Bike to eat

อร่อยไม่เกิน 100

กินแล้วปั่น
ปั่นแล้วกิน
อิ่มหนำสำราญ
สนุกสนานกับอาหารอร่อย

ชาติ ภิรมย์กุล

Bike to eat อร่อยไม่เกิน 100

ชาติ ภิรมย์กุล

กรุงเทพมหานคร สำนักพิมพ์มติชน ๒๕๕๙

Bike to eat อร่อยไม่เกิน 100 • ชาติ ภิรมย์กุล
พิมพ์ครั้งที่ ๑ : สำนักพิมพ์มติชน, [illegible]
ราคา [illegible] บาท

ข้อมูลทางบรรณานุกรม
ชาติ ภิรมย์กุล. Bike to eat อร่อยไม่เกิน 100.-- กรุงเทพฯ : มติชน, [illegible]. [illegible] หน้า.
๑. อาหาร. ๒. [illegible] I. ชื่อเรื่อง
[illegible]
ISBN 978-974-02-1437-2

ที่ปรึกษาสำนักพิมพ์ : [illegible]

ผู้จัดการสำนักพิมพ์ : [illegible]
รองผู้จัดการสำนักพิมพ์ : [illegible]
บรรณาธิการบริหาร : [illegible] • บรรณาธิการสำนักพิมพ์ : [illegible]
บรรณาธิการ : [illegible] • ผู้ช่วยบรรณาธิการ : [illegible]
พิสูจน์อักษร : [illegible] • [illegible] : [illegible]
[illegible] : [illegible] • [illegible] : [illegible]
ประชาสัมพันธ์ : [illegible]

[illegible]
[illegible]
[illegible]

สำนักพิมพ์มติชน | www.matichonbook.com

บริษัท มติชน จำกัด (มหาชน) : ๑๒ ถนนเทศบาลนฤมาล ประชานิเวศน์ ๑ แขวงจันทรเกษม เขตจตุจักร กรุงเทพฯ ๑๐๙๐๐
โทรศัพท์ [illegible] โทรสาร [illegible]
แม่พิมพ์สี-ขาวดำ : [illegible] ๑๒ ถนนเทศบาลนฤมาล ประชานิเวศน์ ๑
แขวงจันทรเกษม เขตจตุจักร กรุงเทพฯ ๑๐๙๐๐ โทรศัพท์ [illegible]
พิมพ์ที่ : [illegible]
[illegible] โทรศัพท์ [illegible] โทรสาร [illegible]
จัดจำหน่ายโดย : บริษัทงานดี จำกัด (ในเครือมติชน) ๑๒ ถนนเทศบาลนฤมาล ประชานิเวศน์ ๑
แขวงจันทรเกษม เขตจตุจักร กรุงเทพฯ ๑๐๙๐๐ โทรศัพท์ [illegible] โทรสาร [illegible]
Matichon Publishing House a division of Matichon Public Co., Ltd.
12 Tethsaban-naruemarn Rd., Prachanivate 1, Chatuchak, Bangkok 10900 Thailand

หนังสือเล่มนี้พิมพ์ด้วยหมึกที่ผลิตจากน้ำมันถั่วเหลือง
[illegible]

สารบัญ

คำนำสำนักพิมพ์ ๖

คำนำผู้เขียน ๘

๑. ตามหาของอร่อย ๑๓

๒. ก๋วยเตี๋ยวเรือ ๒๕

๓. อร่อยเผ็ดทะลุมิติ ๓๕

๔. อร่อยโคตรเครื่อง ๔๙

๕. อร่อยครีเอท ๑ ๖๑

๖. อร่อยครีเอท ๒ ๗๕

๗. อร่อยครีเอท ๓ ๘๙

๘. อร่อยอันซีน ๑ ๑๐๑

๙. อร่อยอันซีน ๒ ๑๑๕

๑๐. อร่อยอันซีน ๓ ๑๒๙

๑๑. อร่อยอันซีน ๔ ๑๔๓

๑๒. อร่อยราดหน้า ๑๕๗

๑๓. ไปเสม็ด เสร็จตรงเนิน (ตอนที่ ๑) ๑๖๙

๑๔. ไปเสม็ด เสร็จตรงเนิน (ตอนที่ ๒) ๑๘๑

ตัวอย่าง

คำนำสำนักพิมพ์

เรื่องของกินอร่อยๆ ใครก็ไม่อยากพลาด

ยิ่งถ้าราคาถูกด้วย ยิ่งสบายทั้งท้อง ทั้งกระเป๋า ชวนให้อยากลองกันทั้งนั้น

'Bike to eat อร่อยไม่เกิน 100' ของชาติ ภิรมย์กุล เล่มนี้กลับมาท็อปฟอร์มเหมือนเดิม ด้วยการพาผู้อ่านตะลุยปั่นจักรยานกินเที่ยวจนหน้าใจ เหมือนปั่นอยู่ข้างๆ กันอย่างนั้นเลย

