

## อาหารพื้นบ้านในชุมชน



### ชื่ออาหาร

Bukutteh (บะกุ๊ดเต้)

### ประวัติความเป็นมาของอาหารดังกล่าว

เป็นแกงแบบจีนฮกเกี้ยนและจีนแต้จิ๋วที่นิยมรับประทานในมาเลเซีย ไต้หวัน สิงคโปร์ จีน (เช่น ฝูเจี้ยน แต้ซัว) และบางเมืองในประเทศเพื่อนบ้าน อย่างเช่น บาตัมในอินโดนีเซีย และอำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา กระบี่ และภูเก็ตในไทย ชื่อบักกุ๊ดเต้แปลตามตัวอักษรได้ว่า "เนื้อกระดูกและน้ำชา" <sup>[1]</sup>

โดยทั่วไปจะประกอบด้วยซี่โครงหมูอ่อนตุ๋นในน้ำต้มสมุนไพรและเครื่องเทศ (ได้แก่ โป๊ยกั๊ก อบเชย กานพลู ตังกุย เมล็ดยี่ห่วย และกระเทียม) เป็นเวลาหลายชั่วโมง<sup>[2]</sup> อาจมีส่วนประกอบอื่นเพิ่มเติมอย่างเครื่องในสัตว์ เห็ดชนิดต่าง ๆ ผักกาด เต้าหู้แข็ง หรือเต้าหู้ทอด และอาจมีสมุนไพรจีนอื่น ๆ เช่น *yu zhu* (เหง้าของ Solomon's Seal) และ *ju zhi* (ผล buckthorn) ที่ทำให้น้ำแกงมีรสหวานมากขึ้นและเข้มข้นขึ้นเล็กน้อย ระหว่างปรุงจะเติมซีอิ๊วขาวและด่างในน้ำแกง มีผักชีสับหรือหอมเจียวเป็นเครื่องตกแต่ง

เชื่อกันว่า บักกุ๊ดเต้เริ่มนำเข้าไปในมลายูเมื่อศตวรรษที่ 19 โดยคนงานชาวจีนจากกวางตุ้ง เฉาซัน หรือฝูเจี้ยน<sup>[3]</sup>

ปกติแล้ว บักกุ๊ดเต้จะรับประทานกับข้าวหรือก๋วยเตี๋ยว (บางครั้งอาจทำเป็นน้ำก๋วยเตี๋ยว) และมักจะมีปาห่องโก๋ไว้จุ่มกับน้ำแกง ใช้ซีอิ๊ว (ปกติจะใช้ซีอิ๊วขาว แต่อาจใช้ซีอิ๊วดำในบางครั้ง) เป็นเครื่องปรุงรสพร้อมกับ

พริกชี้หนูและกระเทียมสับ และมีเครื่องต้มเป็นชาจีน (ชาที่กวนยีนเป็นที่นิยมมากในพื้นที่ เคล้งวัลเลย์ ใน มาเลเซีย) ซึ่งเชื่อกันว่าจะช่วยเจือจางหรือละลายไขมันจำนวนมากในเนื้อหมู โดยทั่วไปแล้ว บักก๊าดเต๋ นิยมรับประทานเป็นอาหารเช้า

