

บทความวิชาการ

โครงการเข้าร่วมประชุมวิชาการ 19th ARAHE Biennial International Congress 2017

ณ กรุงโตเกียว ประเทศญี่ปุ่น

ระหว่างวันที่ 6 -11 สิงหาคม 2560

โดย

รองศาสตราจารย์อรวิทย์ เล้าหรัชตน์นัท

โครงการนี้ได้รับทุนสนับสนุนจากกองทุน มสธ. 12 ปี

ประจำปีงบประมาณ 2560

วัฒนธรรมอาหารญี่ปุ่น

“ข้าว” ถือเป็นศูนย์กลางของวัฒนธรรมอาหารญี่ปุ่นซึ่งมีวิวัฒนาการในการเพาะปลูกทางแถบทวีปเอเชียมากกว่าสองพันปีแล้ว การรับประทานข้าวแต่ดั้งเดิมนั้นจะรับประทานกับผักตามฤดูกาล ปลาและอาหารจากทะเล จนกระทั่งเข้าสู่ยุคสมัยเอโดะ (ปี ค.ศ.1600-1868) และยังคงรุ่งเรืองจนกลายเป็นอาหารหลักของคนญี่ปุ่นถึงแม้ว่าภายหลังญี่ปุ่นจะเปิดประเทศและรับเอาวัฒนธรรมและความหลากหลายของอาหารต่างๆเข้ามาก็ตาม

จุดกำเนิด

ภายหลังจากมีการเผยแพร่ศาสนาพุทธเข้ามายังประเทศญี่ปุ่นราวศตวรรษที่ 6 กฎหมายและพระบรมราชโองการได้ได้ค่อยๆมีอิทธิพลต่อการรับประทานเนื้อสัตว์ต่างๆ โดยการปรุงประกอบอาหารแบบมังสวิรัตที่ชื่อว่า “shojin ryori” ได้รับความนิยมอย่างมากในนิกายเซน และตั้งแต่ศตวรรษที่ 15 จนถึงปัจจุบันนี้จะพบว่าอาหารญี่ปุ่นนั้นจะมีส่วนประกอบเป็นพวกเต้าหู้ มิโสะ ซอสถั่วเหลือง และผลิตภัณฑ์อาหารอื่นๆที่ทำมาจากถั่วเหลือง และในช่วงระยะเวลาเดียวกันนั้นรูปแบบการรับประทานแบบที่เป็นทางการและมีความพิถีพิถันได้ถูกพัฒนาขึ้นจากอิทธิพลของกลุ่มชนชั้นสูง เช่น “honzen ryori” เป็นอาหารในพิธีการสำคัญต่างๆ ซึ่งเสิร์ฟอาหารด้วย “honzen” ซึ่งเป็นถาดที่มีขา ส่วน “chakaiseki ryori” เป็นอาหารในพิธีชงชาซึ่งจะรับประทานก่อนเสิร์ฟน้ำชา ขณะที่ “keiseki ryori” เป็นอาหารเลี้ยงทั่วไปที่ได้รับการพัฒนาในช่วงต้นศตวรรษที่ 19 เพื่อใช้ในการเสิร์ฟในร้านอาหารหรู โดยยังคงความพิถีพิถันในเรื่องวัตถุดิบสดใหม่ตามฤดูกาลและความสวยงามในการนำเสนออาหาร แต่ในเรื่องของกฎระเบียบต่างๆนั้นไม่เข้มงวดทำให้ผู้รับประทานรู้สึกผ่อนคลาย โดยจะมี “สาเก” เป็นเครื่องดื่มที่นิยมดื่มในขณะที่รับประทานอาหาร แต่เนื่องจากไม่นิยมดื่มสาเกขณะรับประทานข้าว ดังนั้นจึงเสิร์ฟข้าวเป็นอย่างสุดท้าย ทั้งนี้อาหารเรียกน้ำย่อยจะเป็น “sashimi” หรือปลาดิบแต่เป็นชิ้นๆ “suimono” หรือซูชิไต่ “yakimono” หรืออาหารย่าง “mashimono” หรืออาหารนึ่ง “nimono” หรืออาหารตุ๋น และ “aemono” หรือสลัดเสิร์ฟเป็นลำดับแรก ตามมาด้วยซูชิมิโสะ “tsukemono” หรือของดอง ข้าว ขนมหวานและผลไม้ ทั้งนี้จะมีการเสิร์ฟชาด้วยเช่นกัน โดยทั้งหมดนี้เป็นคอร์สของการเสิร์ฟอาหารเย็นแบบ “keiseki” ซึ่งถือว่าเป็นพื้นฐานของอาหารญี่ปุ่นร่วมสมัย