คนอื่นปั่นจักรยานเพื่อลดหุ่น เบิร์นไขมัน แต่กับชาติ ภิรมย์กุล แอบบ่นว่า เขียนเล่มนี้ ยิ่งปั่นยิ่งอวบ

ก็แต่ละเมนูที่สรรหามานั้น มีแต่รสเด็ด ไม่ว่าจะเป็นก๋วยเตี๋ยวเรือน้ำข้น เย็นตาโฟเครื่องแน่น ปากหม้อสูตรนุ่ม แหนมคลุกหมูรสกลมกล่อม ฯลฯ ยังไม่รวมกาแฟอร่อย ร้านบรรยากาศดี และสถานที่สวยๆ อีกมาก ที่ชาติจะพาปั่นไปชม

หนังสือเล่มนี้แบ่งเป็น ๑๔ บท ไล่เรียงตั้งแต่นนทบุรี ปั่น

คำนำผู้เขียน

ร้องเพลง เล่นกีฬา เขียนภาพ ถ่ายภาพ และ...ทำอาหาร

ถ้าฝึกทำบ่อยๆ ทำนานๆ เราชอบอะไร และถนัดแนวไหน

เราจะได้คำตอบที่ชัดเจนให้ตัวเอง

ความชอบและใช่ ต้องผ่านการเรียนรู้ด้วยตัวเอง

เหมือนการปั่นจักรยาน

ปีแรกที่ผมปั่นจักรยาน ปั่นไปเรื่อยๆ จนได้คำตอบที่ลงตัว

"จักรยานพาไป ใจบอกทาง"

หลังจากวันนั้น ผมปั่นจักรยานเกือบทุกวัน...และกลายมาเป็น

"สุขบนหลังอาน" จักรยานพาไป ใจเป็นสุข

ในแวดวงคนปั่นจักรยานถูกแบ่งออกตามความชอบและความแรงของแต่ละคน

กลุ่มแรกเรียกว่า "ขาแรง ใจเกิน ๑๐๐"

ตามหาของอร่อย

เคยไหมครับ เวลากินอะไรไม่อร่อย เราจะรู้สึกหงุดหงิดและ...

อยากเผาบ้านตัวเอง

บร้า! ถ้าทำแบบนั้นจริงมันคืออาการป่วยของโรค "ตะกละซินโดรมดุ่ย"

เวลากินอะไรแล้วไม่อร่อยเหมือนที่เคยกิน

เราก็แค่...หงุดหงิดนิดๆ แค่นั้นเอง

เรื่องกินไม่ใช่เรื่องใหญ่ เพียงแต่อะไรที่กินแล้วอร่อยถูกใจ

เราจะรู้สึกฟินๆ ระหว่างเคี้ยวกิน ที่เขาเรียกว่า "อร่อยฝุดๆ"

ขอเพียงอย่าฝุดมาก เดี๋ยวรอบเอวจะผุดขึ้นมาเยอะ

ตั้งแต่เสพติดการปั่นจักรยาน ทำให้ผมตระเวนกินโน่นนี่นั่นทั้งใกล้บ้านและไกลบ้าน

ปั่นไป กินอิ่มแล้วปั่นกลับ

ตัวอย่าง

ก๋วยเตี๋ยวเรือรังสิตคลอง ๒ ขายที่นนท์ใกล้สี่แยกบางบัวทอง

บรรยากาศของร้านกาแฟสดสไตล์วินเทจ

ก๋วยเตี๋ยวเรือ

ถ้าเราจะเริ่มต้นกับอะไร ไม่ว่าจะเล่นกีฬา ดนตรี เรียนหนังสือ
หรือ...เรื่องกิน
ถ้าได้เรียนรู้ศึกษากับคนที่เก่ง ๆ คุณภาพระดับ ๕ ดาว
ถือเป็นการเริ่มต้นที่ดี! ขอบอก

โดยเฉพาะเรื่องกินจะมาขอบอก ขอบอกอย่างเดียว มันอร่อยตรงไหน!

