



สถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทยจังหวัดปัตตานี กรมประชาสัมพันธ์

ที่อยู่ 352 ม.6 ถ.ปากน้ำ ต.รูสะมิแล อ.เมืองปัตตานี จ.ปัตตานี 94000

Page : Facebook สวท.ปัตตานี NEWS โทร. 0-7346-0064

ดูปุะชุตง : หมักต้มหวานยัดไส้ข้าวเหนียว เมนูง่ายงามสามัญพื้นถิ่นชายแดนใต้

ดูปุะชุตง หากเป็นผู้คนที่อยู่นอกพื้นถิ่นสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ อาจจะไม่รู้จักหรือไม่เคยได้ยิน เพราะอาจเป็นคำศัพท์ที่ไม่คุ้นหูกันนัก แต่หากเป็นชาวพื้นถิ่นก็จะรู้จักกันดี เป็นเป็นคำที่ถอดเสียงมาจากภาษาอาหรับ ของพี่น้องชาวมุสลิมที่ใช้กัน และแม้กระทั่งผู้เฒ่าผู้แก่ในพื้นที่ที่มีวิถีชีวิตร่วมอยู่ในสังคมพุทธ มุสลิม การสื่อสารภาษาอาหรับก็จะสามารถสื่อสาร ฟังกันรู้เรื่อง รู้ความหมาย

ดูปุะชุตง คืออะไร! ดูปุะชุตง มาจากคำว่า “ดูปุะ” กับ “ชุตง” ดูปุะ หมายถึงข้าวเหนียวต้มหนึ่ง ส่วน ชุตง หมายถึง ปลาหมึก เมื่อรวมคำกัน เป็นดูปุะชุตง ก็หมายถึง ปลาหมึกยัดไส้ข้าวเหนียวที่ต้มหวาน ซึ่งเป็นเมนูอาหารที่หากินกันได้ง่ายในแถบจังหวัดปัตตานี ยะลา นราธิวาส อันเป็นอาหารที่เป็นอาหารกึ่งของควากึ่งของหวาน ซึ่งคนสมัยโบราณได้คิดสูตรการต้มปลาหมึกยัดไส้ข้าวเหนียวเพื่อต้มหวาน เป็นเมนูที่มีมานานแล้ว เพราะว่าแถบถิ่นนี้ผู้คนจะมีวิถีผูกพันกับทะเล ปลาหมึกซึ่งเป็นผลผลิตจากท้องทะเล จึงสามารถนำมาปรุงเป็นอาหารได้หลากหลายเมนู ซึ่ง “ดูปุะชุตง” ก็เป็นอีกหนึ่งเมนูที่สืบสานมาจากยุคสู่ยุค

“ดูปุะชุตง” ปลาหมึกยัดไส้ข้าวเหนียว หวานมัน อาหารพื้นถิ่นชาวมุสลิม 3 จังหวัดชายแดนใต้ที่หาทานยากและมีความโดดเด่นในเอกลักษณ์วัฒนธรรมของคนในพื้นที่ ซึ่งคนที่จะทำ “ดูปุะชุตง” เป็นจะได้รับ การสืบทอดจากรุ่นสู่รุ่นที่มักจะทำให้ลูกหลานทานกันในบ้าน ได้ถูกนำมาถ่ายทอดให้กับประชาชนและ นักศึกษาซึ่งเป็นคนรุ่นใหม่โดยวิทยาลัยชุมชนยะลา เพื่อเป็นการอนุรักษ์อาหารพื้นถิ่นของชาว 3 จังหวัดให้คงอยู่ รวมถึงยังต่อยอดสร้างอาชีพและรายได้อีกด้วย

สำหรับส่วนประกอบวัสดุหลักของดูปุะชุตง ก็จะมีปลาหมึก น้ำตาลแว่น ข้าวเหนียว กะทิ เกลือ ส่วน การทำนั้นค่อนข้างจะยุ่งยาก ใช้เวลานานกว่าขนมอีกหลายๆ อย่าง แต่เมื่อทำเสร็จ ผู้ที่รับประทานเข้าไปก็จะรู้ ถึงความอร่อยของดูปุะชุตง ที่มีรสชาติมันๆ ของกะทิและหวานๆ จากน้ำตาลแว่น โดยไม่มีกลิ่นคาวของ ปลาหมึก เนื่องจากได้ใช้ใบตะไคร้มาเป็นตัวดับกลิ่นคาว

ขั้นตอนการทำ

1. ล้างข้าวเหนียวและแช่ทิ้งไว้ 3-5 ชั่วโมง (ถ้าแช่นานเวลาต้มจะสุกไวขึ้นและข้าวก็นุ่มกว่า) หลังจากแช่ข้าวเหนียวได้ที่แล้วเทใส่ตะกร้าตาถี่ให้สะเด็ดน้ำพักไว้ (เก็บน้ำแช่ข้าวเหนียวไว้ล้างปลาหมึกเพื่อดับกลิ่นคาว)
2. ล้างปลาหมึกด้วยน้ำซาวข้าวลวกหนังและแยกหัวและตัว ปากและตาตัดทิ้ง พักให้สะเด็ดน้ำ
3. เทหัวกะทิใส่กระทะตามด้วยข้าวเหนียวปรุงรสด้วยเกลือ น้ำตาลมะพร้าวครึ่งแว่น ผัดให้ข้าวดูต ซึมหัวกะทิพอแห้งๆไม่ต้องถึงกับข้าวสุก. ตักออกมาพักให้เย็น
4. นำข้าวที่ผัดกับกะทิที่เย็นแล้วมาตักกรอกและยัดใส่ตัวปลาหมึกให้แน่น (แต่อย่าให้แน่นมากเวลาต้มตัวปลาหมึกจะแตก)



สถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทยจังหวัดปัตตานี กรมประชาสัมพันธ์

ที่อยู่ 352 ม.6 ถ.ปากน้ำ ต.รูสะมิแล อ.เมืองปัตตานี จ.ปัตตานี 94000

Page : Facebook สวท.ปัตตานี NEWS โทร. 0-7346-0064

5. นำหนวดปลาหมึกมายัดปิด ใช้ไม้กลัดโดยเสียบจากด้านข้างให้ทะลุไปถึงอีกด้านเพื่อไม่ให้ข้าวเหนียวล้นออกมาเวลาต้ม

6. นำน้ำตาลมะพร้าวมาสับและใส่กระทะลงไปเคี่ยวใช้ไฟอ่อนๆและหมั่นคนจนเป็นสีน้ำตาลไหม้ตามภาพ(เวลาต้มเคี่ยวจะได้หอมกลิ่นน้ำตาลและสีเข้มสวยแต่อย่าให้ถึงกับไหม้ นะคะจะเหม็นไหม้และขม) ค่อยๆเทกะส่วนหางลงไป คนๆให้เข้ากันตามด้วยตะไคร้หรือใบเตยปรุงรสด้วยเกลือและผงปรุงรสเล็กน้อย

7. พอกะทิเดือดค่อยๆวางปลาหมึกลงไปจนหมดไม่ต้องคนเพราะกลัวส่วนหัวจะหลุด ถ้าน้ำกะทิไม่ท่วมปลาหมึกเติมเล็กน้อย ปิดฝาและต้มเคี่ยวไฟอ่อนๆไปจนน้ำงวดและข้าวสุก ปิดไฟ

8. นำปลาหมึกมาตัดๆเป็นชิ้นๆพร้อมราดน้ำซอสที่เหลือในหม้อเล็กน้อย

หากใครมีโอกาสได้มาเยือน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ อาหารเมนูตูปะชูดึง ก็ถือเป็นเมนูยอดฮิตอีกเมนูหนึ่งที่ เป็นอาหารพื้นถิ่นที่มีรสชาติกลมกล่อมลงตัว เนื้อปลาหมึกที่ถูกต้มกับข้าวเหนียวที่ยัดในท้องปลาหมึกผสมกับรสหวานน้ำตาลมะพร้าวชวนให้อยากลิ้มชิมยิ่งนัก จะรับประทานเป็นของคาวร่วมกับข้าวสวย ข้าวยา และหรือจะนำมาเป็นเมนูประเภทของหวานก็ได้ เราสามารถหาซื้อได้กับแม่ค้าอาหารพื้นถิ่นตามตลาดนัดในเขต 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ซึ่งจะขายกันราคาไม่แพง เพราะว่าวัตถุดิบซึ่งก็คือหมึก เป็นสัตว์น้ำที่หาได้ง่ายในแถบถิ่นพื้นที่ตรงนี้ หากมาเยือนถิ่นนี้อีกเมนูอาหารที่อยากจะแนะนำ และเมื่อถึงถิ่นก็ยิ่งอร่อยหมึกขนาดพอคำเข้ากันกับความหวาน มีความหอมกะทิและความมันแทรกอยู่ตรงกลางเนื้อใน อาหารแต่ละชนิดมิใช่เพียงแค่อิ่มปากท้อง แต่คงมีความหมายถึงการหล่อหลอมรวมกัน นำมาผสมผสานจากทรัพยากรในดินและสินในน้ำ ผลพวงจากการประดิษฐ์คิดค้น แต่งแต้มสีสันทและกลิ่นเพื่อให้ได้รสชาติแสนอร่อยอย่างชาญฉลาด ล้วนแล้วเกิดจากบรรพบุรุษของเราทั้งสิ้น และหลายๆ คน จากที่เคยสัมผัส เคยเห็น เคยกิน ต้องยอมรับว่า "อร่อยแบบมีเหตุผล" มันเป็นความลงตัวของวัตถุดิบที่นำมาปรุงจากรุ่นสู่รุ่น คล้าย ๆ จะบอกว่า ถึงแม้บรรพบุรุษจะจากล่วงลับไป คงเหลือมรดกทางอาหารทิ้งไว้ให้ลูกหลาน

ผู้จัดทำ/เรียบเรียง : นางสาวณัฐนันท์ คงทน / นสม.ชก

หน่วยงาน : ฝ่ายข่าวและรายการ สวท.ปัตตานี

แหล่งที่มา : สำนักงานประชาสัมพันธ์จังหวัดยะลา <https://shorturl.asia/LEHmR/>

ทรูไอดี <https://shorturl.asia/laKGM>