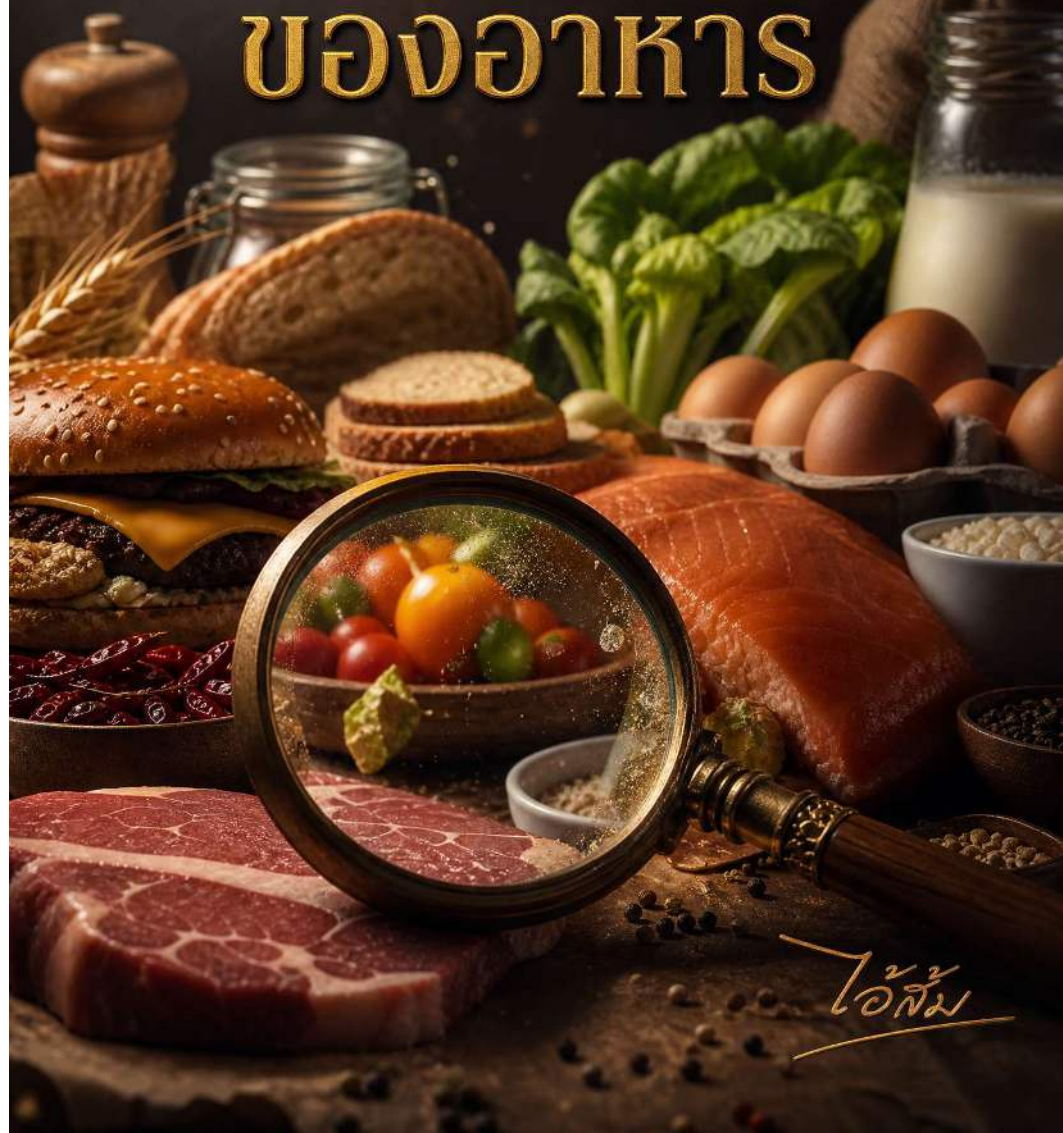


ความลับ ของอาหาร



ไอศีม

สารบัญ

บทนำ คำเตือนก่อนเปิดตู้เย็น	4
บทที่ 1 แอปเปิลในมือคุณอาจแก่กว่าที่คุณคิด	6
บทที่ 2 วาซาบิที่คุณกิน... ของปลอมทั้งนั้น!	13
บทที่ 3 สีแดงแสนอร่อยที่มาจากแมลง	19
บทที่ 4 สับปะรด ผลไม้ที่กำลังกินคุณกลับ	26
บทที่ 5 น้ำผึ้ง อ้วกผึ้งที่ไม่มีวันบูด	32
บทที่ 6 แคลมอนเลียงไม่ได้มีสีส้มตั้งแต่เกิด	38
บทที่ 7 ความตายของต่อในลูกมะเดื่อ	46
บทที่ 8 พริก ยิ่งเจ็บยิ่งอร่อย	54
บทที่ 9 แครอทสีส้มคือเรื่องการเมือง	60
บทที่ 10 ลูกจันทน์เทศ เครื่องเทศลวงตา	67
บทที่ 11 ไวท์ช็อกโกแลตที่ไม่ใช่ช็อกโกแลต	73
บทที่ 12 มันฝรั่งสีเขียวคือยาพิษ	80
บทที่ 13 ซอสมะเขือเทศเคยเป็นยารักษาโรค	86
บทที่ 14 ซีสแสนอร่อยมาจากกระเพาะลูกวัว	92
บทที่ 15 มาเพียน้ำมันมะกอก	98
บทที่ 16 ผงชูรส แพะรับบาปแห่งวงการอาหาร	105
บทที่ 17 วันหมดอายุ ตัวเลขที่ล่อลวงให้เราทิ้งของดี	112
บทที่ 18 น้ำตาล ยาเสพติดถูกกฎหมายที่ซ่อนอยู่ในทุกคำ	118
บทที่ 19 กาแฟสกัดคาเฟอีน	125
บทที่ 20 อาหารแห่งอนาคต	132

ไอ้ส้ม

เกี่ยวกับผู้เขียน : แมวส้มตัวหนึ่ง



ผลงาน : ค้นจากชื่อ "ไอ้ส้ม" ได้ใน
Online Book Store ที่ต่างๆ

ช่องทางติดต่อ : 9bearkung@gmail.com



บทที่ 0 คำเตือนก่อนเปิดตู้เย็น

ของกินแสนธรรมดาที่แช่ไว้ในนั้น คือสิ่งที่คุณคิดว่ามันเป็นจริงๆ
