

# สูตรเมนูน้ำพริก กว๋า

## 190 ชนิด (ชุดที่ 1)

รวบรวมโดย.....กมล อรุณโชคสมศักดิ์

### น้ำพริกก๋วยสูตร 1



#### เครื่องปรุง

กุ้งนาง	1	ตัว
น้ำพริกเผา	1	ช้อนโต๊ะ
ถั่วเขียว	1/2	ถ้วย
มะพร้าวขูด	300	กรัม
น้ำตาลทราย	2	ช้อนชา
น้ำมะนาว	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลา	3 - 4	ช้อนโต๊ะ
น้ำมะขามเปียก	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำสะอาด และมันกุ้ง		

#### วิธีปรุง

1. ล้างกุ้ง ปอกเปลือก ผ่าหลังชักเส้นดำออก หนึ่งมันกุ้งให้สุก
- 2..คั่วถั่วให้หอม แล้วต้มจนเปื่อย คั้นมะพร้าว ให้ได้หัวกะทิ

2/3 ถ้วย

3. โขลกกุ้ง มันทุ้ง ถั่ว น้ำพริกเผา ให้ละเอียดเข้ากัน
4. เอาหัวกะทิใส่กระทะ ตั้งไฟพอแตกมัน ใส่เครื่องที่โขลกลงไปละลาย
5. เปรูรสด้วยน้ำปลา น้ำตาล น้ำมะนาว น้ำมะขามเปียก
6. เอาน้ำสะอาดตั้งไฟให้เดือด แล้วผสมลงไปในกะทะ คนให้เข้ากัน ชิมรสตามชอบ
7. รับประทานกับผักสด เช่น แตงกวา ผักชี ดอกโศก หัวปลี สะระแหน่ ฯลฯ

## น้ำพริกก้อยสูตร 2



### เครื่องปรุง

กะปิห่อใบตองเผาไฟ	1	ช้อนโต๊ะ
พริกชี้ฟ้าเขียวแดงย่างไฟ	10	เม็ด
หอมแดงเผา	5	หัว
กระเทียมเผา	5	หัว
กุ้งนางเผาให้หัวสุกมากๆ	1	ตัว
น้ำปลาร้าต้มกรอง	1	ถ้วย

เนื้อปลาตุ๋นย่างแกะ	1	ตัว
ข้าวคั่ว	1	ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	3	ผล
ตะไคร้	3	ผล
ใบสะระแหน่ ผักกาดหอม		

## วิธีปรุง

โขลกกระเทียม หอม พริก กะปิติแล้วใส่น้ำปลาร้าที่เตรียมไว้ในถ้วย ใส่เนื้อปลาทูที่ฉีกจนยุ่ย เนื้อกุ้งเผาฉีกหยาบๆ โขลกเบาๆ เคล้าให้ทั่ว เติมน้ำมะนาว ข้าวคั่ว ใยยใบสะระแหน่ รับประทานกับข้าวสวยร้อนๆ หรือปลาอย่างก็ได้

## น้ำพริกกระเทียมสุก



## เครื่องปรุง

พริกแห้ง	100	กรัม
เกลือป่น	30	กรัม
กระเทียมแกะเปลือกนึ่งสุก	200	กรัม
น้ำมะขามเปียก	2-3	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาล	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	6-7	ช้อนโต๊ะ

### วิธีปรุง

นำพริกแห้งแช่น้ำ แคะเอาเมล็ดออก ซอยหยาบ ผึ่งลมพอหมาด โขลกพร้อมกับเกลือ ตามด้วยกระเทียมนึ่งสุก โขลกจนเข้ากันกันดี จากนั้นปรุงรสด้วยน้ำมะขามเล็กน้อย น้ำปลาน้ำตาล และน้ำมะนาว ให้รสทั้งหมดคลอๆ กัน หวานตามห่างเล็กน้อยก็ได้ นำพริกกระเทียมสุก รับประทานเคียงกับกุ้งเผา สะเดาลวก ผักชี

## น้ำพริกกระเทียมไทย




---

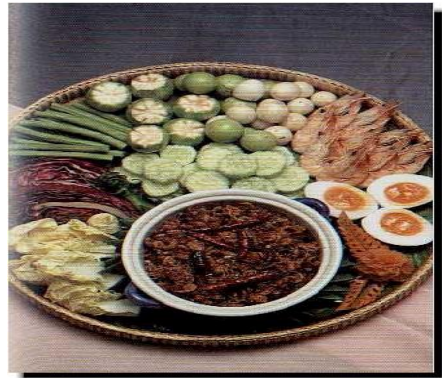
### เครื่องปรุง

กระเทียมที่เป็นเม็ดเล็กเอาเปลือก ออก	10	หัว
กะปิตีห่อใบทองเผาไฟ	1	ซ็อนโตะ
พริกชี้หนูสวน	15	เม็ด
กระเทียมแกะเปลือกออกแล้ว	1	หัว
มะอึกขูดขนหั่นละเอียด	1	ลูก
แมงดานาตัวผู้ปิ้งไฟหั่นละเอียด	1	ตัว
น้ำปลาดี น้ำมะนาว น้ำตาลปีบ ตาม สมควร		

## วิธีปรุง

โขลกกะปิตีเผา พริกชี้หนูสวน กระเทียม มะอึก แมงดานาที่เตรียมไว้ให้ละเอียด เสร็จตักใส่ถ้วย ปรุงรสด้วยน้ำปลาดี น้ำมะนาว น้ำตาลปีบ ชิมรสตามต้องการ นำกระเทียมโทนที่เตรียมไว้มาโรยไว้ข้างหน้า ให้เห็นเป็นสีขาวๆ นำรับประทาน รับประทานกับผักสดหรือผักจิ้ม เช่น มะเขือพวนต่างๆ แตงกวา ถั่วพู ยอดกระถิน สะตอ หน่อไม้ลวก หัวปลีต้มอ่อนๆ หรือจะรับประทานกับข้าวสวยร้อนๆ ก็ได้

# น้ำพริกกลางดงสูตร 1



## เครื่องปรุง

กุ้งแห้งทอด	100	กรัม
พริกชี้ฟ้าแห้ง	10	เม็ด
หอมซอยเจียว	1 / 2	ถ้วย
กระเทียมซอยเจียว	1 / 4	ถ้วย
น้ำส้มมะขามเปียก	2 - 3	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลา	2	ช้อนโต๊ะ
เกลือ	1 / 2	ช้อนชา
น้ำตาลทราย	1 / 2 - 1	ช้อนชา
น้ำมัน	1 - 2	ช้อนโต๊ะ

## วิธีทำ

1. พริกแห้ง แคะเมล็ดออกแช่น้ำ
2. หั่นพริกแห้งตามขวางบางๆ พักไว้
3. ทอดกุ้งแห้งให้เหลืองกรอบ ทอดพริกแห้งระวังอย่าให้ไหม้จะขม
4. ใส่น้ำมันลงในกระทะ ใส่เครื่องน้ำพริกซึ่งมีกุ้งแห้ง พริกทอด หอมเจียว กระเทียมเจียว ผัดรวมกัน ปรุงรสด้วยน้ำส้มมะขามเปียก น้ำตาล น้ำปลา เกลือ ผัดไปเรื่อย ๆ จนน้ำพริกแห้ง

## 5. รับประทานกับผักสด ไข่ต้ม หรือกุ้งนึ่ง

น้ำพริกกลางดง มีลักษณะคล้ายกับน้ำพริกเดินดง ต่างกันคือ น้ำพริกเดินดงไม่ใส่กุ้งแห้ง และน้ำพริกกลางดงไม่ใส่กะปิ นอกจากนี้ เหมือนกันแม้กระทั่งการปรุงรสยังใช้น้ำปรุงสามรสคือเปรี้ยว เค็ม หวาน

### น้ำพริกกลางดงสูตร 2



#### เครื่องปรุง

พริกแห้งล้างน้ำ แคะเมล็ดออก ฝึงลม	80-100	กรัม
กุ้งแห้งอย่างดี	500	กรัม
หอมแดงซอย	100	กรัม
กระเทียมแคะเปลือกซอย	60-80	กรัม
น้ำปลา	5-7	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลปีบ	3-4	ช้อนโต๊ะ
น้ำส้มมะขาม	7-8	ช้อนโต๊ะ

#### วิธีปรุง



- นำกุ้งแห้งหั่นซอยพอประมาณแล้วนำไปทอดจนสุก
- ทอดหอมแดงซอย กระเทียมซอย โดยแยกกันทอดคราวละอย่าง
- หั่นซอยพริกแห้งพอละเอียด แล้วนำไปทอดพอเหลืองหอมด้วยไฟอ่อนหากไฟแรงจะทำให้ไหม้และขม
- นำพริกทอด หอมเจียว กระเทียมเจียว โขลกเบาๆ ไม่ต้องละเอียดมากนัก ใส่กุ้งแห้งทอดโขลกเบาๆ อีก คลุกให้เข้ากันกับน้ำพริกแล้วพักไว้ จากนั้นตั้งกระทะละลายน้ำตาล น้ำปลา ส้มมะขามปรุงรสให้เข้ากัน โดยเปรี้ยว เค็ม หวานคลอๆ กัน หวานตามหน้อยหนึ่งห่างก็ได้ จากนั้นนำเครื่องน้ำพริกทั้งหมด คลุกกับน้ำปรุงรสให้ทั่ว (ก่อนจะนำน้ำพริกคลุก ให้ดูปริมาณน้ำปรุงว่าพอกับชุดน้ำพริกหรือไม่ หากไม่พอปรุงเพิ่ม ถ้าข้นเกินไปใส่น้ำสุกได้) รับประทานกับผักสดทั่วไป เคียงด้วยไข่เค็ม ปลานึ่ง กุ้งนึ่ง

## น้ำพริกกล้วยดิบ



### เครื่องปรุง

กล้วยน้ำว้าดิบ	12-15	ผล
กุ้งนางแกะเปลือกเผาพอสุกหั่นเป็นชิ้น	250-280	กรัม
กุ้งแห้งอย่างดีป่น	150-180	กรัม



พริกชี้หนุสวนบุบพอแตกหั่นซอยหยาบ	60-70	กรัม
กระเทียมปอกเปลือก	60-80	กรัม
มันกุ้งที่ได้จากหัวกุ้งนำไปนึ่งจนสุก	3-4	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลาอย่างดี	6-7	ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	6-8	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลปีบ	3-5	ช้อนโต๊ะ

### วิธีปรุง

นำกล้วยดิบปอกเปลือกหั่นซอยบางๆ แขน้ำมะขามไม่ให้ดำ พอสะเด็ดน้ำจึงนำไปโขลกเบาๆ กับกระเทียม พริกชี้หนุ ใส่กุ้งแห้ง ป่น โขลกต่อจนเข้ากัน แล้วจึงใส่กุ้งเผาหั่นซอย ใช้สากคลึงเบาๆ พอเนื้อน้ำริกเข้ากับเนื้อกุ้งเผา จากนั้นปรุงรสด้วยน้ำมะนาว น้ำปลา น้ำตาล ชิมให้รสทั้ง 3 คลอๆ กัน เปรี้ยวนำนิดหน่อยได้ เสร็จแล้วตั้งกระทะใส่น้ำมันพืชพอประมาณ ผัดน้ำพริกจนสุกหอม นำพริกกล้วยดิบ รับประทานกับผักสดต่างๆ เช่น ผักกาดขาว แตงกวา ถั่วฝักยาว มะเขือเปราะ ขมิ้นขาว จะเคียงด้วยไข่ต้มก็เข้ากันดี

