



จ๊นลาบหรือลาบจ๊นมีอยู่สองอย่าง คือลาบดิบกับลาบคั่ว

แต่หากจำแนกตามจ๊น(เนื้อ)ที่จะเอามาลาบ อาจแบ่งเป็นลาบจ๊นหมู ลาบจ๊นควายและลาบจ๊นไก่ จ๊นวัวและจ๊นแพะก็เอามาลาบได้เหมือนกันแต่ไม่เป็นที่นิยมเพราะจ๊นวัวและจ๊นแพะมีกลิ่นฉุนรุนแรง จ๊นฟานก็นิยมเอามาลาบ แต่เดี๋ยวนี้หาากินยากมาก เห็นมีขายทุกวี่ทุกวันๆที่ตลาดทุ่งเกวียน แต่คนรู้กันห้ามว่าอย่าซื้อ นั่นไม่ใช่จ๊นฟาน แต่เป็นจ๊นวัวน้อยตายในท้องแม่ สั่งมาแต่พาร์มจ๊นวมต่างๆ แล้วเอามาต้มให้แดง

อันนี้จริงหรือไม่ ไม่รับรอง

ยังมีลาบอีกอย่าง เคยอ่านพบจากที่ไทนก็จำไม่ได้เพราะนานแล้ว หากจำไม่ได้ ดูเหมือนจะเป็นงานเขียนของท่านอาจารย์มหาสิงฆะวรรณสัย บรมครูผู้ล่วงลับนานแล้ว ท่านเขียนไว้ว่าพระเมืองแก้วเสวยชีวิตเพราะเสวยลาบเนื้อม้า

เนื้อม้าก็กินได้ อร่อยดีด้วย โดยเฉพาะคือโป่งนองนี้ กินกับน้ำพริกข่ามันยังมาล้าขนาดที่แรกนึกว่าเป็นจ๊นวัวหนึ่ง กินไป ๆ ภามว่า จึงเยยะอย่างโตมันยังมาล้าแท้ล้าว่า เพื่อนตอบว่าอันนี้เป็นเนื้อวัววิเศษ เป็นวัวไม่มีเขา วิ่งเร็วที่สุด ก็เลยรู้ตัวว่าโดนเพื่อนหลอกมากินของล้าอีกอย่างแล้ว อย่างแรกคือย่างสิง เคยกินเมื่อเป็นละอ่อน

พูดถึงเรื่องลาบต่อ ถ้าเอ่ยแต่ลาบ ไม่มีคำว่าลาบจ๊น ลาบจะมีสองอย่างเหมือนกันคือลาบจ๊นกับลาบปลา วิธีทำต่างกัน รสชาติต่างกัน วันนี้จะพูดเฉพาะลาบจ๊นก่อน อย่างที่ได้บอกไว้แต่แรกแล้วว่าในวิถีดั้งเดิม คนเมืองไซจะกินจ๊นทุกคาบ กินลาบทุกคำ ลาบจ๊นเป็นอาหารในวาระพิเศษอีกอย่างหนึ่งของล้านนา นานๆ ที่ถึงจะได้กิน

แต่ตั้งแต่เดิมแท้ๆ ผู้เขียนคิดว่าลาบดิบลาบแดงไม่ใช่ของกินคน แต่เป็นอาหารเช่นผี มีคำกล่าวร้ายัญเชิญผีหลายๆ บท มักจะกล่าวถึงจ๊นดิบบ่แกงจ๊นแดงบ่ต้ม คือเอาเนื้อสดๆ ไปเช่นผี ต่อมากองคลี่คลายมาเป็นลาบดิบ แล้วค่อยเอามาคั่วทีหลัง

