Mae Fah Luang University

Archives - clipping

The Center for Learning Resources and Educational Media

http://www.matichon.co.th

มติชน

Title :

Subject Heading 1 :

Subject Heading 2 :

Source :

Date : วันอาทิตย์ที่ 20 กรกฎาคม 2557 หน้า 7

เรียนไทย ได้จีน

下厨房（四）
เข้าครัวจีน (4)

ชาวจีนนิยมรับประทานอาหารทอดเป็นอย่างมาก ในแต่ละมื้ออาหารมักมีอาหารทอดเป็นหนึ่งในรายการอาหารเสมอ และถึงแม้จะไม่มีรายการอาหารทอดในมื้อนั้นๆ แต่การทอดก็ยังคงเป็นวิธีการปรุงอาหารหนึ่งในการปรุงอาหารอย่างอื่นอยู่ดี เช่น อาจเป็นการนำไปทอดก่อนแล้วจึงนำไปอบ (烧 / 燒 shāo เซา) เพราะฉะนั้นเมื่อชาวจีนต้องซื้อน้ำมันทำกับข้าวเข้าบ้านนั้น เขาจะไม่ได้ซื้อกันเป็นลิตรเหมือนบ้านเรา แต่จะซื้อกันเป็นแกลลอนเลยทีเดียว ด้วยเหตุที่ชาวจีนต้องใช้ปริมาณน้ำมันในการทำอาหารแต่ละมื้อเยอะมาก

ตัวอย่างรายการอาหาร 炸鸡 / 炸雞 (zhá jī จ๋า จี) ไก่ทอด 炸臭豆腐 / 炸臭豆腐 (zhá chòu dòufu จ๋า โช่ว โต้วฝู) เต้าหู้เหม็นทอด

รูปแบบการทอดอาหารของจีนก็จะคล้ายกับการทอดของไทยเรา เช่น 酥炸 / 酥炸 (sūzhá ซูจ๋า) ทอดกรอบ 干炸 / 乾炸 (gānzhá กันจ๋า) ทอดแบบแห้ง 软炸 / 軟炸 (ruǎnzhá หรุ่วนจ๋า) ทอดแบบนุ่ม เป็นต้น

นอกจากวิธีการทอดทั่วไปแล้วนั้น ชาวจีนยังมีวิธีการทอดอีกรูปแบบหนึ่งที่ทำให้อาหารมีผิวนอกที่กรุบกรอบ แต่ยังสามารถรักษาความนุ่มของวัตถุดิบไว้ได้อย่างดี วิธีการทอดนั้นเรียกว่า 油淋 / 油淋 (yóu lín โหยว หลิน) ถือเป็นวิธีการปรุงอาหารแบบทอดวิธีหนึ่งที่มีขั้นตอนอันเป็นเอกลักษณ์ คือจะนำวัตถุดิบ เช่น ปลา ไก่ เป็ด หรือกระต่าย ที่ผ่านการนึ่งหรือพะโล้ทั้งตัวแล้วมาผึ่งให้แห้ง จากนั้นจึงนำมาแขวนตะขอห้อยไว้เหนือกระทะที่ตั้งน้ำมันร้อนจัด แล้วตักน้ำมันร้อนๆ ขึ้นราดบนตัววัตถุดิบเหล่านั้น ให้ผิวนอกกรอบหอมและเนื้อในยังนุ่มสดอยู่ อาหารที่ผ่านการปรุงด้วยวิธีนี้จะมีสีสันมันวาว ผิวกรุบกรอบโดยไม่อมน้ำมัน อีกทั้งยังสามารถคงรสชาติความสดของอาหารไว้ได้

ตัวอย่างรายการอาหาร 油淋鱼 / 油淋魚 (yóu lín yú โหยว หลิน ยฺหวี) ปลาทอดราดน้ำมัน

วิธีการปรุงอาหารอีกรูปแบบหนึ่งที่มีลักษณะคล้ายการทอด แต่ใช้น้ำมันน้อยกว่า คือ 煎 / 煎 (jiān เจียน) หรือ จี่ นั่นเอง เป็นวิธีการปรุงอาหารโดยการใส่น้ำมันเพียงเล็กน้อยลงบนพื้นกระทะ แล้วใส่วัตถุดิบลงจี่กับน้ำมันให้สุกเสมอเท่ากันทั้งชิ้น ระหว่างขั้นตอนการจี่ต้องหมั่นใช้ตะหลิวพลิกวัตถุดิบหรือจับกระทะแกว่งไปมาเพื่อให้วัตถุ