

บทที่ 2 คุณสมบัติของอาหาร

อาหารที่เรากินกันอยู่ทุกวันนี้ เพื่อการดำรงอยู่ของชีวิต ซึ่งก็ต้องคำนึงถึงคุณค่าของอาหาร การเสริมฤทธิ์ การต้านทานฤทธิ์ของอาหาร ความสะอาด ความปลอดภัยจากยาฆ่าแมลง ยากำจัดศัตรูพืช จากสารเคมี จากสี และจากวัตถุอื่น ๆ ที่ปนเปื้อนในอาหาร คนเรานั้นบางครั้งไม่ได้กินเพื่ออยู่แต่อย่างเดียว แต่ต้องการรสชาติ รส กลิ่น สี สัน รูป ร่าง ขนาด ความอ่อน ความกรอบ ความแข็ง และความสวยงามของอาหารด้วย เรียกว่ากินอาหารตา อาหารปาก อาหารใจ และยังมีอีกประเภทหนึ่งคือกินเพื่อสังคม ต้องกินของหรูหรา ราคาแพง ๆ สถานที่กิน วัสดุที่ใช้ใส่อาหารหรือประกอบในการกินต้องพิเศษ รวมทั้งการบริการดูแลเอาใจใส่ ต้องพิเศษกว่าธรรมดา จึงทำให้เกิดการบริการอาหารนอกบ้าน ตามร้านอาหาร ภัตตาคาร โรงแรม ในเรือ บนเครื่องบิน รถทัวร์ สถานการศึกษา สถานบริการขนส่ง ศูนย์การค้า โรงพยาบาล เป็นต้น

การบริการอาหาร เพื่อให้เกิดความพึงพอใจของลูกค้ามากที่สุด เพื่อที่ว่าจะได้มีลูกค้ามาแล้วมาอีก ไม่เบื่อ รวมถึงมีลูกค้าใหม่ ๆ เพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ กิจการนั้นก็คงจะขยายสาขาไปทั่วทุกมุมเมือง ทั่วทั้งโลกเพื่อจะบริการลูกค้าให้ได้มากที่สุด เช่น จิตรโกชนาของไทยมีสาขาในสิงคโปร์ ฮองกง และอเมริกา หรือแมคโดนัลด์ เคนดัลก็ฟรายด์ซิกเก้น ของอเมริกามีสาขาทั่วโลก

การบริการด้วยอาหารให้เกิดผลดีนั้นต้องคำนึงถึงปัจจัยอะไรบ้าง ปัจจัยที่ต้องคำนึงถึงได้แก่ (1) สถานที่ที่จะจำหน่ายอาหาร (2) ลูกค้าเป็นประเภทไหน เชื้อชาติ ศาสนา อาชีพ (3) บรรยากาศ หรือการออกแบบตกแต่ง (4) เวลาที่ให้บริการ ทั้งวัน กลางวันถึงกลางคืน (5) ประเภทและชนิดของอาหาร ชนิดของการบริการ (6) ปริมาณที่ให้บริการ จำนวนลูกค้า

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการผลิตอาหารที่สำคัญมากตัวหนึ่งก็คือ ตัวอาหารหรือวัตถุดิบที่ใช้ในการประกอบอาหาร ซึ่งได้แก่เนื้อสัตว์ต่าง ๆ ข้าว แป้ง ไขมัน นม เนย ไข่ ถั่ว ผักสด ผลไม้ อาหารแห้ง แขน้แข็ง บรรจุกระป๋อง หรืออาหารสำเร็จรูป อาหารต่าง ๆ เหล่านี้มีความ

สำคัญอย่างยิ่งต่อการประกอบอาหาร ดังนั้นอาหารจะออกมาสวยงาม ถูกปากถูกใจถูกคำได้ก็ เพราะเรารู้สึกซึ่งถึงคุณสมบัติของอาหารเหล่านั้น