- เป็นการประยุกต์กล้วยดิบให้เข้ากับเครื่องปรุงในครัวที่มีอยู่ ซึ่งก็หนีไม่พ้นพริก กระเทียมในครัวและก็ทำได้อย่างกลมกลืน

## น้ำพริกกะปิสูตร 1



### เครื่องปรุง

กะปิห่อใส่ใบตองเผาไฟพอหอม	300	กรัม
กุ้งแห้งป่น	200	กรัม

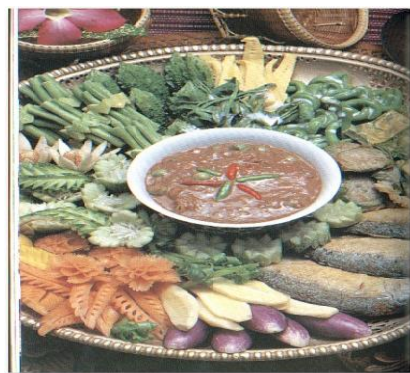
กระเทียมสดแกะเปลือก	100	กรัม
พริกชี้หนูสวน	50-70	กรัม
มะเขือเปราะเอาเมล็ดออกซอยเป็น เส้นยาวๆ	50	กรัม
มะอึกซอยละเอียด	50	กรัม
น้ำมะนาว	6-8	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลา	2-4	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลปีบ	3-5	ช้อนโต๊ะ

## วิธีปรุง

นำกะปิโขลกกับกระเทียม พริกชี้หนู พอเริ่มละเอียดใส่กุ้งแห้ง ป่นโขลกต่อให้เข้ากัน ใส่มะเขือเปราะ มะอึก ใช้สากค่อยๆ โขลกเบาๆ เคล้าให้เข้ากัน ปรุงรสด้วยน้ำมะนาว น้ำปลา น้ำตาลปีบให้ทั้งสามรสคลอๆ กันไป หวานตามหลังนิดหน่อยก็ได้ บางรายใส่ผิวมะนาวซอยละเอียดลงไปก็ได้กลิ่นหอมของผิวมะนาว รสออกขมฝาดนิดๆ แต่ก็กลมกลืนกับกะปิและรสชาติรวมๆ ของน้ำพริก บางรายใส่มะม่วงสับ มะขามอ่อนแล้วแต่ฤดูกาล โดยเฉพาะฤดูมะนาวแพง แต่เป็นช่วงที่มะม่วงออกสู่ตลาดจึงใช้ความเปรี้ยวของมะม่วงแทนได้ โดยซอยสับแบบมะละกอส้มตำ หากให้มีกลิ่นหอมใส่แมงดาลงไปก็ดี

น้ำพริกกะปิรับประทานกับปลาหนึ่งทอด ปลาทอดอื่นๆ ทั้งปลาทะเล ปลาน้ำจืด แนนด้วย ผักสด ผักทอด ผักทอดชุบไข่ ผักต้ม น้ำพริกกะปิ หากใครทำอร่อยจริงๆ ขายได้แน่นอน เพราะวิถีชีวิตไทยกับน้ำพริกกะปิขาดกันไม่ได้

## น้ำพริกกะปิสูตร 2



## เครื่องปรุง

กะปิเผาไฟพอหอม	2	ช้อนโต๊ะ
กระเทียมปอกเปลือกแล้วซอยหยาบๆ	1	ช้อนโต๊ะ
กุ้งแห้งป่น	1	ช้อนโต๊ะ
พริกชี้หนูเด็ดก้าน	1	ช้อนชา
มะอึกสุกหั่นฝอย	1	ช้อนโต๊ะ
ระกำซอย (ไม่ใส่ก็ได้)	1	ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	3	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลา	3	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลปีบ	2-3	ช้อนโต๊ะ
มะเขือพวงหรือมะเขือเปราะซอย	1	ช้อนโต๊ะ

## วิธีทำ

1. โขลกกะปิกับกระเทียมให้ละเอียด ใส่กุ้งแห้งโขลก  
รวมกัน ใส่พริกชี้หนู

มะอึก ระกำ มะเขือพวง ปรุงรสด้วยน้ำตาล น้ำปลา และน้ำ  
มะนาว ชิมรสตามต้องการ

2. รับประทานกับผักต้มราดกะทิ เช่น

ถั้วพู ถั้วฝักยาว หน่อไม้ ตำลึง ผักกระเฉด ฯลฯ หรือผักสดต่างๆ  
เช่น แตงกวา มะเขือสด ผักบุ้ง กระถิน หรือผักชุบไข่ทอด

3. จัดแนมกับน้ำพริก คือ ปลาทุททอด ปลาช่อนทอด ปลาดุกย่าง  
หมายเหตุ ใช้มะม่วงดิบซอยแทนมะนาว หรือมะดันซอย หรือ  
มะขามอ่อน ตามแต่ฤดูกาล

- น้ำพริกพื้นบ้านที่นิยมรับประทานมากที่สุด คนไทยทุกคนรู้จักมี  
การประยุกต์ เพื่อความเหมาะสมตามแต่วัตถุดิบที่มีในครัว ไม่ถือเป็น

กฎตายตัวเช่น บางรายใส่มะอึ๊ก มะเขือเปราะซอย หรือมะเขือพวงบุบ  
พอกแตกซ้าๆ ผีวมะนาวซอยละเอียดซึ่งแต่ละอย่างที่เราใส่ไปให้รสชาติ  
ใกล้เคียงกัน

## น้ำพริกกะปิกุ้งนา



### เครื่องปรุง

พริกชี้หนูแห้ง	200	กรัม
หอมแดง	300	กรัม
กระเทียม	150	กรัม
กะปิใส่ใบตองเผาพอหอม	5	ช้อนโต๊ะ
มะขามเปียก	300	กรัม
น้ำตาลปีบ	100	กรัม
เกลือ	1-2	ช้อนโต๊ะ
กุ้งนาต้มสุก	300	กรัม
น้ำมันพืช	4	ช้อนโต๊ะ

### วิธีปรุง

- นำพริกชี้หนู หอมแดง กระเทียมแกะเปลือก ล้างแล้วนำไปคั่วน้ำมัน  
พอเริ่มสุก นำขึ้นพักไว้และนำมะขามมาละลายน้ำ
- นำกุ้งนาที่ต้มแล้ว ค่อยๆ โขลกละเอียด
- นำพริกชี้หนูแห้ง หอมแดง กระเทียม กะปิ โขลกด้วยกันจนละเอียด  
แล้วนำไปผัดน้ำมันจนหอม แล้วจึงใส่กุ้งนาที่โขลกไว้เข้าด้วยกัน ผัด  
ต่อไปจนได้ที่ สังเกตดูจะเป็นเนื้อเดียวกับน้ำพริก จากนั้นปรุงรสด้วย  
น้ำมะขาม น้ำตาลปีบ เกลือตามใจชอบ จะได้น้ำพริกกุ้งนา สามารถ  
เก็บไว้ได้นานในตู้เย็น รับประทานกับผักสดเช่น แตงกวา มะเขือ

เพราะ ถั่วพู กะหล่ำปลี ถั่วฝักยาว และถ้าจะรับประทานกับผักต้มก็ได้

- เป็นน้ำพริกกะปิทั่วไปแต่ใส่กุ้งนา ก็คือกุ้งฝอย มีตามหนองน้ำใหญ่ๆ กลางทุ่งท้องนา โดยจะอยู่ชาย ตลิ่งนำมาโขลกแล้วเข้ากับเครื่องน้ำพริก ให้รสชาติที่กลมกลืน เข้มข้นมากกว่าน้ำพริกกะปิธรรมดา

## น้ำพริกกะปิ



### เครื่องปรุง

กะปิดี (ห่อใบตองเผา)	1	ช้อนโต๊ะ
กระเทียม	1	หัว
พริกชี้หนูสวน	10	เม็ด
น้ำมะนาว	1	ผล
น้ำปลาดี	1	ช้อนชา
น้ำตาลปีบ	2	ช้อนชา
มะเขือพวง	10	เม็ด
มะอีกขูดขน (หั่นละเอียด)	1	ลูก

### วิธีปรุง

นำกะปิ กระเทียม พริกชี้หนูใส่ครก โขลกแตกไม่ต้องละเอียด  
นักก็ได้ ใส่มะอึ๊ก มะเขือพวงตามลงไป โขลกพอบุบให้แตกเล็กน้อย  
เสร็จตักใส่ถ้วยปรุงรสด้วยน้ำปลาดี น้ำมะนาว น้ำตาลปีบ ชิมรสตาม  
ต้องการ รับประทานกับผักสดหรือข้าวสวยร้อนๆ ก็ได้ แยมปลาทุ  
ทอดตัวสวยๆ สักตัวก็เข้ากันดีทีเดียว

## น้ำพริกกากหมูสูตร 1



---

### เครื่องปรุง

กากหมูเจียวน้ำมันออก

1

ถ้วย

พริกชี้ฟ้าเขียวแดงเผา

5

เม็ด

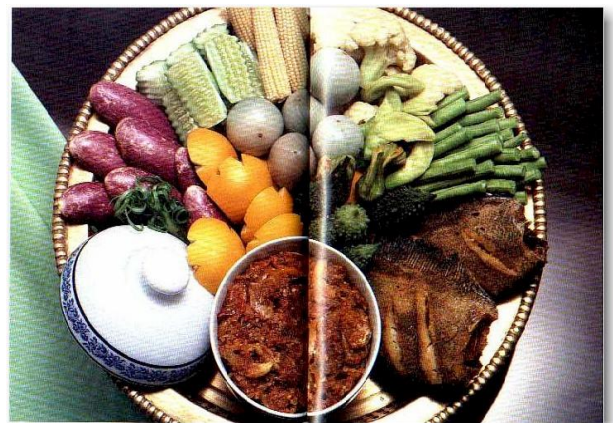


หอมแดงเผา	3	หัว
กระเทียมเผา	1	หัว
มะดันซอยละเอียด	2	ผล
น้ำปลาดี น้ำตาลปี๊บ		

### วิธีปรุง

นำหอมเผา กระเทียมเผา กากหมู มะดันซอย โขลกเข้าด้วยกัน ตักขึ้นใส่ถ้วย ปรุงรสน้ำปลาดี น้ำตาลปี๊บ ชิมดูรสชาติ รับประทานกับ ผักสดหรือผักลวก เช่น ยอดกระถิน แดงกวา

## น้ำพริกกากหมูสูตร 2





## เครื่องปรุง

กากหมู	1	ถ้วย
หมูหยอง	1 / 2	ถ้วย
พริกชี้ฟ้า เขียว แดง เหลือง	6 - 8	เม็ด
หอมแดง	6	หัว
กระเทียม	2	หัว
มะอึ๊กหั่นฝอย	1	ช้อนโต๊ะ
ระกำ	2	ลูก
มะนาว	1	ลูก
น้ำปลา	3 - 4	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาล	1	ช้อนชา

