

เมื่อครั้งที่มีโอกาสสัญจรไปเยือนเมืองแห่งหมอกสามฤดู หรือแม่ฮ่องสอน ทำให้ผมได้ประจักษ์ถึงความเพียรแห่งอารยธรรมอันยิ่งใหญ่ของชนชาวไทยใหญ่ หรือชาวไต ซึ่งได้ชื่อว่าเป็นชนชาติที่มีการทำบุญมากที่สุด โดยเฉพาะที่เมืองแม่ฮ่องสอนได้ชื่อว่าเป็นดินแดนที่มีชาวไตอาศัยอยู่มากถึงร้อยละ 80 นอกเหนือจากศิลปวัฒนธรรมที่มีเอกลักษณ์เฉพาะแบบแล้ว อาหารการกินพื้นเมืองของชาวไตก็เป็นสิ่งดึงดูดสำหรับผู้มาเยือนอย่างผมไม่น้อย

มีคำกล่าวที่ว่าเมื่อไปถึงเมืองไหน หากต้องการจะดูวิถีชีวิตของคนในเมืองนั้นจะต้องเข้าไปเที่ยวที่ตลาดเช้า เพราะตลาดดูเหมือนจะเป็นสถานที่ๆ รวบรวมเอาวัฒนธรรม อาหารการกิน ความเป็นอยู่แบบพื้นบ้านมาไว้ที่นี่ ตลาดยังเป็นสถานที่เดียวที่ชาวบ้านจะต้องออกมาชุมนุมหาซื้อข้าวของเครื่องใช้ สินค้าอุปโภค บริโภค นอกจากนั้นยังมีสินค้าแปลกๆ หายากที่ไม่สามารถพบเห็นจากที่ไหน บางทีเราอาจจะพบเห็นได้จากที่ตลาดแห่งนี้ โดยเฉพาะในเรื่องอาหารการกินของชนชาติในชุมชนนั้นก็นับเป็นเรื่องที่น่าสนใจต้องเข้าไปสัมผัสอย่างใกล้ชิด เช่นที่ตลาดเช้าในเมืองแม่ฮ่องสอน ซึ่งตั้งอยู่ใจกลางเมือง เพียงใช้เวลาเดินแค่ครึ่งใจ

ตลาดเช้าของแม่ฮ่องสอนก็เหมือนกับ

กระเทียมเจียวปั้นเป็นแผ่นกลมแบน นิยมกินกับยำถั่วแขกและพริกทอดเรียกว่า “ข้าวส้ม” ส่วนข้าวเหลืองคือข้าวเหนียวคลุกขมิ้นปั้นเป็นก้อนกลมโรยด้วยหอมเจียว “ข้าวกั้นจิ้น” หรือ “ข้าวเจียว” คือข้าวสวยคลุกเลือดหมูห่อใบตองนำไปนึ่งโรยด้วยกระเทียมเจียว กินกับพริกทอดอร่อยอย่าบอกใคร

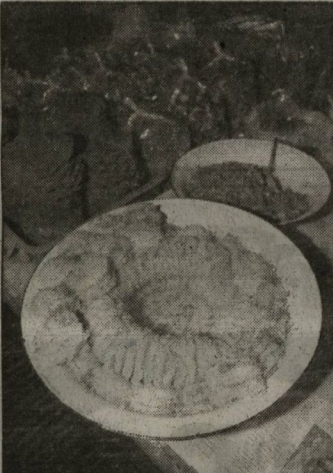
ส่วนขนมของชาวไตก็มีกรรมวิธีการทำที่แปลกไปอีกแบบ และมักจะพบเห็นได้ตามตลาดตอนเช้าในเมืองแม่ฮ่องสอน สะพลาพู



