

สารกสิกรรมไทย

พิมพ์ในงานฉลองนิกิจ์พ
คุณแม่วงศ์ บุณนาค
ณ เพรตธาตุง
๑๕ กรกฎาคม ๒๕๑๕

อส
ว136ต
2515

THAI NATIONAL ASSEMBLY LIBRARY



3961129879

วันที่ 10/12/57

เลขทะเบียน 0357

เลขหมู่ ๑๗
๒ 136๓.

๒๕15

คำปรารภ

เนื่องจากคุณแม่ได้ป่วยเป็นโรคเนื้อร้ายงอกในสมอง
เจ้าภาพมีความเห็นว่า นอกจากพิมพ์ “คำรำกับข้าวไทย”
บรรณาการแก่ท่านผู้ให้เกียรติมาในวันฉาปนกิจนั้นแล้วควรแทรก
เรื่อง “การผ่าตัดสมองโดยการไขก้างจุลทรรศน์” ของ
นายแพทย์ชนิด เรียงรณู ไว้วด้วย คงจะมีประโยชน์แก่ท่านเพิ่ม
ขึ้นนอกตามสมควร

ขอขอบพระทัย ขอพระคุณต่อท่านทุก ๆ ท่านที่ได้กรุณา
ให้เกียรติ เมื่อคราวสวดพระอภิธรรม และกรุณาให้เกียรติมาใน
วันนี้เป็นอย่างสูง

หากจะมีความบกพร่องต่าง ๆ เกิดขึ้น ขอกราบขอภัยใน
ความบกพร่องต่าง ๆ นั้นด้วย

สมบัติห้องสมุดรัฐสภา

เจ้าภาพ



คุณแม่วงศ์ บุนนาค

ชาติ ๗ มกราคม ๒๔๔๐

มรณะ ๒๕ พฤษภาคม ๒๕๑๕

อาลัยคุณแม่

คุณแม่ไตเรื้อรังป่วยครั้งหลังสุด เมื่อวันที่ ๑ มิถุนายน ๒๕๑๓
หลังจากได้นำส่งโรงพยาบาลและแพทย์ได้ลงความเห็นว่าเป็นโรคเนื้องอก
งอกในสมองไม่มีทางที่จะรักษาให้หายได้ นอกจากประคับประคองรักษา
พยาบาล อย่าให้มีโรคแทรก ลูก ๆ ได้นำคุณแม่กลับไปรักษาตัวที่บ้าน
โดยมีหลานยาย ซึ่งเป็นหมอคอยดูแลอย่างใกล้ชิดหลังจากอยู่โรงพยาบาล
เกือบ ๒ เดือน อาการของคุณแม่ก็เหมือนคนนอนเล่นไม่เจ็บไม่ปวดไม่
ทรมาน เนื่องจากหมดความรู้สึกและช่วยตัวเองไม่ได้พูดได้ทีละคำ ๒ คำ
ต้องมีคนพยาบาลเฝ้าอยู่ตลอดเวลา รอเวลาจนกว่าจะสิ้นใจซึ่งลูก ๆ กลัวกัน
นักหนามียากให้ถึงวันนั้น จนกระทั่งเวลาล่วงเลยมาได้เกือบครบ ๒ ปี
บริบูรณ์ ขาดเพียง ๗ วัน คุณแม่ก็มีอาการเรื้อรังที่สุดที่จะเยียวยาได้
และได้ถึงแก่กรรมด้วยอาการสงบ เมื่อวันที่ ๘ พฤษภาคม ๒๕๑๕ ขณะ
ลูก ๆ หลานกลับบ้านอยู่กันพร้อมหน้า หง ๆ ที่ลูก ๆ ได้พยายามทำใจอยู่
แล้วว่าการจากไปของคุณแม่เป็นการสิ้นสุดจากความทุกข์ทรมานที่ได้นอน
มาเกือบ ๒ ปีเต็ม กอดที่จะเศร้าเสียใจไม่ได้

ผลแห่งกรรมดีที่คุณแม่ได้ปฏิบัติมาตลอดอายุของท่านคงจะได้ส่งให้
วิญญาณของท่านได้ ไปสู่สุคติในสัมปรายภพครบถ้วน.

อาลัยคุณยาย

หลานจำวันนั้นได้คเหมือนว่าเหตุการณ์นั้นเพิ่งเกิดขึ้น วันที่คุณยายจากพวกเราไปอย่างไม่มีวันจะกลับมาอีก วันที่ ๒๕ พฤษภาคม ๒๕๑๔ ถึงแม้ว่าเราจะได้เตรียมใจที่จะรับสถานการณ์ และรู้ว่าไม่วันใดก็วันหนึ่งไม่นานนักคุณยายจะจากพวกเราไป และเมื่อถึงเวลาเข้าจริง ใครเลยจะปฏิเสธได้ว่า ไม่โศก ไม่เศร้า ไม่เสียตายน ไม่เสียใจ ที่ที่สุดก็คือปลอบตัวเอง และทุกคนว่าคุณยายมีความสุขแล้ว คุณยายมีความสุขกว่าเมื่อคุณยายนอนเจ็บลุกไปไหนก็ไม่ได้ รับประทานอาหารเองก็ไม่ได้ คุณยายทำอะไรเองไม่ได้หงอน หลานทราบ ทราบดีว่าคุณยายรู้สึกอย่างไร เพราะเมื่อคุณยายยังแข็งแรงอยู่ คุณยายชอบทำอะไรเอง นอกจากเพื่อตัวเอง และยังเพื่อลูกหลานของคุณยาย แม้จนหลานขวด ไม่มีใครเลยที่คุณยายไม่เคยบ่นข้าว บ่นน้ำ เป็นระยะยามเจ็บไข้ได้ป่วย ความรัก ความกรุณาที่คุณยายมีต่อพวกเรามากเท่าใด ก็ทำให้เรารู้สึกว่าคุณยายไม่ให้โอกาสเราที่จะได้ตอบแทนบุญคุณเลย เมื่อคุณยายเริ่มเจ็บเนื่องจากเส้นโลหิตในสมองอุดตัน คุณยายเดินไม่ได้แล้ว เราก็อยากให้คุณยายหายเหมือนปกติทุกอย่าง แล้ววันหนึ่งคุณยายก็เดินไม่ได้เลย เราก็อยากให้คุณยายมีอาการดีขึ้นแม้จะเพียงเดินไม่ได้ถนัดก็ยิ่งดี แต่เวลานั้นคุณยายก็ยังพูดกับเรา หัวเราะ

ก

กับเรา และรับประทานอาหารได้ เราทุกคนหวังว่าสักวันหนึ่งคุณยายจะหายและกลับเป็นปกติเราหวังเช่นนี้ตลอดมา เราขอ เราอ่อนวอน เราต่อรองกับสิ่งที่ไม่มีตัวตน แล้วก็ไม่ปรากฏเลยว่าปฏิหารย์หรืออิทธิฤทธิ์ใดมาทำให้คุณยายของเรามีอาการดีขึ้น จนที่สุดคุณยายก็ไม่ยอมรับประทานอาหาร ไม่รับรู้กับสิ่งแวดล้อม ไม่แม้แต่จะสูดลมหายใจเมื่อหลานชวตไปแนบแก้มกับจมูกเพื่อให้คุณชวตชื่นใจเหมือนเช่นที่เคยมา เรารู้ว่าใกล้จะถึงเวลาเต็มที่แล้ว ก็อย่างเคยอะไรก็ไม่มี เราไม่รู้จึก เราไม่เคยเห็นกำลังพยายามที่จะมาพรากคุณยายไปจากเรา แล้วที่สุดคุณยายก็จากเราไป เราก็อยากที่จะบอกเหมือนเคยว่าที่ขอเพียงให้คุณยายนอนเฉย ๆ ก็ยังดี เมื่อไม่ได้ตั้งใจก็ได้แต่ปลอบตัวเองว่าคุณยายกำลังมีความสุข และเราเชื่อเรามั่นใจเหลือเกินว่ากรรมดีที่คุณยายได้ ประพฤติปฏิบัติมาจะเป็นทางนำคุณยายที่รักของเราไปสู่สุคติ

กรรมดีที่คุณยายประพฤติ ปฏิบัติมาเป็นที่ประจักษ์แก่หลานและทุกคนที่ใกล้ชิด อะไรที่เป็นบาปคุณยายจะละเว้นส่งนเมื่อหลานโศกพอที่จะจำความได้ หลานไม่เคยเห็นคุณยายมาส์ตัวตชีวิต หรือแม้แต่ยุ่งสักตัว หลานจำได้ติดตามเวลาที่คุณยายค่อย ๆ นำแก้วใบเล็ก ๆ ไปแนบกับมุ้งเพื่อคักยุงแล้วก็สอดแก้วไปนอกมุ้งเพื่อปล่อยยให้มันเป็นอิสระ หลานเชื่อเสมอว่าในภพนี้ไม่มีบาปอะไรที่คุณยายจะต้องไปชดใช้ใภพหน้า แต่การที่คุณยายต้องนอนเจ็บนอนทรมานก็คงเนื่องมาจากกรรมเก่า คงเป็นการทวงหนี้

ง

จากเจ้าหน้าหน้าเลือด แล้วต่อแต่นั้นไปจะไม่มีหนคงเหลือให้คุณยายชดใช้
อีก หลานไม่จำเป็นที่จะต้องวงวอนต่อสิ่งใดอีกแล้ว เพราะกรรมดีที่คุณยาย
ได้ประพฤติปฏิบัติมาตลอดชั่วชีวิต จะเป็นทางนำคุณยายที่รักของหลานไป
สู่สุคติภพ หลานเชื่อและหลานมั่นใจอย่างนั้นจริง ๆ

หลาน ๆ ของคุณยาย

สารบัญ

หน้า

การผ่าตัดสมองโดยใช้กล้องจุลทรรศน์ ๑

ตำรากับข้าวไทย

ข้าวคลุกเต้าเจี้ยว	๗
ข้าวผัดเบ็ดเต๋อย่าง	๘
ข้าวผัดมะพร้าว	๙
ข้าวผัดสับปะรด	๑๐
ข้าวผัดล้นจี่	๑๑
น้ำพริกพม่า	๑๒
น้ำพริกเต้าเจี้ยว	๑๓
น้ำพริกเต้าหู้ยี้	๑๔
น้ำพริกหน้าเลียบ	๑๕
น้ำพริกไข่เค็ม	๑๖
กะปี่พล่า	๑๗
เต้าเจี้ยวพล่า	๑๘
ยำเกสรชมพู	๑๙
ยำชมพูซ่าแหรก	๒๐
ยำดอกขจร	๒๑
ยำดอกกุหลาบมอญ	๒๒

(๒)

ข้าดอกเข็ม	๒๓
ข้ารางสาด	๒๔
ข้าพื้ทิม	๒๕
ข้าแห้วจีน	๒๖
แกงบอน	๒๗
แกงไตปลา	๒๙
แกงห่มตะพาบ ^๙ นา	๓๐
แกงคว ^{๑๔} เป็ด	๓๒
แกงคว ^{๑๖} ขาวหน่อไม้ส้ม	๓๓
แกงส้มถั่วฝักยาวกับหอยแมลง ^{๑๗} ภูสัตว์	๓๕
แกงแคเมืองเหนือ	๓๖
แกงเผ็ดพม่า	๓๘
ต้มโคล้งแบบอีสาน	๓๙
แกงห่ม ^{๑๘} ป่าเทียม	๔๐
ต้มยำสามภ ^{๑๙} ษตรี	๔๒
ห่อหมกเสวย	๔๓
พริกขิงปลากรอบ	๔๕
ปลาฉวน	๔๖
ปลาช่อนต้มเค็มกับ ^{๒๐} เกยมนาย	๔๘
งบบปลาเค็มหรือปลาร้า	๔๙
ปูด้วยตะไล	๕๐

(๓)

หมูหุ้ม	๕๑
ไส้กรอกข้าวโพด	๕๒
ดอกแคสอดไส้	๕๓
ไก่สวรรค์	๕๔
ไก่สอดไส้	๕๕
เมี่ยงไก่	๕๖
เมี่ยงขิง	๕๗
เมี่ยงสมอ	๕๘
น้ำปลาใบเมี่ยง	๕๙
ขนมจีนญี่ปุ่น	๖๐
แหนมสด	๖๑

การผ่าตัดดมอง โดยการใช้อ็กล้องจุลทรรศน์

โดย นายแพทย์ชนิด เขียรธนู
แพทย์แผนกประสาทศัลยศาสตร์
โรงพยาบาลสถาบันประสาทวิทยา

การผ่าตัดดมอง โดยการใช้อ็กล้องจุลทรรศน์ คำจำกัดความของคำว่า จุลทรรศน์ คำว่า จุล หมายถึงเล็ก ทรรศน์ หมายถึงการมองเห็น เพราะฉะนั้น อ็กล้องจุลทรรศน์หมายถึงกล้องที่ใช้ส่องดูสิ่งเล็ก ๆ

กำเนิดของอ็กล้องจุลทรรศน์ ได้เริ่มต้นมาจากแว่นขยาย ซึ่งเมื่ออ่านตามประวัติศาสตร์แล้วได้เริ่มมาก่อนคริสต์ศักราช โดยมีรายงานว่ามีผู้ใช้น้ำใสในโลกแก้วส่องกับแสงอาทิตย์ สามารถจะทำให้เกิดความร้อนสามารถจุดไฟติดได้ ความเจริญทางแว่นขยายมีมาโดยลำดับ ส่วนมากรายงานมาจากพวกยุโรป แต่ผู้ที่สามารถนำเอาแว่นขยายมาใช้ในทางสูรวิทยา คือ โรเบิร์ต ฮุก ชาวอังกฤษ ในปีพุทธศักราช ๒๑๙๙ หรือคริสต์ศักราช ๑๖๖๕ หรือประมาณ ๓๐๐ ปี ล่วงมาแล้ว ต่อมาได้มีผู้ใช้แว่นขยายนี้ ศึกษาในวิชาสาขาต่าง ๆ เป็นจำนวนมาก เช่น ชีววิทยา วิชากายวิภาค การศึกษาดวงดาว เป็นต้น ประมาณปีพุทธ-

