สูตรเมนูน้ำพริก กว่า 190 ชนิด

(ชุดที่ 2)

รวบรวมโดย.....กมล อรุณโชคสมศักดิ์

น้ำพริกถั่วเหลือง

เครื่องปรุง

พริกแห้งเม็ดโต	50	กรัม
หอมซอยบางๆ	2	ถ้วย
กระเทียมซอยบางๆ	1	ถ้วย
ถั่วเหลืองนึ่งสุกป่นละเอียด	1	ถ้วย
ซีอิ๊วขาว	3	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลปี๊บ	5	ช้อนโต๊ะ
น้ำส้มมะขามเปียก น้ำมันพืช ตามสมควร		

วิธีปรุง

นำกระทะขึ้นตั้งไฟ ใส่น้ำมันพืชลงไป เจียวกระเทียม หอมซอยให้เหลืองหอม ส่วนพริกแห้งนั้นทอดให้กรอบ นำทั้งหมดใส่ครกโขลกให้ละเอียด เคี่ยวน้ำตาล ซีอิ๊วขาว น้ำส้มมะขามเปียกให้เข้ากัน จนน้ำตาลเดือดร้อนอ่อนๆ และเหนียวพอสมควรแล้ว นำเครื่องที่โขลกไว้มาผสมกับเครื่องที่เคี่ยวไว้ คลุกเคล้าให้เข้ากัน ปรุงรสตามชอบถ้ายังไม่ได้รส เสร็จตักใส่ถ้วย รับประทานกับเข้าสวยร้อนๆ หรือผักสด ผักลวกต่างๆ ฯลฯ

น้ำพริกนรกสูตร 1

เครื่องปรุง

พริกแห้ง	10	เม็ด
พริกขี้หนูแห้ง	20	กรัม
ปลากรอบ	1	ถ้วย
หอมแดง	10	หัว
กระเทียม	5	หัว
มะขามเปียกสับละเอียด	1/ 2	ถ้วย
เกลือ	1	ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

1. คั่วพริกแห้ง และพริกขี้หนูแห้ง ห่อมะขามเปียกเผาไฟพอสุก
2. คั่วปลากรอบ เผาหอม กระเทียม แกะเปลือกออก
3. โขลก พริกคั่ว มะขาม ปลากรอบ หอม กระเทียม และเกลือจนละเอียดเข้ากันดี
4. ใส่กระปุกเก็บไว้รับประทานได้นาน หรือพกติดตัวไว้รับประทานเมื่อเดินทางก็ได้

น้ำพริกนรกสูตร 2

เครื่องปรุง

ปลากรอบรมควันควรใช้ปลากรด ปลาแขยง เพราะให้เนื้อปลามาก		
ราคาไม่แพงจนเกินไปใช้ประมาณ	500	กรัม
พริกแห้งใหญ่ล้างน้ำสะอาดผึ่งลมแห้งเด็ดก้าน	60-80	กรัม
พริกขี้หนูแห้งล้างน้ำสะอาดผึ่งลมให้แห้งเด็ดก้าน	100	กรัม
หอมแดงแกะเปลือก	80-100	กรัม
กระเทียมเป็นหัว	70-80	กรัม
มะขามเปียกอย่างดีห่อใบตองเผาไฟพอสุก	150-180	กรัม
เกลือป่น	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลปีบ	4-5	ช้อนโต๊ะ

วิธีปรุง

- นำปลากรอบ แกะเอาแต่เนื้อคั่วแห้งๆ พอออกกลิ่นหอม จากนั้นห่อมะขามเปียกด้วยใบตองเผาไฟพอสุก แล้วสับซอยละเอียด

- เผาหอมแดง กระเทียมปอกเปลือก จากนั้นคั่วพริกแห้งใหญ่และพริกขี้หนูแห้งพอสุกออกกลิ่นระวังอย่างให้ไหม้

- โขลกมะขามเปียกกับหอมแดงและกระเทียมพอแหลก ตามด้วยพริกแห้ง โขลกต่อจนเริ่มละเอียดจึงใส่เนื้อปลากรอบ โขลกต่อให้ทั้งหมดกลมกลืนกัน ตามด้วยเกลือป่น ชิมดูอย่าให้เค็มมาก

น้ำพริกนรกเก็บไว้ได้นาน เหมาะที่จะพกพายามเดินทาง นิยมปรุงรสด้วยน้ำมะนาว คลุกข้าวร้อนๆ รับประทานกับผักกาดขาว แตงกวาหรือคลุกกับไข่ต้ม และข้าวสวยก็อร่อยดี

- เป็นน้ำพริกที่ออกรสเผ็ด ส่วนมากใช้คลุกกับข้าว โดยปรุงรสเพิ่มด้วยน้ำปลา น้ำมะนาว เข้ากันดีกับผักกาดขาว แตงกวา เก็บไว้ได้นานมีกลิ่นหอม

น้ำพริกนรกกุ้งแมงดา

เครื่องปรุง

กุ้งแห้ง	1 ถ้วย
พริกแห้ง	10 เม็ด
พริกขี้หนูแห้ง	15 - 20 เม็ด
หอมแดง	10 หัว
กระเทียม	5 หัว
มะขามเปียก	3 - 4 ช้อนโต๊ะ
เกลือ	2 ช้อนชา
แมงดาหอม	1 - 2 ตัว

วิธีทำ

1. นึ่งแมงดา แกะตา ปีก แล้วฉีกเป็นชิ้น ๆ
2. คั่วหรืออบกุ้งให้สุก โขลกละเอียด
3. คั่วพริกแห้ง พริกขี้หนูแห้งให้สุก อย่าให้ดำน้ำพริกจะขม
4. เผาหอม กระเทียม แกะเปลือกออก ห่อมะขามเปียกย่างไฟ สับละเอียด
5. โขลก พริก หอม กระเทียม มะขาม เกลือ และ กุ้ง ใส่แมงดา โขลกให้เข้ากัน เมื่อเครื่องน้ำพริกเข้ากันดีแล้ว ถ้าทำจำนวนมากให้แบ่งใส่กระปุกไว้ รับประทานคราวต่อๆไปได้นาน
6. รับประทานกับผักสด ไข่ต้ม หรือกุ้งนึ่ง

น้ำพริกนรกกุ้งแห้ง

เครื่องปรุง

กุ้งแห้ง	3 / 4 ถ้วย
พริกขี้หนูแห้ง	1 / 2 ถ้วย
หอมแดง	4 ช้อนโต๊ะ
กระเทียม	4 ช้อนโต๊ะ
กะปิ	2 ช้อนชา
มะขามเปียก	4 ช้อนโต๊ะ
น้ำปลาดี	3 - 5 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

1. คั่วพริกขี้หนูป่นให้ละเอียด กุ้งแห้งป่น มะขามเปียกสับละเอียด

2. โขลกหอม กระเทียมให้ละเอียด ใส่กุ้งแห้ง พริกขี้หนู โขลกรวมกันจนเป็นเนื้อเดียวกัน

3. ใส่มะขามเปียกสับละเอียด กะปิ โขลกต่อจนเข้ากันดี ชิมรสตามชอบ

4. กระทะตั้งไฟกลางค่อนข้างอ่อน ใส่น้ำพริกที่โขลกแล้วลงไปผัดไม่ต้องใส่น้ำมัน และระวังน้ำพริกจะไหม้ด้วย ใส่น้ำปลา ชิมรสได้ที่แล้วตักขึ้น ทิ้งให้น้ำพริกเย็นเก็บใส่ขวดแก้วไว้รับประทานได้นาน ใช้คลุกข้าว รับประทานกับกุ้งนึ่ง หรือไข่ต้ม

น้ำพริกนางลอยสูตร 1

เครื่องปรุง

หอมเผา	2 ช้อนโต๊ะ
มะอึก	5 - 6 ผล
กระเทียมเผา	3 ช้อนโต๊ะ
กะปิเผา	2 ช้อนโต๊ะ
ปลากรอบปิ้งกรอบเอาก้างออก โขลกละเอียด	1 / 2 ถ้วย
ระกำ ซอยบางๆ	1 - 2 ผล
พริกชี้ฟ้า เขียว แดง เหลือง เผาไฟ	10 - 15 เม็ด
พริกขี้หนูเผา	25 เม็ด
น้ำปลา	3 ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	3 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาล	1 - 2 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

โขลกพริกชี้ฟ้า พริกขี้หนูพร้อมหอมกระเทียม กะปิ โขลกพอแหลกใส่ปลากรอบ ใส่มะอึก ซอย ระกำซอย ปรุงรสด้วยน้ำปลา น้ำมะนาว น้ำตาลชิมรสตามชอบกินกับผักสด เช่นเดียวกับน้ำพริกกะปิ

