

124

อนุสรณ์

นางสาวสุภาพ มาประเสริฐ

252

ของ 9 น้ มีนสมมติ
ของ หอสมุดรัฐสภา
ค.น. ๖๖

ค.น. ๖๖

วันที่ 19/12/137
เลขที่หนังสือ CC.51
โดย พญ. คต
ร. ๕38๐
๒5๒1

อนุสรณ์

งานฉาปนกิจศพ

นางสาวสุภาพ ม้าประเสริฐ

ณ เมรุวัดประยูรวงศาวาส แขวงสะพานใหม่ เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร

สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร

วันเสาร์ที่ ๒๘ มกราคม ๒๕๒๑

THAI NATIONAL ASSEMBLY LIBRARY



3961132347

ขอขอบพระคุณทุกท่านเป็นอย่างยิ่ง ที่ได้กรุณาให้เกียรติมาร่วมในงาน
นี้ และขออภัยในความบกพร่องต่างๆ มา ณ ที่นี้ด้วย

เจ้าภาพได้ขอให้ อาจารย์ จันทร ทศานนท์ แห่งวิทยาลัยเทคโนโลยี
และอาชีวศึกษาวิทยาเขตพระนครใต้ จัดหารายการอาหาร สำหรับผู้ที่สนใจใน
เรื่องอาหารการรับประทานแบบไทยๆ เพื่อเป็นอนุสรณ์สำหรับงานนี้ และ
อาจารย์ จันทร ก็ได้ดำเนินการไปตามคำสั่งประสงค์ของเจ้าภาพ ด้วยความเต็มใจ
เจ้าภาพขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้ด้วย

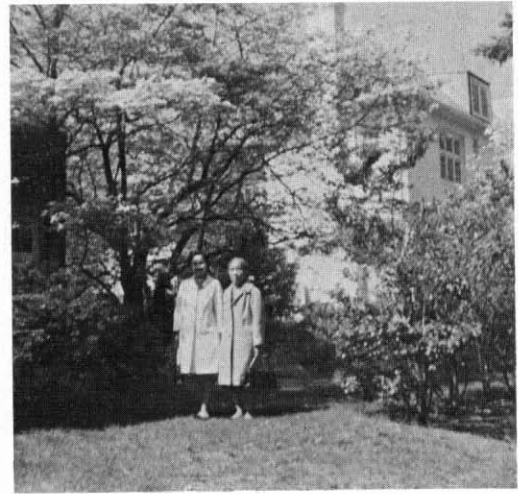
เจ้าภาพ



นางสาวสุภาพ ม้าประเสริฐ
ชาติะ ๑๘ พฤศจิกายน ๒๔๔๖
มรณะ ๕ สิงหาคม ๒๕๒๐



ที่จัตุรัส Trafalgar นครลอนดอน



วอชิงตัน ดี.ซี.

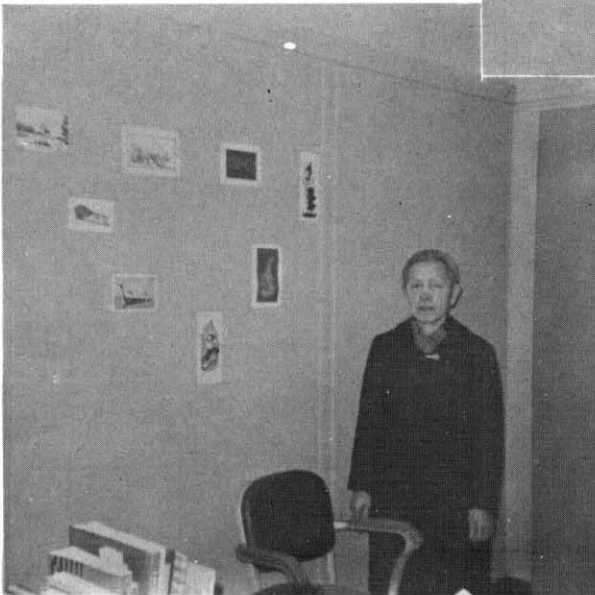


ภาพในบ้านพักนครนิวยอร์ก



บริเวณตึกสำนักงาน
เลขาธิการแห่งองค์การสหประชาชาติ นครนิวยอร์ก

หน้าตึกสำนักงานเลขาธิการองค์การสหประชาชาติ
นครนิวยอร์ก



ในห้องทำงานของ ดร. ลำดวน บนชั้นที่ ๓๐ ของ
ตึก สำนักงานเลขาธิการแห่งองค์การสหประชาชาติ
นครนิวยอร์ก

ประวัติ

นางสาวสุภาพ ม้าประเสริฐ เกิดเมื่อวันที่ ๑๘ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๔๔๖ ที่บ้านเลขที่ ๑๑๑ ถนนบ้านหม้อ อำเภอวังบูรพาภิรมย์ จังหวัดพระนคร เป็นบุตรนายชีวและนางเฮียะ ม้าประเสริฐ มีพี่น้อง (ไม่นับผู้ถึงแก่กรรมเมื่อยังเยาว์) คือ :

๑. นางสาวสุภาพ ม้าประเสริฐ
๒. นายเจ็งอัน ม้าประเสริฐ (ถึงแก่กรรม)
๓. นายจิตติ ม้าประเสริฐ
๔. นายเพ็ญควร (เสຍ) ม้าประเสริฐ (ถึงแก่กรรม)
๕. นางสุภัทรา จังกาจิตต์
๖. คร. ลำควน ม้าประเสริฐ
๗. นายอุคม สนิธฉาว

นางสาวสุภาพ ม้าประเสริฐ ได้รับการศึกษาชั้นประถมที่โรงเรียนเสาวภา ตำบลวังบูรพาภิรมย์ จังหวัดพระนคร จนอ่านออกเขียนได้ เพื่อจะได้เป็นบุตรคนหัวปี ประกอบกับมีใจผูกพันและมีความกตัญญูต่อบิดามารดาเป็นอย่างมาก มีความปรารถนาอย่างแรงกล้าที่จะได้มีโอกาสช่วยเหลือมารดาในกิจการบ้านมาตั้งแต่เยาว์วัย จึงมิได้ชวนขวายที่จะศึกษาต่อในชั้นที่สูงขึ้นไป หากแต่ได้เป็นกำลังใจอันสำคัญให้แก่้องๆ ในการศึกษาเล่าเรียนจนประสบความสำเร็จลุล่วงไป

นางสาวสุภาพ ม้าประเสริฐ เป็นผู้มื่อธยาศัยโอบอ้อมอารี สงบเสงี่ยม มีความสุภาพและอ่อนน้อม เหมาะสมกับชื่อที่เรียกขานเป็นอย่างยิ่ง อีกทั้งเป็นผู้ที่ขี้อ่อนอยู่ในหลักธรรมแห่งพระพุทธศาสนา เมื่อครั้งที่มารดายังมีชีวิตอยู่ ได้ติดตามท่านไปทำบุญฟังเทศน์และรับอุโบสถศีล ในวันพระเสมอมิได้ขาด ครั้นพอมารดาถึงแก่กรรมลง ถึงแม้โอกาสไม่เอื้ออำนวยที่จะให้กระทำอย่างนั้นได้อีก นางสาวสุภาพ ก็ยังคงปฏิบัติตนตามหลักธรรมอยู่กับบ้าน โดยฟังพระธรรมเทศนาทางวิทยุกระจายเสียง ทุกวันพระเป็นประจำ และทำบุญในพระพุทธศาสนาอยู่เนืองนิตย์ ตามควรแก่ฐานะานุรูป กิจวัตรที่จะต้องกระทำในตอนเช้าคือ ใส่บาตรพระสงฆ์ ซึ่งมารับบิณฑบาตรที่บ้านเป็นประจำทุกเช้า ตราบจนกระทั่งถึงวาระสุดท้าย

ชีวิตของนางสาวสุภาพ ม้าประเสริฐ เป็นชีวิตของการให้มาโดยตลอด เริ่มต้นตั้งแต่การดูแลกิจการบ้านเรือนแทนมารดา ซึ่งมีภาระหนักในด้านการทำมาหาเลี้ยงชีพ โดย

เฉพาะการรับภาระในกำนการควบคุมดูแลและเลี้ยงดูพวกน้อง ๆ และต่อมาในระยะหลัง ๆ ภาระดังกล่าวก็ได้แผ่ขยายมาถึงพวกหลาน ๆ ซึ่งเกิดจากพวกน้อง ๆ ด้วย ความอดุสาหะวิริยะ และความเหนื่อยยากนานาประการในการเลี้ยงดูจนกลม่อมเกลี้ยงพวกน้อง ๆ และหลาน ๆ มาจนกระทั่งเติบโตใหญ่ มีอาชีพเป็นหลักแหล่งมั่นคงนั้น นางสาวสุภาพ ได้ยินดีเสียสละให้ด้วยความเต็มใจ โดยมีได้หวังผลตอบแทนใดๆ ทั้งสิ้น หากแต่กำนังในกำนผู้รับแล้ว พระคุณอันนี้ย่อมจะใหญ่หลวงและย่อมจะจารึกอยู่ในความทรงจำของแต่ละคนอย่างไม่มีวันที่จะลืมเลือนได้เลย

คุณสมบัติพิเศษอีกประการหนึ่งคือ นางสาวสุภาพ เป็นผู้ที่ปรับตัวเองให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมและเหตุการณ์ได้ดียิ่งม จะเห็นได้จากการที่เคยได้ติดตาม คร. ลำควน ม้าประเสริฐ ผู้เป็นน้องสาว ซึ่งได้รับอนุมัติจากทางราชการให้องค์การสหประชาชาติขอยืมตัวไปปฏิบัติงานที่สำนักงานใหญ่ องค์การสหประชาชาติ ณ นครนิวยอร์ก ประเทศสหรัฐอเมริกา นั้น ทั้ง ๆ ที่นางสาวสุภาพ ไม่คุ้นกับสิ่งแวดล้อมที่นั่น และพูดภาษาอังกฤษไม่ได้ด้วย แต่ก็สามารถที่จะดำรงตนอยู่ที่นั่นได้เป็นอย่างดี ตลอดระยะเวลา ๒ ปีเต็ม

ก่อนหน้านั้น ในปี ๒๕๐๘ นางสาวสุภาพ ก็ได้ติดตามเพื่อไปเป็นกำลังใจให้แก่ คร. ลำควน ในระหว่างที่ คร. ลำควน ไปราชการที่สำนักงานสถิติกลาง แห่งประเทศอังกฤษ ณ กรุงลอนดอน เป็นเวลา ๖ เดือน และได้ใช้เวลาระหว่างนั้นเียนวิทยานิพนธ์สำหรับปริญญาเอก และสอบสัมภาษณ์ด้วย ที่มหาวิทยาลัยลอนดอน นางสาวสุภาพ ก็มีได้ย้อท้อต่ออากาศที่หนาวเหน็บ ซึ่งตนเองเพิ่งประสบเป็นครั้งแรกในชีวิต และด้วยจิตใจที่เข้มแข็ง จึงสามารถปรับตัวเองให้เข้ากับสถานการณ์ที่นั่นได้เป็นอย่างดี

นางสาวสุภาพ ม้าประเสริฐ มีสุขภาพดีมาโดยตลอด จนกระทั่งเดือนกรกฎาคม ๒๕๑๙ เริ่มมีอาการอ่อนเพลีย เหนื่อยง่าย และได้รับการรักษาเยียวยาจากแพทย์ผู้มีความชำนาญในการรักษาโรคค้ำนต่าง ๆ หลายท่านด้วยกัน ยาที่ใช้ในการรักษา มีทั้งยาจีน ยาแผนปัจจุบัน และยาสมุนไพร (สค) อาการก็ขึ้นในระยะแรก ๆ ต่อมาในระยะหลัง ๆ อาการมีแต่ทรนกับทรุก และถึงแก่กรรมด้วยอาการสงบ เมื่อเวลา ๑๐.๑๕ น. วันศุกร์ที่ ๕ สิงหาคม ๒๕๒๐ ณ บ้านเลขที่ ๓๒๒ ซอยรั้วสีบศิริ วงเวียนเล็ก กรุงเทพฯ ๖ รวมอายุได้ ๗๓ ปี ๘ เดือน ๑๘ วัน

เสียดาย

คุณสุภาพ ม้าประเสริฐ ได้จากไปท่ามกลางความเสียดายของคนเป็นจำนวนมาก ซึ่งไม่ใช่เฉพาะญาติพี่น้องเท่านั้นที่เสียดาย แม้คนที่รู้จักคุ้นเคยกันก็เสียดาย

ที่เสียดายก็เพราะ คุณสุภาพ เป็นคนดี สุภาพเรียบร้อยสมชื่อ เป็นคนใจบุญสุนทร ทาน มั่นอยู่ในศีลในธรรม ได้บริจาคทรัพย์บำรุงพระพุทธศาสนาอยู่เป็นประจำ ดำเนินตามรอยของคุณแม่ ชนิดที่เรียกว่า ลูกไม้หล่นไม่ไกลต้น แม้เวลาใกล้จะสิ้นชีวิต ก็ยังบริจาคทรัพย์จำนวนหนึ่ง สร้างถนน-สะพาน ไว้ในบริเวณวัดประยูรวงศาवास นับว่าเป็นการทำบุญครั้งสำคัญ และเป็นครั้งสุดท้ายในชีวิตของคุณสุภาพ

ฉะนั้น จึงมั่นใจได้ว่า กติของคุณภาพจักต้องเป็นสุคติ และยังได้อาศัยบุญของบรรดาญาติมิตร ที่อุทิศส่งไปให้อีกแรงหนึ่งด้วยเช่นกัน ก็ยังมีใจขึ้นไปอีกว่า คุณภาพจักต้องบริบูรณ์ไปด้วยความสุขเกษมสำราญ อยู่ในโลกสวรรค์อย่างแน่นอน

คนดี

ยามยังอยู่ เขาก็รักใคร่
ยามจากไป เขาก็คิดถึง

พระเทพประสิทธิ์คุณ
วัดประยูรวงศาवास

คำไว้อาลัยแด่ โยมพี่สุภาพ ม้าประเสริฐ

อาตมาภาพ มีความสนิทสนมคุ้นเคยกับ โยมพี่สุภาพ ม้าประเสริฐ มาเป็นเวลานาน ตั้งแต่อาตมาภาพยังเป็นพระนวกะ และโยมพี่สุภาพมีอายุชานามอยู่ในรัชสมัยวัย ในฐานะเป็นพระกษัตริย์บุรุษ ทลอดเวลาถึงกล่าว อาตมาภาพพอที่จะชมเชยเสียมิได้ว่า โยมพี่สุภาพ เป็นคนดีคนหนึ่ง ทางด้านครอบครัว โดยเหตุที่เป็นลูกสาวคนโต โยมพี่สุภาพเป็นหลักของครอบครัว มีญาติกษัตริย์ธรรม ช่วยเหลือเผื่อแผ่ทางบ้านต่าง ๆ แก่ญาติพี่น้องทุก ๆ คน ทางด้านศาสนา โดยที่ได้รับการอบรมปลูกฝังนิสัยตามแบบที่ได้รับอิทธิพลมาจากพระพุทธศาสนา โยมพี่สุภาพ จึงมีจิตใจกริ้วด้วยศรัทธา เลื่อมใส ทั้งยังเปี่ยมอุบายปฏิบัติประจักษ์ประจักษ์มา เป็นเวลานาน บริจาคทาน รักษาศีล และพึงธรรมเป็นเนืองนิตย์ เรียกว่าปฏิบัติตนเป็นพุทธศาสนิกชนที่ตัวอย่างครบครันตลอดมา

ต่อมาประกอบกับโยมพี่สุภาพอยู่ในวัยสูงอายุพอสมควร โรคภัยบางชนิดอันเป็นเครื่องมือหรือบริวารของพระยามัจจุราชก็ถือโอกาสเข้ามาแผ้วพาน รบกว่น หรือทำอันตรายกับชีวิตของโยมพี่สุภาพ อันเป็นเหตุให้พี่ ๆ น้อง ๆ ตลอดถึงญาติที่เกี่ยวข้องของโยมพี่สุภาพ ต้องเป็นภาระตามหน้าที่ในการพยาบาลรักษา เพื่อเอาชนะเครื่องมือหรือบริวารพระยามัจจุราช แม้จะมากแค่ไหนเพียงไรก็มีผลเพียงเล็กน้อย และชั่วคราวเท่านั้น สุดท้ายชีวิตของโยมพี่สุภาพต้องจានน และพ่ายแพ้ต่อพระยามัจจุราช ทั้งวงศ์ตระกูล ชื่อเสียง ความดี และทุกสิ่งทุกอย่างไว้เบื้องหลัง ซึ่งเป็นปรากฏการณ์ธรรมดาของสังขารทั้งหลาย โดยเฉพาะสวัสดิมงคลสังขาร ซึ่งมีอำนาจ พล้ง หรือเครื่องป้องกันใด ๆ จะมาหักทอนหรือขัดขวางได้ เพราะเป็นไปตามกฎที่ว่า “ชีวิตเป็นของไม่เที่ยง” “ความตายเป็นของเที่ยง” ชีวิตทุกรูปทุกนาม และทุกประเภทจะต้องถูกกาลเวลารบกว่นกับความผิปกติจุคตกระซางลาถุ นำไปสู่อำนาจเบ็ดเสร็จคือความตาย ตามสภาพความเป็นจริงแล้ว ชีวิตเป็นเสมือนวัตถุ หยิบยืมชั่วคราว ชั่วระยะ – สั้นบ้าง ยาวบ้าง สุดท้ายเมื่อครบกำหนดจะต้องถูกเรียกคืน หรือส่งคืน

ความหมายของชีวิตตามนัยแห่งพระพุทธศาสนาอยู่ที่ “ช่วงหยิบยืม” กับ “ช่วงก่อนส่งคืน” พระพุทธเจ้าจึงทรงสั่งสอนให้พุทธศาสนิกชนทั้งหลายตั้งอยู่ในความไม่ประมาท บำเพ็ญสัจจะประโยชน์ ประกอบความดีให้มากที่สุด ก่อนที่วาระสุดท้ายจะปิดฉากชีวิต เช่นเดียวกับนักกีฬาจะต้องทำคะแนนให้ได้มากที่สุดตามกฎเกณฑ์การกีฬา ก่อนจะหมดเวลาการแข่งขัน และทรงสรรเสริญผู้ที่ไม่ประมาทเช่นนี้ว่าเป็น “อโฆชะชีวิต”

สำหรับชีวิตของโยมพี่สุภาพก็เป็นที่น่าสรรเสริญเช่นกัน ตั้งอยู่ในความไม่ประมาท
บำเพ็ญทานุหิตะประโยชน์น้อยใหญ่ ตามสติกำลังและความสามารถ อันเป็นการดำเนินชีวิต
อย่างถูกต้องตามแนวพระพุทธศาสนา จึงถือได้ว่า ชีวิตของโยมพี่สุภาพไม่เป็นโมฆะ

สุดท้ายขอให้ผลแห่งการประกอบคุณงามความดีถูกต้องตามครรลองคลองธรรม
และการเว้นจากการทำความชั่วผิดครรลองคลองธรรม จงเป็นเสมือนหนึ่งพลังทิพย์หรือดวง
ประทีปอันสว่างโชติ เพื่อส่องนำวิญญาณวิถีโยมพี่สุภาพ ให้ถือเอาซึ่งกำเนิดภพในสุคติวิสัย
ต่อไป

พระครูสังฆรักษ์สาคร

คณะ ๑๐ วัดประยูรวงศาวาส

คำไว้อาลัย

เนื่องในงานฌาปนกิจศพ นางสาวสุภาพ ม้าประเสริฐ ณ เมรุวัดประยูรวงศาวาส
ในวันนี้ คร. ลำควน ม้าประเสริฐ ได้มาขอให้ข้าพเจ้าเขียนคำไว้อาลัยให้ ข้าพเจ้ารู้สึกเป็น
เกียรติและได้จัดทำให้ตามความประสงค์ด้วยความยินดี

ข้าพเจ้ามีความเกี่ยวพันกับ นางสาวสุภาพ ม้าประเสริฐ ทางก้นภรรยา โดยที่
ภรรยาของข้าพเจ้าคือ นางศรฤทธิธรรณชัย (มาลัย ทศานนท์) เป็นนำสาวโดยตรงของนางสาว
สุภาพ ข้าพเจ้ารู้จักนางสาวสุภาพมาตั้งแต่อายุ ๕-๖ ขวบ ข้าพเจ้าเห็นว่านางสาวสุภาพเป็นผู้
ที่มีกริยามารยาทสุภาพเรียบร้อยและอ่อนโยน เป็นผู้ที่มีความขยันหมั่นเพียร มีความอดทน
ยึดมั่นอยู่ในความกตัญญู และกตเวทิตาต่อบิดามารดา มาตั้งแต่เยาว์วัย ประกอบกับเป็นผู้มีใจ
เมตตากรุณา ชอบทำบุญ และบริจาคทานเป็นนิจสิน เมื่อมารดาของนางสาวสุภาพยังมีชีวิตอยู่
นางสาวสุภาพมักไปถือศีล ฟังธรรมที่วัดร่วมกับมารดาเป็นประจำ นอกจากนั้น ยังเป็นผู้
อุปการะเลี้ยงดูน้องและหลานมาแทบทุกคนเป็นอย่างดีอีกด้วย คุณความดีของนางสาวสุภาพ
ย่อมเป็นที่ประจักษ์แก่คนทั่วไป

ในโอกาสนี้ ข้าพเจ้าขออัญเชิญคุณพระศรีรัตนตรัย และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย ตลอดจน
जनบุญจากกรรมดีที่นางสาวสุภาพได้เคยทำไว้ ในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ จงลดบันดาลให้ดวง
วิญญาณของนางสาวสุภาพ ผู้เป็นหลานรักไปสู่พิภพแห่งความสุขข้างหน้าโน้น เทอญ

น.ท. พระศรฤทธิธรรณชัย ร.น.

เสงี่ยม ทศานนท์

ระลึกถึง "พี่สุภาพ"

นับตั้งแต่ผมจำความได้ พี่สุภาพ เป็นผู้ทำหน้าที่แม่บ้านของคุณบ้างเป็นเวลา 2 ปี คือ พ.ศ. 2475 - 2476 เมื่อผมเรียนอยู่โรงเรียนสวนกุหลาบ และคุณพ่ออยู่กรมสรรพาวุธทหารเรือ ผมได้มาอาศัยอยู่กับคุณบ้างที่บ้านหม้อ และได้รู้จักสนิทสนมกับพี่สุภาพอย่างใกล้ชิด

พี่สุภาพ เป็นผู้ที่ฉันสนิทสนมผู้หนึ่ง เท่าที่ผมได้พบเห็นมา สุภาพ เรียบร้อย ขยัน ละเอียด เป็นผู้ใหญ่ ดูแลเอาใจใส่น้องๆ และทุกคนในบ้านเป็นอย่างดี และทั้งที่ไม่เคยรู้ว่าผู้ใด แต่ทุกคนมีความเคารพเกรงกลัวและรักพี่สุภาพ แม้แต่คุณแม่ของผมเอง ซึ่งเป็นน้ำกี้ยังนับถือและรักใคร่พี่สุภาพอย่างผู้ใหญ่มาก ชอบไปปรึกษาหารือเล่าทุกข์สุขให้ฟังตลอดมา

ในบั้นปลายของชีวิตพี่สุภาพ ได้ย้ายมาพร้อมกับคุณบ้างมาอยู่ที่วงเวียนเล็กใกล้กัน ความสนิทสนมใกล้ชิดจึงมีอยู่ตลอดมา

ผมรู้สึกเสียดใจมาก เมื่อกลับจากเดินทางไปยุโรปและสหรัฐอเมริกาในกลางเดือนสิงหาคม พ.ศ. 2520 และทราบว่าพี่สุภาพได้จากเราไปแล้วอย่างไม่มีวันกลับ

ด้วยอุปนิสัยอันดีของพี่สุภาพที่ไม่เคยเบียดเบียน หรือทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน แม้แต่จากกรรม มีแต่คอยช่วยเหลือผู้อื่นตลอดมา พี่สุภาพจะต้องประสบแต่ความสุขในเบื้องหน้าเป็นแน่แท้

พิณ: ทอดทนต์

ดร.สละ หาดานนท์

องค์การอาหารและเกษตรแห่งสหประชาชาติ กรุงเทพฯ

คำไว้อาลัย

ผมรู้ว่า วันนั้นของคุณป้าจะต้องมาถึงเข้าสัปดาห์หนึ่งเป็นของแน่ และแล้วเมื่อวันนั้นมาถึงจริงๆ ผมก็ยังรู้สึกสลดใจและเสียใจเสียมิได้ สลดใจที่คุณป้า ต้องจากผมไปอย่างไม่มีวันที่จะกลับมาได้พบหน้าพูดจากันได้อีกในชาตินี้ เสียใจที่ไม่มีโอกาสทดแทนบุญคุณคุณป้าได้เท่าที่ควร เป็นครั้งแรกในชีวิตที่ผมรู้สึกเสียใจและสลดใจเป็นที่สุด ร่างของคุณป้าที่หมดลมนอนไม่ไหวถึงในวันนั้นของคุณป้า จะอยู่ในความทรงจำของผมตลอดกาล คุณป้าได้จากผม ญาติทุกคนที่คุ้นเคยของคุณป้าไปแล้ว ทั้งไว้ซึ่งตัวอย่างของความเสียสละอันใหญ่หลวงและความที่บริสุทธิ์ผุดผ่องทั้งใจและกายที่ได้ทำไว้ให้แก่วงศ์ตระกูลของคุณป้า ให้อยู่ในความทรงจำของผู้ยังอยู่ข้างหลังของคุณป้า ในส่วนตัวผมเองนั้น ผมได้รู้สำนึกถึงความเสียสละและความดีของคุณป้ามานานแล้ว และจะติดฝังแน่นอยู่กับตัวผมตลอดไป จนกว่าวันนั้นของผมจะมาถึงบ้าง ผมจะส่งจะสยบนเล็กๆ ของผมทุกคนให้เอาคุณป้าเป็นเยี่ยงอย่าง และจะต้องยึดถือเป็นหลักการแห่งชีวิตของลูกๆ ทุกคนในครอบครัวของผม จะต้องพึงปฏิบัติกันสืบต่อๆ ไปด้วย

ถ้าปราศจากความเสียสละสุขส่วนตัวของคุณป้าเองแล้ว โฉนดเลย น่องๆ ของคุณป้า และหลานๆ ที่เกิดจากน่องๆ ของคุณป้า รวมทั้งตัวผมด้วย จะมีโอกาสเป็นตัวตน มีฐานะ มีหน้าที่การงานเช่นปัจจุบันนี้ได้อย่างไร คุณป้าเป็นลูกสาวคนโตของคุณปู่และคุณย่า คุณป้าต้องรับภาระให้การดูแลน่องๆ ทุกคนของคุณป้า และภาระอื่นๆ ภายในบ้านของคุณปู่คุณย่าไว้แต่เพียงผู้เดียว ผมรู้ว่าภาระที่คุณป้ารับอยู่ในครั้งกระนั้นเป็นภาระที่แสนหนักเพียงใด คุณป้าต้องรับหน้าที่เป็นทางพี่ พ่อ แม่ ของน่องๆ ในเวลาเดียวกัน ทั้งนี้เพื่อให้คุณปู่และคุณย่ามีเวลาทำการค้าธุระกิจมากยิ่งขึ้น จนคุณปู่และคุณย่าสามารถสร้างฐานะที่มั่นคงให้กับน่องๆ ของคุณป้าทุกคน และตกทอดจนมาถึงชั้นหลานอย่างผมได้ คำน้อยคุณป้าไม่เคยปรีดาบ่นหรือร้องทุกข์เอากับคุณย่าให้เป็นที่เดือดร้อนใจ และก็ไม่มีแม้ครั้งเดียวที่คุณป้าลำเลิกบุญคุณเอากับน่องๆ ของคุณป้า คุณป้าต้องคอยเป็นผู้ไกลเกลี่ยให้เกิดความสามัคคีในครอบครัวอยู่เสมอเมื่อน่องๆ หรือหลานๆ ของคุณป้ามีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกัน บางครั้งคุณป้าต้องชอกช้ำและปวดร้าว จากการก้าวร้าวของน่องๆ และหลานๆ บางคนของคุณป้า อย่างผมเป็นต้น แต่ถึงกระนั้นคุณป้าก็พร้อมที่จะลืมความชอกช้ำและปวดร้าวที่ได้รับอยู่เสมอ เมื่อผู้ก้าวร้าวนั้นๆ

สำนักพิมพ์ของคุณบ้า ผมเองก็เคยทำให้คุณบ้าต้องปวศร้าวอยู่เสมอตลอดเวลาที่คุณบ้าเลี้ยงดูผม
มา และคุณบ้าให้อภัยแก่ผมทุกครั้งที่ผมสำนักพิมพ์ ชีวิตชีวิตของคุณบ้า นับแต่คุณบ้ารู้ความมา
จนกระทั่งถึงวันนี้ของคุณบ้า ผมทราบดีว่า คุณบ้ามีแต่ความเสียสละ และการให้อภัย อหิ
ชีวิตของตนเองทั้งหมดให้แก่ความเป็นบักแผ่นของวงศ์ตระกูล คุณบ้าไม่มีเวลาแม้แต่สักนาที
เดียวที่จะคิดถึงตัวของคุณบ้าเอง

วันนี้แล้วซิเนะ ที่ร่างของคุณบ้าจะต้องถูกเผาไหม้ไปกับความร้อน เหลือไว้
ซึ่งแต่ตำนาน ความเสียสละอันใหญ่หลวงแก่วงศ์ตระกูลของคุณบ้า ความดีที่บริสุทธิ์ของคุณบ้า
ให้กับทุกๆ คนที่ยังอยู่ข้างหลังเขาเป็นเยี่ยงอย่าง และเป็นทีระลึกถึงของทุกๆ คนที่รู้จักคุณบ้า
ผมขอให้กุศลที่เกิดจากความเสียสละและความดีของคุณบ้าที่ได้ทำไว้ในชาตินี้ ได้ส่งคุณบ้าให้
ไปจุติอยู่ที่สุคติ เทอญ

จากหลานของคุณบ้า



มานะ อัครวสิน

แต่ “พี่ภาพ” ที่รักยิ่ง

ปี ๒๕๒๐ ที่เพิ่งผ่านไปนี้ นับเป็นปีแห่งความสูญเสียอันยิ่งใหญ่สำหรับดิฉัน โดยการจากไปอย่างไม่มีวันกลับของพี่ภาพ ผู้ซึ่งดิฉันรักและเคารพยิ่ง เมื่อวันที่ ๕ สิงหาคม

พี่ภาพเป็นผู้ที่มีจิตใจบริสุทธิ์ผ่องแผ้ว มีความยุติธรรมประจำใจ ประกอบด้วย ความเมตตากรุณา ยึดมั่นในหลักศีลห้า เป็นพี่ที่ไม่เคยเอาเปรียบน้อง หากแต่เป็นพี่ที่เสียสละเพื่อน้อง และเป็นพี่ฟังของน้อง ๆ และหลาน ๆ ทุกคนในยามที่ต้องการความช่วยเหลือจากพี่ภาพ

พี่ภาพเป็นผู้ที่มีความมานะ อุตุน และขยันหมั่นเพียร ไม่เคยปล่อยเวลาให้เสียไป โดยเปล่าประโยชน์ แม้กระทั่งยามเจ็บไข้ พี่ภาพก็พยายามช่วยตัวเองเสมอ สำหรับดิฉันนั้น พี่ภาพทราบอยู่แก่ใจที่ว่า ดิฉันรักและเคารพพี่ภาพเพียงใด ไม่เคยมีความรังเกียจในการที่จะดูแลและปรนนิบัติพี่ภาพเลยแม้แต่น้อย ถึงกระนั้น พี่ภาพก็ยังเกรงใจ ไม่รบกวนถ้าไม่มีเรื่องจำเป็นจริง ๆ นอกจากความเกรงใจบุคคลอื่นแล้ว พี่ภาพยังเป็นผู้ที่รับฟังเหตุผลของผู้อื่นด้วยความเห็นอกเห็นใจเสมอ

ถึงแม้ว่าวัยระหว่างพี่ภาพและดิฉันจะแตกต่างกันมาก แต่พี่ภาพก็ปฏิบัติตนต่อดิฉันอย่างดีเยี่ยม ไม่มีที่ติได้ พี่ภาพมีความเข้าใจดิฉันดีในทุก ๆ อย่าง เคารพในความคิดเห็นของผู้ที่อ่อนวัยกว่า ทั้ง ๆ ที่บางทีพี่ภาพมีความเห็นคนละอย่าง ในด้านดิฉันก็ได้ให้ความเคารพรักและเทอดทูนพี่ภาพไว้สูงเหนือกว่าความเป็นพี่โดยปกติธรรมดา การปฏิบัติตนของดิฉันต่อพี่ภาพ ดังเช่นที่กล่าวมานี้ย่อมเป็นที่ประจักษ์แก่บุคคลที่รู้จักคุ้นเคยทุกคนเป็นอย่างดี

ความผูกพันระหว่างพี่ภาพและดิฉันกระชับแน่นแฟ้นยิ่งขึ้น เมื่อเราสูญเสียคุณแม่ไปในปี ๒๕๐๒ ทำให้เราสองคนพี่น้องต้องมามีชะตาชีวิตร่วมกันอย่างแยกกันไม่ออก นับตั้งแต่คุณแม่สิ้นบุญลง พี่ภาพก็ทำหน้าที่เป็นทั้งพี่ และ แม่ พร้อม ๆ กันไป พี่ภาพมีความเป็นห่วงและให้ความเอ็นดูแก่ดิฉันเป็นอย่างดีเลิศ ยากที่จะหาผู้ใดเสมอเหมือนได้ พี่ภาพสนใจในชีวิตและความเป็นอยู่ของดิฉันในทุก ๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นในด้านการศึกษา ด้านการงาน และด้านส่วนตัว พี่ภาพเคยบอกว่าในชีวิตของพี่ภาพ ได้รับความดีใจอย่างมากอยู่ ๓ ครั้งด้วยกัน ครั้งแรก เมื่อตอนที่ดิฉันสอบแข่งขันเข้าโรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาแห่งจุฬาลงกรณ์

มหาวิทยาลัยได้ ครั้งที่สอง เมื่อตอนที่ดิฉันส่งข่าวมาให้ทราบจากกรุงลอนดอนว่า ดิฉันสอบผ่านและได้รับปริญญาโทจาก London School of Economics มหาวิทยาลัยลอนดอน และครั้งที่สาม ซึ่งเป็นครั้งที่พี่ภาพก็ใจมากที่สุด เมื่อตอนที่ดิฉันกลับจากการสอบสัมภาษณ์ที่มหาวิทยาลัยลอนดอนแล้วบอกกับ พี่ภาพ ซึ่งกำลังรอพี่ชายอยู่ที่ Flat บ้านพักในกรุงลอนดอนเป็นคนแรกว่า ดิฉันทราบผลการสอบปริญญาเอกแล้วว่าสอบได้ ในครั้งนั้นพี่ภาพได้ติดตามไปเป็นกำลังใจให้แก่ดิฉันถึงกรุงลอนดอน เนื่องจากความเป็นห่วงและใครจะได้ติดตามข่าวเรื่องการทำปริญญาเอกของดิฉันอย่างใกล้ชิด โดยไม่หวาดหวั่นต่อกิตติศัพท์อันเลวร้ายของอากาศในประเทศอังกฤษและสิ่งแวดล้อมซึ่งแตกต่างกันมาก พี่ภาพเพิ่งจะเคยประสบกับความหนาวเย็นของเมืองหนาวเป็นครั้งแรกในชีวิต แต่ด้วยจิตใจที่แน่วแน่ และมีความมุ่งมั่นที่จะได้อยู่ใกล้ชิดกับดิฉันในยามที่ดิฉันกำลังปฏิบัติภาระหน้าที่อันสำคัญให้ลุล่วงไป พี่ภาพจึงไม่คำนึงถึงอุปสรรคใดๆ ทั้งสิ้น พระคุณของพี่ภาพดิฉันจะขอจดจำไว้อย่างไม่มีวันลืม

ถึงแม้ว่าพี่ภาพจะไม่มีโอกาสได้เล่าเรียนถึงขั้นสูง หากแต่ในจิตใจของพี่ภาพนั้นมีความสนใจในเรื่องการศึกษาและสนับสนุนผู้อื่นให้ได้รับการศึกษาอยู่ตลอดเวลา ทุกครั้งที่ดิฉันสอบเริ่มตั้งแต่ชั้นประถม ชั้นมัธยม จนกระทั่งถึงชั้นมหาวิทยาลัย พี่ภาพจะต้องอดตาหลับขับตานอนไปกับดิฉันด้วย จนอาจกล่าวได้ว่า ทุกครั้งที่ดิฉันสอบพี่ภาพจะต้องสอบกับดิฉันด้วย ดิฉันแน่ใจว่า ความสำเร็จที่ดิฉันได้รับอยู่ในปัจจุบัน ไม่ว่าจะ เป็นในด้านการศึกษาเล่าเรียนก็ดี หรือในด้านการงานก็ดี พี่ภาพมีบทบาทสำคัญในการสนับสนุนให้เป็นเช่นนั้น ความรัก ความหวังดีที่พี่ภาพมีต่อดิฉันนั้นมีมากล้นเหลือที่จะกล่าวได้ หากใครไม่มีอีกแล้วที่จะรักและหวังดีต่อดิฉันเหมือนอย่างพี่ภาพ ดิฉันจะจารึกคุณความดีของ พี่ภาพ ไว้ในความทรงจำของดิฉันตลอดไปนานเท่านาน