ศักราช ๒๔๔๓ ได้มีผู้เริ่มใช้กล้องจุลทรรศน์สำหรับในการผ่าตัดและเจริญ
มาโดยลำดับ จนกระทั่งประมาณปี ๒๕๐๐ ได้มีผู้ใช้กล้องจุลทรรศน์สำหรับ
ในการผ่าตัดสมอง

การผ่าตัดสมอง

การผ่าตัดสมอง ได้มีการทำมาตั้งแต่ดึกดำบรรพ์ จะเห็นได้จาก
กะโหลกศีรษะที่ขุดพบขึ้นมาจากโครงกระดูกที่ถูกฝังอยู่ในพื้นดินนาน ๆ
เช่น พวกอินคา ประเทศเปรู กะโหลกเหล่านี้บางอันจะเห็นว่า มีรอยเจาะ
ชนิดที่ตั้งใจเจาะ เป็นจำนวนหลายอัน จึงสรุปได้ว่า ในสมัยโบราณ
มีการทำการผ่าตัดสมองเช่นกัน แต่ความเจริญในยุคปัจจุบันเริ่มต้นประมาณ
๑๐๐ ปี มาเองโดยแพทย์ชาวยุโรป ประเทศอังกฤษ และโปรตุเกส
แต่พื้นฐานต่อมาได้เกิดขึ้นที่ประเทศอเมริกา ซึ่งเป็นผู้วางรากฐานการผ่าตัด
สมองในสมัยปัจจุบัน สามารถจะทำให้การผ่าตัดสมองเป็นไปได้ และ
อัตราส่วนการตายของการผ่าตัดสมองลดลง เป็นที่ยอมรับของแพทย์สาขา
อื่น ๆ และของประชาชนทั่วไป

ส่วนประเทศไทยนั้น การผ่าตัดสมองเท่าที่ทราบ เริ่มเจริญมาได้
๑๐ กว่าปี ส่วนการใช้กล้องจุลทรรศน์ สำหรับผ่าตัดสมองนั้น มีในเร็ว ๆ นี้

ประโยชน์ของกล้องจุลทรรศน์สำหรับผ่าตัดสมอง

ก่อนอื่นต้องทราบเสียก่อนว่า การทำการผ่าตัดสมองนั้น เราทำได้
ในโรคอะไรบ้าง ปัจจุบันมีความก้าวหน้าในวิชานี้มาก โรคที่ต้องการ
การผ่าตัดสมองในบ้านเรา เท่าที่พบได้บ่อย ๆ คือ

๑. โรคเนื้องอกในสมอง โรคนมโตตั้งแต่เด็กแรกเกิด จนถึงคน
 สูงอายุ จำนวนที่เป็นก็มากประมาณ ๑% ของจำนวนเนื้องอกทั้งหมด ที่เรา
 พบในร่างกายนมนุษย์ บัจจุบันการผ่าตัดเอาเนอรัยออกนมือตราการตายต่ำ
 มาก แต่ก็มีเนื้องอกบางชนิดที่อยู่ตรงตำแหน่งสำคัญของสมอง ซึ่งการผ่าตัด
 ธรรมดาจะไม่ได้ผลดีเท่าที่ควร เช่น เนื้องอกที่

ก. ต่อมพิศตติุทธาร เป็นต่อมที่ควบคุมการทำงานของต่อมต่าง ๆ
 ที่สร้างฮอร์โมนของร่างกาย เนื้องอกของต่อมนี้ พบได้ประมาณ ๑๘% ของ
 เนื้องอกภายในสมอง ผู้ที่เป็นโรคนี โดยมากมักจะมาหาแพทย์ด้วยอาการ
 ตามัวมองไม่เห็น เนื่องจากเนอรัยได้กดประสาทเส้นที่สองของสมองที่ทำ
 หน้าทีในการมองเห็น เนื่องจากเนอรัยไปกดประสาทที่มีความสำคัญมาก
 การผ่าตัดด้วยธรรมดาก็ทำได้ แต่ผลที่ได้รับไม่ดีกว่าการที่เราใช้กลอง-
 จุลทรรศน์สำหรับช่วยในการผ่าตัด เราสามารถจะเลาะเอาเนอรัยที่กด
 เส้นประสาทเส้นนี้ไ้โดยสมบูรณ์ คือ นอกจากจะเอาเนอรัยออกได้ ผู้ป่วย
 ก็สามารถตามองเห็น และสามารถดำเนินประกอบอาชีพได้เหมือนคน
 ธรรมดาทั่วไป

ข. เนื้องอกต่าง ๆ ที่อยู่บริเวณรอบ ๆ ต่อมพิศตติุทธารี การทำ
 ผ่าตัดก็เช่นเดียวกัน

ค. เนื้องอกของประสาทเส้นที่ ๘ ของสมอง เนื้องอกชนิดนี้ ทำ
 ให้เกิดอาการหูหนวก เป็นอันแรก ถ้าปล่อยทิ้งไว้จะทำให้เกิดอาการต่าง ๆ
 รุนแรงขึ้นเป็นลำดับ เช่น หน้าเบียวไปซีกหนึ่ง ตาจะหลับไม่ลง เสียการ

ทรงตัวของร่างกาย ปวดศีรษะ และอาเจียน การใช้กล้องจุลทรรศน์ในการผ่าตัด เราสามารถจะเอาเฉพาะเนื้องอกออก ปล่อยให้เส้นประสาทของสมองอื่น ๆ ทำงานได้เป็นปกติ

ง. เนื้องอกชนิดต่าง ๆ ที่อยู่บริเวณ สมองส่วนหลัง ใกล้เคียงกับเนื้องอกชนิดที่แล้ว เราก็สามารถจะทำได้โดยใช้วิธีเดียวกัน

๒. การปวดหน้าขี้ก่เกิดขี้กหนึ่ง เกิดจากประสาทสมองเส้นที่ ๕ ทำพิษ การใช้กล้องจุลทรรศน์ช่วยในการผ่าตัด สามารถจะเล็อกตัดเส้นที่เราต้องการได้

๓. การผ่าตัดเส้นเลือดภายในสมอง สาเหตุที่ทำให้เกิดอาการ คือ

ก. เส้นเลือดแตกภายในสมอง ผู้ป่วยจะมาหาด้วยอาการปวดหัวอย่างรุนแรงทันทีทันใด หลังจากนั้น ก็จะหมดสติ ล้มคว่ำลง แขนขาจะเป็นอัมพาตไปครึ่งซีก หรือผู้ป่วยจะพูดไม่ได้ ในเวลาต่อมาผู้ป่วยโรคนี้ส่วนมากเกิดจากเส้นโลหิตที่เลี้ยงสมองอุดตัน เส้นโลหิตแตก

ข. ในรายที่เส้นโลหิตแตก หลังจากการใช้เอ็กซเรย์ช่วยในการวินิจฉัยโรค เราพอจะบอกได้ว่า เส้นไหนแตก และอยู่ตำแหน่งไหน การผ่าตัดโดยวิธีธรรมดา ก็อาจจะทำได้ แต่ผลที่ได้ออกมาไม่ดี คือ มีอัตราการส่วนการตายสูงมาก จนกระทั่งบางสถาบันไม่นิยมการผ่าตัดโดยตรงต่อเส้นเลือดที่แตก แต่เมื่อเริ่มเอากล้องจุลทรรศน์มาใช้ในการผ่าตัด ได้มีศัลยแพทย์หลายสถาบันนิยมทำการผ่าตัดมากขึ้น และเท่าที่อ่านจากรายงานต่าง ๆ ทราบว่า ได้ผลดี อัตราการตายลดลงมาก เหตุผลที่กล้องสามารถ

ขยายได้หลายเท่าตามที่กล่าวข้างต้น เส้นเลือดเล็ก ๆ เราก็สามารถมองเห็น
จึงเลือกทำได้ง่ายขึ้น ถ้าใช้ตาเปล่าทำการผ่าตัด เราไม่สามารถเห็นเส้น
เลือดเล็ก ๆ ที่มีความสำคัญได้เลย

ค. เส้นเลือดในสมองอุดตัน การใช้อุปกรณ์สามารถผ่าเส้นเลือด
เล็ก ๆ ได้ และเอาสิ่งที่อุดตันอยู่ออก แล้วเย็บเส้นเลือดให้กลับคืนเป็นปกติ
ได้ ตาเปล่าไม่สามารถจะทำได้ เนื่องจากเส้นเลือดเหล่านี้เล็กมาก ๑ มิล
—๓ มิลลิเมตร ค่ายที่ใช้เย็บ ถ้ามองด้วยตาเปล่าก็เกือบจะมองไม่เห็น

๔. การผ่าตัดประสาทไขสันหลัง เริ่มต้นตั้งแต่เนื้องอก เส้นโลหิต
แดง และตำผิปกติ การตัดเส้นประสาทบางเส้น การใช้อุปกรณ์จุลทรรศน์
สามารถทำได้สมบูรณ์ขึ้น มิฉะนั้นผู้ช่วยจะเป็นอัมพาต ใช้แขนขาไม่ได้
บัสสาวะไม่ได้ หรือกลืนบัสสาวะไม่ได้

สรุป

กล้องจุลทรรศน์ที่นำมาใช้ช่วยในการผ่าตัดเนื้องอก และไขสัน
หลัง ช่วยคลายแพทย์ได้ดังต่อไปนี้

๑. แสงไฟที่ได้จากกล้อง สามารถจะส่องลงไปในที่ลึก ๆ ทำให้
ผู้ทำผ่าตัดเห็นได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

๒. แพทย์ผู้ช่วยและนักเรียนแพทย์ ก็สามารถจะเห็นได้ชัดเจน
โดยการใช้อุปกรณ์ติดต่อการถ่ายภาพนิ่งและถ่ายโทรทัศน์ ซึ่งมีเครื่องติดอยู่กับ

กล้อง สามารถจะช่วยสอนแพทย์ และนักเรียนแพทย์ได้ โดยการมองเห็น
 วิถีทำที่ชัดเจน ปกติแล้ว การทำโดยตาเปล่า ผู้ช่วยและนักเรียนจะเห็น
 ลำบากในรายที่อยู่ในที่ลึก ๆ และเล็ก ๆ

๓. การทำผ่าตัดตนเองอกของสมอง และไขสันหลัง ที่อยู่ตำแหน่ง
 ที่สำคัญ การใช้กล้องช่วยจะสามารถทำให้อันตรายต่อเนื้อสมอง และไข
 สันหลังน้อยลง ผลที่ได้จะดีกว่าตาเปล่า

๔. การผ่าตัดเกี่ยวกับเส้นเลือดภายในสมอง ซึ่งตาเปล่าไม่สามารถ
 จะทำได้



ตำรากับข้าวไทย

ข้าวคลุกเต้าเจี้ยว

เครื่องปรุง

ข้าวสุกหุงค่อนข้างสวย

ปลากรอบใหม่ๆ ปั่น

เต้าเจี้ยวอย่างดี

หอมซอย

ขิงอ่อนซอย

ผักชี

พริกขี้หนูแดง พริกแสด

มะนาว น้ำปลาดี น้ำตาล

๔ ถ้วย

๕ ช้อนโต๊ะพูน

๓ ช้อนโต๊ะ

๒ ช้อนโต๊ะพูน

๒ ช้อนโต๊ะพูน

๒ ต้น

๓ เม็ด

วิธีทำ

เอาปลากรอบบั้งไฟแล้วแกะเอาแต่เนื้อปั่นใส่ถ้วยไว้ ขิงอ่อนผ่านบาง ๆ และหั่นฝอยกองไว้ เวลาจะรับประทานคลุกข้าวที่เตรียมไว้กับปลากรอบปั่นและเต้าเจี้ยวให้เข้ากันก่อน แล้วจึงใส่น้ำปลาดีนิดหน่อย บีบนามะนาว เอาน้ำตาลใส่คลุกให้เข้ากัน เมื่อรสดีแล้วจึงใส่หอมซอยกับขิงเคล้าให้ทั่ว ใส่จานโรยด้วยผักชีเด็ดเป็นข้อ ๆ กับพริกแดงและพริกแสดหน้าแฉลบ ๆ

ข้าวผัดเป็ดย่าง

เครื่องปรุง

ข้าวสุกสวย ๆ	๑ ถ้วย
เป็ดย่างแล่นหันแฉลบ ๆ	๑ ถ้วย
กระเทียม	๑๐ กลีบ
หอมใหญ่	๑ หัว
พริกขี้หนูแดง พริกเหลือง	๔ เม็ด
น้ำมันหมู	๒ ๑/๒ ถ้วย
พริกไทยป่น น้าส้ม น้าซอวซัน	
น้าซอวใส น้าตาล	

วิธีทำ

ปอกหอมใหญ่ล้างหันตามขวางหันหยาบ ๆ กระเทียมทุบแล้วสับหยาบ ๆ เจียวกระเทียมพอกหอม เขี่ยขนไว้ปากกะทะ ใส่หัวหอมใหญ่พอกหอมสุกเอาข้าวลงผัดใส่เป็ดย่างแล้วผัดให้ทั่ว ใส่ซอวซัน ซอวใส พอประมาณ แล้วจึงใส่น้าส้ม น้าตาลทราย คนให้ทั่ว ชิมดูรสตามชอบจึงตักใส่จานโรยผักชี และพริกหันแฉลบ ๆ บาง ๆ รับประทานกับแตงกวาดองและบึงคองเปรี้ยว ๆ หวาน ๆ

