

ภาคผนวก

PAYAP UNIVERSITY



ภาพที่ 1
- - - การแต่งกายของชาย - หญิง
ที่แต่งงานแล้ว



ภาพที่ 2
การแต่งกายของหญิงโสด - - -



ภาพที่ 3 วิถีการและปริบทของการประกอบอาหารพื้นบ้านไทยทรงดำ
บางระกำ พิษณุโลก



ภาพที่ 4 วิถีการและปริบทของการประกอบอาหารพื้นบ้านไทยทรงดำ
บางระกำ พิษณุโลก

อาหารพื้นบ้านไทยทรงดำ บรุงระกำ พิษณุโลก

(เรียงตามลำดับตัวอักษร)

ของคาว

กบโอ

นายประเสริฐ วงษ์โคคุ้ม

กบโอก็หมายถึงว่า ถ้าได้กบมาซัก 10 ตัว หรือ 8 ตัว ก็แล้วแต่ ได้มาแล้วก็ควรจะเอาไว้ครึ่งนึง หาตัวแรกผ่าท้องดึงไส้ออกให้เรียบร้อย ล้างน้ำให้เรียบร้อย อีกห้าตัวก็ดึงไส้ออกแล้วดับเฉพาะเนื้อให้ละเอียดเลย แล้วมาผสมกับเครื่องแกงเผ็ด เครื่องแกงเผ็ดก็มี ข่า ตะไคร้ ผิวมะกรูด หอม กระเทียม ใบกะเพรา กระจาย พริกไทย พริกอ่อน เกลือ ให้มีสัดส่วนพอประมาณ เอาโซดกลยผสมให้เข้ากัน แล้วก็เอาเนื้อทั้ง 5 ตัว ที่ตัดผสมกับเครื่องแกง ยัดใส่ท้อง 5 ตัวแรกที่ผ่าท้องไว้ เออ ยัดใส่ท้องโอ 5 ตัว แล้วก็พยายามเย็บอย่าให้เครื่องแกงหรือเครื่องเนื้อไหลออกมา แล้วก็เอาไปนึ่งให้สุก นึ่งสุกดีแล้วเอาขึ้นมาย่างไฟให้เหลืองอีก ก็เป็นการใช้ได้แล้ว

กบโอ

นายเหม็ด ทองเชื้อ

พอได้กบมานะ ก็แบ่งไว้ครึ่งต่อครึ่ง ถ้าได้มา 6 ตัว ก็เอา 3 ตัวไว้ทำไส้ อีก 3 ตัวเอาไว้สำหรับยัดไส้ เอากบทั้งหมดมาตัดขาทั้ง 4 ข้าง ตัดแค่ข้อพับนะ แล้วก็เอาซี่เอาไส้ออกทางปาก ล้างให้สะอาด สามตัวเอาดับให้ละเอียดแล้วผสมกับเครื่องแกง เครื่องแกงก็มี พริกย่าง ข่า ตะไคร้ กระจาย ใบกะเพรา ใบมะกรูด เกลือ มะกรูดป้า กระเทียม หัวหอม เอามาหั่นซอยเข้าแล้วทำให้ละเอียด พอตำละเอียดแล้วก็ตั้งกะทะ ใส่น้ำมันนิดนึง พอน้ำมันร้อนก็เอาเครื่องแกงลงไปผัด เอากบที่ดับแล้วลงไปผัดรวมกัน พอหอมและสุกได้ที่แล้วก็เอาขึ้น ทิ้งไว้ให้เย็น พอเย็นแล้วก็เอามายัดไส้ กบ 3 ตัว ที่เตรียมไว้ ยัดเข้าทางปากนะ ยัดให้แน่น พอจะกินก็เอาไปย่างไฟอ่อน ๆ

กอยปลา

นางมัน บัญดี

เอาผักเจ้าวระหนึ่งหัวมาเผา พริกชะ 7 - 8 เม็ดมาเผา กระจั่มชะ 2 - 3 หัวมาเผา หอมชะ 3 - 4 หัวมาเผา เครื่องเผาทั้งนั้นเลย ก็มาตำ โขลกให้ละเอียด แล้วก็เผาปลาธอนให้หมัก บั้งปลาให้หมัก แล้วมาสับเอาแต่เนื้อ มาสับ สับให้ละเอียดแล้วเอาใส่ชาม แล้วเอาน้ำปะแหวะละลายเครื่องมาใส่ปลา แล้วคว่ำขาวสารเจ้าให้หอม เอามาโขลกให้ละเอียดใส่ในกอยปลานั้น แล้วเอาหอมป้อม ใส่ บีบมะนาวแล้วเคล้ากัน กินได้

ศัพท์

- ผักเจ้าว - ตะไคร้
- น้ำปะแหวะ - น้ำปลาร้า
- หอมป้อม - สะระแหน่

แกงคั่ว

นายเหม็ด ทองเชื้อ

แกงคั่ว พอaxonไอคั่วมาไดแล้วเนี่ยนะ ก็เอามาใส่เสิง แล้วเอามือบีบออก บีเอซ้เอาใส่อกให้เอี่ยม ให้เหลือแต่เนื้อ แล้วล้างให้ขาวสะอาด เรียบร้อยแล้วที่นี้ก็มารวนในกะทะ ใส่ น้ำชะหนอย เอาคั่วใส่ลงไป รวนโลกลิ้นคาวนะ เมื่อแห้งแล้วก็ยกกลงแล้วตำเครื่อง เครื่องมีเหมือนกัน เออ เหมือนกับเครื่องแกงนะ แกงเผ็ดเรานี้แหละ มีไอหอม กระจั่ม ไอ ตะไคร้ พริก ใบมะกรูด ตำชะให้เรียบร้อย ให้เขากันดี ตั้งกะทะเอาน้ำมันหยอด ใส่คั่วที่รวนไว้แล้ว ให้นำมันกับคั่วเขากันดี พอเดือด ปุด ปุด เอาเครื่องลง เครื่องลงเคล้าให้เรียบร้อย แล้วไอครกที่เราตำไว้เนาะก็เอาขาวเบือใส่ลงไปแล้วตำให้ละเอียดใส่น้ำนิดหนอย เอาเป็นน้ำแกง อย่าให้น้ำมาก แล้วใส่ลงไปในกะทะ พอให้ข้นเอะอะ ๆ หนอยนะ ที่นี้ชิมดู ไม่เค็มก็เติม พอได้ที่แล้วก็โรยใบกะเพรา

ศัพท์

- ข้าวเปลือก - ข้าวสารข้าวเจ้าที่แช่น้ำ
- คั่ว - ลูกออกที่เกิดจากไขกบหรือเขียด
- เลิง - ตะแกรง

แกงบอน

นางควน สระทองแว่น

ตัดบอนมากี่มาปอก ปอกแล้วก็หั่นชิ้น หั่นแล้วล้างให้สะอาดแล้วก็เอามา
วางไว้ใกล้ ๆ หมอน้ำร้อน เตรียมถ่านไฟให้ครบแล้วไม่ต้องเติมถ่านอีก แล้วก็เตรียม
น้ำพริกมา ปลาร้ามา ต้มบอนให้สุกแล้วลั่นใจตักน้ำทิ้งสามหน ลั่นใจตักน้ำทิ้ง
สามหน แล้วก็เอาเครื่องลง เครื่องแกงก็มี ข่า ตะไคร้ พริก ปลาร้าดับ หอม
กระเทียม หั่นแล้วตำใส่กันให้ละเอียด ละลายใส่น้ำปลาร้าที่เหลือหม้อ แล้วก็คนไป
ทางเดียว ห้ามข้อน เอาเกลือใส่ ใบมะกรูดใส่ บีบมะนาวใส่หน่อย สุกก็กินได้

