

# ขนมไทยปักข์ได้

ดวงพร พุ่มสุวรรณ -

ปักข์ได้มีขนบธรรมเนียมประเพณีหลายอย่างที่เก่าแก่และเป็นของตนเอง รวมทั้งเรื่องอาหารการกิน อาหารปักข์ได้หลายชนิดเป็นที่รู้จักของคนไทยต่างภาค เช่น แกงส้ม แกงพุงปลา คั่วกลิ้ง ข้าวย่ำ ขนมจิ้น และผัดสะตอ เป็นต้น ส่วนขนมก็มีหลายชนิดที่รู้จักกันกว้างขวาง เช่น ขนมพอง ขนมลา ขนมปะดา ขนม กวนขาว และขนมขี้มอด เป็นต้น

น่าสังเกตว่าอาหารและขนมหลายอย่างปัจจุบันยังเป็นที่รู้จักและนิยมกันอยู่ แต่หลายอย่างก็ถูกลืมเลือนไปตามกาลเวลา การทั้งนี้อาจจะมีสาเหตุมาจากความนิยมในรสชาติเปลี่ยนไป วัตถุดิบหายาก มีวิธีการทำยุ่งยาก มีเวลาในการปรุงจำกัด รวมทั้งสะดวกที่จะซื้อแต่ไม่สะดวกที่จะทำอย่างใดก็ได้ อาหาร และขนมหวานหลายอย่างก็ยังมีคุณค่ามีประโยชน์ที่ควรจะได้รับหรือสืบทอดต่อไป

เฉพาะขนมไทยปักข์ได้ซึ่งมีหลายชนิด บางชนิดก็ใช้กินในแต่ละวัน บางชนิดก็เก็บไว้กินนานๆ หรือนำติดตัวไปฝากญาติมิตร บางชนิดก็ทำขึ้นเพื่อใช้ในงานประเพณีต่าง ๆ ขนมไทยปักข์ได้ที่ควรรู้จัก ซึ่งเป็นขนมที่นิยมกินในชีวิตประจำวัน และยังมีให้เห็นอยู่แต่ไม่มากนัก ได้แก่ขนมปะดา ขนมกวนขาว และขนมขี้มอด ซึ่งจะได้กล่าวในรายละเอียดเป็นลำดับไปดังนี้

## ขนมปะดา

ในภาคใต้ตอนกลางตั้งแต่จังหวัดนครศรีธรรมราชลงไป ชาวปักข์ได้มักรู้จักขนมนี้ ในหมู่ชาวไทยมุสลิมเรียกว่า "ปะดาแขก" ส่วนในจังหวัดนครศรีธรรมราชมีการปรุงพิเศษออกไป เรียกว่า "ปะดาไทย" ซึ่งจะไม่ค่อยพบเห็นในจังหวัดอื่น

ลักษณะขนมปะดาทั้งสองแตกต่างกันอยู่บ้าง กล่าวคือ ขนมปะดาแขกใช้ส่วนผสมจากแป้งข้าวเจ้า ไม่จนละเอียด ใช้น้ำให้แห้ง แล้วนำแป้งมาผสมรวมกับกล้วยน้ำว่าโดยวิธีขยักกล้วยน้ำว่า จะทำให้แป้งนุ่มและเหนียว จะได้ขนมซึ่งมีลักษณะที่ดี มีรสชาติแปลกไปจากการใช้แป้งแต่เพียงอย่างเดียว ไม่นิยมใช้กล้วยน้ำว่าที่อมเกินไป เพราะน้ำตาลในกล้วยทำให้สีขนมไม่สวยเมื่อทอด ขนมปะดาแขกนิยมใส่เครื่องแกลงที่โหลกละเอียด ซึ่งมีส่วนผสมจากตะไคร้ พริกชี้หนู ขมิ้น หอม ผิวมะกรูด และเกลือ นำมาผสมกับมะพร้าวที่นึ่งที่ที่ขูดฝอยผัดให้แห้ง ถ้าผัดแห้งได้ที่ดีจะเก็บไว้นาน ๓-๕ วัน เทคนิคสำคัญของขนมปะดาแขกอยู่ที่การทำรูปทรงขนมก่อน ก่อนทอด ชาวบ้านนิยมใช้ถ้วยตราไก่หรือถ้วยที่มีคันเล็ก คือจะคว่ำก้นถ้วยลงให้ฐานก้นถ้วยอยู่ด้านบน นำผ้าสะอาด ๆ ลักษณะเป็นสี่เหลี่ยมผืนผ้าขนาดไม่ใหญ่มากนัก วางบนก้นถ้วยให้สามารถจับได้ถนัดมือ นำผ้าไปชุบน้ำแล้วบิดให้หมาด นำก้อนแป้งแผ่ออก วางบนก้นถ้วยที่รองด้วยผ้าเอาไว้ ใส่ไส้บิดแป้งให้สนิท ใช้นิ้วเจาะรูตรงกลาง ยกผ้าขึ้นแล้วนำแป้งออกทอดในกะทะที่มีน้ำมันร้อนปานกลางทันที การทอดไม่นิยมใช้ตะหลิวแต่ใช้ไม้ไผ่ที่เหลาเป็นด้ามเล็กแหลม(ชาวบ้านเรียกไม้แหลมหรือไม้แล้) เขี่ยทอดขนมจนสุกได้ที่ ใช้ไม้แล้เสียบร้อยรูขนมพาดไว้ขอบกะทะ ให้น้ำมันสะเด็ด ถ้าจะกินขนมปะดาแขกให้อร่อย ต้องกินขณะที่ยังร้อนอยู่ จะได้รับรสชาติ เพราะแป้งจะนุ่มกลิ่นของไส้ขนมจะหอมเข้าจมูก

