

นึ่งถึงตำราอาหาร คิดถึงสำนักพิมพ์แสงแดด



แสงแดด

อร่อยเฉพาะอย่าง เป็นอาชีพ

กวยจิบ-โจ๊ก

ต้มเลือดหมู

กลายเป็นอาหารยามเช้าให้เลือกกินของผู้คน
ที่กำลังมาแรงในทุกสถานที่



ISBN 978-616-7016-49-8



185.-

บริษัท สำนักพิมพ์แสงแดด จำกัด
320 ซอยลาดพร้าว 94 (ทาวน์ อิน ทาวน์)
แขวงพลับพลา เขตวังทองหลาง กรุงเทพฯ 10310
โทร. 0-2934-4414 ต่อ 102-110 แฟกซ์ 0-2538-1499, 0-2934-4415
e-mail : marketing@sangdad.com www.sangdad.com

นึ่งถึงตำราอาหาร

นึ่งถึงตำราอาหาร

นึ่งถึงตำราอาหาร





กวยจั๊บ-โจ๊ก
ต้มเลือดหมู



อร่อยเฉพาะอย่าง เป็นอาชีพ



กวยจั๊บ-โจ๊ก ต้มเลือดหมู

กลายเป็นอาหารยามเช้า
ให้เลือกกินของผู้คน
ที่กำลังมาแรงในทุกสถานที่



สำนักพิมพ์แสงแดด

อร่อยเฉพาะอย่างเป็นอาชีพ

กวยจี๊-โจ๊ก

ฉบับเลื่องลือ

ISBN 978-616-7016-49-8

พิมพ์ครั้งที่ 1 มกราคม 2554

จำนวนพิมพ์ 3,000 เล่ม

ราคา 185 บาท

สงวนลิขสิทธิ์เรื่องและภาพโดย © บริษัท สำนักพิมพ์แสงแดด จำกัด

ห้ามลอกเลียนหรือนำภาพไปใช้ไม่ว่าส่วนใดส่วนหนึ่งของหนังสือ นอกจากได้รับอนุญาต

คณะผู้จัดทำ

กรรมการผู้จัดการ นิดดา หงษ์วิวัฒน์

รองกรรมการผู้จัดการและผู้จัดการฝ่ายผลิต จิรนนท์ ทับเนียม

ผู้จัดการทั่วไปและบรรณาธิการสำนักพิมพ์ น่าน หงษ์วิวัฒน์

ผู้จัดการฝ่ายการตลาด ปราณี พงษ์พันธ์

บรรณาธิการอาหาร อบเชย อิมสบาย

บรรณาธิการชุดหนังสือ ศิริลักษณ์ รอดยั้งดี

กองบรรณาธิการ เยาวภา ขวัญคุณ, นุสรา กิตติกุล,

กชนุช การุณรัตน์กุล, ภัทรร กระจายอม

บรรณาธิการศิลป์ สามารถ สุดโต ผู้ช่วยบรรณาธิการศิลป์ พิณศักดิ์ แก้วใหญ่

ศิลปกรรม/แต่งภาพ นุชนาถ ทวีทรัพย์ ภาพประกอบ รัฐพล จันทโรสภา

พิสูจน์อักษร วลัยยา ทับทิมศรี, อดองกรู้ง แซ่อึ้ง

ฝ่ายเตรียมภาพ ทองพูน มาลาศรี, อรุณลักษณ์ เปื่อนพินิจ, สุรีย์ ยงวิสาละสุข

ฝ่ายการตลาด บุญเจริญ หมั่นศรี, อัครชัย กางมันต์

ฝ่ายการเงิน ชลธิชา อ่วมด้วง, วรณีย์ ทองสม, มลิวรรณ เจนจบ

หัวหน้าสายส่ง ชาญชัย พยอม

ฝ่ายผลิต นภาพร ขำชัยภูมิ, ยุทธชัย พิมพ์สี, กนกวรรณ สอนสุคนธ์

แยกสี บริษัท สแกนอาร์ต จำกัด โทร. 0-2292-0279-81

พิมพ์ที่ บริษัท พิมพ์ดี จำกัด โทร. 02-401-9401

เจ้าของและจัดจำหน่ายโดย บริษัท สำนักพิมพ์แสงแดด จำกัด