เข้าใจเปล่า (บอกตัวเองครับ)

ช่วงนี้ตั้งใจจะเข้าคอร์สก๋วยเตี๋ยวเรือ

เข้าคอร์สเอง จ่ายเอง จะได้พูดเต็มปากว่ารสชาติแต่ละร้านเป็นยังไง

ยิ่งเป็นก๋วยเตี๋ยวเรือ ไม่ต้องคิดมากจะกินเจ้าไหนดี

ในเมืองไทยมีอยู่ ๒ สูตรที่โด่งดังครองความอร่อยมายาวนาน

ตัวอย่าง

อร่อยโคตรเครื่อง

เดือนก่อน ปั่นจักรยานตระเวนกินก๋วยเตี๋ยวเรือมากกว่า ๑๐ ร้าน

หยิบมาเขียนไม่ถึง ๑๐ ร้าน

ร้านไหนรสชาตินิ่ง ๆ กินแล้วเหมือนกินน้ำเปล่า เราจะไม่พูดถึง

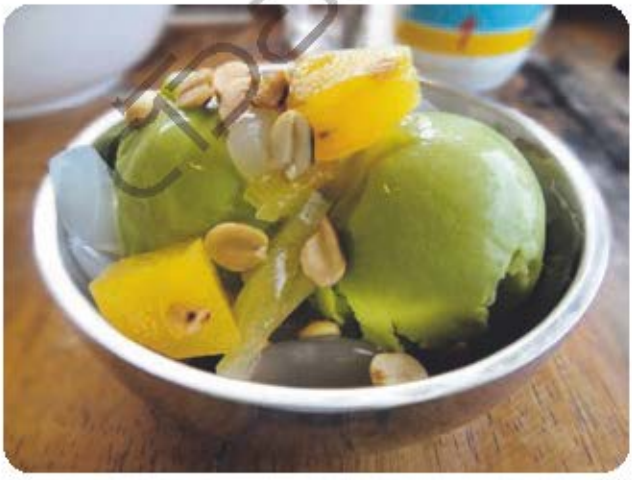
ข้อดีของการกินก๋วยเตี๋ยวที่ไม่อร่อย ทำให้รู้ว่าก๋วยเตี๋ยวที่อร่อยหรือไม่อร่อย

รสชาติต่างกันยังไง

เรื่องก๋วยเตี๋ยวคงต้องขอพักไว้ก่อน ช่วงนี้อยากกินอย่างอื่นบ้าง

ระหว่างที่ปั่นตามหาของอร่อยๆ กิน ดันมาเจอร้าน "ติ๊กเย็นตาโฟ ๒ สี"

เย็นตาโฟไดกันต์ เมืองทองธานี



ไขติมชาเขียวร้านพลกวยเตี๋ยวไบราณราคา ๓๐ บาทเอง

อร่อยครีเอท ๒

เช้าวันที่สอง ปั่นจักรยานออกจากบ้านพักใช้เส้นทางเดิม เลียบคลองชลประทานและเข้าหมู่บ้านตำบลศิลา เพื่อไปลงทะเบียนที่จุดรวมพล

แหม่! จุดรวมพลเลยนะ ฟังดูเหมือนงานใหญ่คนเยอะ

จริงๆ คือ ปั่นไปลงทะเบียนกับอากาศที่นาข้าวเหมือนเมื่อวาน

เช้านี้ปั่นเข้ามาในหมู่บ้าน เจอชาวบ้านกำลังจะใส่บาตร

ผมจอดจักรยาน เดินหน้าตาทื่มๆ ซื่อๆ ไปถ่ายรูปชาวบ้านและพระ

ชาวบ้านหันมามองด้วยความสงสัย ผมเป็นใครมาจากไหนและถ่ายรูปไปทำอะไร

ผมเลยส่งยิ้มให้ ถือเป็นใบเบิกทางที่น่ากลัวมาก

ตัวอย่าง

อร่อยครีเอท ๓

วันนี้วันพระ ขอแวะวัดโพธิ์ศรีแป้บ

วัดนี้อยู่เส้นทางผ่านไปนาข้าวหลังหมู่บ้าน

อยากรู้ว่า...หมู่บ้านเล็กๆ ถ้าเป็นวันพระ คนจะมาทำบุญเยอะไหม

ระหว่างทางไปวัด เห็นโยมหลายคนใส่ชุดขาวพร้อมสะพายกระเป๋าคนละใบ

เลยสงสัย...ไปวัดทำไมต้องสะพายกระเป๋าไปด้วย

จอดรถจักรยานข้างศาลาการเปรียญ เดินขึ้นไปข้างบน รู้สึกแปลกใจนิดๆ

บนศาลามีชาวบ้านมาทำบุญเยอะมาก...โดยเฉพาะผู้ชาย

ปกติไปวัดไหนจะมีผู้หญิงมาวัดมากกว่าผู้ชาย

วันนี้บนศาลาวัดโพธิ์ศรีขนาดเป็นวันพระธรรมดาๆ นะครับ โยมเต็มศาลาเลย

ตัวอย่าง

อร่อยอันซีน ๑

ถ้าเอ่ยชื่อ...แม่กิมไล้ แม่กิมลั้ง แม่สมาน แม่เล็ก แม่บุญสม แม่ปิ่น แม่สงวนโพธิ์พระ ฯลฯ

เข้าใจตรงกันนะ ชื่อแม่ ๆ ที่เอ่ยมาคือ...

