

## ส้มตำถั่วฝักยาว

ส้มตำถั่วฝักยาว ก็มีวิธีทำเหมือนกับ ส้มตำมะละกอหรือส้มตำแดง ต่างกันที่รสชาติเล็กน้อยคือ ส้มตำถั่วฝักยาว จะออกเปรี้ยวน้อยกว่า แต่สรุปแล้ว รสชาติแซบไม่แพ้กัน



### เครื่องปรุง

- ถั่วฝักยาว หรือ ถั่วปลิ	5	ฝัก
- พริกขี้หนู	4	เม็ด
- กระเทียม	4	กลีบ
- มะเขือเทศลูกเล็ก (ผ่าครึ่ง)	4	ลูก
- มะนาวหรือมะกอกสุก	½	ลูก
- น้ำมะขามเปียก	2	ช้อน โຕ้ะ
- น้ำปลา	1	ช้อน โຕ้ะ
- น้ำปลาร้าต้มสุก	2	ช้อน โຕ้ะ
- ปูเค็มอย่างดี	1	ตัว

## วิธีทำ

1. โขลกพริก กระเทียม ให้ละเอียด
2. หั่นถั่วฝักยาวลงในครก ยาวประมาณ 3-4 เซนติเมตร แล้วตำถั่วฝักยาวพอแหลก
3. ใส่มะเขือเทศ น้ำปลา น้ำปลาร้า มะนาว น้ำมะขามเปียก ปูเค็ม ลงไปตำให้เข้ากัน
4. ชิมรส เมื่อรสชาติได้ที่ ตักใส่จานนำไปรับประทานได้

## เคล็ดลับวิธีทำให้แซบ

ไม่ควรโขลกถั่วให้นานเกินไปเพราะรสจะจืด น้ำปลาร้าควรใส่น้ำปลาร้าอย่างนี้จะทำให้รสชาติกลมกล่อมยิ่งขึ้นและควรรับประทานกับปลาคูกย่างหรือไก่ย่างจะแซบมาก

# อ่อมหมู



อ่อมหมูเป็นอาหารอีกประเภทหนึ่งที่คนอีสานนิยมทำกันในงานแต่งงาน มีรสชาติแซบ ไม่แพ้  
อาหารชนิดอื่นเช่นกัน

### เครื่องปรุง

- เนื้อหมู	½	กิโลกรัม
- ผักหวานบ้าน(หากไม่มีใช้ขี้บวมหอม)	2	ขีด
- ต้นหอมซอย	5	ต้น
- หอมแดงซอย	5	หัว
- กระเทียม	1	หัว
- พริกชี้หนู	5	เม็ด
- มะเขือเทศ(ผ่าครึ่ง)	5	ลูก
- น้ำปลา	3	ช้อนโต๊ะ
- เกลือป่น	1	ช้อนชา

### วิธีทำ

1. นำเนื้อหมู มาล้างน้ำให้สะอาด หั่นเป็นชิ้นพอดีคำ จากนั้นใส่เนื้อหมูในหม้อ
2. โขลกพริกกับกระเทียมให้ละเอียด แล้วใส่ในหม้อเนื้อหมู โรยเกลือ ใส่เนื้อเล็กน้อย(กันหม้อไหม้)แล้วคว่ำให้สุก
3. ใส่ผักหวานบ้าน ต้นหอม มะเขือเทศ หอมแดง คนให้เข้ากัน พอผักใกล้สุก เติมน้ำพอท่วม
4. พอเดือด ปรุงรสด้วยน้ำปลา เมื่อรสชาติได้ที่ยกหม้อลง ตักใส่ถ้วย นำไปรับประทานได้

### เคล็ดลับทำให้แซบ

การคว่ำเนื้อหมูก่อน จะทำให้แกงมีรสหวาน และไม่มึนคาว

อ้างอิง

กระยาทิพย์ เรือนใจ. [2541]. แนวกินอีสาน. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: ต้นธรรม.