

# อาหารตะวันตก Western Cuisine

อาจารย์ศันสนีย์ ทิมทอง  
สาขาวิชาอุตสาหกรรมบริการอาหาร คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์  
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

ครั้งที่ 1

## ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับ อาหารตะวันตก

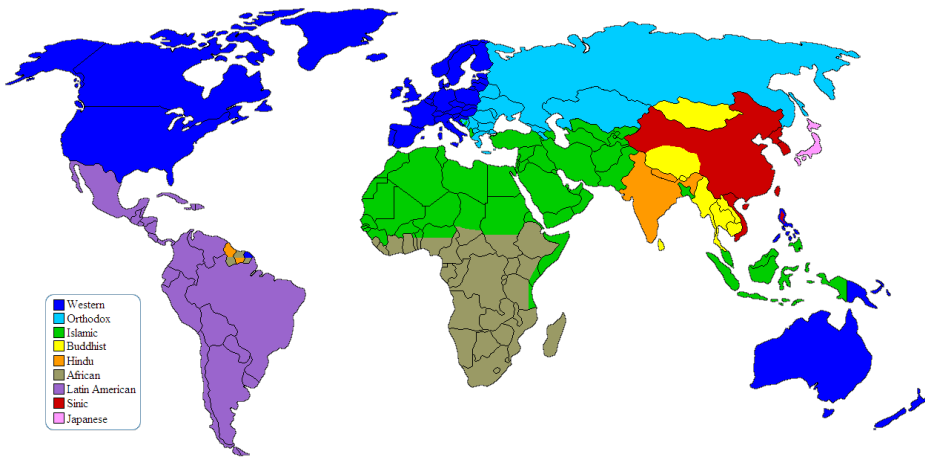
- ❖ ความหมายและลักษณะของอาหารตะวันตก
- ❖ วัฒนธรรมการบริการอาหารและการรับประทาน

# อาหารตะวันตกคืออะไร ?

ความหมาย และลักษณะของอาหารตะวันตก

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554 ได้ให้ความหมายของคำว่าอาหาร และตะวันตกไว้ว่า

อาหาร หมายถึง ของกิน เครื่องค้ำจุนชีวิต เครื่องหล่อเลี้ยงชีวิต



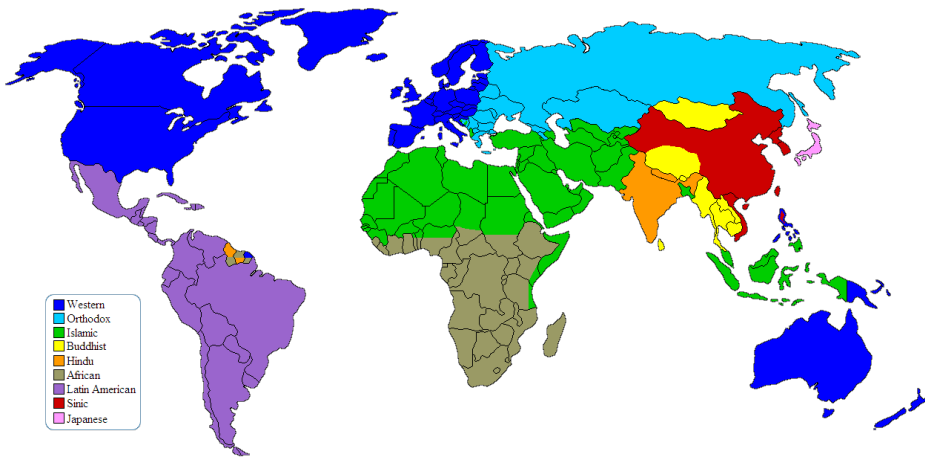
ภาพที่ 1 แผนที่โลก

ที่มา : Wikipedia (2557)

# อาหารตะวันตกคืออะไร ?

ตะวันตก หมายถึง ชื่อเรียกประเทศที่อยู่ในทวีปยุโรปและอเมริกาว่า ประเทศตะวันตก เรียกประชาชนโดยเฉพาะพวกผิวขาว ตลอดจนวัฒนธรรมขนบธรรมเนียมประเพณีของประเทศต่าง ๆ ในทวีปยุโรปและอเมริกาว่า ชาวตะวันตก วัฒนธรรมตะวันตก เป็นต้น

