



เรื่งนารู้เกี่ยวกับอาหารจีน

อาหารจีน หมายถึงอาหารที่ประกอบขึ้นตามวัฒนธรรมของชาวจีน ซึ่งรวมทั้งจีนแผ่นดินใหญ่ ไต้หวัน และฮ่องกง ซึ่งมีหลากหลายชนิดตามแต่ละท้องถิ่น โดยทั่วไปนิยมรับประทานอาหารจานผักและธัญพืชเป็นหลัก นอกจากนี้ในราชสำนักที่จะมีอาหารประเภทเนื้อ อาหารที่รู้จักกัน เช่น ก๋วยเตี๋ยว ต้มยำ หูฉลาม กะเพาะ ปลา วัฒนธรรมการกินเป็นการกินร่วมกัน โดยอุปกรณ์การกินหลัก คือตะเกียบ

จีนเป็นชนชาติที่ผูกพันอยู่กับอาหารการกิน ปัญหาสุขภาพภัย (ภัยพิบัติที่มีผู้เจ็บป่วยและเสียชีวิตเป็นจำนวนมากจากการขาดแคลนอาหารอันเกิดจากภัยธรรมชาติ (เช่น ความแห้งแล้ง น้ำท่วม แมลงหรือโรคระบาดของพืชพันธุ์ธัญญาหาร/ปศุสัตว์) และน้ำมีมลพิษ (เช่น สงคราม เศรษฐกิจล่มสลาย การอพยพโยกย้ายถิ่นฐานของฝูงชนจำนวนมาก) ในช่วงหลายศตวรรษที่ผ่านมาได้บีบบังคับให้ชาวจีนต้องคิดหาวิธีใช้ และถนอมอาหารที่มีอยู่อย่างจำกัดเพื่อให้ได้ประโยชน์สูงสุด

นอกจากนี้ชนชั้นสูงยังใช้อาหารเพื่อเครื่องแสดงออกซึ่งความมั่งคั่ง และสถานภาพอันสูงส่งของตนอีกด้วย เนื่องจากจีนมีภูมิประเทศอันหลากหลาย จีนอุดมสมบูรณ์ด้วยเครื่องเทศและพืชผักนานาพันธุ์

ความใส่ใจในเรื่องอาหารของชาวจีนสะท้อนออกมาทางปรัชญา และวรรณคดี โดยนักปราชญ์ผู้สร้างสรรค์ผลงานเหล่านี้ มักเป็นผู้เชี่ยวชาญทางด้านอาหารด้วย เหล่าจื่อสอนว่า “จงรับมือกับประเทศใหญ่ๆ ด้วยความอ่อนโยนนุ่มนวลเสมือนหนึ่งท่านกำลังทำปลาตัวเล็กๆ”

จวงจื่อเคยแต่งโคลงแนะนำการคัดสรรพ่อครัวให้กับจักรพรรดิ ความว่า “พ่อครัวชั้นดีจะเปลี่ยนมีดใหม่เพียงปีละครั้งเพราะเขานั้น พ่อครัวชั้นเลวจะเปลี่ยนมีดใหม่ทุกเดือนเพราะเขาสับ” ทศนคติเช่นนี้เองที่ส่งเสริมให้อาหารจีนก้าวขึ้นมาเป็นหนึ่งในอาหารที่ดีที่สุดในโลก

อุปกรณ์สำคัญในการทำครัวของชาวจีนมีอยู่สี่อย่าง คือ เขียง มีด กระทะก้นกลม และตะหลิว

ชาวจีนประกอบอาหารด้วยการผัดในกระทะไฟแรงเป็นหลัก เพราะเป็นวิธีที่ช่วยประหยัดเชื้อเพลิง และทำให้อาหารคงคุณค่าความสดกรอบเอาไว้ได้ การทอด นึ่งและเคี่ยวก็เป็นวิธีที่นิยมทำกันมาก ในขณะที่การย่างและอบนั้นจะทำกันแต่ในครัวของภัตตาคารเท่านั้น อาหารจีนจะต้องถึงพร้อมทั้งสี สัน รสชาติ และหน้าตา มีอาหารอยู่เพียงไม่กี่อย่างเท่านั้นที่ปรุงอย่างเดียวกันๆ โดดๆ สิ่งสำคัญคือส่วนประกอบต่างๆ จะต้องกลมกลืนเข้ากันได้กับเครื่องปรุงรสจำพวกซีอิ้ว กระเทียม ขิง น้ำส้ม น้ำมันงา แป้งถั่วเหลือง และหอมแดง

ที่มา

http://www.wlc2china.com/about_china.html

เรียบเรียงโดย
นางสาวนิภาวรรณ เจริญลักษณ์
นักวิเทศสัมพันธ์
สถาบันวิจัยภาษาและวัฒนธรรมเอเชีย มหาวิทยาลัยมหิดล