พี่ภาพเป็นผู้ที่เกิดมาเพื่อ การให้แต่อย่างเดียวโดยแท้ จะเห็นได้จากการที่พี่ภาพปรนนิบัติบิดามารดามาตั้งแต่เยาว์วัย และเสียสละความสุขส่วนตัวเสี่ยงอุปการะน้องๆ และหลานๆ ตั้งแต่ต้นจนเติบโตใหญ่ด้วยจิตใจที่เปี่ยมไปด้วยความรักและความเมตตากรุณา โดยมีได้หวังที่จะได้รับการตอบแทนบุญคุณแต่ประการใด เมื่อตอนที่คุณแม่ยังมีชีวิตอยู่ พี่ภาพก็ได้ทำหน้าที่ของบุตรที่ดีโดยสมบูรณ์ ด้วยการปรนนิบัติดูแลคุณแม่อย่างใกล้ชิดอยู่ตลอดเวลา

โดยเฉพาะในระหว่างที่คุณแม่ล้มป่วยด้วยโรคหัวใจก่อนถึงแก่กรรม พี่ภาพต้องรับภาระอันหนักในการดูแลและพยาบาลคุณแม่เป็นเวลานานถึง ๖ ปี ประจวบเหมาะกับเป็นระยะเวลาที่ดิฉันกำลังอยู่ในระหว่างการศึกษาในต่างประเทศ หน้าที่ที่พี่ภาพได้ปฏิบัติเสร็จสิ้นลงนี้ พี่ภาพมีความภาคภูมิใจมากที่สุดที่ได้มีโอกาสสนองพระคุณผู้บังเกิดเกล้าได้อย่างเต็มที่ น้อย ๆ ทุกคนไม่มีใครมีโอกาสอย่างพี่ภาพ

พี่ภาพเป็นผู้ที่ทันสมัยอยู่เสมอ ในด้านความนึกคิดและความเข้าใจเหตุการณ์ต่าง ๆ แตกต่างกับคนส่วนใหญ่ซึ่งอยู่ในวัยเดียวกัน ทั้งนี้เพราะพี่ภาพสนใจในข่าวสารของบ้านเมืองและเหตุการณ์ประจำวัน โดยติดตามข่าวจากหน้าหนังสือพิมพ์บ้าง วิทยุและโทรทัศน์บ้างเป็นประจำ พี่ภาพ ไม่ยอมปล่อยให้ตนเองล้าหลังในบ้านนี้เลย

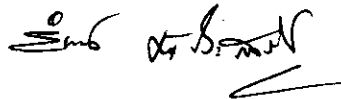
คุณสมบัติที่น่าอัศจรรย์อีกอย่างหนึ่งของพี่ภาพก็คือ พี่ภาพเข้ากับคนได้ทุกชั้น ทุกชาติ และทุกวัย เมื่อตอนที่พี่ภาพติดตามไปอยู่กับดิฉันที่สหรัฐอเมริกา เพื่อเป็นกำลังให้ดิฉันได้ปฏิบัติงานที่องค์การสหประชาชาติ ณ นครนิวยอร์กได้อย่างเต็มที่ โดยมีต้องพะวักพะวนในเรื่องอาหารการรับประทาน พี่ภาพรับหน้าที่เป็นแม่ครัวและแม่บ้านให้ตลอดเวลา ๒ ปีที่พำนักอยู่ที่นั่น เพื่อน ๆ ชาวไทยและชาวต่างประเทศของดิฉันทุกคน ตลอดจนผู้ที่รู้จักคุ้นเคยกับพี่ภาพ ไม่มีใครเลยสักคนที่จะไม่ชื่นชอบในอริยาสัยและน้ำใจไมตรีของพี่ภาพ

ความสุขของพี่ภาพอยู่ที่การได้อยู่ใกล้ชิดกับดิฉันและได้มีโอกาสทำสิ่งเล็ก ๆ น้อย ๆ ให้แก่ดิฉัน ตลอดเวลา ๒ ปีเต็ม ในสหรัฐอเมริกา พี่ภาพมีความสุขมาก แม้จะอยู่ในสิ่งแวดล้อมและดินฟ้าอากาศที่แตกต่างกันออกไปจากบ้านเรามาก พี่ภาพมีความตั้งใจอยู่เสมอว่า หากดิฉันมีโอกาสไปทำงานที่ต่างประเทศอีก พี่ภาพก็จะไปอยู่กับดิฉันอีก หากแต่โชคชะตาทำให้ดิฉันยังไม่มีโอกาสเช่นนั้น พี่ภาพก็ได้แต่เตรียมใจคอยมาเป็นเวลาช้านาน ครั้นต่อมาในระยะหลัง ๆ เมื่อพี่ภาพเริ่มมีอาการอ่อนเพลีย ไม่แข็งแรงเหมือนแต่ก่อน ดิฉันจึงเลิกล้มความพยายามที่จะไปทำงานในต่างประเทศเสียชั่วคราว และได้เข้าทำงานที่สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์ประยุกต์แห่งประเทศไทย ในต้นปี ๒๕๒๐ หลังจากที่ดิฉันได้ปฏิเสธโอกาสที่จะได้ทำงานในแหล่งงานภายในประเทศเสียหลายราย อย่างไรก็ตาม ดิฉันก็ไม่เคยมีความเสียใจที่ได้พลาดโอกาสอันดีงามเช่นนั้นไป ตรงกันข้าม ดิฉันกลับมีแต่ความภาคภูมิใจที่เหตุการณ์ทำให้ดิฉันได้อยู่

ใกล้ชิดกับพี่ภาพ และได้มีโอกาสทดแทนพระคุณของพี่ภาพได้บ้าง แม้จะเป็นเพียงน้อยนิด
สักปานใดก็ตาม จุดยอดแห่งความภาคภูมิใจของดิฉันอยู่ที่การที่ดิฉันได้มีโอกาสปรนนิบัติและ
พยาบาลพี่ภาพอย่างเต็มกำลังสติปัญญาและความสามารถของดิฉันมาโดยตลอด จนกระทั่งถึง
วาระสุดท้ายที่พี่ภาพจากไป นับเป็นความภาคภูมิใจซึ่งจะติดตรึงใจดิฉันตลอดไป

ดิฉันเชื่อว่า การจากไปของพี่ภาพเป็นเพียงแต่สรีระร่างกายเท่านั้น แต่ชื่อเสียง
เกียรติคุณและคุณงามความดีของพี่ภาพจะคงสถิตอยู่ตลอดไปชั่วคราวนาน หากชาติหน้ามีจริง
ดิฉันขอตั้งจิตอธิฐานให้พี่ภาพผู้เป็นพี่แก้วของดิฉันได้มาเกิดเป็นญาติอันสนิทกันอีกครั้งชาตินี้
ด้วยเถิด

สุดท้ายนี้ ขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัยและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายในสากลโลกตลอด
จนกุศลกรรมที่พี่ภาพได้สร้างสมมาขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ และที่บรรดาน้อง ๆ หลาน ๆ และญาติ
มิตร ได้บำเพ็ญมา จงเป็นอันส่งผลและบังจัญจลบันดาลให้ดวงวิญญาณอันบริสุทธิ์ของพี่ภาพ
ไปสู่สุคติในสัมปรายภพนั้น เทอญ



ดร.ลำดวน ม้าประเสริฐ

สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์ประยุกต์แห่งประเทศไทย

อาหารประเภทแกงต่างๆ ของไทย

หน้าว่าง

ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเรื่อง "แกง"

แกง หมายถึง วิธีการผสมอาหารหลาย ๆ สิ่งรวมกับน้ำ แยกเป็นแกงจืด กับแกงเผ็ด แกงจืดโดยมากต้องรับประทานร้อน ๆ จึงจะอร่อย ใส่เนื้อมากกว่าแกงเผ็ด น้ำประมาณ ๓ ใน ๔ ส่วนของเนื้อ เช่นเนื้อ ๑ ส่วน น้ำ ๓ ส่วน (เนื้อหมายถึงเครื่องปรุงมีเนื้อสัตว์กับผัก ฯลฯ) ส่วนแกงเผ็ด ยังแยกออกไปได้อีกหลายอย่าง เช่น แกงเขียว แกงแห้ง แกงกะหรี่ มัสมั่น แกงส้ม ฯลฯ

แกงมัสมั่นเผ็ดน้อย รสเปรี้ยวนำ มีน้ำประมาณ ๓ ใน ๔ ส่วนของเนื้อ ส่วนแกงเผ็ดรสเผ็ดมาก มีน้ำกับเนื้ออย่างละครึ่ง นอกนั้นน้ำต้องน้อยกว่าเล็กน้อย เช่น แกงกะหรี่ มัสมั่น ส่วนแกงแห้งคล้ายผัก มีน้ำขลุกขลิกเท่านั้น

แกงจืด ก่อนจะปรุงแกงจืดต้องต้มกระดูก ทำน้ำซุบกรองแล้วนำขึ้นตั้งไฟอีกทีหนึ่งแล้วจึงแกง เวลาแกงต้องให้น้ำเดือดพล่าน ใส่เนื้อลงไปก่อนแล้วจึงใส่ผัก ผักที่จะใช้ต้องเลือกดูว่าอย่างไรหนึ่สุกเร็วหรือจะต้องเคี้ยวานถ้าเป็นผักที่ต้องเคี้ยวจนเปื่อยก็ใส่ลงพร้อมกับเนื้อก็ได้ แต่ถ้าเป็นผักที่สุกง่าย เช่นผักกาดหอม ใบตำลึง กังโฮ้ พอสุกก็ยกลงได้

แกงจืดนี้ถ้ารสปร่าไปต้องเติมน้ำตาลเล็กน้อย จะทำให้รสดีขึ้น

แกงปลาต่าง ๆ ต้องปรุงน้ำแกงให้เค็เสียก่อน พอน้ำแกงเดือดจึงใส่ปลาลงและอย่าคน เนื้อปลาจะแตกและทำให้เหม็นคาว ปลาสลิดคาวเช่นปลาทุ่ ต้องล้างด้วยน้ำเกลือเสียก่อน

แกงเผ็ดต่าง ๆ สำคัญอยู่ที่การปรุงน้ำพริก ต้องปรุงให้ถูกต้อง เครื่องปรุงน้ำพริกนั้นแล้วต้องใส่จานกองไว้เป็นอย่างดี ๆ ไม่ใช่หันใส่ในครกหรือที่บดเลย

สิ่งใดเหลือต้องเอาออกอย่าเสียคาย ใส่ไปจะเสียรส การโขลกน้ำพริกต้องใส่สิ่งที่
 แหลหายากลงก่อนเช่นพริกแห้ง เวลาจะโขลกใส่เกลือด้วยหนึ่งช้อนชาจะแหลกรวด
 เข้า อย่าเทไปพร้อมกันหมดทีเดียว จะทำให้แหลกช้า เครื่องเทศต้องชั่งป่นให้
 ละเอียดไว้เป็นอย่าง ๆ แล้วผสมทีหลัง การผัดน้ำพริก ต้องใช้ไฟแรงเสมอ ๆ กัน
 กะทิต้องแตกมันและผัดกับกระทิให้น้ำพริกสุกหอมดีเสียก่อนจึงลงมือแกง

แกงเผ็ดรสปร่าไปเกิดได้หลายอย่าง เช่นพริกไม่ตี ใต้แก่พริกอย่างแฉง
 เม็ดเล็ก จะทำให้เผ็ดมากไป ต้องใช้พริกอย่างแฉงเม็ดใหญ่ปนกับอย่างคำเม็ด
 ใหญ่บ้างก็ได้ หรือบางทีใส่เครื่องปรุงบางอย่างมากเกินไป เช่น ตะไคร้ ข่า เครื่อง
 เทศ ต้องใส่น้ำตาลเล็กน้อย แกงเขียวหวานเหม็นเขียว เพราะใช้พริกขี้พ้าสดมาก
 ต้องใช้พริกขี้หนูเขียวปนแฉงใส่ปนบ้าง แม้แกงเผ็ด เช่นแกงไก่ ถ้าได้ใส่พริก
 ขี้หนูลงบ้าง จะทำให้รสแหลมและดีขึ้น เค็กลึกเล็ก ๆ น้อย ๆ เหล่านี้ จะเกิดขึ้นได้
 จากการกระทำจนชำนาญของแม่บ้าน แกงเผ็ดใส่กระเทียมมากกว่าหอม แกงกะหรี่
 เหม็นเพราะผัดผงกะหรี่ไม่สุกดี ต้องผัดให้สุกมาก ๆ จึงใส่ของอื่น ๆ

หมายเหตุ ถ้าใช้เครื่องบดไฟฟ้า ควรบดเครื่องเทศให้ละเอียดเป็น
 อย่าง ๆ ก่อนแล้วนำออกใส่จานไว้ต่างหาก นอกนั้นใส่พร้อมกันได้ ต้องมีกระทิ
 คอยหยอดใส่ขณะที่บดด้วย บดทีละน้อย มากจะแหลกช้า

วิธีเตรียมเครื่องแกงเผ็ดต่าง ๆ

พริกแห้ง ผ่าแคะไส้และเม็ดออก หรือหันขวางเม็ดเป็นชั้นเล็ก ๆ เม็ด
 ก็จ้วงออกเวลาสงเหนือขึ้น แล้วล้างน้ำ สงขึ้นบีบให้สะเด็ดน้ำ

หอม (หอมไทยหัวเล็ก) ปอกเปลือก ถ้ามีดินคืดต้องล้างแล้วหันขวางหัว
 เป็นชั้นเล็ก ๆ ถ้าหัวเล็กไม่หันก็ได้ เพราะหัวหอมโขลกง่าย แกงเผ็ดใช้หัวหอม
 น้อยกว่า

กระเทียม แคะออกเป็นกลีบ ๆ ปอกออกทั้งเปลือกนอกและเปลือกใน
 แกงเผ็ดใส่กระเทียมมากกว่าหอม

ข่า ชูครอยใบออก ล้างแล้วหั่นตามขวางบาง ๆ จะหั่นเป็นฝอยอีกครั้งก็ได้เพื่อสะดวกในการโขลก ใส่แต่น้อย มากนั้จะเหม็นและทำให้รสปร่า

ตะไคร้ ตัดใบทิ้งเหลือไว้ประมาณ ๖ นิ้วฟุต ล้างกินให้หมด ลอกส่วนที่แห้งออกตัดส่วนโคนที่ติดกับรากออกประมาณครึ่งนิ้ว หั่นตามขวางเป็นฝอย ใส่มากทำให้รสปร่าถ้าจะใช้ไม่หมดต้นควรใช้ทางปลวกอ่อน เก็บทางโคนเช่นน้ำไว้ได้

ผิวมะกรูด ล้างทั้งผล แล้วผ่านผิวออกบาง ๆ และหั่นเป็นฝอยอีกครั้ง

รากผักชี ล้างให้หมดโคลน หั่นละเอียด

กระชาย แช่น้ำไว้สักครู่ แล้วจึงล้างให้หมดโคลน โดยเปลี่ยนน้ำสัก ๒-๓ ครั้ง แล้วหั่นตามขวางบาง ๆ ส่วนหัวชูดเปลือกแข็งออกเสียก่อนล้างน้ำแล้วหั่นตามขวางบาง ๆ

พริกสด ล้างเสียก่อน ใส่แกงเผ็ดใช้พริกชี้ฟ้าอ่อน หั่นเจดียงหนาประมาณ ๑ เซนติเมตร โรยหน้าอาหารใช้พริกแดงและเหลือง ผ่าสองซีกเสียก่อน แล้วแกะเม็ดออกหั่นเป็นฝอยหรือหั่นเจดียงบาง ๆ

ใบมะกรูด ล้างแล้วฉีกเอาก้านกลางออก ซ้อนกันหั่นเป็นฝอย ใช้โรยหน้าอาหารบางอย่าง ถ้าจะใส่แกงเผ็ดมักฉีกเป็นชิ้นเล็ก ๆ เอาก้านกลางออก

ผักที่ใส่แกง เช่นใบโหระพา ใบกระเพรา ล้างทั้งซ่อ แล้วเด็ดเป็นใบ ๆ

เครื่องเทศ ได้แก่พริกไทย ลูกผักชี ลูกยี่ห่วย ลูกจันทน์ ดอกจันทน์ ลูกกระวาน ใบกระวาน กานพลู อบเชย ฯลฯ ต้องคั่วให้หอม และต้องคั่วทีละอย่าง ๆ เพราะขนาดของไม้เท่ากัน ขนาดเล็กจะไหม้เสียก่อนกว่าขนาดใหญ่จะหอม พริกไทยไม่ต้องคั่วลูกผักชีและยี่ห่วยต้องคั่วเอาทรายและผงละอองออกเสียก่อน ล้างน้ำแล้วจึงคั่ว ลูกจันทน์ทุบเปลือกออกแล้วทุบให้เล็ก ๆ แล้วจึงคั่ว กระวานคั่วเสียก่อนจึงแกะใช้แต่เม็ดข้างในใบกระวานฉีกเอาก้านกลางออก กานพลูแกะเอาเพชรออก เครื่องเทศนี้เป็นเครื่องชูรสและกันกลิ่นคาวต่าง ๆ

แกงคว่ำๆ แกงคว่ำต่างกับแกงเผ็ดคือ แกงเผ็ดต้องใช้ปลาหรือเนื้อเป็นหลัก ผักเป็นส่วนประกอบ แต่แกงคว่ำต้องใช้พวกเนื้อปลาอย่างหรือปลากรอบ หรือกุ้งแห้ง อย่างใด อย่างหนึ่ง โขลกน้ำแกงให้ข้น และไม่ใส่พวกเครื่องเทศเหมือนแกงเผ็ดต่างๆ

แกงคว่ำใช้ผักเป็นหลัก เนื้อ ปลา หอย ฯลฯ เป็นส่วนประกอบ ผักที่ใช้ แกงคว่ำมีหลายชนิด ดังตัวอย่างเช่น

- ๑) แกงคว่ำผักเขียวกับกุ้งหรือปลาช่อน
- ๒) แกงคว่ำผักบุ้งกับหัวปลาช่อนแห้ง หรือหัวปลาสดสะเค็มใหม่ๆ หรือ ปลาทุก
- ๓) แกงคว่ำลูกคำลิ่ง (คิบ) กับปลาย่าง
- ๔) แกงคว่ำสับปะรดกับไข่แมงดา
- ๕) แกงคว่ำหน่อไม้สดกับหอยแมลงภู่แห้งหรือสดหรือกุ้งสด
- ๖) แกงคว่ำผักทองกับปลากรอบ
- ๗) แกงคว่ำหน่อไม้คองกับปลากด
- ๘) แกงคว่ำสะท้อนกับของแห้งต่างๆ หรือกุ้งสด
- ๙) แกงคว่ำมะเขือยาวกับหมู
- ๑๐) แกงคว่ำเห็ดตับเต่า เหล่านี้เป็นต้น
เครื่องน้ำพริก มีดังนี้

พริกแห้ง ๕-๑๑ เม็ด ผ่าเอาเม็ดและไส้ออกให้หมด (พริกมากน้อย ตามขนาดของหม้อและของที่จะแกง)

ข่าหั่นบางๆ ๕ แว่น

ตะไคร้หั่นบางๆ ๑ ซ่อนโตะ

หัวหอม ๑๕ หัว

กระเทียม ๑๕ กลีบ

ปลาย่างหรือปลากอบหรือกุ้งแห้ง อย่างใดอย่างหนึ่งประมาณครึ่งถ้วย

เกลือ ๑ ช้อนโต๊ะ

กะปิ ๑ ช้อนชา

นำพริกขนาดคนผักประมาณ ๔-๕ ถ้วย ผักไม่จำกัด กะตุให้พอกกับน้ำแกง ก็เป็นอันใช้ได้

วิธีแกง ๑) นำพริกโขลกหรือบดให้ละเอียด แล้วใช้ปลาย่างหรือปลากอบหรือกุ้งแห้ง อย่างใดอย่างหนึ่ง โขลกลงไปถ้วยเพื่อให้หอมและน้ำแกงข้น ถ้าเป็นปลาย่างหรือปลากอบแห้ง เช่น ปลาฉลิต ปลาเนื้ออ่อน ฯลฯ ควรบั้งไฟอ่อนๆ ให้กรอบเสียก่อน เวลาโขลกจะหอมและโขลกง่ายเข้า

๒) มะพร้าวคั้นกะทิ อย่างเดียวกับแกงเผ็ด แต่รวมทั้งหัวและหางกะทิเข้าด้วยกันประมาณ ๕-๖ ถ้วย แล้วตั้งไฟให้เดือด คนอย่าให้เป็นลูก และระวังอย่าให้ล้น ทั้งพอเดือดสัก ๒-๓ นาที ก็ยกลง เพราะแกงคั่วนี้ไม่ต้องการให้แตกมันมากนักกะทิพอจนวลๆ จะอร่อยกว่าแตกมัน เพียงแต่ให้มีสีแฉงมันข้างหน้าก็พอ บางคนชอบแบ่งหัวกะทิไว้ราดที่หลังขณะจะยกลงเพื่อให้ น้ำแกงข้นกะทิไม่แตกมันมาก

๓) ช้อนหัวกะทิใส่กะทะประมาณ ๔-๕ ทัพพี เคี้ยวให้แตกมันแล้วนำน้ำพริกลงผัดให้สุกมีกลิ่นหอม ตักใส่หม้อพร้อมทั้งผักต่างๆ และหางกะทิที่จะแกง ตั้งไฟให้เดือด พอผักสุกใส่ปลาหรือหอย กุ้ง ไข่เมงคาหรือของที่จะแกงด้วย ที่เป็นเนื้อสัตว์สดหรือแห้ง แล้วรอให้น้ำแกงเดือดอีกทีหนึ่ง

๔) ใส่ปลา น้ำตาล ชิมครุสเค็มมัน และหวานเล็กน้อย ระวังอย่าให้น้ำแกงใสมากเกินไป ต้องคั้นๆ หน่อยจึงจะดี

แกงจืดต่าง ๆ

วิธีทำแกงจืดหลายวิธี เช่น

๑) ชนิดที่ใช้น้ำซุบหรือน้ำสต็อก (น้ำต้มกระดูกไก่) กรองให้สะอาดแล้วตั้งไฟให้เดือด จึงใส่เนื้อสัตว์ เช่น ไก่ หมูหรือกุ้ง อย่างใดอย่างหนึ่ง หรือหลายอย่างรวมกัน ผัก ๑ หรือ ๒ อย่าง ไม่ควรให้มากชนิดนัก เวลาต้กลั้วชามโรยผักชี พริกไทย

๒) ชนิดน้ำซุบตั้งกลาวแล้ว แต่ใส่รากผักชี พริกไทย กระเทียม โขลกละเอียด แล้วละลายในน้ำแกง จึงใส่เนื้อสัตว์และผักตามต้องการ โรยหน้าด้วยกระเทียมเจียว และผักชี พริกไทย

๓) อีกชนิดหนึ่งก็คือ ผักรากผักชี พริกไทย กระเทียม ที่โขลกละเอียดให้หอมกับน้ำมันเสียก่อน แล้วใช้เนื้อสัตว์ผักให้หอมด้วย เช่น แกงร้อน หรือแกงจืดวันเส้น ถ้ามีน้ำซุบก็ใส่ด้วย จะเพิ่มความอร่อยขึ้น ส่วนต้นหอมผักชีใส่ทีหลัง

๔) แกงจืดชนิดที่น้ำมัน ชนิดนี้ทำง่าย และเร็วดีมาก คือไม่ต้องเตรียมน้ำซุบ ครั้งแรกทุบกระเทียมสับให้ละเอียด ตักน้ำมันใส่กะทะพอน้ำมันร้อนใช้กระเทียมลงเจียวให้หอม แล้วจึงใส่เนื้อหมู หรือกุ้ง ไก่ กับผัก ผักพอควรเติมน้ำเปล่าเป็นน้ำแกง บิ่กฝาพอเดือดพล่านที ต่อยไข่ใส่ลงคนให้แตก ใส่น้ำปลาดี ผงชูรส ชิมดูตามชอบ เวลาต้กลั้วชามเสิร์ฟโรยพริกไทย ผักชี

แกงจืดชนิดที่น้ำมันนี้ จะใช้แตงกวา บวบเหลี่ยม บวบหอม พักเขียว พักทองผักกาดขาว ฯลฯ (ถ้าชอบใส่ไข่ อย่างคนให้ละเอียด ให้เขี่ยให้ไข่แดงแตกแล้วคนให้กระจายพอไม่ให้เป็นแผ่นใหญ่ มิฉะนั้นน้ำจะข้นและไม่น่ารับประทาน)

การต้มน้ำแกงจืด ใช้กระดูกไก่ เบ็ด ทุบตามข้อเสียก่อน ตักน้ำใส่หม้อมากๆ ใส่เกลือเล็กน้อย ครั้งแรกใช้ไฟแรงให้เดือดเสียก่อน แล้วบิ่กฝาหม้อให้เดือดไปเรื่อยๆ ไม่ต้องเค็มถ่านอีก เคี่ยวไฟพอรวมๆ ก็พอ อย่างคน เคี่ยวประมาณ ๒-๓ ชั่วโมง ก็ไว้ใช้เป็นน้ำซุบได้ และน้ำจะใสดี เวลาใช้กรองเอาแต่น้ำ

ข้อปฏิบัติในการปรุงแกงจืด

๑) ผักที่ใส่แกงจืด ถ้าจะแบ่งก็ได้เป็น ๒ ชนิด คือ ชนิดหนึ่งใส่เป็นส่วนประกอบ มีทั้ง ผัก ใบ ดอก และหัว เช่น หัวผักกาดขาว แครอท กะหล่ำปลี ดอกกะหล่ำ พักเขียว ผักกาดขาว ใบตั้งโอ๋ ฯลฯ

อีกชนิดหนึ่งใส่เพื่อนำรับประทานและเป็นเครื่องชูรส เช่น ผักชี ใบหอม การใส่ผักเป็นส่วนประกอบไม่ควรใช้หลาย ๆ ชนิดมากนัก อย่างมาก ๒ ชนิดก็พอแล้ว ยกเว้นต้มจับฉ่าย

๒) เนื้อสัตว์ เช่น เนื้อหมู เนื้อวัว กุ้ง ไก่ ลูกชิ้นปลา กุ้ง เนื้อสัตว์ ควรหั่นชิ้นเล็กๆ ยาว พอดี กุ้งควรใช้แต่เนื้อ มันกุ้งถ้าจะให้มันดีผสมแกงลอยหน้าให้นำรับประทานในแกงจืดบางชนิด ควรผัดให้หอมเสียก่อน ใส่ดิบ ๆ จะเหม็นคาว

๓) เครื่องปรุงรส ต้องใช้น้ำปลาดี ควรจะใส่ผงชูรสด้วย

๔) การเสิร์ฟแกงจืด ต้องเสิร์ฟอย่างร้อนจัดจริงๆ ถ้าเย็นจะไม่อร่อยเลย และเป็นสิ่งที่น่าตำหนิมากที่สุด

แกงเผ็ดสามกษัตริย์

เครื่องปรุง เนื้อวัว $\frac{3}{4}$ กิโลกรัม

หมูสามชั้นอย่างดี ๆ ไม่มีมันมาก ชิ้นสวย ๆ $\frac{3}{4}$ กิโลกรัม

ไก่อ่อน ๑ ตัว (ไม่โตนัก)

มะพร้าว ๑ กิโลกรัม

กระเทียมดองแกะเป็นกลีบ ๆ ประมาณครึ่งถ้วย

ขิงหั่นฝอย ๆ ๑ ช้อนโต๊ะพูน

มะขามเปียก น้ำปลาดี น้ำตาล

เครื่องนำพริกแกง

พริกแห้งเม็ดใหญ่ ๘-๑๐ เม็ด ผ่าเอาไส้และเม็ดออกแช่น้ำ แล้วบีบเอาชิ้น ข่า ๗ แว่น ตะไคร้ ๑ ช้อนโต๊ะพูน

ลูกกระวาน	๕ ลูก
กานพลู	๕ ดอก
ลูกผักชี	๑ ช้อนโต๊ะ
ยี่หระ	๑ ช้อนชา

เครื่องเทศทั้งหมดคั่วให้หอมแล้วบดละเอียดเสียก่อน จึงค่อยใส่ไปโขลกพร้อมกับเครื่องนำพริกอื่น ๆ แล้วโขลกให้ละเอียด

วิธีทำ ๑) เนื้อวัวหันสี่เหลี่ยมกว้าง ๑ นิ้ว หนาครึ่งนิ้ว เนื้อหมูสามชั้นหันคิกหนังไว้ด้วย ชิ้นขนาดเดียวกับเนื้อวัว เนื้อไก่คักรับหน้า ๆ กับเนื้อหมู

๒) เคี้ยวเนื้อทั้งสามอย่างให้เปื่อยด้วยหางกะทิ แต่เนื้อวัวเคี้ยวยากควรเคี้ยวก่อน เห็นว่าพอจะนุ่มก็ใส่ไก่และหมูลงเคี้ยวตามทีหลัง

๓) มะพร้าวคั้น แยกหัวและหางกะทิจึงหัวกะทิประมาณ ๓ ถ้วย และหางประมาณ ๓ ถ้วย เคี้ยวหัวกะทิให้แตกมัน ส่วนหางเคี้ยวกับเนื้อ ทั้งสามอย่างให้เปื่อย

๔) ใช้กะทิใส่กะทะเคี้ยวพอแตกมันใส่น้ำพริกผงคั่ว ให้หอมมากๆ ใส่น้ำปลาแล้วตักใส่ในหม้อที่เคี้ยวเนื้อไว้ ตั้งไฟให้เดือด

๕) พอเดือดท่วตีใส่น้ำตาลน้ำปลา และน้ำส้มมะขามคั้น ชิมดูให้รส ๓ รสกลมกล่อมเค็มหวาน อมเปรี้ยวไม่มากนัก พอเดือดก็ ใส่กระเทียมคองที่แกะไว้ และขิงหันฝอย (ถ้าเป็นขิงแก่คั้นเกลือ ๑ ครั้ง) พอเดือดอีกก็ที่ยกลงได้

แกงมัสมั่นเนื้อวัว

เครื่องปรุง เนื้อวัว ๒ กิโลกรัม

มะพร้าวขูด ๑ ๒ กิโลกรัมหรือ ๒ กิโลกรัม

น้ำตาล น้ำปลา

ส้มมะขามเปียกเล็กน้อย ส้มซ่า

ใบกระวาน ๑๐ ใบ

ถั่วลิสงคั่วครึ่งถ้วย

หอมฝรั่งอย่างหัวเล็ก ๑๐ หัว หรือหอมไทยหัวโต ๆ ๑๕ หัว

เครื่องนำพริกแกง

พริกแห้ง ๕-๑๑ เม็ด ผ่าเอาไส้และเม็ดออก

หัวหอม ๒๐ หัว

กระเทียม ๒๐ กลีบ

ลูกผักชี ๑ ช้อนโต๊ะ

ยี่ห่วย ๑ ช้อนชา

ลูกจันทน์ ครึ่งลูก

ดอกจันทน์ ๑ ดอก

ลูกกระวาน ๗ ลูก

กานพลู ๕-๖ ดอก

พริกไทย ๑๕ เม็ด

อบเชยยาวครึ่งนิ้ว

เกลือ ๑ ช้อนชา

วิธีทำ ๑) เครื่องนำพริก พริกแห้งผ่าเอาไส้ออก ล้างน้ำ เอาไส้ออก
แช่ให้นุ่มแล้วบีบเอาขึ้น หอม กระเทียมเผา ปอกเปลือก เครื่องเทศแบ่งคั่ว
เป็นอย่าง ๆ จนครบ แล้วใส่ครกโขลกให้ละเอียด เกลือพริกแห้ง หอมกระเทียม
โขลกหรือบดพร้อมกันจนละเอียด แล้วมารวมกับเครื่องเทศโขลกพร้อมกันอีกจน
เข้ากันดี พักไว้

๒) เนื้อวัวล้างนำทิ้งชั้นใหญ่ แล้วหั่นชั้นสี่เหลี่ยมโตหน้าขนาด ๑ นิ้ว
หรือ ๑ ๒ นิ้วสี่เหลี่ยม จะเคี้ยวด้วยทางกะทิจนนุ่มหรือใส่กระทะรวนจนให้น้ำแห้ง
ก่อนก็ได้

๓) มะพร้าวคั้นกะทิแบ่งหัวและหางให้ได้หัวกะทิประมาณ ๔ ถ้วย หาง
กะทิ ประมาณ ๔-๕ ถ้วย

๔) หัวกะทิเคี้ยวให้แตกมันมาก ๆ เอน้ำพริกผัดลงไปสุกหอมคักเนื้อผัดลงไปด้วย ใส่พลาสติกกรุจึงตักใส่หม้อเททางกะทิใส่ลงไปด้วย ใส่พอประมาณอย่ามากเกินไป อย่าใส่หมด เคี้ยวต่อไปให้เคี้ยวใส่น้ำตาล น้ำส้มซ่า น้ำส้มมะขามเปียกคั้นเล็กน้อย น้ำปลา พอเคี้ยวชิมดูให้รสหวานนำ เปรี้ยวเค็มกลมกล่อมใส่ถั่วลิสง ใบกระวาน อบเชย (ใส่ทั้งท่อน ๆ โดยหักเป็นท่อนเล็ก ๆ ยาวประมาณ ๑ ๑/๒ นิ้ว ๒-๓ ท่อน) เคี้ยวต่อไปประมาณ ๓๐ นาที ยกลง

แกงมัสมั่นเนื้อวัว

เครื่องปรุงและวิธีทำเหมือนกันกับมัสมั่นเนื้อวัว

วิธีทำสันวัวทำดังนี้ ต้มสันวัวประมาณครึ่งชั่วโมง (เวลาต้มใส่เกลือด้วยเล็กน้อย) แล้วตักขึ้นแช่น้ำ ชุกให้สะอาด แล้วหันชิ้นโตพอประมาณ นำไปทอดให้เหลืองเสียก่อนจึงเคี้ยวต้มกับทางกะทิให้นุ่มแล้วจึงแกง เช่นเดียวกับแกงมัสมั่นเนื้อวัว

มัสมั่นไก่

เครื่องปรุงและวิธีทำก็เช่นเดียวกัน ไก่ผ่าสับชิ้นโต ๆ เท่า ๆ กัน ขนาดพอควรแล้วเคี้ยวกับทางกะทิพอก่อนข้างเปื่อย จึงแกงเช่นเดียวกับมัสมั่นเนื้อวัว

แกงกะหรเนื้อวัว

เครื่องปรุง เนื้อวัว ๑ กิโลกรัม

มะพร้าวชุก ๑ กิโลกรัม

มันเทศ ๑ หัว ปอกแล้วหันชิ้นสี่เหลี่ยม ขนาด ๑ นิ้ว

หรือมันฝรั่งหัวเล็ก ๆ ขนาดพอกำ ๑๐-๑๕ หัว ปอกแล้วแช่ไม่ให้ดำ

เนยหรือมาการีนประมาณ ๒ ช้อนโต๊ะ

หัวหอมเล็กซอย ๑๐ หัว

เครื่องน้ำพริก ลูกผักชี ๑ ช้อนโต๊ะ

ยี่หว่า ๖ ซ้อนชา

อบเชย ๑ แท่งเล็ก

ลูกกระวาน ๓ ลูก

กานพลู ๕ ดอก

เทียนข้าวเปลือก ๖ ซ้อนชา

หอม ๑๕ หัว

กระเทียม ๑๕ กลีบ

เกลือ ๑ ซ้อนชา

ขิง ๒-๓ แว่นบาง ๆ

พริกแห้งผ่าเอาไส้และเม็ดออก ๓-๕ เม็ด

ขมิ้นชันสด โขลกแล้วประมาณ ๑ ซ้อนโต๊ะ

- วิธีทำ** ๑) เนื้อทำเช่นเดียวกันกับแกงมัสมั่น แล้วเดียวกับหางกะทิเช่นเดียวกัน
- ๒) มะพร้าวก็คั้นแบ่งหัวและหางกะทิเช่นเดียวกับแกงมัสมั่น
- ๓) บดหรือโขลกน้ำพริกคงวิธีเดียวกับมัสมั่นเช่นเครื่องน้ำพริกแกง
- ๔) นำเนยหรือมาการีน ๒ ซ้อนโต๊ะ ใส่กะทะตั้งไฟ พอละลาย เอาหอม
 ค่อย ๆ เติมหัวกะทิที่เคี่ยวไว้วันที่ละน้อย ๆ (ถ้าไม่ชอบมาการีนจะใช้หัวกะทิแบ่ง
 เคี่ยวเป็นขี้ไล่เจียวหอมก็ได้) ตักเนื้อที่เคี่ยวกับหางกะทิไว้ผัดลงไปจนเข้ากันดี ตักใส่
 หม้อ เอาหางกะทิและหัวกะทิใส่ลงในหม้อแกงทั้งหมด ปิดฝาหม้อเร่งไฟให้เดือด
- ๕) เคี่ยวต่อไปสักครู่ จึงใส่มันที่หั่นไว้ พอเดือดทั่ว ใส่น้ำปลา ชิมดู
 ให้มีรสเค็มมันและหวาน เนื้อและกะทิกับมันไม่ต้องใส่น้ำตาล พอเดือดพล่านมันสุก
 ก็ยกลงรับประทานกับแตงกวาดองและผักดองอื่น ๆ