ข้าวผัดมะพร้าว

เครื่องปรุง

ข้าวสุก	๘ ถ้วย
เนื้อไก่	๒ กิโล (๑ ซีก)
เนื้อหมูติดมัน	๒ กิโล
กุ้งสด	๒ กิโล
กระเทียม	๒ หัว
มะพร้าวคั่ว (หรือจะใช้มะคั้นก็ได้)	๑๐ ผล
กุ้งแห้งป่นพอควร	
พริกขี้พาสตสีต่าง ๆ พอควร	
พริกขี้หนูสดพอควร	
น้ำตาลทราย	
น้ำปลาดี	
น้ำมันหมู	

วิธีทำ

ล้างไก่ หมู และกุ้ง แล้วหั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ ยาวราว ๑ นิ้วฟุต ล้างมะพร้าว ซอยหยาบ ๆ หั่นไว้ ตังกะทะใส่น้ำมันหมูเล็กน้อย ทบกระเทียม และสับหยาบ ๆ เจียวกระเทียมให้หอม ใส่น้ำเนื้อไก่และหมูผัดให้ทั่วแล้วจึง

ใส่กุ้ง พอสุกตักขึ้นพักไว้ เติมน้ำมันลงในกะทะอีก แล้วเอาข้าวลงผัด
ปรุงรสด้วยน้ำปลา น้ำตาล แล้วจึงเอาของที่ผัดไว้ลงคลุกพร้อมกับกุ้งแห้งป่น
มะพร้าว และพริกขี้หนูซึ่งบดพอแตก

ข้าวผัดสับประรด

เครื่องปรุง

ข้าวสุกหุงสวย	๖ ถ้วย
เนื้อหมูหรือเนื้อไก่หั่นเล็ก ๆ	๖ ช้อนโต๊ะพูน
กุ้งสด	๓ ตัว
หอมเจียว	๓ ช้อนโต๊ะพูน
กระเทียม	๑๐ กลีบ
สับประรดหั่นหั่นเล็ก ๆ	๑ ถ้วย
ขิงอ่อนหั่นฝอย	๒ ช้อนโต๊ะ
น้ำมันหมู	๑ ถ้วย
พริกขี้หนูแดงแสด	๒ เม็ด
น้ำตาล น้ำปลาดี น้ำซอวขาว	๔ เม็ด

วิธีทำ

ทุบกระเทียม สับละเอียด แล้วเจียวให้หอม แล้วผัดหมู กุ้งหั่นไว้
พอสุกจึงเอาข้าวลงผัดรวมกัน ใส่ น้ำปลาดี น้ำตาล น้ำซอว และสับประรด
เมื่อชิมรสดีแล้ว ตักใส่จาน โรยขิงอ่อน หอมเจียว และพริกสดหั่นฝอย

ข้าวผัดลนจ

เครื่องปรุง

ข้าวสุกหุงสวย	๖ ถ้วย
เนื้อหมูหรือไก่หั่นชิ้นเล็กยาว	๖ ช้อนโต๊ะพูน
กุ้งสด	๓ ตัว
หอมซอยเจียว	๓ ช้อนโต๊ะพูน
กระเทียม	๑๐ กลีบ
ลนจ (แกะล้างฉีกเป็นชิ้น ๆ)	๑๕ ผล
น้ำมันหมู	$\frac{๑}{๒}$ ถ้วย
พริกซ์พาด่างแสด	๔ เม็ด
ผักชี	
น้ำตาลทราย	
น้ำปลา	
น้ำตาลปี	

วิธีทำ

เจียวกระเทียมพริกหอม ใส่หมู กุ้งลงผัด พอสุกใส่ข้าว และน้ำปลาน้ำตาล ลนจ ขิมรสดีแล้ว ตักใส่จาน โรยหอมเจียว ผักชีเด็ด และพริกซ์พาด่าง

๕ นาพริกพม่า

เครื่องปรุง

กระเทียม (ขนาดข็อง)	๑๒ หัว
หอม (ขนาดข็อง)	๒๐ หัว
รากผักชี	๑ ข้อนชา
ข่า	๑๑ แว่น
ตะไคร้อ่อน	๒ ต้น
ลูกผักชี	๑ ข้อนชา
กะปิ	๒ ข้อนโต๊ะ
พริกแห้งเม็ดใหญ่	๔ เม็ด
กุ้งแห้งตัวใหญ่	๒ ข้อนโต๊ะพูน
เนือหมูแดงสับ	๑ ถ้วย
ใบมะกรูดหั่นฝอย	
น้ำมะขามเปียก	น้ำปลา
	น้ำตาลปีก

วิธีทำ

ตำเครื่องน้ำพริกให้ละเอียดแล้วผสมกับน้ำมันพริกหอม ใส่หมู ผัก
จนสุกจึงเติมรสด้วยน้ำมะขามเปียก น้ำปลา น้ำตาลปีก ชิมรสตามชอบ
แล้วใส่ใบมะกรูดก่อนยกลง

ช น อ ช

นาพรกเตาเจียว

เครื่องปรุง

เตาเจียวอย่างดี ตักเอาแต่เนื้อ ๆ

กุ้งแห้งจืดบนแล้ว

กระเทียม

มะขอกบุดและหน

พรกชฟ้าแดง

พรกขหนูเตตกานออก

น้ำตาล มะนาว

๒ ช้อนโต๊ะ

๑ ช้อนโต๊ะพูน

๗ กีบ

๑ ช้อนโต๊ะ

๒ เมต

๑ ช้อนชา

วิธีทำ

ตำกุ้งแห้งกับเตาเจียว แล้วใส่กระเทียม มะขอกและพรกชฟ้า
พรกขหนูตำให้เข้ากัน ใส่น้ำตาล บีบมะนาว ถ้าไม่เค็ม เติมน้ำปลา
ชิมดูรสตามชอบ รับประทานกับปลาตุ๋นย่าง—ทอด และผักดิบต่าง ๆ

วิชาพรกเตาหอย

เครื่องปรุง

เตาหอย ย่อย่างแดง	๑ ข้อนโต๊ะพูน
กุ้งแห้งจืดอย่างคิบนแล้ว	๑ ข้อนโต๊ะพูน
กระเทียม	๗ กลีบ
มะตั้นเลอกกลกขนาดกลางอย่าให้เม็ดแก่ หน้ตามขวาง	๑ ข้อนโต๊ะ
มะเขือพวงอย่าให้แก่เด็ด	๑ ข้อนโต๊ะ
มะอึกขูดหน้แล้ว	๑ ข้อนโต๊ะ
หมูเน้อแดงสับละเอียด	๑ ข้อนโต๊ะ
หมูมันแข็งเจียวให้กรอบตักขนไว้	๑ ข้อนโต๊ะ
พรกเหลือง	๒ เม็ด
พรกขหนูเค็ด	๑ ข้อนชา
น้ำตาล มะนาว	

วิธีทำ

ตำกุ้งแห้งบ่นกับเตาหอยให้เข้ากัน แล้วใส่กระเทียม มะเขือพวง มะตั้น มะอึก ตำพอเข้ากัน ใส่พรกเหลืองและพรกขหนู ตำเข้ากันดี แล้ว จึงใส่น้ำตาล ขี้บมะนาว ถ้าจืดใส่น้ำปลาได้นิดหน้อย ขี้มิให้รสจืด เอากะทะตั้งไฟใส่น้ำมัน ๓ ข้อนควา ผัดหมูที่สับไว้พอสุก ย่อย่าให้หมู

ติดกันเป็นก้อน แล้วจึงดักน้ำพริกกลงผัดให้หอม พอโตทึบแล้ว จึงเอากาก
หมักที่เจียวไว้กรอง ๆ ใส่น้ำลงไป คนให้เข้ากันแล้วจึงยกกลง รับประทานกับ
ผักดิบ เก็บไว้รับประทานได้ ๔—๕ วัน

ช้ า ก ี ๑ ๕ นาพริกหน้าเลยบ

เครื่องปรุง

หน้าเลยบ	๑ ปด
กุ้งแห้ง	๑๕ ปด
นามะนาว	๙ ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลบก	๑ ๑๒ ช้อนโต๊ะ
น้ำเปล่า	๙ ช้อนโต๊ะ
พริกขีหนูหรือพริกแดงตำ	๓ ช้อนโต๊ะ
กระเทียมตำ	๒ ช้อนโต๊ะ
นามันพืช	๓ ช้อนโต๊ะ
ผงชูรส	๑ ๒ ช้อนชา

วิธีทำ

ตำหน้าเลยบและกุ้งแห้งให้ละเอียด ผสมรวมกับนามะนาว น้ำตาล
บก น้ำเปล่า พริกตำ กระเทียมตำ และผงชูรส เอานามันพืชใส่กะทะ
เอาส่วนผสมทั้งหมดลงผัดราว ๆ ๕ นาที รับประทานกับผักสด เช่น แตงกวา
มะเขือ ยอดผักบุ้งลวก และปลาดุกหรือปลาช่อนทอดฟู

ชี้นำพริกไข่เค็ม

เครื่องปรุง

ไข่เค็มต้มสุก

กะปิ

กระเทียม

พริกขี้หนูเด็ดก้าน

มะอึกเหลือง

มะเขือพวงอ่อน ๆ เด็ดก้านแล้ว

น้ำปลา น้ำตาล มะนาว

๓ ฟอง

๑ ช้อนชา

๗ กลีบ

๑ ช้อนชา

๒ ลูก

๑ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

กะปิเผาไฟตำกับกระเทียมและไข่เค็ม (ไข่แต่ไข่แดง) ให้เข้ากัน แล้วจึงใส่มะเขือพวงอ่อน ๆ มะอึกขูดล้างหน้าใส่ไปพร้อมพริกขี้หนูตำให้เข้ากันใส่น้ำตาล มะนาว น้ำปลา ชิมดูรสตามชอบ รับประทานแกล้มกับหมูหวาน และผักดิบหรือโอบทองเหลืองทอด

กะปี่พล้า

เครื่องปรุง

กะปี่อย่างดี	๒ ช้อนโต๊ะพูน
กุ้งแห้งตบんにให้ปุย	๒ ช้อนโต๊ะ
หัวหอมซอย	๒ ช้อนโต๊ะ
กระเทียมหั่น	๒ ช้อนโต๊ะ
ตะไคร้หั่นฝอย	๒ ช้อนโต๊ะ
พริกขี้พ้าเขียวแดงและพริกแสดรวม	๑๐ เม็ด
มะนาว ส้มซ่า บีบเอาแต่น้ำอย่างละ	๒ ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลปึก	$\frac{๑}{๒}$ ช้อนชา

วิธีทำ

ห่อกะปี่ด้วยใบตองบังไฟพอระอุทั่ว ใส่รวมกับกุ้งแห้งป่น หอมขอย กระเทียมหั่น และตะไคร้หั่น ใส่น้ำมะนาวกับน้ำส้มซ่า น้ำตาลปึกเคล้าให้ทั่ว ชิมดูให้รสจืดแล้วจึงเอาพริกขี้พ้าเขียวแดง พริกแสดหั่นตามขวาง เคล้าลงไปด้วย รับประทานกับผักดิบต่าง ๆ โดยเฉพาะผักขี้

เต้าเจี้ยวปลา

เครื่องปรุง

เต้าเจี้ยวอย่างดี

$\frac{๑}{๔}$ ถ้วย

กุ้งนาง

๒ ตัว

ตะไคร้แห้งผอย

๒ ช้อนโต๊ะพูน

ขิงอ่อนแห้งผอย

๒ ช้อนโต๊ะพูน

หัวหอมปอกขอย

๒ ช้อนโต๊ะพูน

ผักชี ต้นหอม พริกขี้หนูเขียวแดง พริกแสด น้ำตาล นามะขามเปียก

วิธีทำ

ล้างเต้าเจี้ยวสะอาด ล้างผักสด ล้างกุ้งนาง ล้างตะไคร้ ขิงอ่อน หัวหอม ปอกขอย ล้างผักชี ต้นหอม พริกขี้หนูเขียวแดง พริกแสด น้ำตาล นามะขามเปียก ล้างให้สะอาด แล้วใส่เต้าเจี้ยวลงในครกตำให้แหลก แล้วจึงตักขึ้นใส่ชามที่จะผสม ใส่เต้าเจี้ยว หัวหอมขอย ขิงอ่อน ตะไคร้ที่หั่นไว้ แล้วใช้น้ำสุกคนนามะขามเปียกใส่ลงไปประมาณ ๒ ช้อนโต๊ะ ละลายน้ำตาล ปักผสมคนให้เข้ากัน ชิมดูให้มีรสเปรี้ยว เค็ม หวานตามชอบใจ แล้วจึงตักใส่ถ้วยโรยผักชี ต้นหอมแห้ง และพริกขี้หนูแห้งตามขวางรับประทานกับผักดิบและปลาทอด

