"ส้มตำ" มีมานานหรือยัง?

นำเสนอเมื่อ : 25 ก.พ. 2552

เป็นเรื่องยากที่จะตอบว่าคนไทยกินส้มตำมานานเท่าใดแล้ว แม้แต่ประวัติของมะละกอก็ไม่มีใครสืบค้นได้ว่า มะละกอมีถิ่นกำเนิดที่ใดในโลก แต่มีบางคนสันนิษฐานว่า มนุษย์เผ่าแรกที่รู้จักนำมะละกอมากินเป็นอาหาร นาจะได้แก่ชนเผ่าแอซเทกและเผ่ามายา แต่ก็ไม่มีหลักฐานยืนยันแน่ชัด

มะละกอเป็นพืชเมืองร้อน งอกงามในดินแดนที่มีอากาศร้อนตั้งแต่ทวีปแอฟริกาเรื่อยมาจนถึงเอเชีย ผู้คนในดินแดนดังกล่าวรู้จักกินมะละกอทั้งกินดิบและกินสุก ทั้งยังรู้ว่าถ้านำยางมาขยำกับเนื้อจะช่วยให้เนื้อเปื่อยนุ่ย

ส้มตำ (บางท้องถิ่นเรียก ตำส้ม) เป็นการนำมะละกอมากินวิธีหนึ่ง ส้มตำเป็นชื่ออาหารที่แสดงความหมายในตัว คือเป็นอาหารที่มีรสเปรี้ยว (ส้ม) และการปรุงต้องโขลกผสมคลุกในครก ส้มตำเป็นอาหารที่นิยมรับประทานกันทั่วทุกภาค แต่เป็นที่เข้าใจกันว่าส้มตำนิยมกินกันทางภาคอีสานก่อน เรียกว่า "ตำหมากหุ่ง" เครื่องปรุงหลักมีมะละกอดิบ กระเทียม พริกขี้หนู เกลือ น้ำตาลปี๊บ ปลาร้า มะนาว (อาจใช้มะขามเปียก หรือ มะกอกแทน) ถ้าเอาส้มตำมาคลุกกับขนมจีนเรียก "ตำซั่ว" ครั้นส้มตำเผยแพร่มายังภาคต่าง ๆ มีการเพิ่ม ลด ดัดแปลง ส่วนประกอบ เป็นต้นว่าส้มตำโคราชจะใส่พริกขี้หนูแห้ง ปลาป่น และขิง ส่วนท้องที่อื่น ๆ ก็ดัดแปลงกันตามชอบ บางเจ้าใส่

น้ำพริกตาแดง บางเจ้าใส่กะปิ บางที่นอกจากใช้มะละกอแล้วยังใช้ถั่วฝักยาว แตงกวา แตงไทย มะยม ลูกยอ ส่วนส้มตำภาคกลางหรือ "ตำไทย" จะใส่ถั่วลิสงคั่ว ใส่กุ้งแห้งหรือปูดองแทนปลาร้า บางแห่งใช้กั้งดองก็มี คนไทยในสหรัฐอเมริกาและยุโรปหามะละกอไม่ได้ ก็ใช้กะหล่ำปลี แครอท ใช้วิธีคลุกแทนโขลก

ส้มตำเป็นอาหารยอดนิยมจริงดังว่า เคยมีการแข่งขันตำส้ม ตำมะละกอชิงแชมป์แห่งประเทศไทยประจำปี พ.ศ. ๒๕๓๓ ณ วิทยาลัยครูจันทรเกษม นอกจากนั้นยังจัดขึ้นอีกหลายแห่ง เช่น ที่นครราชสีมา กาฬสินธุ์ รอยเอ็ด เป็นต้น

“ข้อมูลสนับสนุนจากหนังสือ ๑๐๘ ซองคำถาม / สำนักพิมพ์สารคดี”