



## เรื่อง แกงอู้บไก่



### รายละเอียด

#### แกงอู้บไก่

แกงไก่พม่า อู้บไก่ / ไก่อู้ก หรือ (อู้บไก่) แกงไก่พม่า / แกงไก่ไทยใหญ่ (อู้บไก่ / ไก่อู้บ / ไก่อู้ก) ชื่อแล้วแต่จะเรียก อู้บไก่ / อู้บไก่ มีส่วนผสมและวิธีการปรุงที่แตกต่างกันไปตามท้องถิ่นนั้น ๆ แต่ส่วนผสมโดยรวมคล้ายกัน (สูตรนี้เป็นของไทใหญ่) ส่วนผสมตามนี้คะ

#### ส่วนประกอบ

- เนื้อไก่ 500 กรัม (จะให้อร่อยแนะนำไก่บ้านหรือไก่เหนียว)
- ใบมะกรูด 3 ใบ (ต้นฉบับไม่มี จีนใส่เพิ่มเอง)

#### ส่วนพริกแกง

- หอมแขก 4 หัว (ไม่มีหอมแขกใส่หอมแดงหัวเล็ก)



- กระเทียมจีน 6 กลีบ
- พริกแห้งเม็ดเล็ก 10 เม็ด (แช่น้ำจมนิ่ม)
- พริกแห้งเม็ดใหญ่ 5 เม็ด (แช่น้ำจมนิ่ม)
- น้ำเปล่า 1 ถ้วยตวง
- เกลือ 1/2 ช้อนชา
- น้ำปลา 1 ช้อนโต๊ะ
- ซีอิ๊วดำ 1 ช้อนโต๊ะ
- น้ำมันสำหรับผัด 1/2 ถ้วย

### วิธีทำพริกแกง

โขลกพริกแกงโดยนำหอมแดง กระเทียม กะปิ ใส่ในครกโขลกทั้งหมดแค่พอหยาบ แบ่งพริกแกง 2 ช้อนโต๊ะเอามาหมักไก่ ถ้ามีถั่วเน่าก็ใส่เข้าไปหมักด้วย แต่ฉันไม่กินถั่วเน่า (คุณนายแม่ไม่เคยทำให้กิน) จึงต้องใส่กะปิแทนกันไป (สาวใช้ของฉันเคยเล่าว่า พวกเขาจะมีพริกแกงสำเร็จรูปในแบบของเขาขายญาติพี่น้องของนางชอบหิ้วกันมาฝากจากทางโน้น รสชาติเผ็ดจัดจ้านมาก ๆ)

### วิธีทำ

ตั้งกระทะบนไฟกลางๆ ใส่น้ำมัน ใสพริกแกงที่โขลกไว้ลงผัดกับน้ำมันจนหอมใส่เนื้อไก่ที่เตรียมไว้ลงไปผัดกับพริกแกง ผัดคลุกเคล้าให้เข้ากันดี ชิมรสก่อน ใส่น้ำปลา หรือเกลือทะเล ชิมให้มีรสเค็มนำ ลดไฟลงกลาง ๆ ค่อยไปทางอ่อน เคี่ยวต่อไปให้พริกแกงซึมเข้าในเนื้อเติมน้ำซุบที่ละนิดเพื่อไม่ให้ติดกันกระทะ บอกไว้ต้องใส่ซีอิ๊วดำนิดหน่อยเพื่อให้ไก่มีสีเข้มสีสวยงาม เหมือนเราทำไก่ผัดพริก เนื้อไก่โดยมากขาวซีด ถ้าเหี่ยวซีอิ๊วดำลงไปจะทำให้เนื้อไก่มีสีส้มขึ้นมา สวยดีเมื่อไก่เปื่อยดีแล้วชิมรสอีกครั้ง ก่อนดับไฟ ฉีกใบมะกรูดใส่ไป ส่วนพริกชี้หนู-ใบมะกรูด อยากรู้ได้กลิ่นหอมเพิ่มขึ้นถ้าชอบแกงไก่แบบมีน้ำแกงมาก ก็ต้องใส่น้ำเพิ่มลงไป

คำสำคัญ : อาหารพื้นบ้าน

ที่มา : <https://www.bloggang.com>

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : กาญจนา จันทร์สิงห์

วันที่ : 2018-08-15

[https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page\\_id=679&code\\_db=61008&code\\_type=TK007](https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page_id=679&code_db=61008&code_type=TK007)