ยาเกสรขมภู

เครื่องปรุง

เกสรขมภูแดง

เนอหุมตัมสกุนหนเล็ก ๆ ยาว ๆ

มันหุมตัมสกุนหนเล็ก ๆ ยาว ๆ

หน้งหุมตัมสกุนหนเล็ก ๆ ยาว ๆ

กุงสตุตัมสกุนหนเล็ก ๆ ยาว ๆ

หอม กระทียมเจียวรวม

กระทียมตองซอย

พริกขีฬา

ผักขี น้าปลา น้าตาล

๑ ถ้วยพูน

๑๒ ถ้วย

๑๒ ถ้วย

๑๒ ถ้วย

๑๒ ถ้วย

๑๒ ถ้วย

๑๒ ถ้วย

๑ ข้อนโต๊ะ

๑๒ เม็ด

วิธีทำ

เกสรขมภูใช้แต่ฝอย ๆ ล้างให้สะอาดสิ่งไว้ แล้วทำนาคูลุก คือ ตำรากผักขี ๑ ข้อนชา พริกขีฬา ๑ เม็ด ผสมกับน้าปลา น้าตาล มะนาว นิดหน้อยไม่ต้องให้เปรี้ยว เพราะเกสรขมภูมีรสเปรี้ยวแล้ว คูลุกขีมรสตุ ตามชอบ คูลุกเนอหุม มันหุม กุง หน้งหุม หอมเจียว กระทียมเจียว กระทียมตองเข้าด้วยกัน ขีมตุแล้วจึงใส่หอมกระทียมเจียว โรยด้วยผักขี

ยำขมภูสำแหรก

เครื่องปรุง

เนอหฺมฺป่นมนั

๑๒ กิโลกรัม

กั๋งสค

๑๒ กิโลกรัม

ขมภูสำแหรก

๕ ผล

หฺวหอม

๕ หวี

กระเทียม

๑๐ กิโลบ

ถวัลสงควแลว

๓ ขันโต๊ะ

มะขามเบยก

น้ำตาล นําปลาดี เกือบ

วิธีทำ

เนอหฺมฺป่นมนัวางนําคมให้สูก หนขนเล็ก ๆ ยาว ๆ กั๋งสคซกใส่
ออกลางนําคมให้สูก หนขนเล็ก ๆ ขมภูสำแหรกหนตามผลฝอย ๆ แซ่นํ
เกลือ แล้วลงขยาเอาขนใส่จํน เอากั๋ง หมู เรียงให้ทวขมภูสำแหรก
ถวัลสงควปกเปลอก ฝานตามเมตบาง ๆ โรยหน้า เจียวหฺวหอมและ
กระเทียมโรยหน้าขมภูสำแหรก

ศสมนํยา

มะขามเบยกลางนํใส่ขาม ศสมนํปลาดีใส่ลงนํขามมะขามเบยก
ขยาเอาแต่เนอไม่เอากาก ใส่นํตาลลงพหหวาน เมอศสมรสเปรยว เค็ม
หวาน ดีแล้ว ราคลงบนเครื่องททำไว้ แล้วคลุกให้ทวขมอกครง เมอรสดี
แล้วจจตลงจํน

ยาคอกบจร

เครื่องปรุง

ดอกขจรลวกแล้ว

เนือหมูตมหนขนเล็ก ๆ

กึ่งสตตมหนขนเล็ก ๆ

หนงหมูตมหนขนเล็ก ๆ

มันหมูตมหนขนขาว ๆ

นาพริกเผ

มะพร้าวขูด

มะนาว นาคาล นาลปลา

๑ ถ้วย

๑ ถ้วย

๑ ถ้วย

๑ ถ้วย

๑ ถ้วย

๑ ช้อนโต๊ะ

๑ ช้อนโต๊ะ

๑ ถ้วย

วิธีทำ

คนกะทิเอาแต่หัวกะทิตั้งไฟพอเดือด ลวกดอกขจรในกะทิละลาย
 นาพริกเผด้วยนาลปลา มะนาว นาคาล ชิมดูให้รสจืด เมื่อเวลารจะ
 รับประทานคลุกกับคอกบจร กึ่งสต เนือหมู หนงหมู ปรุงรสตามชอบ

THAI NATIONAL ASSEMBLY LIBRARY



3961129879

ยำคอกกุหลาบมอญ

เครื่องปรุง

อกไก่	๑ อก
เนือหมู	๑/๑๑ กิโลกรัม
กุ้งสด	๒/๑๑ กิโลกรัม
มันหมูแข็ง	๑/๑๑ กิโลกรัม
ถั่วลันเตา	๒ ช้อนโต๊ะ
หัวหอม	๖ หัว
กระเทียม	๑๐ กลีบ
ผักชี	๓ ต้น
พริกชี้ฟ้าแดง	๓ เม็ด
ตอกกุหลาบมอญ	๑๐ ตอก
น้ำมันหมู	
น้ำตาล	
น้ำปลา	
มะนาว	

วิธีทำ

อกไก่ล้างน้ำต้มสุกจนเป็นฝอย ๆ เนือหมูล้างน้ำต้มสุกจนชั้นบาง ๆ กุ้งสดล้างน้ำต้มสุกจนชั้นบาง ๆ มันหมูแข็งล้างน้ำต้มสุกจนชั้นบาง ๆ ถั่วลันเตาล้างน้ำต้มสุกจนชั้นบาง ๆ หัวหอมกระเทียมปอกเปลือกหั่นตามหัวบาง ๆ เจียวหอมให้เหลืองอ่อน ๆ ตักขึ้นใส่จานไว้ แล้วเอากระเทียมที่เหลืองเจียว

ให้เหลืองตกขนใส่จาน ผสมน้ำยาคือ ใส่น้ำตาล น้ำปลาดี มะนาว ขมิ้น
 ให้รสกลมกล่อม แล้วจึงรวมเครื่องทั้งหมดลงในอ่าง เอน้ำยาลงราดคลุก
 เคล้าให้เข้ากัน ตอกกุหลาบลงน้ำเต๋เป็นกลีบ ๆ โรยลงในอ่างยำ แล้ว
 ค่อย ๆ คลุกเคล้าให้ทั่ว จัดลงจานโรยหน้าด้วยหอมเจียว กระเทียมเจียว
 ผักชีลงน้ำเต๋เป็นข้อ ๆ เล็ก ๆ และพริกขี้หนูแดงหั่นฝอย ๆ

ยำดอกเข็ม

เครื่องปรุง

กุ้งสด	๑ กิโลกรัม
เนื้อหมู	๑ กิโลกรัม
ดอกเข็ม	๑ ถ้วย
หัวหอม	๓ หัว
กระเทียม	๕ กลีบ
มันหมูแข็ง	๑ กิโลกรัม
ถั่วลิสงคั่วแล้ว	๒ ข้อนโต๊ะ
ผักชี	๒ ต้น
พริกขี้หนูแดง	๑ เม็ด
นํามันหมู น้ำตาล	
น้ำปลาดี มะนาว	

วิธีทำ

กุงส์ตกลางนาชกใส่ออกต้มสุกปอกเปลือกหน้ช่นเล็ก ๆ เนอหุมูกลางนา
ต้มสุกหน้ช่นเล็ก ๆ ดอกเข้มกลางนาเต้ดเอาแต่ดอก ต้ดก้านให้สน้ใส่อ่าง
รวมไว้กับกุง์หุมู มันหุมูแข็งกลางนาต้มสุก หน้ช่นยาว ๆ เล็ก ๆ รวมกับ
ดอกเข้ม หัวหอมและกระเทียมปอกเปลือกหน้ฝอย ๆ เจียวให้เหลือองแล้ว
ตักขุ่นใส่อ่างน้ไว้เป็นกอง ๆ ถวลสงควแล้วปอกเปลือกหน้ช่นบาง ๆ รวม
เครื่องหงหมดเข้าด้วยกัน ผสมน้ำตาล น้าปลาตี และมะนาวแล้วคลุกให้
หวัข้มรสตามชอบจ้ดลงจางน เต้ดผกขเป็นช่อเล็ก ๆ พรักขพาด่างกลางนา
หน้ฝอย ๆ โรยหน้า

ย้ารางวัล

เครื่องปรุง

รางวัลดกะแล้ว	๒ ถ้วย
เนอหุมูต้มให้สุกหน้ยาว ๆ บาง ๆ	๑ ถ้วย
กุงส์ตต้มสุกหน้ยาว ๆ บาง ๆ	๑ ถ้วย
หอมหน้เจียว	$\frac{๑}{๒}$ ถ้วย
กระเทียมหน้เจียว	$\frac{๑}{๒}$ ถ้วย
น้าปลาตี น้าตาล	

วิธีทำ

วางสาตปอกและแกะเป็นกลีบ ๆ กลีบไหนมีเมล็ดผ่าเอาเมล็ดออก
 เนื้อหุ้มต้มสุก กุ้งสดต้มสุก ใส่จานไว้เป็นกอง ๆ หอมกระเทียมเจียวใส่
 จานไว้ต่างหาก เอาหมูกึ่งและวางสาตคลุกเคล้าด้วยกันใส่น้ำปลาดี น้ำตาล
 ขิมดูให้รสจัด แล้วแต่จะชอบรสไหนนำหน้า เมื่อพอใจแล้วจึงเอาหอมเจียว
 กระเทียมเจียวคลุกลงไป ใส่จานรับประทานทันที

ยำหับทิม

เครื่องปรุง

หับทิม	๑ ผล
เนื้อหมู	$\frac{๑}{๒}$ กิโลกรัม
อกไก่	๑ อก
กระเทียม	๑๐ กลีบ
หัวหอม	๗ หัว
น้ำตาล เกลือป่น นามันหมู	

วิธีทำ

หับทิมผ่าแกะเมล็ดออกใส่จานไว้ เนื้อหมูล้างน้ำต้มสุกหั่นบาง ๆ
 อกไก่ล้างน้ำต้มสุกหั่นเป็นฝอย ๆ กระเทียมหอมปอกเปลือกหั่นฝอย ๆ เจียว
 ให้เหลือง แล้วเอาน้ำตาลและเกลือป่นโรยรอบ ๆ เมื่อถึงเวลาจะรับประทาน
 จึงค่อยคลุกให้ทั่ว ขิมรสตามชอบจัดใส่จาน

ยำแห้วจิน

เครื่องปรุง

แห้วจินหรือมันแกว्हั่นฝอย	๑ ถ้วย
กุ้งสดหั่นเล็กยาว ๆ	๑ ถ้วย
เนื้อหมูหรือเนื้อไก่ต้มฉีกฝอย	๑ ถ้วย
หนังหมูต้มหั่นเล็กยาว	๑ ถ้วย
มันหมูต้มหั่นเล็กยาว	๑ ถ้วย
กระเทียมคองปอกชอย	๑ ถ้วย
หัวหอมเจียว	๑ ถ้วย
กระเทียมเจียว	๑ ถ้วย
รากผักชี	๒ ช้อนชา
น้ำกระเทียมคอง	๑ ช้อนโต๊ะ
กระเทียม	๑๐ กลีบ
มะนาว นาปลา นาตาล	

วิธีทำ

แห้วจินหรือมันแกว्हั่นฝอยล้างสะอาดให้สะอาด ต้มน้ำ รากผักชี กระเทียม พริกขี้หนู พริกขี้หนู เตาที่จะต้องการเคี่ยวให้เข้ากันดี ใส่มะนาว น้ำกระเทียมคอง นาปลา นาตาล ชิมดูให้จัดไว้ เวลาจะรับประทาน คลุกกับเครื่องต่าง ๆ ข้างต้น เมื่อปรุงเสร็จแล้วจึงใส่หัวหอมเจียว กระเทียมเจียวโรยผักชี

แกงบวน

เครื่องปรุง

หมูสามชั้น	๒ ๑	กิโลกรัม
ตับหมู	๑ ๑	กิโลกรัม
ปอดหมู	๑ ๑	กิโลกรัม
หัวใจหมู	๑	อัน
ใส่อ่อนหมูพอควร		
ตะไคร้ ใบตะไคร้หรือใบผักชี	๑	กำ

(ใช้ใบหญ้านางแทนใบตะไคร้หรือผักชีก็ได้)

ใบมะกรูด	๑๐	ใบ
พริกขี้พาดัง แสด	๗	เม็ด
น้ำมันหมู	๑ ๑	ถ้วย
ปลาร้าหอม ๆ ต้มแล้วกรองเอาแต่น้ำขุ่น ๆ	๒ ๑	ถ้วย

(หรือใช้ปลากุเลาเค็ม ๑ ขัน แกะเอาแต่เนื้อก็ได้)

น้ำปลา น้ำตาลปี๊บ เกลือ

เครื่องปรุงน้ำพริก

หอม	๑๐	หัว
กระเทียม	๗	หัว
ข่า	๑	ท่อน

ตะไคร้ใช้ตอนแก่ ๆ หนัก

พริกไทย

รากผักชี

เกลือเม็ด

ปลาสดแกะเอาแต่เนื้อ

กะปิเผาไฟ

๒ ข้อนโต๊ะปูน

๑๕ เม็ด

๑ ข้อนโต๊ะ

๑ ข้อนซา

๑ ถ้วย

๑ ข้อนซา

วิธีทำ

ล้างหมูและเครื่องในหมูให้สะอาดและต้มให้หน้าพอท่วมหมู ใส่เกลือ ๑ ข้อนโต๊ะ แล้วตักขนใส่ขามทิ้งไว้ให้เย็น นำต้มหมูเอาไว้แกงเผ่าหอม กระเทียม ข่า พอสกปอกก่องไว้ กะปิ ใส่ใบตองเผาไฟ หั่นข่าให้เป็นฝอย แล้วตำรากผักชี กระเทียมพริกไทย ข่า ตะไคร้ หอม และกะปิให้ละเอียด แล้วจึงใส่ปลาสดโขลกให้เข้ากันจนละเอียดดี หั่นตะไคร้อ่อนอย่างละเอียดฝอย ๆ ประมาณ ๑ ถ้วย หั่นหมูหั่นเป็นชิ้นใหญ่กว้างยาวประมาณ ๓-๔ ซม. และหนา ๑ ซม. ตำใบผักชี ตะไคร้หรือใบหญ้านางคนกับนากรวงน้ำไว้ประมาณ ๑ ถ้วย แล้วจึงเอาน้ำมันหมูใส่กะทะตั้งไฟ ผัดนำพริกให้หอม แล้วใส่ลงในหม้อนำต้มหมู เอาน้ำล้างกะทะใส่ลงไปด้วย แล้วจึงใส่น้ำใบหญ้าหรือผักชี หรือน้ำใบตะไคร้ที่กรองไว้ เอาน้ำปลาร้าใส่ ใส่ปลา ปลา นาดาล เคี่ยวไปจนหมูเบื่อยเข้าเนื้อดีแล้ว ชิมดูรสตามชอบ (แกงอย่างนรสหวานน้ำหน้า) แล้วจึงใส่ตะไคร้ที่หั่นฝอยไว้และใบมะกรูดฉีก ๓-๔ ใบ พอเดือดก็ยกลง เวลาตักใส่ขามโรยด้วยผักชีและพริกขี้พาดแต่งเหลืองหน้าเพียง ๆ แกงนี้คางคนจะมึนรสดีเกินกว่าวันแรก

