ตำหรับสับสาย



ห้องขจร
อ
641.5
ต369
2485

พิมพ์แจกในงานชาปนกิจสพ นางสงวน สำซ้า

สำนักหอสมุดกลาง มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร 23 วัฒนา กรุงเทพฯ 10110 โทร. 02-2584000 ต่อ

ห้องขจร สุขพานิช

641.5
ต1369
2485

บริจาค

ตำหรับสืบสาย

รวบรวมและเรียบเรียง

โดย

ม.ร.ว. หยิงเต๊อง สนิทวงส์

พนักงานบริสัทไทยนิยมพานิช จำกัด

พิมพ์แจกในงานชาปนกิจสพ

นางสงวน ล่ำซำ

นะ วัดไตรมิตต์วิทยาราม

๒๔๘๕

พิมพ์ที่โรงพิมพ์โสภนพิพัทธนากร

1 ต.ค. 2556

S 43930

คำนำ

เมื่อวันที่ ๑๑ สิงหาคม ๒๔๘๕ พนักงานบริสัทไทยนิยมพานิช จำกัด ได้ซายข่าวที่ทำให้ทกคนรู้สึกโสกและสลดใยิ่งว่า คนสงวน ล่ำซำ ได้ถึงแก่กัมด้วยโรคย์จขุบันเสียแล้ว แม้จะพยายามหย่างเต็มกำลังก็เปนการสุดความสามาถของนายแพทย์ผู้ชำนาญจะเยียวยาได้ ทันท่วงที จึงดูเสมือนว่าคุนสงวน ล่ำซำ ได้จากไปตามกาลกำหนดอายุขัยแห่งสภาวธัมกะนั้นทีเดียว

สังขารทั้งหลายไม่เที่ยงเลย สังขารทั้งหลายเมื่อยังเกิดขึ้นแล้วก็ย่อมมีวันเสื่อมสูญวินาสไปเปนธัมดา มนุสเราเกิดมาแล้ว ซึ่งจะมีผู้หนึ่งผู้ใดล่วงพ้นชราพยาธิมรนะไปเสียนั้นมิได้มีสักคนเดียวเลย ย่อมต้องเปนไปตามธัมดาด้วยกันสิ้นทกคน แม้กะนั้นก็เปนปรกติวิสัยของบุถุชนอันมิอาดจะเว้นความโสกเส้าเผ้าอาลัยคุนสงวน ล่ำซำ ซึ่งคุนจุลินทร์ ล่ำซำ กล่าวไว้ในภาคประวัติว่า “ได้เปนเมียที่ดีเยี่ยม เปรียบประดุจแสงเทียนช่วยส่องสว่างในทางที่ฉันเดินไปสู่ความก้าวหน้า และเปรียบประดุจยาชะโลมหัวใจเมื่อยามเหงาเส้าหมองและกลัดกลุ้ม นอกจากนั้นยังเปนมารดาบังเกิดเกล้าของบุตรสิบตระกูลของฉัน”

คุนงามความดีของคุนสงวน ล่ำซำ นั้นไช่ว่าจะเปนแสงเทียนส่องทางสำหรับท่านผู้จัดการไหย่บริสัทไทยนิยม ฯ คือคนจลินทร์ ล่ำซำ แต่เท่านั้นก็หามิได้ ย่อมเปนแสงจันทอันนิ่มนวนชวนตาชวนใจของสังคมไห้ร่าเริงยินดีอิกโสดหนึ่งด้วย คุนสงวนเปนผู้มีอัธยาสัย

โอยอ้อมอารีแก่คนทั่วไป แม้เมื่อก่อนหน้าที่คุนสงวนจะถึงแก่กัม ก็ได้ตั้งใจไว้ว่าจะอุทิสเงินจำนวนหนึ่งเปนการกุสลสาธารนะ ฉะนั้น ผู้รักสาผลประโยชน์ของท่าน จึงได้อุทิสเงินจำนวน ๓,๐๐๐ บาท ช่วยบันเทาทุขในคราวอุทกภัยนี้ และในงานสพนี้ได้บริจาครถ พยาบาลขนาด ๒ เตียงไห้แก่กองทัพอากาสไทย ๑ คัน และกำลัง จัดการสร้างโรงเรียนประชาบาลขึ้นหลังหนึ่ง ตามแบบของกะซวงสึกสา ธิการ เปนจำนวนเงินประมาน ๔,๕๐๐ บาท นอกจากนี้ก็จะได้บำเพ็น กุสลสาธารนะประโยชน์หย่างอื่นอีกตามความประสงค์ของคุนสงวน ล่ำซำ สืบไป อันคนดีนั้นเปรียบเหมือนแก้วไพฑูรย์วิเสส แม้จะหยู่ หรือจากไปก็ย่อมทิ้งรอยฝั่งหยู่ในความซงจำของสังคม นับว่าเปน บุคคลตัวหย่างอันจักชักนำคนทั้งหลายไห้มีน้ำใจแกล้วกล้าปติบัติคุน งามความดีสืบไป ทั้งนี้หากจะเปรียบก็เหมือนชาวเรือล่องไนมหาสมุท แห่งวัตตสงสาร ย่อมชะเง้อสอดตาแลมองท้องฟ้าว่าจะมีดาวดวงใด ที่เปนเข็มทิสชี้ทางเดินไห้ตลอดรอดถึงฝั่งโดยสวัสดี

คนเกิดมาแล้วก็ต้องตาย เมื่อยังหยู่ก็ต้องคิดต้องทำต้องดำเนิน ชีวิตและต้องบำเพ็นกรนียกิจอันเปนประโยชน์สุขแก่สังคม จึงจะได้ รับความยกย่องว่าเปนคนดี ไม่เสียทีที่ได้เกิดมา ฉะนั้นเกียรติประวัติ ของคนดีทุกคนจึงเทียบได้ว่า เปนแสงเทียนแสงจันทแก่ปวงประชาชน ทั่วไป สมดังคำนิพนธ์ของสมเด็ดกรมพระยาปรมานุชิตชิโนรสว่า

“ นรชาติที่วางวาย มลายสิ้นทั้งอินทรีย์
สถิตทั่วแต่ชั่วดี ประดับไว้ไนโลกา ”

โดยฉเพาะเปนพิเสส ท่านผู้ขัดการบริสัทไทยนิยมพานิช จำกัด เปนผู้ที่ระทมทุขเสียดายความจากไปของคุนสงวน ลำซำ ยิ่งกว่าผู้อื่น แสงเที่ยนส่องชีวิตของท่านได้วูบดับลงเมื่อวันที่ ๑๑ สิงหาคม ๒๔๘๕ เสียแล้ว ยันดาพนักงานบริสัทไทยนิยมพานิช จำกัด ตระหนักในความโทมนัสของท่านด้วยความซาบซึ้งหย่างยิ่งว่า ท่านได้เสียของรักอันมีค่าปานชีวิต เพราะคุนสงวน ลำซำ ได้เปนผู้อุปถัมภ์บำรุงให้ท่านหายเหนื่อยกายเหนื่อยใจในภาระธุระที่ท่านรับผิดชอบหยู่เปนเนืองนิจ ดุจได้ชุบชีวิตของท่านให้สดชื่นพร้อมที่จะบันชางานต่อไปในวันใหม่ ผู้ที่เปนโสดหรือไม่ได้ประสบชีวิตสมรสอันสุขสวัสดิเท่านั้นที่ไม่ซาบซึ้งว่ากำลังความสามาถของสามีนั้นเปนหนี้บุญคุนของภริยามากเพียงไร หิวก็ได้กิน กะหายก็ได้ดื่ม ป่วยไข้ก็ได้พยายาล ยันดาบุคคลที่มีโชคในชีวิตสมรสต่างก็ประกาสว่า ความเข้มแข็งสามาถส่วนใหย่ของเขานั้นสืบเนื่องมาแต่กำลังใจของคู่ชีวิต อันเปนกะแสดวงจิตมีลักสนะละเอียดลอบิยายไม่ถูก แต่หากพึงรู้ได้โดยฉเพาะตัวเท่านั้น

ด้วยเหตุนี้ พวกฉันเหล่าพนักงานบริสัทไทยนิยมพานิช จำกัด จึงใคร่จะสร้างอนุสรน์รำลึกคุนงามความดีของคุนสงวน ลำซำ ซึ่งพวกฉันได้คุ้นเคยวิสาสะหยู่มากบ้างน้อยบ้างแทบทุกคน ให้ดำรงชงหยู่ในความจำเพื่อเปนเกียรติแด่ท่านสืบไปและเห็นว่าคุนสงวน ลำซำ เปนผู้สนใจในการปรุงอาหารอันเปรียบดุจ "ประตูทองไปสู่หัวใจชาย" จึงได้เสาะแสวงหาตำราปรุงอาหาร ก็ได้รับความอารีของ ม.ร.ว. หยิงเตือง

สนิทวงส์ ผู้เขียน “ตำหรับสิ้บสาย” และไมตริจิตของสมาคม สายบัณฑา อนุญาตให้พิมพ์ “ตำหรับสิ้บสาย” ช่วยในงานสพ ตามความปราถนาทุกประการ ทั้งนี้ขอขอบใจนายชลอ เภกะนันท์ ผู้ช่วยเหลือทำการติดต่อขอหนังสือนี้มาจัดพิมพ์จนเปนผลสำเร็ด อนึ่ง การจัดพิมพ์ซึ่งเปนงานด้านโรงพิมพ์ นายประสิทธิ์ สมิตะสิริ ได้รับไปจัดทำโดยมิได้เห็นแก่ความเหนื่อยยาก ไช่แต่เท่านั้น ยังได้เอื้อเพื่อออกเงินค่าจ้างพิมพ์หนังสือเล่มนี้โดยตลอดด้วย หนังสือเล่มนี้จึงสมบูรน์เปนรูปเล่มหย่างงดงาม สมดังเจตนาของพวกฉันเหล่าพนักงานทั้งหลายแห่งบริสัทไทยนิยมพานิช จำกัด ซึ่งต่างได้อุทิสจำนวนเงินคนละเล็กคนละน้อยตามกำลังของตน เพื่อสร้างอนุสรน์ขึ้นนี้ขึ้น ขอกุสลผลบุญทั้งหลายอันยังเกิดขึ้นจงดลบันดาลสุขสิริยังสุคติสวรรคให้ถึงซึ่งคุนสงวน ล่ำซำ เปนนิจนิรันดร

พนักงานบริสัทไทยนิยมพานิช จำกัด



ชาตะ ๒๔๕๒

มรณะ ๒๔๘๕

ในชีวิตของเมียฉัน

สงวน ลำซำ เมียรักยิ่งค่ชีวิต ก่อนที่จะได้จากฉันไปโดยไม่มีวันกลับคืน ได้เป็นเมียที่คิดเยี่ยมเปรียบประดุจแสงเทียนช่วยส่องสว่างในทางที่ฉันเดินไปสู่ความก้าวหน้า และเปรียบประดุจยาชะโลมหัวใจเมื่อยามเหงาเส้าหมองและกลัดกลุ้ม นอกจากนั้นยังเป็นมารดาบังเกิดเกล้าของบุตรสืบตระกูลของฉัน ฉันจึงขอบันยายเรื่องชีวิตของเขาด้วยตนเอง

สงวน เกิดเมื่อวันที่ ๖ เมสายน พุทธสักราช ๒๔๕๒ ตรงกับวันอังคาร แรม ๑ ค่ำ เดือน ๕ ปีระกา ณะ บ้านตำบลสพานยวน ถนนซงวาด จังหวัดพระนคร เขาเป็นธิดาคนเดียวของนายตันลิบป๊วย และนางแจ่ม วั่งหลี นายตันลิบป๊วยมีบุตรชายรวม ๗ คน ซึ่งตำราทำนายของจีนเรียกว่า “ชิดแซโก๊ะอวย” แปลว่า “ดาว ๗ ดวงล้อมจันทเดียว” ฉะนั้นเขาจึงหยู่ในถานะที่เป็นมิ่งมงคลของวงส์ตระกูล นับตั้งแต่เกิดมายิดามารดาผู้บังเกิดเกล้าได้ทนุถนอมสงวนดุจดวงใจ ครั้นจะเรินวัยมีอายุพอจะรับการศึกสำได้ ยิดาได้จัดให้เข้าศึกสาในโรงเรียนราชินี แต่ต่อมาเนื่องด้วยสงวนมีร่างกายอ่อนแอ การอนามัยไม่ดี จึงเกิดมีอุปสัคที่จะเล่าเรียนในโรงเรียนเสียแต่ในปถมวัย เช่นนั้น จึงมีความเสียดายและไคร่ครวนหย่มาก แต่ท่านยิดามารดาก็ได้ปลุกปลอยและจัดหาครูผู้ชำนาญมาสอนให้เป็นพิเสสที่บ้าน การเปลี่ยนชีวิตจากการเรียนในโรงเรียนทำให้สงวนอ่อนไปในการสังคม

ก็จริงอยู่ แต่การเรียนกับครูพิเสสอยู่กับบ้านตามชั้นอนามัยของสงวนจะอำนวยให้ตรากตรำได้นั้น ได้ผลดีเป็นที่พอใจของบิดามารดาอยู่ทางหนึ่ง คือ ในระยะนั้นสงวนมีอนามัยแข็งแรงดีขึ้นมาก ส่วนการเล่าเรียนก็ได้เรียนวิชาหนังสือไทย จีน และอังกฤษกับครูพิเสสตลอดมา นอกจากนั้นยังได้มีเวลารับการอบรมฝึกฝนในการปฏิบัติบ้านเรือนจากมารดา ตลอดทั้งการปรุงอาหารและเย็บปักถักร้อยอีกมาก ซึ่งนับว่าเป็นกิจจำเป็นสำหรับหญิงไทย

เมื่ออายุระหว่าง ๑๘—๒๐ ปี สงวนได้รับภาระปกครองเลี้ยงหลานชายหญิงหลายคน ซึ่งเป็นบุตรนายตันชิวเม้งผู้เป็นพี่ ขณะที่พี่สะไภ้ป่วยต้องรักษาตัวตามคำแนะนำของแพทย์เป็นเวลาแรมปี สงวนได้ถือโอกาสนี้ฝึกฝนอบรมเด็ก ครั้นเมื่อ พ.ส. ๒๔๗๔ อายุได้ ๒๒ ปี นายตันลิบป่วยบิดาถึงมรณะกัมลงที่กรุงเทพ ฯ วาระนี้นับว่าเป็นครั้งแรกในชีวิตที่เขาต้องประสบความวิปโยคหย่างสาหัส ในการเชินสพไปยังเมืองแต้จิ๋ว ซึ่งขณะนั้นเป็นยุคที่มีโจรสลัดชุกชุม มีการปล้นสดมและยึดเรือระหว่างเมืองซัวเถาและฮ่องกงมากที่สุด เรือที่บันทุกสพนั้นชื่อเรือ “ไฮเฮง” โดยบริสัทวั่งหลีเป็นเอเย่นต์ ซึ่งมีข่าวอกุสลว่าพวกโจรสนใจเรือลำนี้มาก สงวนได้ร่ำร้องขอติดตามไปด้วย โดยไม่หวาดหวั่นต่อภัยใด ๆ ถึงแม้มารดาจะเป็นห่วงในการเดินทางไปไกลแสนไกลของบุตรี แต่สงวนก็ยังถือว่าเป็นหน้าที่ของบุตรที่ดีในอันที่จะปฏิบัติเพื่อความกตัญญูกตเวทีต่อบิดาเป็นครั้งสุดท้าย ได้พยายามตามไปส่งสพบิดาถึงประเทสจีนจนเป็นที่เรียบร้อย

สงวนได้เข้าสู่พิธีวิวาห์กับฉันเมื่อวันที่ ๗ มกราคม ๒๔๗๕ หลังจากที่ฉันกลับจากการศึกสาไนต่างประเทสแล้ว ชีวิตของเราทั้ง ๒ เปนที่รายรื่นเบิกบมด้วยสุขและเห็นอกเห็นใจกันเปนหย่างยิ่ง สงวนได้ปติบัติหน้าที่เปนภริยาที่ดี ไนเวลาปรกติอาหารการกินของฉัน สงวนไม่ยอมลดละไนอันที่จะปรับปรุงด้วยตนเอง ไนเวลาเจ็บไข้ก็ทำหน้าที่พยาบาลเปนหย่างดียิ่ง อันคุนงามความดีของเขาที่มีหยู่ต่อฉันล้นเหลือนั้น ยิ่งนำมาซึ่งความเส้าใจ ระลึกถึงมิรู้หาย ไนระยะ ๑๐ ปีที่ผ่านพ้นไปนี้ ฉันได้ดำเนินการค้านา ๆ ประการ ได้ทำโรงเลื่อย โรงสีไฟ การป่าไม้ การสั่งสินค้าเข้าและส่งสินค้าออก ทำหน้าที่คอมปโดร์ธนาคาร ตลอดจนไนที่สุดเปนผู้จัดการบริสัทไทยนิยมพานิช จำกัด สงวนได้เปนคู่ปรึกสาเปนกำลังส่งเสิมและช่วยเหลือฉันไนหน้าที่ภริยาหย่างดี จนทำไห้ฉันมีความรู้สึกหยู่เสมอว่า อันความสำเหร็ดแห่งการงานที่ฉันได้ดำเนินมา โดยต้องพ้นผ่าอุปสัคนานาประการนั้น ก็โดยได้ภริยาที่ดีประกอบหยู่ส่วนหนึ่ง ฉเพาะหย่างยิ่งไนด้านการสังคมซึ่งหน้าที่การงานของฉันต้องเกี่ยวกับการคบค้าสมาคมกับพ่อค้าไทยและชาวต่างประเทส ตลอดจนข้าราชการทั้งผู้น้อยและผู้ไหย่หยู่มาก ซึ่งจำเปนต้องมีการต้อนรับเลี้ยงดูกันหยู่เสมอ สงวนได้ทำหน้าที่แม่บ้านทำการปรุงอาหารรับรอง นำมาซึ่งความสนิธสนมกลมเกลียวเปนเหตุไห้ฉันได้ติดต่อปติบัติงานไนหน้าที่สำเหร็ดตามความปราถนา โดยปรกติสงวนเปนผู้มีนิสัยที่ไม่ชอบการโอ่อ่า

สมาคมออกหน้า แต่เนื่องด้วยกิจวัตรของฉัน ซึ่งนอกจากเกี่ยวกับการค้าแล้วยังต้องรับหน้าที่เป็นกรรมการในองค์การประชาสงเคราะห์ต่าง ๆ เช่นในหน้าที่นายกหอการค้า กรรมการสภากาชาด กรรมการสันนิบาตป้องกันภัยทางอากาศ และกรรมการสงเคราะห์ประชากรในยามสงครามเป็นต้น ซึ่งองค์การเหล่านี้ต้องพยายามหาผลประโยชน์เพื่อเป็นทุนสำหรับสาธารณะกุศลให้มากที่จะมากได้ สงวนก็ได้อุส่าห์สนับสนุนการงานอันเกี่ยวกับการกุศลของฉันนี้ เพื่อช่วยให้งานบันลุไปโดยเรียบร้อยมาเป็นหย่างดี

สงวนมีบุตรชาย ๒ คน และหญิง ๒ คน คือ ด.ช. ไพโรจน์ ล่ำซำ อายุ ๙ ปี ด.ช. โพธิพงศ์ ล่ำซำ อายุ ๘ ปี ด.ญ. จำนงค์สิริ ล่ำซำ อายุ ๒ ปีเศส และ ด.ญ. ทวีนุช ล่ำซำ อายุ ๑ ปี สงวนได้พยายามอบรมและเลี้ยงดูบุตรทั้ง ๔ ด้วยความเอาใจใส่ การทนุถนอมได้เป็นไปหย่างดีมาก ตามนิสัยของเขาซึ่งได้ถูกท่านบิดาเมารดาอบรมมาแล้วแต่เยาว ฉเพาะบุตรชายทั้ง ๒ ซึ่งได้เข้าโรงเรียนแล้วนั้น เมื่อกลับบ้านเขาได้พยายามอบรมเกี่ยวกับการศึกสาและการรักชาติด้วยตนเอง สงวนได้เอาหนังสือรัถนิยม ๑๑ ฉบับให้เด็กทั้ง ๒ ผักหัดเขียนเป็นกิจประจำ เมื่อล่วงลับไปแล้วบตรหญิงน้อยคนที่ ๓ ซึ่งยังไม่เดียงสาได้เขย่าชายเสื้อและเร้าถามฉันเสมอ ๆ ว่า แม่ที่เบียกแย้งให้ฉันกินเวลากลางวัน และกล่อมให้ฉันนอนเวลากลางคืนนั้นไปไหน เมื่อไรจะกลับมา แต่โอ้อนิจจา บุญบันดาลให้เราร่วมชีวิตกันเพียง ๑๑ ปี

วิญญานสงวน น้องแก้วเมียขวัน ได้หลุดลอยไปตามลมเสียแล้ว ฝากแต่รอยจารึกแห่งความชื่นหวานที่ผ่านมาไว้ในหัวใจของฉันไปจนวันตาย

ในส่วนการพระพุทธศาสนา สงวนมีน้ำใจมั่นคงมาก ได้ประกอบกุศลทานถาวรวัตถุอันเป็นสาธารณะประโยชน์หลายสิ่งหลายหย่าง ก่อนถึงแก่กรรมก็ยังได้จองจัดกะจัยพินิจสำเหร่ไว้จะทอดกะถิน ไนทางทานมัยได้อุปการะเด็กอนาถาไว้หลายคน โดยออกทุนเล่าเรียนและค่าใช้จ่ายอื่น ๆ ให้ เมื่อวันที่ ๑๐ มกราคม ๒๔๘๕ ยังได้มอบเงินให้ฉัน ๔,๐๐๐ บาท เพื่อร่วมทุนกันซื้อรถพยาบาลมอบให้พนะท่านนายกรัฐมนตรีนำไปใช้ในการขนส่งผู้ที่ต้องบาดเจ็บเกี่ยวกับภัยทางอากาศ

สงวนเป็นผู้มีความกตัญญูกตเวทีต่อบิดามารดา และผู้มีคุนหย่างยิ่ง กิจวัตรของเขาในการสแดงความกตัญญูนั้นก็คือเขาต้องไปเยี่ยมคำนับมารดาของเขาและของฉันทุก ๆ วันอาทิจ จนเมื่อวันที่ ๙ สิงหาคม ๒๔๘๕ ซึ่งเป็นวาระสุดท้ายที่เขาได้มีโอกาสไปคำนับมารดา ฉันได้ไปด้วยกับเขาโดยมิได้นึกฝันว่าไนวันรุ่งขึ้นพยามัจจุราชจะมาพรากเขาไปเสียจากฉันโดยบ่จุบันทันด่วน วันนั้นเป็นวันจันทและครบปีตรงกับวันมรนะของนายตันลิบบ้วยผู้บิดา สงวนได้จัดการนำดอกไม้ธูปเทียนมาไหว้ที่บ้านวั่งหลี ตำบนวัดทองธัมชาติตามประเพนี หลังจากที่ได้ประกอบพิธีเส็ดแล้ว เขาก็เป็นลมแน่นิ่งไปไนท่ามกลางญาติพี่น้องพร้อมมูล นายแพทย์หลายคนได้พยายามเยียวยาจนสุดความสามาถแต่อาการไม่ทุเลาขึ้นเลย สลบไปคล้ายคนนอนหลับ จน

เวลา ๓.๓๐ น. ในคืนวันนั้นเองสงวนก็ลาโลก โดยไม่มีการกะวนกะวายแม้แต่เล็กน้อย คำนวนอายุได้ ๓๓ ปี ๔ เดือน ๕ วัน

การที่ฉันเสียเมียที่รักไปโดยปัจจยันทันด่วนนี้ เปนเหตวิปโยคยิ่งไหย่ในชีวิต ซึ่งทำให้ฉันสลดใจมิรู้วาย มิท่านผู้ไหย่ที่เคารพนับถือและญาติมิตรที่รักเปนอันมากได้สแดงไมตริจิตและสงสารฉันผู้มีชีวิตอันเหี่ยวแห้ง บางท่านได้กรุนาไปสแดงความสลดเสียใจด้วยตนเอง บางท่านก็ส่งหนังสือและโทรเลข ทั้งนี้เปนพระคุนแก่ฉันหย่างยิ่ง มิหลายท่านที่ได้ซายการดำเนินมาแห่งชีวิตของสงวน ได้พูดปลอยฉันว่า "สงวนเปนคนมีบุญมาก" คือท่านหมายความว่าเปนคนมีความสุขจนตลอดชีวิต เปนความจิงที่สงวนเกิดมาในตระกลมั่งคั่ง และโดยที่เขาเปนผู้มีสุภนิมิตรดี บิดามารดาได้ทนุถนอมมาเปนหย่างดีเลิศตั้งแต่เยาววัย การกินหยู่อุดมสมบูรน์ไม่ต้องรับความเดือดร้อนใจตลอดจนตราบเท่าสมัยชีวิตแห่งการสมรส ฉันผู้สามีก็มิใช่คนอื่นไกลเปนญาติสนิธของเขา เราได้ครองชีวิตกันมาด้วยความรักและเกรงใจหยู่ในสายตาของผู้ไหย่ทั้งสองฝ่าย ฉะนั้นจิงไม่มีปัญหาอันใดเลยที่สงวนจะไม่ได้รับความสุข หรือต้องรับความทุขระทมแต่ประการใด จิงหยู่บุคคลเกิดมาถึงแม้จะอุดมสมบูรน์ด้วยชาติตระกูลและทรัพย์สินสักปานใดก็ตาม มิใช่ว่าจะเปนเหตุให้ได้รับความสุขเสมอตลอดไป แต่สำหรับสงวนนั้นอาดกล่าวได้ว่าเปนผู้ที่ได้ประสบโชคอันดีตลอดมาจนตราบเท่าชีวิตหาไม่ แม้ในวาระที่จะคับขันก็ไม่ต้องทนทุขเวทนา

ตลอดทั้งในการสพ พนะท่านนายกรัถมนตริได้กรุนาบันชาให้นายพันตริ สเหวก นิรันดร ราชเลขานุการในพระองค์ สั่งสำนักพระราชวังมาจัดแต่งสพ พร้อมด้วยบันจุหีบทอง นับว่าเปนเกียรติยสหย่างสูงนอกจากนี้ท่านที่เคารพนับถือหย่างยิ่งได้กรุนาสเด็ดและไปรดน้ำวางพวงมาลาเปนถารให้เกียรติยสแก่สพอีกเปนจำนวนมาก และทุก ๆ ๗ วันได้มีท่านผู้ใหย่ตลอดทั้งบริสัทองค์การห้างร้านที่คุ้นเคยมาบำเพ็ญกุสลให้ตามลำดับนี้ คือ, คนะฌาติ คนะกัมการบริสัทไทยนิยมพานิช จำกัด, บริสัทไทยนิยมพานิช จำกัด, ห้างหุ้นส่วน จำกัดผลิตผลแห่งชาติไทย, บริสัทบ้าไม้ล่ำซำ จำกัด, บริสัทรถยนตร์นครธน จำกัด, บริสัทนิยมไทยประกันภัย จำกัด, บริสัทไทยเดินเรือทเล จำกัด, ธนาคารนครหลวงแห่งประเทสไทย จำกัด, บริสัทวั่งหลี จำกัด, บริสัทหยาดฟ้า จำกัด, นายพันตริ วิลาส โอสถานนท์กับคุนหยิง, พ.ต. เผ่าสริยานนท์ และข้าราชการสำนักงานทรัพย์สินส่วนพระมหากสัตร, นายโลเตี๊ยกชวน บุลสุข, ไนการทำบุญ ๕๐ วัน พนะท่านนายพลโท มังกร พรหมโยธิ รัถมนตริว่าการกะซวงมหาดไทยได้กรุนาเปนเจ้าภาพ นอกจากนี้มีผู้ที่ชอบพอและฌาติมิตรต่างจังหวัดและต่างประเทส ส่งเงินมาช่วยไนการกุสลรวมเปนเงินประมาน ๔,๐๐๐ บาท

ไนการชาปนกิจสพ พนะท่านผู้นำจอมพล ป. พิบูลสงคราม นายกรัถมนตริ และพนะท่านนายพันโท ท่านผู้หยิงละเอียด พิบูลสงคราม ได้รับเปนเจ้าภาพ อนึ่งมีผู้ซึ่งกรุนาพิมพ์หนังสือเปนชำร่วยไนงานสพนี้

๓ ราย คือ ๑. พนะท่านนายนาวาเอก ถวัลย ธำรงนาวาสวัสดิ์ น.ร. พิมพ์หนังสือกำหนดชื่อบุคคลและนามานุกรม ๒. กัมการและสมาชิกหอการค้าไทยพิมพ์หนังสือความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับการพานิช ๓. เพื่อนร่วมงานในบริสัทไทยนิยมพานิช จำกัด, ได้พิมพ์หนังสือ ตำหรับกับข้าวสับสาย

ทั้งนี้ นับว่าเปนเกียรติยสแก่ผู้มรนะและฉันหย่างยิ่ง ในโอกาสนี้ ฉันขอขอบพระคุนท่านที่ได้เมตตากรุนา ตลอดทั้งท่านที่ได้กรุนามาในงานชาปนกิจสพโดยทั่วกัน

จุลินทร์ ล่ำซำ

๑๔ พฤสจิกายน พ.ส. ๒๔๘๕

บ้านตำบนสำเหร่ จังหวัดธนบุริ

นิราสอิเหนา

นิราสร้างห่วงเหสเนหา ปางอิเหนาเส้าสถิงยสยา พระพายพา
พัดน้องเที่ยวล่องลอย ตลิ่งเหลี่ยวเปลี่ยวเปล่าให้เหงาหงิม สุชล
ปริ่มเยี่ยมเหยาะเผาะเผาะผวย โอ้เย็นค่ำน้ำค้างลงพร่างพร้อย น้อง
จะลอยลมขนไปหนไต หรือเทวันชั้นฟ้ามาพาน้อง ไปไว้ห้องช่องสวรรค
ที่ชั้นไหน แม้นน้องน้อยลอยถึงชั้นตรึงส์ไตร หัสสนัยจะช่วยรับ
ประคับประคอง หรือไปปะพระอาทิจพิสวาส ไปร่วมอาสน์เวชัยยันต์
ผันผยอง หรือเมขลาพาชวนนวนละออง เที่ยวลอยล่องเลียบฟ้าชม
สาคร หรือไปริมหิมพานต์ชานไกรลาส บริเวนเมรมาสราชสิงขร
หรือจะออกนอกเนมินธร์อิสินธร เที่ยวลอยร่อนรอยฟ้านภาลัย โอ้ลม
แดงแสงแดดจะแผดส่อง จะมัวหมองมิ่งขวัญจะหวั่นไหว จะดั้นหมอก
ออกเมควิเวกใจ เวรไดเด็ดสวาทให้คลาดคลา พระผันแปรแลรอย
ขอยทวีป เห็นแต่กลิ่นเมฆเคลื่อนเกลื่อนเวหา จะแลดูสุริยนสนธยา
จะดูฟ้าฟ้าคล้ำให้รำจวน ผันวิโยคโศกเส้าเข้าในห้อง เห็นแท่นทอง
ที่ประธมภิรมสงวน ไม่เห็นนุชสุดจะซังพระองค์ซวน ละห้อยหวลหิว
โหยด้วยโรยแรง ยลยู่ปูเปล่าเส้าสลด ระทวยทดทอดทบซบกันแสง
โอ้สุดแสนแค้นอารมน์ด้วยลมแดง ดเหมือนแกล้งพัดไปให้ไกลซวง
เสียดายเอ๋ยเคยแอบแนบสนิท ถึงชีวิตวอดวายไม่หายห่วง โอ้น้องนุช
ยุสยาสุดาดวง พี่เปล่าซวงซวงดังจะพังโซม โอ้โพล้เพล้เวลาปานฉะนี้
เคยเข้าที่พี่เคยได้เชยโฉม เห็นแต่ห้องน้องน้อยลอยพะโยม ยาม

ประโคมมิรู้ลืมเข้าปลืมไข โอ้เขนยเคยหนุนยังอุ่นหยู่ แต่น้องน้อย
ลอยร่อนไปนอนไหน ยี่ภู่เอ๋ยเคยชิดสนิธไน วันนี้ไกลกลอยสวาท
อนาถนอน โอ้รินรินกลินนวนยังหวลหอม เคยถนอมแนบซวงดวง
สมร ยังรินรินชื่นไขอาลัยวอน สอนอ้อนอารมน์ระทมทวี จนค้องคำ
ย่ำหึงหึงกะหึม ยิ่งเส้าซึมโสกาถึงยาหยี โอ้ยามหยู่คูหาเวลานี้
เคยพาทิกอดประทับไว้กับซวง โอ้อกเอ๋ยเคยอุ่นละมุนละม่อม เคย
โอบอ้อมอ่อนตามไม่ห้ามหวง ยังเคลิ้มเคลันเช่นปทุมกะพุ่มพวง
เคยแนบซวงไสยาสน์ไม่คลาดคลา จนเคลิ้มองค์ลงเชยเขนยหนุน
ถนอมอุ่นแอบประโลมว่าโฉมฉาย ครันรู้สึกตื่นสอนอาย แสน
เสียดายสดะดื้นสันชีวัน เห็นสิ่งของน้องนชยิ่งสดเส้า พระทัยเผ้า
เคลิ้มไคลคั่งไผผัน ยิ่งระลึกตรึกตรายิ่งขาบัลย์ สุดะกลั้นริบออก
นอกบรรพต พินิสจันทวันเพ็นขื่นเปล่งแสง กะจ่างแจ้งแข่มวง
ทั้งซงกรด ส่พเลียงเคียงพร้อมน้อมประนต พระเลียวลดแล
แสวงดูแสงเดือน ดูเก่งก่อต่อเตาเห็นเงาคล้าย เขม้นหมายมุ่ง
ไปก็ไม่เหมือน เห็นเงาไม้ไหวหวั่นให้พ้นเพื่อน จนเดือนเคลื่อน
คล้อยฟ้าให้อาวรน์ เห็นสะสร้ที่เคยมาประพาส ระดาดาสดอก
ดวงบัวหลวงสลอน ลมรำเพยเชยชายขจายจร หอมเกสรเสาวคนธ์
ที่หล่นโรย โอ้รินรินกลิ่นบุหงาสตาหมัน เหมือนกลิ่นจันท์เจือ
นวนไห้หวนโหย หอมยี่หุบสุกกรมดอกยมโดย พระพายโชย
เฉื่อยชื่นยินตะลึง โอ้ทินสิลาเคยมานั่ง เห็นบัลลังก์แล้วยิ่งนึกระลึกถึง
ดูเงื่อมเขาเงาไม้พระไชชิง เสียงหึงหึงผึงรวงเผ้าหวงรัง จังหริด

หริ่งกิ่งไซเรไรร้อง แว่วว่าน้องนิกเสียวพระเหลียวหลัง เห็นน้ำพุ
ตุดันตรงบัลลังก์ เคยมานั่งสงชลที่บนเตียง เข้าสงด้วยช่วยพี่สิขนอง
แต่น้ำต้องถกหนิดก็หวิดเสียง โอ้รันรันชันเคยที่เคยเคียง พระ
ซวงเพียงเผ่าร้อนถอนรีทัย ทุกเงื้อมเขาเหงาเงียบเชียบสงัด ไขไม้
กวัดแกว่งกิ่งประวิงไหว ยะเยือกเย็นเส้นหย้าพนาลัย ยิ่งเยือกไน
ซวงช้าระย่ำเย็น เที่ยวรอยสะปทุมมาสตาหมัน เคยเห็นขวันเนตร
ที่ไหนก็ไม่เห็น ชลนัยน์ไหลซกตกกะเซ็น ยิ่งเยือกเย็นหยุดยืน
กลืนน้ำตา ขนดกดินรินรินกลืนกุหลาบ ตลิงเหลียวเสียวซายอายนาสา เหมือนปรางทองน้องนุชบุสยา หรือกลับมายืนแฝงหยู่แห่งได
เที่ยวดูดาวเปล่าเปลียวเสียวสะดุ้ง ขนขวนรุ่งรางรางสว่างไสว หนาว
น้ำค้างพร่างพรมพนมไพร ดวงดอกไม้บานแย่งรับแสงทอง หอม
มนทาสารพิดอกยี่หุบ บ้างล่วงหลุบถูกอุระพระขนอง ภุมรินบินว่อน
มาร่อนร้อง อายละอองเกสรขรขาย จนแย่มแข้งแสงสว่างนภางค์
พัน ถอนสะอื้นอาลัยพระทัยหาย ดูเวหาว่าแสนแค้นพระพาย ไม่พา
สายสวาทคืนมาชื่นใจ จำจะตามซามชมทางลมพัด เผื่อจะพลัดตก
ลงที่ตรงไหน ดำหริพรางทางสท้อนถอนรีทัย ให้เตรียมพลสกลไกร
จะไคลคลา จึงแปลงนามตามกันเปนขันเหร็ด จะเที่ยวเตร็ดเตร่
ไนไพรพริกสา พลางอุ้มองค์หยาหยิวยะตา ขึ้นรถแก้วแววฟ้า
แล้วพาไป พระเหลียวดูผาสตาหมัน ที่สำคันคูหาเคยอาสัย
จะแลลับนับแต่นี้ไป จะมิได้มาเห็นเหมือนเช่นเคย เสียแรงแต่ง
แปลงสร้างจะล้างเริด ค่อยหยู่เถิดแท่นผาคูหาเอ๋ย โอ้มิ่งไม้ไพร

พนมเคยชมเชย จะแลเลยลับแล้วทุกแนวเนิน โอ้นกเอ๋ยเคยพา
กันมาขัย จะแลรับฝูงนกระหกระเหิน โอ้เขาสูงฝูงหงส์เคยลงเดิน
เคยเพลิดเพลินพิสวงด้วยหงส์ทอง จะเลิดร้างห่างหงส์ไปดงอื่น ทก
วันคืนค่ำเช้าจะเส้าหมอง โอ้ถ้านกิ่งมิ่งไม้เรไรร้อง ประสานซ้อง
เสียงดังดูวังเวง ใดเคยฟังครั้งนี้มาวิบาก ต้องพลัดพรากเพราะ
ว่าลมทำข่มเหง แม้นพบเห็นเปนตัวไม่กลัวเกรง จะรำเพลงกริช
รานสังหารลม นี่จนใจไม่เห็นด้วยเปนเคราะห์ มาจำเพาะพลัด
คู่เคยสู่สม ยิ่งสุดแสนแค้นขัดอัดอารมณ์จะแลชมอื่นอื่นไม่ชื่นใจ
แต่จำเปนเกหลงมาดงด้วย ต้องชี้ช่วยชมผาพริกสาไสว กรดกะถิน
อินจันทน์พรรนไม้ มีดอกไยก้านกิ่งขึ้นพริ้งเพริยว บ้างแก่อ่อน
ซ้อนซับสลับสล้าง บ้างสดส่างสีชุ่มชอุ่มเขียว ที่ตายตอหน่อหนุนขึ้น
รุ่นเรียว เถาวัลย์เกี่ยวกอดกิ่งเหมือนชิงช้า พระชวนพลอดกอด
น้องประคองอุ้ม ให้ชมเพลินเดินมะงุมมะหงาหรา ย่ำประเทส
เขตแควันแดนชะวา อินทผาลัมดาชุมสลุมพัน โกดสะคำจำปาตะคง
องุ่น หัสคุนเข้าระคนปนป่าหนัน สลาสล้างนางแย้มเข้าแกมกัน
หย้าฝรั่นฝรั่งเรียงขึ้นเคียงดง โกดกะวานกานพลูดูระบัด กำยาย
กำจัดสาระพัดต้นต้นหยง หอมระรื่นชื่นใจที่ไนดง พริกสาซ่งเสาวคนธ์
ดังปนปรง ที่พันปรายรายรายล้วนซายอ่อน เข้าดงดอนเรียบเดินเนิน
กุหนุง เทียนยี่หร่าย่าผันส่งกลิ่นฟุ้ง สนสัมกุ้งโกดกุลาการบูน คิดถึง
นุชยุสยานิจาเอ๋ย มิได้เชยชมสบายมาหายสูญ ยิ่งโสกเสียวเหลียว
หาไห้อาดูร ยิ่งเพิ่มพูนพิสวงไนดงแดน ดูเล็บนางนึกถึงนางเหมือน

หย่างเล็ย เคยข่วนเจ็บรอยมีหยู่ที่แขน เห็นนมนางกลางพนมนึกชม
แทน ละม้ายแม้นเหมือนเหมือนจะเยือนยิ้ม มะปรางต้นผลหย่าง
มะปรางน้อง น้ำเนตรคลองคลอพร้อยย้อยหยิมหยิม ผืนอารมณ์ชม
พลบตนทยทิม ขนรอยรมหวางเขาลาเนาเนิน พนมมาสลาดเลยน
เตียนตะลิบ ข้างสูงลิบลอยแหงนเปนแผ่นเผิน ข้างทะมึนทึนเทิ่งเปน
เชิงเทิน เปนกรอกเกริ่นโกรนกรวยลำหวยธาร เสียงสินธุ์ดุดั้นลั่น
พิลึก สะท้านสะท้กโถมฟาดฉาดฉาดฉาน ที่น้ำโจนโผนพังดังสะท้าน
ข้างพุ่ซ่านสาดสายสุหร่ายริน คิดถึงนุชยุสยาแม้นมาเห็น จะลงเล่น
ลำธานระหานหิน ฝูงปลาทองท่องไล่เล็มไครกิน กะดิกลิ้นดูงามตาม
กะบวน ปลาเนื้ออ่อนอ่อนกายขึ้นว่ายเกลื่อน ไม่อ่อนเหมือนเนื้อน้อง
ประคองสงวน ปลานวลจันทน์นั้นก็งามแต่นามนวน ไม่งามชวนชื่นเช่น
ระเด่นดวง พลางริบทัพขับรถกำหนดแสวง ทุกล้าแหล่งลำเนาพูเขา
หลวง ไม่ประสพพบเห็นไห้เย็นซวง ไห้เหงาง่วงเงียบเหงาเสาพระทัย
ถึงพลมากจากมิตรแต่จิตเปลี่ยว เหมือนมาเดียวดังจะพาน้ำตาไหล
เห็นนกหกผกโผนโจนขับไม้ ข้างซุยไซ้ยกหางต่างต่างกัน นกกะตั้ว
คลั่วเคล้าตัวเมียย้อน เหมือนขวัญอ่อนแอบประทับพี่รับขวัญ ย้อน
ผลาพาชื่นทุกคืนวัน มาจากกันกัมเอ๋ยไม่เคยเปน เห็นนกเปล้าเคล้าคู่
เข้าชูชื่น ถอนสะอื้นเหมือนไม่พอไจเห็น พอเวลาสายันห์ตะวันเย็น
นกยูงเล่นลมเพลินขนเนินเตียน ข้างเยื้องอกหกหางค้อมกางปีก
แฉลกฉลีกเลี่ยวลัดฉวัดเฉวียน ข้างย่องย่างข้องประจงทิ้งเวียน ออก
กลางเตียนดินขวิดดูกริดกราย คิดถึงไปไซ้ขนไดัยลสมร เมื่อทอด

