

In My Bag



แหล่งซื้ออาหาร : จะพึ่งซูเปอร์มาร์เก็ตใกล้ที่พักที่กระจายให้เห็นมากที่สุด คือ Tesco ส่วน Co-Op กับ Spar มีให้เห็นบ้าง แต่ราคาจะแพงกว่า Tesco ส่วน Sanbury อยู่ในเมือง ราคาของโอเค ซูเปอร์มาร์เก็ตของ M&S ราคาจะสูง แต่ของคุณภาพดีจริง ซูเปอร์มาร์เก็ตเยอรมัน Aldi และ Lidl อาหารจะราคาถูกที่สุด อีกแห่งคือ Iceland เน้นขายอาหารและเนื้อสัตว์แช่แข็งมากกว่า ที่มีเนื้อหมูปดขายเน่ๆ (คนที่นี่ส่วนใหญ่จะกินเนื้ออบกัน) หากจะซื้ออาหารทะเลแช่แข็งและเครื่องปรุงไทย

ต้องไปไชน่าทาวน์ คือ Hondo และ Chunwa ตัวเองไม่ค่อยได้ไปตลาดสด ได้ข่าวว่ามีแต่อยู่นอกเมือง หลังจากที่อยู่มาจะครบสองปี พบแนวทางที่เหมาะสมกับตัวเองดังนี้ บางวันอยากหุงจะไปซื้อ M&S บางวันอยากกินเนื้อเยาะๆ จะไปซื้อแบบ Multi-Pack ที่ Tesco ในเมือง หากโชคดีจะเจอปลาแชลมอนสดลดครึ่งราคา ชีวิตปกติก่อนยุคประหยัดจะซื้อทีเดียวเยาะๆ ตอนนี้อยู่ยุคประหยัด เปลี่ยนแนวคิดใหม่ ซื้อทีละน้อยๆ รอช่วงวันเสาร์-อาทิตย์ อาหารลดราคา ระหว่างลัปดาห์

ชื่อย่อยๆ ที่ Sida ซูเปอร์มาร์เก็ตจีนบ้าง สอง-สามเดือน ไปดูซื้ออาหารทะเลแช่แข็ง อาหารแห้ง เครื่องปรุงไทย ที่ Chunwa เพราะของครบและถูกกว่า แถมเป็นนักเรียนได้ลดห้าเปอร์เซ็นต์ด้วย ซื้อทีละเยอะๆ คุ่มค่า แท้ก็ใช้เวลากลับ

การเลือกซื้ออาหาร ทิปท็อ ยี่ห้อ : ซูเปอร์มาร์เก็ตแถวที่พัก ของสดส่วนใหญ่ไม่มีก็ยี่ห้อ ในรูปมีชื่อ British+ ชื่ออาหาร มีตราเป็นธงอังกฤษ คุณภาพอาหารกลางๆ เป็นคนซื้อของไม่ค่อยดูยี่ห้อ ดูสด ราคาไม่แพงก็ซื้อเลย

ยี่ห้อไม่ค่อยมีผลในการซื้อเท่าไร แพ็กเกจจึงมีผลในการซื้อบ้าง บางทีอยากได้กล่องหรือขวดมาใช้ใส่ของอย่างอื่น มีครั้งหนึ่ง Tesco ทำกล่องใส่เห็ดเป็นสี่ชมพู ต้องไปตามซื้อ เพราะอยากได้กล่องมาใช้ในห้องนอนที่แต่งสีโทนมชมพูม่วง ทั้งๆ ที่ราคาแพงกว่าซูเปอร์มาร์เก็ตหน้าบ้าน (Lidl) ตั้งครึ่งปอนด์ เติมนิดหน่อยด้วย (เรียกว่าบ้าง)

ตอนมาอังกฤษใหม่ๆ ไม่รู้ว่าถุงพลาสติกเขาไม่ให้ฟรีๆ ซูเปอร์มาร์เก็ตทั่วไปจะมีถุงพลาสติกให้ฟรีบ้าง ยกเว้น M&S, Lidl และ Aldi ที่ต้องซื้อ ถ้าที่ไหนให้ถุงพลาสติกฟรีจะเอาทุกครั้ง เพราะจะเอามาใช้เป็นถุงขยะ แต่โดยส่วนใหญ่ถ้าซื้อที่ Lidl จะเอาถุงผ้าไปสองใบ ถุง Happy Happy พบได้ เป็นของน้องสาวที่มาส่ง ทั้งเอาไว้ให้ใส่ใส่ของตอนที่ซื้อของในร้านที่ไม่มีถุงให้ ตอนนั้นก็พกอยู่ประจำ เพื่อได้ซื้อของระหว่างทาง ส่วนถุงหิ้วแป๊กเป็นของที่น้องที่เรียนจบกลับบ้านไปแล้วทิ้งไว้ ซึ่งแข็งแรงสมบุกสมบันดีมาก ถุงผ้ายังใช้ของมือสองแลดูรักษ์โลกจริงๆ

