

100 ปีตำรับต้มยำกุ้ง : พ.ศ. 2433 – 2533

100 Years of the Tom Yum Goong Recipe : 1890–1990

ภูชิษฐ์ สว่างสุข / Phuchit Sawangasuk<sup>1</sup>

Received: Jan. 29, 2025 Revised: Sep. 12, 2025 Accepted: Oct. 1, 2025

### บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาตำรับต้มยำกุ้งจากตำราอาหารตั้งแต่ พ.ศ. 2433 - 2533 ใช้วิธีพรรณนาเชิงวิเคราะห์ แนวทางสำคัญอาศัยวิธีวิจัยทางประวัติศาสตร์พบว่า ต้มยำแบ่งเป็น 3 ประเภท ดังนี้ 1. ต้มยำไมใส่เครื่องสมุนไพร ใช้กุ้งและเห็ดปรุงรสด้วยน้ำปลา และน้ำมะนาวโรยด้วยผักชี และพริกขี้หนู 2. ต้มยำใส่เครื่องสมุนไพรน้ำใส ใช้เนื้อสัตว์ต่าง ๆ เช่น ปลา เนื้อวัว ไก่ ปลาแห้ง ใส่เครื่องสมุนไพร เช่น ตะไคร้ ใบมะกรูด บางตำรับเพิ่มข่า หัวหอมแดง กระเทียม ปรุงรสด้วย น้ำปลา เกลือ น้ำปลาร้า น้ำส้มมะขามเปียก น้ำมะนาว ใส่ผลไม้รสเปรี้ยว เช่น มะม่วง มะดัน ระกำ โรยด้วยสมุนไพรต่าง ๆ เช่น ผักชี ใบโหระพา พริกขี้หนู พริกแห้ง และ 3. ต้มยำใส่เครื่องสมุนไพรน้ำข้น มีลักษณะคล้ายต้มยำใส่เครื่องสมุนไพร น้ำใส แต่เพิ่มข้าวสาร ข้าวเปือ ถั่วทอง น้ำข้าว อย่างใดอย่างหนึ่ง และน้ำพริกเผาเครื่องเผา วิธีการปรุง ต้มยำมี 3 วิธี ได้แก่ 1. วิธีการปรุงแบบตีน้ำมัน ใช้กระเทียมโขลกละเอียด ผัดกับน้ำมันให้หอม เติมน้ำ พอเดือด ใส่ส่วนประกอบ 2. วิธีการปรุงแบบไม่ตีน้ำมันต้มน้ำให้เดือด ใส่ส่วนประกอบ และ 3. วิธีการปรุงแบบใส่กะทิใช้กะทิต้มให้เดือดใส่ส่วนประกอบ

---

<sup>1</sup>คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

<sup>1</sup>Faculty of Education at Ramkhamhaeng University

ต้มยำกึ่งจากตำราอาหาร พ.ศ. 2433 - 2533 มีข้อสังเกต 5 ประการ ดังนี้ 1. คำว่าต้มหรือต้มแกง หมายถึง แกงมีน้ำมาก คำว่ายำ หมายถึง มีตำรับคล้ายยำ คำว่ากึ่ง คือ ส่วนประกอบหลักที่เกิดจากความอุดมสมบูรณ์ของแหล่งน้ำที่มีกุ้งก้ามกรามที่มีเปลือกหนาและมีมันสีส้มแดง 2. น้ำชั้นของต้มยำกึ่งเกิดจากน้ำข้าว 3. น้ำพริกเผาใช้น้ำพริกเผาเครื่องเผา 4. ใส่ผลไม้รสเปรี้ยวและน้ำส้มมะขามเปียก และ 5. วิธีการปรุงต้มยำกึ่งมี 2 วิธี ได้แก่ วิธีการปรุงแบบตีน้ำมัน และวิธีการปรุงแบบไม่ตีน้ำมัน ตำรับเดิมมีความแตกต่างกับตำรับปัจจุบัน ดังนี้ น้ำชั้นของต้มยำกึ่งเกิดจากนมข้นจืดใช้น้ำพริกเผาเครื่องทอดไม่ใส่ผลไม้รสเปรี้ยวและน้ำส้มมะขามเปียก ใช้เพียงน้ำมะนาวปรุงรสเปรี้ยวและมีวิธีการปรุงแบบไม่ตีน้ำมัน

**คำสำคัญ :** ต้มยำกึ่ง ต้มยำ ต้มโฮกเออ

## Abstract

The purpose of this academic article is to study the Tom Yum Goong recipe from the cookbook from 1890 to 1990. This study employs a descriptive-analytical approach based on historical research methods and finds that Tom Yum can be categorized into three types: 1. Clear Tom Yum without herbal aromatics: contains shrimp and mushrooms, seasoned with fish sauce and lime juice, garnished with cilantro and fresh chilies. 2. Clear Tom Yum herbal aromatics: Use various meats such as fish, beef, chicken, dried fish. Add herbs such as lemongrass, kaffir lime leaves, add galangal, red onion, garlic, season with fish sauce, salt, fermented fish sauce, tamarind juice, or other sour fruits (e.g., mango, maddan, rakam). 3. Thick Tom Yum with herbal aromatics: similar to the clear herbal type but thickened with rice, parched rice (khao bua), ground legumes, or rice-wash water, often combined with nam phrik phao

(roasted chili paste). Tom Yum can be prepared using three methods: 1. Stir-frying with oil: pound aromatics, stir-fry in oil until fragrant, then add water and other ingredients; 2. Without oil: bring water to a boil and add ingredients directly; 3. With coconut milk: cook in coconut milk for a rich broth.

Tom Yum Goong from the 1890 - 1990 cookbook has 5 observations as follows: 1. The term 'Tom' refers to a soup or curry with a substantial amount of broth, and the word "yum" means that there is a recipe similar to yum. 2. The thickness of the broth originally derived from rice water. 3. Nam phrik phao (roasted chili paste) was traditionally prepared by roasting/charing the ingredients. 4. Add citrus fruits and tamarind orange juice. 5. There were two principal cooking approaches historically: with oil-based sautéing (stir-frying aromatics) and without sautéing (direct boiling). Original recipe There is a difference with the current recipe. As follows: In modern recipes, the thick broth is often obtained from evaporated milk. No citrus fruits and tamarind orange juice are used, only lime juice is used to impart sourness and there is a non-whisking cooking method.

**Keywords :** Tom Yum Goong, Tom Yam, Tom Hok-Oe

## บทนำ

ต้มยำกุ้งหรือเรียกว่าแกงต้มยำกุ้ง ที่ถูกบันทึกในช่วงเวลา 100 ปี ในบทความนี้ คือ ตำราอาหาร ที่ตีพิมพ์ก่อน พ.ศ. 2500 พบตำรับต้มยำในปะทานุกรมการทำของคาวของหวาน อย่างฝรั่งแลสยาม ของนักเรียนกุลสตรีวังหลัง (สะกดตามต้นฉบับ) ตีพิมพ์เมื่อ พ.ศ. 2441 คือ ต้มยำกุ้งทรงเครื่องและต้มยำชนิดอื่น ๆ ได้แก่ ต้มยำปลาหม้อ ต้มยำปลากระเบน ส่วนตำราอื่น ๆ ไม่พบ

ตั้มยา กุ้ง แต่พบตั้มยาชนิดอื่น ๆ เช่น ตำรากับเข้าของ ช่มจีน ราชาอนุประพันธ์ (สะกดตามต้นฉบับ) ตีพิมพ์เมื่อ พ.ศ. 2433 พบตั้มยาปลาช่อน ตั้มยาเห็ดโคน ตั้มยาไก่ ตั้มยากบ ตำราแม่ครัวหัวป่าก์ของท่านผู้หญิงเปลี่ยน ภาสกรวงศ์ ตีพิมพ์เมื่อ พ.ศ. 2452 พบตั้มยาเขมรหรือแกงนอกหม้อ แต่ตำรากับข้าวสอน ลูกหลาน ผลไม้ ของว่างและขนมของท่านผู้หญิงกลีบ มหิธร ตีพิมพ์เมื่อ พ.ศ. 2492 ปรากฏแกงตั้มยาในตำรับใช้ปลาหรือกุ้งมีส่วนประกอบและวิธีการปรุง ที่มีแบบแผนคล้ายกับตำรับตั้มยา กุ้ง ที่ปรากฏในปัจจุบัน ซึ่งเมื่อศึกษาตำราที่ ตีพิมพ์หลัง พ.ศ. 2500 แต่ไม่เกิน พ.ศ. 2533 พบว่า ตั้มยา กุ้ง และตั้มยาชนิดอื่น ๆ ได้เปลี่ยนแปลงตำรับไปบางส่วน เช่น ตำราอาหาร ม.ร.ว.ตื้อ สนิทวงศ์ ตีพิมพ์เมื่อ พ.ศ. 2511 พบตั้มยาหอยแมลงภู่ ตั้มยาปลา ตั้มยากะทิ ตำรากับข้าวคาว – หวาน ทิพรส ตีพิมพ์เมื่อ พ.ศ. 2521 พบตั้มยา กุ้ง