การทำผักดองและอาจาก

- ๑) อาจากแตงกวาดอง ใช้แตงกวาใหม่ ๆ เชียว ๆ อ่อน ๆ หอมหัวเล็ก

และพริกชี้ฟ้าเล็กน้อย ผสมน้ำส้ม เกลือ น้ำตาล ชิมรสตามชอบ ควรหวานนำหน้า แล้วคั้นไฟพอเดือด กรองให้สะอาดทิ้งไว้ให้เย็นจึงใส่แตงกวาตัดหัวท้ายหันตามยาวของผลผ่าซีกแล้วซอยประมาณซีกละ ๔-๕ ชั้นยาว ๆ ใส่ลงในน้ำส้มปรุงที่เย็นแล้ว พร้อมทั้งหัวหอมและพริกแดงหันตามขวางเม็ด

๒) ออกจากถ้ำปลี ถ้ำปลีล้างน้ำให้สะอาดหันฝอย ๆ แล้วใส่แช่ลงในน้ำส้มปรุง ทำเช่นเดียวกับออกจากแตงกวาของประมาณ ๑-๒ ชั่วโมงก็ใช้ได้

แกงบุ่มใบ

แกงบุ่มใบ เป็นแกงคล้ายแกงกะหรี่ แต่มีสามรส คือเปรี้ยว เค็ม หวาน ไม่ต้องมีอากาศ เพราะมีผักใส่ในหัวแล้ว เช่น หอมใหญ่ พริกหยวก แตงกวาอ่อน มะเขือยาวหรือมะเขือสีม่วงผลยาว ๆ ควรใส่ในหม้อไม่เกิน ๒ ชนิด เช่นหอมใหญ่ กับพริกหยวก หรือพริกหยวกกับแตงกวาอ่อน เป็นต้น

เครื่องปรุง เนื้อวัว ๑ กิโลกรัม

มะพร้าว ๑ กิโลกรัม

ผักที่จะใส่ตามกล่าวมาแล้ว

น้ำมะนาว ส้มมะขามเปียก น้ำตาล น้ำปลา

เครื่องน้ำพริกแกง

พริกแห้ง ๑๑ เม็ด ผ่าเอาเม็ดและใส่ออกแช่น้ำ

ข่าอ่อน ๆ ๗ แว่น

ตะไคร้หัน ๑ ช้อนโต๊ะพูน

หัวหอม ๑๐ หัว

กระเทียม ๑๕ กลีบ

ขมิ้นสดยาว ๑ นิ้ว

ลูกผักชี ๑ ช้อนโต๊ะ

ยี่หว่า ๑ ช้อนชา
 ลูกจันทน์ $\frac{๑}{๕}$ ลูก
 กอกจันทน์ ครึ่งคอก

กานพลู ๓ คอก
 อบเชย เล็กน้อย
 พริกไทย ๔ เม็ด
 เกลือ ๑ ช้อนชา
 กะปิ ๑ ช้อนชา

เครื่องน้ำพริกทำวิธีเดียวกันกับที่กล่าวมาแล้ว

วิธีแกง ๑) แกงนี้จะกวนเนื้อหรือไก่ก็ได้ วิธีหั่น หั่นเล็กกว่ากะหรี่
 และมัสมั่นเล็กน้อย ถ้าเป็นเนื้อรวนให้แห้งก่อน

๒) กะทิคั้นเช่นเดียว กับมัสมั่น

๓) วิธีผัดน้ำพริกก็เช่นเดียวกันกับมัสมั่น แล้วเคี่ยวไฟรุ่มๆ
 ประมาณครึ่งชั่วโมงจนเหนียว

๔) แล้วจึงใส่น้ำมะนาว น้ำส้มมะขาม น้ำตาล น้ำปลา
 เคี่ยวต่อไปให้เดือด ชิมดู ให้มีรสเปรี้ยว เค็ม หวาน แล้วเคี่ยวไฟอ่อนไปอีกจน
 เข้าก้นดี ใสผักพอกผักสุกยกกลง

แกงขี้เหล็ก

เครื่องปรุง หมู ๓ ชัน กิโลกรัม

เนื้อวัว ๑ กิโลกรัม

น้ำส้มมะขามเปียก

น้ำตาล น้ำปลา

เครื่องน้ำพริก พริกแห้ง ๔ เม็ด ผ่าเอาไส้และเม็ดออกแช่น้ำ

หอม ๑๕ หัว
 กระเทียม ๒๐ กลีบ
 กระปี่ ๒ ซ้อนชา
 เกลือ ๒ ซ้อนชา
 ผงกะทือย่างดี ๑ ซ้อนโต๊ะ
 ขมิ้นชันยาว ๒ นิ้ว

วิธีทำ ๑) เนื้อหมูสามชั้นขูดหนังให้สะอาด หั่นชิ้นขนาดสี่เหลี่ยม
 กว้างยาวหนึ่งหรือ ๒ นิ้ว

๒) เนื้อวัวหั่นชิ้นเท่าเนื้อหมู

๓) หมูและเนื้อใส่หม้อทอดด้วยไฟ เคี่ยวไปจนเนื้อเปื่อย

๔) ทำเครื่องน้ำพริกละลายน้ำแกงให้ทั่ว อย่าให้เป็นก้อน

คนให้ทั่วหม้อ

๕) คั้นส้มมะขามเปียก ใส่ น้ำปลา น้ำตาล ชิมดูให้มี ๓
 รส คือ เปรี้ยว เค็ม และ หวาน พอเดือดทั่วกันยกลง

หมายเหตุ บางคนไม่ใส่น้ำส้มมะขาม แต่ใส่สับปะรด หั่นชิ้นพอคำ หรือ
 มะม่วงดิบซอยใส่ก็ได้

แกงหมักพะพาน้ำ

เครื่องปรุง ขาหมู ๑ ขา ขูดขนออกให้หมด หรือจะใช้หมูสามชั้นก็ได้
 มะพร้าว ๑ กิโลกรัม

มะอึก ๑๕-๒๐ ผล ถ้าไม่มีจะใช้มะเขือเทศดิบหรือระกำ
 แทนก็ได้ ส้มมะขามเปียก น้ำตาล น้ำปลาพอควร ใบโห
 ระพา ใบมะกรูด พริกชี้ฟ้าแดง-เขียว

เครื่องน้ำพริก เหมือนน้ำพริกแกงเผ็ดธรรมดา

วิธีทำ ๑) ขาหมูต้มกับหางกะทิพอสุก อย่าให้เปื่อยจนเกินไป เราะ
เนื้อออกจากกระดูกแล้วหันให้เนื้อติดหนังขนาดชิ้นแกงธรรมดา

๒) กั้นกะทิแยกหัวและหาง หัวประมาณ ๓ ถ้วย หาง
ประมาณ ๓ ถ้วย ส่วนหัวเคี้ยวให้แตกมัน

๓) ผัดน้ำพริกกับหัวกะทิให้หอม แล้วเอาหมูลงไปผัดใส่น้ำ
ปลา ไบมะกรูด แล้วใส่ในหม้อเติมหางกะทิ ยกหม้อขึ้นตั้งไฟให้เดือด

๔) มะอึกชุกจนให้เกลี้ยง ล้างน้ำผ่า ๒ ส่วน หรือ ๔ ส่วน
ตามสมควร ถ้าเป็นมะเขือเทศผ่าเป็นเสี้ยวๆ ระวังหน้างๆ แฉลบๆ พริกชี้ฟ้า
เขียวแดงหั่นยาวแฉลบๆ หรือใส่ทั้งเม็ดก็ได้ ไบโหระพาเด็ดเป็นช่อๆ ล้างน้ำแล้ว
เด็ดเป็นใบๆ ไบมะกรูดฉีกเอาก้านกลางใบออก แล้วฉีกขวงเล็กๆ

๕) พอน้ำเดือดทั่วกันใส่มะอึก น้ำส้มมะขามเล็กน้อย (หรือ
ไม่ใส่เลยถ้ามีเปรี้ยวแล้ว) ใส่น้ำตาลน้ำปลา พอเดือดอีกครึ่งชิมดู ให้มีรสเปรี้ยว
หวานเค็ม กลมกล่อม พอยกลงใส่พริกไบโหระพาและไบมะกรูด

แกงหมูเทโพ

เครื่องปรุง: หมูสามชั้น ๑ กิโลกรัม หรือถ้าไม่ชอบมันมากจะใช้เนื้อแดง
ติดมันก็ได้

มะพร้าวชุก ๑ กิโลกรัม

ผักบุ้งเขียวยอดอ่อน ๆ ประมาณ ๓๐-๔๐ ยอด

มะกรูด ๑ ผล

ไบมะกรูด ๔-๕ ใบ

เครื่องปรุงน้ำพริก

พริกแห้ง ๕ เม็ด ผ่าเอาเม็ดออกแช่น้ำ

ข้าวแฉ่นบางๆ ๗ แฉ่น

ตะไคร้หั่นฝอยๆ ๑ ช้อนโต๊ะพูน

ผิวมะกรูดหั่น ๑ ซ้อนชา
 รากผักชีหั่นละเอียด ๑ ซ้อนชา
 ยี่หว้าคว่ำครึ่งซ้อนชา (บางคนก็ไม่ใส่)
 หอม ๑๕ หัว
 กระเทียม ๑๕ กลีบ
 เกลือ ๑ ซ้อนหวาน
 กะปิ ๑ ซ้อนชา

วิธีทำ

- ๑) นำพริกขี้หนูหรือโขลกละเอียด
- ๒) เนื้อหมูล้างแล้วแรมแห้งออก ถ้าเป็นหมู ๓ ชั้น หั่นชั้นเล็ก ๆ ยาว ๆ ขนาดแกลง ให้เนื้อติดมัน
- ๓) มะพร้าวคั้นกะทิแบ่งหัวและหาง อย่างแกลงหมูตะพานน้ำ
- ๔) ผักขมเด็ดใบแคะ ๆ ออกเสีย แล้วหยิบขึ้นมาควรวลระกำหรือหลาย ๆ ยอดใช้มือบีบให้นุ่ม แล้วจึงตัดเป็นท่อน ๆ ยาวประมาณนิ้วครึ่งจนหมด หรือใช้สันมีดบดเบา ๆ พอเข้า
- ๕) มะกรูด ๑ ผล ที่เหลือจากใส่เครื่องนำพริกแล้ว ปอกผิวให้หมดทั้งผล บีบน้ำกรองเม็ดออกสำหรับปรุงรสแกลง ส่วนเปลือกขาวนั้นลอยในน้ำแกลง
- ๖) ใบมะกรูดล้างฉีกกระดูกกลางออก แล้วฉีกขวางใบ
- ๗) เอาหัวกะทิเคี่ยวให้แตกมัน เอาน้ำพริกผัดให้หอม เอาเนื้อหมูลงผัดไปด้วยใส่น้ำปลา ผัดประมาณ ๕ นาทีตักใส่หม้อ เติมหางกะทิ ตั้งไฟให้เดือด
- ๘) พอเดือดใส่ผักขม ปิดฝาให้เดือดจึงใส่น้ำมะกรูด น้ำส้มมะนาวคั้นเล็กน้อย น้ำตาล น้ำปลา ชิมดูให้มีรสเปรี้ยวหวาน เค็ม กลมกล่อม พอได้ที่ใส้ใบมะกรูดและเปลือกมะกรูด ยกลง

แกงปลาเทโพกับผักบั้ง

เครื่องปรุง ปลาเทโพ ๑ ตัว ขนาดน้ำหนัก ๑ กิโลกรัม หรือกิโลกรัมครึ่ง
 ผักบั้ง ๓๐-๕๐ ยอด
 มะพร้าวขูด ๑ กิโลกรัม
 ผลมะกรูด ๑ ผล
 ใบมะกรูด ๕ ใบ
 ส้มมะขามเปียก น้ำตาล น้ำปลา พริก
 น้ำพริกแกงเหมือนแกงหมูเทโพ แต่ใช้เนื้อปลาไหลก้านแกง

บ้างพริก

- วิธีทำ** ๑) ทำปลาผ่าท้อง ควักไส้ออก ขูดเมือก และล้างให้หมดเมือก
 หน้ชั้นขนาดพอสมควร ส่วนหางต้ม เพื่อนำไปไหลก้าน้ำแกง
- ๒) มะพร้าวคั้นกะทิ แบ่งหัวและหางไว้เช่นเดียวกับแกงเผ็ด
 หัวกะทิเคี่ยวให้แตกมัน
- ๓) ผักบั้งทำเช่นเดียวกับแกงหมูเทโพ
- ๔) มะกรูดและใบมะกรูดก็ทำเช่นเดียวกัน
- ๕) ตักหัวกะทิที่แตกมันผัดกับน้ำพริกให้สุกหอม ตักใส่หม้อ กะทิ
 ละลายน้ำแกง เติมหางกะทิ คนให้ทั่ว ตั้งไฟ พอน้ำแกงเดือดพล่านดี ใส่ผักบั้ง
- ๖) พอดีเดือดอีกครั้ง เปิดฝาหม้อ ค่อยๆ หยิบชั้นปลาใส่ลงทีละ
 ชั้นๆ แล้วปิดฝาหม้ออย่างเดิม พอน้ำแกงเดือด ใส่ส้มมะขาม น้ำตาล
 น้ำปลา พอดีเดือดเข้ากันดีตักชิมดูให้มีรสเปรี้ยวหวานและเค็ม กลมกล่อมดีแล้ว
 ค่อยๆ คนเนื้อปลาจะแตก ใส่ใบมะกรูดที่ฉีกไว้ กับเปลือกมะกรูดที่บิบน้ำแล้ว
 ปิดฝาหม้อ ยกลง

แกงคว่ำ

เหมือนกับแกงคว่ำธรรมดา แต่ปรุงสามรส มีเปรี้ยว เค็ม หวาน

เครื่องปรุง

ผักบุ้งยอดอ่อน ๆ ๓๐-๕๐ ยอด

มะพร้าว ๑ กิโลกรัม

ปลาเค็มหรือหัวปลาเค็มต่างๆ ตักขนาดชิ้นสี่เหลี่ยม กว้างยาว ๑ นิ้ว

ประมาณ ๗-๘ ชิ้น ถ้าเป็นหัวปลา (หัวปลาสดยิ่งดี) ควรล้างเสียก่อนจึงค่อยตัด

ถ้าเป็นปลาเค็มควรเป็นปลาเนื้อแข็ง เช่น ปลาโอ ปลาสด ปลาสี่เสียด ฯลฯ

นำพริกแกงจำนวนเครื่องปรุงเท่าแกงคว่ำธรรมดาที่กล่าวแล้ว

ต้มมะขามเปียก หรือถ้ามีใบมะขามอ่อนหรือดอกมะขามอ่อน ใช้ใส่แทน
แทนรสเปรี้ยวของน้ำส้มมะขามเปียกแล้วรสชาติจะดีกว่าและจะชูรสขึ้น

น้ำตาล น้ำปลา พริก

ใบมะกรูด ๓-๔ ใบ

วิธีทำ ๑) ผักบุ้งเด็ดใบแก่ออก ทำวิธีเดียวกับผักบุ้งแกงคั่วแล้ว

๒) มะพร้าว ๑ กิโลกรัม คั้นทั้งหัวหางเช่นเดียวกับแกงคว่ำ

๓) ซ้อนแต่หัวกะทิมาประมาณ ๔-๕ ทัพพี ใส่กะทะเคี่ยวให้
แตกมันแล้วใส่น้ำพริกผัดจนหอม ใส่ผักบุ้งลงไปผัดด้วย ใช้ไฟแรงหน่อยถ้าไฟอ่อน
ผักบุ้งจะดำแล้วตักใส่หม้อแกง เทกะทิใส่ลงไปทั้งหมด แล้วใส่ปลาที่เตรียมไว้ลงไป
ตั้งไฟพร้อมทั้งปิดฝาจนกระทั่งเดือด

๔) พอแกงเดือด เปิดฝา ใส่น้ำตาล น้ำปลา และน้ำส้มมะขาม
คั้น แล้วปิดฝา พอเดือดชิมดูให้มีรสเปรี้ยว เค็ม หวาน กลมกล่อม ก่อนยกลง
ใส่ใบมะกรูดถ้ามีใบมะขามอ่อนหรือดอกมะขามสดก็ใช้ใส่แทนน้ำส้มมะขาม จะ
ชูรส อร่อยกว่าใส่น้ำส้มมะขาม แต่ใบมะขามอ่อนและดอกมะขามไม่มีผลดกปี



แกงคว่ำสับปรดกั๋บไ้แมงคากหรือกั๋งสด

ส่วนผสม

มะพร้าว ๕ กก. กั๋นหวักะทิกั๋นๆ ส่วนที่เหลือกั๋นพอมคมัน (หวักะทิกั๋นแบ่งไว้
หยอดหน้าบ้าง)

สับปรด ปอกเปลือกสับซอยยาวๆ
ไ้แมงคาก หรือกั๋งสดหั่นชั้นเล็กๆ
น้ำปลา น้ำตาล มะพร้าว

ส่วนผสมน้ำพริก

พริกแห้ง ๔ เม็ด ผ่าแคะเม็ทออกแซ่น้ำ บีบให้แห้ง
เกลือ ๑ ช้อนชา
ข่า ๓ แว่น
ตะไคร้ ๒ ช้อนโต๊ะ
ผิวมะกรูด ๑ ช้อนชา
พริกไทย ๑ ช้อนชา
หอม $\frac{๑}{๒}$ ถ้วย
กระเทียม $\frac{๑}{๒}$ ถ้วย
กะปิ ๑ ช้อนชา
รากผักชี ๑ ช้อนโต๊ะ
ปลากรอบ ๑ ถ้วย แคะเอาแต่เนื้อ

วิธีทำ

๑ โขลกน้ำพริกแกงให้ละเอียด

๒ หวักะทิกั๋นเดียวให้แตกมัน นำน้ำพริกกลงไปผัดให้หอมตักใส่หม้อหาง
กะทิกั๋น ใส่กั๋งหรือไ้แมงคาก สับปรด ปรุรงรสถ้วย น้ำปลา น้ำตาล พอคเดือดชิมรส
เค็มเปรี้ยว หวาน ใส่หวักะทิกั๋นกลง

หมายเหตุ ถ้าไม่เปรี้ยว ให้เติมน้ำส้มมะขามเปียก

แกงควักริกหยวกสอดไส้

ส่วนผสม

ปลากรายชูดแต่เนื้อ $\frac{3}{4}$ กิโลกรัม หรือเนื้อหมูสับละเอียด
 พริกหยวก ๑ กิโลกรัม คว้านเม็ดออก
 มะพร้าว ๑ กิโลกรัม คั้นหัวกะชั้น ๆ แบ่งไว้หยอดหน้า $\frac{2}{5}$ ถ้วย
 น้ำปลาดี น้ำตาลมะพร้าว น้ำมะขามเปียก
 พริกไทย กระเทียม รากผักชี โขลกละเอียด

ส่วนผสมน้ำพริก

พริกแห้ง ๗ เม็ด ผ่าซีกแกะเอาเม็ดออกแช่น้ำ พอนิ่มบีบให้แห้ง
 ข่า ๓ แว่น
 ตะไคร้ ๒ ซ้อนโต๊ะ
 ผีวมะกรูด ๑ ซ้อนชา
 รากผักชี ๑ ซ้อนโต๊ะ
 พริกไทย ๑ ซ้อนชา
 หัวหอม $\frac{๑}{๕}$ ถ้วย
 กระเทียม $\frac{๑}{๕}$ ถ้วย
 กะปิ $\frac{๒}{๓}$ ซ้อนโต๊ะ
 ปลากรอบ ๑ ตัว แกะเอาแต่เนื้อ

วิธีทำ

- ๑ โขลกน้ำพริกแกงให้ละเอียด
- ๒ เนื้อหมูสับละเอียด หรือปลากรายนวดให้เหนียว ใส่ น้ำปลาและ พริกไทย กระเทียม รากผักชี โขลกละเอียด เคล้าให้เข้ากัน บรรจุในพริกให้เต็ม
- ๓ เคี้ยวหัวกะทิจัดให้แตกมัน นำน้ำพริกกลงไปผัดให้หอมตักใส่หม้อหุงกะทิจึงพอเดือดใส่พริกที่บรรจุไว้ ประุงรสด้วยน้ำปลา น้ำตาล น้ำส้มมะขามเปียก พอสุกดีแล้วหยอดหัวกะทิจึงพอเดือดถ้วยกลง

แกงควัสมักเชื่อมกับไก่หรือกุ้ง

เครื่องปรุง

ไก่อ่อน ๑ ตัว (ตัวใหญ่ ๑ ซีกก็ได้) หรือกุ้ง $\frac{๑}{๒}$ หรือ ๑ กก. พักเชื่อมแห้งแล้ว
ประมาณ ๔-๕ ถ้วย (เห็นลักษณะคล้ายรูปผัก)

มะพร้าว ๑ กก.

ส้มมะขามเปียกคั้น น้ำตาลปีบ น้ำปลา

เครื่องน้ำพริก พริกแห้ง ๗ เม็ด ผ่าเอาเม็ดและไส้ออกแช่น้ำ

ข้า้หั่นบาง ๆ ๕ แว่น

ตะไคร้หั่นบาง ๆ ๑ ซ่อนโต๊ะ

หัวหอม ๑๕ หัว

กระเทียม ๑๕ กลีบ

ปลาสดย่างหรือกรอบ $\frac{๑}{๒}$ ถ้วย

เกลือ ๑ ซ่อนโต๊ะ

ขมิ้นชันโขลกละเอียด ๑ ซ่อนโต๊ะ

กะปิ ๑ ซ่อนโต๊ะ

เครื่องแกงทั้งหมดคั้นบดหรือโขลกละเอียด

วิธีทำ ๑) ไก่ล้างสะอาดคัตชิ้นใหญ่ ๆ ขนาดกว้างยาว ๒ นิ้ว เคี่ยว
กับหางกะทิไว้พอเปื่อย ถ้าเป็นกุ้งล้างน้ำปอกเปลือก ชักเส้นสีคำที่หลังออกผ่าครึ่ง
ตัวหั่นชิ้นโตพอคำ

๒) กะทิกินแยกหัวและหางไว้ประมาณ ๖ ถ้วย

๓) ตักหัวกะทิประมาณ ๒ ถ้วย เคี่ยวให้แตกมัน ใส่น้ำ
พริกลงผัดให้หอม แล้วตักใส่หม้อไก่ที่เคี่ยวไว้ ใส่กะทิที่เหลือลงถ้วย ใส่พริกเขียว

ที่หันเตรียมไว้ คนให้เข้ากันพอสมน้ำสมเนื้อ ปิดฝาหม้อตั้งไฟให้เดือด

๔) พอแกงเดือดก็ยกครึ่ง ใส่น้ำส้มมะขาม น้ำตาล น้ำปลา พอเดือดทั่วอีกที่ตักชิมดู มีสามรส คือ เปรี้ยว เค็ม หวาน กลมกล่อม พอสุกตักกลง

แกงคอกขี้เหล็ก

เครื่องปรุง

คอกขี้เหล็กต้มๆ และใบอ่อน ประมาณ ๓-๔ ถ้วย ต้มให้หายขม เนื้อวัวตีๆ ไม่เหนียว บาง ๑ ก้อน ประมาณ ๑ กิโลกรัม
มะพร้าวขูด ๑ กิโลกรัม
กุ้งสด $\frac{๓}{๕}$ กิโลกรัม (จะไม่ใส่ก็ได้ ถ้าใส่เพิ่มความอร่อยขึ้น หรือคนไม่รับประทานเนื้อ จะใช้กุ้งสดแทนก็ได้)

เครื่องน้ำพริก พริกแห้ง ๗-๘ เม็ด แกะใส่และเม็ดตอก แขน้ำแล้วบดขุ่น

หัวหอม ๑๐ หัว

กระเทียม ๑๕ กลีบ

ข่าหั่นบางๆ ๕ แว่น

ตะไคร้หั่นฝอย ๑ ช้อนโต๊ะ

กระชายขูดเปลือกออกแล้วหั่น ๑ ถ้วย

พริกไทย ๑๕ เม็ด

เกลือ ๑ ช้อนโต๊ะ

กะปิ ๑ ช้อนโต๊ะ

ปลากรอบประมาณ $\frac{๓}{๕}$ ถ้วย หรือปลาช่อนตัวขนาดกลาง ต้มแกะเอาแต่เนื้อปลาตัวหนึ่ง

น้ำปลาร้าประมาณ ๕-๖ ช้อนโต๊ะ (ถ้าไม่ชอบปลาร้าจะใช้ ปลาทุเค็ม ๑ ตัว หรือปลาทุเลา ปลาอินทรีเค็มชิ้นขนาดกลาง ๑ ชิ้นแทนก็ได้ แล้วหลนกับน้ำเปล่าให้เนื้อละลาย)

วิธีทำ ๑) คอกซ์เหล็กตุ่มๆ ปนกับใบอ่อนบั้ง (ถ้าใช้คอกซ์อย่างเดียว จะเปรี้ยวมากไป ไม่ค่อยอร่อย) ต้มให้หายขมแล้วบีบน้ำทิ้ง ตามกำหนด ๓-๔ ด้วย

๒) เนื้อวัวล้างสะอาดเสียบไม้ย่างทั้งชิ้นใหญ่ ถ้าก้อนใหญ่ มากก็ผ่าครึ่งย่างพอน้ำตก ช่างในคิบๆ สุกๆ ก็ใช้ได้ สุกมากเนื้อจะแข็งไม่นุ่ม แล้ว หั่นบางๆ ตามขวางเนื้อ เตรียมไว้

๓) มะพร้าวคั้นกะทิ เอาหัวกะทิไว้สัก ๑ ด้วย นอกนั้นปน กันทั้งหัวและหางกะทิ ประมาณ ๕ ด้วย แล้วใส่หม้อตั้งไฟพอเดือด คนด้วยกลอง

๔) ปลาร้าหรือปลาเค็ม ใส่หม้อเล็กๆ ใส่น้ำพอควร หลน ให้น้ำเนื้อละลาย แล้วกรองเอาก้างออกไว้ต่างหาก

๕) ตักหัวกะทิข้างบน ๔-๕ ทัพพี ใส่กะทะเคี่ยวพอแตก มัน ใส่น้ำพริกสดผัดให้หอม แล้วตักใส่หม้อกะทิที่เคี่ยวไว้ ใส่คอกซ์เหล็กและใบที่ เตรียมไว้ พร้อมทั้งน้ำปลาร้าหลน เนื้อย่าง (ใส่กุ้งสดถ้าชอบ) บีคฝาตั้งไฟให้ เดือด

๖) พอเดือดทั่วตักชิมดู ให้มีรสเค็มหอมกลิ่นปลาร้า กระ ชาย และมีรสกลมกล่อม ก็ใช้ได้ ถ้าไม่เค็มเติมน้ำปลาหรือน้ำปลาร้า จะเคาะน้ำตาล เล็กน้อยพอชुरสก็ได้ แล้วราดหัวกะทิที่คั้นไว้ ๑ ด้วยลงคนให้ทั่วพอเดือดยกกลงได้

แกงต้มปลาร้าหน่อไม้

แกงต้มปลาร้าใช้ผักเช่นหน่อไม้ หัวตาลอ่อน หยวก ยอดมะพร้าวเป็นต้น
เครื่องปรุง ปลาช่อนขนาดกลาง ๑ ตัว หรือหมูสามชั้น ๕ กิโลกรัม
 หน่อไม้ไผ่หนึ่งหัวขนาดใหญ่อันบาง ๆ ท้มใส่เกลือเล็กน้อย

วันน้ำทิ้ง ๑-๒ ครั้ง

ปลาร้า ๑ ถ้วย

ใบมะกรูด ๕-๖ ใบ ผักชี ๘-๑๐ ช่อ
 พริกชี้ฟ้าแดง น้ำปลา น้ำตาลปีบ

ตะไคร้ร้อนหั่นฝอย ๆ และบาง ๆ ๕ ถ้วย

เครื่องน้ำพริก หอมเผา ๑๕ หัว เผาแล้วปอกเปลือก

กระเทียม ๑๕ กลีบ เผาแล้วปอกเปลือก

ข่าครึ่งนิ้ว เผาแล้วปอกผิวดำ ๆ ออก

รากผักชีหั่นละเอียด ๑ ช้อนโต๊ะ

ตะไคร้หั่น ๑ ช้อนโต๊ะ

พริกไทย ๑๕ เม็ด

เกลือ ๑ ช้อนโต๊ะ

ปลากรอบ ๒-๓ ตัว ย่างแกะเอาแต่เนื้อ

เครื่องน้ำพริกบดหรือโขลกละเอียด

วิธีทำ

๑) ปลาชอดเกล็ด ตัดครีบ หู หาง ผ่าท้อง แล้วหั่น
 เป็นแว่น ๆ ล้างน้ำให้หมดเมือกเตรียมไว้ ถ้าเป็นหมู ๓ ชั้น ก็ชูดหนังหั่นชั้นประ-
 มาณ ๕ นิ้ว

๒) หลนปลาร้าเช่นเดียวกับแกงคอกขี้เหล็ก

๓) ละลายน้ำพริกกับน้ำพอสสมควร ใส่ปลาร้า หน่อไม้

บีบให้สะเด็ดน้ำ ทิ้งไฟให้เดือดทั่ว จึงใส่ปลาทีละชั้นๆ วางเบาๆ ขณะน้ำแกงกำลังเดือด มิฉะนั้นจะเหม็นคาว แล้วปิดฝาให้เดือดสักพัก จึงใส่น้ำตาลบีบ ทั้งไว้สักครู่ พอน้ำตาลละลายทั่วกันก็จึงตักชิมดู ถ้ายังไม่เค็มเติมน้ำตาลหรือน้ำปลาร้าเมื่อได้ที่แล้วรสจะมีเค็มหวานพอดี จึงใส่ตะไคร้หั่นและใบมะกรูดฉีก คนให้ทั่ว ถ้าเป็นแกงที่ใส่ปลาต้องคนเบาๆ เพราะปลาจะแตก เวลาตักใส่ชามโรยผักชี พริกแกงหั่นแฉลบๆ หรือหั่นฝอย

แกงบวน

เครื่องปรุง เครื่องในหมู มีกระเพาะ ปอด ตับ หัวใจ ๑ พวง หมูสามชั้น ๑ กิโลกรัม น้ำมันหมู ใบตะไคร้ ใบผักชี ใบมะตูม ใบคื่นไฉ่ ไชลกละเอียดคั้นใช้แต่น้ำประมาณ ๔ ถ้วย ใบมะกรูดฉีก ๑๐-๑๕ ใบ พริกชี้ฟ้าแดงหั่น ผักชีเด็ดเป็นช่อๆ น้ำตาล น้ำปลา ปลาร้าดิบ $\frac{๓}{๕}$ ถ้วย หลนเอาแต่น้ำพอกควร **เครื่องน้ำพริกแกง** ตะไคร้อ่อนๆ หั่นฝอยๆ บาง ๓-๔ ถ้วย

หอม ๒๐ หัว เผापอกเปลือก

กระเทียม ๒๐ กรัม เผापอกเปลือก

ข่ายาว ๑ นิ้ว เผาแล้วขูดทำๆ ออก หั่นละเอียด

กะปิ ๒ ช้อนโต๊ะ ห่อใบตองเผาเสียก่อน

พริกไทย ๒๐ เม็ด

รากผักชีหั่น ๒-๓ ช้อนโต๊ะ

ตะไคร้หั่นฝอย ๒-๓ ช้อนโต๊ะ

ปลากุเลาเค็ม ๑ ชิ้นใหญ่ หรือตัวเล็ก ๑ ตัว บั้งให้สุก แกะเอาแต่เนื้อ
ไชลกละเอียด

ปลากรอบหรือปลาจลาจกั่วใหญ่ ๕-๖ ตัว บั้งไฟอ่อน ๆ ให้หอมแล้วแกะเอาแต่เนื้อปั้นให้ละเอียด

วิธีทำ ๑) การล้างเครื่องในหมู คือกลับกระเพาะหมูเอาข้างในออกล้าง แล้วใช้มีดขูด ขยำกับใบตะไคร้นาน ๆ แล้วล้างน้ำ ต่อไปใช้เกลือเม็ดขยำอีกแล้วล้างน้ำเปล่า ทำเช่นนั้นหลาย ๆ ครั้ง จนหมักเมือก แล้วเอาเครื่องในหมูทั้งหมดกับเนื้อหมูซึ่งล้างสะอาดแล้มีน้ำพอกควร ส่วนหลอดคอที่ติดกับปอดต้องเอาออกไว้ข้างนอกหม้อ (เพราะเมื่อต้มเดือดแล้วจะมีน้ำไหลออกมาทางหลอดคอ จะทำให้น้ำในหม้อซึ่งต่อไปจะไว้ทำเป็นน้ำแกงสกปรกเสียหมด) พอต้มสุกก็ ตักขึ้นจากหม้อทั้งหมด หมู ๓ ชั้นหันเป็นชั้นหนาครึ่งเซนติเมตร กว้าง ๑ นิ้ว ตับและปอดหันกว้างเท่ากัน แต่ให้บางกว่า กระเพาะกว้าง ๑ นิ้วหันแฉลบ หลอดคอตอนอ่อน ๆ หันแฉลบ บางตอนแข็งไม่ใช่

๒) ใบตะไคร้ ผักชี ใบมะขาม และก้นไข่ โขลกละเอียดคั้นเอาแต่น้ำประมาณ ๔-๕ ถ้วย

๓) เครื่องนำพริกโขลกให้ละเอียด แล้วใส่ปลากรอบที่โขลกไว้ให้เข้ากัน

๔) ตักน้ำมันหมูใส่กะทะประมาณ ๓ ช้อนโต๊ะ ใส่เครื่องนำพริกผัดจนหอม แล้วตักใส่หม้อ น้ำที่ต้มเครื่องในหมู ใส่เนื้อหมูและเครื่องในที่หันทั้งหมด ปิดฝาหม้อ พอน้ำแกงเดือด ใส่น้ำผักชีเขียวที่คั้นไว้ ใส่น้ำปลาร้าหรือน้ำปลากุเลาโขลกละเอียด ถ้าไม่ชอบปลาร้าจะไม่ใส่ ใส่แต่ปลากุเลาอย่างเดียวก็ได้ พอเดือดอีกทีใส่น้ำตาลน้ำปลา ชิมดูมีรสหวานนำเค็มตามให้รสไม่จัดนัก แล้วเคี่ยวต่อไป จนหมูและเครื่องในหมูนุ่ม จึงชิมดูอีกครั้ง ให้รสแก่กว่าเค็มเล็กน้อย ใส่ตะไคร้ร้อนหันผอย ใบมะกรูดฉีกเวลาตักใส่ขามโรยผักชีพริกชี้ฟ้าแดงหันผอย

แกงบอน

เครื่องปรุง ปลาช่อนตัวใหญ่ ๆ ๑ ตัว

บอนอบ ๆ ๖-๑๐ กาบ (ควรเป็นบอนขึ้นในน้ำไหลเข้า
ออกได้ ถ้าขึ้นที่น้ำไม่ไหล จะคั้นคอกเมื่อรับประทานแล้วอาจ
คอแข็ง ๆ)

ปลาร้าดิบ ๒ ถ้วย

น้ำปลา น้ำตาลปีบ ส้มมะขามเปียก

ใบมะกรูดฉีก

ผลมะกรูด ๑-๒ ผล

เครื่องน้ำพริกแกง พริกแห้ง ๕-๗ เม็ด เอาไส้และเม็ดออก

หอม ๑๐ หัว

กระเทียม ๑๐ กรัม

ข่าหั่น ๕ แว่น

กระชายขูดผิวหั่น ๔-๕ ช้อนโต๊ะ

กะปิ ๑ ช้อนชา

ผิวมะกรูดหั่น ๒ ช้อนชา

เกลือ ๑ ช้อนโต๊ะ

เครื่องน้ำพริกโขลกละเอียด ปลาช่อนท่อนหางต้ม และเอาแต่เนื้อโขลก
ลงไปด้วย

วิธีทำ

- ๑) ปลาช่อนทำให้เรียบร้อยตามวิธีที่เคยกล่าวมาแล้ว ตัดเป็นแว่น ๆ ชั้น
ไม่หนาหรือบางเกินไป เหลือท่อนหางไว้ให้มากเพื่อตองโขลกน้ำแกง
- ๒) บอนปอกเปลือกตัดเป็นท่อน ๆ ขนาด ๒ นิ้ว ใส่หม้อต้มใส่เกลือ ๒
ช้อนชา ใส่ให้ท่วม ต้มให้บอนสุกนุ่ม