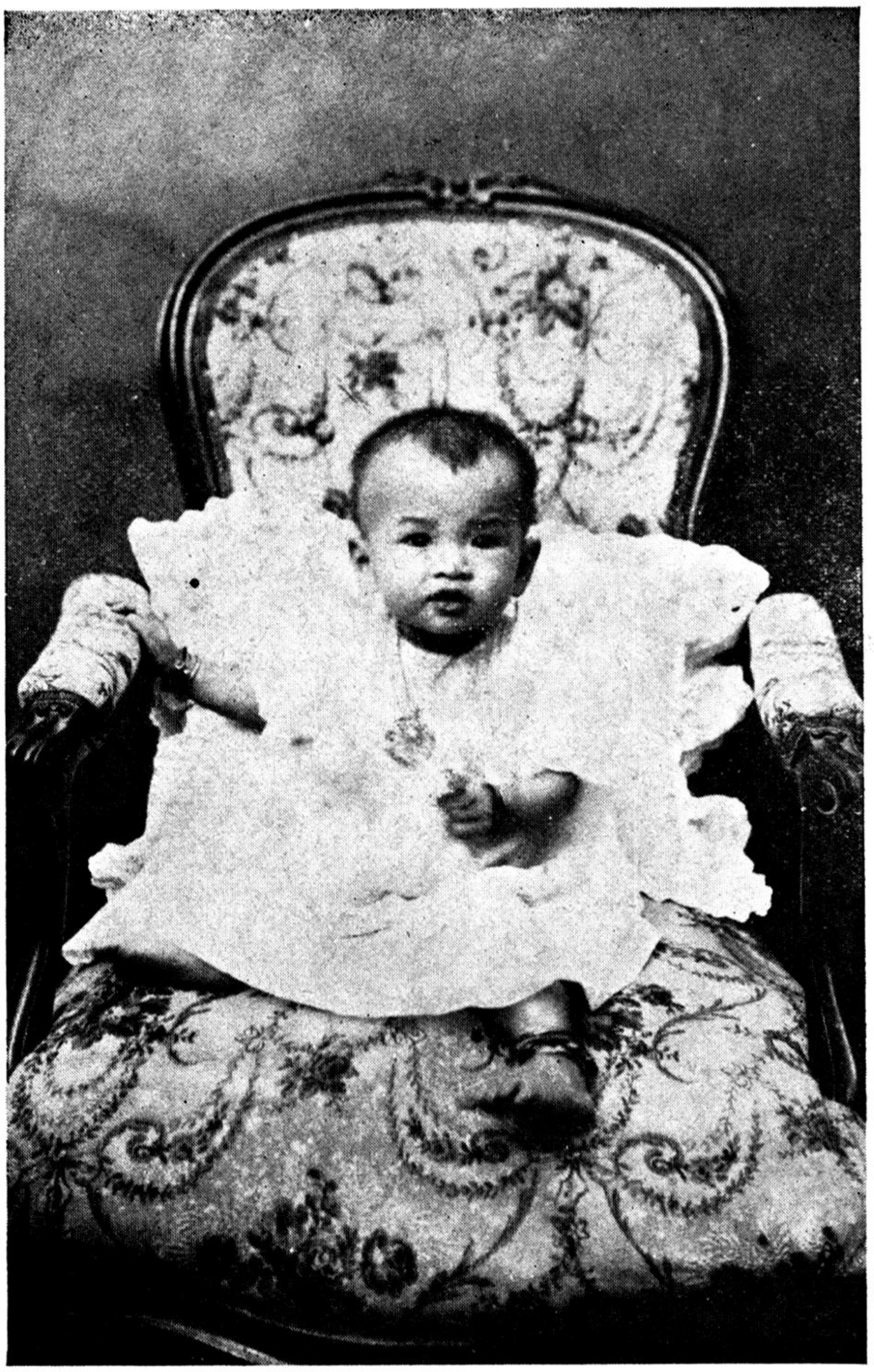
กรพ้อนรำระบำถวาย โอ้อาภัพลับนุชสุดเสียดาย สะอื้นอายมยุราไห้
อาวรน์ เห็นเขาเขียวเคี่ยวโดดล้วนโสดสูง แต่ล้วนฝูงหงส์ขับสลับสลอน
หงส์ก็งามตามหย่างเพราะหางงอน เปนค่ย้อนปกยิดกันชิดชม อรหัน
นั้นหน้าเหมือนมานุส ยักเหมือนครุธครีบเท้ามีเผ้าผม พวกม่าเหมียว
เคี่ยวเดินเนินพนม ลูกเล็กล้มลากจูงเหมือนฝูงคน เหล่าละเมาะเงาะ
ป่าคุลาหยู่ เคี่ยวกินปูเบียวป่าผลาผล สิงห์โตตินยินหยัดสยัดตน เห็น
ผู้คนโผนเข้าลำเนาเนิน ฝูงมฤคถกเถอนเคี่ยวเกลอนกลุ้ม เปนคู่คุม
เคียงนางไม่ห่างเหิน เห็นกวางทองย่องเยื้องชำเรืองเดิน เหมือนน้อง
เชิญพานผ้าประหม่าเมียง พี่เข้าด้วยช่วยประคองพระน้องนุช สงสาน
สุดสวาทไม่อาดเถียง โอ้ยามนี้มิได้น้องประคองเคียง พี่กเสียงบุญ
ตามเข้าซามเชย เปนกุสลหนหลังเราทั้งสอง คงได้น้องคืนมาเรียง
เคียงเขนย แม้กัมหนุนบุญน้อยจะลอยเลย มิได้เชยบุสมาพงางอน
พระครวนคร่ำร่ำไรมาในรก โสกกำสดแสนเสียดายสายสมร พอ
เวลาสายันห์ตะวันรอน ยักสาร่อนริบกลับมาขับรัง โอ้นกเอ๋ยเคยหยู่
มาสู่ถิ่น แต่ยุพินลิบลับไม่กลับหลัง ครั้นแลดูสุริย์แสงก็แดงดัง หนึ่ง
น้ำค้รั่งคล้ำพ่านภาลัย เหมือนครั้งนี้พมาโสกแสนทเวส ชลเนตร
แดงเดือดจนเลือดไหล โอ้ตะวันครั้นจะลับภพไตร ก็อาลัยโลกยังยั้ง
หยดรั้งรอ ประหลาดนักรักเอ๋ยมาเลยลับ เหมือนเพลิงดับเด็ดเดี่ยว
ไปเจียวหนอ ชลนัยย์ไหลหลั่งลงคลั่งคลอ ยิ่งเย็นย่อเสี่ยวซวงไห้ล่วง
โรย ชะนีน้อยห้อยไม้เรไรร้อง เสียงแซ่ซ้องเริ่มรัวเรียกผัวโหวย
เหมือนอกพี่ถวิลให้ดิ้นโดย ละห้อยโหยหานางมากลางไพร พระสุริยง

ลงลับพยับค่ำ ถึงแนวน้ำเนินผาพริกสาไสว หยุดพำนักพักพหลสกล
ไกร พระเนาในรถทองกับน้องยา ถนอมแนบแอบองค์หลงหนึ่งหรัด
ไห้บรรทมสมถนัดในรัถฎา ต้องจากวังครั้งนี้เพราะพี่ยา พระน้องมา
อ้างจ้างวังเวงไจ ฯ

นอนเถิดหนายาหยีพี่จะกล่อม งามละม่อมมิ่งขวัญหย่าหวั่นไหว
คิรีรอบขอบเคียงเหมือนเวียงชัย หยู่ร่มไม้เหมือนปราสาทราชวัง
เคยสำเนียงเสียงนางสุรางห์เห่ มาพังเรไรแซ่เหมือนแตรสังข์ เคยมี
วิสูตรรูดกั้นบนยัลลังก์ มากำบังไยไม้ในไพรวัน หนาวน้ำค้างกลางคืน
สื้นอ้อน จะกางกรกอดน้องประคองขวัน เอาดวงดาราระยับกับ
พระจันท ต่างช่อชั้นชวาลาระย่อยย้อย จักกะจั่นหวั่นแว่วแจ้วแจ้วเสียง
ต่างสำเนียงขับครวนหวนละห้อย พระพายเอ๋ยเชยมาต้องพระน้องน้อย
เหมือนนางคอยหมอยกรานหยู่งานพัด โอ้เวลาย่านฉะนี้เจ้าพี่เอย
กะไรเลยแลเงียบเชียบสงัด น้ำค้างเผาะเหยาะเย็นกะเซ็นซัด ดึกสงัด
ดวงจิตจงนิทรา พระขวัญเอ๋ยเคยนอนหย่าร่อนเร่ ไยว้าเหว่ห่างไม้
ไพรพริกสา ขวัญมาหยู่สู่ที่พระพี่ยา พระมารดาบิตุเรสนิเวศน์เวียง
พระขวัญเอ๋ยเคยแอบแนบถนอม มาพังกล่อมกลอนเพราะห์เสนาะเสียง
โอ้แรมล่วงดวงเดือนก็เลือนเอียง พี่พิสเพียงพักตรแฝงพลิกแพลงยัง
ยุสยาหยาหยีเจ้าพี่เอย ช่างลอยเลยลิบลับไม่กลับหลัง เมื่ออุ้มออก
นอกเชตนิเวศน์วัง พระน้องนั่งรถชังที่ตรงริม พี่หยอกเย้าเช้าชื่มชม
แต่โกรธ สะอื้นโยคโอสฐ์เอียมเสงี่ยมหงิม หยู่ไกลเคียงเพียงเอ๋ย
ได้เคยชิม ถนอมนิ่มเนื้อน่วมร่วมรทัย พระครวนคร่ำรำลึกจนดึกเงียบ

เย็นยะเยียบหย่อมหย้าพริกสาไสว สงบเสียงสิงห์สัตว์สงัดไพร ทุกกอกิ่งมิ่งไม้พระไชครัม สุมามาลย์บานกลิ่นระรินรื่น ไนเที่ยงคืนเสียงแต่ผึ้งหึ่งกะหึ่ม ผิพระไชไม้พุ่มงุมงุมงิ่ม โชมดพิ่มผิวกู่หวิวหวู่โวย เหล่ามายาข่าโบ่งเที่ยวโทงเถื่อน ตะโกนเพื่อนเพิกเสียงสำเนียงโหย น้ำค้างพรมลมเลื่อยเฉื่อย ๆ โชย ยิ่งดื่นโดยเดือดดับไม่ลับเลย จนชวงเย็บเหน็บแน่นแหงนคูฟ้า องค์ประการะตาหลาเจ้าข้าเอ๋ย พระน้องนุชยุสยาเจ้าข้าเคย เปนคู่เชยชมชื่นไห้คืนมา ทั้งโกสัยตรเนตรเห็นเหตุสิ้น ว่ายุพินหยู่ที่ไหนนำไปหา หาไม่ฉันวานแต่พระสุชาดา ช่วยอุ้มพามาไห้พบประสพกัน ทั้งพรหมานวานแต่พาหนะหงส์ จะไดัซงเหาะแสวงทุกแห่งสวรรค แม้นไดันุชยุสยาวิลาวรรน จะทำขวันหงส์พรหมไห้สมยส จนพลบค่ำรำลึกนึกอนาถ ไม่ไสยาสน์วิโยคโสกกำสด จนแข่มแจ้งแสงตะวันไหร่นทด ไห้ยกทัพขับรถเลี้ยวลดเดิน ทุกแว่นแควันแดนชวาสุธาทวีป เที่ยวเร่วริ่รอยเกาะดังเหาะเหิน ไม่พบเห็นเปนเคราะห์จำเพาะเผอิน ไปจนเกินมาละกาพาราย เมืองระตูรู้ทั่วกลัวอำนาด ต่างแต่งราชธิดามาถวาย ไม่ไยดีอินังแต่ซังตาย เหมือนแก้วหายไดัยึดไม่ทัดเทียม แม้นมีเหมือนเพื่อนเชยที่เคยชิด ไม่ขอคิดนึกหน่ายละอายเหนียม แต่ปราสัยไถ่ถามตามทำเนียม ไม่และเลียมเลยแสวงทุกแห่งไป ถึงเจ็ดเดือนเคลื่อนคลาดประหลาดแล้ว ไม่พบแก้วกลอยจิตพิสมัย จนพระรูปซูบผอมเพราะตรอมไจ ทั้งนายไพร่พลนิกรอ่อนกำลัง จนถึงทางร่วมที่บุรีรัน์ที่จะตัดมรรคาไปกาหลัง เห็นเขาเขินเนินร่มพนมวัง ตันรุงรัง

ครักครันระรันเย็น ทิธารถ้ำน้ำพุทะลุลั่น เปนช่องชั้นบัลลังก์น่านั่งเล่น ผลาผลหล่นกราดดาดกะเด็น ดอกไม้เปนดอกพร้อมหอมรันทวน ๆะ ไคร่ชวชสวดมนต์หย่บนเขา เพราะแสนเสำสดจะตามซามสงวน แม้นมิตามความรักเผ้าชักชวน ไห้ยั่นย่วนไปตามเพราะความรัก จะหักอันขันหักก็จักได้ หักอาลัยนั้นไม่หลุดสุดจะหัก สารพัดตัดขาดประหลาดนัก แต่ตัดรักนี้ไม่ขาดประหลาดใจ จะล้างพรตอดรักหักสวาท เผื่อจะขาดข้องคิดพิสมัย แม้นนุชยุสยานิคาลัย จะได้ไปสู่สวรรคชั้นโสรส จึงหยุดทัพยับยั้งตั้งอาสรม รักสาพรหมจรรย์ด้วยกันหมด ปะตาปาอาหยันหยู่บรรพต อุส่าห์อดอาลัยก็ไม่คลาย ภาวนาว่าจะตั้งปลงสังเวช ก็หลับเนตรเห็นค่ไม่รัหาย จะสวดมนต์ต้นถกไปผกปลาย ก็กลับกลายเรื่องราวเปนกล่าวกลอน คิดถึงนุชยุสยาออกมานั่ง บนบัลลังก์เหลี่ยมผาหน้าสิงขร พระตรวดน้ำร่าว่าด้วยอาวรน์ หวังสมรเหมือนจะคราดไนชาตินี้ จะอุตส่าห์ปะตาหลารักสากิจ อวยอุทิสผลผลาถึงยาหยี จะเกิดไหนไนจังหวัดบ้ถพี ไห้เหมือนยักยขลุ่ยต้องทำนองกัน เปนจีนจามพราหมน์ฝรั่งและอังกริด ไห้สนิธสเนหาตุนาหงัน แม้นเปนไทยไห้เปนวงส์ร่วมพงพันธ์ พอโสกันต์ไห้ได้หยู่เปนคู่ครอง ครั้นตรวดน้ำสำเหร็ดเสด็ดกลับ เข้าห้องหับโหยไห้พระทัยหมอง ทกเช้าค่ำร่ำลักเผ้าตรักตรอง จนขาดครองคราวสวาทนิราสเอย ฯ



ถ่ายเมื่อ พ.ส. ๒๔๕๓ อายุ ๑ ปี

คำนำ

ในความมุ่งหมายในการเขียนตำหรับเล่มนี้ ก็คือจะให้บันดายุวสตรีของไทย ซึ่งมีความสนใจในวิชาการครัว หรือผู้ซึ่งจำเปนจะต้องมีความรู้ในเรื่องนี้ ได้ซายหลักสำคันในวิชาการครัวและการประกอบอาหารไว้บ้างตามสมควน และต้องการให้เข้าใจความหมายของสัพท์ในวิชาการครัวให้ชัดเจน

การกะทำใด ๆ ก็ตาม ต้องเปลี่ยนแปลง (ผันแปร) ไปตามกาลสมัย ทั้งนี้มิใช่เนื่องด้วยของเดิมซึ่งต้องเปนของเก่าเปนของเลวหากแต่เปนเพียงขั้นต้น เราต้องมาก่อเสิมให้ดีขน ให้เปนประโยชน์ยิ่งขึ้นต่อไป มิใช่นำของใหม่มาใช้แต่หย่างเดียว โดยไม่คำนึงถึงของเก่า ซึ่งเคยเปนประโยชน์สืบเนื่องกันมา ดังเช่นในการยันหม้อจะต้องมีผู้เริ่มแรกคนหนึ่งไปเลือกขุดดินสำหรับใช้ เมื่อได้ดินมาแล้วก็ต้องผสมให้ถูกส่วนไปยันเปนก้อนและทำให้มีเค้าเปนหม้อ ซึ่งเรียกว่ารูปโกลน ต่อจากนั้นก็ต้องค่อย ๆ ตีขึ้นเปนรูปหม้อ แล้วจึงจะนำไปขัด ต่อไปจึงเผาและนำมาใช้ได้ ก็เปรียบได้กับการกะทำต่าง ๆ ซึ่งจำเปนจะต้องมีผู้เริ่มต้นก่อนแล้วแต่เดิม ต่อมาเมื่อผู้เล็งเห็นประโยชน์ จึงขยับงานนั้นไปทำต่อ และช่วยส่งเสิมให้ดีขึ้นเปนลำดับ เพื่อให้เสดเปนรูปงานที่ดีเหมาะสมแก่สมัย ฉันใดก็ดี ตำหรับเล่มนี้ก็มีความมุ่งหมายในทำนองเดียวกัน คือไม่ทิ้งของเดิมเสีย แต่จะพยายามดัดแปลงแก้ไขให้เหมาะสมแก่สมัยขึ้น จะพยายามเลือกแต่สิ่งซึ่งได้เห็นแล้วว่าเปนประโยชน์อันแท้จริง และสมควนนำมาใช้ได้

ข้อแนะนำในการจัดครัว และการประกอบอาหารตามตำหรับนี้เปนข้อแนะนำซึ่งดำเนินตามแนวที่มีหยู่แล้วแต่ดั้งเดิม เช่นการยีนประกอบอาหารเปนต้น ในข้อนี้เราได้เล็งเห็นแล้วว่า การนั่งประกอบอาหารกับพื้นนั้น มีทางที่จะเปนเหตุให้ผิดอนามัยได้หลายทาง ดังนั้น จึงเลือกกล่าวไว้แต่สิ่งซึ่งได้แก้ไขดัดแปลงแล้ว และตั้งใจว่าจะพยายามรวบรวมตำหรับประเภทนี้ต่อไป

อนึ่งหนังสือนี้ ฉันตั้งใจเรียบเรียงขึ้นสำหรับเด็กซึ่งเริ่มฝึกหัดทำอาหารหรือให้เคยชินต่อการใช้ภาชนะต่าง ๆ เท่านั้น จึงไม่ได้กล่าวถึงการจ่ายตลาด วิธีเลือกเนื้อสัตว์ เลือกผัก ฯลฯ ตลอดจนวิธีหั่น เพราะโดยมากเด็กรุ่นนี้ต้องอาสัยผู้ใหญ่เปนผู้จ่ายให้ ถ้าจะกล่าวให้ละเอียดกว่านี้ เกรงว่าจะเกินกำลังความสามาถของเด็ก

ความสำคันของหนังสือเล่มนี้หยู่ที่ผู้ใช้จะต้องอ่านและตรวดดูคำแนะนำทุกประเภทให้ถี่ถ้วน.

ม.ร.ว. หญิงเต็อง สนิทวงส์

กรุงเทพ ฯ วันที่ ๑ ตุลาคม ๒๔๘๕

ตอนที่ ๑

อัตราตวงต่าง ๆ

ในการประกอบอาหารต่าง ๆ ให้มีรสคงที่หยู่เสมอนั้น จำเปน ต้องใช้เครื่องตวงให้ได้ส่วนเสมอไป ตามมาตราตวงต่อไปนี้

๔	ช้อนชา	เท่ากับ	๑	ช้อนโต๊ะ
๑๖	ช้อนโต๊ะ	,,	๑	ถ้วยชา

หมายเหตุ ถ้วยชาในที่นี้ มีขนาดความหุเท่ากับกะป๋องนมหวาน ตราแหม่มทูนหัว

วิธีตวง

๑. **การตวงของแห้ง** แป้งหยาบ น้ำตาลละเอียด น้ำตาลผสม เกลือป่น ถ้าเกาะกันเปนก้อน ควนขยี้ให้แตกจากกัน แป้งมัน แป้งสาลี เมื่อจะตวงควนร่อนเสียก่อน

สิ่งต่าง ๆ ที่กล่าวนี้ เมื่อจะใช้ถ้วยตวง ให้ใช้ช้อนตักใส่ลงในถ้วยตวง แล้วใช้สันมีดปาดให้ได้ระดับปากถ้วยตวง ขนะที่ตวงหย่าเคาะถ้วยเปนอันขาด เพราะจะทำให้แน่น และส่วนของการตวงไม่แน่นอน

ส่วนการตวงด้วยช้อนก็เช่นเดียวกัน คือให้ใช้ช้อนตัก แล้วใช้สันมีดปาด ถ้าจะตวงเพียงครึ่งช้อน ก็ให้ใช้มีดแบ่งตรงกึ่งกลางของช้อนนั้น

คำว่า “ตวงสุ่ม” หมายความถึงไส่ของลงในภาชนะนั้นให้เต็มเพียงไม่ตก คำว่า “ตวงพูน” หมายความถึงตวงสูงกว่าระดับปาก

๒. การตวงของเหลว ของเหลวหรือของน้ำ ขนาด ๑ ถ้วย ๑ ช้อนโต๊ะ ถือการเต็มปรี่ ได้ระดับกับริมของถ้วยและช้อนเป็นประมาน

การตวงด้วยถ้วยก็ดี หรือด้วยช้อนก็ดี ตามที่กล่าวข้างบนนี้ จะใช้สิ่งอื่นแทนก็ได้ แต่ผู้ตวงต้องตวงให้ได้ส่วนตามที่กะไว้

ตำหรับผักหัดปรุงอาหาร ตอนที่ ๑

ตอนนี้ ไช้สำหรับครอยครัวที่มีคนน้อยคน ผู้เริ่มผักหัดประกอบอาหาร จะต้องรู้หลักสำคันในการจัดการปรุงและการแต่งครอยครัวเล็ก ๆ ที่มีประมาน ๔–๕ คนนั้น ครัวไม่ต้องไหย่โตนัก แต่เครื่องไช้ในครัวจำเปนต้องมีให้ครบถ้วน ถ้าจะให้ครัวสมบูรน์แล้วควนมีเครื่องไช้เหล่านี้ คือ

๑. ตู้สำหรับเก็บอาหารสดและอาหารแห้ง
๒. ตู้ไส่ภาชนะและข้าวสาร
๓. โต๊ะปรงอาหารพร้อมด้วยม้านั่ง ๑ ตัว
๔. หม้อข้าว ๑
๕. หม้อแกง ๑
๖. กะทะเหล็ก ๑

๗. กะทะทอง ๑

๘. ครก ๑ พร้อมด้วยลูกครกไม้

๙. เขียง ๑

๑๐. ชามอ่างขนาดกลาง ๒ (เส้นผ่าศูนย์กลางประมาน ๔๐ ซม.)

๑๑. ขานเคลือสำหรับใส่ของเวลาปรุง ๓

๑๒. ชามเคลือ ๓

๑๓. ตะหลิว ๑

๑๔. ทัพพี ๒

๑๕. ช้อนสำหรับตวง ๑ ชุด (ช้อนโต๊ะ ช้อนหวาน ช้อนคาว)

๑๖. ถ้วยสำหรับตวง ๑

๑๗. ช้อนซ่อมขนาดไหย่ ๑ คู่

๑๘. ช้อนถ้วย หรือช้อนสำหรับไช้และชิม ๖ คัน

๑๙. มีดสับ ๑

๒๐. มีดหั่น ๑

๒๑. มีดโต้ ๑

๒๒. มีดทองปอก ๑

๒๓. มีดทองคว้าน ๑

๒๔. ตะแกรง ๑

๒๕. กะชอน ๑

๒๖. ฝาชี ๑

๒๗. ผ้ากรอง ๒ ผืน

๒๘. ผ้าเช็ดชามหวาน ๒ ผืน คาว ๒ ผืน

๒๙. ผ้าจับหม้อ จับกะทะ ๒ ผืน

๓๐. เตาอั่งโล่ ๒ เตา

๓๑. ตารางขังปลา ๑

๓๒. คีมคีบถ่าน ๑

๓๓. ตะหลิวตักถ่าน ๑

๓๔. พัด ๑

๓๕. โต๊ะตั้งเตา ๑

๓๖. ตุ่มหรือที่ใส่น้ำ ๑ ที่

๓๗. ขันตักน้ำ ๑

๓๘. กาต้มน้ำ ๑

๓๙. ถ้วยตะไล ๕๐ ถ้วย

๔๐. ลังถึง ๑

๔๑. ทัพพีโปร่ง

๔๒. แปรงลวด

๔๓. กะต่ายขูดมะพร้าว

๔๔. กะต่ายมือ

เครื่องไช้ในเวลารับประทาน

๑. โถหริอชามไหย่สำหรับไส่ข้าว

๒. ขานสำหรับรับประทานข้าว ๖

๓. ขานไส่กับข้าว ๖ (ขานกันตื้น ๓ ขานกันลึก ๓)

๔. ชามแกง ๓

๕. ถ้วยไส่เครื่องจิ้ม ๓

๖. ขานของหวาน ๖

๗. โถแก้ว

๘. ชามแก้ว ๖ (สำหรับรับประทานของหวาน)

๙. ช้อนซ่อมคาว ๖

๑๐. ช้อนซ่อมหวาน ๖

๑๑. ช้อนถ้วย ๑๒

๑๒. มีดโต๊ะ ๖

๑๓. ถ้วยแก้ว ๖

๑๔. ผ้าเช็ดมือ ๖

๑๕. เครื่องพวง ๑ ชุด

๑๖. ไม้จิ้มฟัน

๑๗. ทัพพีหริอช้อนไหย่สำหรับตักข้าว ๑

๑. การจัดครัว

ตู้สำหรับไส่อาหาร ควนตั้งไน (ส่วนไดส่วนหนึ่งของ) ครัว ตอนที่แดดส่องไม่ถึงตู้ไส่ภาชนะนั้น ตอนล่างควนให้เปนที่เก็บข้าวสาร

ได้ดังในรูป การตั้งตู้แล้วแต่จะเหมาะกับสถานที่ (เตาไฟควรตั้งบนโต๊ะจะได้ยืนทำได้สดวก) ควรตั้งหยู่ไกล้หน้าต่าง หรือประตู เพื่อให้มีอากาสผ่านได้ ไม่อบอ้าว เตาควรมีสองขนาด ที่ไกล้เตาควรมีที่สำหรับแขวนกะทะ ตะหลิว และทัพพี

ที่ล้างชามควรตั้งหยู่ไกล้ก๊อกน้ำ และท่อระบายน้ำ

ในตู้ไส่อาหารชั้นล่าง ควรเปนที่สำหรับเก็บครก และของที่ไส่อ่าง ไส่โถ เช่นกะบี เต้าเจี้ยว ฯลฯ ชั้นที่ ๒ เปนชั้นไม้โปร่งสำหรับเก็บของเค็มต่าง ๆ เช่นปลาแห้ง ปลาเค็ม ไข่เค็ม ฯลฯ ชั้นที่ ๓ ควรเปนที่สำหรับไส่อาหารที่ปรุงเส็ดแล้ว ชั้นที่ ๔ ควรเปนที่เก็บของหวาน น้ำตาล กุ้งแห้ง ขวดน้ำปลา ของกะจุกกะจิกอื่น ๆ บนหลังตู้เปนที่เก็บ หอม กะเทียม พริกแห้ง ผลไม้ และเผือกมันเขียง, มีด, ช้อน, ลูกครก และผ้าเช็ดชาม ฯลฯ ควรเก็บไว้ในลิ้นชักโต๊ะปรุงอาหาร

เครื่องไช้ต่าง ๆ ในครัว ต้องจัดไว้ให้เปนระเบียบเรียบร้อยเปนพวกเปนหมู่ เมื่อเวลาไช้จะได้หยิบได้ง่ายและสดวก ส่วนไม้กวาดและผ้าเช็ดพื้น ไม่ควรจัดไว้ในครัวเปนอันขาด

หมายเหตุ ๑. ผ้าขยุหูหม้อหรือกะทะ ควรไช้ผ้าปูที่นอน หรือผ้าเช็ดตัวที่ไม่ไช้แล้ว พับให้เปนรูปสี่เหลี่ยมขนาด (๘ × ๑๒) (๑๒ × ๘) ซม. ซ้อนกันประมาณ ๕—๖ ชั้น แล้วสอยขอบโดยรอบทั้ง ๔ ด้าน (เมื่อ

เย็บเส็ดแล้วมีลักสนะคล้ายเขาะ) ติดหูไว้ที่มุม
สำหรับแขวน

ส่วนผ้าเช็ดชามนั้น ควนเปนผ้าเนื้อนุ่มๆที่ดูดน้ำ
ได้ง่าย ขาดัควนมีชามรองกันมดขึ้น ไชยาฉนผสม
น้ำมันก๊าสหรือน้ำมันโซล่า เปนดีกว่าหย่างอน คอย
หมั่นดูหย่าให้น้ำมันแห้ง และคอยเปลี่ยนยาฉุน

๒. ถ้าจะจัดครัวให้มีเครื่องไช้น้อยลงกว่านี้ โดยให้
มีฉเพาะแต่เครื่องไช้ที่จำเปนและเพียงพอกับจำนวน
คนที่ไช้ก็ควนจะให้มีตู้ไส่อาหารตู้เดียว ข้างล่างไส่
จาน ชาม และครก ข้างบนไส่อาหารที่ทำเส็ดแล้ว
(ส่วนของจุกจิกเช่น พริก กะปี หอม กะเทียม ฯลฯ)
ซื้อมาไช้ร้ายวันเมื่อเหลือไช้ ควนทำเปนหิบ แบ่ง
เปนช่องไส่ไว้ มีฝาปีด ข้าวสารควนมีหิบหรือถัง
ไส่ ทั้งสองหย่างนี้วางไว้บนหลังตู้ เครื่องไช้หย่างอื่นก็
มีโต๊ะรองเตา, ที่ไส่ถ่าน, ที่ล้างชาม, ที่เทน้ำ,
โต๊ะปรุงอาหาร, หม้อข้าวและกะทะ ส่วนหม้อแกง
ไม่จำเปน ไช้กะทะทำแทนได้ เมื่อสุกแล้วไช้ชาม
เก็บไว้ ไช้กะทะทำหย่างอื่นต่อไป

ควนทำหิ้งไว้ข้างฝา สำหรับวางหม้อข้าว เขียง
และของอื่น ๆ โต๊ะปรุงอาหาร ควนมีลิ้นชักสำหรับ

ไส่ผ้าเช็ดชามและมิด ทาน ชามและช้อนที่จะไช้ก็ลดจำนวนลงตามส่วน

ระเบียบที่ดีของครัวที่ถกอนามัย ของทกหย่างไม่ควนวางและทำกับพื้น

หลักสำคันฉเพาะไนครัว

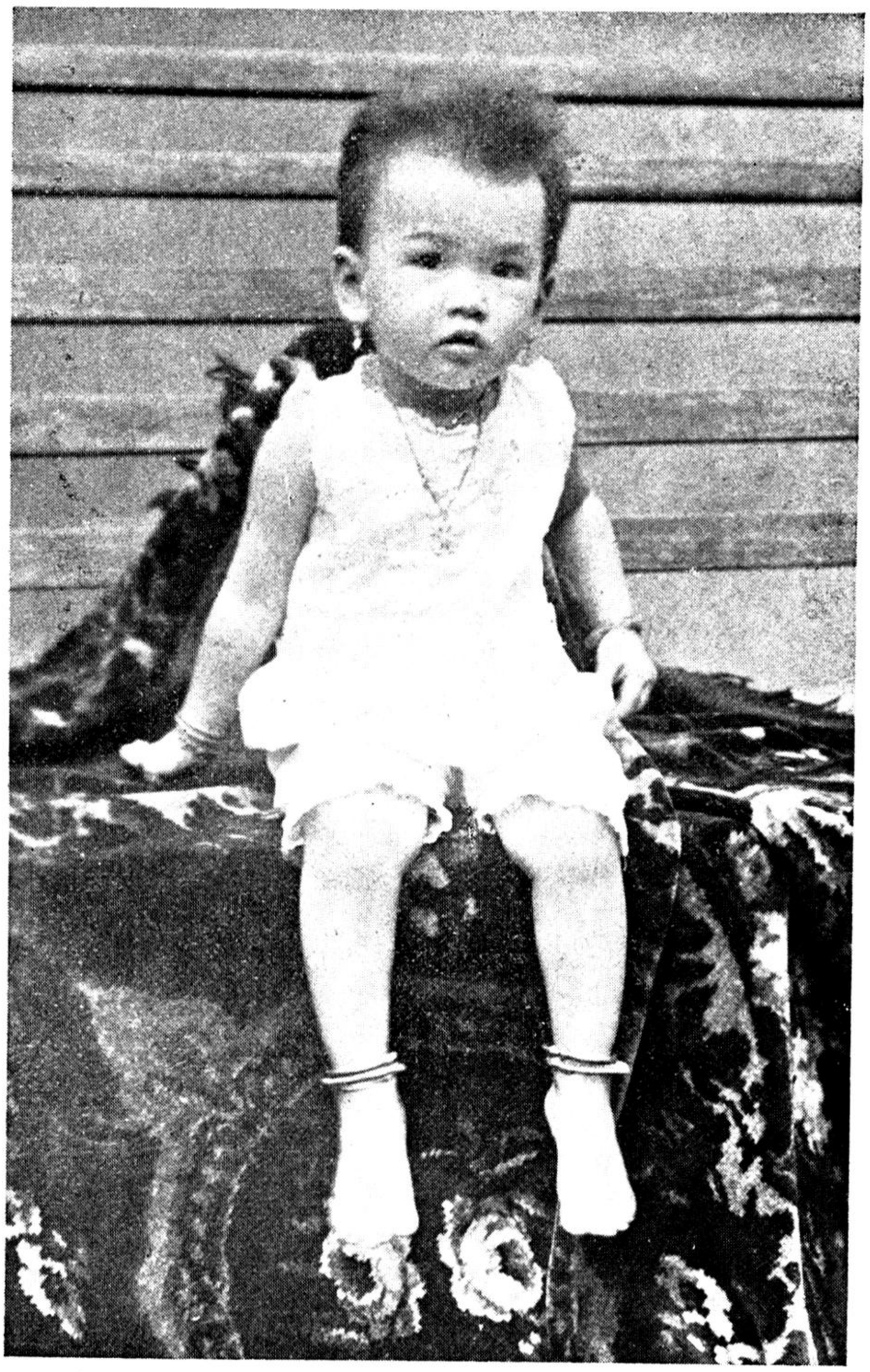
เครื่องไช้ไนครัว ควนให้ไดขนาดเหมาะสมกัน

๑. เตา ขนาดเตาต้องไห้เหมาะสมกับหม้อหริอกะทะ ไม่ให้ไหย่หรือเล็กเกินส่วน ถ้าเตาไหย่หม้อเล็ก ไส่น้ำตั้งไว้จะแห้งเร็วเกินปรกติ ถ้าเปนกะทิ ข้างหม้อจะไหม้ก่อนที่กะทิจะแตกมัน ถ้าหม้อไหย่กว่าเตาจะเดือดช้ากว่าปรกติ ฉะนั้นจึงควนมีเตาทั้งเล็กและไหย่หย่างละ ๑ ไตา

๒. ภาชนะ ควนไห้เหมาะสม เช่น

ก. ภาชนะที่ไช้เวลาปรุง เช่นสำหรับล้างผก จะต้องไช้ชามอ่างไห้ขนาดพอดีที่ผักจะแช่น้ำกลับตัวส่ายได้ทั้งต้น ถ้าจะตีไข่สักกี่ฟองก็ต้องไช้ชามที่มีขนาดพอเหมาะ เมื่อใส่ไข่แล้วไห้หยู่เพียงครึ่งภาชนะนั้น ของน้ำต้องไส่ชาม ของแห้งต้องไส่จาน ไม่ควนเอาของน้ำไส่จานของแห้งไส่ชาม

ข. ภาชนะที่ไช้ไส่อาหารไปตั้งรับประทาน ควนจัดไห้เปนระเบียบ เช่นแกงเผ็ด ไม่สู้จำเปนจะต้องไห้เปนรายบุคคล ควน



ถ่ายเมื่อ พ.ส. ๒๔๕๕ อาย ๓ ปี

ตักไส่ชามไหย่พอที่จะรับประทานได้ตามจำนวนคน นอกจากบางครั้งที่ต้องการ

แกงจืดควนไส่ชามให้เปนรายบคคล

อาหารเย็ดเตล็ดบางหย่างก็เปนอาหารแห้ง บางหย่างก็มีน้ำหล่อควนพิจารนาตามสมควน ว่าจะไช้จานกันลึกหรือกันตื้น เพื่อสดวกไนการยกและการรับประทาน

ค. ควนมีช้อนกลางไส่ไว้ไนอาหารทุก ๆ ที่

๓. การจัดอาหาร การจัดอาหารลงภาชนะ ต้องกะขนาดภาชนะให้เหมาะกับอาหาร จึงจะน่ารับประทาน คือไม่น้อยหรือมากเกินควน การตักแกงไส่ชาม ไม่ควนตักให้ล้นชาม และไม่ควนให้น้ำหรือเนื้อมากกว่ากันจนเกินส่วน เช่นแกงเผ็ดควนให้น้ำสูงกว่าเนื้อเล็กน้อย แกงจืด ควนให้น้ำท่วมพ้นเนื้อขึ้นมาสักครึ่งชาม การจัดผักไม่ควนจัดจนสุมจาน ทำให้ยากแก่การหยิบรับประทาน

ภาชนะที่ไช้ไนการครัวและการรับประทานอาหาร ต้องล้างเช็ดให้สอาด เก็บเข้าที่ให้เปนระเบียบเรียบร้อยเสมอ คือไม่ให้ชามขนาดไหย่ซ้อนชามขนาดเล็ก และจานช้อนชาม ชามช้อนจาน เพราะอาดเลื่อนตกแตก ทั้งเปลืองที่เก็บและไม่น่าดูด้วย

วิธล้าง

ก. ภาชนะทุกหย่าง เมื่อจะล้าง ถ้ามีเสสอาหารเหลือติดหยู่ต้องกวาดออกให้หมดก่อนจึงค่อยล้าง

ข. ใช้ผ้าเนื้อหยาบสี่เหลี่ยมขนาดเล็กประมาณ ๒๐x๒๐ ซ.ม. ถูสบู่หรือขุ่มขี้เถ้าหรือน้ำด่าง แล้วถูภาชนะนั้นให้ทั่ว ล้างด้วยน้ำเย็นก่อน แล้วล้างด้วยน้ำอุ่นอีกที และเช็ดด้วยผ้าสอาด

ค. ถ้ามีของไหม้ติดกันหม้อ ต้องขูดด้วยของคมบาง ๆ แล้วใช้ก้อนถ่านถูจนหมดเกลี้ยง

วิธีติดไฟ มี ๓ วิธี

๑. ใช้สะเก็ดไม้ ขี้กบ หรือกะดาดใส่ในเตาให้มากพอ แล้วเอาถ่านกลบข้างบน ทำช่องไว้สำหรับจุดไฟได้ เมื่อจุดไฟแล้วพัดให้ติด

๒. เอาถ่านใส่เตา ใช้กะดาดหรือขี้กบใส่ให้เต็มก้นเตา แล้วจุดไฟ แต่ต้องพัดให้ไฟลุกท่วมถ่าน

๓. ตัดไต้ใส่ในเตา ใช้สะเก็ดไม้พอสมควรสุมไว้ข้างบน เอาถ่านกลบใช้ไม้ขีดไฟจุดไต้ แล้วพัดให้ติด (วิธีที่ ๓ นี้ ไม่ควรใช้เพราะเปลืองสตางค์โดยไร่เหตุ)

๒. การปรุง

ต้องคะเนให้ได้ส่วนตามตำหรับ และพอเหมาะกับจำนวนผู้รับประทาน ผู้ปรุงต้องมีไหวพริบดี รู้จักประมานในการปรุงรส ให้เหมาะสมกับผู้รับประทาน ถึงแม้นตำหรับโดยมากไม่ได้บอกส่วนไว้ ผู้ปรุงก็ต้องตวงให้ได้ส่วนเอง คือต้องสังเกตุว่า เมื่อใส่ส่วนเท่าไร รสนั้น ๆ เปนหย่างไร ขาดหรือเกินแล้วเติมหรือลดลงเท่าไรจึงจะถูก

ส่วนที่เหมาะและจดจำไว้สำหรับทำในคราวต่อ ๆ ไป เพื่อให้รสมือคงที่ การปรุงอาหารที่มีรสเปรี้ยว เค็ม หวาน เช่น ยำ หรือน้ำพริก เป็นต้น ควรใส่เค็มก่อน แล้วจึงใส่เปรี้ยวใส่หวาน ถ้าปรุงอาหารที่เป็นรสเค็ม อาหารนั้นเมื่อปรุงแล้ว รสปร่า ไม่อร่อยต้องแก้ด้วยน้ำตาลเล็กน้อย จึงจะหายปร่า แต่หย่าใส่มาก จนปรากฏรสหวาน

การแต่ง

การแต่งในที่นี้ หมายถึงการแต่งหน้าอาหารที่ปรุงสำเร็จแล้ว เช่น ยำ หรือผัด ฯลฯ ด้วยพริกแดง ผักชี ฯลฯ เพื่อให้งดงามน่ารับประทานขึ้น

ความหมายของคำที่ใช้ในการประกอบอาหาร

๑. ต้ม หมายความถึง การทำอาหารให้สุก โดยใส่หม้อพร้อมกับน้ำกะทิหรือน้ำตาล ตั้งไฟให้เดือดจนสุกตามความประสงค์

๒. หุง หมายความถึงการทำอาหารให้สุก โดยใส่หม้อพร้อมกับน้ำ เมื่อจวนสุกจึงรินน้ำออกให้จนหมด และตั้งไฟต่อไปจนแห้ง หรือจะใส่น้ำให้พอเหมาะกันก็ได้ พอน้ำแห้ง วัตถุนั้นก็สุกพอดี (ไม่ต้องรินน้ำออก)

๓. ลวก หมายความถึงการทำอาหารให้สุกพอควน หรือเพื่อให้หมดกลิ่นหรือรส โดยการต้มน้ำให้เดือดก่อนแล้วใส่อาหารนั้น ๆ ลงและคนพอสุก หรือคนให้ทั่วแล้วตักขึ้น

๔. นึ่ง หมายความถึงการทำอาหารให้สุกโดยไม่ต้องใส่น้ำปนลงไปกับอาหาร คือนำอาหารนั้นใส่ในลังถึง หรือภาชนะหย่างใดหย่างหนึ่ง แล้วตั้งลงในกะทะที่มีน้ำเดือด ใช้ฝาปิดไม่ให้ไอออกได้ หรือจะใช้นึ่งด้วยหวด เช่นนึ่งข้าวเหนียวก็ได้

๕. ตุ๋น หมายความถึงการทำอาหารให้สุกจนเปื่อย โดยนำอาหารนั้นใส่ลงในภาชนะแล้วตั้งในหรือเหนือภาชนะอีกใบหนึ่งซึ่งมีน้ำเดือด และปิดอบไว้ไม่ให้โอชะของอาหารนั้นระเหยไป เวลานานกว่านึ่ง

๖. ปิ้ง หมายความถึงการทำอาหารให้สุกโดยวางไว้เหนือไฟไม่สู้แรงนัก จนผิวเกรียมหรือกรอบ

๗. เผา หมายความถึงการทำอาหารให้สุก โดยวางไว้ในหรือเหนือไฟอันแรง จนภายนอกไหม้ แต่ภายในสุกและนุ่มต้องใช้เวลาเร็ว หรือนานให้พอแก่ชนิดของอาหารนั้น

๘. ย่าง หมายความถึงการทำอาหารให้สุก โดยวางไว้เหนือไฟอ่อน ๆ หมั่นกลับไปกลับมาจนข้างในสุกและข้างนอกอ่อนนุ่มหรือแห้งกรอบ ต้องใช้เวลานานพอควน

๙. ผัด หมายความถึงการทำอาหารสิ่งเดียวหรือหลายสิ่งให้สำเร็จเปนอาหารสิ่งเดียว และมีรสหย่างหนึ่งหย่างใด โดยการใช้น้ำมันหมู กะทิ ฯลฯ ใส่ในกะทะรวมกับอาหารที่ต้องการ คนให้ทั่วและปรุงรสตามชอบ

๑๐. ทอด หมายความถึงการทำให้สุกด้วยน้ำมัน โดยการตักน้ำมันใส่กะทะ ตั้งไฟให้ร้อน แล้วใส่อาหารนั้นลงไปให้พอเหลืองหรือสุก

๑๑. จี่ หมายความถึงการทำอาหารให้สุกด้วยน้ำมันโดยการตั้งกะทะบนไฟ ทาน้ำมันให้ทั่วกะทะ แล้วใส่อาหารนั้นลงไปใช้ตะหลิวกดและคอยพลิกกลับจนสุกหรือเหลืองทั้งสองข้าง

๑๒. เจียว หมายความถึงการทำอาหารที่ทำละเอียดหรือเปนฝอย ซึ่งต้องการให้สุก หรือกรอยด้วยน้ำมัน โดยการตักน้ำมันใส่ภาชนะที่ตั้งบนเตา แล้วใส่อาหารนั้นลงคนเรื่อยไปจนกว่าจะสุกตามต้องการ

๑๓. หั่น หมายความถึงการทำให้เปนชิ้น ๆ โดยใช้มือหนึ่งจับมีดอีกมือหนึ่งจับของวางลงบนเขียงกดคมมีดลงบนของนั้น แล้วลากกลับมาเร็ว ๆ ให้คมมีดขาดถึงเขียงจนของนั้นขาดจากกัน

๑๔. ซอย หมายความถึงการหั่นให้เปนฝอย โดยใช้มือหนึ่งจับมีดอีกมือหนึ่งจับของไว้ด้วยปลายนิ้วหัวแม่มือนิ้วชี้และนิ้วกลางกดมีดไปข้างหน้าหน่อยแล้วยกขึ้นถี่ ๆ เร็ว ๆ หรือฝานบาง ๆ แล้วหั่นบนเขียงให้เปนเส้นเล็กที่สุด

๑๕. ตัด หมายความถึงการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้เปนท่อนสั้นยาวตามความต้องการ โดยใช้มือหนึ่งจับมีด และอีกมือหนึ่งจับของวางลงบนเขียง แล้วกดมีดลงบนของให้ขาดออกจากกัน หรือจะทำให้ขาดออกจากกันโดยไม่ต้องวางของลงกับเขียงก็ได้

๑๖. ฝาน หมายความถึงการทำให้เปนแผ่นหรือเปนชั้นบาง ๆ โดยใช้มือหนึ่งจับมีด และอีกมือหนึ่งจับของไว้ในผ่ามือ หรือวางลงบนเขียง แล้วกดมีดลงบนของนั้นให้ตรง

๑๗. เฉือน หมายความถึงการแบ่งของที่เปนก้อนหรือชั้นไหย่ออกเปนก้อนหรือชั้นย่อย ๆ ด้วยมีด โดยมือหนึ่งจับของ มือหนึ่งจับมีดแล้วกดมีดลงบนของนั้น เคลื่อนมีดไปมาจนกว่าจะขาด

๑๘. ปอก หมายความถึงการทำให้เปลือกของหลุดออกจากของสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ทำวัตถุสิ่งใดสิ่งหนึ่งซึ่งมีเปลือก โดยใช้มีดหรือมือแล้วแต่ชนิดของ ๆ นั้น ไช้มือปอก เช่นปอกส้มหรือกล้วยเปนต้น ถ้าเปนของที่ต้องไช้มีด ก็จับมีดมือหนึงจับของที่ปอกอีกมือหนึ่ง แล้วจดคมมีดลงที่เปลือก ให้คมมีดเดินไปตามใต้เปลือกเรื่อยไปจนกว่าเปลือกจะหลุดออกหมด

