

แกงบอน

บอนเป็นพืชพื้นบ้านที่ขึ้นทั่วไปตามห้วยหนองคลองบึง บอนนำมาทำอาหารได้ แต่นำมาทำเลยทันทีไม่ได้เพราะบอนมียางที่ทำให้คัน จึงต้องมีวิธีการจัดการบอนก่อนนำมาแกง และยังต้องพิถีพิถันขณะแกงด้วย

ที่บ้านผมแม่ครัวท่านจะเผาบอนก่อนแกง ท่านว่าเผาก่อนแล้วจะหอม ป้องกันไม่ให้คันด้วย ไม่เผาก็แกงได้ แต่เผาแล้วร่อยกว่า และลดโอกาสเสี่ยงที่กินแล้วจะคันได้ด้วย

เลือกตัดบอนที่เป็นทางแก่ ๆ โดยสังเกตที่เป็นทางใหญ่และแยกมาออกจากต้น ทางแก่และใหญ่จะให้เนื้อบอนมากกว่าทางอ่อน เมื่อตัดแล้วจึงนำมาเผา จะก่อกองฟืนหรือตั้งเตาถ่านเผาเอาก็ได้ เมื่อไฟติดแล้วเอาบอนขึ้นย่างเผาบนไฟ พอทางบอนโดนความร้อนน้ำยางบอนจะซึมออกมา ยางนี้แหละที่ทำให้คัน เผาออกแล้วก็ช่วยให้หายคัน สังเกตดูว่าเปลือกของทางที่เป็นสีเขียวไหม้ไฟดีแล้ว จึงเขี่ยทางบอนออกจากไฟนำไปแช่น้ำ จากนั้นจึงมาลอกเปลือกทางบอนออกให้หมด ล้างให้สะอาด บีบน้ำออก แล้วตัดเป็นท่อนให้พอดีคำก็สามารถนำไปแกงได้

วิธีทำ

โซลกปลาตำแกงกับพริกแกงส้มรอไว้

ใส่บอนที่ทำไว้ลงในหม้อน้ำกะทิในขณะที่น้ำกะทียังเย็นแล้วยกขึ้นตั้งไฟ

มีเคล็ดอยู่ว่าแกงบอนนี้ต้องแกงน้ำเย็น คือ ใส่บอนลงในน้ำกะทิตั้งแต่ยังเป็นน้ำเย็น และระหว่างแกงห้ามคนเด็ดขาด ไม่เช่นนั้นจะเสียทั้งหม้อกินแล้วคัน

เมื่อคนหม้อแกงไม่ได้ แลมน้ำพริกแกงบอนยังมีน้ำหนักจากปลาตำแกง ถ้าใส่พริกแกงไว้กันหม้ออย่างแกงอื่น ๆ กว่าบอนจะสุกเปื่อยพริกแกงก็ไหม้กัน แม่ครัวแต่ก่อนมาท่านจึงค่อย ๆ เอาพริกแกงใส่บนบอนที่ลอยอยู่ปากหม้อ ให้พริกแกงให้ค่อย ๆ ละลายลงไปในหม้อ จังหวะที่ได้เวลากะทิเดือด ก็จะดันพริกแกงให้พล่านอยู่ในหม้อ พริกแกงก็ไม่ไหม้



เมื่อบอนสุกเปื่อยแล้วจึงปรุงรสหวานด้วยน้ำตาลโตนด รสเปรี้ยวด้วยส้มมะขามเปียกตามชอบ จะเติมเค็มด้วยน้ำปลาด้วยก็ได้ถ้าพริกแกงยังไม่เค็มพอ

แกงบอนมีความเข้มข้นด้วยปลาตำแกงอยู่แล้ว จะใส่น้ำมันเพิ่มหรือไม่ก็ได้ ที่นิยมใส่กันคือเนื้อหอยแมลงภู่มั้ต้มเปลือกก็เข้ากันดี และก่อนจะยกขึ้นจากเตาให้ฉีกใบมะกรูดใส่ลงไปเพิ่มความหอมก็เป็นอันเสร็จ บางท่านใช้ต้นบุกมาแกงอย่างบอนก็มี แต่ไม่ต้องเผาบุกอย่างบอน

แกงบอนเป็นของทำยากเพราะบอนที่เป็นวัตถุดิบหลักมีพิษคือความคัน คนแต่โบราณจึงคิดหาวิธีการในการจัดการจนนำมาทำเป็นอาหารได้ แต่ต้องมีขั้นตอนซับซ้อนหลายประการจนได้สูตรสำเร็จเป็นภูมิปัญญาด้านอาหารถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่นให้ได้ปฏิบัติ ไม่ต้องลองผิดลองถูกกันให้เสียเวลาอีก เรื่องแกงบอนนี้แม่ครัวท่านสอนสั่งกันมาอย่างเข้มงวด กำชับให้แกงให้ดี อย่าให้ผิดขั้นตอน เพราะถ้าพลาดคนแกงคนเดียว แต่มีผลกับคนกินหลายคน