



# ความรู้เกี่ยวกับ อาหารประเภทเครื่องจิ้ม

1. น้ำพริก

2. หลน

3. เครื่องจิ้มเบ็ดเตล็ด

4. น้ำจิ้ม

5. ผักจิ้ม



# 1. น้ำพริก

อาหารที่ปรุงด้วยพริกและเครื่องปรุงต่างๆ

กะปิ กระเทียม กุ้งแห้ง เนื้อสัตว์ มะเขือ

ไข่เค็ม เต้าเจี้ยว ปลาร้า ปลาเค็ม เรียกชื่อตาม

รสเปรี้ยว จาก มะนาว มะขาม มะดัน มะม่วง

รสเค็มได้จาก กะปิ หรือปลาร้าหรือ เกลือ อาจมี รสหวานจาก

น้ำตาลด้วย นำเครื่องปรุงต่าง ๆ มาโขลกหรือผสมเข้าด้วยกัน ปรุงรสให้

พอเหมาะเสิร์ฟโดยไม่มีกรหุงต้มอีก



เทคนิคในการประกอบอาหารประเภทน้ำพริกได้แก่ น้ำพริกต่างๆ หลนกะปิคั่ว น้ำพริกมีหลายชนิด ที่ยกตัวอย่างมาที่เป็นน้ำพริกที่นิยมรับประทานกันเป็นประจำของคนไทยภาคกลาง และภาคอื่นๆ ของประเทศคือ น้ำพริกกะปิ น้ำพริกกลางดง

1) น้ำพริกเครื่องสดเช่นน้ำพริกกะปิ ถึงแม้จะถือว่าเป็นอาหารธรรมดา แต่การทำน้ำพริกให้อร่อยรสชาติดีได้นั้น ต้องมีเทคนิคในการตำน้ำพริกกะปิ ถ้าตำไม่เป็นแล้วสีจะเหมือนโคลน เหม็นกลิ่นกะปิ รสเปรี้ยว เค็ม หวาน ไปคนละทาง การตำน้ำพริกกะปิให้ดี ควรเลือกเครื่องปรุง เช่น กะปิ เลือกที่มีกลิ่นหอม ไม่เค็ม ไม่ใส่สี ห่อใบตองเผาไฟ ให้กลิ่นหอม โขลกกับกระเทียมแกะเปลือกให้เข้ากัน ใส่กุ้งแห้งป่น เทคนิคคือ โขลกกระเทียมจะกลบกลิ่นกะปิ ไม่ให้กลิ่นกะปิแรงเกินไป แล้วจึงปรุงรสเผ็ดด้วยพริกขี้หนูสวนบุบ ตามด้วยมะอึกสุก ชูดขนหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ ปรุงรสด้วยน้ำตาลปีบ น้ำมะนาว ให้ได้รสตามชอบ คือ เปรี้ยว เค็ม เผ็ด หวาน สีจะไม่ดำเหมือนโคลน เพราะมีมะอึกสีเหลือง และพริกขี้หนูสวน และจะได้กลิ่นมะนาวกลบกลิ่นกะปิชวนรับประทาน



2) น้ำพริกเครื่องสดผัด เช่นน้ำพริกอ่อง น้ำพริกอ่องเป็นน้ำพริกที่เก็บไว้ได้นาน เหมาะสำหรับนำติดตัวไปรับประทานหรือสำหรับเดินทางไกล เช่น ไปต่างประเทศ ใช้รับประทานกับข้าวหรือขนมปังได้ เทคนิคในการทำน้ำพริกชนิดที่ให้เก็บไว้ได้นานคือ

1. ต้องเลือกพริกบางข้างมาล้างให้สะอาด แล้วหั่นตามขวางหนาประมาณ 2-3 มิลลิเมตร เอาเมล็ดออกนำไปผึ่งแดดพอแห้ง โขลก
2. กระเทียมใช้กระเทียมกลีบโต ซอยตามขวางใส่ถาดผึ่ง
3. หัวหอมแดงซอยตามยาว ผึ่งไว้เช่นเดียวกัน
4. นำหมูสับ มะเขือเทศไปคลุกกับเครื่องนน้ำพริกแล้วนำไปผัดกับน้ำปรุงรส มีน้ำปลาน้ำมะขามเปียก น้ำตาลปีบ เคี้ยวอย่าให้เหนียวมาก ผัดบนกระทะด้วยไฟอ่อน

3) น้ำพริกเครื่องเผา เช่น น้ำพริกหนุ่มผักลวกกับหมูทอดงา น้ำพริกปลาร้าไข่ต้ม น้ำพริกหนุ่ม  
แคบหมู ผักลวก ต้องเลือกพริกหนุ่มมาล้างให้สะอาด แล้วหั่นตามขวางหนาประมาณ 2-3  
มิลลิเมตร แล้วเผาให้พอสุก กระเทียมเผา หอมเผา คลุกกับน้ำปรุงรส



#### 4) น้ำพริกเครื่องเผาผัด เช่น น้ำพริกเผา น้ำพริกตาแดง

ต้องเลือกพริกบางข้างมาล้างให้สะอาด แล้วหั่นตามขวางหนาประมาณ 2-3 มิลลิเมตร เอาเมล็ดออกนำไปผึ่งแดดพอแห้ง แล้วคั่วให้เหลือง กระเทียมใช้กระเทียมกลีบโต ซอยตามขวาง ใช้คั่วให้เหลือง. หัวหอมแดงซอยตามยาว ผึ่งไว้เช่นเดียวกัน เจียวให้เหลืองคลุกกับน้ำปรุงรส มีน้ำปลา น้ำมะขามเปียก น้ำตาลปีบ เคี้ยวอย่าให้เหนียวมาก ผัดบนกระทะด้วยไฟอ่อน กระเทียม พริกจะกรอบและเก็บไว้ได้นาน การเจียวหัวหอมและกระเทียมต้องระวังพอสีเหลืองแล้วจะต้องยกกระทะออกทันที ถ้าเจียวต่อไปกระเทียม หัวหอมจะไหม้ เนื่องจากน้ำมันยังร้อนอยู่ แต่ถ้ายกกระทะลงแล้วเจียวต่อไป กระเทียม หัวหอมจะเหลืองพอดี