แกงบอน

นางใบ วงษ์โคคุ้ม

ได้บอนมากี่ปอก ปอกแล้วก็หั่นเป็นท่อน เป็นท่อน เป็นท่อน แล้วก็ต้ม
ชะกอน ต้มให้มันสุกชะกอน แล้วเราก็รวนเครื่องแกง ก็มีหอม กระเทียม ข่า ตะไคร้
พริกแห้ง มาหั่นแล้วตำให้ละเอียด ใส่เกลือลงไปด้วยนะ เอาลงไปรวนก่อน แล้วก็ใส่
เนื้อ จะเป็นเนื้อไก่หรือหมูหรือจะเป็นปลาไหลก็ได้ แต่ต้องเอาเมือกออกให้หมด แล้ว
มาอย่างคักเป็นท่อน ๆ เอาลงไปรวนพอหอมแล้วก็ใส่น้ำ แล้วบีบส้มมะขามลงไปแต่น้ำ
ใส่บอนที่ต้มแล้ว พอเดือดก็กินได้

แกงปลาไหล

นายผล เฝ้าคนชม

แกงปลาไหลนี้ก็ต้องคว่เครื่องระกอน ปลาไหลมาทุบแล้วก็รูดเมือกมัน
 ออกให้หมดนะ ใช้ใบพิททองก็ได้ แกลบก็ได้ รูดเข้าไป รูดให้เมือกขาว ๆ ออก
 แล้วก็มาแหวกทอง แหวกทองเอาชื้อออกซะ แล้วก็ล้างน้ำ หั่นเป็นชิ้น บางคนก็เอา
 เลือดในท้องออก เลือดไม่ทิ้งนะ เอารูคใส่กะละมังไว้อีกที เอาไว้ปนกับน้ำแกง
 มันขันธ์ อร่อยดี เรากักรวนปลาไหลระกอน รวนด้วยน้ำ รวนให้เนื้อมันจะสุกไม่สุกนี่นะ
 ให้มันหมักน้ำคาว แล้วตักออก มารวนเครื่อง เครื่องก็มีชา ตะใคร้ ฉิวมะกรูด
 มะกรูดป้า หอม กระเทียม พริก มาหั่นแล้ว แล้วรวนใส่น้ำมันคีนึง พอมันหอม ก็เอา
 ปลาไหลลง คนให้ทั่วแล้วเอาน้ำใส่ให้พอดี คนให้เดือด แล้วเอาเลือดใส่ เอาใบ-
 กะเพราใส่ น้ำปลาใส่ชิมดู ถ้าพอดีก็พอ ถ้าไม่พอดีก็เติมลงไป

แกงปลาไหลต้มเปรต

นายเสาร์ สิงห์เรื่อง

ปลาไหลต้มเปรตนี้ ตั้งน้ำรอนให้เดือด แล้วก็หั่นผักเจียว หอม
 กระเทียม ทุบระกอน ทุบพอบุบ ๆ เสียก่อน แล้วก็หั่นมะเขือคั้น มะเขือคั้นแห้งเผาไฟ
 พอไฟลุกลวก ๆ แล้วก็ทิ้งใส่ลงในหม้อน้ำเดือดเลย แล้วนานเข้ามันจะยุบไปเอง
 แล้วก็ใส่เกลือ น้ำปะแและใส่พอบประมาณ รอให้เดือดอีก เผลปลาไหลเป็น ๆ ลงไป
 พอปลาไหลสุกก็ยกลงมา ยกลงมาก็มีพวกหอมป้อม ผักชี มาหั่นเข้า แล้วก็ใส่เข้าไป
 ตอนที่สุกแล้วนี่นะ ใส่ที่หลัง แล้วก็หั่นมะนาวบีบใส่พอสมควร ก็กินได้เลย แล้วไอ้-
 พวกนี้มันจะแยกเป็นชื้อออกเองเลยนะ ชื้อที่อยู่ในตัวมันนั่นแหละ เราไม่ได้เอ้อออก
 มานั่นนะ พอมันสุกแล้วเราหยิบเอามากิน จึกเอากินเนี่ย ชื้อมันจะอยู่เป็นชื้อ ใส่มัน-
 จะอยู่เป็นไส้ ไช้ก็อยู่เป็นไช้ เลือกกินได้สบาย ไม่กระจายกับน้ำเลย ก็มีแก้วน้แหละ

ศัพท์ เถื่อ - ฉ่า หั่น เจือน
 มะเขือค - พริก

แกงเผ็ดหมู

นางใบ วงษ์โคคุ้ม

เอาหอม กระเทียม ตะไคร้ ข่า พริกแห้ง เกลือ มาดผสมโขลกให้ละเอียด แล้วเอาลงรวนในกะทะ เอาน้ำมันใส่ไปหน่อยหนึ่ง พอมันหอมก็เอาเนื้อหมูใส่ลงไป พอให้สุกแล้วก็เอาน้ำใส่พอประมาณ คนให้เดือดแล้วเอาน้ำปลาร้าใส่ พอเดือดแล้วก็เอาใบกะเพราใส่ ยกลงกินได้

แกงมะโห้

นางสี ทองคอนงาว

เอามะโห้มา เอามาฝากหนึ่ง ปอกเปลือกแล้วฝานเป็นชิ้น ๆ พอประมาณ แล้วก็เอามาแช่น้ำไว้ให้สะอาดก่อน แล้วก็ปรงเครื่อง ก็ได้พริก เกลือ หอม กระเทียม ใส่กระชายไปหน่อยหนึ่ง เอามาโขลกประสมกันให้ละเอียด แล้วก็ตั้งน้ำร้อนให้เดือด แล้วก็เอาเครื่องที่ตำไว้ประสมน้ำปะทะละ แล้วใส่ลงในหม้อน้ำนั้น ที่นี้ก็เอา เอาน้ำมันมันสุก เอ้อ มันเดือดแล้วก็เอามะโห้ใส่ พอเดือดก็เอาปากก่อน ที่แล่นเนื้อไว้แล้วใส่ แล้วเอาน้ำผสมมะขามใส่ลงไปด้วย ตั้งไว้สักพักก็ยกลงได้

ศัพท์

- ปากก่อน - ปลาช่อน
- ฝาก - หน่วยของการนับ ในที่นี้หมายถึง ลูก
- มะโห้ - มะละกอ

แกงเลียงผัก

นางมัน บุญดี

มีพริกขี้ 5 - 6 เม็ด ก็ไม่พอเด็ดเท่าไรมาตำโขลกใส่กับผักเจียวสัก หัวหนึ่ง กระเทียมระ 2 หัว หอมระ 2 หัว ข่า ตำโขลกให้ละเอียด แล้วก็มาละลาย ละเลงใส่หม้อน้ำเดือด พอน้ำเดือดอีกครั้งก็หันแดงละลายใส่ แดงละลายตองปอกแล้วล้าง