## ข่อยเรื่องเมืองล้านนา ปีที่ ๘



# ของกินไตใหญ่ในแม่ฮ่องสอน



ตลาดเช้าของเมืองอื่นทั่วไปที่นำเอาบรรดาสินค้าเครื่องใช้มาวางจำหน่ายและค้ำคั่งไปด้วยผู้คนหลายชาติหลายเผ่าพันธุ์ แต่ว่าตลาดเช้าของแม่ฮ่องสอนจะต่างจากที่อื่น เพราะว่าสินค้าที่นำมาขายนั้นส่วนใหญ่จะเป็นพืชผักพื้นบ้านรวมถึงอาหารการกินซึ่งเป็นที่นิยมของชาวไต ดังนั้นเมื่อเราเข้าไปในตลาดเช้าตั้งแต่หัวตลาดยันท้ายตลาดจึงพบเห็นอาหารพื้นเมืองของชาวไต อย่างเช่น ข้าวกั้นจิ้น หรือ ข้าวเจียววางขายคู่กับ สะเปไม้้ว ชะมุนช่วย ขนมไทใหญ่ได้อย่างกลมกลืน

ชาวไตหรือชาวไทใหญ่นิยมกินข้าวเจ้าเป็นอาหารหลัก ดังนั้นเราจึงไม่พบอาหารเหนือประเภท แหนม หมูยอ หรือลาบวางขายในเมืองนี้เหมือนกับจังหวัดต่างๆ ในภาคเหนือ อาหารการกินส่วนใหญ่ของชาวไตจะประกอบด้วยผัก แม้แต่น้ำมันที่ใช้ปรุงอาหารก็ใช้น้ำมันงา โดยเฉพาะอาหารที่ปรุงจากถั่วเน่า ถือได้ว่าเป็นต้นตำรับอาหารของชาวไตก็ว่าได้ อาหารที่ชาวไตกินกันทั่วๆ ไปในครัวเรือนจะเป็นพืชผักที่หาได้ง่ายในท้องถิ่นเสียส่วนใหญ่ ส่วนอาหารในเทศกาลงานบุญนั้นถือเป็นเรื่องสำคัญ จะมีการตั้งผู้ที่มีฝีมือในการปรุงอาหารทำหน้าที่ดูแลอาหารในงานบุญทั้งหมด เรียกว่า “เจ้ามือ”

อาหารที่ชาวไตมักทำขึ้นในงานบุญสำคัญประกอบด้วย แกงฮังเล น้ำซด อะเตงจ้อ หรือผัดวุ้นเส้นใส่ผักต่างๆ ปรุงรสด้วยขมิ้น กะปิและพริกสด หากเป็นงานจากกะ ซึ่งเป็นงานทำบุญเลี้ยงพระและผู้เฒ่าผู้แก่ที่ถือศีลในช่วงเข้าพรรษา จะนิยมเลี้ยงขนมจีนน้ำเลี้ยว

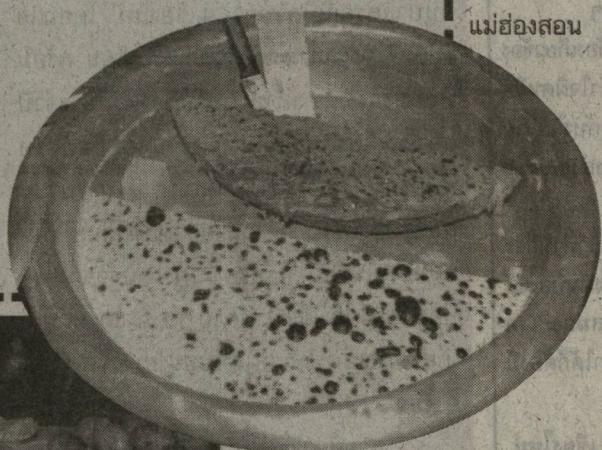
แต่มีอาหารอีกประเภทหนึ่งที่ทำจากข้าวคลุกเคล้ากับขมิ้นและ

