

'กินอย่างยี่สาร 2'

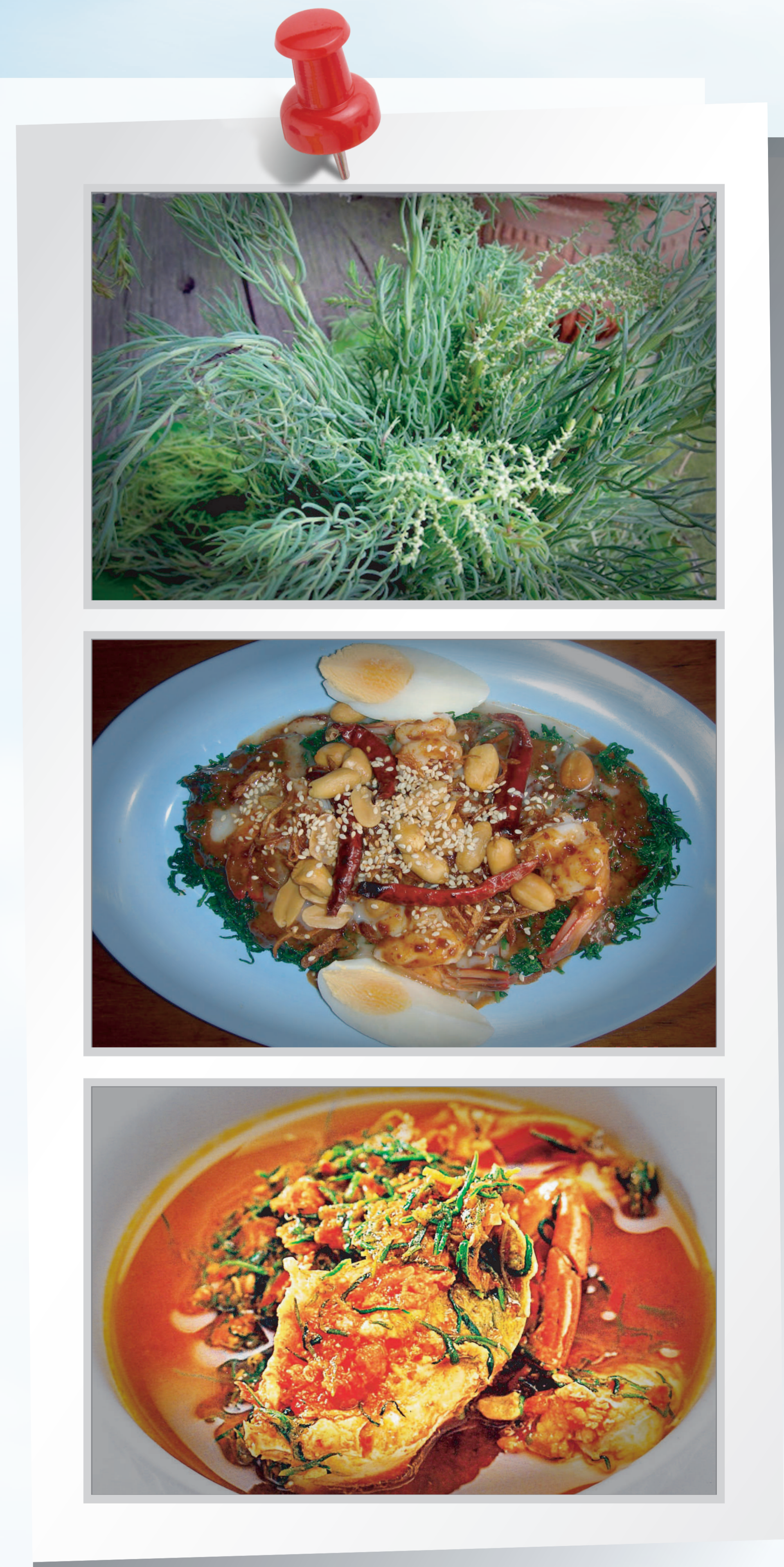
ด้วยสภาพภูมิประเทศที่ถูกโอบล้อมด้วยผืนป่าชายเลนและน้ำกร่อย อาหารการกินของชาวชุมชนเขายี่สาร นอกจากจะเป็นสัตว์น้ำที่หาได้จากธรรมชาติแล้ว คงหนีไม่พ้นพืชพรรณจากป่าชายเลน เช่น ต้นลำแพน ต้นแสม แต่ที่ขึ้นชื่อและได้รับความนิยมมากที่สุดจากผู้มาเยือนยี่สาร ซึ่งต้องหารับประทานให้ได้ก็คือ **"ชะคราม"** นั่นเอง



โดยธรรมชาติแล้วพืชพรรณที่ขึ้นอยู่ตามป่าชายเลนจะมีรสชาติไม่อร่อย ไม่เหมาะแก่การนำมาทำอาหาร แต่ด้วยข้อจำกัดสภาพภูมิประเทศและการเดินทางที่ยากลำบาก ชาวชุมชนเขายี่สารจึงนำ **"ภูมิปัญญาท้องถิ่น"** มาประยุกต์ดัดแปลง พืชพรรณเหล่านี้ให้กลายเป็นอาหารคาวและหวานได้หลากหลายเมนู

"ชะคราม" พืชล้มลุกที่ขึ้นอยู่ตามเนินดินรายรอบ คือเมนูชั้นดี ที่บ่งบอกความเป็นยี่สารได้ชัดเจน คนยี่สาร นำชะครามมาสกัดความเค็มออกด้วยการต้มหลายๆ ครั้ง โดยใส่เกลือลงไปใต้น้ำขณะต้มเรียกว่า **"เกลือจุ่มเกลือ"** แล้วจึงนำมาประกอบอาหารคาวหวานไม่ว่าจะเป็น ราดกะทิ ยำ หรือแกงส้ม รวมถึงขนมต่างๆ

หากใครได้รู้จักความเป็นยี่สารผ่านอาหารการกินแล้ว จะต้องทึ่งว่าพวกเขาสามารถนำพืชพรรณน้ำกร่อยอย่าง ลูกแสม ฝักครุ่ย หรือกลอย มาทำอาหารได้หลากหลายเมนู จะเห็นได้ว่าอาหารการกินของคนในชุมชนยี่สาร ล้วนแสดงให้เห็นถึงวิถีชีวิตที่ผูกพันกับทรัพยากรธรรมชาติ ได้เป็นอย่างดี



นิทรรศการ "เรียนรู้ชมบ้านเขายี่สาร"
55-03 / No. 08