- ๓) ปลาร้าหลน ใช้น้ำกรองกากออก
- ๔) ส้มมะขามเปียกคั้น ไบมะกรูดฉีกก้านกลางใบออก แล้วทบฉีกขวาง
- ๕) มะกรูดปอกผิวเขียวออก บีบน้ำใส่ด้วยกรองเมล็ดออก ส่วนเปลือกเก็บ

ไว้

- ๖) น้ำพริกละลายในหม้อต้มบอน ใส่น้ำปลาร้า แล้วตั้งไฟพอเดือดทั่วกัน ตี ใส่น้ำส้มมะขาม น้ำมะกรูด น้ำตาล น้ำปลา พอควร แล้วบีตฝาให้เดือดพล่าน
- ๗) ใส่ปลาที่ทำไว้ในหม้อแกงที่กำลังเดือดที่ระดับ ๗ จนหมดแล้วบีตฝา ให้เดือดพอเดือดเปิดฝาหม้อ ชิมดู ถ้ายังรสไม่ดีก็เติมตามชอบ รสแกงหวานและเปรี้ยวเค็มตามลำดับ ชิมดูพอรสเข้ากันดี กลมกล่อมแล้ว จึงใส่ไบมะกรูด และเปลือกมะกรูดผ่า ๒ หรือ ๔ ตามสมควร พอเดือดทั่วกันดี ปลาสุกยกลงได้

แกงฉู่ปลาทอม

เครื่องปรุง ปลาทอมตัวใหญ่ ๆ ๕-๖ ตัว

มะพร้าวขูด ๑ กิโลกรัม

น้ำตาลปีบ

น้ำปลา

ไบมะกรูดอ่อนหั่นให้ละเอียด ฝอย ๆ ๒ ช้อนโต๊ะ

เครื่องน้ำพริก เหมือนเครื่องแกงคั่วแต่ไม่ใส่ปลากรอบ

วิธีทำ

- ๑) ปลาทอมขอดเกล็ดตัดครีบ หางผ่าท้องเอาไส้ออก แล้วบั้งตามตัวทั้งสองข้าง ล้างให้หมดเมือก ถ้าตัวใหญ่มากตัด ๒ ท่อน
- ๒) มะพร้าวคั้นหัวและหางปนกันประมาณ ๕ ถ้วย ใส่มื้อตั้งไฟคนอยู่เสมอ พอเดือด ๒-๓ นาทียกลง
- ๓) ช้อนเอาหัวกะทิข้างบน ๕ ทศพีใส่กะทะเคียวให้แตกมัน เอาน้ำพริก ลงผัดให้หอม ตักใส่มื้อเทกะทิที่เหลือลงไปคั่ว ตั้งไฟให้เดือด

๔) พอน้ำแกงเดือดพล่าน ใส่น้ำตาล น้ำปลา พอเดือดทั่วคนให้ดี ชิมดูให้มีรสเค็มมันและหวานบ้างเล็กน้อยพอควร เสร็จไฟให้แรงพอน้ำแกงเดือดแรง ๆ จึงหยิบปลาวางลงไปในหม้อ ทีละตัวหรือทีละชิ้น ๆ จนหมด ปิดฝาให้เดือด

๕) พอเดือดพล่านดีและปลาสุกแล้ว จึงยกลง โรยใบมะกรูดอ่อนแห้งฝอย น้ำแกงไม่มากพอชลกขลิบ ไม่ใสเกินไป

หมายเหตุ แกงฉู่ฉี่อื่น ๆ ก็แกงเหมือนกัน เช่นฉู่ฉี่กุ้ง (กุ้งนาง) ฉู่ฉี่ปลาทุสก ฯลฯ

ประเภทแกงส้มต่าง ๆ แกงส้มเป็นแกงที่ใช้ในครอบครัวของคนไทยตลอดมา มีรสเปรี้ยว เค็ม หวาน นิดหน่อย ใช้ผักต่าง ๆ ที่มีตามท้องถิ่นนั้น ๆ ได้แทบทุกชนิด รวมทั้งปลาและกุ้งทั้งน้ำจืดและน้ำเค็ม บางทีก็ใช้หอยแทนกุ้งและปลาก็มี แกงส้มเป็นแกงที่ปรุงรส การปรุงรสจะยากกว่าแกงเผ็ดเสียอีก ไม่เปรี้ยวจนเกินไปหรือเค็มขึ้นหน้าหนักหรือหวานนำ แต่ให้กลมกล่อมทั้งสามรส มีเปรี้ยวขึ้นหน้า น้อยๆ เค็มกับหวานตาม แกงส้มต่าง ๆ ทั่วไปคือ

- ๑) แกงส้มดอกแคกับกุ้ง
- ๒) แกงส้มผักกระเฉดกับปลาช่อน
- ๓) แกงส้มผักบึงกับปลาช่อน
- ๔) แกงส้มใบผักหวานป่ากับปลากรอบ
- ๕) แกงส้มถั่วพูหรือถั่วแปบกับกุ้ง
- ๖) แกงส้มถั่วฝักยาวกับปลาหรือกุ้ง
- ๗) แกงส้มหน่อไม้คองกับปลากด
- ๘) แกงส้มผักเขียวกับปลา
- ๙) แกงส้มลูกเต่างโมอ่อนกับปลา
- ๑๐) แกงส้มนพเก้ากับปลาหรือกุ้ง (ใช้ผักหลายๆ อย่างรวมกัน เช่นลูกผัก

ข้าว ถั่วพุ่ม ผักบุ้ง มะละกอ ถั่วฝักยาว ถั่วแปบ ใบมะขามอ่อน คอกโสภ (ไม่ใช่
โสภระย้า) แดงอ่อนต่าง ๆ เหล่านี้เป็นต้น)

แกงส้มดอกแคกับกุ้ง

เครื่องปรุง กุ้งนางหรือกุ้งทะเลเข็บบ $\frac{3}{4}$ กิโลกรัม

ดอกแคประมาณ ๕๐-๖๐ ดอก

ส้มมะขามเปียก

น้ำตาล

น้ำปลา

เครื่องน้ำพริกแกง พริกแกง ๕-๗ เม็ด ผ่าเอาไส้และเม็ดออกแช่น้ำ

หัวหอมเล็ก ๑๐ หัว

กระเทียม ๕ กลีบ

เกลือ ๑ ช้อนโต๊ะ

กะปิ ๒ ช้อนชา

เครื่องแกงทั้งหมดโขลกให้ละเอียด

วิธีทำ

๑) กุ้งสด ล้างทิ้งเปลือก แกะเปลือกออก ถ้าเป็นกุ้งใหญ่ผ่าหลังหัน
ชันโตพอประมาณ ถ้าเป็นกุ้งเล็กก็ใช้ทั้งตัวได้

๒) แบ่งกุ้งประมาณหนึ่งในสามของกุ้งทั้งหมด ต้มน้ำซดขลุกไม่ต้องใส่น้ำ
มากต้มพอสุก ตักขึ้นไปโขลกในน้ำพริกแกงที่โขลกไว้ รวมโขลกอีกที่จนละเอียด
สำหรับกุ้งจะใช้โขลกทั้งคืบ ๆ ก็ได้ แต่การต้มสุกแล้วเนื้อกุ้งจะปยุกว่า น้ำแกงจะข้น
กว่าอย่างกุ้งคืบ แล้วนำน้ำพริกละลายน้ำแกงในน้ำต้มกุ้ง เติมน้ำอีกพอควร

๓) ดอกแคผ่าเอาคือออก (ใส่ข้างในที่ทำให้ขม) ล้างน้ำสะอาด

๔) พอน้ำแกงเดือด ปรุงรสด้วยส้มมะขาม น้ำปลา น้ำตาล ให้มีรสเปรี้ยว

เค็มหวาน กลมกล่อมดีแล้วใส่กุ้งและคอกแค พอเค็ยกตัวกุ้งสุกคอกแคสุก ยกลง
ใช้ได้

แกงส้มผักกระเฉดกับปลาช่อน

เครื่องปรุง ปลาช่อนตัวขนาดกลาง ๑ ตัว
ผักกระเฉดยอกอ่อน ๆ ๒๐-๓๐ ยอด
ส้มมะขามเปียก
น้ำปลา น้ำตาลปีบ

เครื่องน้ำพริกแกง น้ำพริกแกงเหมือนแกงส้มธรรมดาแต่ถ้าแกงกับปลา ที่บาง
บ้านใส่ข่าประมาณ ๑-๒ แว่นบางๆเพื่อกันคาว (ถ้าไม่ชอบก็ไม่ต้อง)

วิธีทำ

๑) ปลาช่อนชอกเกล็ด ตักครีบ หาง และหัวผ่าท้อง เอาไส้ออกแล้ว
หันเป็นแฉ่น ๆ ก่อนแทงเหลือไว้ให้มากจนถึงตรงกลางตัว ต้ม แกะเนื้อไว้สำหรับ
โขลกน้ำแกง

๒) นำเนื้อปลาโขลกกับน้ำพริกให้ละเอียด ละลายลงในน้ำต้มปลา ถ้า
น้ำแกงน้อยไปก็เติมน้ำอีกได้ อย่าให้ใสนัก

๓) ผักกระเฉดเด็ดรากและนมออกทิ้ง เค็ดเป็นท่อนๆยาว ๑ นิ้วเฉพาะ
ที่อ่อน ๆ

๔) ตั้งหม้อแกงปิดฝาให้น้ำแกงเดือด เปิดฝาใส่น้ำส้มมะขามคั้น น้ำปลา
น้ำตาลปีบ พอเค็ดยกชิมดูให้มีรสเปรี้ยว เค็ม หวาน กลมกล่อมดี ค่อยๆ วางปลา
ลงในหม้อทีละชั้น ๆ จนหมด ปิดฝาพอเดือดพล่านอีกทีก็ใช้ได้ เวลาจะรับประทาน
นำผักกระเฉดใส่ขามแกง ตั้งน้ำแกงเดือดพล่านตักคนให้ทั่ว ตักน้ำแกงใส่ในขาม
ใช้ทัพพีกลับไปมาพอผักสุก ตักเนื้อปลาวางข้างหน้า

หมายเหตุ สำหรับผักกระเฉดนี้ ถ้าใส่ลงไปแกงกว่าจะได้ที่ผักสุกมากเกินไป
ไปจะเหนียวสีซีดไม่น่ารับประทาน ต้องลวกด้วยน้ำแกงร้อน ๆ สีจะเขียวสดและผัก
จะกรอบดีด้วย ไม่เหนียว

ประเภทแกงป่าต่าง ๆ โดยมากคล้ายกับแกงเผ็ด แต่ไม่ใส่กะทิ บางอย่างก็ใช้พริกแห้ง บางอย่างก็ใช้พริกสด และแกงกับเนื้อหรือปลาก็ได้ บางชนิดก็ใช้ผักหลาย ๆ อย่างแกงกับเนื้อหรือปลา

แกงป่าปลาดุกกับผักหลาย ๆ ชนิด

เครื่องปรุง

ปลาดุกประมาณ ๒-๓ ตัว หรือ ๒ กิโลกรัม

ผักขี้เหล็ก ผักตำลึง ใบพริก ถั่วฝักยาวอ่อน ๆ มะเขืออ่อน ยอดผักทองและดอกผักทอง ใบแมงลัก ใบกระเพรา พักทอง ยอดชะอม หน่อไม้สดสับละเอียดต้ม กระชาย น้ำเต้าหรือบวบเหลี่ยม ผักหวาน พริกขี้หนู ๖-๗ เม็ด

ไม่ต้องมีทุกอย่างก็ได้ ประมาณสัก ๕-๖ ชนิดก็พอ

ปลาร้าดิบ ๒ ถ้วย หลนกับน้ำ กรองกากออก น้ำปลา

เครื่องน้ำพริกแกง

พริกขี้พาสค ๕-๖ เม็ด

พริกขี้หนู ๑๐ เม็ด

ข่า ๔-๕ แว่นบาง ๆ

ตะไคร้ ๒ ช้อนโต๊ะ

ผิวมะกรูด ๑ ช้อนชา

กระชาย ๕-๖ ราก

หอม ๑๒ หัว

เกลือ ๑ ช้อนโต๊ะ

กะปิ ๑ ช้อนโต๊ะ

เครื่องเหล่านี้อาจลดละเอียด

วิธีทำ

๑) ปลาตัดหัวเอาไส้ออก ชุกให้หมดเมือก ตัดหาง ล้างให้สะอาด หันเป็นแว่น ๆ หรือจะแร่เอาแต่เนื้อก็ได้ก็ยิ่งดี โดยเอามีดกรีดตั้งแต่หาง แร่เนื้อออกเป็นชั้น ๆ อย่างบางนักเนื้อปลาจะแตก

๒) ผักต่าง ๆ ทั้งหมดล้างสะอาด คือผักบุ้งผ่า ๔ ตามลำต้น แล้วตัดเป็นท่อน ๆ ยาว ๑ นิ้ว ใบตำลึงเด็ดเป็นใบ ๆ มะเขืออ่อนผ่าตามลูก ๓-๔ ชั้นตามขนาดใหญ่น้อยแล้วแช่น้ำเกลืออ่อน ๆ จะได้ไม่ดำ ถ้าผักยาวตัดเป็นท่อน ๆ ยาว ๑ นิ้ว (ถ้าต้องอ่อน ๆ เชียว ๆ ไม่ค้างนานวัน ถ้าถั่วพอง ๆ สีขาวซีดจะไม่อร่อยหวานเหมือนถั่วอ่อน ๆ ใหม่ ๆ) ยอดผักทองลอกขนที่คาย ๆ ออก ตัดเป็นท่อน ๆ ยาวเท่า ๆ กัน ถ้าลำยอดใหญ่ก็ผ่าซีกเสีย ดอกก็ทำเช่นกัน ผักทองปอกผิวออกไม่ต้องหมดเปลือกที่เขียว หรือจะไม่ปอกก็ได้แล้วแต่ชอบหันเป็นชั้น ๆ ไม่โตนัก ใบแมงลักใบกระเพราเด็ดเป็นใบ ๆ ยอดชะอมเอามีดกรีดก้านแข็งตรงกลางออก แล้วรวมตัดเป็นท่อนยาวพอประมาณ หน่อไม้สดสับแล้วต้มน้ำขมและขึ้นออก พริกชี้ฟ้าเด็ดก้านออก

๓) น้ำพริกละลายน้ำรวมทั้งน้ำปลาร้าด้วย ตั้งไฟให้เดือด ใส่ผักที่สุกยากก่อน เช่น ผักทอง ผักที่สุกง่ายใส่ทีหลัง

๔) ใส่ปลาลงเมื่อผักที่สุกยากสุกแล้ว

๕) ชิมดูให้รสพอเหมาะตามชอบ

หมายเหตุ ถ้าใช้น้ำกะทิเป็นน้ำแกงใส ๆ ไม่ต้องใช้กะทิข้น เรียกว่าแกงแค แกงนี้จะใช้แกงกับไก่ก็ได้ ใส่ผักตามชอบเช่นกันโดยมากนิยมใส่ผักเหล่านี้คือ หน่อไม้สดสับ ใบตำลึง ใบผักหวาน ใบย่านาง ใบชะอม ใบพริก ยอดผักทองเหล่านี้ จะเพิ่มความอร่อยยิ่งขึ้น

เครื่องน้ำพริกแกงเหมือนแกงบ้ำปลาทุกชนิดทุกอย่าง

แกงป่าเนื้อกับใบชะพลู

เครื่องปรุง

เนื้อ ๕ กิโลกรัม

หน่อไม้สดสับย่อย ๆ ๑ ถ้วย

ถั่วฝักยาวอ่อน ๆ ๑๐ ฝัก

มะเขืออ่อน ๆ ๕-๖ ลูก

ใบชะพลู ๒๐-๒๕ ใบ

ใบกระเพรา

ใบมะกรูด ๕-๖ ใบ

น้ำมันหมู พอดี

พริกชี้ฟ้าอ่อน ๑๐ เม็ด

ปลาร้าดิบครึ่งถ้วย หลนเอาแต่น้ำกรองก้างออกหรือจะใช้

ปลาทูเค็มหรือปลาเกลือหลนก็ได้ (ถ้าไม่ชอบใส่ปลาร้า)

เครื่องน้ำพริกแกง

พริกแห้ง ๗-๘ เม็ด กรีดเอาเม็ดและใส่ออก แขน้ำ

ข่าหั่นแฉับบาง ๆ ๕ แฉับ

ตะไคร้หั่นฝอย ๒ ช้อนโต๊ะ

เกลือ ๑ ช้อนโต๊ะ

พริกชี้หนู ๑๐-๑๕ เม็ด

หัวหอม ๕-๖ หัว

กระเทียม ๕-๖ กลีบ

ผิวมะกรูด หั่นฝอย ๕ ช้อนชา

รากผักชี ๒ ช้อนชา หรือ ๑ ช้อนโต๊ะ

พริกไทย ๑๕ เม็ด

กะปิ ๒ ช้อนชา

ลูกผักชีคั่วหอม ๒ ช้อนชา

ข้าวสาร ๑-๒ ช้อนโต๊ะ

โขลกน้ำพริกแกงเหล่านี้ให้ละเอียด เครื่องเทศคั่วป่นเสียก่อน

วิธีทำ

๑) เนื้อหั่นเช่นเดียวกับแกงเผ็ด

๒) ผักต่างๆ ทำเตรียมไว้เหมือนแกงป่าดังกล่าวแล้ว ส่วน

ใบชะพลูล้างน้ำสะอาด วางเรียงซ้อนกันหั่นฝอยๆ

๓) ตักน้ำมันหมูใส่กระทะ ๓-๔ ช้อนโต๊ะ นำน้ำพริกลงผัดให้หอมมากๆ ใส่เนื้อลงผัดให้หอมแล้วตักใส่หม้อ ใส่น้ำปลาร้า หรือน้ำปลาเค็ม เติมน้ำเปล่าพอควร ตั้งไฟให้เดือด

๔) พอเดือดพล่านดี ใส่หน่อไม้สับต้มกับมะขามอ่อน ถั่วฝักยาว พอดีปลากุ้ง ถ้าอ่อนเค็มเติมน้ำปลา ให้รสดี ใส่ใบชะพลู ใบกระเพรา พริกอ่อนหั่นเฉลี่ยๆ ตามยาว ใบมะกรูดฉีก ยกลงใช้ได้

แกงส้มส้มต้มกะปิ

แกงชนิดนี้เป็นแกงโบราณของไทยอีกชนิดหนึ่ง คล้ายๆ แกงส้ม โดยมากแกงกับแตงโมอ่อน แตงกวาอ่อน หรือเปลือกแตงโมอย่างใดอย่างหนึ่งก็ได้

เครื่องปรุง

กุ้งสด $\frac{๑}{๒}$ กิโลกรัม

แตงกวาอ่อน แตงโมอ่อน เปลือกแตงโม อย่างหนึ่งอย่างใด

พอควรส้มมะขามเปียก ถ้าใช้มะขามอ่อน หรือดอกมะขามสด

ได้ยั้งดี

น้ำตาลปีบ

น้ำปลา

ดอกโศก (ไม่ใช่โศกกระย้า) ถ้ามี

ปลาช่อนแห้งหรือปลาใบไม้แห้ง

ไข่เบี๊ยะ (ใส่ก็ได้ไม่ใส่ก็ได้ ถ้าไม่ชอบ)

เครื่องน้ำพริก

พริกแห้ง ๗-๘ เม็ด แกะไส้และเม็ดออกแช่น้ำ

หัวหอม ๑๐ หัว

กระเทียม ๕ กลีบ

เกลือ ๑ ช้อนโต๊ะ

กะปิ ๑ ช้อนโต๊ะ

เครื่องน้ำพริกนี้โขลกให้ละเอียด

วิธีทำ

- ๑) กุ้งสดล้างน้ำปอกเปลือกทำเช่นเดียวกับกุ้งแคงต้ม
- ๒) แบ่งกุ้งมาครึ่งหนึ่งโขลกรวมกับน้ำพริก ให้ละเอียด
- ๓) แดงกวาล้างสะอาด ผ่าตามยาวลูก แล้วผ่าตามขวาง
ชั้น กว้างประมาณ ๒ นิ้ว แดงโมอ่อนก็ทำเช่นเดียวกัน
ถ้าเป็นเปลือกแดงโมก็ปอกเปลือกหั่นชั้นประมาณ ๒ นิ้ว
โต ๒ นิ้ว ทำเตรียมไว้ประมาณ ๓-๔ ถ้วย
- ๔) ถ้ามีใบมะขามอ่อนล้างน้ำเตรียมไว้ ดอกโศกล้างน้ำ เด็ด
เป็นช่อเล็กๆ เอาค่านใหญ่ทิ้ง ถ้าไม่มีมะขามอ่อน คั้น
น้ำส้มมะขามใส่แทน
- ๕) ปลาแห้งหรือปลาใบไม้แห้งล้างน้ำ หั่นชั้นเล็กๆ ยาวๆ
หั่นตามขวางยาวประมาณ ๒-๒ นิ้ว ถ้วย ปลาใบไม้ตัวใหญ่
หั่นเป็นชั้นใหญ่ๆ สีเหลืองกว้างยาว ๑ นิ้ว เตรียมไว้

๖) ละลายน้ำพริกแกงกับน้ำต้มกุ้ง น้ำพอกสมควรร ตึงไฟให้เดือดปรุงรสใส่ปลาแห้ง น้ำตาล พอกเดือดอีกทีใส่แตงกวา แตงโมอ่อน หรือเปลือกแตงโม กุ้งสดที่เหลือ ใบมะขามสด และทอดไสก ชิมดูอีกทีหนึ่ง ถ้ารสอ่อนเติมตามชอบ ถ้าชอบใส่ไข่ต้ม ใช้ไข่เบ็ด ๑ ฟองตีพอกแตก ใส่ลงคนให้ทั่ว พอกเดือดพล่านอีกทีก็ใช้ได้

แกงจืดลูกดอก

เครื่องปรุง

ใส่ไก่หรือใส่หมูชนิดเล็ก

ไข่เบ็ด

เนื้อหมู กุ้ง ไก่

ผักชี ต้นหอม

พริกไทย

กระเทียมเจียว

น้ำซุบไก่

วิธีทำ

๑) การทำลูกดอก ถ้าใช้ใส่ไก่จะสวยดี เพราะจะโตคอกเล็ก ๆ น่ารัก แต่การทำซ้ำมาก ถ้าทำรับประทานกันเล็กน้อยก็ไม่เป็นไร ถ้าทำเป็นจำนวนมาก ควรใช้ใส่หมู (โดยสั่งผู้ขายไว้ให้หาใส่เล็กๆ ให้) วิธีล้างใส่ ให้กลับใส่ล้างน้ำเสียครั้งหนึ่งก่อน ขยำเกลือกับใบตองให้เมือกออก ล้างน้ำ แล้วขยำเกลืออีกครั้งหนึ่ง จึงนำกะทะตั้งไฟอ่อน ๆ หยิบใส่หมูใส่ลงไปแล้วกลับไปมาสักครู่พอน้ำเริ่มอุ่น ๆ จึงนำมาล้างน้ำแล้วเอาช้อนสังกะสีครูดสิ่งสกปรกออกเสียให้บาง แล้วล้างให้สะอาด ขยำน้ำหลาย ๆ ครั้งกลับใส่ตามเดิมก็ใช้ได้

ไข่เปิดเลือกไข่แดง สีแดงๆ จะนำมารับประทาน ต่อยไข่แล้วคนพอเข้ากัน กรอกใส่กรวยสำหรับกรอกบรรจุลงในไส้ที่ล้างแล้ว อย่าให้เต็มเกินไป ถ้าไม่มีกรวย ใช้ใบตองทำกรวยแทน ผูกหัวท้ายให้แน่น ต้มในหม้อซึ่งตั้งน้ำไว้อย่าให้น้ำเดือด น้ำยังไม่ร้อนจัดเกินไป แล้วใส่ไส้ลง ขณะที่ต้ม คอยใช้เข็มแทงไส้ให้ลมออกบ้างแห่งห่างๆ กันพอสุกแข็งก็ตักขึ้น เวลาจะแกงให้ตักเป็นท่อนๆ ประมาณ ๕ นิ้ว แล้วใช้มีดสับเป็นรอยกลับเป็นรูปกากะบาททั้งสองข้าง ระวังอย่าให้ไส้ขาดมาก เวลาบานจะไม่สวย

๒) นำน้ำซุบใส่หม้อพอควรมือ ต้มหมกจนให้สุก แล้วตักขึ้นมาหั่นชั้นใหญ่ๆ หน่อย กว้างประมาณ ๑ นิ้ว หั่นเป็นชั้นบางๆ ใต้อันหนึ่งผอย กุ้งสดที่เตรียมไว้ ใส่ลงในน้ำแกง ใส่ น้ำปลาดี พอเดือดพล่านชิมดูรส (อย่าเค็มมาก) ดีแล้ว ใส่ไก่ฉีก หมูหั่นลูกดอก พอเดือดพล่านอีกทีหนึ่ง ยกกลงใส่ต้นหอม ใช้ตรงหัวขาวๆ ตักก่อนยาว ๑ นิ้ว กระเทียมเจียว ผักชี พริกไทย ผงชูรส เสฟท์ทันที

แกงจืดไข่นกพิราบเทียม

วิธีทำอย่างเดียวกับแกงจืดลูกดอก

วิธีทำไข่นกพิราบเทียม แบ่งมันอย่างที่ดีผสมกับแป้งสาลีอย่างละครึ่งถ้วย นวดกับน้ำร้อน พอเหนียวนุ่มปั้นได้ นำไข่แดงของไข่เค็มดิบมาตัดออกเป็นชั้นเล็กๆ ไข่แดง ๑ ฟองตัดประมาณ ๖ ชั้น บั่นกลมรีๆ คล้ายไข่นก แบ่งแป้งไข่แดงให้มิด เมื่อปรุงน้ำแกงดีแล้ว เอาแป้งที่ปั้นไว้คลุกสุกลงในน้ำเย็นผึ่งไว้ พอจะเสฟท์จึงค่อยใส่ไข่นกพิราบเทียมนี้ทีหลัง

แกงจืดสาขุเม็กละเล็

เครื่องปรุง

เนื้อหมูบด ๒ ถ้วย
 เนื้อปูทะเลแกะพอกว
 สาขุเม็กละเล็อย่างดี ๒ ถ้วย
 น้ำกระตึกไก่หรือหมู ๔ ถ้วย
 กระเทียมเจียว น้ำปลาดี
 ผักชี พริกไทยป่น
 ผักกาดหอมตัดเป็นท่อน ๆ

วิธีทำ ต้มน้ำซุบให้เดือด ตักมาใส่ซามหมุ่สัก ๑-๒ ทัพพี คนให้หมู
 กระจายทั่วไม่เป็นก้อนดีแล้ว จึงใส่ลงในหม้อ ใส่ น้ำปลาดี พอกเดือดทั่วหมุ่สุก ชิม
 รสดูตามชอบสาขุใส่ซามที่มีน้ำมาก ๆ คนเร็ว ๆ (ถ้ามีทรายจะได้นอนกัน) แล้วส่ง
 ขึ้นใส่หม้อพอกเป็นสาขุสุก ใส่เนื้อปู ตักใส่ซามซึ่งรองด้วยผักกาดหอม โรยหน้าด้วย
 กระเทียมเจียว พริกไทย ผักชี เสฟทันที

แกงจืดลูกชิ้นแบบญี่ปุ่น

เครื่องปรุง

เนื้อหมูติดมัน
 กุ้งสด
 กะหล่ำปลี
 มะเขือเทศแดงและเหลือง
 พริกไทย
 น้ำปลาดี
 น้ำปลาญี่ปุ่น

วิธีทำ

๑) สับเนื้อหมูกับกุ้งสดให้ละเอียด อย่าปนกัน โรยแป้งสาลีเล็กน้อย นวดใส่เกลือ ๑ ช้อนชา บั่นเป็นลูกชิ้นไว้อย่างละจาน หนึ่งพอสุกยกลงพักไว้

๒) ให้นำกะหล่ำปลีชิ้นโตประมาณ ๒ นิ้ว มะเขือเทศผ่าหั่นหนาๆ

๓) ใส่น้ำซุบในหม้อพอควรมองไฟน้ำเดือดใส่กะหล่ำปลี บดผาประมาณ ๑๐ นาที เปิดใส่มะเขือเทศกับลูกชิ้นที่นึ่งไว้ลงพร้อมกัน ใส่น้ำปลาญี่ปุ่น น้ำปลาดี เติมน้ำส้มเล็กน้อย ถ้ามะเขือเทศไม่เปรี้ยว ชิมดูรสตามชอบ โรยพริกไทยป่น เสีฟร้อนๆ ทันที

แกงจืดสะท้อน

เครื่องปรุง

เปลือกสะท้อนห่อ

กุ้งสด

เนื้อหมู

พริกไทย กระเทียม

น้ำปลาดี

ผงชูรส

วิธีแกง

๑) สะท้อนห่อปอกเปลือกผานบางๆ แล้วหั่นฝอยๆ อย่างฝัด แช่น้ำเกลือไว้ กุ้งสด หมู ล้างสะอาด หั่นชิ้นเล็กๆ ยาวๆ อย่างแกงจืด

๒) นำซุบใส่หม้อตั้งไฟให้เดือด ปอกกระเทียมทุบสัก ๖-๗ กลีบ แล้วคนสะท้อนชิ้นจากน้ำเกลือ ล้างน้ำอีกครั้งหนึ่งจึงใส่ในหม้อแกง พอแกง

เค็อก ใส่หมู กุ้ง น้ำปลาดี ผงชูรส ถ้าชอบหวานจะเหยาะน้ำตาลทรายสักเล็กน้อย
ก็ได้ ชิมรสตามชอบ เวลาตัดโรยพริกไทย เสิฟทันที รับประทานกับปลาแห้ง
ทุบนุ่ม ๆ ทอดกรอบจะอร่อยดี

แกงจืดดับเบิ้ล

เครื่องปรุง เนื้อหมูติดมัน เครื่องในเบ็ด เห็ดหอม หอมฝรั่ง ต้นหอม
พริกไทย รากผักชี น้ำปลาดี ผักชี

วิธีทำ

๑) เห็ดหอม ล้างสะอาดแช่น้ำให้บาน หอมฝรั่งหั่นอย่าให้
บางนัก ล้างเครื่องในเบ็ดให้หายเหม็นสาบ แล้วหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ ส่วนกระเพาะ
นั้นผ่าออกล้างสะอาดหั่นตามยาวแล้วหั่นตามขวางอีกที เพื่อให้เป็นคอก ต้นหอม
หั่นท่อน ๆ ตรงโคนขาส่วนใบหั่นละเอียดๆ

๒) นำน้ำซุบใส่หม้อตั้งไฟพอเดือด โขลกรากผักชีกับพริก
ไทยละลายในน้ำแกง นำเห็ดหอมคอกใหญ่ผ่า ๒ ซีก ต้นหอมหั่นท่อน หอมหัวใหญ่
ใส่ลงก่อนพอสุก จึงใส่เครื่องในเบ็ดและหมู น้ำปลาดี ชิมรสตามชอบ เวลาตัดใส่
ซามโรยพริกไทย ใบหอม ผักชี ผงชูรส เสิฟร้อนๆ

แกงจืดใบเจียว

เครื่องปรุง

ไข่เบ็ด
น้ำมันหมู
น้ำปลาดี
กระเทียม
ผักกาดหอม

ตั้งน้ำอย่างดี
ผักชี พริกไทย

วิธีทำ

- ๑) ตีไข่ให้ฟู กะทะตั้งไฟใส่น้ำมันหมูให้มากหน่อย พอร้อนจัดเทไข่ใส่เจียวพอกกรอบเกรียมดี เขี่ยขึ้นไว้ข้าง ๆ กะทะ ทูบกระเทียมเจียวให้หอม ใช้จ้ำหลิวัตต์ไข่เป็นชั้น ๆ คนให้ทั่ว (จะใส่หมูหั่นบาง ๆ บ้างก็ได้)
- ๒) ใส่น้ำซุบลงพอควน (ถ้าไม่มีใช้น้ำเปล่าก็ได้) ใส่น้ำปลา บีตฝาไว้ให้เดือดพล่านเวลารับประทาน รongผักกาดหอมในซาม โรยตั้งฉ่าย ผงชูรส ตักแกงใส่โรยพริกไทย ผักชี เสีฟร้อน ๆ ทันทีก

แกงจืดหน่อไม้ไก่

เครื่องปรุง

ไก่ หมูแฮม หน่อไม้ไผ่ตง น้ำซุบ น้ำปลา พริกไทย

วิธีทำ

- ๑) ทุบไก่ต้มน้ำซุบ เนื้อฉีกย่อย ๆ
- ๒) หมูแฮมหั่นชิ้นยาว ๆ บาง ๆ เล็ก ๆ
- ๓) หน่อไม้หั่นชิ้นหนา ๆ จักเป็นรูปดอกจันทน์ หรือกลม ๆ

เล็ก ๆ ต้มใส่เกลือถ่านน้ำจันทน์และนมตี ตักขึ้น

- ๔) นำน้ำซุบใส่หม้อตั้งไฟ พอเดือด ทูบพริกไทยพอเม็ดแตกใส่ลงพร้อมเนื้อ ไก่ หมูแฮม และหน่อไม้ที่เตรียมไว้
- ๕) ใส่น้ำปลาดี ชิมรส ตักเสีฟร้อน ๆ

หมายเหตุ ถ้าไม่มีหมูแฮมจะไม่ใส่ก็ได้

แกงจักรวมมิตร

เครื่องปรุง เนื้อไก่ เนื้อหมู เครื่องในไก่ กุ้งใหญ่ หัวผักกาดขาว บีทรูท
แครอท พริกไทย ผักชี

วิธีทำ

๑) จักกั้นไก่เป็นดอกๆ เนื้อหมู เนื้อไก่หั่นชิ้นเล็กๆ ยาวๆ
กุ้งใหญ่ปอกเปลือกผ่าหลังชักเส้นดำออก หั่นเป็นชิ้นเล็กๆ

๒) หักผักกาดขาว ล้างน้ำปอกแล้วจักเป็นร่องๆ แล้วหั่น
เป็นชิ้นๆ แครอท (หัวผักกาดเหลือง) กับบีทรูท (หัวผักกาดแดง) ปอกเปลือก
สลักเป็นดอกไม้ใบไม้ตามแต่ชอบ

๓) ใส่น้ำซุบในหม้อแกง ตั้งไฟให้เดือด ใส่พวกเนื้อหมู
กุ้ง เครื่องในไก่ก่อนพอเดือดอีกทีใส่พวกผัก ใส่น้ำปลาดี ชิมดูรสตามชอบ เวลา
ตักใส่ชามโรยพริกไทยผักชีเสิร์ฟทันที

หมายเหตุ การใส่หัวผักกาดเหลืองและหัวผักกาดแดงก็เพื่อความสวยงาม
ที่สลับสีกับหัวผักกาดขาว แต่ถ้าหายาก จะใช้หัวผักกาดกับก้านเขียวๆ ของผักใบ
เช่นก้านผักกาดควางตุ้งก็ใช้ได้เหมือนกัน

แกงเลียง

เครื่องปรุง น้ำซุบ บวบเหลี่ยม น้ำเต้า ผักตำลึง ผักหวาน หัวปลี
ใบกุยฉ่าย ฯลฯ อย่างใดอย่างหนึ่ง

เครื่องน้ำพริก

พริกไทย ๑๐ เม็ด

หัวหอม ๑๐ หัว

กะปิ ๑ ช้อนโต๊ะ

กุ้งแห้งหรือปลากรอบครึ่งถ้วย

เครื่องแกงโขลกละเอียด

วิธีทำ

- ๑) ละลายเครื่องแกงกับน้ำซุบ หรือน้ำธรรมดาก็ได้ ตั้งไฟให้เดือดคอยคนระวังอย่าปีคฝาจะล้นกึ่งหกออกหมด
- ๒) ผักต่างๆ ล้างสะอาด ถ้าเป็นบวบ ต้องปอก และฝานแฉลบๆ แล้วใส่ใบแมงลักด้วย ถ้าเป็นผักอื่นก็เด็ดเป็นใบๆ ตามแต่ลักษณะของผัก
- ๓) พอน้ำแกงเดือดใส่น้ำปลาดี บางคนกลัวเหม็นคาว ก็ใส่เกลือด้วย ใส่ผักพอสุก ชิมปรุงรสตามชอบยกลง