จากหลักฐานดังกล่าวตั้มยาจึงมีความหลากหลายและยังไม่มีการศึกษา รายละเอียดเหล่านี้ ดังนั้น บทความนี้จึงมุ่งค้นหาตำรับตั้มยา กุ้ง และตำรับ ตั้มยาชนิดอื่น ๆ เพื่อรวบรวมและแบ่งหมวดหมู่ บันทึกเป็นวัฒนธรรมอาหาร อีกด้านหนึ่ง

## วัตถุประสงค์ของการศึกษา

เพื่อศึกษาตำรับตั้มยา กุ้ง จากตำราอาหารตั้งแต่ พ.ศ. 2433 - 2533

## วิธีดำเนินการศึกษา

บทความวิชาการ เรื่อง ตำรับตั้มยา กุ้ง 100 ปี: พ.ศ. 2433 – 2533 ใช้วิธีการพรรณนาเชิงวิเคราะห์ แนวทางสำคัญอาศัยวิธีทางประวัติศาสตร์ โดยมีวิธีการศึกษาดังนี้

1. การสังเคราะห์ทางประวัติศาสตร์ เพื่อศึกษาค้นคว้าและรวบรวมตำรับ ตั้มยาจากตำราอาหาร แบ่งเป็น 2 ช่วงเวลา ดังนี้

ช่วงที่ 1 ตำราอาหารที่ตีพิมพ์ระหว่าง พ.ศ. 2433 - 2483 เกิดจากระบบการศึกษาทำให้มีการจดบันทึกตำรับอาหารขึ้น ได้แก่ การส่ง กุลธิดาของผู้มีบรรดาศักดิ์และเจ้านายเข้ามาศึกษาอบรมให้เป็นกุลสตรีใน

พระบรมมหาราชวังหรือพระราชวัง เพื่อเรียนหนังสือให้อ่านออกเขียนได้ และฝึกฝนฝีมือต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับอาหารไทย การกำเนิดโรงเรียนแห่งแรก ๆ ให้บุตรและธิดาบุคคลทั่วไปได้ศึกษาและยังสอนงานบ้านงานเรือน และที่สำคัญคืองานครัว ดังหลักฐานจิปอณฺสรณฺ์ (2507, น.26-27) คุณพีร์ บุนนาค กล่าวถึงคุณแม่สมรรถนันทพล (จิบ บุนนาค) ว่า “เจ้าคุณตา พระยาผดุงพิพิธภณฺ์ (น่วม ชูโต) ได้ส่งท่านไปเรียนที่โรงเรียนวังหลัง ซึ่งมีแม่มโคล (Miss Cole) เป็นอาจารย์ใหญ่ คุณแม่ได้รับความรู้จากโรงเรียนนี้อย่างกว้างขวาง โดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับภาษาอังกฤษนั้นเรียนสูงมากคุณแม่เรียนได้ดีทั้งพูดและเขียน... ท่านผู้อ่านคงมีความฉงนสนเท่ห์ว่าได้ศึกษาจากโรงเรียนวังหลัง...ทำไมไปเอาวิชาการเรือนต่าง ๆ มาจากไหนจึงได้มาเป็นครูบาอาจารย์ในวิชาแขนงนี้ได้ จึงใคร่ที่จะเรียนให้ทราบไว้ด้วยว่ากุลสตรีในสมัยนั้นถ้าเป็นลูกขุนนางหรือข้าราชการพ่อแม่มักจะไปเข้าเฝ้าหรือถวายตัวไว้กับเจ้านายฝ่ายใน สำหรับคุณแม่ก็นอกจากจะได้เข้าเฝ้าถวายตัวเป็นข้าหลวงแล้วคุณแม่ยังมีโชคได้อยู่ใกล้ชิดกับท่านผู้หญิงเปลี่ยน ภาสกรวงศ์ และต่อมาได้เขียนตำราขึ้นอีกหลายชุด เช่น ตำรากับข้าวของหลานแม่ครัวหัวป่าก์ ตำราอาหารว่างกับแก้มและอาหารน้ำชา ซึ่งสำนักพิมพ์ต่าง ๆ ได้มาขอเช่าลิขสิทธิ์ไปพิมพ์จำหน่ายเป็นที่แพร่หลาย”

ช่วงที่ 2 ตำราอาหารที่ตีพิมพ์เมื่อ พ.ศ. 2483 - 2533 เกิดจากการสืบทอดตำรับอาหารมาจากพระบรมมหาราชวังหรือพระราชวังและโรงเรียนที่กำเนิดขึ้นในช่วงรัชกาลที่ 5 - 7 นอกจากนี้ยังสืบทอดมาจากสายสกุลและผู้ใกล้ชิด เช่น สายสกุลบุนนาค สายสกุลสนิทวงศ์ ยังเกิดจากอนุสรณ์ในงานฌาปนกิจศพที่นิยมจัดพิมพ์ให้เป็นตำราอาหาร ซึ่งถือว่ามีคุณค่าในงานวิชาการด้านอาหารไทยมาก เพราะช่วงเวลานี้อาชีพงานครัวยังไม่เป็นที่นิยมในสังคมไทย ทำให้วิชาการด้านนี้ถูกทิ้งและละเลยที่จะบันทึกจัดเก็บอย่างเป็นระบบทำให้หลักฐานเหล่านี้กระจัดกระจายอยู่ตามแหล่งขายหนังสือเก่า เช่น อนุสรณ์ในงานพระราชทานเพลิงศพท่านผู้หญิงกลีบ มหิธร ตีพิมพ์เมื่อ พ.ศ. 2504 อนุสรณ์ในงานฌาปนกิจศพนางสมรรถนันทพล (จิบ บุนนาค)

ตีพิมพ์เมื่อ พ.ศ. 2507 อนุสรณ์ในงานฌาปนกิจศพ หม่อมหลวงตี๋ว ชลมารค พิจารณ์ ตีพิมพ์เมื่อ พ.ศ. 2508 เป็นต้น

2. การวิเคราะห์ทางประวัติศาสตร์ นำข้อมูลที่ได้จากการสังเคราะห์ ภาววิเคราะห์ทางประวัติศาสตร์ ร่วมกับหลักฐานต่าง ๆ เช่น วรรณคดี บันทึกร ส่วนบุคคล จดหมายงานนิพนธ์ทางประวัติศาสตร์ เพื่อตีความหลักฐาน ผูกเรื่องราว และอธิบายความหมายของหลักฐาน

## ผลการศึกษา

ตั๋มยาที่ปรากฏอย่างปัจจุบันเป็นแกงไทย อยู่ในประเภทแกงที่ต้อง ใส่เครื่องสมุนไพรเป็นชิ้น ๆ หรือไม้ออกเครื่องสมุนไพรให้ละเอียด (เครื่องน้ำพริกแกง) ได้แก่ ตะไคร้ ใบมะกรูด บางตำรับเพิ่มเข้าปรุงรสเปรี้ยวนำ รสเค็มตาม ปรุงรสด้วยน้ำปลา น้ำมะนาว ใช้เนื้อสัตว์ต่าง ๆ เป็นส่วนประกอบหลัก เช่น ปลา กุ้ง ขาหมู ไก่ เนื้อวัว และใช้เห็ดต่าง ๆ เป็นส่วนประกอบรอง เช่น เห็ดฟาง เห็ดนางฟ้า เห็ดโคน ตั๋มยามี 2 ประเภท ได้แก่ ตั๋มยาน้ำใสและ ตั๋มยาน้ำข้น แต่เมื่อตรวจตำราอาหารตั้งแต่ พ.ศ. 2433 – 2533 พบว่าตั๋มยา แบ่งเป็น 3 ประเภทดังนี้

1. ตั๋มยาไม้ออกเครื่องสมุนไพร เมื่อตรวจหลักฐานจากตำราต่าง ๆ พบว่า มีชื่อเรียกต่างกันไปและคาดว่าเป็นต้นตำรับของตั๋มยากุ้งที่มีลักษณะ น้ำใสแบบปัจจุบัน ตั๋มยาชนิดนี้จะไม้ออกตะไคร้ ใบมะกรูด และเข้า ปรุงรสเพียง น้ำปลาน้ำมะนาว รอยด้วยพริกชี้หนู และผักชี ส่วนประกอบหลักใช้กุ้งและเห็ด มีชื่อเรียกและตำรับดังนี้

ตั๋มกึ่งกับเห็ดโคน นักเรียนตรีณี โรงเรียนกุลสตรีวังหลัง (2526, น.197-198) มีตำรับดังนี้ ตั๋มน้ำเปล่าหรือน้ำตั๋มกระดุกพอเดือด ปรุงรสด้วย น้ำปลาใส่กุ้งก้ามกรามหรือกุ้งตะเข็บ ปอกเอาแต่เนื้อ ใส่เห็ดโคน พอเดือดตักใส่ขาม ปรุงรสด้วยน้ำมะนาว รอยด้วยพริกชี้ฟ้าซอย ผักชีเด็ดเป็นช่อ ๆ รับประทานร้อน ๆ