ความจริงแล้ว มีรายงานว่าบักก๊าดเต๋เป็นอาหารที่ช่วยเสริมจากความขาดแคลนอาหารและบำรุงสุขภาพของคนงานท่าเรือ กล่าวกันว่ามีต้นกำเนิดจากเมืองเฉียนโจวในมณฑลฝูเจี้ยน หรือจากเฉาซัน ซึ่งยังคงมีผู้รับประทานอยู่ในปัจจุบัน แล้วนำเข้ามายังเอเชียตะวันออกเฉียงใต้พร้อมกับชาวจีนโพ้นทะเล แต่ตามเรื่องราวที่เป็นไปได้มากที่สุดนั้น บักก๊าดเต๋คิดขึ้นมาโดยชาวจีนชั้นสูงคนหนึ่งจากเมืองเฉียนโจวในมณฑลฝูเจี้ยน สูตรลับถูกส่งต่อสู่เพื่อนซึ่งต่อมาเดินทางสู่เมือง เคล้ง และเป็นคนแรกที่ปรุงบักก๊าดเต๋เพื่อจำหน่าย ซึ่งต่อมากลายเป็นอาหารที่มีชื่อเสียงแล้วถูกเลียนแบบและปรับปรุงหลายครั้ง ดังนั้นตามเรื่องราวนี้จึงถือว่าชาวฮกเกี้ยนเป็นผู้คิดค้นบักก๊าดเต๋ ต่อมาชาวแต้จิ๋วได้นำบักก๊าดเต๋ไปปรุงในแบบของตนเอง ข้อแตกต่างที่มองเห็นได้ระหว่างบักก๊าดเต๋แบบฮกเกี้ยนกับแบบแต้จิ๋วคือ แบบฮกเกี้ยนจะใช้ซีอิ๊วดำและน้ำแกงมีสีเข้มกว่า ซึ่งความแตกต่างนี้ขึ้นอยู่กับารับรสของแต่ละวัฒนธรรม

#### วัตถุดิบและส่วนผสม

- ซีโครงหมู1/2 กิโลกรัม
- กระเทียม (สับ)5 กลีบ
- ซีอิ๊วขาว2 ช้อนโต๊ะ
- น้ำตาลทราย1 ช้อนโต๊ะ
- พริกไทยดำ1/4 ช้อนชา
- เกลือ10 กรัม
- ตั้งกุ่ม20 กรัม
- โสมแห้ง10 กรัม
- เห็ดหอมแห้ง (แช่น้ำ)5 ดอก
- น้ำซุ๊ปไก่1 ลิตร
- ซีอิ๊วหวาน2 ช้อนโต๊ะ
- ซอสปรุงรส3 ช้อนโต๊ะ

- เกลือ1/2 ช้อนชา
- เหย็ดเข้มข้น50 กรัม
- ปาท่องโก๋สำหรับเสิร์ฟ
- ผักกาดหอมสำหรับเสิร์ฟ
- เครื่องเทศ
- พริกไทยขาวเม็ด10 เม็ด
- ยี่หร่า1/2 ช้อนชา
- ก้านอบเชย1 ก้าน
- โป๊ยกั๊ก2 ดอก
- กานพลู5 ก้าน

## วิธีการทำ

- 1.นำซีโครงหมูมาสับเป็นชิ้นๆ หมักด้วยซีอิ๊วขาว น้ำตาลทราย พริกไทยดำและกระเทียมสับ ประมาณ 1 ชั่วโมง
- 2.นำส่วนประกอบเครื่องเทศมาห่อด้วยผ้าขาวบาง ใช้เชือกมัดรวมกันไว้
- 3.ตั้งหม้อต้มน้ำรอให้เดือด ใส่ถุงเครื่องเทศ ตั้งกุกและโสมลงไป ตามด้วยซีโครงหมูที่หมักไว้ เคี่ยวด้วยไฟกลาง ประมาณครึ่งชั่วโมง นำถุงเครื่องเทศออก
- 4.นำเห็ดหอมแห้งที่แช่น้ำจนนุ่มแล้ว และเก๋ากี้โสมตามลงไป ปิ้งรสด้วยซีอิ๊วดำหวาน ซอสปรุงรส เกลือ เคี่ยวด้วยไฟอ่อนต่อไปอีกครั้งชั่วโมง ใส่เห็ดเข็มทอง ยกออกจากความร้อน
- 5.ตักใส่ภาชนะ เสิร์ฟกับผักกาดหอมและปาท่องโก๋

## แหล่งของข้อมูล/ผู้ให้ข้อมูล

<https://www.pholfoodmafia.com/recipe/bukutteh-%E0%B8%9A%E0%B8%B0%E0%B8%81%E0%B8%B8%E0%B9%8A%E0%B8%94%E0%B9%80%E0%B8%95%E0%B9%8B/>