แกงไตปลา

เครื่องปรุง

ไตปลา	๒ ถ้วย
กุ้งแห้ง	๑ ถ้วย
ปลากรอบ	๑ ไม้
พริกไทย	๕--๖ เม็ด
ข่าหั่น	๒ ข้อนิดๆ
ผิวมะกรูด	๑ $\frac{๑}{๒}$ ข้อนิดๆ
หอมแดงและกระเทียมอย่างละ	$\frac{๑}{๒}$ ถ้วย
ตะไคร้หั่นละเอียด	๑ ถ้วย
พริกสดทุกชนิดอย่างละ (ถ้าชอบเผ็ดก็ใส่ให้มากกว่านี้)	$\frac{๑}{๒}$ ถ้วย
กระชายหั่น	๒ $\frac{๑}{๒}$ ถ้วย
กุ้งสดปอกแล้ว	$\frac{๑}{๒}$ ก.ก.
เครื่องในไก่	๓ พวง
ใบมะกรูด มะนาว ผงชูรส เกลือป่น มะขามเปียก	

วิธีทำ

ตำพริกไทยให้ละเอียดแล้วจึงใส่พริกสด หัวหอม กระเทียม ข่า ตะไคร้ ผิวมะกรูด กระชาย กุ้งแห้งลงไป โขลกอย่าให้ละเอียดมากนัก สับกุ้งสดให้ละเอียด หั่นเครื่องในไก่เป็นชิ้นๆ ปลากรอบแกะเอาแต่เนื้อ

กับหนึ่งเป็นชน ๆ ใส่น้ำประมาณ ๕-๖ ถ้วยลงในหม้อแล้วตั้งไฟจนเดือด
 จึงต้เครื่องแกงที่เตรียมไว้ใส่น้ำลงไปทิ้งไว้ให้เดือด แล้วใส่โตปลาเคี้ยว
 ประมาณ ๑๕ นาที จึงใส่ปลากรอบ คั้นมะนาว ๔ ผล และมะกรูด ๒
 ผล เก็บเปลือกมะกรูดเอาไว้ ใส่น้ำมะกรูด น้ำมะนาว และน้ำส้มมะขาม
 ลงไปในหม้อแกง ใส่น้ำขุขรูส ถ้าอ่อนเค็มก็ใช้เกลือเติมลงไป เมื่อชิมรสดี
 แล้วจึงใส่กุ้งสับ เครื่องในไก่ เปลือกมะกรูด และใบมะกรูดที่กลึงไปพอ
 เดือดออกครึ่งจกยกลง รับประทานกับผักสดต่าง ๆ

๕ แกงหมตะพาบน้ำ

เครื่องปรุง

หมู ๓ ชน (เนื้อหมูและหนังหมู) รวม	๑ ๒ กิโลกรัม
มะพร้าว	๑ ๒ กิโลกรัม
พริกแห้ง	๑๑ เม็ด
หอม	๔ หัว
กะปิ	๑ ๒ ช้อนชา
กระเทียม	๕ กลีบ
ตะไคร้	๑ ต้น
ระกำ	๕ ลูก

มะอึก

๑๐ ลูก

ลูกผักชี

๒ ข้อนโต๊ะ

ยหว่า

๑ ข้อนโต๊ะ

บ้ำ ผัวมะกรูด

ส้มมะขามเปียก พริกขีพาดแดง ใบมะกรูด

เกลือ น้ำตาล น้ำปลา

วิธีทำ

หนึ่งหม้อเอาลงต้มสุกแล้ว ถอนขนให้หมดแล้วหั่นบางๆ เหนอหมู
 ๓ ชั้นล้างนาหนขนขนาดรับประทาน มะพร้าวคั้นกะทิรวมกันเคี่ยวให้
 แตกมัน พริกแห้งและเม็ดออกล้างน้ำ หอมปอกเปลือก กระเทียมปอกเปลือก
 ข่าล้างน้ำแล้ว ๑ ข้อนชา ตะไคร้ล้างน้ำหั่นแล้ว ๑ ข้อนชา ลูกผักชี
 ยหว่าล้างน้ำลงคั่วให้หอมใส่ครกและเกลือ ๑ ข้อนชา โขลกรวมกัน
 ละเอียดแล้วเอาเครื่องแกงที่เตรียมไว้ และกะปิ ๑ ข้อนชา โขลกรวมกัน
 จนละเอียด เอากะทะตั้งไฟ ตักหัวกะทิลงในกะทะตักน้ำพริกลงผัดให้หอม
 แล้วใส่เนื้อหมูและหนึ่งหม้อลงผัด พร้อมทั้งใบมะกรูดล้างน้ำจืดเป็นชั้นเล็ก
 น้ำปลานิดหน่อย ผัดโตไฟแล้วตักใส่ลงในหม้อกะทิตั้งไฟ ระก้าปอกเปลือก
 ผ่านชั้นเล็ก ๆ มะอึกขูดขนล้างน้ำผ่าเป็น ๔ ชั้น ใส่ลงในหม้อ ใส่น้ำปลา
 น้ำตาล แกลงต้องใหม่รสเปรี้ยว เค็ม หวาน ชิมดูถ้ายังไม่เปรี้ยวเติม
 ส้มมะขาม พริกขีพาล้างน้ำหั่นขวางเม็ดใส่ลงได้ทั้งแล้วยกลงได้

แกงคว่ำ

เครื่องปรุง

เป็ด

๑ ตัว

มะพร้าว

๒ กิโลกรัม

พริกแห้ง

๑๑ เม็ด

ข้าว ตะไคร้ อย่างละ

๑ ตัน

ลูกผักชี

๒ ข้อนโต๊ะ

ยี่ห่วย

๒ ข้อนโต๊ะ

รากผักชี

๓ ราก

พริกไทย

๘ เม็ด

ผิวมะกรูด

๑ ข้อนขาว

มะอึก

๑๐ ลูก

ระกำ

๕ ลูก

พริกขี้หนูแดง ข้าวป่น ข้าวตอก กะปิ

วิธีทำ

เป็ดผ่าท้องล้างน้ำจนขนออกให้หมด แล้วเอาแต่เนื้อหนังเป็นชิ้นเล็ก ๆ มะพร้าวคนกะทิใส่หม้อรวมกันตั้งไฟเอาเป็ดลงไปเคี่ยว ใส่ข้าวป่น

น้ำตาลนิตหน้อย พริกแห้งแกะเม็ดกลางนา ข่าล่างนาหน $\frac{๑}{๒}$ ข้อนชา ตะไคร้
 ล่างนาหน ผิวมะกรูดล่างนาหน ๑ ข้อนชา กะปิ $\frac{๑}{๒}$ ข้อนชา รากผักชี
 ล่างนาหน

เครื่องเทศต่าง ๆ ล่างนา คั่วให้หอม เอาเครื่องเทศลงโบลกก่อน
 เอาเกลือเม็ดล่างนาใส่ประมาณ ๑ ข้อนชา เครื่องเทศละเอียดแล้วเอา
 เครื่องแกงที่หนเตรียมไว้ลงโบลกรวมกันจนละเอียด เอากะทะตั้งไฟตักหัว
 กะทิใส่ในกะทะ เอาน้ำพริกกลงคั่วให้หอม แล้วตักใส่หม้อเคี่ยวเปิดตั้งไฟ
 ให้เดือด เอาน้ำปลา น้ำตาล ระกำปอกเปลือกผ่านชั้นเล็ก มะอึกขูด
 ล่างผ่าเป็นสี่ซัน พริกอ่อนล่างนาหน ๒ ขวางเม็ดใส่ลงในหม้อแกง ชิมดู
 ให้มีรสเค็มเปรี้ยวหน้อย และหวาน ใต้ไฟแล้วยกลงได้

แกงควั่วหน้อยไม้ส้ม

เครื่องปรุง

มะพร้าวขูด	$\frac{๑}{๒}$ กิโลกรัม
หน้อยไม้เปรี้ยวขาว ๆ ตัดสั้น ๆ	๒ ถ้วย
เนื้อเค็มหนบาง ๆ	๑ ถ้วย
กุ้งนางสด	๓-๔ ตัว
ตะไคร้หน้อย่างละเอียด	$\frac{๓}{๕}$ ถ้วย
ใบมะกรูด	๓-๔ ใบ

กะปิ	๑ ข้อนชา
หัวหอมหั่น	๑ ข้อนโต๊ะพูน
พริกไทย	๒๐ เม็ด
เกลือป่น	$\frac{๒}{๒}$ ข้อนชา

มะขามเปียกหรือมะคั้น น้ำตาลทราย น้ำปลา

คนมะพร้าวเอาหัวกะทิขึ้น ๆ ไว้ต่างหาก ๑ ถ้วย ที่เหลือคนใส่ให้น้อย ๆ อีกสัก ๒—๓ ครั้งให้หมดมัน ใส่หม้อตั้งไฟ ต้มกะปิ หัวหอม พริกไทย ให้ละเอียดละลายลงไปในกะทิ พอเดือดใส่เนือเค็มที่หั่นไว้ เตือดแล้วใส่หน่อไม้เปรี้ยว เคียวให้รสเนือเค็มและหน่อไม้ออกสักครู่ จึงใส่กุ้งสด (ปอกและหั่นเป็นชิ้น ๆ อย่าให้เล็กนัก) ถ้าเป็นกุ้งท่มมันด้วยจะน่ารับประทาน แล้วใส่เกลือ น้ำตาล น้ำปลา น้ำมะขามเปียกใหม่ ๆ คนขึ้น ๆ หรือใช้มะคั้นใส่ลงไปทงลูกตัดขวเสียก่อน พอสุกจึงตักออกใส่ชามบักให้รสเปรี้ยวออกเล็กน้อยคอกให้หมด แล้วใส่เนือมะคั้นนั้นลงไป จะทำให้มีรสเปรี้ยวและสีกะทิไม่ดำ ขิมคูดูให้รสจัดหน่อย เอาหัวกะทิตราด พอเดือดหัวแล้วจึงใส่ตะไคร้หั่นและใบมะกรูดฉีกลงไป คนทั่วแล้วปิดฝาหม้อ ยกลง ตักใส่ชาม หั่นพริกแดงโรยหน้าถ้าชอบเผ็ด

แกงส้มถั่วฝักยาวกับหอยแมลงภู่สด

เครื่องปรุง

ถั่วฝักยาวตัดเป็นท่อน ๆ	๑ ถ้วย
หอยแมลงภู่แกะ	๒ ถ้วย
พริกขีหนูแห้งเด็ดก้าน	๑ ช้อนโต๊ะ
พริกแห้งเม็ดใหญ่	๒ เม็ด
หอมหัว	๒ ช้อนโต๊ะพูน
กระเทียม	๑ ช้อนโต๊ะพูน
ข่าหั่น	๑ ช้อนชาพูน
กะปิ	๑ ช้อนชาพูน
ใบมะขามอ่อน	๑/๒ ถ้วย
ใบมะกรูด	๕ ใบ
เกลือเม็ด	๑ ช้อนชา
มะขามเปียก น้ำปลา น้ำตาล	

วิธีทำ

แกะพริกแห้งล้างน้ำพรมทั้งพริกขีหนูแห้ง ตำกับเกลือให้ละเอียด แล้วใส่เครื่องแกงทั้งหมดลงตำจนละเอียด ล้างถั่วฝักยาวหั่นเป็นท่อนยาว

๓ ช.ม. ใส่ขามไว้ หอยแมลงภู่วางให้สะอาดใส่กระชอนไว้ ละลายน้ำพริก
 แกงกับน้ำประมาณ ๒ ถ้วย ตั้งไฟพอเดือดใส่ถั่วฝักยาว น้ำปลา น้ำตาล
 นิดหน่อยและน้ำมะขามเปียก ชิมให้รสจืด พอสุกจึงใส่หอยแมลงภู่วีคครู
 พอหอยสุก น้ำเดือด ฉีกใบมะกรูดใส่พร้อมใบมะขามอ่อนปัดฝาหม้อรับ
 ยกลงรับประทานร้อน ๆ

แกงแคเมืองเหนือ

เครื่องปรุง

ไก่ขนาดกลาง	๑ ตัว
ตับไก่	๑ พวง
พริกแห้ง	๙ เม็ด
ตะไคร้	๒ ต้น
ข่า	๖ แว่น
หอมแดง	๗ หัว
กระเทียม	๓ หัว
เกลือ	๑ ช้อนชา
กะปิ	๑ ช้อนชา
รากผักชี	๒-๓ ราก