ตั๋มกึ่งกับน้ำมะนาว ประดิษฐ์ ไทยานนท์ (2511, น.557) มีตำรับ ดังนี้ ตั๋มน้ำเปล่าหรือน้ำตั๋มกระดุกพอเดือดใส่เกลือป่นตามด้วยกุ้ง ปรุงรสด้วย น้ำปลา น้ำมะนาว พริกชี้หนูปอบ ผักชีเด็ดเป็นช่อ อีกตำรับคล้ายกัน คือ แกงตั๋ม

ยำเห็ดโคน ใช้เนื้ออกไก่หั่นเป็นชิ้น ๆ แยกกับเห็ดโคน ปูรุกรสด้วยน้ำมะนาว น้ำปลา พริกชี้หนูบุบ ผักชีเด็ดเป็นช่อและกระเทียมเจียว

กุ้งต้มโอหารส คณะอาจารย์สถาบันการเรือน (2527, น.7) มีตำรับ ดังนี้ ต้มน้ำปลาหรือน้ำต้มกระดูกพอเดือด ใส่กุ้งก้ามกรามผ่าครึ่งพอเดือด ตักใส่ชามปูรุกรสด้วยน้ำปลา น้ำมะนาว โรยพริกไทยป่นและผักชีเด็ดเป็นช่อ

ข้อสังเกตทั้ง 3 ตำรับ ใช้คำว่า “ต้มกุ้ง หรือ กุ้งต้ม” ไม่มีคำว่ายำ ยกเว้นแกงต้มยำเห็ดโคนของ ประดิษฐ์ ไทยานนท์ นอกจากนี้พบว่าต้มยำไม่ใช่ เครื่องสมุนไพร เรียกต้มยำกุ้งทรงเครื่อง ตำรับนักเรียนดุริยางค์โรงเรียนกุลสตรีวังหลัง ใช้กุ้งต้มใส่น้ำปลาพอสุก ตักกุ้งขึ้นปอกเอาแต่เนื้อฉีกเป็นชิ้นเล็ก ๆ เนื้อหมูต้มฉีกเป็นเส้น ๆ ปลาใบไม้เผา (ย่าง) ทูบฉีกเป็นชิ้นเล็ก ๆ ปลาแห้งหรือปลากรอบย่าง บีให้แตกเป็นชิ้น กระเทียมดองซอย แตงกวาปอกเปลือกซอย มะดันซอย พริกชี้ฟ้าแดงซอย ผักชีเด็ดเป็นช่อจัดใส่จาน นำน้ำต้มกระดูกปูรุกรสด้วยน้ำกระเทียมดอง น้ำปลา น้ำตาลทราย และน้ำมะนาวโรยด้วยผักชีและพริกชี้ฟ้าแดงซอย เสิร์ฟแยกมากับส่วนประกอบที่เตรียมไว้พอจะรับประทาน ให้เห็นว่าปรุงไว้ใส่

ในตำราแม่ครัวหัวป่าก์ เล่ม 1 ท่านผู้หญิงเปลี่ยน ภาสกรวงศ์ (2554, น.25) เรียกต้มยำกุ้งทรงเครื่องตำรับนี้ว่า “แกงนอกหม้อหรือต้มยำเขมร” หมายถึงไม่นำส่วนประกอบต่าง ๆ ลงไปต้มรวมกันในหม้อ คำว่า เขมร หมายถึงปลากรอบทำจากปลาเนื้ออ่อนอย่างรมควันมีมากในทะเลสาบชื่อ โตนเลสาบ (เปลี่ยน ภาสกรวงศ์, 2554, น.25)

2. ต้มยำใส่เครื่องสมุนไพรน้ำใส พบว่า ต้มยำชนิดนี้ใส่ตะไคร้บุบ ใบมะกรูดฉีก บางตำรับเพิ่มข่า หัวหอมแดงเผา กระเทียมเผา พริกชี้ฟ้าเผา บางตำรับใส่ขิง แต่ไม่ใส่น้ำพริกเผา ข้าวสาร ข้าวเป็อ ถั่วทองหรือน้ำข้าว และไม่เรียกว่าต้มยำ แต่มีชื่อเรียกเฉพาะ เช่น

ต้มโฮกเออหรือต้มโฮกอ้อ ประยูร อุลูชาภู (2531, น.61) กล่าวว่า “โฮกอ้อ เป็นตำราแกงชดน้ำรับประทานกำลังร้อน ๆ กินกับข้าว โดยมีการชดสลับกับการกินอย่างอื่น เช่น น้ำพริกมะขามกับปลาเค็มบั้งสลับด้วยแกงโฮกอ้อ

คล่องคอดีนะ หรือยาเนื้อเผ็ด ๆ สลับด้วยแกงโฮกอ้อ รับประทานปลาสดทอดกับน้ำพริกปลาปนสดตามด้วยโฮกอ้อ บางคนชอบโฮกอ้อรับประทานแก้มเหล่านิยมกันว่าดีนัก มีเคล็ดลับอยู่ว่าต้องร้อนจึงจะถูกตำรับโดยแท้” บุญมีพิบูลย์สมบัติ (2551, น.170) กล่าวว่า “กินเมื่อเบื่ออาหารเผ็ดอาหารมีความมันหรืออาหารจำเจ การทำต้มชดโฮกอ้อ รับประทานก็จะเป็นที่เจริญอาหารต้มชดโฮกอ้อ ตำรับนี้ใช้ปลากรอบ ปลาแห้ง ปลาเค็ม อยางใดอย่างหนึ่งที่เก็บเป็นเสบียงกรังมาปรุงขึ้นแบบง่าย ๆ แต่ถ้าเป็นปลารมควิน เช่น ปลานื้ออ่อน ปลาเกด ปลาช่อน มาต้มจะดีกว่าปลาอย่างอื่น โดยนำมาบั้งให้หอมก่อน วิธีการปรุงจะคล้ายต้มยำใส่หัวหอมแดงเผา ตะไคร้ พริกแห้ง ปรุงรสด้วยน้ำส้มมะขามเปียก น้ำปลา” คำว่า โฮกอ้อหรือโฮกอ้อ คือ เสียงหลังชดน้ำแกงร้อน ๆ เสียงดังโฮกตามด้วยเสียงครางดังเออหรืออือ ชื่ออาหารชนิดนี้ใช้กลุ่มคำที่สร้างขึ้นให้คล้ายกับเสียงที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติหรือเสียงที่ได้ยิน เรียก สัทพจน์ เมื่อตรวจหลักฐานในตำราเก่าพบว่า ใช้เรียกต้มยำน้ำใส ๆ มีรสเปรี้ยวฉ่ำ ฉะนั้นจึงพบต้มโฮกอ้อหรือโฮกอ้อมีหลายตำรับ เช่น ต้มโฮกอ้อปลาทุบกะมัน ตำราครอบโลก เล่ม 1 ภาค 1 (2472, น.99-100) มีตำรับดังนี้ นำปลาทุสใส่หม้อน้ำเดือด ใส่ขิงอ่อน บวบพอกแตกและขิงอ่อนซอย เกลือป่น มะดัน ปรุงรสด้วยน้ำปลา น้ำตาลหม้อ พอกปลาทุสยกกลงจากเตาใส่พริกขี้หนุบหรือพริกขี้ฟ้าแดงซอย พริกแห้งย่างพอกหอมหั่นเป็นท่อน ๆ ต้มโฮกอ้อไก่ คู่มือพ่อบ้าน แม่เรือน (กฤตลักษณ์เดิม) (2513, น.102) มีตำรับดังนี้ ตั้งน้ำพอกเดือดใส่เนื้อไก่ ใส่ตะไคร้ ปรุงรสด้วยน้ำปลาร้า ใส่ข่า หัวหอมแดง และพริกขี้ฟ้าเผา พอกเนื้อไก่สุกยกกลงจากเตา ปรุงรสด้วยมะนาว กิ่งกนก - กาญจนภา (2485, น.156) กล่าวว่า “ต้มโฮกอ้อใช้เนื้อสัตว์ได้หลายชนิด เช่น ไก่ เนื้อวัว หมัก กุ้ง ปลาต่าง ๆ และเครื่องสมุนไพรได้แก่ ตะไคร้ ข่า หัวหอมแดงเผา กระเทียมเผา พริกขี้ฟ้าเผา ปรุงรสด้วยน้ำมะนาวและน้ำปลาร้า ตำรับเดิมใช้เกลือและน้ำส้มมะขามเปียกแต่ฉันว่าน้ำปลามีรสดีกว่าเกลือและมะดันดีกว่าน้ำส้มมะขามเปียก เชิญเลือกตามใจ”

ต้มจืด กิ่งกนก - กาญจนภา (2485, น.156-157) มีตำรับดังนี้ ใช้เนื้อวัว เนื้อควาย หรือไก่ หั่นเป็นชิ้น ๆ หมักกับ ตะไคร้ หัวหอมแดง กระเทียม

