ส้มตำปลาร้า

ส้มตำปลาร้า สุดยอดส้มตำของพี่น้องชาวอีสานทั้งมวลที่ชื่นชอบกับรสชาติของ “ปลาร้า” หรือ”ปลาแดก” นี้ หากเป็น “ปลาร้า” หรือ”ปลาแดก” ค้างปีด้วยละก็สุดยอดของความ “แซ่บ” ทันที

เอา “ปลาร้า” หรือเอา”ปลาแดก” ค้างปีหรือชนปีมาปรุงรสชาติใน “ส้มตำ” แล้วละก็อะไรก็เทียบเทียมลำบากเพราะรับประทานกันมาช้านานแล้ว สำหรับคนที่ชอบรสชาติของ”ปลาร้า”

ใครที่ไม่ชอบทานรับประทานปลาร้าก็หันไปรับประทานส้มตำที่ไม่ใส่ปลาร้าดีกว่า

ในที่นี้อยากแนะนำเล็กน้อยว่า น่าจะเอาปลาร้าไปต้มให้สุกเสียก่อน แล้วเอามากรองเอาแต่น้ำปลาร้ามาปรุงใน ”ส้มตำปลาร้า” เพื่อสุขภาพของผู้บริโภค แต่ของแท้ๆแล้ว ที่อีสารนั้นเขาจะเอาปลาร้าดิบๆ มาปรุงกันทีเดียวไม่ยอมต้มให้สุกเสียก่อนเพราะบอกว่ารสดีกว่ากันหรือ “แซ่บ” กว่าต้มแล้วนั้นเอง อย่างไรก็ตามน่าจะทำให้สุกเสียก่อนดีกว่า เชื่อเถอะ

เครื่องปรุง “ส้มตำปลาร้า”

- มะละกอดิบปอกสับซอย 1 ถ้วยตวง
- ปลาร้าเก่าค้างปีต้มกรองเอาแต่น้ำ 1ช้อนโต๊ะ
- ถั่วฝักยาวดิบตัดเป็นท่อนสั้น 1ฝัก
- มะเขือเทศสีดาผ่าซีก 2 ผล
- น้ำมะนาว 1ซีก
- กระเทียมแกะเปลือกเป็นกลีบ 1หัว
- พริกขี้หนูสวน 10 เม็ด
- เครื่องชูรส ตามคำแนะนำ

วิธีปรุง “ส้มตำปลาร้า”

ส้มตำปลาร้านี้ ก็เช่นเดียวกับ “ส้มตำชนิดอื่นๆ “ นั้นเอง เริ่มจากเอาพริกขี้หนูสวนโขลกหยาบๆ ในครกก่อน ใส่มะละกอดิบปอกสับซอยตามวิธีการปรุงส้มตำทั้งหลาย โขลกหยาบๆ ใส่น้ำปลาร้าที่กรองเอาไว้ดีแล้วลงไปคลุกเคล้า ใส่ถั่วฝักยาว มะเทศสีดาลงไปโขลกหยาบๆ อีก คลุกเคล้าให้ทั่วถึงกัน

บีบน้ำมะนาวลงไป ใส่เครื่องชูรสลงไปอีก ลองชิมรสชาติดู สูตรนี้ไม่ต้องใส่น้ำตาลอะไรเลย เค็มน้ำปลาร้ากับเผ็ดพริกขี้หนูสวน เปรี้ยวด้วยน้ำมะนาว เช่นนี้ก็แซ่บดีมากแล้วสำหรับส้มตำปลาร้าทั้งหลาย

ความอร่อยอยู่ที่ปลาร้าดีไหม หอมไหม จะต้องเอาปลาร้าชั้นดีหอมๆ มาปรุงจึงจะได้รส ไม่เช่นนั้นก็ไม่อร่อยเลย “ส้มตำปลาร้า” อร่อย แซ่บ ไปผิดหวัง

อ้างอิง :

ภานุทรรศ์. 2545.ส้มตำ 100 สูตรรสแซ่บ.กรุงเทพฯ : รุ่งแสงการพิมพ์.

นายกลยุทธ รจนา นักศึกษาฝึกงาน