## วิธีทำ

1. เผาพริก หอม กระเทียม โขลกให้ละเอียด ใส่กากหมูลง โขลกแล้วใส่หมูหยองโขลกทุกอย่างให้เข้ากัน
2. ฝานระกำใส่ ใส่มะอึ๊ก บีบมะนาว ใส่น้ำปลา น้ำตาล (อาจไม่ใช้ก็ได้ ถ้าไม่ชอบหวานมาก เพราะหมูหยองก็จะมีรสหวานอยู่แล้ว ) เคล้าให้เข้ากัน ชิมรสดูพอดีแล้วตักขึ้น
3. รับประทานกับ ผักสด ผักต้ม และปลาสดทอด

# น้ำพริกกุ้งจ่อม



## เครื่องปรุง

กุ้งจ่อมอย่างดี	1	ถ้วย
พริกชี้หูสดหั่น	1	ช้อนโต๊ะ
หอมแดงหั่น	2	ช้อนโต๊ะ
ขิงอ่อนหั่นฝอย	2	ช้อนโต๊ะ
มะเขือเหลืองหั่นเป็นแว่น	2	ช้อนโต๊ะ
ตะไคร้หั่นฝอย	1/2 - 1	ช้อนโต๊ะ
ใบมะกรูดหั่นฝอย	1/2 - 1	ช้อนโต๊ะ

## วิธีทำ

1. เทกุ้งจ่อมใส่หม้อตั้งไฟอ่อน จนกระทั่งเดือดเบาๆ แล้วปิดไฟ
2. เทเครื่องปรุงส่วนที่เหลือ คนให้เข้ากัน ชิมรสดูถ้าอ่อนเค็มก็เติมน้ำปลา ปรุงรส ตามชอบ ตักใส่ถ้วยเสิร์ฟกับผักสด

## วิธีทำกุ้งจ่อม

กุ้งฝอยสด ๆ 1 กิโลกรัม ล้างให้สะอาด ซาวเกลือ 1 1/2 ช้อนโต๊ะ ใส่ข้าวคั่ว 4 ช้อนโต๊ะ ข่าตำละเอียด 1 ช้อนชา คั้นให้เข้ากันจนได้ที่ หมักไว้ 3 - 5 วัน ก็จะกลายเป็นกุ้งจ่อม รสออกเปรี้ยว

# บัวพริกกุ้งปั่นพริกชี้หนู



## เครื่องปรุง

กุ้งแห้งอย่างดี	2	ถ้วย
พริกชี้หนูแห้ง	15 - 20	เม็ด
เกลือ	1 / 2 - 1	ช้อนชา

## วิธีทำ

- 1.อบกุ้งให้สุก แล้วโขลกให้ละเอียด ตักขึ้นพักไว้
- 2.อบพริกชี้หนูพอสุกอย่าให้ดำ แล้วโขลกให้ละเอียด ใส่กุ้งแห้งลงเคล้าให้เข้ากัน
- 3.รับประทานกับไข่ต้ม หรือ ปลาทอด จะช่วยเสริมรสชาติน้ำพริก

# น้ำพริกกุ้งเผามะเขือพวง



## เครื่องปรุง

เนื้อกุ้งเผาไฟพอสุก	4	ตัว
กระเทียมแกะเปลือกออกแล้ว	9	กลีบ
พริกชี้หนู	9	เม็ด
กะปิตี๋ห่อใบตองเผาไฟ	1/2	ซ็อนซา
มะเขือพวง	25	ลูก

น้ำตาลปีบ	1/2	ช้อนชา
น้ำมะนาวสด	2	ช้อนชา
มะเขือเทศสุกหั่น	1/4	ถ้วย
น้ำปลาดี เล็กน้อย		

## วิธีปรุง

โขลกกระเทียม กะปิตีเผา มะเขือพวงพอบุบแตก ไม่ต้องละเอียด  
 ปรุงรสด้วยน้ำปลาดี น้ำตาลปีบ น้ำมะนาว  
 ผ่ามะเขือเทศสุกเป็นชั้นเล็กใส่เนื้อกุ้งเผาฉีกเป็นชิ้นๆ คลุกเคล้า  
 ให้เข้ากัน ชิมรสอีกครั้งได้รสตามต้องการก็ตักใส่ถ้วย  
 รับประทานกับผักสด เช่น ผักบุ้ง ยอดกระถิน ฯลฯ

## น้ำพริกกุ้งมะเขือเผา



## เครื่องปรุง

เนื้อกุ้งเผาพอสุก	1	ถ้วย
หอมแดง	9	หัว
กระเทียมปอกเปลือกแล้ว	4	หัว

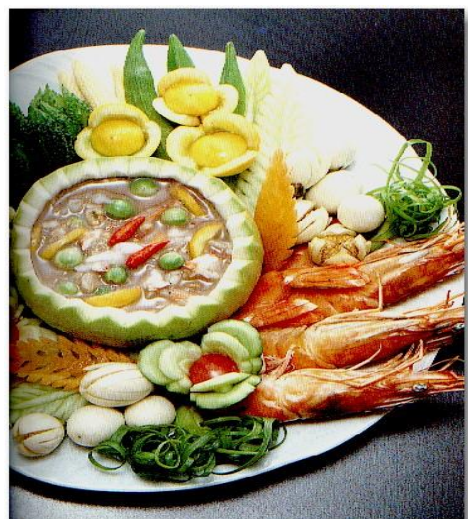
พริกชี้ฟ้าแดง	9	เม็ด
มะเขือเทศลูกเล็ก	9	ลูก
น้ำมะนาวสด	1 1/2	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลาดี	1	ช้อนโต๊ะ
ไข่ต้มเป็นยางมะตูม	4	ฟอง
เนื้อมะเขือยาวเผา	1/2	ถ้วย

### วิธีปรุง

นำกุ้ง มะเขือเทศ พริกชี้ฟ้า หอมแดง กระเทียม กะปิตีเผาใส่ครก โขลกให้พอหยาบ ปรุงรสด้วยน้ำปลาดี น้ำตาลปี๊บ

ชิมรสตามต้องการ เสร็จตักใส่ถ้วย รับประทานกับผักสด ผักต้ม กะทิ ยอดผักต่างๆ หรือจะรับประทานกับข้าวสวยร้อนๆ ก็ได้

## น้ำพริกกุ้งสดสูตร 1





## เครื่องปรุง

กุ้งสดสับแล้ว	1/2	ถ้วย
กะปิตี๋ห่อใบตองเผา	1	ช้อนโต๊ะ
กระเทียมแกะเปลือกแล้ว	1	หัว
มะเขือพวง	10	เม็ด
พริกชี้หนูสวน	15	เม็ด
น้ำมะนาว	1	ผล
น้ำปลาดี		

## วิธีปรุง

นำพริกชี้หนู กระเทียม กะปิตี๋มาโขลกให้เข้ากันดี ใส่มะเขือพวง โขลกบวบพอแตก ใส่เนื้อกุ้งสดสับไปคลุกเคล้าให้เข้ากัน ตักออกใส่ ถ้วย แล้วปรุงรสด้วยมะนาว น้ำปลาดี ชิมรสตามต้องการ

ถ้าต้องการเผ็ดก็เติมพริกป่นลงไปได้ รับประทานกับข้าวสวย ร้อนๆ และผักสดๆ เช่น แตงกวา ถั่วฝักยาว ถั่วพู โรยด้วยน้ำแข็งป่น เย็นเจี๊ยบ



# น้ำพริกกุ้งสดสูตร 2



## เครื่องปรุง

เนื้อกุ้งนางล้าง	1 / 2	ถ้วย
กะปิ	1 - 2	ช้อนโต๊ะ
กระเทียม	6 - 8	กลีบ
พริกชี้หนู	8 - 10	เม็ด
มะเขือพวง	2	ช้อนโต๊ะ
มะอึกซอย	1	ช้อนโต๊ะ
มะนาว	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลปีบ	1	ช้อนชา
น้ำปลา	1 - 2	ช้อนชา

## วิธีทำ

1. เนื้อกุ้งนางล้างทิ้งหยาบทิ้งละเอียด
2. กะปิห่อเผาไฟให้หอม
3. โขลกพริกชี้หนู กระเทียม ให้พอแหลก ใส่มะเขือพวงบวบพอแตกใส่กะปิ เนื้อกุ้งนาง เคล้าให้เข้ากัน ใส่มะอึก น้ำตาล น้ำปลา มะนาว ชิมรส ตามชอบ
4. เสิร์ฟพร้อมผักสด ผักราดกะทิ และกุ้งนึ่ง

## น้ำพริกกุ้งสดสูตร 3



### เครื่องปรุง

กุ้งนางหรือกุ้งชีแฮ้ กุ้งแชบ๊วย	1 กิโลกรัม
กระเทียมสดแกะเปลือก	120-150 กรัม
พริกชี้หนูสวน	70-80 กรัม
น้ำมะนาว	6-7 ช้อนโต๊ะ
น้ำปลา	3-5 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาล	2-3 ช้อนโต๊ะ
เกลือปรุงทิพย์เล็กน้อย	

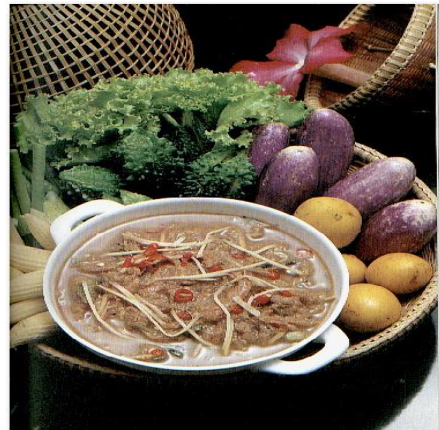
### วิธีปรุง

นำกุ้งล้างทำความสะอาด แกะเปลือกผ่าหลังเอาเส้นดำออก นำไปต้มน้ำขลุกขลิกใส่เกลือนิดหน่อยพอสุก ทิ้งไว้ให้เย็น แล้วซอยเป็นชิ้นเล็กๆ เทาปลายนิ้วก้อย น้ำที่ได้จากต้มกุ้งเก็บไว้

ต่อไปนำกระเทียมแกะเปลือก คั่วในกระทะใส่น้ำมันพืชเล็กน้อย พอกระเทียมพองก็นำขึ้นใช้กระดาศทิชชูซับ พริกชี้หนูก็คั่ว เช่นเดียวกับกระเทียม จากนั้นนำไปโขลกเข้าด้วยกันพอละเอียดใส่เนื้อกุ้งที่หั่นซอยไว้ใช้สากโขลกหรือคullingเบาๆ ให้นำพริกกับเนื้อกุ้งเข้ากัน จึงปรุงรสด้วยน้ำมะนาว น้ำปลา น้ำตาล ปรุงไปชิมไปให้เปรี้ยวกับเค็มเท่าๆ กันหวานตามคลอๆ ถ้าข้นไปให้เติมน้ำตันทิ้งพอขลุกขลิก น้ำพริกกุ้งสดนี้รับประทานกับผักสด เช่น ขมิ้นขาว ผักกาดขาว ถั่วฝักยาว แตงกวา

- น้ำพริกกุ้งสดที่ว่่านี้ทำจากกุ้งแท้ๆ และก็ทำง่ายไม่ยุ่งยากอะไร บางร้านค้าทำเป็นน้ำพริกกะปิ แล้วซอยเนื้อกุ้งลอยหน้าเล็กน้อย แล้วบอกว่่านั่นคือน้ำพริกกุ้งสด ซึ่งแท้จริงแล้วไม่ใช่

