

# แบบบ้าน

แบบบ้าน

สำนักงาน ห้องเกียรติคุณ

**ห้าม** พฤกษะปี ถือว่าเป็นอาหารรุ่งข้าวบ้านคู่  
ทุกคนต้องรู้จักกับ น้ำปลา เพราะถือว่าเป็น  
เครื่องปรุงส์ให้อาหารอร่อย แทนทุกครัว  
เรื่องหนึ่งเป็นครอบครัวและทำอาหารกันเอง  
ส่วนใหญ่จะมีการปฏิบัติตักขั้นข้าวเสมอ

หากกล่าว จะเรียกว่า กะปี ส่วนมากได้ จะ  
เรียกว่า เคย ในท้องที่ที่อยู่ติดทะเลแทนทุก  
พื้นที่ที่ทำกับปี ต่างๆดังนี้ของตอนนอร์อี้  
ล้านทั้งสิ้น ไม่ว่าจะเป็นมหาชัย สมุทรสาคร

ฉะเชิงฯ หรือเมืองทั่วไป จ.นครศรีธรรมราช ช่องเขาแก้ว เป็นเครื่องดื่มตอนทุก  
อย่างที่มีอยู่ทั้งสิ้น ไม่ว่าจะเป็นมหาชัย สมุทรสาคร  
ฉะเชิงฯ หรือเมืองทั่วไป จ.นครศรีธรรมราช ช่องเขาแก้ว เป็นเครื่องดื่มตอนทุก

● มีรีวิวแนะนำ เคย ต้องห้าม

นายวิโรจน์ เดชาทองคำ ประธานกลุ่มผู้คน  
อาชีพแปรรูปสัตว์น้ำ (กพอ.) บ้าน Hagueya  
ต.หน้าสตัน อ.หัวไทร จ.นครศรีธรรมราช เมย  
ว่า แต่เดิมนั้น อ.หัวไทร มีรีวิวเสียงในเรื่องของ  
การทำเคียงมานานแล้ว คำภาคใต้จะรักกันดี  
หากพูดถึงหัวไทร ไม่ได้ถึง เคย หัวไทร ก็

# เคย ของ กศน. หัวไทร

อย่างไรอยู่ ในหมู่บ้านนอกจากทำประมงที่นั่น  
บ้านนั้นแล้ว ล้วนเป็นเมืองการทำเคียง บังกอกทำ  
กินในครัวบ้านร้าว ให้ภูมิพื้นท้อง บังกอกทำ  
แล้วจะต่อทำมาทำกันน้อย เพราะเคียงที่นี่ขึ้น  
ตอนทุกอย่างทำตัวมีอุดลอด

● กศน.หัวไทร จุดประกายการรวมกลุ่ม

นายวิโรจน์ เล่าว่า ต่างคนต่างทำในครัว  
เรือนกันมานาน กระหึ่มเมื่อปี 2545 ทาง  
น.ส.วัญใจ ธีรัชิต ครุยวานิพันธ์ที่อยู่บ้าน  
บริการการศึกษานอกโรงเรียน อ.หัวไทร เข้า  
มาในพื้นที่ มีการพูดคุยถึงการเผยแพร่อาหารที่  
ควรจะได้รับการสนับสนุน หนึ่งในจำนวนหนึ่งนี้  
คือ เคย นั่นเอง มีการแนะนำให้มีการรวม  
ก่อสู่ที่ทำตามครัวเรือนต่าง ๆ ให้มาร่วมกัน  
เป็นกลุ่มเป็นก้อน พร้อมมีการสนับสนุนใน  
เรื่องของงบประมาณเจ้าหนนห์น เพื่อจัดเป็น  
กิจกรรมรูปแบบวิชาชีพอิสระระยะสั้น

● รวมกลุ่มทำอาหารชาย

จากที่ต่างคนต่างทำต่างคนต่างขาย มาเป็น  
รวมกันทำขาย ขณะนั้นมีสมรรถภาพ  
ประมาณ 20 คน ผลิตอาหารเจ้าหนนห์นในพื้นที่  
ใกล้เคียง เป็นที่นิยมกันมาก สามารถทำกันใน  
รูปแบบของคณะกรรมการ ทุกอย่างจะต้องมี  
การประชุมร่วมกันตัดสินใจร่วมกัน ถือมติของ  
ที่ประชุมเป็นค่าตัดสิน

