

รายการพัฒนาอาชีพ ชุด เสน่ห์รสไทย

เรื่อง น้ำพริกเต้าหู้ยี้

ภาพรวม

น้ำพริก เป็นอาหารประเภท เครื่องจิ้ม คู่บ้านคู่เมืองของไทยมาแต่โบราณ มีหลากหลายตำรับ หลากหลายรสชาติ ตามแต่วัตถุดิบที่เลือกมาใช้ ซึ่งรสชาติพื้นฐานของน้ำพริกโดยทั่วไป คือ มีความเค็ม ความเผ็ด เป็นรสนำ มีความเปรี้ยว ความหวานเป็นรสตาม หรือบางครั้ง รสนำ รสตาม อาจขึ้นอยู่กับวัตถุดิบหลักที่นำมาใช้ปรุงเป็นน้ำพริกตำรับนั้นๆ

เต้าหู้ เป็นอาหารที่ทำมาจากถั่วเหลือง เนื่องจากความนิยมในการบริโภค เต้าหู้ ทำให้เกิดความแตกต่างหลากหลายของการปรุงเต้าหู้ เต้าหู้ยี้ คือเต้าหู้ที่ผ่านการหมักเกลือและเครื่องปรุงแต่งรสตามเอกลักษณ์เฉพาะของท้องถิ่นที่ผลิต แต่รสชาติตั้งต้นโดยทั่วไปคือรสเค็ม และมีกลิ่นฉุนที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว เจ้าจอมหม่อมราชวงศ์สดับ ลดาวัลย์ พระสนมเอกในพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 5 ทรงบันทึกไว้ว่า มีการนำ เต้าเจี้ยว เต้าหู้ยี้ ที่ได้มาจากเครื่องราชบรรณาการจากประเทศจีน มาปรุงเป็นน้ำพริก ขึ้นโต๊ะเสวยถวาย รัชกาลที่ 5

ตำรับ

- เต้าหู้ยี้ 2 ช้อนโต๊ะ
- หัวหอม 10 หัว
- กากหมูเจียว ปริมาณพอๆ กันกับหัวหอม
- ปรุงรสด้วย พริก มะนาว น้ำตาลทราย

วิธีทำ

โขลกเต้าหู้ยี้กับหัวหอมให้ละเอียดเข้ากัน

ใส่กากหมูลงโขลกรวมกันพอแตก

ปรุงรสด้วย พริก มะนาว น้ำตาลทราย ไม่ต้องใส่เค็มเพิ่ม เพราะเต้าหู้ยี้ เค็มอยู่แล้ว

ต่อมามีการเพิ่มเครื่องปรุง จากการบันทึกของหม่อมหลวงเนื่อง นิลรัตน์

เติมผลไม้ที่มีรสเปรี้ยวเพื่อเพิ่มรสสัมผัส เช่น มะดัน มะอึก ซอยใส่ลงไป

หมูสับหรือกุ้งสับ ผัดให้สุก พร้อมหอมเจียว กระเทียมเจียว ใส่ผสมลงในน้ำพริกเต้าหู้ยี้ เพิ่มรสสัมผัส และเพิ่มคุณค่าทางโภชนาการ

กินกับผักสด เช่น แตงอ่อน น้ำเต้า หัวไชเท้า

กับข้าวเหนียว อาจเป็นปลาช่อนแห้ง ปลาสดแห้งทอด หรือไข่เจียวก็ได้

เสน่ห์รสไทย 1) รสชาติและกลิ่นเฉพาะของเต้าหู้ยี้ที่ถูกนำมาปรุงเป็นอาหารไทยประเภท น้ำพริก

2) ความโดดเด่นของกลิ่นและรสของเต้าหู้ยี้ ที่ถูกมาผสมผสานเครื่องปรุงไทยๆ จนอร่อย กลมกล่อม

3) การใช้วัตถุดิบธรรมชาติตามฤดูกาล เพิ่มเสน่ห์ให้สำหรับอาหาร

แบบทดสอบ จงเลือกคำตอบที่ถูกต้องตามความเข้าใจของท่าน

- 1) เต้าหู้ยี้คืออะไร
ก. เต้าหู้หมักเกลือ ข. ผลไม้ดอง
ค. ผักดอง ง. เครื่องเทศหมักเกลือ
- 2) ความเปรี้ยวในเมนูนี้เกิดจากอะไร
ก. น้ำส้มสายชู ข. ผลไม้ที่มีรสเปรี้ยว
ค. เต้าหู้ยี้ ง. ผักดองเปรี้ยว
- 3) น้ำพริกเต้าหู้ยี้เกิดขึ้นในสมัยใด
ก. อยุรยา ข. รัชกาลที่ ๓
ค. รัชกาลที่ ๕ ง. รัชกาลที่ ๙
- 4) รสชาติของน้ำพริกเต้าหู้ยี้คืออะไร
ก. เค็ม หวาน เผ็ด ข. เค็ม เผ็ด
ค. เค็ม เปรี้ยว เผ็ด ง. หวาน เผ็ด
- 5) ของแถมเมนูนี้ประกอบด้วยอะไรบ้าง
ก. ปลาสดทอด ข. กากหมู
ค. กุ้งแห้ง ง. หมูหวาน