น้ำพริกบางลอยสูตร 2

เครื่องปรุง

พริกชี้ฟ้า เหลือง แดง	300	กรัม
หอมแดง	100	กรัม
กระเทียม	60-70	กรัม
กะปิใส่ใบตองเผาพอหอม	60	กรัม
ปลากรอบย่างไฟพอหอม (ใช้ปลากดเนื้อจะมาก)	200	กรัม
มะอึกซอย	10	ลูก
ระกำซอย	7	ลูก
พริกขี้หนูสวน	60-70	กรัม
น้ำปลา	5-6	ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	7-9	ช้อนโต๊ะ

วิธีปรุง

นำปลากรอบย่างไฟแกะเอาแต่เนื้อ โขลกรวมกับพริกชี้ฟ้าเหลืองแดง นึ่งพอสุก(อย่าให้สุกมาก) จากนั้นนำไปโขลกรวมกับหอม กระเทียมและกะปิที่เผาไฟจนละเอียดและเข้ากันดี แล้วจึงใส่มะอึกซอย ระกำซอย และพริกขี้หนูสวน ใช้สากบุบพอแตก กวนให้เข้ากันกับน้ำพริก ปรุงรสด้วยน้ำมะนาว น้ำปลา น้ำตาลตามใจชอบ ควรให้เปรี้ยวกับเค็มคลอๆ กัน หวานตามหนึ่งช่วงตัว รับประทานกับผักสดเช่นเดียวกับน้ำพริกทั่วไป

น้ำพริกน้ำปลา

เครื่องปรุง

พริกขี้หนูคั่วป่น	3	ช้อนชา
กุ้งแห้งป่น	3	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลาดี	4	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลปี๊บ	1	ช้อนชา
หอมแดงซอย	2	ช้อนโต๊ะ

วิธีปรุง

นำพริกขี้หนูคั่ว กุ้งแห้งป่น ใส่ครก โขลกให้ละเอียดเข้ากัน ปรุงรสด้วยน้ำปลาดี น้ำตาลปี๊บ คลุกเคล้าให้เข้ากันใส่หอมซอยลงไป ชิมรสตามต้องการ รับประทานกับผักสดหรือผักลวก เช่น ยอดชะอม ยอดมะม่วง ยอดกระถิน แตงกวา ฯลฯหรือรับประทานกับข้าวสวยร้อนๆ ก็ได้

น้ำพริกเนื้อเค็มสูตร 1

เครื่องปรุง

เนื้อเค็มย่าง	100 กรัม
กะปิ	1 ช้อนโต๊ะ
กระเทียม	1 หัว
หอมแดง	2 หัว
พริกขี้หนูสวน	25 - 30 เม็ด
น้ำตาลปีบ	1 - 2 ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	2 ช้อนโต๊ะ
น้ำปลาดี	1 - 2 ช้อนชา

วิธีทำ

1. เผากะปิให้หอม

2. เนื้อเค็มหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ หรือสับหยาบๆ

3. กระเทียม หอม พริกขี้หนูสับหยาบๆ ผสมกับเนื้อเค็ม ใส่กะปิ มะนาว น้ำตาลปีบ น้ำปลา (ถ้าเนื้อเค็มแล้วก็ไม่ต้องใช้น้ำปลา) คลุกให้เข้ากัน ชิมรสตามชอบ รับประทานกับ ผักสด เช่น มะเขือเปราะ แตงกวา ถั่วฝักยาว ฯลฯ และแนมด้วยเนื้อเค็มด้วยก็ได้

น้ำพริกเนื้อเค็มสูตร 2

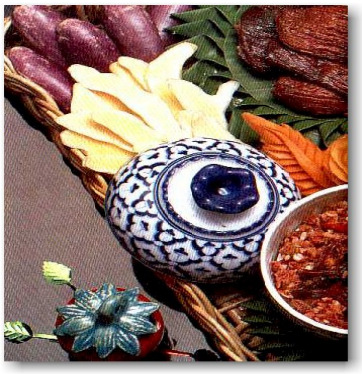
เครื่องปรุง

เนื้อเค็มย่าง	300	กรัม
กะปิใส่ใบตองเผาพอหอม	30	กรัม
กระเทียมแกะเปลือก	15	กรัม
หอมแดงแกะเปลือก	30	กรัม
พริกขี้หนูสวน	25	กรัม
น้ำตาลปีบ	2-3	ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	4-5	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลา	1-2	ช้อนโต๊ะ

นำเนื้อเค็มหรือหมูเค็มที่หาซื้อได้จากตลาดทั่วไป ย่างไฟแล้วฉีกเป็นเส้น ซอยตัดขวางแบบหยาบๆ จากนั้นนำหอม กระเทียม กะปิ พริกขี้หนูสวนโขลกเข้าด้วยกันไม่ต้องละเอียดมากนัก นำเนื้อเค็มหรือหมูเค็มใส่ลงไปคลุกให้เข้ากันกับเนื้อน้ำพริก ปรุงรสด้วยน้ำมะนาว น้ำตาล ชิมดูก่อนใส่น้ำปลาเพราะเนื้อหรือหมูเค็มนี้รับประทานกับผักสด ประเภทถั่วฝักยาว แตงกวา มะเขือ และจะเคียงกับเนื้อเค็มหรือหมูเค็มก็ได้

- น้ำพริกเนื้อเค็มรายการนี้คล้ายน้ำพริกกะปิ เพียงแต่ใส่เนื้อเค็มย่างแล้วซอยหยาบ คลุกเข้ากับน้ำพริก ถ้าท่านไม่รับประทานเนื้อจะเปลี่ยนเป็นหมู่เค็มย่างก็ได้

น้ำพริกเนื้อแดดเดียว



เครื่องปรุง

เนื้อเค็มย่าง (ฉีกเป็นเส้นฝอย)	3	ช้อนโต๊ะ
กะปิดีห่อใบตองเผาไฟ	1	ช้อนโต๊ะ
พริกขี้หนูสวน	15	เม็ด
กระเทียม	1	หัว
มะอึก	1	ลูก
มะเขือพวง	10	เม็ด

น้ำมะนาว น้ำปลาดี น้ำตาลปี๊บ ตามสมควร

วิธีปรุง

นำกะปิดี กระเทียม พริกขี้หนูสวน เนื้อเค็ม มะอึกขูดขนแล้วหั่นละเอียดก่อนใส่ครก โขลกให้ละเอียด ใส่มะเขือพวงลงโขลกพอบุบไม่ต้องละเอียดนักคลุกเคล้าให้เข้ากัน ตักใส่ถ้วย ปรุงรสด้วยน้ำปลาดี น้ำมะนาว น้ำตาลปี๊บ ชิมรสให้เข้มข้น รับประทานกับผักสดๆ เช่น ยอดกระถิน แตงกวา ยอดชะอม มะเขือถั่วฝักยาว ขมิ้นขาว ถั่วพู สะตอ หรือจะคลุกเคล้ากับข้าวสวยร้อนๆ ก็ได้

น้ำพริกปลา

เครื่องปรุง

พริกสดเผา	5 - 6	เม็ด
หอมเผา	5	หัว
กระเทียมเผา	2	หัว
เนื้อปลา	200	กรัม
ปลาร้า	1	ช้อนชา
เกลือ	1	ช้อนโต๊ะ
น้ำ	1 1 / 2	ถ้วย
ต้นหอม ผักชี	2	ต้น

วิธีทำ

1. แกะเปลือกพริก หอม กระเทียมให้หมด โขลกให้เข้ากัน

2. ต้มน้ำให้เดือด ใส่ปลา และปลาร้า ต้มจนสุก ตักเนื้อปลาขึ้น แกะเอาแต่เนื้อโขลกในน้ำพริก ส่วนน้ำต้มปลากรองเอาน้ำใส ใส่ในน้ำพริกที่โขลกไว้ประมาณ 1 / 4 - 1 / 2 ถ้วย สังเกตดูเองถ้าชอบใสเติมได้