คุณสมบัติของอาหารที่จะพูดถึงในที่นี้ คือ คุณสมบัติทางกายภาพของอาหาร หมายถึง คุณสมบัติที่เราสามารถมองเห็นได้ด้วยตา สัมผัสได้ด้วยมือ ด้วยการดมกลิ่น การลิ้มรส ความรู้สึกจากการเคี้ยว ความเหนียว กรอบ ความร่วน มัน เป็นกรวด เป็นทราย เป็นต้น

1. ลักษณะเกี่ยวกับสี

อาหารแต่ละอย่างจะมีสีสดใส หรือซีดขาว ก็แล้วแต่สารสีที่มีอยู่ในอาหารนั้น เช่น เนื้อสัตว์ เนื้อวัวมีสีแดงจัด เนื้อควายมีสีแดงคล้ำ เนื้อหมูมีสีชมพู เนื้อไก่สีขาว เหลือง หรือ คล้ำ เป็นต้น ในผักผลไม้ก็เช่นกัน มีสีแดง เช่น มะเขือเทศ พริกแดง มะละกอ สีส้ม เช่น แครอท สีเหลือง เช่น ฟักทอง ขนุน ทูเรียน สีขาว เช่น มะม่วง (บางชนิด) เงาะ ลิ้นจี่ ลำไย มะละกอดิบ ดอกกะหล่ำ หัวไชเท้า ผักทั่ว ๆ ไปแล้วมักจะมียีสีเขียว เช่น ผักกินใบ กระน้ำ ผักกาด ผักบุ้ง บวบ มะเขือ ถั่วฝักยาว กะหล่ำปลี ต้นหอม

นอกจากสีตามธรรมชาติที่มีอยู่ในตัวอาหารเองแล้ว ยังมีการสกัดสีจากธรรมชาติมา ผสมในอาหารเพื่อให้อาหารนั้นมีสีตามที่ต้องการ เช่น การใช้สีเขียวจากใบเตยมาผสมในขนมชั้น ขนมลอดช่องไทย วุ้น สังขยา การใช้สีเหลืองจากขมิ้นทาที่เนื้อไก่ให้เหลือง ทำแกงเหลือง ทำ ข้าวเหนียวเหลือง การใช้สีแดงของพริกทำแกงแดง น้ำจิ้ม น้ำซอส ใช้สีเขียวของพริกเขียว ใบ พริกทำแกงเขียวหวาน ใช้สีดำจากการเผาอบมะพร้าวผสมทำขนมเปียกปูนสีดำ เป็นต้น

นอกจากสีที่ได้จากธรรมชาติแล้ว ยังมีสีสังเคราะห์ที่มนุษย์ผลิตขึ้น เพื่อให้อาหาร สำเร็จมีสีสัน ถูกปาก ถูกใจผู้ซื้ออีกจำนวนมาก แต่สีสังเคราะห์เหล่านี้ต้องผ่านการทดสอบ อย่างดีก่อนว่า ปลอดภัย ไม่มีพิษมีผลข้างเคียงกับผู้บริโภค และกฎหมายอาหารยอมให้ใช้ใน อาหารได้ ซึ่งทางที่ดีก็ควรหลีกเลี่ยงสีสังเคราะห์เหล่านี้ ใช้สีธรรมชาติเป็นดีที่สุด

2. ลักษณะเกี่ยวกับขนาดและรูปร่าง

โดยทั่วไปแล้วอาหารแต่ละชนิดจะมีขนาดรูปร่างไม่เหมือนกัน ขนาดใหญ่ของอาหาร แสดงถึงความอุดมสมบูรณ์ การบำรุงรักษา เลี้ยงดูอย่างเอาใจใส่ แต่อาหารบางอย่าง ขนาดใหญ่ เกินไปนั้นเป็นลักษณะผิดปกติ คือ มีไม่มาก การที่จะให้บริการอย่างมีขนาดสม่ำเสมอทุกครั้ง นั้นเป็นสิ่งจำเป็นมากกว่า เช่น ไข่ดาว ไข่ลวก ไข่พะโล้ ควรเลือกใช้ไข่ที่มีขนาดปานกลาง