รูปแสดง honzen ryori meal

“ซูชิ” ซึ่งมีส่วนผสมของข้าวและปลาดิบนั้นถูกพัฒนาขึ้นมาในช่วงต้นศตวรรษที่ 19 โดยในสมัยนั้นจะขายเป็นอาหารว่างและถือว่าเป็นจุดเริ่มต้นของร้านซูชิในปัจจุบัน ทั้งนี้ร้านซูชิจะมีพ่อครัวซูชิประจำร้านคอยเสิร์ฟซูชิให้กับแขกที่เข้ามารับประทานภายในร้าน



รูปแสดง ร้านซูชิในญี่ปุ่น

การเข้ามาของวัฒนธรรมต่างชาติ

ญี่ปุ่นสัมผัสวัฒนธรรมตะวันตกครั้งแรกจากการเข้ามาของมิชชันนารีจากยุโรปในช่วงกลางศตวรรษที่ 16 และในเวลานั้นจึงได้มีการผสมผสานเทคนิคการปรุงประกอบอาหารจากโปรตุเกส สเปน จีน จนเกิดเป็น “tempura” ขึ้นมา โดยถือว่าเป็นอาหารญี่ปุ่นยอดนิยมที่นำเอาผักและเนื้อสัตว์มาชุบแป้งทอด

หลังจากการเปิดประเทศอีกครั้งในช่วงกลางศตวรรษที่ 19 ได้มีการนำเอาวิธีการปรุงประกอบอาหาร และวิธีการบริโภคใหม่ๆ เข้ามามากขึ้น โดยเฉพาะการบริโภคเนื้อสัตว์ ทั้งนี้ “sukiyaki” ที่ประกอบด้วยเนื้อสัตว์ และผักได้ถูกนำมาเสิร์ฟครั้งแรกในภัตตาคารอาหารสไตล์ฝรั่ง ขณะที่ “tonkatsu” ก็ถูกพัฒนาในช่วงเวลานี้โดยดัดแปลงเอาผงแกงกะหรี่อินเดียที่นำเข้ามาจากอังกฤษมาใช้ร่วมกับข้าวญี่ปุ่น โดยมีผักและเนื้อสัตว์อยู่ในจานด้วยนั่นเอง



รูปแสดง tempura

การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

โดยปกติแล้วคนญี่ปุ่นจะนิยมทำอาหารรับประทานเอง อย่างไรก็ตามเมื่อยุคสมัยเปลี่ยนไปจึงมีการส่งอาหารถึงบ้านเกิดขึ้น อย่างเช่นการส่งข้าวกล่อง “bento” ที่นิยมในเขตเมืองรวมไปถึงการส่งพิซซ่าและอาหารอื่นๆตามมาอีกมากมาย นอกจากนี้แล้วการขยายตัวของจำนวนร้านสะดวกซื้อส่งผลให้มีการวางข้าวกล่อง “bento” จำหน่ายภายในร้านเป็นจำนวนมาก



รูปแสดง Bento box

รายการอาหารทางโทรทัศน์

นอกเหนือจากการเผยแพร่วัฒนธรรมอาหารญี่ปุ่นจนเป็นที่นิยมไปทั่วโลกแล้วนั้น รายการอาหารทางโทรทัศน์อย่างเช่น “iron chef” ถือเป็นรายการที่ผลิตช่วง ค.ศ.1993-1999 ซึ่งส่งผลถึงการผลิตหนังสือการ์ตูนที่มีเรื่องราวเกี่ยวกับการทำอาหาร ถือเป็น การเผยแพร่วัฒนธรรมอาหารญี่ปุ่นในอีกช่องทางหนึ่ง