นามนหมูปอสมควร น้าปลา ผงชูรส

ผักต่างๆ เช่น ชะอม ตำลึง ถั่วฝักยาว ถั่วพู มะเขือพวง

หน่อไม้ ผักชีฝรั่ง ข่าควักเล็กนอย ดอกงิ้ว มะแขว่น และถั่วเน่า (ถ้ามี่)

วิธีทำ

เลือกผักต่างๆ ทำความสะอาดเด็ดเตรียมไว้ เตรียมไก่ ล้างสับเป็นชิ้นๆ ใหญ่พอประมาณ ตำพริกแห้ง หอม กระเทียม รากผักชี ข่า ตะไคร้หั่นฝอย โขลกรวมกันให้ละเอียดตั้งกะทะน้ำมันพอร้อน เอาน้ำพริกแกงลงผัดให้หอม ใส่เนื้อไก่ผัดให้ทั่ว เติมน้ำพอสมควรตึงไฟเคี่ยวจนไก่เปื่อย ก่อนจะรับประทานตำตักไปกับหอมสด ๓ หัว ใส่มะแขว่น (ถ้ามี่) ตำให้ละเอียดละลายลงในน้ำแกง แล้วจึงเติมผักต่างๆ และเติมข่าควักพอให้น้ำแกงขุ่น พอน้ำแกงเดือดรีบยกลง อย่าให้ผักไหม้ เติมน้ำปลา ผงชูรส ชิมรสตามใจชอบ หากชอบเผ็ดจืดจะใส่พริกขี้หนูเป็นเม็ดๆ ลอยในแกงไปบ้างก็ได้ (ถ้าหารับประทานปลาร้าได้ ให้สับปลาร้าให้ละเอียด ๓ ตัว ลงไปขณะน้ำแกงเดือดๆ)

แกงเผือกพม่า

เครื่องปรุง

เนื้อมว	๑ กิโลกรัม
มันหมู (หรือมะพร้าว)	๒ กิโลกรัม
พริกแห้ง	๑๕ เม็ด
หอม	๑๐ หัว
กระเทียม	๑๐ กลีบ
ลูกผักชี	๓ ช้อนโต๊ะ
ยี่หระ	๑ ช้อนโต๊ะ
กระวาน	๘ ลูก
ขิงสดหรือแห้ง	

วิธีทำ

เนื้อมวล้างขนาดตึงตัดให้หมด หั่นเป็นชิ้นใหญ่ประมาณ ๒ นิ้ว ฝูตใส่อ่างเอาน้ำปลาใส่ลงประมาณ ๓ ช้อนโต๊ะ น้ำตาล ๑ ช้อนโต๊ะ เคล้าให้เข้ากัน มันหมูล้างนำหน้าเจียว แล้วเอาเนื้อที่เคล้าไว้ในอ่างลงทอดให้เหลือง ใส่น้ำมันมาก ๆ พริกแห้งแกะเม็ดคอกกลางนำผิงไว้ หอมและกระเทียมปอกเปลือกลงนำหน้าเป็นฝอย ขิงล้างนำ หั่นเป็นชิ้นเล็ก ๒ ช้อนชา ลูกผักชี ยี่หระ และกระวานล้างนำ เออลงคว้ให้หอม เจียวหอม

กระเทียมให้เหลือง แล้วเอาพริกกลางทอด เอาเครื่องเทศที่ควไว้ โขลกให้ละเอียดคกกับไข่ เอากุ้งกระเทียม พริกไทย ที่ทอดไว้ลงโขลกละเอียด แล้วเอาเครื่องเทศที่โขลกไว้ลงรวมโขลกให้เข้ากัน แล้วผัดให้หอม ชิมดูให้มรสเค็มมากกว่าหวาน ตักลงใส่หม้อเติมน้ำเล็กน้อยเคี่ยวไปจนเนื้อเปื่อย แยกนต้องการใหม่มาแกงขลุกขลิกเท่านั้น เก็บไว้รับประทานได้หลาย ๆ วัน ถ้าใช้น้ำมันหมู

ต้มโคล้งแบบอีสาน

เครื่องปรุง

ปลาเนื้ออ่อนเลือกตัวขนาดกลาง	๕ ตัว
หัวหอมปอกหั่น	๒ ข้อนโต๊ะ
กะปิ	๑ ข้อนชาพูน
เกลือเม็ด	๑ ข้อนชา
พริกขี้พาดเขียวแดง	๕ เม็ด
พริกเหลือง	๒ เม็ด
มะขามเปียกคน	๑ ข้อนโต๊ะ
ใบแมงลัก	๑ ถ้วย
มะกอกป่าสุก ๆ	๒ ลูก
น้ำปลาดี	

วิธีทำ

ผ่าปลา ควักไส้ทิ้ง แล้วตัดเป็น ๒ ท่อน ล้างน้ำให้สะอาด ใส่จาน
ฝังไว้ปกหัวหอมดำกับเกลือ พริกขี้หนู และกะปิ ตำพอแหลก แล้วจึงตักบน
ใส่ในหม้อที่จะแกง ใส่น้ำประมาณ ๒ ถ้วยตวง ตั้งไฟละลายน้ำพริก
ให้เข้ากัน พอน้ำแกงเดือดพาดน้ำใส่ปลา พอสุก ใส่น้ำปลา น้ำมะขามเปียก
และมะกอกป้าที่ผานไว้ ชิมดูให้มีรสเปรี้ยว เค็ม เผ็ด ถ้าชอบรสไหนมาก
ก็เติมเอาตามความพอใจ แล้วใส่ใบแมงลัก ปิดฝายกลงรับประทานร้อน ๆ

แกงหมูป่าเทียม

เครื่องปรุง

- | | | |
|---|---|----------|
| เนื้อหมู | ๑ | กิโลกรัม |
| หมูสามชั้น | ๑ | กิโลกรัม |
| พริกไทยสด | ๒ | ถ้วย |
| มะเขือเปาะผ่าสี่ | ๑ | ถ้วย |
| ใบกะเพราเด็ดแล้ว | ๑ | ถ้วย |
| น้ำมันหมู พริกขี้หนู พริกแดง พริกแสด ใบมะกรูด | | |

เครื่องนาพริก

- | | | |
|--------------------|---|-------------|
| พริกแห้งเม็ดใหญ่ ๆ | ๗ | เม็ด |
| หอมปอกหั่น | ๑ | ช้อนโต๊ะพูน |

กระเทียมหน ^๑	๒ ข้อนโต๊ะพูน
ข้าหน ^๑ ฝอย	๑ ข้อนชาพูน
ตะไคร้หน ^๑ ฝอย	๑ ข้อนโต๊ะพูน
ผิวมะกรูดหน ^๑ ฝอย	๑ ข้อนชาพูน
ลูกผักชี	๑ ข้อนโต๊ะพูน
ลูกยหระ ^๑	๑ ข้อนโต๊ะพูน
พริกไทยแห้ง	๑ ข้อนชาพูน
กะปิ	๑ ข้อนชาพูน
เกลือเม็ด	๑ ข้อนชาพูน
พริกขหนูสด	๑ ข้อนโต๊ะ
พริกขหนูแห้ง	๑ ข้อนโต๊ะ

วิธีทำ

คั่วลูกผักชีหระ^๑ให้หอมลงโבלกพร้อมกับพริกไทย แกะพริกแห้ง
เอาเม็ดออก ถ้างนำตักกับเกลือเม็ด เมื่อพริกละเอียดแล้ว จึงใส่เครื่องแกง
ทุกอย่างลงไปตำให้ละเอียด หมูสามชั้นต้มพอสุกแล้วตักบนทิ้งไว้ให้เย็น
นำที่ต้มหมูเอาไว้ทำนาแกงต่อไป หน^๑หมูสามชั้นหตมไว้ทงหนงด้วย ให้
หนา $\frac{1}{2}$ ซม. กว้าง ๒ ซม. เนื้อหมูไม่ต้องตมหนเท่า ๆ กับหมู ๓ ชั้น
ตงกะทะใส่น้ำมัน ๒ ข้อนโต๊ะ พอร้อนตักนำพริกที่ตำไว้ลงผัดให้หอม
แล้วใส่หมูสามชั้นและเนื้อหมูลงไปผัดด้วย พอหอมตจจึงตักใส่ในหม้อนำหมู

ที่ต้ม ถ้านานน้อยเติมน้ำให้พอดกบหุ้ม เคี้ยวพอกหุ้มเปื่อย ใส่ น้ำปลา น้ำตาล (น้ำตาลใส่แต่น้อยพอกแก้รสปร่า) ขิมตุรสต์ดีแล้ว จึงใส่มะเขือผ่าไว้เดือด แล้วจึงใส่พริกไทยสดเป็นข้อ ๆ ถ้าข้อไหนยาวมากก็ตัดเป็น ๒-๓ ท่อน ใส่ใบกะเพรา ใบมะกรูดฉีก ๒-๔ และพริกสดที่หั่นชั้นเฉียง ๆ ไว้ทั้ง พริกแดงและพริกแสดแล้วจึงยกลง

ต้มยำสามกษัตริย์

เครื่องปรุง

ปลากระพงล้างแล้วหั่นเป็นชิ้นพอคำ	๑ ถ้วย
กุ้งทะเลขนาดกลาง	๑๕ ตัว
ปลาหมึกกล้วยเลือกตัวเล็ก ๆ ยาว ๆ	๑๕ ตัว
ตะไคร้	๒ ต้น
ใบมะกรูด	๔ ใบ
เห็ดขี้ผึ้งหรือเห็ดโคนล้างสะอาดแล้ว	๑ ถ้วย
พริกขี้หนูเด็ดก้าน	๑ ข้อนชา
ตงจิวรส	๑ ข้อนชา
ผักขี้เหล็กเป็นข้อ ๆ	๑ ข้อนโต๊ะพูน
น้ำ	๒ ๑/๒ ถ้วย
มะนาว น้ำปลาดี	

วิธีทำ

แล้วปลากะพงเป็นชนพอค้ำ เอาข้างออกให้หมดล้างให้สะอาด กุ้งทะเลตัวขนาดกลาง ปอก ตัดหัวตัดหางออก ผ่าซีกใส่ออกแต่อย่าให้กุ้งขาดจากกัน ปลาหมึกกล้วยควักหมึกออก ลอกเยื่อและตัดตาออกทั้งตัดเป็น ๒ ท่อนตามขวางล้างให้สะอาด ใส่ขามผงไว้ตะไคร้ล้างทุบและตัด ๓-๔ ใบมะกรูดฉีก ๒-๓ ผักชีเด็ดเป็นข้อ ๆ พริกขี้หนูปูบพอแตก เห็นขี้เกลือ ตอกตามล้างให้สะอาด ถ้าใช้เห็ดโคนก็เลือกตอกตุม ๆ เช่นเดียวกัน ใส่น้ำในหม้อตั้งไฟปิดฝาไว้พอร้อน ใส่ตะไคร้ เมื่อน้ำเดือด ใส่ปลากะพง และกุ้งก่อน แล้วจึงใส่ปลาหมึกและเห็ดพร้อมกับพริกขี้หนู ใส่น้ำปลาดี ใบมะกรูด มะนาว ผงชูรส ชิมดูรสตามชอบแล้วจึงปิดฝาหม้อยกลง ตักใส่ขาม โรยผักชีที่เด็ดไว้ รับประทานร้อน ๆ

ห่อหมกเสวย

เครื่องปรุง

เนื้อปลาดุกผึ่งล้างน้ำ	๒	ถ้วย
หนึ่เป็นชนเล็ก ๆ บาง ๆ	๒	ซั่่นโต้ะ
น้ำปลาดี	๒	ถ้วย
กะทิ ๑ กิโลกรัม คน	๒	ถ้วย
ปลาดุกแล้เอาแต่เนื้อ	๒	ถ้วย
ล้างผึ่ง		
หนึ่ชนบาง ๆ		

๕. นานาพริกหอม

พริกแห้งหั่นหยาบ ๆ	๑/๕ ถ้วย
กระเทียมปอก	๒ ช้อนโต๊ะ
หัวหอมหั่น ๒	๑ ช้อนโต๊ะ
ลูกยี่ห่วย	๒ ช้อนชา
ลูกผักชี	๒ ช้อนชา
พริกไทย	๑/๕ ช้อนชา
ข่าหั่นบาง ๆ	๑ ช้อนชา
ตะไคร้หั่นแล้ว	๒ ช้อนชา
ผิวมะกรูดหั่น	๑/๕ ช้อนชา
พริกขี้หนู	๗ เม็ด
กระชายหั่นฝอย	๑ ช้อนโต๊ะ
กระเทียมหั่นฝอย	๑ ช้อนโต๊ะ
กะปิ	๑/๒ ช้อนชา
หัวเปราะหอม สดหรือแห้งหั่น	๑/๒ ช้อนชา
เกลือ	๑/๒ ช้อนชา
น้ำปลาดี ใบมะกรูด ใบโหระพา หัวกะทิ	
ใบกะเพราแดง พริกขี้พ้าแดง ผงชูรส	

วิธีทำ

คนปลาในหม้อกับน้ำปลา แล้วค่อยๆ ใส่กะทิลงไปทีละน้อย คนให้ทั่วเหลือกะทิไว้พอยอดหน้า โขลกเครื่องนานาพริกหอมคือ พริกแห้ง

