



โครงการ หมู่บ้านเฟือกหอม

งบประมาณสนับสนุนตามโครงการหมู่บ้านแม่ข่ายวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2554

หลักสูตร ผลิตภัณฑ์จากข้าวเจ้า

วิทยากร ผู้ช่วยศาสตราจารย์จุฑามาศ พิรพัชระ
นายปัญญากร คงสมจิตต์
สถาบันวิจัยและพัฒนา

ผู้รับผิดชอบโครงการ

ศูนย์คลินิกเทคโนโลยีสถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร
399 ถนนสามเสน แขวงวชิรพยาบาล เขตดุสิต กรุงเทพฯ 10300

โทรศัพท์ 0-2281-0492

www.clinictech.mutp.ac.th

หมี่กรอบสมุนไพร

สิ่งที่ต้องเตรียม

เส้นหมี่	500	กรัม
ถั่วลิสงเลาะเปลือกทอด	200	กรัม
หอมแดงซอยบาง	150	กรัม
กระเทียมซอยบาง	150	กรัม
เต้าหู้เหลืองหั่นชิ้นเล็ก	200	กรัม (1 แผ่น)
ใบมะกรูดอ่อนฉีก	50	กรัม
ใบโหระพา	50	กรัม
พริกชี้หนูแห้งเด็ดก้าน	50	กรัม
น้ำมันถั่วเหลือง	50	กรัม(สำหรับผัด)
กระเทียมสับ	20	กรัม
หอมแดงสับ	30	กรัม
เต้าเจี้ยว	10	กรัม
น้ำส้มสายชู	30	กรัม
น้ำปลา	40	กรัม
น้ำตาลปีบ	140	กรัม
น้ำมะนาวหรือน้ำส้มซ่า	30	กรัม
ซอสมะเขือเทศ หรือน้ำมะขามเปียก	15	กรัม
ไข่เป็ด	3	ฟอง
น้ำตาลทรายสำหรับโรยประมาณ	100	กรัม
น้ำมันปาล์มหรับทอด		
น้ำส้มสายชู สำหรับ พรหมเส้นหมี่		

วิธีทำ

1. พรหมน้ำส้มสายชูที่เส้นหมี่เล็กน้อย ทอดด้วยน้ำมันร้อน ไฟปานกลางจนกรอบ ตักขึ้นพักไว้
2. เจียวกระเทียมกับหอมแดง ให้เหลืองกรอบ
3. ทอดถั่วลิสง เต้าหู้เหลือง ใบมะกรูด ใบโหระพา และพริกชี้หนูแห้ง ให้กรอบ เตรียมไว้
4. ผัดหอมกระเทียม กับน้ำมันถั่วเหลือง 50 กรัม ให้หอม เติมเต้าเจี้ยวลงผัดปรุงรสด้วยน้ำส้มสายชู น้ำปลา น้ำตาลปีบซอสมะเขือเทศ ผัดจนขึ้นเหนียว ใส่ น้ำมะนาว หรือ ส้มซ่า ผัดให้เข้ากัน สามารถชิมรสได้ ตามชอบ
5. คลุกเคล้า ผสมหมี่ทอด กับ น้ำปรุงที่เตรียมไว้ ด้วยไฟอ่อน ในกระทะ ค่อยๆเติมน้ำปรุงทีละน้อยคลุกเคล้าให้เข้ากัน โรยน้ำตาลทราย ขณะคลุก คลุกเคล้าให้ส่วนผสมทั่วดี ก่อนยกลง โรยถั่วกระเทียมเจียว หอมเจียว พริกชี้หนูทอด ใบกระมะกรูด ใบโหระพา คลุกเคล้าให้เข้ากันอีกครั้ง พักให้เย็นสนิท ใส่ภาชนะบรรจุ

ข้าวแกงอบแห้ง

สิ่งที่ต้องเตรียม

ข้าวสวยตากแห้ง	400	กรัม
ใบมะกรูดหั่นหยาบ	50	กรัม
ใบโหระพา	50	กรัม
พริกชี้ฟ้าแห้งหั่นท่อนสั้น	5	เม็ด
ปลาข้าวสาร	100	กรัม
น้ำพริกแกงพะแนง	30	กรัม
น้ำมันสำหรับผัด	30	กรัม
น้ำตาลปีบ	80	กรัม
น้ำปลา	40	กรัม
แปะแซ	20	กรัม
ถั่วลิสงคั่ว	200	กรัม
น้ำตาลทรายสำหรับ โรย	50	กรัม
น้ำมันสำหรับทอด		

วิธีทำ

1. ทอดข้าวตากด้วยน้ำมันร้อน ไฟปานกลางให้ฟูขาว กรอบ ตักขึ้นพักไว้
2. ทอดใบมะกรูด ใบโหระพา พริกชี้ฟ้า และปลาข้าวสาร เตรียมไว้
3. ผัดน้ำพริกแกงพะแนง ให้หอม ปุ่รุกรสด้วย น้ำตาลปีบ น้ำปลา เติมแปะแซ ผัดต่อด้วยไฟอ่อนจนเหนียว
4. คลุกเคล้าข้าวที่ทอดไว้ กับ ส่วนผสมที่ปุ่รุกรสไว้ คลุกเคล้าบนเตา ด้วยไฟอ่อน จนกระทั่งทั่วดี โรยน้ำตาลทราย เติมใบมะกรูด ใบโหระพา พริกชี้ฟ้า ปลา ข้าวสาร และถั่วลิสง คลุกเคล้าเข้ากัน ยกลง