เพราะหาได้ง่ายและคงที่ทุกครั้ง ขนาดของไก่ทั้งตัว กุ้ง ปลา ปู หอย เป็ด ก็เช่นกัน ขนาดกลาง ๆ เป็นที่นิยมสำหรับบริการมากกว่าขนาดพิเศษ แต่อย่างไรก็ตามในโอกาสพิเศษก็อาจจะบริการด้วยขนาดใหญ่ได้ เพื่อเป็นการประกวดประชัน เรียกชื่อเสียงมากกว่า

รูปร่างของอาหาร ช่วยให้ผู้พบเห็นเกิดความรู้สึกที่แปลกตาไปอีกแบบหนึ่ง การที่มีอาหารรูปร่างเหมือน ๆ กันทั้งหมดก็คงไม่เจริญตานัก ถ้ามีการผสมผสานกันคงจะดี เช่น ในการจัดอาหารจีนโต๊ะ มีปลา หมูหัน ไก่ทอด เนื้ออบ เนื้อย่าง ขนมนึ่ง เส้นบะหมี่ ข้าวผัด ผักต่าง ๆ ขนมหองหวาน และผลไม้เป็นชิ้น เป็นลูก คงได้รูปร่างที่สวยงาม

3. ลักษณะเกี่ยวกับตำหนิ

ตำหนิของอาหารนั้นเกิดจากพันธุกรรม จากการตัดแต่ง จากการเก็บเกี่ยว การขนส่ง เคลื่อนย้าย ไม่ระมัดระวัง ซึ่งเป็นผลเสีย ทำให้อาหารนั้นด้อยคุณค่าลงไป เช่น เป็นรอยมีด รอยเข่งบาด รอยฟกช้ำจากการกระแทก รอยจุดดำดำของการตัดแต่งที่ไม่ระมัดระวังเหล่านี้ เป็นสิ่งที่ไม่พึงประสงค์ทั้งสิ้น การบริการอาหารที่ดีต้องกำจัดรอยตำหนิเหล่านี้ให้หมดไป เพื่อความสวยงาม ความคงที่ของการบริการ

4. ลักษณะเกี่ยวกับความหยاب ความละเอียด ความเป็นก้อน เป็นชิ้น ความมัน

บางลักษณะนั้นเป็นสิ่งพึงประสงค์ เช่น ความละเอียดของแป้งผสมในไส้ขนม ความละเอียดของขนมบางอย่าง ความมันวาวของหนังไก่ หนังเป็ด หมูหัน ลักษณะร่วนของข้าวสวย ลักษณะเป็นลายหยابของเนื้อวัว เนื้อหมู เนื้อปลา เป็นต้น บางลักษณะไม่เป็นที่ต้องการถ้าหากไปปนอยู่ในที่ ๆ ไม่เหมาะ เช่น การเป็นก้อนของน้ำเกรวี่ ความเป็นกรวดของข้าวผัด ความเหนียวแข็งกระด้างของเนื้อวัว ของปลาหมึก หรือของผักบางชนิด เช่น หน่อไม้ฝรั่ง

5. ลักษณะด้านกลิ่น รส รสชาติ

อาหารแต่ละอย่างจะมีลักษณะกลิ่น รสและรสชาติเฉพาะตัว บางครั้งถ้ามาผสมกันแล้วทำให้รสชาติดีขึ้น กลิ่นของอาหารนั้นขึ้นอยู่กับความคุ้นเคยด้วย เช่น กลิ่นปลาร้า จะหอมสำหรับคนอีสาน กลิ่นแกงไตปลาเป็นที่ถูกปากของคนใต้ กลิ่นปลาเค็มทำให้อยากกินข้าวต้มร้อน ๆ หรือกลิ่นเนื้อย่าง กลิ่นเนย กลิ่นเนยแข็งเป็นที่โปรดปรานของพวกฝรั่ง พวกอิตาลีสอบ กลิ่นกระเทียมในขณะที่ย่างบางพวกไม่ชอบ อาหารจีนมักจะมีกลิ่นกระเทียมเจียว อาหารอินเดีย