3. รับประทานกับผักต้ม หรือ ผักสด

หมายเหตุ ถ้าชอบเปรี้ยว ใส่น้ำมะนาวหรือมะกอกป่าซอยละเอียดก็ได้ตามชอบ

น้ำพริกปลากรอบ

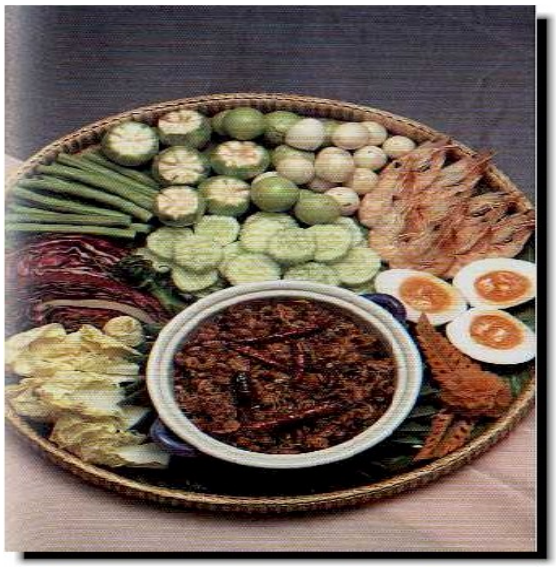
เครื่องปรุง

ปลากรอบแกะเอาแต่เนื้อ	5	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลาดี	3	ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	1	ผล
หอมแดงซอย	2	ช้อนโต๊ะ
พริกขี้หนูหั่นซอย	15	เม็ด

วิธีปรุง

นำปลากรอบที่เตรียมไว้ลงโขลกเบาๆ พอหยาบๆ ตักขึ้นผสมเครื่องปรุงทั้งหมด คลุกเคล้าให้เข้ากัน ชิมรสตามต้องการ ถ้าไม่ถูกใจก็เติมเครื่องอีกได้ รับประทานคลุกข้าวสวยร้อนๆ หรือรับประทานกับผักสด เช่น ยอดกระถิน ยอดผักบุ้งนา ยอดมะม่วงอ่อนๆ หรือผักลวกก็ได้

น้ำพริกปลากรอบแห้ง



เครื่องปรุง

ปลากรอบป่น	1	ถ้วย
พริกขี้หนูสวนแห้งป่น	2	ช้อนโต๊ะ
กระเทียมเจียวโขลก	2	ช้อนโต๊ะ
เกลือ	1	ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

1. ย่างปลากรอบแล้วแกะเอาแต่เนื้อปลา

2. โขลกปลากรอบ พริกขี้หนู กระเทียมและเกลือเข้าด้วยกัน รับประทานกับผักสด ผักทอด หรือผักต้มก็ได้ แนมด้วยหมูกรอบ

น้ำพริกปลากระป๋อง

เครื่องปรุง

ปลากระป๋องในซอสมะเขือเทศ	1	กระป๋อง
หอมแดงซอย	2	ช้อนโต๊ะ
พริกขี้หนูหั่น	1	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลา	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	1 - 2	ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

1. เทปลากระป๋องใส่หม้อ ยีเนื้อปลา ตั้งไฟต้มให้เดือด

2. ยกลงจากเตา ใส่หอมแดง พริกขี้หนู เคล้าให้ทั่ว ปรุงรสด้วยน้ำปลา มะนาว หรือจะโรยพริกป่นด้วยก็หอมดี

3. เสิร์ฟกับผักต้ม เช่นมะเขือเปราะ ดอกแค ยอดแค ผักบุ้ง ฟักทอง มะระอ่อน

น้ำพริกปลากุเลาสูตร 1

เครื่องปรุง

เนื้อปลากุเลาปิ้งแกะแล้ว	1	ถ้วย
พริกแห้งเม็ดใหญ่แคะเม็ดออกแช่น้ำ	10	เม็ด
กระเทียมแกะเปลือกออกแล้ว	3	หัว
กะปิดีห่อใบตองเผาไฟ	1	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลาดี น้ำตาลปี๊บ น้ำมะนาว น้ำส้มมะขามเปียก น้ำมันพืช ตามสมควร		

วิธีปรุง

โขลกพริกแห้งที่แช่น้ำจนเปื่อย กับเนื้อปลากุเลา กระเทียม กะปิดีเผาให้ละเอียด ปรุงรสด้วยน้ำมะนาว น้ำตาลปี๊บ น้ำปลาดี น้ำส้มมะขามเปียก คลุกเคล้าให้เข้ากัน ชิมดูรสตามต้องการ ตักใส่ถ้วย นำกระทะตั้งไฟ ใส่น้ำมันพืชเล็กน้อย นำเครื่องที่โขลกลงผัด จนแห้งดี เป็นลักษณะร่วนๆ เสร็จตักใส่ถ้วย รับประทานกับผักสดหรือผักลวก หรือจะนำไปคลุกข้าวสวยร้อนๆ รับประทานก็ได้

น้ำพริกปลากุเลาสูตร 2

เครื่องปรุง

ปลากุเลาขนาดเขื่องล้างทำความสะอาด	400	กรัม
พริกแห้งใหญ่ล้างให้สะอาดผึ่งลมแห้งคั่วพอหอม	40	กรัม
หอมแดง	100	กรัม
กระเทียมเป็นหัว	60	กรัม
ข่าหั่นซอยละเอียดคั่วไฟพอออกกลิ่น	2-3	ช้อนโต๊ะ
มะขามเปียกแกะเม็ดสับซอยละเอียด	60-70	กรัม
เกลือป่น	1-2	ช้อนโต๊ะ

วิธีปรุง

- นำปลากุเลาย่างให้สุกแกะเอาแต่เนื้อ จากนั้นเผาหอม กระเทียมแกะเปลือกออก
- นำพริกแห้งที่คั่วไฟแล้ว หอม กระเทียม ข่าโขลกเข้าด้วยกัน ใส่มะขามเปียกตามโขลกอีกที ใส่เนื้อปลากุเลา เกลือ ค่อยๆ โขลกเนื้อปลาให้เข้ากับเครื่องน้ำพริกจนเข้ากันทั้งหมด ชิมรสให้เปรี้ยวของเนื้อมะขามเข้ากับเกลือ ปรุงแต่งรสได้ด้วยเกลือ และน้ำมะขามตามใจชอบ น้ำพริกปลากุเลารับประทานกับผักสดทั่วไป

น้ำพริกปลากุเลาสูตร 3

เครื่องปรุง

ปลากุเลาแกะเอาแต่เนื้อ	1 / 2 ถ้วย
พริกแห้งเม็ดใหญ่	10 เม็ด
กระเทียม	5 หัว
หอมแดง	6 หัว
ข่าหั่นละเอียด	1 ช้อนโต๊ะ
มะขามเปียก	1 / 4 ถ้วย
เกลือ	1 ช้อนชา

วิธีทำ

1. ย่างปลากุเลาให้สุก
2. พริกแห้งล้างน้ำให้สะอาด ปล่อยให้สะเด็ดน้ำแล้วคั่วให้สุก ข่าคั่ว
3. เผาหอม กระเทียม แกะเปลือก มะขามเปียกสับให้ละเอียด
4. โขลกพริกแห้ง หอม กระเทียม ข่า มะขามเปียก และเกลือ เข้าด้วยกัน ใส่เนื้อปลากุเลาโขลกต่อให้ละเอียด
5. รับประทานกับผักสด

น้ำพริกปลาเค็มนึ่ง

เครื่องปรุง

ปลาเค็มหรือปลาทูเค็มแกะเอาแต่เนื้อ	100 กรัม
หมสามชั้น	300 กรัม
พริกขี้หนุแดง เขียว สับหยาบ	2 ช้อนโต๊ะ
ตะไคร้หั่นฝอย	2 ช้อนโต๊ะ
ใบมะกรูดหั่นฝอย	1 ช้อนชา
หอมแดงหั่นบาง	1 / 4 ถ้วย
ไข่ไก่	2 ฟอง
น้ำตาลทราย	1 - 2 ช้อนโต๊ะ
มะนาว	1 ลูก

วิธีทำ

1. สับปลาเค็ม และหมุสามชั้นให้ละเอียด นำทั้ง 2 อย่างมาคลุกจนเข้ากัน
2. ใส่ตะไคร้ ใบมะกรูด หอมแดง พริก เคล้ากันจนทั่ว
3. ใส่ไข่ น้ำตาล เคล้ากันให้ทั่ว
4. ตั้งลังถึง รอจนน้ำเดือดเต็มที่ นำน้ำพริกปลาเค็มขึ้นนึ่งจนสุก
5. ก่อนเสิร์ฟตักน้ำพริกใส่ถ้วย ยีให้เนื้อน้ำพริกแยกจากกัน บีบน้ำมะนาว เคล้าให้ทั่ว โรยด้วยพริกสด ใบมะกรูดหั่นฝอย
6. รับประทานกับผักสด เช่น แตงกวา มะเขือเปราะ ถั่วฝักยาว หรือผักทอด เช่น ถั่วฝักยาวชุบแป้งทอด ชะอมชุบไข่ทอด

น้ำพริกปลาช่อน

เครื่องปรุง

ปลาช่อนย่างแกะเอาแต่เนื้อ	1	ถ้วย
หอมแดงเผา	3	หัว
กระเทียมเผา	1	หัว
พริกชี้ฟ้าเขียวแดงเผา	2	เม็ด
น้ำปลาดี	1	ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	1	ผล

