



โครงการบริการวิชาการเพื่อพัฒนาชีพเดิมและสร้างอาชีพใหม่ของชุมชนจังหวัดอ่างทอง  
(งบประมาณรายจ่าย ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๕๗)

หลักสูตร	การทำผลิตภัณฑ์น้ำพริก (ปลากรอบสมุนไพรทรงเครื่อง)
วิทยากร	ผู้ช่วยศาสตราจารย์จุฑามาศ      พีรพัชระ ผู้ช่วยศาสตราจารย์อภิญญา      มานะโรจน์ นางสาวอินทร์ธิดา      หิรัญอัศวรงค์ นางสาวชนิดา      ประจักษ์จิตร นางสาวเจนจิรา      บ.ป.สูงเนิน

ผู้รับผิดชอบโครงการ

กลุ่มบริการวิชาการ สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

๓๙๙ ถนนสามเสน แขวงวชิรพยาบาล เขตดุสิต กรุงเทพฯ ๑๐๓๐๐

โทรศัพท์ ๐ ๒๒๘๑ ๐๔๙๒ โทรสาร ๐ ๒๒๘๒ ๐๔๒๓

[www.clinitech.mutp.ac.th](http://www.clinitech.mutp.ac.th)

## ปลากรอบสมุนไพรทรงเครื่อง

ส่วนผสม	น้ำหนัก(กรัม)	สูตรตวง
1. ปลาช่อนทะเลแห้ง	200	6 ตัว
2. ปลาน้ำดอกไม้หรือปลาดุกย่างแกะเนื้อ	300	1 ½ ถ้วย
3. มะพร้าวคั่วอบกรอบ	30	½ ถ้วย
4. เม็ดมะม่วงอบกรอบ	55	½ ถ้วย
5. ถั่วลิสงเม็ดใหญ่อบกรอบ	70	½ ถ้วย
6. น้ำพริกแกงคั่ว	70	¼ ช้อนโต๊ะ
7. น้ำเปล่า	62	¼ ถ้วย
8. น้ำปลาดี	23	1 ½ ช้อนโต๊ะ
9. น้ำตาลทราย	95	1/3 ถ้วย + 1 ช้อนโต๊ะ
10. ใบมะกรูดทอดกรอบ	40	½ ถ้วย
11. พริกแห้งทอดกรอบ	30	1/3 ถ้วย
12. งาขาวคั่ว	40	¼ ถ้วย
13. น้ำมันสำหรับผัด	45	3 ช้อนโต๊ะ
14. น้ำมันสำหรับทอด	500-750	2-3 ถ้วย

### วิธีทำ

1. แช่ปลาช่อนทะเลแห้งด้วยน้ำสะอาดจนนุ่ม ประมาณ 1 คืน แกะเนื้อปลาฉีกเป็นเส้นๆ
2. สับปลาน้ำดอกไม้หรือปลาดุกย่างให้ละเอียด
3. ใส่น้ำมันลงในกระทะตั้งไฟให้ร้อน ใส่ปลาช่อนทะเลลงทอดให้กรอบ ตักขึ้นให้สะเด็ดน้ำมัน
4. ใส่ปลาน้ำดอกไม้หรือปลาดุกลงทอดให้ฟูและกรอบ ตักขึ้นให้สะเด็ดน้ำมัน
5. ใส่น้ำมันและน้ำพริกแกงคั่วลงผัดให้หอม ค่อยๆใส่น้ำเปล่าลงผัดจนน้ำพริกแกงหอมด้วยไฟกลาง
6. รุ่งรสด้วยน้ำปลา น้ำตาล ผัดจนน้ำตาลละลายน้ำพริกขึ้น ลงไฟลง
7. ใส่ปลาช่อนทอดกรอบ ปลาน้ำดอกไม้ฟู เม็ดมะม่วง ถั่วลิสง ลงคลุกกับน้ำพริกให้ทั่ว
8. โรยงาขาว ใบมะกรูด พริกแห้ง คลุกให้เข้ากัน คั่วไปคั่วมาจนส่วนผสมแห้ง เทใส่ถาดพักไว้ให้เย็น
9. บรรจุกล่อง ปิดฝาให้สนิท

หมายเหตุ - สามารถทำเป็นน้ำพริกคลุกข้าวและเป็นของทานเล่นได้  
 - ใบมะกรูดควรทิ้งให้ใบกลายเป็นน้ำเพื่อจะได้ทอดกรอบเก็บไว้ได้นาน  
 - 1 สูตร ได้ 500 กรัม