

Gourmet & Cuisine

นิตยสาร นานาชาติ

FOOD, TRAVEL & ENTERTAINING MAGAZINE • ISSUE 254 • SEPTEMBER 2021 • 100 Bht.

• ISSUE 254 • SEPTEMBER 21 • SHRIMP LOVER เมนูคนรักกุ้ง • FOOD, TRAVEL & ENTERTAINING MAGAZINE • 100 BHT.



เมนูคนรักกุ้ง *Shrimp Lover*

กวยจั๊บรสกุ้ง ของพล ตันทาสัตยธร 46
ชวนทำซีฟู้ดอิชากายะง่าย ๆ ที่บ้าน 50
ห้ามพลาดร้านกุ้งเผาที่อยู่รยา 90

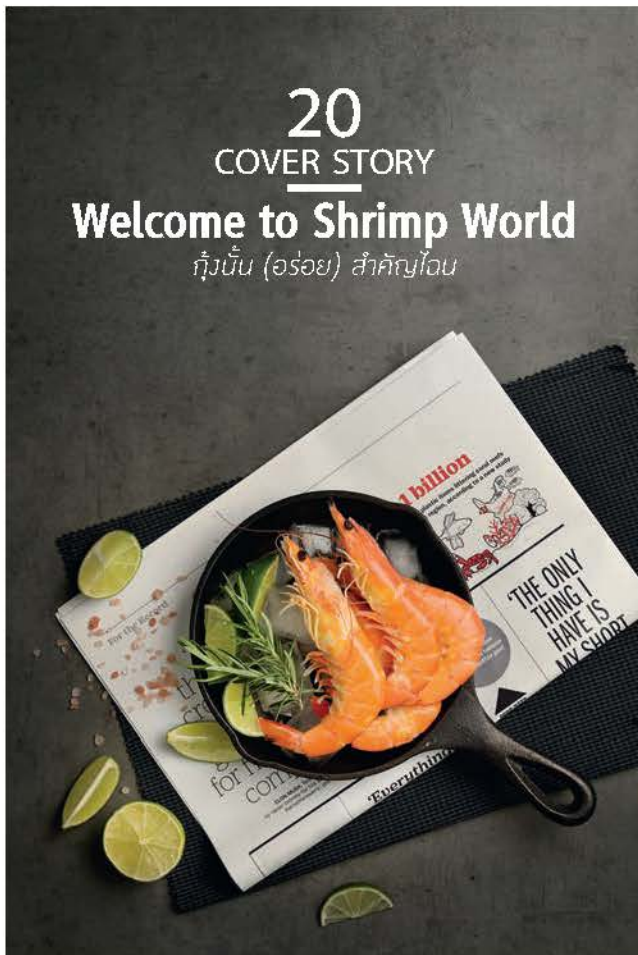
www.gourmetandcuisine.com

ISSN 1513-0066

9 771513 608021

20 210902

TH 100.00



20
COVER STORY

Welcome to Shrimp World

กุ้งนั้น (อร่อย) สำคัญไฉน



28
RECIPES

Lobster Thermidor
ล็อบสเตอร์เทอร์มิดอร์

Contents

10 Editor Talk

12 G&C Society

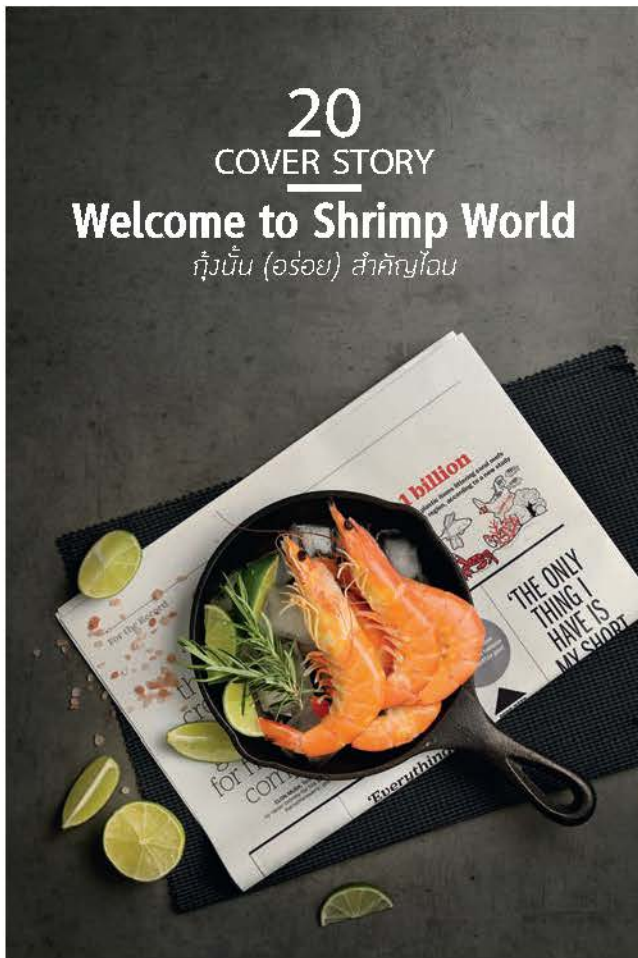
20 Cover Story
Welcome to Shrimp World
กุ้งนั้น (อร่อย) สำคัญไฉน

28 Recipes
Shrimp Lover Menu

- Blue Belly Shrimp with Dips กุ้งแดงไข่สีน้ำเงินกับดิป 3 สี
- Lobster Thermidor ล็อบสเตอร์เทอร์มิดอร์
- Gambas al Ajillo กุ้งชนิดกระเทียมน้ำมันมะกอกสั้ตส์สเปน
- Piri Piri Tiger Prawn กุ้งย่านพริร์พริร์
- Shrimp and Avocado Cocktail กุ้งค็อกเทลอะโวกาโด
- Fresh Carabineros with Thai Herbs สลัดกุ้งคาราบินเระอัสกับสมุนไพรไทย



เรียน ท่านสมาชิกบัตรผู้ทรงเกียรติ
สมาคมดารกรุงวมกม Gourmet & Cuisine
เป็นอีกหนึ่งบทบาทด้วยความขอบคุณ ที่ทำให้
ความไว้วางใจบริการพันธมิตรของสมาคมดารกรุงวมกม
และสมาคมจะสรรหาสิ่งดี ๆ เพื่อความสะดวกสบาย
ในชีวิตมามอบให้ท่านสมาชิกในอนาคตต่อไป
สมาคมดารกรุงวมกม จำกัด (มหาชน)



20
COVER STORY

Welcome to Shrimp World

กุ้งนั้น (อร่อย) สำคัญไฉน



28
RECIPES

Lobster Thermidor ล็อบสเตอร์เทอร์มิดอร์

Contents

10 Editor Talk

12 G&C Society

20 Cover Story

Welcome to Shrimp World

กุ้งนั้น (อร่อย) สำคัญไฉน

28 Recipes

Shrimp Lover Menu

◉ Blue Belly Shrimp with Dips กุ้งแดงไข่สีน้ำเงินกับดิป 3 สี

◉ Lobster Thermidor ล็อบสเตอร์เทอร์มิดอร์

◉ Gambas al Ajillo กุ้งชนิดกระเทียมน้ำมันมะกอกสไตส์สเปน

◉ Piri Piri Tiger Prawn กุ้งย่างพริพริ

◉ Shrimp and Avocado Cocktail กุ้งค็อกเทลอะโวกาโด

◉ Fresh Carabineros with Thai Herbs สลัดกุ้งคาราบินเอร์ออสกับสมุนไพรไทย

Food & Drink

- 38 Home Gourmet
Gâteau Meringue

- 42 Daily Dishes
อาหารเบญจรงค์ (โปรโบโอดักส์)

- 44 Drinks
Punch in the Pouch

- 46 Eat Well Live Well
กวยจั๊บซอสกุ้ง

- 48 Chef's Signature Dish
ปรับตัวสู่โควิดกับ Food Truck
by แมริออก สุรวงศ์

- 50 Delish Delight
Seafood Izakaya
 - ◉ Kani Miso มินปุย่าง
 - ◉ Grilled Sun Dried Squid with Butter ปลาหมึกแดดเดียวย่างเนย
 - ◉ Grilled Hotate with Miso Butter หอยเชลล์โฮตาทะย่างเนยมิโซะ