๑๙. ลอก หมายความถึงการทำให้ผิวหรือสิ่งห่อหุ้มบาง ๆ หลุดออกจากของสิ่งใดสิ่งหนึ่งโดยไช้มือดึงออกหรือไช้มีดช่วย

๒๐. แล่ หมายความถึง การทำเนื้อสัตว์ชนิดใดชนิดหนึ่ง เช่นเนื้อเค็มให้เปนแผ่นบาง ๆ โดยวางเนื้อนั้นลงบนเขียงแล้วไช้ผ่ามือข้างหนึ่งกดไว้ อีกมือหนึ่งจับมีดกดคมมีดลงที่ของสิ่งนั้นโดยหันคมเข้าหาอีกมือหนึ่งแล้วเคลื่อนมีดไปมา จนสิ่งนั้นขาดออกเปนแผ่นตามความต้องการ

๒๑. เลาะ หมายความถึงการแยกของสองหย่างออกจากกัน เช่น เลาะเนื้อไก่ออกจากกะดูก โดยมือหนึ่งจับเนื้อที่ต้องการ

อีกมือหนึ่งขยี้ดึง กดปลายมีดกรีดลงระหว่างเนื้อและกะดูกใช้มือที่จับเนื้อดึงออกจนเนื้อและกะดูกขาดออกจากกัน หรือเลาะด้ายที่เย็บเป็ด ไก่ ออกเมื่อเป็ดหรือไก่นั้นสุกแล้ว

๒๒. ขูด หมายความถึงการทำของไหย่ให้ละเอียด หรือทำให้ของที่ไม่พึงประสงค์หลุดออก โดยใช้ของนั้น ถูไปมาโดยเร็วกับเครื่องมือที่มีคม หนักหรือเบาตามแต่จะให้ของนั้นหยาบหรือละเอียด หรือใช้เครื่องมือที่มีคม ครูดไปให้สิ่งที่ไม่พึงประสงค์หลุดออก

๒๓. ทุบ หมายความถึงการทำให้ของสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้แตกหรือนุ่มด้วยของหนัก ๆ โต ๆ โดยใช้มือยกขึ้นและกะแทกลงแรง ๆ

๒๔. โขลก หมายความถึงทำวัตถุสิ่งเดียวหรือหลายสิ่งให้ละเอียดหรือนุ่มและเหนียว โดยใส่ของนั้น ๆ ลงในครกแล้วจับลูกครกกะแทกลงไปแรง ๆ ถี่ ๆ

๒๕. คลุก หมายความถึง การผสมของหลายสิ่ง หลายรสผสมให้เข้ากัน โดยใช้มือหรือช้อนคนแต่เบา ๆ ให้ของเหล่านั้นกลับตัวจนได้รสเสมอกัน

๒๖. เคล้า หมายความถึงการผสมของหลายสิ่ง หลายรสให้เข้ากัน โดยใช้มือคนบ้าง กดบ้าง จนของเหล่านั้นนุ่มและรสซึมซาบเสมอกัน

๒๗. นวด หมายความถึงการทำของหย่างไดหย่างหนึ่ง ให้นุ่มหรือเหนียวโดยใช้ผ่ามือกด ไถลงไปบนของนั้นหย่างแรง ๆ จนเหนียวหรือน่มตามต้องการ

๒๘. ตี หมายความถึงการทำให้ของนั้นแตกแยกออกจนชิ้นฟู โดยใช้เครื่องมือหย่างไดหย่างหนึ่งตี หรือกะแทกวนไปทางเดียวกัน ไม่ย้อนกลับไปกลับมาจนฟู

๒๙. คน หมายความถึงการทำส่วนผสมให้เข้ากันจนทั่วโดยให้ปลายเครื่องมือสำหรับคนจดถึงก้นภาชนะ แล้ววนไปทั่ว ๆ

๓๐. กวน หมายความถึงการทำส่วนผสมที่เปนของเหลวให้รวมกันเข้าเปนเนื้อเดียว จนข้นและเหนียว โดยใช้เครื่องมือชนิดไดชนิดหนึ่งคนให้แรงและเร็วจนทั่วกัน

๓๑. ชิ้น หมายความถึง ของที่เปนแท่ง หรือเปนก้อน ซึ่งหั่นให้มีขนาดตามความพอใจ

๓๒. ฝอย หมายความถึง ของที่หั่นให้เล็กที่สุดและยาว

๓๓. ละเอียด หมายความถึง ของที่เล็กที่สุดจนไม่มีขนาด

๓๔. แกง หมายความถึงอาหารน้ำซึ่งใช้เครื่องปรุงโขลกละเอียดละลายกับน้ำหรือน้ำกะทิ เปนน้ำแกงทั้งมีเนื้อสัตว์ชนิดไดชนิดหนึ่งผสมกับผักด้วย

๓๕. ยำ หมายความถึงอาหารชนิดหนึ่งซึ่งประกอบขึ้นด้วยผักดิบหรือสุก กับเนื้อชนิดต่าง ๆ ปรุงรสให้เปรยว เค็ม หวาน



ถ่ายเมื่อ พ.ส. ๒๔๖๙ อายุ ๑๗ ปี

๓๖. พล่า หมายความถึงอาหารชนิดหนึ่งซึ่งประกอบขึ้นด้วยผักดิบกับเนื้อดิบหรือเนื้อดิบ ๆ สุก ๆ ปรุงรสให้เปรี้ยว เค็ม เผ็ด มีลักสนะคล้ายยำใช้เปนเครื่องจิ้มก็ได้

๓๗. หลน หมายความถึง อาหารชนิดหนึ่ง ซึ่งเปนเครื่องจิ้มมีกะทิหรือน้ำเปล่าหรือน้ำมัน ประกอบกับเนื้อสัตว์หรือของเค็ม ๆ ปรุงรสเค็ม ๆ หรือเปรี้ยวเค็ม

สำหรับไบตอง

คำว่า “หนึ่งทาง” หมายถึงทั้งหมดไบ

“หนึ่งแถบ” หมายถึงซีกหนึ่งของไบซึ่งเลื่อยก้านออกแล้ว

สำหรับไบมะพร้าว

คำว่า “หนึ่งทาง” หมายถึงทั้งหมดก้านไหย่

“หนึ่งก้าน” หมายถึงไบเล็ก ๆ ซึ่งเปนส่วนย่อยของทางไหย่

สิ่งสำคันที่ควนซาบ

การประกอบอาหารต้องผึกหัด ตา ห ขมก ไห้ไว และไห้ชำนาญ ไนการสังเกตส่วนและวิธีประสม ต้องมีความระมัดระวังถี่ถ้วน มีไหวพริบดี ว่องไวไนการจะแก้ไขเปลี่ยนแปลงได้ทันท่วงที เมื่อมีเหตุขัดข้องด้วยขาดเครื่องไช้หย่างใดหย่างหนึ่งไนเวลารีบด่วน เช่นขาดน้ำปลา

มีแต่เกลือ ก็ต้องแก้ไขให้รสอาหารนั้นคิเท่ากับใช้น้ำปลา หรือขาดมะนาว เราก็ต้องใช้ของเปรี้ยวอื่น ๆ แทน ให้มีรสคล้ายคลึงกันขณะที่ตั้งของสิ่งหนึ่งไว้บนเตา มือมัวไปทำอีกสิ่งหนึ่ง จะต้องหัดใช้จมูกสังเกตกลิ่นอาหารว่าจะไหม้ หรือจะแก่สิ่งใดสิ่งหนึ่งหรือไม่ สมควนจะตักออกหรือยัง ไม่เผลอเรอในขณะทำอาหารจนปล่อยให้ไฟมอดหมด ต้องคอยเติมถ่านไว้ให้พอดีหยู่เสมอ

๑. ในการปรุงน้ำพริกจิ้มผักต้มกะทิ ต้องให้เหลว ๆ และมีรสเค็ม เปรี้ยว หวาน ให้จัดหน่อย ถ้าจิ้มผักดองต้องให้มีรสเปรี้ยวน้อยลง ถ้าจิ้มผักดิบ ผักผัดน้ำมันหรือสำหรับคลุกข้าว น้ำพริกต้องข้นและมีรสเค็ม เปรี้ยว หวาน เสมอกัน ในขณะปรงน้ำพริก ถ้าน้ำปลาขาดมือ และต้องการจะให้เสร็จโดยรีบด่วน จะใช้เกลือแทนก็ได้ แต่ต้องระวังให้รสเปรี้ยวรสหวานพอเหมาะส่วน คือหย่าให้เปรี้ยวจัดจนเกินไป ถ้าชนิดน้ำพริกเหลว ขาดมะนาว จะต้องใช้ของเปรี้ยวที่มีลักสนะคล้ายคลึงกัน เช่น น้ำส้มมะขาม หรือส้มอื่น ๆ

ถ้าปรุงอาหารที่มีแต่รสเค็ม เช่นแกง หรือผัด โดยขาดน้ำปลาก็จะใช้เกลือแทนก็ได้ แต่ต้องแซกน้ำตาลเล็กน้อย หย่าให้ถึงปรากตรสน้ำตาล

๒. การคลุกยำ ควนปรุงน้ำสำหรับคลุกให้ได้รสพอใจ เมื่อเตรียมเครื่องยำเสร็จแล้ว รีบคลุกเร็ว ๆ ไม่ควนเติมนิดเติมหน่อย มิฉะนั้นยำจะแฉะไม่น่ารับประทาน

๓. การผัด ต้องใช้ไฟแรง ๆ เตรียมเครื่องไว้ให้เสร็จ เช่น จะผัดเปรี้ยวหวาน ต้องปรุงน้ำเปรี้ยวหวาน เค็ม ไว้ให้รสพอดี ถ้าผัดเค็มหวานก็ต้องปรุงน้ำปลากับน้ำตาลไว้ให้พอดี เมื่อใส่เครื่องผัดลงไปแล้ว จะมัวเติมหย่างโน้นนิด หย่างนี้หน่อย ของยางหย่างในเครื่องผัดนั้น ถูกความร้อนมากเกินไปจะเสียรส ความอร่อยของผัดหยู่ที่ผักจะต้องกรอบ และเนื้อต้องนุ่ม เพราะฉะนั้นการผัดต้องทำหย่างว่องไว

๔. การทอด ไฟต้องไม่แรง หรืออ่อนจนเกินไป ถ้าไฟแรงเกินไปข้างนอกไหม้ ข้างในดิบ ถ้าเปนของต้องการให้พอง ก็จะไหม้เสียก่อนพอง ถ้าของนั้นเปนเนื้อ ใช้ไฟอ่อนเกินไป เนื้อข้างในสุกแต่ข้างนอกยังไม่ทันเกรียม น้ำของเนื้อจะออกมาปนกับน้ำมัน ทำให้น้ำมันไหม้ และเนื้อจะดำไม่น่ารับประทาน

๕. การลวกหรือต้มผักทุกชนิด ต้องให้น้ำเดือดพล่านก่อนจึงใส่ผัก (ถ้าเปนผักเขียว จงใส่เกลือสักเล็กน้อย หย่าให้มีรสเค็มจะทำให้ผักมีสีเขียวสด น่ารับประทาน) พอสุกรีบตักขึ้น

๖. การทำแกงจืด ต้องใช้ไฟแรง ถ้าแกงจืดนั้นเปน เนื้อหมูหรือเนื้อไก่ ควนใส่เนื้อนั้นพร้อมกับน้ำ แล้วยกขึ้นตั้งไฟ ถ้าเปนแกงปลา ต้องตั้งไฟให้น้ำเดือดก่อน จึงใส่ปลา การใส่ผักต้องสังเกตว่าผักชนิดไดต้องการเคี่ยวเปื่อย และผักชนิดไดใส่ไปกำลังน้ำเดือดก็ใช้ได้ เช่น ฟักเขียวหัวผักกาด หน่อไม้ เหล่านี้เปนต้น ต้องใส่พร้อมกับหมู เคี่ยวไปด้วยกันจนเปื่อย แต่ผักอีกจำพวกหนึ่ง เช่น ผักกาดหอม คื่นไช่ หรือใบตั้งโอ๋ ฯลฯ พอใส่ลงไป ก็ยกหม้อลงทันที

การทำแกงจืดทุกชนิด ถ้าใช้น้ำต้มกะดูก (หรือในตำหรับต่างประเทศเรียกว่าน้ำสต๊อก) จะทำให้แกงจืดนั้นมีรสดีขึ้นมาก

วิธีทำน้ำต้มกะดูก ทุบกะดูกไก่ หมู ฯลฯ ให้แตก แช่น้ำเย็นไว้สัก ๑ ชั่วโมง จึงยกขึ้นตั้งไฟเคี่ยวให้น้านขึ้นน้ำงวดลงไปสัก $\frac{1}{3}$ แล้วกรองเอาน้ำที่หนึ่งออก ใส่ภาชนะไว้ต่างหาก แล้วเอาน้ำเติมลงในหม้อกะดูกนั้นอีกราวครึ่งหม้อ พอเดือดใส่ผัก เช่นต้นหอม ต้นกะเทียม ผักชี กุยไฉ่ หัวผักกาดสด ฯลฯ เหล่านี้ลงสัก ๒-๓ หย่าง ยิ่งไม่มากยิ่งดี

อนึ่งถ้าจะยำสักหย่างหนึ่ง โดยใช้หมูและกุ้ง ควนเอาหมูและกุ้งนั้นลงต้ม ในหม้อต้มน้ำกะดูกนี้ ไม่ต้องใช้หม้ออื่นต้มอีก น้ำหวานจะได้หยู่ในหม้อนั้น

ผักสำหรับใส่น้ำต้มกะดูก ควนจะใช้เสสผักที่ทำอะไรเหลือหยู่หย่างละเล็กละน้อย ไม่จำเปนต้องซื้อใหม่ เช่นซื้อผักชีมาใช้ไย ต้นผักชีเก็บไว้ใส่น้ำต้มกะดูก เมื่อใส่ผักแล้ว ต้มต่อไปจนน้ำงวดลงครึ่งหนึ่ง แล้วยกลงมากรอง ผสมกับน้ำที่กรองไว้ครั้งที่หนึ่ง

๗. แกงที่ต้องใส่เครื่องน้ำพริก

๑. ต้องปรุงน้ำพริกให้ถูกส่วน

๒. โขลกให้ละเอียด

๓. ไฟต้องแรงเสมอกัน

๔. ถ้าแกงเผ็ด แกงคั่ว ต้องผัดน้ำพริกให้สุกหอม ใช้เวลาไม่ต่ำกว่า ๑๐ นาที

๕. เมื่อเติมน้ำกะทิลงไป ต้องตั้งไฟให้เดือดประมาน ๕ นาที ขนน้ำพริกที่ผัดและน้ำกะทิเข้ากันดี

๖. ถ้าเปนแกงส้ม เมื่อละลายน้ำแกง หย่าให้น้ำมากเกินไป ต้องไว้เผื่อน้ำส้มมะขาม และน้ำผักที่ใส่แกงด้วย หย่าใส่เนื้อปลาก่อนปรุงรสหรือก่อนใส่ผัก เว้นแต่ผักบางชนิดที่สุกง่าย จึงใส่พร้อมกับปลา มิฉะนั้นเนื้อปลาจะแหลกและสุกเกินไป

๗. การปรุงเครื่องแกงต่าง ๆ ต้องเตรียมเครื่องหรือตวงให้ถูกส่วน เอาเครื่องแกงทุกหย่างกองไว้ในภาชนะก่อน เพื่อให้เห็นว่าครบถ้วนแล้ว จึงใส่ครกโขลก มิฉะนั้นส่วนอาดคลาดเคลื่อนทำให้เสียรส

๘. วิธีโขลกน้ำพริก ต้องโขลกพริกแห้งกับเกลือเม็ดขนละเอียดดีแล้วจึงใส่ของอื่น เช่น ลูกผักชี ยี่หร่า ข่า ตะไคร้ ฯลฯ ส่วนหอม กะเทียม กะปี เอาไว้ใส่ทีหลัง ถ้าทำตามวิธีนี้จะโขลกได้ละเอียดเร็วดี

๙. ไม้เสียบปลาย่าง หย่าเหลาให้กลม ควนเหลาให้เปนสี่เหลี่ยม หน้ากว้างประมาน $\frac{1}{2}$ ซม. หรือให้แบนขนาด ๓×๗ มม. ยาวตามส่วนตัวปลา คือเมื่อเสียบปลาแล้วเหลือไว้ถือประมาน ๘ ซม. เกลาให้เกลี้ยง เสี้ยมปลายให้แหลม

๙. การย่างปลา ถ้าปลายังเปียกต้องหมั่นกลับจนผิวปลาแห้งแล้วจึงปล่อยได้ มิฉะนั้นหนังจะติดตาราง ปลาแห้งหรือเนื้อเค็ม ถ้าแห้งมาก ก่อนปิ้งต้องแช่น้ำไว้สักครู่หนึ่งจึงปิ้ง แล้วทุบจึงจะเปนปุยดี

๑๐. ปลาเค็ม ที่เรียกว่า "ชำรา" คือปลาที่ไส่เกลือตากแห้งยังไม่ถึงข้างใน (ตากได้ประมาน ๓–๔ แดด)

๑๑. คำว่าปลาแห้ง หมายถึงปลาหางไส่เกลือ ทำเปนริ้วตากแห้ง

๑๒. คำว่าปลาย่างแห้ง หมายถึงปลาสลาดย่างแห้ง

๑๓. ปลากรอบ หมายถึงปลาเนื้ออ่อนที่เสียบไม้ย่างแห้ง

๑๔. ปลาไบไม้ หมายถึง ปลาสลิด

ปลาหาง หมายถึง ปลาช่อน

ผักทอดยอด หมายถึง ผักบุ้ง

ผักรู้นอน หมายถึง ผักกะเฉด

๑๕. ลักสนะของถั่วต่าง ๆ และงา

๑. ถั่วเขียว กับ ถั่วทอง ลักสนะเหมือนกัน ต่างกันที่ ถั่วเขียวสีเขียว ถั่วทองสีเหลือง ถั่วทองเมล็ดยาวกว่าถั่วเขียว และไม่มีกลิ่นแรงเหมือนถั่วเขียว

๒. ถั่วลิสง มี ๒ ชนิด หย่างหนึ่งเมล็ดใหย่ยาว อีกหย่างหนึ่งเมล็ดเล็กและสั้น

๓. ถั่วเหลือง มี ๒ ชนิด ชนิดเมล็ดใหย่และชนิดเมล็ดเล็ก ชนิดเมล็ดใหย่ดีกว่าชนิดเมล็ดเล็ก ชนิดเมล็ดเล็กมีน้ำมันมาก ต้มเปื่อยยากกว่าเมล็ดใหย่

๔. ถั่วดำมี ๒ ชนิด คือถั่วดำที่ใช้ต้มน้ำตาล หรือใส่ข้าวต้มผัด ลักสนะเมล็ดยาว อีกชนิดหนึ่งเมล็ดกลม มักใช้ถั่วรับประทานกับข้าวต้ม ลักสนะเหมือนถั่วเหลือง

๕. ถั่วเลนทิล (Lentil) มีลักสนะกลมแบน เปลือกนอกสีน้ำตาลแก่ เนื้อข้างในสีชมภู

๖. งามี ๓ ชนิด

๑. งาดำ

๒. งาขาว

๓. แง ลักสนะเหมือนงา แต่เมล็ดเล็กกว่างาราวครึ่งหนึ่ง สีขาว

๑๖. **ข้าวสมุทโคดม** เมล็ดกลมเล็กกว่าพริกไทย สีขาว เปนช่อ ๆ

๑๗. **ข้าวฟ่าง** เมล็ดกลมเล็กมาก สีเหลืองเปนข้าวฟ่าง ข้าวเหนียว สีเขียวเปนข้าวฟ่างข้าวเจ้า

๑๘. กุ้ง มีหลายชนิด แต่ในที่นี้จะกล่าวถึงเพาะแต่กุ้งหลวง หรือกุ้งน้ำจืด กุ้งฝอย และกุ้งตะเข็บ หรือกุ้งน้ำเค็ม

๑. กุ้งหลวงหรือกุ้งน้ำจืด แยกออกเปน

ก. กุ้งก้ามกราม คือกุ้งตัวผู้ขนาดใหญ่ มีก้ามใหญ่ยาว เปนหนามตลอดก้าม

ข. กุ้งก้ามเกลี้ยง คือกุ้งตัวเมียขนาดใหญ่ ก้ามเล็กหนามสั้น สีไม่แก่เหมือนกุ้งก้ามกราม

ค. กุ้งนาง คือกุ้งตัวเมียขนาดเล็ก ก้ามเล็กมาก

๒. กุ้งฝอย แยกเปน

ก. กุ้งฝอยน้ำจืด ตัวกลม ๆ ยาว ลักสนะเหมือนกุ้งไหย่

ข. กุ้งตะเข็บ ที่จีนเรียกว่า ชีแฮ้ มีทั้งขนาดใหญ่และขนาดเล็กเหมือนกัน ลักสนะตัวลีบ

๑๙. น้ำปลา มี ๒ ชนิด คือ น้ำเคย ทำจากกะปี น้ำปลาทำจากปลาเล็ก ๆ

๒๐. กะปิ มี ๓ ชนิด คือ ทำด้วยเคยตาดำ ทำด้วยเคยตัวไหย่ ทำด้วยกุ้งไหย่ กะปีแกง ทำด้วยกากน้ำปลา

๒๑. พริกแห้ง มีหลายชนิด คือ พริกเมล็ดไหย่ เมล็ดเล็กเมล็ดยาว หย่างเมล็ดไหย่มี ๒ ชนิด เมล็ดมีขั้วเล็กยาว เมล็ดไหย่มีรสเผ็ดน้อย อีกชนิดหนึ่งเมล็ดยาวมาก มีรสเผ็ดมาก

๒๒. หอมแห้ง (ไทย) มี ๒ ชนิด คือ หอมหัวเล็กและหัวไหย่ คือเมื่อสด ๆ หยู่ใช้ใส่แกง ใช้ในการปรุงอาหาร ที่ใช้กันหยู่ทั่ว ๆ ไป คือ ใส่แกง ฯลฯ หัวไหย่หรือที่เรียกว่าหอมฝรั่ง ใช้



ถ่ายเมื่อ พ.ศ. ๒๔๗๕ อายุ ๒๓ ปี

ตองรับประทานกับน้ำพริก หรือรับประทานอาหารบางหย่าง เช่นผัดเปรี้ยวหวานเปนต้น

๒๓. กะเทียมแห้ง มี ๒ ชนิด คือ กะเทียมไทยหัวเล็กและกะเทียมจีนหัวไหย่ ที่แกะเปนกลีบ ๆ ซื้อขายกันในตลาด และใช้ต้อง เรียกว่ากะเทียมตอง กะเทียมหัวไหย่มีกลิ่นแรง และรสเผ็ดกว่ากะเทียมไทย

๒๔. น้ำตาล มีหลายชนิด

๑. น้ำตาลโตนด คือน้ำตาลที่ทำจากต้นตาล เช่นที่เรียกว่าน้ำตาลเมืองเพชร โดยมากเขาใช้ใส่หม้อดิน ใส่ปี๊บ หรือทำเปนปึกสีเหลืองคล้ำค่อนข้างแดง รสหวานแหลม

๒. น้ำตาลมะพร้าว ทำจากต้นมะพร้าว เขาใช้ใส่หม้อดิน หรือทำเปนปึก สีเหลืองอ่อน รสหวานอ่อน

๓. น้ำตาลอ้อย ทำจากต้นอ้อย มักทำเปนงบหรือปึก

๔. น้ำตาลซาย เปนเกล็ดขาว ๆ ขนาดต่าง ๆ

๕. น้ำตาลซายละเอียด ซึ่งมักเรียกกันว่า น้ำตาลนครชัยสรี ลักสนะละเอียดมาก และไม่แห้งกะจายเหมือนน้ำตาลซายเม็ด

๖. น้ำตาลซายแดงมีลักสนะเหมือนซายแต่สีเหลือง

น้ำตาลซายทุก ๆ หย่างนี้ ทำมาจากต้นอ้อย ทำในประเทสไทยก็มี ทำมาจากต่างประเทสก็มี

๗. น้ำตาลก้อน เติมเป็นผงละเอียด แล้วเอามาอัดเป็นรูปสี่เหลี่ยมด้านเท่าบันจุหีบมาจากต่างประเทส คำสามัญเรียกว่า น้ำตาลปอนด์

หมายเหตุ น้ำตาลชักที่มีลักสนะแข็ง ยิไม่ออก ไม่นุ่ม เป็นน้ำตาลปน ไม่ใช่น้ำตาลโตนดหรือน้ำตาลมะพร้าวแท้

น้ำตาลซายที่เป็นผงละเอียดและมีสีขุ่น โดยมากมักปนแป้ง มีรสหวานน้อย

๒๕. แป้ง

๑. แป้งยวน (ข้าวเจ้าหรือข้าวเหนียว) คือแป้งที่ทำจากข้าวเจ้าหรือข้าวเหนียวที่ไม่เปียก แล้วเก็บไว้จนแป้งนอนก้น รินน้ำใสทิ้งแล้วเติมน้ำแช่ไว้อีก เมื่อรินน้ำใสครั้งสุดท้าย จึงใส่ผ้าทับให้แห้งแล้วเกลี่ยให้กะจายผึ่งแดดไว้ ถ้าเป็นแป้งแห้ง หยากจะซายว่าข้าวข้าวเหนียวหรือข้าวเจ้าให้หยิบแป้งเล็กน้อย ขุ่มน้ำพอเปียก ถ้าเป็นแป้งข้าวเจ้ายิบลงไปหย่างไรก็หยู่หย่างนั้น ถ้าเป็นแป้งข้าวเหนียวจะไม่หยู่ที่

๒. แป้งสาลี (จีนเรียกว่าแป้งมี่) ทำจากข้าวสาลี มาจากต่างประเทส มีลักสนะเป็นผงละเอียดนุ่ม สีนวลน้อย ๆ หย่างไม่ดีเวลาสัมผัสรู้สึกกะด้าง หรือยางที่ลื่นมาก

๓. แป้งข้าวโภชน์ มี ๒ หย่าง

ก. แป้งข้าวโภชน์ที่ปนเนื้อด้วย (Corn flour) เวลาสัมผัสจะรู้สึกกะด้าง

ข. ละอองแป้ง (Corn Starch) เมื่อสัมผัสละเอียดและลื่น เวลาละลายน้ำจมเร็ว

๔. แป้งท้าวยายม่อม ทำจากหัวพันธุ์ไม้ชนิดหนึ่งรูปกลม ๆ เรียกว่าหัวท้าวยายม่อม ลักสนะของแป้งเปนชนิดละอองแป้ง (Starch)

๕. แป้งถั่ว ทำจากถั่วเขียว เปนชนิดละอองแป้ง (Starch)

๖. แป้งมัน มีหลายชนิด

ก. แป้งมันสำปะหรัง ซึ่งเรียกว่า แป้งสิงคโปร์ มี ๒ ชนิด คือ

๑. ชนิดแป้งปนเนื้อด้วย สัมผัสรู้สึกผิด ไม่ลื่น

๒. ชนิดละอองแป้ง สัมผัสลื่น

ข. แป้งมันเทส มี ๒ ชนิด

๑. ชนิดแป้งปนเนื้อ สีไม่ขาวสนิท หยาบ สัมผัสรู้สึกคาย

๒. ชนิดละอองแป้ง สีไม่ขาวสนิท สัมผัสลื่น

๒๖. ถ่าน

๑. ถ่านไม้กะบูน และไม้โกงกาง คือถ่านที่ทำเปนท่อน ๆ ติดไฟง่าย มีความร้อนสูง

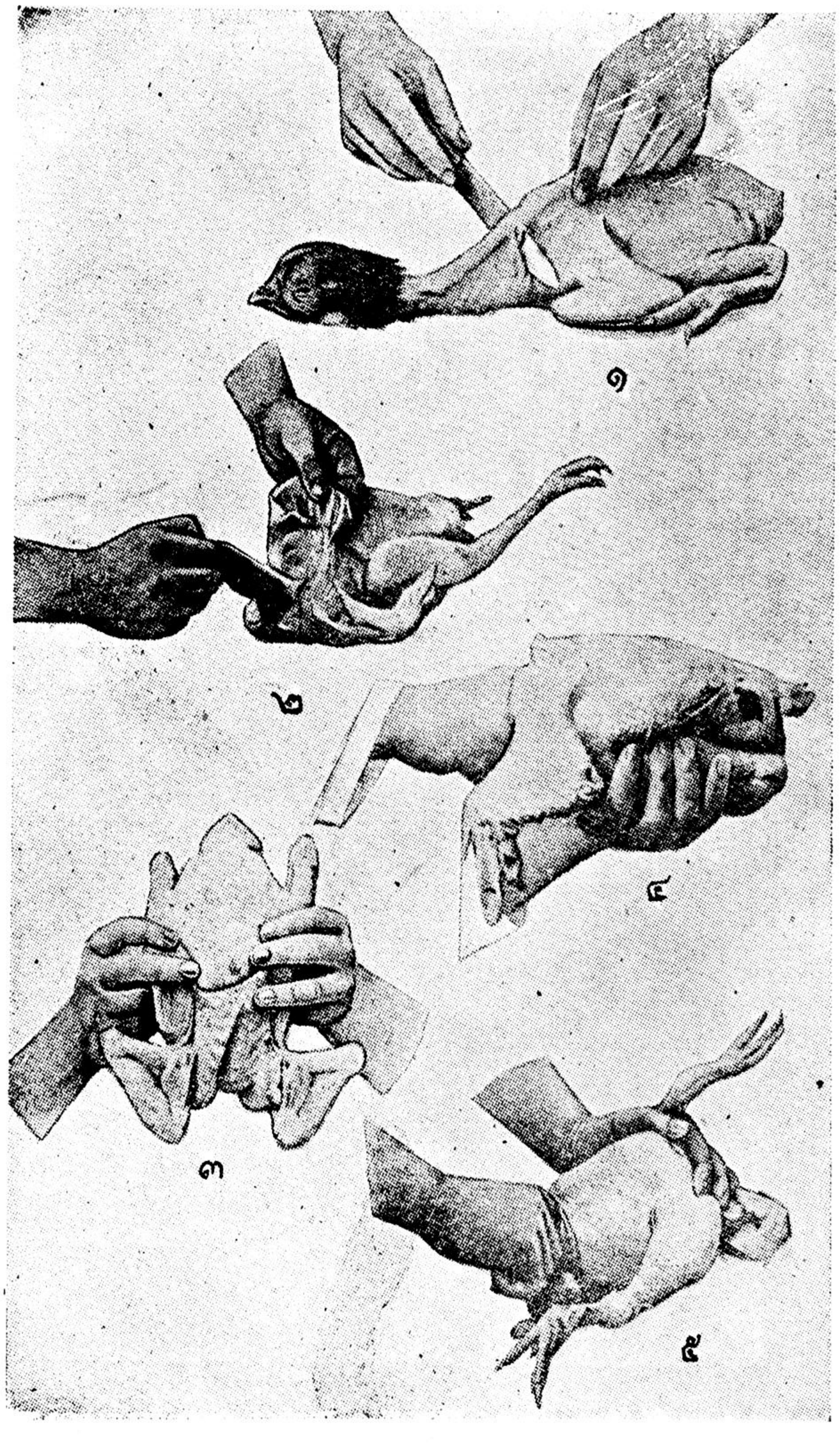
๒. ถ่านไม้ซาก เปนถ่านก้อนเล็ก ๆ สีดำเปนเงา แกร่ง ไช้ไม่ค่อยมอดเร็ว เถ้าน้อย ความร้อนสูง คำสามัญเรียกว่า ถ่านตีทอง

๓. ถ่านไม้เยื่องพรรน ก้อนเล็ก น้ำหนักน้อย สีดำมัวไม่เปนมัน บางทีก็มีความร้อนสูง บางหย่างก็ไม่สูง ถ้าสีดำมัว น้ำหนักเยาก็มีความร้อนต่ำ ถ้าน้ำหนักมาก สีดำเปนมัน มีเถ้าน้อย ความร้อนสูง

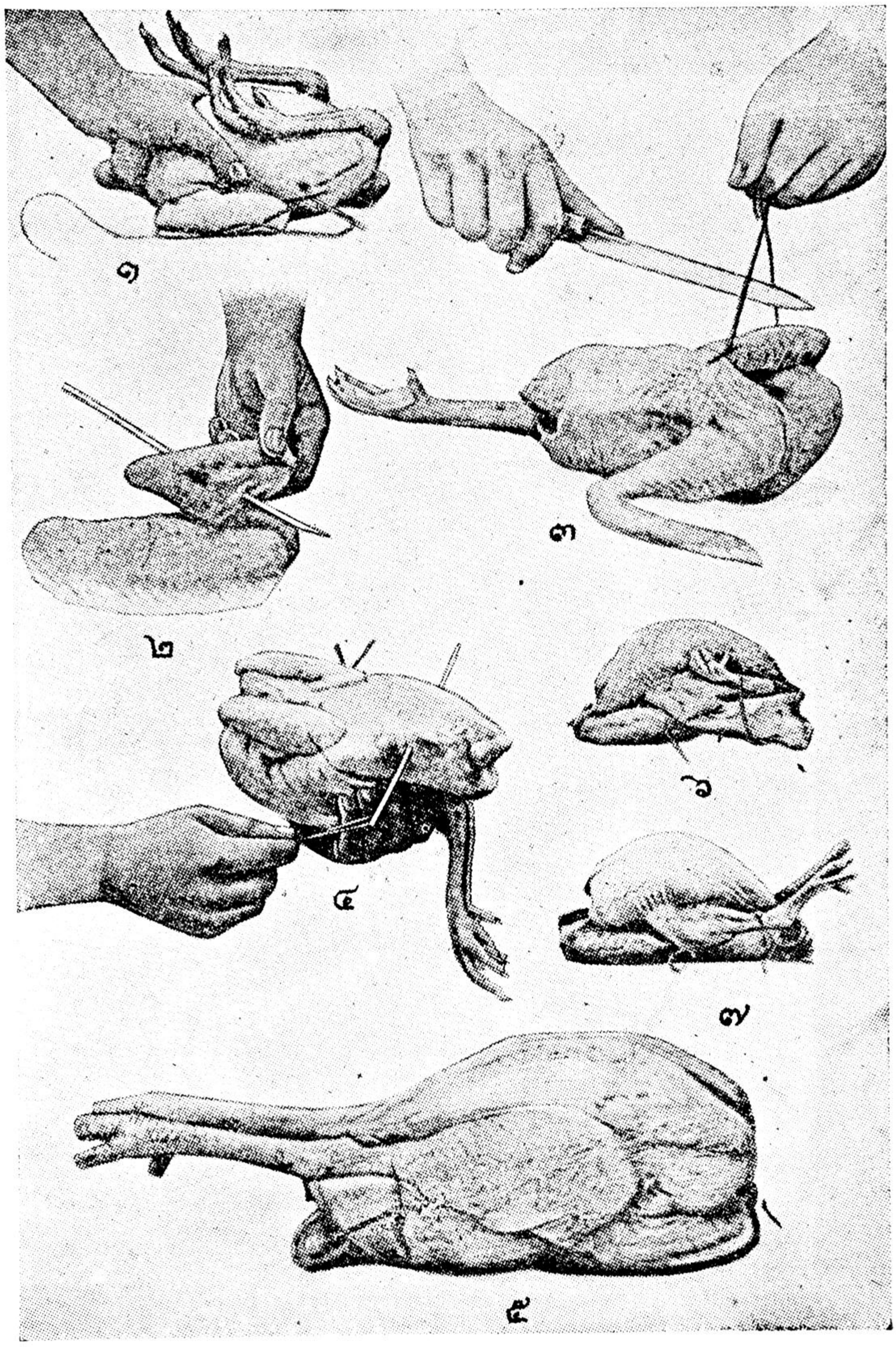
วิธีล้าง เป็ด ไก่ และห่าน

เป็ด ไก่ และห่าน เมื่อซื้อมาจากตลาด ยังมีขนเล็ก ๆ ติด หย่ตามปีก ขา และหัว บางทีปากและเล็บ ยังไม่ได้ถอดผิวนอกออกเพราะฉะนั้นก่อนจะผ่าท้อง ต้องล้างพายนอกให้สอาดจนหมดกลิ่นสาบ เมื่อผ่าท้องและควักเครื่องในออก ต้องระวังหย่าให้ไส้ขาด ใช้มือสอดให้ชิดโครงกะดูก จนปลายนิ้วจดถึงขั้วหัวใจ จึงควักออกมาทั้งพวง และก่อนจะตัดปลายไส้ออกจากทวาร ต้องริดของสกปรกให้กลับเข้าไปในไส้พ้นปากช่อง เมื่อตัดแล้วลาดน้ำล้างฉเพาะตรงก้นให้สอาดก่อนแล้วจึงค่อยล้างทั้งตัว ถ้าตัดเปนชิ้นหรือหั่นแล้วไม่ควนล้างเลย เพราะเหตุว่าน้ำเลือดซึ่งตกจากเนื้อและกะดูกนั้น คือโอชะ และประโยชน์ที่ร่างกายต้องการ ถ้าล้างเสียก็เท่ากับกินกากเช่นเดียวกับกินกากมะพร้าวซึ่งคั้นหัวกะทิทิ้งเสียแล้ว

กะเพาะอาหารเก่า เวลาผ่าต้องระวังหย่าให้เยื่อข้างในขาดคือใช้มีดผ่าตรงรอยขนส่วนเนื้อแดง พอถึงเยื่อเหนียวแล้วใช้มือฉีกออกให้เยื่อคงหุ้มอาหารเก่าคงรูปหยู่ กลิ่นเหม็นจะไม่ติดกับส่วนอื่นได้ เวลาตัดคือออกจากตับต้องระวังไม่ให้ดีแตก ถ้าดีแตกต้องเอาน้ำลาดทันที และตรงที่เยื่อนน้ำดีต้องตัดทิ้ง มิฉะนั้นจะทำให้ส่วนอื่น ๆ ขมไปด้วย หัวใจผ่าแยะออก เครื่องในเหล่านี้ล้างเสร็ดแล้วให้แช่น้ำเย็นไว้จนกว่าจะต้องการใช้ ส่วนไส้นั้นถ้าจะใช้ก็ต้องล้างเหมือนไส้หมู

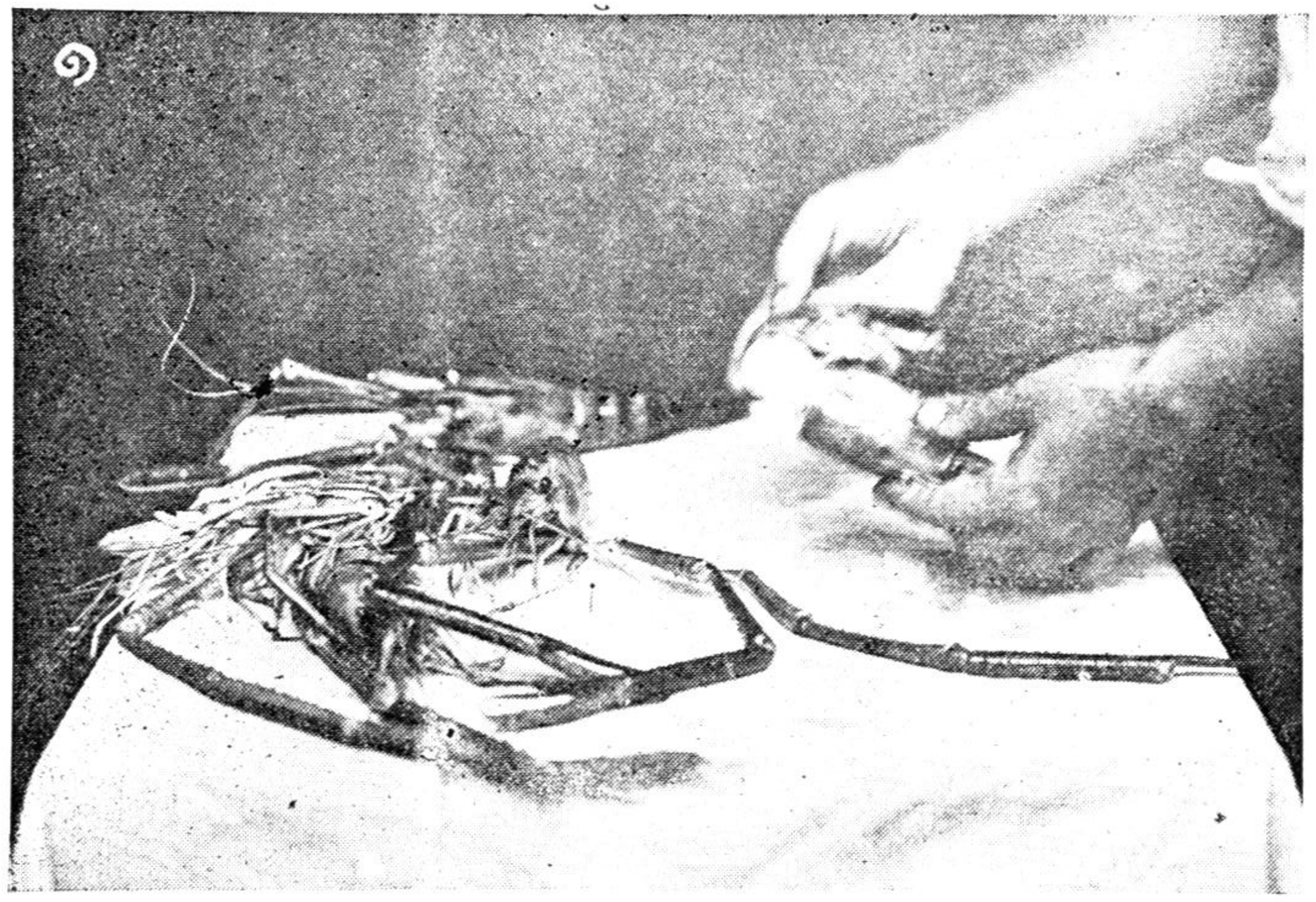


วิธีทำไก่

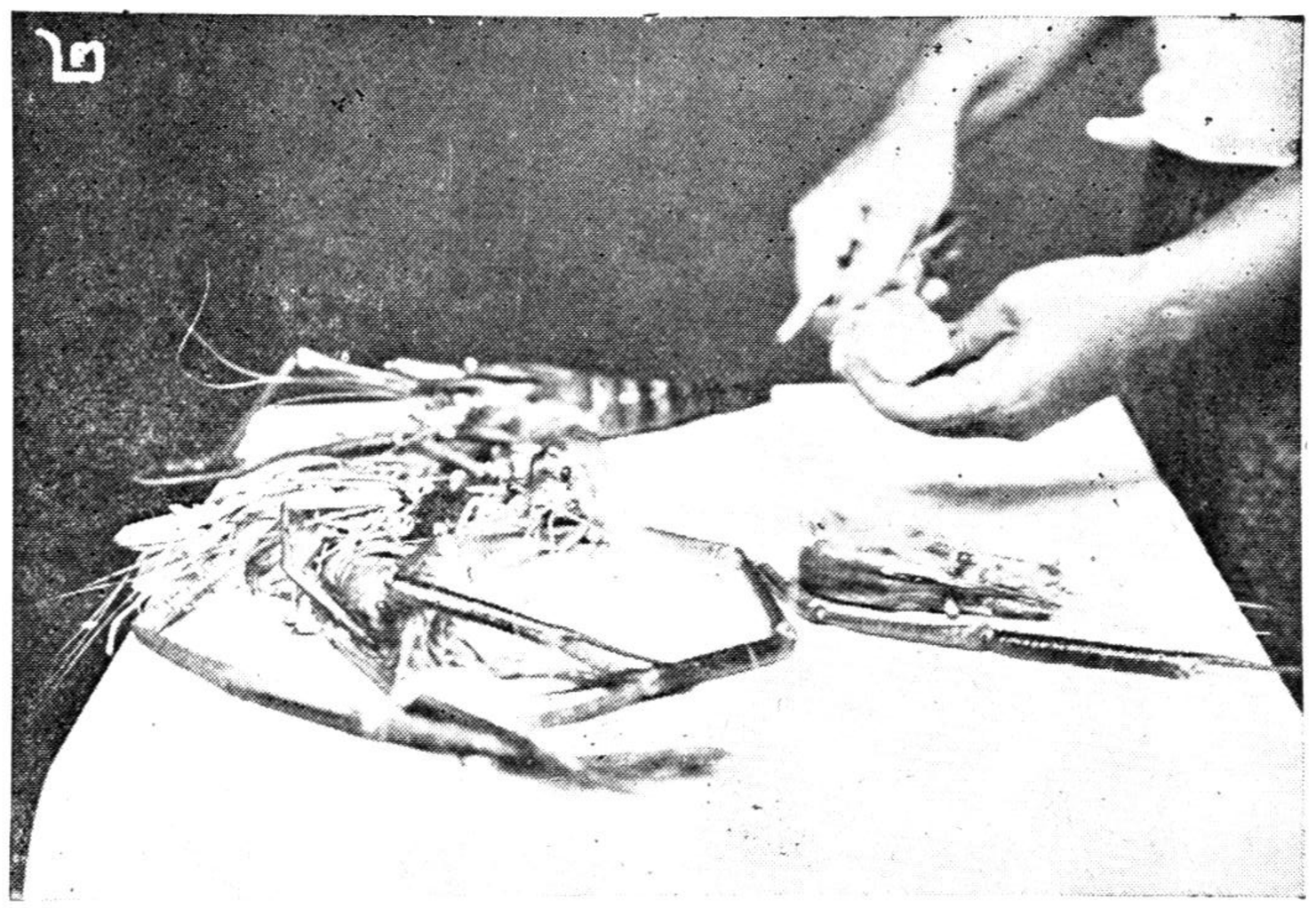


วิธีทำไก่

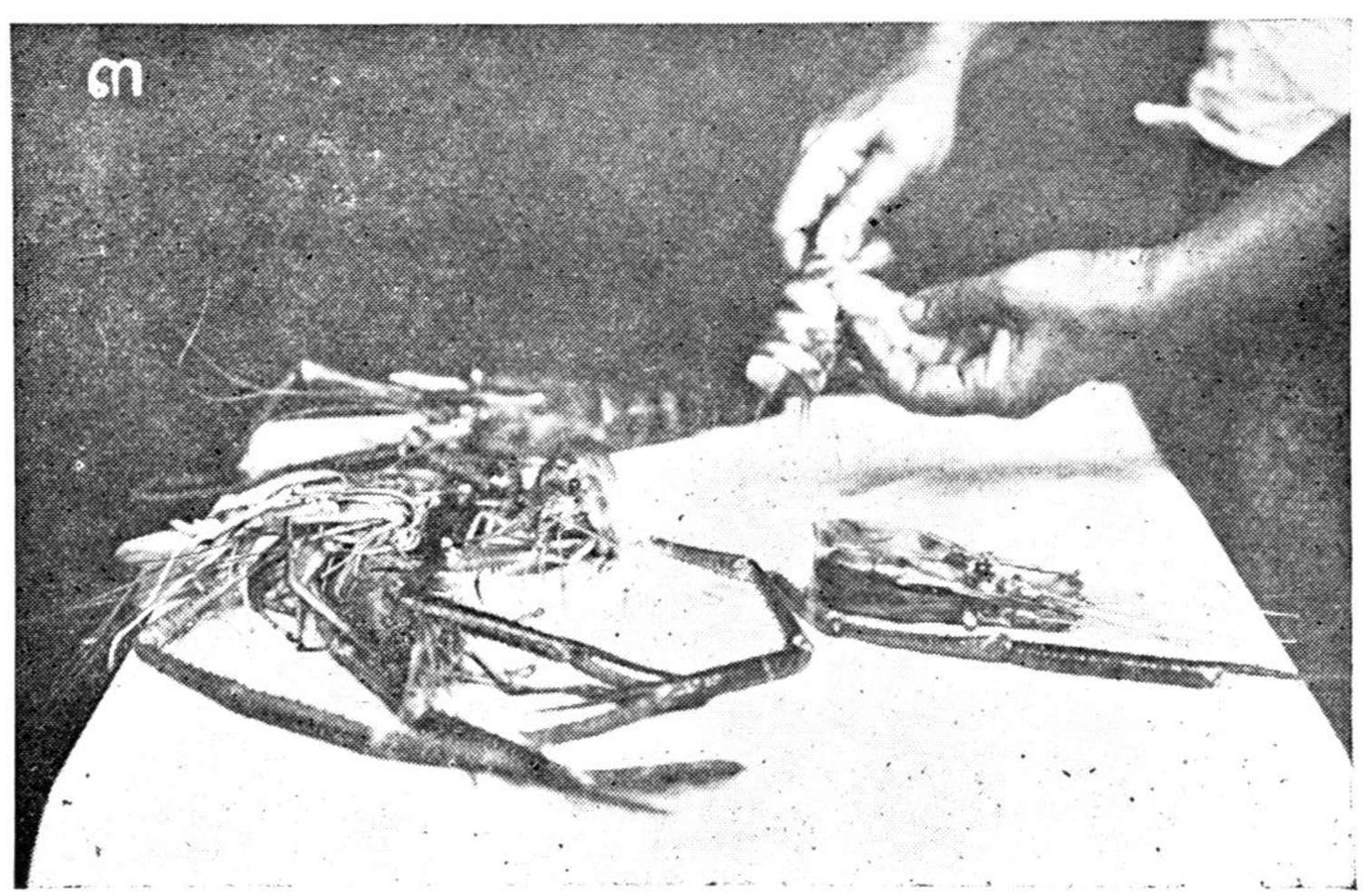
วิธีปอกกุ้ง



๑. หักหัวกุ้งก่อนปอก



๒. ปอกตัวกุ้ง



๓. บีบตอนหางชักไส้ออก

วิธีปอกกุ้ง

การปอกกุ้งมีวิธีต่าง ๆ คือ

ก. วิธีปอกกุ้งใช้ทั้งตัว ล้างกุ้งให้สะอาด ให้ปอกตัวเสียก่อน แล้วปอกหัวโดยใช้มือหนึ่งรวบหนวดทั้งหมด อีกมือหนึ่งจับกรีฉีกออกจากกันระวังหย่าให้หัวหลุดจากตัว แล้วตัดหนวดตรงหัวขั้วกะเพาะใช้ปลายมีดเขี่ย กะเพาะออก แล้วตัดดินออกให้เกลี้ยง ถ้าต้องการใช้หาง ให้หักแต่กรีหางชักไส้ดำออก