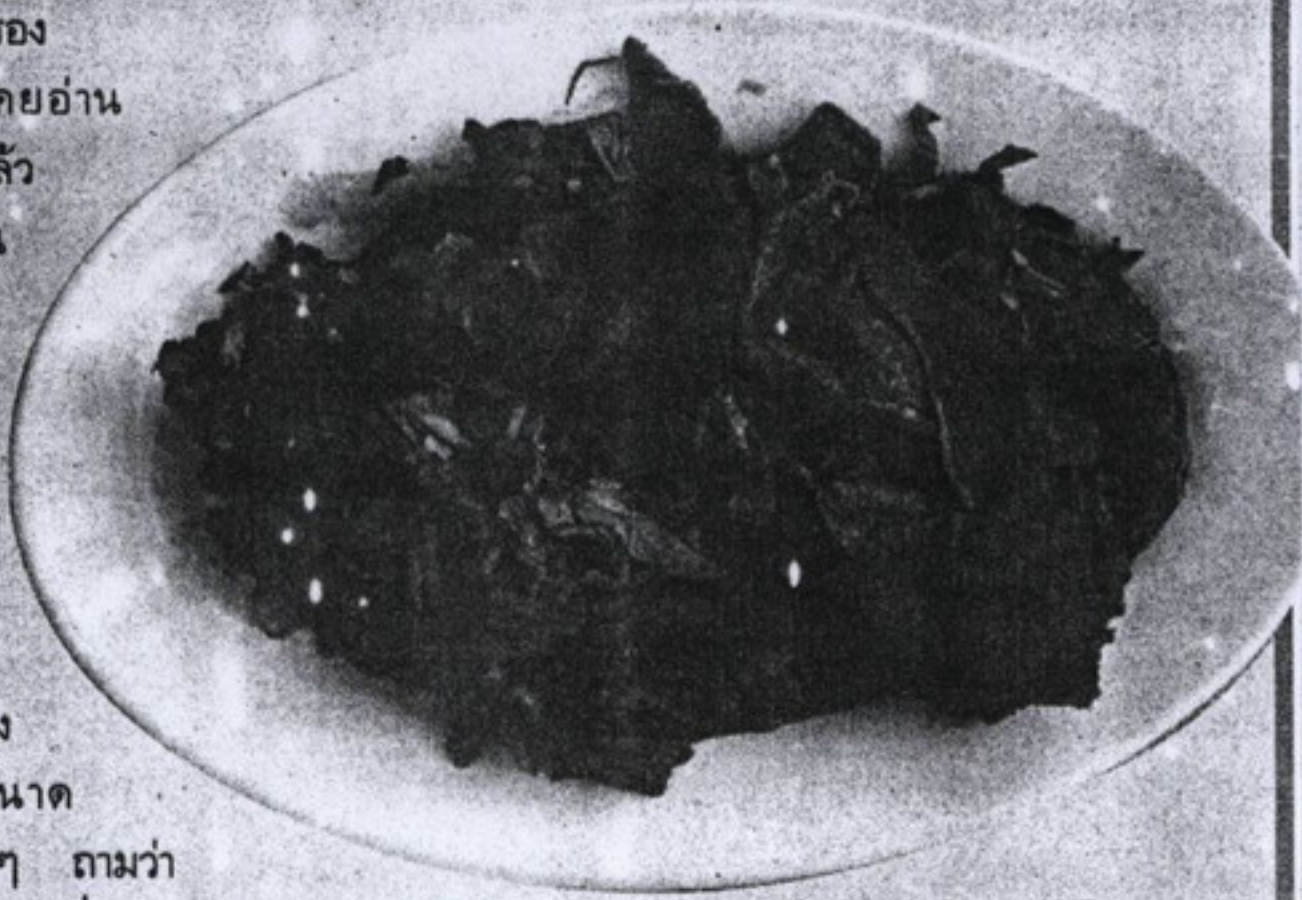
การกินลาบ ไม่มีใครกินลาบเปล่าๆ โดยไม่มีผักกับ ผักกับลาบแต่ก่อนมากมายกว่านี้ ถึงมีสำนวนเปรียบเทียบก่อนแคะพวกบ้าแพ่ชั้นล้านนาที่เห็นดอกไม้วัว ดอกไม้เงินดอกไม้ทองเต็มหัวว่าเหมือนต่างซ้ำผักกับลาบไว้บนหัว

ผักที่เอามากินกับลาบเป็นผักพื้นเมือง ชื่อว่าผัก บางอย่างก็เป็นยอดไม้ อย่างยอดมะกอก ยอดเล็บครุฑ แม้แต่ยอดมะละกอก็ยังเอากินกับลาบ

ได้ แต่ต้องเผาเสียก่อน ไม่เผาเขาว่าจะขมมาก บางอย่างก็เป็นดอกไม้ อย่างดอกสะเลียม(สะเดา) เป็นต้น บางอย่างก็เป็นผล อย่างป่าเชื้อแจ้ ป่าเชื้อผ้อย(มะเขือเปราะ)และป่าลิดไม้(เพกา) อย่างหลังนี้ก็ต้องเอามาเผาเสียก่อน พอให้อ่อนนุ่มแล้วเอามาหั่นเป็นชิ้นๆพอต... เอาคั่วลาบดิบเข้าปาก...

มันยังมาเป็งกันแต่ที่ว่า

นอกเหนือจากนี้ยังมีผักคาวตอง ผักแปม ผักอ้านอ้อ เพลี้ยจ๊วดำ ยอดมะเฟือง ยอดโกสน และสารพัดผักหญ้า ยกเว้นหญ้าตดหมา หญ้าทานไก่(ตำแย)



หญ้าห้วยจุง และหมาเหียง(หมามุ่ย)

การกินลาบ เป็นการเปิดประตูแสงหาผักสดๆ มากินใหม่ได้เสมอ อย่างยอดลำไย ยอดกุหลาบ ยอดป่าไถ่(ยอดฝรั่ง) ยอดดอกคำผู้จู้(ดอกดาวเรือง) ก็มีคนเอามากินกับลาบได้เหมือนกัน

ลาบดิบเป็นอาหารยอดฮิตในสังคมชายชาติล้านนา ละอ่อนชายพอจะขึ้นบ่าวต้องกินลาบดิบให้ได้ ใครไม่กิน ชาวว่าไอ้หน้าแม่ หรือไอ้ผู้เมีย(กะเทย) นับว่าเป็นคำสบประมาทรุนแรงมาก ใครโดนว่า หากเลือดไม่มันหน้า ควรจะไปบวช เพราะขันติธรรมช่างล้ำเลิศเหลือเกิน

ลึกๆ แล้ว การกินลาบอาจมีนัยทางจิตวิทยา อาจเป็นการกินชู้ เพราะเนื้อดิบเนื้อแดงไม่มีใครกิน นอกจากยักษ์และผี กินชู้คือชู้คนอื่น จากการกินชู้ค่อยพัฒนามาเป็นกินอวด กินอวดคืออวดพวกเดียวกันเองว่าซ้าก็แน่นะว้อย ไซ้มีแต่เอ็งที่กินดิบได้ ซ้าก็กินได้เหมือนกัน

ลาบดิบลาบแดง นานๆ กินสักทีก็ดีเหมือนกัน อย่ากินบ่อยก็เพราะเนื้อหมูเนื้อควายเดี๋ยวนี้ไม่เหมือนแต่ก่อน หมอว่าหมูควายข้ามถิ่นอาจเอาโรคจากถิ่นอื่นมาแพร่ระบาดในสัตว์พื้นเมือง หากกินไม่ระวังจะตายเอาได้ง่ายๆ เนื้อ