- 54 You Are How You Eat
รู้จักอาหารคีโต

- 56 Simply Sweet
คุกกี้ช็อกโกแลตครีมชีส
Chocolate Cream Cheese Cookies



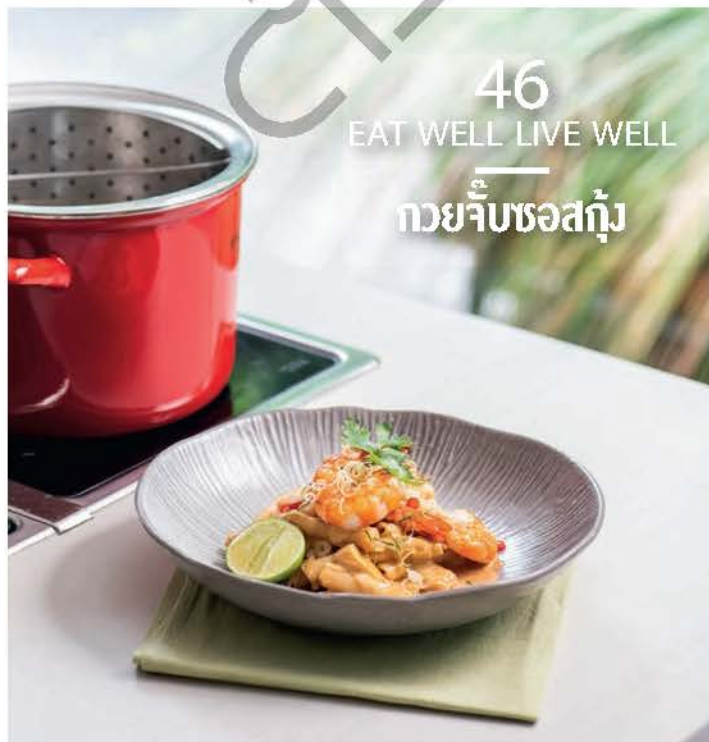
62
GOURMET INTERVIEW

“ไอ้ต-ภัทรวี ศรีสันติสุข”
อรรถยแสนสูงแบบเจ้าของรายการ
“โมโหหิว @ home”

Interview

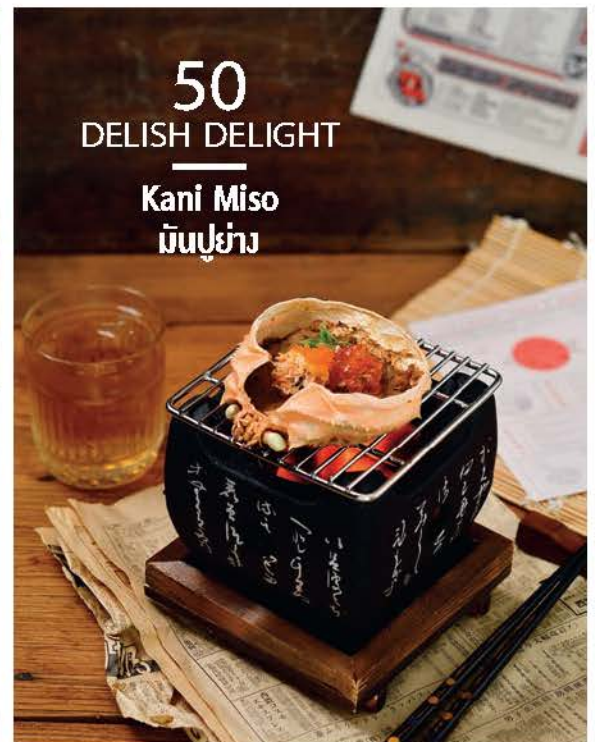
- 62 Gourmet Interview
“ไอ้ต-ภัทรวี ศรีสันติสุข”
อรรถยแสนสูงแบบเจ้าของรายการ
“โมโหหิว @ home”

- 64 Food in Biz
บอนด์-ธีรพัฒน์ เลิศศิริประภา
ธุรกิจเดินหน้าด้วย R&D



46
EAT WELL LIVE WELL

กวยจั๊บซอสกุ้ง



50
DELISH DELIGHT

Kani Miso
มินปุย่าง



Articles

- 66 Food for Life
สารทดแทนเกลือและเมล็ดธัญพืช
- 68 Food Facts
เลือกซื้อซีฟู้ดแช่แข็งยุคโควิด-19
- 70 Menu Digest
Heritage Cooking
ตำรับมรดก

Shopping & Design

- 58 Party@Home
Shrimp Fancy
- 60 Good Living
Luxury Time

Miscellaneous

- 72 Nice to Know
Dip That! กินซีฟู้ดทั้งที
ถ้าให้ติดต้องมี "ซอส"
- 114 Last But Not Least
สร้างโอกาสการเป็นผู้ประกอบการ

News & View

- 104 Entertainment
- 108 What's On
- 112 News

Eating Out & Traveling

76 Eating Out

G&C Recommendation

- ◉ La Dotta Pasta Bar & Store สาขาใหม่ที่สีลม
- ◉ IMM เมย์บสมบเป็นส่วนตัวที่ริมคลองบางกอกน้อย
- ◉ Mojo Old Town คาเฟ่วินเทจย่านพระนคร
- ◉ Schizzi Café คาเฟ่ร่วมสมัยในย่านเมืองเก่า
- ◉ อังเชียงกง คาเฟ่ในบ้านย่านตลาดน้อยที่เต็มไปด้วยเรื่องราวเล่าจากวันวาน
- ◉ บ้านลลิน คาเฟ่สไตล์ไทยในตรอกตึกดินของเชฟพลอยและเชฟน้ำฝน
- ◉ Mindscape Café by Bottomless สาขาใหม่ใจกลางห้วยขวาง
- ◉ Timo & Tintin คาเฟ่ฮิปในพื้นที่ศิลปะแห่งตลาดน้อย
- ◉ Daya Korean BBQ แหล่งรวมพลคนรักอาหารเกาหลีย่านศรีนครินทร์
- ◉ Man Chan Korean BBQ บุฟเฟ่ต์เปิดใหม่เอาใจคนย่านศรีนครินทร์
- ◉ ภัตตาคารคุณภาพดีจากเกียวโตที่ Hannari Café de Kyoto

90 On the Sidewalk

5 ร้านกึ่งเฒ่าอยุธยา อร่อยจนใครก็อยากติดดาวให้

94 Gourmet Delivery

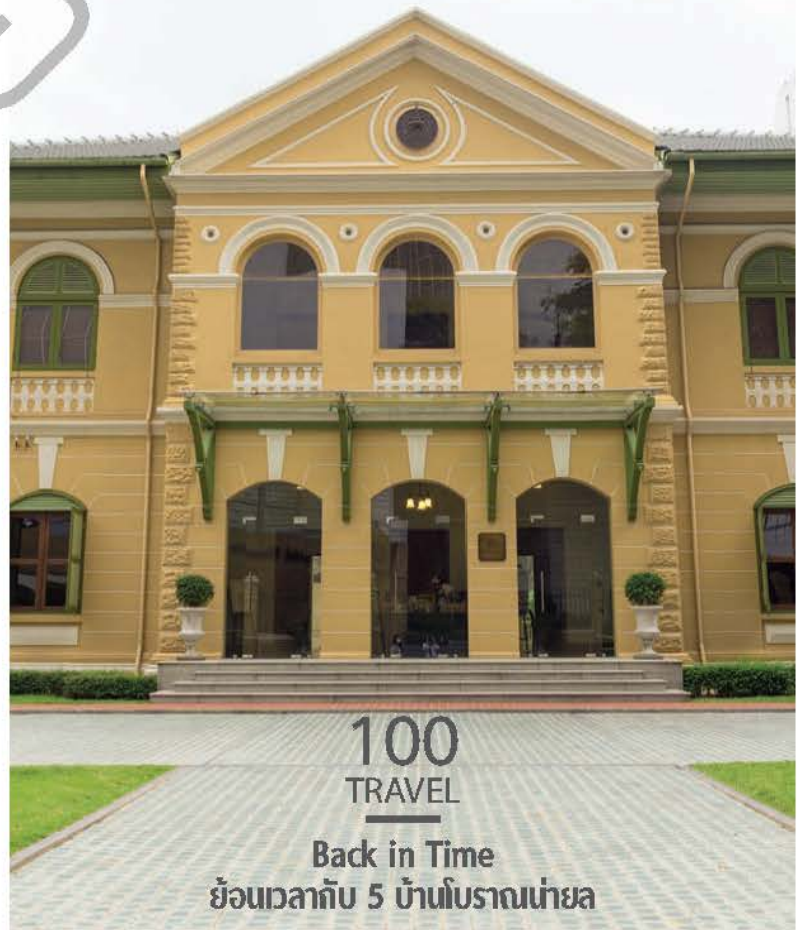
96 Places

- ◉ เปิดประตูย้อนเวลากลับ 1905 Heritage Corner ลักซ์ชิวรีเทลไฮสเปคและโรมาน้ำชาเก่าแห่งพระนคร
- ◉ อบอุ่นนำอาศัย สไตล์ "อาศัย โธมัสทาวน์"