320 ซอยลาดพร้าว 94 (ทาวน์ อิน ทาวน์) แขวงพลับพลา เขตวังทองหลาง กรุงเทพฯ 10310

สั่งซื้อหนังสือติดต่อฝ่ายการตลาด โทร. 0-2934-4414 ต่อ 102-110

แฟกซ์ 0-2538-1499, 0-2934-4415 e-mail : marketing@sangdad.com

ติดต่อฝ่ายบรรณาธิการสำนักพิมพ์ โทร. 0-2934-4414 ต่อ 404-405

แฟกซ์ 0-2538-7576 e-mail : krua@sangdad.com



จากสำนักพิมพ์

กวยจั๊บและโจ๊ก อาหารข้างทางที่มีขายอยู่ทั่วไป มีรสอร่อย ทำได้ง่าย ทำขายก็คล่อง แถมได้กำไรดี อีกทั้งเครื่องปรุงและเครื่องเคราของกวยจั๊บยังทำเป็นเกาเหลาต้มเลือดหมูขายร่วมกันได้ด้วย อาหารเหล่านี้กินได้ทุกมื้อไม่รู้เบื่อ อีกทั้งกินกันได้ทุกเพศทุกวัยทีเดียว กวยจั๊บที่นิยมนั้นมี 2 ชนิด คือ กวยจั๊บน้ำซ่านกับกวยจั๊บน้ำใส มีหลากหลายตำรับให้เลือกทำเลือกกินกัน สำหรับโจ๊กนั้นมีตั้งแต่โจ๊กหมูสับขายตามรถเข็นริมถนน ร้านค้า ไปจนถึงโจ๊กตำรับฮองกงระดับขึ้นเลา เรียกว่ากินกันได้ทุกระดับประทับใจ

หนังสือ “กวยจั๊บ-โจ๊ก ต้มเลือดหมู” ได้บรรจุกวยจั๊บตำรับต่างๆ ให้อย่างครบถ้วน แล้วยังมีโจ๊กตำรับเด็ดทุกสไตล์กันเลยทีเดียว ซึ่งในแต่ละตำรับได้ผ่านการทดลองมาอย่างดี ขอรับประกันความอร่อย นอกจากตำรับที่อร่อยแล้ว ยังมีความรู้เรื่องกวยจั๊บ โจ๊ก แต่ละชนิด พร้อมอธิบายวิธีการเลือกซื้อ การเตรียม และวิธีการทำเครื่องปรุง อาทิ ต้มเส้นกวยจั๊บ ทำหมูกรอบ ข้าวโจ๊กแบบต่างๆ และอีกมากมาย สำหรับเป็นอาชีพสร้างรายได้เป็นอย่างดี

สารบัญ

จากสำนักพิมพ์	5
เปิดตำรับกวยจั๊บ-โจ๊ก	8-23

กวยจั๊บ-ต้มเลือดหมู

กวยจั๊บน้ำข้นสูตร 1	26-27
กวยจั๊บน้ำข้นสูตร 2	28-29
กวยจั๊บน้ำใส (น้ำซุ๊ปพะไล)	30-31
กวยจั๊บน้ำใสเยี่ยวราช	32-33
กวยจั๊บน้ำใสก๋วยเตี๋ยวเชียงไต้	34-35
กวยจั๊บซ้อไก่ตุ๋น	36-37
กวยจั๊บเปิด	38-39
กวยจั๊บมั่งสวิติ	40-41
กวยจั๊บเจ	42-43
กวยจั๊บญวน	44-45
เกาเหลาต้มเลือดหมู	46-47
เกาเหลาเลือดหมูผักจิงจูฉ่าย	48-49



โจ๊ก

โจ๊กหมูสับ	52-53
โจ๊กหมูเครื่องใน	54-55
โจ๊กหมูเห็ดหอม	56-57
โจ๊กหมูฮ่องกง	58-59
โจ๊กหมูเด็กไข่ระเบิด	60-61
โจ๊กหมูไข่เค็ม	62-63
โจ๊กซี่โครงหมูตุ๋น	64-65
โจ๊กปลากะพง	66-67
โจ๊กกุ้ง	68-69
โจ๊กไก่	70-71
โจ๊กทะเล	72-73
โจ๊กรวมมิตร	74-75
โจ๊กหอยใส่ปะแต้ง	76-77
โจ๊กกวางเจา	78-79

