

Video

<https://es-la.facebook.com/MyMOMCAFEBAR/videos/%E1%80%81%E1%80%BA%E1%80%80%E1%80%B9%E1%80%BB%E1%80%95%E1%80%B3%E1%80%90%E1%80%B9%E1%80%90%E1%80%9A%E1%80%B9%E1%80%86%E1%80%AD%E1%80%AF%E1%80%90%E1%80%AC-%E1%80%A1%E1%82%8F%E1%80%AF%E1%80%95%E1%80%8A%E1%80%AC-%E1%80%90%E1%80%85%E1%80%B9%E1%80%81%E1%80%AF%E1%80%95%E1%80%AB%E1%80%85%E1%80%AC%E1%80%B8%E1%80%96%E1%80%AD%E1%80%AF%E1%80%99%E1%82%88%E1%80%B8%E1%80%86%E1%80%AD%E1%80%AF%E1%80%90%E1%80%AC-%E1%80%9D%E1%80%AB%E1%80%9E%E1%80%94%E1%80%AC%E1%80%9C%E1%80%8A%E1%80%B9%E1%80%B8-%E1%80%95%E1%80%AB%E1%80%99%E1%80%BD%E1%80%9F%E1%80%84%E1%80%B9%E1%80%B8%E1%80%9C%E1%80%BA%E1%80%BD%E1%80%AC%E1%80%80%E1%80%AD%E1%80%AF%E1%80%9C%E1%80%8A%E1%80%B9%E1%80%B8-%E1%80%90%E1%80%94%E1%80%B9/1030725280423711/>

စားဖိုများရဲ့ STEAK ပညာ (3)

29 December 2014 at 18:51

" ဂျပန်နဲ့ ကိုရီးယားဘော်လုံးသမားတွေ ဥရောပမှာ ဥရောပကစားသမားတွေနဲ့ သူ့သူတင်ကိုယ်တင် ကြံ့ကြံ့ ခိုင်ခိုင် ကစားနိုင်လာရတဲ့ လျှို့ဝှက်ချက်က ပြောင်းလဲလာတဲ့ သူတို့ရဲ့ အစားအသောက်တွေပဲ ဘိုးတုံ"

" ကျွန်တော်တို့ တတွေသိထားခဲ့တာက ဂျပန်ဆိုရင် ဆော်လမွန်ငါး .. တူနာငါး ... ပင်လယ်စာတစ်ချို့နဲ့ ဆူရီထမင်းလိပ်စားမယ် ... ကိုရီးယားဆိုရင် ပုံးရည်ကြီးခေါက်ဆွဲနဲ့ ချဉ်ဖတ်စားတယ်လို့ပဲ အပေါ်ယံသိထားခဲ့ကြတာမဟုတ်လား "

" ဒုတိယကမ္ဘာစစ်မတိုင်ခင်အထိတော့ ဟုတ်ရင်ဟုတ်ခဲ့လိမ့်မယ် ဒီဒီနေ့ ဂျပန်နဲ့ ကိုရီးယားတွေရဲ့ အဓိကအစားအစာက steak ဖြစ်သွားပြီ ဘိုးတုံ"

" steak ဟာ ဘယ်လောက်အထိစီးပွားရေးကောင်းသလဲ ဆိုရင် ... ဒီဒီနေ့ ဂျပန်နဲ့ ကိုရီးယားတွေအဖြစ် အစိုးရကအသိအမှတ်ပြုပေးပြီး အကူအညီတွေလည်း ပေးနေတယ်လေ"

ထိုလူငယ်ပြောပြနေသော yakiniku ဂျပန်အမဲသားကင်မှာ ကျွန်ုပ်အတွက် ထူးထူးဆန်းဆန်းမဟုတ်ပဲ ကျွန်ုပ်ငယ်စဉ်ကလည်း စားခဲ့ဖူးပေရာ

" ငါ့ကို ဂျပန်အမဲသားကင် ရောင်းပါလားဆိုလို့ အဟုတ်မှတ်ပြီးနားထောင်နေတာ ဘာဆန်းလို့ လဲကွာ ငါ ငယ်ငယ်တုန်းကဆိုရင် နေ့ တိုင်းနီးပါး စားခဲ့တာကွ "

" ငါတို့ ဖားသားလဖုန်းကျောင်းက ကျောင်းမှန် ဈေးတန်းမှာ ဟာမစ် ဆီဆိုတဲ့ ကုလားအဖိုးကြီးက စမူစာသုပ်နဲ့ တွဲရောင်းတာကွ ... အမဲသားလည်းရှိတယ် ... ဆိတ်သားလည်းရှိတယ်

