

รายการพัฒนาอาชีพ ชุด กินง่าย ขายคล่อง

เรื่อง เมี่ยงออยาก

ภาพรวม

เมี่ยง เป็นวัฒนธรรมการกินของชาวเหนือ โดยในสมัยโบราณ เมี่ยง เป็นของว่างหลังอาหารของคนเหนือ โดยหลังจากกินอาหารอิ่มแล้ว ก็จะพากัน “อมเหมี่ยง” เพื่อให้รสและกลิ่นของอาหารที่กินเข้าไปเจือจางลง ทั้งยังช่วยคลายความเผ็ด ความเค็ม ที่ติดปากอยู่ พร้อมกันนั้นยังทำให้การคุยกันหลังอาหารระหว่างครอบครัว เพื่อนฝูง ให้ออกกรสโดยเคี้ยวเมี่ยงไปคุยกันไปด้วย เป็นการย่อยอาหารไปในตัวได้อีกด้วย สันนิษฐาน เมี่ยงลงมาสู่ภาคกลาง โดยเจ้าดารารัศมี พระราชชายาในพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 5 พระองค์ทรงเป็นเจ้าของในราชวงศ์ทิพย์จักรจากนครเชียงใหม่ ได้ทรงฟื้นฟูศิลปปะลัณนาหลายอย่าง รวมทั้งทรงนำ เมี่ยง ลงมาให้เป็นที่รู้จักในภาคกลาง ต่อมาจึงมีการปรับประยุกต์จนเกิดตำรับ เมี่ยงขึ้นหลายตำรับ

จาก ภาพยนตร์เรื่องว่าง พระราชนิพนธ์ในพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 6 ตอนหนึ่งที่ว่า เมี่ยงค่าน้ำลายสอ เมี่ยงสมอ เมี่ยงปลาหู เค้าลุกคลุกไก่หมู น้ำพริกกล้วยหัวโองา ฯลฯ เพียงเท่านี้ก็เห็นว่า มีเมี่ยงที่ได้รับการสร้างสรรค์ตำรับเพิ่มเติมอีกมากมาย หลากหลาย แสดงให้เห็นความนิยมในการรับประทาน เมี่ยง ของคนไทย โดยตำรับเมี่ยงปลาหู เป็นที่มาของตำรับที่จะนำเสนอในวันนี้คือ เมี่ยงออยาก นั่นคือ เครื่องเหมือนเมี่ยงปลาหูทุกอย่าง แต่เปลี่ยนจากเนื้อปลาหู มาเป็น กากหมู แทน แล้วได้รับความเอร็ดอร่อยชนิดที่ออยากกินต่อไม่หยุด อันเป็นที่มาของชื่อ เมี่ยงออยาก

ตำรับ

- ไบทองหลวง ไบอ่อนชมพูสาแหรก
- ชিংอ่อน หอมแดงหันเต้า มะนาวหันเต้าทั้งเปลือก
- กุ้งแห้ง
- ถั่วลิสง
- พริกชี้หูสดหันท่อนเล็ก
- กากหมูแข็งเจียวคลุกเกลือ
- กะปิหวาน (ขยำกะปิกับน้ำตาลในสัดส่วน น้ำตาลครึ่งหนึ่งของกะปิ)

วิธีทำ

นำใบมาเป็นวัสดุห่อ

ใส่เครื่อง ชিংอ่อน หอมแดง มะนาว กุ้งแห้ง ถั่วลิสง พริกลงไป

นำกากหมูไปจิ้มกะปิหวาน นำมาใส่เป็นเครื่องด้านบนสุด

รับประทานเป็นคำ

เคล็ดลับขายคล่อง

- 1) ใช้ปูมประวัติที่มาของตำรับอาหาร สร้างความน่าสนใจ
- 2) จัดทำเป็นเครื่องแยกประเภท ให้สีสันสดใสชวนสนุก
- 3) ปรับประยุกต์ทำให้เป็นคำๆ พร้อมรับประทาน เช่น ห่อใส่เครื่องเป็นคำสำเร็จ เสียบไม้ ขายเป็นไม้อย่างลูกชิ้นปิ้ง เพิ่มความสะดวกและความน่าสนใจ

แบบทดสอบ

จงเลือกคำตอบที่ถูกต้องตามความเข้าใจของท่าน

- 1) วัฒนธรรมการกินเมืองในสมัยโบราณเป็นของชนชาติพื้นถิ่นใด
ก. ภาคเหนือ ข. ภาคอีสาน
ค. ภาคกลาง ง. ภาคใต้
- 2) จากบทเห่ชมเครื่องว่าง ปรากฏชื่อเมืองหลายชนิดยกเว้นเมืองอะไร
ก. เมืองอยากร ข. เมืองคำ
ค. เมืองสมอ ง. เมืองปลาทุ
- 3) เมืองอยากรมีลักษณะคล้ายกับเมืองชนิดใด
ก. เมืองคำ ข. เมืองสมอ
ค. เมืองปลาทุ ง. เมืองล้านนา
- 4) เครื่องปรุงที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะของเมืองอยากรคือ
ก. ปลาทุ ข. กากหมู
ค. น้ำจิ้ม ง. ใบที่ใช้นำมาห่อ
- 5) เมื่อนี้เกิดขึ้นในสมัยใด
ก. กรุงสุโขทัย ข. กรุงศรีอยุธยา
ค. กรุงธนบุรี ง. กรุงรัตนโกสินทร์