โจ๊กฮ่องกง

โจ๊กฮ่องกงลูกชิ้นหมู	82-83
โจ๊กฮ่องกงไข่เยี่ยวม้าหมูเค็ม	84-85
โจ๊กฮ่องกงปลากะพง	86-87
โจ๊กฮ่องกงหอยเชลล์สด	88-89
โจ๊กฮ่องกงหมูกรอบไข่เยี่ยวม้า	90-91
โจ๊กฮ่องกงรวมมิตร	92-93
โจ๊กนมสดแปะก๊วย	94-95







เปิดตำรับ กวยจ๊ีบ-โจ๊ก

กวยจ๊ีบและโจ๊ก เป็นอาหารข้างทางที่คนส่วนใหญ่ นิยมบริโภค เพราะเป็นอาหารที่หารับประทานง่าย ราคาถูก ใส่เครื่องเครามากมาย ทั้งเนื้อหมู เครื่องในหมู หมูกรอบ และเต้าหู้ จึงเป็นอาหารที่ขายดี ไม่แพ้อาหารชนิดอื่น ที่สำคัญอาหารทั้ง 2 ชนิดนี้ นิยมเสิร์ฟพร้อมๆ เช่นเดียวกับกวยเตี๋ยว กวยจ๊ีบที่เด่นในบ้านเราก็คือ กวยจ๊ีบน้ำซัน สีเข้มคล้ำรสกลมกล่อมจากน้ำซุบที่เคี่ยวใส่เครื่องเทศ เครื่องพะไล และชีอิ้ว นอกจากนั้นในย่านชุมชนจีนเยาวราช ก็จะมีกวยจ๊ีบน้ำใสสูตรเฉพาะ น้ำซุบเข้มข้นเผ็ดร้อนด้วยพริกไทย มีขายกันหลายเจ้าทีเดียว ส่วนใหญ่เปิดกันมานานราว 40-50 ปีแล้วทั้งนั้น กวยจ๊ีบน้ำซันและน้ำใสเหล่านี้ จะนิยมขายแยกเฉพาะอย่าง บางร้านจะขายเกาเหลาต้มเลือดหมูเป็นเมนูเสริม เพราะใช้เครื่องปรุงคล้ายๆ กัน ส่วนโจ๊กเป็นอาหารที่นิยมขายในมือเช้า หรือในช่วงเย็น เพราะเป็นอาหารย่อยง่าย เบาสบายท้อง ส่วนใหญ่ก็คือ โจ๊กหมู ใส่เครื่องใน หรือร้านโจ๊กบางร้านก็มีเกาเหลาเลือดหมู หรือกวยจ๊ีบน้ำใส ขายคู่กันไปด้วย



กวยจั๊บน้ำพะไล

อาหารจีนที่อยู่คู่เมืองไทยมานาน แม้จะได้รับความนิยมไม่เท่ากวยเตี๋ยวบะหมี่ แต่ก็เป็นที่รู้จักกันทั่วไป เพราะเป็นอาหารที่ชาวบ้านทำกินกันมาแต่โบราณ อีกทั้งไม่ได้เป็นอาหารระดับชั้นเหลาเข้าภัตตาคาร ชื่อเสียงก็ไม่เด่นดังเหมือนเช่นเป็ดย่าง หรือกระทงโจ๊ก

การปรุงกวยจั๊บน้ำพะไลในบ้านเรามีหลายสูตรหลายตำรับ แต่ที่ยืนพื้นเป็นหลักก็ยังคงเป็นสูตรน้ำพะไลเช่นเดียวกับในจีน เพราะกวยจั๊บน้ำพะไลนั้นอยู่คู่กันมานานแสนนาน จนดูเหมือนว่า ถ้าเป็นกวยจั๊บน้ำพะไลชานชานก็ต้องเป็นกวยจั๊บน้ำพะไล หรือที่เรียกกันว่า กวยจั๊บน้ำข้น แต่จะไม่เน้นความเค็มข้นเข้มข้นของน้ำพะไลเหมือนน้ำพะไลของชาหมูและเป็ดหันพะไล เพราะเรากินกวยจั๊บน้ำข้นเหมือนกินกวยเตี๋ยวน้ำ ฉะนั้นน้ำพะไลในกวยจั๊บน้ำข้นจึงต้องทำหน้าที่เหมือนน้ำซุบน้ำพุในกวยเตี๋ยว นั่นคือ ต้องใสและสดกินได้



