

# ตะไคร้

กลิ่นหอมแสนอร่อย

เมนูอาหารไทยแต่ดั้งเดิมนั้นยังไม่มีอาหารประเภทผัด ดังนั้นจะสังเกตได้ว่าความหลากหลายของเมนูประเภท ต้ม ต้ม นึ่ง จึงมีมากกว่าเมนูผัด แต่แน่นอนว่าเมื่อทำเมนูที่ต้องต้ม นึ่ง แล้วละก็ความเสี่ยงเรื่องกลิ่นคาวนั้นมากกว่า นี่เองที่เป็นจุดกำเนิดของสมุนไพรสารพัดประโยชน์ที่เข้ามาเป็นตัวช่วยให้อาหารทุกจานหอมอร่อย ฮีโร่ของอาหารไทยในทีนี้คือ ตะไคร้ นั่นเอง

ตะไคร้นั้นเป็นพืชสมุนไพรที่มีถิ่นกำเนิดในประเทศอินเดีย พม่า ศรีลังกา อินโดนีเซีย และไทย นับเป็นสมุนไพรที่หลายๆ บ้านนิยมปลูกไว้เป็นพืชผักสวนครัว ด้วยความที่ปลูกง่าย ใช้ประโยชน์ได้หลากหลาย อีกทั้งยังทนทานต่อทั้งสภาพอากาศและศัตรูพืชต่างๆ อีกด้วย สำหรับใครที่เคยเห็นแต่ตะไคร้บนแผงขายผักหรือตามห้างแล้วละก็ อาจจะแปลกใจว่าต้นเตี้ยๆ ของตะไคร้นั้นมองผิวเผิน แล้วคงจะนึกว่าเป็นเพียงแค่ออหุ่กรกๆ ธรรมดาๆ กอหนึ่ง แต่สิ่งที่ซ่อนอยู่ด้านใต้กอหญ้านั้นก็คือต้นตะไคร้นั่นเอง โดยส่วนที่มักถูกนำเอามาใช้ประโยชน์นั้น เรียกว่าลำต้นและเหง้าใต้ดิน แต่หากนับเป็นสายพันธุ์ที่เป็นที่นิยม คงไม่พ้น ตะไคร้หยวก และ ตะไคร้กาบแดง ซึ่งทั้ง 2 พันธุ์มีข้อดีคือปลูกได้ทั้งปี ต้นใหญ่ แต่อายุเก็บเกี่ยวนาน โดยพันธุ์หยวกใช้เวลา 7 เดือน และพันธุ์กาบแดง 6-7 เดือน ซึ่งเร็วกว่าพันธุ์หยวกเล็กน้อย

ถึงแม้ว่าจะมีประโยชน์มากมาย แต่การจะรับประทานนั้นไม่ง่ายเลย เพราะลักษณะของลำต้นที่แห้ง แข็ง ดังนั้นหากไม่คั้นเอาน้ำก็ต้องการวิธีการที่เหมาะสมในการจัดการกับตะไคร้ ภูมิปัญญาของคนไทยที่มีมาอย่างยาวนานด้านอาหาร และนี่เองที่ความสามารถในด้านการกำจัดกลิ่นคาวเพิ่มกลิ่นหอมชวนกินของตะไคร้ได้แสดงออกอย่างเต็มที่ เมื่อนึ่งพร้อมอาหารทำให้แม้แต่พืชผักที่ทานยากที่สุดก็ยังออกมาเป็นเมนูแสนอร่อยได้ และกับตะไคร้ความสามารถในการปรุงอาหารของคนไทยก็แสดงออกมาอย่างชัดเจนเช่นกัน โดยมีให้เลือกมากมายหลากหลายตามความชอบตั้งแต่แบบทานสดอย่างยำปลาหูช้างใส่ตะไคร้ซอยคลุกเคล้าน้ำยารสจัด แซ่บซี้ดสุดๆ หรือจะเป็นปลาเนื้อสมุนไพรที่ตะไคร้ถูกนึ่งจนนิ่มกินพร้อมกับเนื้อปลาและน้ำจิ้มซีฟู้ดรสเด็ดก็เข้าที หรือจะเป็นต้มแซ่บ ตะไคร้ก็ช่วยดึงเอากลิ่นหอมของส่วนผสมต่างๆ ในเมนูออกมาได้อย่างดีนอกจากรอร่อยแล้วยังได้ประโยชน์ไปแบบเต็มๆ อีกด้วย

ปัจจุบันตะไคร้ไม่ได้เป็นเพียงส่วนประกอบของอาหารไทยตามบ้านอีกต่อไป ด้วยประโยชน์และกลิ่นที่เป็นเอกลักษณ์ ตอนนี้ตะไคร้ได้กลายเป็นหนึ่งในสมุนไพรของอาหารไทยที่กำลังเป็นที่นิยมมากในต่างประเทศ ไม่น่ว่าต่อไป ตะไคร้ อาจกลายเป็นหนึ่งในพืชเศรษฐกิจที่สำคัญของไทยอีกชนิดหนึ่งก็เป็นได้