วิธีปรุง

โขลกเนื้อปลากับหอมแดงเผา กระเทียมเผา พริกชี้ฟ้าแดงเผาพอหยาบๆ ตักใส่ถ้วย ปรุงรสด้วยน้ำตาลปี๊บ น้ำปลาดีน้ำมะนาว ชิมรสตามต้องการ รับประทานกับผักสด เช่น ยอดผักบุ้ง ขมิ้นขาว ถั่วพู ยอดกระถิน ถั่วฝักยาว ต้นหอม ผักกาดหอม

น้ำพริกปลาช่อนย่างสูตร 1

เครื่องปรุง

นำปลาช่อนย่างไฟพอสุกหอม แกะเอาแต่เนื้อหรือปลาผงรมควันสำเร็จ	700-800	กรัม
พริกแห้งล้างสะอาดผึ่งลมพอแห้งคั่วพอหอม	80	กรัม
พริกขี้หนูแห้งคั่วไฟพอหอม	20	กรัม
หอมแดง	100	กรัม
กระเทียมเป็นหัว	60	กรัม
ปลาร้า	60	กรัม
น้ำตาลปีบ	2-3	ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	5-6	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลา	3-4	ช้อนโต๊ะ

วิธีปรุง

- เผาหอมกับกระเทียมจนสุก แกะเปลือกออก จากนั้นนำไปโขลกรวมกับน้ำพริกแห้งคั่วทั้งพริกขี้หนู พริกชี้ฟ้า เมื่อเข้ากันดีแล้ว นำเนื้อปลาโขลกเข้าไปด้วยกันอีก

- ต้มปลาร้ากรองเอาแต่น้ำ แล้วนำไปผสมน้ำพริกกับเนื้อปลาที่โขลกรวมกันไว้แล้ว จากนั้นจึงปรุงรสด้วยน้ำมะนาว น้ำปลา น้ำตาล ให้กลมกล่อม เปรี้ยว เค็ม เท่าๆ กัน และนำหวานเล็กน้อย หรือปรุงรสตามใจชอบ น้ำพริกปลาช่อนย่างรับประทานกับผักสด ผักต้ม ทั่วไป

น้ำพริกปลาช่อนย่างสูตร 2

เครื่องปรุง

ปลาช่อนขนาดกลาง	1	ตัว
พริกแห้ง	8 - 10	เม็ด
พริกขี้หนูแห้ง	6 - 10	เม็ด
หอมแดง	5	หัว
กระเทียม	3	หัว
น้ำปลาร้าต้ม	1 / 4	ถ้วย
น้ำตาล	1	ช้อนชา
น้ำปลา	1 - 2	ช้อนโต๊ะ
มะนาว	2	ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

1. ย่างปลาช่อน คั่วพริกแห้ง เผาหอม กระเทียม ห่อกะปิปิ้งให้หอม
2. โขลกพริก หอม กระเทียม ให้ละเอียด
3. แกะปลาเอาแต่เนื้อใส่ลงโขลกด้วย
4. ปรุงรสด้วย น้ำตาล น้ำปลา มะนาว เติมน้ำปลาร้าต้ม คนให้เข้ากัน ชิมรสตามชอบ
5. เสิร์ฟพร้อม ผักสด ผักราดกะทิ หรือ ผักทอด

น้ำพริกปลาช่อนแห้ง

เครื่องปรุง

ปลาช่อนแห้งปิ้งไฟแกะเอาแต่เนื้อ	1	ถ้วย
พริกแห้งเม็ดใหญ่แคะเม็ดออก	10	เม็ด
กระเทียมแกะเปลือกแล้ว	1	หัว
กะปิดีห่อใบตองเผาไฟ	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลาดี น้ำตาลปี๊บ น้ำส้มมะขามเปียก น้ำมันพืช	ตามสมควร	

วิธีปรุง

นำพริกแห้ง กระเทียม กะปิดีเผาลงโขลกในครกให้ละเอียด ใส่เนื้อปลาช่อนแห้งโขลกต่อผสมน้ำมะนาวน้ำส้มมะขามเปียก น้ำตาลปี๊บ น้ำปลาดี คลุกเคล้าให้เข้าด้วยกัน นำกะทะตั้งไฟ ใส่น้ำมันพืชเล็กน้อย พอกระทะร้อน นำเครื่องที่โขลกไว้ลงผัด ผัดจนน้ำพริกแห้งเป็นลักษณะร่วนๆ ชิมรสตามต้องการ เสร็จตักใส่ถ้วย รับประทานคลุกข้าวสวยร้อนๆ หรือรับประทานกับผักสด หรือผักลวกก็ได้

น้ำพริกปลาดุกฟู สูตร 1

เครื่องปรุง

ปลาดุกย่างหรือนึ่งเอาแต่เนื้อทอดจนฟูหรือปลาผงรมควันสำเร็จ	500	กรัม
พริกแห้งเม็ดใหญ่	70-80	กรัม
หอมแดง	100-120	กรัม
กระเทียมเป็นหัว	60-70	กรัม
ข่าหั่นแว่นละเอียด	3	ช้อนโต๊ะ
มะขามเปียกสับซอยละเอียด	60-70	กรัม
เกลือป่น	2-4	ช้อนโต๊ะ

วิธีปรุง

- คั่วพริกพอหอมอย่าให้ไหม้ จากนั้นเผาหอม กระเทียมจนสุกแกะเปลือก

- คั่วข่าหั่นซอยจนหอม แล้วนำพริก หอม กระเทียมมาโขลกเข้าด้วยกันพอละเอียด ใส่เกลือ มะขามสับ โขลกต่อไปอีก จากนั้นใส่ปลาดุกฟู ใช้สากคนเคล้าให้เข้ากับน้ำพริก ถ้ารสเปรี้ยวหรือเค็มเกินไปจะแต่งให้กลมกลืนด้วยน้ำตาลทรายเล็กน้อยก็ได้ น้ำพริกปลาดุกฟูรับประทานกับผักสด เช่น ผักกาดขาว แตงกวา กะหล่ำปลี ถั่วฝักยาว ถั่วพู

น้ำพริกปลาดุกฟูสูตร 2

เครื่องปรุง

ปลาดุกนึ่งแล้วยีเอาแต่เนื้อทอดให้ฟู	1	ถ้วย
พริกแห้งเม็ดใหญ่	10	เม็ด
หอมแดง	10	หัว
กระเทียม	5	หัว
ข่าหั่นละเอียดคั่ว	1	ช้อนโต๊ะ
มะขามเปียกใหม่ ๆ สับละเอียด	1 / 4	ถ้วย
เกลือ	1	ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

1. ล้างพริกให้สะอาดปล่อยให้สะเด็ดน้ำ เผาพริกให้กรอบให้สีออกแดง อย่าให้ดำจะขม
2. หอม กระเทียม ปอกเปลือก เผาให้หอม
3. โขลกพริก หอม กระเทียม และข่า ให้ละเอียด
4. ใส่เกลือ และส้มมะขามเปียกที่สับละเอียดแล้ว โขลกให้เข้ากัน ใส่เนื้อปลาดุกฟู เคล้าจนเข้ากัน
5. รับประทานกับผักสด

น้ำพริกปลาดุกฟูแมงดาสูตร 1

เครื่องปรุง

ปลาดุกย่างหรือนึ่งเอาแต่เนื้อทอดจนฟูหรือปลาผงรมควันสำเร็จ	500	กรัม
พริกชี้ฟ้าเขียว แดง	100-120	กรัม
หอมแดง	80-100	กรัม
กระเทียมเป็นหัว	60-70	กรัม
น้ำมะนาว	6-8	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลา	4-6	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลทราย	1-2	ช้อนโต๊ะ
แมงดา	3-4	ตัว

วิธีปรุง

- นำแมงดาเด็ดปีก เด็ดตา แล้วฉีกเป็นชิ้นเล็กๆ ถ้าไม่มีใช้กลิ่นแมงดาเติมแทนได้ เสร็จแล้วพักไว้

- เผาหอมแดง กระเทียม พริกชี้ฟ้าจนสุกแล้วลอกเปลือก จากนั้นนำมาโขลกเข้าด้วยกันพอละเอียดใส่แมงดาและปลาดุกฟู โขลกเบาๆ จนเนื้อน้ำพริกเข้ากับปลาดุกฟู ปรุงรสด้วยน้ำมะนาว น้ำปลา น้ำตาลทราย ให้รสทั้งหมดกลมกลืน โดยหวานตามคลอๆ น้ำพริกปลาดุกฟูใส่แมงดานี้ จะออกกลิ่นหอมของแมงดา รับประทานกับผักสด ผักต้ม เคียงด้วยปลาทอด หมูทอด