100 Travel

Back in Time

ย้อนเวลากลับ 5 บ้านโบราณน่าыл



เจ้าของ
ประธานกรรมการบริหาร
บรรณาธิการผู้พิมพ์ผู้โฆษณา
ประธานฝ่ายการเงิน
กรรมการบริหาร

บริษัท มีเดีย แอสโซซิเอตเต็ด จำกัด
สิมตี วิริยะรังสฤษดิ์
สิมตี วิริยะรังสฤษดิ์
สุนลศรี วิริยะรังสฤษดิ์
ณิต วิริยะรังสฤษดิ์ ภาคณี วิริยะรังสฤษดิ์
กริตตา วิริยะรังสฤษดิ์

OWNER
CHAIRMAN
PUBLISHING EDITOR
CHIEF FINANCIAL OFFICER
EXECUTIVE DIRECTORS

MEDIA ASSOCIATED COMPANY LIMITED
SANTI VIRIYARUNGSARIT
SANTI VIRIYARUNGSARIT
SUMOLKREE VIRIYARUNGSARIT
TANIT VIRIYARUNGSARIT, PAKANEE VIRIYARUNGSARIT,
PARITA VIRIYARUNGSARIT

บรรณาธิการบริหาร
บรรณาธิการอาหาร
หัวหน้ากองบรรณาธิการ
นักเขียนอาวุโส
กองบรรณาธิการ

กริตตา วิริยะรังสฤษดิ์
สุนล ว่องวงศ์ศรี
รัชวีระธร เหล่าเจริญวิฑูรย์กุล
หทัยชนก ารณะ
พีชกา ยะหัตตะ พรหมธิดา สุตระกูล จิรายุ แพทองคำ

EDITOR-IN-CHIEF
FOOD EDITOR
EXECUTIVE EDITOR
SENIOR WRITER
EDITORIAL STAFF

PARITA VIRIYARUNGSARIT
SUMON WONGWONSRI
RATCHANEewan LAONUTWUTTHIKUL
HATHAICHANOK JARANA
PICHKA YAHATTA, PORNPRIYA CHOOTRAKUL, JIRAYU PHAETHONGKHAM

กองบรรณาธิการฝ่ายอาหาร
สัปดาห์พิเศษ
หัวหน้าช่างภาพ
ช่างภาพอาวุโส
ช่างภาพ

จันทร์ทิพย์ แซ่ฮ้อย กิตติมา ลีศรีรองสกุล
กุลกนิษฐ์ เกศกะงาม
กวัน ทองสมบุญรัตน์
ณพรรัตน์ ไตสดี อภิชาติ วรรณวิสัย
วิวัฒน์ กิจวิมุติ วัฒนนท์ ภาคะ
วุฒินันท์ คณิศ์ลสุภาผล นัชชา สุวรรณพราหมณ์

FOOD SPECIALISTS
STYLISTS
CHIEF PHOTOGRAPHER
SENIOR PHOTOGRAPHERS
PHOTOGRAPHERS

JUNTIP SEA-AEW, KITTIMA LEEKRONGSAKUL
KUNKANIT KESKANGAM
KAWIN THONGSOMBOON
NOPPARAT TOSATI, APICHAT WANNAWAN
VIVAT PAIVIMUT, WATJANON PAKA
WUTTHIPONG KHANJENGINSUPHAPHON, NATCHA SUWANPRAOPRERD

คอลัมน์เปิดตัว

บุษนิภา โอสทานนท์ ดร. สรสุนทร ภรณ์
อ. เกียรติระ ยมมาศ พรสรัญ รุ่งเจริญกิจกุล
ผศ. ดร. จิตตรา หัตถโกศล หอรั้ว รุ่งกาญจน์นิต
จิตระชัย แป้นไพโรจน์ผด ผศ. ดร. นิรุฒ เต็งสุภูมิ

CONTRIBUTORS

NUTCHANAND OSTHANOND, DR. ROSSUKON MAKARAMANI,
KRIRKPURA YOMNAK, PORNSRUN RUNGCHAROENKITKUL,
ASST. PROF DR. CHATRAPA HUDTHAGOSOL, TORROONG JARUNGIDANAN,
CHATCHAI PANPOKANG, ASST. PROF DR. NATTAPOL TANGSUPHOM

ที่ปรึกษา

วนิดา วนะภูติ นีวอร์ สิมขันธ์
พลอยจารุส ประทีปวิไล พญาขันธ์ สิมพันธ์บุญตร

CONSULTANTS

WANIDA VANAPUTI, BANG-ORN SANGMUNGKORN,
PLOYCHARAS PRAGATTAKOMOL, PRUEK SUMPANTWORABOOT

เลขานุการกองบรรณาธิการ
ผู้ช่วยอักษร

อติพร ยิวสว่าง
เครือวัลย์ อึ้งพจนารถ นันทวัฒน์ วรรณรัตน์
ธีรลภา ทาญจนะบุญลย์

EDITORIAL SECRETARY
PROOFREADERS

ATIPORN YANGSAWANG
KRUAWAN TEERAPODJANART, NATTAWUT VORAGUN,
THEELADA KANCHANAPAIBUL

ออกแบบรูปเล่ม
ผู้จัดการฝ่ายพัฒนาธุรกิจและการตลาด
ประสานงานฝ่ายพัฒนาธุรกิจและการตลาด
ผู้จัดการส่วนโฆษณา
ฝ่ายโฆษณา

บริษัท เวอร์โก อาร์ต กิลด์ จำกัด
ภาคณี วิริยะรังสฤษดิ์
บัลลิกา แยมสุย
พານี ออบฉลวย
พอมพล ไทศลอนิช

DESIGNER
BUSINESS DEVELOPMENT & MARKETING MANAGER

VIRGO ART GUILD CO., LTD.
MANAGER

เลขานุการฝ่ายโฆษณา
ประสานงานฝ่ายโฆษณา
โทรศัพท์สายตรงฝ่ายโฆษณา
โทรสาร
ผู้จัดการฝ่ายผลิต

น้ำดื่ม วิวัฒน์ชัยสกุล
ศศิวิมล ศรีนิมิต
0-2691-4133-5, 0-2691-5752
0-2275-7658
บุษญา อรุณุต

EXHIBITION COORDINATORS
ADVERTISING MANAGER DEPT.
ACCOUNT EXECUTIVE

PAKANEE VIRIYARUNGSARIT
MUNLIKA YAMSUK
POTJANEE ONCHALUANY
PHORPHON KOSONWANIT

ฝ่ายสมาชิก

อัมพร แสงทอง รัตติกา ห่วงแก้ว
โทรศัพท์ ฝ่ายสมาชิก 0-2691-4126-30 ต่อ 1310, 1313
เมมเบอร์ บริษัท สยาม เอ็ม แอนด์ บี มีเดีย จำกัด เลขที่ 19/19 ซอยโชคชัยร่วมมิตร
ถนนวิภาวดีรังสิต แขวงจอนเพล เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10900
โทรศัพท์ 0-2690-0919-23 โทรสาร 0-2690-0924

SUBSCRIPTION

AMPHORN SAENGTHONG, RATTIKARN HAUNGKAEW

จัดทำโดย บริษัท มีเดีย แอสโซซิเอตเต็ด จำกัด โทร. 0-2278-0709-12
สำนักงาน กองบรรณาธิการ กรุงเทพฯ กทม. 10900
บริษัท มีเดีย แอสโซซิเอตเต็ด จำกัด เลขที่ 42/38 ซอยโชคชัยร่วมมิตร (วิภาวดีรังสิต 16/9)
ถนนวิภาวดีรังสิต แขวงจอนเพล เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10900
โทรศัพท์ 0-2691-4126-30 โทรสาร 0-2276-2336

DISTRIBUTION PENBUN DISTRIBUTION CO., LTD. TEL. 0-2278-0709-12

EDITORIAL OFFICE MEDIA ASSOCIATED COMPANY LIMITED
42/38 CHOKCHAI-RUAMMIT, VIBHAVADI-RUNGSIT RD., JOMPHON,
CHATUCHAK, BANGKOK 10900

อีเมล : editor@gourmetandcuisine.com
เว็บไซต์ : www.gourmetandcuisine.com
www.facebook.com/gourmetandcuisine
gourmetandcuisine