หรือเปล่า

ลองนึกภาพตอนกลางดึกที่คุณตื่นขึ้นมาด้วยความหิว ท่ามกลางความมืดมิดของบ้าน
คุณเดินตรงไปที่ตู้เย็น เอื้อมมือเปิดประตู แสงไฟสีขาวสว่างวาบสาดส่องกระทบใบหน้า
และวัตถุดิบที่เรียงรายอยู่บนชั้นวาง ผักกาดหอมเหี่ยวๆ นมสดครึ่งขวด และไข่ไก่สอง
สามฟอง ทุกอย่างดูปกติจนกระทั่งคุณสังเกตเห็นเงาของพวกมันที่ทอดยาวบิดเบี้ยวไป
ตามผนังตู้เย็น ราวกับกำลังซ่อนความลับบางอย่างเอาไว้ภายใต้รูปลักษณ์อันแสน
ธรรมดา

เรามักตัดสินอาหารจากสิ่งที่ตาเห็น สีสันที่สดใส รูปทรงที่สมบูรณ์แบบ และผิวที่ดู
เต่งตึงไร้รอยตำหนิ ทำให้เราเชื่ออย่างสนิทใจว่านั่นคือสัญลักษณ์ของความสดใหม่
และคุณค่าทางโภชนาการ แต่ในความเป็นจริงแล้ว รูปลักษณ์ภายนอกอันสวยงาม
เหล่านี้อาจเป็นเพียงภาพลวงตาที่ถูกสร้างขึ้นมาอย่างแนบเนียน

ระบบอุตสาหกรรมอาหารในปัจจุบันเข้าใจจิตวิทยาการบริโภคของเราเป็นอย่างดี
พวกเขารู้ว่าเราคาดหวังจะเห็นอะไรบนชั้นวางสินค้า จึงไม่แปลกที่เรามักจะถูก
หลอกด้วยเทคนิคต่างๆ ตั้งแต่การคัดสายพันธุ์ การควบคุมอุณหภูมิ ไปจนถึง
การเคลือบผิวให้คุณงาม ความแตกต่างระหว่างสิ่งที่เราคิดว่ากำลังกินกับสิ่งที่เรา
กินเข้าไปจริงๆ นั้นกว้างกว่าที่หลายคนคาดคิด อาหารหน้าตาธรรมดาที่เราคุ้นเคย
อาจมีกลไกและเทคโนโลยีที่ซับซ้อนซ่อนอยู่เบื้องหลัง ตั้งแต่จุดเริ่มต้นในฟาร์มไป
จนถึงวินาทีที่มันถูกเสิร์ฟลงบนโต๊ะอาหารของคุณ