น้ำพริกปลาดุกฟูแมงดาสูตร 2

เครื่องปรุง

ปลาดุกฟู (เฉพาะเนื้อ)	1 / 2 ถ้วย
พริกชี้ฟ้าแดง เขียว	10 เม็ด
หอมแดง	7 หัว
กระเทียม	4 หัว
ระกำซอย	2 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาล	1 / 2 ช้อนชา
น้ำปลา	2 - 3 ช้อนโต๊ะ
แมงดาหอม	1 - 2 ตัว

วิธีทำ

1. เผาพริก หอม กระเทียม ปอกเปลือก หอม กระเทียม เตรียมไว้

2. โขลกพริก หอม กระเทียม ใส่เนื้อปลาดุกฟู แมงดา (แกะตาเด็ดปีก ฉีกเป็นชิ้นๆ) โขลกรวมกัน ปรุงรสด้วย น้ำตาล น้ำปลา ระกำ (หรือจะใช้มะนาวแทน หรือทั้ง 2 อย่างก็ได้ป ชิมรสตามชอบ

3. เสิร์ฟพร้อมผักสด ผักต้ม แนมด้วยหมูทอด

น้ำพริกปลาต้ม

เครื่องปรุง

เนื้อปลาทำความสะอาดหั่นเป็นชิ้นพอเหมาะ(จะใช้ปลาดุก ปลาช่อน ปลาทู ได้ทั้งนั้น)	500	กรัม
พริกชี้ฟ้า เขียว แดง	100	กรัม
หอมแดง	100	กรัม
กระเทียมเป็นหัว	60	กรัม
ปลาร้าอย่างดี	60	กรัม
น้ำมะนาว	5-6	กรัม
เกลือปรุงทิพย์	1-2	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาล	2-3	ช้อนโต๊ะ
ต้นหอม ผักชีซอย	3-4	ช้อนโต๊ะ

วิธีปรุง

- นำปลาที่ทำความสะอาดหั่นเป็นท่อนต้มพร้อมกับปลาร้าจนสุกแกะเนื้อปลาออก ส่วนน้ำต้มปลา น้ำปลาร้ากรองเอาแต่น้ำ

- เผาพริกชี้ฟ้า หอมแดง กระเทียมพอสุกหอม แกะและลอกเปลือกออก นำไปโขลกเข้าด้วยกันพอละเอียด ใส่เนื้อปลาค่อยๆ โขลกต่อไปจนเข้ากัน ใส่น้ำปลาร้ากับน้ำต้มปลา ค่อยๆ ใส่ ดูอย่ามากเกินไป ปรุงรสด้วยเกลือ (ต้องคอยชิมอย่าให้เค็มเกินไป) น้ำมะนาว น้ำตาล ให้เค็มเปรี้ยวเท่าๆ กัน หวานมีไว้กันไม่ให้รสแหลมเกินไป จากนั้นโรยหอม ผักชีซอย รับประทานกับผักสด ผักต้ม เหมือนกับน้ำพริกปลาร้า

น้ำพริกปลาทู

เครื่องปรุง

ปลาทูสด ล้างควักไส้ออกไปย่างไฟให้สุกกรอบ	500	กรัม
หอมแดง	100	กรัม
กระเทียมเป็นหัว	60	กรัม
พริกชี้ฟ้าเขียว แดง	100	กรัม
น้ำมะนาว	5-6	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลา	3-4	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาล	2-3	ช้อนโต๊ะ

วิธีปรุง

แกะเนื้อปลาทูที่ย่างไฟพักไว้ จากนั้นเผาหอม กระเทียม พริกชี้ฟ้า พอสุกแกะเปลือก แล้วนำไปโขลกเข้าด้วยกัน พอเริ่มละเอียดใส่เนื้อปลาทู แล้วค่อยโขลกต่อจนเนื้อปลากับน้ำพริกเข้ากัน เสร็จแล้วปรุงรสด้วยน้ำมะนาว น้ำปลา น้ำตาลให้กลมกล่อม เปรี้ยวเค็มเท่าๆ กัน จะให้เปรี้ยวเหลื่อมนิดหน่อย ส่วนหวานตามห่างๆ รับประทานกับผักดอง ผักสด ผักต้ม บางรายเคียงกับเนื้อปลาทูทอดอีกทีก็ไปได้ดี น้ำพริกปลาทูนี้ใช้ได้ทั้งปลาทูย่างและปลาทูทอด

น้ำพริกปลาทูเค็ม

เครื่องปรุง

ปลาทูเค็มแกะเอาแต่เนื้อ	2	ตัว
พริกขี้หนูสวนหั่นละเอียด	15	เม็ด
หอมแดงซอย	5	หัว
น้ำปลาดี	2	ช้อนชา
น้ำมะนาว	1	ผล

วิธีปรุง

นำเนื้อปลาทูเค็มปิ้งไฟแล้วนำมาบี้ให้ละเอียด เติมน้ำปลาดี น้ำมะนาว หอมแดงซอย ใส่พริกขี้หนูสวน คลุกเคล้าให้เข้ากันดี ชิมรสตามชอบ รับประทานกับผักสดหรือผักนึ่ง เช่น มะเขือเปราะ ผักกระเฉด มะเขือยาว ผักกาดขาว ยอดกระถิน แตงกวา ขมิ้นขาว ขิงอ่อน สายบัว ดอกโสน ดอกแค

น้ำพริกปลาทูทอด

เครื่องปรุง

ปลาทูทอด	2 ตัว
หอมเผา	5 - 7 หัว
กระเทียมเผา	2 หัว
พริกขี้ฟ้าเขียว แดง เหลือง เผา	6 - 8 เม็ด
น้ำปลา	2 - 3 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาล	1 ช้อนชา
น้ำมะนาว	2 - 3 ช้อนโต๊ะ
น้ำสุก	2 - 3 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

1. โขลกพริกขี้ฟ้า หอม กระเทียม (ถ้าชอบเผ็ดให้เผาพริกขี้หนูเพิ่ม แล้วโขลกพร้อมกัน)

2. ปลาทูแกะเอาแต่เนื้อ ใส่ลงโขลกกับเครื่องน้ำพริก ปรุงรสด้วย น้ำตาล น้ำมะนาว น้ำปลา และน้ำต้มสุก ชิมรสดู ถ้าปลาทูเค็มอาจใช้น้ำปลาน้อย

3. รับประทานกับ ผักสด ผักต้ม หรือ ผักดอง เช่น ผักเสี้ยน ถั่วงอก หรือ ต้นหอม

น้ำพริกปลาป่นสูตร 1

เครื่องปรุง

นำปลาย่าง เช่น ปลากด หรือปลาแขยงย่างพอกรอบหรือปลาผงสำเร็จ	500	กรัม
หอมแดงเผา	150	กรัม
กระเทียมเป็นหัวเผา	80	กรัม
พริกขี้ฟ้าแห้งคั่วไฟพอหอม	80	กรัม
พริกขี้หนูแห้งคั่วไฟพอหอม	30	กรัม
น้ำปลา	4-5	ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	5-6	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลทราย	2-3	ช้อนโต๊ะ
เกลือป่น	1	ช้อนโต๊ะ

วิธีปรุง

นำปลาย่างย่างไฟพอเหลืองหอม แกะเอาแต่เนื้อแล้วโขลกพอละเอียด เผาหอม กระเทียมพอสุกแกะเปลือก นำไปโขลกกับพริกแห้งทั้งพริกขี้หนู พริกขี้ฟ้าจนเข้ากันดี แล้วใส่เนื้อปลาป่นโขลกต่อไปอีกจนเข้ากันดี จากนั้นปรุงรสด้วยน้ำมะนาว น้ำปลา เกลือเล็กน้อย น้ำตาลให้กลมกล่อม โดยรสเปรี้ยว เค็มชิดๆ กัน หวานตามคลอๆ กรณีถ้าจะให้เก็บไว้ได้นาน ยังไม่ควรปรับปรุงรสเว้นแต่ใส่เกลือ เก็บใส่ตู้เย็นในช่องปกติ เวลารับประทานค่อยปรุงรสด้วยน้ำมะนาว น้ำปลา น้ำตาลทีหลัง ปกติจะรับประทานกับผักสด เช่น มะเขือ ผักกาดขาว กะหล่ำปลี ถั่วฝักยาว

