



แกง หัวตาล

แกงหัวตาลที่รสสัมผัสอ่อน ๆ ไม่มีมันมาก อาจจะ
เป็นแกงหมย่าง ปลาย่าง กับหัวตาลอ่อนที่ผ่าน
หรือซูดฝอยมาทำแกงหัว เอกลักษณ์ของ
แกงหัวตาลของคนเมืองเพชร จะมีรสชาติ
หวานนำเล็กน้อย และมีรสเค็มตาม เครื่องแกง
ต้องถึงเครื่อง หอมกระชาย เครื่องแกงโคลก
ให้ละเอียดถึงเอาไปแกงกับกะทิแล้วก็ใส่น้ำตาล
หากเครื่องไม่ถึงจะไม่อร่อย แกงหัวตาล
สามารถเอาไปทาน กับขนมจีนได้คล้ายกับ
น้ำยากะทิ สำหรับชาวเมืองเพชรเรียกแกงหัว
ตาลว่า “แกงหัวโตนด” หรือ “แกงโตนด”

ในส่วนผสมเครื่องแกงหัวโตนดเดิมจะไม่ใส่
ผิวมะกรูด แต่ปัจจุบันคนนิยมซื้อน้ำพริกแกง
เผ็ดสำเร็จจึงกลายเป็นว่ามีผิวมะกรูดแต่
อย่างไรก็ตามหากให้รสชาติดีควรใส่กระชาย
เพิ่มกระชายอีกเล็กน้อยก็จะทำให้ได้รสชาติ
แกงหัวตาลที่ใกล้เคียงแบบโบราณน้ำพริกเอง
มากขึ้น



ส่วนผสมเครื่องแกง

ตะไคร้ซอย	¼ ถ้วยตวง
พริกชี้ฟ้าแห้ง	10 เม็ด
กระเทียม	¼ ถ้วยตวง
กระชาย	¼ ถ้วยตวง
ข่าอ่อน	¼ ถ้วยตวง
หอมแดง	4 หัว
เกลือ	1 ช้อนชา
กะปิ	1 ช้อนโต๊ะ
เนื้อมะพร้าว	¼ ถ้วยตวง

ส่วนผสม

หัวกะทิ	1 ถ้วยตวง
หางกะทิ	2-3 ถ้วยตวง
หัวตาลอ่อน	2 ถ้วยตวง
ฝานแผ่นบาง	
น้ำปลา	1-2 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลโตนด	1-2 ช้อนโต๊ะ
หมูย่างหั่นชิ้นบาง	¼ ถ้วยตวง
ใบมะกรูดฉีก	5 ใบ
หรือใบส้มข่า	
เนื้อมะพร้าว	¼ ถ้วยตวง

วิธีทำ น้ำพริกแกง

- แกะพริกแห้งเอาเม็ดออก หั่นเป็นชิ้นเล็กแช่น้ำไว้จนนุ่ม จากนั้นปั่นน้ำออก โขลกพริกแห้ง เกลือป่นพอสละเย็ด
- เติมตะไคร้ ข่า กระเทียม กระชาย หอมแดง และกะปิตามลำดับ จากนั้น โขลกต่อจนส่วนผสมละเอียดเนียน เติมน้ำมันปลาพริกขอสกปรกเข้ากัน

วิธีทำ

- ตั้งหม้อใส่หัวกะทิพอร้อน เติมน้ำพริกแกงลงผัดจนสุกและมีกลิ่นหอม
- เติมหางกะทิ เคี่ยวต่อจนเดือด ใส่หัวตาล หมูย่าง ปลาพริกขอสกปรก เคี่ยวไฟอ่อนจนหัวตาลสุก
- จากนั้นปรุงรสด้วยน้ำปลา น้ำตาลโตนด พอได้ที่ใส่ใบมะกรูดหรือใบส้มข่า และหัวกะทิเล็กน้อย ยกลงจัดเสิร์ฟ

เกร็ดความรู้



ต้นตาล ต้นไม้ยืนต้นทรงพุ่มสูงตามทุ่งนา จัดเป็นพืชในตระกูลเดียวกับมะพร้าวและปาล์ม ต้นตาลนั้นให้ผลประโยชน์หลายอย่าง โดยส่วนประกอบเกือบทั้งหมด ไม่ว่าจะเป็น ต้น ใบ ดอก ผล รากหรือเมล็ดนั้นสามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้ทั้งหมด ไม่ว่าจะเป็นอาหาร ยา เครื่องเรือน หรือทำอู่อาศัย