

เรื่อง เมี่ยงคำเมืองตาก



รายละเอียด

เมี่ยงคำ เป็นอาหารว่างชนิดหนึ่งที่มีคุณค่าทางสมุนไพรสูงเพราะมีคุณสมบัติในการบำรุงรักษาธาตุทั้ง 4 เพื่อให้สมดุลกัน น้ำอ้อย,มะพร้าว,ถั่วลิสงหรือมะม่วงหิมพานต์และกุ้งแห้งใช้บำรุงรักษาธาตุดิน มะนาวและใบชะพลูใช้บำรุงรักษาธาตุน้ำ หอมและพริกใช้บำรุงรักษาธาตุลม เปลือกของมะนาวและขิงสดบำรุงรักษาธาตุไฟ เมี่ยงคำเมืองตาก หรือเมี่ยงจอมพล ลักษณะเด่นและส่วนประกอบของเมี่ยง คือ มะพร้าวขูด ข้าวตากแห้งทอด ถั่วลิสงคั่ว กุ้งแห้ง แคมหมู มะนาว หัวหอมแดง ขิง หั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ พริกขี้หนูสด เต้าเจี้ยว ข้าวเกรียบชุบน้ำให้อ่อนตัว นำส่วนประกอบทั้งหมดห่อด้วยข้าวเกรียบใส่น้ำเต้าเจี้ยว ท่อพอดีคำ รับประทานเป็นของว่าง

เครื่องประกอบด้วย

พริกขี้หนูสด

ตะไคร้ซอย

ขิงสดหั่นชิ้นสี่เหลี่ยม

มะนาวหั่นชิ้นสี่เหลี่ยม

กระเทียมสด

ถั่วลิสงคั่ว

มะพร้าวขูดเป็นเส้นยาวๆ

ข้าวตากคั่ว

หรือทอด

มะเขือพวงดิบ

กุ้งแห้ง

คำสำคัญ : อาหาร ของฝาก

ที่มา : https://www.m-culture.go.th/tak/ewt_news.php?nid=801&filename=index

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : กาญจนา จันทร์สิงห์

วันที่ : 2021-01-21

https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page_id=1897&code_db=620001&code_type=TK001