ส่วนขนมปะดาไทย แม้จะมีลักษณะแตกต่าง

ไปจากขนมปะดาแขก แต่ก็อร่อยและแปลกไปอีกแบบหนึ่ง ขนมปะดาไทยทำจากแป้งข้าวเหนียวเป็นหลัก ถ้าต้องการให้เนื้อขนมแข็งขึ้นเล็กน้อย อาจใส่แป้งข้าวเจ้าลงไปประมาณหนึ่งกำมือ ซึ่งก็ไม่เสียหายแต่อย่างใด แป้งจะไม่ทับน้ำจนแห้งสนิท ใส่มะพร้าวขูด ใส่เกลือและพริกไทยพอให้ออกรสชาติ นวดให้เนียนจนรวมเป็นเนื้อเดียวกัน นำแป้งมาคลึงเป็นเส้นยาว ๆ แล้ววนรอบเป็นวงกลม นำกึ่งที่เด็ดหัวออกแล้วมาวางกดลงบนแป้ง ๒-๓ ตัว แล้วนำไปทอดในน้ำมันที่ร้อนปานกลาง พอเหลืองก็ใช้ไม้แฉ่สอดร้อยรูพาดไว้ขอบกะทะให้น้ำมันสะเด็ด กินขณะร้อน ๆ กับน้ำจิ้ม ซึ่งมีส่วนผสมของน้ำส้ม เกลือ น้ำตาลทราย และพริกชี้หนู ได้รสชาติอร่อยนัก

จะเห็นได้ว่าขนมปะดาแขกและขนมปะดาไทย ล้วนทำได้ไม่ยากนัก ถ้าสนใจจะทำก็อาจใช้ส่วนผสมและวิธีการดังนี้

#### ขนมปะดาแขก

##### ๑. ส่วนผสมของแป้ง

- แป้งข้าวเจ้าไม่ทับน้ำแล้ว ๒ ถ้วย
- กล้วยน้ำว่าสุก (แต่ไม่หอมมากนัก) ๒ ผล
- น้ำมันสำหรับทอด

##### ๒. ส่วนผสมของไส้

- มะพร้าวทึนทึกขูดแล้ว ๒ ถ้วย
- ตะไคร้ ๑ ต้น
- หัวหอม ๒ หัว
- พริกชี้หนูแห้ง ๖-๑๐ เม็ด
- ขมิ้น ผิวมะกรูด และเกลือ เล็กน้อย

##### ๓. วิธีทำ

- นำแป้งมาผสมกับกล้วย นวดแป้งกับกล้วยให้เหนียวจนเนียนเป็นเนื้อเดียวกัน

- โขลกเครื่องแกงให้สะอาด ใส่กะทะผัดพอหอม ใส่มะพร้าวผัดต่อไป ถ้าชอบหวานใส่น้ำตาลเล็กน้อย ปรงรสให้กลมกล่อม ผัดให้แห้ง พักไว้ให้เย็น
- นำผ้าขาวสะอาดชุบน้ำบิดให้หมาดวางบนกันด้วยที่มีขอบสูง บั่นแป้งเป็นก้อนแล้วแผ่ออกวางบนผ้า ตักไส้ใส่ปิดแป้งให้สนิท ใช้นิ้วเจาะรูตรงกลางอย่าให้เห็นไส้ แล้วยกผ้าขึ้น นำแป้งไปทอดในน้ำมันที่ร้อนปานกลาง พอเหลืองใช้ไม้แฉ่ร้อยรูพาดไว้ขอบกะทะ