และข่า หั่นละเอียด ใส่พริกไทยป่นหยาบ ๆ และเกลือ ตั้งน้ำพอเดือด ใส่เนื้อที่หมักไว้ เคี่ยวพอเนื้อเปื่อย ปรงรสด้วยน้ำตาลทราย น้ำส้มมะขามเปียก ใส่พริกขี้หนูบุบ ต้มจืดของสายปัญญาสมาคม ในพระราชินูปถัมภ์ (2523, น.10) มีตำรับต่างกั้ดงนี้ ตั้งน้ำพอเดือด ใส่เนื้อวัวหั่นชิ้นขนาดพอควร เคี่ยวจนเนื้อว้วไกล้เปื่อย ใส่มันเทศหั่นเป็นชิ้น ๆ เคี่ยวต่อพอเนื้อว้วเปื่อย มันเทศสุก ปรงรสด้วยน้ำส้มมะขามเปียก น้ำปลา ใส่หัวหอมแดงซอย ใบโหระพา และใบกะเพร่ายกลงจากเตาใส่พริกขี้หนูบุบ และน้ำมะนาว ซึ่งต้มจืดตำรับนี้ไม่ใส่ตะไคร้และข่า ลักษณะจึงคล้ายกับซุ้บหางว้ว อาหารของชาวมุสลิม

แกงหมูปลิ้น หนังสืออาหารของโปรดของหม่อมเจ้าจงจิตรถนอมดิศกุล มีตำรับดั่งนี้ ตั้งน้ำพอเดือด ใส่เนื้อหมูสามชั้นหั่นชิ้นใหญ่ ๆ แล่หั่นออกใส่ตะไคร้บุบพอแตกหั่นเป็นท่อนเล็ก ๆ พอเนื้อหมูสามชั้นเปื่อยยกลงจากเตา ปรงรสด้วย น้ำปลา น้ำมะนาว ใส่พริกขี้หนูบุบ (ดิศกุล, 2521, น.36)

### 3. ต้มยำใส่เครื่องสมุนไพรน้ำจืด มีวิธีการปรุง 3 วิธี

3.1 ต้มยำใช้วิธีการปรุงแบบตีน้ำมันหรือเข้าเครื่องผัด นำกระเทียม รากผักชีและพริกไทยโขลกละเอียด ผัดกับน้ำมันให้หอม ใส่น้ำเปล่าหรือน้ำต้มกระดูกตามด้วยข้าวสาร ข้าวเปือ ถั่วทองหรือน้ำข้าวอย่างใดอย่างหนึ่งให้น้ำจืดใส่ตะไคร้บุบ ใบมะกรูดฉีก บางตำรับเพิ่มข่า ใส่ปลาหรือถ้าเป็นกุ้งจะเพิ่มเห็ด ปรงรสด้วยน้ำส้มมะขามเปียก น้ำมะนาวหรือผลไม้รสเปรี้ยว น้ำปลา เกลือ โรยด้วยต้นหอมซอย และผักชีเด็ดเป็นช่อ ๆ ถ้าไม่ใช้วิธีการ “ตีน้ำมัน” จะโรยกระเทียมเจียวแทน อาทิ

ต้มยำปลากระเบน นักเรียนตรุณี โรงเรียนกุลสตรีวังหลัง 2526, น.195) มีตำรับดั่งนี้ นำกระเทียมโขลกละเอียดเจียวพอเหลืองใส่ “น้ำท่า” พอเดือดใส่ปลากระเบนที่เตรียมไว้ ตามด้วยข้าวสาร ตะไคร้ ใบมะกรูด และเกลือ พอปลากระเบนสุก ตักปลากระเบนขึ้นแกะเอาแต่เนื้อ นำเนื้อปลากระเบนใส่หม้อใส่น้ำพริกเผา ปรงรสด้วยน้ำปลา น้ำมะนาว น้ำตาลหม้อ โรยด้วยผักชี

ข้อสังเกตต้มยำปลากระเบนตำรับนี้ใช้วิธีการปรุงแบบ ตีน้ำมัน หมายถึง วิธีการปรุงโดยการผัดส่วนประกอบกับน้ำมัน เช่น บวบเหลี่ยมตีน้ำมัน

(แกงจืดประเภทตีน้ำมัน) ผักตีน้ำมัน (ผักผัดน้ำมันสำหรับจิ้มกับน้ำพริก) คำว่า ตี หมายถึง ตีให้แตกเมื่อนำกระเทียมที่ถูกสับหรือโขลกละเอียดใส่ลงไป กระทะ กระเทียมจะเป็นก้อนต้องใช้ตะหลิวคนให้แตกเข้ากับน้ำมัน เสียงจาก ตะหลิวกับกระทะกระทบกัน (เช่น ตีกลอง ตีฉิ่ง) และเกิดเสียงจากน้ำมันดัง ฉู่ - ฉี่ มีกลิ่นหอม ตีให้ เข้ากัน (เช่น ตีไข่ ตีแป้ง ตีเค้ก) เมื่อใส่กระเทียมหรือสมุนไพรผัดให้หอม ใส่ส่วนประกอบอื่น ๆ ลงไปคนหรือผัดให้เข้ากัน คำว่า ตี ปรากฏหลักฐาน วิธีการปรุงฉู่ฉี่หมู เมื่อนำเครื่องน้ำพริกแกงผัดกับน้ำมันซีไล (กะทิเคียวจนเป็นน้ำมัน) ระหว่างผัดเครื่องน้ำพริกแกงจะหอม ช่วงเวลานี้จะใส่น้ำปลาลงไปทำให้เกิดเสียง ฉู่ - ฉี่ และมีกลิ่นหอมเฉพาะตัว เรียกตีน้ำปลา ใน สุบิน ก กา ของหมื่นพรหมสมพัตร (มี)

เข้าปลาและน้ำยา	อาหาราประดามี
ท่ามาโอชาติ	หมูฉู่ฉี่ตีน้ำปลา
(กรมศิลปากร, 2559, น 63)	

คำว่า น้ำท่า คือ น้ำในแม่น้ำลำคลองต้องลงไปตักที่ท่าน้ำ (จึงเรียกน้ำท่า) ในเวลาที่น้ำขึ้นเต็มที่หรือน้ำทรงก่อนไหลลง จนมีสภาพิต “น้ำขึ้นให้รีบตัก” ต้องเก็บใส่โอ่งให้ตักตะกอนก่อนแล้วค่อยถ่ายเอาน้ำใสมาใส่ ตุ่มสำหรับหุงต้มอาหาร และต้องต้มเสียก่อนเพราะถือว่าเป็น น้ำดิบ ต้มเข้าไป จะเสาะท้อง โบราณจะไม่ใช้น้ำฝนมาทำอาหารเพราะจะทำให้เสียรส แต่จะรองไว้ดื่ม ถ้าเป็นหมอยาต้องรอง “น้ำฝนกลางทาว” เป็นน้ำอ่อนและบริสุทธิ์ไว้ใช้เป็น “น้ำกระสาย” ผสมยา

3.2. ต้มยาใช้วิธีปรุงแบบไม่ตีน้ำมัน ตมน้ำเปล่าหรือน้ำต้มกระดูก พอเดือดใส่ปลาหรือเนื้อสัตว์อื่น ๆ ตามด้วยข้าวสาร ข้าวเปือ ถั่วทอง น้ำข้าว อย่างใดอย่างหนึ่ง ใส่ตะไคร้บุบ ใบมะกรูดฉีก พอปลาหรือเนื้อสัตว์สุก ปรุงด้วย น้ำส้มมะขามเปียก น้ำมะนาว ผลไม้รสเปรี้ยว น้ำปลา เกลือ รอยด้วยต้นหอมซอย ผักชีเด็ดเป็นช่อ ๆ บางตำรับเพิ่มกระเทียมเจียว เช่น

ตำยาปลาช่อน ใช้ปลาช่อนตัวใหญ่ และที่สำคัญทำให้น้ำขึ้นด้วย ข้าวสารและถั่วทอง เพิ่มผลไม้อื่น รสเปรี้ยว ดังหลักฐานในเสภาเรื่องขุนช้าง-ขุนแผน ฉบับสมบูรณสามภาค และฉบับต่างสำนวน เล่ม 1 (2558, น.1392) กล่าวถึง ตำรับตำยาปลาช่อนในเสภาเรื่องขุนช้างขุนแผนสำนวนครูแจ้จ้ง เปรียบเทียบกับ ตำรับกับข้าวเสวยของจอมสุกรี ศรีม้ฆวาท (2482, น.37-38)

**ตารางที่ 1** เปรียบเทียบตำรับตำยาปลาช่อนตำรับเสภาเรื่องขุนช้าง ขุนแผน สำนวนครูแจ้จ้งกับตำรับกับข้าวเสวยของจอมสุกรี ศรีม้ฆวาท

