบางกอกคอนเวนชันเซ็นเตอร์ เซ็นทรัลเวิลด์ ตั้งแต่ 23 มีนาคมถึง 23 พฤษภาคม 2559 ระยะเวลา 10.00 - 20.00 น. โดยรายได้ส่วนหนึ่งจากการจำหน่ายงานศิลปะร่วมสมทบทุนให้แก่ “มูลนิธิสร้างสวรรค์เด็ก (ครูหุย)” เพื่อเด็กด้อยโอกาสทางสังคม



เมนูใหม่! ด้อนรับซัมเมอร์

คอฟฟี่เวิลด์ขอนำเสนอเมนูคลายร้อน เพิ่มความอร่อยในช่วงซัมเมอร์ด้วยเมนู Mango Milk Shake (แมงโก้ มิว เซค) เครื่องดื่มที่ผสมผสานความอร่อยของไอศกรีมรสมะม่วงปั่นกับนมสด เพิ่มความอร่อยด้วยวิปครีมสูตรดั้งเดิมตามแบบฉบับของคอฟฟี่เวิลด์ ต่อด้วยซอสมะม่วงรสชาติหวานอมเปรี้ยว รับประทานคู่กับเมนู Mango Yellow Shibuya Toast (แมงโก้ เยลโล่ ชิบูย่า โทสต์) โทสต์หอมๆ เนื้อนุ่มกินคู่กับไอศกรีมรสมะม่วงเข้มข้น เสิร์ฟพร้อมมะม่วงน้ำดอกไม้แสนอร่อย เพิ่มความกรุบกรอบด้วยอัลมอนต์บด วิปครีม และราดซอสมะม่วงหวานมัน พิเศษ! เมื่อสั่งเป็นคู่ Mango Milk Shake และ Mango Yellow Shibuya Toast ในราคาเพียง 255 บาท ตั้งแต่ 1 มีนาคมถึง 30 เมษายน 2559 นี้เท่านั้น ที่ร้านคอฟฟี่เวิลด์ทุกสาขา



I-TIM Culinary Academy

สถาบันการอาหารเปิดหลักสูตร “ปากะศิลป์” โรงเรียนการจัดการโรงแรมและการท่องเที่ยวนานาชาติ (ไอทิม) สถาบันการศึกษาด้านการโรงแรมที่เปิดดำเนินการมากกว่า 28 ปี ร่วมกับกูรูวงการอาหารไทยระดับแนวหน้าของประเทศ เปิดหลักสูตรใหม่ “ปากะศิลป์” (thai fine cooking) โดยมี คุณกงกฤษ ธีรฤกษ์ ประธานกรรมการไอทิม กล่าวเปิดงาน โดยเนื้อหาภายในหลักสูตรจะมีทั้งหมด 3 ระดับ ครอบคลุมทั้งเทคนิคการปรุงอาหารไทยตำรับดั้งเดิมจนถึงการคัดเลือกวัตถุดิบ และเคล็ดลับแบบฉบับโบราณขนานแท้ สำหรับผู้ที่สนใจสามารถติดต่อได้ที่สถาบันฯ ทุกวันจันทร์ - ศุกร์ เวลา 8.00 - 17.00 น. หรือโทร. 0-2732-0170-3 ต่อ 201-203

From The Source : Thailand

ลิ้มรสชาติของเมืองไทย

นักท่องเที่ยวจากทั่วโลก สะพายเป้ใบใหญ่ หอบหัวสัมภาระพะรุงพะรัง เหน็บโกดักไม้ค้ำเลมหนา ของ lonely planet เป็นคัมภีร์สำหรับการผจญภัย ในต่างแดน สิ่งเหล่านี้ถือเ็นภาพคุ้นตายเป็นที่ มีโอกาสไปเยือนสถานที่ท่องเที่ยวต่างๆ เป็นเวลา หลายสิบปีมาแล้วที่ชื่อนี้เป็นสัญลักษณ์ของการ เดินทาง ค้นพบ เปิดเส้นทางใหม่ฯ สถานที่ใหม่ และการพบปะกับสิ่งแปลกใหม่แบบถึงแก่น

From The Source : Thailand ไม่ได้ถูกจัดวาง อยู่บนชั้นหนังสือท่องเที่ยวอย่างที่เคย และที่สำคัญเนื้อหาของเล่มนี้ก็แตกต่างจาก lonely planet อย่างที่เราจำกันดี จากการเปิดดินแดน ท่องเที่ยวอันตระการตา กลายเป็นโกดักไม้ค้ำที่ใช้ อาหาร วัตถุดิบ วิธีชีวิต วัฒนธรรมแต่ละภูมิภาค รวมถึงผู้คนในวงการอาหารมาเป็นตัวเดิน เรื่อง โดยที่คนเหล่านั้นจะเป็นคนเล่าเรื่องราว เกี่ยวกับตัวรับอาหาร สูตรเด็ดเคล็ดลับของ อาหารไทย อาทิ เซฟเวียน-หงศ์วณิช เฉลิมภักดีชัย, เซฟวิชิต มุกระ, เซฟโบ-ดวงพร ทรงวิหะ, มาตามนุร อีระมณี สตีปเป้ รวมไปถึงเซฟ และ พ่อครัวแม่ครัวระดับท้องถิ่นอีกมากมาย