ดังนั้นคำว่า **อาหารตะวันตก** จึงหมายถึง อาหาร วัฒนธรรมอาหารของประเทศที่อยู่ในทวีปยุโรปและอเมริกา เป็นอาหารของชาวตะวันตก



ภาพที่ 1 แผนที่โลก

ที่มา : Wikipedia (2557)

## ลักษณะของอาหาร ตะวันตก

รากฐานของอาหารตะวันตกโดยทั่วไปนั้น ได้  
วิวัฒนาการมาจากอาหารฝรั่งเศส โดยทฤษฎีที่ได้รับการ  
ยอมรับให้เป็นพื้นฐานของการทำอาหารในปัจจุบัน ก็คือมาจาก  
เทคนิคการทำอาหารฝรั่งเศสดั้งเดิมแบบทันสมัยขึ้น ของ  
แองกัส เอสโคฟีเอ่ (Auguste Escoffier) สิ่งที่ได้รับ ความ  
นิยมมากที่สุด ก็คือ

## ลักษณะของอาหาร ตะวันตก

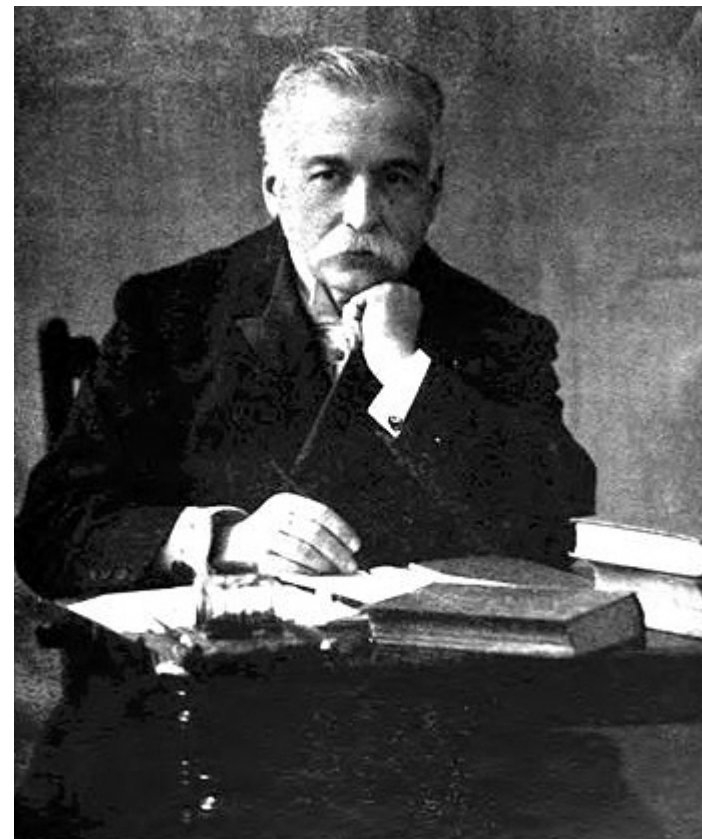
ต้นแบบซอสทั้ง 5 ชนิด หรือแม่ซอส ได้แก่

ซอสเบชาเมล (béchamel) ซอสเอสปาญอล (espagnole)

ซอสเวลูเต้ (velouté) ซอสฮอลแลนด์ (hollandaise) และ

ซอสมะเขือเทศ (tomato sauce) แม่ซอสทั้ง 5 ชนิดนี้ ก็ยังเป็นแม่แบบของซอสชนิด อื่น ๆ ที่พบเห็นกันในปัจจุบัน

ภาพที่ 2 แองกัส เอสโคพิเอ่  
ที่มา : cook'info (2016)



## ลักษณะของอาหารตะวันตกจะสรุปเป็นข้อ ๆ ดังนี้

- 1) เน้นการดึงรสชาติที่เป็นธรรมชาติจากความสดของวัตถุดิบ
- 2) มีส่วนประกอบของนม ครีม เป็นส่วนมาก
- 3) รสชาติอาหารมีไม่ก็รสชาติ เน้นรสชาติจากวัตถุดิบ และนิยมปรุงรสด้วยเกลือ
- 4) ไม่นิยมเครื่องเทศที่มีกลิ่นฉุนมาก
- 5) อาหารจานหลักมักเสิร์ฟโดยการราดซอส



