

ดัน ? น้ำพริกกันถ้วย? ทำชนอาหารขยะพลาสติกฟูด

นำเสนอเมื่อ : 25 มิ.ย. 2552

ดัน “น้ำพริกกันถ้วย” ทำชนอาหารขยะพลาสติกฟูด

กระแสบริโภคนิยมที่เห็นในเรื่องของความสะดวก สบาย รวดเร็ว เพราะต้องแข่งขันกับเวลาที่เกิดจากสภาวะทางเศรษฐกิจและสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป ตลอดจนพื้นที่อาหารของชุมชนถูกรุกรานทำลายด้วยการทำเกษตรกรรม โดยไม่คำนึงถึงผลที่เกิดขึ้นกับสิ่งแวดล้อม ได้ส่งผลกระทบต่อวัฒนธรรมอาหารพื้นบ้านในแต่ละท้องถิ่น ลูกหลานกัดกินเขาไปถึงห่วงโซ่อาหาร และทำลายสุขภาพของคนในชุมชนโดยไม่รู้ตัว

อีกทั้งเด็กและเยาวชนคนรุ่นใหม่หลงลืมอาหารพื้นถิ่นหันไปนิยมกินอาหารสำเร็จรูป ทั้งๆ ที่อาหารพื้นบ้านมีคุณค่าทางโภชนาการสูงและมีความปลอดภัยต่อสุขภาพ ด้วยเหตุนี้ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) จึงร่วมกับ โครงการศูนย์การเรียนรู้เพื่อครอบครัวเข้มแข็งจังหวัดน่าน จัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ “มหกรรมน้ำพริก อาหารปลอดภัย ครอบครัวบ้านถืมตอง” ขึ้น ณ บ้านถืมตอง อ.เมือง จ.น่าน เพื่อพื้นความรู้ในเรื่องอาหารพื้นบ้านอย่างน้ำพริกและผักที่เป็นเครื่องเคียงให้กับแต่ละครอบครัว พร้อมทั้งรวมกันคนหาสาเหตุว่าทำไมเด็กรุ่นใหม่จึงไม่ชอบกินน้ำพริก

“ อณรงค์ อินแสง ” ผู้ประสานงานโครงการศูนย์ครอบครัวเข้มแข็งฯ เปิดเผยว่า สาเหตุที่นำเรื่องของน้ำพริกมาใช้สร้างกระบวนการเรียนรู้ เนื่องเพราะน้ำพริกนั้นสามารถเชื่อมโยงกับวัฒนธรรมและสังคมของชุมชนได้ในหลายมิติ

“น้ำพริกเชื่อมโยงได้กับทั้งสภาพภูมิศาสตร์ เช่นน้ำพริกปลาทุเค็ม น้ำพริกถั่วเน่า น้ำพริกปลาร้า ซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับการถนอมอาหาร เนื่องจากวัตถุดิบเหล่านี้สามารถเก็บไว้ได้นานโดยไม่เน่าเสีย เกี่ยวข้องกับวัตถุดิบตามธรรมชาติในท้องถิ่นตามช่วงเวลา หรือฤดูกาลต่างๆ เช่น ชวงปลายฝนต้นหนาว พืช ผัก สัตว์ อุดมสมบูรณ์ การหาวัตถุดิบอย่าง กบ เขียด ปลา จึงไม่ใช่เรื่องยาก นอกจากนี้ น้ำพริกก็เข้าไปเกี่ยวข้องกับความเชื่อและประเพณีด้วยเช่นการเกี่ยวพาราสีของหนุ่มสาวในสมัยก่อน เมื่อหนุ่มถามว่าวันนี้กินข้าวกับอะไร หากสาวเจ้ามีใจก็จะตอบว่ากินน้ำพริก หงาหอม ซึ่งเป็นคำพวนมาจากง่อมหา ที่แปลว่า คิดถึง รวมไปถึงสื่อให้เห็นถึงความเอื้ออาทรของคนในชุมชนเช่นคำว่าพริกบ้านเหนือเกลือบ้านใต้” อณรงค์ ระบุ

ด้าน “สิตา สีหนาท” ชาวบ้านถืมตองที่เข้าร่วมในเวทีที่จัดขึ้น บอกว่า ได้ชวนลูกหลานเข้ามารวมในกิจกรรมเพื่อหาคำตอบว่าทำไมเด็กรุ่นใหม่จึงไม่ชอบกินน้ำพริก และได้พบคำตอบว่าน้ำพริกมักจะมีรสเผ็ด เด็กๆ ไม่ชอบกลิ่นของวัตถุดิบหรือเครื่องปรุงที่นำมาใช้ อีกส่วนหนึ่งไม่ชอบกินผัก