น้ำพริกปลาป่นสูตร 2

เครื่องปรุง

ปลาสลาดแห้งขนาดกลาง	1	ตัว
หอมแดงเผา	8	หัว
พริกขี้หนูแห้งเผา	10	เม็ด
พริกแห้งเผา	8	เม็ด
กระเทียมกลีบใหญ่เผา	5 - 6	หัว
น้ำปลา	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาล	1	ช้อนชา
น้ำมะนาว	2 - 3	ช้อนโต๊ะ
เกลือ	1	ช้อนชา

วิธีทำ

1. นำปลาสลาดไปย่างไฟอ่อนจนกรอบ แกะเอาแต่เนื้อโขลกให้ละเอียด
2. โขลกพริกแห้งเผาให้ละเอียด แล้งจึงใส่หอม กระเทียมโขลกต่อจนละเอียด
3. ใส่ปลาคลุกเคล้ากันให้ทั่ว แล้วจึงปรุงรสด้วย น้ำปลา น้ำตาล เกลือ
4. รับประทานกับผักสดเช่น ถั่วฝักยาว มะเขือ ฯลฯ

หมายเหตุ น้ำพริกปลาป่นเก็บไว้ได้นาน ถ้าจะทำเผื่อเก็บไว้รับประทานได้นานๆ ให้คั่วส่วนที่เหลือให้แห้งลงอีก ไม่ต้องใส่มะนาว เก็บใส่ภาชนะที่สะอาดไว้ในตู้เย็น รับประทานได้นาน

น้ำพริกปลาย่างสูตร 1

เครื่องปรุง

ปลาย่างจะใช้ปลากดหรือปลาช่อนก็ได้เพราะเนื้อมากดีหรือปลาผงรมควันสำเร็จ	500	กรัม
พริกชี้ฟ้าแห้งล้างสะอาดผึ่งลมให้แห้ง	100	กรัม
หอมแดง	150	กรัม
กระเทียมเป็นหัว	80	กรัม
มะขามเปียกแกะเม็ดออกสับละเอียด	100	กรัม
เกลือป่น	3-4	ช้อนโต๊ะ

วิธีปรุง

- นำปลาย่างแกะเอาแต่เนื้อ นำไปทอดออกกลิ่นหอมแล้วพักไว้ จากนั้นคั่วพริกแห้งพอออกกลิ่นหอม เสร็จแล้วเผาหอม กระเทียมสุก แกะเปลือกออก

- จากนั้นโขลกพริก หอม กระเทียมเข้าด้วยกัน ใส่มะขามเปียกสับ ใส่เกลือโขลกให้เข้ากัน เสร็จแล้วใส่ปลาย่างโขลกอีกครั้งจนเนื้อน้ำพริกเข้ากับเนื้อปลาย่าง รับประทานกับผักสด ผักต้ม ไข่เจียวหรือนำไปคลุกกับไข่ต้ม

น้ำพริกปลาย่างสูตร 2

เครื่องปรุง

มะขามเปียกสับซอยละเอียด	100	กรัม
กะปิใส่ใบตองเผาพอหอม	30	กรัม
พริกแห้งแกะเม็ดออกแช่น้ำ	70	กรัม
ผึ่งลมจนแห้งซอยหยาบ		
กระเทียม	50	กรัม
ปลาย่างใช้ปลากดเนื้อจะมากกว่า	500	กรัม
ลนไฟพอออกกลิ่นหอม		
น้ำปลา	4-6	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลปีบ	2-3	ช้อนโต๊ะ

วิธีปรุง

- แกะเนื้อปลาย่าง เพื่อไปโขลกรวมกับพริก กระเทียม กะปิ เมื่อเข้ากันดีแล้ว ใส่มะขามเปียกสับโขลกอีกครั้ง ปรุงรสด้วย น้ำปลา น้ำตาล ชิมดูให้กลมกล่อม รสเค็มกับเปรี้ยวจากมะขามควรเท่าๆ กัน หวานควรตัดรสไม่ให้แหลมมากเกินไป น้ำพริกปลาย่างมะขามเปียกนี้ รับประทานกับผักสด ผักต้ม กุ้งเผา ปลาดุกย่างเข้าพอดี หรือจะนำไปคลุกข้าวร้อนๆ ก็ไม่เลว

น้ำพริกปลาช่อนมะขามเปียกสูตร 1

เครื่องปรุง

ปลาช่อนย่างแกะเอาแต่เนื้อ	1	ถ้วย
พริกแห้ง	15	เม็ด
หอมแดง	10	หัว
กระเทียม	5	หัว
เกลือ	2	ช้อนโต๊ะ
เนื้อมะขามเปียกสับละเอียด	2	ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

1. ทอดเนื้อปลาช่อนให้หอมแล้วโขลกให้ละเอียด

2. เผา พริกแห้ง หอม กระเทียม แกะเปลือก หอม กระเทียม

3. โขลกพริกแห้ง หอม กระเทียม เข้าด้วยกันใส่เกลือ ใส่มะขามเปียก โขลกละเอียด หรือจะใช้เครื่องบดก็ได้

4. ใส่ปลาย่างโขลกให้เข้ากัน ชิมรสดูพอดี เก็บใส่ขวดปิดฝา ใช้คลุกข้าวรับประทาน หรือรับประทานกับผักสด ผักต้ม และไข่เจียว

น้ำพริกปลาย่างมะขามเปียกสูตร 2

เครื่องปรุง

ปลาย่างค่อนข้างแห้งแกะเอาแต่เนื้อ	3 - 4 ช้อนโต๊ะ
กะปิ	1 ช้อนชา
พริกแห้งแกะเมล็ดออกแช่น้ำ	4 - 5 เม็ด
กระเทียม	2 หัว
น้ำปลา	2 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลปีบ	1 ช้อนโต๊ะ
ส้มมะขามเปียก	1 ถ้วย

วิธีทำ

1. โขลกพริกแห้งให้ละเอียด ใส่ กระเทียม ปลาย่าง กะปิ โขลกต่อจนละเอียด

2. ส้มมะขามเปียกสับละเอียด ใส่ลงไปคลุกกับเครื่องน้ำพริกที่โขลกไว้แล้ว ปรุงด้วย น้ำตาล น้ำปลา ชิมรส เปรี้ยว หวาน เผ็ดเล็กน้อย

3. รับประทานกับ ผักสด ผักต้ม กุ้งเผา หรือจะใช้เป็นน้ำพริกคลุกข้าวก็อร่อยดี

น้ำพริกปลายี่สน

เครื่องปรุง

ปลายี่สนแกะเอาแต่เนื้อ	5	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลาดี	3	ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	1	ผล
หอมแดงซอย	2	ช้อนโต๊ะ
พริกขี้หนูสวนซอย	15	เม็ด
พริกขี้หนูแห้งคั่วป่น	1	ช้อนชา

วิธีปรุง

นำปลายี่สนโขลกในครกพอหยาบๆ ไม่ต้องละเอียด ตักขึ้นใส่จาน ผสมเครื่องปรุงทั้งหมด คลุกเคล้าให้เข้ากัน ชิมรสตามต้องการถ้าชอบรสจัดก็เติมเครื่องอีกตามต้องการ รับประทานกับผักสดหรือผักลวก หรือจะรับประทานกับข้าวสวยร้อนๆ ก็ได้

น้ำพริกปลาร้าสูตร 1

เครื่องปรุง

ปลาดุกอุย น้ำหนัก 200 กรัม	1	ตัว
พริกขี้หนูเผา	10	เม็ด
หอมแดงเผา	5	หัว
กระเทียมเผา	1	หัว
น้ำปลาร้า	1	ถ้วย
น้ำมะนาว	3	ช้อนโต๊ะ

ผักดอง เช่น ผักหนาม ผักกุ่ม ผักเสี้ยนดอง ผักสด เช่น ผักแว่น ใบบัวบก ผักบุ้งท้องนา มะแว้ง มะเขือพวง มะเขือเปราะ ผักติ้ว ยอดสะเดา

วิธีทำ

1. ต้มน้ำปลาร้าให้เดือด

2. ขูดเมือกปลาดุก ผ่าท้อง ควักดีออก ล้างให้สะอาด ใส่ลงหม้อต้มกับน้ำปลาร้า ต้มจนปลาสุก ยกลง แกะเอาแต่เนื้อ

3. โขลกหอม กระเทียม พริก รวมกัน ใส่เนื้อปลา โขลกเข้าด้วยกัน เติมน้ำปลาร้า 3 ช้อนโต๊ะ

4. ปรุงรสด้วยน้ำมะนาว กินกับผักดองและผักสด

น้ำพริกปลาร้าสูตร 2

เครื่องปรุง

ปลาร้าต้มกรองเอาแต่น้ำ	3	ช้อนโต๊ะ
ปลาทูย่างแกะเอาแต่เนื้อ	2	ตัว
พริกชี้ฟ้าเขียวแดง	5	เม็ด
กระเทียมแกะเปลือก	1	หัว
หอมแดง	5	ลูก
น้ำปลาดี	2	ช้อนชา
ข่า	2	แว่น