ให้สะอาดก่อนนะ แล้วหันใส่ แล้วเอาออกเบาๆ มะอีหันซอยใส่ตามลงไป แล้วก็เอาน้ำปะแหละใส่ ใบสะลางใส่ พอสุกก็ยกลง กินได้

ศัพท์

- แตงลาย - บวบ
- เบาะมะอี - พักทอง
- สะลาง - แมงลัก

แกงส้มปลา

นางผง วีระทอง

สมัยนั้น ลาวไซงจะแกงส้มปลา ก็มีปลาคุก เอามาทำให้สะอาด ตัดเป็นชิ้น ๆ แล้วก็ล้างให้สะอาด แล้วก็โชลกน้ำแกง โชลกเครื่องแกง ก็ตั้งหม้อน้ำร้อน เอาเครื่องแกงลงในหม้อ เครื่องแกงส้มเราก็มี พริกแห้ง หอม กระเทียม เราใช้มันนิดหน่อย มีส้มมะขามเปียกหรือมะขามสดก็ได้ ต้มลงไปในหม้อที่เราจะแกง การทำเครื่องแกงก็เอาพริก หอมมาโชลกให้ละเอียด แล้วก็เอามาลงหม้อที่เราจะใช้แกงที่เราต้มน้ำไว้จนเดือด แล้วก็ใช้มะขามเปียกที่เราคั้นเอาแต่น้ำ แล้วก็ผสมกับเครื่องแกงลงไป แล้วก็เอาปลาใส่ เอาผักใส่ ผักก็มีผักบุ้ง ผักกะเจตก็ได้ พอมันสุกก็ยกกลงทานได้ บางทีเวลาทำเครื่องแกงก็จะเอาน้ำปลาร้าใส่ปนในเครื่องแกง แล้วก็เทใส่ลงหม้อก็ได้

แกงหน่อไม้คอง

นายประเสริฐ วงษ์โคคุ้ม

ปกติแล้วก่อนจะแกงเนี่ย ถ้าหน่อไม้คองไหนมันมีรสเปรี้ยวจัด ให้ชาน้ำต้มแล้วถายน้ำทิ้งไปน้ำนี้ แล้วก็มาต้มใหม่ จึงจะเอาน้ำนั้นเป็นน้ำแกงของเครื่องแกง ถ้าไหนมีความพอดีพอควร ก็ล้างน้ำธรรมดาแล้วต้มเอาครั้งเดียวเลย โดยไม่ผ่านน้ำทิ้ง คือมีลักษณะสองลักษณะ บางไห้จะเกิดความเปรี้ยวเกิน บางไห้เกิดความพอดี

อย่างเนี้ย ที่เค้าทำมานะ เขาก็กะไม่ได้ว่าอะไรมันจะเปรี้ยวเกินหรือมีความพอดี
เขาต้องลองชิมเดี๋ยวนั้น ลองชิมดู เออไหนมันเปรี้ยว ไหนพอดี ก็มีสองลักษณะ
อย่างที่อธิบายไปนะ ที่นี้การกอนจะแกงเนี้ย ต้องสับเนื้อที่จะผสมกับหน่อไม้คอง
สับให้ละเอียด แล้วเอาใส่กะทะไฟรวน ตอนรวนน้ในเนื้อสัตว์มันจะออกมาใช้ใหม่
มันจะออกมาท่วมขณะที่ถูกไฟร้อน น้ำคาว ถ้าเราจะไม่ให้มันคาว ในขณะที่น้ำมาก
เราอย่าไปคนมัน ถ้าทนได้ก็ปล่อยให้แห้งไปเอง ถ้าทนไม่ได้ให้เทน้ำทิ้งลงไป
นะ เหน้ทิ้งลงไป ต่อมาตั้งไฟไว้ใหม่ เมื่อมันแห้งแล้วคอยคนขยายเนื้อ แล้วตัก
ขึ้นไว้ในหม้อกอน ทำน้ำพริกนะ เป็นเครื่องแกง ก็มีหอม กระเทียม ตะไคร้ ใบ-
มะกรูด ข่า พริก ทำให้เข้ากันดี แล้วเจียวน้ำมัน เอาน้ำมันใส่กะทะ รวนเครื่อง-
แกง เมื่อสุกหอมดีแล้ว ก็ไม่ผสมกับเนื้อที่รวนไว้ แล้วก็หน่อไม้คองที่ต้มสุกอยู่แล้ว
มีน้ำผสมอยู่แล้ว รอให้เดือด พอเดือดก็เอาใบกะเพราใส่ หรือใบโหระพาก็ได้ แล้ว
ก็ชิมรสดู ชากอะไรก็เติมลงไป ก็เป็นอันเสร็จ

แกงหน่อไม้ต้ม

นางผง วีระทอง

ตอนแรกก็ต้มหน่อไม้ต้มระกอน ต้มให้มันจืดระกอนนะ ต้มหลาย ๆ น้ำ
ถ้าต้มไม่จืดแล้วมันจะขม พอต้มน้ำสุดท้ายแล้วก็เก็บน้ำสุดท้ายไว้เป็นน้ำแกง ผ่านหน่อไม้
เป็นชิ้น ๆ แล้วเอาตะไคร้ ผิวมะกรูด หอม กระเทียม ข่า มะแข่น พริกมาหั่นเป็น
ชิ้น ๆ แล้วก็ใส่เกลือโซดใส่รวมกันให้ละเอียด แล้วเอาลงมารวนกอน ใส่น้ำมันหมู
หนอยหนึ่ง รวนให้มันหอม พอหอมแล้วก็เอาไก่ เอาหน่อไม้ต้มที่ผ่านเป็นชิ้น ๆ ลงไป
รวนคั่วย เติมน้ำปลาร้าลงไปหนอยหนึ่ง พอเห็นว่ามันสุกดีแล้ว ก็เติมน้ำลงไป หรือจะ
เอาน้ำที่ต้มหน่อไม้ต้มระกอนสุดท้ายก็ได้ ใสลงไป แล้วก็ชิมดู รสมันจะต้องเปรี้ยวน้ำ

ศัพท์

มะแข่น - มะกรูดป่า

แกงหนอสม

นางลออ สระทองเมือง

เราก็ต้องไปควักเอาหนอไม้คองมาล้างน้ำเสียให้ดี แล้วก็เอามาต้มให้จืด แล้วก็วิธีแกงใส่ปลา เราก็ชอกเกล็ดปลาออก จะเป็นปลาหมอ ปลากอนหรือปลาคูกก็ได้ เราก็ตั้งน้ำให้มันเดือดจัด แล้วก็เอาหนอไม้ใส่ไป เอาใบใส่ ที่นี่เราก็มีเครื่องแกง ก็เอาหอม กระเทียม พริกประมาณ 4 - 5 เม็ด แล้วก็เอาหอม กระเทียมซีก สองหัวหรือสามหัวก็ได้ เอาไปโขลกใส่กัน แล้วก็เอามาละลายในน้ำปลาร้า แล้วเทลงไปต้มหนอไม้คองนั้น พอเดือดแล้วก็เอาปลาใส่ ปลาที่ใส่ก็เห็นเป็นชิ้นด้วยนะ นี่แหละเขาเรียกว่าแกงหนอสม รวมกันทั้งหมดนะ แกงหนอสม คนไทยเขาเรียกว่าแกงหนอไม้คอง แล้วมีผักอะไร จะเป็นผักแว่นหรือผักอะไร เราก็เอามาจิ้ม มากินด้วย ก็มีแค่นี้แหละ กับข้าวของคนลาวโฉบ ทำกันง่าย ๆ