เสภาเรื่องขุนช้างขุนแผน สำนวนครูแจ้จ้ง	ตำรับกับข้าวเสวยของ จอมสุกรี ศรีม้ฆวาท
<p>แนะนำหม่อมพี่ศรีมาลาทำ ไม้เอิบอารมณเหมือนตำยาดอกขาพิ ชื่อปลาช่อนตัวใหญ่ใหญ่ที่ขมิ ทำใส่อ่างล้างสีให้สิ้นคาว ต้มน้ำเสียก่อนให้ร้อนฉ่ำ แล้วเอาปลาใส่เคี่ยวให้น้ำขาว ทุบตะไคร้ ม้วนใส่ทั้งท่อนยาว ข้าวสารขาวใส่ด้วยช่วยหนุนปลา น้ำพริกตำยาทำให้ถึงที่ น้ำปลาญี่ปุ่น กะปิดี พี่เสาะหา เมื่อตักนั้นสันตริษะกะพุงมา ซ้อนเอาไข่ใส่หน้าให้ชูใจ กระเทียมสุก บดใส่สักสามกลีบ มะนาวบิบลงดี ผักชีใส่ น้ำพริก เจือ น้ำปลา ล่อให้ชูใจ เอาซอ้นโบกเข้าโสกโรแล้วได้แรง</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ใช้ปลาช่อนตัวเชื่อง ๆ 1 ตัว ขอดเกล็ดปลา ล้างให้หมดเมือก ตัดหัวแล่กระดูกกลาง ครีบและก้างออก</li> <li>2. หั่นเป็นชิ้นพองาม ตอนหางเหลือไว้ชิ้นใหญ่</li> <li>3. ผ่าหัวปลาตรงปากออกเป็นสองซีกและล้างอีกครั้งให้หมดคาว</li> <li>4. ตักน้ำใส่หม้อพอกควร ชาวข้าวสารขึ้นตั้งไฟ พอน้ำเดือดพล่านจึงใส่ปลา</li> <li>5. นำตะไคร้ทุบ แล้วตัดเป็นท่อน ๆ โขมกระดูก ฉีกกลางเอาก้านออกแล้วใส่ลงไป</li> <li>6. เคี่ยวจนข้าวสารบาน ใส่เกลือเม็ดด้วย สักเล็กน้อย</li> <li>7. ตักหัวปลาขึ้นแกะเนื้อคางและแก้มใส่ขามไว้</li> <li>8. หั่นหัวกระเทียมตามยาวบางเจียวพอเหลือง</li> <li>9. คั่วถั่วทอง เละเปลือก พอเหลืองโขลกให้ละเอียดใส่น้ำพริกเผาและเนื้อปลาตอนทาง โขลกให้เข้ากัน</li> <li>10. ตักเนื้อปลาใส่ขาม อย่านำให้ตะไคร้ โขมกระดูก และข้าวติดลงไปด้วย ตักน้ำแกงใส่ แล้วปรุงรส</li> </ol>

เสภาเรื่องขุนช้างขุนแผน สำนวนครูแจ้ง	ตำรับกับข้าวเสวยของ จอมสุกรี ศรีมัทฉาวพ
	ด้วยมะม่วงขอย น้ำพริกเผาที่โหลกไว้ น้ำมะนาว น้ำปลาดี น้ำตาลหม้อเล็กน้อย 11. โรยกระเทียมเจียว ต้นหอมซอย ผักชีเด็ดเป็น ช่อ ๆ พริกขี้หนูบุบ รับประทานร้อน ๆ คล่องคอ

(ที่มา : ภูษิษย์ สว่างสุข, 2567)

จากตารางที่ 1 ตำรับต้มยำกุ้งในเสภาเรื่องขุนช้างขุนแผนสำนวนครูแจ้ง และตำรับกับข้าวเสวย ของจอมสุกรี ศรีมัทฉาวพ ต่างกันดังนี้ เครื่องสมุนไพรเสภาเรื่องขุนช้างขุนแผนสำนวนครูแจ้งใช้เพียงตะไคร้ แต่ตำรับกับข้าวเสวยใช้ตะไคร้และใบมะกรูด ทำให้น้ำขึ้นทั้ง 2 ตำรับใส่ข้าวสาร ตำรับกับข้าวเสวยเพิ่มถั่วทองคั่วโหลกกับน้ำพริกเผาและเนื้อปลาช่อนต้ม ปรงรส เสภาเรื่องขุนช้างขุนแผนสำนวนครูแจ้ง ปรงรสด้วยน้ำปลาญี่ปุ่น กะปิ น้ำมะนาวและกระเทียมสุกโหลกละเอียด (คาดว่าคือกระเทียมเผา) ตำรับกับข้าวเสวย ปรงรสด้วย เกลื่อน้ำปลา น้ำตาลหม้อ เพิ่มผลไม้มรสเปรี้ยว ได้แก่ มะม่วง เครื่องโรยหน้า เสภาเรื่องขุนช้างขุนแผนสำนวนครูแจ้ง ใส่ น้ำพริก (คาดว่าคือพริกแห้ง กระเทียมและหัวหอมแดงเผาโหลกละเอียด เรียกน้ำพริกป่า ใส่แทนน้ำพริกเผา) และผักชีตำรับกับข้าวเสวย โรยด้วย กระเทียมเจียว ต้นหอม ผักชี และพริกขี้หนู

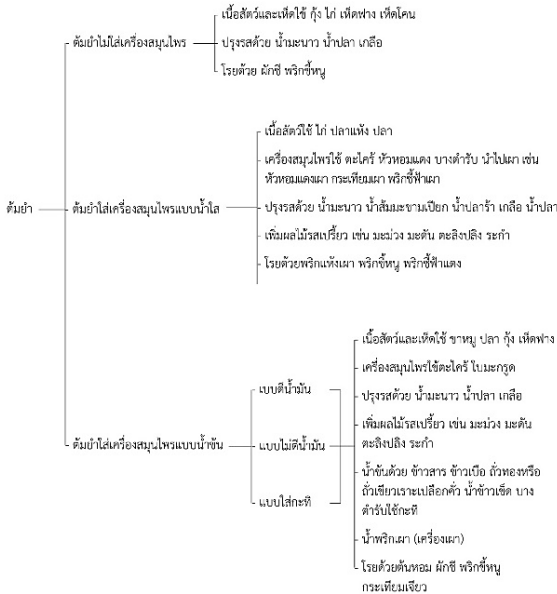
ต้มเปรตปลาไหล (ไม่เรียกต้มยำแต่เรียกต้มเปรต) ช่มจีนราชานุประพันธ์ (2433, น.66-67) มีตำรับดังนี้ ตั้งน้ำใส่ตะไคร้ใบมะกรูด จากนั้นใส่ปลาไหลเป็น ๆ ทั้งตัว ปิดฝาหม้อทันทีพอน้ำเริ่มเดือด กดฝาหม้อให้แน่นไว้สักครู่ ปลาไหลจะดิ้นไปมาจนตาย เปิดฝาซ้อนฟองสีดำ ๆ ออกให้หมด เนื้อปลาไหลจะแตกเห็นเนื้อในเป็นสีขาวปรงรสด้วยน้ำพริกเผาละลายกับน้ำปลามะนาว นายรำคาญ (ประหยัด ศ. นาคะนาท) (2515, น.161) กล่าวถึงวิธีทำปลาไหลต้มเปรตไว้ว่า “สำหรับปลาไหลต้มเปรตนั้นหาธนูสักหน้อย แล้วก็ทำให้ออกรสไม่ขมง่ายนัก ต้องปรงน้ำแกงแบบต้มยำให้สลับลิ้นสลับสั้หน้อย ตั้งน้ำแกงให้เดือดดีแล้วก็เอามันขึ้นมาก็กินได้เลย เนื้อมันจะปรีขาวละมุนร้อนจากกระดูก

นำกิน” คำว่า “เปรต” เปรียบได้กับเวลาต้มจะใช้ปลาไหลเป็น ๆ ในหม้อต้อนน้ำเดือดพล่าน ปลาไหลจะดิ้นทุรนทุรายเหมือนกับเปรตที่ตกนรก ถ้าแบ่งตามเปรตวัตรอุรุธกามี 4 ประเภท จะตรงกับประเภทที่ 3 “นิชฌามัตถนิกเปรต” คือ เปรตที่ถูกไฟเผาให้เร่าร้อนอยู่เสมอ ถ้าแบ่งตามคัมภีร์โลกบัญญัติปกรณัมและคติที่ปนิปกรณัม แบ่งเป็น 12 ประเภท จะตรงกับประเภทที่ 10 “อชครเปรต” คือ เปรตที่มีรูปร่างกายคล้ายสัตว์ เดียรัจฉาน (ในที่นี้หมายถึงงูหรือปลาไหล) จะถูกไฟไหม้ทั่วร่างกาย ทั้งกลางวันและกลางคืน หรือถ้าเปรียบกับตกนรกตรงกับ “โลหกุมภินรก” แปลว่าหม้อโลหะหรือกระทะทองแดงตกลงไปไหม้ทรมาณ คล้ายกับปลาไหลจะพยายามว่ายออกจากหม้อ เป็นที่ทุกข์ทรมาณคล้ายกับตกนรกทั้งเป็น

3.3 ตำยาใส่กะทิ เรียกตำยากะทิมีส่วนประกอบและวิธีการปรุงแบบตำยาใส่เครื่องสมุนไพรน้ำขุ่นแต่ไม่ต้องเพิ่ม ข้าวสารหรือข้าวเปลือก ถั่วทอง ถั่วลิสง น้ำข้าว เพราะกะทิทำให้น้ำขุ่น เช่น