● การทำเคียง

อุปกรณ์ที่จำเป็นสำหรับการทำเคียง

กุ้งเคียง หรือปลาขนาดเล็ก เกลือ  
โองหรือตุ่ม ให้สำหรับเคล้าปลาหรือ  
เคียงให้เข้ากับเกลือ เช่นมีไฟให้ใน  
การกรอบ ควรทิ้งส่วนหัวไว้สำหรับเคียง  
และอ่างเคลื่อน ภาชนะที่ใช้ในการ  
บรรจุจะเป็น

● วิธีการทำ

1. ล้างกุ้งเคียง หรือปลาให้สะอาด  
นำไปผึ่งแดดพอหมาด แล้วคลุกเคลีย<sup>6</sup> ส่วน เกลือ 1 ส่วน
2. ให้คลุกเคล้ากันนานายในโลง  
ปลาที่คลุกให้ตัวแล้วนำไปกรอบ
3. การกรอบ คือการหุงเคียง  
หรือปลาในเนยชั้นนี้เพื่อหั่นหักให้ถูก
4. ระหว่างการกรอบจะต้องพลิกเคียงเป็น  
ครั้งเป็นคราว น้ำที่ออกมานำไปใช้ทำน้ำปลาโดย  
เพิ่มเกลือลงไปเล็กน้อย
5. รุ่งข้าวนาคเคียงหรือปลาที่เกราะแล้วไป  
เกลือยน้ำแล้วรีบแพน ผึ่งแดดตั้งไว้ให้แห้ง  
ประมาณ 1 แดด
6. นำไปต่อให้ลวกเอียด ขณะต่อถ้าเห็นว่า  
เคียงหรือปลาที่คลุกเคลือแล้วแห้งเกินไป ให้  
เติมน้ำเกลือที่มีรีบอย ฯ ลงไปเล็กน้อยเพื่อ  
ช่วยในการต่อ
7. เมื่อต่อจนเห็นว่าดีแล้วนำไปเก็บไว้ใน  
ภาชนะลักษณะรูปแบบใดก็ได้ เช่น ใช้กระดาษลี

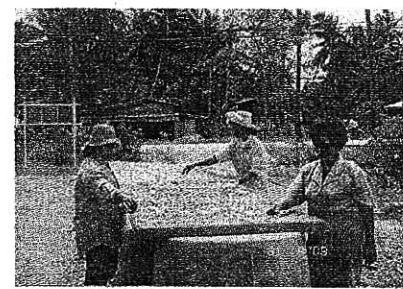
น้ำตาลกันเมล็ดลับด้วย หมักกันไว้ประมาณ 4  
เดือน นำมารับประทานได้

สำหรับกุ้งเคียงหัก 100 กิโลกรัม ทำกัน  
สำเร็จได้ น้ำหนัก 3.5 กิโลกรัม

● อร่อยและสะอาด

นายวิโรจน์ กล่าวว่าที่ห้ามไว้ เดย์ที่นี่จะ  
สะอาดเชื่อถือได้ว่าไม่มีสิ่งเจือปนและอร่อย  
หากผู้สนใจจะเข้ามาซึ่งการทำหรือต้องการสั่ง<sup>ชื้อ</sup> สามารถโทร.สอบถามได้ที่ กลุ่มพัฒนา  
อาชีพแปรรูปสัตว์น้ำ เลขที่ 332/1 ที่ทำการ  
กองทุน หมู่ที่ 8 บ้าน Hagueya ต.หน้าสตัน  
อ.หัวไทร จ.นครศรีธรรมราช โทร. (075) 337-

