

น้ำพริกปลาหยอง



เงินลงทุน



ประมาณ 2,000 บาท

รายได้



ประมาณ 500 - 600บาท/5 กิโลกรัม

ส่วนผสม



- ปลาทราย 10 กิโลกรัม
- มะขามเปียก 300 กรัม
- พริกชี้หนูแห้ง 500 กรัม
- กระเทียมปอกเปลือก 0.5-1 กิโลกรัม
- น้ำตาลทราย 800 กรัม
- หัวหอมปอกเปลือก 0.5-1 กิโลกรัม
- เกลือป่น 1 ถูกลึก
- ซอสปรุงรส ¾ ขวด
- ซีอิ๊วดำ
- น้ำมันพืช

สถานที่จำหน่าย



ตลาดทั่วไป ร้านขายของชำ มินิมาร์ท

ข้อแนะนำ



1. ปลาที่จะนำมาทำปลาหยองควรเลือกซื้อปลาทรายขาวสด ๆ เท่านั้น จะทำให้เนื้อปลา มีสีสวยและได้รสชาติที่ดี หากใช้ปลาชนิดอื่นทำปลาหยองแล้ว จะมีสีคล้ำไม่น่ารับประทาน
2. การผัดเนื้อปลาในขั้นตอนที่ 3 สามารถแบ่งเนื้อปลามาผัดเป็นส่วนๆก็ได้ เพื่อไม่ให้เนื้อปลาเป็นก้อน และไม่ไหม้ติดกระทะ
3. ส่วนผสมทั้งหมดหากทำปริมาณน้อยสามารถปรับลดได้ตามความต้องการ

วัสดุ/อุปกรณ์

- ❖ กระทะ
- ❖ ตะหลิว
- ❖ เตา
- ❖ กระจุกบรรจุ



- ❖ กะละมัง
- ❖ ครก
- ❖ ลังถึง

วิธีทำ



1. นำปลาทรายมาทอดเกล็ด ตัดหัวควักไส้ออก ล้างน้ำให้สะอาด นำมาทิ้งในลังถึง 20 นาที จนสุก แล้วแกะเอาแต่เนื้อขาว ๆ (ปลาสด 10 กิโลกรัม นึ่งแล้วจะได้เนื้อปลา 4 กิโลกรัม) ยีเนื้อปลาที่แกะไว้ด้วยมือให้ละเอียด แล้วพักไว้
2. นำซอสปรุงรส น้ำตาลทราย 400 กรัม เกลือป่น และซีอิ๊วดำเล็กน้อย ผสมให้ละลายเข้ากัน แล้วเทผสมลงในเนื้อปลาที่ยีไว้ คลุกเคล้าให้เข้ากันจนมีสีเข้มสวย
3. นำกระทะวางบนเตาถ่านใช้ไฟอ่อนๆ ไม่ต้องรอให้กระทะร้อน ไม่ต้องใส่น้ำมัน ใส่น้ำปลาลงในกระทะแล้วผัดสลับกับการยี ใช้เวลาประมาณ 1-2 ชั่วโมง เนื้อปลา จะแห้งมีลักษณะเป็นฝอยๆ เหมือนหมูหยอง
4. นำพริกชี้หนูแห้ง พริกชี้ฟ้าแห้ง ไปคั่วจนเหลืองกรอบ แล้วนำมาโขลกให้ละเอียด
5. นำกระเทียมและหัวหอมที่ปอกเปลือกแล้วหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ แยกกันทอดในน้ำมันจนเหลืองกรอบ กระเทียมทอดแล้วนำไปโขลกให้แหลก ส่วนหัวหอมใช้มือขยำพอแหลก แต่ไม่ต้องละเอียดมาก
6. นำมะขามเปียกคั้นน้ำพอให้ข้น ใส่น้ำตาลทราย 400 กรัม เคี่ยวน้ำมะขามให้งวดนิดหน่อย ใส่น้ำปลาลงไป และพริกที่โขลกไว้ลงไป ผัดคลุกเคล้าให้เข้ากัน อย่าให้เนื้อปลาจับเป็นก้อน ใช้เวลา 20-30 นาที พอแห้งเข้ากันดีแล้ว ใส่น้ำมันและกระเทียมที่เตรียมไว้ลงไปผัดคลุกเคล้าให้เข้ากันอีกครั้งหนึ่ง เสร็จแล้ว ตักใส่ถาด ผึ่งไว้ให้แห้งสนิทและเย็น ก่อนที่จะบรรจุใส่ภาชนะขาย

