



## ข้าวเกรียบว่าว (ข้าวโป่ง)

### ส่วนผสม

ข้าวเหนียว 3 กิโลกรัม น้ำตาลทราย 1 กิโลกรัม ไข่แดงสุก 2 ฟอง

น้ำมันพืช 1 ถ้วยตวง น้ำแช่ข้าวสารพอประมาณ ใบเตย 1 กำมือ

### วิธีทำ

1. แช่ข้าวเหนียวประมาณ 6 ชั่วโมง หรือข้ามคืน นำไปนึ่งให้สุก

2. หั่นใบเตยเป็นท่อนยาวประมาณ 1 เซนติเมตร โขลกพอแตก นำไปคั้นในน้ำ



แช่ข้าวสาร

3. นำข้าวที่นึ่งสุกกำลังร้อนมาตำด้วยครกกระเดื่อง

ให้ละเอียดจนไม่เห็นเมล็ดข้าว ระหว่างตำใส่น้ำแช่ข้าวที่ผสมใบเตยทีละน้อยเพื่อ

ไม่ให้ข้าวติดครก หมั่นพลิกข้าวที่ตำแล้วตำจนเหนียวนุ่ม (ทดสอบโดยแผ่ก้อนแป้งดู ถ้าแป้งหดรัดตัวต้องเติมน้ำแช่ใบเตยอีก แล้วตำต่อให้เหนียว)



4. ปั่นก้อนข้าวคลึงให้กลม เส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 1-1 1/2 นิ้ว วางระหว่างพลาสติกที่ทำด้วยไข่แดงสุกผสมน้ำมันพืช แล้ววางบนไม้หรือโต๊ะ ใช้ไม้อีกแผ่นกดให้แบน



5. ลอกแผ่นแป้งออกตากในที่ร่มจนแห้งสนิท ไม่ควรตากแดด เพราะทำให้แผ่นแป้งแตก



6. การรับประทาน จะนำไปย่างให้สุกด้วยไฟแรงพอดี และหมั่นพลิกไปมาระวังอย่าให้ไหม้



นางบัวทอง

ม.๘ บ้านศรีวิไล ต.นาสี อ.สุวรรณคูหา จ.หนองบัวลำภู ๓๕๒๓๐

๐๘๒-๘๕๖-๐๕๐๒

## ข้าวเหนียวปิ้ง

### วิธีทำ :

นำข้าวเหนียวมาล้างให้สะอาด แล้วแช่น้ำทิ้งไว้ประมาณ 2 ชั่วโมง จึงนำไปนึ่งให้สุกโดยใส่น้ำพอท่วมข้าวเหนียวประมาณ ½ นิ้ว ใช้เวลานึ่งประมาณ 45 นาที แล้วยกลง

2. นำกะทิ น้ำตาลทรายและเกลือ มาผสมคนให้เข้ากันแล้วเทราดข้าวเหนียวที่นึ่งสุกใหม่ๆ คลุกเคล้าให้เข้ากัน ทิ้งไว้ประมาณ 1 ชั่วโมง หรือจนกว่าน้ำจะแห้งหมดจะได้ข้าวเหนียวมูนรสหวานมัน

ใส่กล้วย : ใสกล้วยน้ำว้าสุกพอเหลืองนำมาปอกเปลือกแล้วผ่าครึ่งตามความยาว

ส่วนผสมไส้เผือก ส่วนผสมไส้มันและฟักทอง :

- เผือก 1 กิโลกรัม มันเทศและฟักทองอย่างละ 1 กิโลกรัม
- กะทิ 500 กรัม
- กะทิ 1 กิโลกรัม
- น้ำตาลปี๊บ 300 กรัม
- น้ำตาลปี๊บ 500 กรัม

วิธีทำ : นำเผือก มันเทศและฟักทองมาปอกเปลือก ล้างให้สะอาดนำไปนึ่งให้สุก แล้วทุบ ให้ละเอียด ใส่กะทิและน้ำตาลปี๊บตามอัตราส่วนของแต่ละไส้ (สำหรับมันเทศและฟักทองให้นำมาผสมรวมกัน) กวนด้วยไฟอ่อน ๆ จนเข้าเนื้อหรือจนกว่าจะ



ร้อนไม่ติดกระทะยกขึ้นตั้งให้เย็น

ส่วนผสมไส้ถั่วดำ ส่วนผสมไส้ถั่วและแห้ว :

- ถั่วดำ 1 กิโลกรัม ถั่วเขียวผ่าซีกและแห้วอย่างละ 1 กิโลกรัม
- กะทิ 500 กรัม
- น้ำตาลปี๊บ 400 กรัม

วิธีห่อข้าวเหนียว : นำใบตองที่เช็ดสะอาดแล้ว ฉีกให้

ได้ขนาดกว้างประมาณ 4 นิ้ว จากนั้นนำ 2 แผ่น ประกบกันให้ด้านมันอยู่ด้านนอก ใส่น้ำข้าวเหนียวมูนแผ่ลงในใบตองพอประมาณ ตักไส้ใส่เล็กน้อย แล้วใส่ข้าวเหนียวปิดทับลงไป อีกชั้นหนึ่ง พับใบตองปิด กลัดด้วยไม้กลัด ตัดแต่งใบตองให้เรียบร้อย นำไปปิ้งด้วยไฟอ่อนๆ จนเหลืองหอม

แม่แดง บ้านศรีวิไล

หมู่ ๘ ต.นาสี อ.สุวรรณคูหา จ.หนองบัวลำภู ๓๕๒๓๐

๐๘๒-๘๕๖-๐๕๐๒



## ข้าวจี๋



### ส่วนผสม ข้าวจี๋

ข้าวหนึ่ง 500 กรัม    กะทิ 1/2 ถ้วย    ไข่ไก่ 2 ฟอง    เกลือ 1/2 ช้อนชา

### วิธีทำ ข้าวจี๋

ผสมกะทิและเกลือ คนให้เกลือละลาย ใส่ลงในขามข้าวเหนียว นวดให้เข้ากัน  
ปั้นข้าวเหนียว แล้วเสียบไม้ตรงกลาง นำไปย่างไฟอ่อนๆ ให้เกรียมเล็กน้อย  
ตีไข่ไก่ให้เข้ากัน นำข้าวจี๋ชุบไข่ นำไปย่างไฟอ่อนๆ อีกครั้ง ให้เกรียมเล็กน้อย

แม่จันทร์ บ้านคูหาพัฒนา

หมู่ ๗ ต.นาสี อ.สุวรรณคูหา จ.หนองบัวลำภู ๓๕๒๗๐