กระเทียม หัวหอม ลูกยี่ห่วย ลูกผักชี ตะไคร้ ข่า ผิวมะกรูด พริกไทย
 หัวเปราะาะ เกลือ กะปิ พริกขี้หนู ให้ละเอียด แล้วผสมกับปลา เมื่อ
 เข้ากันแล้ว ใส่กระชายและกระทือรวมลงไปด้วย เคล้าไปโหระพาและ
 ใบกะเพราแดงอย่างละครึ่ง รอกันกระทงห่อหมก กระทงละประมาณ
 หีบมือ ใส่ตัวห่อหมก แล้วหยอดหัวกะทิโรยใบมะกรูดหั่นฝอยและพริก
 แดงหั่นฝอย นึ่งไฟแรงประมาณ ๒๐ นาที

พริกขิงปลากรอบ

เครื่องปรุง

พริกแห้งแกะเม็ดล้างน้ำ	๕ เม็ด
หอมแดงปอกเปลือก	๖-๗ หัว
กระเทียมปอกเปลือก	๓ หัว
ข่าหั่นละเอียด	๑ ข้อนโต๊ะ
ผิวมะกรูดหั่นละเอียด	๒ ข้อนโต๊ะ
ตะไคร้หั่นละเอียด	๒ ข้อนโต๊ะ
กุ้งแห้ง	๑ ถ้วย
กากหมูเจียวให้กรอบ	๑ ถ้วย
กะปิ	๑ ข้อนซา

ปลากรอบแกะเนื้อและหนังไว้ต่างหาก

๑ ไม้

ใบมะกรูดหั่นฝอยพอควร
น้ำปลา น้ำตาลปึก

วิธีทำ

ตำพริกแห้ง หอม กระเทียม ข่า ตะไคร้ ผีวมะกรูดให้ละเอียด
จึงใส่กากหมูและกุ้งแห้งลงไปตำไม่ต้องละเอียดนัก

ทอดหนังปลาและเนื้อปลากรอบทีละครั้งในน้ำมันหรือจนจนกรอบดี
จึงตักขึ้นผัดน้ำพริกในน้ำมันที่ใช้ทอดปลาจนแห้ง จึงใส่น้ำปลา น้ำตาล
ชิมรสดูตามชอบ จึงแบ่งปลากรอบที่ทอดเอาไว้ลงในกะทะหน้าพริก ใช้
ตะหลิวเคล้าให้เข้ากัน ตักขึ้นใส่จานโรยด้วยปลากรอบที่เหลือและโรยหน้า
ด้วยใบมะกรูด

ปลาญวน

เครื่องปรุง

ปลาช่อนขนาดใหญ่นัก

๑ ท่อน

ใบผักกาดขาวอ่อน ๆ

๑-๒ ตัน

แตงกวา

๕ ผล

พริกขี้หนูแดง

๒ เม็ด

กระเทียม

๑๐ กีบ

นามนหมู

๒ ข้อนโตะ

นาสม์ เกลือ น้ำตาล

วิธีทำ

ล้างแดงกวาปอกเปลือกผ่านตามยาวของลูกบาง ๆ เอาแต่เนื้อจนหมดละลายนาสม์ เกลือ น้ำตาล ขมิ้นคั่วให้มรสเปรี้ยว เค็ม หวาน แล้วเอาแดงกวาที่ผ่านไว้ลงแช่ประมาณ ๓๐ นาที ปลาซ่อนเลือกเอาแต่ตอนกลางของตัว หนึ่งให้สุกแล้วลอกหนังออก แบ่งเป็น ๒ ซีก เลือกเอาก้างตรงกลางออกตั้งครีบอกให้หมด ใส่จานวางไว้ตรงกลางจานใบผักกาดขาว เต็ดออกเป็นใบ ๆ ล้างน้ำให้สะอาดตัดเป็น ๒ ท่อน ต้มพอสุก (ถ้าชอบผักเปื่อยก็ต้มนานหน่อย) แล้วตักบนแผ่นข้าวเย็นไว้สักครู่บีบน้ำออก คลึงก้อย่าให้เป็นก้อนวางลงข้างปลา เอาแดงกวาส่งบนจากนาสม์ บีบน้ำออกเสียบ้างวางลงข้างปลาอีกข้างหนึ่ง พริกแดงผ่าเอาเมล็ดออกล้างน้ำ ตำกับกระเทียมและเกลือ ๑ ข้อนชา ผักพริกกับกระเทียมที่ตำไว้ใส่น้ำมัน พอกกระเทียมเหลืองราดลงบนขนปลารับประทานร้อน ๆ

ปลาช่อนต้มเค็มกับเกยมฉาย

เครื่องปรุง

ปลาช่อนขนาดใหญ่	๑ ตัว
เกยมฉายต้นใหญ่ ๆ	๑ ต้น
ลูกเกยมบวดยดอง	๒ ลูก
พริกขี้พาดแดง	๕ เม็ด
กระเทียม	๑๕ กลีบ
รากผักชีล้างหั่นละเอียด	๒ ข้อนชา
ผงชูรส	๑ ข้อนชา
น้ำซอวขาว	๕
น้ำตาล	๕
น้ำมันพืชมอดปลา	๕

วิธีทำ

ขอดเกล็ดปลาช่อนล้างให้สะอาด ตัดเป็นแฉ่น ๆ หนาประมาณ ๒ นิ้ว แล้วจึงตักกะทะเอาน้ำมันใส่พริกอ่อน เอาปลาลงทอดพอสุกเหลือง จึงตักขึ้นใส่จานไว้ ทบกระเทียมที่ปอกไว้ใส่ลงไป ในกะทะเจียวพอเหลือง แล้วตักเกยมฉายเป็นชิ้นใหญ่พอประมาณลงผัดแล้วตักใส่ในหม้อ เอาปลา ททอดไว้เรียงบนผักผัดแล้ว ใส่พริกขี้พาดแดง ลูกเกยมบวดย น้ำซอวขาว น้ำตาลนิดหน่อย และผงชูรส ตังไฟอ่อน ๆ เคี่ยวพอผักเปื่อย ชิมรสตามชอบ ถ้าแห้งก็เติมน้ำนิดหน่อย พอให้มีน้ำขลุกขลิก

งบบปลาเค็มหรือปลาร้า

เครื่องปรุง

ปลาอินทรี ปลาทุเค็ม ปลาร้า (อย่างใดอย่างหนึ่ง)

พริกแห้งเม็ดใหญ่

๕ เม็ด

หัวหอมหั่นแล้ว

๒ ข้อนโต๊ะ

หัวกระเทียมหั่นแล้ว

๒ ข้อนโต๊ะ

ข่า

๒ ข้อนโต๊ะ

ตะไคร้

๓ ข้อนโต๊ะ

กะปิ

๑ ข้อนชา

ลูกมะดันหั่นแล้ว

๑/๒ ข้อนโต๊ะ

หัวกะทิขุ่น ๆ

๔ ข้อนโต๊ะ

ข้าวอ่อนหั่นบาง ๆ โรยหน้า

๒ ข้อนโต๊ะ

ใบข้าวอ่อนใบมะดันอ่อน สำหรับโรยหน้าพอสมควร

น้ำปลาดี

วิธีทำ

ตำพริก กะปิ หอม กระเทียม ข่า ตะไคร้ให้ละเอียด แล้วใส่
ลูกมะดันตำให้เข้ากัน ใส่หัวกะทิ เติมน้ำปลาดี ชิมดูอย่าให้เค็มมาก
เมื่อตแล้วทำใบตองให้หนารองด้วยใบข้าว ตักน้ำพริกลงสัก ๑ ข้อนโต๊ะ

แล้วเอาปลาวาง เอน้ำพริกใส่ให้มิดปลา แล้วโรยใบมะคันทน์กับใบข่า
 อ่อนหั่น โรยข่าอ่อนหั่นฝอยบนใบมะคันทน์อีกที แล้วเอาใบข่าปิดบนเครื่อง
 ให้มิด ห่อให้เรียบร้อยบังไฟอ่อน ๆ เมื่อสุกแล้วแกะออกใส่จานเอาด้านที่
 โรยเครื่องบน

ปลั้วยตะไล

เครื่องปรุง

ปูทะเล	๑ กิโลกรัม
เนอหุมู	๑๒ กิโลกรัม
ไข่เป็ด	๓ ฟอง
รากผักชี	๕ ราก
กระเทียม	๕ กลีบ
พริกไทย	๑๐ เม็ด
ใบผักชี	๕ ต้น
พริกขี้หนู	๓ เม็ด
ขนมบั้ง	๑๒ ปอนด์
น้ำมันหมู	น้ำปลาดี

วิธีทำ

ปูทะเลต้มพอสุกเอาแต่เนื้อ เนอหุมูล้างน้ำให้สะอาด สับให้ละเอียด
 ตำรากผักชีล้างน้ำให้สะอาด กระเทียมปอกเปลือก และพริกไทยเม็ดเข้าด้วย

กันให้ละเอียด แล้วเอาเนื้อหมูลงโขลก ตักขนเอาเนอปูทะเลที่แกะไว้แล้ว
 ลงเคล้าให้เข้ากัน ไข่เป็ดต๋อยใส่ขามคืดเอาไข่แดงไว้ต่างหาก ส่วนไข่ขาว
 เอาลงผสมในเนอปูทะเล ผสมน้ำปลาคืดพอเค็ม ขนบั้งหนขนส้เหลยม
 ขนาคลุกเต้า ทอดให้เหลืองกรอบ แล้วผสมลงในปูทะเลเคล้าให้ทั่ว บั้งไฟ
 ขัมรสเมอดแล้วจึงเอาด้วยตะไลกลางสะอาดแล้วเรียงลงในลังถึง นึ่งให้ด้วย
 ตะไลร้อน (เพื่อกันไม่ให้ติดถ้วยเมื่อเวลาสุกแล้ว) เมื่อถ้วยร้อนแล้ว ตักเนอ
 ปูทะเลที่ผสมไว้ลงถ้วย พอเต็มเอาไข่แดงที่เหลือไว้ทาหน้า ผักขลางนา
 ตัดเป็นใบๆ แปะหน้า ๑ ใบ พริกขี้พาดงกลางนำหน่อยวางลงบนผักข้
 แล้วนึ่งให้สุก เมื่อสุกแล้วแกะจากถ้วยใส่จานจมน้ำซ้อสรบประทาน ถ้า
 ชอบทอด เมื่อนึ่งแล้วจะเอาลงทอดให้เหลืองก็ได้

หม่อม ม.จ.

เครื่องปรุง

หมูสามชั้นหรือเนื้อหมู	๑ กิโลกรัม
เกลือเม็ด	๑ ขันควม
ตะไคร้	๒ ต้น
ใบมะกรูด	๕-๖ ใบ
ขมนสด (หรือใช้ขมนผงแทนก็ได้)	๑ หัว
กระเทียม	๒ หัว

วิธีทำ

หั่นหมูเป็นชิ้นสเหลี่ยมโตๆ ต้มเกลือและขมิ้น แล้วนำหมูลงคลุก
 ให้ทั่วใส่หม้อ เติมน้ำให้ท่วมหมูประมาณ ๑ องศา ใส่ตะไคร้ ใบมะกรูด
 ทูบกระเทียมสดใส่ตั้งไฟเคี่ยวจนน้ำงวด และหมูแตกมันแล้ว ใช้น้ำมันหมูที่
 ต้มทอดหมูให้เหลือง แล้วจึงหั่นเป็นคำๆ รับประทานกับน้ำพริกฮ่า

ไส้กรอกข้าวโพด

เครื่องปรุง

ไส้หมูขนาดธรรมดา	๑ ๒ เมตร
ไข่เป็ด	๒ ฟอง
เนื้อไก่ต้ม	๑ ตัว
ข้าวโพดอ่อน	๑๐ ผล
หัวกะทิ	๑ ถ้วย
น้ำตาล	

เครื่องปรุงน้ำพริก

พริกแห้ง	๒ เม็ด
หอม	๔ หัว
กระเทียม	๑๒ กลีบ
ข้าว	๑-๒ แว่น

ตะไคร้

ผิวมะกรูด

รากผักชี

พริกไทย

กะทิสำหรับต้

๑ ตัน

๑/๔ ขันชา

๑/๒ ขันชา

๘ เมต

โบลกเครื่องนำพริกทั้งหมดให้ละเอียด แล้วตัดกับกะทิจนสุก

วิธีทำ

ข้าวโพดต้มสุกผ่านบาง ๆ ผสมไก่ ข้าวโพด น้ำพริก หัวกะทิ และไข่เป็ด ใส่หน้าปลา แล้วบิงไฟชิมดูรสอ่อน ๆ และมีกลิ่นน้ำพริกอ่อน ๆ นำใส่ในไส้หมู ใช้เชือกมัดผูกเป็นลูก ๆ อบในเตาอบให้สุกเหลืองทั่วกัน ตัดเป็นลูก ๆ ใส่จาน

ดอกแคสดใส่

เครื่องปรุง

ดอกแคต้ม

เนือหมู

กุ้งสด

ถั่วลิสงคั่วแล้ว

กระเทียม

๑๐ ดอก

๑/๔ กิโลกรัม

๑/๒ กิโลกรัม

๓ ขันโต๊ะ

๕ กีบ

ไข่เป็ด

๒ ฟอง

น้ำตาล นาน้ำปลาดี น้ำมันหมู

วิธีทำ

เนือหมูล้างน้ำสับให้ละเอียด กุ้งสดล้างน้ำปอกเปลือกสับให้ละเอียด
รวมกับเนือหมู กระทียมทุบหน่อฝอย ถั่วลิสงปอกเปลือกตำพอแหลก
เจียวกระทียมให้หอม เอาเนือหมู กุ้ง ที่ทำไว้ลงผัด ใส่ถั่วลิสงตำสั้ดให้
เข้ากัน ใส่ น้ำปลาดีลงนิดหน่อย และน้ำตาล ชิมรสดีแล้วตักขึ้นพักให้เย็น
ตอกแคะล้างน้ำ และเอาเกสรออกแกะพอเป็นช่อง เอาเนือหมูยัดบรรจุลง
ให้เต็มต๋อยไข่เป็ดใส่ซามคนให้เข้ากัน เอาตอกแคะลงชุให้ทั่ว แล้วทอด
ให้เหลืองตักลงจาน จ้มกับน้ำพริกศรีราชารับประทาน