จึงหันไปหาอาหารสำเร็จรูปที่หาकिनง่ายรสชาติถูกปากมากกว่า

เราก็มีการปรับปรุงสูตรน้ำพริกให้เผ็ดน้อยลง และใส่อาหารที่เขาชอบลงไปอย่างหมูหรือปลา อย่างน้ำพริกปลาที่แต่เดิมใช้ปลาเค็มยงที่มีกลิ่นแรงก็เปลี่ยนมาใช้ปลาหนึ่งแทน บางสูตรก็มีการใส่ไข่เพิ่มเข้าไป เพื่อให้เหมาะสมกับความต้องการของเขา และยังทำให้สมาชิกคนอื่นในครอบครัวอย่างคนเฒ่าคนแก่ที่ทานเผ็ดไม่ได้สามารถทานน้ำพริกพร้อมกันได้” แม่สีดา กล่าว

“สุเรียน วงศ์เป็ง” คณะทำงานโครงการศูนย์ครอบครัวเข้มแข็งฯ เล่าว่า
เวทีนี้ได้ทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนความรู้ในดานการทำน้ำพริกของแต่ละครอบครัว วิธีการถนอมอาหาร
รวมไปถึงสูตรของแต่ละบ้าน รวมถึงทำให้เกิดการปรับปรุงสูตรน้ำพริกใหม่ๆ
ขึ้นมาจากสูตรน้ำพริกดั้งเดิมซึ่งมีอยู่เพียง 30 กวาชนิด เพิ่มขึ้นมากกว่า 80 ชนิด

“สิ่งที่เกิดขึ้นในชุมชนผ่านน้ำพริก ก็คือ
ทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างคนในครอบครัวมีความใกล้ชิดกันมากขึ้น
จากการที่เด็กเขาไปมีสวนรวมทำน้ำพริกกับพ่อหรือแม่
แต่ละครอบครัวได้มีการพูดคุยและรวมวงรับประทานอาหารร่วมกัน
ตัวเด็กเองก็ได้พบว่าน้ำพริกมีสารอาหารที่มีคุณค่าและมีประโยชน์มากมายกว่าที่คิด
และยังเป็นอาหารที่ปลอดภัยต่อสุขภาพของสมาชิกทุกคนในครอบครัว” นายสุเรียน ระบุ

แต่อีกสิ่งหนึ่งที่เกิดขึ้นจากเวทีน้ำพริกของบ้านถึมตอง ก็คือ
การที่สมาชิกในชุมชนได้ให้ความสำคัญกับการอนุรักษ์และรักษาสิ่งแวดล้อมในท้องถิ่น
เพื่อเป็นแหล่งอาหารที่ปลอดภัย ซึ่งหากมีการใช้สารเคมีก็จะมีวัดถึมตองเหล่านี้มาใช้ในการประกอบอาหาร
หรือทำน้ำพริก ทำให้เกิดการกันพื้นที่ป่าสาธารณะตามหัวไร่ปลายนาเพื่อใช้เป็นธนาคารอาหารของชุมชน

“น้ำพริกมีประโยชน์มากมาย วัดถึมตองแต่ละอย่างที่ใช้ก็เป็นสมุนไพรที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย
นอกจากนี้ยังช่วยให้แต่ละบ้านประหยัดรายจ่ายลงได้ เพราะใช้วัตถุดิบจากธรรมชาติ ผัก ปลูก เห็ด ปลา
ก็หาได้จากหัวไร่ปลายนา บางอย่างก็สามารถปลูกเองได้และปลอดภัย จึงไม่จำเป็นต้องซื้อ
ในดานหนึ่งก็จะช่วยในเรื่องของสุขภาพ ความปลอดภัย
ช่วยสานความสัมพันธ์ของคนในครอบครัวและครอบครัวกับชุมชน
ซึ่งบทเรียนที่ได้จากเวทีนี้ทำให้ชาวบ้านได้รู้ว่าเราสามารถหาอาหารได้จากธรรมชาติโดยแทบไม่ต้องซื้อ
และถ้าเขารวมกันอนุรักษ์ป่ารักษาหัวไร่ปลายนาไว้ก็จะไม่มีวันหมดมีให้หาเก็บหากินได้ไปตลอด”อนงค์ กล่าวสรุป

หมายเหตุ: ข้อมูลจาก : ASTV ผู้จัดการออนไลน์"

ที่มา : <http://www.samunpri.com/>