

## บันทึกเรื่องเล่า

### เรื่องปลาร้า

นางจิตติมา แสงขาว บ้านเลขที่ 10 หมู่ที่ 1 ตำบลโคกสะอาด อำเภอหนองแขง จังหวัดสระบุรี ได้เล่าให้ฟังว่า “การทำปลาร้านั้นเริ่มแรกทีเดียว ก็คิดว่าปลาที่สามีเราหามาได้มันมาก ทอดก็แล้ว แกงก็แล้ว ตากแดดเป็นปลาแห้งก็แล้ว มันก็ยังไม่หมดเสียที เลยมาคิดว่าเราจะทำอะไรได้อีกที่มันสามารถเก็บไว้ได้นานๆ ไม่เสีย ก็เลยลองมาทำปลาร้าดู ตอนที่ทำครั้งแรกก็ลองอยู่หลายสูตรเหมือนกัน จนในที่สุดก็มาจบที่สูตร ปลาสด 20 กิโลกรัม เกลือ 1 กิโลกรัม และรำอ่อน 5 กิโลกรัม” นางบุญรวม รื่นอายุ บ้านเลขที่ 30 หมู่ที่ 6 ตำบลม่วงหวาน อำเภอหนองแขง จังหวัดสระบุรี ได้ถามว่า “ปลาร้าที่ทำบางครั้งมันสีกลิ้นไม่ดี เวลามากินก็รู้สึกว่ามันไม่อร่อย มันขมๆ เป็นเพราะอะไร” นางพรรณา จำลองพิมพ์ บ้านเลขที่ 43 หมู่ที่ 10 ตำบลไก่อ่ซ่า อำเภอหนองแขง จังหวัดสระบุรี ได้กล่าวว่า “จะเป็นไปได้หรือเปล่าว่าขมจะเกี่ยวกับปลา แล้วปลาที่ใช้ควรเป็นปลาอะไร ถึงจะดีและกินอร่อย” นางจิตติมา ได้ตอบว่า “จริงๆแล้วปลาที่ใช้ก็ใช้ได้ทุกชนิด เพียงแต่ว่าปลาที่เราใช้ควรจะเป็นปลาที่มีความสดใหม่ เป็นปลาประเภทเดียวกัน ขนาดตัวเท่าๆกัน เพราะว่าเวลาปลาร้าใช้ได้มันจะได้ใช้ได้พร้อมๆกัน ที่บ้านเราเรียกว่า เข้าเนื้อนั้นแหละ ความเค็มมันจะได้เข้าถึงปลาแต่ละตัวเค็มเท่าๆกัน และที่สำคัญปลาไม่ควรค้างคิ่นนาน เพราะถ้าเราปล่อยไว้นาน ปลามันจะมีกลิ่นถึงเอามาล้างทำความสะอาดอย่างดีก็เถอะ ความอร่อยก็จะลดลงไปด้วย” นางสมบัติ รื่นอายุ บ้านเลขที่ 58 หมู่ที่ 6 ตำบลม่วงหวาน อำเภอหนองแขง จังหวัดสระบุรี ได้บอกว่า “นอกจากปลาที่สดแล้ว เทคนิคการทำให้ปลาร้าหอมอร่อย ที่บ้านฉันทำ รำที่ใช้เป็นรำอ่อน ก่อนที่เราจะคลุกเคล้าให้เข้ากันกับปลานั้น ฉันจะนำรำไปคั่วไฟอ่อนๆก่อนแล้วตั้งทิ้งไว้ให้เย็น จากนั้นจึงนำไปคลุกเคล้า ฉันว่ามันหอมดี” นางจิตติมา แสงขาวได้เล่าอีกว่า “ปลาที่เราทำความสะอาดควรล้างน้ำแล้วผึ่งให้สะเด็ดน้ำเพราะถ้าปลามีน้ำมากเกินไปจะทำให้คุณภาพไม่ดีน้ำปลาร้ามันจะมาก เมื่อปลาสะเด็ดน้ำดีแล้ว เราก็ใช้เกลือครึ่งกิโล มาคลุกเคล้ากับปลา จากนั้นเราก็หมักทิ้งไว้ 1-2 คิ่น พอได้ 1-2 คิ่นแล้ว เราก็ใส่ส่วนผสมที่เหลือลงไปโดยนำเกลือที่เหลืออีกครึ่งกิโลกับรำอ่อนมาโขลกให้เข้ากันดี แล้วนำลงไปคลุกกับปลาที่เราหมักไว้แล้ว 2 คิ่น บรรจุใส่ภาชนะที่แห้งสะอาดปิดฝาให้สนิท หมักทิ้งไว้ประมาณ 4-6 เดือน” นางจิตติมา ถามว่า “ป่าแล้วสูตรของป่าแล้วทำอย่างไรบ้าง” นางแล้ รัตนจิตร บ้านเลขที่ 3 หมู่ที่ 1 ตำบลโคกสะอาด อำเภอหนองแขง จังหวัดสระบุรี ได้บอกว่า “สูตรที่ป่าทำของป่าทำในปริมาณน้อย ของป่าจะใช้ปลาสด 10 โล เกลือ ครึ่งโล รำ 3 โล ขั้นตอนการทำก็เหมือนกับที่เขาทำทุกๆไปแต่ของป่าอาศัยคลุกเกลือให้นานหน่อยให้เกลือเข้าเนื้อปลาได้ดี หมักทิ้งไว้ 2-3 วัน จากนั้นก็นำมาคลุกเคล้ากับรำ คลุกให้เข้ากัน แล้วก็นำลงไปอัดไว้ในไห ก่อนที่...

