



“นาชิกกราบ” “บูดู” :

ข้าวย่ำน้ำบูดู รสมือแม่
ที่บ้านกาแลง ตำบลจาร์ง
อำเภอยะหริ่ง จังหวัดปัตตานี

โดย: สามารถ สาเรียม

สาระสังเขป

หากใครไปมาเยือนดินแดนปัตตานี คงไม่พลาดที่จะลิ้มลองอาหารมลายูพื้นถิ่นของคนน่ายที่มีชื่อว่า นาชิกกราบ (ข้าวย่ำ) กินกับน้ำราดที่เรียกว่า บูดู ซึ่งในบทความชิ้นนี้เรียบเรียงขึ้นจากการสำรวจข้อมูลภาคสนามที่จะนำท่านมาลิ้มลองเมนูอร่อยจานนี้ ผ่านสูตรคนน่ายที่บ้านกาแลง ตำบลจาร์ง อำเภอยะหริ่ง จังหวัดปัตตานี และนำพามารู้จักกับข้อมูลเปิดโลกการรับรู้ ถึงการมีอยู่ของข้าวย่ำที่หลากหลายในพื้นที่แห่งนี้

คำสำคัญ: ข้าวย่ำ นาชิกกราบ บูดู



ภาพ 1 ภาพนายสระวี เจะบุ ขณะกำลังขึ้นต้นตาล
ที่มา: สามารถ สาเริ่ม



ภาพ 2 “มะเนาะ” กำลังขณะกำลังตักข้าวยาใส่จาน
ข้างกันคือคุณจันทร์สม์ จันทร์ทิพรักษ์
ที่มา: สามารถ สาเริ่ม

เมื่อปลายเดือนสิงหาคม พ.ศ. 2567 ผู้เขียนได้กลับไปเยือนจังหวัดปัตตานี หลังจากเรียนจบเมื่อเกือบสิบปีก่อนก็ไม่มีโอกาสได้กลับไปอีกเลย การไปครั้งนี้จึงเป็นการกลับไปเพื่อระลึกถึงความหลังไปกินอาหารพื้นถิ่นของคนมลายูมุสลิมที่เรียกตนเองว่า “ออแรนายู” ซึ่งใช้ภาษามลายูถิ่นปัตตานี (แกแจะนายู) เป็นภาษาแม่ อันเป็นประชากรกลุ่มหลักของสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ ด้วยความสนใจเรื่องอาหารการกินของผู้เขียน ตลอดการเดินทางครั้งนี้มีหัวใจหลักเกี่ยวกับวัฒนธรรมการกิน ซึ่งมีโอกาสได้บันทึกเรื่องราวอาหารพื้นถิ่นคนนายนมาหลายเมนูด้วย เจ้าของวัฒนธรรมที่พวกเราไปเจอต่างเป็นมิตรบอกเล่าสูตรอาหารอย่างละเอียด

โดยมีคุณจันทร์สม์ จันทร์ทิพรักษ์ (สถาปนิกชุมชน) พี่สาวที่ใจดีจากดินแดนที่ราบสูงโคราช เป็นผู้นำทริปการเดินทางในครั้งนี้ เนื่องจากมีความคุ้นเคยกับครอบครัวของ “นายสระวี เจะบุ” ซึ่งเป็นครอบครัวของปราชญ์พื้นบ้านที่ยึดวิถีการทำน้ำตาลโตนดที่บ้านกาแลยง ตำบลจะรัง อำเภอยะหริ่ง จังหวัดปัตตานีมายาวนานหลายชั่วคน ปัจจุบันเหลือเพียงสามครอบครัวที่ยังคงยึดอาชีพนี้ ควบคู่ไปกับการทำนา

