

การส่งเสริมให้ความรู้ในการประกอบอาชีพ

การทำน้ำพริกน้ำพริกสวรรค์ปลา

ส่วนผสม	น้ำหนัก (กรัม)
เนื้อปลาหยอง	345
พริกคั่วแห้งปน	30-50
กะปิ	75-100
กระเทียมเจียว	100
หัวหอมเจียว	100-150
น้ำตาลปีบ	185
มะขามเปียก	200
น้ำปลา	50
เกลือ	5
น้ำมันสำหรับทอด	1 กก.

วิธีการทำ

- เตรียมปลาโดยการนำปลาคอดเกล็ด ควักไส้ ล้างให้สะอาด นำไปนึ่งประมาณ 15-20 นาทีแล้วแกะเอาเนื้อเลือก้างออกให้หมดแล้วนำชิ้นในกระทะให้แห้งฟู
- เจียวหอมและกระเทียมพอเหลืองกรอบ
- คั่วพริกและปนให้ละเอียด
- นำกระทะตั้งไฟใส่น้ำมะขามเปียกเกลือน้ำปลาน้ำตาลปีบลงไปคนจนละลาย เขียวสีกพักแล้วใส่เนื้อปลาพริกคั่วแห้งปนผัดผสมกันจนแห้งฟูใส่หอมเจียว กระเทียมเจียวผัดอีกสักพักปิดไฟยกลง
- ตั้งทิ้งไว้ให้เย็นบรรจุขวดหรือกระปุก

การส่งเสริมให้ความรู้ในการประกอบอาชีพ

การทำน้ำพริกไตปลาแห้ง

ส่วนผสม	น้ำหนัก (กรัม)
ไตปลา	500
เนื้อปลาโออย่างแห้ง	500
เครื่องแกง	500
กะปิ	16
น้ำตาลทราย	64
ใบมะกรูด	4
น้ำมะขามเปียก	8
น้ำเปล่า	190

วิธีการทำ

- ไตปลา ใช้ไตปลาจากปลาตาหวานนำมาต้มในน้ำเดือดใส่ต้นตะไคร้ลงไปเพื่อดับกลิ่นคาวหลังจากนั้นกรองด้วยผ้าขาวบางหรือกระชอน
- ปลาแห้งใช้ปลาแห้งจากปลาโอโดยแกะเอาเฉพาะเนื้อมีให้เป็นชิ้นเล็กๆนำไปอบในตู้อบแห้งแบบถาดที่อุณหภูมิ 55-60 เซลเซียส นาน 2-3 ชั่วโมง
- พริกแกงไตปลา เตรียมพริกแกงไตปลาโดยใช้ส่วนผสมดังนี้ พริกขี้หนูแห้ง 35 กรัม กระเทียม 45 กรัม หอม 20 กรัม ขมิ้น 23 กรัม พริกไทยดำ 35 กรัม ตะไคร้ 47 กรัม วิธีการเตรียม บดส่วนผสมแต่ละอย่างเข้าด้วยกันด้วยเครื่องสับผสมให้ละเอียดปานกลาง
- วิธีการผลิตแกงไตปลา นำไตปลาผสมกับน้ำเปล่า ตั้งไฟจนกระทั่งเดือด นำมากรองด้วยกระชอน เพื่อเอาส่วนของเศษปลาที่ไม่ละลายออก นำไปตั้งไปเคี่ยวกับเครื่องแกงจนเข้ากันดี มีกลิ่นหอมหลังจากนั้นเติมส่วนผสมอื่นๆลงไป ได้แก่ น้ำตาลทราย กะปิ น้ำมะขาม ใบมะกรูดอบแห้ง หลังจากนั้นเคี่ยวต่ออีกประมาณ 30 นาที หรือจนกว่าแกงไตปลาจะได้ลักษณะตามที่ต้องการ