ตำยากะทิ ตำรับอาหารของ ม.ร.ว.หญิง เตื้อง สนิทวงศ์ (2511, น.188-189) มีตำรับดังนี้ ตั้งกะทิพอเดือดใส่ปลาช่อนหรือปลากะเบนย่างหรือปลากะทิงย่าง ใส่ตะไคร้ ใบมะกรูด พอปลาสุก ปรุงรสด้วย น้ำพริกเผา น้ำปลาน้ำมะนาว โรยด้วยผักชี และกระเทียมเจียว

ตำยากะทิเนื้อวัว อนุสรณ์ในงานฌาปนกิจศพ คุณหญิงแม่นศรี ศรีธรรมราช (2519, น.222) มีตำรับดังนี้ เคี่ยวเนื้อวัวหั่นเป็นชิ้นสี่เหลี่ยมใหญ่ ๆ กับหางกะทิ ใส่ตะไคร้ ข่า และใบมะกรูด พอเนื้อวัวเปื่อยใส่หัวกะทิ ปรุงรสด้วย น้ำปลา น้ำมะนาว โรยด้วยผักชี ต้นหอม และพริกขี้หนูบด



## ภาพที่ 1 แสดงประเภทต้มยำและส่วนประกอบ

(ที่มา : ภูษิษย์ สว่างสุข, 2567)

### สรุปและอภิปรายผล

ต้มยำกุ้ง อาหารไทยที่ได้ขึ้นทะเบียนเป็นรายการตัวแทนมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ของมนุษยชาติ ประจำปี 2567 จากที่ประชุมคณะกรรมการระหว่างรัฐบาล เพื่อการสงวนรักษามรดกวัฒนธรรม ที่จับต้องไม่ได้ครั้งที่ 19 ขององค์การการศึกษา วิทยาศาสตร์และวัฒนธรรมแห่งสหประชาชาติหรือยูเนสโก (UNESCO) ถือเป็นมรดกทางวัฒนธรรมขึ้นที่ 5 ของประเทศไทย ต้มยำจึงเป็นอาหารที่มีพัฒนาการ จนรสชาติอร่อยเป็นที่ยอมรับทั่วโลก ฉะนั้นต้มยำกุ้งจึงต้องมีส่วนประกอบและวิธีการปรุงที่พิเศษ ดังมีข้อสังเกต 5 ประการดังนี้

ประการที่ 1 ชื่อต้มยำกุ้ง โครงสร้างชื่อประกอบด้วย 2 ส่วน

ส่วนที่ 1 วิธีการปรุง คำว่า ต้มยำ หมายถึง ชื่อแกงชนิดหนึ่ง น้ำแกงมากใส่ตะไคร้ และใบมะกรูดรสเปรี้ยวฉุน รสเค็มตาม ถ้าแยกคำว่าต้มและยำ

ออกจากกัน คำว่า ต้ม (กริยา) หมายถึง นำน้ำเปล่าหรือน้ำต้มกระดูกต้มให้เดือด แล้วใส่ส่วนประกอบต่าง ๆ ลงไปต้มให้สุก คำว่า ยำ หมายถึง อาหารที่มีส่วนประกอบ ได้แก่ เนื้อสัตว์ ทำให้สุก ใส่ผักหั่นเป็นชิ้น ๆ หรือซอยบาง ๆ มีน้ำปรุงยารสเปรี้ยวนำ รสหวานและรสเค็มตาม ซึ่งเมื่อเปรียบเทียบแกงต้มยำตำรากับข้าวสอนลูกหลาน ผลไม้ ของว่างและขนม ของท่านผู้หญิงกลีบ มหิธร (2509, น.34) กับยำกบ ตำรับชมจิน ราชานุประพันธ์ (2433, น.80) มีส่วนประกอบคล้ายกัน ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบตำรับแกงต้มยำกับยำกบ

ส่วนประกอบ	แกงต้มยำ	ยำกบ
เนื้อสัตว์	ปลา หรือ กุ้ง	กบ
เครื่องสมุนไพร	ตะไคร้ และ ใบมะกรูด	ตะไคร้ ใบมะกรูด และ กระเทียม
น้ำพริกเผา	น้ำพริกเผา (เครื่องเผา)	น้ำพริกเผา (เครื่องเผา)
น้ำซัน	น้ำข้าว	กะทิ
ผลไม้รสเปรี้ยว	มะม่วง และ มะดัน	มะม่วงหรือตะลิงปลิง
ปรุงรส	น้ำมะนาว น้ำปลา เกลือ และ น้ำส้มมะขามเปียก	น้ำมะนาว น้ำปลา และ น้ำตาลหม้อ
เครื่องโรยหน้า	ผักชี ต้นหอม และ กระเทียมเจียว	ใบสะระแหน่

(ที่มา : ภูษิษฐ์ สว่างสุข, 2567)

จากตารางที่ 2 พบว่า แกงต้มยำกับยำกบ มีส่วนประกอบคล้ายกัน ดังนี้ เครื่องสมุนไพรใช้ตะไคร้ ใบมะกรูด น้ำพริกเผาใช้น้ำพริกเผา (เครื่องเผา) ใส่ผลไม้รสเปรี้ยว และต่างกันเพียงส่วนประกอบที่ทำให้ซัน แกงต้มยำใช้น้ำข้าว แต่ยำกบใช้กะทิ และแกงต้มยำโรยด้วยผักชี ต้นหอม และกระเทียมเจียว แต่ยำกบ โรยด้วยใบสะระแหน่ ฉะนั้นต้มยำน้ำซันในตำราเก่าจึงเรียก “ต้มยำ” (ยกเว้นต้มเปรตปลาไหล) แต่ต้มยำน้ำใสจึงมีชื่อเรียกเฉพาะไม่มีคำว่ายำ

ส่วนที่ 2 กุ้ง เกิดจากความอุดมสมบูรณ์จากบริเวณแม่น้ำที่แยกจากแม่น้ำเจ้าพระยามีกุ้งใหญ่ หรือ กุ้งก้ามกรามจำนวนมาก ซึ่งกุ้งชนิดนี้จะมีมากประมาณเดือนสิบถึงเดือนสิบเอ็ด เป็นระยะตอนน้ำมาก กุ้งจะขึ้นมาวางไข่ในท้องนาหรือที่น้ำท่วมถึง แต่เนื้อกุ้งไม่อร่อย เพราะช่วงนี้พวกปลา กุ้ง จะไม่ค่อยหากิน และช่วยกันระวังรักษาไข่ ตัวฟอม ไม่มีมัน เรียกว่า “ปลาน้ำใหม่” โบราณจึงถือว่าระยะปลาที่ดีที่สุดต้องเป็นระยะตอนน้ำลด คือ ตั้งแต่เดือนสิบสองถึงเดือนอ้าย ซึ่งระยะตั้งแต่เดือนอ้าย เดือนยี่เรื่อยไป เป็นระยะพอดีข้าวในนาสุกเป็นฤดูเก็บเกี่ยวได้ข้าวใหม่ พร้อมกับปลาดี จึงมีคำกล่าวว่า “ข้าวใหม่ปลามัน” แปลว่า กินอร่อยทั้งข้าวทั้งปลา ดังหลักฐานในโคลงพระราชพิธีทวาทศมาส

น้ำลดลงหลังแห้ง	รวมคลอง
ไหลตกห้วงบึงหนอง	ใหญ่น้อย
กุ้งปลาชุกชุมปอง	ประโยชน์เหล่า ชนนา
หนองหนึ่งนบร้อยร้อย	อย่างน้อยเรือนพัน

(บารบประปักษ์, 2545, น.118)

ท่านผู้หญิงเปลี่ยน ภาสกรวงศ์ กล่าวไว้ในตำราแม่ครัวหัวป่าก์ เล่ม 5 ว่า “กุ้งหลวงเป็นกุ้งน้ำจืด เป็นฤดูน้ำลดกุ้งก็ชุม ตัวกลาง เรียกว่า นางกุ้ง ขนาดรับประทาน ตัวใหญ่ เรียกว่า ก้ามกราม เนื้อเหนียวไปและตัวเล็ก เรียกว่า ก้ามเกลี้ยง กุ้งหลวงเตี้ยวันนี้ไม่ค่อยจะขาดตลอดทุกฤดู...” (เปลี่ยน ภาสกรวงศ์, 2545, น.171) กุ้งก้ามกรามมีเปลือกและตัวสีฟ้าคราม เป็นกุ้ง 2 น้ำ คือ เพาะพันธุ์ในน้ำเค็ม แต่เจริญเติบโตในน้ำจืด มี 3 ประเภท ดังนี้