ตลาดเช้าของแม่ฮ่องสอนก็เหมือนกับตลาดเช้าของเมืองอื่นทั่วไปที่นำเอาบรรดาสินค้าเครื่องใช้มาวางจำหน่ายและค้ำคั่งไปด้วยผู้คนหลายชาติหลายเผ่าพันธุ์ แต่ว่าตลาดเช้าของแม่ฮ่องสอนจะต่างจากที่อื่น เพราะว่าสินค้าที่นำมาขายนั้นส่วนใหญ่จะเป็นพืชผักพื้นบ้าน รวมถึงอาหารการกินที่เป็นที่นิยมของชาวไต ดังนั้นเมื่อเราเข้าไปในตลาดเช้าตั้งแต่หัวตลาดยันท้ายตลาดจึงพบเห็นอาหารพื้นเมืองของชาวไต อย่างเช่น ข้าวกั้นจิ้น หรือ ข้าวเจียววางขายคู่กับ สะเปไม้้ว ชะมุนช่วย ขนมไทใหญ่ได้อย่างกลมกลืน

ชิมแล้วก็อร่อยไม่แพ้ขนม ชนิดอื่นๆ ขนมลิ้นหมาจะทำมาจากข้าวเหนียวกล้าดำให้ละเอียดผสมน้ำอ้อยลงไปเพื่อให้เกิดความหอมจากนั้นจะโรยด้วยมะพร้าว

นอกจากขนมที่กล่าวมาแล้วชาวไตยังทำขนมถาดขึ้นเพื่อใช้รับประทานในชีวิตประจำวันอีกด้วยก็คือขนมเป็ไม้้ว อะละหว่าและส่วยทะมิน ซึ่งเป็นขนมถาดที่มีวางขายอยู่ทั่วไปในตลาดแม่ฮ่องสอน “เป็ไม้้ว” หรือที่รู้จักในนาม “เค้กไทใหญ่” ทำจากแป้งข้าวเจ้าใส่น้ำอ้อยราดหน้าด้วยกะทิ จะทำในโอกาสงานบุญเท่านั้น แต่ปัจจุบันแม่ไม่มีงานบุญก็สามารถหารับประทานได้

ขนมอะละหว่า ทำเหมือนกับเป็ไม้้วแต่จะใส่น้ำตาลแทนน้ำอ้อย ส่วนขนมส่วยทะมินทำจากข้าวเหนียวใส่น้ำอ้อยและกะทิ จากนั้นจะนำถาดไฟร้อนๆ



ขนมพื้นเมืองชาวไตใหญ่ ในตลาดเช้าแม่ฮ่องสอน

หรือชะมุนขาว ทำมาจากแป้งเคี้ยวด้วยน้ำอ้อยใสงาและมะพร้าว ในอดีตมักจะทำถวายพระชาวไตเรียกขนมนี้ว่า ขนมเจ้า ส่วนขนมวง หรือชะมุนช่วย ก็ทำมาจากแป้งผสมน้ำอ้อยโรยด้วยงาเหมือนกันแต่จะทำเป็นวงขนมลิ้นหมาแม้จะมีลักษณะแปลกด้วยสีที่ออกจะคล้ำๆ แต่เมื่อได้ลอง

มาวางด้านบนของขนม จึงปรากฏเป็นรอยไหม้อยู่ด้านบนของ หน้าขนม ส่วนขนมอีกชนิดหนึ่งที่จะทำให้โอกาสเทศกาลกันต่อหรืองานรดน้ำดำหัวผู้เฒ่าผู้แก่ก็คือขนมเทียน ซึ่งชาวล้านนารู้จักกันเป็นอย่างดี

แม้ว่าในตัวเมืองแม่ฮ่องสอนจะไม่มีร้านอาหารไทใหญ่ ให้คนต่างถิ่นไปเข้าไปลิ้มลอง แต่อาหารและขนมพื้นเมืองเหล่านี้ก็สามารถหาซื้อมารับประทานได้ไม่ยากนัก ไม่บ่อยครั้งที่เราจะมีโอกาสไปเยือนเมืองแม่ฮ่องสอนแห่งนี้ ดังนั้นถ้ามีโอกาสอย่าลืมนลองแวะรับประทานอาหารและขนมพื้นเมืองซึ่งเป็นภูมิปัญญาของชาวไตที่พิถีพิถันในการปรุงแต่งขึ้น รูปลักษณะอาจจะแปลกตาไปสักหน่อยแต่อร่อยลิ้นอย่างที่คุณบอกแน่นอน

จักรพงษ์ กำบุญเรื่อง jakpong@chiangmainews.co.th