แกงเลียงสามผัก

ทำวิธีเดียวกับแกงเลียงธรรมดา แต่ใช้เนื้อไก่ที่ฉีกตามซี่โครงไก่ฉีกเป็นฝอยๆ ใส่ด้วย ส่วนผักใส่ ใบตำลึง บวบเหลี่ยม ใบแมงลัก
แกงจืดประเภทต้มต่างๆ เช่นต้มยำ ต้มโคล้ง ต้มจับฉ่าย ฯลฯ

ต้มโคล้ง

เครื่องปรุง ปลาแห้ง หัวปลาช่อนแห้ง ปลาใบไม้แห้ง ฯลฯ
หัวหอม ๕-๖ หัว

คอกมะขามสดหรือใบมะขามอ่อน (ถ้าไม่มีใช้ส้มมะขามเปียก)
มะม่วงคิบ ใบมะดันอ่อนหรือมะดันแทน เกลือหรือน้ำปลาดี

วิธีทำ

- ๑) นำใส่หม้อ (ถ้าเป็นน้ำเชื้อหรือน้ำกระดูกก็ยิ่งดี) พอควรร ตั้งไฟแรงให้น้ำเดือดพล่าน
- ๒) ปลาต่างๆ ตามที่จะแกงล้างน้ำให้สะอาด ถ้าเป็นปลาแห้งก็หั่นแฉลบ

บาง ๆ ถ้าเป็นปลาใบไม้แห้งล้างน้ำตัดครึ่งตัดหางตัดเป็น ๒ ท่อน (ตัวเล็กไม่ต้องตัด) ถ้าเป็นหัวปลาช่อนแห้งล้างน้ำแล้วบั้งเสียก่อนจะหอมกว่าไม่บั้ง

๓) พอน้ำแกงเดือดพล่าน ทูบหัวหอมใส่ ถ้าหัวโตผ่าครึ่งหรือหั่นชิ้นหนา ๆ หรือถ้าจะซอยใส่ก็ใช้ใส่ทีหลัง แล้วใส่ปลาเคียวไปจนเนื้อปลานุ่มดี ช้อนฟองทิ้ง ใส่ดอกมะขามหรือผักเปรี้ยวต่าง ๆ ตามที่กล่าว ซิมคู่อังยังไม่เปรี้ยวเค็มดีก็ใส่มะขามเปียกอีกเล็กน้อย เติมน้ำปลาดีหรือเกลือให้เปรี้ยว ๆ เค็ม ๆ รับประทานร้อน ๆ

หมายเหตุ บางคนชอบรับประทานชนิดใส่น้ำกะทิแทนน้ำเปล่าก็ได้

วิธีแกง เช่นเดียวกัน

วิธีนี้ใช้กุ้งสด (กุ้งนาง) ต้มก็ได้จะอร่อยดีเช่นกัน

ต้มยำปลา-กุ้ง

เครื่องปรุง ปลาที่จะใช้ต้มยำเป็นปลาประเภทเนื้อขาวใช้ได้ทั้งปลาน้ำจืดและปลาน้ำเค็ม เช่น ปลาช่อน ปลากะพง (ส่วนมากชอบใช้หัวปลา) ปลาทู ฯลฯ น้ำพริกเผา ผักชี กระเทียมเจียว น้ำมันงา น้ำปลาดี ใบมะกรูด ตะไคร้ ๑ ต้น พริกขี้หนู

วิธีทำ

๑) ตังน้ำแกงให้เดือด (ใช้น้ำธรรมดาหรือน้ำซุบก็ได้) พอเดือดใส่ตะไคร้ทุบหั่นเป็นท่อน ๆ ใบมะกรูดฉีกสัก ๔-๕ ใบ

๒) พอน้ำแกงเดือดพล่าน จึงใส่เนื้อปลาที่ทำไว้ค่อย ๆ ใส่ทีละชิ้น ๆ พอเดือดทั่วตีปลาสุกกลง

๓) เวลารับประทานปรุงด้วยน้ำมันงา น้ำปลาดี น้ำพริกเผา พริกขี้หนู ซิมคูรสดี เสีฟร้อน ๆ โรยผักชีกระเทียมเจียว

หมายเหตุ กุ้งก็ต้มเช่นเดียวกัน สำหรับกุ้งไม่ต้องใส่หน้าพริกเผา สำหรับปลาบางคนชอบใส่น้ำกะทิแทนน้ำเปล่าจะใส่มะเขือเทศด้วยก็ได้ ไม่มีน้ำมะนาวจะใส่มะม่วงคิบซอย หรือมะตันก็ได้

ต้มเบ็ดควางคั้ง

เครื่องปรุง เบ็ดสด ๑ ตัว ตันกั้นฉ่าย เห็ดหอม พริกไทย ซิว๊วขาว
น้ำปลาดี

วิธีทำ

- ๑) ผ่าเบ็ดล้างน้ำให้สะอาดจนหายเหม็นสาบ หั่นชิ้นโตพอประมาณ
- ๒) พริกไทยโขลกละลายน้ำใส่หม้อตั้งไฟ
- ๓) พอน้ำเดือดใส่เบ็ด เคี่ยวไปจนน้ำงวดลง
- ๔) เห็ดหอมล้างน้ำแช่ เต็ดก้านแข็งออกใส่เคี่ยวไปในหม้อเบ็ด
- ๕) ถ้าน้ำงวดมากเกินไปเติมน้ำอีกพอควร ใส่น้ำปลาดี ซิว๊วขาว

พอเดือดปลานดี ซิมรสเค็มกลมกล่อมตามชอบ

๖) ตักตันกั้นฉ่ายยาวประมาณ ๑ นิ้ว ล้างน้ำใส่แล้วรีบยกลงใส่ซาม
โรยพริกไทย เสีฟร้อน ๆ

ต้มจืดเบ็ดย่างกับเห็ดหอม

เครื่องปรุง เบ็ดย่าง ตันหอม เห็ดหอม พริกไทย น้ำปลาญี่ปุ่น

วิธีแกง

- ๑) เอาน้ำใส่หม้อตั้งไฟ ผ่าเบ็ดย่างรินเอาน้ำในหัวเบ็ดใส่ลงในหม้อ

๕ ให้เดือด

๒) แร่ขาทั้งสองข้างออก ส่วนเนื้อที่หน้าอกสับแยกออกเป็น ๒ ชั้น นอกนั้นสับเป็นชั้นสี่เหลี่ยมโต ๆ คอสับเป็นท่อน ๆ ตัดปากทั้ง ผ่ากลางศีรษะออกเป็น ๒ ซีก

๓) พอหน้าเตือตคิจึงเอาเปิดใส่ทั้งหมด

๔) เห็นหอม แขน้ำ เอากันแข็ง ๆ ออก ตัดต้นหอมที่ล้างน้ำสะอาดเป็นท่อน ๆ อย่าใช้ถึงปลายต้น พอหมดโคนหัวก็พอ ทูบพริกไทยพอมืดแตก

๕) แล้วใส่เห็นหอม พริกไทย เคี่ยวไปพอเบ็ดนุ่มสุกใส่น้ำปลาญี่ปุ่นชิมดูใช้ไฟอ่อน ๆ เคี่ยวไปในไฟรุ่ม ๆ จนเบ็ดเปื่อยดีและน้ำแกงใสดีใช้ได้ ใส่ต้นหอมเสิร์ฟร้อน ๆ

ต้มจับฉ่าย

เครื่องปรุง หมูสามชั้นเนื้อหนา ๆ หนึ่งบาง ๆ หั่นโตขนาดกว้างครึ่งนิ้ว หรือ ๑ นิ้ว

เบ็ดสด ๑ ซีก หรือไก่ตัวก็ได้ สับเป็นชั้นโต ๆ สี่เหลี่ยมขนาด ๑ นิ้ว หัวผักกาดขาวอ่อน ๆ ขนาดกลาง ๓-๔ หัวปอกเปลือกตัดเป็นท่อน ๆ ยาว ๑ นิ้วแล้วผ่า ๔ ซีก

ผักคะน้าทุบก้านตัดเป็นท่อน ๆ ตลอดทั้งใบด้วย ๓-๔ ถ้วย

ผักกาดขาวตัดท่อน ๆ เท่า ๆ คะน้า

กะหล่ำปลี ๑ หัวล้างน้ำให้สะอาดผ่าสี่ ผานต้นแข็งที่โคนออกตัดเป็นชั้นสี่เหลี่ยมกว้างยาว ๑ นิ้ว

ต้นกระเทียม ตัดท่อน ๆ ๑ นิ้ว ๑ ถ้วย

กึ้นฉ่ายทั้งต้นและใบล้างสะอาดตัดท่อน ๆ ๒ ถ้วย

เห็ดหอมเลือกดอกขนาดกลางประมาณ ๒๐-๒๕ ดอก แช่น้ำตัดก้านแข็ง

ออกทั้ง

เต้าหู้เหลืองชนิดแข็ง ๔ แผ่น ๆ หนึ่งกิโล ๔ ชั้นสไลด์แล้วตัดตะแยง

นมแต่ละชั้นอีกทีหนึ่ง

วุ้นเส้นแช่น้ำ ตัดให้สั้น ๆ สงชั้นประมาณ ๒ ถ้วย

เต้าเจี้ยวน้ำ (อย่างดี) หอม ๆ ๕-๖ ช้อนโต๊ะ

กระเทียมสับ ๒ ช้อนโต๊ะ

น้ำปลา ซีอิ้วดำหวาน

น้ำตาลปีบ

น้ำมันหมู ๔ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ ต้มน้ำพอเดือดใส่ หมู เบ็ดหรือไก่ ใส่ น้ำปลาซีอิ้ว เปิดฝา ช้อน ฟองทิ้งให้น้ำใส พอหมู เบ็ด หรือไก่ สุกดี ใส่ผักทุกอย่างรวมทั้งเต้าหู้ วุ้นเส้น พอผักสุกยวบยาก็แล้ว จึงตักกะทะใส่น้ำมันร้อนจัดใส่กระเทียมลงเจียวให้หอม ใส่ เต้าเจี้ยวลงผัดด้วย พอเต้าเจี้ยวและกระเทียมหอมดีแล้วใส่ลงในหม้อแกง ใส่ น้ำตาล ซิมคูรสตามชอบ ถ้าไม่เค็มเค็ม น้ำปลา เคี้ยวจนผักเปื่อย นุ่มดี เก็บไว้รับประทาน ได้นาน ๒-๓ วัน แต่ต้องอุ่นทุกวัน

หมายเหตุ ผัก เครื่องปรุงไม่ครบทุกชนิดก็ได้ หลักใหญ่ ๆ ก็คือหมู ผักใบ ๓-๔ ชนิด ก็ใช้ได้

อาหารว่าง

หน้าว่าง

ขนมจีนน้ำพริก

ส่วนผสม

มะพร้าว ๑ ก.ก. คั้นกะทิ ๖ ถ้วย
 กุ้งน้ำจืด ๑ก.ก. ล้างสะอาดปอกเปลือก
 ถั่วเขียวคั่วให้เกรียมเราะแตกสองซีก ผัดเปลือกสะอาดแล้ว
 โม่ละเอียดคียบ $\frac{๓}{๕}$ ถ้วย
 หัวหอมเผาล้างน้ำลอกเปลือก $\frac{๓}{๕}$ ถ้วย
 กระเทียมทำเช่นเดียวกัน $\frac{๓}{๕}$ ถ้วย
 ข่าเผาล้างสะอาดหั่นฝอย ๑ ซ่อนโต๊ะ
 รากผักชีหั่นถึงต้นคั่ว $\frac{๓}{๕}$ ถ้วย
 น้ำตาลมะพร้าว หรือน้ำตาลโตนด ๑ ถ้วย
 น้ำปลา $\frac{๓}{๕}$ ถ้วย
 น้ำส้มมะขามปนน้ำมะนาวและน้ำมะกรูด $\frac{๓}{๕}$ ถ้วย
 ระวังฝาน,เอาแต่เนื้อ $\frac{๓}{๕}$ ถ้วย
 น้ำมันมะพร้าวเคี้ยวใหม่ ๆ $\frac{๓}{๕}$ ถ้วย
 กระเทียมปอกหั่นตามขวางกลีบ $\frac{๓}{๕}$ ถ้วย
 ผักชีใช้ใบและต้นหั่นหยาบ ๆ $\frac{๓}{๕}$ ถ้วย
 พริกป่นตี ๆ ๑ ซ่อนโต๊ะ

วิธีทำ

เคี่ยวกะทิให้แตกมันเหลือประมาณ ๔ ถ้วย ต้มกุ้งในกะทิขณะกำลังเคี่ยว
 อยู่ พอสุกตักขึ้น

โขลก หอม กระเทียม ข่าเผา รากผักชี ระวัง และกุ้งต้มคั่วด้วยกันจนละเอียด
 ตักขึ้นละลายในหม้อกะทิ พร้อมคั่วถั่วคั่ว ใส่ น้ำตาล น้ำปลา และน้ำส้มมะขาม (ใช้
 น้ำสุกคั้น) ชิมรสตามชอบ

น้ำมันมะพร้าวเคี้ยวใหม่ ๆ (ถ้าไม่ได้เคี้ยวจะใช้ น้ำมันพืชแทนก็ได้) ใส่
กระทะตั้งไฟกลาง ๆ พอร้อนจัดใส่กระเทียมที่หั่นไว้ลงเจียวพอเป็นสีน้ำตาลจึงใส่พริกป่น
ลงเจียวด้วยจนกระเทียมเหลืองสวย ตักขึ้นใส่หม้อน้ำพริกที่ผสมไว้แล้ว ใส่ผักชี
คนให้ทั่ว รับประทานกับขนมจีน เหมือนต่าง ๆ ทอดมันต่าง ๆ และใช้ต้มแข็ง
หม้อคบนมจีนน้ำพริก

มะละกอสับฝอยหรือขูด ต้นผักบุ้งจักฝอย ยาวประมาณ ๒ นิ้ว ผัก
น้ำมัน ยอดผักกะเจตคียบ้าง ผักน้ำมันบ้าง หัวปลีผ่าซีกหั่นบางที่สุดตามขวาง แขน้ำ
ที่ผสมน้ำส้ม, น้ำมันาว หรือน้ำส้มมะขาม สักครู่ เพื่อไม่ให้ดำ แล้วบดขึ้น พริก
แห้งเม็ดเล็ก ๆ ทอดกรอบ โปะกระดินและผักกระดินอ่อน

ทอดมันปลาทราย

ส่วนผสม

หัวหอมซอยหยาบ ๆ	๑ ช้อนโต๊ะ
กระเทียมทำเช่นเดียวกัน	๑ ช้อนโต๊ะ
รากผักชีหั่นถึงต้นค้วย	๑ ช้อนโต๊ะ
ข้า้หั่นฝอย	๑ ช้อนชา
ตะไคร้หั่นบาง ๆ	๑ ช้อนโต๊ะ
ผิวมะกรูดหั่นฝอย	๑ ช้อนชา
พริกแห้ง	๗-๘ เม็ด
เกลือป่น	๑ ช้อนชา
ปลาทรายขูดแล้ว	๒ ถ้วย
ถั่วพูหั่นบาง ๆ ตามขวาง	๑ ถ้วย
น้ำปลา	๒ ช้อนโต๊ะ
น้ำมันพืชหรือน้ำมันหมู สำหรับทอด	

วิธีทำ

โซลคาน้ำพริกให้ละเอียด นำปลาลงโซลคด้วยจนเหนียวดี ตักขึ้นใส่ถ้วย
และนำปลา นวดให้เข้ากัน บินเป็นแผ่นกลม ๆ ขนาด ๒ นิ้ว บางราว ๕ นิ้ว
ทอดในน้ำมันร้อนจัด ที่ตั้งบนไฟกลาง ๆ พอสุกตักขึ้น

ทอดมันกุ้ง-ผัก และคอกไม้

ส่วนผสมแบ่ง

แบ่งสาโรนแล้ว ๑ ถ้วย เกลือ ๕ ช้อนชา น้ำ ๕ ถ้วยน้ำตาล
๑ ช้อนชา น้ำมันพืชหรือน้ำมันหมู ๒ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

ผสมแบ่ง เกลือ น้ำตาล น้ำมัน และน้ำ คนให้เข้ากัน ใช้ชุปผัก เช่นใบ
ผักบุ้ง ใบเล็บครุฑ คอกไม้ เช่น คอกล้นทม พวงชมพู คอกขจร เป็นต้น ส่วน
กึ่งนั้น ถ้าได้กึ่งฝอยจริง ๆ ก็สวย ถ้าไม่มีจะใช้กึ่งซีแพคตัวเล็ก ๆ ก็ได้ ต้มกึ่งเสียก่อน
ใส่ตระแกรงให้สะเด็ดน้ำ แล้วจึงนำมาชุบแบ่ง

ใบคัม

ตั้งหม้อน้ำบนไฟกลาง ๆ พอเดือดใส่ไข่ บีคฝา ๒-๓ นาทีแรก เบิกฝา
คนกลับสัก ๒-๓ ครั้ง ทิ้งเพื่อไม่ให้ไข่แดงเอียงอยู่ข้างใดข้างหนึ่งมากเกินไป ต้ม
จนครบสิบนาทีตักขึ้นแช่น้ำเย็น พอเย็นแล้วจึงปอก

๑. น้ำเดือดแล้วใส่ไข่ ๓ นาที ตักขึ้นเป็นไข่ลวกอย่างอ่อน
๒. น้ำเดือดแล้วใส่ไข่ ๕ นาที ตักขึ้นเป็นไข่ลวกอย่างแข็ง
๓. น้ำเดือดแล้วใส่ไข่ ๗ นาที ตักขึ้นเป็นไข่ต้มอย่างอ่อน (ยางมะตูม)
๔. น้ำเดือดแล้วใส่ไข่ ๑๐ นาที ตักขึ้นเป็นไข่ต้มอย่างแข็ง

ขนมจีนน้ำยา

ส่วนผสม

กะทิคั้นข้น ๆ	๓ ถ้วย
หางกะทิ	๓ ถ้วย

ปลาช่อนขนาดใหญ่	๑ ตัว ทำสะอาด ตัก ๓-๔ ชั้น
พริกแห้งเม็ดงาม ๆ	๔ เม็ด
หัวหอม	๔-๑๐ หัว กระเทียม ๑๐ กลีบ
ตะไคร้	๒ ช้อนโต๊ะ
ข่าหั่นฝอย	๒ ช้อนชา
กระชาย	๕ ถ้วย (ใช้แต่ราก)
ปลากเลา ^{ขี้} บั้ง ^{ขี้} สกก ^{ขี้} แคะ ^{ขี้} ก้าง ^{ขี้} ออกให้หมด	
น้ำปลาดี, เกลือ	๑ ช้อนชา

วิธีทำ

๑ นำพริก หอม กระเทียม ข่า ตะไคร้ กระชาย เกลือ ต้มกับหางกระทิประมาณ ๕ ช.ม. จึงใส่ปลา ต้มพอสุก ตัก เครื่องและชั้นปลาใส่ในกระชอนหรือตระแกรงผิงไว้ เมื่อสะเด็ดน้ำดีแล้ว โขลกเครื่องจนละเอียดดี แคะปลาใช้แต่เนื้อ โขลกรวมในน้ำพริกพร้อมกับปลากเลา จนฟูดีแล้วตักขึ้น

๒ หัวกระทิตั้งไฟคอยคนอย่าให้เป็นลูก เคียดแล้วยกลง นำมาละลายกับเครื่องที่โขลกไว้ ตั้งไฟกลาง ๆ คนบ่อย ๆ ประมาณ ๕ ช.ม. หรือพอเป็นมันบ้างเล็กน้อย ใส่ น้ำปลาชิมรสตามชอบแล้วยกลง รับประทานกับขนมจีน และเครื่องต่าง ๆ ดังนี้

มะระจีนผ่าสองหันตามขวางบาง ๆ ต้มพอสุก
ผักบั้งเค็ดออกเสียบ้าง หั่นตามขวางบาง ๆ ลวก
ถั่วงอกเค็ดรากลวก
หัวหอมซอยตามยาว เจียวพอเหลือง
ใบแมงลัก
พริกสด เขียว แดง หั่นตามขวางเม็ดบาง ๆ
ไข่ต้มแข็ง

ปอเปี๊ยะสด

ส่วนผสม

กุนเชียง ๑ กิโลกรัม หมูตึง ๑ ชีต เต้าหู้เหลือง ๒ แผ่น เนื้อหมู ๒ ชีต เนื้อปู ๑ ถ้วย ถั่วงอก ไข่เป็ด ๒ ฟอง น้ำตาลมะพร้าว ซีอิ้วดำ น้ำตาลทรายแดง แป้งสาธิตี ๓ ถ้วย ผงชูรส น้ำมัน แป้งปอเปี๊ยะ ๔ ชีต ต้นหอมตัดททางโคนจกให้เป็นฝอย แดงกวา หั่นหนาพอควร พริกแดงหั่นแฉ่นบาง ๆ มัสตาร์ด น้ำส้ม

วิธีทำ

๑ เต้าหู้แบ่งเป็น ๓ ส่วน แต่ละส่วนแบ่งอีก ๓ แล้วหั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ เนื้อหมูหั่นชิ้นเล็ก ๆ ยาวพอควร ต้มกับน้ำตาล ซีอิ้วขาว ซีอิ้วดำเล็กน้อย ผงชูรส เคี่ยวให้เนื้อหมูและเต้าหู้เข้าน้ำตาล

๒ กุนเชียงนึ่งให้สุก หั่นฝอยหยาบ ๆ

๓ หมูตึงหั่นชิ้นเดียวกับกุนเชียง

๔ ถั่วงอกเด็ดรากออก ลวกให้สุก พักไว้ให้สะเด็ดน้ำ

๕ แป้งสาธิตีละลายน้ำ ใส่ผงชูรส ซีอิ้วขาว ซีอิ้วดำเล็กน้อย น้ำส้มมะขมมเปียก น้ำตาลทรายแดง นำขึ้นตั้งไฟกวนให้สุก ชิมให้มีรสหวานเค็มเปรี้ยว

๖ ไข่ตีพอเข้ากัน นำมากลอกในกระทะให้เป็นแผ่นบาง ๆ ม้วนให้กลม หั่นฝอย

๗ มัสตาร์ดผสมน้ำส้ม น้ำตาลทรายเล็กน้อย ให้มีรสหวานเปรี้ยวพอควร

๘ นำแป้งปอเปี๊ยะวางบนเขียงหรือจาน วางถั่วงอกตามรูปยาว ๆ ใส่หมู (ใช้แต่เนื้อน้ำไม่ใช้) กุนเชียง หมูตึง เนื้อปู ไข่หั่นฝอย พับหัวท้ายม้วนให้กลม ตัดเป็นท่อนพอคำ ตักน้ำปรุงและมัสตาร์ดราด รับประทานกับต้นหอมแดงกวา พริกแดง

๕
แฮกน

ส่วนผสม

กึ่งน้ำจืดหรือกึ่งทะเล เลือกที่สด ๆ หักหัวออก ปอก ล้างน้ำสะอาดแล้วใส่
ตะแกรงผึ่ง ๒ ถ้วย มันหมูหั่นสี่เหลี่ยมลูกเต๋าเล็ก ๆ $\frac{1}{2}$ ถ้วย ไข่ ๑ ฟอง แบ่ง
สาเล $\frac{1}{2}$ ถ้วย เกลือ ๑ ช้อนชา ฟองเต้าหู้ ๑ แผ่น น้ำมันหมู ๒ ถ้วย

วิธีทำ

๑ กุ้งบดหรือสับให้ละเอียด ใส่ครกโขลกให้เหนียว ตักขึ้นมา นำมาผสมกับ
มันหมู ไข่ แบ่งและเกลือ นวดให้เข้ากัน ลองทอดชิมดู ควรให้รสเค็มเล็กน้อย
เท่านั้น

๒ ตัดฟองเต้าหู้เป็นแผ่นสี่เหลี่ยมผืนผ้าราว 5×10 นิ้ว วางบนจานหรือ
เขียงขนาดใหญ่ ๆ ตักกุ้งวางบนฟองเต้าหู้ราว ๓ ช.ต. เกลี่ยให้เป็นกองยาวตลอด
ความยาวของฟองเต้าหู้ แล้วจึงตลบฟองเต้าหู้ม้วนไปจนสุด ปิดหัวท้าย ทำจนหมด
แล้วเรียงในรังถึง นึ่งในราว ๗-๘ นาที ยกลงหยิบแช่ในอ่างน้ำเย็นบนตะแกรง

๓ เวลาจะรับประทานตัดแช่กับน้ำจิ้ม หนาประมาณ $\frac{1}{2}$ นิ้ว ทอด
พอเหลือง ตักขึ้นเสิร์ฟกับน้ำจิ้ม

๕
ส่วนผสมน้ำจิ้ม

น้ำส้ม $\frac{1}{2}$ ถ้วย น้ำตาลทราย $\frac{1}{2}$ ถ้วย เกลือป่น ๑ ช้อนชา พริก
แดง ๓ เม็ด กระเทียม ๖ กลีบ

๕
วิธีทำน้ำจิ้ม

พริกแดงผ่าซีก เอาเม็ดออก หั่นละเอียด นำไปโขลกกับกระเทียมให้
ละเอียด

ผสม น้ำส้ม น้ำตาลทราย เกลือป่น ตั้งไฟพอละลาย กรองน้ำกลับไป
ตั้งไฟใหม่พอเดือดทั่วใส่เครื่องที่โขลกไว้คนให้เข้ากัน ใส่แป้งพวชนเล็กน้อย ยกลง

ปู่อ

ส่วนผสม

ปูม้าหรือปูทะเล เลือกที่สด ๆ แกะเอาแต่เนื้อ ๒ ถ้วย มันหมูแข็งหั่น
สี่เหลี่ยมลูกเต๋าเล็ก ๆ ๒ ถ้วย เนื้อหมูสับละเอียด ๑ ถ้วย ไข่ ๒ ฟอง ต้นหอม
ช.ช. ใช้ส่วนโคนขาว ๆ หั่นละเอียด ๒ ช.ต. แป้งสาลี ๕ ถ้วย พริกไทยป่น ๑ ช.ช.
ผงชูรส ๑ ช.ช. ซิ่วขาว ๒ ช.ต. ฟองเต้าหู้ ๒ แผ่น พรมน้ำให้พอชื้น
น้ำมันหมูหรือน้ำมันพืช ๒ ถ้วย สำหรับทอด

วิธีทำ

๑ ผสมเนื้อหมู เนื้อปู มันหมู และแป้งให้เข้ากัน ปูรุกรสด้วย ซิ่ว
ขาว ผงชูรส ไข่ พริกไทยป่น นวดให้เข้ากันจนนุ่มเหนียว ทอดชิมรสให้มี
รสเค็มอ่อนๆ

๒ ฟองเต้าหู้ตัดเป็นสี่เหลี่ยมผืนผ้าขนาด ๕×๑๐ นิ้ว วางบนจาน หรือ
เขียงขนาดใหญ่ ตักเครื่องที่ผสมไว้ใส่บนฟองเต้าหู้ เกลี่ยให้ตลอดความยาวของฟอง
เต้าหู้แล้วจึงคลบมันให้กลม ไข่เชื่อมมัดเป็นเปลาะ ๆ ขนาดพอคำ ทำเช่นนี้จนหมด
นำไปนึ่งประมาณ ๒๐ นาที พอสุกยกลง ทิ้งไว้ให้เย็น ตัดเป็นคำๆ ตามรอยมัด
นำไปทอดในน้ำมันร้อนจัด พอเหลืองทั่วตักขึ้น

ส่วนผสมนางรม

น้ำส้ม ๒ ถ้วย น้ำตาลทราย ๒ ถ้วย เกลือ ๑ ช.ช. พริกชี้ฟ้า
แดงผ่าแคะเม็ดออก ๒-๓ เม็ด กระเทียม ๔-๕ กลีบ รากผักชี ๒-๓ ราก
แป้งมัน

วิธีทำ

ทำเหมือนนางรมแขกน

มัทกะโรนีผัก

ส่วนผสม

มัทกะโรนีตรามงกุฏ ๑ กล่อง ไส้กรอก ๒ ชีด ไข่ ๑ ออก หอมใหญ่ ผ่าครึ่งหันตามขวางบาง ๆ ๑ หัว มะเขือเทศหั่นสี่เหลี่ยม ซีสมะเขือเทศกระป๋อง ๒ ถ้วย แคะซัพ ๒ ถ้วย วูสเตอร์ซอสหรือซอสตราโก่งวง ๒ ช้อนโต๊ะ ซีสแม็กกี้ ๒ ช้อนโต๊ะ น้ำซุบหรือน้ำเปล่าประมาณ ๒ ถ้วย น้ำตาลทราย ๑ ช้อนโต๊ะ เนยแข็งขูดละเอียดพอควร ใบขึ้นฉ่าย หั่นละเอียด ผงชูรส ๒ ช้อนชา

วิธีทำ

ไก่ล้างให้สะอาด เคล้าเกลือ พริกไทยป่น และเนยให้ทั่ว หมักไว้ประมาณ ๑/๒-๑ ชม. นำไปทอดให้เหลืองทั่ว ตักใส่หม้อและน้ำมันที่เหลือจากทอดเล็กน้อย เติมน้ำประมาณ ๑ ถ้วย ตั้งไฟเคี่ยวไฟอ่อนจนไก่นุ่มตักขึ้นทิ้งไว้ให้เย็น จึงนำมาหั่นแฉลบบางพอคำ (หรือจะนำไปใส่ถาด เข้าเตาอบ เวลาอบต้องคอยตักน้ำราดบนไก่ให้ทั่ว)

๒ มัทกะโรนีหักเป็นท่อนสั้นๆ ต้มให้นิ่ม ตักขึ้นล้างน้ำเย็นสงขึ้นให้สะเด็ดน้ำ เคล้าเนยให้ทั่ว

๓ เนยหรือน้ำมันที่เหลือจากทอดไก่ ใส่กะทะตั้งไฟพอน้ำมันร้อน หรือเนยละลาย ใส่หอมใหญ่ลงผัด พอหอมใหญ่สุกใส่ซีสมะเขือเทศ แคะซัพ เกลือป่น น้ำตาล แม็กกี้ วูสเตอร์ซอสหรือซอสตราโก่งวง ผงชูรส ชิมรส เมื่อรสดีแล้วใส่มัทกะโรนี ขึ้นฉ่าย มะเขือเทศ เติมน้ำซุบและน้ำที่เหลือจากอบไก่ ผัดให้เข้ากัน ตักใส่จาน แต่งหน้าด้วย ไข่อบ ไส้กรอก และโรยด้วยเนยแข็งขูดละเอียด

ขนม บินลับไส้ปลา

ส่วนผสมแป้ง

แป้งข้าวเจ้า ๓ ๕ ถ้วย แป้งข้าวเหนียว ๖ ช้อนโต๊ะ แป้งท้าว ๑ ช้อนโต๊ะ แป้งมัน ๕ ถ้วย น้ำ ๓ ถ้วย น้ำมัน ๕ ถ้วย

ส่วนผสมไส้

ปลาช่อน ๑ ตัว หอมหัวใหญ่หั่นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ ๑ ถ้วย พริกไทยป่น ๑ ช้อนชา กระเทียม ๓ กลีบ รากผักชีหั่นละเอียด ๑ ช้อนโต๊ะ ข่าเผาโคลงละเอียด ๒ ช้อนชา พริกแห้งผ่าเม็ดออกแช่น้ำ ๑ เม็ด เกลือ น้ำตาลทราย น้ำมัน

วิธีทำ

๑ ผสมแป้งข้าวเจ้า ๑ ๒ ถ้วย แป้งข้าวเหนียว ๓ ช.ต. แป้งท้าว ๒ ช.ต. ละลายกับน้ำและน้ำมัน ใส่กะทะทองกึ่งไฟกวนจนแป้งร้อนจากขอบกะทะ ยกลงทิ้งไว้ให้อุ่น จึงใส่แป้งข้าวเจ้า ๒ ช.ต. และแป้งมัน ๒ ช.ต. นวดจนเข้ากันดี นำมาคั้นให้บาง ตัดเป็นวงกลม ตักใส่ใส่ พับทบครึ่ง บีบริมให้ติดกัน จับห่าง ๆ หนึ่งให้สูกยกลงพรมด้วยกระเทียมเจียว

๒ ปลาช่อนหนึ่งหรืออย่างให้สุก แกะเอาแต่เนื้อ โขลกเนื้อให้เป็นปุย ๒ ถ้วย

๓ โขลกพริกไทย กระเทียม รากผักชี และพริกแห้งให้ละเอียด

๔ น้ำมันใส่กะทะกึ่งไฟให้ร้อน เอาเครื่องที่โขลกละเอียดผัดให้หอม ใส่หอมใหญ่ และปลา พรุงรสด้วยเกลือ น้ำตาล ผัดให้เข้ากันชิมรสตามชอบ รับประทานกับผักสดเช่น ผักกาดหอม ผักชี พริกขี้หนู

คังคาวเผือกหรือกึ่งเผือก

ส่วนผสม

เผือกหนึ่งให้สุกบดละเอียด ๒ ถ้วย แป้งสาลี ๑ ถ้วย กุ้งสดสับละเอียด ๑ ถ้วย มะพร้าวขาว ๑ ถ้วย สับละเอียด พริกไทย รากผักชี กระเทียม โขลกละเอียด น้ำมันหมู หรือน้ำมันพืช น้ำตาลทราย ใบมะกรูดหั่นฝอย เกลือป่น

วิธีทำ

๑ นวดเผือกกับแป้งสาลีพอบนได้ บั่นเป็นก้อนกลม

๒ กุ้งสดสับละเอียด และมะพร้าวสับละเอียด แล้วนำมาสับรวมกัน

๓ น้ำมันใส่กะทะ พอน้ำมันร้อนใส่เครื่องที่โขลกไว้ลงไปผัด พอหอมก็ใส่กุ้ง พอกุ้งสุกปรุงรสด้วยน้ำตาล เกลือ พอรสดีแล้วใส่ใบมะกรูด ตักขึ้น

๔ แบ่งให้บางตักใส่ใส่ พับให้เป็นรูปสามเหลี่ยม นำไปชุบแป้งทอด พอเหลืองตักขึ้นให้สะเด็ดน้ำมัน รับประทานกับอากา

ส่วนผสมสำหรับชุบ

แป้งข้าวเจ้า ๑ ถ้วย แป้งสาลี ๓ ถ้วย น้ำปูนใส ๒ ช.ต. กะทิประมาณ ๒ $\frac{1}{2}$ ถ้วย ไข่เป็ด ๑ ฟอง เกลือ $\frac{1}{2}$ ช.ช.

วิธีทำ

ผสมแป้งและเกลือจนเข้ากับน้ำปูนใสและไข่ให้เข้ากันจึงค่อยๆใส่กะทิทีละน้อยพอแป้งขึ้น

ส่วนผสมอากา

น้ำส้ม $\frac{1}{2}$ ถ้วย น้ำตาลทราย $\frac{1}{2}$ ถ้วย เกลือป่น ๑ ช้อนชา แดงกวาผ่าสี่ หั่นบางพอควร ๒ ถ้วย พริกแดง ๒ เม็ดหั่นฝอย ผักชี ๑ ต้นเด็ดเป็นใบ ๆ

วิธีทำ

ผสมน้ำส้ม น้ำตาล เกลือ ตั้งไฟให้เดือดทั่ว ยกลงทิ้งไว้เย็นเวลาจะรับประทานจึงใส่แดงกวา แดงหน้าด้วยผักชี พริกแดง

หุ้มตะเตะ

ส่วนผสมเครื่องคลุกเนื้อ

หมูหันพอคำ (ไก่ก็ได้) ๓ ถ้วย กระเทียมปอกเปลือกหั่นหยาบๆ ๑ ช.ช. หัวหอมปอกหั่นหยาบๆ ๒ ช.ต. ตะไคร้หั่นฝอย ๑ ช.ต. ข่าหั่นฝอย ๑ ช.ช. ใบมะกรูดฉีกใบละ ๒-๔ ชิ้น ๓ ใบ ลูกผักชีคั่วให้หอม ๒ ช.ต. ผงเคอร์รี่ ๒ ช.ช. น้ำตาล ๓ ช.ต. เกลือป่น ๒ ช.ช. น้ำมันมะพร้าวใหม่ ๆ ที่ไม่มีหิน $\frac{1}{4}$ ถ้วย กะทิชั้น ๆ ตั้งไฟพอเดือด $\frac{1}{2}$ ถ้วย

วิธีทำ

๑ โขลกลูกผักชีให้ละเอียด ใส่ข้าว ตะไคร้ ใบมะกรูด หอม กระเทียม ผงเคอรี ให้ละเอียด

๒ นำเนื้อไปเคล้ากับน้ำมัน ใบมะกรูด น้ำตาล เคลือบให้ทั่ว เสียบไม้ปิ้งไฟแรง ๆ ใช้กะทิเคี่ยวพอแตกมันพรมเวลาปิ้งให้ทั่ว

ส่วนผสมน้ำพริกสะเต๊ะ

น้ำพริกแกงคว่ำ ๓ ช.ต. กะทิก่อนล้างชั้น ๔ ถ้วย ถั่วลิสงคว่ำโขลกละเอียด ๖ ถ้วย เกลือ ๔ ช.ช. น้ำตาลมะพร้าว ๕ ถ้วย

ส่วนผสมน้ำพริกแกงคว่ำ

พริกแห้ง ๕ เม็ด รากผักชี ๑ ช.ต. เกลือ ๑ ช.ช. ข้าวหั่นบาง ๆ ๕ แว่น ตะไคร้หั่นบาง ๆ ๑ ช.ต. ผีวมะกรูด ๖ ช.ช. หอม ๑๕ หัว กระเทียม ๑๕ กลีบ

วิธีทำ

เคี่ยวกะทิพอแตกมันจึงละลายน้ำพริก ลงใส่ถั่วลิสง เกลือน้ำตาล เคี่ยวไฟรวม ๆ ต่อกันจนข้นและเป็นมันดี

ส่วนผสมอาจาด

แตงกวาฝานบาง ๆ ๒ ถ้วย หอมฝรั่งปอกผ่าสี่ฝานบาง ๆ ๖ ถ้วย พริกขี้หนูแดงหั่นตามขวาง ๑ ช.ต. น้ำส้ม ๕ ถ้วย น้ำตาลทราย ๕ เกลือ ๑ ช.ช.