ช่วงที่ 2 PP 10-14

ซัชชญา และจารีก (2558) ได้กล่าวถึง แองกัส เอสโคพิเอ่ คือ เชฟซึ่งมีโอกาได้ทำงานในโรงแรมที่มีชื่อเสียง เช่น โรงแรม Savoy และโรงแรม Carlton และระหว่างที่ทำงานในโรงแรม Carlton ในช่วงปี ค.ศ. 1892-1921 แองกัส เอสโคพิเอ่ ได้ปรับปรุงการครัวชั้นสูงอย่างจริงจัง คือ ได้สร้างระบบลำดับชั้นของตำแหน่งเชฟขึ้น (brigade de cuisine หรือ brigade system)



ระบบลำดับชั้นของตำแหน่งเชฟชั้น (brigade de cuisine หรือ brigade system)  
ซึ่งแบ่งออกเป็น 5 แผนก ได้แก่

1. garde manger มีหน้าที่เตรียมอาหารเย็น

2. entremettier มีหน้าที่เตรียมอาหารประเภทผักและแป้ง

3. rôtiisseur มีหน้าที่เตรียมอาหารประเภทย่างและทอด

4. saucier มีหน้าที่เตรียมซอสและซूप

5. pâtissier มีหน้าที่เตรียมเพสตรีและของหวาน



## 1. ผู้จัดการฝ่ายอาหารและเครื่องดื่ม

มีหน้าที่สรรหา คัดเลือกและฝึกอบรมพนักงาน วางแผนและควบคุมการจัดซื้อ ของ ดูแลให้การจัดเตรียมอาหารเป็นไปอย่างราบรื่นโดยมีมาตรฐานสูงตลอดจนกำหนดและควบคุมงบประมาณ ที่เกี่ยวข้อง



## 2. กู้กใหญ่ หรือ หัวหน้าแผนกครัว (Head Chef or Executive Chef)



## 3. รองกู้กใหญ่ หรือรองหัวหน้าแผนกครัว

(Second Chef or Sous Chef)

จะทำหน้าที่ช่วยกู้กใหญ่ในงานต่างๆ หรือรักษาการแทน เมื่อกู้กใหญ่ไม่อยู่ ซึ่งงานหลักๆ ก็คือ การตรวจสอบว่าของต่างๆ ที่ต้องใช้ประกอบอาหารที่สั่งไว้ นั้นมาครบหรือยัง และเช็คว่่ากู้กหน่วยต่าง ๆ ในครั้วรู้หรือไม่ว่าจะต้องทำอะไรบ้างในแต่ละมือแต่ละวัน



## 4. หัวหน้าครั้วหรือหัวหน้าหน่วยในครั้ว

(Section Chef หรือ Chef de Partie)

ในแผนกนี้จะแบ่งเป็นแผนกออก มากหรือน้อยขึ้นอยู่กับ ขนาดของโรงแรมหรือห้องอาหารนั้นๆ จึงมีหัวหน้ากู้กที่ดูแลรับผิดชอบเป็นแผนกๆ ไปเรียกรวมๆ ว่า Chef de Partie โดยชื่อแผนก และตำแหน่งต่างๆ ในครั้วนิยมเรียกเป็นภาษาฝรั่งเศสเหมือนสมัยก่อน ซึ่งจะใช้กับเฉพาะห้องอาหารที่มีผู้จัดการค่อนข้างอนุรักษ์นิยม โดยมีดังนี้

▼ หัวหน้าหน่วยผัก (The Vegetable Chef) หรือเรียกว่า Chef Entremettier (เชฟ ออง เตรอะเมติเยอร์)

หัวหน้าครัวขนมอบ (The Pastry Chef) เรียกว่า Chef Pâtissier (เชฟ ปาติซิเยร์)

หัวหน้าครัวอบ-ย่าง (The Rôtiisseur Chef) เรียกว่า Chef Rôtisseur (เชฟ โรติเซออร์)

หัวหน้าครัวเย็น หรือ หัวหน้าที่ดูแลห้องเก็บอาหาร (The Chef in charge of the larder or cold kitchen) เรียกว่า Chef Garde-manger (เชฟ การ์ด มงเซร์)