ณ หมู่บ้านแห่งนี้ยังประกอบอาชีพทำนากันทั้งหมู่บ้าน ช่วงที่ผู้เขียนไปชาวบ้านกำลังเริ่มไถนากัน ผู้ชายส่วนหนึ่งในหมู่บ้าน ซึ่งมีความชำนาญด้านการทำนาก็จะมีการรวมกลุ่ม เพื่อไปรับจ้างทำนาที่รัฐเคดะห์ของประเทศมาเลเซียทุกปี ซึ่งทำกันมาตั้งแต่คนรุ่นก่อน เมื่อผู้เขียนได้ฟังก็นึกถึงเรื่องเล่าที่คุณลุง (วะ) ผู้มีศักดิ์เป็นพี่ชายของแม่ (มะ) ที่บ้านควนตำบลคูเต่า อำเภอนายูง จังหวัดสงขลา เคยเล่าว่าเมื่อตอนวัยรุ่นไปรับจ้างเกี่ยวข้าวที่รัฐเคดะห์ของประเทศมาเลเซีย มี “คนตาหนี” อันหมายถึงคนนายนที่มาจากทางสามจังหวัดชายแดนภาคใต้มารับจ้างเกี่ยวข้าวด้วยเช่นกัน

เมื่อพูดถึงเรื่องราวของข้าว ผู้เขียนเชื่อว่าหากใครได้มาในพื้นที่จังหวัดปัตตานี ส่วนมากจะมีโอกาสได้ฟังชื่อหรือไม่พลาดที่จะลิ้มลอง เมนูขึ้นชื่อ คือ “นาชิกกราบ” ที่กินกับน้ำราดชื่อว่า “บุญดู” (“นาชิ” หมายถึง “ข้าว” “กราบ” หมายถึง “ยำ”) ครั้งนี้ผู้เขียนโชคดีได้รับประทานนาชิกกราบบุญดูที่ปรุงจากรสมือของภรรยานายสระวี เจะนู มีชื่อว่า นางฮามีเนาะลาเตะ ผู้เขียนเรียกสั้น ๆ ว่า “แมะเนาะ” คำว่า “แมะ” เป็นคำเรียก “แม่” ของคนนาญที่นี่ ซึ่งท่านเอ็นดูพวกเราเหมือนลูก จึงเป็นที่มาของชื่อบทความว่า “รสมือแมะ”

ครอบครัวของท่านจะรับประทานนาชิกกราบที่ใช้ น้ำบุญดูเป็นน้ำราดในอาหารมื้อเช้าของทุกวัน ดังที่ทราบกันดีว่าอาหารชนิดนี้ต้องกินกับเครื่องเคียงหลายอย่าง บางอย่างต้องทำวันต่อวัน บางอย่างสามารถทำแล้วเก็บไว้กินได้หลายวัน ครั้งนี้ผู้เขียนจึงมีโอกาสเรียนรู้ รสมือทำและ ผ่ากท้องไปพร้อมกัน นาชิกกราบบุญดู “แมะเนาะ” มีสูตรดังนี้

1. “นาชิ” ข้าวสวยพันธุ์ชาลี เป็นข้าวที่ปลูกเอง หุงกับเตาแก๊ส “แมะเนาะ” บอกว่าอร่อยกว่าหุงกับหม้อข้าวไฟฟ้า

2. “ผักสด” ได้แก่ ถั่วฝักยาว (กาแจปาแย หรือ กาแจบาลู), ยอดผักแพว (กูโจะกือซง), กล่ำปลี (กูบิฮู), ยอดมะม่วงหิมพานต์ (กูโจะแตแหม) นำผักทั้งหมดมาซอยละเอียดแล้วคลุกเคล้าผสมกัน

3. “ซามานาชิกกราบ” (“ซามา” หมายถึง น้ำพริก) ทำจากมะพร้าวคั่วผสมปลาคั่วโดยใส่มะพร้าวคั่วให้น้อยกว่าปลาคั่ว นำมาตำรวมกัน

4. “ซามาลาดอ” (ลาดอคือพริกสด) ทำจากพริกสด เกลือ น้ำส้มสายชู และน้ำมะนาว มีรสชาติเปรี้ยวเจือเผ็ด

