

น้ำพริกกะปิ

เครื่องปรุง

พริกชี้หูสวนเม็ดเล็ก	25 เม็ด
กระเทียมไทย	40 กรัม
กะปิห่อบั้งพอหอม	60 กรัม
กุ้งแห้งป่น	10 กรัม
มะขี้กูดผิวขอย	30 กรัม
น้ำตาลปีบ	80 กรัม
น้ำมันงา	80 กรัม

วิธีทำ

1. โขลกกระเทียมกับกะปิเข้าด้วยกันให้กระเทียมละเอียด
2. ใส่กุ้งแห้ง มะขี้กูด โขลกเข้าด้วยกัน ใส่พริกชี้หูบุบพอแตก ใส่น้ำตาลปีบ คนให้ทั่ว ใส่น้ำมันงา คนให้เข้ากัน ชิมรส ไม่เผ็ดน้ำไม่หวาน รสกลมกล่อม จัดเสิร์ฟกับปลาชุกทอด ผักทอด ผักต้ม หรือผักสด

ผักทอด ะอมชุบไข่ทอด มะเขือยาวชุบไข่ทอด

ผักต้ม หน่อไม้ ดอกแค ดอกขจร ถั่วฝักยาว

อะอม-มะเขือชุบไข่ทอด

อะอมเด็ดสั้น ๆ	300 กรัม
มะเขือยาว	1 ลูก
ไข่ไก่	2 ฟอง
แป้งข้าวเจ้า	1 ช้อนโต๊ะ
น้ำมันพืชสำหรับทอด	2 ถ้วย

วิธีทำ

1. ผสมไข่ไก่ แป้งข้าวเจ้า คนให้เข้ากัน ใช้เป็นแป้งชุบ
2. หั่นมะเขือยาวเฉียงเป็นชิ้นบาง ๆ ประมาณ ¼ นิ้ว
3. ใส่น้ำมันลงในกระทะ ตั้งไฟกลางพอน้ำมันร้อน ชุ่มมะเขือลงในแป้งชุบ แล้วใส่ในกระทะน้ำมัน ทอดให้สุกเหลืองทั้งสองด้าน ตักขึ้นวางบนกระดาษซับน้ำมัน ทอดจนหมด
4. ผสมอะอมกับแป้งชุบที่เหลือ เคล้าให้ทั่ว แบ่งเป็นสองส่วน ทอดเป็นแผ่นให้สุกทั้งสองด้าน ตักขึ้นให้สะเด็ดน้ำมัน หั่นเป็นชิ้นขนาดพอคำหนักประมาณ 5 กรัม

ผักต้ม

ถั่วฝักยาว	5 ฝัก
ดอกขจร	200 กรัม
ถั่วพู	10 ฝัก
หน่อไม้ไร่	5 ทาง
ดอกแค (เด็ดเกสรออก)	200 กรัม
หัวกะทิ	½ ถ้วย
แป้งข้าวเจ้า	1 ช้อนชา

วิธีทำ

1. ใส่น้ำลงในหม้อ 2 ถ้วย น้ำตาลปีบ 2 ช้อนโต๊ะ ตั้งไฟพอเดือด ใส่หน่อไม้ต้มนานประมาณ 15-20 นาที เพื่อให้หน่อไม้หายขื่น ตักออก
2. ใส่น้ำลงในหม้อ 2 ถ้วย ใส่น้ำมันพืช 1 ช้อนชา พอเดือด ใส่ดอกแคต้ม พอสุกตักขึ้นแช่น้ำเย็นทันที ใส่ดอกขจรต้ม พอสุกตักขึ้นแช่น้ำเย็น ต้มถั่วพูในน้ำเดือดนาน 3 นาที ตักขึ้นแช่น้ำเย็นทันที จากนั้นต้มถั่วฝักยาวแบบเดียวกับถั่วพู
3. ผสมหัวกะทิกับแป้งข้าวเจ้าเข้าด้วยกันในหม้อ ยกขึ้นตั้งไฟ พอร้อนกลง สำหรับเป็นกะทิราดผักต้ม

สำหรับ 1 ที่

น้ำพริกกะปิ	80 กรัม
ปลาชุกทอด เลาะเอาทังกลางออก	1 ตัว
มะเขือทอด	4 ชิ้น
อะอมทอด	3 ชิ้น
ดอกแคต้ม	6 ดอก
ดอกขจรต้ม	20 กรัม
ถั่วต้มหั่นยาว 1½ นิ้ว	4 ฝัก
ถั่วฝักยาวต้มฉนวนเป็นคำ	1 ฝัก
หน่อไม้ไร่ต้มหั่นชิ้นขนาด 1½ นิ้ว	4 ชิ้น
หัวกะทิ	3 ช้อนโต๊ะ

- จัดผักต้มทั้งหมดใส่จานวางให้สวยงาม ราดด้วยหัวกะทิ จัดมะเขือทอดและอะอมทอดวางข้าง ๆ วางด้วยน้ำพริกกะปิ เสิร์ฟพร้อมปลาชุกทอด