เหตุผลที่ทำให้เล่มนี้ควรค่าแก่การปะทับอยู่บน ชั้นหนังสืออาหารของคุณก็คือ หากคุณเป็นคนที่มี ไลฟ์สไตล์แบบรักทั้งการท่องเที่ยว และการทำ

อาหาร Austin Bush และ Mark Wiens จะพาคุณ เดินทางจากภาคกลางสู่ภาคเหนือ ต่อด้วยภาคอีสาน และจบที่ภาคใต้ นำเสนอเมนูอาหารประจำภาคที่เรา รู้จักกันดีด้วยมุมมองของพวกเขา โดยมีเหล่าผู้ดี ที่รู้สึกจริงจังมาเสริมสีสันให้เรื่องราว และในส่วนของ เมนูอาหาร ก็แตกต่างด้วยการนำเอาเมนูคั้งคนไทย ไม่ว่าข้าวกะเพรา แกงโห้ แกงใต้ ต้มข่าไก่ ชนมครก ข้าวหลาม มาน่า เสนอในแบบอินเตอร์ พร้อม บอกเกร็ดเล็กเกร็ดน้อยที่น่าสนใจครบถ้วนสมบูรณ์

แน่นอนว่าเมนูต่างๆ อาจไม่แปลกแตกต่างจากที่เรา กินในชีวิตประจำวันของคนไทย แต่สิ่งที่ทำให้เล่มนี้ต่าง จากคือภาพที่สวยงามของอาหาร รูปแบบวิถีชีวิต และคนที่เล่าเรื่องราวนั้นๆ

บางทีสิ่งเดิมๆ ที่ถูกมองจากมุมที่แตกต่าง ก็ทำให้ เราเห็นแง่มุมที่สวยงามแตกต่างจากเดิม เช่นเดียวกับ กับหนังสือเล่มนี้ <<

From The Source : Thailand
สำนักพิมพ์: Lonely Planet Publications
เขียนโดย: Austin Bush / Mark Wiens
ราคา 850 บาท

lonely planet
THAILAND
From the Source
Authentic recipes from the people that know them best



งานแสดงนานาชาติอันดับ **1** อุปกรณ์/วัตถุดิบ โรงแรม ร้านอาหาร กาแฟและเบเกอรี่



4-7 สิงหาคม 2559
ฮอลล์ 102-103, ไบเทค, กรุงเทพฯ

ท่านตัดสินใจหรือยัง?

ธุรกิจโรงแรม/Hospitality/Food Service ยังคงเติบโตอย่างคงต่อเนื่อง ตามปริมาณนักท่องเที่ยวต่างประเทศที่คาดจะพุ่งสูงถึง 32 ล้านคนปีนี้

ปัจจุบันมีจำนวนร้านอาหารทั่วประเทศกว่า 400,000 ร้าน มูลค่าตลาดรวมประมาณ 1.4 ล้านล้านบาท และยังคงเติบโต แสดงถึงความต้องการอุปกรณ์/วัตถุดิบที่เพิ่มขึ้น

Face to Face Meeting กับผู้เข้าชมงาน 20,000 คน จาก 40 ประเทศทั่วโลกใน 4 วัน

งาน TRAFS มีกิจกรรมภายในงานมากมายที่เป็นจุดขายเพื่อดึงดูดกลุ่มเป้าหมายผู้ซื้อโดยตรง อาทิ การแข่งขันทำอาหารและเค้ก/ Master classes สอนทำอาหารและเบเกอรี่ ฯลฯ



บริษัท ไทเวอร์ซไฟด์ คอมมิวนิเคชั่นส์ (ประเทศไทย) จำกัด
คุณชญาดา 086-322-1963 chayada@divcom.co.th
โทร. 02-861-4013 ต่อ 117 trafs@divcom.co.th



www.thailandhoreca.com



Chef's Choice

Over 116 years' experience in the cheese industry

CHEDDAR CHEESE

Proudly Australian Owned And Produced



Processed Cheddar Cheese

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

Features

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

Benefits

- Economical size for burgers and other fast foods
- Easy to peel from the stack
- Consistent quality and flavour every time
- Cheese won't melt and fall off burger -no consumer complaint

Mild Cheddar Block

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

Keep in -4°C (Shelf life: 9 months)

Features

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

Benefits

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



บริษัท ฟู้ดโปรเจกต์ (สยาม) จำกัด : 99/1 ถนนวงแหวนอุตสาหกรรม แขวงช่องนนทรี เขตยานนาวา กรุงเทพฯ 10120 โทร.02-770-8888
สาขาภูเก็ต โทร.076-617420-1