ข. วิธีปอกกุ้งที่ไม่ต้องการใช้ทั้งตัว ล้างกุ้งให้สะอาด ไม่ต้องตัดหนวดและอื่น ๆ หักหัวออก แล้วจึงปอกโดยใช้นิ้วหัวแม่มือฉีกเยื่อตรงท้องให้ขาดแต่หัวตลอดหาง ควักเนื้อออกไม่ให้หางขาด จึงบิบตอนหางดึงขึ้นทางหลัง ชักไส้ดำออก ถ้าต้องการให้มีหางติดไม่ต้องบิบหางออก

การปอกหัวกุ้ง ใช้มือหนึ่งรวบหนวดทั้งหมด อีกมือหนึ่งจับกรีฉีกออกจากกัน

วิธีแกะมัน ใช้มือหนึ่งรวบขาทั้งหมดทางส่วนเหงือก อีกมือหนึ่งจับทางหนวด ฉีกออกอีกครั้งหนึ่ง เมื่อฉีกออกแล้ว มันจะติดทางส่วนหัว จึงเขี่ยมันออกใส่ภาชนะไว้ ฉีกเนื้อที่ติดหัวออก ระวังหย่าให้กะเพาะแตก

เมื่อต้องการหั่นกุ้งให้เป็นชิ้น ให้ผ่าหลังจนเนื้อขาดออกจากกัน จึงหั่น กุ้งจะเป็นชิ้นงาม ถ้าเป็นกุ้งตะเข็บ ให้เด็ดหัวทิ้ง ปอกเปลือก

ให้หมด แล้วผ่าหลังให้เนื้อขาดจากกัน ตัวเล็กใช้ทั้งตัว ตัวใหญ่ตัดเป็น ๒ ท่อนถ้าสุกแล้วจะเป็นชิ้นกลมน่ารับประทาน

วิธีล้างเนื้อหม เนื้อโค

เนื้อหมู เนื้อโค ถ้ายังไม่ใช้ทำอะไร ยังไม่ควนล้าง ควนแขวนตากลมไว้ ถ้ามีตู้น้ำแข็ง เก็บใส่ตู้น้ำแข็งไว้ ถ้าล้างแล้วเก็บไว้หลาย ๆ ชั่วโมง มักทำให้มีกลิ่น เมื่อจะล้างไม่ควนให้หยู่ในน้ำนาน ๆ ควนตักน้ำใส่ภาชนะแล้วยกชิ้นเนื้อลงล่ายเร็ว ๆ การที่แช่ไว้ในน้ำนาน ๆ หรือถ่ายน้ำหลาย ๆ ครั้ง เปนเหตุให้โอชะและประโยชน์ของอาหารเสียไป

วิธีทำปลาแกง

ถ้าปลามีเกล็ด ก่อนจะขอดเกล็ดหย่าล้างน้ำ ถ้าล้างน้ำจะทำให้ลื่นจับไม่หยู่ วิธีทำ มือหนึ่งจับหัวปลาวางตะแคงลงบนเขียง ถ้าเปนปลาเกล็ดไหย่ ให้วางมีดเอน ๆ หันคมมีดไปทางหัวปลา แล้วเฉาะให้เกล็ดเผยอขึ้นก่อน แล้วจึงตั้งคมมีดตรง ขูดย้อนไปทางหัว จนเกล็ดหมด ถ้าเปนปลาชนิดเกล็ดเล็ก วางมีดตรง ๆ แล้วขูดไปทางหัวปลา เกล็ดก็จะออกหมด เมื่อขูดเกล็ดออกหมดแล้ว ใช้มีดขูดเมือกให้หมด ล้างน้ำให้สอาด สำหรับปลาช่อน ถ้าจะตัดหัวออก ให้จดมีดตรงใต้ครีบหู ตะแคงไปทางปาก มุ่งให้ตรงไปทางกะดูกคอต่อ แล้วเถือแรง ๆ ทีละข้าง ต่อจากนั้นตัดพุงท้อง โดยวางมีดตรงรอยที่ตัดหัวออก หมดเขตพุงท้อง ตัดตรงมาถึงสะดือ

ปลาทั้งสองข้าง ตัดพื้นท้องออกพร้อมด้วยพุง ระวังหย่าให้ดีปลาแตก จะทำให้ขม เมื่อเสร็ดแล้วจะเปนรูปสามเหลี่ยมหน้าขั่ว แล้วกรีดชิดครีบส่วนให้ตลอดถึงหาง ตัดครีบท้องและครีบหลังออก โดยจดมีดลงข้างครีบหลัง ให้ลึกราวครึ่งเซ็นติเมตร กรีดตลอดหางทั้ง ๒ ซีก เสร็ดแล้วจึงดึงครีบจากทางหางให้หลุดออกมาถึงหัวครีบ แล้วตัดปลาเปนท่อนหนาราว ๑.๕ ซม. เหลือท่อนหางไว้ประมาน ๕—๖ ซม. แล้วตัดปลายหางออก (กรีดครีบ วิธีนี้เมื่อปรุงเปนอาหารเสร็ดแล้วทำให้รับประทานสดวก ไม่ลำบากเรื่องก้าง)

วิธีผ่าหัว

วิธีที่ ๑ ตั้งหัวลงบนเขียงให้ปากชี้นข้างบน ใช้มีดสับ ๒ เล่ม เล่มหนึ่งสอดลงในปากปลา ปลายมีดจดเขียง ใช้มีดอีกเล่มหนึ่งฟันลงให้ชิดเล่มแรก จนหัวปลาขาดออกเปน ๒ ซีก แล้วตัดครีบหูออก

วิธีที่ ๒ จับหัวปลาเอาปากลงทางเขียง จดมีดลงใต้แก้มสับตรงไปจดที่กึ่งกลางปลายปาก ทำดังนี้ทั้งสองข้าง แล้วผ่าส่วนคางกับส่วนกะดูกหัวออก

วิธีล้างพุงปลา ลอกพุงออกจากพื้นท้อง ตัดดีทิ้ง ต้องระวังหย่าให้ดีแตก ถ้าดีแตก ต้องรีบล้างฉเพาะที่เยื่อน หรือตัดตรงที่เยื่อนทิ้ง ผ่ากะเพาะอาหาร ขูดพายในกะเพาะให้สอาด แล้วตัดไส้ส่วนปลายออกให้ขาดทุก ๆ เส้น ใช้ปลายมีดขูดของสกปรกออกจากไส้ให้หมดระวังหย่าให้แตกออกจากกัน ถ้ามีไข่ตัดไข่ไว้ล้างต่างหาก เมื่อ

ทำทุกส่วนหมดแล้วต้องล้างจนหมดเมือก ส่วนไข่กริดให้แยะออก แล้วตัดเปนท่อน ๆ เมื่อสุกแล้วเปนก้อนน่ารับประทาน

ถ้าเปนปลาชนิดที่ไม่มีเกล็ด เช่นปลาดก ปลากด ปลาเนื้ออ่อน ฯลฯ ก่อนทำ ถ้าหนังแห้ง ชุบน้ำเสียก่อนจึงขูดเมือกออกให้หมด จนหนังเกลี้ยงหมดเมือกแล้วตัดหัวออก ส่วนตัวตัดเปนท่อน ๆ ตามต้องการ

วิธีเลือกปลา ฯลฯ

ปลาน้ำจืดที่สด ผิวเปนมันสดใส ตาใส

ปลาทเลที่สด ตาใส เหงือกแดงจัด เนื้อไม่เหลว

กังน้ำจืดที่สด เปลือกเขียวสดใส หัวติดแน่น

กุ้งทเลที่สด สีสดใส หัวติดแน่น เนื้อใส

ปูทเล ที่เนื้อแน่นรสดี

๑. สีเขียวเข้ม เปนปูซึ่งเพิ่งออกมาจากโพรงใหม่ ๆ กำลังอ้วนเต็มที่

๒. ชนิดก้ามใหย่ สีแดงไม่สู้จัด เปลือกบาง

๓. กดแรง ๆ กลางหน้าอก ตรงปลายฝายิดด้วยนิ้วมือ ถ้ายุบลงเปนปูเนื้อโพลก ถ้ากดไม่ลงก็เปนปูเนื้อแน่น หย่างนี้แน่นอนกว่าหยางอน

๔. ลักสนะ

๑. ตัวผู้ฝายิดที่หน้าอกเล็กเรียวขึ้น



ถ่ายเมื่อ พ.ส. ๒๔๗๗ อายุ ๒๕ ปี

๒. ตัวเมียฝาปิดใหญ่ เต็มหน้าอก

๓. ปูไข่ เมื่อใช้นิ้วมือดีดบนหลังเสียงจะแน่นทึบ ถ้าเสียงโปร่ง สแดงว่าไม่มีไข่

๔. ปูตัวผู้เนื้อมากกว่าปูตัวเมีย

หอยทั้งเปลือก ที่สด เวลาจับจะหุบแน่น และถ้าวางไว้จะเปิดปาก และหุบไว หอยแกะเปลือก ตัวหนาแน่น ไม่เปนเยื่อยาง ๆ หลุดลุ่ย ไม่กะจัดกะจาย และเห็นส่วนเนื้อมากกว่าส่วนสีดำ ๆ หอยนางรมแกะแล้วสีสดใสอ้วน ไม่เปนเยื่อยาง ๆ

วิธีล้างผัก

ตักน้ำใส่อ่างแล้วเอาผักใส่ลง ถ้าเปนผักต้น เช่นผักกาด ให้แกะออกเปนใบ ๆ (เพราะสิ่งสกปรกติดหยู่ที่โคนก้าน) แล้วจับส่ายไปมาในน้ำ ยกขึ้นทีละใบ ถ้าเปนผักต้น เช่นผักชี คื่นไฉ่ ตั้งโอ๋ กุยไฉ่ ฯลฯ เด็ดใบชั้น ๆ ออกให้หมด แล้วจับต้นส่ายให้หมดผง หยิบขึ้นทีละต้น ถ้าผักใบ เช่นแมงลัก ใบโหระพา ฯลฯ ล้างทั้งช่อก่อนเด็ด การล้างผักทุกหย่างให้ล้างโดยวิธีนี้ และต้องถ่ายน้ำจนกว่าผักจะสอาด น้ำสุดท้ายใช้ด่างทับทิมเล็กน้อยพอเปนสีอ่อน ๆ เอาผักลงแช่สักครู่ จึงเอาขึ้นแล้วเก็บไว้ในที่เย็น ๆ หย่าให้ถูกลมถูกแดด หรือเก็บไว้ในที่อบร้อน

วิธีคั้นกะทิ

การคั้นกะทิ ควนใช้น้ำอุ่น ๆ ถ้าเปนมะพร้าวหนาว ก็ต้องใช้น้ำร้อนจัด เมื่อคั้นครั้งที่ ๑ ต้องใส่น้ำเล็กน้อย ครั้งต่อไปจึงค่อยใส่น้ำ

ให้มากได้ตามแต่จะต้องการ เพราะถ้าใส่น้ำให้มากเสียแต่ครั้งที่หนึ่ง แล้วเวลาต้องการหัวกะทิค่น ๆ ก็ต้องรอจนมันของกะทินั้นลอยตัว จึงจะช้อนได้ตามประสงค์ ถึงกะนั้นก็ไม่ได้หัวกะทิที่ข้นจริง ๆ เพราะมีน้ำเจือปนหยู่มาก

ลอยน้ำดอกไม้สด

ล้างภาชนะที่จะใช้ลอย จะเปนขวดหรือโถก็ได้ให้สอาด ลนดอกกะดังงาด้วยเทียนอย เมื่อลนเสร็ดแล้ว ดับเทียนใส่ในภาชนะที่จะลอยนั้น เด็ดก้านมลิฉีกดอกกะดังงาโดยยิบกะเปาะให้กลีบร่วงเอง (ห้ามเด็ด) กลีบหนึ่งฉีกสัก ๒-๓ เส้น เสร็ดแล้วเยิดฝาเทน้ำลงในภาชนะโดยไม่ต้องเปนห่วงว่าควันจะหมดหรือไม่ โรยกลีบดอกกะดังงา ลอยมลิให้ทางก้านลงในน้ำ แล้วยิดฝาโถไว้

ข้อควนซาบในการลอยน้ำดอกไม้สด

๑. ดอกมลิ ต้องใช้ที่เก็บจากต้นในตอนเย็น ถ้าเปนดอกมลิซื้อ ก็ควนซื้อแต่ตอนเช้ามาเก็บไว้ ถ้าซื้อตอนเย็น จะได้มลิที่สำลักน้ำ เมื่อยานแล้วจะไม่หอม เพราะดอกมลิ ถ้าถูกพรมน้ำมากเกินไป หรือยานก่อนเสียแล้ว น้ำมันในดอกไม้จะระเหยไปหมด เมื่อใช้ลอยน้ำก็จะไม่หอม ดอกกะดังงาควนเลือกเหลือง ๆ เพราะสีเขียวกลิ่นอ่อน

๒. ดอกไม้ที่ลอย ไม่ควนลอยให้แน่นภาชนะ ต้องเหลือที่ว่างสำหรับให้น้ำเก็บกลิ่นหอมได้

๓. น้ำที่ใช้ลอย ถ้าใช้ประกอบอาหารที่จะไม่ต้องหุงต้มอีก ก็ใช้น้ำต้มที่ทิ้งไว้จนเย็น ถ้าสำหรับใช้ประกอบอาหารที่จะหุงต้มอีก ก็ไม่ต้องใช้น้ำต้ม

๔. เวลาลอยดอกไม้ควรลอยแต่เวลา ๑๘.๓๐ น. ถึงเวลา ๑๙.๐๐ น. เวลาเก็บดอกไม้ชั้นควรเป็นเวลา ๖.๐๐ น. ถึง ๗.๐๐ น. ของวันรุ่งขึ้น

เหตุที่ทำให้อาหารบูด

๑. ภาชนะที่ใส่ หรือ ฝาที่ปิดหรือเครื่องใช้ตักตวงสกปรก เพราะฉะนั้นก่อนใส่ปิด หรือ ตัก ควรล้างและเช็ดภาชนะให้สะอาด

๒. ความอบอ้าว เป็นเหตุหนึ่งซึ่งทำให้เกิดเชื้อบูดขึ้นโดยง่าย ฉะนั้นของที่ยกจากเตาไหม่ ๆ หรือเมื่อขณะที่อากาศกำลังร้อนจัด ไม่ควรเก็บเข้าตู้ทั้งที่กำลังร้อนจัด ต้องระวังไม่ให้ที่ซึ่งเก็บอาหารมีอากาศอบอ้าว

วิธีหุงและต้มข้าว

ข้าวมีหลายชนิด ในที่นี้จะกล่าวแต่ข้าวไหม่กับข้าวเก่า เพื่อให้ผู้ฝึกหัดในชั้นต้นซาบเพียงว่า ข้าวไหม่และข้าวเก่าต่างกันหย่างไร พร้อมทั้งลักสนะและวิธีหุงต้ม

ข้าวไหม่ หมายถึงข้าวซึ่งเก็บเกี่ยวมาไหม่ ๆ แล้วมาสีเป็นข้าวสาร เมื่อเป็นข้าวสารแล้วจะมีลักสนะสีสดใสและมีกลิ่นหอม

แต่ไม่ใช่ชนิดที่เรียกว่า ข้าวหอม เพราะข้าวชนิดที่เรียกว่า ข้าวหอม นั้น แม้เก่าแล้วก็ยังมีกลิ่นหอมหยู่

ข้าวเก่า หมายถึงข้าวซึ่งเก็บเกี่ยวไว้ค้างปี แล้วจึงสีเปนข้าวสาร มีลักสนะสีขุ่นมัวกว่าข้าวไหม่

การต้มหรือหุงข้าว ข้าวเก่าและข้าวไหม่นั้น มีวิธีหุงหรือต้มต่างกัน ข้าวไหม่ต้องใช้ความระมัดระวังมาก เพราะข้าวไหม่อ่อนกว่าข้าวเก่าและพองตัวเร็วกว่า ถ้าหุงหรือต้มไม่ดี ก็ไม่ชวนรับประทาน ทำให้คุนภาพของการรับประทานลดน้อยลง วิธีหุงหรือต้มที่ดีและไม่ดีนั้นหยู่ที่ไฟ ถ้าจะหุงหรือต้มให้ดีเวลาจะตั้งหม้อให้ไฟแรงเสมอกัน และขนะที่เมล็ดข้าวกำลังขยายตัวนั้น ต้องหมั่นคนให้ทั่ว เพื่อให้เมล็ดข้าวขยายตัวได้เต็มที่ทั่วถึงกัน มิฉะนั้นบางตอนเมล็ดจะบาน บางตอนจะตูม เมื่อสุกแล้วเกาะกัน ลักสนะของข้าวที่หุงหรือต้มที่ดีนั้น ถ้าเปนข้าวสวย เมล็ดข้าวไม่เบียกไม่สวย พอตักใส่จานเมล็ดข้าวกะจายไม่เกาะกันเปนก้อน เรียกตามคำสามัญว่า สมุนสมัย ผู้ที่ชอบรับประทานข้าวเบียก ก็รับประทานได้ ผู้ที่ชอบรับประทานข้าวสวยก็ไม่เดือดร้อน ถ้าเปนข้าวต้มเมื่อสุกแล้ว ควรจะมีน้ำสูงกว่าเมล็ดข้าวราว $\frac{1}{3}$ ของหม้อ เนื้อข้าว $\frac{1}{5}$ เมล็ดบานกว่าข้าวสวยเล็กน้อย ผู้ที่ชอบรับประทานข้าวต้มน้ำมากหรือรับประทานข้าวต้มเมล็ดบานก็ไม่เดือนร้อน

การกะ ขนาดหม้อสำหรับหุงหรือต้มนั้น ต้องกะดังนี้

๑. **การต้มข้าว** ข้าว ๑ ถ้วยชา น้ำ ๘ ถ้วยชา เมื่อสุกแล้วจะได้ข้าวราว ๑๐ ถ้วยชา ขนาดของหม้อต้องประมานว่า หม้อนั้นน้ำได้ ๑๐ ถ้วย ระดับของน้ำต่ำกว่าปากหม้อประมาน ๘ ซม.

๒. **การหุงข้าวสวย** ข้าว ๑ ถ้วย เมื่อสุกแล้วจะได้ประมาน ๒ ถ้วยชา (ข้าวสารบางชนิดไม่พองตัวมาก อาดจะได้ต่ำกว่าที่ประมานไว้เล็กน้อย) การกะข้าวที่จะหุงให้พอดีกับหม้อนั้น ต้องกะดังนี้ คือให้ระดับข้าวสารในหม้อเสมอกับปากหม้อพอดี เมื่อเวลาตะแคงหม้อ

หมายเหตุ การตวงข้าวและน้ำจะใช้อะไรตวงก็ตาม ต้องเทียบส่วนดังกล่าวไว้ข้างต้น

วิธีต้มข้าวหย่างธัมดา

เครื่องปรุง ข้าวสาร ๑ ถ้วยชา น้ำ ๘ ถ้วยชา

วิธีทำ ตวงข้าวสารใส่หม้อ ใส่น้ำพอท่วมข้าว คนแรง ๆ แล้วเติมน้ำลงไปให้มาก แล้วคนให้ผงลอย จึงรินน้ำทิ้งเร็ว ๆ ผงจะออกหมด ทำหย่างนี้หนเดียวก็พอ ถ้าข้าวมีกลิ่นสายจึงทำดังนี้สก ๒ ครั้ง แล้วตวงน้ำใส่ไปตามส่วน ยกขึ้นตั้งไฟซึ่งคุดแล้ว ปิดฝาหม้อไว้พอเดือดคอยคนหย่าให้ข้าวติดก้นหม้อ ถ้าต้องการข้าวต้มเมล็ดบานตั้งราว ๓๐ นาทีก็ใช้ได้ ถ้าต้องการข้าวต้มชนิดไม่บาน ตั้งราว ๒๕ นาที

หมายเหตุ ถ้าต้มข้าวสำหรับปรุงเครื่อง ให้ลดน้ำลงเสีย ๓ ส่วน เพื่อจะได้ใส่น้ำต้มกะทูก เวลาต้มสำหรับข้าวใหม่ ๒๕ นาที ถ้าข้าวเก่า ๓๐ นาที

วิธีหุงข้าวหย่างเช็ดน้ำ

เครื่องปรุง ข้าวสาร ๑ ถ้วยชา น้ำ ๒ ถ้วยชา

วิธีทำ ซาวข้าววิธีเดียวกับข้าวต้ม เสร็จแล้วยกฝาตั้งไฟชั่งดูหยู่แล้ว พอเดือดเยกฝาคนไปจนเมล็ดข้าวพองตัว จวนสุกจึงยกลงยกฝารินน้ำ (เช็ดน้ำออกให้หมด) เขย่าหม้อให้ข้าวเทกลับไปเสมอกัน จึงยกขึ้นตั้งไฟอ่อน ๆ เอียงหม้อหมุนไปรอบ ๆ ประมาณ ๕ นาที จึงยกลง ถ้าเปนข้าวไหม่พอเดือดคนทั่วแล้วต้องรินเช็ดน้ำ มิฉะนั้นจะแฉะ

วิธีหุงข้าวหย่างไม่เช็ดน้ำ

เครื่องปรุง ข้าว ๑ ถ้วยชา น้ำ ๑ $\frac{๑}{๒}$ ถ้วยชา

วิธีหุง ซาวข้าวเสร็จแล้วตวงน้ำใส่ตามส่วน ยกขึ้นตั้งไฟ ยกฝา พอเดือดเยกฝาคนบ่อย ๆ จนน้ำจวนแห้ง ยกฝาตั้งไฟอ่อน ๆ เอียงหม้อหมุนไปรอบ ๆ ประมาณ ๑๐ นาที

วิธีต้มไข่

การต้มไข่ ต้องใส่น้ำกับไข่พร้อมกัน ยกขึ้นตั้งไฟ ถ้าตั้งน้ำเดือดแล้วจึงใส่ไข่ ไข่มักแตก ถ้าต้องการให้เปลือกร่อน ปอกได้ง่าย ให้ใส่เกลือเล็กน้อย ไม่ถึงออกรสเค็ม เมื่อสุกแล้วตักแช่น้ำ

เย็น น้ำไม่ทันเย็นก็ปอกได้ ถ้าไม่ใส่เกลือต้องแช่น้ำจนเย็น จึงปอกเปลือก ๆ จะร่อนดี

เวลาต้มไข่ ก. ไข่ไก่ ต้องการให้ไข่แดงเป็นยางมะตูม ต้ม ๕ นาที ถ้าต้องการให้แข็ง ต้ม ๑๐ นาที

ข. ไข่เป็ด ต้องการให้ไข่แดงเป็นยางมะตูม ต้ม ๘ นาที ถ้าต้องการให้แข็ง ต้ม ๑๕ นาที

อนึ่งการต้มไข่ ถ้าต้องการให้ไข่แดงหยู่ตรงกึ่งกลางลูกให้คนเรื่อยไป เพื่อให้ลูกไข่กลับตัวหยู่เสมอ

วิธีปิ้งปลาแห้ง

การปิ้งปลาแห้งชำรา ให้ปิ้งทางหนังก่อน ให้หนังพองจนทั่วจึงกลับทางเนื้อลงปิ้งให้เหลืองจนทั่วแล้ววางลงบนเขียง ใช้ลูกครกทุบหย่าให้แรงเกินไป ทุบจนแบนทั่วกัน ระวังหย่าให้กะจาย ถ้าชอบกรอบก็คอย ๆ วางบนตารางปิ้งอีกครั้งหนึ่ง ถ้าไม่ชอบกรอบก็ไม่ต้องปิ้งอีก

การปิ้งปลาแห้งที่แห้งสนิท ให้แช่น้ำสักครู่จึงปิ้งไฟอ่อน ๆ (ระวังหย่าให้สุกเกินไป) พอหนังพองตัว จึงกลับทางเนื้อลง หย่าให้นานเกินไป แล้วจึงเอาวางลงบนเขียงค่อย ๆ ทุบให้ทั่ว แล้วปิ้งอีกครั้งหนึ่งให้สุก

วิธีปิ้งปลาไบไม้

การปิ้งปลาไบไม้ ถ้าต้องการปิ้งตัวหรือสองตัว ใช้ไม้กลม ๆ ขนาดพอคับท้องปลา แทงตรงช่องท้องให้ติด หย่าให้หมุนตัวได้ เมื่อ

ปิ้งจนหนังพองทั่วทั้งตัว จึงวางสันท้องลงบนเขียง ใช้ลูกครกบุบบนสันหลังพอแตก ฉีกออกเปนสองซีก แกะก้างและครีบออก ถ้าหนังไม่พองทั่วตัวจะเหม็นคาว

วิธีปิ้งปลากะบอกเค็ม

การปิ้งปลากะบอก ต้องปิ้งไฟอ่อน ๆ ให้หนังพองทั่วตัว แล้ววางสันท้องลงบนเขียง ใช้ลูกครกบุบบนสันหลังกำลังร้อน ๆ

วิธีปิ้งปลาเค็มทุกชนิด

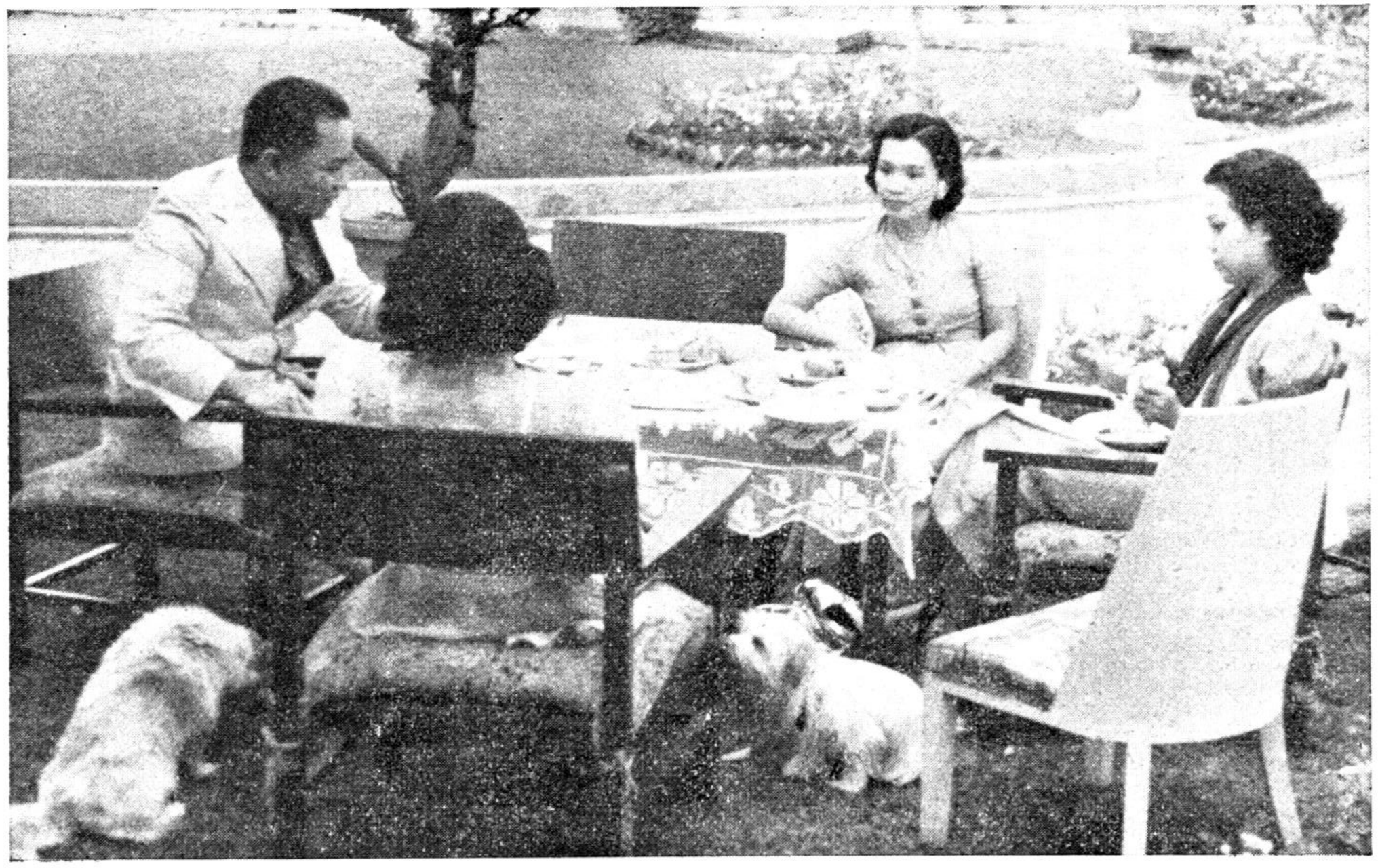
การปิ้งปลาเค็มที่ตัดเป่นชิ้น ๆ ต้องปิ้งไฟอ่อน ๆ ให้เกรียมทั่วชิ้นทั้ง ๒ ข้าง จึงจะใช้ได้

วิธีปิ้งเนื้อเค็ม

การปิ้งเนื้อเค็ม ให้แช่น้ำล้างให้สอาด ปิ้งไฟอ่อน ๆ หย่าให้ทันสุก วางลงบนเขียง ใช้ลูกครกทุบให้นุ่ม จึงปิ้งอีกครั้งหนึ่งให้สุก แล้ววางลงบนเขียง ทุบกำลังร้อน ๆ อีกครั้งหนึ่ง จนเปนปุย ถ้าชอบกรอบให้ปิ้งอีกครั้งหนึ่ง ถ้าไม่ต้องการกรอบ เมื่อทุบครั้งที่ ๒ ก็ใช้ได้ (ถ้าจะต้องการทอด พอทุบครั้งที่ ๒ แล้ว ตักน้ำมันใส่กะทะพอน้ำมันร้อน หยิบเนื้อใส่ลงทอดให้กรอบ)

วิธีย่างปลาดุก

ล้างปลาดุกขูดหนังให้หมดเมือก ถ้าต้องการให้หัวติดหยู่ด้วย ให้ใช้มีดเชือดที่ใต้คาง ดึงไส้ออก ถ้าไม่ต้องการหัวก็ตัดหัวและ



ถ่ายเมื่อ พ.ส. ๒๔๗๘ อายุ ๒๖ ปี

ชักไส้ออก ใช้ไม้แทงให้ชิดกะดูกจนทะลุหาง ถ้าไม่ตัดหัวออก ใช้สอดไม้เข้าทางปาก ให้ชิดกะดูกจนทะลุหางเช่นเดียวกัน เมื่อควักไส้ออก ถ้ามีไข่ ระวังหย่าให้ไข่หลุดออกมาด้วย วางบนตารางไช้ไฟอ่อน ๆ ถ้าปลามีมันมาก พอหนังหมาดใช้ไม้บาง ๆ ถูที่ครีบและหนังให้มันแตก คอยกลับระวังหย่าให้ไหม้ (ถ้าปลาไม่มีมันใช้น้ำมันหมูทาหนังจึงจะพองน่ารับประทาน) ถ้าย่างเกินกว่า ๑ ตัวขึ้นไป ใช้ปลา ๒ ตัวถูกันเอง เมื่อจะถอดไม้ออก ให้ยิดไม้ให้เคลื่อนที่ก่อนจึงถอดออก

วิธีย่างปลาช่อน

การย่างปลาช่อนมี ๒ วิธี คือ

๑. ย่างหย่างไม่ขอดเกล็ด ล้างปลาให้สอาด ใช้ไม้แทงสอดเข้าทางปาก ให้ชิดกะดูกจนทะลุหาง ย่างไฟแรงหน่อย พอน้ำตกให้ลอกหนังออก แล้วย่างอีกครั้งหนึ่งด้วยไฟอ่อน จนเนื้อเปนสิ่นวลจึงจะใช้ได้

๒. ย่างหย่างขอดเกล็ด การย่างปลาช่อนหย่างขอดเกล็ดมักใช้ปลาตัวโต ๆ ตอนมีพิ้นท้อง ซึ่งเมื่อขอดเกล็ดตัดหัวแล้วผ่าท้องตอนกึ่งกลางตามแนวครีบแล้วตัดเปนท่อน (มักไม่ใช่ท่อนหาง ใช้ไม้สักค้ำท้อง ๒ อัน) ให้กางออก คว่ำทางส่วนท้องลง ย่างไฟอ่อน ๆ จนเนื้อปลาติงผิวเปนสิ่นวล จึงหงายขึ้นย่างทางหลังจนสุก

วิธีย่างเนื้อสด

การย่างเนื้อต่าง ๆ ต้องใช้ไฟแรงให้สุกเร็ว ๆ แม้ผิวจะไหม้บ้าง เมื่อจะใช้ให้ฝานผิวไหม้ออกเสีย ถ้าย่างไฟอ่อนน้ำตกไปหมด เนื้อจะเหนียว

วิธีเผากุ้ง

การเผากุ้ง ล้างกุ้งให้สอาด จับกุ้งให้เหยียดออก คว่ำท้องลงบนตาราง เผาให้ตอนหัวสุกก่อน ไฟต้องแรง (เพื่อให้มันสุก) แล้วจึงเผาตอนหาง

วิธีเผาปลีกล้วย

การเผาปลีกล้วย ต้องใช้ไฟแรง ไม่ต้องลอกกาบออกเลย วางปลีกล้วยลงบนไฟ จนเปลือกไหม้ ๓-๔ ชั้น จึงจะใช้ได้

วิธีเผาพริก

การเผาพริก ใช้ไม้เสียบให้พริกชิดกันแน่น ไม้จึงจะไม่ไหม้ หมั่นกลับไปกลับมา ระวังหย่าให้ไหม้

วิธีเผาหอม กะเทียม

การเผาหอม กะเทียม ไม่ต้องใช้ไฟแรงมาก เมื่อใส่หอม กะเทียมลงในไฟแล้ว ต้องระวังหย่าให้เปลือกไหม้จนเกินไป รีบคีบเอาขึ้น

การคั่ว

การคั่วถั่วเขียว ถั่วทอง ต้องไช้ไฟอ่อน ๆ คั่วพอมีกลิ่นหอม หย่าคั่วจนเปลือกเกรียม เพราะไช้ทำอะไรสีไม่งาม

การคั่วถั่วลิสง ต้องคั่วไฟอ่อน ๆ คอยระวังคนไห้ทั่วจนเปลือกเกรียมจึงจะไช้ได้ ถ้าเปลือกไม่เกรียม จะไม่มีกลิ่นหอมเมื่อไช้ปรุงอาหาร

การคั่วงา ต้องคั่วไฟอ่อน ๆ หมั่นคนไม่หยุดมือ จนเมล็ดงาพองและแตกเปรี๊ยะ ๆ จึงจะไช้ได้

การคั่วข้าว ต้องซาวข้าวสาร แช่น้ำไว้สัก ๒ ชั่วโมง สงขึ้นเกลี่ยไว้พอสะเด็ดน้ำ คั่วไฟอ่อน ๆ ถ้าต้องการข้าวคั่วสีขาว คั่วพอเมล็ดพองทั่วกัน และออกสีนวลนิด ๆ ก็ไช้ได้ ถ้าไม่ต้องการสีขาวก็คั่วจนเหลืองจัด

การคั่วข้าวตอก ไช้ข้าวเหนียวข้าวเปลือก ผึ่งแดดเสียก่อน และคั่วด้วยหม้อดินปากแคบ ไช้ตอกหรือก้านมะพร้าวมัดเหมือนไม้กวาด ตัดปลายไห้เสมอกัน ยาวประมาณ ๑ ฟุต สำหรับคนข้าวสมุทโคตม ไช้ทำข้าวตอกได้เหมือนกัน และทำวิธีเดียวกับข้าวเหนียวข้าวเปลือก

การคั่วข้าวโพด ต้องนำข้าวโพดไปผึ่งแดดไห้แห้งสนิท แล้วล้างซายไห้สอาด ไส่กะทะคั่วพอซายแห้งจึงไส่ข้าวโพด (ถ้าข้าวโพดไม่แห้งดีก็แตกน้อย ถ้าแห้งสนิทก็แตกมาก) เมื่อ

ข้าวโพดแตกทั่วกันแล้ว ไส่ตะแกรงห่าง ๆ ร่อนซายออกไห้หมด พรมน้ำเกลือทันที แล้วร่อนไห้ทั่ว

การคั่วข้าวเม่า ต้องคั่วกับซายเหมือนข้าวโพด จึงจะขาวดี (ที่เรียกว่าข้าวเม่าราง)

วิธีทอด

๑. ทอดปลาแห้ง ถ้าต้องการไห้กรอบ ไห้ย้ำและทุบเสียก่อนตามวิธีย้ำปลาแห้ง แล้วจึงทอดด้วยน้ำมันร้อน ๆ หย่าไห้ไฟแรงนัก มิฉะนั้นไม่ทันกรอบก็จะไหม้หมด ถ้าไม่ต้องการกรอบล้างปลาแห้งแล้วไส่ไนน้ำมันทอดจนเกรียมทั้ง ๒ ข้าง ตักวางบนเขียงไช้ลูกครกทุบเยา ๆ ไห้นุ่ม ระวังหย่าไห้กะจายได้

๒. ทอดปลาไบไม้ ตักน้ำมันไส่กะทะตั้งไฟ พอน้ำมันร้อนจึงไส่ปลาลงทอด ไห้หันพองทั้ง ๒ ข้าง แล้วตักขน วางสันท้องลงบนเขียง ไช้ลูกครกบุบบนสันหลังไห้แตกเปน ๒ ซีก แล้วจึงแกะก้างและครีบที่ไม่ต้องการออก ถ้าต้องการกรอบ เมื่อแกะแล้วก็ทอดอีกครั้งหนึ่ง หรือจะปังเสียก่อนดังวิธีย้ำปลาไบไม้ แล้วทอดอีกทีหนึ่งก็ได้ หรือจะไช้มีดแล่เนื้อออก เมื่อยังดิบหย่ แล้วจึงทอดก็ได้

๓. ทอดปลาเค็มทุกชนิด ก่อนทอดไห้ล้างน้ำไห้สอาด ผึ่งไว้ไห้สะเด็ดน้ำแล้วจึงทอด

๔. ทอดปลาสด การทอดปลาสดที่แล่กะดูกออกนั้น จะต้องเอาทางหนังปลาลงก่อน และใช้ตะหลิวกดชิ้นปลาไว้ จนกว่าทางหนังจะหยดหดตัว ชิ้นปลาจึงจะไม่งอ แล้วจึงกลับทางเนื้อลงทอดต่อไปจนเหลือง ถ้าทอดปลาทั้งตัว พอน้ำมันร้อนใส่ปลาลง แล้วหย่าด่วนกลับ ต้องให้เกรียมเสียก่อน จึงกลับ มิฉะนั้นหนังจะถลอกหมด

๕. ทอดปลาทู ต้องระวัง ถ้าปลาทูมีน้ำแฉะหยู่ ต้องหยิบชิ้นจากเข่งผึ่งไว้ให้น้ำแห้งแล้วจึงทอด การทอดปลาทูต้องใช้ไฟแรง เพื่อให้หนังเหลืองเร็ว เพราะปลาสุกมาแล้ว ไม่ต้องใช้เวลานาน ถ้าไฟอ่อน น้ำในตัวปลาทูออก จะทำให้น้ำมันเสียเร็ว จะเหลืองช้าและไม่กรอบ ถ้าต้องการจะถอดก้างออก ต้องถอดเมื่อทอดแล้ว หย่าถอดก่อนทอดเปนอันขาด น้ำมันที่ทอดจะซึมเข้าไปในเนื้อ ทำให้มีกลิ่นคาวจัด ไม่ชวนรับย่ระทาน

๖. ทอดเนื้อเค็ม ถ้าต้องการทอดกรอบ ให้ขังและทุบดังวิธีขังเนื้อเค็มเสียก่อน แล้วจึงทอด ถ้าไม่ต้องการกรอบ ให้ล้างเนื้อเสียก่อน ตักน้ำมันใส่กะทะตั้งไฟ แล้วจึงใส่เนื้อลงทอดให้เหลืองทั้งสองข้าง ตักขึ้นวางบนเขียง ใช้ลูกครกทุบให้นุ่ม

หมายเหตุ การทอดของทุกชนิด ห้ามกลับไปกลับมาหลายหน เมื่อหยิบของใส่ลงในน้ำมัน ต้องปล่อยให้ข้างที่หยู่ในน้ำมันเหลืองก่อน จึงกลับได้