ก่อนที่จะปิดฝานั้นจะโรยเกลือเม็ด แล้วปิดปากไหด้วยกาบไผ่ ตั้งทิ้งไว้ 6-8 เดือน จากนั้นก็จะเริ่มนำมากิน” นางจิตติมา ได้ถามว่า “แล้วป่าแล้วใช้รำอ่อนหรือรำท้าวๆไป” นางแล้ ตอบว่า “รำที่ใช้ก็เป็นรำอ่อนเหมือนๆ กันนั้นแหละเวลาเรียกฉันจะเรียกรำเฉยๆ” นางบุญรวม ถามว่า “แล้วเราจะรู้ได้อย่างไรว่าสัดส่วนที่เราใช้มันพอดี ฉันเคยทำแล้วแต่ตัวปลา มันไม่เหมือนอย่างที่เขายกกันเลย” นางพรรณนา ได้บอกว่า “ถ้าเราจับตัวปลาแล้วตัวปลาอ่อนอยู่ ก็ให้เพิ่มเกลือและรำอ่อนลงไปอีกผสมให้เข้ากันดีๆ หลังจากนั้น 2-3 วัน ปลาที่เราหมักไว้มันก็จะเริ่มแข็งตัวขึ้น ลองเอากลับไปทำดูนะ ฉันทำแล้วฉันว่ามันใช้ได้”

สรุปเนื้อหาจากการเล่าเรื่อง

### 1. ส่วนผสมที่ใช้ในการทำปลาร้า

- ปลาสด ประเภทเดียวกัน ขนาดตัวเท่าๆกัน 20 กิโลกรัม
- เกลือเม็ด 1 กิโลกรัม
- รำอ่อน 5 กิโลกรัม

### 2. ขั้นตอนการทำ

- นำปลามาล้างทำความสะอาดให้เรียบร้อย ตั้งทิ้งไว้ให้ปลาสะเด็ดน้ำ
- นำปลามาคลุกเคล้ากับเกลือครึ่งกิโลกรัม การคลุกควรคลุกให้เข้ากันดีๆ ทิ้งไว้ 1-2 คืน
- นำเกลือและรำอ่อนส่วนที่เหลือมาผสมให้เข้ากันให้ทั่ว
- นำปลาที่คลุกแล้วมาบรรจุในภาชนะที่มีฝาปิดสนิท หรือนำมาใส่ไว้ในไหแล้วปิดให้สนิท ตั้งทิ้งไว้ 6-8 เดือน จึงนำออกมารับประทานได้

### 3. เทคนิคในการทำ

- รำอ่อนที่ใช้ผสมควรนำรำไปคั่วไฟอ่อนๆ ก่อน แล้วตั้งไว้ให้เย็นจึงนำไปคลุกกับปลา
- ถ้าปลาเนื้ออ่อนไม่แข็งสักทีให้เพิ่มเกลือและรำเข้าไปอีกจะทำให้เนื้อปลาแข็งขึ้นได้
- การปิดปากไหหรือภาชนะด้วยกาบไผ่ช่วยให้เนื้อปลาดีสวย เนื่องจากน้ำท่วมตัวปลาทั่วถึง