TEL. 0-2691-4126-30 EXT. 1310, 1313
PRINTING SIAM M&B PUBLISHING COMPANY LIMITED 19/19 SOI CHOKCHAI-RUAMMIT,
VIBHAVADI-RUNGSIT RD., JOMPHON, CHATUCHAK, BANGKOK 10900
TEL. 0-2690-0919-23 FAX. 0-2690-0924

TEL. 0-2691-4126-30 FAX. 0-2276-2336
E-MAIL : editor@gourmetandcuisine.com
WEBSITE : www.gourmetandcuisine.com
www.facebook.com/gourmetandcuisine
gourmetandcuisine

Editor Talk

สวัสดีค่ะคุณผู้อ่านทุกท่าน ก่อนอื่นต้องขอขอบคุณที่เข้ามาร่วม
อวยพรนิตยสาร **Gourmet & Cuisine** ในโอกาสเข้าสู่ปีที่ 22
ผ่านกิจกรรมทางเฟซบุ๊กของเรานะคะ ดิฉันได้อ่านทุกข้อความด้วย
ความรู้สึกซาบซึ้งที่ได้รับรู้ถึงความผูกพันและกำลังใจดีๆ ที่ทุกท่านมอบให้
บางท่านติดตามมาตั้งแต่ นิตยสารฉบับแรก! (ตั้งแต่ก่อนที่ดิฉันจะเข้ามา
เสียอีก) ขอกราบขอบพระคุณจากใจอีกครั้งที่สนับสนุนเรามาโดยตลอด
ไม่ว่าท่านจะเป็นสมาชิก จะเลือกซื้อตามแผง เลือกซื้อแบบ e-magazine
หรือติดตามผ่านทางออนไลน์ ไม่ว่าจะช่องทางไหนก็ล้วนเป็นแรงผลักดัน
อันยิ่งใหญ่สำหรับพวกเราค่ะ

สำหรับเรื่องราวในฉบับนี้ขอเอาใจคนที่ชื่นชอบเมนู “กุ้ง” ซึ่งดิฉันเอง
ก็เป็นหนึ่งในคนที่หลงใหลความอร่อยของกุ้งจนใจหัวไม่ขึ้น ยิ่งในยุคนี้
เราสามารถอร่อยไปกับกุ้งได้หลากหลายสายพันธุ์ ทั้งกุ้งท้องถิ่นไทย
ไปจนถึงกุ้งนำเข้า มารู้อีกกับกุ้งชนิดต่างๆ ให้ตื่นอีกนิดใน **Cover Story**
พร้อมด้วยสูตรเมนูอร่อยจาก **Recipes** ที่จะนำเสนอวิธีปรุงกุ้งแต่ละชนิด
ให้อร่อยโดนใจ ส่วน **Delish Delight** ยังคงพาคณะผู้อ่านวนเวียนอยู่กับ
ความอร่อยจากท้องทะเลด้วยเมนูซีฟู้ดปิ้งย่างที่หอมอร่อยจนยากจะห้ามใจ
และ **Food Facts** จะมาบอกเล่าเรื่องควรรู้กับการซื้ออาหารทะเลแช่แข็ง
เพื่อให้เก็บได้นานขึ้นในยุคโควิด-19 แบบนี้ค่ะ

และเนื่องจากช่วงนี้หลายท่านยังคงกังวลกับการออกนอกบ้าน
จึงขอแจ้งช่องทางสั่งซื้อ นิตยสาร **Gourmet & Cuisine** ฉบับล่าสุด
รวมทั้งฉบับย้อนหลังได้ทางช่องทางต่อไปนี้ค่ะ

- Line MyShop : @gourmetandcuisine
- Shopee : Media Associated
- LnwShop : Media Associated
- เว็บไซต์ : www.gourmetandcuisine.com

และ www.ma.co.th

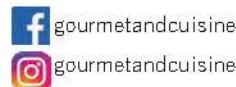
ซื้อ นิตยสารในรูปแบบ e-magazine ได้ที่

- แอปพลิเคชัน Meb
- แอปพลิเคชัน OKBEE
- แอปพลิเคชัน SE-ED

แล้วพบกันใหม่ฉบับหน้า จะมีเรื่องราวที่คนรักสุขภาพต้องห้ามพลาด
มาฝากค่ะ

ภริตา วิริยะรังสฤษฎ์

บรรณาธิการบริหาร



The Best Lobster Rolls in Town

#AllyouneedisLobster

ใครเป็นแฟนล็อบสเตอร์โรล ~

ต้องรู้จักร้านเดอะล็อบสเตอร์แล็บ (The Lobster Lab) กันอย่างแน่นอน !!

โดยปัจจุบันมีทั้งหมด 3 สาขา คือ theCommons Thonglor, theCommons Saladaeng

และ Cloud Kitchen Thonglor 19 โดยสามารถสั่งผ่านเดลิเวอรี่

ได้ทั้ง GRABFOOD, LINEMAN, FOOD PANDA และ ROBINHOOD

ล่าสุด การร้านได้เปิดตัวล็อบสเตอร์โรลใหม่ มาให้แฟนๆได้ฟิน ฮาก

Signature Boston Roll

ขอยกให้ชิกเนเจอร์บอสตันโรลเป็นล็อบสเตอร์โรลอันดับหนึ่ง กับรสชาติดีเยี่ยมที่ดูได้จากคน ล็อบสเตอร์ชิ้นโต เนื้อฉ่ำหวาน คลุกเคล้ากับซอสสตรัมเฟิลมาย โยรมงเครื่องเทศโกลด์เบย์ พร้อมใบกัทรากอนหอมๆ

The Boston Roll's Girlfriend

จัดจ้านในย่านนี้ ตัวเดอะบอสตันโรลก็ริลเฟรนด์ เพิ่มความเผ็ดให้ล็อบสเตอร์ชิ้นโตสุดฉ่ำหวาน ด้วยซอสวาซาบิคอลเทล ก็อปซอสศรีราชา และพริกฮาลาเพนี้อย่าง



The Truffle Roll

เดอะเบสิคทรัฟเฟิลโรล คือที่สุดแห่งความฟิน สำหรับคนรักเบสิคทรัฟเฟิล อร์อยเติมคำ พร้อมกลิ่นหอมที่เป็นเอกลักษณ์ เข้ากันอย่างลงตัวกับล็อบสเตอร์ชิ้นโต เนื้อดี ท็อปปิ้งด้วยเบสิคคอปโทะ ลองแล็วริคแน่นอน!

The Esaam Roll

ถ้าอยากได้เมนูที่เซบมากแม่ ต้องไปพลาดเดอะอีซามโรล เพิ่มความสนุกให้กับรสชาติที่ดูปาก และคุ้นเคยด้วยน้ำจิ้มแจ่วมาโยสุดตระหงา: คลุกเคล้ากับล็อบสเตอร์ชิ้นโต ฉ่ำหวาน ท็อปปิ้งด้วยกระเทียมเจียว

The Seoul Roll

สายกามาทามนี้! รสชาติที่โอป้าชาวรังแะ ล็อบสเตอร์ชิ้นโต เนื้อดีกรรณ คลุกกับซอสมาบิควากาหลิมายิสูตโรเด็ด เคล้าด้วยกิมจิโอบเมต โยรมาท็อปปิ้งบน บอกเลยว่าดี-

ที่ร้านเดอะล็อบสเตอร์แล็บ นอกจากใช้ล็อบสเตอร์สดๆ เนื้อดีฉ่ำหวาน มาคลุกใบซอสสุดตระหงาที่การร้านคิดค้นมาแล้ว ยังมีความพิเศษที่ขนมปังบร็วช (Brioche) ที่การร้านอบใหม่ สดๆ ทุกวัน ทำให้เมนูล็อบสเตอร์โรล เป็นเมนูขายดีตลอดกาลของร้าน



BY THAMMACHART SEAFOOD

TheLobsterLab

thelobsterlab

@thelobsterlab



FOOD FOR FIGHTERS

โครงการข้าวเพื่อหมอ

แม้สถานการณ์โควิดจะทำให้ร้านอาหารซบเซา แต่เหล่า TOP CHEFS กว่า 10 ชนกันร่วมมือส่ง “ปันโตโกราวด์” มาช่วยบุคลากรทางการแพทย์ และชาวชุมชนแออัดกับแคมป์คนงานแม้ตัวเองยังอยู่ในสถานการณ์ลำบาก