วิธีทำ

ผสมน้ำส้ม น้ำตาลทราย เคลือบปิ้ง ทั้งไฟพอเดือดยกลง ทิ้งไว้เย็น ใส่หอม แตงกวา พริก

ถ้วยเดี่ยวมัน

ส่วนผสม

- | | |
|--------------------|------------|
| หมูปก | ๑ ถ้วย |
| เนื้อปู | ๖ ถ้วย |
| กระเทียมสับละเอียด | ๒ ช้อนชา |
| ซีอิ้วใส | ๒ ช้อนโต๊ะ |

พริกไทย ๕ ช้อนชา
 ต้นหอม ผักชีหั่นละเอียด ๑ ช้อนโต๊ะ
 ไข่ ๑ ฟอง ตีพอเข้ากัน
 กวายเป็นแผ่น ๆ

วิธีทำ

- ๑ ผสมเครื่องทุกอย่างเข้าด้วยกัน ใช้เป็นไส้
- ๒ ทาไส้บนแผ่นกวยเตี๋ยวม้วนให้กลม นึ่งให้สุก ตัดเป็นคำๆ รับประทานกับน้ำจิ้ม

ส่วนผสมน้ำจิ้ม

ส่วนผสมน้ำจิ้ม

ซีอิ้วดำ น้ำส้ม พริกแดงหั่นตามขวางบางๆ

๑๕๐ กรัม
 ๕๕ กรัม
 ๕๕ กรัม

ผสมเครื่องทุกอย่างเข้าด้วยกัน

พายไส้ไก่ (Chicken Pie)

ส่วนผสม

แป้งสาลีร่อนแล้ว ๑ ๕/๘ ถ้วย

เกลือ ๒ ๑/๒ ช.ช.

ไขมัน ๑ ๑/๒ ถ้วย

น้ำเย็นจัด ๒-๒ ๑/๒ ช.ต. ถ้ายังแห้งเติมได้อีก ๑ ช.ต.

วิธีทำ

๑ ผสมแป้งสาลี เกลือ ร่อนรวมกันอีก ๑ ครั้ง

๒ ใส่เนยลงเคล้าด้วยกันจนร่วนดี ทำได้ ๓ วิธี

ก ใช้เบลนเดอร์ ตัดแบ่งและเคล้าแบ่งกับเนยให้เข้ากันเป็นเนื้อเดียวกันให้มีลักษณะเหมือนตัวลิปบีน

ข ให้มีคบาย ๒ เล่ม มือทั้ง ๒ จับตามมีค แล้วตัดไขมันในแบ่งให้มีลักษณะเช่นเดียวกับข้อ ก

ก ใช้มือทั้งสองคอยขยี้เนย แล้วชาวเบาๆ มือให้มีลักษณะแบ่งเหมือนถั่วลิสงป่น

๓ ใส่น้ำเย็นผสมลง ใช้ส้อมคนให้รวมกันเป็นก้อน ถ้ามีตุ๋นจะห่อด้วยกระดาษแก้วเก็บไว้ก่อนก็ได้ เมื่อใกล้เวลาจะทำจึงเอาออกมาคลึงเป็นแผ่นหนา ๕ นิ้ว กรดงพิมพ์ตามต้องการ

๔ อย่านวด อย่ายีคแบ่ง แล้วแต่งริมให้สวยงาม ถ้ากรพิมพ์ใหญ่ ใช้ส้อมจิ้มแบ่งที่กันพิมพ์เล็กน้อย เพื่อให้อากาศออกเวลาอบแบ่งจะไม่โป่ง

๕ นำไปอบใช้ไฟ ๔๒๕°F - ๔๕๙°F เวลา ๒๐ นาที แล้วลดเหลือ ๓๕๐°F อีก ๑๐-๑๕ นาที จึงออกจากเตา

ส่วนผสมได้

เนือไก่ทอดหรืออบ หั่นสี่เหลี่ยมเล็กๆ	๑ ถ้วย
มันฝรั่งต้มหั่นสี่เหลี่ยมเล็กๆ	๑ ถ้วย
หอมใหญ่หั่นสี่เหลี่ยมเล็กๆ	$\frac{๓}{๕}$ ถ้วย
เกลือ พริกไทย พอคาว	
แครอตต้มหั่นสี่เหลี่ยมเล็กๆ	$\frac{๓}{๕}$ ถ้วย
เม็ดถั่วลิสงเตา	$\frac{๓}{๕}$ - $\frac{๓}{๒}$ ถ้วย
เนย	๒ ช.ต.
แบ่งสาไล	๒ ช.ต.

วิธีทำ

ต้กเนยใส่กะทะ พอละลายยกกลงผสมกับแบ่งคนให้เข้ากันตั้งไฟคนพอหอม (อย่าให้ถึงกับเหลือง) เทนมลงคนพอเข้ากันดี ปรงรสด้วย เกลือ พริกไทย พอคาวขึ้นดีใส่เนือไก่ มันฝรั่ง หอมใหญ่ แครอต เม็ดถั่วลิสงเตา ผสมให้เข้ากัน

ขนมด้วยไส้เค็ม

ส่วนผสม

แป้งข้าวเจ้า ๓ ถ้วย แป้งมัน ๓ ช.ต. น้ำมัน ๓ ถ้วย หัวผักกาดหั่น
แล้วสับละเอียด ถ้วย เนื้อหมูหั่นแล้วสับละเอียด ถ้วย น้ำมันหมูหรือน้ำมันพืช ๒
ถ้วย ซีอิ้วขาว กระเทียมทุบ สับละเอียด ๑ ช.ต. ผงชูรส

วิธีทำ

- ๑ นึ่งด้วยตะไลให้ร้อนจัด
- ๒ ผสมแป้ง ๒ ชนิดเข้าด้วยกัน นวดกับน้ำมัน แล้วจึงค่อยๆ ใส่น้ำจน
หมด ๓ ถ้วย คนให้เข้ากัน
- ๓ เมื่อถ้วยร้อนจัดดีแล้ว ตักแบ่งหยอดใส่ถ้วย นึ่งไปประมาณ ๒๐ นาที
พอสุกยกลง ทิ้งไว้ให้เย็น แคะออกจากถ้วย
- ๔ กะทะใส่น้ำมัน ตั้งไฟ พอน้ำมันร้อนใส่กระเทียมลงไปเจียวให้เหลือง
ใส่หมูลงไปผัด พอหมูสุกใส่หัวผักกาดเค็มปรุงรสด้วยซีอิ้วขาว ผงชูรสชิมรสเค็ม
อ่อนๆ เมื่อรสดีแล้วตักใส่ตรงกลางขนมที่นึ่งสุกแล้ว รับประทานกับพริกคอง

ส่วนผสมพริกคอง

พริกชี้ฟ้าแดง ๕ เม็ด น้ำส้มสายชู น้ำตาลทรายเล็กน้อย

วิธีทำ

พริกแดงโขลกละเอียด นำไปผสมกับน้ำส้มและน้ำตาลทรายเล็กน้อย

เคอร์รี่ฟ (Curry Puff)

ส่วนผสมแป้ง

- ๑ แป้งชนิดใดหรือเรียกว่าแป้งน้ำมัน
แป้งสาโรจน์แล้ว ๑ ถ้วย
เกลือ ๒ ช้อนชา

วิธีทำ

แผ่แป้งชั้นนอกออกให้บาง แล้ววางแป้งชั้นในลงตรงกลางแล้วห่อหุ้มให้
มิดคั้งก่อนแป้งที่ห่อแล้วนี้ออกให้บางราว ๖ นิ้ว แล้วม้วนให้เป็นหลอดคั้งตาม
ยาว หลอดให้หนาเท่าครึ่งแรก แล้วม้วนเข้าอีกครั้งหนึ่ง คราวนี้ม้วนแป้งจะสั้น
เข้า ไม่ยาวเป็นหลอด ใช้มีคคมๆ ตักกลางตามขวางเป็นสองชั้น คั้งแต่ละชั้น
เป็นแผ่นกลม ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง ๓ นิ้ว ตักได้ประมาณ ๑ ซ้อนชาพูน วาง
ลงตรงกลาง แล้วพับแป้งบีบเบาๆ เรียงในถาดทาไข่แดงให้ทั่วเข้าเตาอบไฟแรง
พอขึ้นและเริ่มเป็นสีนวลจึงลดเป็นไฟกลาง อบต่อไปจนเหลืองสวย นำออกจากเตา
อบซ้อนชั้นวางบนตะแกรงสักครู่จึงจัดลงจาน ส่วนนี้ได้เคอร์รี่พีฟ ๒๔ ชิ้น

ขนมกุยช่าย**ส่วนผสมแป้ง**

น้ำ ๒ ถ้วย น้ำมัน ๖ ถ้วย แป้งข้าวเจ้า ๒ ถ้วย แป้งข้าวเหนียว ๖ ถ้วย
แป้งมันอย่างคี่ ๖ ถ้วย

วิธีทำแป้ง

ผสมน้ำกับน้ำมันตั้งไฟให้เดือด ใส่แป้งข้าวเจ้า ๑ ถ้วย แป้งข้าว
เหนียว ๖ ถ้วย ลงกวนจนสุกร้อนจากขอบหม้อยกลง พอแป้งอุ่นๆ ใส่แป้งข้าวเจ้า
อีก ๖ ถ้วยและแป้งมัน ๖ ถ้วย นวดด้วยก้นจนนุ่มเหนียว

ส่วนผสมไส้

น้ำมันก๊าดน้อย กระเทียมสับละเอียด ๑ ซ้อนโต๊ะ ใบกุยช่ายตัดเป็นท่อน
สั้นๆ ๓-๔ ถ้วย ไข่ขาวใส

วิธีผักได้

น้ำมันใส่กะทะตั้งไฟแรง ๆ พอน้ำมันร้อนจัด ใส่กระเทียมเจียวพอเป็นสีเหลืองนวล ใส่ใบกุยช่าย ปรงรสด้วยผงชูรส ซีอิ้วใส่ ผักพอสุกรีบตักขึ้น

วิธีบน

บนแบ่งเป็นก้อนกลมโตขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง ๑ นิ้ว บนให้บางเป็นรูปเบ้าหรือรูปถ้วย ตักใส่ใบกุยช่ายใส่มาก ๆ พับครึ่งบีบริมให้ติดกัน นำไปนึ่งพอสุก ยกกลงพรมด้วยกระเทียมเจียว บีบไว้อ่าให้ดูกลม เสีฟ่อน ๆ กับน้ำจิ้ม

ส่วนผสมน้ำจิ้ม

พริกเหลืองแดงโขลกละเอียด ซีอิ้วดำ ซีอิ้วขาวเล็กน้อย น้ำส้ม

วิธีทำ ผสมทุกอย่างเข้าด้วยกัน

บอลล์สลัด (Ball-Salad)

ส่วนผสมแป้ง

แป้งสาลีร่อนแล้ว	๑ ๑/๔ ถ้วย
น้ำเปล่า	๑ ถ้วย
เนยหรือมาการีน	๒/๓ ถ้วย
ไข่ไก่	๔ ฟอง
เกลือ	๑/๘ ช.ช.

วิธีทำแป้ง

๑. ตวงน้ำและเนยในหม้อหรือกะทะทอง ตั้งไฟอ่อน ๆ พอน้ำเดือดลดไฟลง ใส่แป้งลงกวนเร็ว ๆ จนแป้งร้อนจากขอบหม้อหรือกะทะเป็นก้อนกลม ยกกลงทิ้งไว้ให้อุ่นจึงค่อยไข่ใส่ ๑ ฟอง คนจนเข้ากันดี แล้วจึงค่อยค่อยไข่ฟองใหม่ใส่ลงไป ทำเช่นนี้จนครบ ๔ ฟอง

๒. การทาเนยหรือมาการีนให้ทั่ว ใช้ช้อนตักหยอดเป็นก้อนกลม ๆ นำเข้าเตาอบ อบไฟแรงประมาณ ๑๐ นาที แล้วลดไฟลงอบอีกประมาณ ๑๕ นาที นำออกพักไว้ให้เย็น

๓. นำแป้งผ้าเพียงก้านเดียว ใช้ผักกาดหอมสอดเข้าไปในแป้ง ทักสลัดใส่ลงไปบนผักกาดหอมให้เต็ม

ส่วนผสมของไส้สลัด

ผักกาดหอมตักเอาส่วนปลายใบ เพื่อสอดเข้าไปในแป้ง
น้ำสลัดมายอนเนส
อกไก่อบหั่นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ
มะเขือเทศหั่นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ บีบน้ำออกบ้าง
หอมใหญ่หั่นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ

วิธีทำ

ผสมอกไก่กับน้ำสลัดให้เข้ากันจึงใส่มะเขือเทศและหอมใหญ่คลุกให้เข้ากันดี

ส่วนผสมน้ำสลัด

ไข่ไก่ใช้แต่ไข่แดง	๑ ฟอง
น้ำมันสลัด	$\frac{1}{2}$ ถ้วย
เกลือ	๑ ช้อนชา
น้ำตาล	๑ ช้อนโต๊ะ
น้ำส้ม	๑ ช้อนโต๊ะ
มัสตาร์ด	๑ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำน้ำสลัด

ไข่แดงตีให้ขึ้นฟู ใส่เกลือ น้ำตาลปั้น มัสตาร์ด ตีให้เข้ากัน จึงค่อย ๆ ใส่น้ำมันสลัดสลัดกับน้ำส้มจนหมด และขึ้นขาวดี

บาร์บีคิว (Bar-B-Q)

สิ่งสำคัญในการทำบาร์บีคิว จะต้องมี

๑. เนื้อเป็นชิ้น ๆ ควรจะเลือกเนื้อสันในจึงจะแน่ใจว่าไม่เหนียว และรับประทานได้หมดทุกส่วน ตัดเนื้อตามขวางเส้นให้หนาประมาณ ๑ นิ้ว

๒. ไม้ควรใช้ส่วนขาและปีก เพราะรับประทานสะดวกถ้าใช้ส่วนหน้าอก จะบ่งเป็นชิ้นหรือเสียบไม้บ่งก็ได้

๓. เนื้อสับ ควรใช้เนื้อคอนสโปกส์หรือบดละเอียด ควรเอามันเนื้อ สับหรือบดไปด้วย เพื่อเวลาสุกแล้วจะได้ไม่กระต้างหรือแห้งไป และเพื่อจะให้เนื้อ ยึดกันเป็นก้อน ไม่แตกเวลาบ่ง และควรผสมแป้งสาลี ๑ ช้อนโต๊ะต่อเนื้อ ๑ ถ้วย ผสมเข้าด้วยกัน เสร็จแล้วปั้นเป็นก้อนกลมหนาประมาณ ๑ นิ้ว เส้นผ่าศูนย์กลาง ๓-๔ นิ้ว แล้วแต่ชอบ

๔. Bar-B-Q แบบเสียบไม้บ่ง ถ้าใช้เนื้อก็ตัดเนื้อเป็นชิ้นเล็กให้พอดี ๑ คำ คือ กว้าง ๑ นิ้ว ยาว ๒ นิ้ว หนา $\frac{3}{8}$ นิ้ว ถ้าใช้ไม้ใช้ตอนอกดีกว่า เพราะ เสียบง่าย และเนื้อมาก ตัดขนาดเดียวกับเนื้อไม้สำหรับเสียบ ใช้ทางมะพร้าวแข็ง ๆ เหลาให้ปลายแหลมเหลือใบไว้ตรงปลายสำหรับจับยาวประมาณ ๗-๘ นิ้ว เวลา เสียบเนื้อสะเต๊ะ และต้องคั่นเนื้อให้ติดกัน อย่าให้มีช่องว่างเห็นไม้จะนั้นเวลาบ่ง ไม้จะไหม้และหัก โดยเสียบสลับกับมันฝรั่ง มะเขือเทศ หอมใหญ่ สับปะรด พริก หวาน ตามชอบ

๕. ไม้กรอกสด พันด้วยเบคอนให้รอบ ใช้ไม้กลัดจิ้มไว้กันหลุด

— เนื้อทั้ง ๕ ชนิดนี้ ตามแต่จะเลือกทำหรือจะทำหมดทุกชนิดก็ได้

— การทำ Bar-B-Q ก็สำคัญอยู่ที่ข้อสำหรับหมักและพรมเวลาบ่ง

ส่วนผสมของข้อสทั้ง ๒ อย่างก็เหมือนกัน ต่างกันก็เล็กน้อยตามชอบ ถ้าหมักเนื้อ
สกไว้ก่อนบึง ข้อสจะแทรกซึมเข้าไปในเนื้อสจนอิมตัวแล้ว อาจไม่ต้องพรมเวลา
บึงก็ได้ เพราะรสอาจสับสนกัน เว้นเสียแต่ข้อสจะไม่คุดซึมเข้าไปเต็มที ก็อาจ
พรมเวลาบึงก็ได้

ข้อสำหรับหมัก (ส่วนผสมนี้สำหรับหมักเนื้อ ๑ ก.ก.)

ส่วนผสม

น้ำมันพืช Wesson ๑ ถ้วย
ซีอิ้วขาว ๒ ถ้วย (ถ้าไม่ชอบซีอิ้วขาวอาจใช้ผง
กะหรี่ ๑ ช้อนโต๊ะ และเกลือ ๒ ช้อนชาแทนก็ได้)

เหล้าวีสกี หรือเชอวี หรือแม่โขง ๒ ถ้วย (ถ้าไม่ชอบก็ไม่ต้องใส่)

หอมใหญ่สับละเอียด ๒ หัวกลาง
กระเทียมสับละเอียด ๕ กลีบใหญ่
ขิงแก่ ๆ โขลกละเอียด ๓ ช้อนโต๊ะ
มัสตาร์ดผง ๑ ช้อนชา
น้ำส้มสายชู ๑ ช้อนโต๊ะ
พริกไทยป่น ๑ ช้อนชา

วิธีทำ ผสมทุกอย่างเข้าด้วยกัน นำไปเคล้ากับเนื้อให้ทั่ว หมักไว้ประมาณ ๖-๘
ช.ม. ส่วนผู้ที่มิคุ้นเคยควรหมักไว้ให้นานกว่านั้นจะถึง ๒๔ ช.ม. ก็ได้

ข้อสำหรับพรมเวลาบึง

ส่วนผสม

แคทซ์พ ๑ ถ้วย
กระเทียมสับละเอียด ๑๐ กลีบ

หอมฝรั่งสับละเอียด	๒	หัวเล็ก	
น้ำมันพืช Wesson	๑	ถ้วย	
ซอสมะเขือเทศกระป๋อง	๑	ถ้วย	
ซอสวูสเตอร์	๑	ถ้วย	
น้ำส้มสายชู	๑	ถ้วย	
น้ำตาลทราย	$\frac{๑}{๒}$	ถ้วย	
พริกอ่อนหั่นละเอียด	$\frac{๑}{๒}$	ถ้วย	(หรือใบขึ้นช่ายหั่นละเอียด ๒ ช.ต.)
เกลือ	๑	ช.ต.	
พริกไทยป่น	๑	ช.ช.	
ซอสพริกศรีราชา	$\frac{๑}{๒}$	ถ้วย	

วิธีทำ

น้ำมันใส่กะทะตั้งไฟ พอน้ำมันร้อน ใส่หอม กระเทียมลงไปผัดพอหอม และกระเทียมไหม้ ใส่ซอสมะเขือเทศ วูสเตอร์ซอส ซอสพริก แคทซ์พ น้ำส้ม น้ำตาล ลงผสมให้เข้ากัน แล้วใส่ส่วนผสมที่เหลือตั้งไฟให้เดือด แล้วลดไฟให้อ่อน เคี่ยวต่อไปประมาณ ๒๐ นาที ชิมรสตามชอบ

การปิ้งนั้นจะใช้เตาสำหรับปิ้ง Bar-B-Q หรือจะใช้เตาขนมครก และวางตะแกรงลวดข้างบนปิ้งก็ได้

Bar-B-Q นี้ จะรับประทานกับเครื่องเคียงคือสลัดผักสดง่ายๆ หรือขนม หรือรับประทานกับข้าวก็ได้

ข้าวตังหน้าตั้ง

ส่วนผสม

เนื้อหมู ๑ กิโลกรัม หั่นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็กๆ หรือสับละเอียด

กุ้งสด ๑ กิโลกรัม หั่นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็กๆ หรือสับละเอียด

มันหมูแข็ง $\frac{๑}{๕}$ กิโลกรัม ต้มพอสุกหั่นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็กๆ

ถั่วลิสงคั่ว ๑ ถ้วย บุบหรือหั่นฝอย

มะพร้าว ๑ $\frac{๑}{๒}$ กิโลกรัม คั้นกะทิชั้นๆ เก็บหัวไว้ นอกนั้นคั้นพอหมดคั้น

พริกไทย ๒๐ เม็ด กระเทียม ๑๐ กลีบ รากผักชี ๑ ซ่อนโต๊ะโซลก

ละเอียด

น้ำนาลทราย น้ำปลา

หอมเล็กหรือหอมใหญ่ หั่นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็กๆ

ผักชีเด็ดเป็นใบๆ พริกแดงหั่นฝอย ข้าวตัง น้ำมันหมู

วิธีทำ

นำกะทิตั้งไฟพอเดือดใส่เครื่องที่โขลกไว้ลงไปคนให้ทั่วใส่ หมู กุ้ง หอม มันหมูแข็ง ปรงรสด้วย น้ำปลา น้ำตาล พอรสดีแล้วใส่หัวกะทิและถั่วลิสง คนให้เข้ากัน ยกลงรับประทานกับข้าวตังทอด

๒ น้ำมันใส่กะทะมาก ตั้งไฟปานกลาง พอน้ำมันร้อนจัดใส่ข้าวตังลงไปทอดพอเป็นสีน้ำตาล

๓ เวลาจัด จัดข้าวตังใส่จาน และตักหน้าตั้งใส่ถ้วย แต่งหน้าด้วยผักชี พริกแดงไว้ต่างหาก

หมายเหตุ

ระวังอย่าให้กะทิแตกมัน

เมี่ยงลาว-ข้าวคังทอด

ส่วนผสม

เนื้อหมูปดหรือสับละเอียดรวนให้สุก	๑ ถ้วย
กุ้งแห้งป่น	$\frac{๑}{๒}$ ถ้วย
หอมเจียว	$\frac{๑}{๕}$ ถ้วย
กระเทียมเจียว	$\frac{๑}{๔}$ ถ้วย
ซิงหั่นฝอย	$\frac{๑}{๔}$ ถ้วย
กากหมูเจียวใหม่ๆ สับละเอียด	$\frac{๑}{๒}$ ถ้วย
น้ำปลา น้ำตาลมะพร้าว น้ำส้มมะขามเปียก	
ผักกาดคองล้างสะอาด ตักขึ้นสี่เหลี่ยมขนาด ๒ นิ้ว	
ผัดกับน้ำมันหรือนำไปนึ่ง	

วิธีทำ ๑ ผสมน้ำปลา น้ำตาล น้ำส้มมะขามเปียก นำไปเคี่ยวจนข้นและเหนียว
ชิมรสให้ค่อนข้างหวาน $\frac{๑}{๒}$ ถ้วย

๒ คลุกเครื่องทุกอย่างกับน้ำที่เคี่ยวไว้ให้เข้ากัน ชิมรสตามชอบ บั่นเป็น
ก้อนกลมเล็กๆ วางตรงกลางใบผักกาด ห่อให้กลม ใช้มือแตะน้ำมันนิกหน้อยดู
ให้ทั่ว จัดลงจาน รับประทานกับข้าวคังทอด พริกขี้หนู

๓ ข้าวคังเลือกที่บางๆ หักชิ้นพองามทอดในน้ำมันมากๆ และร้อนจัด
ไฟกลาง พอเหลืองนวลตักขึ้นวางบนกระดาษซับน้ำมัน

ทอดมันเผือกกับปู

ส่วนผสม ปูม้าหนึ่งสุกแล้วแกะเอาแต่เนื้อ $\frac{๑}{๒}$ ถ้วย
เผือกปอกหั่นบางๆ แล้วหั่นเป็นเส้นเล็กๆ ๓ ถ้วย

มะพร้าว ๓ ชีด กั้นกะทิ	๑ ๖ ถ้วย
แป้งข้าวเจ้า	๑ ถ้วย
แป้งสาลี	๖ ถ้วย
น้ำปลาดี ผงชูรส	

วิธีทำ

๑ นวดแป้งทั้งสองชนิดกับกะทิละลายชั้น ๆ ใส่ น้ำปลาดี ผงชูรส ปู และเผือกเคล้าให้เข้ากัน

๒ กะทะตั้งไฟใส่น้ำมันมาก ๆ ไฟอ่อน น้ำมันร้อนจัดใช้ช้อนตักเผือกที่ผสมไว้ขนาดพอคำใส่ในน้ำมัน พอเหลืองทั่วตักขึ้นให้สะเด็ดน้ำมัน รับประทานกับน้ำจิ้ม

ส่วนผสมน้ำจิ้ม

น้ำส้ม	๖ ถ้วย
น้ำตาลทราย	๖ ถ้วย
เกลือป่น	๑ ช้อนชา
แป้งมัน	
พริกแดง	๓ เม็ด
กระเทียม	๗ กลีบ

วิธีทำ

๑ โขลกกระเทียมกับพริกแดงให้ละเอียด

๒ ผสมน้ำส้ม น้ำตาลทราย เกลือป่น ตั้งไฟพอเดือดพอลานใส่แป้งมัน ละลายน้ำพอนั้น ใส่เครื่องที่โขลกไว้ คนให้เข้ากัน จนเดือดแล้วยกลง

บับสิบหอด

ส่วนผสมแข็ง

แป้งสาลีร่อนแล้ว	๓ ถ้วย
แป้งข้าวเจ้า	๒ ๑/๒ ถ้วย
มะพร้าว ๑ ๑/๒ กิโลกรัม	คั้นกะทิประมาณ ๑ ถ้วย
น้ำปูนใส	๒ ช้อนโต๊ะ
ไข่เป็ด	๑ ฟอง

วิธีทำ

ผสมแป้งทั้งสองชนิดเข้าด้วยกัน นวดกับไข่และน้ำปูนใสแล้วจึงค่อยๆ ใส่กะทิทีละน้อย นวดจนแป้งนิ่ม ปั้นแป้งเป็นก้อนกลมเล็ก คลึงบนกระดานให้แป้งบางที่สุด แล้วใช้ปากถ้วยแก้วตัดเป็นชิ้นกลมๆ ใช้ผ้าคลุมไว้

ส่วนผสมไส้

เนื้อหมู ๑ ๑/๒ กิโลกรัม	หั่นสี่เหลี่ยมเล็กๆ
น้ำมันหมู	หอมเล็กหรือหอมใหญ่ หั่นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็กๆ
พริกไทย ๒๐ เม็ด	กระเทียม ๗ กลีบ
รากผักชี ๑ ช้อนโต๊ะ	โขลกละเอียด
ถั่วลิสงคั่ว ๑ ๑/๒ ถ้วย	โขลกละเอียด
น้ำปลา	น้ำตาลมะพร้าว

วิธีทำไส้

น้ำมันใส่กะทะตั้งไฟให้ร้อน ใส่เครื่องที่โขลกไว้ผัดให้หอม ใส่หมู น้ำปลา น้ำตาล หอมใหญ่ ชิมรสเค็มหวาน ใส่ถั่วลิสง ตักขึ้นไว้ให้เย็น

วิธีห่อ

หยิบแป้งมาทีละแผ่น ตักไส้ใส่พับแต่ละด้าน ทาริมๆ บีบปากให้ติดกัน แล้ว

จับริมให้เป็นเกลียว ทอดให้เหลือง รับประทานกับอาจาก

ส่วนผสมมาจาก

แตงกวาผ่าสี่หั่นบางๆ น้ำส้ม น้ำตาลทราย เกลือป่น หอมใหญ่หั่นขวาง
ห้วบางๆ พริกแดงหั่นฝอย

วิธีทำ

ผสมน้ำส้ม น้ำตาลทราย เกลือป่น ตั้งไฟพอเดือด ทิ้งไว้ให้เย็น ใส่
แตงกวา หอมใหญ่ และพริกแดง

ขนมจีนญี่ปุ่น

ส่วนผสม

ขนมจีน ๑๐ จับ นึ่งให้ร้อนจกตักเป็นคำๆ

ผักกาดหอม ๑ ชืต ตักเป็นท่อนๆ

เนื้อหมู ๒ ชืต นึ่งสุกหั่นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็กๆ

กุ้งนาง ๕ ตัว นึ่งสุกหั่นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็กๆ

น้ำพริกเผา ๒ ช้อนโต๊ะ ผสมน้ำปลา น้ำมะนาว น้ำตาล มะพร้าว

มะนาวปอกผิวออกและหอมเล็ก หั่นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็กๆ ทอด

ถั่วลิสงคั่ว ๒ ช้อนโต๊ะ โขลกละเอียด

ผักชี ๓ ต้น เคี้ยวเป็นใบๆ

กระเทียมคอง ๕ หัว แกะเป็นกลีบๆ หั่นชิ้นเล็กๆ แล้วทอด

วิธีรับประทาน

วางขนมจีนบนใบผักกาดหอม หมู กุ้ง วางบนขนมจีน โรยถั่วลิสง
กระเทียมคอง มะนาว หอม และน้ำที่ปรุงรสด้านหน้าเป็นคำๆ หรือจะใส่ไปต่างหาก
ก็ได้

หมักวางเอา

ส่วนผสม

เส้นหมี่	$\frac{1}{2}$ ก.ก.
ไก่	๑ ออก
เนื้อหม	๒ ชีต
หน่อไม้ไผ่ตงต้มสุก	๑ หน่อ
เห็ดหอม	๒๔ ดอก หรือจะใช้เห็ดบัว
หรือเห็ดกระป๋องแทนก็ได้	
หอมใหญ่	
กระเทียม	
น้ำตาลทราย	
แป้งมัน	
น้ำส้ม	
พริกขี้หนูแดง	
ต้นหอม	$\frac{1}{4}$ ก.ก.
กระตูดไก่ตำน้ำซุบ	น้ำปลาคี
ผงชูรส	ซีอิ้วขาว

วิธีทำ

- ๑ กระตูดไก่ตำน้ำซุบ
- ๒ ไก่เลาะเอาแต่เนื้อ ล้างสะอาดหั่นชิ้นบางๆ เนื้อหมั่นเช่นเดียวกับไก่
- ๓ หน่อไม้จักเป็นดอก เห็ดหอมแช่น้ำล้างสะอาด หั่นเล็กๆ ยาวๆ หรือเห็ดบัวซูดให้สะอาดผ่าสอง หอมใหญ่หั่นบางๆ ตามขวางหัว เส้นมะหมี่ทอดให้กรอบ
- ๔ กระเทียมทุบสับละเอียดเจียวให้เหลือง ใส่ไก่ หมู หน่อไม้ และเห็ด ผัดให้เข้ากันตักน้ำซุบใส่ ปรงรสด้วยซีอิ้วขาว ผงชูรส เมื่อรสดีแล้ว ใส่แป้งมัน ละลายน้ำพอน้ำน้อยๆ ใส่ต้นหอมตักราดเส้นมะหมี่ที่ทอดแล้ว รับประทานกับพริก

กอง

๕ พริกชี้ฟ้าหั่นเป็นแว่นบางๆ นำไปผสมกับน้ำส้ม และน้ำตาลทราย
เล็กน้อย

หมຶ່ม

ส่วนผสม เนื้อหมຶ່มสับละเอียด หรือหั่นสี่เหลี่ยมเล็กๆ
ถั่วลิสงคิบโขลกละเอียด หรือหั่นบางๆ ตามยาว
หอมใหญ่หั่นสี่เหลี่ยมเล็กๆ
น้ำปลา
น้ำตาลทราย
ผงชูรส
พริกไทย กระเทียม รากผักชี โขลกละเอียด
ผักชีเทศเป็นใบๆ
พริกแดงหั่นฝอย
ไม้เบ้ค คนพอเข้ากัน
น้ำมันหมู

วิธีทำ

๑ น้ำมันใส่กระทะตั้งไฟ พอน้ำมันร้อนใส่เครื่องที่โขลกไว้ลงไปผัดให้หอม
ใส่เนื้อหมู หอมใหญ่ ปรงรสด้วยน้ำปลา น้ำตาล ผงชูรส เมื่อรสดีแล้วใช้ถั่วลิสง
ผัดให้เข้ากัน ยกลง

๒ กะทะทาน้ำมันให้ทั่ว ตั้งบนไฟอ่อน พอกะทะร้อน ใช้มือจุ่มไข่โรย
เป็นเส้นๆ ให้เป็นตาการางเป็นแผ่นสี่เหลี่ยมเล็กๆ

๓ นำแผ่นไข่ วางพริกแดง ผักชี ตักใส่ใส่ แล้วห่อเป็นคำสี่เหลี่ยม จัก
ลงจาน

แสร้งว่ากุ้ง-ปลาตากฟู

ส่วนผสม

กุ้งสด เมาพอสูกแห้งบางๆ
 หอมเล็ก ๑๐ หัว ซอยตามยาวบางๆ
 ตะไคร้ ๒ ต้น หั่นบางๆ
 ขิงสด ใบมะกรูด พริกแดง หั่นฝอย
 ผักชีเด็ดเป็นใบๆ
 น้ำมะนาว น้ำมะขามเปียก น้ำปลา น้ำตาลทราย
 ผักสดเช่นมะเขือ แตงกวา ต้นหอม ผักชี แคะสลักให้สวยงาม
 ปลาตากอวย
 น้ำมันหมู

วิธีทำ

๑. ผสมน้ำมะนาว น้ำมะขามเปียก น้ำปลา และน้ำตาลทราย คนให้เข้ากัน แล้วจึงใส่ กุ้ง หัวหอม ตะไคร้ ขิง ใบมะกรูด คลุกให้เข้ากัน รับประทานกับผักสด ปลาตากฟู หรือปลาฟู
๒. ปลาตากฟูตัดหัว ชูตเมือก ตัดครีบ ล้างให้สะอาด ผึ่งบนตะแกรงพอมาก นำไปย่างให้สุก ทั้งไว้ให้เย็น กรีดหลังเบะออกแคะก้างออก ใช้ส้อมเขี่ยเนื้อปลาให้ฟูอย่าให้หนังขาด ทอดน้ำมันมากๆ และร้อนจัด บนไฟกลางเอาค้ำนเนื้อปลาทอดก่อน พอเหลืองจึงกลับค้ำนหลังลงทอดตัดใส่ตะแกรงให้สะเด็ดน้ำมัน ตัดเป็นคำๆ
๓. การจัด จัดแสร้งว่าใส่ถ้วย แต่งหน้าด้วยผักชี พริกแดง ผักจัดใส่จานให้สวยงาม

หน้าว่าง

**อาหารประเภท
หลนและย่ำ**

หน้าว่าง

เต้าเจี้ยวปลา

ส่วนผสม

เต้าเจี้ยวดำ ๒-๓ ช้อนโต๊ะ จะใช้เต้าเจี้ยวขาวก็ได้
 ตะไคร้หั่นฝอย ๑ ช้อนโต๊ะ
 หอมซอย ๑ ช้อนโต๊ะ
 ขิงหั่นฝอย ๑ ช้อนโต๊ะ
 น้ำตาลมะพร้าว ๑ ช้อนชา
 น้ำมะกรูด น้ำมะนาว น้ำมะขามเปียก
 พริกแดงหั่นฝอย
 ใบมะกรูดหั่นฝอย

วิธีทำ

ผสมเครื่องทั้งหมดเข้าด้วยกัน แล้วจึงใส่น้ำมะขามเปียก น้ำมะกรูด น้ำมะนาว ซิมีรสเปรี้ยว เค็ม หวาน โรยใบมะกรูด พริกแดง รับประทานกับผักสดเช่น มะเขือ แตงกวา ต้นหอม ผักชี ปลาฟู หรือปลาคุกฟู