เนื้อหาหลังจากนี้จะพาคุณไปเปิดตู้เย็นและสำรวจวัตถุดิบพื้นฐานที่คุณกินอยู่
ทุกวันด้วยมุมมองที่เปลี่ยนไป เราจะค่อยๆ กะเทาะเปลือกความลับที่ซ่อนอยู่ใน
อาหารแต่ละชนิด เพื่อให้คุณได้เห็นความจริงที่ถูกปิดบังไว้เบื้องหลังความอร่อย

ลองเริ่มต้นด้วยการนึกถึงผลไม้ที่คุณเรียบง่ายและคุ้นตาที่สุด เมื่อคุณหยิบผลไม้สี
แดงสดที่ดูสมบูรณ์แบบขึ้นมาไว้ในมือ คุณอาจจินตนาการภาพว่ามันเพิ่งถูกเด็ดลง
มาจากกิ่งเมื่อไม่กี่วันก่อน แต่ในโลกของอาหารยุคใหม่ เวลาอาจไม่ได้เดินเป็น
เส้นตรงอย่างที่เรารู้เข้าใจ เฉลียวๆ ความสดใหม่ที่คุณกำลังจะกัดลงไป อาจมี
ความลับเรื่องอายุขัยที่ยาวนานจนคุณต้องประหลาดใจ



บทที่ 1 แอปเปิลในมือคุณอาจแก่กว่าที่คุณคิด

ความจริงชวนอึ้งเบื้องหลังความสดกรอบของผลไม้ที่คุณกินทุกวัน

ลองนึกภาพตอนที่คุณเพิ่งกัดแอปเปิลสีแดงสดกรอบๆ รสชาติหวานอมเปรี้ยวแผ่ซ่านไปทั่วปาก คุณอาจคิดว่ามันเพิ่งถูกเด็ดมาจากต้นเมื่อไม่กี่วันก่อน แต่ความจริงอาจทำให้คุณต้องหยุดเคี้ยว เพราะแอปเปิลลูกนั้นอาจมีอายุเกือบหนึ่งปีเต็ม! เทคโนโลยีห้องเย็นล้ำยุคในปัจจุบันสามารถหยุดเวลาของผลไม้ได้ ทำให้ความสดใหม่ถูกแช่แข็งไว้อย่างสมบูรณ์แบบเบื้องหลังเปลือกที่สวยงาม

คุณเคยสงสัยไหมว่าทำไมเราถึงมีแอปเปิดสตรอบให้กินตลอดทั้งปี ทั้งที่ฤดูเก็บเกี่ยวจริงๆ มีเพียงช่วงสั้นๆ คำตอบซ่อนอยู่ในเทคโนโลยีที่เรียกว่าห้องควบคุมบรรยากาศ เมื่อแอปเปิดถูกเก็บเกี่ยว พวกมันจะถูกส่งเข้าไปในห้องปิดที่ขนาดใหญ่มากๆ ในห้องนี้ไม่ได้มีแค่ความเย็นจัดเท่านั้น แต่ยังมีการดูดเอาออกซิเจนออกไปจนเกือบหมด และแทนที่ด้วยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ สภาพแวดล้อมแบบนี้บังคับให้แอปเปิดเข้าสู่ภาวะจำศีล กระบวนการสุกและเน่าเสียจะถูกหยุดเวลาเอาไว้ราวกับมีเวทมนตร์ เซลล์ของผลไม้จะแทบหยุดหายใจ ทำให้ความกรอบและสีส้มยังคงเดิมไม่เปลี่ยนแปลง

“แอปเปิดที่คุณกัดกินอย่างเอร็ดอร่อยในวันนี้ อาจถูกเด็ดออกจากต้นมาตั้งแต่ปีที่แล้ว”