พันชนะ วัฒนเสถียร ผู้ก่อตั้งโครงการ Food For Fighters ชวนเชฟระดับ มิชลิน สตาร์ และท็อปเชฟที่เข้าร่วมกิจกรรมการส่ง “ปันโตโกราวด์” นำส่งข้าว ในรูปแบบของปันโตที่คนไทยเราค้นเคย โดยมีเหล่าเชฟชื่อดัง ได้แก่ **เชฟหนุ่ม-ธนินทร จันทวรรณ** เชฟมิชลินสตาร์ 1 ดาวสี่ปีซ้อน จากร้านชิม บาย สยาม วิสตอม ผู้มีส่วนสำคัญในการชักชวนเพื่อนเชฟมาร่วมส่งปันโต **เชฟแอนดี้** ยัง จากร้านผัดไทยไฟทะเล **เชฟตัน** จากร้านบ้าน **เชฟนิค** จากวังหิ้งห้อย **เชฟส้ม** จากร้าน Karmakamet Conveyance **เชฟตุ๊กตา** จากร้านบ้านยี่สาร **ร้านศรีตราด** **เชฟทวีศักดิ์ พุทธาวงศ์** Money Pod **เชฟคอลลิน** ร้าน Tortilla Quemada **เชฟกาเบรียล ทอชโซ ลูนา** ร้าน L'OLIVA **เชฟไอซ์** จากร้าน เป็นลาว **เชฟโฟลด์** ทีม Bocuse D'Or และกาดโกโก้ ร่วมกันนำอาหาร มามอบให้กับชุมชนด้วย

ส่วนพวกเราสามารถสนับสนุนโครงการนี้ด้วยการซื้อสติ๊กเกอร์ไลน์ MOVE ON FIGHTERS ผ่านทาง Line Sticker Shop หรือร่วมสนับสนุน กิจกรรมของโครงการได้ที่ FB: foodforfightersth





80/20

เชฟคนใหม่ แอนดรูว์ มาร์ติน พร้อมเสิร์ฟเทศกาลเมนูใหม่

80/20 ร้านอาหารไทยมิชลินสตาร์ 1 ดาว 2 ปีซ้อน และอันดับที่ 55 ของเอเชียจากรางวัล ASIA'S 50 BEST RESTAURANTS 2021 ได้ต้อนรับหัวหน้าเชฟคนใหม่ เชฟแอนดรูว์ มาร์ติน (Andrew Martin) มาร่วมทีม พร้อมนำเสนอเทศกาลเมนูใหม่ให้แฟน ๆ ของ 80/20 ได้มาเปิดประสบการณ์แล้ว

เราเคยพบเชฟแอนดรูว์หลายครั้งแล้ว เชฟแคนาเดียนคนนี้เป็นที่ยอมรับในฝีมือการทำอาหารไทยจากเชฟทั่วกรุงเทพฯ เขาเคยร่วมทีม 80/20 เมื่อ 3 ปีที่แล้ว ก่อนจะย้ายไปเป็นหัวหน้าเชฟที่ร้าน Issaya Siamese Club และ Jaew Jim Thompson เชฟหลงใหลอาหารไทยจึงได้ศึกษาสูตรอาหารไทยโบราณอย่างจริงจัง ทั้งยังชื่นชอบวัตถุดิบพื้นบ้าน ทำให้เทศกาลเมนูใหม่นี้เลือกใช้เฉพาะวัตถุดิบท้องถิ่น โดยเพิ่มสีสันและลูกเล่นด้วยสไตล์การทำอาหารอันเป็นเอกลักษณ์ของตัวเอง

เมนูแนะนำ เช่น *Stormy Sea* (ปลาหมึกสด มังคุด และพริก) ซึ่งได้แรงบันดาลใจจากทริปการออกไปตกปลาหมึกสดของเชฟที่กลางทะเลภาคใต้ *Gai Krajan* (ไก่ น้ำพริก เม็ดมะม่วงหิมพานต์) เมนูที่เชฟทำกินกับเพื่อนๆ เมื่อครั้งไปตั้งเต็นท์แคมป์ที่อุทยานและ *Issan Market* (เห็ด สมุนไพร และผักดอง) เมนูที่ได้แรงบันดาลใจจากการไปเที่ยวตลาดในภาคอีสาน

สำหรับขนมหวานจะเน้นเสิร์ฟขนมที่ทั้งหอมหวาน และสดชื่น โดยเน้นส่วนผสมของผลไม้ไทยเป็นหลัก เช่น *Suan Maprow* (มะพร้าว ฝรั่ง น้ำผึ้ง) และ *Petit Fours - Black, White, Gold*

Experience Tasting Menu (14 คำ) ราคาท่านละ 2,800 บาท++ สำรองที่นั่ง โทร. 09-9118-2200 www.8020bkk.com



YINDII แอปฯ สัญชาติไทย ส่งต่ออาหารราคาประหยัด กับแนวคิดลดอาหารเหลือทิ้ง

รู้หรือไม่ว่าขยะอาหารเหล่านี้เป็นปัญหาสิ่งแวดล้อมที่ใหญ่ระดับโลกด้วยปริมาณกว่า 1.5 พันล้านตันต่อปี และเป็นเรื่องน่าเสียดายที่เราได้เห็นอาหารดีๆ เหลือตามร้านอาหารต้องถูกทิ้งไปเมื่อหมดวันซึ่งกลายเป็นส่วนหนึ่งของปัญหาที่หลีกเลี่ยงไม่ได้

ด้วยแนวคิดที่เริ่มจากการปกป้องสิ่งแวดล้อม จากตรงนี้จึงพัฒนาขึ้นมาเป็นแอปพลิเคชันชื่อว่า Yindii (อินดี) ที่มาพร้อมแนวคิดลดขยะอาหารโดยร่วมมือกับหลากหลายร้านค้า ไม่ว่าจะเป็นบุฟเฟ่ต์ในโรงแรมติดดาว คาเฟ่ ร้านเบเกอรี่ชื่อดัง หรือแม้แต่ในซูเปอร์มาร์เก็ตในกรุงเทพมหานคร มาช่วยสร้างสรรค์ Yindii Box ขึ้นมาในราคาประหยัด

Yindii Box หรือจะเรียกว่าเป็นกล่องเซอร์ไพรส์ก็ไม่ผิดนัก ในแอปพลิเคชันจะเปิดให้ผู้ใช้งานเข้าไปจองเจ้ากล่องนี้ได้ตามตัวเลือกจากร้านต่างๆ ที่มี และเมื่อหมดวันเราสามารถเดินทางเข้าไปรับที่หน้าร้าน หรือสั่งตัวเลือกแบบเดลิเวอรี่มาส่งถึงหน้าบ้านเลยก็ได้ โดยอาหารที่อยู่ใน Yindii Box นี้จะเป็นอาหารที่ทางร้านขายไม่หมดในแต่ละวัน จัดเรียงมาเต็มกล่อง ในราคาที่ถูกกว่าหน้าร้านครึ่งหนึ่ง!

นอกจากจะประหยัดเงินแล้วยังได้ช่วยลดปริมาณขยะอาหาร ช่วยโลก ถ้าสนใจลองดาวน์โหลดแอปฯ ทั้งในระบบ iOS และแอนดรอยด์ แล้วเข้าไปสำรวจกันดูว่ามีร้านโปรดของเรายูในนั้นบ้างหรือเปล่า

ดูข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ www.yindii.co



คู่มือ 'มิชลิน ไกด์' ประจำปี 2565 ประกาศเปิดตัวเมืองใหม่ "จังหวัดพระนครศรีอยุธยา"

หลังจากมิชลินไกด์เดินทางมาแจกดาวที่กรุงเทพมหานคร และปริมณฑลเป็นครั้งแรกเมื่อปี 2560 และในปีต่อๆ มา ก็เดินทางลงใต้ไปเยือนจังหวัดภูเก็ตและพังงา ย้อนขึ้นเหนือไปเยือนจนถึงจังหวัดเชียงใหม่ และเมื่อวันที่ 15 มิถุนายน 2564 ที่ผ่านมา คู่มือมิชลินไกด์ประกาศอย่างเป็นทางการแล้วว่า ในคู่มือฉบับที่ 5 ของเมืองไทยนี้จะพาคณกรักการกินไปตามรอยร้านอาหารจานเด็ดแบบไม่ใกล้ไม่ไกลจากกรุงเทพฯ กันที่จังหวัดพระนครศรีอยุธยา นี้เอง