ต้มโคล้ง

เครื่องปรุง ปลาแห้ง ๑ ขีด ล้างน้ำให้สะอาด แล้วหั่นแฉลบบางๆ หรือจะใช้ปลาไข่ไม้ตัวขนาดกลาง ๔ ตัว ล้างน้ำให้สะอาด ตัดครีบ ตัดหาง ตัดเป็น ๒ ท่อน หัวหอมประมาณ ๕ หัว ดอกมะขามหรือใบมะขามอ่อนคั่วถ้วยชา (ถ้าไม่มีดอกมะขามหรือใบมะขามอ่อนจะใช้ส้มมะขามเปียก มะม่วงดิบ ใบมะดันอ่อน หรือ ผลมะดันก็ได้) น้ำปลา

วิธีทำ ตวงน้ำใส่หม้อ ๒ $\frac{1}{2}$ ถ้วยชา (ถ้าใช้น้ำต้มกะดูกได้ก็ยิ่งดี) ตั้งไฟพอน้ำเดือดพล่าน จึงใส่ปลา เคี่ยวไปจนปลานุ่ม เมื่อขนะเดือดหยุ่จะมีฟอง ต้องปล่อยให้ฟองข้นขอยเป็นสีมัวๆ จึงค่อยๆ ช้อนฟองทิ้ง แล้วใส่หัวหอมซอย ดอกมะขามและน้ำปลา พอหอมสุกจึงชิมรสตามชอบ ให้อ่อนเปรี้ยวไว้เล็กน้อย เพราะเมื่อยกลงแล้ว น้ำเปรี้ยวดอกมะขามจะออกอีก เผาพริกแห้งหรือพริกสดพอเกรียมจึงใส่ ถ้าต้องการเผ็ด ก่อนใส่พริกให้ฉีกเสียก่อน

หมายเหตุ ต้มโคล้งชนิดนี้จะใช้ปลาสดอย่างอื่นๆ แทนปลาแห้งก็ได้ (และส่วนของแกงไนที่นี้ เมื่อทำเสร็จแล้วจะตักได้ ๒ ชาม)

ต้มโคล้งกุ้ง

เครื่องปรุง น้ำ ๒ ถ้วยชา กุ้งนาง ๔ ตัวหรือกุ้งก้ามกราม ๒ ตัว มะนาว น้ำปลา ผักชี

วิธีทำ ตวงน้ำใส่หม้อ (ถ้าใช้น้ำต้มกะดูกได้ก็ยิ่งดี) ล้างกุ้งให้สะอาด ปอกตามวิธีที่กล่าวไว้ข้างต้น ผ่าเป็น ๒ ซีก แล้วจิ้มหั้น ถ้าเป็นกุ้งนางหั่นเป็น ๓ ชิ้น ถ้าเป็นกุ้งก้ามกรามหั่น ๔-๕ ชิ้น ฉีกหัวรีดมันและฉีกเนื้อที่หัวเตรียมไว้ พอน้ำเดือดพล่านจึงใส่กุ้ง คนพอทั่วยกขึ้น ถ้าชอบไยกะเพราก็เด็ดใส่สัก ๒ ช่อ ตักใส่ชาม เหยาะน้ำปลาดี มะนาว ปรุงตามรสที่ชอบแล้ว โรยผักชี ถ้าชอบเผ็ดให้ขยุบพริกขี้หนูหรือหั่นพริกชี้ฟ้าเหลืองใส่ลงเล็กน้อย

หมายเหตุ ถ้าไม่มีกุ้งหลวง ใช้กุ้งตะเข็บ ปอกแล้วไม่ใช้หัว ล้างให้สะอาด ผ่าหลังให้ขวนขาดออกจากกัน ถ้าตัวขนาดย่อมให้ใช้ทั้งตัว ถ้าตัวโตตัดเป็น ๒ ท่อน เมื่อสุกแล้วจะเป็นก้อนกลมน่ารับประทาน ถ้าตัวใหญ่ใช้ ๘ ตัว ถ้าตัวย่อมใช้ ๑๖ ตัว

ต้มยำหอยแมลงภู่

เครื่องปรุง หอยแมลงภู่ ๒๐ ตัว น้ำ ๒ ถ้วยชา กะเทียมแห้ง ๓ กลีบ กะปิ ½ ช้อนชา ต้นหอม ผักชี พริกขี้หนู หรือพริกเหลือง มะนาว น้ำปลา

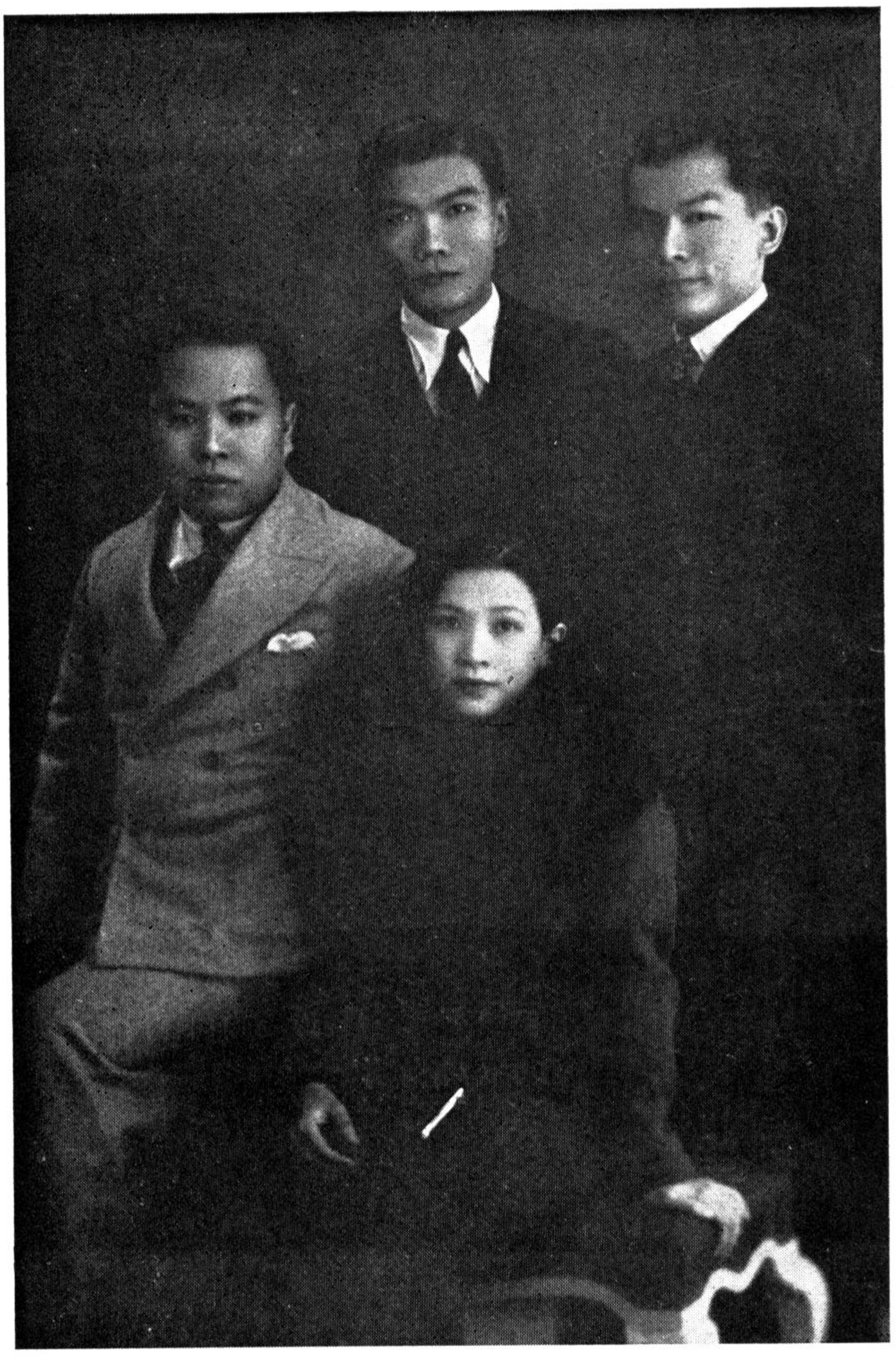
วิธีทำ ตวงน้ำใส่หม้อ (ถ้าใช้น้ำต้มกะดูกได้ก็ยิ่งดี) ตั้งไฟ ล้างหอยให้สะอาด สงขึ้นใส่กะชอน ถ้าตัวใหญ่ตัดเป็น ๒ ท่อน พอน้ำเดือดพล่านจึงใส่หอย พอน้ำเดือดอีกทีหนึ่งยกลงใช้ได้ ตักใส่ชาม โขลกกะเทียมกับกะปิให้ละเอียด ใส่พริกลงขยุบพอแตกละลายลงใน

น้ำ เหยาะน้ำปลา มะนาว ปรุงตามรสที่ชอบแล้ว ชิมตามชอบรส หั่นผักชี ต้นหอม โรยหน้า

ต้มยำปลา

เครื่องปรุง ปลา ๑ ตัว ขนาดหัวกว้าง ๕ ซม. น้ำ ๒ ถ้วยชา ตะไคร้ ๑ ต้น ใบมะกรูด ๓ ใบ ข้าวสาร ๑ ช้อนหวาน หัวหอม กะเทียมหย่างละ ๓ กลีบ น้ำพริกเผา (หย่างไม่มีน้ำมัน) ๑ ช้อนหวาน กะเทียมเจียว ๑ ช้อนหวาน น้ำปลา มะนาว น้ำตาล ผักชี ต้นหอม

วิธีทำ ทำปลาตามวิธีข้างต้น ล้างให้หมดเมือก ตวงน้ำใส่หม้อ ซาวข้าวสารแล้วใส่ลงในหม้อ พร้อมกับหอม กะเทียมตำทุบให้แบน เมื่อเมล็ดข้าวบานแล้วจึงใส่ปลาและตะไคร้ตัดเป็นท่อน ๆ ฉีกใบมะกรูดใส่ลงในหม้อ ถ้าปลานั้นมีไข่ให้กรีดไข่ตามยาวของผักออกเป็นสองซีกใส่ลงไปในหม้อ พอไข่สุก ใช้ช้อนบี้ไข่ให้กะจายลอยเป็นแพ ยกลงตักหัวปลาใส่ชาม เก็บกะดูกออกให้หมด แล้วจึงตักปลาชิ้นอื่น ๆ ใส่ในชาม เก็บตะไคร้ ใบมะกรูดออกทิ้ง แล้วจึงรินน้ำแกงใส่ในชาม หย่าให้เมล็ดข้าวลงไปด้วย ตักน้ำพริกเผาใส่ถ้วยละลายด้วยน้ำปลา มะนาว แล้วจึงใส่ลงในชาม ถ้ามีมะม่วงดิบซอยใส่ลงไปด้วย ตามชอบรส ถ้าชอบรสหวานเหยาะน้ำตาลเล็กน้อย ตักใส่ชามโรยผักชี ต้นหอม กะเทียมเจียว ถ้าชอบเผ็ดบุบพริกขี้หนูใส่ลงไปด้วย



ถ่ายเมื่อ พ.ศ. ๒๔๗๘ อายุ ๒๖ ปี

(ฮ่องกง)

การปรุง จะใช้พริกเผาหรือน้ำพริกป่า คือ กะเทียม ๕ กลีบ กะปิดิ ½ ช้อนชาโขลกให้ละเอียด ยุบพริกขี้หนูหรือพริกชี้ฟ้าเหลืองไส่ด้วยก็ได้ ถ้าจะทำเปนต้มยำกะทิ ใช้กะทิแทนน้ำ และไม่ต้องใส่ข้าวสาร

หมายเหตุ ปลาที่จะใช้ต้มยำหย่างนี้ มีปลาหมอ ปลากะทิง ปลาไหล ปลากะพง ปลากะบอกสด ปลากุเลาสด ปลากรอย

ต้มยำกะทิ

เครื่องปรุง มะพร้าว ½ ถ้วยชา น้ำ ๒ ถ้วย ตะไคร้ ๑ ต้น ใบมะกรูด ๓ ใบ เนื้อที่จะต้มยำ จะใช้ปลาช่อน ปลากะเบนย่างหรือปลากะทิงย่างก็ได้ คะเนเนื้อปลาเมื่อหั่นแล้วสัก ๑ ถ้วยชา ถ้าเปนปลาช่อนมักไม่ใช้หัว น้ำพริกเผา มะนาว น้ำปลา ผักชี ต้นหอม

วิธีทำ ค้นกะทิไส่หม้อ พอเดือดไส่เนื้อปลา ทุบตะไคร้ตัดเปนท่อน ๆ ฉีกใบมะกรูดไส่ไปพร้อม ๆ กัน พอปลาสุกใช้ได้ ปรุงรสด้วยน้ำพริกเผา น้ำปลา มะนาว ตักไส่ชาม โรยผักชี กะเทียมเจียว

แกงต้มกะทิพักเขียว

เครื่องปรุง พักเขียวปอกหั่นแล้ว ๑ ถ้วยชา ปลาเค็มชนิดเนื้อแข็ง เช่นปลาทูกัง หรือ ปลาสละ หั่นแล้วประมาน ½ ถ้วยชา มะพร้าว ⅗ ถ้วยชา น้ำ ๒ ถ้วยชา หัวหอม ๓ กลีบ รากผักชี ๕ ราก พริกไทย ๕ เม็ด ส้มมะขาม ๒ ฝัก

วิธีทำ คั้นกะทิไส่หม้อ โขลกรากผักชี พริกไทย หัวหอม ให้ละเอียด ละลายลงในน้ำกะทิ ล้างปลาเค็มและผักไส่ ยกขึ้นตั้งไฟ เคี่ยวจนผักสุก ไส่น้ำส้มมะขามเล็กน้อย หย่าให้เปรี้ยวจัด ถ้าอ่อนเค็มเติมน้ำปลาเล็กน้อย ถ้าชอบให้มีรสหวานก็ไส่น้ำตาลเล็กน้อย

แกงต้มกะทิฟักทอง

เครื่องปรุง ฟักทองหั่นแล้ว ๑ ถ้วยชา กุ้งแห้งตัวงาม ๆ ๑/๒ ถ้วยชา มะพร้าว ๓/๔ ถ้วยชา น้ำ ๒ ถ้วยชา หัวหอม ๓ กลีบ ราก ผักชี ๕ ราก พริกไทย ๕ เม็ด เกลือ ๑ ช้อนชา

วิธีทำ คั้นกะทิไส่หม้อ โขลกรากผักชี พริกไทย หัวหอม ให้ละเอียด ตักละลายในหม้อกะทิ แกะเปลือก ตินกุ้งแห้ง ผ่าเปน ๒ ซีก ล้างน้ำไส่ในหม้อ พร้อมกับฟักทอง ไส่เกลือ ยกขึ้นตั้งไฟ ต้มจนฟักทองสุก ถ้าไม่เค็มเติมน้ำปลาเล็กน้อย

แกงต้มส้ม

เครื่องปรุง ปลาช่อน ๑ ตัว ขนาดหัวกว้าง ๕ ซม. ขิงหั่นฝอย ๑ ช้อนหวาน ต้นหอม ๕ ต้น น้ำปลา ส้มมะขามเปียกประมาน ๔ ผล น้ำตาลมะพร้าวหรือน้ำตาลโตนดประมาน ๑ ช้อนหวาน ราก ผักชี ๕ ราก หัวหอม ๓ กลีบ ขิง ๓ แว่น กะปิครึ่งช้อนชา พริกไทย ๕ เม็ด

วิธีทำ ทำปลาตามวิธีที่กล่าวไว้ข้างต้น ล้างให้หมดเมือก ตวงน้ำ ๒ ถ้วยชา ไส่หม้อตั้งไฟ ปรุงน้ำแกงด้วยน้ำปลา น้ำตาล น้ำส้ม

มะขาม โขลกรากผักชี พริกไทย หัวหอม ขิงไห้ละเอียด ละลายลง ไนหม้อ ไห้รสเค็ม หวานขันหน้ารสเปรี้ยว และไห้รสจัดไว้สักหน่อย เมื่อน้ำเดือดพล่าน จึงไส่ปลา สุกแล้วจึงชิมอีกครั้งหนึ่ง เมื่อขาดอะไรจะได้เติมตามชอบ แล้วจึงไส่ขิง ต้นหอม ยกลง ตักไส่ชามโรยผักชี พริกแดงหั่น บางคนชอบโรยหอมเจียวด้วย

หมายเหตุ แกงต้มส้มนี้ จะไช้ปลาอื่นก็ได้ เช่นปลาทูสด ปลาไยไม้สด ปลาเนื้ออ่อน ปลาหมอ ฯลฯ

แกงต้มหมูกับสัปรส

เครื่องปรุง หมู ๓ ชั้น ½ กก. สัปรสที่ปอกแล้วผลงาม ๆ ๑ ซีก น้ำปลา น้ำตาล หัวหอม ๓ กลีบ พริกไทย ๕ เม็ด ขิง ๒ แว่น กะเทียม ๓ กลีบ รากผักชี ๕ ราก

วิธีทำ ล้างหมูขูดหนังไห้สอาด แล้วหั่นชิ้นหนา ขนาด ๕ ซม. ตวงน้ำ ๒ ถ้วยชา ต้มหมูที่หั่นไว้จนสุก แล้วฝานสัปรสตามยาวไห้เปนเสี้ยวขนาด ๒ ซม. ฝานไส้ทิ้ง แล้วหั่นตามขวางขนาด ๕ ซม. โขลกหอม กะเทียม พริกไทย รากผักชีและขิงไห้ละเอียด ละลายลงไนน้ำแกงแล้วไส่สัปรสปรุงรสด้วยน้ำปลา น้ำตาล เมื่อสัปรสสุกชิมรสตามชอบ

หมายเหตุ แกงต้มส้มชนิดนี้ จะไช้หน่อไม้เปรี้ยวแทนสัปรสก็ได้ แต่ต้องล้างเสียก่อนจึงตัดสั้น ๆ

แกงต้มเค็ม

เครื่องปรุง ปลาช่อน ๑ ตัว หัวขนาด ๕ ซม. น้ำตาลซายเม็ด น้ำปลา รากผักชี ๗ ราก กะเทียม ๕ กลีบ พริกไทย ๗ เม็ด น้ำมันหมู ๑ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ โขลกรากผักชี พริกไทย กะเทียมให้ละเอียด ตักน้ำมันหมูใส่กะทะ พอร้อนตักเครื่องที่โขลกไว้ใส่ลงผัดให้หอม ใส่น้ำตาลประมาน ๑ ช้อนหวาน คนให้น้ำตาลเปนสีเหลือง (หย่าให้แก่นัก) จึงใส่น้ำลงประมาน ๑ ถ้วยชา ปล่อยให้เดือดจนน้ำตาลละลายหมด ทำปลา ล้างจนหมดเมือกแล้วใส่ในหม้อ เทน้ำที่ทำไว้ลงบนปลา ใส่น้ำปลาประมาน ๑ ช้อนโต๊ะ ยกขึ้นตั้งไฟ พอปลาสุกชิมดู ถ้าไม่หวานไม่เค็มให้เติมน้ำปลา น้ำตาลลงอีก แล้วเคี่ยวต่อไปจนน้ำงวด ปลาจะเปนสีแดง

หมายเหตุ ปลาต้มเค็มนี้ ไม่ต้องให้มีน้ำมาก พอมีน้ำขลุกขลิก ถ้าจะใช้ปลาหมอ หรือปลาทู ก็ทำเช่นเดียวกัน

ต้มหน่อไม้ไผ่ตงกับหมู

เครื่องปรุง หมู ๓ ชั้น หรือหมูปนมัน $\frac{1}{2}$ กก. หน่อไม้ไผ่ตง ที่หั่นแล้ว ๑ ถ้วยชา น้ำมันหมู ๑ ช้อนหวาน กะเทียม ๓ กลีบ รากผักชี ๕ ราก พริกไทย ๕ เม็ด น้ำปลา

วิธีทำ ล้างหมูแล้วหั่นชิ้นขนาด ๒ x ๓ ซม. หนา $\frac{1}{2}$ ซม. ตักน้ำมันหมูใส่หม้อ โขลกรากผักชี พริกไทย กะเทียมให้ละเอียด

ตักใส่หม้อผัดให้หอม จึงใส่หมูลงผัด พอหมูสุกตวงน้ำใส่ลง ๒ ½ ถ้วยชา ใส่หน่อไม้เคี่ยวจนหมูเปื่อย แล้วจึงใส่น้ำปลา

หมายเหตุ แกงต้มจืดชนิดนี้จะใช้หัวผักกาดสด หัวผักกาดเค็มต้มก็ได้ ทำวิธีเหมือนกัน เว้นแต่หัวผักกาดเค็มต้องล้างให้หมดซายแล้วจึงหั่น หั่นแล้วต้องคั้นให้ยิดเสียก่อนจึงใส่หม้อ

แกงเลียง

แกงเลียงทำได้ต่าง ๆ ชนิด คือ แกงเลียงผักใยชนิดหนึ่ง แกงเลียงผักผลชนิดหนึ่ง และหย่างอื่น ๆ อีก แต่เครื่องปรุงน้ำแกงคล้ายคลึงกัน แกงเลียงผักใย เช่นผักตำลึง ยอดมะยม ยอดมะรุม ฯลฯ หรือจะใช้ผักใยหลาย ๆ หย่างรวมกันก็ได้ แกงเลียงผักผล เช่นน้ำเต้า บวบหอม บวบเหลี่ยม หัวปลี แต่แกงเลียงผักผลนี้มักจะใช้ใยแมงลักใส่ทุกครั้งไป ถ้าใช้หัวปลี พอน้ำแกงเดือดต้องรีบหั่นหัวปลีใส่ทันที น้ำแกงจึงจะค่นขาวน่ารับประทาน และใช้ไม้ เช่นตะเกียบคนให้ใยติดไม้ขึ้นมา มิฉะนั้นหัวปลีจะเปนก้อนไม่สดวกแก่การรับประทาน

เครื่องปรุง ผักใย ๑ ถ้วยชา น้ำ ๒ ถ้วยชา ปลาย่างหรือกุ้งแห้งหย่างยิด ๑ ช้อนโต๊ะ กะปิ ½ ช้อนชา พริกไทย ๕ เม็ด หัวหอม ๓ กลีบ น้ำปลา

วิธีทำ โขลกกุ้งแห้งหรือปลาย่างให้ละเอียด ใส่กะปิ หัวหอม พริกไทย โขลกขนเข้ากันดี ตวงน้ำใส่หม้อ ตักเครื่องที่โขลกไว้ลงละลาย แล้วตั้งไฟ พอเดือดใส่ผัก น้ำปลา ยกลง

หมายเหตุ เครื่องปรุงอีกชนิดหนึ่ง ใช้เครื่องปรุงส่วนเท่ากัน แต่เติมกะชายลงอีก ๑ ราก หรืออีกวิธีหนึ่งใส่กะชาย ๑ ราก ปลาเค็ม แต่ปลาเค็มไม่ต้องโขลกด้วย (บิเป็นชิ้นใส่เพียงเล็กน้อย ถ้าใส่ปลาเค็มให้ลดส่วนน้ำปลาลงบ้าง)

วิธีหั่นผักผล เมื่อปอกเสร็จแล้ว ผ่าให้เป็นเสี้ยวเล็ก ๆ ตามความพอใจ แล้วจึงหั่น

แกงไส้กรอกหมูแห้ง (กุนเชียง)

เครื่องปรุง ไส้กรอก ๓ คู่ มะพร้าว ๑ ถ้วยชา น้ำ ๒ ถ้วยชา ตะไคร้ ๒ ต้น ไขมะกรูด ๓ ใบ หัวหอม ๑๐ หัว มะดัน ๒ ผล (ถ้าไม่มีมะดัน ใช้ส้มมะขามเปียก ๒ ฝัก) น้ำปลา พริกแกง รากผักชี ๕ ราก พริกไทย ๕ เม็ด

วิธีทำ หั่นไส้กรอก เฉียง บาง ๆ ตะไคร้หั่น เฉียงให้เป็น ฝอย หัวหอม หั่นตามยาวของหัว หย่าให้บางนัก (๘ หัว) คั้นกะทิใส่หม้อ โขลกรากผักชี พริกไทย หัวหอม (๒ หัว) ให้ละเอียด ละลายในหม้อน้ำกะทิ ยกขึ้นตั้งไฟ ใส่ไส้กรอก ตะไคร้ มะดัน น้ำปลา พอมะดันเปื่อย ชิมรสตามชอบ ถ้าเปรี้ยวพอแล้ว ตักมะดันขึ้น ใส่ไขมะกรูด หัวหอม พอหัวหอมสุกใช้ได้ ตักใส่ชาม โรยพริกแกง

หมายเหตุ แกงชนิดนี้ จะใช้แกงเนื้อเค็มกับหน่อไม้เปรี้ยวก็ได้ หรือใช้แหนมก็ได้ แต่ไม่ต้องใส่มะดันหรือมะขามเปียกมากนัก หรือถ้าเปรี้ยวพอแล้ว ไม่ต้องใส่เลยก็ได้

แกงส้มถั่วฝักยาว

เครื่องปรุง ถั่วฝักยาว ๕ ฝัก ปลา ๑ ตัว ขนาดหัวกว้าง ๕ ซม. หัวหอม ๔ กลีบ กะเทียม ๓ กลีบ พริกแห้ง ๓ เม็ด ข่า ๓ แว่น เกลือเม็ด ๑ ช้อนชา กะปิครึ่งช้อนชา ส้มมะขาม ๔ ฝัก น้ำปลา น้ำตาล

วิธีทำ ทำปลาตามวิธีข้างต้น แต่ท่อนหางตัดไว้ประมาณว่าจะเลาะเนื้อได้ ๓ ช้อนโต๊ะพูน ล้างให้หมดเมือกพักไว้ หั่นถั่วฝักยาวเป็นท่อน ประมานท่อนละ ๒ ซม. ล้างให้สะอาด ผ่าพริกแห้งลอกเม็ดและเยื่อออกให้หมด ล้างน้ำ ใส่ครกโขลกกับเกลือนละเอียด จึงใส่หอม กะเทียม กะปิ โขลกต่อไปจนละเอียดอีก ตวงน้ำใส่หม้อ ๑ ถ้วยชา พอเดือดต้มปลาท่อนหางให้สุก ตักขึ้นแกะเนื้อ เก็บก้างให้หมด ใส่ครกโขลกต่อไป จนปลากับเครื่องเข้ากันดี จึงตวงน้ำอีก ๑ ถ้วยชา ใส่ลงในหม้อที่ต้มปลา ตักน้ำพริกละลายในหม้อนั้น ยกขึ้นตั้งไฟ คั้นส้มมะขามเปียก ใส่น้ำปลา น้ำตาล ตั้งจนเดือด ปรุงให้มีรสเปรี้ยว เค็มเท่ากัน รสหวานเล็กน้อย ใส่ถั่วฝักยาว ตั้งต่อไปจนถั่วฝักยาวสุก จึงใส่ปลา เมื่อใส่ปลาแล้วห้ามคน เพื่อไม่ให้ชิ้นปลาแหลก พอปลาสุกใช้ได้

หมายเหตุ วิธีแกงส้มนี้ การปรุงเครื่องน้ำแกงมีหลายวิธี ถ้าแกงส้มชนิดที่ใช้ปลาแห้งหรือกุ้ง เช่นแกงเปลือกแตงโม หรือแตงกวา กับปลาแห้ง ปลาไขไม้ หรือแกงดอกแค กับกุ้ง มะละกอกับกุ้ง ไม่ต้องใส่ข่าและกะเทียม ถ้าแกงส้มชนิดที่ใช้ปลามีคาวจัด เช่น แกงหน่อไม้เปรี้ยว กับปลาดุก หรือปลากด มักใส่ข่า ตะไคร้ด้วย ถ้าแกงปลาเทโพกับผักบุ้ง ต้องใส่ข่า ตะไคร้ ผิวมะกรูดด้วย การปรุงน้ำแกงส้มนี้ ถ้าใส่พริกแห้งมากเกินไปทำให้รสปร่า หรือใส่ปลามากน้ำแกงค่นเกินไปก็ไม่ดี น้อยเกินไปก็ไม่อร่อย ต้องใส่ให้พอดี ตามส่วนดังที่กล่าวไว้

อนึ่ง ควรสังเกตไว้ด้วยว่า ผักยางหย่างพอใส่หม้อก็ต้องยกลง เช่นผักรู้นอน เมื่อปรุงน้ำแกงได้ที่แล้วไส่ปลา พอใส่ผักลงคนทั่วก็ยกลง ถ้าเปนผักทอดยอด หรือพักขาว ต้องเคี่ยวให้นุ่มและต้องใส่ปลาทีหลัง

แกงจืดชนิดตีน้ำมัน

เครื่องปรุง หมูปนมันหั่นบาง ๆ ประมาน ๑ ช้อนโต๊ะพูน ผักกาดขาว ๑ ต้น ไข่ ๑ ฟอง น้ำมันหมู ๑ ช้อนหวาน

วิธีทำ ล้างหมูหั่นบาง ๆ ทุบหอม กะเทียม หั่นผักกาดขาวแช่น้ำไว้ ตักน้ำมันใส่กะทะ เมื่อน้ำมันร้อนใส่หอม กะเทียมที่ทุบไว้



ถ่ายเมื่อ พ.ส. ๒๔๗๘ อายุ ๒๖ ปี
(เชี่ยงไฮ้)

เคี่ยวพอหอม สงผักขึ้นจากน้ำ ไส่ลงในกะทะ ให้ตายนิ่งก่อนจึงกลับ แล้วไส่หมู เติมน้ำครึ่งถ้วยชา ปิดฝาไว้จนเดือด จึงต่อยไข่ไส่ลง คนให้ไข่แดงแตก เติมน้ำปลา ชิมรสตามชอบ ตักไส่ชาม แล้ว โรยพริกไทยป่น

หมายเหตุ แกงจืดต้มน้ำมันชนิดนี้ จะไช้แตงกวา บวบเหลี่ยม บวบหอม ฟักเขียว ผักทอง ฯลฯ ก็ได้ ถ้าชอบไข่ไส่ไข่ด้วย แต่หย่าคนขนะเมื่อต่อยไข่ไส่ลงไป ให้เขี่ยแต่พอไข่แดงแตก แล้วเขี่ยให้กะจายออกพอไม่ให้เปนแผ่นไหย่ มิฉะนั้นน้ำแกงจะข้น ไม่น่ารับประทาน

ผัดผักกาดขาว

เครื่องปรุง หมูหั่นแล้ว ๑ ช้อนโต๊ะพูน ผักกาดขาวขนาดกลาง ๑ ต้น ไข่ ๑ ฟอง หัวหอม ๒ กลีบ กะเทียม ๓ กลีบ น้ำมันหมู ๑ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ หั่นหมูบางๆ ขนาด ๒×๓ ซม. หั่นผักกาดแช่น้ำไว้ให้ไยสด จึงสงขึ้นไว้ ทุบหอม กะเทียม ตักน้ำมันไส่กะทะ พัดไฟให้ร้อนจัด ไส่หอม กะเทียมลงคนพอหอม จึงไส่ผักและหมู ไช้ฝาหม้อขนาดเดียวกับกะทะปิดไว้สักครู่จึงเปิดขึ้นกลับ ต่อยไข่ไส่ เจาะไข่แดงให้แตก แล้วเขี่ยไข่ให้กะจาย สักครู่หนึ่งจึงกลับ เติมน้ำปลาประมาน ๑ ช้อนโต๊ะ คนให้ทั่ว ตักขึ้นโรยพริกไทย

หมายเหตุ ผัดพ้กทอง พ้กเขียว และแตงกวา ทำเช่นเดียวกัน เว้นแต่ผัดแตงกวาพอใส่แตงกวา คนให้ทั่วก็ใส่ไข่ พอไข่สุกใส่น้ำปลา ริบตักขึ้น มิฉะนั้นแตงกวาจะหายกรอบ

ผัดต้นผักกาดดอง

เครื่องปรุง หมูหั่นแล้ว ๑ ช้อนโต๊ะพูน ผักกาดดองหั่นแล้ว ๓×๔ ถ้วยชา ไข่ ๑ ฟอง น้ำมันหมู ๒ ช้อนโต๊ะ กะเทียม ๓ กลีบ น้ำตาลซาย

วิธีทำ หมูหั่นบาง ๆ ชิ้นขนาด ๑×๓ ซม. หั่นผักกาดเปนฝอยหยาบ ๆ ตักน้ำมันใส่กะทะ พอน้ำมันร้อนทุบกะเทียมใส่ พอกะเทียมหอมจึงใส่ผักกาด คนจนหายแฉะจึงใส่หมู พอหมูสุก เกลี่ยผักกาดให้แผ่เต็มกะทะ ต่อยไข่ใส่เขียให้ไข่ขาว ไข่แดงปนกันให้ทั่วกะทะ พอไข่สุกจึงกลับ คนพอทั่ว โรยน้ำตาลตามชอบหวานมากหรือน้อย คนอีกครั้งหนึ่งก็ใช้ได้

ผัดหัวผักกาดเค็ม

เครื่องปรุง หัวผักกาดเค็มหัวเล็ก ๒ หัว หรือหัวใหย่ ๑ หัว หมูหั่นแล้ว ๑ ช้อนโต๊ะพูน ไข่ ๑ ฟอง น้ำมันหมู ๒ ช้อนโต๊ะ กะเทียม ๓ กลีบ น้ำตาลซาย

วิธีทำ หั่นหมูขนาด ๒×๓ ซม. ล้างหัวผักกาดให้หมดซาย ถ้งให้บีดออกแล้วจึงหั่นเปนเส้นหยาบยาง ๆ ล้างอีกครั้งหนึ่งบีบน้ำให้แห้ง ตักน้ำมันใส่กะทะ ทุบกะเทียมหยาบ ๆ ใส่ พอกะเทียมหอม

จึงไส่หัวผักกาดลงผัด จนผักกาดมิสิเปนมัน เขี่ยให้กะจาย ต่อยไข่ไส่ เขี่ยให้ไข่ขาวไข่แดงปนกันจนทั่ว พอไข่สุกจึงโรยน้ำตาลตามชอบหวานมากหรือน้อย คนอิกครั้งหนึ่งก็ใช้ได้

ผัดคะน้า

เครื่องปรุง เนื้อหมูไม่ปนมันหั่นแล้ว ๑ ช้อนโต๊ะพูน คะน้าต้นไหย่ ๒ ต้น น้ำปลา กะเทียม น้ำมันหมู ๑ ช้อนโต๊ะ พริกไทยบ่น แป้งมัน ½ ช้อนชา

วิธีทำ หั่นหมูชิ้นบาง ๆ ขนาด ๒ × ๓ ซม. ใช้แป้งมันโรยบนเนื้อหมู แล้วเคล้าให้ทั่ว หยิบหมูเรียงผึ่งไว้ในจาน เลือยใบคะน้าออกจากก้าน หั่นก้านแฉลบบาง ๆ หั่นใบเปนสี่เหลี่ยมขนาด ๓ × ๓ ซม. แช่น้ำให้ใบสด แล้วสงขึ้นพักไว้ ตักน้ำมันหมูใส่กะทะตั้งไฟให้ร้อนจัด ทุบกะเทียมใส่พอกะเทียมหอมใส่ใบคะน้า น้ำปลา ปิดฝาไว้สักครู่ เปิดขึ้นกลับแล้วปิดไว้อิกสักครู่หนึ่งเปิดขึ้นคนแล้วใส่หมู คนพอหมูสุก ริบตักขึ้น โรยพริกไทย

หมายเหตุ ผักชนิดนี้ ต้องใช้ไฟแรงมาก และผักที่จะผัดหย่างนี้ เช่นผักกาดหอม ต้นกุยไฉ่ ต้นกะเทียม ดอกกุยไฉ่ ต้องผัดให้เร็วกว่านี้ คือพอใส่ผักลงไปใส่น้ำปลา หมูคนให้ทั่วริบตักขึ้น ถ้าทิ้งไว้ช้าเหมือนผักคะน้า ผักจะเหี่ยวเกินไป แต่ผัดต้นกะเทียมควนใส่กุ้งด้วย ถ้าชอบหวานก็ใส่น้ำตาลด้วย

ผัดเปรี้ยวหวาน

เครื่องปรุง แตงกวา ๒ ผล หอมครึ่งหัว ต้นหอม ๔ ต้น มะเขือเทศขนาดกลาง ๑ ผล เนื้อหมูหั่นแล้ว ๑ ช้อนโต๊ะพูน กะเทียม ๓ กลีบ น้ำมันหมู ๒ ช้อนโต๊ะ น้ำปลา น้ำตาล น้ำส้ม หย่างละ ๑ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ หั่นหมูบางๆ ขนาด ๒×๓ ซม. หั่นหอม แตงกวา มะเขือเทศเป็นเสี้ยวเล็กพอควน ต้นหอมตัดยาว ๓ ซม. ทุบกะเทียม ตักน้ำมันใส่กะทะตั้งไฟพอร้อน ใส่กะเทียมพอกะเทียมเหลือง ใส่หอมลงก่อน แล้วจึงใส่ของที่หั่นไว้ลงพร้อมกัน คนพอทั่ว ใส่น้ำปลา น้ำตาล น้ำส้ม ที่ผสมไว้ รีบคนเร็วๆ พอแตงกวาเป็นสีเขียวให้ตักขึ้น

ยำส้มโอ

เครื่องปรุง ส้มโอ ๕ กลีบ กุ้งแห้งป่น ๑ ช้อนโต๊ะพูน มะพร้าว ๑ ช้อนโต๊ะพูน น้ำตาลโตนด น้ำปลา

วิธีทำ ป่นกุ้งแห้ง คั่วมะพร้าว พอสีเหลืองอ่อนๆ แกะส้มโอให้กะจายจากกลีบเป็นเม็ดๆ ใส่จาน โรยมะพร้าวคั่ว กุ้งแห้ง เมื่อจะรับประทานจึงคลุกกับน้ำปลา น้ำตาล

ยำถั่วพู

เครื่องปรุง ถั่วพู ๑๐ ฝัก กุ้งนาง ๒ ตัว มะพร้าวคั่ว ๑ ช้อนโต๊ะพูน น้ำพริกเผา (หย่างไม่มีน้ำมัน) ๑ ช้อนชา หัวกะทิ ๑ ช้อนโต๊ะ น้ำปลา มะนาว น้ำตาล เกลือ

วิธีทำ ตักน้ำใส่หม้อ ใส่เกลือเล็กน้อย ไม่ถึงกับออกรสเค็ม ตั้งไฟให้เดือดพล่าน จึงใส่ถั่วพูลงต้ม พอสุกตักขึ้นหั่นขวางผักบางๆ ปอกกุ้งผ่าสองซีก หั่นตามขวางตัวถี่ๆ แกะหัวออก ริดมัน ฉีกเนื้อที่หัวออก ขูดส่วนอ่อนๆ ที่เหงือกรวมกับเนื้อส่วนหัว สับให้ละเอียดผสมกับเนื้อส่วนตัว ใส่กะทะตั้งไฟรวนพร้อมกับมันกุ้ง พอสุกตักขึ้นหย่าให้ทันแห้ง ถั่วพูหั่นแล้วใส่จาน โรยมะพร้าวคั่ว กุ้งรวน ละลายน้ำพริกเผากับน้ำปลา น้ำตาล มะนาว ชิมตามรสที่ชอบ เมื่อจะรับประทาน จึงคลุกด้วยน้ำพริกเผาที่ละลายไว้

หมายเหตุ ยำชนิดนี้จะใช้ถั่วฝักยาวแทนถั่วพูก็ได้

ยำแตงกวา

เครื่องปรุง แตงกวา ๕ ผล กุ้งแห้งป่น ๑ ช้อนโต๊ะพูน หอม ๓ หัว พริกแห้ง ๑ เม็ด น้ำปลา มะนาว

วิธีทำ ป่นกุ้งแห้ง แล้วซอยแตงกวาใส่จาน ซอยหอม เผาพริกให้เกรียม โรยหอมซอยและกุ้งแห้งป่น ฉีกพริกเผาโรยหน้า เมื่อจะรับประทาน จึงคลุกด้วยน้ำปลา มะนาว

หมายเหตุ วิธีป่นกุ้งแห้ง หยิบกุ้งใส่ครก โขลกจนตัวแยน แล้วขยับลูกครกกวนจนกุ้งแห้งเปนปุย ถ้ามีกุ้งแห้งที่ยังเปนตัวแข็งหยู่บ้างก็ให้โขลกซ้ำอีก ต้องโขลกไปคนไปจนกุ้งแห้งเปนปุยทั่วกัน

ยำชนิดไส่กุ้งแห้งนิมีหลายหย่างด้วยกัน ถ้าเปนของเปรี้ยว เช่น มะม่วง มะดัน ตะลิงปลิง มะปรางดิบ กะท้อน ต้องไส่น้ำตาลด้วย ควนไช้น้ำตาลโตนดจึงจะดี ถ้ายำมะม่วง ไส่ปลาดกย่างด้วย แกะก้างออกไห้หมดทอดไห้ฟู (จะทำไห้รสดีขึ้นอีก) แต่ยำกะท้อนไม่ต้องไส่พริกแห้ง

วิธีหั่น มะม่วงที่จะยำ ปอกแล้วจะฝานแฉลบหรือจะหั่นเปนฝอยก็ได้ มะปรางดิบ และมะดันไห้ฝานแฉลบ โรยเกลือบ่น คลุกพออ่อนตัว บิบน้ำออก

ตะลิงปลิง หั่นตามขวางลูกยาง ๆ โรยเกลือเล็กน้อย คลุกพออ่อนตัว บิบน้ำออกเล็กน้อย เพื่อมิไห้มีรสเปรี้ยวเกินไป

กะท้อน ปอกแล้วฝานยาง ๆ หั่นแช่ลงในน้ำเกลือที่ละลายไว้แล้วจึงคั้นน้ำออก ส่วนปุยที่ติดเมล็ดนั้นไห้ฝานเปนชิ้นไม่ต้องแช่น้ำเกลือ

ไข่เจียว

เครื่องปรุง ไข่ ๒ ฟอง น้ำมันหนึ่งถ้วยชา น้ำปลา ๑ ช้อนโต๊ะ ต้นหอม ๓ ต้น

วิธีทำ ต่อยไข่ไส่ชาม ไช้ซ่อมตีไห้ขึ้นฟูเปนฟองจนหมดส่วนที่เปนน้ำ ตักน้ำมันเท่าที่กำหนดไว้ไส่กะทะ ตั้งไฟไว้ไห้น้ำมันร้อนจนควันขึ้น หั่นต้นหอมหย่างหยาย ๆ ตวงน้ำปลาไส่ในไข่ ไส่น้ำปลาแล้วตีต่อไปอีก เมื่อน้ำมันร้อนได้ที่ เทไข่ที่ตีไว้ลงในกะทะไห้เกลี่ยง

ชาม ไข่ขะเดือดฟูเต็มกะทะ ไชัตะหลิวตักพับ ๒ ส่วนที่ยังเหลวหยุ่ขะไหลออก จึงไชัตะหลิวกลับไข่เรียยไปรอบ ๆ ตัว ขนไข่เหลืองไช้ได้ตักไส่จาน

หมายเหตุ การเจียวไข่ ถ้าตีไห้ขึ้นฟูได้เท่าไรยิ่งดี (กล่าวกันว่าการตีไข่ไห้ฟูนั้นจะทำไห้มีออกซิเจนมากขึ้นซึ่งช่วยรักสาไห้วิตามินและคุนภาพอื่น ๆ ของไข่ไว้ได้มาก)

เครื่องปรุงสำหรับผสมไข่เจียวนี้ ไม่ไช้ต้นหอมขะไช้หอมหัวเล็ก หอมไหย่หรือมะเขือเทสไส่แทนก็ได้ หรือขะไช้หมูแฮมไส้กรอกหมูแห้ง (กุนเชียง) หรือหมูสดสับไส่ไปด้วยก็เรียกว่าไข่เจียวปรุงเครื่อง

ไข่ดาว

วิธีทำหย่างที่ ๑ ตักน้ำมันไส่กะทะ ค่อย ๆ ต่อยไข่ (ไส่ลงไนน้ำมัน) ระวังหย่าไห้ไข่แดงแตก แล้วจึงยกกะทะขึ้นตั้งไฟ พอน้ำมันร้อนไช้ตะหลิวตักน้ำมันราดหน้า พอไข่ขาวสุกเปนวุ้นก็ไช้ได้

วิธีทำหย่างที่ ๒ ตักน้ำมันไส่กะทะยกขึ้นตั้งไฟ พอน้ำมันร้อนขัด จึงต่อยไข่ไส่ ไช้ตะหลิวตักน้ำมันราดหน้า ขนไข่ขาวข้างบนสุกข้างล่างเหลืองไช้ได้

ของที่ไช้รับประทานกับไข่ดาวมีหลายหย่าง

วิธีแต่ง ราดน้ำซีอิ๊วบนไข่ดาว มันฝรั่งฝานบาง ๆ หรือขนมปังสดหั่นสี่เหลี่ยมลูกบาสก์ทอด หรือไช้หมูสับละเอียด หอมไหย่หั่นฝอย ผัดไส่น้ำส้ม น้ำปลา น้ำตาล แล้วราดลงบนไข่

ไข่ตุ๋นหย่างที่ ๑

เครื่องปรุง ไข่ ๑ ฟอง หัวหอม ๒ หัว ต้นหอม ๑ ต้น ผักชี ๑ ช่อ น้ำปลาดี ๑ ช้อนโต๊ะ น้ำ น้ำข้าวเช็ดหรือน้ำต้มกะดูกครึ่งถ้วยชา พริกไทย