1. กุ้งก้ามกรามหรือกุ้งหลวงตัวโตเปลือกสีครามปนเขียว ก้ามมีหนามสีฟ้า
2. กุ้งก้ามเกลี้ยงเป็นกุ้งชนิดเดียวกันกับกุ้งก้ามกรามแต่ตัวเล็กกว่า ก้ามเล็กเรียบ ไม่มีหนาม
3. กุ้งนางเป็นกุ้งชนิดเดียวกันกับกุ้งก้ามกรามและกุ้งก้ามเกลี้ยง แต่ตัวเล็กกว่า

กั๊งกำมกรามเหมาะกับการทำตำยากรุงเทพฯ เพราะมีเปลือกหนาและเนื้อแน่น มันกั๊งสีส้มแดงหรือ แสบปาดโตแพนเครียส (Hepatopancreas) เกิดจากตับและตับอ่อน ทำให้น้ำแกงของตำยากรุงเทพฯ มีลักษณะพิเศษ คือ กลิ่นของเปลือกและสีส้มแดงของมันกั๊ง เมื่อรวมกับกลิ่นสมุนไพร ได้แก่ ตะไคร้ ใบมะกรูด กลิ่นและรสของน้ำมะนาว น้ำปลา พริกชี้หนูบุบ ผักชี รวมถึงน้ำพริกเผา จึงเกิดความลงตัวเข้ากันอย่างพอดี

ประการที่ 2 น้ำขุ่น เกิดจากข้าวสาร ข้าวเบือ ถั่วทอง แต่ตำยากรุงเทพฯ ใช้ “น้ำข้าว” คือน้ำที่ได้จากการหุงข้าวแบบแช่น้ำ ดังตำรับหุงข้าวต้มแกง (2499, น.1-2) กล่าวว่า “นำข้าวสารขาวให้สะอาด ใส่น้ำพอท่วม เมื่อดั่งหม้อข้าวแล้วต้องพัดให้ไฟแรงพอควร เปิดฝาหม้อ พอน้ำข้าว มีฟองเล็ก ๆ ข้างหม้อแล้วปิดฝาย่างเก่า พอเดือดเปิดฝาหม้อ ซ้อนฟองทิ้ง ตักข้าวขึ้นมาเล็กน้อย ถ้าชอบสวยหน่อย สังเกตข้าวจะแยมเล็กน้อยก็รีบเข็ด ตักถ่านออกมาจากเตาให้เหลือแต่น้อยแล้วเอาหม้อตั้งไฟ ค่อย ๆ ตะแคงหม้อให้หมุนรอบ เรียกดงข้าว เมื่อข้าวสุกยกหม้อลงปิดฝาทิ้งไว้ให้ข้าวระอุ” น้ำที่เข็ด (ริน) ออกเรียก น้ำข้าว นำมาใส่ตำยากรุงเทพฯ ดังหลักฐาน แกงตำยา ตำรากับข้าวสอนลูกหลาน ผลไม้ของว่างและขนม ของท่านผู้หญิงกลีบ มหิธร (2509, น.34) มีตำรับดังนี้

#### แกงตำยา

เครื่องปรุง : ปลา (หรือกั๊ง) ตะไคร้ ใบมะกรูด ส้มมะขามเปียก  
น้ำข้าวเข็ด เกลือ น้ำพริกเผา มะดัน ใบหอม ผักชี กระเทียมเจียว

วิธีทำ : ตะไคร้ทุบตัดเป็นท่อน ๆ ใบมะกรูดฉีก ส้มมะขามเปียก 1 ผัก น้ำข้าว เกลือ 2 - 3 เม็ด นำใส่หม้อตั้งไฟจนเดือดใส่ปลา น้ำปลาเวลารับประทาน จึงละลายน้ำพริกเผาใส่ ชิมดู โรยมะม่วงมะดันซอย ผักชีใบหอม กระเทียมเจียว

การใส่น้ำข้าวที่ได้จากการหุงข้าวแบบเช็ดน้ำในต้มยำกึ่งจะทำให้ น้ำของต้มยำเข้มข้นขึ้นทันที ประกอบกับกึ่งสุกง่ายไม่ต้องต้มหรือเคี่ยวนาน แต่ต้มยำปลาหรือต้มยำข่าหมูสุกยากจึงใส่ข้าวสาร ข้าวเป็อ หรือถั่วทอง เพราะกว่าปลาหรือข่าหมูจะสุก ข้าวสาร ข้าวเป็อ หรือถั่วทอง ก็สุก และทำให้น้ำของต้มยำเข้มข้น

ต้มยำปัจจุบันพบว่าไม่ใส่ข้าวสาร ข้าวเป็อ หรือถั่วทองแล้วแต่ยังคงพบก้วยเต็ยต้มยำ ที่ใส่น้ำพริกเผา ถั่วลิสงคั่วบด น้ำมะนาว ส่วนต้มยำกึ่งนิยมทำให้ข้นด้วยการใส่มขังจืด เพราะใช้ง่ายไม่ต้องต้มหรือเคี่ยวนาน

ประการที่ 3 น้ำพริกเผาหรือเรียกว่าน้ำพริกลาว (มีวิธีการปรุงแบบภาคตะวันออกเฉียงเหนือ) บางถิ่นเรียกน้ำพริกกันตู่กันครัวเพราะมีติดไว้ยามขาดแคลน มีวิธีการปรุงดังนี้ ใช้พริกแห้ง พริกขี้หนูแห้ง กระเทียมแลหัวหอมแดงนำไปเผา โขลกกับเกลือให้ละเอียด ใส่กะปิ ปรุงรสด้วยเนื้อมะขามเปียก น้ำปลา และน้ำตาลหม้อ โดยไม่ต้องนำมาผัดอีก ปัจจุบันใช้น้ำพริกเผาเครื่องทอด (เจียว) มีวิธีการปรุงดังนี้ ใช้พริกแห้งทอด กระเทียมเจียว หัวหอมแดงเจียว กะปิทอด บางตำรับเพิ่มปลาแห้งหรือกุ้งแห้งทอด โขลกให้ละเอียด นำไปผัดกับน้ำมัน ปรุงรสด้วยน้ำส้มมะขามเปียก น้ำปลา และน้ำตาลหม้อ น้ำพริกเผาเครื่องทอด หรือเรียกว่า น้ำพริกผัด ดังหลักฐานปรากฏในหนังสือ น้ำพริก

ส่วนน้ำพริกผัดเท่าที่เคยเห็นทำกันเองนั้นใช้เครื่องน้อยกว่า น้ำพริกเผา ประมาณครึ่งต่อครึ่งตากให้แห้งเช่นเดียวกัน รวมทั้งกุ้งอีกด้วย เสร็จแล้วจึงเอามาผัดใช้น้ำมันใส่กระทะแล้วผัดไปให้กรอบทีละอย่าง เมื่อกรอบดีแล้วเอาขึ้นผึ่งให้สะเด็ดน้ำมัน...กะปิต้องเอาลงทอดให้กรอบแล้วจึงเอาลงโขลกเข้าด้วยกัน ในการโขลกน้ำพริกผัดนี้ก็เต็มรสตามใจชอบ เช่น น้ำตาล น้ำปลา ส้มมะขามเปียกให้มีรสเปรี้ยว เค็ม หวาน ก็จะได้ น้ำพริกผัดอีกครกหนึ่ง

(คึกฤทธิ์ ปราโมช, ม.ร.ว., 2553, น.107)

คำว่า เผา คือ ศัพท์ที่ใช้ในงานครัวไทย หมายถึง การนำส่วนผสมประกอบไปปิ้งหรือย่างบนตะแกรงเหล็กในที่นี้ ได้แก่ กระทียมและหัวหอมแดง มีเปลือกด้านนอกแห้ง เมื่อนำไปปิ้งหรือย่างจะเกิดเปลวไฟลุกไหม้ (จึงเรียกว่าเผา) ที่เปลือกแห้งจะต้องรีบพลิกไปมาให้ไฟดับและต้องปิ้งหรือย่างต่อจนสุกก่อนนำไปปรุงอาหารต้องปอกเปลือกและรอยไหม้ออกให้หมด พริกแห้งหรือพริกชี้หนูแห้งนำไปปิ้งหรือย่างจะไหม้ง่ายและเกิดเปลวไฟลุกไหม้อย่างรวดเร็ว ต้องรีบพลิกไปพลิกมาให้ไฟดับ พริกแห้งจะกรอบมีรอยไหม้เล็กน้อย กะปิ ต้องนำมาห่อใบตองนำไปปิ้งหรือย่างจนใบตองเริ่มแห้งและเกิดเปลวไฟลุกไหม้บางส่วนต้องรีบพลิกไปพลิกมาให้ไฟดับ พอกะปิสุกแกะใบตองออกลักษณะกะปิจะมีผิวแห้งมีรอยไหม้เล็กน้อยมีกลิ่นหอม

ประการที่ 4 ผลไม้รสเปรี้ยว อาหารไทยไม่ว่าจะเป็นตำยา แกงคั่วส้ม ยำ รวมถึง น้ำพริกกะปิ จะใช้ผลไม้รสเปรี้ยวใส่คู่กับน้ำมะนาวหรือน้ำส้มมะขามเปียก เช่น มะม่วง ตะลิงปลิง มะยม มะขามอ่อน ระบุว่าซึ่งตำยา กุ้ง ตำรับปัจจุบันไม่ใส่ผลไม้รสเปรี้ยว หรือน้ำส้มมะขามเปียกแต่ใช้เพียงน้ำมะนาวปรุงรสเปรี้ยวเท่านั้น