วิธีทำปลาฟู ปลาเนื้อขาวจะเป็นปลาชนิดใดก็ได้ เช่น ปลาช่อน ปลาอินทรี ปลากะพง ฯลฯ หนึ่งให้สุก หนึ่งไว้ให้เย็น ลอกหนังออกใช้ส้อมเขี่ยเนื้อให้กระจายออกเป็นชั้นละเอียด ผึ่งไว้พอหมาด

น้ำมันใส่กะทะตั้งไฟ พอน้ำมันร้อนจัด ตักปลาโรยลงในน้ำมัน พอปลาจวนจะกรอบเขี่ยเข้ามารวมกันให้เป็นแพจนเหลืองทั่วตักขึ้นให้สะเด็ดน้ำมัน

หลนเต้าเจี้ยว

ส่วนผสม

กะทิขี้หนู	๑ ถ้วย
เต้าเจี้ยวขาว	๒ ช้อนโต๊ะ
เนื้อกุ้งสับละเอียด	๒ ช้อนโต๊ะ
หัวหอมซอย	๑ ช้อนโต๊ะพูน
พริกชี้ฟ้า เขียว แดง	๘ เม็ด
เกลือ น้ำตาลมะพร้าว	น้ำส้มมะขามเปียก
ผักสดเช่น แดงกวา แดงร้าน ต้นหอม ผักชี	ยอดมะกอก มะม่วง
ปลาชุกฟู หรือปลาฟู	

วิธีทำ

โขลกเต้าเจี้ยวกับหัวหอมให้ละเอียด ละลายลงในกะทิพร้อมกับกุ้ง ตั้งไฟ
เคี่ยวจนแตกมัน ใส่หัวหอมซอย น้ำตาลน้ำส้ม มะขามเปียก ชิมรสถ้ายังไม่เค็ม
ให้เติมเกลือ เมื่อรสดีแล้วใส่พริกทั้งเม็ด พอพริกสุกยกลง รับประทานกับผักสด
ปลาชุกฟูหรือปลาฟู

หมายเหตุ

วิธีทำปลาชุกฟู คุในแสรงว่ากุ้ง ส่วนปลาฟูคุในเต้าเจี้ยวพลา

หลนปลากุเลา

ส่วนผสม

ปลากุเลาเค็มปิ้งให้สุก แกะเอาแต่เนื้อ ๕ ถ้วย
 มะพร้าว ๕ ก.ก. คั้นเก็บหัวไว้ นอกนั้นคั้นพอหมดมัน
 หอมเล็กซอยตามยาว ๕ ถ้วย
 พริกแดง เหลือง เขียว เค็ดก้านออก
 น้ำตาลมะพร้าว น้ามะขามเปียก

วิธีทำ

๑ เคี้ยวกะทิให้แตกมัน

๒ โขลกหัวหอมกับปลากุเลาให้ละเอียด ละลายในกะทิ ใส่ น้ำตาล น้ำส้ม
 มะขามเปียก ซิมีรส ใส่หอมซอย พริก หัวกะทิ พอเดือดท้วยกลง รับประทาน
 กับผักสดเช่น ต้นหอม แตงกวา ผักชี หัวปลี มะเขือ ยอดมะกอก ฯลฯ ปลากุก
 ฟู ปลาฟู ปลากุกย่าง หรือ ปลาช่อนทอดน้ำมัน

หมายเหตุ

ถ้าเป็นกุ้งหลนหรือหมู ให้เปลี่ยนปลากุเลาเป็นหมูหรือกุ้งสับละเอียด แต่
 ถ้าหลนกุ้งต้องใช้กุ้งนาง

หลนปลาร้าสำเร็จ

ส่วนผสม

ปลาร้า ๒ ตัว
 มะพร้าว ๑ กิโลกรัม คั้นหัวกะทิ นอกนั้นคั้นหางกะทิ
 ปลากุกอยู่ ๓ ตัว ขูดล้างสะอาดแล้วเอาก้างออกหั่นเป็นชิ้น
 หัวหอมหั่นตามยาว ๕ ถ้วย
 กระชายหั่นฝอย ๑ ถ้วย

มะเขืออ่อน ๑๐ ผล ผ่าซีก
 หน่อไม้ต้ม $\frac{๑}{๔}$ หน่อ หนึ่ฝอย
 ถั่วฝักยาว ๓๐ ฝัก ตัดท่อนสั้นๆ
 ข่าพอกวร หนึ่บางๆ หนึ่ฝอย
 ตะไคร้ ๕ ต้น หนึ่บางๆ
 ใบมะกรูด ๕ ใบ ฉีกเล็กๆ
 พริก เขียว แดง เหลือง เต็ดก้านออก
 เกลือ

วิธีทำ

นำปลาร้าเคี่ยวกับหางกะทิให้ละลายหมด แล้วกรองเอาก้างออกเคี่ยวต่อไป ใส่ผักทุกอย่างที่เตรียมไว้ เว้นแต่ถั่วฝักยาวใส่ทีหลัง พอเดือดทั่วใส่ปลาตุ๋น และพริกคนพอทั่วชิมรสดู ถ้าไม่เค็มเติมเกลือ เมื่อรสดีแล้วใส่ถั่วฝักยาว พอถั่วสุก รากหวั้กะทิยกลง

หลนกะปิคว

ส่วนผสม

มะพร้าว $\frac{๑}{๒}$ กิโลกรัม คันกะทิ ๔ ถ้วย
 พริกเหลือง แดง เขียว เต็ดก้านออก
 ผักสด เช่น มะเขือสีต่างๆ แดงกวา ต้นหอม หัวปลี ผักชี ขมิ้นขาว
 ยอดมะกอก ฯลฯ แกะสลักให้สวยงาม
 ปลาตุ๋น หรือปลาฟู
 น้ำเปล่า น้ำตาลมะพร้าว

ส่วนผสมน้ำพริกแกง

พริกแห้ง ๕ เม็ด ผ่าแคะเม็ดออก แช่น้ำให้นิ่ม บีบน้ำให้แห้ง เกลือ
 ๑ ช้อนชา ข่า ๓ แว่น ตะไคร้ ๑ ช้อนโต๊ะ ผิวมะกรูด ๑ ช้อนชา รากผักชี ๑

ซ็อนโตะ หัวหอม ๖ ถ้วย กระเทียม ๖ ถ้วย กระชาย ๔ ซ็อนโตะ กระปืด ๖ ซ็อนโตะ
โตะ ปลาสดย่างหรือปลากรอบ ๑ ตัว แกะเนื้อออก หรือ กุ้งแห้งป่นละเอียด
๖ ถ้วย มะพร้าวคั่ว ๖ ถ้วย

วิธีทำ

๑. เคี่ยวกะทิให้แตกมัน
๒. โขลกน้ำพริกแกงให้ละเอียด
๓. แบ่งกะทิผัดกับเครื่องให้หอมและแตกมัน ใส่น้ำปลา น้ำตาล ตักใส่หม้อกะทิเคี่ยวให้ข้น ชิมรส รับประทานกับผักสด ปลาตุ๋นฟู ปลาฟู

ยำส้มโอ

ส่วนผสม

ส้มโอชนิดเปรี้ยวแกะเนื้อ ๔ ถ้วย
กุ้งเผาหั่นละเอียดหรือกุ้งแห้งป่น ๑ ถ้วย แบ่งไว้โรยหน้าบ้าง
มะพร้าวคั่ว โขลกพอละเอียด ๖ ถ้วย
น้ำพริกเผา น้ำปลาคี น้ำตาลมะพร้าว

วิธีทำ

ละลายน้ำพริกเผา น้ำปลาคี น้ำตาลให้เข้ากัน เทใส่ในส้มโอ กุ้งเผา มะพร้าวคั่ว เกล้าให้เข้ากัน ชิมรสจัดใส่จาน แต่งหน้าด้วยพริกแดงหั่นฝอย

ยำแตงกวา

ส่วนผสม

แตงกวาสับแล้วฝานเป็นเส้น ๆ ๓ ถ้วย
กุ้งแห้งป่น ๑ ถ้วย
หอมซอย ๒ ซ็อนโตะ

พริกขี้หนูแห้ง

น้ำปลา น้ำมะนาว น้ำตาลมะพร้าวหรือน้ำตาลทราย ผสมเข้าด้วยกัน

วิธีทำ

นำกุ้งแห้งกับแตงกวามารวมกัน ใส่หน้าที่ปรุงไว้ คลุกให้เข้ากันเร็วๆ จักใส่จาน โรยหัวหอม กุ้งแห้ง พริกขี้หนู

อำมะม่วง

ส่วนผสม

มะม่วงเปรี้ยวสับแล้วฝานเป็นเส้นบาง ๆ	๓ ถ้วย
เนื้อหมูต้มสุกหั่นบาง ๆ เล็ก ๆ	$\frac{1}{2}$ ถ้วย
กุ้งแห้งป่นหยาบ ๆ	$\frac{1}{2}$ ถ้วย
หนังหมูต้มหั่นฝอย	$\frac{1}{2}$ ถ้วย
ถั่วลิสงคั่วป่นละเอียด	$\frac{1}{2}$ ถ้วย
หอมเจียว	๑ ช้อนโต๊ะ
น้ำปลา น้ำตาลมะพร้าว ผสมเข้าด้วยกัน	

วิธีทำ

รวมเครื่องทั้งหมดเข้าด้วยกัน ใส่หน้าที่ปรุงไว้คลุกให้ทั่ว จักใส่จานโรยหน้าด้วยหอมเจียว พริกแดงหั่นฝอย

ยำไข่ปลาสด

ส่วนผสม

ไข่ปลาสด	๒ ถ้วย
มะม่วงคิบสับและฝานเป็นเส้น ๆ	$\frac{1}{2}$ ถ้วย
หอมซอย	๓ ช้อนโต๊ะ

น้ำปลาดี น้ำมะนาว ผสมรวมกัน

พริกขี้หนูแห้ง

วิธีทำ

เคล้าไข่ปลาคูกับมะม่วงให้เข้ากัน ใส่หน้าที่ผสมไว้คลุกให้เข้ากัน จักใส่
จาน โรยหัวหอม พริกขี้หนู

พลา่กั้ง

ส่วนผสม

กุ้งนาง ๒ กิโลกรัม ปังพอสุกๆ ทิบๆ ใช้แต่ตัวหัวไม่ใช่

ตะไคร้ ๕ ต้น หั่นบางๆ

ใบมะกรูด หั่นฝอย

ใบสาระแหน่ เกิดเป็นใบๆ

น้ำพริกเผา ๒ ช้อนโต๊ะ

พริกขี้หนูบดพอแตก

มะนาว น้ำปลาดี

มะกอก ฝานบางๆ

ผักชีเกิดเป็นใบๆ

วิธีทำ

กั้งเผาแล้วปอกเปลือกหั่นเป็นชิ้นๆ เคล้ารวมกับเครื่องที่หั่นเตรียมไว้
ปรุงรสเปรี้ยว เค็ม ตามชอบ จักใส่จาน โรยใบสาระแหน่ ผักชี

พลา่เนื้อสัน

เนื้อสันใน ๒ กิโลกรัม ล้างสะอาด ห่อใบตองหลายชั้นอย่างพอสุก

กะเนพอกหั่นแล้วเนื้อเป็นสีชมพู หั่นแฉลบบางๆ

กระเทียมซอยตามยาว

น้ำมันาว น้ำตาลทราย น้ำปลาดี ปุ้งรส

รากผักชีโขลกละเอียดเล็กน้อย

ใบสะระแหน่ ๒ กำ เคี้ยวเป็นใบ ๆ

ใบผักกาดหอม

ผักชีเคี้ยวเป็นใบ ๆ

พริกขี้หนูบดพอแตก

วิธีทำ

ผสมน้ำมันาว น้ำตาลทราย น้ำปลาดี รากผักชี กระเทียม และพริก
ขี้หนูให้เข้ากัน

ผักกาดหอมตัดปลายใบให้เสมอกัน ส่วนที่เหลือตัดเป็นท่อน ๆ ใไว้รอง
ก้นจาน

การจัด ต้องจัดให้พูนจาน วางผักกาดหอมที่หั่นรองก้นจานเรียงปลายใบ
รอบจาน วางใบสะระแหน่ เรียงชั้นเนื้อมันผัก รากผักชีผสมบนชั้นเนื้อแต่งหน้า
ด้วยผักชี (น้ำที่รากควรรากตอนใกล้เวลารับประทาน) ถ้าไม่จัดเช่นนั้นจะคลุกทีเดียว
ก็ได้

ยำพริกหยวก

ส่วนผสม

พริกหยวกเผาให้สุกลอกผิวทั้ง ฉีกเป็นเส้น ๆ ๒ ถ้วย

เนื้อหมูและกุ้งสด ต้มสุกหั่นเล็ก ๆ ยาว ๆ อย่างละ ๒ ถ้วย

หอมเจียว กระเทียมเจียวอย่างละ ๑ ช้อนโต๊ะ

หัวกะทิตั้งไฟพอเดือด ๔ ช้อนโต๊ะ

น้ำปลาดี ๑ ๒ ช้อนโต๊ะ

น้ำตาลมะพร้าว ๑ ช้อนโต๊ะ

น้ำมะนาว ๒ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

ผสมหัวกะทิ น้ำปลา น้ำตาล น้ำมะนาวให้เข้ากัน นำไปคลุกกับพริก
หยวก หมู กุ้ง ที่หั่นไว้แล้ว ซิมรส เมื่อรสดีแล้วจัดใส่จาน โรยหอมเจียว กระ
เทียมเจียว

ยำกระหล่ำปลี

ส่วนผสม

กระหล่ำปลีหั่นฝอย ๔ ถ้วย

เนื้อหมูและกุ้งสไลด์หั่นเล็กๆ ยาวๆ อย่างละ ๑/๒ ถ้วย

หัวกะทิ ๑ ถ้วย

หอมเจียว กระเทียมเจียวอย่างละ ๑ ช้อนโต๊ะ

พริกแดงหั่นฝอย ผักชีเด็ดเป็นใบ ๆ

น้ำตาลมะพร้าว น้ำปลา น้ำมะนาว ผสมรวมกัน

วิธีทำ

ต้มกระหล่ำปลีกับหัวกะทิพออ่อนตัว ตักขึ้นนำมารวมกับหมู กุ้ง ใส่ น้ำที่
ผสมไว้ คลุกให้เข้ากัน ใส่หอมเจียวและกระเทียมเจียวครึ่งหนึ่งคลุกลงในยำด้วย จัด
ใส่จานโรยหอมเจียวและกระเทียมเจียวที่เหลือ ผักชี และพริกแดง

ยำเนื้อย่าง

ส่วนผสม

เนื้อสันในหรือสะโพก ๒ กิโลกรัม ย่างไฟพอสุกหั่นบาง ๆ

หอมใหญ่ ๑ หัว ปอกล้างหั่นขวางห้ว

ผักกาดหอม ๓ ต้น ตัดปลายไว้ ส่วนที่เหลือตัดเป็นท่อน ๆ

ผักซีเทศเป็นใบ ๆ

กระเทียม ๕ กลีบ พริกขี้หนู ๑๐ เม็ด โขลกรวมกัน

แตงกวา ๕ ผล จักแล้วหั่นตามขวาง

น้ำปลาดี น้ำมะนาว น้ำตาลทรายเล็กน้อย

พริกแดงจักเป็นดอก

วิธีทำ

นำเครื่องที่โขลกไว้ผสมกับน้ำปลา น้ำมะนาว น้ำตาล ซิมรสจืด กลุกกับเนื้อและผักทุกอย่าง ซิมรสแล้วจัดลงจาน วางผักซี และพริกแดง หรือจะจัดเนื้อและผักลงในจานเป็นหย่อม ๆ ให้ดูงาม วางด้วยน้ำคลุกยำตรงกลางจาน ไปคลุกที่โต๊ะอาหารเวลารับประทาน

ยำสามคืบ

ส่วนผสม

ตับหมูและตับวัว นึ่งพอสุก หั่นบาง ๆ เล็ก ๆ

เครื่องในเป็ด ๓ พวง นึ่งพอสุก หั่นเช่นเดียวกัน

หนังหมูต้มพอเปื่อย แล่บาง ๆ หั่นฝอย ๆ ล้างด้วยน้ำมะนาว ใส่ตะ

แกรงผึ่งให้แห้ง

ตะไคร้หั่นบาง ๆ

ใบมะกรูดหั่นฝอย

มะพร้าว ๑ ถ้วย คั้นหัวกะทิขึ้น ๆ

น้ำพริกเผา ๓ ช้อนชา

ผักซีและใบสาระแหน่เทศเป็นใบ ๆ

หอม กระเทียม ซอยเจียวให้เหลือง

น้ำมะนาว น้ำปลาดี น้ำตาล ละลายกับน้ำพริกเผา ซิมรสจืด ๆ

มะพร้าวคั่ว หรือถั่วลิสงคั่วหั่นฝอย

วิธีทำ

เคล้าเครื่องที่เตรียมไว้กับน้ำปรุงรส เมื่อรสดีแล้ว จัดใส่จานโรยกระเทียมเจียว แต่งหน้าด้วยผักชี

ยำผัสดำขำ (เมี่ยงหมู)**ส่วนผสม**

ส้มขำ ๖ ผล ปอกเปลือกบางๆ หั่นฝอยๆ

เนื้อหมู ๒ กิโลกรัม มันหมูแข็งหนึ่งขีด นึ่งให้สุก หั่นเล็กๆ ยาวๆ

ไก่ ๑ ออก นึ่งให้สุกฉีกฝอย

กุ้งนาง ๔ ตัว นึ่งให้สุก หั่นเช่นเดียวกับเนื้อหมู

ถั่วลิสงคั่ว ๑ ถ้วย ซอยตามยาว

หนังหมู ๒ กิโลกรัม ต้มเปื่อย แล่บางๆ หั่นฝอย ขยำ น้ำมะนาวเพื่อ

ให้ขาว ล้างน้ำให้สะอาด

กระเทียมคอง ซอยตามยาว

หอม กระเทียม ซอยตามยาว เจียวให้เหลือง แบ่งไว้แต่งหน้าบ้าง

คลุกในยำบ้าง

น้ำปลา น้ำตาลทราย น้ำมะนาว น้ำส้มขำ ผสมรวมกัน สำหรับปรุงรส

ผักกาดหอม ๕ ต้น ล้างสะอาด ใช้รองก้นจาน

พริกแดงหั่นฝอย

ผักชีเด็ดเป็นใบๆ

วิธีทำ

นำเครื่องทุกอย่างที่เตรียมไว้ใส่ภาชนะรวมกัน ใส่น้ำปรุงรสคลุกให้เข้ากัน
ชิมรส เปรี้ยว เค็ม หวาน

การจัด วางใบผักกาดหอมให้งาม แล้วตักยำที่คลุกวางให้พูน โรยหอม
เจียว กระเทียมเจียว ผักชี พริกแดง

ยำหวาย

ส่วนผสม

ไก่ ๑ ออก ต้มกะทิฉีกฝอย แบ่งโซลกในน้ำพริกข้าง
 ผักบั้ง ๒ กำ หนัฝอย
 ถั่วงอกเค็มหาง ๒ ถ้วย
 หน่อไม้ไผ่ตง ๒ หน่อ หนัฝอย ต้มให้หายขึ้น
 ถั่วฝักยาว ๒๐ ฝัก ตัดท่อนๆ
 หัวปลี ๑ หัวผ่าสี่ ลวกกับหางกะทิ หรือจะใช้เผาก็ได้
 มะเขือยาว ๒ ผล ตัดเป็นท่อนผ่าสี่
 พริกหยวก ๑๑ เม็ด หนัแจกลบ
 มะพร้าว ๑ กิโลกรัม คั้นกะทิแยกหัวกะทิและหางกะทิ
 สำหรับน้ำหางกะทิกำลังสุดท้าย ใช้ลวกผัก
 หอมเล็ก ๑๕ หัว ซอย เจียวพอเหลือง
 งามขาว ๒ ถ้วย คั่วให้เหลือง
 น้ำมะขามเปียก น้ำมะนาว น้ำปลา น้ำตาลมะพร้าว ประุงรส

ส่วนผสมน้ำพริก

พริกแห้ง ๘ เม็ด ผ่าแคะเม็ดออก แช่น้ำให้นิ่ม บีบให้แห้ง ช่า ๓ แวน
 ตะไคร้ ๒ ซ่อนโตะ ผิวมะกรูด ๑ ซ่อนชา รากผักชี ๑ ซ่อนชา หอม ๘ ถ้วย
 กระเทียม ๘ ถ้วย กะปิ ๑ ซ่อนชา ปลาสดย่าง ๑ ตัว แคะเอาแต่เนื้อ

วิธีทำ

๑ โขลกน้ำพริกแกลงให้ละเอียด นำไก่ที่ฉีกไว้โขลกกับน้ำพริกด้วยให้
 ละเอียด

๒ หัวกะทิเคี่ยวให้แตกมัน นำน้ำพริกผัดให้หอม ใส่น้ำปลา น้ำตาล
 น้ำส้มมะขามเปียก น้ำมะนาว ชิมรสเปรี้ยวเค็ม หวานจืดๆ ค่อยๆ เติมหางกะทิ
 พอหน้าขลุกขลิก



๓ ทางกะทิตั้งไฟให้เคือกพล่าน น้ำผักลงลวกทีละอย่าง ลวกพอสุก
เท่านั้น

๔ จักผักใส่จานเป็นพวก ๆ ภาคน้ำพริก โรยหอมเจียว งามั่ว

ยำใหญ่

ส่วนผสม

เนื้อหมู เนื้อไก่ ตับ หัวใจ กุ้งสดหนึ่งสุกหั่นชิ้นบาง ๆ ยาว ๆ

หนังหมูหั่นฝอย (ทำเหมือนกับหมูในยำผัสดำ)

กระเทียมคองหั่นบาง ๆ

ไข่ ๕ ฟองต้มให้สุก ผ่าตามยาวชิ้นใหญ่พอควร

วุ้นเส้นแช่น้ำให้นิ่ม ลวกน้ำเดือด ตัดท่อนสั้น ๆ

เห็ดหูหนูแช่น้ำให้นิ่ม ลวกน้ำเดือด

แตงกวาหั่นแฉลบบาง ๆ อย่าให้ติดไข่

หัวผักกาดหั่นเช่นเดียวกับแตงกวา คั้นเกลือให้หายเค็ม

ต้นหอมล้างสะอาด ตัดเป็นท่อน ๆ จักหัวท้าย

ผักชีเด็ดเป็นใบ ๆ พริกแดงหั่นฝอย

กระเทียมซอยเจียวให้เหลือง

โซลกรากผักชี กระเทียม พริกไทยให้ละเอียด

น้ำปลาดี น้ำตาลทราย น้ำส้ม หรือน้ำมะนาว

วิธีทำ

๑ ผสมเครื่องที่โขลกไว้กับน้ำปลา น้ำตาลทราย น้ำส้ม ซิมีรสเปรี้ยว
เค็มหวาน ให้รสจัดหน่อย



๒ นำเครื่องทุกอย่างที่หั่นไว้ ยกเว้นผักชี พริกแดง มาคลุกกับน้ำที่
ปรุงไว้ให้เข้ากันเบา ๆ มือ เมื่อรสดีแล้วจัดใส่จาน แต่งหน้าด้วยผักชี พริกแดง
กระเทียมเจียว

หมายเหตุ

การคลุกอย่าไม่ควรคลุกไว้นานเกินไป จะทำให้ไม่อร่อย

อาหารหวาน

หน้าว่าง

บนมกล้วย

ส่วนผสม

กล้วยบดละเอียด ๑ ถ้วย แป้งข้าวเจ้า $\frac{1}{2}$ ถ้วย แป้งท้าวายม่อม ๒
ช้อนโต๊ะ มะพร้าว $\frac{1}{2}$ ถ้วย กะทิ ๑๒ ถ้วย น้ำตาลทราย $\frac{1}{2}$ ถ้วย เกลือป่น $\frac{1}{4}$
ช้อนชา

วิธีทำ ๑ ผสมกล้วยกับแป้งทั้ง ๒ ชนิดให้เข้ากัน แล้วจึงใส่มะพร้าว
กะทิ น้ำตาลทราย เกลือป่น คนให้เข้ากันและน้ำตาลละลาย

๒ มะพร้าว $\frac{1}{2}$ ถ้วย ผสมกับเกลือพอมีรสเค็มเล็กน้อยไว้สำหรับหยอด
หน้า

๓ ตักขนมประมาณ ๑ ช้อนชา หยอดลงใบตองที่เตรียมไว้ หยอด
หน้าด้วยมะพร้าว แล้วห่อใส่เคียวที่เตรียมไว้คากกลัดด้วยไม้กลัด ตักปลายเคียว
ให้เจดียงและยาวพองาม นำไปนึ่งบนน้ำเดือดพล่าน พอสุกยกกลง

วันหน้ากะทิ

ส่วนผสมตัววัน

วัน ๑ ถ้วย น้ำตาลทราย ๑ ถ้วย น้ำ ๓ ถ้วย

วิธีทำตัววัน

วันแช่น้ำพอนิ่มตักเป็นท่อนสั้น ๆ แล้วตวง นำไปผสมกับน้ำตั้งไฟปาน
กลาง เคียวไปจนวันละลายแล้วจึงใส่น้ำตาลทราย พอน้ำตาลละลายลงกรองใส่สี
อ่อน ๆ นำไปตั้งไฟเคียวต่อไปจนวันข้นยกลงหยอดใส่พิมพ์ พอวันตั้งตัวตักหน้า
หยอดบนตัววัน เมื่อวันแข็งดีแล้วแกะออกจากพิมพ์

ส่วนผสมหน้าวัน

วันที่เคียวแล้ว ๑ ถ้วย กะทิคั้นข้น ๆ $\frac{1}{2}$ ถ้วย เกลือ ประมาณ ๑-๒

ช.ช.

วิธีทำหน้าวัน

ผสมวันที่เกี่ยวข้องแล้วกับกะทิ และเกลือ นำไปตั้งไฟพอเดือดพล่านยกลง
หยอคบนแก้ววัน

หมายเหตุ

จะนำหน้าหยอคก่อน แล้วจึงค่อยหยอคแก้ววันก็ได้

ข้าวตอก**ส่วนผสม**

ข้าวคั่วไม่ละเอียด ๑ ½ ถ้วย มะพร้าวขาว ๕ ชีด น้ำตาลมะพร้าว
๑ ½ ถ้วย น้ำเปล่า (น้ำคอกมะลิ) ๑ ½ ถ้วย

วิธีทำ

- ๑ ผสมน้ำตาลกับน้ำคอกมะลิตั้งไฟพอเดือด ใส่มะพร้าวคนให้เข้ากันพอ
แห้ง ใส่ข้าวคั่วคนให้เข้ากัน ยกลงทิ้งไว้ให้เย็น
- ๒ นำขนมที่เย็นแล้วปั้นเป็นก้อน ๆ หรือจะอัดใส่พิมพ์ อบด้วยเทียน
อบ หรือคอกมะลิ

ขนมถั่วแปบ**ส่วนผสม**

แป้งข้าวเหนียวแห้งอย่างผง ๒ ถ้วย
น้ำเย็นประมาณ ๔ ๒ ถ้วย
มะพร้าวกะเทาะเปลือกปอกผิวชุดด้วยกระดาษเงิน ๓ ถ้วย
ถั่วเขียวหนึ่งให้เบือย ๓ ถ้วย
น้ำตาลทรายเม็ดเล็ก ๆ ๑ ถ้วย
งาขาวคั่วให้หอมเกรียม ๑ ๒ ถ้วย โขลกพอแตก
เกลือ ๒ ช้อนชา

วิธีทำ

๑ นวดแป้งกับน้ำเย็นให้เข้ากัน แบ่งแป้งปั้นเป็นก้อนกลมขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง ๕ นิ้ว ต้มในน้ำเดือดพล่าน พอลอยสักครู่ก็ขึ้นใส่ลงในมะพร้าวเกลืออกให้ทั่ว

๒ ถั่วเขียวบดพอละเอียด นำไปผสมกับมะพร้าวขูด และเกลือเล็กน้อยทำเป็นไส้

๔ หยิบแป้งที่เกลืออกมะพร้าวแล้วแผ่ให้บาง ตักไส้ใส่พับครึ่งบีบริมให้ติดกัน รับประทานกับงาที่ผสม น้ำตาลและเกลือ

ข้าวตอกตั้ง**ส่วนผสม**

ข้าวตอก ๓ ๐ ลิตร โขลกให้ละเอียด ๔ ถ้วย ส่วนที่เหลือแบ่งไว้ทำนวล (เอาส่วนที่ละเอียดที่สุด) มะพร้าวขาว ๔ ชีด น้ำตาลมะพร้าว ๑ ๐ ถ้วย น้ำดอกมะลิ ๑ ถ้วย

วิธีทำ ผสมน้ำตาลกับน้ำตั้งไฟ พอเดือดใส่มะพร้าวคนให้เข้ากัน พอแห้ง ใส่ข้าวตอกกวนให้เข้ากัน ยกลงทิ้งไว้ให้เย็น

๒ เมื่อขนมเย็นแล้ว ปั้นเป็นก้อนกลมกดพอแบน นำไปคลุกกับนวลให้ทั่ว อบด้วยดอกมะลิหรือเทียนอบ

สังขยา**ส่วนผสม**

น้ำตาลโตนด ๑ ถ้วย กะทิ ๑ ถ้วย ไข่เป็ด ๑ ถ้วย ถ้าใช้ไข่ขาวให้ใช้ ๑ ๐ ถ้วย

วิธีทำ ๑ ละลายน้ำตาลกับกะทิ กรองด้วยผ้า

๒ ไข่ตีให้ฟู ผสมลงในกะทิ เทใส่ถาดหนึ่ง หรือจะใส่ในผลฟักทองหรือมะพร้าว นำไปนึ่งประมาณ ๒ ชม. พอสุกยกลง

ขนมสาธิตอ่อน

ส่วนผสม

ไข่เป็ด ๑ ถ้วย น้ำตาลทรายเม็ดละเอียด ๑ ถ้วย แป้งสาลี ๒ ถ้วย

วิธีทำ

ตีไข่กับน้ำตาลจนขึ้นแข็ง

๒ เมื่อไข่กับน้ำตาลขึ้นแข็งดีแล้ว ค่อย ๆ ใส่แป้งสาลีทีละน้อย ตะล่อมไปมาเบา ๆ มือ จนหมดแป้งและเข้ากันดีใส่สีผสม

๓ ถาดป้ด้วยกระดาษฟาง เทขนมใส่ถาด นึ่งไฟแรงประมาณ ๑๕-๒๐ นาที พอสุกยกลงทิ้งไว้ให้เย็น

ขนมปุยฝ้าย

ส่วนผสม

แป้งสาลี อ่อนแล้ว ๓ ครั้ง ๓ ถ้วย น้ำตาลทรายเม็ดละเอียด ๒ ถ้วย ไข่ (ประมาณ ๔-๕ ฟอง) ๑ ถ้วย น้ำเปล่า ๑๐ ช้อนโต๊ะ (ถ้าใช้แป้งเค้กให้ลดน้ำ ๒ ช้อนโต๊ะ) น้ามะนาว ๒ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

๑ ตวงไข่ใส่ถ้วย ตีไข่จนขึ้น เติมน้ำตาลทีละน้อยจนขึ้นฟู

๒ เมื่อไข่ขึ้นฟูแล้ว ใส่มะนาว แป้ง และน้ำสลักกันจนหมด แป้งแป้งเป็นอ่าง ๆ ใส่สีอ่อน ๆ เช่น ขาว ชมพู ฟ้ามะลิเหลือง เขียว เกล้าให้สีเข้ากันเบา ๆ มือ แล้วจึงตักหยอดในถ้วยกระดาษ นำไปนึ่งให้สุก

๓ การนึ่งใช้ไฟอ่อน น้ำในหม้อพอเดือดปุด ๆ อย่าให้เดือดพล่าน หน้าจะไม่แตก การวางควรวางให้ห่างจากริมล่างถึง และอย่าให้แน่น จะทำให้อากาศผ่านไม่ได้ การใส่น้ำควรใส่ประมาณ $\frac{2}{3}$ ของลังถึง

ขนมสอดไส้

ส่วนผสม

มะพร้าวกะเทาะเปลือกปอกผิวชुकด้วยกระต่ายเงิน ๒ ๑/๒ ถ้วย น้ำตาลโตนด หรือน้ำตาลมะพร้าว ๑ ๑/๒ ถ้วย แป้งข้าวเหนียวแห้งอย่างผง ๒ ถ้วย น้ำเย็นหรือน้ำ คอกไม้สด ๑ ๑/๒ ถ้วย มะพร้าวคั้นกะทิน้ำคอกไม้สดก่อนข้างชั้น ๓ ๑/๒ ถ้วย แป้งข้าวเจ้า แห้ง ๑ ๑/๒ ถ้วย เกลือ ๑ ๑/๒ ช้อนชา

วิธีทำ

๑ กวนมะพร้าวกับน้ำตาลและน้ำจนเหนียวดี ยกลงเรียกว่าหน้ากะฉิก เมื่อเย็นสนิทแล้วปั้นเป็นก้อนกลมขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง ๑ ๑/๒ นิ้ว ใสในภาชนะ ที่มีฝาปิดสนิท อบด้วยควันเทียนและคอกมะลิและกระดังงา

๒ นวดแป้งกับน้ำเย็น พอปั้นได้ ปั้นก้อนกลมขนาดเดียวกับหน้ากะฉิก

๓ ผสมแป้งข้าวเจ้า เกลือ และกะทิเข้าด้วยกัน ใสในกะทะทองหรือ หม้อ ตั้งบนไฟกลางๆ กวนจนข้นและเดือดทั่ว ยกลงใช้เป็นหน้า

๔ แผ่ก้อนข้าวเหนียวที่ปั้นไว้แล้ว หยิบก้อนหน้ากะฉิกวางตรงกลางห่อ หุ้มให้มิด

๕ ตักหน้าขนมประมาณ ๑ ช้อนชา หยอดลงบนใบตองที่เตรียมไว้ วาง แป้งที่ห่อหน้ากะฉิกแล้วตรงกลาง ตักหน้าอีก ๑ ช้อนชาใส่ข้างบน แล้วห่อทรงสูง ใช้เตี๋ยที่เตรียมไว้คาด กลัดด้วยไม้กลัดให้สูงเกือบสุดตอง ตัดปลายเตี๋ยให้เฉียง และยาวพองาม เรียงห่อขนมลงในลังถึงนึ่งบนน้ำเดือดพล่านประมาณ ๑๐ นาที ยกลง

หมายเหตุ

ถ้าใช้แป้งข้าวเหนียวดำ ควรใช้แป้งข้าวเหนียวดำ ๑ ส่วน แป้งข้าวเหนียว ขาว ๑ ส่วน

แฮมกับรังไข่

ส่วนผสม

แฮม ๔ ชิ้น ขนมห้าง ๔ แผ่น ไข่ไก่ ๔ ฟอง เนยละลาย ๖ ช.ต. หรือน้ำมันพืช เกลือป่น พริกไทยป่น

วิธีทำ

๑ ขนมห้างใช้พิมพ์กลมตัดเอาแต่เนื้อให้เป็นวงขนาดพอเหมาะ แฮมทำเช่นเดียวกับขนมห้าง

๒ น้ำมันใส่กระทะตั้งไฟพอร้อน ไฟปานกลาง นำพิมพ์วางใส่แฮม พอแฮมสุก วางขนมห้างบนแฮม ท่อไข่ใส่ ๑ ฟองบนขนมห้าง ตักน้ำมันหรือเนย คอยราดบนไข่ให้สุกตามต้องการ แล้วตักขึ้น

อาหารนี้เมื่อสุกแล้วแลดูคล้ายไข่อยู่ในรัง หีบง่ายเป็นชิ้น ๆ เหมาะเป็นอาหารเช้า หรืออาหารเดินทางตอนเช้า ๆ ทำแล้วห่อกระดาษแก้วคนละห่อ สะดวกดี

กล้วยหอมทอด

ส่วนผสม

แป้งสาลีร่อนแล้ว ๒ ถ้วย ผงฟู ๑ ช.ช. น้ำตาลทรายป่นละเอียด ๖ ช.ต. นมสด $\frac{1}{2}$ ถ้วย เกลือป่น ๑ ช.ช. ไข่ไก่ ๒ ฟอง กล้วยหอมสุก ๑๐ ผล น้ำมันสำหรับทอด

วิธีทำ

๑ ตวงแป้งที่ร่อนแล้ว ผสมผงฟู เกลือป่น ร่อนรวมกัน ๒ ครั้ง
๒ ตีไข่ผสมน้ำตาลจนขาวฟู จึงผสมแป้งที่ร่อนแล้วรวมกัน สลับกับนมสดคนเบา ๆ

๓ กล้วยหอมตัด ๒--๓ ท่อนแล้วผ่าครึ่ง

๔ กะทะใส่น้ำมัน ตั้งไฟอ่อน ๆ พอกระทะร้อนนำกล้วยชุบแป้งลงทอดให้เหลือง แล้วกลับอีกด้านหนึ่งลงทอด พอเหลืองตักขึ้นให้สะเด็ดน้ำมัน โรยน้ำตาลป่น จัดลงจาน

ข้าวเหนียว-หน้ากุ้ง

ส่วนผสมข้าวเหนียว

ข้าวเหนียว ๔ ถ้วย มะพร้าวขาว ๑ ก.ก. กั้นกะทิ ๒ ถ้วย เกลือ ๔ ช.ช.

