

แกงส้มกุ้ง กับ ผักปลัง

แกงส้มกุ้งกับผักปลัง พระเอกอยู่ที่ผักปลัง
ซึ่งเป็นผักพื้นบ้าน ปลุกให้เลื่อยขึ้นข้าง
กำแพงหรือจะทำเชิงให้ไต่ขึ้นไปก็ได้
ผักปลังปลูกง่ายไม่ต้องฉีดยานับเป็น
ผักปลอดสาร แถมยังเป็นผักมี
เมือกมากกินแล้วช่วยระบาย
อีกด้วย



วิธีทำ

ใส่น้ำลงในหม้อแล้วยกขึ้นตั้งเตา จากนั้น
ละลายพริกแกงส้มที่ตำไว้ลงในหม้อ

พอน้ำเดือดใส่กุ้งที่เตรียมไว้ลงไป น้ำเดือดอีกครั้ง
ปรุงรสเปรี้ยวด้วยส้มมะขาม (มะขามเปียก) หรือน้ำมะนาว
เค็มด้วยเกลือ หรือน้ำปลาตามชอบ ควรปรุงให้รสเข้มข้น
เพราะเมื่อใส่ผักปลังน้ำจากผักจะออกมาอีกทำให้ น้ำแกง
จางลง

น้ำแกงเดือดอีกครั้งใส่ผักปลังลงไป ครู่เดียวก็ยก
ขึ้นได้ ผักปลังสุกง่าย ผักปลังที่เลือกใส่ลงไปแกง
เลือกเอาที่อ่อน ๆ ได้ทั้งดอกทั้งใบ