

ปลาร้า

ปลาร้าเป็นภูมิปัญญาในการถนอมอาหารของคนไทยในทุกภูมิภาคที่มีมาแต่โบราณเพื่อที่จะเก็บปลาที่มากตามธรรมชาติในช่วงต้นฤดูฝนไว้กินนานๆ วิธีการทำปลาร้าคล้ายคลึงกันแต่จะแตกต่างกันที่ส่วนผสมและระยะเวลาในการหมัก การหมักปลาร้าต้องหมักในไห ภาคอีสานจึงเรียกว่า ปลาแดก ตามลักษณะของการบรรจุปลาลงในไห การแดก คือ การยัดปลาให้แน่นที่สุดแล้วปิดฝาไหให้สนิท การหมักปลาร้ามี ๒ แบบ คือ ๑) ปลาร้าข้าวคั่ว ได้จากการหมักปลาขนาดกลางและขนาดใหญ่ ร่วมกับเกลือและข้าวคั่ว ปลาร้าที่ได้จะมีลักษณะแฉะ เนื้ออ่อนนุ่ม สีเหลืองเข้มและมีกลิ่นหอม ปลาสดที่นิยมใช้ คือ ปลากระดี่ ปลาสลิด ปลาหมอเทศ ปลาดุก ปลาช่อน นิยมนำไปปรุงอาหารประเภทน้ำพริกและป่น (ป่นคือ ปลาต้มกับน้ำปลาร้าใส่หอม กระเทียม และพริกเผาโขลกให้เข้ากันทำเป็นเครื่องจิ้ม) ๒) ปลาร้ารำ ได้จากการหมักปลาขนาดเล็ก เช่น ปลาสลวย ปลาชีว ปลากระดี่ หมักร่วมกับเกลือและรำ หรือ รำผสมข้าวคั่ว ปลาร้าที่ได้จะมีสีคล้ำ ปลายังมีลักษณะเป็นตัว เนื้อไม่นุ่มมาก มีกลิ่นรุนแรงกว่าปลาร้าข้าวคั่ว นิยมนำไปปรุงอาหารเพื่อเพิ่มรสชาติ เช่น ปรุงน้ำแกง ปรุงในส้มตำ ปรุงในลาบ ก้อย คั่วไก่ คั่วเนื้อรส กลิ่น สีของปลาร้าขึ้นอยู่กับสัดส่วนที่เหมาะสมระหว่างปลา เกลือและอุณหภูมि ส่วนกลิ่นที่หอมและรสที่ไม่เค็มเกินไปขึ้นอยู่กับการใช้ข้าวคั่วและรำใหม่ที่มีคุณภาพ ปลาร้าที่หมักนานประมาณแปดเดือนขึ้นไปถึงหนึ่งปีจะให้รสชาติที่ดี เคล็ดลับสำคัญในการหมักปลาร้า คือการใช้เกลือสินเธาว์ซึ่งเป็นเกลือในท้องถิ่นอีสาน ซึ่งสามารถยับยั้ง การเจริญเติบโตของจุลินทรีย์และทำให้ มีรสไม่เค็มมากเกินไป คนภาคกลางนิยมนำปลาร้ามาทำหลนปลาร้า ปลาร้าทรงเครื่อง จิ้มกินกับสายบัวสด ผักตบช้านตะวามะเขือ กระชาย แต่งกวาแนมกับปลาดุกย่างหรือปลาช่อนทอด คนอีสานนิยมใช้น้ำปลาร้าเป็นเครื่องปรุงรสแทนน้ำปลาในอาหาร ทุกอย่าง ปัจจุบันมีผู้นำปลาร้าไปแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์อาหารต่างๆ เช่น ปลาร้าบอง หรือแจ่วบอง น้ำพริกปลาร้า ปลาร้าก้อน ปลาร้าผง เพื่อพกพาได้สะดวกยิ่งขึ้น