ผักจิ้ม มีทั้ง ผักสด ผักดอง และผักสุก

ผักต้ม ผักชุบแป้งทอด ผักชุบไข่ทอด ผักเผา ผักผัดน้ำมัน ของ

แหม่มที่ใช้เสิร์ฟด้วยกันเช่น ปลาทุทอด ไข่เจียว

ปลาตุ๋น หมูหวาน ปลาช่อนนึ่ง กุ้งเค็ม กุ้งหวาน แคมหมู

น้ำพริกส่วนใหญ่ใช้เครื่องปรุงคือของสด แต่บางอย่างอาจ

ผ่านความร้อน เช่น ปิ้งกะปิให้หอม

คั่วกุ้งพอสุก เผาพริกให้หอม

ต้มปลาร้าให้ละลายก่อนเป็นต้น



หากนำน้ำพริกไปมัดจัดเป็น**น้ำพริกมัด**  
เช่น **น้ำพริกเผา** **น้ำพริกกระท้อนมัด** **น้ำพริกอ่อง**  
น้ำพริกที่ใช้คลุกข้าวจะต้องค่อนข้างแห้ง จึงจะดี



น้ำพริกอ่อง

น้ำพริกกุ้งแห้ง



วิธีการชิมน้ำพริกควรใช้ผักจิ้มชิม  
แล้วปรับรสให้ได้ตามต้องการ



น้ำพริก

น้ำพริกจิ้ม

น้ำพริกคั่ว

น้ำพริกพอกพา

มีลักษณะเหลวสามารถนำผักลงจิ้มได้

มีลักษณะแห้งใช้คั่วข้าว

มีลักษณะแห้งจนถึงเป็นผง

## 2. หลน



อาหารที่นำสิ่งที่จะหลน  
มาเคี้ยวให้ละลาย  
แล้วปรุงรส แต่งกลิ่น

สิ่งที่นำมาละลายอาจใช้น้ำกะทิ หรือน้ำเปล่า หลนมัก  
มีรสเค็มบางชนิดมีรสเปรี้ยวและหวานแต่น้อย เสิร์ฟ  
พร้อมผักสดและของแนม เช่น

เต้าเจี้ยวหลน ปลาร้าหลน แหนมหลน กะปิคั่ว

## หลน

มีกะทิ เหลว ไม่เผ็ดมากรสออกหวาน เค็ม และเปรี้ยวตาม

หลนออกรสหวาน เช่น หลนเต้าเจี้ยว หลนปู

หลนไม่ออกรสหวาน เช่น หลนปลาร้า หลนปลาเค็ม

หลนทรงเครื่อง มีผัก เช่น มะเขือ หน่อไม้ ถั่วฝักยาว ฯลฯ หั่น

เป็นชิ้นใส่ลงในส่วนผสมของเนื้อหลนอาจไม่ใช้ผักจิ้มก็ได้



### 3. เครื่องจิ้มเบ็ดเตล็ด

กลุ่มเครื่องจิ้มที่แตกต่างจากเครื่องจิ้มที่กล่าวไปแล้ว เช่น **น้ำปลาหวาน**

**ไตปลาปรุง** **ปล้ำเต้าเจี้ยว** ฯ

**แสร้างว่า** **หอยดองปรุง** **กุ้งจ่อม** เป็นต้น

รสออกเปรี้ยวเค็ม มีตะไคร้ จิงชอย หัวหอมแดง ต้นหอม

พริกแห้งเป็นส่วนประกอบ ปรุงด้วยส้มมะขาม

## 4. น้ำจิ้ม

น้ำปรุงรสที่มีรสจัดใช้จิ้มกับสิ่งอื่นช่วยเสริมรสชาติ โดยมากมักมีรสเปรี้ยว เค็ม หวาน เช่น น้ำจิ้มทอดมัน น้ำจิ้มไก่ย่าง น้ำจิ้มหมูหัน น้ำจิ้มสุกี้ยากี้ น้ำจิ้มหอยแครง น้ำจิ้มเต้าหู้ทอด น้ำจิ้มหอยจ้อ น้ำจิ้มหอยทอด



# 5. ผักจิ้ม

ผักที่ใช้กับเครื่องจิ้มนั้นไม่จำกัด  
ขึ้นกับความชอบใช้ได้ทั้ง

**ผักสด และ ผักที่หุงต้มให้สุกแล้ว**  
**ผักลวก ผักต้ม ผักชุบไข่ทอด ผักชุบแป้งทอด**



นอกจากนี้ยังอาจใช้ผลไม้และสิ่งอื่นจิ้มได้อีก

เช่น **ชมพู** **ส้มโอ** **ดอกดาหลา**

**ตำหอยทะเล** **กล้วยน้ำว้า**

**แตงโม** **หัวปลี** **ขมิ้นขาว**

ผักบางชนิดจะเข้ากับ

น้ำพริกเครื่องจิ้มบางอย่างได้ดี

เช่น **น้ำพริก** อ่องกับกะหล่ำปลีลวก

**น้ำพริก** ปลาร้ากับผักบุงต้ม **มะเขือต้ม**

**น้ำปลา** หวานกับสะเดาลวก เป็นต้น