ไก่สวรรค์

เครื่องปรุง

ไก่

๑ ตัว

พริกแห้ง

๑๕ เม็ด

กระทียม

๑๐ กลีบ

ไข่เป็ด

๒ ฟอง

หัวกะทิ

๑๐ ขันโต๊ะ

ผักขู

๕ ต้น

ส้มมะขาม น้ำมันหมู น้ำตาล น้ำปลาดี

วิธีทำ

ไก่เอาเครื่องในออกล้างน้ำให้สะอาด ทอดในน้ำมันร้อนให้เหลือง ตักขึ้นใส่จานแปล เคียวหัวกะทิให้แตกมัน ผสมน้ำตาลน้ำปลาลงในกะทิ ส้มมะขามใส่่น้ำขมิ้นใส่ลงพอเปรี้ยว แล้วคนให้ทั่ว ขิมคุดพอเหมาะตักลงใส่ จานไก่ทอด ต่อยไข่เป็ดใส่ขามคนให้เข้ากัน เอากะทะตั้งไฟให้ร้อน อ่อน ๆ ทาน้ำมันนิดหน่อย เอานิ้วจุ่มไข่โรยกลับไปกลับไปให้เป็นตาราง คลุมลงบนตัวไก่ทอด แล้วโรยพริกแห้งทอดหั่นฝอย ๆ กระเทียมเจียวและ ผักชีบนตัวไก่

ไก่สอดไส้

เครื่องปรุง

หน้าอกไก่	๑ ซีก
กุ้งสด	๑ กิโลกรัม
ไข่ไก่	๒ ฟอง
รากผักชี	๕ ราก
กระเทียม	๕ กลีบ
พริกไทย	๗ เม็ด
แป้งสาลี	๒ ช้อนโต๊ะ
มันฝรั่งผลงาม ๆ	๑๐ ผล
น้ำมันหมู น้ำปลาดี	

วิธีทำ

หน้าอกไก่ล้างน้ำสะอาด สะเด็ดน้ำ กุ้งสดล้างน้ำ ปอกเปลือก สับละเอียด
 กระเทียมปอกเปลือก ตำละเอียด รากผักชีล้างน้ำ หั่นฝอย ๆ ตำละเอียด
 พริกไทยป่นให้ละเอียด เคล้าให้เข้ากัน ไข่ไก่ต๋อยเอาแต่ไข่แดงผสมลงไป
 ใส่เน้าปลาดีพอเค็ม คลุกให้เข้ากัน ปอกมันฝรั่ง แล้วคว้านปากแกะให้
 เป็นโพรง ทำให้มีฝาปิด บรรจุไส้ลงพอเต็ม ปิดฝาให้มิด แบ่งสาละผสมน้ำ
 นึกหน้อยยาตามฝาให้มิดชิด เรียงลงในลังถึงนึ่งให้สุก ยกลง ทอดใน
 น้ำมันหมูร้อน ๆ ให้เหลือง จุ่มกับน้ำซอสรบประทาน

เมี่ยงไก่

เครื่องปรุง

ไก่	๑ ตัว
ใบทองหลางใบมน	๑ กำ
ถั่วลิสงคั่วแล้ว	๓ ข้อนโต๊ะ
หัวหอม	๒๐ หัว
ขิง	๑ แฉ่ง
พริกขี้หนู	๑๕ เม็ด
เกลือป่น	๑ ข้อนชา
มะนาว	๓ ผล

วิธีทำ

เนื้อไก่ต้มให้สุกแล้วสับให้ละเอียด ใส่ขามพริกไว้ เกลือป่นใส่ลงในเนื้อไก่ ผ่านมะนาว ๑ ลูก บีบเอาแต่น้ำใส่ลงในเนื้อไก่แล้วขยำให้เข้ากัน คนบีบให้แห้งบนเบ้นก่อนกลมแบน ๆ ขนาดหัวแม่มือ โปะทองกลางโอบมัน ตัดขนพองาม จัดใส่จานเอาไว้ เครื่องอนจืดไว้เป็นกองคือ ถั่วลันเตา ปอกเปลือก หัวหอมปอกเปลือกหั่นชั้นสไลด์มเล็ก ๆ พริกขีหนูและมะนาว หั่นเป็นชั้นเล็ก ๆ เวลารับประทานจึงจัดเอาเมียงไก่วางบนโอบทองกลางแล้ว ใส่ถั่วลันเตา หัวหอม ขิง พริกขีหนู มะนาว รวมเป็นคำ

เมียงขิง

เครื่องปรุง

โอบเมียง ปลาตุ๋นย่าง หมู ๓ ชั้นต้ม ขิง หอม กระเทียม กุ้งแห้ง พริก ขีหนู มะขอก น้าปลา น้าตาลขก

วิธีทำ

ลอกโอบเมียงเป็นโอบ ๆ เรียงในจานเป็นคำ ๆ เท่าที่ต้องการ ปลาตุ๋นย่างแกะเอาข้างออกทำให้ฟูทอดให้เหลือง แล้วตัดเป็นคำ ๆ ให้พอดีกับโอบเมียง หมู ๓ ชั้น ต้มให้สุกหั่นเป็นคำ ๆ ขิงผ่านตัดเป็นคำ ๆ ปอกกระเทียมเหลือเปลือกบาง ๆ ไว้บ้าง ใช้มีดตัดแล้วสับไม่ต้องถึงละเอียดเจียวให้เหลือง หัวหอมปอกหุบอย่างกระเทียมแล้วเจียวให้เหลือง วางปลาตุ๋น

หมู ขิง อย่างละ ๑ ชั้นบนใบเมี่ยง โรยด้วยหอมกระเทียมที่เจียวไว้
หยอดน้ำพริกเผา เวลาจะรับประทาน

วิธีทำนาพริก

ตำกุ้งแห้งให้ละเอียดสัก ๑ ชั้นในตะกวน ใส่กระเทียมดิบ ๕ — ๖
กลีบพริกขี้หนูพอดีตำลงไป ใส่มะขอก้อนเหมือนใส่หน้าพริก แล้วบีบมะนาว
ใส่น้ำปลา น้ำตาลสัก เกล็ดชิมดูตามชอบให้รสจัดหน่อย เหมือนหน้าพริก
จิ้มกับผัก แต่ไม่ใส่กะปิเท่านั้น

เมี่ยงส้ม

เครื่องปรุง

เนื้อหมู กากหมู ส้ม กุ้งแห้ง ถั่วลิสง หอม กระเทียม ใบทองหลาง
น้ำพริกเผา น้ำปลา มะนาว น้ำตาลสัก

วิธีทำ

ใบทองหลางใบมนล้างผึ่งไว้ให้แห้ง เจียนกลม ๆ สำหรับวางเมี่ยง
เท่าที่ต้องการ ปอกหอมซอยเจียวให้เหลือง กระเทียมหั่นเจียวให้เหลือง
เนื้อหมูหั่นเป็นคำ ๆ ทอดพอสุก กากหมูเป็นคำ ๆ กุ้งแห้งทอด ถั่วลิสงทอด
ผสมดูตามรสเปรี้ยวฝาดตามยาวเป็นเส้น ๆ ใบทองหลางทอดวางเรียงในจาน
เอาเครื่องเมี่ยงวางลงอย่างละชั้นโรยปนด้วยหอมเจียวกระเทียมเจียว หยอด
น้ำพริกเผา เวลาจะรับประทาน

วิธีทำน้ำพริกเผา

ตำถั่วลิสงคั่ว ๒ ช้อนโต๊ะให้ละเอียด แล้วใส่น้ำพริกเผา น้ำปลา น้ำตาล มะนาว ชิมดูเปรี้ยวเค็มหวานตามชอบ

น้ำปลาใบเมียง

เครื่องปรุง

ใบเมียง กากหมู กุ้งแห้ง ถั่วลิสง หนั๋งหมูพอง หอม กระเทียม น้ำปลานามะขามเปียก น้ำตาลปึก

วิธีทำ

ลอกใบเมียงเป็นใบ ๆ เรียงในจานเป็นคำ ๆ ทำหัตถ์ถองการ กากหมูทอดให้กรอบ หนั๋งหมูพองทอดกรอบ ถั่วลิสงทอด กุ้งแห้งทอด หอมขอย กระเทียมหันเจียวให้เหลือง วางเครื่องเมียงทกล้วนลงบนใบเมียงอย่างละชั้น ข้างบนวางหอมเจียวกระเทียมเจียว เวลาจะรับประทานจึงหยอดน้ำเมียง

วิธีทำน้ำเมียง

น้ำตาลปึก น้ำปลา นามะขามเปียกคนชั้น ๆ ๓ อย่างนี้ใส่หม้อเล็กตั้งไฟให้น้ำตาลละลาย เคี่ยวให้เป็นยางใส ชิมดูรสตามชอบ

ขนมจันอับ

เครื่องปรุง

ขนมจัน	๑๐ หัว
กุ้งทะเลขนาดกลาง	๑๒ ตัว
หมู ๓ ชั้นต้มสุก	$\frac{๑}{๒}$ กิโลกรัม
กระเทียมดองปอกเปลือกเป็นกลีบ ๆ	๔๐ กลีบ
ถั่วลิสงคั่วทอดให้เหลือง	๔๐ เม็ด
หอมกระเทียมหน่ขอเจียวให้เหลืองอย่างละเอียด	$\frac{๑}{๒}$ ถ้วย
น้ำตาลปี๊บ	๑ ช้อนโต๊ะ
ใบเตย	๑ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

ขนมจันตัดเป็นคำ ๆ ปล่อยให้ใหญ่ขึ้น ๔๐ คำ กุ้งสดต้มปอกเปลือก
เหลือไว้ ๒ ตัว (สำหรับทำนาหยอด) นอกนั้นผ่าเป็นชิ้นยาวบางเป็นคำ ๆ
๔๐ คำ หมูต้มสุกหั่นชิ้นบางพอประมาณยาวพอคำเหมือนกุ้ง ๔๐ ชิ้น
ตัดใบเตยคั่วให้หอมเป็นใบเตยขนาดเมี่ยงคำ เสร็จใส่จาน เอาขนมจันวาง
๑ คำ กุ้ง หมู อย่างละ ๑ ชิ้น กระเทียมดอง ๑ กลีบ ถั่วลิสง ๑ เม็ด
แล้วหยิบหอมกระเทียมเจียววางข้างบน โรยผักชีคั่วละเอียด ๒-๓ ใบ เวลาจะ
รับประทานหยอดน้ำตาลปี๊บ

วิธีทำพริก

ตำถั่วลิสงคั่ว ๒ ช้อนโต๊ะให้ละเอียด ใส่เน้าพริกเผา (ตำเน้าพริกเผาอย่างในก้อยกุ่ม) แล้วใส่กุ้งที่ต้มที่เหลืองไว้ ๒ ตัว ตำลงไปด้วยให้ละเอียด บ่มมะนาว น้ำปลา น้ำตาลปึก ซึ่มตุรสปริยว เค็ม หวาน ตามชอบ

แหม่มสด

เครื่องปรุง

เนื้อหมูแดงเอาแต่เนื้อ

๑ กิโลกรัม

ดินประสิว

$\frac{๓}{๔}$ ช้อนชา

เกลือป่น

$\frac{๑}{๒}$ ช้อนโต๊ะ

กระเทียม

๑๐ กลีบ

หนังหมู

$\frac{๑}{๔}$ กิโลกรัม

มะนาว

๔ ผล

พริกขี้หนู

๒๐ เม็ด

วิธีทำ

เนื้อหมูแดงล้างน้ำให้สะอาด สับให้ละเอียดใส่อย่างไว้ ผสมดินประสิวลงในเนื้อหมู ใส่เกลือป่นลงในเนื้อหมู ปอกกระเทียมตำให้ละเอียดเอาเนื้อหมูใส่ลงตำให้เหนียว แล้วห่อใบตองบังไฟพอสุก หนังหมูชุบน้ำออกให้หมด ล้างน้ำตามให้สะอาด หั่นชิ้นเล็กๆ บางๆ (เท่าเส้นตอก) รวมลง

ในเนอหฺมเคลลาให้ทว มะนาวผ่านแกะเม้ตอกบับเอาแต่หน้าคฺลุกกับเนอหฺม
 พริกขหนูเตตกานลางนาตำพอแหลกรวมลงในเนอหฺม ชิมรสตามชอบ จัดลง
 จานรับประทานกับเครื่อง

เครื่องแหนมสด

หฺวหอมปอกเปลือกหนฺนสนสฺเหลี่ยมเล็ก ๆ ขิงอ่อนปอกเปลือกหนฺนสนสฺเหลี่ยม
 เล็ก ๆ มะนาวผ่านเอาเม้ตอกหนฺนสนเล็ก ถัวลสงควแล้วปอกเปลือก พริก
 ขหนูเตตกานลางนา ใบทองหลางตัดหฺวท้าย ใบผักกาดหอมตัดตราก ต้นหอม
 ผักขตตราก เวลาจะรับประทานจึงจะตตเป็นคํ ๆ วางบนใบทองหลาง
 หรือผักกาดหอมก็ได้แล้วแต่ชอบ รับประทานกับ ต้นหอม ผักชี