429



## น้ำมะม่วงพิมพานต์ ของ ศุภลักษณ์ สุธรัญญาวนิช ที่ภูเก็ต

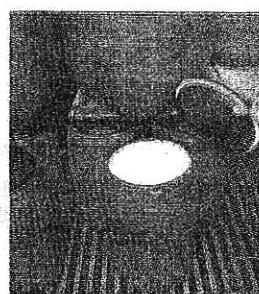


ร้านศุภลักษณ์อุดดิ ลั้นเด็งอยุ่เลขที่ 51/9 หมู่ 5  
ถนนเทพวงศ์รัชต์ ตำบลศรีสุนทร อำเภอคลอง จังหวัดภูเก็ต  
โทร. (076) 272-915 nokakang@hotmai.com สำหรับลูกค้า  
ฯ จำกัดมีส่วนลด 10% สำหรับลูกค้าที่ซื้อ 2 ชุด  
ให้กับลูกค้าที่ซื้อ 1 ชุด สำหรับลูกค้าที่ซื้อ 3 ชุด  
ให้กับลูกค้าที่ซื้อ 2 ชุด สำหรับลูกค้าที่ซื้อ 5 ชุด  
ให้กับลูกค้าที่ซื้อ 3 ชุด สำหรับลูกค้าที่ซื้อ 10 ชุด  
ให้กับลูกค้าที่ซื้อ 5 ชุด สำหรับลูกค้าที่ซื้อ 20 ชุด  
ให้กับลูกค้าที่ซื้อ 10 ชุด สำหรับลูกค้าที่ซื้อ 50 ชุด  
ให้กับลูกค้าที่ซื้อ 20 ชุด สำหรับลูกค้าที่ซื้อ 100 ชุด  
ให้กับลูกค้าที่ซื้อ 50 ชุด สำหรับลูกค้าที่ซื้อ 200 ชุด  
ให้กับลูกค้าที่ซื้อ 100 ชุด สำหรับลูกค้าที่ซื้อ 500 ชุด

แต่วันนี้ คุณศุภลักษณ์ได้นำของที่รีประโภชน์น้ำ  
ประปุจน์สามารถก่อเกิดเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่ ทั้งที่มีรสชาติ  
แยก开来ใหม่และมีคุณค่าทางอาหาร และในขณะนี้ดำเนินการ  
จดอนุสิทธิบัตรรวมถึงได้รับหนังสือรับรอง

คุณศุภลักษณ์เล่าให้ฟังถึงการก่อให้เกิดผลิตภัณฑ์น้ำ  
มะม่วงพิมพานต์ว่า

เป็นวันที่เหมือนกับที่นักวิทยาศาสตร์ว้าเล็กกำลังทดลอง  
เพื่อให้ได้รสชาติของเค้กชูร์ฟร์อ์ เมื่อฉุกคันไม่ทันเยี่ยมชม  
โรงงานหลายที่ที่ให้เชิญแล้วแต่ผลลัพธ์ที่ตอบรับนั้น  
กลับมาปรับปรุงเปลี่ยนแปลง เมื่อรีบันน์เมล็ดมะยี่สีที่ต้อง<sup>ปรับปรุง</sup> จันได้ผลิตภัณฑ์ดังกล่าว โดยทั้งนี้ได้รับการ  
สนับสนุนจากภาครัฐ โดยเฉพาะกรมส่งเสริมอุตสาหกรรม  
และอาจารย์จากมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อ.หาดใหญ่  
ล่าหลับน้ำมะม่วงพิมพานต์ที่ห้างร้านศุภลักษณ์ได้นำ<sup>ออกมานำเสนอ</sup> หันนี้ บรรจุไว้ในชุดพลาสติก ขนาด 500



มีลักษณะ จานหนาๆ คละ<sup>250</sup> บาท ซึ่งจะเก็บได้รับ  
เป็นการเพิ่มมูลค่ามาก  
ขึ้นอย่างมากก็ได้

สำหรับน้ำมะม่วง  
พิมพานต์ที่ผลิตออกมาน  
จานหนาๆ อยู่ในรูปของ  
น้ำแข็งขัน ดันนั้น เมื่อจะ<sup>รับประทาน</sup> ต้องน้ำไปจ่อ<sup>จางก่อน</sup> โดยใช้น้ำจะ

ม่วงพิมพานต์ 1 ส่วน ผสมน้ำได้ 4 ส่วน หรือ 1 ขาว จะ  
สามารถพร้อมดื่มได้ 20 แก้ว

สำหรับผู้สนใจสามารถเยี่ยมชมได้ที่ร้านศุภลักษณ์  
ตามที่อยู่ข้างต้น