ที่เรียกกันว่า กวยจับน้ำข้น ก็เพราะมันข้น จากน้ำแป้งข้าวเจ้าที่ต้มกับเส้น ไม่ใช่ข้นเพราะ น้ำพะโล้หรือน้ำซุปลอย่างน้ำซूपกวยเตี๋ยว แต่เรียก มาเรียกไป กวยจับน้ำพะโล้กลายเป็นกวยจับน้ำข้น ส่วนกวยจับน้ำซุปลี ก็กลายเป็นกวยจับน้ำใสไป

เรื่องน้ำแป้งข้าวเจ้าที่สำคัญไม่น้อย ถือเป็นส่วน ข้าว อันที่จริง น้ำแป้งข้าวเจ้าก็คือน้ำข้าวตี่ๆ นี้เอง ที่เป็นทั้งน้ำซุรสซูกลิ้น ช่วยให้แผ่นกวยจั๊บ ไม่เกาะติดกันเป็นก้อน และเจือจางความเค็มข้น ของน้ำพะโล้ให้อ่อนลงแต่กลมกล่อมมากขึ้น

นอกจากนั้น กวยจั๊บบังยังใช้เป็นแผ่นกวยจั๊บ แห่งที่ทำสำเร็จมาจากโรงกวยเตี๋ยว ข้อดีของแผ่น กวยจั๊บแห่งนี้คือ เก็บไว้ได้นานหลายวัน แต่ก็มีข้อ เสียตรงที่ไม่ม่กลิ่นหอมสดของข้าวเจ้าทั้งในแผ่น กวยจั๊บและน้ำที่ต้ม ดังนั้น จึงควรอย่างยิ่งที่จะเติมน้ำละลายแป้งข้าวเจ้าในระหว่างที่ต้ม หรือต้มใน น้ำแป้งข้าวเจ้าได้ก็ยิ่งดี

ถ้าต้องการเส้นกวยจั๊บนุ่มก็ต้มนานหน่อย แต่ถ้ายากกินกวยจั๊บน้ำที่เหนียวพอให้เคี้ยวได้ ก็ต้ม เร็วหน่อย ใช้กระชอนช้อนตักเส้นกวยจั๊บน้ำใสขาม โดยไม่ต้องสะบัดให้สะเด็ดน้ำจนแห้งเหมือนการ ลวกเส้นกวยเตี๋ยว คือควรให้มีน้ำแป้งข้าวเจ้าติด ขามไปด้วยพอขลุกขลิก ถ้าเห็นว่ากวยจั๊บน้ำในขามดู แห้งไป ให้ตักน้ำแป้งข้าวเจ้าในหม้อต้มเติมลงไป ได้ ยังมีอีกวิธีหนึ่ง คือแยกต้มในหม้อมีด้ามใบเล็ก ตักน้ำแป้งข้าวเจ้าจากหม้อใหญ่ที่ตั้งอยู่บนเตาไฟ หม้อมีด้ามใบเล็ก ยกตั้งบนอีกเตาหนึ่ง เสร้งไฟแรง ให้น้ำแป้งเดือด ใส่แผ่นกวยจั๊บลงต้มสักครู่ ยกเท ใสขาม พร้อมปรุงกินได้ กวยจั๊บน้ำที่ทำตามวิธีที่สองนี้ นอกจากจะหอมน้ำแป้งข้าวเจ้าแล้ว แผ่นกวยจั๊บ เองยังหอมกลิ่นแป้งอีกด้วย

กวยจั๊บน้ำในบ้านเรามีถึงสามสูตรสามตำรับ หนึ่ง สูตรน้ำพะโล้ (น้ำข้น) สอง สูตรน้ำตุ๋นพริกไทย และ สาม สูตรรสโตรสต้มเลือดหมู สองสูตรหลังนี้ จัดเป็นกวยจั๊บน้ำใส กวยจั๊บน้ำทั้งสามสูตรก็เป็นสูตร หลักของกวยจั๊บน้ำที่ติดตลาดไปแล้ว