ศัพท์

ลาย - ละลาย

แกงหอยขม

นายสว ย บ้านพูล

พอได้หอยขมมาก็มาตัดก้นแล้วล้างน้ำให้สะอาด คำเครื่องแกงก็มีตะไคร้ ข่า พริก ผิวมะกรูด หอม กระเทียม มาทำให้ละเอียดแล้วใส่หน้าพะเหละหนอยหนึ่ง ตั้งน้ำให้เดือด พอเดือดก็ใส่เครื่องแกงลงไป รอให้เดือดอีก ก็เอาหอยขมใส่ พอเดือดก็ยกลง ชิมดู ถ้าไม่ดีก็เติมตามใจชอบ

แกงหอยจับ

นางสี ทองคอง้าว

เอาหอยมาล้างน้ำให้สะอาด แล้วก็ประสมเครื่องแกง เครื่องแกงมี
พริก หอม กระเทียม ข่า ตะไคร้ มาตำให้ละเอียดแล้วใส่ครกตำให้ละเอียด แล้วก็ต้ม
น้ำให้เดือด เอาเครื่องแกงนี้ผสมลงไป เอาน้ำปะแหละใส่ลงไปพอสมควร คนให้
เข้ากันดีจนเดือดอีก ก็เอาหอยเทใส่ลงไป เผลงไป ก็เอาข้าวสารเจาที่แช่น้ำไว้
ประมาณ 4 - 5 นาที มาโขลกให้ละเอียด พอหอยเดือด หอยที่ผสมเครื่องนั้นเดือดก็
ใส่ข้าวเปลือก เคี้ยวข้าวเปลือกนะ ข้าวสารที่แช่น้ำนะ ตังไฟไว้พอประมาณ กะว่ามัน
สุกก็ยกลง แล้วก็ใส่ใบกะเพรา แล้วก็หั่นผักอีเล็ดลงไปด้วย

ศัพท์

อีเล็ด - ระพดู

จับเตา

นายเสาร์ สิงห์เรือง

การทำจับเตานี้ ตอนแรกก็ไปช้อนเตามาแล้วปรุงเครื่อง เครื่องก็มีข่า
ผักเจาว หอม กระเทียม มะเขือค ถั่วมะกรูด ตำประสมให้ละเอียดแล้วก็เอาน้ำ -
ปะแหละใส่ น้ำปะแหละใส่แล้วก็เกลือใส่ คนให้มันย่ำแล้วก็ใส่ใบกับเตา เตาตอนที่
จะมายำนี้ก็ล้างแล้วหั่นก่อน หั่นเป็นชิ้น ชิ้น สับ สับชะกอน แล้วก็มาคนไปกับเตา
แล้วก็ เอากุ้งใส่ เอากุ้งใส่หรือปูก็ได้ ปูเอามากก็เอาแตก เอาออกมาตำโขลกให้
ละเอียด ประสมกับเตา คนไปกับเครื่องเลย พอคนเสร็จก็เอากินได้ ที่นี้วิธีกินก็
เอายำกะโห่งจิ้มกินเลย บั๊กมะโห่งขม ๆ นี่มากินกับเตานี้มันจะไม่ขมเลย กินอร่อยดีด้วย

ศัพท์

เตา หรือ เทา - พืชน้ำสีเขียว เป็นเส้นยาว ๆ คล้ายเส้นนม หาง่ายใน
ฤดูฝน มีมากตามหนองน้ำทั่วไปในชนบท ชาวบ้านเก็บ
มาปรุงอาหาร

ยำ - คละเคลา ประสม ปะปน

๘
จับเทา

นางใบ วงษ์โคคุ้ม

ได้เท่ามานะ เทาจะเป็นเขียว ๆ เส้นยาว ๆ อยู่ในน้ำ พอไปช้อน
มาได้ ก็มาล้างน้ำแล้วปั่นให้แห้ง แล้วมาสับบนเขียง สับห่าง ๆ ที่นี้เราก็เอาหอม
กระเทียม ตะไคร้ พริก หั่นซอยแล้วโขลกไว้ ที่นี้ก็เอาปลาช่อนมาล้างก็ได้ ต้มก็ได้
เอาแค่นี้เอาโขลกให้ละเอียด แล้วเอาน้ำปลาร้าใส่เล็กน้อย แล้วเอามาคลุกกับเทา
กับเครื่อง แล้วเอาใบกะเพราใส่ เอาใบมะละกอจิ้ม รึจะเอาดอกมะละกอจิ้มก็ได้
อรอยดี

๙
แจ่วกะปิ

นางผง วีระทอง

วิธีทำแจ่วกะปิ คนลาวเค้าเรียกว่าแจ่วกะปิ คนไทยเค้าเรียกว่า
น้ำพริกกะปิปั่นแหละ เราจะทำก็ คนลาวเค้าเรียกว่ามะเอื้อคปลา คนไทยก็เรียกว่า
พริกแจ่ว นี่ก็มาโขลกกับกระเทียม มาโขลกกับกระเทียม แล้วก็ให้มันเข้ากันดี แล้วก็
เอากะปิใส่โขลก ในมะนาว ส้มมะนาวหรือมะขามใส่โขลกปนกันเข้าไป มะนาวก็ใช้
แต่น้ำ มะขามเราจะใส่ทั้งเนื้อก็ได้ หรือใช้แต่น้ำก็ได้ มะขามนะ เค้าให้มันเข้า
กันดีแล้ว ก็เป็นอันว่าเสร็จ แจ่วกะปิ (ไม่ใช่เกลือหรือน้ำปลาหรือ - ผู้วิจัย) ไม่ต้อง
ใส่เกลือหรือน้ำปลาหรอก เพราะกะปิปั่นเค็มอยู่แล้ว

๑๐
แจ่วปลา

นายทองย้อย ทองเปียง

ปิ้งพริกให้เหลืองพอควร เอาใส่ครก เอาปลาไปต้ม ปลาช่อนนะ แล้ว
แกะเอาแค่นี้เอาปลาสดลงไปกับพริกในครก เอาเกลือใส่ไปนิดหน่อย แล้วก็โขลกให้
ละเอียด พอคว้ามันละเอียดแล้วก็เอาน้ำปลาร้าละลายใส่ลงไป ก็เป็นอันเสร็จ เวลาจะ
กินก็เอาจิ้มกับผักกินได้ ผักที่จะจิ้มโดยมากจะเป็นผักตามพื้นบ้านที่มี