หัวหน้าหน่วยปลา (The Fish Chef) เรียกว่า Chef Poissonnier (เชฟ ปัวซอง นิเยร์)

หัวหน้าหน่วยซอส (The Sauce Chef) เรียกว่า Chef Saucier (เชฟ โซซิเยร์)



### 5. กุ๊กหมูนเวียน (Rellet Chef หรือ Chef Toumant) หรืออีกชื่อคือ เชฟ ตูร์นีอง

มีหน้าที่ทำงานแทนเวลาหัวหน้ากุ๊กหน่วยต่างๆ ไม่อยู่ ซึ่งจะเป็นผู้ที่มีความชำนาญในงานของหลายๆ คร้ว แม้ว่าจะไม่เก่งทุกด้าน แต่ก็สามารถที่จะทำได้โดยไม่ติดขัด



### 6. ผู้ช่วยกุ๊ก (Commia Chef)

มีหน้าที่คอยช่วยงานของหัวหน้ากุ๊กในหลายๆ ด้าน แต่เป็นงานที่ไม่ต้องการความชำนาญอะไรเป็นพิเศษ



### 7. กุ๊กฝึกหัด (Apprentice หรือ Trainee Chef)

เป็นกุ๊กที่อาวุโสน้อยที่สุด มักจะเป็นพนักงานที่เพิ่งเข้ามาไม่นาน แต่หากทำงานยังมี ประสบการณ์มากขึ้น ก็จะได้รับเข้าเป็นตำแหน่งไปตามลำดับขั้นของตำแหน่งในครัว



### 8. พนักงานทำความสะอาดในครัว (Kitchen Porter/Kitchen Assistant)

มีหน้าที่ดูแลครัวให้สะอาดและถูกสุขลักษณะ โดยงานหลักคือ ล้างหม้อ กระทะ เครื่องมือเครื่องใช้ต่างๆ ภายในครัว จาน ชาม นำขยะไปทิ้ง ทำความสะอาดพื้น และตามกำแพงต่างๆ รวมถึงขนของ ที่มีคนนำมาส่งไปจัดเรียงไว้ที่ชั้นเก็บของหรือใส่ไว้ตามถังเก็บหรือนำเข้า ไปแช่ในตู้เย็น

ช่วงที่ 3 PP 16-19

“Nouvelle Cuisine”







1) การใช้ความซับซ้อนในการปรุงอาหาร



2) การลดเวลาการประกอบอาหารเพื่อรักษารสชาติตามธรรมชาติไว้ ยังให้ความสำคัญกับการอบไอน้ำเพื่อรักษารสชาติของอาหารด้วย



3) การใช้เครื่องปรุงที่ดีที่สุดเท่าที่จะหาได้



4) รายการอาหารได้ถูกปรับเปลี่ยนให้เล็กลง



5) การใช้น้ำหมัก (marinade) กับเนื้อและสัตว์ปีกประเภทนก

องค์ประกอบ 10 อย่างสำคัญ  
ของการครัว  
แบบนูนเวล คิวซีน ได้แก่



6) เลิกใช้ซอสชั้น เช่น ซอสเอสปานญอล และซอสเบชาเมล และใช้การปรุงรสด้วยสมุนไพรสด เนย น้ำมันมะนาว และน้ำส้มสายชูแทน



7) ใช้อาหารท้องถิ่นเป็นแรงบันดาลใจมากกว่าการใช้การครัวชั้นสูง



8) ใช้เทคนิคและอุปกรณ์การครัวแบบใหม่



9) เชฟให้ความสำคัญ และความต้องการสารอาหารของลูกค้าแต่ละคน



10) เชฟเป็นผู้สร้างสรรค์และคิดค้นการผสมผสาน (combination) และการจับคู่ (pairing) ใหม่ ๆ เสมอ

องค์ประกอบ 10 อย่างสำคัญ  
ของการครัว  
แบบนูเวล ครัวขึ้น ได้แก่



ดังนั้นในปัจจุบันเมื่อพูดถึงอาหารตะวันตก ก็จะเป็นอาหารที่มีเทคนิคในการทำโดยต้องคำนึงถึงเนื้อสัมผัสที่ดี ไม่แข็ง แห้ง และมีการจัดตกแต่งที่สวยงาม ใน 1 งานอาจมีองค์ประกอบอาหาร 3-4 ชนิด เป็นต้น