กวยจั๊บน้ำข้น

กวยจั๊บน้ำข้นหรือกวยจั๊บน้ำพะโล้ เป็นเมนู ที่แพร่หลายมากที่สุด กวยจั๊บน้ำข้นเน้นที่กลิ่นรส ความหอมของเส้นและเนื้อข้าว และเพราะเวลาต้ม จะใส่น้ำแป้งข้าวเจ้าลงไปด้วย น้ำต้มกวยจั๊บน้ำจึงข้น ไม่ต่างจากน้ำข้าว ตรงนี้แหละคือกลิ่นรสความ หอมอร่อยของกวยจั๊บน้ำข้น

เครื่องปรุงที่นำมาทำพะโล้มี ไล่หมู หนังหมู หัวใจ ลิ้นหมู ปอดหมู กระเพาะหมู เต้าหู้แผ่น หรือเต้าหู้แข็ง จะสับเล็กลงใส่ได้ทั้งนั้น หรือเต้าหู้ ทอดอย่างที่ย่อยเป็นพวง ไช้ไก่หรือไช้เป็ด (ตาม ชอบ) นอกจากหมูและเครื่องในหมูแล้ว ยังนิยม ใช้เป็ดและไก่ ต้มพะโล้เป็นกวยจั๊บน้ำเปิดและ กวยจั๊บน้ำไก่อีกด้วย

เครื่องพะโล้ที่สำคัญๆมี เปียกกั๊ก ขวงเจีย (พริกหอม) กุ้ยพั่วย (เปลือกอบเชยจีน) พริกไทย เม็ด กระเทียมสด รากผักชี ซีอิ๊วดำ เกลือ น้ำตาล น้ำพะโล้นี้จะเคี่ยวใส่กระตุกหมูด้วย เพื่อทำให้น้ำซุปลีมีรสหวาน



อันที่จริง เครื่องปรุงสำหรับทำกวยจั๊บสูตรน้ำพะโล้ก็ดัดแปลงมาจากชาหมูพะโล้ที่มีกมิได้หมู หนึ่งหมู ไข่พะโล้ และเต้าหู้ อยู่แล้ว ส่วนเครื่องในที่ต้องตุ๋นถึงจะเปื่อยนุ่มน่ากิน ก็มีไข่อ่อน ลิ้น หัวใจ กระเพาะ ปอด เครื่องปรุงอีกอย่างที่กวยจั๊บทั้งน้ำซุ้มน้ำใสไม่เคยขาดเลยคือ หมูกรอบ และหากใส่เครื่องปรุงที่กล่าวมาทั้งหมดครบทุกอย่าง กวยจั๊บน้ำพะโล้ก็จะเป็นอาหารจานเดียวที่ใส่เครื่องปรุงมากที่สุด

กวยจั๊บน้ำใส

กวยจั๊บน้ำใสประเภทน้ำตุ๋นพริกไทย เนื่องจากต้องการเน้นความโดดเด่นของน้ำซุ้พริกไทย เครื่องในหมูที่ใช้จึงต้องเหมาะสำหรับตุ๋นพริกไทย ได้แก่ กระเพาะ ไข่อ่อน ลิ้น หัวใจ โดยเฉพาะกระเพาะหมูตุ๋นพริกไทยถือเป็นเครื่องเคราเด่นของเมนูกวยจั๊บ ทั้งยังจัดเป็นอาหารเพื่อสุขภาพด้วย เพราะช่วยบำบัดอาการกระเพาะอาหารอักเสบอันเนื่องมาจากพิษความเย็น โดยช่วยขับหรือสลายความเย็นไปจากร่างกาย ดังนั้น ใครที่มีอาการปวดท้อง เย็นวบบนท้องท้องคลื่นได้ อาเจียนมีแต่น้ำใสๆ ถ้าได้กินกระเพาะหมูตุ๋นพริกไทย อาการดังกล่าวจะทุเลาดีขึ้น ว่าตามนัยนี้แล้ว กวยจั๊บน้ำใสสูตรตุ๋นพริกไทย จึงเป็น