วิธีทำ ต่อยไข่ใส่ชามที่จะนึ่ง เขี่ยไข่ให้แตก ซอยหอม ตวงน้ำปลา ตวงน้ำหย่างไดหย่างหนึ่งตามที่กล่าวแล้ว ใส่ในชามไข่ คนให้เข้ากันแล้วหั่นต้นหอมใส่ เด็ดผักชีโรยหน้า โรยพริกไทย ตักน้ำใส่หม้อหรือกะทะ หย่าให้น้ำมากนัก ยกขึ้นตั้งไฟ จะใช้จานหรือชามที่พอจะรองชามไข้ได้ใส่ลงในกะทะนั้น ไช้ฝาลังถึงหรือฝาหม้อที่เหมาะกับกะทะนั้นปิดแล้วตั้งไฟจนน้ำเดือด จึงยกชามไข่ใส่ ปิดฝาไว้ประมาน ๕ นาที ก็สุก

ไข่ตุ๋นหย่างที่ ๒

เครื่องปรุง ไข่ ๑ ฟอง ตับหมูสับแล้วประมาน ๑ ช้อนหวาน น้ำ $\frac{1}{2}$ ถ้วยชา ผักกาดขาว ๒ ใบ หอมไหย่ $\frac{1}{4}$ หัว ผักชี พริกไทย น้ำปลาดี

วิธีทำ ต่อยไขใส่ชามที่จะนึ่ง เขี่ยไข่ให้แตก หั่นหอม ผักกาดให้ละเอียด เอาหอมผักกาดและตับหมูใส่ลงในชามไข่ ตวงน้ำปลาน้ำ ใส่คนให้เข้ากัน เด็ดผักชี พริกไทย โรยหน้า เสร็จแล้วยกขึ้นนึ่งตามวิธีที่ ๑



ถ่ายเมื่อ พ.ส. ๒๔๗๔ อายุ ๒๗ ปี
กับเพื่อนในการเที่ยวทางเรือ

ไข่ตุ๋นหย่างที่ ๓

เครื่องปรุง ไข่ ๒ ฟอง ไก่นึ่งหรือต้มสุกแล้วครึ่งขา (หรือจะใช้เนื้อตอนไหนก็ได้ แต่ประมานให้ได้เท่าครึ่งขา) กะหล่ำปลี ๑ กาย น้ำปลาดีหรือซีอิ๊ว ผักชี พริกไทย

วิธีทำ ต่อยไข่ใส่ชามตีให้ขึ้นหั่นไก่และกะหล่ำปลีให้ละเอียดใส่ลงในชามไข่ ตวงน้ำปลาใส่ คนให้เข้ากัน โรยผักชี พริกไทย นึ่งตามวิธีที่ ๑

หมายเหตุ ไข่ตุ๋นหย่างวิธีที่ ๓ นี้ จะใช้เนื้อหมูสดสับละเอียด โขลกรากผักชี พริกไทย กะเทียมใส่น้ำปลาหรือซีอิ๊ว แล้วหยอดใส่ถ้วยตะไล โรยผักชี พริกแดง ใส่ลังถึงนึ่งตามวิธีที่ ๑ ก็ได้

ปลาลาดหน้า

เครื่องปรุง ปลาไบไม้สด ๒ ตัว ขิงสดหั่นแล้ว ๑ ช้อนโต๊ะ ต้นหอม ๔ ต้น เต้าเจี้ยว ๑ ช้อนโต๊ะพูน น้ำตาล ๑ ช้อนหวาน น้ำส้ม ๑ ช้อนโต๊ะ กะเทียม ๓ กลีบ น้ำมันหมู ๒ ถ้วยชา พริกแดง ๒ เม็ด ผักชี

วิธีทำ หั่นขิงเป็นฝอย ล้างแล้วสงชิ้นยีเน้ ให้แห้ง ต้นหอมหั่นเป็นท่อนขนาด ๓ ซม. พริกแดงหั่นเป็นฝอยหย บ ๆ ล้างแล้วสงชิ้น สิ่งเหลานี้กองใส่ภาชนะไว้ ตักน้ำมันใส่กะทะ ทอดปลาที่ทำไว้ตักปลาใส่ขน ตักน้ำมันชิ้นให้หมด ล งกะทะให้สะอาด ยกขึ้นตั้ง

ไฟ พอกะทะแห้ง ตักน้ำมันที่ทอดปลานั้น ไส่ลงสัก ๑ ช้อนโต๊ะ ทุบกะเทียมไส่คนพอหอม ไส่เครื่องที่เตรียมไว้ ไส่เต้าเจี้ยว น้ำตาล ลงคนโดยเร็ว พอต้นหอมตายนึ่ง ตักขึ้นราดขนตัวปลา โรยผักชี

หมายเหตุ ปลาราดหน้าชนิดนี้จะไช้ปลาอื่นหรือกุ้งก็ได้

วิธีทำปลาไบไม้ ขอดเกล็ดแล้ว ตัดหัวควักไส้ออก ครีบหางไม่ต้องตัด ถ้าไม่ตัดหัว ให้แหวะท้องควักไส้ออก ถ้ามีไข่ เวลาควักไส้ต้องระวังหย่าให้ไข่หลุดออกมาด้วย เมื่อล้างเสร็ดแล้ว ให้ไช้มีดบั้งปลาเสียสักสองรอย ปลาชนิดตัวแบน ๆ เช่นนี้ เมื่อประกอบอาหาร ถ้าไช้ทั้งตัว น่ารับประทานดี

ถ้าเปนปลามีก้างมาก เช่นปลาตะเพียน ปลาสูบ เปนต้น เมื่อทำเสร็ดแล้วต้องบั้งตามขวางตัวไห้เปนรอยถี่ที่สุด เวลารับประทานจะรู้สึกคล้ายกับว่าเปนปลาไม่มีก้าง

ผัดพริกขิง

เครื่องปรุง พริกแห้ง ๑๕ เม็ด หัวหอมขนาดกลาง ๒๕ หัว กะเทียม ๒๕ หัว ข่า ๗ แว่น ตะไคร้ ๒ ช้อนโต๊ะ กุ้งแห้งบ่น ½ ถ้วยชา รากผักชี ๑ ช้อนชา เกลือ ๑ ช้อนโต๊ะ มันหมู ½ ก.ก. น้ำตาล น้ำปลา

วิธีทำ ฉีกพริกแห้งแกะเม็ดออกล้างน้ำ ปอกหอม กะเทียม หั่นข่าตะไคร้ รากผักชี โขลกกุ้งแห้งแล้วเอาขึ้น เอาเครื่องที่เตรียมไว้ลงโขลกไม่ต้องละเอียดนัก ไส่กุ้งแห้งปนลงไปโขลกไห้ทั่ว หั่น

เปลวหมูเปนชิ้นเล็ก ๆ ยาว ๆ ขนาด $\frac{1}{2}$ ซม. ใส่กะทะเคี่ยวพอเปลวหมูสีนวล ๆ ตักพริกขิงใส่ลงผัด เมื่อพริกขิงสุก ใส่น้ำตาลน้ำปลาให้มีรสเค็มหวาน ยกลงได้

หมายเหตุ พริกขิงนี้เก็บไว้รับประทานได้นานวัน วันต่อไปจะใช้ผัดกับผักทอดยอดหรือถั่วฝักยาวก็ได้ คือตักพริกขิงใส่กะทะ หั่นถั่วฝักยาวหรือผักทอดยอดเปนท่อนขนาด ๓ ซม. ใส่ลงผัดพอสุก ตักชิ้น

เนื้อเครื่องเทสทอด

เครื่องปรุง เนื้อโคขนาด ๖x๘ ซม. หนา $\frac{1}{2}$ ซม. ประมาณ ๖-๘ ชิ้น ลูกผักชีคั่วช้อนโต๊ะ ยี่หร่าคั่วช้อนชา พริกไทย ๕ เม็ด น้ำปลาดีหรือน้ำซีอิ๊ว ๒ ช้อนโต๊ะ น้ำตาล $\frac{1}{2}$ ช้อนโต๊ะ น้ำส้ม ๒ ช้อนโต๊ะ น้ำมันหมู ๑ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ ล้างลูกผักชี ยี่หร่า พริกไทย คั่วให้หอมแล้วบี้นไม่ต้องละเอียดนัก โรยลงบนเนื้อแล้วใส่น้ำปลา เคล้าขนน้ำปลาแห้ง ตักน้ำมันหมูใส่กะทะตั้งไฟให้ร้อนจัด ใส่เนื้อลงพอสุกรีบกลับ ละลายน้ำส้มกับน้ำตาลลาดลงบนเนื้อ รีบคนแล้วตักชิ้นใส่ชาม

หมายเหตุ ทำเนื้อชนิดนี้ต้องระวังหย่าให้สุกมากเกินไป

กุ้งทาพริกไทยกะเทียม

เครื่องปรุง กุ้งนาง ๔ ตัว พริกไทย ๕ เม็ด กะเทียมกลีบไหย่ ๒ กลีบ รากผักชี ๕ ราก น้ำปลา ๒ ช้อนโต๊ะ น้ำมันหมู ๑ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ ล้างกุ้งให้สะอาด ปอกตามวิธีปอกกุ้งข้อ ก. แล้วผ่าหลังแต่หางตลอดหัวให้ลึก ใช้มีดเขาะขนหลังกุ้งตามขวาง เพื่อให้เอ็นขาดเวลาทอดจะได้ไม่งอ โขลกพริกไทย กะเทียม รากผักชี ให้ละเอียด แล้วเคล้ากับกุ้งและน้ำปลาให้ทั่ว ตั้งยกกะทะตั้งไฟ ใส่น้ำมันตั้งให้ร้อน เอากุ้งที่เคล้าไว้ลงทอดพอสุก ตักขึ้นใส่จาน แล้วตักน้ำมันที่ทอดราดหน้ากุ้งด้วย

หมูทอดเค็ม

เครื่องปรุง หมูเนื้อปนมันเล็กน้อย ชิ้นขนาด ๖×๙ ซม. หนา ๑ ซม. ๓ ชิ้น รากผักชี ๗ ราก พริกไทย ๓ เม็ด กะเทียม กลิ้งไหย่ ๓ กลีบ เกลือป่น ๑ ช้อนชาพูน น้ำมันหมู ๒ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ ล้างหมูให้สะอาด (ขนาดจะใหย่หรือเล็กกว่าที่ระมานไว้บ้างเล็กน้อยก็ไม่เปนไร) โขลกรากผักชี พริกไทย กะเทียม เกลือให้ละเอียด ทาให้ทั่วหมู แล้วจึงเคล้าให้เข้าเนื้อ ตักน้ำมันใส่กะทะยกขึ้นตั้งไฟ หย่าให้ไฟแรงนัก พอน้ำมันร้อนหยิบหมูใส่ในกะทะให้เรียงกัน ๓ ชิ้น ถ้ายังไม่เหลืองห้ามไม่ให้กลับ ถ้าเหลืองทั่วแล้วจึงกลับอีกข้างหนึ่งลง เมื่อเหลืองทั้ง ๒ ข้างแล้ว ตักขึ้นใส่จาน ตักน้ำมันออก ส่วนที่เหลือก้นกะทะให้ตักราดบนชิ้นหมู

หมายเหตุ หมูเค็มทอดอีกวิธีหนึ่ง ใช้แต่น้ำปลาดี กับพริกไทยราดลงบนหมู เคล้าให้เข้ากันจนน้ำปลาแห้ง แล้วทอดตามวิธีข้างบนนั้น

น้ำพริกจิ้มผักดิบ

เครื่องปรุง กะปิตำหย่างดี ๑ ช้อนชาพูน กะเทียมหัวเล็ก (กะเทียมไทย) ๔ หัว กุ้งแห้งป่น ๑ ช้อนโต๊ะ มะอึกสุก ๒ ผล ผิวส้มเหม็นหั่นละเอียด ๑ ช้อนชาพูน พริกสามสี (พริกสวนนอก ๖ เม็ด พริกขี้หนูเด็ดก้านแล้ว ๑ ช้อนชา เกลือครึ่งช้อนชา น้ำปลา น้ำตาลปี๊บ มะนาว

วิธีทำ ใส่กุ้งแห้ง กะปิและเกลือ โขลกให้ละเอียด แล้วปอกกะเทียมใส่โขลกรวมกันไป เมื่อละเอียดแล้ว ขูดมะอึกผ่าออกเปน ๔ ซีก หั่นละเอียด ผิวส้มเหม็น พริกสามสี ใส่ครกบุบพอพริกแตก ใส่น้ำปลา น้ำตาล บีบมะนาว คนให้เข้ากัน ชิมรสตามชอบ ตักใส่ถ้วยแล้วโรยพริกขหนู

หมายเหตุ น้ำพริกหย่างนี้ใช้คลุกข้าวก็ได้ จิ้มผักดิบก็ได้ เวลาปรุงถ้าใช้มะดันหรือมะม่วงก็ไม่ต้องใช้มะนาว ผิวส้มเหม็นและมะอึก

น้ำพริกจิ้มผักต้มหรือผักดอง

เครื่องปรุง กะปิหย่างดี ๑ ช้อนชา กุ้งแห้งป่น ๑ ช้อนชาพูน กะเทียมขนาดกลาง ๓ กลีบ พริกขี้หนู ๑๐ เม็ด มะอึก ๒ ผล (หรือมะเขือเหลืองหรือมะเขือกรอบ ๑ ผล) น้ำปลาน้ำตาล มะนาว ส้มเหม็น

วิธีทำ โขลกกุ้งแห้ง พร้อมกับกะปี เมื่อละเอียดแล้ว ปอกกะเทียมใส่ลงในครก โขลก หย่าให้ละเอียดเกินไป หั่นมะอึก

หรือมะเขือยาง ๆ ตามยาวผลยาง ๆ ไส่ครกยุบให้ช้ำ คนให้ทั่วกัน เด็ดพริกไส่ยุบพอแตก ไส่น้ำตาล น้ำปลา มะนาว น้ำส้มเหม็นชิมรสตามชอบ

หมายเหตุ ถ้าใช้มะเขือเหลือง เมื่อผ่าแล้วแกะเม็ดออก ล้างเนื้อมะเขือให้หมดชื่น แล้วจึงหั่นยาง ๆ ตามยาว ถ้าไม่ชอบเม็ดก็ไม่ต้องไส่ ถ้าชอบจะไส่ด้วยก็น่ารับประทานดี แต่ต้องล้างให้หมดชื่นก่อน จะใช้พริกชี้ฟ้าแทนพริกขี้หนูก็ได้ หรือจะใช้ทั้ง ๒ หย่างก็ได้

วิธีทำผักต้มกะทิ

เครื่องปรง ผักรันอน ๑ กำ ผักตำลึง ๒ กำ ฟักข้าวผลเล็ก ๑ ผล หัวปลี ๑ หัว แตงกวาผลงาม ๆ ๓ ผล มะเขืออ่อน ๓–๔ ผล มะพร้าวขูดแล้วคั้งถ้วยชา

วิธีทำ ผักตำลึง เด็ดมีออกให้หมด แล้วเด็ดเปนท่อน ๆ จนหมดยอดอ่อน กับไยเพสลาด (หมายถึงไยกลางอ่อนกลางแก่) ผักรันอนเด็ดรากและส่วนขาว ๆ ทิ้งแล้วเด็ดยอดส่วนระหว่างปล้องเปนท่อน ๆ ฟักข้าว ปอกเปลือกแล้วตัดเปน ๒ ท่อน ผ่าแล้วหั่นตามยาวยาง ๆ หัวปลี ปอกจนถึงกายขาว มะเขือตัดก้านไว้ ผักเหล่านี้ล้างให้สอาด รวมทั้งแตงกวาด้วย

คั้นกะทิเอาหัวครั้งที่หนึ่งไส่หม้อเล็ก ๆ ตั้งไฟ คนพอเดือด ยกลงเก็บไว้ ส่วนกะทิที่คั้นเปนครั้งที่ ๒ ที่ ๓ นั้น ให้ไส่หม้อตั้งไฟพอ

เคือดพล่านจึงใส่ผักรู้นอนลง แล้วรีบตักขึ้นโดยเร็ว ปล่อยให้กะทิเดือดอีก จึงต้มผักตำลึง สุกแล้วตักขึ้น ผักทุก ๆ หย่าง ที่กล่าวไว้นั้นให้ต้มทีละหย่างจนหมดผัก ส่วนหัวปลีเมื่อจะใส่หม้อจึงค่อยผ่ามะเขือกับ แตงกวาต้มทั้งผล แล้วจัดใส่จาน

วิธีจัด ผักรู้นอนกับผักตำลึงม้วนเปนคำ ๆ มะเขือกับแตงกวาหั่นเปนคำ ๆ หัวปลีตัดเปนท่อนขนาด ๔ ซม. แล้วฉีกเล็ก ๆ ผักเหล่านี้จัดใส่จานเปนกอง ๆ ติดกัน แล้วใช้หัวกะทิที่เคี่ยวไว้หยอดหน้าให้ทั่ว

หมายเหตุ นอกจากที่กล่าวข้างต้นแล้ว ยังมีผักที่ใช้ต้มกะทิได้เช่น หน่อไม้ ดอกแค ยอดแค ดอกขจร ดอกข้าวสาร ถั่วฝักยาว ยอดฝักทอง ดอกฟักทอง ยอดน้ำเต้า ดอกน้ำเต้า เปนต้น

ของหวาน

วิธีเชื่อมน้ำตาล

การทำของหวาน โดยมากมักใช้น้ำตาลเชื่อม ธัมดาน้ำตาลมักมีผงติดหยู่ ไม่มากก็น้อย เมื่อเชื่อมและกรองแล้วก็เปนน้ำตาลที่สอาด การเชื่อมใช้ส่วนผสมไม่เหมือนกัน

๑. น้ำตาลเชื่อมที่ใช้สำหรับของน้ำทั่วไป เช่น ลอยแก้ว ฯลฯ หรือทำทองหยิบ ฝอยทอง ใช้ส่วนดังนี้ คือ น้ำตาล ๑ ½ ถ้วยชา น้ำ ๑ ถ้วยชา

๒. น้ำตาลเชื่อมสำหรับผสมขนม ใช้ส่วนดังนี้ คือ น้ำตาล ๑ ถ้วยชา น้ำ ๑ ถ้วยชา

วิธีฟอกน้ำตาล

ตวงน้ำตาลใส่กะทะ ใช้เปลือกไข่กับไข่ข้าวขยำกับน้ำตาล จนน้ำตาลละลาย จึงตวงน้ำใส่ยกขึ้นตั้งไฟ คอยคน มิฉะนั้นน้ำตาลจะติดก้นกะทะและเกิดไหม้ขึ้น เมื่อน้ำตาลละลายหมดแล้วปล่อยให้เดือดพล่านจนฟองจับขอบกะทะ จึงใช้ทัพพีค่อย ๆ กวาดฟองนั้นให้มารวมหยู่แห่งเดียวกัน แล้วช้อนขึ้น เวลาช้อนฟองต้องช้อนแต่ฟองเท่านั้นหย่าให้น้ำตาลติดขึ้นมาด้วย ทำดังนี้จนหมดฟอง จึงกรองด้วยผ้าขาวบาง เปลือกไข่ซึ่งจะใช้ฟอกน้ำตาลนั้นต้องล้างให้สอาด โดยมากน้ำตาลเชื่อมที่ต้องฟอกคือน้ำตาลที่ใช้ทำขนม เช่นทองหยิบ ฝอยทอง เปนต้น

ไข่หวานลูก

เครื่องปรุง ไข่ ๓ ฟอง น้ำตาล ๘ ช้อนโต๊ะ (๓/๔ ถ้วยชา) น้ำ ๑ ½ ถ้วยชา ขิงแก่สด ๑ ท่อน ยาว ๓ ซม.

วิธีทำ ตวงน้ำและน้ำตาลใส่หม้อ หรือกะทะทอง ขึ้นยกตั้งไฟ ใช้ช้อนหรือทัพพี คนจนน้ำตาลละลายหมด กรองด้วยผ้าขาวแล้วใส่



ถ่ายเมื่อ พ.ส. ๒๔๘๐ อายุ ๒๘ ปี
(ปีนัง)

ในหม้อหรือกะทะทองตามเดิม ปอกขิงทุบให้ช้ำหรือจะใช้สักด้วย
ซ่อมใส่ลงในน้ำเชื่อม (ถ้าขิงอ่อนใส่ ๒ เท่านิ้) ยกขึ้นตั้งไฟ
พอน้ำตาลเดือดพล่าน ต่อยไข่ใส่ ปล่อยให้เดือดประมาน ๑๐ นาที
(ถ้าไม่ชอบขิง ไม่ใส่ก็ได้ บางท่านชอบหยอดหัวกะทิเมื่อก่อนจะยก
ลง กะทิที่ใส่ใช้หัวกะทิประมาน ๒ ช้อนโต๊ะ)

ไข่หวานฝอย

เครื่องปรุง ไข่ ๓ ฟอง น้ำตาล ๘ ช้อนโต๊ะ (๑½ ถ้วย
ชา) น้ำ ๑½ ถ้วยชา ขิงแก่สด ๑ ท่อน ยาว ๓ ซม.

วิธีทำ ตวงน้ำและน้ำตาลใส่หม้อหรือกะทะทองยกขึ้นตั้งไฟ
ใช้ช้อนหรือทัพพีคนจนน้ำตาลละลายหมด กรองด้วยผ้าขาวบางแล้ว
ใส่ในหม้อหรือกะทะทองตามเดิม ปอกขิงล้างให้สะอาดทุบให้ช้ำใส่ลง
ในน้ำตาลเชื่อม ตั้งไฟให้เดือด ปูผ้ากรองลงในชามต่อยไข่ใส่ ใช้
มือรูดไข่ออกจากผ้าคนให้ไข่ขาวไข่แดงเข้ากันดีก่อนใส่ในกรวยไข
ตองหรือกรวยโลหะ โรยลงในน้ำตาลซึ่งกำลังเดือดพล่านจนหมด
ไข่ แล้วปล่อยให้เดือดประมาน ๒ นาที ก็ยกลงใช้ได้

สาคูน้ำเชื่อม

เครื่องปรุง สาคูเม็ดใหญ่ ๒ ช้อนโต๊ะพูน น้ำตาลซาย ๘
ช้อนโต๊ะ น้ำดอกไม้สด ๑ ถ้วยชา

วิธีทำ สาคูก่อนจะต้มต้องแช่น้ำไว้ค้างคืน รุ่งขึ้นขิงลวกดังนี้
ตั้งน้ำให้เดือดแล้วสงสาคูขึ้นจากน้ำ ใส่ลงในน้ำเดือด เคี่ยวไปจน

สาคูไสทั่วเม็ด ตักขึ้นจากน้ำร้อน ล้างน้ำเย็น สงขึ้นพักไว้ ตวงน้ำตาลใส่กะทะทองหรือหม้อ พร้อมกับน้ำดอกไม้สดยกขึ้นตั้งไฟ คนจนน้ำตาลละลาย แล้วปล่อยให้เดือดสักครู่ จึงยกลงกรองด้วยผ้าขาวบางพักไว้ให้เย็น เมื่อเวลาจะรับประทานตักสาคูใส่ชาม ตักน้ำเชื่อมใส่พอท่วม ใส่น้ำแข็ง

ข้าวต้มน้ำวุ้น

เครื่องปรุง ข้าวเหนียวข้าวสาร ๔ ช้อนโต๊ะ น้ำตาลซาย ๘ ช้อนโต๊ะ น้ำดอกไม้สด ๑ ถ้วยชา ไขตอง ๑ ใบ ไม้กลัด

วิธีทำ ซาวข้าวสารให้สอาดแช่ไว้สัก ๑ ชั่วโมง ล้างและเช็ดไขตองให้สอาด ฉีกไขตองกว้างขนาด ๓ ซม. ยัยทางส่วนแข็งของไขตองพับเปนรูปสามเหลี่ยม ตักข้าวเหนียวใส่ให้เต็ม ม้วนไขตองให้เปนรูปสามเหลี่ยมให้แน่น ระวังหย่าให้มุมหลวม เมื่อหมดส่วนยาวของไขตองแล้ว ใช้ไม้กลัด ๆ ให้แน่น ใส่ลงในหม้อ ใส่น้ำพอท่วม ตั้งไฟต้มเคี่ยว หย่าให้ไฟแรง เคยวประมาน ๒ ชั่วโมง เมื่อสุกแล้วเช็ดน้ำให้แห้ง

ตวงน้ำตาลและน้ำดอกไม้สดใส่ในกะทะทองหรือหม้อ ยกขึ้นตั้งไฟคนจนน้ำตาลละลายแล้ว ปล่อยให้เดือดครู่หนึ่ง จึงยกลงกรองด้วยผ้าขาวบาง พักไว้ให้เย็น เมื่อเวลาจะรับประทานแก้ข้าวต้มที่สุกแล้วใส่ชาม ตักน้ำเชื่อมใส่พอท่วม ใส่น้ำแข็ง

เผือกน้ำกะทิ

เครื่องปรุง เผือกหัวใหย่ ๑ ซิก น้ำตาลโตนด หรือน้ำตาลมะพร้าว ๖ ช้อนโต๊ะ มะพร้าว ๑ ½ ถ้วยชา น้ำดอกไม้สด ๒ ถ้วยชา

วิธีทำ ล้างเผือกให้สะอาด ผ่าออกเปนเสี้ยว เรียงลงในลังถึง ตักน้ำใส่ในกะทะยกขึ้นตั้งไฟ ยกลังถึงขึ้นตั้งประมาน ๔๕ นาที ยกลงจากเตา พักไว้ให้เผือกเย็น ขูดการค้นกะทิด้วยน้ำดอกไม้สด ละลายน้ำตาลแล้วกรองด้วยผ้า ใส่โถแก้วพักไว้ ลอกเปลือกเผือกให้หมด หั่นชิ้นเล็ก ๆ ยาว ๆ ใส่จาน เมื่อจะรับประทานตักเผือกใส่ในชามแก้วเล็ก ตักน้ำกะทิใส่พอท่วม ใส่น้ำแข็งยกไปรับประทานได้

กล้วยบวชชี

เครื่องปรุง กล้วยน้ำละว้า ๕ ผล มะพร้าว ๒ ถ้วยชา น้ำดอกไม้สด ๒ ถ้วยชา ถั่วทอง หรือถั่วเขียวคั่ว ๑ ช้อนชาพูน เกลือ น้ำตาล

วิธีทำ คั้นกะทิกรองด้วยผ้า หัวกะทิครั้งที่ ๑ ใส่ชามไว้ ครั้งที่ ๒–๓ ใส่หม้อ ปอกกล้วยผ่าซีกแล้วตัดเปน ๒ หรือ ๓ ชิ้นใส่ลงในหม้อกะทิที่คั้นไว้ ยกขึ้นตั้งไฟ พอกล้วยสุกใส่หัวกะทิที่แบ่งไว้ ตั้งให้เดือดแล้วจึงปรุงรส เค็มหวาน ตามชอบใจ ยกลงได้ ตักใส่ชามโรยถั่ว

หมายเหตุ วิธีคั่วถั่ว ใช้ถั่วทองหรือถั่วเขียว ล้างให้สะอาด ซาวให้หมดผงดำ สงขึ้นจากน้ำใส่กะทะคั่วให้เหลือง (หย่าให้ถึงเปลือกดำ) ใส่ครก ใช้ลูกครกคนให้แตกเปน ๒ ซีก ตักใส่ตะแกรงหรือจาน ผัดให้เปลือกออกจนหมด

แกงบวชมันเทส

เครื่องปรุง มันเทส ๑ หัว น้ำตาลโตนดหรือน้ำตาลมะพร้าว ๓ ช้อนโต๊ะ มะพร้าว ๒ ถ้วยชา น้ำดอกไม้สด ๑ ½ ถ้วยชา

วิธีทำ ปอกมันล้างน้ำ หั่นตามขวางหนาประมานครึ่ง ซม. ตามยาวเปนชิ้นสี่เหลี่ยมยาวไม่เกิน ๓ ซม. ล้างด้วยน้ำปนใส คั้นกะทิ ตวงน้ำตาลละลายลงในกะทะ แล้วกรองใส่หม้อ ยกขึ้นตั้งไฟ ใส่มันที่หั่นไว้ ตั้งไปจนสุก แล้วยกลง

หมายเหตุ การทำแกงบวชนี้ นอกจากมัน จะใช้สาเก กล้วยดิบ ฟักทอง เผือก ฯลฯ ก็ได้ แต่ต้องประมานส่วนให้เท่ากับที่กำหนดไว้

ถั่วดำต้มน้ำตาล (วิธีที่ ๑)

เครื่องปรุง ถั่วดำ ๕ ช้อนโต๊ะ น้ำตาลโตนดหรือน้ำตาลมะพร้าว ๓ ช้อนโต๊ะ มะพร้าว ๒ ถ้วยชา น้ำดอกไม้สด ๑ ½ ถ้วยชา

วิธีทำ ล้างถั่วดำใส่กะทะคั่วพอหอม ตักใส่หม้อเคี่ยวจนเปื่อย คั้นกะทิ ตวงน้ำตาล ละลายลงในกะทะ แล้วกรองใส่หม้อ ตักถั่วดำถ่ายน้ำล้างสัก ๒ ครั้ง ให้สะอาด สงขึ้นใส่ลงในหม้อกะทิ ยกขึ้นตั้งไฟเคี่ยวพอแตกมันข้างเล็กน้อย แล้วยกลง

ถั่วดำต้มน้ำตาล (วิธีที่ ๒)

ทำเช่นเดียวกับวิธีที่ ๑ แต่เมื่อคั้นกะทิแล้วให้เก็บหัวกะทิที่คั้นครั้งที่หนึ่งไว้ เมื่อจะยกลงจึงใส่หัวกะทิลงไปให้เดือดอีกพลุ่งหนึ่ง

สาคูเปียก

เครื่องปรุง สาคูเม็ดเล็ก ½ ถ้วยชา น้ำตาลทราย ½ ถ้วยชา หัวกะทิ ๖ ช้อนโต๊ะ น้ำดอกไม้สด ๑½ ถ้วยชา

วิธีทำ เลือกสาคูให้หมดผง ใส่ชามล้างน้ำคนให้ผงลอยแล้วรินน้ำทิ้งให้หมด ใส่กะทะตวงน้ำดอกไม้สดใส่ ยกขึ้นตั้งไฟ ต้มให้สาคูสุก (ให้หมดไตขาว) แล้วใส่น้ำตาลคนจนน้ำตาลละลายเข้ากันดีแล้วยกลงใช้ได้ คั้นหัวกะทิกรองด้วยผ้าใส่ลงในถ้วย ใส่เกลือเล็กน้อย

หมายเหตุ สาคูเปียกนี้จะใช้รับประทานกับถั่วดำต้มน้ำตาลก็ได้ โดยไม่ต้องใช้หัวกะทิ

กล้วยต้มจิ้มมะพร้าว

เครื่องปรุง กล้วยน้ำละว้าสุกสักกะดังงาหรือให้เหลืองกว่า ๑ หวี น้ำตาล มะพร้าว ½ ถ้วยชา เกลือ

วิธีทำ ตัดกล้วยออกจากหวี ล้างน้ำให้หายสกปรก ใส่หม้อใส่น้ำพอท่วมกล้วย ยกขึ้นตั้งไฟ เคี่ยวประมาน ๔๕ นาที ก่อนจะยกลง ใส่เกลือเม็ดสัก ๑ ช้อนชา รอสักครู่จึงยกลงรินน้ำทิ้งแล้วตั้งไฟพอน้ำแห้งยกลง ปอกเปลือกแล้วทับหรือฝานบาง ๆ ตามยาวก็ได้ ใช้เกลือ น้ำตาล เล็กน้อย (มะพร้าวที่ขูดด้วยกะต่ายไทยหรือขูดกะต่ายมือ (ตามชอบใจ) กับคลุกให้ทั่วกันดีแล้ว ใช้โรยหรือคลุกกับกล้วย

หมายเหตุ วิธีทับกล้วย ใช้ไขตองปูลงบนเขียง ปอกกล้วยวางบนไขตอง แล้วตลบไขตองคลุมกล้วย ใช้มีดไหย่หรือไม้กะดานกดให้กล้วยแบน

กล้วยหักมุกเชื่อม

เครื่องปรุง กล้วยหักมุกห่าม ๆ ๕ ผล น้ำตาลซาย $\frac{1}{2}$ ถ้วยชา น้ำ $\frac{3}{4}$ ถ้วยชา

วิธีทำ ตวงน้ำตาลกับน้ำใส่กะทะเคี่ยวจนน้ำตาลละลายแล้วกรองด้วยผ้าขาวบาง กลับคืนใส่ในกะทะตามเดิม ยกขึ้นตั้งไฟ ตัดขุกกล้วย ผ่าซีก แล้วตัดออกเปน ๔ ชิ้น ปอกเปลือกลอกเส้นให้หมด เมื่อน้ำตาลในกะทะเดือดใส่กล้วยลงไป คอยกลับให้กล้วยเกลือกน้ำตาลให้ทั่ว แต่หย่าคนแรงหรือบ่อยครั้งนัก เมื่อสุกแล้วชิ้นกล้วยจะไม่งาม ระวังหย่าให้ไฟแรง สังเกตสีของกล้วย เมื่อเห็นเหลืองใสทั่วกันแล้วยกลง ใช้ได้

ข้าวโพดคลุก

เครื่องปรุง ข้าวโพดต้ม ๖ ดอก มะพร้าว $\frac{1}{2}$ ถ้วยชา น้ำตาลซาย ๔ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ ปอกเปลือกข้าวโพดแล้วใช้มีดคมๆ ฝานบางๆ **คะเน**ว่าจะฝานได้สัก ๓–๔ ชั้น เมื่อขวนจะถึงซังใช้มีดขูดแผ่วๆ ให้ส่วนที่เหลือติดหยู่กับซังหลุดออก แต่หย่าขูดให้แรงถึงกับซังหลุดออกมาด้วย มะพร้าวที่ใช้ควนเปนมะพร้าวทึมทึก **คือ**มะพร้าวที่ข้างในแก่แล้ว แต่ผิวของเปลือกยังเปนสีเขียวหยู่ ขูดด้วยกะต่ายมือ **หรือ**กะต่ายไทย เอาน้ำตาลมะพร้าวและข้าวโพดที่ฝานไว้คลุกให้ทั่วชิมรสตามชอบ ตักใส่จาน บางคนชอบใส่เกลือเล็กน้อย

วิธีต้มข้าวโพด ปอกเปลือกออกเสียบ้าง ตัดปลายแล้วไส่หม้อ ไส่น้ำพอท่วม ตั้งไฟประมาน ๑ ชั่วโมง ยกลง**รินน้ำทิ้ง** การต้มข้าวโพดโดยมากมักจะต้มเวลาที่ทำหย่างอื่นเสร็ดแล้ว **เตา**ว่างหยู่ ถ้าต้องการให้มีรสเค็ม เมื่อข้าวโพดสุกแล้ว **หยอด**น้ำเกลือลงทางปลายเล็กน้อยทุกๆ ดอก

ข้าวเม่าคลุก

เครื่องปรุง ข้าวเม่า ๑ ถ้วยชา มะพร้าวทึมทึก $\frac{1}{2}$ ถ้วยชา น้ำตาลซาย ๑ ช้อนหวาน เกลือเล็กน้อย

วิธีทำ ข้าวเม่าเลือกกากผักลองให้หมดแล้ว พรมด้วยน้ำเกลือให้ทั่ว พักไว้ แล้วจึงขูดมะพร้าว ถ้าเปนมะพร้าวแก่ หย่า

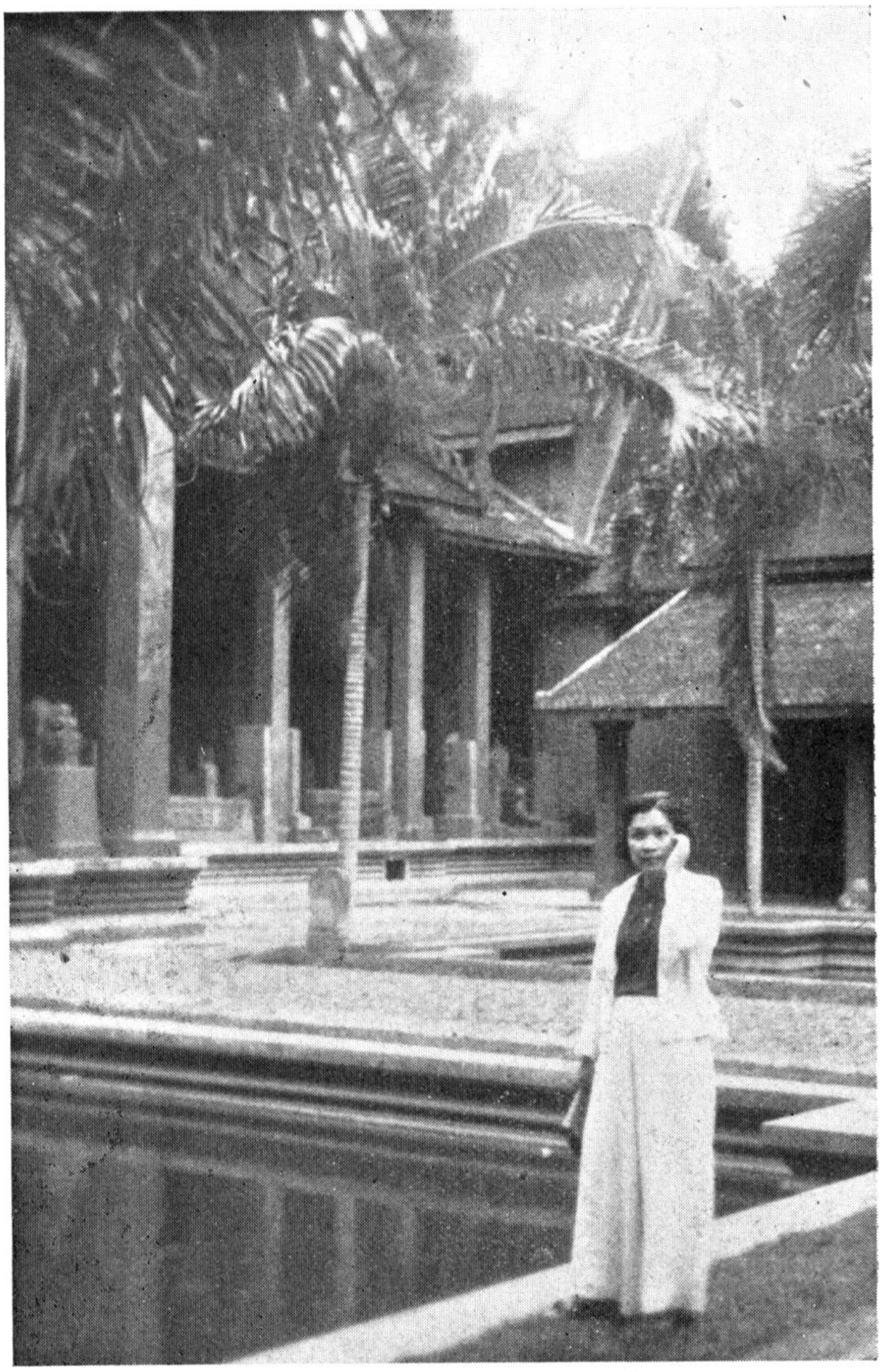
ขูดให้ถึงกันกะลา เพราะจะทำให้เป็นกาก รวมมะพร้าว น้ำตาล ข้าวเม่า คลุกให้เข้ากัน ชิมรสตามชอบ ตักใส่จาน รับประทาน กับกล้วยหอมหรือกล้วยไข่

ขนมกล้วย

เครื่องปรุง กล้วยน้ำละว้าขนาดผลย่อม ๕ ผล แป้ง ๕ ช้อนโต๊ะ น้ำตาลซาย ๕ ช้อนโต๊ะ มะพร้าว ๒ ช้อนโต๊ะพูน ไขตองไขงาม ๆ ๑ ไข ไม้กลัดขนาดเล็ก

วิธีทำ ปอก กล้วยใส่จาน แยน ๆ ใช้ช่อม กด จน ละเอียด ค้นมะพร้าวประมาน $\frac{๓}{๕}$ ของที่กำหนดไว้ ค้นด้วยน้ำน้อย ๆ จนหมดมัน นวดแป้งด้วยน้ำให้เข้ากัน แล้วจึงใส่หัวกะทินวดจนนุ่ม ถ้าเป็นแป้งโม่สด ๆ ก็นวดกับหัวกะทิได้เลยทีเดียว เมื่อนวดแป้งได้ที่แล้ว จึงรวมนวดกับกล้วยต่อไป จนนุ่มและเหนียว แล้วใส่น้ำตาลนวดต่อไปอีกจนเข้ากันดี ตักหยอดลงในไขตอง ใช้มะพร้าวที่เหลือแบ่งใส่ลงตรงกลางกองขนม กดให้จมลงไปในขนมเล็กน้อย แล้วห่อเรียงขนมที่ห่อแล้วลงในลังถึง ตักน้ำใส่กะทะยกขึ้นตั้งไฟ ยกลังถึงขึ้นตั้งบนกะทะ ปิดฝานึ่งจนสุก เวลาประมาน ๑๕ นาทีก็สุก ตามส่วนนี้ได้ขนม ๒๕ ห่อ

หมายเหตุ วิธีทำไขตอง ฉีกไขตองกว้างประมาน ๖ ซม. หยิบซ้อนกัน คราวละ ๕ แผ่น จัยทบริมตามยาว ส่วนหัวท้ายเหลือมไปมาได้ตามพอใจ ให้พันไขตองส่วนที่ขาด



ถ่ายเมื่อ พ.ศ. ๒๔๘๑ อายุ ๒๕ ปี

(พนมเปน)

เมื่อทบแล้ว ใช้มือขยับโดยให้ไขตองส่วนกลางหย่อนผ่ามือ ใช้มีดเจียนทั้ง ๒ ปลาย ให้เป็นรูปแหลม เมื่อเจียนแล้วให้มีขนาดยาวประมาน ๑๕ ซม. ใช้เป็นชั้นนอก ชั้นในก็ทำหย่างเดียวกัน แต่ลดขนาดให้เล็กและสั้นกว่าชั้นนอกประมาน ๒ ซม. ฉีกไขตองกว้างประมาน ๑ ซม. สำหรับใช้ทำเดี่ยว ให้ส่วนยาว ๆ กว่าไขตองที่เจียนไว้สัก ๒ – ๓ ซม. เดี่ยวนี้จะใช่ไขตองหรือไขมะพร้าวก็ได้ ไม้กลัดใช้ผิวไม้ไผ่ ผ่าให้เล็กตามขนาดที่ต้องการ แล้ววางลงบนที่ลองหรือเขียง ใช้โคนมีดคม ๆ ตัดโดยจดคมมีดลงให้เฉียงกับไม้แล้วกดแรง ๆ ครั้งเดียวให้ขาด ไม้กลัดจะคมดี

วิธีห่อ ซ้อนไขตองชั้นนอกและชั้นในให้ด้านที่นวลประกบกัน สลับปลายให้หยู่คนละทาง ตักขนมกะวางลงกึ่งกลางห่อ ใช้มือขับริมทบเข้าหากัน กะให้ปลายไขตองเหลือหย่อข้างละ ๖ ซม. หักปลายไขตองข้างหนึ่งพับขึ้น ใช้ผ่ามือโอบไว้ ส่วนนิ้วกลางและนิ้วหัวแม่มือกดข้างห่อกะตรงที่จะพับ หักขึ้นอีกปลายหนึ่ง ให้ปลายตองประกบซ้อนกันเป็นรูปแหลม เมื่อหักพับขึ้นแล้ว ใช้มือขับปลายไขตองดึงให้ตึง หยิบเดี่ยวสอดเข้าใต้ห่อ ตามขวาง ทบขึ้นมายันขับกันที่ปลายมือหนึ่งกุมกันห่อไว้ อีกมือหนึ่งขับปลายเดี่ยวและตอง ดึงให้กะชับกันเพื่อให้ห่อตึงและรูปสวย กลัดไม้กลัดให้ติดเนื้อไขตองพอควน ตัดปลายเดี่ยวให้แหลมพองาม

แป้งจี่

เครื่องปรุง แป้งข้าวเหนียว ๕ ถ้วยชา น้ำตาล ๒ $\frac{๑}{๒}$ ถ้วยชา มะพร้าวขูดกะต่ายจิ้น ๕ ถ้วยชา น้ำมัน

วิธีทำ นวดแป้งกับมะพร้าวให้เข้ากัน แล้วตวงน้ำตาลใส่นวดต่อไปจนเข้ากัน ใช้กะทะแบนตั้งไฟ ทาน้ำมันพอทั่ว ตักแป้งที่ผสมแล้ว ขนาดพอดีคำ หยอดลงในกะทะ ใช้ตะหลิวกดให้แบนพอควน หย่าให้บางเกินไป เมื่อผิวแป้งด้านล่างเกรียม กลับให้อีกด้านหนึ่งลง จนเกรียมแล้วตักขึ้นใส่จาน

หมายเหตุ แป้งข้าวเหนียวที่ใช้เปนแป้งจี่ จะเปนข้าวเหนียวดำหรือข้าวเหนียวขาวก็ได้ และจะเปนแป้งแห้งหรือแป้งเปียกก็ได้ ถ้าเปนแป้งแห้งให้ใช้น้ำอุ่น ๆ พรมแล้วนวดจนแป้งชื้นทั่วกัน พอปั้นเข้าก้อนได้ แล้วจึงนวดกับมะพร้าว