สถาบันกวดวิชาความหวานหอมแห่งประเทศไทย

555 หัวเราะแป๊บ

ความจริง ชื่อแม่ ๆ ที่เอ่ยมาคือ แหล่งรวมความหวานหอมของขนมหม้อแกงเมืองเพชรบุรี

เมืองนี้ แม่ ๆ คุม!

จากภาคกลางเมืองเพชรบุรี ไปเที่ยวภาคเหนือเมืองที่ป้าๆ เขาดัง

ขอเริ่มที่ ป้าสุข ป้านวล ป้าเบอะ ป้าน้อง ป้าอ้วน ป้ากาบ ป้านางคำ และอีกหลายๆ ป้า

ก่อนมาเชียงราย ผมซ้อมกินข้าวซอยในกรุงเทพฯ มาแล้ว ๒-๓ ร้าน รสชาติเค็มน้ำอย่างเดียว

เค็มแล้วเค็มเลย หาความอร่อยยังไม่ได้

ข้าวซอยที่อร่อย สีของน้ำแกงพอจะบ่งบอกถึงรสชาติได้ในระดับหนึ่ง (ดูจากภาพนะครับ)

เชียงรายยังมีร้าน "ข้าวซอยอิสลาม" อยู่แถวโรงเรียนสามัคคีวิทยาคม และร้าน "ข้าวซอยวิจิตรา" อยู่ใกล้กับเทศบาลนครเชียงราย ข้าวซอย ๒ ร้านนี้อร่อยไม่ผิดหวังครับ (คนเชียงรายบอก)

เที่ยงนี้กินข้าวซอยชามเดียวเพราะ...ต้องไปกินขนมหวานต่ออีกร้าน

อร่อยอันซีน ๓

เช้า ไข่ดาว ๒ ไส้กรอก ๓ ขนมปังโฮลวีต ๒ แผ่น ผักสลัด ๑ หยิบ กาแฟร้อน ๑

ปิดท้ายด้วยแตงโม ๒ ชิ้น

มาอิ่มตรงแตงโม ๒ ชิ้นนี่ละครับ

ตัวอย่าง

เช้านี้ที่โรงแรม ผมโด๊ปไข่ ๒ ฟอง เพราะโปรแกรมวันนี้ปั่นหลายที่ เริ่มต้นที่มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง

ม.แม่ฟ้าหลวงเป็นอีกหนึ่งสถานที่ที่ห้ามพลาดสำหรับคนชอบปั่นจักรยาน

จากโรงแรมเวียงอินทร์ ถ้าจะปั่นไป ม.แม่ฟ้าหลวง กลัวจะหมดแรงก่อน เลยนั่งรถไป

เก่ง ชัยวารินทร์ มารับที่โรงแรม เอาจักรยานใส่ท้ายรถ

ส่วนผม วิ่งตามหลังรถไปห่างๆ

หน้าตากล้วยปิ้งห่อใบตอง

อร่อยราดหน้า

"หมูหมัก ผักกรอบ เส้นนุ่ม"

ไม่ใช่สูตรลดน้ำหนัก สูตรย้อมผมดำ หรือเมนูอาหารคลีน

มันคืออะไร...ตอนนี้ยังไม่ว่างจะบอก...ออกแนวหยิ่งนิดๆ

อย่าเพิ่งหมั่นไส้นะครับ จะบอกว่า...

ตอนที่ผมยังไม่ได้ปั่นจักรยาน ของกินประเภท ไอศกรีม โรตีกล้วยบวชชี

เป็นของกินที่ผมขึ้นบัญชีดำไว้ในใจ

เหตุผลง่ายๆ กลัวอ้วนเป็นหลัก กลัวน้ำหนักขึ้นเป็นรอง

ผมเป็นคนอ้วนง่าย ผอมยาก เป็นคุณสมบัติที่...ดีเลิศใน ๓ โรค

ตัวอย่าง

ถ้าเราจะเริ่มต้นกับอะไร ไม่ว่าจะเล่นกีฬา
ดนตรี เรียนหนังสือ หรือ...เรื่องกิน
ถ้าได้เรียนรู้ศึกษากับคนที่เก่งๆ
คุณภาพระดับ ๕ ดาว ถือเป็นการเริ่มต้นที่ดี! ขอบอก
โดยเฉพาะเรื่องกินจะมาขอบอก
ขอบอกอย่างเดียว มันอร่อยตรงไหน!

ชาติ ภิรมย์กุล

ตัวอย่าง

ISBN 978-974-02-1487-8
9 789740 214878
175.-
สารคดี

www.matichonbook.com