ช่วงที่ 4 PP 20-32

# วัฒนธรรมการบริการและการรับประทาน อาหารตะวันตก

## การบริการอาหารแบบตะวันตก

### ■ แบบฝรั่งเศส

นิยมกันมากที่สุด เพราะฝรั่งเศสได้รับการยอมรับว่า มีรสนิยมสูงในเรื่องอาหารและเครื่องดื่ม การปรุงประกอบอาหารแบบต่าง ๆ ของฝรั่งเศส ตลอดจนเครื่องดื่ม เช่น ไวน์ขาว ไวน์แดง บรั่นดี แชมเปญ เป็นต้น การเสิร์ฟแบบฝรั่งเศส ทำได้หลายวิธีขึ้นอยู่กับสถานที่และขนาดของโต๊ะ การบริการให้กับลูกค้า 1 – 3 คน (ใช้โต๊ะขนาด 4 คนรับประทาน) จะวางจานเปลอาหารลงบนโต๊ะก็ได้ ถ้ามีที่อุ่นสำหรับเปลเนื้อหรือปลา ก็ควรใช้ผักต่าง ๆ วางไว้บนโต๊ะ

## การบริการอาหารแบบตะวันตก

### ■ แบบอังกฤษ

แบบอังกฤษ ตามประเพณีของอังกฤษ หัวหน้าครอบครัวเป็นผู้  
ตักอาหารแจก เช่น พ่อ แม่ เป็นผู้ตักอาหารแจกแก่ทุก ๆ คน  
ดังนั้นจึงมีวิธีการบริการแบบอังกฤษขึ้น คือคนรับใช้เป็นผู้ตัก  
และนำไปเสิร์ฟให้ผู้ที่นั่งโต๊ะซึ่งไม่มีโอกาสได้เลือกตักตามใจชอบ  
วิธีนี้สะดวก และเป็นบริการที่ไม่ใช้เวลาในการบริการมาก  
เช่น ในโรงเรียน

## การบริการอาหารแบบตะวันตก

### ■ แบบอังกฤษ

การเสิร์ฟแบบอังกฤษต้องตั้งโต๊ะสำหรับพักอาหาร มีที่อุ่นสำหรับเปลงเนื้อเพื่อให้ร้อนอยู่เสมอ พนักงานบริการจะตัดอาหารและผักลงในจานให้เรียบร้อยก่อน แล้วจึงนำจานนั้นไปเสิร์ฟ บางครั้งอาจตัดแต่น้ำสลัด ส่วนผัก มันฝรั่ง และซอส จะนำไปเสิร์ฟต่างหากวิธีการจัดน้ำสลัดและผักลงในจาน จะเริ่มจากวางเนื้อปลา หรือไก่ ลงที่ริมจานตอนกลาง มันฝรั่งทางซ้าย และผักทางขวา การเสิร์ฟสลัด จะแบ่งลงในจานเล็ก ๆ แยกต่างหาก และเข้าเสิร์ฟทางซ้าย (ขวัญแก้ว, 2550)



## การบริการอาหารแบบตะวันตก

### ■ แบบรัสเซีย

การเสิร์ฟแบบนี้หมดสมัยไปแล้ว คงเหลือไว้บ้างแต่วิธีการจัดและการโชว์อาหาร กล่าวคือต้องนำอาหารมาตั้งชิ้นใหญ่ ๆ หรือ ทั้งตัว เช่น ปลา เนื้อ แกะ หมู ออกมาให้ผู้ที่จจะรับประทานดูเสียก่อนโดยตกแต่งให้งดงามเป็นพิเศษ แล้วจึงหั่นและตักแจกต่อหน้าทุก ๆ คนปัจจุบัน นิยมการเสิร์ฟเนื้อหรือวางอาหารเช่นนี้ในรถเข็นหั่นและตักต่อหน้าผู้ที่จจะรับประทาน

## การบริการอาหารแบบตะวันตก

### ■ แบบรัสเชีย

จะเห็นได้ในร้านอาหารหรือโรงแรมใหญ่ ๆ โดยมีเจ้าหน้าที่พิเศษหรือบางที่พ่อครัวขึ้นมาเอง ส่วนวิธีการจัดเช่นนี้ จะนำมาใช้จัดในการเลี้ยง Cold Buffet เช่น Roast beef ทิ้งก้อน ลิ่นวัว ปลา ทั้งตัวประดับเยลลี่ กุ้งทะเล เป็นต้น (ขวัญแก้ว, 2550)