## น้ำพริกกุ้งเสียบ



### เครื่องปรุง

กุ้งเสียบ	250-300	กรัม
หอมแดงซอยหยาบ	120-150	กรัม
พริกชี้หนูสวนคั่วไฟพอสุก	70-80	กรัม

กะปิใส่ใบตองเผาจนหอม	70-90	กรัม
น้ำมะนาว	5-7	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลา	3-4	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลปีบ	2-3	ช้อนโต๊ะ

## วิธีปรุง

นำกะปิใส่ใบตองเผาไฟไปโขลกกับพริกชี้หนูพอกแห้ง ใส่หอมแดงซอยหยาบ ค่อยๆ โขลกให้เข้ากันแล้วปรุงรสด้วยน้ำมะนาว น้ำปลา น้ำตาล จนรสชาติกลมกล่อมเท่าๆ กันระหว่างเปรี้ยว เค็ม หวาน หรือตามใจชอบ จากนั้นนำกุ้งเสียบใส่ผสมกับน้ำพริก คนให้เนื้อน้ำพริกเข้ากันกับกุ้งเสียบ ถ้ากุ้งมีขนาดใหญ่เกินไปใช้มีดซอยตามยาว ดูให้สมดุลกันระหว่างน้ำพริกกับกุ้งเสียบ บางรายตำแบบน้ำพริกกะปิ คือ ใส่กระเทียมไปด้วยก็ได้ไม่ทำให้รสชาติเปลี่ยนไปแต่อย่างใด บางรายใส่แค่หอมแดงซอยเหมือนน้ำพริกปักษ์ใต้ ทั้งนี้แล้วแต่ความนิยมของท้องถิ่น น้ำพริกกุ้งเสียบรับประทานกับผักจิ้ม น้ำพริกทั่วไปหรือผักท้องถิ่น เช่น สะตอ ลูกเนียง ยอดมะกอก ยอดมะม่วงหิมพานต์

- น้ำพริกกุ้งสดที่ทำจากกุ้งแท้ๆ และก็ทำง่ายไม่ยุ่งยากอะไร บางร้านค้าทำเป็นน้ำพริกกะปิ แล้วซอยเนื้อกุ้งลอยหน้าเล็กน้อย แล้วบอกว่าเป็นน้ำพริกกุ้งสด ซึ่งแท้จริงแล้วไม่ใช่

## น้ำพริกกุ้งหวาน



## เครื่องปรุง

กุ้งต้มปอกเปลือก	8	ตัว
น้ำตาลปีบ	1/4	ถ้วยตวง
น้ำปลาดี	2	ช้อนโต๊ะ
พริกป่น	1	ช้อนโต๊ะ
กุ้งแห้งป่น	1	ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	3	ช้อนโต๊ะ
มะเข็ยยาว	1	ลูก
ไชโป๊	1	ฟอง
แป้งโกกิ	1/4	ถ้วยตวง
หมูสามชั้นต้ม	1	ชิ้น
น้ำมันพืช		

## วิธีปรุง

1. ผสมน้ำตาลปีบ น้ำปลาดี ตั้งไฟเคี่ยวพอละลาย ใส่กุ้งต้ม สักครู่ยกลง
2. ใส่น้ำมะนาว พริกป่น กุ้งแห้งป่น คนให้เข้ากัน
3. ผ่ามะเข็ยยาวชุบไช โขยแป้งโกกิทอดให้สุกเหลือง พักไว้ให้ สะเด็ดน้ำมัน
4. ฉีกหมูสามชั้นออก แล้วหั่นเป็นชิ้นบางๆ
5. ตักน้ำพริกใส่ถ้วย วางในจานมะเข็ยยาวทอดและหมูต้ม

# น้ำพริกกุ้งแห้ง



## เครื่องปรุง

พริกแห้งเม็ดใหญ่แกะเม็ดออก	10	เม็ด
กระเทียมแกะเปลือกแล้ว	3	หัว
กะปิตี๋ห่อใบตองเผาไฟ	2	ซ็อนโต๊ะ
กุ้งแห้งป่น	1	ถ้วย
น้ำตาลปีบ น้ำปลาดี น้ำส้มมะขามเปียก		
น้ำมันพืช ตามสมควร		

## วิธีปรุง

นำพริกแห้งที่เตรียมไว้มาแช่น้ำให้นุ่มแล้วบิบเอาขึ้นโขลกรวมกับกะปิตี๋ กระเทียม กุ้งแห้งให้เข้ากัน เติมส้มมะขามเปียก น้ำปลาดี น้ำตาลปีบ ชิมรสดู ตามต้องการ เสร็จตักใส่ถ้วย

จากนั้นนำกระทะขึ้นตั้งไฟให้ร้อนดี ใส่น้ำมันพืชเล็กน้อย นำเครื่องที่โขลกลงผัด จนกระทั่งน้ำพริกแห้งลงมีลักษณะร่วนๆ เสร็จตักใส่ถ้วย รับประทานกับข้าวสวยร้อนๆ หรือผักสด

# น้ำพริกกุ้งแห้งผัด



## เครื่องปรุง

พริกชี้ฟ้าแห้งเม็ดใหญ่อย่างดี	250-300	กรัม
หอมแดง	1	กิโลกรัม
กระเทียม	1	กิโลกรัม
กุ้งแห้ง	500-600	กรัม
กะปิ	4	ช้อนโต๊ะ
น้ำมันหมูหรือน้ำมันพืช	800-1000	ซีซี
น้ำตาลปีบ	1	กิโลกรัม
น้ำปลา	250	ซีซี
น้ำมะขามเปียก	300-400	ซีซี

## วิธีปรุง



1. แกะพริกเอาเมล็ดออก ล้างน้ำให้สะอาด หั่นซอยหยาบ ผึ่งลมพอหมาดๆ นำไปทอดจนกรอบปานกลาง ตักขึ้นพักให้สะเด็ดน้ำมัน แล้วนำไปโขลกให้ละเอียด

2. แกะเปลือกหอมแดงแล้วซอยบางๆ และแกะเปลือกกระเทียมบุบพอแตกซอยหยาบๆ จากนั้นนำทั้งหอมและกระเทียมไปเจียวน้ำมันให้เหลือง ควรแยกเจียวแต่ละอย่าง เพราะหอมซอยจะสุกช้ากว่า จากนั้นพักไว้ให้สะเด็ดน้ำมัน จึงนำไปโขลกด้วยกันจนละเอียด

3. นำกุ้งแห้งชาน้ำล้างให้สะอาด นำไปทอดให้กรอบ พักให้สะเด็ดน้ำมันโขลกให้ละเอียด

4. ผัดกะปิกับน้ำมันพอออกกลิ่นหอม ไม่ควรใช้น้ำมันมาก

5. ตั้งกระทะ นำน้ำมันมะขามที่เตรียมไว้ น้ำตาลปีบ น้ำปลาละลาย และใส่ผสมกันเคี่ยวจนเป็นยาง ควรชิมรสก่อน ให้เปรี้ยวนำหวานกับเค็มเล็กน้อย โดยให้หวานกับเค็มเท่าๆ กัน หรือจะให้รสกลมกล่อมไปด้วยกันทั้ง 3 รสก็ได้ เมื่อได้รสชาติที่คงที่แล้ว ใส่พริกแห้ง หอมกระเทียมที่โขลกไว้แล้วทั้งหมด พร้อมทั้งกุ้งแห้ง และกะปิที่จัดเตรียมไว้ ผัดทุกอย่างให้เข้ากัน ยกลงทิ้งไว้จนเย็น นำออกขาย ตักใส่ถาดพอประมาณ

- น้ำพริกผักนี้ รับประทานกับมะเขือ แตงกวา กะหล่ำปลี จะเข้ากันดีบางรายไปปรุงรสด้วยการบีบมะนาวลงไปเล็กน้อย คลุกข้าวเคียงกับแตงกวาจะเข้ากันดี เก็บได้นานในตู้เย็นช่องธรรมดา

## น้ำพริกโข่ง



เครื่องปรุง

เนื้ออกไก่	1 / 2	ถ้วย
มะเขือยาวลูกเล็ก	1	ลูก
พริกชี้ฟ้าเขียว แดง เหลือง	6 - 8	เม็ด
หอมแดงเผา	6	หัว
กระเทียมเผา	2	หัว
น้ำปลาดี	3 - 4	ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	2 - 3	ช้อนโต๊ะ

### วิธีทำ

1. นึ่งเนื้ออกไก่ให้สุกหั่นเป็นชิ้น ๆ โขลก
2. เผาพริก หอม กระเทียม มะเขือยาว ปอกเปลือกแล้วนำไปโขลก ใส่เนื้อไก่โขลกให้เข้ากัน
3. ปรงรสด้วย น้ำปลา มะนาว ไม่ต้องใช้น้ำตาล เพราะมะเขือยาวจะมีรสหวานอยู่แล้ว ชิมรสตามชอบโรยด้วยงาคั่ว รับประทานกับ ผักต้ม ผักสด และไข่เค็มหรือไข่ต้ม

# น้ำพริกขี้กา สูตร 1



## เครื่องปรุง

พริกขี้หนูสวน	15	เม็ด
กระเทียมแกะเปลือกแล้ว	2	หัว
กะปิ	1	ช้อนโต๊ะ

## วิธีปรุง

นำเครื่องทั้งหมดใส่ครก โขลกให้ละเอียด ปรุงรสตามชอบ ถ้าไม่  
ถูกใจก็เติมน้ำปลาดี น้ำมะนาว น้ำตาลเพิ่มอีกก็ได้ เสร็จตักใส่ถ้วย  
รับประทานกับผักสด เช่น ถั่วพู ถั่วฝักยาว แตงกวา ยอดกระถิน  
ผักแว่น ผักแพงพวย หัวปลีลวก ยอดแคลวก สายบัว ฯลฯ หรือ  
รับประทานกับข้าวเหนียวหรือข้าวสวยก็ได้

# น้ำพริกขี้กา สูตร 1



## เครื่องปรุง

พริกขี้หนูสวน	15	เม็ด
กระเทียมแกะเปลือกแล้ว	2	หัว
กะปิ	1	ช้อนโต๊ะ

## วิธีปรุง

นำเครื่องทั้งหมดใส่ครก โขลกให้ละเอียด ปรุงรสตามชอบ ถ้าไม่  
ถูกใจก็เติมน้ำปลาดี น้ำมะนาว น้ำตาลเพิ่มอีกก็ได้ เสร็จตักใส่ถ้วย  
รับประทานกับผักสด เช่น ถั่วพู ถั่วฝักยาว แตงกวา ยอดกระถิน  
ผักแว่น ผักแพงพวย หัวปลีลวก ยอดแคลวก สายบัว ฯลฯ หรือ  
รับประทานกับข้าวเหนียวหรือข้าวสวยก็ได้

# น้ำพริกขี้กา สูตร 3



## เครื่องปรุง

ปลาช่อนหรือปลาทุสดทำความสะอาดอย่างไฝจนสุกหอม หรือปลาป่นรมควันสำเร็จ	500 กรัม
พริกขี้ฟ้าเขียว แดง	100 กรัม
มะเขือเทศสีดา	100 กรัม
หอมแดง	100 กรัม
กระเทียมเป็นหัว	60-70 กรัม
มะเขือพวงเผา	50 กรัม
น้ำมะนาว	5-7 ช้อนโต๊ะ
น้ำปลา	3-4 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาล	1 ช้อนโต๊ะ