พระนครศรีอยุธยาเป็นหนึ่งในจังหวัดที่มีเสน่ห์ในความเรียบง่ายและในขณะเดียวกันก็เป็น "อุ้งข้าวอุ้งน้ำ" ในพื้นที่อันอุดมสมบูรณ์ เยี่ยมไปด้วยวัดคู่ตึบและวัฒนธรรมที่ท้องถิ่น นายมานูเอล มอนตานา ประธานกลุ่มมิชลินประจำภาคพื้นเอเชียตะวันออกเฉียงใต้และออสเตรเลียกล่าวว่า อยุธยาเป็นเมืองที่มีประวัติศาสตร์ความเป็นมาอันยาวนานกว่า 400 ปี นอกจากจะเป็นเมืองที่อุดมด้วยโบราณสถานอันทรงคุณค่าแล้ว ทุกวันนี้ในเมืองเก่าของไทยยังอัดแน่นไปด้วยร้านอาหารและคาเฟ่ของคนรุ่นใหม่ผสมผสานอยู่ด้วยกันอย่างลงตัว

นายยุทธศักดิ์ สุภสร ผู้ว่าการการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทยยังคงกล่าวเพิ่มเติมอีกด้วยว่า จังหวัดพระนครศรีอยุธยาต้อนรับนักท่องเที่ยวกว่า 3.6 ล้านคนในปีที่ผ่านมา โดยเฉพาะนักท่องเที่ยวคนไทยเองที่เริ่มหันมาสนใจมรดกทางวัฒนธรรมมากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นมาท่องเที่ยวตามแม่น้ำหรือมาปั่นจักรยานชมเมืองเก่าก็ต้องปิดท้ายด้วยมื้ออาหารอร่อยๆ ดังนั้น เรื่องของอาหารก็เป็นส่วนสำคัญที่การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทยให้ความสำคัญ ตามรูปแบบ BCG Model ซึ่งเป็นการพัฒนาเศรษฐกิจแบบองค์รวม ด้วยเอกลักษณ์ของเมืองเก่าและความโมเดิร์นที่ไม่เหมือนใครทำให้จังหวัดพระนครศรีอยุธยา คู่ควรจะเป็นจุดหมายปลายทางด้านอาหารระดับโลกในทุกประการ

คู่มือ 'มิชลิน ไกด์' ประเทศไทย ประจำปี 2565 เป็นคู่มือฉบับที่ 5 ของประเทศไทย จะเปิดตัวอย่างเป็นทางการในปลายปี 2564 นี้ อดใจอีกไม่นานจะได้รู้แล้วว่า นอกจากกุ้งแม่น้ำเผา ก๋วยเตี๋ยวเรืออยุธยา และโรตีสายไหม จะมีอะไรอยู่ที่อยุธยาบ้าง





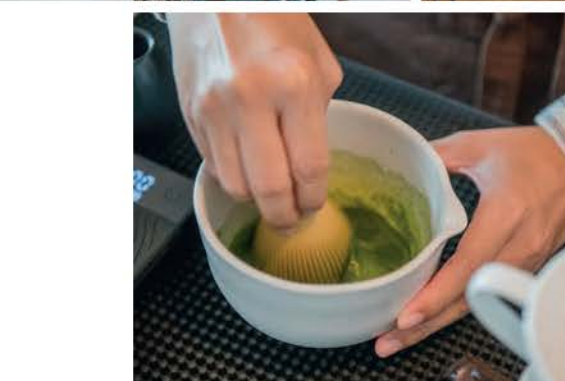
“DO DRIP” ร้านกาแฟเล็กๆ ของคนรักกล้องฟิล์ม

ยกให้เป็นร้านกาแฟเล็กๆ แต่คุณภาพไม่เล็กแห่งใหม่ในซอยวิภาวดี 16 (ซอยโชคชัยร่วมมิตร) สำหรับ “Do Drip” ที่บอกเลยว่าคัดสรรกาแฟดีจากทั้งไทยและต่างประเทศมาให้ชิมในราคาเบาๆ จิบแล้วยิ่งทำให้เราอยากแวะมาทุกวัน

ที่นี่ใช้ Lao Boloven กาแฟซิงเกิลออริจินจากที่ราบสูงโบโลเวน ประเทศลาว เป็นเมล็ดกาแฟหลัก เน้นคั่วกลาง ตีง่ายหอมถั่วและช็อกโกแลต เหมาะกับเมนูทั้งกาแฟดริปและกาแฟนม ส่วนเมล็ดเอสเสลบลนด์พิเศษจากหลายประเทศก็มีให้เลือกชิมมากมาย อาทิ Ethiopia Guji Buku จากเอธิโอเปีย ปางขอน จากจังหวัดเชียงราย และเมล็ดกาแฟเบลนด์พิเศษซีรีส์ Milk ที่เหมาะกับกาแฟนม ทั้ง Choco Milk Addict, Choco Rum Raisin และ Strawberry Milkshake ที่เก๋คือร้านนี้ใช้เครื่อง Flair (Espresso Maker) ดริปด้วยมือ แต่รสชาติออกมาดีไม่แพ้ใคร

เราแนะนำ Drip Coffee เลือกเมล็ด Ethiopia Guji Buku คั่วอ่อนแบบร้อน ได้ความฟรุติ้ฟลอรัลจากเบอร์รี่มะลิ และชาดำ Iced Latte ลาเต้เย็นเข้มข้นกลมกล่อม ใช้เมล็ดกาแฟหลักของร้าน Lao Boloven ได้ลงตัว และ Dirty เมนู (แอบ) ลับแก้วนี้ใช้เมล็ด Lao Boloven เช่นกัน แต่แช่ชงนานถึง 15 นาที แนะนำให้สั่งดื่มที่ร้านเพื่อความอร่อย ส่วนใครไม่ใช่ออกาแฟลองสั่ง Matcha Latte มัทฉะจากญี่ปุ่นชงสดแก้วต่อแก้วเพื่อความหอมเข้มข้นแบบเต็มที่มาเพิ่มความสดชื่นก็เข้าที่

นอกจากนี้ สำหรับสายถ่ายรูปและคนรักกล้องฟิล์มเป็นต้องโดนใจ เพราะร้านนี้มีม้วนฟิล์มเก่าๆ ทั้งสีและขาวดำจากญี่ปุ่นอเมริกาและยุโรปให้ซื้อไปถ่ายกันรัวๆ แถมยังรับล้างฟิล์มในราคาเป็นกันเองอีกด้วย หากไม่สะดวกมาที่ร้านก็สามารถสั่งกาแฟไปเสิร์ฟความอร่อยกันที่บ้านได้ผ่านบริการเดลิเวอรี่ Line Man และ Robinhood (ซอยวิภาวดีรังสิต 16/28 เปิดบริการ 08.00-16.00 น. (หยุดวันจันทร์ / ซื้อ-ล้างฟิล์มได้ถึง 19.00 น.) FB : Do Drip)



โรงแรมสยามเคมปินสกี กรุงเทพฯ ส่งความสุขถึงบ้าน ด้วยชุด อาฟเตอร์นูที้และเบเกอรี่ เทคอะเวย์ เซ็ต

โรงแรมสยามเคมปินสกี กรุงเทพฯ พร้อมแล้วที่จะส่งมอบความสุขถึงคุณหรือคนที่คุณห่วงใยผ่านความอร่อยจากเบเกอรี่นานาชาติในชุด **อาฟเตอร์นูที้ แอท เคมปินสกี ซัมเมอร์ อิติชั่น** (Afternoon Tea at Kempinski - Summer Edition) ชุดน้ำชายามบ่ายเดลิเวอรี่สุดอลังการที่ **เชฟฟรังก์ อีสเทล (Franck Iste)** หัวหน้าพ่อครัวเบเกอรี่ชาวฝรั่งเศสออกแบบขึ้นสำหรับการส่งกลับบ้านโดยเฉพาะ ในชุดประกอบด้วยเมนูของว่างและขนมหวานโฮมเมด 15 รายการ เสริฟกับชา **Ronnefeldt** จากเยอรมัน สำหรับ 2 ท่าน ราคา 1,250+ บาท (ซีซัมเมอร์ อิติชั่นจะสิ้นสุดในเดือนสิงหาคม และเริ่มซีเอ็มใหม่ในเดือนกันยายน 2564)