อาหารเพื่อสุขภาพ เหมาะสำหรับคนที่กระเพาะอาหารอ่อนแอ หย่อนสมรรถภาพ แต่ไม่เหมาะสำหรับคนที่มีอาการปวดท้องอันเนื่องมาจากกระเพาะอาหารทำงานหนักเกินไป

กวยจั๊บน้ำตุ๋นพริกไทยถูกเรียกว่า กวยจั๊บน้ำใส ด้วยการเปรียบเทียบกับกวยจั๊บน้ำพะโล้ที่ถูกเรียกว่ากวยจั๊บน้ำซึ้น เหตุเพราะน้ำซุ้บไม่ดำอย่างน้ำพะโล้ แต่สำหรับชาวแต้จิ๋วแล้ว น้ำตุ๋นพริกไทยไม่ใช่ซุ้บใสหรือแกงจืดใส แต่เป็นน้ำซุ้บอีกชนิดหนึ่งที่พวกเขาเรียกว่า เกาเทิง (gao teng) ซึ่งเป็นน้ำซุ้บที่เกิดจากการเคี่ยวเนื้อหรือกระดูกสัตว์

ถ้าจะพูดถึงกวยจั๊บน้ำใส ควรยกให้กับกวยจั๊บเซียงไฮ้สไตล์ต้มเลือดหมู เพราะใช้น้ำซุ้บเดียวกับต้มเลือดหมู ซึ่งต้มเลือดหมูก็คือแกงจืดน้ำใส ชาวแต้จิ๋วเรียกแกงจืดน้ำใสว่า เซ็งเทิง (ceng teng) ซึ่งจะต้องใสจริง ไม่ซึ้นด้วยน้ำเนื้อและไขมันสัตว์ กวยจั๊บสูตรนี้เกิดจากต้มเลือดหมูหรือเกาเหลาเลือดหมูอย่างไม่ต้องสงสัย และแตกต่างจากกวยจั๊บสองชนิดแรกอย่างเห็นได้ชัด ตั้งแต่เส้นที่ใช้ การต้มเส้น และน้ำซุ้บ เส้นกวยจั๊บเซียงไฮ้เหมาะสำหรับลวกมากกว่าต้ม คือต้มนานจะอืดและนิ่มมากเกินไป เพราะทำจากแป้งถั่วเขียวเช่นเดียวกับวุ้นเส้น

โจ๊ก

โจ๊กที่ขายส่วนใหญ่เป็นโจ๊กหมู และมีเครื่องในหมูยื่นพื้นอยู่สามอย่าง คือ ตับ ไข่อ่อน และกระเพาะหมู ส่วนเครื่องปรุงนอกเหนือจากนี้ เช่น หัวใจหมู ม้าม เซ่งจี เป้าฮื้อ ปลา กุ้ง เห็ดหอม แป๊ะก๊วย เป็นต้น โจ๊กส่วนใหญ่จะใส่ไข่ลวก และไข่เยี่ยวม้า บางทีก็จะมีไข่เค็มด้วย เครื่องปรุงโรยหน้าก็มี เส้นหมี่ทอดกรอบ ต้นหอมซอย ชิงชอย และกระเทียมเจียว บางร้านอาจจัดปาท่องโก๋ไว้บริการด้วย

การทำโจ๊กหมูทั่วไป คือนำปลายข้าวมาแช่น้ำให้นุ่มก่อน ประมาณ 15-20 นาที จากนั้นใส่น้ำต้มเคี่ยวด้วยไฟกลางค่อนข้างอ่อน นาน 1½ ชั่วโมง หมั่นคนเป็นระยะเพื่อไม่ให้ข้าวโจ๊กไหม้ติดก้นหม้อ เมื่อข้าวโจ๊กเปื่อยละเอียดแล้ว จึงนำมาผสมน้ำซุปรกระดูกหมูที่ต้มปรุงรสแล้ว การผสมน้ำซุปรกระดูกหมูสามารถทำได้ 2 แบบ คือ ปรุงซามต่อซาม คือแบ่งข้าวโจ๊กใส่หม้อใบเล็กแล้วผสมน้ำซุปรหมู ตั้งไฟให้เดือด ใส่หมูสับ ถ้าหากจะทำโจ๊กขายโดยเฉพาะ ให้นำน้ำซุปรหมูที่ปรุงรสแล้วผสมกับข้าวโจ๊กในหม้อใหญ่เลย เพราะจะง่ายและรวดเร็วกว่าการต้มโจ๊กทีละหม้อ

