

# ปลายอ

## เงินลงทุน



ประมาณ 1,800 บาท

## รายได้



ประมาณ 1,400 บาท/10 กิโลกรัม

## ส่วนผสม



- เนื้อปลา 10 กิโลกรัม
- แป้งมัน 8 กรัม
- พริกไทยป่น 4 ช้อนโต๊ะ
- ไข่ไก่ 10 ฟอง
- น้ำตาลทราย 2 ช้อนโต๊ะ
- มันหมูบดละเอียด 1 กิโลกรัม
- เกลือป่น 5 ช้อนโต๊ะ

## สถานที่จำหน่าย



ตลาดสดทั่วไป ร้านอาหาร  
แหล่งชุมชน



ปลายอ

## วัสดุ/อุปกรณ์



- ❖ ลังถึง
- ❖ เตาด่าน
- ❖ กะละมัง
- ❖ ไบตอง
- ❖ ดอกไม้ไฟ
- ❖ มีด
- ❖ เครื่องบด

## วิธีทำ



1. นำปลาสดแล้วเอาแต่เนื้อ ล้างน้ำให้สะอาด (ปลาสด 13 กิโลกรัม แล้วจะได้เนื้อปลาประมาณ 10 กิโลกรัม)
2. นำเนื้อปลาที่แล้วมาบดหรือสับเนื้อปลาจนละเอียด
3. นวดปลาที่บดละเอียดแล้วกับเกลือ โดยทยอยเติมเกลือทีละน้อย นานประมาณ 10-15 นาที
4. เมื่อเนื้อปลาเหนียวดีแล้ว เติมแป้งมัน พริกไทย ไข่ไก่ น้ำตาลทราย คลุกเคล้ากันให้ทั่ว แล้วใช้มือนวดไปเรื่อย ๆ จนเนื้อปลากับเครื่องปรุงผสมกันได้ดีแล้ว เติมมันหมูบดผสมให้เข้ากันอีกครั้งหนึ่ง นวดต่อไปจนเนื้อปลามีความเหนียว
5. นำไบตองสดตัดตามขนาดที่ต้องการนำมาห่อเนื้อปลา ห่อแบบหุ้มยอมัดให้แน่นด้วยดอกไม้ไฟ ที่สำคัญไบตองที่ใช้ห่อต้องไม่ให้หนาจนเกินไป เพราะจะทำให้เนื้อปลาสุกไม่ทั่วถึง
6. นำเนื้อปลาที่ห่อเสร็จแล้วใส่ลังถึง นำไปนึ่งด้วยเตาด่าน ใช้เวลานานประมาณ 15-20 นาที สุกแล้วพร้อมนำไปจำหน่ายได้

## ข้อแนะนำ



ปลาที่นำมาใช้ต้องเป็นปลาที่สด และควรเลือกใช้ปลานวลจันทร์ ปลานิล ปลายี่สก ปลากราย หากจะใช้ปลาทะเล ควรใช้ปลาทรายแดง ปลาอินทรี เพราะจะได้เนื้อปลาที่เหนียวนุ่ม