วิธีปรุง

เผาหอมแดง กระเทียม ข่า พริกชี้ฟ้า แล้วนำมาใส่ครก โขลกพอหยาบๆ ใส่เนื้อปลาทูที่เตรียมไว้ โขลกหยาบๆ อีกครั้ง ตักใส่ถ้วย นำน้ำปลาร้าที่เตรียมไว้มาผสม ปรุงรสด้วยน้ำมะนาว น้ำปลาดี คลุกเคล้าให้เข้ากันชิมรสตามต้องการ รับประทานกับผักสดหรือดิบ เช่น มะเขือ ผักบุ้ง แตงกวา ยอดแคลวก ชะอม ยอดกระถิน ยอดมะม่วง

น้ำพริกปลาร้าทรงเครื่อง

เครื่องปรุง

ปลาร้าอย่างดี	200	กรัม
ปลาช่อนหรือปลาทูสดล้างทำความสะอาด	500	กรัม
หอมแดง	100	กรัม
กระเทียมเป็นหัว	60	กรัม
พริกขี้หนูสวน	20	กรัม
พริกชี้ฟ้าเขียว แดง	100	กรัม
น้ำมะนาว	5-6	ช้อนโต๊ะ
ผักชีเด็ดใบ	2-3	ต้น

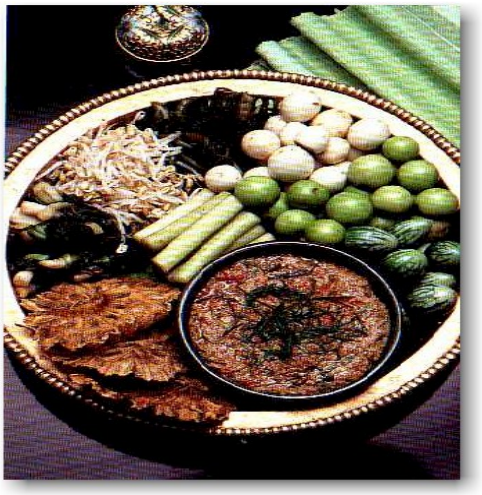
วิธีปรุง

- นำปลาช่อนหรือปลาทูสดที่ทำความสะอาดแล้วนำไปต้มจนสุก แกะเอาแต่เนื้อพักไว้ บางรายนำไปย่างจนสุกจะได้รสหอมแบบปลาย่าง

- ต้มปลาร้าจนสุก กรองเอาแต่น้ำ จากนั้นเผาหอม กระเทียม ส่วนพริกจะคั่วไม่ต้องใส่น้ำมันพอให้สุก

- นำหอมเผา กระเทียม พริกขี้หนู โขลกเข้าด้วยกัน แล้วใส่เนื้อปลาต้ม ตามด้วยน้ำปลาร้าพอประมาณ ระวังอย่าให้ใสเกินไป แล้วปรุงรสด้วยน้ำมะนาวให้กลมกล่อมกับรสเค็มของน้ำปลาร้า จากนั้นโรยด้วยผักชีเด็ดใบ รับประทานกับผักสด ผักต้ม เช่น แตงกวา มะเขือเปราะ ถั่วฝักยาว ผักกาดขาว ยอดกระถิน ผักแว่น ผักพังพวย เป็นต้น

น้ำพริกปลาร้าสับ



เครื่องปรุง

ปลาร้าเอาแต่เนื้อ	1 / 2 ถ้วย
ตะไคร้หั่นฝอย	2 ช้อนโต๊ะ
ใบมะกรูดหั่นฝอย	2 ช้อนโต๊ะ
หอมแดงหั่นฝอย	3 - 4 ช้อนโต๊ะ
กระเทียมหั่นฝอย	3 - 4 ช้อนโต๊ะ
พริกขี้หนูหั่น	1 - 2 ช้อนโต๊ะ
พริกชี้ฟ้าแดงหั่น	1 - 2 ช้อนโต๊ะ
ไข่	1 - 2 ฟอง
มะนาว	1 - 2 ลูก
น้ำมันพืช	1 - 2 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

1. สับปลาร้าให้ละเอียด

2. เคล้าปลาร้ากับ ตะไคร้ ใบมะกรูด หอมแดง กระเทียม พริกขี้หนู พริกชี้ฟ้า ไข่ เคล้าจนเข้ากันดีพักไว้

3. ตั้งกระทะใช้ไฟอ่อน ใส่น้ำมันนำเครื่องน้ำพริกลงผัด พอสุกปรุงรสด้วยมะนาว ชิมตามชอบ

4. รับประทานกับผักสด ผักดอง แนมด้วยปลาแผ่นทอด

น้ำพริกปลาสลาดปิ่น

เครื่องปรุง

ปลาสลาดแห้งย่างโขลกให้ละเอียด	1 ถ้วย
พริกแห้งคั่ว	200 กรัม
กระเทียมคั่วซอย	1 / 2 ถ้วย
เกลือ	1 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาล	1 ช้อนโต๊ะ
กะปิเผา	1 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

โขลก ปลาสลาด พริกแห้ง กระเทียม เกลือ น้ำตาล กะปิเผา เข้าด้วยกัน รับประทานกับผักสด หมุทอดกระเทียมพริกไทย

น้ำพริกปลาสลิดสูตร 1

เครื่องปรุง

พริกขี้หนูสวน	40-50	กรัม
กระเทียมแกะเปลือก	50	กรัม
กะปิใส่ใบตองเผาพอหอม	70	กรัม
ปลาสลิดย่างไฟหอมเอาแต่เนื้อ	500	กรัม
น้ำตาลปีบ	2-3	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลา	2-3	ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	5-6	ช้อนโต๊ะ

วิธีปรุง

- นำปลาสลิดย่างไฟจะใช้ปลาสลิดก็ได้ ย่างแบบรมควันจะได้กลิ่นหอมหรือจะใช้ปลาสลิดเค็มก็ได้ แต่อย่าให้เค็มมาก ถ้าเป็นปลาแดดเดียวหรือสองแดดก็ได้ ย่างพอสุกออกจะแห้งเล็กน้อย แกะเอาแต่เนื้อโขลกจนเกือบป่น พักไว้

- โขลกกะปิที่เผาไฟพร้อมกับพริกขี้หนู กระเทียม พอเริ่มเข้ากัน นำเนื้อปลาใส่ แล้วโขลกต่อจนเข้ากัน ปรุงรสด้วยน้ำมะนาว น้ำปลา น้ำตาล กรณีเป็นปลาสลิดเค็มให้ใส่น้ำปลาน้อยหน่อย ชิมดูให้กลมกล่อม ให้เปรี้ยวเค็มเท่าๆ กัน หวานตามคลอๆ น้ำพริกปลาสลิดรับประทานกับผักสด ผักต้ม

น้ำพริกปลาสลิดสูตร 2

เครื่องปรุง

ปลาสลิดย่างแกะเอาแต่เนื้อ	1 / 2 ถ้วย
พริกขี้หนูสด	1 ช้อนโต๊ะ
กระเทียม	10 กลีบ
กะปิ	1 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลปีบ	1 ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	1 / 4 ถ้วย
น้ำปลา	1 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

1. ปลาสลิดย่างพอสุก อย่าให้แห้งมาก โขลกเนื้อปลาให้ละเอียด
2. โขลกกะปิ กระเทียม พริกขี้หนูสด และปลาสลิด เข้าด้วยกัน
3. ใส่น้ำตาลปีบ น้ำปลา และน้ำมะนาว โขลกให้ทั่วๆ
4. รับประทานกับผักสด

น้ำพริกมะม่วงเบา

เครื่องปรุง

มะม่วงเบา	4 ลูก
กุ้งแห้ง	1 ช้อนโต๊ะ
เกลือป่น	1 ช้อนโต๊ะ
กะปิ	1 ช้อนโต๊ะ
พริกขี้หนูสด	20 เม็ด
หอมแดง	2 หัว
กะปิ น้ำตาลทราย อย่างละ	2 ช้อนชา

วิธีทำ

1. ล้างมะม่วงให้สะอาด ปอกเปลือก แล้วสับเป็นชิ้น ๆ (เหมือนสับมะละกอ) ใส่เกลือป่น คั้นมะม่วงให้น้ำเปรี้ยวออก ล้างเกลือออกใส่กระชอนให้สะเด็ดน้ำ