ในดูกับข้าววันนี้ : เป็นการซื้อประจำสัปดาห์โดยทั่วไป พอดีจะชวนเพื่อนมากินข้าวบ้าน เป็นชาวไทยหนึ่งคน ชาวจีนที่ชอบแกงไทยหนึ่งคน เลยคิดจะทำมัสมั่นไก่เลี้ยงแขก ซูเปอร์มาร์เก็ตแถวบ้านไม่มีเนื้อสะโพกขายเลยได้เนื้อน้องมาแทน กระเทียมโทน ต้องมีติดบ้าน ไม่

ได้รสชาติดีหรือถูกกว่า แรกๆ ซื้อมาเพราะอยากได้ตะกร้าสานน่ารักดี แต่หลังๆ ติดใจปอกครึ่งเดียวได้เนื้อเยอะเลย ต้องซื้อผักเหล่านี้ติดบ้าน แครอท หัวหอมแดง (ฝรั่ง) แดงกว่า ส่วนเห็ดที่เห็นๆ มีขายอยู่ 2 ชนิด Closed Uuo และ Chestnut เซสท์นัทจะดำและเนื้อแข็งกว่าแพงกว่า ใช้ทำพวกแกงและอาหารอีสาน ได้กลิ่นและสีพร้อม ส่วน Closed Cup ใช้ต้ม ผัด แกง ยำ เพราะไม่ตกสี

ถ้าทำอาหารที่ต้องปรุงนานจะหันสี แต่ถ้าใช้เวลาปรุงไม่นาน หรือพวกยำ ส่วนใหญ่จะซอยบางๆ มันฝรั่งที่นี้ราคาถูกมาก บางทีก็ซื้อกินบ้าง ใช้ต้มแกง ทอดเนยหรืออบ บางทีทำเลียนแบบเพื่อนจีน โดยการซอยให้เป็นแท่งๆ ผัดกับเนื้อสัตว์ใส่พริกให้เผ็ดนิดๆ รสชาติคล้ายผัดหม้อไม้ แต่ที่จริงไม่ค่อยชอบกินมันฝรั่งเพราะมันจืด บางทีก็ซื้อ Sweet Potato หรือ Red Potato ใช้แทน แต่สองอย่างนี้ราคาแพงกว่ามันฝรั่งธรรมดา

ไข่ไก่ขนาดกลางที่นี้ราคาถูกสุด ราคาฟองละ 10-20 เพนนี ร้าน Chunwa ขายเหมาแพ่งละสามโหล ราคาถูกที่สุด รองลงมาจะเป็นของ Iceland อาหารกระป๋องไม่ค่อยได้ซื้อ เพราะส่วนใหญ่กินของสด มีซื้อบ้าง เช่น ข้าวโพด หม้อไม้ ที่ซื้อบ่อยๆ คือ ปลาแซลมอนกระป๋อง ใช้แทนปลาทูน่า ทำมายองเนสมากี่ไส้แซนด์วิช สลัด ใส่แกงส้ม ทำน่ายาขนมจีน เนื้อนิ่มดี กลิ่นไม่ฉุน เนื้อเนียนกว่าทูน่ากระป๋อง ที่สำคัญ...ถูก

ค่ากับข้าวกำหนดไว้ไม่เกิน 20 ปอนด์ต่อสัปดาห์ กินคนเดียว แต่กินเยอะ เลยแพง ของแห้งซื้อสามเดือนครั้ง ตก 60 ปอนด์ อาหารนอกบ้านไม่ค่อยกิน เพราะแพง (10-25 ปอนด์ต่อมื้อ) คนไทยที่นี้ชอบไปกินร้านจีน พวกข้าวหน้าเบ็ด ข้าวมันไก่ ราคาพอรับได้ (7-12 ปอนด์ ไม่รวมค่าน้ำ) มีสองร้านในเมืองที่คนนิยม คือ Big Bowl และ Four Seasons ร้านแรกให้ปริมาณเยอะมาก ส่วนร้านที่สอง มีลดห้าสิบเปอร์เซ็นต์วันอาทิตย์ และมีอาหารไทยด้วย (พ็อคครัวไทย) ○



เรื่อนแก้ว บำรุง - สัมภาษณ์/เรียบเรียง

สุรีพรรณ สุพรรณสมบูรณ์

อายุ 37 ปี

อาชีพ : อาจารย์คณะสถาปัตยกรรม มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

ปัจจุบัน : นักศึกษาปริญญาเอกสาขา Architecture/University of Liverpool

อยู่ที่ : ลิวอร์พูล อังกฤษ/ตั้งแต่ปี 2011 (ได้รับทุนตั้งปี 2015)