..... ဆိတ်သားနဲ့ အမဲသားကို လက်မထိပ်ပိုင်းအရွယ်လောက်ကလေးတွေတုန်း ..
.... အရသာနဲ့ နယ်ပြီးမှ တုတ်ထိုးပြီးကင်တာ ... အပေါ်ကနေ မဆလာမှုံ့ လေးဖြူးထားတော့ အန
အနဲ့ ကလေးကို မွေးနေတာပဲ ... မန္တလေးတိုင်းကိုယ်စားပြု ဘော်လုံးကန်တဲ့
ငဲ့သူငယ်ချင်းတွေလည်း နေ့ တိုင်းနီးပါးစားကြတာပါပဲ ... မင်းပြောတဲ့ ဂျပန်တွေလို အရ
အရပ်လည်းရှည်ထွက်မလာဘူး .. ဥရောပလည်းမရောက်ခဲ့ပါဘူးကွာ" ဟု ပြောလိုက်လေလျှင်
"

ဘိုးတုံပြောတာက မက်ဆီပိုတေးမီးယားအရပ်ဒေသက အာရေဗီးယမ်းမျိုး နွယ်တွေစားတဲ့ အမဲသားကင်ပါ
၇ ... ဂျပန်နဲ့ ကိုရီးယားတွေစားတဲ့ အမဲသားကင်နဲ့ လုံးဝမတူသလို အာနိသင်ချင်းကလည်းတစ်ခြားစီပါ"

" ရှင်းစမ်းပါဦးကွာ .. နွားခြင်းအတူတူ ဂျပန်နဲ့ ကိုရီးယားနွားက မြန်မာပြည်ကနွားထက် အာ
အာနိသင်ရှိရတယ်လို့ ... မကြားဖူးပါဘူးကွာ ... မင်းက ပြည်ပမှာနေပြီး
ပြည်ပကအစားသောက်တွေကိုမှအထင်ကြီးတာ ... ငါက
မြန်မာတိုင်းရင်းသားမဟုတ်ပေမယ့် မြန်မာပြည်မှာမွေးပြီး မြန်မာပြည်ကအစားအစာတွေကိုမှ တန်ဖိုး
ိုးထားတတ်တဲ့ကောင် မနက်မိုးလင်းလို့ မျက်လုံးနှစ်လုံးပွင့်တာနဲ့ ... မှ
မှန် ဟင်းခါးတစ်ပွဲနဲ့ အင်းဝလဘက်ရည်ဆိုင်က လဘက်ရည်တစ်ခွက်သောက်လိုက်ရမှ လုပ်ငန်းစလို့ ရ
ရတာ ... "

" စပိန်နွားရိုင်းသတ်ပွဲက နွားမဲမဲကြီးတွေကို ... ဘိုးတုံမြင်ဖူးမှာပေါ့ ... နွားနောက်လို့ ခေါ်တယ်ထင်တာပဲ "
" yakniku ကင်တဲ့အမဲသားက အဲဒီလိုနွားမျိုးပါ
နွားတွေကို ခိုင်းစားဖို့ မဟုတ်ပဲ အသားစားဖို့ သက်သက်မွေးရတာ ... ခြင်တွေ ..
ယင်တွေနဲ့ ပိုးမွှားတွေမကိုက်အောင်လည်း ညသိပ်တဲ့အခါ လူတွေအိပ်သလို ခြင်ထောင် ထောင်ပေးရတယ် ..
... အစာများများစားပြီး ဝဇြီးလာအောင် စာကို လို့ ခေါ်တဲ့ ဂျပ
ဂျပန်အရက်လည်းတိုက်ပေးရတယ် ... နောက်ပြီး နွားတွေ လန်းလန်းဆန်းဆန်းမရှိတဲ့အခါ လူ
လူကနေတောင်မှ နင်းနှိပ်ပေးရသေးတယ်"

" ဒီလို သေသေချာချာစောင့်ရှောက်မွေးမြူ လာခဲ့တဲ့ နွားတစ်ကောင်ကထွက်တဲ့အမဲသားမှာ ... parasite လို့
ခေါ်တဲ့ ကပ်ပါးပိုးတွေမပါဘူး ... toxin လို့ ခေါ်တဲ့ သက်ရှိဗီဇက ထုတ်လုပ်တဲ့ အဆိပ်တွေမပါဘူး
အန္တရယ်မရှိတဲ့အတွက် ... စားသုံးသူမှာ အစာကဖြစ်တဲ့ရောဂါလက္ခဏာတွေမခံစားရပဲ ... အဟာရဖြစ်ပြီး ထွ
ထွားကျိုင်း သန်မာ လာတယ်လို့ပဲ ဘိုးတုံ နားလည်လွယ်အောင် ပြောပြရတာပါ "