ด้วยเทคโนโลยีล้ำสมัยนี้ แอปเปิดจึงสามารถนอนหลับใหลอยู่ในห้องเย็นได้นานถึงสิบสองเดือนเต็ม ก่อนจะถูกปลุกให้ตื่นอีกครั้งเมื่อถึงเวลาส่งไปยังซูเปอร์มาร์เก็ตใกล้บ้านคุณ ความจริงข้อนี้อาจทำให้หลายคนรู้สึกประหลาดใจ เพราะเรามักเชื่อมโยงความสดใหม่เข้ากับระยะเวลาที่เพิ่งเก็บเกี่ยว แต่ในอุตสาหกรรมอาหารยุคปัจจุบัน ความสดถูกนิยามใหม่ด้วยการรักษาสภาพให้สมบูรณ์ที่สุด ไม่ใช่อายุของผลผลิตอีกต่อไป เมื่อรู้แบบนี้แล้ว ครั้งต่อไปที่คุณหยิบผลไม้สีสวยจากชั้นวาง ลองจินตนาการดูว่า ผลไม้ในมือคุณเดินทางผ่านกาลเวลามาเนิ่นนานแค่ไหนกว่าจะมาถึงจานอาหารของคุณ



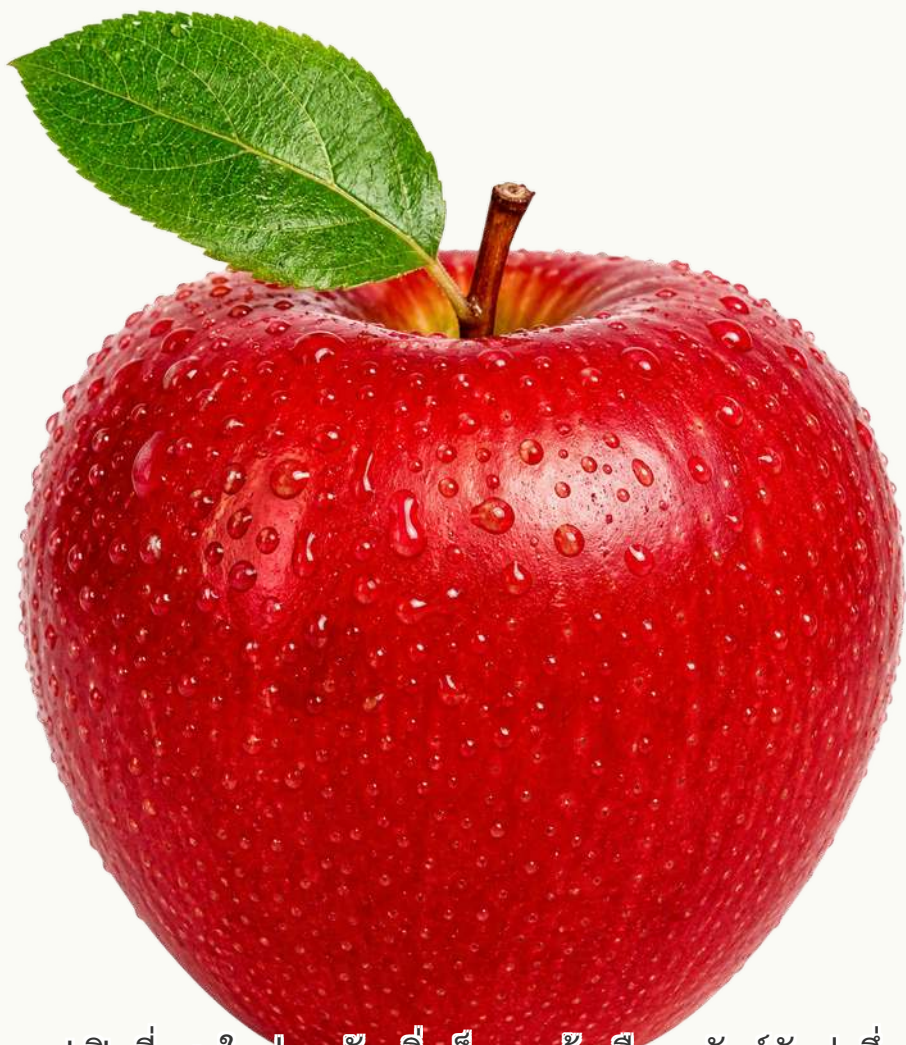
บรรยากาศภายในห้องควบคุมบรรยากาศที่ช่วยยืดอายุผลไม้ให้สดใหม่

ความลับของการหยุดเวลาให้ผลไม้สดใหม่อยู่เสมอ ซ่อนอยู่ในห้องขนาดใหญ่ที่เรียกว่าห้องควบคุมบรรยากาศ ลองจินตนาการถึงห้องนิรภัยขนาดยักษ์ที่ปิดทึบสนิท ภายในเต็มไปด้วยลังแอปเปิ้ลที่เรียงซ้อนกันจนเกือบถึงเพดาน