5. “แบหุงกอแฆง” คือ เส้นหมี่ขาวผัด โดยชอยกระเทียม หอมแดงนำไปผัดในน้ำมันพืชให้สุก แล้วใส่ซอสมะเขือเทศ ตามด้วยเส้นหมี่ขาวที่แช่น้ำไว้แล้วลงไปผัดให้แห้งเป็นอันใช้ได้ จะใช้น้ำกะทิแทนน้ำมันพืชก็ได้



ภาพ 3 ข้าวพันธุ์ชาลีที่หุงโดยใช้เตาแก๊ส
ที่มา: สามารถ สาเริ่ม



ภาพ 4 ผักสดหลายชนิดนำมาซอยละเอียดผสมให้เข้ากัน โดยเฉพาะใบผักแพวแมะเนาะบอกว่า จะขาดไม่ได้ในเมนูข้าวย่าสูตรของท่าน
ที่มา: สามารถ สาเริ่ม



ภาพ 5 ซามานาชิกรานู ที่มาของรสมันของข้าวยาสุตร “แมะเนาะ”
ที่มา: สามารถ สาเริ่ม



ภาพ 6 ซามาลาดอ ที่มาของรสเปรี้ยวเจือเผ็ดของ ข้าวยาสุตร “แมะเนาะ”
ที่มา: สามารถ สาเริ่ม



ภาพ 7 แบนูกอแฆง สีชมพูน่ารักประทาน
ที่มา: สามารถ สาเริ่ม



ภาพ 8 กือโปะ ข้าวเกียบปลาเป็นเครื่องเคียงที่คนนายูนิยมนำมาประทานกับข้าวยา
ที่มา: สามารถ สาเริ่ม



ภาพ 9 นำนูดูที่ต้มกับสมุนไพรหลากหลายชนิด
ที่มา: สามารถ สาเริ่ม



ภาพ 10 เครื่องเคียงทั้งหมดของข้าวยาสุตร “แมะเนาะ” จัดวางใส่ถาดไว้เพื่อให้ง่ายในการตักข้าวยาใส่จาน
ที่มา: สามารถ สาเริ่ม

6. “ลาตอป็อนา” พริกไทยที่ตำละเอียด เป็นตัวเพิ่มรสชาติเผ็ดร้อน

7. “เตอลอเกอบุ” (ไข่ต้ม) กับ กือโปะ (ข้าวเหนียว) นาชิกราบูตำรับ “แมะเนาะ” จะกินกับน้ำราดที่เรียกว่า “บูดู” วัตถุดิบพื้นถิ่นของคนนาชูทำจากปลาทะเลเช่นปลากะตักหมักกับเกลือ น้ำที่ได้ออกมาจะมีรสเค็มนำมาบรรจุขายเป็นขวด เมื่อซื้อมาแล้วต้องนำมาต้มโดย “แมะเนาะ” มีสูตรเด็ดเคล็ดลับคือใช้น้ำตาลเหลว(นี้แซ่ใจ)ที่เคี่ยวเองจากหน้าเตา ใส่ขิง ตะไคร้ ใบมะกรูด กระเทียม น้ำมะขามเปียก และวัตถุดิบที่แมะเนาะบอกว่าต้องใส่ให้เยอะเพราะทำให้อร่อยได้แก่ หอมแดง การต้มน้ำบูดูครั้งหนึ่งสามารถเก็บไว้กินได้หลายวัน

เมื่อเตรียมทุกอย่างพร้อมแล้ว ก็ถึงเวลาล้อมวง “แมะเนาะ” จัดการตักข้าวสวยร้อน ๆ ราดน้ำบูดูลงไป ตามด้วยผักที่ซอยไว้ ใส่แบงกอกแฉง ลาตอป็อนา ซามานาชิกราบู และซามาลาตอ ตักทำแบบนี้ทีละจาน ให้จนครบทุกคนก่อนรับประทานต้องคลุกเคล้าให้เข้ากัน กินคู่กับไข่ต้มและกือโปะ