ส่วนโจ๊กฮ่องกง เป็นโจ๊กที่ขึ้นเลาเข้าภัตตาคาร รสชาติอร่อยนุ่มละมุนลิ้น เพราะในข้าวโจ๊กจะต้มใส่น้ำมันพืชและน้ำเต้าหู้ ทำให้ข้าวโจ๊กขึ้นเหนียว มีรสมันหวานกลมกล่อม ที่สำคัญโจ๊กฮ่องกงจะใส่เครื่องค่อนข้างหลากหลาย และราคาแพง เช่น หอยเป้าฮื้อ หอยเชลล์ กุ้ง เนื้อปลา และไข่เยี่ยวม้า



การเลือกซื้อและการเตรียมเครื่องปรุง

การต้มเส้นกวยจั๊บ เลือกเส้นกวยจั๊บที่ทำใหม่ๆ สีขาวสะอาด ขนาดเส้นเท่ากัน ไม่เป็นรา ไม่มีกลิ่นหืน ก่อนใช้ให้คลี่เส้นให้แยกกัน เพื่อเวลาต้มแล้วจะได้ไม่จับกันเป็นก้อน การต้มเส้นให้ต้มน้ำให้เดือดก่อน จึงใส่เส้นลงต้ม หมั่นคนเพื่อให้เส้นม้วน พอสุกนุ่ม ละลายแป้งข้าวเจ้ากับน้ำใส่ลงไปให้น้ำแป้งข้าวเจ้าสุกขึ้น เทเส้นที่ต้มใส่หม้อดินหรือถังไม้เพื่ออบให้เส้นหอม และร้อนนาน

การทำไข่พะโล้ย่างมะตูม เลือกไข่ไข่เป็ดหรือไข่เปิดท้องนา เพราะไข่แดงจะมีสีแดงสวย นำไข่ใส่หม้อ ใส่ น้ำพอกท่วม ไข่เกลือและน้ำส้มสายชูเล็กน้อยเพื่อให้ปอกเปลือกได้ง่ายขึ้น เปิดไฟกลาง หมั่นคนเพื่อให้ไข่แดงอยู่ตรงกลาง พอเดือดจับเวลา 4.30 นาที ตักไข่ใส่น้ำเย็น ปอกเปลือกออก จากนั้นแบ่งน้ำซุพะโล้ที่ต้มทำกวยจั๊บใส่

หม้อ ใส่ซีอิ๊วดำจนน้ำพะโล้มีสีเข้ม นำไข่ที่ต้มใส่ลงไป ตั้งไฟอีกครั้งให้เดือด แล้วปิดไฟ แช่ไข่ไว้ในน้ำพะโล้เพื่อให้ผิวไข่มีสีคล้ำ

การทำไข่ลวกใส่จิ๊ก เตรียมไข่ไก่ใส่ภาชนะที่มีฝาปิด เหน็บร้อนจัดใส่ลงไปนึ่งในอ่างไฉ แล้วปิดฝา พักไว้ 1-2 นาที แล้วแต่ความต้องการว่าให้ไข่สุกมากหรือสุกน้อย แล้วเทน้ำที่ลวกออกอย่าแช่ไข่ในน้ำที่ลวกนาน เพราะจะทำให้ไข่สุกเกินไป

การเตรียมเครื่องในหมูสำหรับนำมาตุ๋นกับพริกไทย กระเพาะหมู ล้างกลับด้านในใช้มีดขูดเมือกและพังผืดสีขาวออกให้หมด กลับกระเพาะตามเดิม ใส่พริกไทยในกระเพาะสัก 1 ช้อนโต๊ะ ใส่ ทั้งใส่อ่อนและใส่ใหญ่ ล้างแล้วขยำเกลือหรือน้ำส้มสายชูจนหมดกลิ่นคาว ล้างหมูต้มในน้ำเดือดประมาณ 5 นาที ตักขึ้นมาชุบเอาเยื่อที่หุ้มลิ้นออกให้หมด หัวใจและปอด ล้างให้