#### ขนมปะดาไทย

##### ๑. ส่วนผสมของแป้ง

- แป้งข้าวเหนียวไม่ทับน้ำแล้ว ๒ ถ้วย
- มะพร้าวทึนทึกขูดแล้ว ๑ ถ้วย
- พริกไทย ๑๐ เม็ด
- กุ้งสด ๓ ชีด
- เกลือ เล็กน้อย
- น้ำมันสำหรับทอด

##### ๒. ส่วนผสมของน้ำจิ้ม

- น้ำส้มสายชู ๑/๒ ถ้วย
- เกลือ ๑ ๑/๒ ช้อนโต๊ะ
- น้ำตาล ๑ ถ้วย
- น้ำ ๑/๔ ถ้วย

- พริกชี้หนูสดโขลกละเอียด ๑๕ เม็ด
- นำส่วนผสมทั้งหมด (ยกเว้นพริกชี้หนู) เคี่ยวพอเดือดยกลงพักไว้ให้เย็นแล้วใส่พริกชี้หนู

##### ๓. วิธีทำ

- นำแป้งข้าวเหนียวนวดกับมะพร้าว เกลือ และพริกไทยให้เข้าเป็นเนื้อเดียวกัน
- เอาแป้งคลึงเป็นเส้นยาวๆ แล้ววนเป็นวงกลม นำกึ่งที่เด็ดหัวออกวางกดลงบน

แบ่งให้รอบประมาณ ๒-๓ ตัว แล้วนำไปทอดในน้ำมันที่ร้อนปานกลาง พอเหลืองใช้ไม้แฉั้วรูดเอาไขมันออกทิ้ง กินขณะร้อน ๆ กับน้ำจิ้ม

### ขนมกวนขาว

เป็นขนมดั้งเดิมที่มีอยู่ในจังหวัดนครศรีธรรมราช ส่วนจังหวัดอื่น ๆ ในภาคใต้ไม่พบเห็น ขนมกวนขาวเป็นขนมที่มีเครื่องปรุงไม่มากนัก และล้วนเป็นเครื่องปรุงพื้น ๆ แต่คนโบราณก็มีความสามารถที่จะทำให้ขนมพื้นบ้านธรรมดา เป็นขนมที่มีลักษณะรสชาติผสมกลมกลืนกันได้เป็นอย่างดี ขนมกวนขาวเหมาะกับทุกเพศทุกวัย กล่าวคือสำหรับเด็กก็จะนิ่มไม่ติดคอ สำหรับผู้ใหญ่ก็หวานมันเป็นธรรมชาติ สำหรับคนแก่ก็นิ่มคล่องคอ จึงทำให้เป็นขนมที่อยู่ในความนิยมของชาวนครจนถึงทุกวันนี้

ขนมกวนขาวตามตำรับดั้งเดิมปรุงจากแป้งข้าวเจ้าที่ไม่เจือปนเกลือ ใส่หางกะทิและน้ำปูนใส ละลายให้เข้ากัน กวนจนเหนียวก็จะได้เนื้อขนมสีขาวนวล เนื้อเหนียวหนืดไม่เปี้ยกติดมือ เก็บไว้ได้นานไม่เสีย แต่ในปัจจุบันผู้ปรุงมักจะใช้แป้งข้าวเจ้าผสมแป้งมัน ทำให้กวนได้เร็วขึ้นไม่เสียเวลา แต่เนื้อขนมจะติดมือ เพราะไม่ใช้น้ำปูน เก็บไว้ได้ไม่นานจะเสีย เนื้อขนมก็มักเหนียวและไม่เหนียวแห้งเหมือนตำรับดั้งเดิม ส่วนผสมและวิธีทำขนมกวนขาวมีดังนี้

#### ๑. ส่วนผสม

- แป้งข้าวเจ้าไม่ละเอียด (ไม่ทับน้ำ) ๒ ถ้วย
- หางกะทิ ๒ ถ้วย
- น้ำปูนใส ๒ ถ้วย
- น้ำตาลทรายเม็ดเล็ก ๒ ถ้วย
- กะทิ (ชั้นปานกลาง) ๖ ถ้วย
- ถั่วเขียวเลาะเปลือกคั่วพอเหลือง