มีกลิ่นเครื่องเทศ อาหารไทยมีกลิ่นใบมะกรูด ข่า จิง ตะไคร้ กระชาย พริกไทย เป็นต้น สำหรับ รส นั้น พอดีแบ่งกว้าง ๆ เป็นรสเปรี้ยว รสหวาน รสขม และรสเค็ม อาหารแต่ละอย่างควร จะมีรสที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว ซึ่งในที่นี้ก็เช่นเดียวกัน การปรุงอาหารแต่ละท้องที่จะให้รส แตกต่างกันไป เช่น แกงส้ม บางคนบอกว่าจะต้องมีรสเปรี้ยว นำ ตามด้วยรสหวานและเค็ม คัมย้า ต้องมีรสเค็ม นำ ตามด้วยเปรี้ยวและหวาน หรือผัดเปรี้ยวหวานของจีนก็มีรสหวานนำตามด้วย เปรี้ยว รสนี้อาจจะเด่นหรือเสริมกันได้ เช่น การบีบมะนาวใส่มะละกอสุกหรือแตงโม ทำให้ ได้รสหวานไปอีกแบบ เกลือหรือรสเค็มช่วยลดความเปรี้ยวของสับปะรด ส้มโอได้ เป็นต้น

รสชาติของอาหารนั้น เป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นหลังจากเรากินอาหารแล้ว เป็นความรู้สึก พอใจหรือไม่พอใจ ยอมรับอาหารนั้นหรือไม่ เป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากการสัมผัสผสมผสาน ของรส กลิ่น ความร้อน-เย็น พอดี ขนาดรูปร่าง ความหยาบ ความกรอบ ความมัน และการ เกี่ยวสัมผัสว่าเหนียว เปื่อย ชุ่ม พอดีหรือไม่ อาหารที่มีรสชาติดีนั้น ต้องมีความกลมกล่อม ด้านรส กลิ่น มีความร้อน หรืออุ่นพอดี ไม่เย็นซืด หรือร้อนลวกคอ มีขนาดพอดีคำ มีความ นุ่มพอดี จึงจะเป็นที่ยอมรับ อย่างไรก็ตาม รสชาติของอาหารแต่ละจานก็แตกต่างกันไปตาม ความพอใจของผู้ชิม ซึ่งอาจจะขึ้นกับเพศ วัย ความคุ้นเคยด้วย

6. ลักษณะความสวยงาม

การได้สัดส่วนของการจัดประกอบเป็นจานชาม เป็นลักษณะอีกอันหนึ่งที่สำคัญยิ่ง ต่อการประกอบอาหาร เพื่อให้อาหารมีลักษณะกลมกลืนของสี ของขนาดรูปร่าง ของความกรอบ เหนียว ของรสชาติ ของรสหลาย ๆ รส หลาย ๆ กลิ่น ความสวยงามของภาชนะบรรจุ วัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการบริโภคอาหาร ตลอดจนอาคารสถานที่ โต๊ะ เก้าอี้ และสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ ด้วย

สรุป

อาหารที่เรากินนั้นจะถูกปาก ถูกตา ต่ອງใจ ก็ต้องอาศัยคุณสมบัติของอาหาร เกี่ยวกับ สี ขนาด รูปร่าง ลักษณะเนื้อ รส กลิ่น ความร้อน-เย็นเหมาะสมกับชนิดของอาหาร ความสวยงาม พิถีพิถันในการจัด การประกอบรวมทั้งบรรยากาศที่แวดล้อมด้วย

คำถาม

จงอธิบายความสำคัญของคุณสมบัติของอาหารต่อการบริการด้วยอาหาร เช่น สี ขนาด รูปร่าง ลักษณะเนื้อสัมผัส