ส่วนสายเบเกอรี่พลาดไม่ได้กับชุด **เคมปินสกี เพสตรี ทาวเวอร์** (Kempinski Pastry Tower) รวมเบเกอรี่แสนอร่อยทั้งคาวหวานอบสดใหม่ทุกวัน 12 ชนิด อย่างละ 2 ชิ้น รวมทั้งสิ้น 24 ชิ้น และเครื่องดื่มเย็นหนึ่งที ราคา 890+ บาท บรรจุในกล่องสั่งทำพิเศษทรงกรวยสามชั้นพิมพ์ลายดอกโบตั๋น (Peony) ที่สวยงามเป็นเอกลักษณ์ จากโรงแรมสยามเคมปินสกี กรุงเทพฯ และ **เคมปินสกี เพสตรี บ็อกซ์** รวมเพสตรี 6 ชนิด อย่างละ 2 ชิ้น รวมทั้งสิ้น 12 ชิ้น ราคา 490+ บาท (ราคาตั้งกล่าวไม่รวมภาษีมูลค่าเพิ่ม 7%) ให้ได้เอร็ดอร่อยกับเพื่อนฝูงและครอบครัวเต็มความสดใสให้การอยู่บ้านและเพิ่มความสุขกับการทำงานในออฟฟิศให้ไม่เงียบเหงาอีกต่อไป

สั่งซื้อล่วงหน้า 24 ชั่วโมงเพื่อรับกลับหรือให้บริการเดลิเวอรี่ โดยมีค่าจัดส่งเพิ่มตามระยะทาง (บริการจัดส่งภายในเขตกรุงเทพฯ เท่านั้น) ได้ที่ หนุมาน บาร์ โทร. 0-2162-9000 หรือไลน์ไอดี @Siamkempinskihotel



OMI TTEOK

ร้านต็อกเล็กๆ โปรเจกต์แสนอร่อยจาก WOOLLOOMOOLOO

รัชดาซอย 19 ไม่เคยเงียบเหงาเพราะมีร้านเก๋เปิดใหม่ให้เราได้แวะมาชิมเรื่อยๆ ล่าสุดกับร้านโอมิ ต็อก (Omi tteok) ร้านต็อกโปรเจกต์ล่าสุดจาก Woolloomooloo ที่นำ tteok ตลอดกาลของชาวเกาหลีอย่าง “ต็อก” หรือเค้กข้าวมาให้คนไทยได้รู้จักผ่านเมนูทั้งคาวหวาน โดย Master Artisan ชาวเกาหลี ต็อกของ โอมิ ต็อก ทำจากข้าวญี่ปุ่นส่งตรงจากเชียงใหม่ นุ่มและเหนียวหนึบสู้ฟัน ชิกเนเจอร์คือ *Omi Injeolmi* แป้งต็อกนุ่มๆ เคลือบด้วยผงถั่วอัลจอมี และ *Omi Cream Injeolmi* ความพิเศษอยู่ที่ไส้ครีมถั่วแดงและครีมมันหวาน (เมนูนี้แนะนำให้จองก่อนล่วงหน้าเพราะขายดีมาก) จัดเสิร์ฟในกล่องลายสวยที่เก็บไว้ใช้เองก็ดี หรือจะซื้อต็อกมือไปฝากคนใกล้ตัวก็น่าจะถูกใจ นอกจากนี้ ยังมี *So-tteok so-tteok* ต็อกเสียบไม้สลับกับไส้กรอกชีสทอดจนกรอบพร้อมซอสโกชูจังสูตรพิเศษ กินร้อนๆ อร่อยมาก

ปิดท้ายด้วย *Cream tteokbokki* ต็อกบกกี้สุดครีมมีไส้ออมุก (ปลาแผ่นเกาหลี) และไส้กรอก ช่วยแก้อาการคิดถึงเกาหลีไปได้ชั่วขณะ

ต้นซอยรัชดา 19 (ใกล้โรงเรียนปัญจทรัพย์) เปิดบริการ 12.00-18.00 น. (หยุดวันอังคาร) IG: omitteok



ICE CREAM IIUU TAKEAWAY

เมนูใหม่ล่าสุดจาก CAFÉ KITSUNE

แฟนคลับคุณจิ้งจอกไม่เหงาแล้ว ล่าสุด คาเฟ่ คิทสึเนะ (Café Kitsune) คาเฟ่สัญชาติฝรั่งเศส - ญี่ปุ่น ชั้น G The Emquartier เพิ่งเผยโฉมไอศกรีม 3 รสชาติ เมนูใหม่แบบเทคอะเวย์ให้เราโฉบไปซื้อหน้าร้านได้แบบด่วนจี๋ ไอศกรีมของคิทสึเนะเป็นไอศกรีมเนื้อเนียนนุ่มในถ้วยที่ดีไซน์ได้เรียบเท่อันเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว เลือกได้ 3 รสชาติด้วยกันคือ *Matcha* สำหรับคนรักมันต์อะ รส *Yuzu Sorbet* เด่นที่กลิ่นและรสเปรี้ยวสดชื่นของส้มยูซุ และรสสุดท้ายคือ *Dark Chocolate* คาร์กช็อกโกแลตสุดเข้มข้นเต็มถ้วยที่ช่วยคลายเครียดจากการ Work from Home ได้ชะงัดนัก ส่วนใครอยากลองให้ครบรสก็สั่งแบบ *Trio Set* แบบคละรสได้จุใจกว่า

นอกจากไอศกรีมแล้ว เมนูอื่นๆ ของคิทสึเนะก็สั่งแบบเทคอะเวย์และเดลิเวอรี่ได้ รวมถึง **Home Essentials** จาก Café Kitsune Collection ไอเท็มติดบ้านที่เราสั่งซื้อได้แบบออนไลน์ ทั้งแก้วกาแฟ, แก้ว Mug และ lunchbox กล่องข้าวที่ออกแบบได้เก๋สมชื่อแบรนด์

ชั้น G The EmQuartier เปิดบริการ 10.00-19.00 น. หรือสั่งผ่าน LINE OA @CafeKitsune_TH

ปากหม้อปารีส

ส่งตรงจากร้านดังสกลนคร ถึงมหานครกรุงเทพ



ใครที่เคยไปเที่ยวสกลนครคงไม่พลาดลิ้มรสชาติความนุ่มละมุน หอมกรุ่นของปากหม้อญวนที่ร้าน**ปากหม้อปารีส** เพราะขึ้นชื่อว่าเป็นเดอะมัสต์ประจำจังหวัด ตอนนี้มาเปิดสาขาที่กรุงเทพฯ ให้สายกินอย่างเราตามไปกินให้หายคิดถึง วัตถุดิบและส่วนผสมทั้งหมดถอดแบบมาจากสาขาแรกไม่ผิดเพี้ยน แป้งหอมฉุย ห่อไส้แน่นๆ รสชาติกลมกล่อม ตักเข้าปากคำแรกแล้วรู้สึกเข้ากันไปหมด

ชื่อร้านนี้ใครได้ยินครั้งแรกคงอดสงสัยถึงที่มาที่ไปไม่ได้ ขออธิบายว่า เดิมทีเป็นร้านที่ไม่มีชื่อ ตั้งอยู่บริเวณหน้าโรงแรมปารีส ลูกค้าเลยสถาปนาให้จนติดปากว่า**ปากหม้อปารีส** แม้จะย้ายพิภพมานานแล้วแต่ทั้งลูกค้าและเจ้าของร้านยังสมัครใจใช้ชื่อเดิม ไม่ยอมเปลี่ยน ซึ่งสูตรลับความอร่อยเริ่มจากแป้งปากหม้อไม่เอง ส่วนไส้ใช้หมูสับ

รวนกับน้ำจิ้มเหนียว เหนียวหนืดแล้วควักตักจนแห้ง ปิ้งรสด้วยน้ำปลา พริกไทย ใส่หมูยอตามเท่านั้นยังไม่พอ เพราะน้ำจิ้มก็เด็ดดวงไม่เหมือนใคร ทางร้านนำพริกกระเทียมมาตำ ผึ่งให้แห้งแล้วบดละเอียด ส่วนน้ำตาลเคี้ยวจากน้ำตาลทรายแดงผสมน้ำตาลทรายขาว ในสัดส่วนที่พอเหมาะ ตักผสมเข้าด้วยกันจะช่วยชูรสให้อร่อยแบบคุณสอง เมนูแนะนำ ได้แก่ **ปากหม้อธรรมดา ปากหม้อไข่มันววน ปากหม้อไข่พิบ ปากหม้อไข่ดาว** และ **ปากหม้อข้าวเกรียบกรอบ** สมทบด้วยหอมเจียวกรอบกรอบ เจียววันต่อวัน ทางร้านโรยมาให้แบบไม่หวง แต่ถ้าไม่จุใจจะสั่งเพิ่มก็ได้ ก่อนกินราดน้ำจิ้มท่วมๆ ใครไม่บีบให้รู้ไป