๑ ถ้วย

เล็กน้อย

- เกลือ

#### ๒. วิธีทำ

- นำแป้งมาผสมกับหางกะทิและน้ำปูนใสคนให้เข้ากัน ใส่กะทิของเหลือง กวนไฟอ่อน ๆ กวนไปทางเดียวกัน เพื่อให้เนื้อขนมเหนียวและไม่จับเป็นลูก กวนให้ทั่วกะทะ อย่าใช้ไฟแรง เพราะจะทำให้กันกะทะไหม้ ขนมจะมีกลิ่นไหม้และสีไม่สวย เมื่อกวนได้ที่จะสังเกตเห็นว่าเนื้อขนมไม่ติดขอบกะทะ เกลงในถาดวางทิ้งไว้ให้เย็น จึงจะตัดเป็นชิ้น ๆ ได้ ถ้าตัดในขณะที่ร้อนเนื้อขนมจะติดถาด
- กะทิใส่เกลือตั้งไฟ คนไปเรื่อย ๆ พอร้อนจึงยกลง คนต่อไปให้ความร้อนลดลง (ถ้าไม่คนจะทำให้กะทิแตกมันได้) ขนมกวนขาวไม่นิยมกะทิที่มีความมันเกินไป เพราะจะทำให้เลี่ยนและไม่อร่อย
- เมื่อจะรับประทานก็ตัดเนื้อขนมรดกะทิ ใส่น้ำตาลทรายทั้งเม็ด ความหวานตามใจชอบ โรยด้วยถั่วที่คั่วแล้ว เมื่อผสมเสร็จ ควรรีบกินทันที ไม่เช่นนั้นขนมจะอืด ถั่วจะไม่กรอบซึ่งทำให้ไม่อร่อย

#### ขนมขี้มอด

คนเฒ่าคนแก่ส่วนใหญ่รู้จักขนมขี้มอดดี แต่ปัจจุบันนี้เริ่มหายไป ไม่เป็นที่นิยมของเด็กรุ่นใหม่ แม้จะให้เห็นในภาคอื่นบ้าง แต่วิธีการปรุงแตกต่างไปจากภาคใต้ เพราะชาวบึงขี้มอดนิยมใช้ข้าวตากคั่ว ไม่นิยมใช้ข้าวคั่วหรือแป้งคั่ว ในสมัยโบราณแทบทุกบ้านเมื่อมีข้าวสวยเหลือ ผู้เฒ่าผู้แก่จะไม่ทิ้งโดยเด็ดขาด แต่จะเอาไปตากแห้งเก็บไว้ และ

ท่านยังมีเทคนิคอีกว่า ถ้านำข้าวสวยมาตากเลย ข้าวตากจะไม่สวย มักจะติดกันเป็นก้อน และหากแห้งไม่สนิทก็จะมีเชื้อราเกิดขึ้น ต้องเอาข้าวสวยไปสววยไปล้างน้ำเย็นก่อน แล้วยกขึ้นมาเกลี่ยตาก ข้าวจะไม่ติดกันเป็นก้อน เมล็ดข้าวจะสวยตากแห้งได้ง่ายเมื่อแห้งสนิทดีแล้ว เก็บไว้ในภาชนะที่ปิดมิดชิด ซึ่งจะเก็บไว้ได้นานข้ามปี

ข้าวตากสามารถนำมาทำขนมได้หลายอย่าง บางครั้งนำมาคั่วให้เหลืองกรอบแล้วฉาบน้ำตาลหรือทอดให้พอง คลุกมะพร้าว น้ำตาลและเกลือ แทนข้าวเม่าก็ได้ หรือนำมาต้มกินในยามขาดแคลนก็ได้

"ซั่มอด" เป็นขนมชนิดหนึ่งที่ทำจากข้าวตากที่ชาวปักขีได้นิยมทำไว้ให้ลูกหลานกิน โดยไม่ต้องออกไปซื้อหาขนมนอกบ้าน เป็นขนมที่ทำได้ง่ายและไม่ยุ่งมือ ในสมัยยังเป็นเด็กจำได้ว่าเป็นขนมชนิดแรกที่แม่สอนให้ทำ โดยเริ่มฝึกตั้งแต่การคั่วข้าวตาก ใช้ไฟปานกลางค่อนข้างอ่อน คั่วให้ทั่วเป็นระยะ ถ้าทิ้งไว้นานข้าวก็จะไหม้ ถ้าคั่วถี่เกินไปข้าวก็จะกรอบช้า จะต้องมีจังหวะในการคั่วถ้าใช้ไฟถ่านหรือฟืนก็ต้องคอยดูไปด้วย อย่าให้แรงหรือมอด พอคั่วเสร็จตั้งทิ้งไว้ให้เย็น นำไปโม่ให้ละเอียด แล้วนำมาร่อนในตะแกรง คัดส่วนที่ละเอียดมาใช้ ส่วนที่ยังหยาบอยู่นำไปโม่ใหม่

