



เรื่อง เมี่ยงคำเมืองตาก



รายละเอียด

เมี่ยงคำ เป็นอาหารว่างชนิดหนึ่งที่มีคุณค่าทางสมุนไพรสูงเพราะมีคุณสมบัติในการบำรุงรักษาธาตุทั้ง 4 เพื่อให้สมดุลกัน น้ำอ้อย,มะพร้าว,ถั่วลิสงหรือมะม่วงหิมพานต์และกุ้งแห้งใช้บำรุงรักษาธาตุดิน มะนาวและใบชะพลูใช้บำรุงรักษาธาตุน้ำ หอมและพริกใช้บำรุงรักษาธาตุลม เปลือกของมะนาวและขิงสดบำรุงรักษาธาตุไฟ เมี่ยงคำเมืองตาก หรือเมี่ยงจอมพล ลักษณะเด่นและส่วนประกอบของเมี่ยง คือ มะพร้าวขูด ข้าวตากแห้งทอด ถั่วลิสงคั่ว กุ้งแห้ง แคนหมู่มะนาว หัวหอมแดง ขิง หั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ พริกชี้หูสด เต้าเจี้ยว ข้าวเกรียบชุบน้ำให้อ่อนตัว นำส่วนประกอบทั้งหมดห่อด้วยข้าวเกรียบใส่น้ำเต้าเจี้ยว ท่อพอดิศำ รับประทานเป็นของว่าง

เครื่องประกอบด้วย

พริกชี้หูสด

ตะไคร้ซอย



ฐานข้อมูลท้องถิ่น จังหวัดกำแพงเพชร-ตาก

สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร

ชิงสดหั่นชิ้นสี่เหลี่ยม

มะนาวหั่นชิ้นสี่เหลี่ยม

กระเทียมสด

ถั่วลิสงคั่ว

มะพร้าวขูดเป็นเส้นยาวๆ

ข้าวตากคั่ว

หรือทอด

มะเขือพวงดิบ

กุ้งแห้ง

คำสำคัญ : เมี่ยงคำ อาหาร ของฝาก

ที่มา : <https://www.wongnai.com/reviews/7db977bad9ff4b28862a1c11fe58f342>

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

The Office Of Academic Resource Information And Technology