ต้มกบใส่ใบมะขามอ่อน

นางผง วีระทอง

วิธีต้มกบใส่ใบมะขามอ่อนก็ เราได้กบมา ก็มาผ่าท้อง เอาไส้เอาช้ำออก ให้หมด แล้วล้างน้ำให้สะอาด ต้มน้ำร้อนให้เดือด เอาชา ตะไคร้ทุบใส่กับหม้อน้ำร้อน ลงไป พอมันเดือดก็ เราก็กอบใส่ กบจะคักเป็นท่อนก็ช่าง จะไม่คัก เอาทั้งตัวก็ได้ นี่พอกบมันสุกดี ยู่ยี้แล้วเราก็กอบใส่ใบมะขามอ่อนใส่ลงไป แล้วชิมดู พอใครสพอดีเปรี้ยว-พอดี เค็มพอดี เราก็กอบลง ก็เป็นอันว่าเสร็จ เอา ใส่ใบมะขามอ่อนนี้ก็เพื่อที่เราชอบรสเปรี้ยว มันก็ใครสเปรี้ยว แล้วก็คักกลิ่นคาวของกบได้คาว จะใส่มากน้อยนั้นก็พอประมาณให้สมกับกบกับน้ำของเราที่เราต้มนั้นแหละ ประมาณสักกำมือหนึ่งก็พอดี

ต้มจืดผัก

นางใบ วงษ์โคคุ้ม

เอาพริกไทย หอม กระเทียม เกลือโซลกรวมกันให้ละเอียด เกลือไม่ต้องใส่มากนัก เคี้ยวจะเค็ม ตั้งน้ำให้เดือดแล้วเอาเครื่องใส่ รอให้เดือด พอเดือดแล้วก็เอาไก่หันเป็นชิ้น ๆ หรือจะเอากระดูกหมูก็ได้ แต่ต้องล้างสะอาดก่อนนะ เอาใส่ลงไป พอให้เดือดก็เอาผักใส่ลงไป พอเดือดก็ยกลงมากินได้ แต่ถ้าชอบเปื่อยก็ตั้งเคี่ยวไว้ก่อน สักพักก็ยกลง

ต้มทะเล

นายเสาร์ สิงห์เรือง

การต้มทะเลนี้ คือ ตั้งน้ำร้อนสะอาด แล้วก็ใส่ผักเจียว มีหอม มีกระเทียม แล้วก็ใส่หอมป้อม แล้วก็มะเขือคั่วเผา มะเขือคักก็พริกนั้นแหละ เกลือ พริกขรรค์หรือพริกแห้ง แล้วก็ใส่เกลือ มีน้ำปะแหละ ที่นี้ของพวกที่จะใส่อย่างพวกผักเจียวนี้ก็ทุบเสียก่อน ทุบพอให้มันขยับ ๆ หันเป็นท่อน เป็นท่อน แล้วก็ใส่ลงในหม้อน้ำเดือด ใส่ไปหมดทุกอย่างเลยนะ ต้องทุบก่อนใส่คาว แล้วพอมันเดือดอีก ก็เพลาใส่เลย ปลาที่เป็นพวก-

ปลาหมอ ปลากระตี่หรือปลาก่อน เอาตัวน้อย ๆ ที่ไปกับแม่มันนี่แหละ ตัวแดง ๆ นะ
ไปตักมา แล้วล้างน้ำสะอาด แล้วใส่ลงในหม้อน้ำเดือดทิ้งเป็น ๆ เลย ปลาจะคึ้น
แล้วพอลาตาย กะให้วามันสุกพอดี ก็ยกลง กินได้

ต้มยำกบ

นายฉวย บ้านพูล

เตรียมพริกเผาไว้ หอม สะระแทน สมมะขามหรือสมมะนาวก็ได้ เตรียม
เอาไว้ ตอนแรกก็ต้มน้ำก่อน ตมน้ำ พูซ่า ตะไคร้ ใส่น้ำเลย กบก็ลอกหนัง เอาใส่
ออก แล้วสับเป็นคำ ๆ ไม่ต้องสับละเอียดหรอก พอน้ำเดือดก็ใส่ลงไป ปิดฝา รอให้
เดือดอีก พอเดือดก็ยกลง เอาใบสะระแทนใส่ ใบสะระแทนเราเนี่ยใส่ เกล็ดใส่
หอมพูใส่ พริกเผาขี้ ๆ ให้พอแตกใส่ลงไป สมมะขามใส่ลงไปให้เปรี้ยว ชิมดู ถ้า
ไม่เปรี้ยวก็เติมลงไปอีก แต่ถ้าพอดีแล้วก็ปล่อยมัน สมมะขามหรือสมมะนาวนี่นะ เราบีบ
เอาแต่น้ำใส่ลงไป แต่ถ้าใครจะใส่น้ำมันมะขามลงไปด้วยก็ได้

ต้มยำปลาช่อน

นายผล เฒ่าคนชม

ได้ปลาช่อนมาก็ทำซะให้ดี แล้วหันเป็นชิ้น ชิ้นแรกตมน้ำชะก่อน แล้วก็
เอาน้ำปลาใส่หนึ่ง เสร็จแล้วก็ใส่ตะไคร้ ตะไคร้เนี่ยนะ พูซ ๆ แล้วใส่ แล้วก็ซา
ใบไฉ้ ใบมะกรูด ใส่ลงไป พอน้ำเดือดก็เอาปลาใส่ เสร็จก็ชิมดู เค็มไม่เค็มก็เติม
เสร็จแล้วก็มาเผาไอ้หอม กระเทียม แล้วก็พริก พริกแห้งนะมาย่างไฟให้พอหอม ๆ
แล้วก็เอามาโขลกรวมกัน แล้วก็ใส่ลงในหม้อนั้น แล้วก็ใส่พวกผักชีฝรั่ง สะระแทน
ก็เป็นอันเสร็จ

น้ำยา (ขนมจีน)

นายเสาร์ สิงห์เรือง

ได้ปลาก่อนมากี่มาชอดเกล็ด ชอดเกล็ดแล้วก็เอามาต้มลงในน้ำเดือด พอสุกแล้ว ก็เอามากกรอง เอาเกล็ดเอาก้างออกนะ เอาแต่น้ำปลาไปใส่หม้อโขลก โขลกพร้อมกับเครื่องน้ำยา เครื่องน้ำยาก็มี ข่า ตะไคร้ กระชาย หอม กระเทียม พริก-แห้ง ให้นำให้ละเอียดแล้วโขลก พอเข้ากันดีแล้วก็เอาน้ำปะทะละกับเกลือใส่ โขลก รวมกันกับน้ำปลาให้เข้ากันดี แล้วก็ตั้งน้ำเดือด เอาน้ำที่เราต้มปลานั้นแหละ ตั้งให้-เดือดแล้วเอาเครื่องกับน้ำปลาที่โขลกนั้นใส่ลงไป รอให้เดือดก็เป็นอันเสร็จ