## วิธีปรุง

แกะเนื้อปลาที่ย่างไฟ จากนั้นเผาพริกชี้ฟ้าจนสุกหอม แล้วลอกเปลือกออกพร้อมกับเผามะเขือเทศ มะเขือพวง หอมแดง กระเทียม จนสุก แกะเปลือกหอม กระเทียม น้ำพริก หอม กระเทียมโขลกเข้าด้วยกันพอละเอียด ใส่เนื้อปลาและมะเขือเทศ โขลกต่อไปอีกจนละเอียด จึงปรุงรสด้วย น้ำมะนาว น้ำปลา ตัดรสแหลมด้วยน้ำตาลทรายเล็กน้อย จากนั้นนำมะเขือพวงเผา ค่อยๆ โขลกจนเนื้อมะเขือพวงแตกเข้ากับเนื้อน้ำพริก ถ้าน้ำพริกข้นไปให้เติมน้ำสุก แต่อย่าให้ใสเกินไป การปรุงรสให้เปรี้ยว เค็มคลอๆ กัน น้ำพริกชี้ฟ้าเป็นน้ำพริกชาวบ้าน รับประทานกับปลาทอด ผักสด ผักต้มทั่วไป

- คล้ายกับน้ำพริกหนุ่ม แต่ไม่ใส่น้ำปลาร้า ส่วนเนื้อปลาที่ใส่ใช้เนื้อปลาสด แล้วนำไปย่างไฟจนสุกหอม ส่วนเครื่องน้ำพริกก็เผาไฟจนสุกหอมเช่นกัน

## น้ำพริกชี้ฟ้า



## เครื่องปรุง

พริกชี้ฟ้า	15	เม็ด
กระเทียมแกะเปลือก	1	หัว

มะดัน	1	ช้อนโต๊ะ
กะปิตีห่อใบตองเผาไฟ	1	ช้อนโต๊ะ
ส้มเหม็นเอาแต่ผิวหั่นละเอียดๆ	1	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลาดี น้ำมะนาว น้ำตาลปีบ ตาม สมควร		

## วิธีปรุง

นำกะปิตีเผาให้หอมโขลกกับพริกชี้หนู กระเทียม ซอยมะดันและ  
ผิวส้มเหม็นให้ละเอียด เสร็จตักใส่ถ้วย ปรุงรสด้วยน้ำปลาดี น้ำ  
มะนาว น้ำตาลปีบ ชิมรสตามต้องการ รับประทานกับผักสดๆ กรอบๆ  
หรือผักลวก หรือจะรับประทานด้วยข้าวสวยร้อนๆ ก็อร่อยเด็ดขาด  
ไปเลยละคุณ



# น้ำพริกไข่เค็มสูตร 1



## เครื่องปรุง

ไข่เค็ม (เอาเฉพาะไข่แดง)	1	ฟอง
กะปิตี๋ห่อใบตองเผาไฟ	1	ช้อนโต๊ะ
พริกขี้หนูสวน	15	เม็ด
กระเทียม	1	หัว
มะเขือขื่น	1	ลูก
มะเขือพวง	10	เม็ด
น้ำมะนาว น้ำปลาดี น้ำตาลปี๊บ ตามสมควร		

## วิธีปรุง

นำกระเทียม กะปิตี๋ พริกขี้หนูใส่ครก โขลกให้ละเอียด มะเขือขื่น แกะเม็ดออกแล้วซอยๆ ละเอียดใส่ลงไป มะเขือพวงใส่ตามโขลกพอแตก อย่านำให้ละเอียด ตักใส่ถ้วย ปรุงรสด้วยน้ำปลาดี น้ำมะนาว น้ำตาลปี๊บ ชิมรสเผ็ดเปรี้ยวอย่างที่ชอบ รับประทานกับผักดิบหรือผักสด

## น้ำพริกไข่เค็ม สูตร 2

---



### เครื่องปรุง

ไข่เค็มสุก เอาแต่ไข่แดง	10 ฟอง
พริกชี้ฟ้าเผาไฟพอสุก	100 กรัม
หอมแดงเผา	100 กรัม
กระเทียมเผา	60 กรัม
น้ำมะนาว	3-4 ช้อนโต๊ะ
น้ำปลา	2-3 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาล	1-2 ช้อนโต๊ะ

## วิธีปรุง

นำพริกชี้ฟ้า หอม กระเทียมที่เผาแล้ว โขลกเข้าด้วยกันพอละเอียด แล้วเข้ากันดี ปรุงรสด้วยน้ำมะนาว น้ำปลา น้ำตาลให้กลมกล่อมจากนั้น ใส่ไข่เค็ม เอาเฉพาะไข่แดง ค่อยคลุกเคล้าพอไข่เค็มแตก แต่อย่าให้ละเอียดมาก รับประทานกับผักสด ผักทอด และปลาอย่างทอดกรอบ

## น้ำพริกไข่เค็มบัว



## เครื่องปรุง

ไข่เค็มเอาแต่ไข่แดง	3	พอง
มะอี	1 / 2	ช้อนโต๊ะ
ระกำ	1 / 2	ช้อนโต๊ะ
มะเขือพวง	20	ลูก
พริกชี้หนู	15	เม็ด
พริกชี้ฟ้าแดง	2 - 3	เม็ด

น้ำปลา	3	ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาล	2	ช้อนโต๊ะ

## วิธีปรุง

โขลกกระเทียม พริกชี้ฟ้าให้ละเอียด ใส่พริกชี้หนูบุบพอแตก ใส่ไข่เค็ม มะเขือพวงบุบพอแตก ใส่มะอีกระกำ ปรุงรสด้วย น้ำปลา มะนาว น้ำตาล ชิมรสตามชอบ รับประทานกับผักสด ปลากรอบ และหมูทอด กระเทียมพริกไทย

- หมายเหตุ ถ้าไม่มีกระกำ ไม่ต้องใส่ก็ได้

## น้ำพริกไข่เค็มแห้ง



## เครื่องปรุง

ไข่เค็มสุกเอาแต่ไข่แดง

5 ฟอง

หอมเผา	1 / 4 ถ้วย
กระเทียมเผา	1 / 4 ถ้วย
พริกชี้ฟ้าแดงเผา	10 เม็ด
น้ำตาล	1 ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	2 ช้อนโต๊ะ
เกลือ	2 ช้อนชา

### วิธีปรุง

โขลกพริก หอม กระเทียมเข้าด้วยกัน ปรุงรสด้วยน้ำตาล น้ำมะนาว ใส่ไข่เค็มโขลกให้เข้ากัน กินกับผักสด ผักทอด และปลากรอบ

**น้ำพริกไข่ต้ม สูตร 1**





## เครื่องปรุง

ไข่ต้มให้ไข่แดงสุก	2	ฟอง
พริกชี้ฟ้า	5	เม็ด
หอมแดง	2	หัว
กระเทียม	1	หัว
น้ำปลา	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาล	1	ช้อนชา
น้ำมะนาว	2 - 3	ช้อนโต๊ะ

## วิธีปรุง

1. เผาพริกชี้ฟ้า หอม กระเทียม ให้สุก โขลกทั้งหมดเข้าด้วยกัน
2. ไข่ต้มหั่นเป็นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ ใส่กับเครื่องน้ำพริกในข้อ 1
3. ปรุงรสด้วยน้ำปลา น้ำตาล และมะนาว ชิมรสตามชอบ  
รับประทานกับผักสด แฉมด้วยหมูทอด หมูกรอบ

# น้ำพริกไข่ต้ม สูตร 2



## เครื่องปรุง

ไข่ต้ม ต้มให้ไข่แดงสุก	10 ฟอง
พริกชี้ฟ้าเขียว แดง	150 กรัม
หอมแดงเผา	100 กรัม
กระเทียมเผา	60 กรัม
น้ำมะนาว	5-6 ช้อนโต๊ะ
น้ำปลา	3-4 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาล	2-3 ช้อนโต๊ะ

## วิธีปรุง

นำพริกชี้ฟ้า หอม กระเทียมเผาไฟพอสุก โขลกรวมเข้าด้วยกัน พอละเอียด นำไข่ต้มหั่นเป็นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็กๆ ใส่ลงไปในครกพร้อมกับใช้ช้อนค่อยๆ คลุกเคล้ากับเนื้อน้ำพริกจนเข้ากัน จากนั้นปรุงรสตามใจชอบ ควรให้เปรี้ยวกับเค็มเท่าๆ กัน หวานคลอห่างๆ รับประทานกับผักสดทั่วไปเคียงด้วยหมูทอด เนื้อทอด แคนหมู



# น้ำพริกไข่ปลาช่อน



## เครื่องปรุง

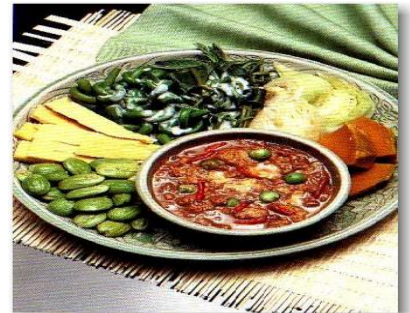
ไข่ปลาช่อนต้มสุก	2	ฝัก
กะปิตี๋หอโใบตองเผาไฟ	1	ช้อนโต๊ะ
พริกชี้หนูสวน	15	เม็ด
กระเทียมแกะเปลือกออก	1	หัว
มะเขือขี้นแคะเม็ดหันละเอียด	1	ลูก
น้ำปลาดี น้ำตาลปีบ น้ำมะนาว ตาม สมควร		

## วิธีปรุง

นำกะปิตี๋ กระเทียม พริกชี้หนูสวน ลงโขลกกับไข่ปลาช่อนต้มสุก ใส่มะเขือขี้นแคตามด้วยมะเขือพวง โขลกบวบพอกแตก อย่าให้ละเอียด เสร็จตักใส่ถ้วย ปรุงรสด้วยน้ำปลาดี น้ำมะนาว น้ำตาลปีบ ชิมรสตามต้องการ รับประทานกับผักดิบสด เช่น แตงกวา มะเขือเปราะ

ถั่วฝักยาว ยอดกระถิน ขมิ้นขาว ผักบุ้งนา ถั่วพู ผักกระเฉด สะตอ  
หน่อไม้ต้ม ฯลฯ

## น้ำพริกไข่ปู



### เครื่องปรุง

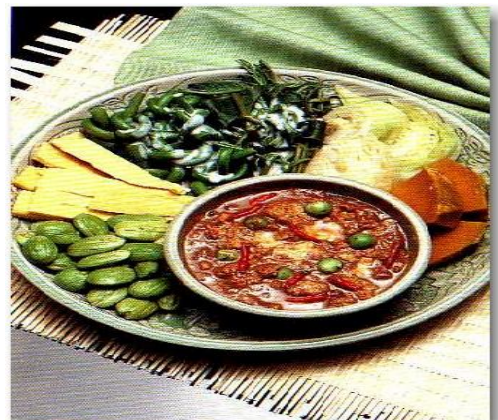
ไข่ปูทะเลต้มแล้ว	1 / 2	ถ้วย
พริกชี้หนูสด	10	เม็ด
กระเทียมกลีบใหญ่	10	กลีบ
น้ำตาลปีบ	1	ช้อนชา
น้ำมะนาว	1	ช้อนโต๊ะ