ขนมซั่มอดทำได้สองวิธีคือ เอาข้าวตากคั่วที่โม่แล้วคลุกกับน้ำตาลทรายก็ได้ หรือถ้าต้องการให้ได้รสชาติที่อร่อยขึ้น ก็นำข้าวที่คั่วแล้วไม่รวมกับมะพร้าวที่นึ่งที่อบแห้งจนละเอียด แล้วใส่น้ำตาลทรายก็จะได้ขนมซั่มอดที่มีรสชาติอร่อย ถ้าอยากให้หอมก็อบควันเทียน แต่หากใส่มะพร้าวจะเก็บไว้ไม่ได้นาน ขนมจะเหม็นหืนได้ง่ายกว่าแบบไม่ใส่มะพร้าว หลังจากได้ ขนมซั่มอดแล้วก็นำมาใส่ในกรวยกระดาษเล็ก ๆ เพื่อสะดวกในการกินด้วยวิธีเทเข้าปาก

เด็ก ๆ มักจะเห็นขนมซั่มอดเป็นของเล่น เมื่อได้ ขนมซั่มอดมาจะรีบกินให้หมดเพื่อเอากรวยมาใส่น้ำ แล้วกรีดนิ้วดูสวยงามเหมือนโนราที่รำท่าต่าง ๆ ที่กรวยก็นิยมติดกระดาษสีสวย ๆ นอกจากนี้ยังนำมาเล่นแกล้งกันโดยกินขนมซั่มอดให้เต็มปาก แล้วจะพ่นใส่กัน ขนมก็จะพุ่งเข้าหน้าคนอื่นเป็นที่สนุกสนาน แต่ถึงอย่างไรขนมซั่มอดก็เป็นขนมแก้ขัดประจำบ้านได้เป็นอย่างดี จะชอบหรือไม่ชอบถ้าไม่มีขนมชนิดอื่นขนมซั่มอดก็อร่อยได้อยู่เหมือนกัน ขนมซั่มอดทำได้ไม่ยาก ถ้าจะลองทำก็ใช้ส่วนผสมและวิธีทำดังนี้

### ขนมซั่มอดตำรับ ๑

#### ๑. ส่วนผสม

- ข้าวตากคั่วแล้ว ๒ ถ้วย
  - น้ำตาลทรายเม็ดเล็ก ๑ ถ้วย
- (เพิ่มหรือลดได้ตามชอบ)

#### ๒. วิธีทำ

- โม่ข้าวตากคั่วให้ละเอียดร่อนด้วยตะแกรง แล้วใส่น้ำตาลคลุกให้เข้ากัน
- ทำกรวยกระดาษเล็ก ๆ ขนาดนิ้วมือ กรอกขนมซั่มอดลงไป แล้วปิดปากกรวยให้สนิทอาจตกแต่งกรวยให้สวยงามได้ด้วยกระดาษสี ขนมซั่มอดชนิดนี้เก็บไว้ได้นานนับเดือน

### ขนมซั่มอดตำรับ ๒

#### ๑. ส่วนผสม

- ข้าวตากคั่วแล้ว ๒ ถ้วย
  - มะพร้าวที่นึ่งที่อบแห้งแล้ว ๑ ถ้วย
  - น้ำตาลทรายเม็ดเล็ก ๑ ๑/๒ ถ้วย
- (เพิ่มลดได้ตามชอบ)

#### ๒. วิธีทำ

- นำข้าวตากคั่วและมะพร้าวอบแห้งไม่รวมกันให้ละเอียด ใส่น้ำตาลทรายเม็ดเล็กคลุกผสมให้เข้ากัน ถ้าต้องการให้

หอมก็อบด้วยควันเทียนก็ได้ โดยใส่  
ภาชนะที่ปิดสนิทอบไว้  
ทำกรวยเล็ก ๆ กรอกขนมขี้มอดใส่ใน  
กรวย ปิดปากกรวยให้สนิท เก็บไว้  
ได้นาน นานประมาณ ๑๐ วัน

ขนมไทยปักษได้ทั้งสามชนิดที่กล่าวข้างต้น  
นับวันจะลดถอยความนิยมลงไปจนถึงขั้นเสื่อมสูญ  
ทั้งนี้ก็เพราะขนมรุ่นใหม่เข้ามาแทนที่ มีกรรมวิธี มี  
รสชาติ และมีเทคนิคการประชาสัมพันธ์และการ  
ตลาดกว้างขวางกว่า บทความนี้จักเสนอเพื่อเป็น  
บันทึกของขนมในอดีตเอาไว้ ก่อนที่เราทั้งหลาย  
จะลืมเลือนไปตามกาลเวลา