สำหรับสาขาสกลนคร เขาใจเหล่าฟู้ดดีที่ถวิลหาความหลากหลายด้วยเมนู**ก้วยเตี่ยวปากหม้อ** น้ำซุปรวมกรุ่นใส่ปากหม้อชิ้นใหญ่ รอให้ซึมซับน้ำซุอย่างเต็มที่แล้วตักเข้าปากจะสัมผัสได้ถึงกลิ่นที่หอมฉุย ฉ่ำลิ้น และนุ่มนวลแทบไม่ต้องออกแรงเคี้ยว ในซามยังอุดมด้วยเครื่องเคราทั้งหมูสับ หมูยอ ใครติดใจความหนึบหนับของหมูยอที่ใช้หมูล้วนๆ หอมเครื่องปรุงจะซื้อกลับไปกินต่ที่บ้านก็ได้

(พิกัด : ปากซอยปรีดีพนมยงค์ 31 กรุงเทพฯ เปิดบริการ 09.30-19.00 น. หยุดวันจันทร์ โทร. 09-6569-9161 Delivery : GrabFood / Lineman / Gojek / Robinhood หรือ Grab Kitchen สาขาวิภาวดี 36 และ Grab Kitchen สาขาสุขคนธสวัสดิ์)



มาร่วมค้นพบ
ความพิเศษของ
"ถุงมือแห่งชีวิต"
ได้ที่



Lazada



Shopee



Facebook

“ ปกป้องทุกสัมผัส ด้วยความห่วงใย ”



www.sritrangugloves.com



Cover Story

เรื่อง > พรพริษา ฐะระฤต ภาพ > วุฒิพนธ์ คณิศรสุคนธ์

WELCOME TO

Shrimp World

กุ้งนั้น (อร่อย) สำคัญไฉน

แม้ว่าจะไม่ใช่เซฟต์ฟู้ดเลิฟเวอร์หรือคนรักกุ้งตัวยง แต่ปฏิเสธไม่ได้เลยว่า “กุ้ง” (Shrimp) คือหนึ่งในวัตถุดิบยอดนิยมบนโต๊ะอาหารของผู้คนทั่วโลก แต่นอกจากรูปร่างที่เป็นเอกลักษณ์กับเนื้อแน่นๆรสชาติสดหวานที่หลายคนหลงรัก อันที่จริงแล้วเรารู้จักสัตว์น้ำสมาชิกสำคัญของโลกใบนี้ดีแค่ไหน

G&C ฉบับนี้เราจึงอยากพาทุกคนไปทำความสนิทสนมกับกุ้งให้มากขึ้นอีกนิด เพราะเราเชื่อว่าความอร่อยไม่ใช่ข้อดีที่น่าสนใจของเหล่ากุ้งสายพันธุ์ต่างๆ แต่เพียงอย่างเดียวแน่นอน



The Shrimp Community รู้จัก “กุ้ง” จากทั่วโลก

หากไม่นับอาหารแสนเบสิกที่เรากินในชีวิตประจำวันหรือเมนูโปรดในร้านอาหารตามสั่งเจ้าประจำ อาทิ ผัดกะเพรากุ้ง ผัดไทยกุ้งสด หรือข้าวผัดกุ้งที่มักใช้ “กุ้งขาว” (Fresh White Shrimp) หรือ “กุ้งแวนนาไม” (Vannamei) กุ้งน้ำเค็ม ลำตัวสีขาวใส ทางออกสีแดง ซึ่งส่วนใหญ่เป็นกุ้งเลี้ยงและหาซื้อทั่วไปได้ง่าย ในโลกของเรานี้ยังมีกุ้งสายพันธุ์ต่างๆ ที่มีรสชาติความอร่อยรอให้เราค้นพบอีกมากมาย

เริ่มจากกุ้งที่คนรักอาหารทะเลคุ้นเคยกับชื่อเรียกที่ค่อนข้างคุ้นหูอย่าง “กุ้งลายเสือ” (Tiger Prawn) กุ้งตัวใหญ่ เนื้อแน่น ลำตัวยาว มีลายสีแดงสลับดำคล้ายลายเสือ เหมาะสำหรับเมนูย่าง กุ้งเผา และกุ้งอบ “กุ้งกล้วย” (Banana Shrimp) กุ้งน้ำเค็ม ตัวเล็ก สีขาวขุ่นอมเหลือง เนื้อแน่น และมีรสชาติดีกว่ากุ้งขาว จะนำมาทำกุ้งอบวุ้นเส้นหรือต้มยำกุ้งก็อร่อยเด็ด และ “กุ้งแม่น้ำ” (River Prawn) ขนาดตัวใหญ่สีน้ำเงินอมเขียวหรือฟ้า ขาและหนวดยาว เนื้อแน่น หัวกุ้งมีมันมากเป็นหนึ่งในกุ้งยอดนิยมอันดับต้นๆ ที่นำมาทำกุ้งเผาหรือกุ้งทอดพริกเกลือ

ส่วนกุ้งขนาดยักษ์ที่สร้างความสับสนได้พอสมควรนั่นคือ “ล็อบสเตอร์” (Lobster) กุ้งที่มีฉายาว่า “ราชาแห่งท้องทะเล” นี้อาศัยอยู่ในบริเวณมหาสมุทรแอตแลนติก สีน้ำตาลดำ และจะเปลี่ยนเป็นสีส้มหรือแดงจัดเมื่อโดนความร้อน เนื้อหวานอร่อยมากจึงนิยมนำมาทำเมนูที่ไม่ต้องปรุงรสมาก เช่น อบ นึ่ง หรือย่าง สายพันธุ์ที่ได้รับความนิยมมากคือ “แคนาดาเดียน ล็อบสเตอร์” (Canadian Lobster) ซึ่งขึ้นชื่อในเรื่องความสด เนื้อแน่น รสหวาน กับ “กุ้งมังกร” ที่หลายคนมักเข้าใจผิดว่าเป็นชนิดเดียวกับกุ้งล็อบสเตอร์ แต่จริงๆ แล้วกุ้งมังกรคือกุ้งขนาดใหญ่ที่มีหนวด แต่ไม่มีก้าม (นี่คือความแตกต่างที่ชัดเจนเมื่อเทียบกับล็อบสเตอร์) อาศัยอยู่ในทะเลเขตร้อนและเขตอบอุ่นทั่วโลก นิยมนำมาเพาะพันธุ์เลี้ยงมากกว่ามาจากธรรมชาติ มีหลายจุดสวยงาม (ซึ่งกลายเป็นสัตว์น้ำที่มีคนเลี้ยงเพื่อความสวยงามเป็นหลัก) และสามารถนำมากินทั้งทำให้สุกหรือสดอย่างซาซิมิก็ได้

มาถึงกุ้งที่เริ่มได้รับความนิยมและเป็นที่รู้จักในบ้านเรามากขึ้นในช่วง 3-4 ปีที่ผ่านมาอย่าง “เครย์ฟิช” (Crayfish) กุ้งน้ำจืดเปลือกสีแดง ฉายา “ล็อบสเตอร์น้ำจืด” เนื่องจากสายพันธุ์ใกล้เคียงกับล็อบสเตอร์แต่ตัวเล็กกว่า บ้านเราเริ่มเป็นที่สนใจจากเมนู *กุ้งกิ้ง* ซึ่งได้รับความนิยมอย่างมาก แต่จริงๆ แล้วเครย์ฟิชคือกุ้งที่ชาวยุโรปแถบสแกนดิเนเวียนิยมกินมานานหลายร้อยปีแล้ว

นอกจากนี้ยังมีกุ้งจากทะเลแถบประเทศสเปนที่น่าสนใจไม่ว่าจะเป็น “กุ้งแดงคาราบินเนโรส” (Carabineros Shrimp) สีแดงสด เนื้อนุ่มดี รสหวาน เหมาะกับการกินดิบ “กุ้งแดงสเปน” (Mediterranean Red Shrimp) เนื้อหวานกว่ากุ้งทั่วไป รสชาติคล้ายล็อบสเตอร์ “กุ้งกัมเบโอ รอสโซ” (Gambero Rosso Prawn) หรือที่แปลว่า “กุ้งแดง” ในภาษาอิตาลีเสีย มีความครีมมี่ เนื้อนุ่มละลายในปาก และ “กุ้งแดงไข่สีน้ำเงิน” (Blue Belly Shrimp) ลำตัวสีแดงอมส้ม แต่มีจุดเด่นตรงส่วนท้องสีน้ำเงินเข้ม รสหวาน เนื้อนุ่มละเอียด