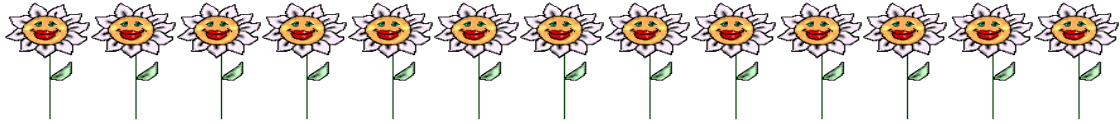
น้ำปลา	2	ซอุนซา
มะเขือพวง	20	ผล
กะปิ	1 / 2	ซอุนโตะ

## วิธีปรุง

1. โขลกกระเทียมรวมกับกะปิให้แหลกเข้ากันดี แล้วใส่ไข่ปู พริก โขลกพอแตกเข้ากัน
2. ปรุงรสด้วยมะนาว น้ำปลา น้ำตาลปีบ
3. บุบมะเขือพวงพอแหลก ใส่คลุกลงไปให้ทั่วครก แล้วตักขึ้นใส่ ถ้วยน้ำพริก
4. รับประทานกับผักสด เช่น มะเขือเปราะ แตงกวาปอกเปลือกหั่น แฉ่น ผักกระเฉดเด็ดเฉพาะส่วนยอดลวก ยอดมะพร้าวอ่อน แฉ่นด้วย ปลาทุทอดให้เหลืองกรอบ

## น้ำพริกไข่ปูทะเล





## เครื่องปรุง

ไข่ปุดทะเลต้มสุก	2	ช้อนโต๊ะ
กะปิตี๋ห่อใบตองเผาไฟ	1	ช้อนโต๊ะ
พริกชี้หนูสวน	15	เม็ด
กระเทียมแกะเปลือกออก	1	หัว
มะเขือขี้หนูแคะเม็ดหันละเอียด	1	ลูก
มะเขือพวง	10	เม็ด
น้ำปลาดี น้ำตาลปีบ น้ำมะนาว ตาม สมควร		

## วิธีปรุง

โขลกพริกชี้หนู กะปิตี๋เผา กระเทียมให้ละเอียด ใส่ไข่ปุดทะเล  
โขลกพอหยาบๆ อย่าให้แหลกมาก ใส่มะเขือขี้หนูตามบับพอแตกไม่  
ต้องแหลกมาก เสร็จตักใส่ถ้วย ปรุงรสด้วยมะนาว น้ำปลาดี น้ำตาล  
ปีบ ชิมรสตามต้องการ รับประทานกับข้าวสวยร้อนๆ หรือผักนানা  
ชนิด

# น้ำพริกไข่แมงดา



## เครื่องปรุง

ไข่แมงดาทะเลต้มสุกๆ	3	ช้อนโต๊ะ
กะปิตี๋ห่อใบตองเผาไฟ	1	ช้อนโต๊ะ
พริกชี้หนูสวน	15	เม็ด
กระเทียมแกะเปลือกออก	1	หัว
มะเขือขี้เฒ่าหั่นละเอียด	1	ลูก
มะเขือพวง	10	เม็ด
น้ำปลาดี น้ำตาลปีบ น้ำมะนาว ตาม สมควร		

## วิธีปรุง

โขลกกะปิตี๋เผา กระเทียม พริกชี้หนูสวน ไข่แมงดาทะเลพอบุบ  
ไม่ต้องละเอียดใส่มะเขือขี้เฒ่าตามโขลกให้เข้ากัน  
ใส่มะเขือพวงโขลกพอบุบแตกเล็กน้อย เสร็จตักใส่ถ้วย ปรุงรส  
ด้วยน้ำมะนาว น้ำปลาดี น้ำตาลปีบ ชิมรสตามต้องการ  
รับประทานกับผักสดหรือข้าวสวยร้อนๆ

# น้ำพริกคบดอย



## เครื่องปรุง

พริกแห้งเม็ดใหญ่ปิ้งไฟให้ กรอบ	10	เม็ด
เกลือป่น	1/2	ช้อนชา
แยมอย่างฉีกหยาบๆ	1	ตัว
มะขามเปียก	3	ฝัก
กระเทียม	3	หัว
กะปิตี๋ห่อใบตองเผาไฟ	1	ช้อนโต๊ะ

## วิธีปรุง

นำพริก กระเทียม กะปิตี๋ เนื้อแยมอย่างลงโขลกเข้าด้วยกัน ใส่เกลือป่น แล้วตามด้วยมะขามเปียกใส่ทั้งฝักโขลกต่อให้ละเอียดเข้ากันดี ปรุงรส

ตามชอบรับประทานกับผักสด เช่น ผักบุ้งนา หรือรับประทานกับยอด  
อะไรอ่อนที่ทานได้ เช่น ยอดมะม่วง ยอดมะกอก ยอดกระถิน ฯลฯ

## น้ำพริกคลุกข้าว



### เครื่องปรุง

พริกเม็ดใหญ่	15	เม็ด
ปลาร้า	50	กรัม
ปลาป่น	100	กรัม
หอมแดง	10	หัว
กระเทียมแกะเปลือกแล้ว	50	กรัม



น้ำตาลปีบ น้ำปลาดี

3 - 4 ช้อนโต๊ะ

### วิธีปรุง

ย่างพริกแห้งให้กรอบ สับปลาร้าให้ละเอียดห่อใบตองย่างไฟให้หอมและสุก หอมแดง กระเทียมปอกเปลือกย่างไฟ เสร็จนำทั้งหมดใส่ครกโขลกให้เข้ากัน ใส่ปลาป่น คลุกเคล้าให้หอม ปรุงรสด้วยน้ำตาลปีบ น้ำปลาดี ชิมรสตามต้องการ รับประทานกับผักสด หรือจะคลุกข้าวสวยร้อนๆ ก็ได้

## น้ำพริกโคราช



### เครื่องปรุง

พริกชี้หนูสวน	25-30 กรัม
กระเทียม	80-100กรัม
หอมแดง	120- กรัม

	150
ปลาตุ๋นย่างแกะเอาแต่เนื้อ	400 กรัม
น้ำมะนาว	5-7 ช้อนโต๊ะ
น้ำปลา	3-4 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลปีบ	2-3 ช้อนโต๊ะ

## วิธีปรุง

นำพริกสด กระเทียม หอมแดงเผาไฟจนสุกหอมได้ที่ นำไปโขลกรวมกันจนละเอียด จากนั้นแกะเนื้อและหนังปลาตุ๋นย่างไปโขลกรวมกับน้ำพริกจนเข้ากันดี ปรุงรสด้วยน้ำมะนาว น้ำปลา น้ำตาลตามใจชอบ แต่ควรให้เปรี้ยวนำ เค็มถอยมาหน่อย หวานทิ้งห่างเค็มเล็กน้อย นำพริกโคราชนี้รับประทานกับผักท้องถิ่นอีสาน หรือผักจิ้ม น้ำพริกทั่วไป

- น้ำพริกสูตรนี้ทำง่าย ๆ เป็นน้ำพริกสดใส่ปลาอย่าง โดยเน้นรสจัดจ้านของเครื่องปรุง พริก หอม กระเทียม ที่ต้องเน้นทั้งปริมาณและคุณภาพ โดยก่อนปรุงจะนำไปเผาก่อน และย่างปลาตุ๋นสุกค่อนข้างแห้งและหอมเหลือง และรับประทานกับผักท้องถิ่น โคราช เช่น ผักแต้ว ผักหนวดปลาช่อน ที่จะขาดเสียไม่ได้คือ ผักลีมฝัว ซึ่งเป็นที่มาของน้ำพริกโคราชสูตรลีมฝัว บางที่เรียกกันเล่น ๆ ว่า "น้ำพริกลีมฝัว"

## น้ำพริกเจ้าพระยา



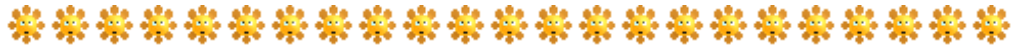
## เครื่องปรุง

มะเขือเจ้าพระยาต้มสุกเอาก้าน ออก	10 ผล
เนื้อปลาทุสดย่าง	5 ตัว
พริกชี้ฟ้าเขียวแดงเผา	10 เม็ด
หอมแดงเผา	10 หัว
หัวกระเทียมเผา	10 หัว
ปลาร้าต้มกรองเอาแต่น้ำ	1 ถ้วย
น้ำมะนาว น้ำปลาดี ตามสมควร	

## วิธีปรุง

ต้มมะเขือเจ้าพระยาให้และ ใส่ครกโขลกกับเนื้อปลาทุสดย่าง พริก  
ชี้ฟ้าเผา หอมแดงเผา หัวกระเทียมเผา ให้เข้ากันอย่างละเอียด ตักใส่  
ถ้วย เติมน้ำปลาร้าลงไปคลุกเคล้า ปรุงรสเพิ่มด้วย น้ำปลาดี น้ำ  
มะนาว ชิมรสตามต้องการ รับประทานกับผักดิบ ผักสดหรือผักลวก  
เช่น ถั่วงอก ถั่วงอกดิบ ถั่วงอกต้ม ยอดกระถิน ยอดผักบุ้งนา ผักกระเฉด  
ผักแว่น ผักชีลาว ผักชีฝรั่ง แตงกวา ยอดแคลวก ยอดมะระลวก

# น้ำพริกโจร



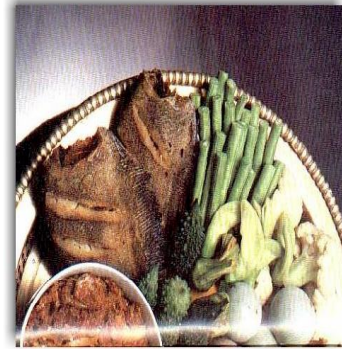
## เครื่องปรุง

กุ้งชีแฮ้ปอกเปลือก	200	กรัม
พริกชี้หนูซอยตามขวางบางๆ	10	เม็ด
หอมแดงซอย	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลปีบ	1	ช้อนชา
น้ำปลา	2	ช้อนชา
น้ำมะนาว	1 - 2	ช้อนโต๊ะ
กะปิเผา	1	ช้อนชา

## วิธีทำ

1. ต้มกุ้งในน้ำเพียงเล็กน้อยจนสุก นำขึ้นมาหั่นตามขวางเป็นชิ้นเล็กบาง
2. เคล้ากุ้งกับกะปิ น้ำตาลปีบ น้ำปลา น้ำมะนาว ชิมรสให้ออก 3 รส เปรี้ยว หวาน เค็ม เติมน้ำต้มกุ้งลงไปเล็กน้อยพอให้มีน้ำขลุกขลิก
3. โรยหอมซอย พริกซอย เคล้าให้เข้ากันอีกครั้ง ตักใส่ถ้วย เสิร์ฟกับผักสด เช่น ยอดกระถิน ยอดผักบุ้ง มะเขือเปราะ แตงกวา รับประทานกับปลาสลิดปิ้งหรือทอด

# น้ำพริกโจร



## เครื่องปรุง

กุ้งนางแกะเปลือก	500 กรัม
หอมแดงซอยหยาบ	100-120 กรัม
พริกชี้หูสวนบุบพอแตกซอยหยาบ	70-80 กรัม
กะปิใส่ใบตองเผาพอหอม	80-100 กรัม
ใบมะกรูดหั่นซอยละเอียด	2-3 ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	6-8 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลปีบ	2-3 ช้อนโต๊ะ

