

รายการพัฒนาอาชีพ ชุด เสน่ห์รสไทย

เรื่อง น้ำพริกเผา

ภาพรวม

เสน่ห์ของรสชาติแบบไทยๆ มีให้เลือกเอร็ดอร่อยได้ถึง 8 รสคือ เปรี้ยว หวาน มัน เค็ม เผ็ด จืด ขม ผาด อาหารแต่ละเมนู อาจมีได้ตั้งแต่รสเดียว สองรส สามรส สี่รส เรื่อยไปจนถึงครบรส คือครบถ้วนทั้ง 8 รสก็ได้

เมนูคู่มือของไทยแต่สมัยโบราณถึงปัจจุบัน เป็นเมนูที่ให้รสชาติครบ 8 รสในเมนูเดียว มีทั้งที่ครบในตัวเมนูอาหารเอง และครบเมื่อกินกับผักแนม กับข้าวแนม ถือเป็นเมนูง่ายๆ ที่คนไทยรู้จักกันดีคือ น้ำพริก เพราะในน้ำพริก จะมีการผสมผสานรสชาติต่างๆ จากสมุนไพรพื้นบ้านในแต่ละท้องถิ่นที่แตกต่างกันไป รวมทั้งมีการสร้างสรรค์ด้วยการเปลี่ยนวัตถุดิบหลักไปได้มากมายหลากหลาย จนเกิดรสชาติ กลิ่น สี สัน หน้าตาที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะ จึงทำให้มีน้ำพริกต่างๆ เกิดขึ้นทั่วไทยกว่า 100 เมนู

น้ำพริกเผาของโบราณดั้งเดิม ไม่ใช่ น้ำมันพริกผัดที่มีน้ำมันลอยท่วมอย่างที่ขายในปัจจุบัน แต่เป็นน้ำพริกสุกคั่วแห้ง สามารถเก็บในภาชนะปิดกันลมอยู่ได้นานนับปี สมัยก่อน ใช้เป็นเสบียงในการเดินทาง สามารถแบ่งออกมาคลุกข้าวกินได้เลย หรือปรุงรสเพิ่มตามชอบในแต่ละมื้อก็ได้

ตำรับ

- หอมแดงซอย
- กระเทียมหั่นหยาบ
(หอม กระเทียม ใช้ปริมาณเท่ากัน แล้วแต่ความต้องการปริมาณการผลิต)
- พริกแห้งผ่ากลางเป็นเม็ดออกล้างน้ำ (มากน้อยตามความชอบ)
- น้ำทั้ง 3 อย่างข้างต้น ผึ่งแดดให้แห้ง
- จากนั้นนำทั้ง 3 อย่างมาคั่วไฟอ่อนในกระทะจนแห้ง (แยกกันคั่ว)
- กุ้งแห้งเนื้อ ป่น (ปริมาณตามชอบหรือเท่าส่วนผสม 3 อย่างข้างต้นรวมกัน)

วิธีทำ นำเครื่องคั่วแห้งทั้ง 3 ลงครก โขลกให้ละเอียดเข้ากัน (ใช้เครื่องปั่นได้)

ใส่กุ้งแห้งลงตำ

ปรุงรสเค็มด้วยเกลือหรือน้ำปลาเล็กน้อย ตัดน้ำตาลนิดหน่อย

นำส่วนผสมลงคั่วในกระทะอีกครั้งให้แห้ง

ได้เป็นน้ำพริกเผา (คั่ว) ที่เก็บไว้ได้นานเป็นปี

สามารถแบ่งออกมาคลุกข้าวกินได้เลย หรือตักแบ่งออกมาแล้วปรุงรสตามชอบเติมน้ำปลา มะนาว น้ำตาล คลุกข้าวหรือทาขนมปังกิน

- เสน่ห์รสไทย** 1) ใช้วิธีการถนอมอาหารด้วยการคั่วให้แห้ง ได้กลิ่นและรสชาติที่เป็นเอกลักษณ์
- 2) สามารถพกพาเป็นเสบียงในการเดินทางได้ตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน
- 3) กินกับผักได้ทั้งผักสด ผักลวก ผักต้ม เป็นกุศโลบายให้เจริญอาหารและได้สารอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย

แบบทดสอบ จงเลือกคำตอบที่ถูกต้องตามความเข้าใจของท่าน

- 1) ลักษณะของน้ำพริกเผาแบบดั้งเดิมเป็นอย่างไร
- ก. เกิดจากนำหอม กระเทียม พริกมาคั่วแล้วตำกับกุ้งแห้ง
- ข. เกิดจากนำเครื่องปรุงรสน้ำพริกมาผัดด้วยน้ำมัน
- ค. เป็นน้ำพริกที่มีรสจัดจ้านครบทุกรส
- ง. เป็นน้ำพริกที่ต้องมีรสหวานนำ
- 2) กระบวนการเฉพาะที่ใช้ในการเตรียมน้ำพริกเผาแบบโบราณคืออะไร
- ก. เอาเครื่องปรุงไปตากแดด
- ข. เอาเครื่องปรุงไปทอด
- ค. เอาเครื่องปรุงไปเผา
- ง. เอาเครื่องปรุงมาโขลกให้ละเอียดแล้วนำไปผัด
- 3) เนื้อสัตว์ที่นิยมใช้ในการทำน้ำพริกเผาคือ
- ก. ปลาอย่าง ข. กุ้งแห้ง
- ค. หมูสับ ง. ปลากรอบ
- 4) การเก็บรักษาน้ำพริกเผาโบราณให้อยู่ได้นาน ควรทำอย่างไร
- ก. ทำให้สุกโดยผัดกับน้ำมันใส่กล่องเก็บไว้
- ข. เก็บใส่กล่องใส่ตู้เย็น
- ค. นึ่งให้สุกแล้วใส่เก็บตู้เย็น
- ง. ทำให้สุกแล้วเก็บใส่ภาชนะที่ปิดมิดชิด
- 5) เสน่ห์รสไทยในเมนูน้ำพริกเผาแบบโบราณคืออะไร
- ก. เป็นการปรุงอาหารที่ใช้วัตถุดิบน้อยอย่าง
- ข. เป็นการเตรียมวัตถุดิบเพื่อการปรุงเป็นเมนูต่างๆ
- ค. เป็นการถนอมอาหารที่นำมาปรุงรสใหม่ได้ตามที่ผู้บริโภคต้องการ
- ง. เป็นเมนูที่มีรสชาติครบทุกรส