ศัพท์

มอง - ครกกระเดื่อง

เนื้อน้ำตบ

นายเสาร์ สิงห์เรือง

วิธีทำเนื้อน้ำตบที่เค้าเรียกว่าเครื่องในน้ำตบเนี่ย สมัยนั้นวัวควายมัน ทยากัน วัวควายมันเยอะ แล้วก็เวลามันแก่ตาย เราก็มาเอื้อเอากะเพาะมาล้างน้ำ ให้สะอาด แล้วก็เอาเนื้อมันล้าง แล้วก็เครื่องในทุกอย่างมาผสมกัน สับให้ละเอียด พอสับให้ละเอียดแล้วบดเครื่องใส่ เครื่องก็มีมะเขือคแห้ง หอม กระเทียม ข่า ตะไคร้ ตะไคร้ก็ฉีกเจ้านี้แหละมาหั่นผสมบดเครื่อง แล้วก็ฉวมะกรูดหรือใบมะกรูดก็ได้ ประสมกันแล้วก็เอามาเคล้าใส่กับเนื้อที่เราสับละเอียดรวมกัน ยำกันเสร็จแล้วก็เอาใส่ กระเพาะนั้น แล้วมัดให้แน่น แล้วก็เอาไปตากแดดไว้ประมาณ 10 กว่าวัน เวลาเรา จะกินก็เอามาใส่กะทะเคี้ยว เคี้ยวให้สุก เราจะเอารสชาติไหน จะมีผักอะไรมา ประสมได้ทั้งนั้น ชอบผักอะไรก็เอามาประสมก็ได้ อร่อยดีเหมือนกัน ก็มีแค่นี้

ปลาจ่อม

นางผง วีระทอง

เวลาจะทำปลาจ่อม ปลาจ่อมนี้เราก็ได้ปลาตัวเล็ก เช่นปลาชิวหรือปลาอะโรยตัวเล็ก ๆ แล้วก็มาล้าง ภูซู้ก็เกล็ดออกให้เอี่ยม พอล้างน้ำแล้วเอาเกลือใส่เคล้าให้เข้ากัน แล้วก็คั่วข้าวคั่ว ทำข้าว เออ ข้าวคั่วนี้ก็ทำด้วยข้าวสารของเรา นี่นะ ข้าวเจ้าเรานี่แน่ะ คั่วให้เหลือง คั่วไฟให้เหลืองแล้วก็เอามาโขลก มาตำในม้อนนี่อีกแหละ คนไทยเค้าเรียกว่าครกกระเดื่อง มาตำให้ละเอียด แล้วก็ใส่สิ่งร้อนให้ละเอียด ไข่เค็ม คนลาวเรียกว่าเสิง คนไทยเรียกว่าตะแกรง รอนละเอียดแล้วก็มาเคล้ากับปลาที่เราเคล้าเกลือเอาไว้ แล้วเอาลงไฟ อ้อให้แน่น อย่างให้แมงวันเวลา ก็หมกแค่นี้แหละ วิธีทำ

ปลาบั้งตบ

นายประเสริฐ วงษ์โคคุ้ม

เมื่อได้ปลาช่อนตัวใหญ่ ๆ มา 1 ตัว ก็ หรือก็ตัวก็ช่างแล้วแต่เรามี เราจะพรอม มาชอดเกล็ดให้เกลี้ยง ล้างน้ำแล้วผาออก เอากางออกแล้วก็ มีเครื่องแกงใส่ แล้วตानीเครื่องแกงนี้ ก็หมายถึงว่ามีพริก ข่า ตะไคร้ ผิวมะกรูด หัวหอม กระเทียม เกลือ เมื่อทำเสร็จอย่างนี้แล้วก็ ทำเป็นเครื่องแกงคิบคี่แล้วก็เอามาทาปลาที่เรที่แผเอาไว้ ทำให้มันคู้ ทำให้มันทั่วคี่แล้ว จับปลานี้ทบครึ่งแล้วใส่กลัด ไปย่างหรือบั้งให้สุกคี่แล้วก็เสร็จเอามากินได้

ปลาผักซุบ

นางลออ สระทองเมือง

ที่นี่เราก็มีถั่วยาว ผักตำลึง คนไทยเค้าจะเรียกว่าตำลึงนะ แล้วก็ผักบุง เราใส่ผักบุง แล้วก็มะแขว่ง คนไทยเรียกว่ามะแขว่ง แล้วก็ผักหญ้าปล้อง แล้วก็ผักไถ่ผักหญ้าปล้อง แล้วก็ผักตำลึง แล้วก็ เป็นไอ้หอมป้อม ผักแว่น เอามาหั่นรวมกันคักแบ่งให้เทา ๆ กันนะ รวมกันไว้ ตानीเราก็จะยำ เราก็ทำเครื่อง หอม กระเทียม สิ่งละ 5 หัว

แล้วก็เอาเผาไฟ แล้วเอาพริกเผา แล้วก็เอาชำ ผักแจ้วมาหั่นโขลกใส่กันให้ละเอียด
แล้วก็เอาปลาก่อนบึ่งให้คี่ เอากางออกแล้วโขลกให้ละเอียดเลย ให้ละเอียดแล้วที่นี้
เราก็จะต้มปะแทะเสียให้คี่ ก็เอาน้ำมารินใส่ เอามาใส่ ที่นี้เราก็เอาเครื่องที่ตำไว้
ปลาก่อนที่ใส่น้ำปะแทะมายำคนใส่กัน เค้าเรียกว่าปลาผักซุบ (ผักทั้งหมดต้องต้มใหม่
- ผู้วิจัย) ผักทั้งหมดที่จะเอามายำ ต้องต้มนะ เป็นของสุก ไม่ใช่ของดิบ เรา
ต้มให้หมด

ปลาร้า

นางชม ทองเชื้อ

การทำปลาร้านี้มีสองอย่างนะ ถ้าเป็นปลาเล็กอย่างปลาสร้อย ปลากระชี่
ปลาช่อนเล็ก ก็ทำอย่างนี้ ถ้าเป็นปลาใหญ่อย่างปลาช่อน ปลาหมอ ปลาตุ๊กก็ทำอีก
อย่างหนึ่ง

เวลาจะทำปลาเล็กเราก็ พอได้ปลามาแล้ว ก็ล้างให้สะอาด แล้วก็ชาวขึ้น
จากน้ำ มาเคล้ากับเกลือ แล้วก็ใช้มือขยำจนปลานิ่ม แล้วก็ใส่ร่าอ่อนลงไปคลุกอีก คลุก
ให้ทั่ว ร่าอ่อนจะรัดเนื้อปลาไม่ให้เนื้อปลาเหลวแล้วจะทำให้หอมด้วย พอคลุกทั่วแล้วก็
อัดลงไห ไม่ให้ลมเข้าได้ แล้วไปเก็บไว้ไม่ให้ถูกแดด เก็บไว้ซักเดือนสองเดือนก็กินได้

ถ้าเป็นปลาใหญ่ ก็พอได้ปลามาแล้ว ก็ล้างเหมือนกันแหละ ซอดเกล็ดผ่าท้อง
แล้วไปเคล้ากับเกลือจนปลานิ่ม พอเข้ากันดี ก็เอาข้าวคั่วที่เราตำไปแล้วเคล้าผสมลงไป
แต่ถ้าเราจะเอาปลานั่นไว้ทอดหรือบึ่ง ก็เอาร่าอ่อนใส่แทนข้าวคั่ว พอเสร็จแล้วก็เอาอัด
ลงไหเก็บไว้เดือนสองเดือนได้ แต่ถาต้องการจะกินเร็ว ก็ทำเหมือนกันทุกอย่าง แต่ก่อน
จะอัดลงไห ให้เติมน้ำข้าวขาวลงไปหน่อยนึง แค่นี้สามวันก็กินได้