" နောက်ပြီး အ
အမဲတစ်ကောင်လုံးကို သက်ဆိုင်ရာ အစိတ်အပိုင်းအလိုက် သန့် ရှင်းထုတ်ပိုးပြီးပြီဆိုတာနဲ့ ... ရေ
ရေခဲသေတ္တာကြီးတွေထဲမှာ ၄၁ ဒီဂရီအောက် အအေးပေးပြီး သိမ်းစီးရတယ် ..
... ပြည်ပနိုင်ငံတွေအတွက်ကတော့ ၁၈ ဒီဂရီပတ်ဝန်းကျင်မှာထားပြီး ထုတ်ပိုးရတယ် ... တကယ်လို့
သကဆိုင်ရာ ကျမ်းမာရေးဌာနက ရှောင်တခင်စစ်ဆေးလို့ ၄၁ ဒီ
ဒီဂရီ အထက်မှာရှိနေရင် အဲဒီအသားတွေကို ရောင်းချခွင့်မပေးပဲ ဖျက်စီးပြစ်ရတယ် ..
... အကြိမ်ကြိမ်တွေ လို့ ကုမ္ပဏီဖျက်သိမ်းခံရတာတွေလည်းရှိတယ် "

" ဖွံ့ဖြိုးပြီးနိုင်ငံတွေမှာ အသားစိမ်း ... ငါးစိမ်းတွေကို ရေခဲသေတ္တာထဲမှာပဲရောင်းခွင့်ပေးတယ် ..
.. မြန်မာပြည်မှာလို ဝန်းထဲမှာထည့်ပြီး ဈေးထဲမှာတစ်နေကုန် ချရောင်းလို့ မရဘူး ..
..... အသားငါး နဲ့ အသီးအရွက်တွေကို ၄၁ ဒီဂရီအောက်မှာထားရပြီး ... ထမင်း .. ခေါက်ဆွဲ ..

... စပကတတီ .. ပီဇာ နဲ့ စွပ်တွေကိုတော့ အပူခံပြားပေါ်မှာ ၁၃၅ဒီဂရီအထက်ထားပြီးရောင်းရတယ် ... ကျ ကျမ်းမာရေးဌာနက သတ်မှတ်ထားတာကတော့ ၄၁ဒီဂရီနဲ့ ၁၃

၁၃၅ဒီဂရီကြားမှာရှိနေတဲ့ ဘ

ဘယ်လိုအစားအသောက်မျိုးကိုပဲဖြစ်ဖြစ်အန္တရယ်ရှိတဲ့ အစားအစာလို့ သတ်မှတ်တယ် ..."

" နောက်ပြီး ဘူဖေးလိုမျိုး အပြင်မျက်နှာပြင်ဖွင့်ပြီးရောင်းတဲ့အစားအစာတွေမှာ ..

.. အအေးစာတွေဟာ ငါနာရီသက်တမ်းရှိပြီး ... အပူစာတွေကတော့ ၄နာရီ သက်တမ်းရှိတယ် ..

...

သတ်မှတ်ချိန်ကျော်တာနဲ့ အဲဒီအစားအစာတွေရောင်းချလို့ မရတော့ပဲ .. အမှိုက်ပုံးထဲပဲ ပြစ်ရတော့တာပေါ့ ပါ့"

" စားဖိုမှူးနဲ့ အောက်ခြေဝန်ထမ်းတိုင်းဟာ သာမိုမီတာကို လွယ်လွယ်ကူကူသုံးတတ်ရတယ်

အစားအစာတွေရဲ့ အချိန်သက်တမ်းကိုလည်း တစ်ယောက်ချင်းစီက မှတ်ထားရတယ် ပြ

ပြည်ပကစားဖိုမှူးတွေ အဓိကအလေးထားရတာက ... အရသာထက် Time and Temperature Abuse ကို

ပိုပြီးသတိထားရတယ် ... အရသာမကောင်းတာ .. ပေါ့တာ ... ငန်တာက သိပ်ပြီးအန္တရယ်မများဘူး .. Time

and Temperature Abuse ဖြစ်ခဲ့ရင်တော့ .. စားသုံးသူလည်း အန္တရယ်ရှိသလို ... ကျ

ကျမ်းမာရေးဌာနကတွေ ခဲ့ရင်လည်း ... ဆိုင်ပါပိတ်ရတော့တာပေါ့"