ถือเป็นมื้ออาหารที่ทั้งอบอุ่น อิ่มท้องและอิ่มความรู้ไปในคราวเดียวกัน นาชิกราบูมีกลิ่นหอมของผักที่ผสมกัน โดยเฉพาะกลิ่นของบูดูจะกือชงนั้นเด่นกว่าผักอื่น ได้รสเปรี้ยวจากซามาลาตอ รสเผ็ดร้อนจากลาตอป็อนา รสมันจากซามานาชิกราบู ผู้เขียนติดใจถึงขั้นรับประทานไปสองจานเลยทีเดียว

“แมะเนาะ” ยังให้ข้อมูลอีกว่าที่บ้านกาแลยงแห่งนี้ ยังมีข้าวย่ำอีกชนิดที่เรียกว่า “นาชิกราบูดาชะ” (ดาชะในที่นี้หมายถึงเมนูที่ทำกินง่าย ๆ แบบบ้าน ๆ) เป็นข้าวย่ำที่ไม่กินกับน้ำบูดู แต่ใช้วิธีการนำเครื่องสมุนไพรมาคั่วปลาร้าอย่างมาตำให้เข้ากัน แล้วนำมาคลุกกับข้าวสวยร้อน ๆ และผักต่าง ๆ ปัจจุบันผู้สูงอายุในหมู่บ้านยังทำกินกันอยู่บ้าง แต่คนรุ่นใหม่ไม่นิยมกินกันแล้ว

และจากการสัมภาษณ์ข้อมูล “คุณอัคตัมมีชี อาหามะ” คนนาชูในจังหวัดยะลา ซึ่งกำลังศึกษาระดับปริญญาโทด้านระบบอาหารและเป็นผู้ที่มีความสนใจด้านอาหารชุมชนให้ข้อมูลว่า คนนาชูในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ยังมีข้าวย่ำที่เรียกว่า “นาชิกราบู ตูมิฮู” อีกหนึ่งเมนูอร่อย โดยตูมิฮูนั้นเป็นชื่อเรียกของน้ำราดข้าวย่ำที่ทำจาก น้ำกะทิเคี่ยวกับเครื่องสมุนไพร หรือเรียกว่า “ซามาตูมิฮู” ก็ได้

สรุป

“นาชิกราบู” หรือ “ข้าวย่ำ” ของคนนาชูในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนภาคใต้นั้น จากข้อมูลกรณีศึกษาที่ยกมานำเสนอนี้ จะเห็นว่ามีความหลากหลายมากกว่าที่เรารู้จัก อาจแบ่งได้สองลักษณะคือข้าวย่ำที่มีน้ำราดได้แก่ “นาชิกราบู” กินกับน้ำบูดู และ “นาชิกราบูตูมิฮู” กินกับน้ำราดที่เรียกว่า “ซามาตูมิฮู” และข้าวย่ำแบบไม่มีน้ำราดคือ “นาชิดาชะ” ในความต่างข้างต้นข้าวย่ำทุกประเภทต่างมีผักเป็นหัวใจหลักร่วมกัน อย่างไรก็ตามใครก็ตามที่เขียนยังมีโอกาสได้รับประทาน “นาชิกราบูดากี้แต” สูตรคนนาชูในตำบลจะรังอีกด้วย ซึ่งข้าวจะหุงกับน้ำใบกี้แต (ใบพันสมอ) ได้ข้าวสีม่วงน่ารับประทานเป็นอย่างมาก ใช้น้ำบูดูราดเช่นเดียวกัน ●

ขอขอบคุณ

- คุณสระวี เจะบุ
- คุณฮามีเนาะ ลาเตะ
- คุณอัคตัมมีชี อาหามะ
- คุณจันทร์สม์ จันทพิพัทธ์
- คุณสุรเชษฐ์ แก้วสกุล
- คำอธิบายภาพประกอบ