ปลาร้าสับ

นายผล เผาคณชม

ควักปลาร้ามาเป็นตัว ปลาร้าธรรมดาที่เราทำไว้เนี่ยนะ มาล้างน้ำแล้ว
ก็สับ สับให้ละเอียด พอละเอียดเสร็จแล้วก็เอาตะไคร้หั่นซอย ตะไคร้หั่นใส่ ตะไคร้
แล้วก็หอม จะเป็นหอมแดงหรือหอมสดก็ได้ เสร็จแล้วก็เอาพริกแจวหั่นใส่ เสร็จแล้วก็
ผสมขามเปียกคั้นให้คืดแล้วก็เคดใส่ ผักจิ้มจะใช้กระถิน มะเขือกรอบ ยอดผักบุ้งใช้ได้
พวกผักกาดสด แตงกวาได้

ปลาร้าหลนห่อใบตอง

นายเสาร์ สิงห์เรือง

วิธีทำปลาร้าหลนห่อใบตอง ก็ตัดใบตองมาซักสามทาง มาวางเรียงกัน
เข้าไว้ แล้วก็เอาปลาร้าเป็นค้อนั้นแหละมาวางเป็นชั้น ชั้น ชั้น แล้วก็หั่นมะเขือค จ
เป็นมะเขือคแห้งหรือมะเขือคสดก็ได้ แล้วก็หั่นหอม กระเทียม ผักเจียว ตะไคร้หั่นแห้ง
แล้วก็ข่าซอยอย่างละเอียดแล้วก็คนผสมกัน แล้วก็โรยลงบนปลา ปลาร้านั้นแหละ โรย
เสร็จแล้วก็ห่อใบตองเพราะเห็นบนเข้าไว้ แล้วก็ใบตองห่อ ห่อเสร็จก็เอาไปปิ้งไฟ ทำไม้ค้ำ
ทำไม้ค้ำแล้วก็ปิ้งไฟ ภาวะพอมันสุก ก็เอามาทานได้

ผักชุบ

นายประเสริฐ วงษ์โคคุ้ม

ผักชุบ ก็หมายถึง ผักที่มีนิยมนำมาชุบ ที่มีอยู่เดิมก็มี ผักบุ้งกำลังตก ลูก ดอก
พร้อมกัน ผักแว่นมีลูกมีดอกพร้อมกัน แล้วหลังจากนั้นมาก็คืออาจเป็นถั่วฝักยาวหรือยอดสร้อย
ต้นที่ควายกินนี้ก็ได้ แล้วนอกจากนั้นจะมีผักอื่นอะไรบ้างก็ได้ เอามาหนึ่งทั้งหมด หนึ่งผัก
ทั้งหมด หนึ่งผักทั้งหมดเลย หนึ่งสุกแล้วก็มาหั่นซอยให้ละเอียด แล้วก็หั่นปลาร้าหั่นตัวใหญ่ ๆ
ซักตัวหรือสองตัวมาอย่างใหญ่สุด เอาไว้ทำผสมกับเครื่องที่จะใส่ผักชุบเนี่ย แต่ไอ้เครื่อง
ผักชุบนี้ก็หมายถึงมีหัวหอมเผา กระเทียมเผา ข่าเผา ตะไคร้เผา นอกจากนั้นก็ยังมี

ฉิวมะกรูด มีอะไรก็แล้วแต่ความพร้อมของเครื่องแกงนะ เมื่อทำเครื่องแกงแล้ว ก็ทำเนื้อปลาที่ย่างผสมเข้ากันให้ละเอียดก็ให้เข้ากันดี แล้วค่อยมาผสมกับผักที่เราหันซอยไว้ การจะเค็มหรือไม่เค็มนั้น ก็เติมเอาตามสมควร น้ำปลา เกลืออะไรก็ตามสมควร บางคนที่ชอบปลาร้า ปลาเรื้อ ก็เอาปลาร้าหลนสุกใส่ไปก็ได้

ยำใบมะกอก

นายทองย้อย ทองเปียง

ได้ใบมะกอกมากี่มาต้มนะ ต้มแล้วก็มาซอย แล้วเครื่องมันก็มีพริก หอม กระเทียม แค่นั้นนะ พอเสร็จแล้วก็สับหั่นแล้วไปต้มเข้า แล้วก็มาเคล้าใส่กับใบมะกอกต้ม แล้วก็เอาน้ำปลาร้ารดลงไปหน่อย

ลาบปลาคูก

นายเหม็ด ทองเชื้อ

ถ้าได้ปลาคูกมาแล้ว ก็เอามาย่างจนกระทั่งน้ำในตัวปลาคูกตกลงมา เรียกว่าปลาน้ำตกนะ อ้อ น้ำตกนี้เนื้อมันจะหวาน เรียกว่า ก่าดังสุก ค่อนสุก อาจจะไม่มีคิบเลย รีมคิบบ้าง ส่วนน้อยเป็นเลือด อย่างตรงก้างนี้อาจจะยังมีเลือดอยู่ ปลาคูกนี้ก็เอาเนื้อมาสับละเอียดเลยนะ ก้างใหญ่ก็เอาออกทิ้งไป ก้างน้อยที่พอสับละเอียดได้ก็เอาไว้รีจะเอาออกทั้งหมดก็ได้นะ พอสับเรียบร้อยแล้ว ก็ปรุงเครื่อง ก็มีหอมเผา กระเทียมเผา ตะไคร้เผา ข่าเผา แล้วก็ฉิวมะกรูดรีจะมีพวกมะกรูดปารีจะมีสิ่งอื่นที่มันเป็นของรอนผสมลงไปก็ได้ เป็นเครื่องรอน เป็นเครื่องเผ็ดนะ แล้วก็พริกเผา เอาทั้งหมดนี้มาตำให้ละเอียด พอตำจนเครื่องละเอียดแล้ว ก็เอาน้ำปลาคูกมาละลายเครื่อง แล้วก็เอาเนื้อปลาสับละเอียดกับเครื่องที่ตำผสมน้ำปลาร้าแล้วเนี่ยมาเคล้าผสมกันเลย ผสมกันแล้วก็บีบมะนาว ลองชิมดูว่าพอก็กินมั๊ย เบี้ยวมั๊ย เค็มมั๊ย เอาเกลือใส่ไปให้พอก็กินกับความเค็ม เอ้อ ก็อบลิมข้าวคั่ว เอาข้าวสารมาคั่ว มาคั่วแล้วก็ทำให้ละเอียดเอาเคล้าลงไปด้วย มันจะทำให้หอม นากิน แล้วเอาผักคิบมาผสม ก็มีต้นหอมคิบ ผักชี ทองลางให้สะอาคนะ ผักชีผักชีฝรั่งนะ มาหันซอยโรยหน้าทำลาบปลาคูกมีแค่นี้แหละ