เมื่อปิดประตูห้อง ระบบจะเริ่มทำงานโดยการดูดเอาออกซิเจนออกไปจนเกือบหมด จากปกติที่อากาศรอบตัวเรามีออกซิเจนอยู่ประมาณ 21 เปอร์เซ็นต์ ในห้องนี้จะถูกปรับลดให้เหลือเพียง 1 ถึง 2 เปอร์เซ็นต์เท่านั้น จากนั้นจะเติมก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์และไนโตรเจนเข้าไปแทนที่ พร้อมกับลดอุณหภูมิลงให้เย็นจัดจนเกือบถึงจุดเยือกแข็ง

สภาพแวดล้อมที่ถูกควบคุมอย่างเข้มงวดนี้ทำให้ผลไม้เข้าสู่สภาวะจำศีล กระบวนการหายใจของแอปเปิ้ลจะช้าลงอย่างมากจนแทบจะหยุดนิ่ง การสุกถูกระงับไว้ชั่วคราวเหมือนเราดักpumหยุดเวลา แอปเปิ้ลจึงไม่เหี่ยว ไม่เน่าเสีย และยังคงความกรอบอร่อยไว้ได้นานหลายเดือน

เทคโนโลยีนี้ไม่ได้ใช้แค่กับแอปเปิ้ลเท่านั้น แต่ยังเป็นเบื้องหลังความสดใหม่ของผลไม้และผักอีกหลายชนิดที่เราซื้อกินกันนอกฤดูปลูก นี่คือเวทมนตร์ทางวิทยาศาสตร์ที่ทำให้เรามีผลไม้สดๆ กินตลอดทั้งปี แม้ว่าฤดูปลูกเก็บเกี่ยวจะผ่านพ้นไปนานแล้วก็ตาม



แอปเปิ้ลที่ดูสดใหม่ราวกับเพิ่งเด็ดจากต้น คือผลลัพธ์อันน่าทึ่ง
ของเทคโนโลยีที่สามารถหยุดเวลาเอาไว้ได้

แม้แอปเปิลที่ผ่านการจำศีลในห้องควบคุมสภาพอากาศจะดูสดใหม่ กรอบ ร้อย และมีสีส้มสวยงามราวกับเพิ่งเด็ดออกจากต้น แต่ภายใต้ความสมบูรณ์แบบนั้นมีความเปลี่ยนแปลงบางอย่างซ่อนอยู่

- วิตามินที่เลือนหายไป

แม้รูปลักษณ์ภายนอกจะถูกหยุดเวลาเอาไว้ได้ แต่คุณค่าทางโภชนาการไม่อาจต้านทานธรรมชาติได้ทั้งหมด วิตามินซีและสารต้านอนุมูลอิสระบางชนิดจะค่อยๆ สลายตัวไปตามระยะเวลาการเก็บรักษา ยิ่งเก็บไว้นานเท่าไร สารอาหารที่เคยอัดแน่นก็ยิ่งลดน้อยลงเท่านั้น

- กลิ่นหอมที่จางลง

ผลไม้ตามธรรมชาติจะมีกลิ่นหอมเฉพาะตัวที่เตะจมูกเมื่อสุกงอม แต่ผลไม้ที่ถูกหยุดเวลาไว้มักจะสูญเสียสารระเหยที่สร้างกลิ่นหอมเหล่านั้นไป ทำให้แอปเปิลที่ดูน่ากินอาจไม่มีกลิ่นหอมหวานชวนลิ้มลองเหมือนแอปเปิลที่เพิ่งเก็บเกี่ยวใหม่ๆ

- รสชาติที่ขาดมิติ

ความหวานและความฉ่ำของเนื้อผลไม้อาจยังคงอยู่ แต่ความซับซ้อนของรสชาติมักจะลดลง กระบวนการทางเคมีในเนื้อผลไม้ที่ถูกชะลอไว้ทำให้การพัฒนารสชาติไม่สมบูรณ์แบบเหมือนการสุกตามธรรมชาติ บางครั้งเราจึงรู้สึกว่าการกินผลไม้ที่แช่ตู้เย็นมีรสชาติจืดชืดหรือแปร่งไปจากที่ควรจะเป็น

ความสวยงามภายนอกอาจไม่ได้สะท้อนถึงคุณค่าที่ซ่อนอยู่ภายในเสมอไป



SAMPLE VERSION

This is a sample version.

Only the first few pages are included.

Purchase the full version
to access all content.