## มารยาท การรับประทานอาหาร

- การหยิบเครื่องใช้ เช่น ช้อน ส้อม มีด ที่วางบนโต๊ะในส่วนของตนจากนอกเข้าไป จับมีดมือขวา จับส้อมด้วยมือซ้าย เมื่อใช้มีดหั่นอาหารแล้ว ใช้มีดกั้นอาหารแล้วใช้ส้อมจิ้มลงไปที่ยื่นเนื้อที่หั่นแล้ว นำชิ้นเนื้อเข้าปากด้วยมือซ้ายโดยส้อมจะต้องคว่ำลงในขณะส่งอาหารเข้าปากโดยไม่วางมีดและไม่ใช้มีดจิ้มหรือส่งอาหารเข้าปาก

## มารยาท การรับประทานอาหาร

- การรับประทานอาหารแบบยุโรปนี้จะไม่มีการเปลี่ยนมือในการจับมีดหรือส้อม หากมีผู้สนทนาด้วยจึงจะวางมีดและส้อมไว้บนจานในลักษณะคว่ำส้อมลงคมมีดหันเข้าในจาน เมื่อรับประทานอาหารเสร็จแล้วให้รวบมีดและส้อมคู่กันโดยวางส้อมหงายการรวบมีดและส้อมนี้ให้วางคู่กันในลักษณะห้าโมงเย็น หรือหกโมงเย็น

## มารยาท การรับประทานอาหาร

- การใช้ช้อนชุปที่เป็นลักษณะกลมให้ตักออกนอกตัวและจิบชุปจากข้าง ๆ ช้อน โดยไม่เป่า อย่าให้มีเสียงดัง การตักชุปออกนอกตัวผู้รับประทานนั้น ใช้วิธีการนี้กับการตักชุปและกับช้อนที่มีลักษณะกลมเท่านั้น ส่วนช้อนรูปทรงอื่น ใช้ตักเข้าหาตัวได้ตามปกติ

## มารยาท การรับประทานอาหาร

- การรับประทานอาหารขนมปัง ไม่ควรใช้มีดหั่นขนมปัง ให้ใช้มือบีบขนมปัง แล้วใช้มีดป้ายเนยจากจานใส่เนยทาลงบนขนมปัง วางมีดป้ายเนยลง ส่งขนมปังคำเล็ก ๆ นี้เข้าปาก และต้องรับประทานทีละคำโดยไม่ฉีกขนมปังเตรียมไว้ เป็นคำ ๆ ในจานเป็นอันตราย ข้อสำคัญที่พึงระวังคือไม่ใช้มีดตัดหั่น แบ่งออกเป็นชิ้นๆ และไม่หยิบขนมปังขึ้นมารับประทานทั้งก้อน หรือทั้งแผ่น

## มารยาท การรับประทานอาหาร

- ในการดื่มน้ำชาหรือกาแฟ ใช้ช้อนชาคนให้น้ำตาลและนมกับน้ำชาเข้ากัน เมื่อคนเสร็จ วางไว้ในจานรองถ้วย อย่าวางช้อนคาไว้ในถ้วยและอย่าใช้ช้อนตักชด
- วิธีใช้ผ้าเช็ดปาก พลิกผ้าเช็ดปากทางด้านในซับที่ริมฝีปาก ไม่ยกขึ้นทิ้งพื้น เมื่อเช็ดเสร็จแล้วคราบของริมฝีปากจะอยู่ทางในไม่เป็นที่น่ารังเกียจ

## มารยาท การรับประทานอาหาร

- การดื่มเครื่องดื่ม ไม่ควรดื่มในขณะที่มีอาหารอยู่เต็มปาก การดื่มไวน์ควรจิบเพียงเล็กน้อยก่อนแล้วจึงรับประทานอาหารตาม ไม่ควรเรียกเครื่องดื่มที่ตนชอบมารินอีกเมื่ออาหารและเครื่องดื่มชุดนั้นผ่านไปแล้ว





Thank You