ขนมน้ำดอกไม้

เครื่องปรุง แป้งข้าวเจ้า ๑๐ ถ้วยชา น้ำตาลซาย ๑๐ ถ้วยชา น้ำดอกไม้สด ๑๐ ถ้วยชา น้ำดอกอันชัน ๓ ช้อนชา

วิธีทำ เชื่อมน้ำตาลด้วยน้ำดอกไม้สด กรองด้วยผ้าขาวบาง นวดแป้งกับน้ำนานประมาณ ๑๕ นาที เมื่อแป้งนุ่มดีแล้ว ใช้น้ำตาลที่เชื่อมไว้ละลายแป้งที่นวดนั้น เด็ดดอกอันชันส่วนที่เปนสีใส่ผ้ากรอง แล้วคั้นเอาน้ำออก (ไม่ต้องใส่น้ำ) ใส่ลงในแป้งที่ละลายไว้แล้ว คนให้ทั่ว เรียงถ้วยตะไลลงในลังถึง ยกขึ้นตั้งไฟนึ่งให้ถ้วยร้อน

เสียก่อน แล้วตักแป้งหยอดในถ้วย ยกขึ้นนึ่ง ๑๕ นาที ยกลง เหลาไม้ไผ่ทำรูปเหมือนพาย แต่ปลายต้องอ่อน เรียกว่าไม้ปากเป็ด เมื่อขนมเย็นแล้วใช้ปลายไม้เซาะรอย ๆ ถ้วย แคะขนมออกจากถ้วย ใส่จาน

หมายเหตุ บางคนใช้หัวกะทิใส่เวลานวดแป้งเล็กน้อย คั้นโดยไม่ใส่น้ำเลย

ขนมต้มแดง

เครื่องปรุง แป้งข้าวเหนียวขาว ๔ ช้อนโต๊ะ น้ำตาลโตนดหรือน้ำตาลซ้าย ½ ถ้วยชา มะพร้าว ½ ถ้วยชา ถั่วเขียวหรือถั่วทอง คั่ว ๑ ช้อนชาพูน น้ำดอกไม้สด ๔ ช้อนโต๊ะ น้ำ

วิธีทำ ใช้น้ำนวดแป้งให้นุ่ม แล้วปั้นเป็นก้อนกลม ๆ ขนาด ๑ ซม. กดให้แบน ตักน้ำใส่กะทะตั้งไฟ พอน้ำเดือดใส่แป้งที่ปั้นไว้ลงไป พอแป้งลอย ตักขึ้นล้างน้ำเย็น เคี่ยวน้ำตาลด้วยน้ำดอกไม้สด น้ำตาลละลายแล้วกรองด้วยผ้าขาวบาง คั้นใส่กะทะตามเดิม ใส่มะพร้าวลงกวนจนเหนียว แล้วใส่แป้งที่ต้มไว้คนให้ทั่ว ยกลงตักใส่ถ้วยโรยถั่ว

ข้าวตังนางเล็ด

เครื่องปรุง ข้าวตังขนาด ๕×๘ ซม. ๕ แผ่น น้ำตาลโตนดหรือน้ำตาลมะพร้าว ๕ ช้อนโต๊ะ น้ำมันถั่ว

วิธีทำ ตากข้าวตังให้แห้ง บิเป็นชิ้น ๆ ตามขนาด ตักน้ำมันใส่กะทะตั้งไฟให้ร้อน ใส่ข้าวตังลงทอด ใช้ตะหลิวกดและคนเรื่อยไป

จนข้าวตังพองทั่วแล้วตักขึ้นจนหมด น้ำตาลใส่กะทะตั้งไฟพอละลายยกลง (ไม่ต้องใส่น้ำ) แล้วใช้ช้อนตักโรยเปนเส้นบนข้าวตัง

ขนมด้วง

เครื่องปรุง แป้งข้าวเจ้าหย่างดี ๑๐ ช้อนโต๊ะ มะพร้าวทึมทึก ผลเล็ก ๑ ผล น้ำตาลซาย ½ ถ้วยชา เกลือ งาคั่ว ๒ ช้อนโต๊ะพูน

วิธีทำ นวดแป้งด้วยน้ำอุ่นจนนุ่ม ยีนเปนก้อนกลม ๆ พอแป้งสุกขยิบผิวหนาสัก ½ ซม. ตักขึ้นจุ่มน้ำเย็น ใส่จานหรือภาชนะสำหรับนวดแป้ง พอแป้งอุ่นนวดให้นุ่มจนแป้งล่อนไม่ติดจาน คลึงแป้งเปนก้อนกลมยาว ๆ เอาผ้าขาวชุบน้ำคลุมไว้ ขูดมะพร้าวส่วนข้างหน้าไว้สำหรับโรย ส่วนก้นขูดไช้คั้นกะทิเคี่ยวไว้สำหรับมน แบ่งหัวกะทิเคยวให้เปนน้ำมันสัก ๑ ช้อนโต๊ะ ไช้น้ำมันที่เคี่ยวนี้ทากะดานสำหรับคลึงแป้ง หยิบแป้งครั้งละน้อย คลึงให้เปนตัวเล็ก ๆ ยาวขนาด ๓ ซม. เมื่อเสร็ดแล้วนำไปต้มรวมกัน แล้วสงขึ้น (หรือจะไช้นึ่งก็ได้) แล้วคลุกกับหัวกะทิตักใส่จาน คั่วงาให้เหลืองแล้วโกร่งพอแตก ผสมกับเกลือ ถ้าชอบหวานใส่น้ำตาลเล็กน้อย

สังขยา

เครื่องปรุง ไข่ ๒ ฟอง น้ำตาลมะพร้าวหรือน้ำตาลโตนด ๔ ถ้วยชา มะพร้าว หัวกะทิข้น ๆ ๑ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ ต่อยไข่ใส่ภาชนะ คั้นกะทิกรองด้วยผ้าขาวบาง ตวงน้ำตาลใส่ในน้ำกะทิ แล้วผสมกับไข่ขยำจนขึ้น (ขยำนานประมาน

๓๐ นาที) ต่อไปจึงกรองอีกครั้งหนึ่ง แล้วตักใส่ถาด ใส่ลังถึงยกขึ้นตั้งบนกะทะซึ่งน้ำเดือดหยู่แล้ว ยีดฝานึ่ง ๔๕ นาที ยกลง รอจนเย็น แล้วใช้สังกะสีหรือทองเหลืองแผ่นบาง ๆ ตัดแซะใส่ขาน

หมายเหตุ สังขยาที่ปรุงตามส่วนที่กล่าวนี้ คือ สังขยาที่ใช้ตัดรับประทานเปนคำ ๆ

การทำสังขยา ถ้าใช้ตีขนไม่ดีเหมือนขยำด้วยไขตองที่ล้างสอาดแล้วฉีกเปนริ้ว ๆ เพราะตีทำให้ไขของไข่ขาด หน้าสังขยาไม่ย่น

แกงเผ็ด

แกงเผ็ดแยกออกได้เปน ๓ ชนิด คือ

๑. แกงเผ็ด เช่น แกงเผ็ดไก่, แกงเผ็ดเนื้อโค, แกงเผ็ดหมู ฯลฯ

๒. แกงคั่ว เช่น แกงคั่วสัปรสกับไข่แมงดา, แกงคั่วฟักทอง แกงคั่วผักบุ้ง ฯลฯ

๓. แกงฉู่ฉี่ เช่น แกงฉู่ฉี่ปลาหมอ, แกงฉู่ฉี่ปลาทู, แกงฉู่ฉี่ปลาเนื้ออ่อน ฯลฯ

แกงทั้ง ๓ ชนิดนี้เครื่องปรุงน้ำพริกต่างกันเพียงเล็กน้อย ดังจะกล่าวต่อไปในตำหรับเครื่องปรุงน้ำแกงต่าง ๆ นอกจากแกงเผ็ดทั้ง ๓ หย่างนี้ ยังมีแกงของชนต่างด้าว เช่น แกงมัสหมั่น, แกงกะหรี่ ฯลฯ เปนต้น

เครื่องปรุงต่าง ๆ ในการประกอบอาหาร

ถ้าตำหรับใดไม่ได้กำหนดไว้ว่ามากน้อยเท่าใดจะประมาณได้ดังต่อไปนี้ แต่ถ้าท่านผู้ใดชอบสิ่งใดมากและน้อย ก็ลดลงหรือเพิ่มตามพอใจ เช่น ถ้าจะแกงไก่หรือเนื้อโค หรือเนื้ออื่น ๆ ก็ดี จะประมานขนาดน้ำหนักเนื้อไน ๑ กิโล ซึ่งถ้าแกงใส่กะทิก็ใส่มะพร้าว ๒ ผล ถ้าแกงชนิดที่ใส่ผักมาก เช่น แกงต้มปลาร้าก็ควนลดเนื้อให้น้อยลง ส่วนเครื่องแกงก็จะประมานดังต่อไปนี้

หมายเหตุ หัวหอม กะเทียม ขนาดตามกลิยของหอมกะเทียมไม่โตกว่าปลายนิ้วก้อย หรือนิ้วนาง ถ้ากลิยโตเกินกว่านี้ก็เฉลี่ยลงตามส่วน

๑. แกงเผ็ดน้ำพริก

๑. พริกแห้งตั้งแต่ ๗—๒๕ เม็ด ๒. หัวหอมขนาดกลาง ๆ ๒๕ กลีบ ๓. กะเทียมขนาดกลาง ๒๕ กลีบ ๔. ลูกผักชี ๑ ช้อนโต๊ะ ๕. ลูกยี่หร่า $\frac{1}{2}$ ช้อนชา ๖. พริกไทย ๗—๙ เมล็ด ๗. ข่าหั่นบาง ๙ แว่น ๘. ตะไคร้หั่นแล้ว ๑ ช้อนโต๊ะ ๙. ผิวมะกรูด $\frac{1}{2}$ ช้อนชา ๑๐. รากผักชีหั่นแล้ว ๑ ช้อนชา ๑๑. กะปิ ๑ ช้อนพูน ๑๒. เกลือ ๑ ช้อนโต๊ะ

๒. น้ำพริกแกงมัสหมั่น

๑. พริกแห้ง ๗—๒๑ เม็ด ๒. ลูกผักชี ๑ ช้อนโต๊ะ ๓. ยี่หร่า ๑ ช้อนชา ๔. กานพลู ๕ ดอก ๕. อบเชยขนาด $\frac{1}{2} \times 2$ เซนต์

๖. ลูกเอ็นหรือกะวาน ๕ ลูก ๗. หัวหอมเผา ๒๐ หัว ๘. กะเทียมเผา ๑๐ กลีบ

เครื่องไส่นอกน้ำพริก

๑. ขิงสดหั่นฝอย ๒ ช้อนโต๊ะ ๒. ถั่วลิสงคั่วหรือเมล็ดฝักยาว ๑ ถ้วยชา ๓. อบเชยขนาด ๒ x ๗ เซนต์ ๔. ใบกะวาน ๑๕ ใบ ๕. ลูกกะวาน ๒๐ ลูก

๓. น้ำพริกพะแนง

๑. พริกแห้ง ๗—๒๑ เม็ด ๒. หัวหอมขนาดกลาง ๒๕ หัว ๓. กะเทียม ๒๕ หัว ๔. ข่าหั่นบาง ๆ ๔ แว่น ๕. ตะไคร้ ๑ ช้อนโต๊ะ ๖. ลูกผักชี ๑ ช้อนโต๊ะ ๗. ลูกยี่หร่า ๑ ช้อนชา ๘. ถั่วลิสงหรือถั่วทองคั่ว ๒ ช้อนโต๊ะ ๙. เกลือ ๑ ช้อนโต๊ะ ๑๐. กะปิ ๑/๒ ช้อนชา

๔. น้ำพริกแกงคั่ว

๑. พริกแห้ง ๕—๑๑ เม็ด ๒. ข่าหั่นบาง ๆ ๗ แว่น ๓. ตะไคร้หั่นแล้ว ๑ ช้อนโต๊ะ ๔. หัวหอมขนาดกลาง ๒๐ กลีบ ๕. กะเทียมขนาดกลาง ๒๐ กลีบ ๖. ปลาย่าง ๑/๒ ถ้วยชา

๕. น้ำพริกแกงกะหรี่

๑. ลูกผักชี ๑ ช้อนชา ๒. ยี่หร่าคั่วช้อนชา ๓. อบเชยป่น ๑ หยิบมือ ๔. ลูกกะวาน ๓ ลูก ๕. กานพลู ๕ ดอก ๖. เทียน

ข้าวเปลือกครึ่งช้อนชา ๗. หอม ๓๐ หัว ๘. กะเทียม ๒๐ กลีบ ๙. เกลือ ๑๐. ขิง ๓ แว่น ๑๑. พริกแห้ง ๑ เม็ด

๖. แกงฉ่ำ

๑. น้ำพริกหย่างเดียวกับน้ำพริกแกงคั่ว แต่ไม่ใส่ปลาย่าง

๗. เครื่องปรุงน้ำยา

๑. พริกแห้ง ๙—๒๑ เม็ด ๒. หัวหอม ๓๐ หัว ๓. กะเทียม ๒๐ กลีบ ๔. ตะไคร้หั่นแล้ว ๒ ช้อนโต๊ะ (๒ ต้นเขื่องๆ) ๕. ข่าหั่นบางๆ ๑๑ แว่น ๖. กะชายหั่นแล้ว ๑ ถ้วยชาพูน ๗. กะปิ ๑ ช้อนโต๊ะ ๘. ปลากุเลา ๑ ตัวย่อมๆ

เครื่องปรุงน้ำแกงต่างๆ ซึ่งกล่าวมาแล้วนี้เป็นเครื่องปรุงที่ใช้กันตามปรกติ แต่ยังมีผู้เชี่ยวชาญบางท่านพอใจพลิกแพลงแซกของบางหย่างเพิ่มเติมให้ชูรสขึ้น เช่นตามปรกติแกงเผ็ดใช้เครื่องเทสแต่เพียงลูกผักชีหย่าร่า ท่านก็เพิ่มเติมลูกกะวาน กานพลู ลูกจันท ดอกจันท ฯลฯ หย่างไดหย่างหนึ่งลงอกตามความพอใจ ฉะนั้นเครื่องปรุงน้ำแกงเผ็ดต่างๆไม่ยุตติฉเพาะแต่ในตำราเท่านั้น จะเปลี่ยนแปลงหย่างไดก็ไดตามความพอใจ มีเครื่องยินพันของน้ำแกงหยู่ก็คือ ข่า ตะไคร้ หอม กะเทียม

อนึ่ง เครื่องปรุงนอกน้ำแกง เช่นไขมะกรูด พริกอ่อน โหระพา แต่ถ้าไม่มีสิ่งเหล่านี้ จะใช้ผักอะไรก็ได้ให้มีกลิ่นและรสเหมาะสมกับเนื้อสัตว์ที่ใช้ใส่แกงนั้น หรือใช้ทั้งผักนและผักอื่นด้วย



ถ่ายเมื่อ พ.ส. ๒๔๘๒ อายุ ๓๐ ปี
ในงานสภากาชาด

แกงเผดหมู

เครื่องปรุงน้ำแกง พริกแห้ง ๒๑ เม็ด หัวหอม ๑๕ กลีบ กะเทียม ๑๕ กลีบ ข่า ๕ แว่น ตะไคร้ ๑ ช้อนหวานพูน รากผักชี ๑ ช้อนชา ลูกผักชี ๑ ช้อนหวาน ผิวมะกรูด ½ ช้อนชา ยี่หร่าคั่ว ช้อนชา ลูกจันท ½ ของลูก ดอกจันท ๑ ดอก กะวาน ๗ ลูก กานพลู ๕ ดอก ดีปลี ๕ ผัก โย๋ยกัก ๒ อัน เปราะแห้ง ๓ หัว อบเชย ๑ ชิ้นประมาน ๒ ซม. × ๕ ซม. พริกไทย ๗ เม็ด เกลือเม็ด ๑ ช้อนชาพูน กะปี ๑ ช้อนชาพูน พริกชี้ฟ้าสด ๑๐ เม็ด

เนื้อแกง เนื้อหมูครึ่งกิโล มะเขือเปราะ ๕ ผล หรือมะเขือยาว ๒ ผล ใบมะกรูด ๓ ใบ โหระพา ๓ กิ่ง กะเพรา ๓ กิ่ง มะพร้าวครึ่งกิโล น้ำสำหรับต้นกะทิ ๘ ถ้วยชา

วิธีทำ คั่วเครื่องเทสทุกๆหย่างแต่พอหอม (หย่าให้ถึงเกรียมจะทำให้น้ำแกงสีไม่งาม) ใส่ครกโขลกให้ละเอียด ฉีกพริกแห้งแล้วล้างบิดให้แห้ง ใส่ในครกโขลกพร้อมด้วยเกลือ เมื่อพริกละเอียดแล้วจึงใส่ข่า, ตะไคร้, รากผักชี, ผิวมะกรูดโขลกต่อไปจนละเอียดแล้วจึงใส่หอม กะเทียมและกะปี โขลกต่อไปจนละเอียดแล้วใช้ได้ หั่นเนื้อหมูให้บางๆชิ้นขนาด ๒ × ๓ ซม. ล้างผักต่างๆเด็ดและหั่นเตรียมไว้ ตั้นกะทิใส่หม้อตั้งไฟให้เดือดพอแตกมันเล็กน้อย ยกลงช้อนหัวกะทิใส่กะทะเคี่ยวจนเปนน้ำมัน ตักน้ำพริกใส่ผัดประมานเวลา ๑๐ นาที เปนหย่างน้อย แล้วตักน้ำพริกใส่หม้อยกขึ้นตั้งไฟพอเดือดใส่หมู ไข

มะกรูด ปรุงรสด้วยน้ำปลาตามส่วน แล้วไส่พริกสด มะเขือพอสุก ยกหม้อลงไส่ไยกะเพรากับไยโหระพา

แกงตะพาบน้ำหอยแมงพู่

เครื่องปรุงน้ำแกง พริกแห้ง ๑๕ เม็ด ข่า ๕ แว่น ตะไคร้ ๑ ช้อนหวาน ลูกผักชี ๑ ช้อนหวาน ยี่หร่าคั่วช้อนชา รากผักชี ๑ ช้อนชา หอม ๑๕ กลีบ กะเทียม ๑๕ กลีบ พริกไทย ๗ เม็ด เกลือ ๑ ช้อนชาพูน กะปี ๑ ช้อนชา

เนื้อแกง หอยแมงพู่ ๑ ถ้วยชาพูน ลูกตาลสด ๕ ลูก มะเขือเทศ ๖ ลูก ไยมะกรูด ๓ ไย พริกชี้ฟ้าสด ๑๐ เม็ด น้ำปลา น้ำตาลมะพร้าวคั่วกิโล

วิธีทำ โขลกเครื่องปรุงน้ำแกงวิธีเดียวกับที่กล่าวแล้ว ล้างหอยเลือกสิ่งที่ไม่ต้องการทิ้ง (ล้างหอยแมงพู่นี้ต้องทำหย่างมือเบา) สงขึ้นไส่กะชอนให้สเด็ดน้ำ ปอกลูกตาลล้างให้สอาดผ่าเปนสองซีก หั่นเปนซีกละ ๖ ชิ้น มะเขือเทศล้างแล้วหั่นเปนเสี้ยว ถ้าลูกไหย่ก็หั่น ๘ ลูก เล็กหั่น ๖ ตั้งกะทิไส่หม้อตั้งไฟเคี่ยวพอแตกมันยกลง ตักหัวกะทิไส่กะทะ ผัดน้ำพริกให้หอมประมาน ๑๐ นาที ตักไส่หม้อเอาลูกตาล มะเขือเทศไส่ไนหม้อ ปรุงรสเค็มหวานเปรี้ยวตามพอใจ แล้วไส่หอย พริกสด ไยมะกรูด ไยโหระพา พอหอยสุกยกลง

แกงจืดไข่ทอง

เครื่องปรุง ไข่เป็ด ๒ ฟอง เนื้อไก่หั่นแล้ว ๑ ช้อนโต๊ะ มักกะโรนี เส้นเล็กหรือมีซั่วที่รวนแล้วพอควน ผักกวางตุ้ง ๑ ต้น น้ำต้มกะดูก ๔ ถ้วยชา น้ำปลาถั่ว ผักชี พริกไทย แย้งถั่วครึ่งถ้วยชา

วิธีทำ ต้มไข่ให้สุกแข็ง ปอกแล้วใส่เครื่องหมุน ๒ ครั้ง ผสมเกลือ พริกไทย นวดให้เหนียว แล้วปั้นเปนรูปไข่ ขนาดไข่นกกะจาบ ตักน้ำใส่หม้อตั้งไฟให้เดือดพล่าน เอาไข่ที่ปั้นเกลือกแย้งถั่ว ใส่ในหม้อต้มพอลอยก็ตักขึ้นใส่น้ำเย็นแล้วตักขึ้นพักไว้ มักกะโรนิลวกพอสุก ตัดเปนท่อนขนาด ๕ ซม. เนื้อไก่หั่นบาง ๆ ขนาด ๒ × ๓ ซม. เอาเหล้าเสี่ยวพรมเคล้าให้ทั่วผึ่งไว้พอหมาดโรยแย้งเล็กน้อย เคล้าให้ทั่วแล้วลวกพอสุก ผักกาดกวางตุ้งหั่นไยกับก้านแย่งไว้คนละต่างหาก แล้วจึงลวกตามวิธีดังแจ้งไว้ข้างต้น ตวงน้ำต้มกะดูกใส่หม้อปรุงรสตามชอบตั้งพอเดือดนาน จึงเอาของที่เตรียมไว้ทั้งหมดใส่พอเนื้อไก่สุกก็ใช้ได้

หมายเหตุ สำหรับลูกชิ้นไข่หย่าใส่แช่ไนน้ำแกงนานนักจะเหลวหมด เมื่อจะรับประทานจึงใส่

แกงจืดสาคู

เครื่องปรุง สาคู ๑ ถ้วยชา หมู ๑/๒ ถ้วยชา หัวหอมหั่นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ ๑/๒ ถ้วยชา รากผักชี ๕ ราก พริกไทย ๕ เม็ด กะเทียม ๓ กลีบ น้ำปลา น้ำตาล ผักชี น้ำมันหมู

วิธีทำสาคู หมูหั่นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ ทั้งเนื้อทั้งมันปนกัน หอมหั่นสี่เหลี่ยมเล็ก โขลกรากผักชี พริกไทย กะเทียมให้ละเอียด ตักน้ำมันหมูใส่กะทะนิดหน่อย ใส่ของที่โขลกไว้ผัดให้หอมใส่หมู น้ำปลาคน ชิมให้เค็มเผื่อหอมไว้หน่อย คนทั่วแล้วถ้าเผื่อมีน้ำมากจงเขี่ยขึ้นไว้ข้างกะทะ เคี่ยวจนน้ำแห้งแล้วจึงกลับคนต่อไป ใส่หอมที่หั่นไว้รีบคนให้ทั่วเร็ว ๆ ตักขึ้นใส่ภาชนะ - หั่นผักโรยให้ทั่วพักไว้ เลือกผงที่ในสาคูให้หมด เอาน้ำเย็นใส่รีบคน เทน้ำทิ้งพักไว้สักครู่พอเม็ดสาคูพองใส่น้ำร้อนนวดจนเหนียวนุ่ม ล้างมือให้เกลี้ยงตักน้ำไว้ชาม ๑ หยิบสาคูขึ้นมา ๑ ก้อน ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง ๒ ซม. ให้สาคูนั้นหยู่ในอุ้งนิ้วมือทั้งสี่ ใช้ปลายนิ้วแม่มือกดลงบนก้อนสาคูนั้นบางรอบตัวตักไส้ที่เตรียมไว้บนแผ่นสาคู ใช้มืออีกข้างหนึ่งแตะน้ำพอเปียกพอควนหุ้มสาคูพอมิดไส้ เอามือแตะน้ำแล้วละเลงถูน้ำให้ทั่วสาคูเพื่อมิให้สาคูติด แล้วรีบถ่ายก้อนสาคูจากมือข้างเดิม ขยับนิ้วให้สาคูกลิ้งไปรอบ ๆ ตัวจนกลม ทำดังนี้จนหมดสาคูและไส้ที่เตรียมไว้ ล้างขัดลังถึงให้สอาดเช็ดให้แห้งทาน้ำมันหมูให้ทั่ว วางเรียงสาคูที่ปั้นไว้ในลังถึงจนเต็ม (ระวัง! เรียงหย่าให้ยัดรูลังถึง ไอขึ้นไม่ได้สาคูจะไม่สุก) ยกลังถึงตั้งในกะทะซึ่งมีน้ำเดือดหยู่แล้วบนเตานึ่งประมาน ๑๐ นาที เปิดลังถึงขึ้นใช้ไขตองที่ฉีกเป็นฝอยชบน้ำมันหมูพรมให้ทั่ว เพื่อไม่ให้สาคูติดกัน ปิดฝาลังถึงประมาน ๑ นาที ยกลง หยิบสาคูขึ้นใส่ภาชนะพักไว้

เครื่องปรุงแกง เนื้อหมูหั่นแล้ว ๑ ช้อนโต๊ะพูน เนื้อปูทะเลต้มสุกแล้ว ๑ ช้อนโต๊ะพูน น้ำต้มกะดูก ๔ ถ้วยชา ผักกาดหอม ๑ ต้น พริกไทย น้ำปลาดี

วิธีทำ ตวงน้ำต้มกะดูกใส่หม้อตั้งไฟพอเดือดใส่หมูปูทะเล พอสุกปรุงรสตามชอบยกลง เมื่อจะรับประทานหั่นผักกาดหอมใส่ชามตักแกงใส่โรยพริกไทย

กุ้งแฝง

เครื่องปรุง กุ้งนาง ๙ ตัว หัวกะทิ ๔ ช้อนโต๊ะ ไข่แดง ๑ ฟอง พริกแห้ง ๑ เม็ด หัวหอม ๒ กลีบ ข่า ๑ แว่น ตะไคร้ ๑ ช้อนชา รากผักชี ๑ ช้อนชา พริกไทย ๓ เม็ด เกลือ ๑ ช้อนชา ผักเชียว ๖ ชนขนาด ๕×๗ ซม.

วิธีทำ ฉีกพริกแห้งออกครึ่งเม็ดล้างไส่ครกกับเกลือโขลกจนละเอียด แล้วไส่รากผักชีข่าตะไคร้ โขลกต่อไปจนละเอียดดีจึงไส่หัวหอมกะเทียมโขลก เมื่อละเอียดดีแล้วพักไว้ ล้างกุ้งให้สอาดหักหัวปอกเปลือกเฉพาะ ๖ ตัว ปอกเก็บหางไว้แล้วผ่าหลังตลอดดึงเส้นสันหลังทิ้ง เจาะตรงกลางตัวให้ขาดออกพอสอดหางกลับขึ้นบนหลัง แผ่หางออกให้กาง ส่วนหัวกุ้งที่เหลือหยู่นั้นหั่นให้ละเอียด (มันริดไว้ต่างหาก) ไส่ไนอ่างรวมกับน้ำพริกที่โขลกไว้ กะทิและไข่แดงกวนจนเข้ากันจนดี ไส่น้ำปลาดีชิมรสตามชอบ ปอกพักเชียวตัดเปนชิ้นรูป ๔ เหลี่ยมผืนผ้าตามขนาดซึ่งกล่าวไว้แล้ว ไช้มีดกรีดทาง

ไส้ไปตามทางเปลือก เพื่อให้เป็นขอบหนา ๔ มม. แล้วใช้ช้อนตักเนื้อตรงกลางออกพักนั้นรูปเป็นถัง จึงบันจุกุ้งและตักกุ้งที่กวนไว้ลงให้เต็ม พูน เกลี่ยหน้าให้เรียบทาด้วยมันกุ้งให้ทั่ว เด็ดผักชีวางข้างบน ๑ ช่อ ใส่ลังถึงนึ่ง ๑๕ นาที

ไก่แปลงนาม

เครื่องปรุง ไก่ ๑ ตัว หมู ๒ ถ้วยชา มะพร้าวขูด ๔ ถ้วยชา พริกแห้ง ๔ เม็ด หอมเผา ๑ ช้อนหวาน ข่าเผา ½ ช้อนชา ราก ผักชี ๑ ช้อนชา ถั่วเขียวคั่ว ๑ ½ ช้อนชา ผักชี ๑ ต้น มะนาว ๑ ซีก มะกรูด ๑ ซีก มะขาม ๒ ฝัก ระกำ ๑ ผล น้ำปลา น้ำตาลปี๊ก ถั่วพู ๔ ฝัก ผักบุ้ง ๑ กำ มันฝรั่ง ๒ หัว กะทิ ๕ กลีบ น้ำมันหมู ๑ ถ้วยชา

วิธีทำ ล้างผิวไก่ให้สะอาด (ยังไม่ต้องผ่าท้อง) ถอดกะดูกออกแล้วพักไว้ เอากะดูกไส่หม้อกับน้ำประมาน ๖ ถ้วยชา ตั้งไฟต้มประมาน ๓ ชม. น้ำกะดูกไก่นี้ใช้คั้นกะทิ หัวกะทิไส่หม้อตั้งไฟเคี่ยวให้แตกมัน ส่วนหางไส่ภาชนะไว้ต่างหาก พริกแห้ง ๓ เม็ดฉีกแกะเม็ดออกล้างไส่ครกโขลกกับเกลือ หอม กะเทียม ข่าเผา และราก ผักชี ต้มถั่วเขียวให้เปื่อย และโขลกไปด้วยกันจนละเอียดจึงไส่ลงผัดกับหัวกะทิเคี่ยวจนเป็นน้ำมันขึ้นหน้า ล้างหมูไส่เครื่องหมุนให้ละเอียด ตักน้ำพริกที่ผัดไส่ในหมูประมาน ๑ ช้อนโต๊ะ เคล้ากับหมูจนนุ่มแล้วบันจุในตัวไก่ เย็บและแต่งไว้ให้เรียบร้อย ใช้ไม้ไผ่เหลา

ขนาดครึ่งเซนต์ ยาวเท่าตัวไก่ ๓ อัน ตาม ๒ ข้างตัว อีกอันหนึ่งตามกลางหลัง ใช้เชือกพันถี่ ๆ ให้ตลอดตัวไก่ผูกให้แน่น ใส่ลงในหม้อหางกะทิ ยกขึ้นตั้งไฟหย่าให้แรงนัก เคี่ยวไปจนไก่เปื่อย ในระหว่างที่เคี่ยวนั้นต้องคอยกลับคอยเขี่ยหย่เสมอเพื่อไม่ให้ไก่ติดกันหม้อ แล้วจึงตักน้ำพริกที่ผัดไว้ผสมลงคนให้ทั่ว และคอยตักราดบนตัวไก่เปนใช้ได้ ตักไก่ขึ้นใส่ภาชนะ แก้เชือกและไม้ออก และคั่วถั่วที่เย็บออก แล้วยกตัวไก่ขึ้นใส่จานหั่นเปนแว่น ๆ เรียงให้ติดต่อกันตรงกลางจาน ทุบกะเทียมสับให้ละเอียดเคี่ยวให้เหลืองตักขึ้น ผ่าพริกแห้งที่มีหยู่อีก ๑ เม็ด แล้วหั่นเปนฝอยเคี่ยวให้กรอบแล้วตักขึ้น หั่นถั่วพูและผักบุ้งเฉียง ๆ หย่าให้บางเกินไปแล้วผัดทีละหย่างตักขึ้น เปลี่ยนน้ำมันใหม่แล้วจึงทอดมันที่หั่นไว้ให้กรอบ ไข่ต้มสุกใช้ด้ายตัด เปนแว่น ๆ หนาประมาณ $\frac{1}{2}$ ซม. ประดับไข่ผักผัดและมันทอดลงบนขอบจาน พริกที่เคี่ยวไว้ใส่ลงบนแว่นไข่นิดหน่อยพองาม ตักน้ำพริกลาดบนตัวไก่โรยกะทิเคี่ยว และผักชีบนชิ้นไก่

วิธีทำมันก่อนจะทอด ปอกมันล้างน้ำแล้วหั่นตามขวางหัวให้บางที่สุด ล้างน้ำเกลือ ๑ ครั้ง แล้วล้างน้ำเปล่าจนหมดเมือกสงขึ้นให้สเด็ดน้ำแล้วทอดได้

วิธีทอดไก่ ล้างผิวไก่ให้สอาดจนหมดกลิ่นสาย แล้วใช้เชือกผูกคอไก่แขวนควั่นหนังที่คอแล้วกรีดไปตามหลัง ใช้มีดปลายแหลมเล็กค่อย ๆ เซาะเนื้อออกจากกะดูกเปนตอน ๆ จนหมดตัว แล้วค่อย

ยันางควักเครื่องในออกหย่าให้ไส้แตกและตัดตรงปากช่องลำไส้ออก ทิ้งเอากะดูกไนต้มได้

งบไก่

เครื่องปรุง ไก่๑ตัว ไข่ไก่๒ฟอง มะพร้าว๑ซีก ไขโหระพา๑กำ ไขมะกรูด๑ไข ผักชีนิดหน่อย

เครื่องน้ำพริก หัวหอม๕หัว กะเทียม๗หัว พริกแห้งครั่งเม็ด ข่า๓แว่น ตะไคร้ต้นเล็ก๑ต้น รากผักชี๑๐ราก พริกไทย๓เมล็ด เกลือ น้ำเคยดีพอควน

วิธีทำ โขลกเครื่องน้ำพริกให้ละเอียดแล้ว ล้างไก่ให้สะอาดแล้วเราะเนื้อขากกะดูก และหั่นขวางเนื้อให้บางทสุด มะพร้าวขูดและคั้นให้ค่น แล้วใส่เนื้อไก่ลงไปคน พร้อมกับน้ำพริกและไข่ คนจนน้ำกะทิแห้ง แล้วทำไขตองซ้อนกัน๔ชั้น ไขโหระพาเด็ดวางไนไขตอง แล้วตักไก่ที่คนไว้ใส่บนไขโหระพา โรยผักชีไขมะกรูด แล้วห่อเปนสี่เหลี่ยมแบน ๆ วางบนตารางปิ้งกลับข้างละ๑๕นาที

หมายเหตุ ส่วนนี้สำหรับ ๑ ห่อ ถ้าต้องการหลายห่อก็เพิ่มตามต้องการ

จบ



ถ่ายเมื่อ พ.ส. ๒๔๘๓ อายุ ๓๑ ปี

การทำและปรุงก๋วยเตี๋ยว

ก๋วยเตี๋ยวที่พวกเราบริโภคกันมีหยู่หลายชนิด แต่มีชนิดที่นิยมกันเปนส่วนมาก และการปรุงก็ไม่พิสดารนัก ซึ่ง กรมประชาสงเคราะห์ขอถือโอกาสแนะนำในเรื่องการทำและปรุงวิธีง่าย ๆ เพื่อผู้สนใจได้ยึดถือเปนแนวทาง ดั่งนี้

ก๋วยเตี๋ยวแห้ง

เครื่องปรุง เส้นก๋วยเตี๋ยวเส้นเล็ก หรือเส้นใหย่ ถั่วงอก น้ำมันหมู กะเทียมเจียว เนื้อหมู ตับหมู กุ้งแห้งตัวเล็ก หรือกุ้งฝอย ถั่วลิสงป่น เต้าหู้เหลือง น้ำปลา น้ำตาล ตั้งฉ่าย น้ำส้มหรือมะนาว ผักชี ต้นหอม พริกแห้งป่น พริกดอง.

วิธีปรุง เนื้อหมู ตับหมู ต้มให้สุก หั่นชิ้นสี่เหลี่ยมบาง ๆ เต้าหู้เหลืองหั่นชิ้นเล็ก ๆ ถั่วลิสงข้าวบุบพอแตก เอาของเหล่านี้ใส่จานไว้ต่างหาก ต้มน้ำให้เดือดเอาเส้นก๋วยเตี๋ยวถั่วงอกใส่ตะกร้อลวดตาช่าย ลวกประมาน ๑๐ วินาที ยกขึ้นสลัดน้ำให้แห้งแล้วใส่ชามที่สอาด เอาน้ำมันหมู กะเทียมเจียวใส่ลงไปพอสมควน เคล้าให้เข้ากันดีแล้วใส่น้ำปลาน้ำตาล กุ้งแห้ง ตั้งฉ่าย พริกป่น ถั่วลิสง เนื้อหมูหรือตับหมู น้ำส้มหรือมะนาว พริกดอง ต้นหอมหั่น ผักชี โรยหน้า เมื่อผู้บริโภคชอบรสใดเปนพิเศส ก็จะเติมได้ตามต้องการ.

ก๋วยเตี๋ยวน้ำ

เครื่องปรุง เส้นก๋วยเตี๋ยวไหย่หรือเล็ก ถั่วงอก เนื้อหมู ตับหมู กุ้งแห้งตัวเล็ก เต้าหู้ ตั้งฉ่าย ต้นหอม ใบหอม ผักชี พริกไทยบ่น พริกดอง.

วิธีปรุง เอากะดูกหมูและกะดูกไก่ใส่ไนหม้อต้ม และใส่เกลือเล็กน้อย เพื่อให้น้ำเชื้อขาวมีรสดี ถ้าจะให้รสดียิ่งขึ้นก็ควนใส่กุ้งแห้งปลาหมึกสักเล็กน้อย เนื้อหมู ตับหมู ใส่ไนหม้อต้มไปด้วยกัน สุกแล้วตักขึ้นหั่นเปนชิ้นสี่เหลี่ยมบาง ๆ แล้วเอาเนื้อหมูติดมันเจือกะเทียมเล็กน้อย สับให้ละเอียดใส่ชามไว้ต่างหาก ไนขนะนี้ให้เอาเส้นก๋วยเตี๋ยวกับถั่วงอกใส่ไนตะกร้อลวดตาข่าย แช่ลงไนหม้อต้ม แล้วเอาชามที่สอาด หยิบเนื้อหมูที่สับใส่ชามเล็กน้อย เอาต้นหอมใบหอม ผักชี ตั้งฉ่าย หรือหัวผักกาดเค็ม ที่หั่นใส่ลงไปพอสมควน น้ำปลาใส่เล็กน้อย แล้วตักน้ำเชื้อไนหม้อใส่ลงไปไนชาม แล้วเอาทับพิเคล้าเครื่องปรุงให้เข้ากัน เอาเส้นก๋วยเตี๋ยวและถั่วงอกที่ต้มไว้ยกขึ้นสลัดให้แห้ง ใส่ลงไนชาม หยิบเนื้อหมูหรือตับหมูใส่ลงไนชาม ประมาน ๓-๔ ชิ้น พริกไทยบ่นโรยหน้า เอาน้ำมันหมูกะเทียมเจียวใส่นิดหน่อย รับประทานได้ ถ้าผู้ซื้อจะรับประทานเปนต้มยำ ให้เติมถั่วลิสงบ่น พริกแห้งบ่น น้ำตาล พริกดอง.

ก๋วยเตี๋ยวเนื้อวัว

เครื่องปรุง เส้นก๋วยเตี๋ยวเล็กไหย่ ถั่วงอก ไขผักกาดหอม ต้นหอม ไขหอม น้ำเต้าหู้ยี้ น้ำปลา พริกดอง น้ำส้ม.

วิธีปรุง ให้เอากะดูกวัวไส่ลงไนหม้อต้ม แล้วเอาเนื้อวัวเครื่องไนวัวต้มลงไปด้วย เอาเส้นก๋วยเตี๋ยวกับถั่วงอกไส่ตะกร้อลวดตาข่ายแช่ลงไปไนหม้อประมาน ๑๕ วินาที แล้วเอาชามที่สอาด เอาผักกาดหอมเด็ดไส่ก้นชาม แล้วเอาก๋วยเตี๋ยวที่แช่ไว้สลัดน้ำไห้แห้งไส่ชาม หั่นเนื้อและเครื่องไนไส่ ต้นหอมไขหอม น้ำเต้าหู้ยี้ น้ำปลาพริกดอง น้ำส้ม แล้วเอาถ้วยเล็ก ๆ ไส่พริกดอง น้ำส้ม ไว้ต่างหากเพื่อจิ้มเนื้อวัวกำกับไปด้วย.

ก๋วยเตี๋ยวไก่

เครื่องปรุง ก๋วยเตี๋ยวเส้นไหย่ เนื้อไก่ ถั่วงอก กุ้งแห้งตัวเล็กหรือกุ้งฝอย ถั่วลิสง เต้าหู้เหลือง น้ำปลา น้ำตาล น้ำส้มหรือมะนาว ตั้งฉ่าย ต้นหอมไขหอม ผักชี พริกป่น พริกดอง.

วิธีปรุง หั่นเนื้อไก่ชิ้นบาง ๆ รวมกับน้ำมันหมู กะเทียมเจียวนอกจากนี้ ไห้ปรุงหย่างก๋วยเตี๋ยวแห้งหรือก๋วยเตี๋ยวน้ำทุกหย่างเว้นแต่ไส่เนื้อไก่ที่รวนไว้เท่านั้น.

ก๋วยเตี๋ยวปูทเล

เครื่องปรุง เส้นก๋วยเตี๋ยวไหย่ถั่วงอก ปูทเล กุ้งแห้งตัวเล็ก หรือกุ้งฝอย กะเทียมเจียว ถั่วลิสง เต้าหู้เหลือง น้ำปลา น้ำตาลซาย น้ำส้ม หรือมะนาว ต้งฉ่ายหรือหัวผักกาดเค็ม ต้นหอม ผักชี พริกป่น.

วิธีปรุง ต้มปูทเลให้สุกแกะเอาแต่เนื้อ ไส่จานไว้ต่างหากนอกจากนี้ปรุงหย่างก๋วยเตี๋ยวแห้งหรือน้ำทุกหย่าง เว้นแต่ไส่เนื้อปูทเลเท่านั้น.

ก๋วยเตี๋ยวผัดถั่วงอก

เครื่องปรุง ก๋วยเตี๋ยวเส้นเล็ก ถั่วงอก ไข่เป็ด. หัวผักกาดเค็ม ถั่วลิสง น้ำปลา น้ำตาล ไยกุ้ยช่าย พริกป่น มะนาว น้ำมันหมู กะเทียมเจียว ผักหัวปลี ผักไยบัวยก หรือผักอื่นที่ชอบ

วิธีปรุง เอาก๋วยเตี๋ยวกับถั่วงอกประมานเส้นก๋วยเตี๋ยว ๑ ส่วน ถั่วงอก ๒ ส่วน ไส่ลงในกะทะตั้งไฟ แล้วเอาน้ำพรมนิดหน่อย เพื่อให้เส้นก๋วยเตี๋ยวอ่อนตัว แล้วไส่น้ำมันหมูที่เจียวกะเทียม ผัดให้เข้ากันดีแล้ว แหวกเส้นก๋วยเตี๋ยวให้เปนช่องตรงกลาง ไส่น้ำมันหมูนิดหน่อย ต่อยไข่ลงไป ๑ ฟอง แล้วผัดรวมกันกับเส้นก๋วยเตี๋ยวและถั่วงอก เอาถั่วลิสง น้ำปลา น้ำตาลซาย ต้งฉ่ายหรือหัวผักกาดเค็ม ไยกุ้ยฉ่าย ไส่ลงไป คนให้เข้ากันตักไส่จาน ไส่พริกป่น มะนาวเล็กน้อย ผักมีหัวปลี ไยบัวยกไส่ข้างจานรับประทานได้.