## วิธีปรุง

- นำกุ้งนางที่หั่นเป็นชิ้นเล็กต้มกับน้ำขลุกขลิกจนสุก แยกน้ำแยกเนื้อไว้

- จากนั้นนำกะปิละลายกับน้ำมะนาว น้ำตาล ใส่หอมซอยกับพริกชี้หนูหั่นซอยจนเข้ากัน ใส่กุ้งต้มคนให้เข้ากัน ถ้าชั้นใส่น้ำต้มกุ้งปรุงแต่งรสให้เปรี้ยวจากน้ำมะนาวเข้ากับเค็มของกะปิ น้ำตาลคอยตัดรสที่จัดแหลมออกไป จากนั้นโรยใบมะกรูดหั่นซอย น้ำพริกโจรสูตครั้งนี้รับประทานกับปลากระเบนย่างและผักสดทั่วไปเช่นเดียวกับน้ำพริกกะปิ

● สูตรนี้เป็นอาหารโรงแรมหรูัดแปลงจากน้ำพริกปักษ์ใต้ รับประทานกับปลากระเบนย่าง โดยมากจะใช้ปลากระเบนนกแลเนื้อออกเป็นชิ้น มีตามฤดูกาล ต้องไปหาซื้อตามตลาดสดที่ขายอาหารทะเลมากเช่น ตลาดวงเวียนใหญ่ ตลาดปากน้ำพระประแดง มหาชัย ชลบุรี เป็นต้น เมื่อได้ปลามาแล้วนำไปล้างน้ำให้สะอาด ถ้ามีเมือกมากแค่ล้างออกครั้งเดียว แล้วนำไปห่อใบตองย่างไฟอ่อนก่อนไปทางปานกลาง ปลาจะค่อยๆ สุก พอเริ่มจะสุกทั่วให้ใส่ขุยกาบมะพร้าวลงไป ในเตาอย่าง (เตาถ่าน) เป็นการรมควัน เมื่อปลาสุกจะหอมเนื้อจะเริ่มแห้ง ฉีกเป็นชิ้นเล็กๆ เพื่อไว้รับประทานกับน้ำพริก

## น้ำพริกชนบท



เครื่องปรุง

พริกชี้หนูสวน	15 เม็ด
ปลาช่อนหรือปลาดุกย่างแกะเนื้อ	1 ตัวเชื่อง
น้ำปลาดี	2 ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	1 ผล

## วิธีปรุง

โขลกพริกชี้หนูกับปลาอย่าง เดิมน้ำปลาดี น้ำมะนาว ชิมรสตาม  
 ต้องการ ถ้ายังไม่พอใจเติมเครื่องอีกก็ได้ เสร็จตักใส่ถ้วย รับประทาน  
 กับข้าวเหนียว หรือผักสด เช่น ยอดกระถิน แตงกวา แตงร้าน ผักลวก  
 ถั่วพู ถั่วฝักยาว ผักแว่น ฯลฯ



# น้ำพริกชวา



## เครื่องปรุง

ปลาตุก (ย่างแล้วแกะเอาแต่เนื้อ)	1	ตัว
กุ้งนางเผา (เน้นให้หัวสุกมากๆ)	3	ตัว
หอมแดงเผา	15	หัว
กระเทียมเผา	2	หัว
กะปิตีเผา	1	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลาร้าต้ม	5	ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	3	ผล
พริกชี้ฟ้าเขียวแดง	10	เม็ด
น้ำตาล	2	ช้อนชา
มะเขือเทศสีดา	7	ผล

## วิธีปรุง

โขลกหอม กระเทียม พริก กะปิ หัวกุ้งให้เข้ากัน เสร็จแล้วใส่เนื้อปลาตุกย่างคลุกเคล้าให้เข้ากัน ใส่น้ำมะนาว น้ำตาล มะเขือเทศลอกเปลือกหั่นบางๆ คัดเมล็ดออก คลุกเคล้าให้เข้ากันชิมรสตามชอบ เสร็จตักใส่ถ้วยรับประทานกับผักสดๆ หรือรับประทานกับข้าวสวยร้อนๆ แนนด้วยไข่เจียว

# น้ำพริกชาวสวน



## เครื่องปรุง

กุ้งแห้ง	1	ช้อนโต๊ะ
กระเทียมแกะเปลือกแล้ว	1	ช้อนโต๊ะ
ไข่เค็มต้มสุก	1	ฟอง
น้ำมะนาว	1	ช้อนโต๊ะ
พริกชี้หนูสดเขียวแดง	13	เม็ด
มะเอ็กขูดขนล้างสะอาด	4	ผล
มะดัน	4	ผล
น้ำปลา น้ำตาล มะเขือพวง ผักต่างๆ พอคาว		

## วิธีปรุง

นำกุ้งแห้ง กะปิ กระเทียม พริกชี้หนู โขลกให้ละเอียด ใส่มะดัน  
ฝานชิ้นบางๆ ตามด้วยมะเอ็กหั่นชิ้นเล็กๆ ปรุงรสด้วยน้ำปลาดี น้ำ  
มะนาว ใส่มะเขือพวงผ่าซีก ใส่ไข่เค็มบีบเป็นชิ้นบางๆ ปรุงรสเพิ่มตาม

ต้องการ เสริมผักใส่ถ้วยรับประทานกับผักสด เช่น ยอดชะอม ยอด  
กระถิน ยอดผักบุ้ง ฯลฯ

## น้ำพริกชี้ฟ้า



### เครื่องปรุง

พริกชี้ฟ้าเขียวแดง	10	เม็ด
กะปิตี๋ห่อใบตองเผาไฟ	1	ชิ้นโต๊ะ
กุ้งแห้ง	1/2	ถ้วย
กระเทียมแกะเปลือก	1	หัว
มะอึกขูดขนล้างหั่นละเอียด	1	ลูก
น้ำปลาดี น้ำตาลปีบ น้ำมะนาว	ตาม	

สมควร

## วิธีปรุง

นำพริกชี้ฟ้าเขียวแดง กะปิติ กระเทียม กุ้งแห้ง มะอีกลงใส่ครก โขลกให้ละเอียดเข้ากัน ตักใส่ถ้วยปรุงรสด้วยน้ำปลาดี น้ำมะนาว น้ำตาลปีบ รับประทานกับข้าวสวยร้อนๆ หรือผักตามต้องการ

## น้ำพริกดอกมะขามสด



## เครื่องปรุง

ดอกมะขามสด

1 ช้อนชา

กากหมูเจียวใหม่	2	ช้อนโต๊ะ
กุ้งแห้งป่น	2	ช้อนโต๊ะ
พริกชี้หนูสด	1	ช้อน
กระเทียม	1	ช้อนโต๊ะ
น้ำมันพืช	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลปีบ น้ำปลาดี ตามสมควร		

## วิธีปรุง

โขลกกระเทียมกับดอกมะขามพอแหลก ไม่ต้องให้ละเอียดมาก แล้วใส่กากหมู กะปิ พริกชี้หนู กุ้งแห้ง โขลกให้เข้ากัน ปรุงรสด้วย น้ำตาลปีบ น้ำปลาดี ตักใส่ถ้วย

ตั้งกระทะ ใส่น้ำมันเล็กน้อยใช้ไฟกลาง พอน้ำมันเดือด ใส่เครื่องโขลกลงผัดให้หอม พอแห้งร่วน ตักใส่ถ้วย รับประทานกับข้าวสวยร้อนๆ หรือรับประทานกับผักสด เช่น แตงร้าน แตงกวา ยอดผักต่างๆ มะเขือชนิดต่างๆ

# น้ำพริกเดินดง



## เครื่องปรุง

พริกแห้ง	200 กรัม
หอมแดงแกะเปลือก	300 กรัม
กระเทียมแกะเปลือก	100 กรัม
กะปิใส่ใบตออบเผาพอหอม	50 กรัม
มะขามเปียก	100 กรัม
น้ำปลา	5-6 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลปีบ	3-4 ช้อนโต๊ะ

## วิธีปรุง

1. นำพริกแห้งล้างให้สะอาดผึ่งลมจนแห้งหมาด ซอยละเอียด นำไปคั่วไฟอ่อนในกระทะพอออกกลิ่นหอม เช่นเดียวกับหอม กระเทียม โดยซอยละเอียดก่อนแล้วคั่วไฟพอเหลืองหอม จากนั้นนำไปโขลกเข้าด้วยกันกับพริกแห้งจนละเอียดเข้ากัน จึงใส่กะปิที่ใส่ใบตออบปิ้งไฟพอหอม โขลกเข้าด้วยกันอีกที เสร็จแล้วพักไว้

2. นำมะขามเปียกละลายน้ำ เติมน้ำปลา น้ำตาล ตั้งไฟให้เดือด คนให้เข้ากันจนออกรสเปรี้ยว เค็ม หวานให้คลอกันตลอด เมื่อเคี่ยวจนได้ที่นำน้ำพริกที่ตำแล้วใส่ลงไปและคนให้เข้ากับน้ำปรุงรส น้ำพริกเดินดงนี้คล้ายน้ำพริกเผา รับประทานกับผักสดประเภท ผักกาดขาว แตงกวา

# น้ำพริกแดงสูตร 1



## เครื่องปรุง

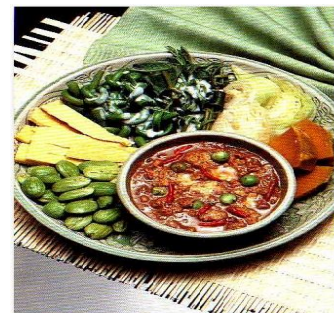
พริกแห้งเม็ดใหญ่	15 เม็ด
กระเทียมกลีบใหญ่	10 หัว
หอมหัวโตๆ	10 หัว
เกลือ	1 ช้อนชา
กะปิเผา	1 ช้อนโต๊ะ
ปลากรอบป่นหรือกุ้งแห้งป่น	2 ถ้วย
น้ำตาลปีบ	1 - 4 ช้อน โต๊ะ
น้ำปลา	1 / 4 ถ้วย
มะขามเปียกแกะเม็ดออกสับละเอียด	1 / 4 ถ้วย
น้ำมัน	3 ช้อนโต๊ะ

## วิธีทำ



1. พริกแห้งผ่าเอาเมล็ดออกล้างน้ำ ใส่ตะแกรงให้สะเด็ดน้ำ หั่นชิ้นบางๆ คั่วไฟอ่อนให้เหลืองกรอบ
2. เผากระเทียมและหัวหอมแกะเปลือกออก หรือจะหั่นซอยแล้ว คั่วพรมน้ำคั่วให้สุกหอมก็ได้
3. โขลกพริกแห้งกับเกลือให้ละเอียด ใส่กระเทียม หัวหอม กะปิ โขลกต่อไป จนเข้ากันดีจึงใส่ปลากรอบหรือกุ้งแห้ง ใส่มะขามเปียก สับ ปรงรสด้วยน้ำตาล น้ำปลา ชิมรสตามชอบ
4. ใส่น้ำมันในกระทะ 3 ช้อนโต๊ะ ตักน้ำพริกลงผัดให้หอม ใช้ไฟอ่อนๆ ผัดจนทั่วกันดี ตักขึ้นรับประทานกับผักสด เช่นแตงกวา ถั่วฝักยาว กระถิน ถ้าชอบผักต้มจะใช้ผักต้มก็ได้