ประการที่ 5 กระทียมเจียว ตำยา กุ้ง มีวิธีการปรุง 2 วิธี คือ วิธีการปรุงแบบต้มน้ำมันนำกระทียมโขลกละเอียดเจียวให้หอมก่อนแล้วจึงเติมน้ำต้มกระดูกหรือน้ำเปล่าพอเดือดใส่สมุนไพรตามด้วยเนื้อสัตว์ ข้อสังเกตวิธีต้มน้ำมันจึงทำให้ตำรับตำยา กุ้งดั้งเดิม ใส่กระทียมเจียวแทนการต้มน้ำมัน และวิธีการปรุงแบบไม่ต้มน้ำมันต้มน้ำต้มกระดูกหรือน้ำเปล่าให้เดือด ใส่สมุนไพร ตามด้วยเนื้อสัตว์ ซึ่งตำรับปัจจุบัน มีวิธีการปรุงแบบวิธีที่ 2 เท่านั้น

## บทสรุป

จากการศึกษาครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่า ตำรับตำยา กุ้ง ในช่วงเวลา 100 ปี ตั้งแต่ปี 2433 ถึง 2533 ได้พัฒนาจนมีตำรับอย่างปัจจุบัน ได้แก่ ตำรับดั้งเดิม ตำยา กุ้ง ใช้เพียงตะไคร้ ใบมะกรูด ปรุงรสด้วย น้ำมะนาว น้ำปลา น้ำส้มมะขามเปียก ใส่ผลไม้รสเปรี้ยว ใส่น้ำข้าว โรยด้วยกระทียมเจียว ต้นหอม และผักชี ตำรับปัจจุบัน ใช้ตะไคร้ ใบมะกรูด เพิ่มเข้า ปรุงรสด้วยน้ำปลา น้ำมะนาว

ไม่ใส่ผลไม้รสเปรี้ยว ใช้นมข้นจืดแทนน้ำข้าว เปลี่ยนน้ำพริกเผา เครื่องเผา เป็นน้ำพริกเผาเครื่องทอด และมีวิธีการปรุงแบบไม่เติมน้ำมัน ไม่ใส่กระเทียมเจียว เพียงแต่โรยด้วยผักชี และพริกชี้หนูบุบเท่านั้น

## เอกสารอ้างอิง

- กรมศิลปากร. (2559). *สุบิน ก กา และศรีสวัสดิ์วิวัฒน์*. สำนักวรรณกรรมและประวัติศาสตร์. กรมศิลปากร.
- กิ่งกนก – กาญจนภา. (2485). *กับข้าวโอซารส*. โรงพิมพ์เทอไทย.
- คณะอาจารย์สถาบันการเรือน. (2527). *กับข้าวชาวบ้าน 1000 ชนิด*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). สำนักพิมพ์เสริมวิทย์บรรณาการ.
- ศีกฤทธิ์ ปราโมช, ม.ร.ว. (2553). *น้ำพริก*. (พิมพ์ครั้งที่ 6). สำนักพิมพ์ดอกหญ้า 2000.
- คู่มือพ่อบ้าน แม่เรือน (กฤตลักษณ์เดิม)*. (2513). อนุสรณ์ในงานฌาปนกิจศพนางสาวบุตรี กรลักษณ์ ณ สุสานหลวงวัดเทพศิรินทราวาส. โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย.
- จอมสุกรี ศรีมีฆวาฬ. (2482). *ตำรับกับข้าวเสวย*. โรงพิมพ์อักษรเจริญทัศน์ เสาชิงช้า.
- จีบอนุสรณ์*. (2507). อนุสรณ์งานฌาปนกิจศพนางสมรรถนันทพล (จีบ บุนนาค). ณ เมรุวัดมกุฏกษัตริยาราม วันที่ 30 สิงหาคม พ.ศ. 2507. โรงพิมพ์แม่บ้านการเรือน.
- ชมจีน ราชานุประพันธ์. (2433). *ตำรากับเข้า*. โรงพิมพ์วัชรินทร์.
- ดิศกุล, หม่อมเจ้าจรงจิตรถนอม. (2521). *อาหารของโปรด ของ หม่อมเจ้าจรงจิตรถนอม ดิศกุล*. ที่ระลึกในงานพระราชทานเพลิงศพหม่อมเจ้าจรงจิตรถนอม ดิศกุล ณ เมรุหน้าพลับพลาอิศริยาภรณ์ วัดเทพศิรินทราวาส. วัชรินทร์การพิมพ์.
- ตำรับอาหารของ ม.ร.ว.หญิง เตื้อง สนิทวงศ์*. (2511). อนุสรณ์งานพระราชทานเพลิงศพ หม่อมราชวงศ์หญิงเตื้อง สนิทวงศ์ ณ เมรุวัดเทพศิรินทราวาส วันที่ 14 มีนาคม 2511. โรงพิมพ์วิจิตรศิลป์.
- ตำรากับข้าวสอลูกหลาน ผลไม้ ของว่างและขนม ของท่านผู้หญิงกลีบ มหิธร*. (2509). อนุสรณ์งานฌาปนกิจศพ นายไสล ศรีภิรมย์. บริษัท เสนาการพิมพ์ จำกัด.

- ตำราครอบโลก เล่ม 1 ภาค 1. (2472). โรงพิมพ์กิมหลีหังวงน เสาชิงช้า.  
 นักเรียนครูณี โรงเรียนกุลสตรีวังหลัง. (2526). *ปะทานุกรมการทำของควา  
 ของหวานอย่างฝรั่ง แลสยาม.* (พิมพ์ครั้งที่ 2). สำนักพิมพ์ศรีปัญญา.  
 นายรำคาญ (ประหยัด ศ. นาคะนาท). (2515). *เรื่องอย่างว่าชุดใหม่.* โรงพิมพ์  
 ไทยสัมพันธ์.
- บำราบปรปักษ์, สมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอ เจ้าฟ้ามหามาลา กรมพระยา.  
 (2545). *โคลงพระราชพิธีทวาทศมาส.* (พิมพ์ครั้งที่ 4). บริษัท เอ็ดดิสัน  
 เพรสโปรดักส์ จำกัด.
- บุญมี พิบูลย์สมบัติ. (2551). *นานาสาระ “ฉบับวัดพระปรี” จังหวัดเพชรบุรี.*  
 บริษัทเพชรบุรีการพิมพ์ จำกัด.
- ประดิษฐ์ ไทยานนท์. (2511). *ตำราเสน่ห์รส-น้ำมีอนาง.* สำนักพิมพ์โชคชัย  
 เทเวศร์.
- ประยูร อุลฺษาณะ. (2531). *อาหารรสพิเศษของคนโบราณ.* สำนักพิมพ์แสงแดด.  
 เปลี่ยน ภาสกรวงศ์, ท่านผู้หญิง. (2554). *ตำราแม่ครัวหัวป่าก (เล่ม 1; เล่ม 5,  
 พิมพ์ครั้งที่ 7).* สำนักพิมพ์ต้นฉบับ.
- ภูศิษย์ สว่างสุข. (2567). *เปรียบเทียบตำรับแกงต้มยำกับยำกบ.* [ตาราง].  
 มหาวิทยาลัยรามคำแหง คณะศึกษาศาสตร์.  
 \_\_\_\_\_. (2567). *เปรียบเทียบตำรับต้มยำปลาช่อนตำรับเสภาขุนช้างขุนแผน  
 จำนวนครูแจ้ง กับตำรากับข้าวสวยของจอมสุกรี ศรีมฆวาฬ.*[ตาราง].  
 มหาวิทยาลัยรามคำแหง คณะศึกษาศาสตร์.  
 \_\_\_\_\_. (2567). *แสดงประเภทต้มยำและส่วนประกอบ.* [รูปภาพ].  
 มหาวิทยาลัยรามคำแหง คณะศึกษาศาสตร์.
- สายปัญญาสมาคม ในพระบรมราชินูปถัมภ์. (2523). *ตำรับสายเยาวภา  
 (พิมพ์ครั้งที่ 5).* สวีชาญการพิมพ์.
- เสภาเรื่องขุนช้าง-ขุนแผน ฉบับสมบูรณ์สามภาคและฉบับต่างสำนวน เล่ม 1.*  
 (2558). บริษัท ตาตา พับลิเคชั่น จำกัด.

หุงข้าวต้มแกง. (2499). อนุสรณ์ในงานฌาปนกิจศพ นางปาน นันทาภิวัฒน์  
วันที่ 12 มีนาคม พ.ศ. 2499. ไทยการพิมพ์.

อนุสรณ์ในงานฌาปนกิจศพ คุณหญิงแม่ันศรี ศรีธรรมราช. (2519).  
ณ ฌาปนกิจสถาน วัดหัวลำโพง วันที่ 2 พฤษภาคม 2519. บริษัท  
สารมวลชน.