ลักษณะที่ดี

กลิ่นหอม ไม่เหม็นคาว มีฟันเป็นโคลม และโมลิ คือ
จับตืด รสไม่หวาน ไม่เค็ม ไม่เปรี้ยว ที่สำคัญคือไม่มี
เม็ดฟันไป รสลงกัน ไม่ฉืดน้ำ

เคล็ดลับ

น้ำพริกที่ดีต้องไม่เหม็นคาวเปรี้ยวเกินไป โดยไฟจะปิด
กับกระเทียมเจียวด้วยกันก่อน นำมันในกระเทียมส่วนครึ่ง
กับกระเทียมกระเทียมที่เหลือลงด้วย พริกที่หยาบพอแตก
แต่ไม่ต้องละเอียด เพราะจะฉืดเกินไปสำหรับคนไม่กินเผ็ด
คนที่ชอบเผ็ดมากก็สามารถพักพริกเป็นเม็ดก็ได้

ถ้าจะบวกรวมไว้หนึ่งถ้วยแล้วใส่พริกขี้หนูสดลงไป
ต้องใส่ใบตำลึง เพราะน้ำตำลึงมีไม่หวานหรือเปรี้ยว
น้ำพริกที่ดีอยู่ที่ความหลากหลายของผักที่ฉืดลงไปจนติด
กันก็ยิ่งทำให้รสชาติของน้ำพริกมีความอร่อยยิ่งขึ้น

มีการผสมเผ็ดกับเผ็ดรสคั่วด้วยผักที่ฉืดทำให้ความข
สลด แต่มีความอร่อยเพิ่มขึ้น หรือจะกินกับผักสดต่างๆ
เช่น มะเขือเปราะ แตงกวา ช่วยเพิ่มความหลากหลายก็ได้

การทรงคนใส่ภาชนะให้ดูหรือหมักกับ น้ำมันตั้งร้อนแต่
ไฟไม่แรง ทอดจนปลาอวบขึ้นจึงพลิกอีกด้าน ทำซ้ำพลั
กจนปลาอวบไม่ล่อนหนียวจะทอด น้ำมันไม่ร้อนปลาจะขาว
และอร่อยน้ำมันนำกลับเพราะมีจุดเดือดสูงไม่ไหม้เร็ว



Nam Prik Gapi

Spicy Dried Shrimp Dip

A good nam prik gapi should be aromatic without pungent smell of shrimp paste. The texture should not be too thick but not runny, ready for dipping. The flavours should not be too sweet, not too salty and sour. And most important, nam prik gapi should not be too spicy.

Nam prik

25 bird's eye chilies
40g Thai garlic
60g roasted shrimp paste in banana leaves
10g ground dried shrimp
30g chopped bolo maka, hair removed
80g palm sugar
80g lime juice

Pound garlic and shrimp paste until the garlic is all mashed

- Add dried shrimps and bolo maka and continue pounding. Add crushed hot chilies and palm sugar, stir then add lime juice and blend well. All the flavours must come together, not too spicy or too sweet. This is to be served with fried mackerel, deep fried vegetables, boiled vegetables or fresh vegetables.

Deep fried vegetables Egg battered climbing wattles or eggplants

Boiled vegetables bamboo shoots, agasta flowers, cowslip creeper flowers, string beans

Egg battered climbing wattles and eggplants

300g shredded climbing wattles
1 eggplant
2 eggs
1 tbsp rice flour
2 cups vegetable oil for deep frying

Whisk eggs and rice flour together to make the batter mixture

- Thinly slice the eggplants diagonally (approximately ¼ in.)
- Heat vegetable oil over medium heat in a pan. As the oil is hot, dip the eggplants in the batter before placing in the pan. Deep-fry until golden on both sides then remove the vegetables and let them drain on greaseproof paper
- Dip the climbing wattle in the batter mixture, separate into 2 portions and deep-fry both sides until golden. Remove the vegetables and let excess oil drip off. Cut the vegetables into bite size, approximately 5g.

Boiled vegetables

5 string beans
200g cowslip creeper flowers
10 winged beans
5 culms of farmed bamboo shoots
200g agasta flowers, pollens removed
½ cup thick coconut milk
1 tsp rice flour

Boil 2 cups of water and 2 tbsp of palm sugar in a pot. Add bamboo shoots then boil for 15-20 min. to remove the bitter taste. Remove the bamboo shoots and set aside

- Boil 2 cups of water and 1 tsp of vegetable oil. Add agasta flowers in the boiling water, remove immediately when cooked and place in cold water. Boil the cowslip creeper flowers in the same manner. Boil the string beans and winged beans for 3 min. and remove immediately to place in cold water
- Mix thick coconut milk and rice flour in the pot and warm over medium heat. As the mixture thickens remove from the stove. Use the coconut sauce to garnish over the boiled vegetables.