ก๋วยเตี๋ยวกวางตุ้ง หรือก๋วยเตี๋ยวผัดไบคะน้ำ

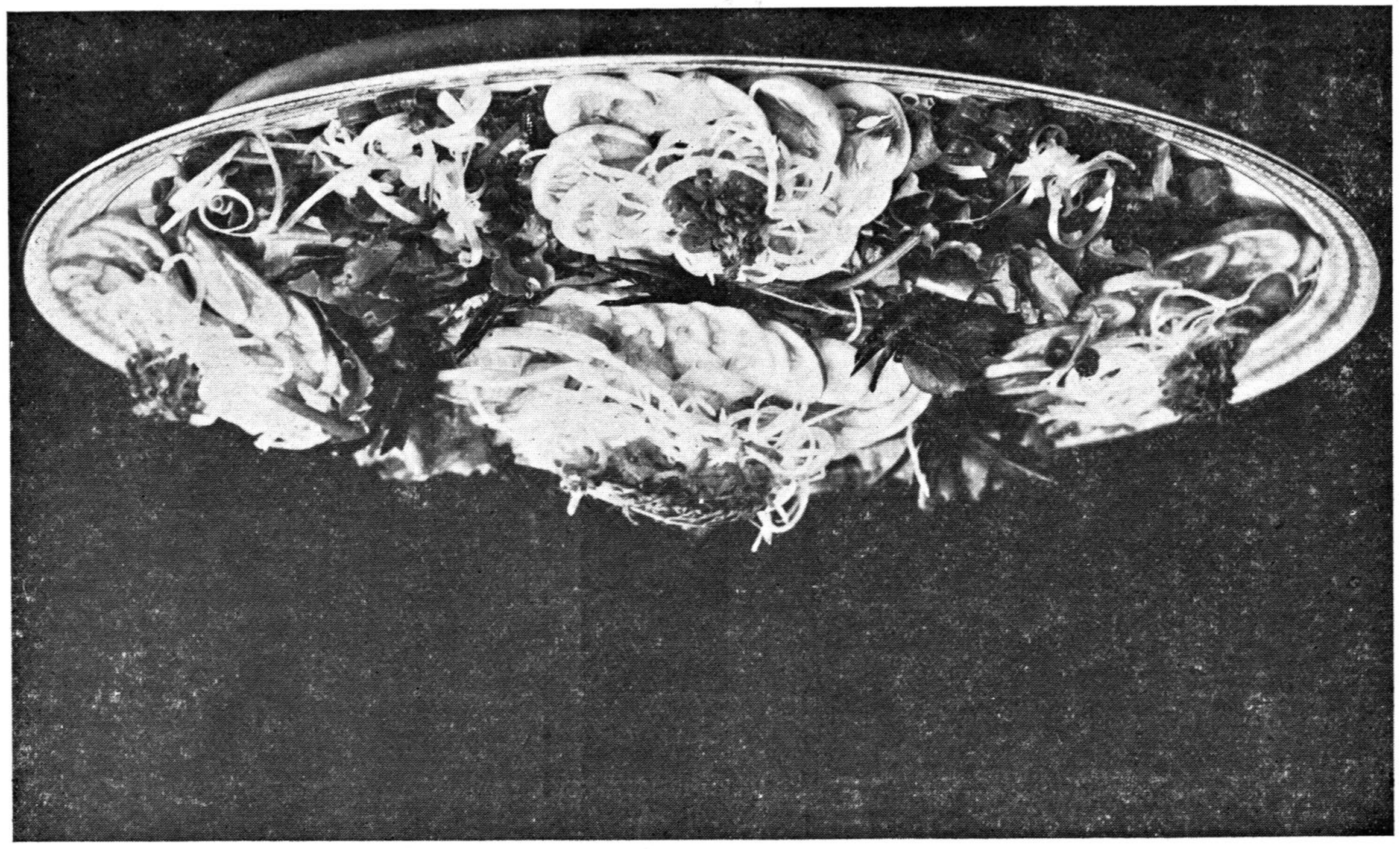
เครื่องปรุง ก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่ เนื้อวัว เนื้อหมู เนื้อไก่ น้ำมันหมู กะเทียม น้ำปลา แป้งมัน ไบคะน้ำ พริกดอง น้ำส้ม.

วิธีปรุง หั่นเนื้อวัว หรือเนื้อหมูให้เปนชิ้นบาง ๆ เอากะทะตั้งไฟใส่น้ำมันหมู ทุบกะเทียมใส่เจียวพอเหลือง เอาเนื้อใส่ผัดพอสุก ใส่เส้นก๋วยเตี๋ยวผัดไปด้วยกัน เอาแป้งมันละลายน้ำนิดหน่อยใส่ลงไป น้ำปลา น้ำตาล ไบคะน้าทุบหั่นใส่ลงไปผัดให้เข้ากัน ตักใส่จาน พริกไทยบ่นโรยหน้า แล้วตักพริกดองใส่ชามเล็กกำกับไปด้วย หรือจะทำโดยวิธีผัดเส้นก๋วยเตี๋ยวให้สุกใส่จานเสียก่อน แล้วจึงใส่เครื่องพายหลังก็ได้.

ก๋วยเตี๋ยวผัดกะทิ

เครื่องปรุง ก๋วยเตี๋ยวเส้นเล็ก ถั่วงอก เต้าหู้เหลือง ถั่วลิสงบ่น กุ้งแห้งบ่น ตั้งฉ่ายหรือหัวผักกาดเค็ม ไบกุ้ยช่าย น้ำปลา น้ำตาล มะนาว น้ำกะทิ หัวปลี.

วิธีปรุง เอาเส้นก๋วยเตี๋ยว ถั่วงอก ผัดด้วยน้ำกะทิที่เคี่ยวเต้าหู้เหลืองหั่นเล็ก ๆ ถั่วลิสงบ่น กุ้งแห้ง หัวผักกาดเค็มหรือตั้งฉ่าย น้ำปลา น้ำตาล ไบกุ้ยช่ายใส่ลงไป ผัดให้เข้ากันดีแล้วตักใส่จาน เอาหัวปลี มะนาวไส่ข้างจาน รับประทานได้.



ของ น้อม ล่ำซำ

ชวนหรรสา

สิ่งที่ต้องการ หูหมู ผักกาดหอม ต้นอ้อนไช่ ไขตั้งโอ๋ ผักชี หัวผักกาดสด แตงกวา มะเฟืองดิบ หัวผักกาดเค็ม ต้นหอม พริกชี้ฟ้าแดง น้ำบ๊วยเจี่ย พังอึ๋ว (หาซื้อได้ตามร้านตลาดสำเพ็ง) น้ำพริกเผา ถั่วตัด งาตัดป่นหยาบ ๆ น้ำส้ม เกลือป่น

วิธีทำ หูหมูมาขูดขนถอนขนให้สอาดแล้วต้มให้สุกหั่นบาง ๆ ใส่จานหนึ่ง เอางาขาวคั่วให้เหลืองโรยแต่พองาม

วิธีจัดทำผัก เอาผักเหล่านี้ตามแต่จะทำมากทำน้อย ล้างน้ำให้สอาดแล้วแช่น้ำด่างทับทิมที่อ่อน ๆ ไว้สักพักหนึ่ง เอาขึ้นล้างน้ำสลัดน้ำให้แห้ง ตัดและลำดับใส่จานจัดให้งาม เอาผักกาดหอมตัดเรียงไว้ล่างให้เต็มจานแล้วเอาต้นอ้อนไช่ตัดเรียงซ้อนขึ้นไป แลวเอาไขตั้งโอ๋ซ้อนทับ ผักชีเด็ดเปนช่อวางชั้นบนจัดให้เย่นสุมจานงาม จึงเอาแตงกวาหั่นขวางลูกเรียงให้เปนวงกลมเหมือนดอกไม้ เรียงตรงกลางหนึ่งดอก เรียงข้าง ๆ อีก ๓—๔ ดอก มะเฟืองดิบผ่าและแกะมเล็ดฝานไส้แล้วหั่นขวางแต่บาง ๆ เรียงซ้อนในวงแตงกวาให้เหลื่อมให้เห็นแตงกวา หัวผักกาดสดฝานบาง ๆ หั่นเปนฝอยโรยเปนเกสรกลาง หัวผักกาดเค็มล้างน้ำหั่นบาง ๆ ฉีกหั่นเปนฝอย ไส่ยนหัวผักกาดสดเปนยอดเกสร พริกชี้ฟ้าแดงสัก ๖ เม็ด ผ่าเอาเม็ดในออก

แล้วผ่าเปนกลีบ ๆ ให้มีก้านติดแช่น้ำให้แข็ง ต้นหอมตัดเอาท่อนขาว ผ่าสลักเปนฝอยแช่น้ำ ไขหอมตัดยาว ๆ ผ่าสองม้วน กลับเอาข้างในออกแช่น้ำให้งอ เอาพริกแดง ต้นหอม ไขหอมเรียงให้รอบปากจาน

วิธีทำน้ำจิ้ม น้ำบ้วยเจี่ยผสมน้ำพริกเผาคนให้เข้ากันใส่น้ำพังอึว นิดหน่อย ถั่วตัด งาตัดบี้นหยาย ๆ ใส่คเนพอให้ค่นแล้วมีรสหวาน ใส่น้ำส้มเกลือบ้น ชิมรสตามชอบใจ ให้มีรสเปรี้ยวหวานขึ้นหน้าเค็ม นิดหน่อยจิงจะชูรส พริกชี้ฟ้าสักสองเม็ดตำให้ละเอียดผสมลงไปด้วย

ของ เกลี่ยว ล่ำซำ

ลกชิ้นโอชะ

สิ่งที่ต้องการ หมูเนื้อสามชั้นหรือหมูเนื้อติดมัน ๑ กิโล เนื้อปลาสดครึ่งกิโล ปลาหมึกแห้ง กุ้งแห้ง เห็ดหอม ไข่เป็ดหนึ่งฟอง แป้งมันเทสหย่างดี ๑ กิโล น้ำปลาดี ๔ ช้อนโต๊ะ แป้งเชือหวาน ๑ ช้อนกาแฟ น้ำมันหมู

วิธีทำ เอาแป้งมันเทสหย่างดีหนึ่งกิโลละลายน้ำใส่ผ้ากรองให้สอาดแล้วนอนน้ำทิ้งไว้ให้นอนกันชาม รินน้ำใสทิ้งเสีย ทำเตรียมไว้ก่อน เอากุ้งแห้งมาล้างหั่นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ ประมานค่อนถ้วยชาใส่น้ำพอท่วมแช่ไว้ให้ชุ่ม ปลาหมึกล้างน้ำหั่นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ แช่น้ำไว้ให้พอง เห็ดหอมแช่ให้บานล้างตัดก้านหั่นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ ปลาหมึกลับเห็ดหอมนี้จะใส่มากน้อยก็คเนเอาแล้วแต่ผู้ทำชอบสิ่งใดมาก

น้อยเพียงไร เอาหมูเนื้อสามชั้นหรือหมูเนื้อติดมันหนักหนึ่งกิโล ล้างน้ำสอาดแบ่งเอามันหมูออกมาหั่นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ ขนาดลูกเต๋าเสียบ้าง นอกนั้นหั่นแล้วสับหยาย ๆ เอาปลาสด ซึ่งจะใช้ปลากรายหรือปลาอินทรีย์สดก็ได้แล่ขดเอาแต่เนื้อหนักครึ่งกิโล สับให้เหนียวแล้วเคล้าปนกับหมูที่สับไว้และมันหมู จึงใส่กุ้งแห้งที่หั่นแช่ไว้ ใส่ทั้งน้ำที่แช่กุ้งแห้งด้วย ใส่ปลาหมึกแห้งที่หั่นแช่ไว้ทั้งน้ำด้วย ใส่เห็ดหอมน้ำปลาดี ๔ ช้อนโต๊ะ ใส่แป้งเชือหวาน ๑ ช้อนกาแฟ ต่อยไข่หนึ่งฟองใส่คลุกเคล้าให้ทั่วกันแล้วจึงใส่แป้งมันเทส คเนดูลองปั้นทอดชิมดูก่อน ถ้ายังอ่อนแป้งจึงเติมอีก เสร็จแล้วปั้นก้อนกลม ๆ ขนาดพอคำหนึ่ง ๆ ทอดให้สุกเหลือง รับประทานกับน้ำซอตพริก ลูกชิ้นนี้ถ้าไม่ชอบทอดก็ปั้นก้อนกลม ๆ ขนาดคำหนึ่งก็ได้

ของ ยุพา ล่ำซำ

ไก่ชูกลิ่น

สิ่งที่ต้องการ ไก่อ่อนหนึ่งตัว กะดูกซี่โครงหมู ลูกผักชีครึ่งถ้วยชา ผักชี ๔ ต้น ซีอิ๊วหย่างดีชนิดสีเข้ม แป้งเชือหวานนิดหน่อย

วิธีทำ กะดูกซี่โครงหมูพอควน ล้างให้สอาดตัดเปนท่อน ๆ รองก้นหม้อ ไก่อ่อนทั้งตัวควักไส้ออก ถอนขนล้างน้ำให้สอาดตัดปลายก้นออกเสีย ขัดขาและปีกให้เรียบร้อย หัวและคอขัดพับลง

ใส่หม้อวางทับบนกะดูกซี่โครงหมู ผักชีล้างให้สอาด ถ้าต้นใหย่ใส่สัก ๘ ต้น ใส่ทั้งต้นและราก ถ้าต้นเล็กก็ใส่ให้มากหน่อย เอาหม้ออีกใบหนึ่งต่างหากต้มลูกผักชี ต้มให้น้ำกลิ่นออกน้ำสีเหลืองเข้ม กรองเอาน้ำผักชีใส่หม้อไก่ คเนน้ำพอท่วมครึ่งตัวไก่ ใส่ซีอิ๊วขิมรสตามชอบ ตั้งไฟให้เดือด ช้อนฟองทิ้งให้สอาด ปิดฝาต้มเคี่ยวไฟอ่อน ๆ หมั่นกลับตัวไก่บ้าง ต้นผักชีที่ต้มพอน้ำหอมออกหมดแล้วให้เขี่ยขึ้นทิ้ง เคี่ยวจนเหลือน้ำขลุกขลิกใส่แป้งเชือหวานลงในน้ำไก่นิดหน่อย หั่นเรียงใส่ขานให้งาม รินน้ำที่ต้มไก่ราดบน

ของ ชูจิตร ล่ำซำ

ยำสลัดประดับสี

สิ่งที่ต้องการ กุ้งชีแฮ้ตัวงาม ๆ คเนสุดแต่จะทำมากน้อย เมล็ดถั่วกะป๋อง หัวผักกาดแดง (บีตรูต) หัวผักกาดเหลือง (แครอต) หัวผักกาดขาว (หัวไชเท้า) มันฝรั่ง ไข่ไก่ มัสตาด น้ำมันสลัด น้ำส้ม น้ำตาลซาย เกลือป่น

วิธีทำ เอากุ้งชีแฮ้ล้างน้ำทั้งเปลือก ต้มพอสุกตักลงไว้ให้เย็น แล้วแกะเปลือกหัวหางออกผ่าสองซีก ที่นี้ต้มผักทั้งหมด แต่หย่าต้มปนกันสิจะติดกันไม่งาม คเนพอต้องการสุดแต่ผู้ทำจะทำมากหรือน้อย มันฝรั่งล้างน้ำต้มทั้งเปลือกให้สุกแล้วทิ้งไว้ให้เย็น แล้วจึง

ปอกเปลือกออกหั่นเปนรูปสี่เหลี่ยมขนาดลูกเต๋า หัวผักกาดแดงล้างน้ำแล้วต้มทั้งเปลือกให้สุกทิ้งไว้ให้เย็นเหมือนมันฝรั่ง หัวผักกาดเหลืองต้มทั้งเปลือกให้สุกปอกเปลือกหั่นสี่เหลี่ยมเช่นเดียวกัน หัวผักกาดขาวก็ทำเช่นเดียวกัน เมล็ดถั่วกะป๋องใช้น้ำเดือดลวกไม่ต้องต้ม เอาผักที่หั่นไว้ทั้งหมดจัดกองประดับลงจาน จัดเหมือนพุ่มดอกไม้พาน จัดเปนพู ๆ สลับสี หรือจัดให้เปนลวดลายขัดกันก็ได้ ยอดบนใช้กุ้งที่ผ่าไว้เรียงประดับ จัดไว้รับประทานกับน้ำสลัด

วิธีทำน้ำสลัด เอาไข่ไก่สองฟองกันเอาแต่ไข่แดงหย่าให้มีไข่ขาวติด เอาช่อมติไข่แดงให้ขึ้นแล้วจึงค่อย ๆ เติมน้ำมันสลัดจนข้นแข็ง เอามัสตาดละลายน้ำส้มใส่คนในไข่ ใส่น้ำตาลซายนิดหน่อย เกลือป่นนิดหน่อย ชิมดูรสตามชอบ

ของ ชัชนี ล่ำซำ

ผัดประทุมมาลย์

สิ่งที่ต้องการ เม็ดบัวนึ่งสุกแล้วสองถ้วยชา เห็ดบัวหนึ่งถ้วยชา อกไก่หนึ่งอก ดอกขรหนึ่งถ้วยชา เนื้อหมูแฮมแต่พอควร น้ำซุบไก่หนึ่งถ้วยชา น้ำปลาดี แป้งเชื่อหวานหรือผงทิพรสนิดหน่อย แป้งสาลีหนึ่งช้อนหวาน

วิธีทำ เอาเม็ดบัวแห้งที่กะเทาะเปลือกออกแล้วแช่น้ำเย็นไว้สักพักหนึ่ง จึงต้มไส่น้ำด่างจืนสักนิดหน่อย ต้มพอสุกลอกเยื่อออกได้

จึงเอามาล้างน้ำลอกเปลือกแดงออกเอาไม้กลัดกะทุ้งไส้ขมออกล้างให้สอาดไส่ลังถึงนึ่งให้สุก หรือจะซอเม็ดบัวที่ตลาดเขาทำสำเร็ดแล้วก็ได้ อกไก่ล้างแล่กะดูกออกเอาแต่เนื้อ เอาสันมีดทุบให้ช้ำแล้วหั่นสี่เหลี่ยมโตขนาด ๒ เซ็นติเมตร เห็ดบัวเลือกเอาแต่ดอกเล็ก ๆ ถ้าดอกไหย่ต้องผ่า ถ้าไม่มีเห็ดบัวใช้เห็ดหอมแทนก็ได้เลือกเอาแต่ดอกเล็ก ๆ ดอกขรเด็ดก้านล้างน้ำให้สอาด ถ้าไม่มีดอกขรใช้ก้านไยคะน้าแทน ถ้าใช้ก้านคะน้าต้องปอกเยื่อที่ก้านออกแล้วหั่นเฉลียงยาวประมาน ๓ เซนติเมตร เนื้อหมูแฮมหั่นบาง ๆ ตั้งกะทะไส่น้ำมันหมูแต่พอควน น้ำมันร้อนจึงไส่เห็ดและเม็ดบัว เนื้อไก่ เนื้อหมูแฮมลงไปผัด ไส่น้ำปลาดีพอควน ไส่น้ำซุบไก่กับแบ้งเชือหวาน ชิมรสตามชอบ แล้วจึงไส่ดอกขรลงคนพอสุก เอาแบ้งสาลีละลายน้ำไส่คนพอสุกตักไส่ขาน

ขนมปีใหม่ ของ น้อม ล่ำซำ

ให้ชื่อว่าขนมขวันใจไทยเดิม

สิ่งที่ต้องการ ข้าวพ่าง ๒ ชาม กะทิ ๒ ชาม น้ำตาลหม้อ ๑ ชามครึ่ง

วิธีทำ เอาข้าวพ่างล้างน้ำขัดซาวให้สอาด แช่น้ำค้างคืนไว้เอาสงไส่หวดนึ่งให้สุก เอากะทิไส่กับน้ำตาลตั้งไฟให้ละลายแล้วกรองให้สอาด แล้วจึงเทน้ำตาลกะทิที่กรองเคียวให้ข้น จึงไส่ข้าวพ่างที่นึ่ง

สุกลงไปกวน ๆ จนแห้ง ชนมเป่นก้อนกลมไม่ติดกะทะ จึงตักลงใส่แยบหรือพิมพ์ สุดแต่จะดูงาม (พิมพ์ชนิดก้นถอดได้) ทิ้งไว้จนขนมเย็นจึงถอดออกจากแยบพิมพ์ เอางาขาวคั่วให้เหลืองโรยหน้าเขียนเปนดอกสวดลายอะไรก็แล้วแต่ผู้ทำประดิถ

หมายเหตุ ข้าวพ่างต้องใช้ชนิดข้าวพ่างข้าวเหนียว จึงจะอ่อนนุ่มเหนียว

ถ้วยทิพย์

เครื่องปรุง สมองวัว หมูแฮม แตงกวาดองไส่ขวดมาแต่นอก ถั่วกะป๋อง เห็ดกะป๋อง ไข่ไก่ เนย เกลือ ผักชม มันฝรั่ง มะเขือเทศกะป๋อง นมสด พริกไทย

วิธีปรุง เอาสมองวัวมาลอกเยื่อออกให้สะอาด แล้วยดให้ละเอียด เอาหมูแฮมและแตงกวาดองหั่นซิ่นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ เนยแข็งถูหรือสับให้ละเอียด ถั่วกะป๋องและเห็ดกะป๋องสงขึ้นให้เสด็ดน้ำ เห็ดกะป๋องถ้าดอกใหย่ก็หั่นหกชิ้น ถ้าดอกเล็กก็หั่นสี่ชิ้น ของเหล่านี้รวมไส่ลงผสมกับสมองวัวซึ่งยดไว้นั้น ไส่ไข่ไก่ ๑ ฟองลงผสมด้วย แล้วเคล้าให้เข้ากัน ไส่เกลือ พริกไทย แล้วชิมดูให้พอดี จงเอาพิมพ์รูปต่าง ๆ ตามชอบใจ ทาเนยให้ทั่ว แล้วเอาสมองวัวซึ่งปรุงผสมไว้นั้นเข้าไส่พิมพ์เอาไปนึ่ง นึ่งสุกแล้วยกลงเอาคว่ำไส่จาน เอาผักชมอ่อน ๆ ต้มให้สุกเบื่อย รินน้ำออกให้แห้งยดให้ละเอียด แบ่งออกเปนสองส่วน ส่วนหนึ่งผสมกับผักชมซึ่งยดไว้นั้นให้เปนสีเขียว ไส่เกลือน้ำซุบลงผสมด้วยเล็กน้อย ดูค่นเหลวพอให้เขียนไยไม้ได้ อีกส่วนหนึ่ง

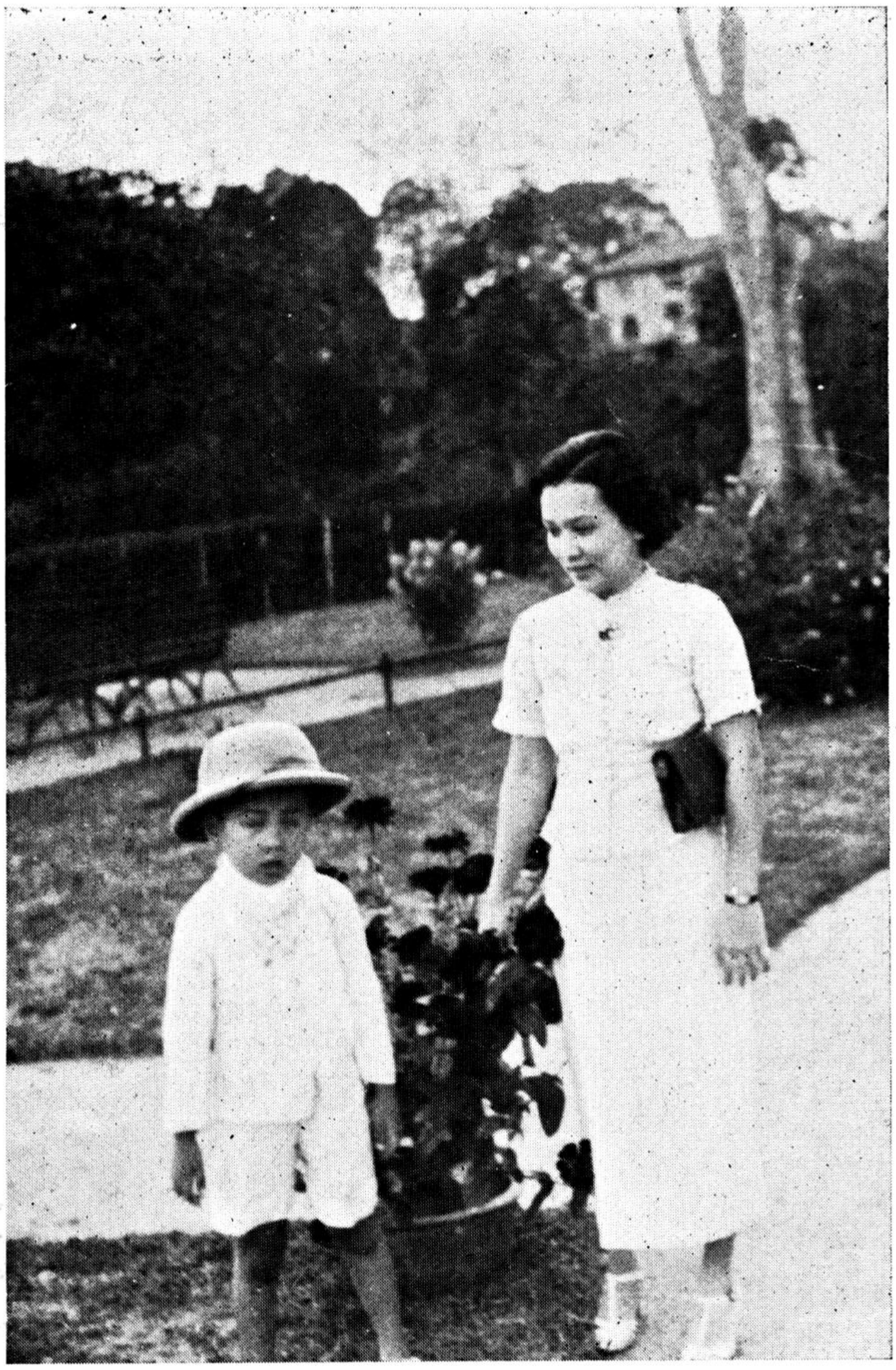
นอามาผสมกับมะเขือเทสกะป๋องพอให้เปนสีแดง ใส่เนย นม เกลือ ลงผสมด้วย ดูค่นเหลวพอสมควน เช่นเดียวกับสีเขียว ของสองสิ่งนี้ ต้องทำเตรียมไว้ก่อน เมื่อสมองวัสกเทคว่ำใส่ขานแล้ว จึงเอาของสองสิ่งนี้ขึ้นตั้งไฟพออุ่น ๆ แล้วเทใส่กรวยกะดาดสิละกรวย ตัดปลายกะดาดให้หยักแหลม แล้วบีบเปนรูปไยไม้สีเขียวและดอกแดง สลับกันบนก้อนสมองวัว หรือเอามันใส่ที่สำหรับกดให้เปนเม็ดข้าวสุก แล้วตักมาวางสลับกันให้รอบก้อนสมองวัว

นางสงวน ลำซำ

ขนมบังหน้าไข่

เครื่องปรง ขนมปังปอนด์ หมูแฮม เนยแข็ง เนย ตับห่านกะป๋อง ไข่ไก่

วิธีปรุง จงหั่นขนมปังปอนด์เปนแผ่น ๆ หนาประมาน $\frac{1}{4}$ นิ้ว ฝานริมแข็งทิ้งเสีย เอาน้ำมันในตับห่านกะป๋อง หมูแฮมสับละเอียด เนยแข็งถูหรือสับและเนยเคล้าด้วยกัน แล้วทาลงบนข้างหนึ่งของขนมปังทุก ๆ แผ่น เอาตับห่านกะป๋องฝานเปนแผ่นบาง ๆ วางบนแผ่นขนมปังทาเนยนั้น แล้วเอาอีกแผ่นหนึ่งซึ่งทาเนยปะกบ ทำดังนี้เปนคู่ ๆ กันไป เวลารับประทานจึงต่อยไข่ไก่ ใช้แต่ไข่ขาว ตีให้ขึ้นฟูแข็ง ฟองละเอียดทาบนขนมปังซึ่งปะกบไว้นั้นให้สูงพูน ใช้มีดปาดให้เรียบร้อยใส่ถาดทองแดง ใส่เตาอบผิงไฟล่างบนอ่อน ๆ จนหน้าเหลือง ปอดมันฝรั่งต้มให้สุก รินน้ำให้แห้งบดให้ละเอียด ผสมเนยแข็ง



ถ่ายเมื่อ พ.ส. ๒๔๘๔ อายุ ๓๒ ปี

ไสและเนยอ่อน เกลือ พริกไทย เคล้าให้เข้ากัน ปั้นเปนก้อนกลม ๆ รี ๆ ชุบแป้งสาลีทอดน้ำมันให้เหลือง เรียงไส่สองข้างจาน เอาขนมปังทอยแล้ววางตรงกลาง

นางพูน วั่งหลี

ผัดผักอนามัย

เครื่องปรุง ผักขม เนื้อหมูอมมัน น้ำกะดูกหมู น้ำกะดูกไก่ ซีอิ๊ว เชี่ยวจิ๋ว ปลาตาเดียว (ปลาทิโบ้) แป้งมัน

วิธีปรุง เอาผักขมมาเด็ดไยแล้วล้างให้สอาด ไส่ลงไปลวกในน้ำเดือดแล้วแช่ในน้ำเย็น สักประเดียวจึงสงขึ้นไส่กะชอนเอาน้ำมันหมูไส่หม้อ แล้วเอาผักไส่ลงไปผัดสักครู่พอหอม ไส่น้ำกะดูกไก่ลงไปเคี่ยวจนผักเปื่อย เอาหมูเนื้อแกมมันสับให้ละเอียดไส่ลงไปในผัก คนให้เข้ากับผัก ปลาตาเดียวย่างให้เหลืองและแกะเปนชิ้นเล็ก ๆ ไส่ลงไปด้วย ไส่ซีอิ๊ว เชี่ยวจิ๋ว แป้งมัน ให้น้ำข้นขลุกขลิกตักขึ้นไส่จาน หั่นหมูแฮมให้ละเอียดไส่โรยหน้า

น.ส. เล็ก ล่ำซำ

แท่งทอง

เครื่องปรุงเปลือก แป้งมีครึ่งกิโล ไข่เป็ดสามฟอง น้ำ

วิธีปรุง แป้ง ไข่ น้ำ นวดผสมกันให้เหลวพอกรอกได้ ไส่น้ำมันหมูลงไปในกะทะเหล็ก แล้วกรอกให้ทั่วกะทะเทน้ำมันออก เอา

กะทะตั้งไฟให้ร้อนทั่ว เอาทัพพีตักแป้งที่ผสมไว้ใส่กะทะกรอกเหมือนกรอกขนมเบื้อง กะทะตั้งไฟและหมุนกะทะให้รอย ๆ พอแป้งเปนสีนวล ๆ เอาตะหลิวกลับเอาหน้าลง พอแป้งตึงตัวตักขึ้นใส่จาน แล้วละเลงไหม่เปนแผ่น ทำดังนี้จนหมดแป้ง

เครื่องปรุงไส้ เนื้อหมูอมมัน กุ้งชีแฮ้หย่างตัวไหย่ ปูทเล หน่อไม้กะป๋องหรือมันแกว กุยฉ่าย เห็ดหอม น้ำปลา น้ำตาล พริกไทย ต้นหอม

วิธีปรุง ล้างหมูให้สอาดแล้วหั่นเปนชิ้นยาว ๆ กุ้งปอกแล้วผ่าหลังชักเอาไส้ออก หั่นชิ้นโตกว่าหมู ปูทเลตำแกะเอาแต่เนื้อ เห็ดหอมแช่น้ำหั่นเล็กๆยาวๆเช่นเดียวกับหมู หน่อไม้กะป๋องหรือมันแกวก็หั่นเช่นเดียวกัน (จะใช้หน่อไม้สดก็ได้ แต่ถ้าหน่อไม้มีรสขม ต้องลวกจนหมดรสขม) เอากะทะไส่น้ำมันหมูตั้งไฟ เอากุ้ง หมู เห็ดหอม หน่อไม้ ไส่ลงไปผัด ไส่น้ำปลา น้ำตาล พริกไทย ชิมตามไขชอบยกลงจากเตาจึงไส่ปูทเล กุยฉ่าย ลงไป พายหลังคนให้ทั่ว เอาแป้งเปลือกที่ทำไว้วางบนเขียง ต้นหอมล้างน้ำให้สอาดตัดยาวประมานสักแปดนิ้ว วางบนแป้งแล้วตักไส้ไส่ แล้วพับแป้ง หัวท้ายห่อเปนม้วนกลมยาว ๆ เอาแป้งหมักละลายน้ำค่น ๆ ทาตรงที่รอยบันจบ กะทะไส่น้ำมันหมูให้มากตั้งไฟให้ร้อนจัด เอาแป้งที่ห่อไส้ไว้แล้วไส่ลงไปทอดให้เหลือง ตักขึ้นไส่จานรับประทานกับน้ำซอส (เวลาทอดควนเอาทางรอยบันจบลงตรงกันกะทะ เพื่อให้แป้งที่ทาไว้ติงตัวเสียก่อน)

ทอดมันหอยทเล

เครื่องปรุง เย้าฮ้อกะป๋อง กุ้งชิแฮ้ห้ย่างตัวโต เห็ดหอม หมูเน้ออมมัน ไข่ขาว ซีอิ๊ว เชี่ยวจิ๊ว ร่างแหหมู น้ำมันหมู ฮู้เมาะแตงกวา ผักชี

วิธีปรุง เอาเย้าฮ้อกะป๋อง กุ้งสด เห็ดหอม มาหั่นเปนชิ้นเล็ก ๆ ยาว เอาหมูเน้ออมมันสับให้ละเอียด แล้วเอาของที่หั่นไว้แล้วลงผสมกับซีอิ๊ว เชี่ยวจิ๊ว ไข่ขาวลงผสมด้วย เอาร่างแหหมูวางบนเขียงแล้วเอาของที่ทำไว้ไส่บนร่างแห แล้วห่อเปนม้วนกลมยาว ๆ ฮู้เมาะมาพรมน้ำแล้วห่อบนร่างแหหมูอีกชั้นหนึ่ง แล้วเอาไปนึ่งให้สุก เอามาหั่นแฉลบ ๆ ทอดน้ำมันหมูให้เหลืองกรอบตักไส่จาน เอาแตงกวามาจักเปนร่อง ๆ หั่นแฉลบ ๆ วางบนข้างหนึ่ง แล้วเอาผักชีไส่ไว้ข้างหนึ่ง ไช้จิ้มน้ำเต้ยมเจี่ยรับประทาน

น.ส. ประไพ วั่งหลี

ไข่แมลงมุม

สิ่งที่ต้องการ มี่ซั่วหย่างเส้นเล็ก น้ำมันหมู ปลาหมึกสด ตับไก่ เน้อหมู กุ้งสด เกลือ พริกไทย น้ำตาลซาย น้ำส้ม

วิธีทำ เอาเน้อหม ตับไก่ กุ้ง สับให้ละเอียด เอาปลาหมึกหั่นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ เกลือ พริกไทย น้ำส้ม น้ำตาล เคล้าให้ทั่ว ชิมดูให้พอดี จึงเอามี่ซั่วลวกน้ำร้อนแล้วสงชิ้น เอาน้ำมันหมูไส่กะทะแบน ๆ ขึ้นตั้งไฟ ค่อย ๆ เอาเส้นมี่ซั่วโรยในกะทะหย่าให้โตนัก เอา

หมูกุ้งที่เคล้าไว้นั้นปั้นเปนก้อนขนาดไข่แมลงมุมวางตรงกลาง แล้วจึงเอามีซั่วโรยทับข้างบนทอดจนเหลือง

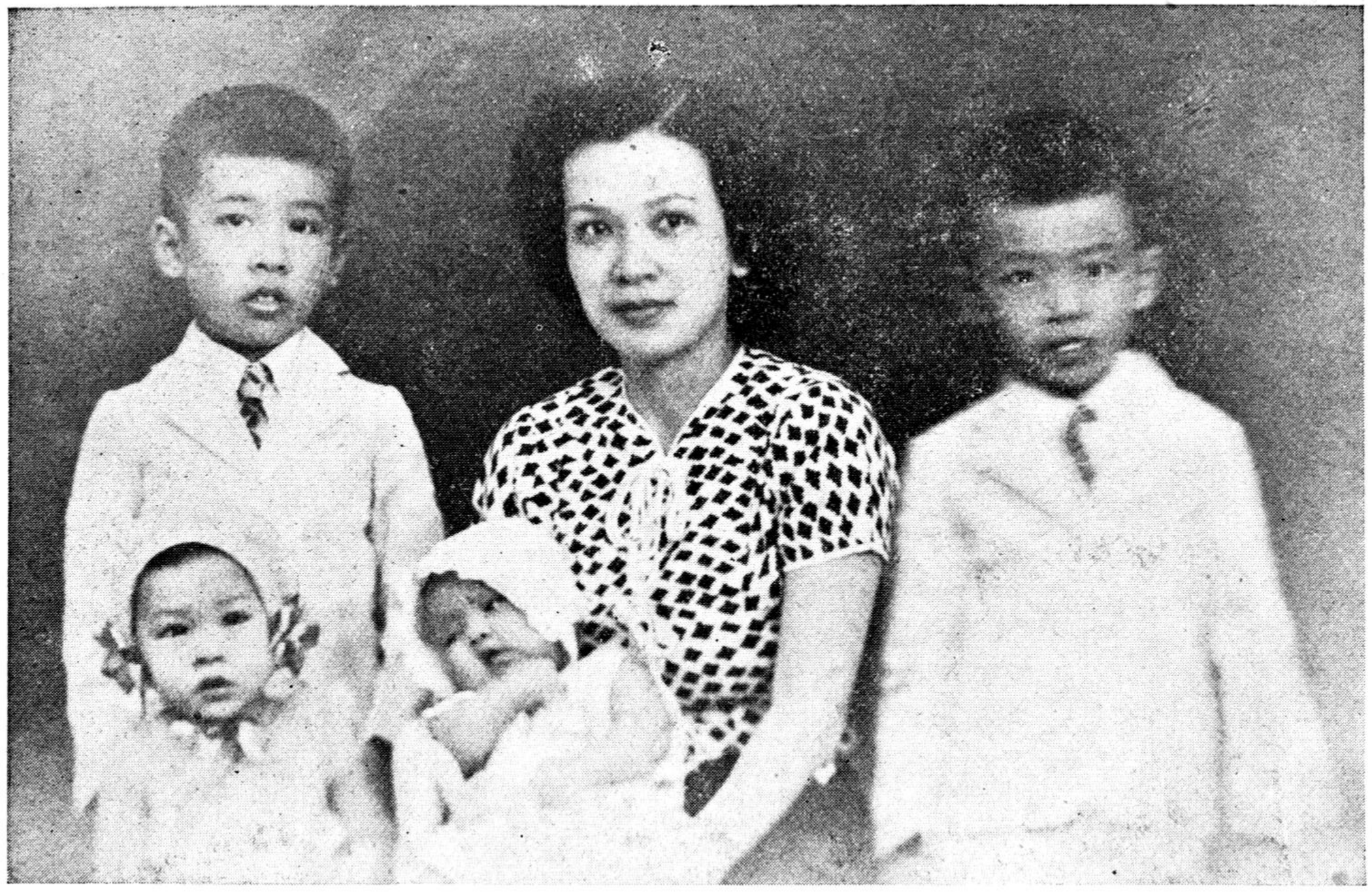
อรวรรน ชัยเฉนียน

ข้าวอร่อย

สิ่งที่ต้องการ เนื้อหมู หมูแฮม ขนมปังแช่น้ำบิบไห้แห้ง ไส้หมู ดอกจันท ข้าวสาร ลูกเกต นม แย้งสาลี มันฝรั่ง น้ำมันหมู เนย เกลือ พริกไทย

วิธีทำ เอาไส้หมูล้างไห้สอาด แล้วเอาเนื้อหมู หมูแฮม ขนมปังบดไห้ละเอียด ไส่เกลือ พริกไทย ดอกจันทบ่น คลุกไห้ทั่ว ยัดไส่ไนไส้หมู ผูกเปนข้อๆยาวประมานสองนิ้วฟุต เอาไม้แหลมแทงแล้วไส่ลงไนน้ำเดือดสักครู่ จึงยกลงไส่กะทะทอดไนน้ำมันหมูจนเหลือง แล้วตักไส่จาน เอาข้าวสารไส่ผ้าห่อเช็ดเพื่อไห้เมล็ดข้าวยาวสวย ไช้ซาวเมล็ดจะหัก แล้วไส่กะทะผัดกับเนย ไส่น้ำซุบลงไนข้าว คะเนน้ำสูงกว่าข้าวสักหนึ่งองคุลี หุงจนสุก ตักไส่จาน หั่นไส้กรอกแฉลบๆ เรียงบนข้าวเพื่อไห้รอบจาน แล้วเอามันฝรั่งหั่นฝอยหยาบๆ ลงทอดไนน้ำมันจนเหลือง แล้วตักขึ้น เอาขนมปังหั่นสี่เหลี่ยมทอดไห้เหลือง และลูกเกตทอด เอาของสามสิ่งนี้คลุกกันวางตรงกลาง เอาเนย แย้งสาลี นมสด เกลือ คนไห้ทั่ว ตั้งไฟคนจนสุกเปนครีม ยกไปรับประทานกับข้าว

จวง ชัยเฉนียน



ถ่ายเมื่อ พ.ส. ๒๔๘๕ อายุ ๓๓ ปีเสส

(พร้อมกับบุตรและธิดา)

ปลาบุสบาลมหอบ

สิ่งที่ต้องการ ปลาช่อน ผักกาดหอม ไขตั้งโอ๋ ผักชี คื่นไช่ ไช่ไก่ น้ำกะเทียม กะเทียมดอง มะนาว น้ำตาล น้ำปลา รากผักชี พริกไทย กะเทียม ถั่วลิสงตัด น้ำส้ม

วิธีทำ เอาไข่มาตีไหฟู น้ำกะเทียม มะนาว น้ำปลา ผสมกันแล้วชิมดู ไส่ลงไนไข่ คนไห้ทั่ว รากผักชี กะเทียม พริกไทย ตำไห้ละเอียด แล้วไส่ลงไป เอากะเทียมดองซอยไห้ละเอียด เอาถั่วลิสงตัดตำไส่ลงไปคนไห้ทั่วแล้วไปนึ่งจนสุก สำหรับจิ้มปลา เอาไส่ชามไว้ แล้วเอาปลาขอดเกล็ดนึ่งพอลอกหนังออก ยกลงลอกหนังแล้วเอาไปนึ่งจนสุก เอาผักต่าง ๆ ประดับบนตัวปลา รับประทานกับน้ำจิ้มที่ทำไว้

สงาม ชัยเฉนียน

สปอนเซอร์เค็ก หรือขนมฟองน้ำ

ปรุง ไข่ ๕ ฟอง น้ำตาล ๑ ๑/๒ ถ้วย น้ำเปล่า ๑/๒ ถ้วย วานิลา ๑ ช้อนกาแฟ เกลือครึ่งช้อนชา เบ็กกิ้งเพาเดอร์ ๑ ช้อนกาแฟพูน แป้งหมี่ ๑ ๑/๒ ถ้วย ครีม of tar tar ๑ ช้อนกาแฟ

วิธีทำ เอาไข่แดง แยกไข่ขาวและไข่แดงไว้ต่างหาก จึงตีไข่แดงไห้ขึ้นฟู แล้วไส่น้ำเปล่าที่ตวงไว้ ๑/๒ ถ้วย ลงไปตีจนไข่ขึ้นฟู ไส่น้ำวานิลา ๑ ช้อนกาแฟ น้ำตาล ๑ ๑/๒ ถ้วย ค่อยไส่ทีละน้อยตีไป

ด้วยกันจนหมดน้ำตาล จึงเอาแป้งหมี่ ๑ ½ ถ้วย เบ็กกิ้งเพาเดอร์ ๑ ช้อนกาแฟพูน เกลือครึ่งช้อนชา รวมกันร่อนให้ละเอียด จึงค่อย ๆ ใส่ไนไข่แดงตีให้เข้ากัน เอาไข่ขาวที่แยกไว้ตีน้อย ๆ และใส่ครีม of tar tar ตีจนแข็ง จึงค่อยเทใส่ไนไข่แดงกลับค่อย ๆ ให้เข้ากัน จึงเอาพิมพ์ทาน้ำมันเข้าเตาอบให้ร้อน เอาออกมาเทขนมใส่ลงหนึ่งชั่วโมง สุกแล้วเทออก เขียนหน้าตามชอบใจ เอาน้ำตาลไอซิงคนกับไข่ขาวเขียนหน้า

สงวน ล่ำซำ

บิสกิสรำ

ปรุง เนย ๒ ช้อนโต๊ะ น้ำตาล ½ ถ้วย ไข่ ๑ ฟอง กล้วยหอม ๑ ใบ นมสด ๑ ถ้วย รำข้าว ๑ ถ้วย แป้งสาลี ๑ ถ้วย เกลือ ½ ช้อนกาแฟ เบ็กกิ้งเพาเดอร์ ๑ ช้อนกาแฟ

วิธีทำ เอาเนยกับน้ำตาลคนให้เข้ากัน ใส่ไข่ตีด้วยกันจนค่นคล้ายครีม เอากล้วยหอมมายดหรือตำละเอียด จึงเอาใส่ไนครีม ใส่นมสด ๑ ถ้วยตีให้เข้ากัน จึงใส่รำข้าวคนให้ทั่ว แล้วร่อนแป้ง เกลือ เบ็กกิ้งเพาเดอร์ร่วมกัน ใส่ลงไปคนให้ทั่ว จึงเอาน้ำมันทาพิมพ์ ผึ่งพิมพ์ให้ร้อน แล้วเทขนมใส่ ⅔ ถ้วย เอาไปผึ่งประมาน ๓๐ นาที

เล็ก ล่ำซำ

ไก่อาหรับ

สิ่งที่ต้องการ ไก่ ๑ ตัว พริกแห้ง กะเทียม ข่า ตะไคร้ ขมิ้นชัน ส้มมะขาม น้ำปลา น้ำตาล รากผักชี พริกไทย หัวกะทิ

วิธีทำ เอาไก่มาแล่เอาขาและอกออกเปนชิ้น ๆ เอาไม้ไผ่มาเหลาผ่าออกหย่าให้ขาด เอาไก่ใส่ในไม้ไผ่คีบไว้ แล้วเอาเชือกผูกทางปลายไม้ ตำเครื่องแกงให้ละเอียด ละลายในกะทิ ใส่ส้มมะขาม น้ำปลา น้ำตาลตามชอบ เอาไก่ขึ้นย่างไฟ เอาพริกขิงค่อยทาทีละน้อย จนพริกขิงจับเนื้อไก่ ยั้งไปจนเหลือง

วนิดา ชัยเฉนียน

นายถวัน สมิตะสิริ ผู้พิมพ์โฆสนา
โรงพิมพ์โสภณพิพัทธนากร ถนนราชบพิธ พระนคร พ.ศ. ๒๔๙๕

ห้องขจร สุขพานิช