จิรายุ แพทองคำ. (2565, เมษายน), โคจิ & มิโซะ สองวัตถุดิบสร้างเสน่ห์อาหารญี่ปุ่น : Gourmet & Cuisine : 261 : 74-75

“**โคจิ**” และ “**มิโซะ**” เป็น 2 สิ่งเป็นหัวใจสำคัญที่ทำให้รสชาติแบบญี่ปุ่นคงความเป็นเอกลักษณ์ ดึงดูดนักชิมได้ไม่ว่าจะกี่ร้อยกี่พันปีผ่านไป แถมยังมาในรูปแบบใหม่ สะดวกต่อไลฟ์สไตล์คนรุ่นใหม่ที่ถวิลหารสชาติแบบฉบับดั้งเดิมในทางที่สะดวกสบายมากขึ้น

โคจิ นั้นเป็นสารตั้งต้นของอาหารท้องถิ่นหลากหลายเมนู เป็นสายพันธุ์ของเชื้อรา Aspergillus Oryzae ที่ใช้สำหรับการทำอาหาร รวมถึงการผลิตเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ไม่ว่าจะเป็นสาเกหรือโซจู รวมถึงเครื่องปรุงรส เช่น มิโซะ มิริน และโชยุ เพราะเอนไซม์ที่อยู่ในโคจิจะเปลี่ยนแป้งและโปรตีนเป็นกลูโคสและกรดอะมิโนที่ให้รสชาติที่เรียกว่า “อูมามิ” ออกรสหวาน เค็ม และมีกลิ่นฉุน

ปัจจุบันโคจิสามารถหาซื้อได้ไม่ยาก และมีตัวเลือกหลากหลายแบบสำหรับคนที่อยากปรุงอาหารให้ได้รสชาติญี่ปุ่นขนานแท้ ไม่ว่าจะเป็น PLUS KOJI NAMA SHIO KOJI ชิโอะโคจิ ซึ่งเป็นโคจิผสมเกลือที่เหมาะกับการนำไปหมักเนื้อสัตว์ทั้งเนื้อวัว ปลา ไก่ หมู และหมึก แม้จะใช้ในปริมาณเพียง 10% ของเนื้อสัตว์ก็ช่วยให้เนื้อมีสัมผัสนุ่มละมุนเพิ่มรสอูมามิได้แล้ว

นอกจากจะเป็นหัวใจสำคัญสำหรับอาหารคาวแล้ว ยังสามารถทำเป็นเครื่องดื่มก็ได้ หรือทำขนมหวานก็ดี แถมยังเปี่ยมด้วยคุณประโยชน์ที่ได้จากการหมัก

มิโซะ เป็นเครื่องปรุงญี่ปุ่นดั้งเดิมที่มีมากกว่า 1,000 ชนิด แตกต่างไปตามเนื้อสัมผัส รสชาติ และสี ผลิตได้จากการหมักถั่วเหลือง ข้าว หรือข้าวบาร์เลย์ ด้วยโคจินิยมใช้ในการสร้างรสอูมามิในอาหารหลากหลายประเภท ในขณะที่มิโซะสีอ่อนนั้นเหมาะกับการทำเป็นน้ำสลัดหรือขนมหวาน มิโซะสีเข้มนั้นก็เข้ากันได้เป็นอย่างดีกับเมนูที่ใช้เวลาเคี่ยวนาน ๆ เช่น สตู โดยเมนูจากมิโซะที่มีชื่อเสียงที่สุดคือซุปมิโซะที่ผสมผสานไปด้วยน้ำซุปดาชิและสาหร่ายทะเล

เพียงแค่มีทั้ง “โคจิ” และ “มิโซะ” ก็ถือว่าครบทั้งจิตวิญญาณและร่างกายของวัฒนธรรมอาหารญี่ปุ่น แม้จะลงมือทำเองก็ได้รสชาติของแดนอาทิตย์อุทัยอย่างแท้จริงได้ไม่ยากเลย