2. โขลกพริกขี้หนูพอแตก ใส่กะปิ หอมแดง น้ำตาล โขลกให้เข้ากัน ไม่ต้องละเอียด

3. ใส่กุ้งแห้ง มะม่วง ใช้ช้อนเคล้ากันจนเข้ากันดี

4. รับประทานกับผักสด

น้ำพริกปลาหมึกแห้ง

เครื่องปรุง

ปลาหมึกแห้งย่างให้สุก	1	ตัว
กุ้งชีแฮเผา	5	ตัว
พริกขี้หนูสวน	15	เม็ด
กระเทียมแกะเปลือกแล้ว	10	กลีบ
กะปิดีห่อใบตองเผาไฟ	1	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลาดี น้ำตาลปี๊บ น้ำมะนาว ตามสมควร		

วิธีปรุง

นำปลาหมึกมาฉีกเป็นเส้นฝอย นำกุ้งแกะเปลือก โขลกกับกระเทียม กะปิดีเผา พริกขี้หนูเด็ดก้านให้ละเอียดดีปรุงรสด้วยน้ำปลาดี น้ำตาลปี๊บ น้ำมะนาว คลุกเคล้าให้ทั่ว ชิมรสตามต้องการ ใส่ปลาหมึกเคล้ากับน้ำพริก ปรุงรสเพิ่มตามต้องการ เสร็จตักใส่ถ้วย รับประทานกับผักสด

น้ำพริกปลาอินทรี

เครื่องปรุง

เนื้อปลาอินทรีเต็มปิ้งไฟแกะแล้ว	1	ถ้วย
พริกแห้งเม็ดใหญ่แคะเม็ดออกแช่น้ำ	10	เม็ด
กระเทียมแกะเปลือกแล้ว	1	หัว
กะปิดีห่อใบตองเผาไฟ	1	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลาดี น้ำตาลปี๊บ น้ำส้มมะขามเปียก		
น้ำมันพืช ตามสมควร		

วิธีปรุง

โขลกพริกแห้งกับกะปิดี กระเทียม เนื้อปลาอินทรี คลุกเคล้าจนทั่ว ปรุงรสด้วยน้ำส้มมะขามเปียก น้ำตาลปี๊บ น้ำปลาดี ชิมรสตามต้องการ ตักใส่ถ้วย นำกะทะตั้งไฟ ใส่น้ำมันพืชเล็กน้อย พอร้อนนำเครื่องที่โขลกลงผัดคลุกเคล้าให้หอม จนค่อยๆ แห้งร่วนๆ เสร็จตักใส่ถ้วย รับประทานกับผักสด

น้ำพริกปักษ์ใต้สูตร 1

เครื่องปรุง

กุ้งนางหรือกุ้งทะเล	500	กรัม
หอมแดงซอยละเอียด	100-120	กรัม
พริกขี้หนูสวนคั่ว	70-80	กรัม
กะปิใส่ใบตองเผาพอหอม	60-80	กรัม
เกลือป่น	2-4	ช้อนโต๊ะ

วิธีปรุง

o นำกุ้งไปเผาไฟพอหอม แกะเปลือกเอาแต่เนื้อ ผ่าหลังเอาเส้นดำออก ซอยเป็นชิ้นขนาดปลายนิ้วก้อย

o โขลกพริกขี้หนู กะปิ หอมซอยเข้าด้วยกันจนละเอียดพอประมาณ จากนั้นใส่เนื้อกุ้งโขลกเบาๆ ให้เนื้อกุ้งเข้ากับน้ำพริก ใส่เกลือคลุกให้เนื้อน้ำพริก เนื้อกุ้งและเกลือเข้ากันอย่างสนิท ชิมดูอย่าให้เค็มมาก น้ำพริกปักษ์ใต้นี้รับประทานกับผักสด (ผักทางใต้) เคียงกับกุ้งเผาหรือต้ม เนื้อเค็มหรือหมูเค็มก็ได้ หากใครชอบรสเปรี้ยว เค็ม หวานก็นำไปปรุงด้ยน้ำมะนาว น้ำตาลก่อนรับประทานโดยปรุงรสตามใจชอบ

o เป็นอีกชนิดหนึ่งที่ทำขึ้นง่ายๆ คล้ายน้ำพริกภูเก็ต แต่ไม่ปรุงรสด้วยมะนาว ทั้งนี้ต้องการให้เก็บได้นาน ต่อเมื่อรับประทานแล้วจะปรุงแต่งด้วยมะนาว น้ำตาลก็ได้ แล้วแต่คนชอบ

น้ำพริกปักษ์ใต้สูตร 2

เครื่องปรุง

กุ้งเผาโขลก	1 / 2	ถ้วย
กะปิ	2	ช้อนโต๊ะ
เกลือ	1	ช้อนโต๊ะ
หอมแดง	10	หัว
พริกขี้หนูคั่วโขลก	2	ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

1. ห่อกะปิ เผาไฟให้หอม หอมแดงซอยให้ได้ 1 / 4 ถ้วย

2. นำกุ้งเผา กะปิเผา เกลือ หอมซอย โขลกให้เข้ากัน ใส่พริกขี้หนูลงโขลก เมื่อเครื่องน้ำพริกเข้ากันดีแล้ว ตักขึ้น

3. รับประทานกับผักสด ผักต้ม แนมด้วย กุ้งนึ่ง หรือเนื้อเค็มก็ได้

หมายเหตุ น้ำพริกปักษ์ใต้เป็น น้ำพริกแห้ง จึงสามารถเก็บใส่ขวดไว้รับประทานได้นาน

น้ำพริกป่าสูตร 1

เครื่องปรุง

ปลาช่อนสดหรือปลาดุกย่างไฟ		
หรือปลาผงรมควันสำเร็จ	500	กรัม
หอมแดง	100	กรัม
กระเทียมเป็นหัว	60-70	กรัม
พริกชี้ฟ้าเขียว แดง	100	กรัม
เกลือป่น	2-3	ช้อนโต๊ะ
ต้นหอม ผักชีซอยฝอย	4	ช้อนโต๊ะ
มะกอกป่า	4	ลูก

วิธีทำ

นำใบตองห่อตัวปลา ย่างจนสุกจะออกกลิ่นหอม แกะ เอาแต่เนื้อ จากนั้นนำหอม กระเทียม พริกเผาไฟพอสุก ใส่ครกโขลกพอละเอียด ใส่เนื้อปลาโขลกต่อจนเข้ากัน ปรุงรสด้วยเกลือและมะกอกป่า โดยปอกเปลือกสับซอยเนื้อบีบน้ำมะกอกใส่พร้อมกับเนื้อมะกอก ใส่ลงไปทีละหน่อยต้องคอยชิม เพื่อไม่ให้เปรี้ยวเกินไป ซึ่งรสเปรี้ยวจะต้องเข้ากับรสเค็มของเกลือพอดี ของเดิมแต่โบราณไม่ใส่น้ำตาลอาศัยรสหวานบ้างจากมะกอกป่า แต่สมัยใหม่พออนุโลมให้แต่งรสด้วยน้ำตาลเล็กน้อย น้ำพริกป่ารับประทานกับผักกาดขาว กะหล่ำปลี ถั่วฝักยาว แตงกวาจะสดหรือลวกก็ได้ หรือจะเคียงด้วยไข่เค็ม เนื้อทอดหรือหมูทอดก็ได้

น้ำพริกป่าคล้ายกับน้ำพริกปลาย่าง เพียงแต่มีรสเปรี้ยวจากมะกอกป่าที่สุกบีบทั้งน้ำและเนื้อ แทนรสเปรี้ยวจากมะขามเปียกจะมีกลิ่นของเนื้อมะกอกป่า บางรายใช้น้ำมะนาวแทนก็ได้ ในกรณีที่หามะกอกป่าไม่ได้

น้ำพริกป่าสูตร 2

เครื่องปรุง

ปลาช่อน	1 ตัว
หอมแดง	5 หัว
กระเทียม	3 หัว
พริกขี้ฟ้า	10 เม็ด
เกลือ	1 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

1. ทำความสะอาดปลาช่อน เอาไส้และเครื่องในออก ขอดเกล็ดปลาล้างให้สะอาด
2. นำปลาช่อนที่ทำความสะอาดแล้วย่างให้สุก แกะเอาแต่เนื้อปลาให้ได้เนื้อ 1 ถ้วย
3. หอม กระเทียม พริกขี้ฟ้า เผาให้สุก
4. โขลก หอม กระเทียม พริกขี้ฟ้าที่เผาแล้ว ใส่เนื้อปลา และเกลือ ลงโขลกให้เข้ากัน
5. ปรุงรสน้ำพริกด้วย มะกอกป่า โรยหน้าด้วยต้นหอม ผักชีหั่นฝอย
6. รับประทานกับผักสด หมูทอด และไข่เค็ม