## น้ำพริกแดงสูตร 2



### เครื่องปรุง

กระเทียมสด	100 กรัม
หอมแดง	180 กรัม
กะปิใส่ใบตองเผาพอหอม	50-60 กรัม
พริกแห้งเม็ดใหญ่ ล้างน้ำผึ้งลมแห้งคั่วไฟอ่อนๆพอเหลือง	70-80 กรัม
ปลากรอบป่นหรือกุ้งแห้งป่น	300 กรัม

น้ำตาลปีบ	3-5 ช้อนโต๊ะ
มะขามเปียกแกะเมล็ดสับละเอียด	100 กรัม
น้ำมันพืช	5-6 ช้อนโต๊ะ
เกลือป่น	2 ช้อนโต๊ะ

## วิธีปรุง

1 นำพริกแห้งที่คั่วไฟพอเหลือง หั่นซอยหยาบเอาเมล็ดออก จากนั้นเผาหอม กระเทียมแกะเปลือกออก แล้วคั่วต่อจนสุกออกกลิ่นหอม เสร็จแล้วนำพริกแห้งโขลกรวมกับหอม กระเทียม เกลือ กะปิจนละเอียด จึงใส่ปลาป่นหรือกุ้งแห้งป่น และมะขามเปียกสับซอยโขลกให้เข้ากันอีกครั้ง จากนั้นปรุงรสด้วยน้ำตาล น้ำปลาให้กลมกล่อมเข้ากับรสของมะขามเปียก

2. เมื่อได้นำพริกแล้ว ตั้งกระทะใส่น้ำมัน นำน้ำพริกผัดอีกครั้งด้วยไฟอ่อน ผัดให้เข้ากันจนแตกกลิ่นหอม แล้วยกลง นำพริกแดงรับประทานกับผักสด เช่น ผักกาดขาว กะหล่ำปลี ถั้วฝักยาว แดงกวายอดกระถิน หรือจะเป็นผักต้มก็ไม่เลว

**น้ำพริกตะไคร้**



## เครื่องปรุง

ตะไคร้หั่นฝอยละเอียด	200 กรัม
กุ้งแห้งอย่างดีป่น	100 กรัม
พริกชี้หนูสวน	30 กรัม
กะปิห่อใบตองเผาพอหอม	25 กรัม
น้ำปลา	3-4 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาล	3-4 ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	5-6 ช้อนโต๊ะ

## วิธีปรุง

โขลกตะไคร้ที่ซอยฝอยพร้อมกับกุ้งแห้ง จากนั้นใส่กะปิเผาและพริกชี้หนู โขลกต่อไปจนเข้ากัน ปรุงรสด้วยน้ำปลา น้ำมะนาว น้ำตาล ตามใจชอบ แต่ควรให้เปรี้ยวกับเค็มเท่าๆ กัน เปรี้ยวเหลือมนิดหน่อยก็ได้ หวานคอยตามห่างๆ เพื่อตัดรสแหลม รับประทานกับผักสดทั่วไป เคียงกับไข่เค็ม ปลาทุทอต ปลาตุ๋นย่าง

# น้ำพริกตาแดง



## เครื่องปรุง

พริกแห้งเม็ดใหญ่ปิ้งไฟให้กรอบ	15	เม็ด
หอมแดงเผา	7	หัว
กะปิตีเผา	2	ช้อนโต๊ะ
เนื้อมะขามเปียกสับละเอียด	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลาดี	2	ช้อนโต๊ะ
เนื้อปลาทุย่างแกะเอาแต่เนื้อ	2	ตัว

## วิธีปรุง

นำพริกแห้ง หอมแดงเผา กะปิตีเผา เนื้อปลาทุย่างสด ใส่ครก โขลกให้ละเอียด ใส่มะขามเปียกที่เตรียมไว้ ผสมให้เข้ากันดี ตักใส่ ถ้วย ปรุงรสตามต้องการ รับประทานกับผักสด หรือรับประทาน กับข้าวสวยร้อนๆ ก็ได้

# น้ำพริกเต้าเจี้ยว



## เครื่องปรุง

เต้าเจี้ยวอย่างดี น้ำที่	1	2	ช้อนโต๊ะ
พริกขี้หนูสวน		15	เม็ด
กระเทียม		1	หัว
กะปิตี๋ห่อใบตองเผาไฟ		1	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลปีบ		2	ช้อนชา
ขิงแก่		3	แวน
น้ำมะนาว		1	ผล

## วิธีปรุง

นำเต้าเจี้ยวใส่ถ้วย คลุกเคล้าพริกขี้หนูสวน กระเทียมแกะเปลือก กะปิเผา โขลกหยาบๆ เติมน้ำมะนาว ซีอิ้วขาวให้เข้ากันดี ชิมรสตามต้องการ ถ้าชอบรสจัดก็เติมพริกป่นลงไปได้ รับประทานกับข้าวสวย

ร้อนๆ หรือผักสด ผักลวกราดกะทิ หรือถ้าจะรับประทานกับปลาอย่าง  
ปลาหนึ่งก็ได้

## น้ำพริกเต้าหู้ยี้



### เครื่องปรุง

เต้าหู้ยี้ที่บรรจุขวดโหล	1	แผ่น
กะปิตี๋ห่อใบตองเผาไฟ	2	ชิ้น
พริกชี้หนูสวน	15	เม็ด
กระเทียมแกะเปลือกออก	1	หัว
มะเขือขี้นแกะเม็ดออกหั่นละเอียด	2	ลูก
น้ำมะนาว	1	ลูก
น้ำตาลปีบ ตามสมควร		

## วิธีปรุง

โขลกกระเทียม พริกชี้หนูสวน กะปิเข้าด้วยกัน เติมเต้าหู้ยี้ที่เตรียมไว้ โขลกคลุกเคล้าให้เข้ากันใส่มะเขือขี้นโขลกเบาๆ ตักใส่ถ้วย ปรุงรสด้วยน้ำมะนาว น้ำตาลปีบ น้ำปลาดี ชิมรสตามชอบ รับประทานกับผักสดหรือดิบ หรือข้าวสวยร้อนๆ

# น้ำพริกไตปลาสูตร 1



## เครื่องปรุง

ปลาตากขนาดกลาง

1 ตัว



ไขมันโพลก	1 / 2 ช้อนชา
ใบมะกรูดฉีกเล็กๆ	2 ช้อนชา
พริกชี้หนู	15 - 20 เม็ด
ตะไคร้	2 - 3 ต้น
กระเทียม	1 หัว
หอมแดง	2 หัว
น้ำไตปลาต้ม	2 ช้อนโต๊ะ

### วิธีทำ

1. ย่างปลาตากให้ค่อนข้างแห้ง เผาหอม กระเทียม ให้สุก
2. โพลกพริกชี้หนู ตะไคร้ กระเทียม หอมแดง ให้ละเอียด
3. แกะเนื้อปลาใส่ลงโพลก ใส่ไขมัน ใบมะกรูด โพลกจนเข้ากัน ใส่ น้ำไตปลา ถ้าเค็มอาจตัดรสด้วยน้ำตาลเล็กน้อย หรือถ้าข้นไปเติมน้ำต้มสุกก็ได้
4. เสิร์ฟพร้อมผักสด ผักต้ม และแฉมด้วย กุ้งเผา

**น้ำพริกไตปลาสูตร 2**



## เครื่องปรุง

น้ำไตปลาอย่างดีต้มสุก	6-8	ช้อนโต๊ะ
ขมิ้นโขลก	1-2	ช้อนโต๊ะ
	1/2	
หอมแดง	70-	กรัม
	80	
กระเทียมเป็นหัว	50-	กรัม
	60	
ตะไคร้หั่นซอย	40-	กรัม
	50	
พริกขี้หนูสวน	40-	กรัม
	50	
ใบมะกรูดฉีกเป็นเส้นยาวเล็กๆ	7-8	ใบ
ปลาตุ๋นอย่างสุกจนเนื้อแห้งเอาแต่เนื้อ	500	กรัม

## วิธีปรุง

เผาหอม กระเทียมจนสุกแกะเปลือกออก จากนั้นนำไปโขลกกับ พริกขี้หนู ตะไคร้จนละเอียด เสร็จแล้วใส่เนื้อปลาตุ๋น ตามด้วย ขมิ้นและใบมะกรูด โขลกต่อจนเข้ากัน จากนั้นเติมน้ำไตปลาที่ต้มสุก คอยดูอย่าให้ขึ้นเกินไป ถ้าเค็มตัดรสด้วยน้ำตาลนิดหน่อยหรือเติมน้ำ

ต้มสุกก็ได้ น้ำพริกไตปลารับประทานกับผักสดเช่น ผักกาดขาว  
กะหล่ำปลี ถั่วฝักยาว หน่อไม้ดอง สะตอ ลูกเหลียง เคียงด้วยปลาตุ๋น  
ย่าง กุ้งเผา ปลาเผา

- ไตปลา คือ ฟองปลาหรือเครื่องในปลาที่หมักดองเกลือจน  
เกิดเป็นน้ำ เรียกกันว่าไตปลา น้ำนี้ไปทำแกงเรียกว่า แกงไตปลา  
นำไปหลนหรือตำน้ำพริกได้เช่นกัน มีเคล็ดลับอยู่ว่าต้องใช้ตะไคร้ ใบ  
มะกรูดและขมิ้นคั่วเคียงกันตลอด เพื่อดับกลิ่นคาวและชูให้กลิ่นหอม  
เย้ายวนใจมากขึ้น

## น้ำพริกถั่วปลานึ่ง



### เครื่องปรุง

พริกแห้ง	5 เม็ด
ถั่วลิสงคั่ว	1 / 2 ถ้วย
เกลือ	1 ช้อนโต๊ะ
กระเทียม	1 หัว
น้ำตาลปีบ	3 ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	3 ช้อนโต๊ะ
ปลาสำลี หรือปลาช่อนตัวกลางๆ	1 ตัว
ผักกาดหอม	3 ต้น
ตั้งโอ้	5 - 6 ต้น
ต้นหอม	5 ต้น
แตงกวา	6 - 7 ลูก
ผักชี	2 - 3 ต้น

## วิธีทำ

1. ตำพริกกับเกลือให้ละเอียด ใส่กระเทียม ใส่ถั่วลิสงโขลกให้ถั่วแตกไม่ต้องละเอียดนัก ใส่น้ำตาลปีบ น้ำมะนาว ตักออกใส่ชาม ชิมรสเผ็ด เปรี้ยว หวาน ให้กลมกล่อม

2. ขอดเกล็ดปลาชูดเมือกเอาไส้ออก ล้างน้ำเช็ดให้แห้ง ทาปลาด้วยน้ำมะนาว ประมาณ 1 ช้อนโต๊ะ ให้ทั่วตัวปลา ตำกระเทียม 1 หัว ใส่เข้าไปในท้องปลา ตั้งลังถึงให้น้ำเดือด วางปลาลงในจาน ยกใส่ในลังถึงขณะที่น้ำเดือด นึ่งประมาณ 20 นาที หรือจนปลาสุก จึงเอาออก

3. ล้างผัก ตัดราก ผักกาดหอมเอาออกเป็นใบๆ หั่นแตงกวาเป็นแว่นหนาๆ วางผักกาดหอม ตั้งโอ้ ผักชี ต้นหอม และแตงกวาลงในจานเปล และวางปลาลงในจานวางถั่วฝักยาวพริกขี้หนูข่างจานเป็นใช้ได้