น้ำตาลทราย ๕ ถ้วย

วิธีทำ

๑ ข้าวเหนียวขาว ๑ ครั้งแล้วนำมาแช่ในน้ำผสมขมิ้นพอมีสีเหลืองประมาณ ๒ ช.ม. สงขึ้นให้สะเด็ดน้ำ ใส่หอกหนึ่งหรือรังถึงปุก้วยผ้าบางก็ได้ประมาณ ๒๐ นาที

๒ ผสมกะทิ เกลือ และน้ำตาล คนจนน้ำตาลละลาย กรองด้วยผ้าบางนำไปต้ม คอยคนอย่าให้เป็นลูก พอเดือดท้วยกลง

๓ พอลูกข้าวเหนียวสุกแล้วด้วยกลง เทใส่ในกาละมัง แล้วค่อยๆ ใส่กะทิ คนทะล่อมเบาๆ บิ่คฝา

ส่วนผสมหน้ากุ้ง

กุ้งน้ำจืดสับละเอียด ๑ ถ้วย มะพร้าวขูด ๑ ถ้วย รากผักชี ๒ ช.ช. พริกไทย ๑ ช.ช. เกลือป่น ๒ ช.ช. น้ำตาลทราย ๒-๓ ช.ต. โขมะกรูดหั่นฝอย

วิธีทำ

๑ ผสมมะพร้าวกับสีส้มให้เข้ากันแล้วสับให้ละเอียด นำไปสับรวมกับกุ้ง

๒ โขลกพริกไทยกับรากผักชีให้ละเอียด

๓ น้ำมันใส่กะทะเล็กน้อย นำเครื่องที่ผัดไว้ลงไปผัดพอหอม ใส่กุ้งลงผัดให้สุก ปรุงรสด้วยเกลือ น้ำตาลทราย เมื่อรสดีแล้วตักขึ้นโรยหน้าด้วยโขมะกรูดหั่นฝอย

ขนมเรไร

ส่วนผสม

แป้งข้าวเจ้าอย่างคี่ ๒ ถ้วย น้ำ ๒ ถ้วย แป้งท้าว ๒ ช.ต. มะพร้าวทึนทึก ๑ ชีก งาขาวล้างสะอาดคั่วให้เหลือง ๕ ถ้วย น้ำตาลทรายเม็กละเอียด ๕ ถ้วย เกลือ กะทิ ๕ ถ้วย (สำหรับทาพิมพ์ให้ลื่น)

วิธีทำ ๑ นำแป้งทั้ง ๒ อย่างรวมกัน ค่อยๆ ใส่ให้นวดสักครู่แล้วจึงค่อยละลาย จนน้ำหนัก ๒ ด้วยเทใส่กะทะตั้งไฟกวนจนกระทั่งขึ้นเหนียวจึงยกลง

๒ นำแป้งที่กวนแล้วใส่ชามอ่าง แล้วใช้มือจุ่มน้ำเย็นนวดแป้งเบา ๆ จนเข้ากันดี แบ่งแบ่งเป็นส่วน ๆ ส่วนไหนต้องการสีอะไรก็เอาสีหยดใส่แล้วนวดให้เข้ากันดี

๓ บั่นแป้งเป็นก้อนน้อย ๆ ใส่ลงในที่อัดเส้น แล้วใช้มือกดออกมาเป็นเส้น ๆ รวมกันเป็นก้อน ตักวางในลังถึงหนึ่งประมาณ ๖ นาทีเอาออกจากลังถึงใส่จานไว้

๔ งดข้าวแล้วบดหรือโขลกให้แตกจะได้หอม ผสมน้ำตาลและเกลือเล็กน้อย มะพร้าวขูดคั่วที่ซุดเป็นเส้นฝอย ๆ

๕ จักขนมใส่จานและใส่กับน้ำตาล

ขนมกรวย

ส่วนผสมหน้าขนม

แป้งข้าวเจ้า ๑ ถ้วย แป้งท้าว ๑ ช.ต. มะพร้าว ๓ ชิคคั้นหัวกะทิ ๒ $\frac{1}{2}$ ถ้วย เกลือป่น ๓ $\frac{1}{2}$ ช.ช. น้ำตาลทราย ๓ ช.ต.

ส่วนผสมตัวขนม

แป้งข้าวเจ้า ๑ ถ้วย แป้งท้าว ๑ ช.ต. หางกะทิ ๒ $\frac{1}{2}$ ถ้วย น้ำตาลโตนด หรือน้ำตาลมะพร้าว ๑ ถ้วย

วิธีทำตัวขนม

๑ ผสมน้ำตาลกับหางกะทิ ๑ $\frac{1}{2}$ ถ้วย คนจนน้ำตาลละลายแล้วกรอง

๒ ผสมแป้งทั้ง ๒ ชนิดเข้าด้วยกัน นวดกับน้ำกะทิจนนุ่มแล้วจึงค่อยๆ ใส่น้ำกะทิจนหมด ๑ ถ้วยนำไปผสมกับข้อ ๑

วิธีทำหน้าขนม

๑ ผสมแป้งทั้ง ๒ ชนิดเข้าด้วยกัน นวดกับกะทิ พอแป้งนุ่มค่อยๆ ใส่น้ำกะทิจนหมด ใส่เกลือ น้ำตาลทราย คนจนละลาย

๒ ตักขนมหยอดใส่กรวยประมาณ $\frac{1}{2}$ กรวย นำไปนึ่งพอสุกยกลง (การนึ่งต้องใช้ไฟแรง)

ขนมทอง

ส่วนผสม

แป้งสาลีร่อนแล้ว ๒ ถ้วย แป้งข้าวเหนียว ๑ ถ้วย น้ำตาลป่น ๑ ช.ช. เกลือ ๕ ช.ช. ผงฟู ๓ ช.ช. กะทิคั้นข้นๆ ประมาณ ๑ ถ้วย น้ำตาลมะพร้าว ๑ ถ้วย

๑ ผสมแป้งทั้งสองชนิด เกลือ น้ำตาล ผงฟูเข้าด้วยกัน แล้วค่อยๆ ใส่กะทิวนวดด้วยกันจนนุ่มเหนียว คลึงแป้งแผ่ให้บางประมาณ ๕ นิ้ว ใช้พิมพ์วงแหวน ๒ ชั้น (พิมพ์ตัดโคนตัด) ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง วงนอก ๑ นิ้ว วงใน ๕ นิ้ว กดแป้งทอกลงในน้ำมันร้อนจัดไฟกลางๆ จนเหลืองกรอบ ตักขึ้นวางบนกระดาษซับน้ำมัน

๒ เคี้ยวน้ำตาลกับน้ำ ๒ ช.ต. พอเค็ยคั่วยกลง หยิบขนมที่ทอดไว้จุ่มในน้ำตาลให้ติดเพียงหน้าเดียว เรียงในถาดหรือตะแกรงให้ทางค้ำน้ำตาลอยู่ข้างบน พอน้ำตาลแห้งสนิท จัดลงจาน หรือเก็บในภาชนะที่มีฝาปิดสนิท

ขนมบัวป็น

ส่วนผสม

แป้งข้าวเหนียวขาว ๒ ๕ ถ้วย มะพร้าวขาว ๒ ๕ ก.ก. น้ำดอกมะลิ ๑ ถ้วย ไข่เป็ด ๑ ฟอง น้ำตาลทราย ๒ ถ้วย

วิธีทำ

นวดแป้งกับมะพร้าวให้เข้ากันจนน้ำกะทิออกมา ต่อยไข่ใส่ในนวดต่อไป แล้วจึงค่อยๆ ใส่กะทิและน้ำตาล นวดต่อไปจนหมด เทใส่กะทะทองนำไปกวนพอขึ้น เทใส่ถาดเข้าเตาอบ ไปบนค้อนข้างแรงพอเหลืองทั่วทั้งไว้ให้เย็น ตักเป็นชิ้นสี่เหลี่ยม

(ถาดที่ใส่นมควรทาด้วยน้ำมันให้ทั่ว)

ขนมมันสำปะหลัง

ส่วนผสม

มันสำปะหลังใส่ด้วยกระท่ายจีน ๑ ถ้วย มะพร้าวทึนทึกใส่ด้วยกระท่ายจีน ๕ ถ้วย น้ำตาลทราย ๕ ถ้วย น้ำดอกมะลิ ๓ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

๑ ผสมมันสำปะหลัง มะพร้าว น้ำตาลทราย น้ำดอกมะลิ คนจนน้ำตาลละลาย ใส่สีพอมีสีอ่อนๆ

๒ ตักขนมใส่ถ้วยให้เต็ม โรยหน้าด้วยมะพร้าวผสมเกลือพอมีสีเข้มอ่อนๆ นำไปนึ่งให้สุก ยกลงทิ้งไว้ให้เย็นจึงแกะออกจากถ้วย

ขนมส้มประณี

ส่วนผสม

น้ำตาลทรายเม็ดใหญ่ ๒ ๕ ถ้วย แป้งมัน ๓ ๕ ถ้วย มะพร้าว ๑ ก.ก. คั้นกะทิ ๓ ถ้วย สีใส่ขนม ดอกมะลิ, ดอกกระดังงา

วิธีทำ

๑ คั้นกะทิด้วยน้ำดอกไม้สด ๓ ถ้วย

๒ น้ำตาลทราย ๒ ๕ ถ้วย ผสมกับน้ำดอกไม้สด ๑ ๕ ถ้วย เคี่ยวเป็นน้ำเชื่อมพอเดือดแล้วกรอง

๓ เอาน้ำเชื่อมผสมกับกะทิ ใส่กะทะทอง เคี่ยวจนงวดเกือบเป็นยางมะตูม (ระวังอย่าให้ขึ้นจนเกินไปจะร้อนตกทราย) ยกลงมาจนข้างล่างด้วยพาย คนไปทางเดียวจนเป็นสีขาว

๔ แป้งใส่กะทะทองกั่วที่ลดน้อยจนสุก อย่าให้เหลืองแล้วร้อน

๕ เอาแป้งใส่ในน้ำตาลคนที่คนที่ละน้อย ใช้พายตะล่อมให้เข้ากันเป็นก้อนกลม ใส่สีตามต้องการ แล้วยกขึ้นตั้งไฟให้ละลายพอเดือดรีบยกลงพอกวนข้างล่าง กวนพอเป็นก้อนตักใส่ภาชนะ ใช้ผ้าขาวชุบน้ำบิดให้หมาดๆ บีบ อัดใส่พิมพ์ให้แน่น เอามีคปาดหน้าให้เรียบ เคาะออกจากพิมพ์

๖ นำใส่โหลอบด้วยดอกมะลิ ดอกกระดังงา ซึ่งรวมกันเทียนก่อน

ข้าวเหนียวแก้ว

ส่วนผสม

ข้าวเหนียว ๖ ลิตร มะพร้าวขูดขาว ๖ ก.ก. กั้นกะทิ ๑ ๖ ถ้วย น้ำตาลทราย เม็ดใหญ่สีขาว ๖ ก.ก. เกลือ $\frac{๑}{๒}$ ช.ช. น้ำปูนใส ๖ ช.ต. น้ำดอกไม้สก ๖ ถ้วย

วิธีทำ

- ๑ ซาวข้าวเหนียวให้สะอาด แล้วแช่น้ำไว้ ๓ ชม. นำไปนึ่งให้สุก
- ๒ นำข้าวเหนียวที่สุกแล้วมูนกับกะทิ ทั้งไว้ประมาณ ๑ ชม.
- ๓ นำข้าวเหนียวที่มูนใส่กระทะทอง ผสมกับน้ำตาล, เกลือ น้ำปูนใส และน้ำดอกไม้สก เกล้าให้เข้ากัน กวนจนกระทั่งแห้งกึ่งกลาง ทั้งไว้พอรุ่น ตักใส่กระทงกระดาษขนาดเล็ก หรือใส่ภาชนะที่มีฝาปิดด้วยดอกมะลิ

ขนมทองเอก

ส่วนผสม

แป้งสาลีร่อนแล้ว ๕ ถ้วย ไข่ไก่ไข่เฉพาะไข่แดง ๕ ฟอง กะทิ ๒ ถ้วย น้ำตาลทราย ๑ ๖ ถ้วย สีเหลืองจำปา

วิธีทำ

- ๑ ผสมน้ำตาลกับกะทิทั้งไฟ พอน้ำตาลละลายยกลงกรองนำกลับไปที่ไฟ เคียวให้ขึ้นเป็นยางมะตุม แล้วคนให้เย็น
- ๒ เมื่อน้ำตาลเย็นดีแล้ว ใส่ไข่แดงที่ละลายฟอง คนให้เข้ากันจึงใส่แป้งที่ละน้อยจนหมดแป้ง ยกขึ้นตั้งไฟจนจนกว่าจะแห้ง ใส่สีน้ำหอม สี คนให้เข้ากันแล้วยกลง ทั้งไว้ให้เย็น

๓ นำขนมใส่พิมพ์ อัดให้แน่น แล้วเคาะออก ปีกด้วยทองแผ่น เก็บใส่ขวดโหลอบคอกมะลิและกระถังงา

ขนมขี้

ส่วนผสม

แป้งท้าว ๑ ๖ ถ้วย แป้งข้าวเจ้า ๖ ๖ ถ้วย แป้งมัน ๖ ๖ ถ้วย น้ำตาลทราย ๓ ถ้วย น้ำคอกมะลิ ๑ ถ้วย มะพร้าวขาว ๖ ก.ก. คั้นกะทิ ๓ ถ้วย

วิธีทำ

๑ น้ำตาลทราย ๓ ถ้วย ผสมน้ำคอกมะลิ ๑ ถ้วย ตั้งไฟพอน้ำตาลละลาย ยกกลงกรอง นำกลับไปตั้งไฟใหม่จนเดือดทั่ว ยกลงทิ้งไว้ให้เย็น

๒ ผสมแป้งท้าว แป้งข้าวเจ้า แป้งมัน ค่อยๆ ใส่กะทิจนแป้งนุ่ม แล้วจึงค่อยใส่กะทิจนหมด และใส่น้ำเชื่อม

๓ แบ่งแป้งเป็นสองสี คือสีขาวและสีแดง หรือสีเขียว

๔ หนึ่งถาดให้ร้อนจัด ตักแป้งเทใส่ถาดให้ทั่วและบาง หนึ่งต่อไปจนแป้งสุก จึงหยอดชั้นต่อไปให้สลับสีกัน (ก่อนจะหยอดชั้นต่อไปต้องคอยให้แป้งสุกเสียก่อน) จนหมดแป้ง ชั้นบนสุดใส่สีให้แก่หน่อย ทิ้งไว้ให้เย็นสนิทจึงตัดได้

ขนมฝรั่ง

ส่วนผสม

ไข่เป็ด ๑ ถ้วย (ประมาณ ๔-๕ ฟอง) น้ำตาลทรายเม็ดละเอียด ๑ ถ้วย แป้งสาลีร่อนแล้ว ๒ ถ้วย น้ำมันมะพร้าวพอกคร

วิธีทำ

๑ ต่อยไข่ใส่ชาม ตีไข่จนฟู ค่อยๆ ใส่น้ำตาลทีละน้อยจนหมด ก็ขึ้นชั้นขาว จึงใส่แป้งลงในไข่ที่ตีขึ้นแล้ว ไข่ไม่ตีไข่เกล้าให้เข้ากัน อย่าคนมากจนเกินไป

๒ เอน้ำมันมะพร้าวทาพิมพ์ให้ทั่ว นำตั้งบนไฟพหอพิมพ์ร้อนจัด ตักแป้งที่ผสมแล้ว ใส่ในพิมพ์ก่อนพิมพ์ อบไฟล่างไฟบนให้เสมอกัน อย่าให้ไฟแรงนัก พอ

ขนมเป็นสีนวลแก่ ทิ้งไว้ให้เย็นเคาะออกจากพิมพ์ วางบนกระดาษฟางตัดสี่เหลี่ยม
โตขนาดขนม เพื่อซับน้ำมัน

ข้าวเหนียวแดง

ส่วนผสม

ข้าวเหนียว ๕ ลิตร มะพร้าวชุก ๕ ก.ก. คั้นกะทิ ๒ ๕ ถ้วย น้ำตาล
โตนด ๕ ก.ก. งาขาวคั่วให้เหลือง ๔ ช.ค.

วิธีทำ

๑. ซาวข้าวเหนียวให้สะอาด แช่ว้าค้างคืนไว้ หรือแช่ไว้ประมาณ ๔ ชั่วโมง นำไปนึ่งให้สุก ใส่ตระแกรงผึ่งไว้ให้แห้งและเย็น
๒. มะพร้าวคั้นกะทิให้หมดคั้น ๒ ๕ ถ้วย นำไปผสมกับน้ำตาล ตั้งไฟให้ละลาย กรองแล้วเทกลับใส่ตามเดิม เคี่ยวให้งวดเป็นยางมะตม เอาข้าวเหนียวใส่กวนไฟอ่อน ๆ จนแห้ง ตักใส่ถาดเกลี่ยหน้าให้เรียบ ตัดเป็นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ โรยด้วยงาคั่ว ท่อกระดาษแก้วหรือพลาสติก หรือจะใส่กระตังกระดาษ

ขนมดอกกล่าวน

ส่วนผสม

แป้งเค้กร้อนแล้ว ๑ ถ้วย น้ำตาลป่น ๕ ถ้วย น้ำมันเวสสัน ๕ ถ้วย

วิธีทำ

๑. ผสมแป้งกับน้ำตาลให้เข้ากัน ค่อย ๆ ใส่น้ำมันนวดให้เข้ากันพอแป้ง
ร่วน
๒. ปั้นแป้งเป็นก้อนกลมขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง ๕ นิ้ว แล้วผ่า ๔ ชั้น จับชั้น
แป้งที่ผ่าแล้วสามชั้น ให้ปลายชนกันเป็นสามแฉก ปั้นแป้งเป็นก้อนกลมขนาดเส้น
ผ่าศูนย์กลาง ๕ นิ้ว วางตรงกลางดอก ผ่าสามแฉกอย่าให้ขาดจากกัน วางเรียงใน
ถาดที่ทำน้ำมันพอทั่ว นำเข้าเตาอบ ไฟกลางค่อนข้างแรง พอเป็นสีนวล พอเย็น
สนิทจึงแซะขึ้นจากถาด ใส่น้ำมันที่เย็นที่มีฝาปิดสนิทอบด้วยควันเทียน ดอกมะลิ ดอก
กระดังงา

ตะโก้

ส่วนผสมตัวขนม

แป้งข้าวเจ้า ๒ ถ้วย แป้งมัน เฮอร์ อาร์ทู ๑ ๒ ถ้วย แป้งถั่ว ๑ ๒ ถ้วย น้ำ
คอกมะลิ ๔ ถ้วย

ส่วนผสมน้ำเชื่อม

น้ำตาลทราย ๓ ถ้วย น้ำ ๓ ถ้วย

ส่วนผสมหน้า

กะทิ ๓ ๑ ๒ ถ้วย แป้งข้าวเจ้า ๑ ๒ ถ้วย เกลือ ๒ ๑ ๒ ช้อนชา

วิธีทำ

๑ ผสมน้ำตาลและน้ำตั้งไฟ พอน้ำตาลละลายยกกลงกรอง

๒ ผสมแป้งทั้งสามชนิดเข้าด้วยกัน นวดกับน้ำ โดยค่อย ๆ ใส่น้ำทีละ
น้อยจนหมด นำไปตั้งไฟกวน เติมน้ำเชื่อมเรื่อย ๆ ไปจนแป้งสุก ใส้แห้งจับขึ้น
ฝอยหรือสี่เหลี่ยมลูกเต๋า หรือลูกบัวผ่าซีกหรือตัวเขียวหนึ่งซีกแล้ว กวนจนได้ที่แล้ว
ตักหยอดใส่กระทงสี่มุม หรือกระทงใบเตย

๓ ผสมกะทิ แป้ง เกลือ ให้เข้ากัน ตั้งไฟกวนพอข้นและเดือดทั่ว ยก
ลงหยอดที่บ้นตัวขนมขณะที่หน้าขนมกำลังร้อน ๆ

วันสังขยา

ส่วนผสม

วันแช่น้ำให้หมักเป็นท่อนสั้น ๆ ๑ ถ้วย น้ำ ๓ ถ้วย น้ำตาลทราย ๑ ๒
ถ้วย น้ำตาลมะพร้าว หรือน้ำตาลโตนด ๑ ถ้วย กะทิ ๑ ถ้วย ไข่ไก่ ๑ ถ้วย
(ประมาณ ๔-๕ ฟอง) วานิลลา ๑ ช้อนชา

๑ ผสมน้ำกับวัน ตั้งไฟเคี่ยวจนวันละลาย ใส่น้ำตาลพอน้ำตาลละลาย
ยกกลงกรอง แล้วนำกลับไปตั้งไฟใหม่เคี่ยวพอข้น

๒ ผสมกะทิกับน้ำตาล คนจนน้ำตาลละลายแล้วกรอง ที่ไซ้ให้เข้ากัน
นำไปใส่ในวันรีบคนเร็ว ๆ จนเข้ากันดี ใส่วานิลา พอเคี้ยวทั่วทั้งหอยอดใส่พิมพ์ทั้ง
ไว้ให้แข็งแคะออกจากพิมพ์

ขนมโก๋ญวน

ส่วนผสมแป้ง

แป้งขนมโก๋ ๒ ถ้วย กัวพอเหลืองแล้วร่อน น้ำตาลทรายเม็ดใหญ่ ๓
ถ้วย น้ำ ๑ ถ้วย

ส่วนผสมไส้

พักเชื่อมหั่นชั้นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ $\frac{1}{2}$ ถ้วย มันหมูแข็งต้มสุกหั่นชั้นสี่เหลี่ยม
เล็ก ๆ $\frac{1}{2}$ ถ้วย หอมเจียว ๑ ช.ต. งาขาวคั่ว ๓ ช.ต. เกือบปั้น ๕ ช.ช.

วิธีทำ

๑ ผสมน้ำตาลและน้ำ เคี่ยวไฟอ่อน ๆ พอเหนียว (น้ำตาลจับเกล็ดขาว
ข้างกะทะ) ยกลงนำมาคนจนน้ำตาลชั้นขาว (ลักษณะคล้ายนมข้น) ใส่สีคนให้เข้า
กัน พักไว้จนน้ำตาลเย็นสนิทหรือจะอบด้วยเทียนอบหรือคอกมะลิค้างคืนไว้ก็ได้

๒ นำน้ำตาลที่เย็นสนิทแล้ว ค่อยใส่ในแป้ง ใช้มือขยี้ไปมาให้เข้ากัน
จนแป้งหมาดและนุ่มร่วน เอาผ้าคลุมไว้

๓ ผสมพัก มันหมู งา เกือบ หอมเจียว เกล้าให้เข้ากัน ชิมให้มีรส
เค็มนำ

๔ ตักแป้งใส่พิมพ์ ตักไส้ใส่ แล้วตักแป้งทับไปบนไส้กดให้แน่น อด
ออกจากพิมพ์ใส่โหลอบด้วยควันเทียนหรือคอกมะลิ

ขนมโคมนัส

ส่วนผสม

ไข่ขาว ๑ ถ้วย น้ำตาลทรายบ่น ๑ $\frac{1}{2}$ ถ้วย มะพร้าวคั่วให้เหลือง ๓ ถ้วย
โกโก้ผง ๑ ช้อนโต๊ะ น้ามะนาว ๑ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

- ๑ ตีไข่ขาวให้ขึ้น ค่อยใส่น้ำตาลทีละน้อยจนขึ้นแข็ง ใส่น้ำมะนาว โท
โกโก้ และมะพร้าวคั่วคนให้เข้ากัน
- ๒ ตากทาน้ำมันให้ทั่ว ตักขนมหยอกเป็นก้อนเล็กนำเข้าเตาอบไฟอ่อน
พอเหลืองนำออกจากเตาอบ

เอนclair (Eclair)

ส่วนผสมแป้ง

แป้งสาลีร่อนแล้ว ๑ ½ ถ้วย เนยหรือมาการีน ๕ ถ้วย น้ำ ๑ ถ้วย น้ำ
ตาลทราย ๑ ช.ต. เกลือ ๕ ช.ช. ไข่ไก่ ๔ ฟอง วานิลลา ๑ ช.ช.

ส่วนผสมไส้

น้ำตาลทราย ๑ ถ้วย แป้งข้าวโพดหรือแป้งสาลี ๓ ช.ต. นมสด ๑ ½ ถ้วย
ไข่ไก่ ๔ ฟอง วานิลลา ๑ ช้อนชา

วิธีทำ

๑ ผสมน้ำกับเนย น้ำตาลและเกลือ ต้มไฟให้เดือด แล้วลดไฟลง ใส
แป้งลงคนเร็ว ๆ ให้เข้ากัน จนแป้งเป็นก้อนกลมร้อนจากขอบหม้อ ยกลงทิ้งไว้ให้
อุ่น ค่อยไข่ใส่ ๑ ฟอง คนจนเข้ากันดี แล้วจึงใส่ฟองต่อไปอีก ทำเช่นนี้จนครบ
๔ ฟอง ใส่วานิลลาคนให้เข้ากันดี

๒ ตากแบนสำหรับอบ ทาน้ำมันให้ทั่ว ใช้ช้อนชาตักหยอกให้เป็นรูป
ยาว นำเข้าเตาอบไฟแรง ๓๗๕-๔๐๐°F ประมาณ ๑๐ นาที ลดไฟลงอบอีก
ประมาณ ๑๕ นาที นำออกจากเตาอบทิ้งไว้ให้เย็น

๓ อุ่นนมให้ร้อนจัด ใส่น้ำตาลลงคนจนละลาย ยกออกจากเตา ทิ้งไว้
พออุ่น

๔ ท่อยไข่ใส่ขามตีให้เข้ากัน เกลงในหม้อนมรีบคนเร็ว ๆ ให้เข้ากัน
ระวังอย่าให้เป็นลูก คนบนหม้อตุ๋นจนเริ่มขึ้น ใส่วานิลากนให้เข้ากัน ทั้งไว้ให้เย็น
ตักใส่กรวยเล็ก ๆ บีบใส่ขนมที่อบไว้ (ถ้าชอบใส่ซ็อกโกแลตก็ใส่ผงโกโก้ ๑-๒
ช.ช. คนให้เข้ากัน ถ้าใส่มากจะขม)

ขนมเบ็ยกปูนดำ

ส่วนผสม

แป้งข้าวเจ้า ๒ ถ้วย น้ำตาลมะพร้าว ๑ ½ ถ้วย น้ำปูนใส ๕ ถ้วย น้ำ
คอกมะลิ ๑ ½ ถ้วย กาบมะพร้าวเผาไฟปั่นละเอียด ๒ ถ้วย มะพร้าวทึนทึก ๒ ผล
ซุกฝอยผสมเกลือพอมีรสเค็มอ่อน ๆ

วิธีทำ

๑ เอาน้ำตาลผสมกับน้ำคอกมะลิ พอน้ำตาลละลาย ผสมกับมะพร้าว
เผาไฟ กรองด้วยผ้าขาวบาง

๒ ผสมแป้งกับน้ำให้เข้ากัน จึงใส่น้ำปูนใสคนให้เข้ากันเทใส่กะทะทอง
นำไปตั้งไฟกวนจนกระทั่งขึ้นเหนียว ยกกลงจากเตาเทขนมใส่ถาดเกลี่ยหน้าให้เรียบ
เสมอกัน มีความหนาประมาณ ๑ นิ้ว พอขนมเย็นใช้มีดตัดเป็นรูปสี่เหลี่ยมขนม
เบ็ยกปูน จัดใส่จานโรยด้วยมะพร้าวซุกฝอย

ขนมหน้านวล

ส่วนผสม

ไข่แดง ๕ ฟอง น้ำตาลป่นร่อนแล้ว ๑ ½ ถ้วย แป้งสาลีร่อนแล้ว ๑
ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

๑ เตรียมพิมพ์ขนาดเล็กรูปร่างต่าง ๆ เช่น วี กลม หรือยาว ทาน้ำมัน
พิมพ์ให้ทั่ว เรียงในถาดเข้าเตาอบไฟอ่อน ๆ ก่อนจะหยอดขนมสัก ๕ นาที

๒ ตีไข่แดงจนขาวฟู แล้วผสมน้ำตาลลงตีต่อไปอีกสัก ๕ นาที ผสมแป้งลงคนเบา ๆ จนทั่ว นำพิมพ์ออกจากเตาอบ หยอคขนมอย่าให้เต็มนัก แล้วนำเข้าเตาอบพักไว้ พออุ่นจึงแกะออกจากพิมพ์เย็นแล้วเก็บในภาชนะที่ปิดสนิทได้ขนมประมาณ ๕๐-๖๐ ชิ้น

โคนต์

ส่วนผสม

แป้งสาลีตราทาบ ๔ ถ้วย น้ำตาลป่น ๑ ถ้วย ไข่แดง ๓ ฟอง เกลือป่น ๕ ช้อนชา เนย ๕ ถ้วย ลูกจันทร์ป่น ๕ ช้อนชา นมสด ๕ ถ้วย ผงฟู ๔ ช้อนชา

วิธีทำ

- ๑ ผสมแป้งเกลือป่น ลูกจันทร์ป่น ผงฟู ร่อนรวมกัน ๓ ครั้งพักไว้
- ๒ แบ่งน้ำตาลออกเป็นสองส่วน ๆ ละ ๕ ถ้วย
- ๓ น้ำตาลส่วนหนึ่งคนกับไข่แดงจนขึ้นแข็ง และน้ำตาลอีกส่วนหนึ่งคนกับเนยจนขึ้นขาว

๔ นำทั้งสองส่วนมาผสมกัน แล้วค่อย ๆ รินนมสดใส่ให้เข้ากัน จึงใส่แป้งตะล่อมให้เข้ากันเป็นก้อน

๕ นำแป้งมากลึงเบา ๆ แล้วใช้พิมพ์ขนมโคนต์กดคัททิ้งไว้สักครู่ นำไปทอดไฟกลางค่อนข้างอ่อน พอเหลืองทั่วก็ขยี้ให้สะเด็ดน้ำมัน

แยมโรล (Jam Roll หรือ Swiss Roll)

ส่วนผสม

ไข่ไก่ ๔ ฟอง น้ำตาลป่น ๑ ถ้วย แป้งเค้กร่อนแล้ว ๑ ถ้วย ผงฟู ๑ ช.ช. เกลือ ๑ ช.ช. น้ามะนาว ๑ ช.ต. วานิลลา ๑ ช.ช.

วิธีทำ

๑ ตีไข่ให้ขึ้นฟู แล้วค่อย ๆ ใส่น้ำตาลตีไปเรื่อย ๆ จนหมดก็ เมื่อใส่น้ำตาลหมดหนึ่งถ้วยแล้วก็ตีไปเรื่อย ๆ ประมาณ ๓-๕ นาที

๒ ร่อนแป้ง ผงฟู เกลือ เข้าด้วยกัน ๓ ครั้ง แล้วใส่ขามไข่คนเบา ๆ แต่ให้ทั่วถึง แล้วจึงใส่วานิลลาและน้ำมะนาว คนให้ทั่วอีกครั้ง

๓ เตรียมถาดขึ้น ๆ กรุด้วยกระดาษไขหรือกระดาษแก้วแล้วทาน้ำมันพืชให้ทั่วจนถึงขอบ ใส่ขนมเข้าเตาอบไฟกลาง (375°F) ประมาณ ๘ นาที

๔ เตรียมผ้าชุบน้ำบิดให้หมาด ๆ ขนาดกว้างยาวไม่เล็กกว่าขนม วางบนตะแกรงลวด โรยน้ำตาลบนเล็กน้อย เมื่อขนมสุกแล้วเทลงบนผ้านี้ ลอกกระดาษแก้วออก ม้วนพร้อมกับผ้า พักไว้ให้เย็นอยู่ตัวดีแล้วคลี่ออกทาไส้ จะใช้แยมอะไรก็ได้ที่เหมาะสม ทาบนขนมให้ทั่วม้วนขนมเข้าอย่างโรล เมื่อจะใช้ตัดชิ้นหน้า $\frac{1}{2}$ นิ้ว

ทาร์ตสับปะรด

ส่วนผสม

แป้งพาย ๑ ส่วน สับปะรดน้ำ ๆ สับหยาบ ๆ ๓ ถ้วย น้ำตาลทราย ๑ ถ้วย ไข่อบเชยปั่น $\frac{1}{2}$ ช.ช. (ถ้าชอบ) เนยสำหรับทาพิมพ์ ๒ ช.ช.

วิธีทำ

เตรียมพิมพ์รูปเรือทาเนยบาง ๆ คลึงแป้งราว $\frac{1}{2}$ นิ้ว แล้วกรุลงในพิมพ์ที่เตรียมไว้ ตักขอบให้เรียบ ตักแยมสับปะรดใส่เข้าเตาอบไฟกลาง ๆ ประมาณ ๒๐ นาที หรือจนเหลืองทั่ว นำออกจากเตา ออกจากพิมพ์ฝั่งบนตะแกรง

หมายเหตุ

จะกรุลงพิมพ์ใหญ่ ปิดหน้าก็ได้ หรือพิมพ์ทาร์ต ใส่ไส้แยมหรือผลไม้อื่น ๆ ไม่ใช่สับปะรดก็ได้ แล้วสานด้วยเส้นแป้งพาย ขัดให้เป็นตาสี่เหลี่ยมขนมเปียกปูนก็ได้ ถ้าเป็นทาร์ตเปิดหน้าก็แต่งหน้าด้วยคัสตาร์ด หยอดหน้าบนแยมสับปะรดอีกทีหนึ่ง

แยมสับปะรด

สับปะรดสับหยาบ ๆ ๓ ถ้วย น้ำตาลทราย ๑ ถ้วย เกลือ ๑ ช.ช.

วิธีทำแยมสับปะรด

สับปะรดตั้งไฟเคี่ยวไปจนเปื่อย ใส่ น้ำตาลและเกลือกวนไปพอจวนแห้ง ยกกลงทิ้งไว้ให้เย็น

บีสแก้

ส่วนผสมแข็ง

แป้งสาลีร่อนแล้ว

๑/๒ ถ้วย

เกลือ

๑/๒ ถ้วย

เนยหรือมาการีน

๑/๓ ถ้วย

น้ำเย็นจัดประมาณ

๑-๒ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำแข็ง

๑. ผสมแป้งกับเกลือ ร่อนรวมกัน ๓ ครั้ง เกล้ากับเนยเบาๆ มือให้มีลักษณะคล้ายถั่วลันเตา ใส่เนยเย็นเกล้าให้เข้ากันเป็นเนื้อเดียว

๒. แบ่งแป้งมาคลึงเบาๆ มือ นำมากรุใส่พิมพ์ ตกแต่งริมให้เสมอ ใช้ส้อมจิ้มกันพิมพ์ให้ทั่ว เพื่อไล่อากาศออก

ส่วนผสมเค้ก

แป้งเค้ก

๑/๒ ถ้วย

ผงฟู

๑/๒ ช้อนชา

น้ำตาลปั้น

๑/๓ ถ้วย

เนย

๑/๒ ถ้วย

วานิลลา

๑ ช้อนชา

เกลือ

๑/๒ ช้อนชา

ไข่ไก่

๓ ฟอง

นมสด

๑/๒ ถ้วย

วิธีทำ

๑. ผสมแป้ง ผงฟู เกลือ ร่อนรวมกันสามครั้ง
๒. คนเนยกับน้ำตาลจนขึ้นขาว
๓. ต่อยไข่แยกไข่แดงและไข่ขาว
๔. นำไข่แดงใส่ในเนยจนขึ้นฟู จึงใส่แป้งสลับกับนมสด ตะล่อมไปมาเบาๆ มือให้เข้ากันจึงใส่วานิลลา
๕. ตีไข่ขาวให้ขึ้นแข็ง นำไปผสมกับแป้งให้เข้ากัน
๖. นำแป้งที่กรูใส่พิมพ์เรียบร้อยแล้ว ทาแยมให้ทั่ว ตักแป้งที่ผสมไว้ใส่ลงไป ประมาณครึ่งพิมพ์ นำเข้าเตาอบไฟปานกลางจนเหลืองทั่ว โรยด้วยเนยแข็ง ชูตฟอย อบสักครู่ นำออกจากเตาอบทิ้งไว้ให้เย็นจึงแกะออกจากพิมพ์