" သာမိုမီတာကတော့ ငါတို့ လည်းသိပါတယ်ကွာ ... ကျောင်းသားတွေစာကြည့်ဖို့ ဧ

တောင်မှ လျှပ်စစ်မီးမရတဲ့နိုင်ငံမှာ ... မင်းတို့ ပြည်ပကစားဖိုမှူးတွေလို သာမိုမီတာဆောင်ထားတော့ရော

လူရှိရုံကလွဲပြီး ဘာမှထူးလာမှာမဟုတ်ပါဘူး မနက်တိုင်း ငါအမြဲတမ်းသွားဝယ်တဲ့ မန်းမြို့ ဈေးက ဝက

ဝက်သားသည်ဦးသက်ရှည် .. ဒေါ်လှတို့ ဆိုင်မှာ မနက်ငါနာရီကနေ ညနေ ၄နာရီလောက်အထိ ဒီ

ဒီအတိုင်းတင်ရောင်းနေတာ ... ဘယ်သူမှ ဘာမှဖြစ်တယ်မကြားမိပါဘူး ..

... သာမိုမီတာကတော့ ငါ့တူလေးတစ်ယောက်မူဆယ်ကနေညပန်လာတာ လက်ဆောင်ပေးလို့ ရှိပါရဲ့ ... မင

မင်းတို့ လိုရိုးရိုးသာမိုမီတာတောင်မဟုတ်ဖူး ... နောက်ဆုံးပေါ် ဒီဂျစ်တယ် သာမိုမီတာကွ .. အသ

အသားကိုထိစရာမလိုပဲ ခုပ်ကလေးနိပ်လိုက်တာနဲ့ လေဆာနဲ့ ဖမ်းပြီး အသ

အသားရဲ့ ဒီဂရီကို တန်းပြီးပြတာမောင်ရင်ရေ" ဟု အငွေ့အတူးကလေးနှင့် ပြန်ပြောလိုက်လေလျှင်

" သာမိုမီတာအမျိုးမျိုးရှိတယ် ဘိုးတုံ"

" အသားငါးတွေကိုတိုင်းတဲ့အခါ ... Bimetallic သာမိုမီတာနဲ့ တိုင်းမှ အသားငါးရဲ့ အတွင်းထဲက Temperature

ကိုရမယ် .. သူ့ကို Stemmed သာမိုမီတာလို့ လည်းခေါ်တယ် အပူပေးထားတဲ့ ဆီ .. ရေဇွေး ... စွပ် ..

.. ထမင်းနဲ့ ခပ်ပြားပြားအသားငါးတွေကိုတော့ .. Thermocouples and Thermistors ဆိုတဲ့ ဒီချစ်တယ်

သာမိုမီတာနဲ့ တိုင်းမှအဆင်ပြေပြီး အဖြေအတိအကျရတယ် Infrared သာမိုမီတာကတော့ ..

Surface တွေအတွက်သုံးတယ် .. ဥပမာ .. ပလာတာဖုတ်တဲ့ ဒယ်အိုးပြားကြီးရဲ့ အပူချိန်ကိုသိချင်တာ ..

... အမဲသားကင်တဲ့ Grilled ရဲ့ အပူချိန်ကိုသိချင်တဲ့အခါမျိုးမှာသုံးရတာပေါ့! ... ဘိုးတုံဆီမှာရှိတဲ့ သာမိုမီတာက

Infrared သာမိုမီတာပေါ့" ဟု ပြောလိုက်ပြီး ၎င်း၏ရှင်ဘောင်းဘီအိတ်ထဲမှ

လက်သန်းတစ်ချောင်းစာအရွယ်ရှိသော ဟော်လန်နိုင်ငံထုတ်ဆေးပြင်းလိပ်ကလေးအား ဟန်ပါပါဖ

ဖြာရှိုက်လိုက်လေတော့၏။

ကျွန်ုပ်လည်း yakiniku ဂျပန်အမဲသားကင်အကြောင်း ဆ

ဆက်၍သိလိုစိတ်ပြင်းပြလာသောကြောင့် ထိုလူငယ်ဖက်သို့ လှည့်ကာ

(ဆက်ပါဦးမည်)