๑

นางใบ วงษ์โคคุ้ม

เอาเครื่องในหมที่หันเป็นชิ้น ๆ แล้ว กับเนื้อหมที่สับละเอียดแล้วไปรวนกับ
น้ำปลาร้าให้สุก แล้วหันตะไคร้เป็นชิ้น หั่นฝอยนะผสมกับเกลือแล้วเอาไปเคล้ากับ
เลือดหมู เอาหอม กระเทียม ตะไคร้ พริกแห้ง ข่า มะกรูดป้า ซอยเป็นชิ้นเล็ก ๆ แล้ว
ไปคั่วให้เหลือง พอเหลืองแล้วก็ไปตำให้ละเอียดแล้วไปคลุกกับเครื่องในหมกับเนื้อหมสับ
ที่รวนไว้แล้วให้เข้ากัน แล้วก็ใส่เลือดลงไป พอเข้ากันดีแล้วก็ใส่ข้าวคั่วที่ตำละเอียด
บีบมะนาว ใส่เกลือรึน้ำปลา ชิมรสดูให้เปรี้ยวกับเผ็ดนิด ๆ แล้วใส่คนหอม ผักชีหั่นฝอย
ใบสะระแหน่ลงไปก็เสร็จ กินได้

ของหวาน

ขนมกอน

นายทองย้อย ทองเปียง

เอาข้าวเหนียวมาแช่ให้ออน แล้วไม่ให้ละเอียด กรองแป้งแล้วทับไว้ให้
หมาดพอปั้นได้ ชูคมะพร้าวคุดน้ำตาลทำไส้ไว้แล้วใส่แป้งนั้นก็ปั้นกลมห่อไส้ แล้วนำ
ไปต้มในน้ำเดือด พอมันลอยขึ้นมาก็ตักมากินได้

ขนมกอน

นางนาง วีระทอง

เอาข้าวสารข้าวเหนียว ข้าวเหนียวเราธรรมดานี้แหละมาแช่น้ำ พอให้
มันออกตัวอ่อน ๆ หนอย เอาไปตากให้แห้ง ก็ไปตำในม้ออย่างเดียวกันนี้แหละ คนไทย
เค้าเรียกว่าครกกระเดื่อง ทำให้มันเป็นแป้งละเอียด แล้วก็ใช้กระตังนี้แหละกระทิกอีกที
ทำหลาย ๆ ที่ กระทิกหลาย ๆ ที่ พอได้แห้งละเอียดหมด ก็มาตม่น้ำร้อน เอาแป้งใส่
ชามใส่น้ำร้อนลงไปเคล้ากันให้แป้งเหนียว แล้วก็มาทำไส้ ทำไส้ก็ใช้ข้าวคั่วให้หอมให้
เหลือง แล้วก็มาโขลกให้ละเอียด แล้วใส่น้ำตาลปึกผสมลงไปในหม้อ แล้วกวนให้

เหนียวอีก ใส่มันนะพอเหนียวก็ทิ้งไว้ให้มันเย็น พอเย็นก็มาปั้นเป็นก้อน แล้วแต่เรา
จะพอใจทำก้อนแคไหน ก้อนใหญ่ก็ก้อนเล็ก เราก็ก่อนแบ่งห่อใส่แล้วก็ปั้นให้กลม อย่าให้
ใส่มันโผล่ แล้วกัมน้ำให้เดือด แล้วเอาขนมก้อนเนี่ยลงต้ม ต้ม พอมันสุกมันจะลอย
ขึ้นเอง พอสุกไหนลอย เราก็กัมน้ำออก ใส่กระดิ่ง ใส่ถาด เอาใบตองรองก้นนะ
แล้วตุ๋นไหนลอยขึ้นก็ตักออก ก็เป็นอันว่าเสร็จ ขนมก้อน

ศัพท์

กระทิก - รอน

ขนมบัวลอย

นายทองขอย ทองขี้ผึ้ง

เอาข้าวเหนียวมาแช่น้ำแล้วม่ กรองแป้งทับให้แห้ง แล้วเอามาบดกับ
น้ำเกลือ ตังน้ำให้เดือดใส่น้ำตาลลงไป เมื่อละลายเข้ากันดีแล้ว ก็ปั้นแบ่งเป็นก้อน
ใหญ่ ๆ ใสลงไป พอลอยขึ้นก็ ยกกลงตักกินได้

ขนมบัวลอย

นายเสาร์ สิงห์เรือง

เอาข้าวเหนียว ข้าวสารข้าวเหนียว 3 ส่วน เอาข้าวเจ้าส่วนหนึ่งรวมกัน
แล้วไปแช่น้ำ แช่น้ำประมาณซัก 30 นาที พอมันนิ่มแล้วก็เอาไปใส่มองโหลก ทำให้มัน
ย่ำกัน แล้วก็ผสมกับน้ำหนอยหนึ่ง พอปั้นเป็นเนื้อแบ่งได้แล้วก็มาปั้นก้อนน้อย ๆ โยน โยน
โยนตามกระดิ่ง โยนพอมันเสร็จแล้วก็เอาหม้อตั้งน้ำให้เดือด แล้วก็เอาแป้งปั้นนั้นเทใส่
หม้อไป เทใส่หม้อแล้วต้มให้สุก พอมันสุก มันจะลอยขึ้นมา แล้วเอาน้ำตาลใส่ ใส่แล้วคน
คนจนมันทั่ว มันสุกแล้วก็กินมันคู้ มีหวาน ๆ แล้วก็ยกกลง เอามากินได้ สมัยนั้นไม่มี
มะพร้าว ไม่มีกะทิ นี่กินแบบโชนงแท้ ๆ

ขนมปาก

นางผง วีระทอง

การทำขนมปากนี้ก็ แะข้าวสารข้าวเจ้าเรานี่แหละ พอมันอ่อนแล้วเอาไปตากให้แห้ง แล้วก็ไปตำในม้อง คนลาวเค้าเรียกม้อง คนไทยเค้าเรียกว่าครก-กระตืออง แล้วก็ตำละเอียดแล้วก็ใช้กระคังกระทิกหลาย ๆ ครั้ง พอเป็นแป้งทำขนมได้เราก็เอามาทำคล้ายกับน้ำสะอาดเรานี่นะ แล้วก็ใส่หมอลงกวน อ้อ ผสมน้ำฝอนบ้าง คนลาวเค้าเรียกน้ำฝอน คนไทยเรียกว่าน้ำปูนใส เอามาผสมกับแป้งบ้าง แล้วก็เอาลง-กวนในหม้อกวน เอาน้ำตาลใส่ กวนพอมันได้ตัวเหนียว ได้ตัวดี ก็เทใส่ถาด ก็เป็นอันว่าเสร็จ ถ้ามีมะพร้าว ก็เอามะพร้าวขูดโรยหน้าไปหน่อย

ข้าวต้มมัด

นายทองยอย ทองเมียง

เอาข้าวสารข้าวเหนียวมาแช่ มาแช่แล้วใส่เกลือ พอจะเน่าแช่พอประมาณ ให้ประมาณพอมานึ่งให้มันอ่อนนะ แะเสร็จแล้วก็เอาขึ้นมาให้เสด็จน้ำ พอเสด็จน้ำแล้วก็เอากด้วยละที่นี้ กด้วยลูกหนึ่งมาเป็นสองซีก เป็นสองอันผาคตามยาว ผาคตามยาวเลย ตานี้ก็เอาใบตองมาห่อ ใบตองสด ๆ เอาข้าวเหนียวใส่ เอากด้วยทับลงไป แล้วเอาข้าวเหนียวโปะทับอีก ไม่ให้กล้วยไหล แล้วก็เอามัดใส่กัน แล้วเอาไปต้ม พอสุกก็นิด