เซ่งจี

เต้าหู้แข็ง และเต้าหู้พวง



สะอาด ลวกน้ำทั้ง 1 ครั้ง ส่วนหนึ่งหมู ลวกน้ำร้อน แล้วตั้งบนอกให้หมด กรณีที่ต้มเฉพาะหัวใจ ลื่น น้ำซุบที่เหลือจากการต้มนำไปรวมกับน้ำซุบหมู ที่จะต้มผสมข้าวโจ๊กได้ แต่ถ้าต้มรวมกับกระเพาะ ไส้ หรือปอด น้ำซุบจะมีกลิ่น จึงไม่ควรนำไปรวม กับน้ำซุบหมู เพราะจะทำให้เสียรสชาติ

เซ่งจี คือไตของหมู วิธีเตรียมให้ผ่าครึ่งตาม ยาว แล้วแลเอาพังผืดสีขาวออกให้หมด ล้างให้ สะอาด หั่นเป็นชิ้นบาง แช่ในน้ำเพื่อให้เซ่งจีดูด น้ำจนอิ่มตัว แล้วล้างให้สะอาด จะช่วยลดกลิ่นได้

เต้าหู้แข็ง และเต้าหู้พวง ใช้ต้มพะโล้ทำ กวยจั๊บ เต้าหู้แข็งเลือกเต้าหู้ที่เนื้อนิ่มปานกลาง หั่นเป็นชิ้นแล้วทอดด้วยไฟกลางให้มีสีเหลืองอ่อนๆ ส่วนเต้าหู้พวง เลือกเต้าหู้ที่ทำใหม่ ไม่มีกลิ่นหืน นำไปทอดให้พองฟู ก่อนต้มพะโล้

ไข่เยี่ยวม้า ใส่ในโจ๊กฮ่องกงหรือโจ๊กหมู ร้านขายโจ๊กจะปอกเปลือกไข่เยี่ยวม้าแล้วใส่ไข่



อบเชย ใบยี่เก็ก ขวงเจีย
ปลายข้าวหอมมะลิ

ไข่เยี่ยวม้า



ทั้งฟองลงต้มในหม้อข้าวเจ๊ก ทำให้ไข่เยี่ยวม้า ร้อน และอร่อยขึ้น

อบเชย ใบยักก ขวงเจีย เป็นเครื่องเทศ หลักๆสำหรับทำพะโล้ ก่อนใช้ควรล้างน้ำแล้วคว่ำ ให้หอม จะทำให้กลิ่นออกมากขึ้น ส่วนเครื่องเทศ อื่นๆทำพะโล้ก็มี กานพลู ลูกกระวานขาวหรือดำ และเมล็ดเทียนขาวเปลือก แล้วแต่จะเลือกใช้

ปลายข้าวหอมมะลิ เลือกใช้ข้าวนาปี เพราะเมื่อต้มแล้วข้าวจะไม่คืดตัวเป็นน้ำ เนื้อข้าว ช้นเหนียว ก่อนใช้ให้แช่ข้าวให้นุ่มก่อน แล้วจึงนำมาต้มให้สุกเลย หากเป็นข้าวเก่าน้ำจะไม่ข้นมาก อาจผสมปลายข้าวเหนียวด้วยเล็กน้อย เพื่อช่วยให้ ข้าวเจ๊กข้นขึ้น

รากผักชี กระเทียม และพริกไทย เป็น เครื่องปรุงรสสำคัญสำหรับทำพะโล้หรือต้ม น้ำซุปร่มสำหรับผสมข้าวเจ๊ก ทำให้มีกลิ่นหอม รสเผ็ดร้อน รากผักชี เลือกรากขนาดกลาง ตัดเหนือ รากขึ้นมา 1 นิ้ว ล้างให้สะอาด กระเทียม เลือก กระเทียมไทยเปลือกบาง ส่วนพริกไทยใช้พริก ไทยดำและพริกไทยขาวผสมกันอย่างละครึ่ง เพราะพริกไทยดำจะเผ็ดร้อนมากกว่า เครื่องปรุง ทั้งหมดก่อนใช้ต้องบุบพอแตก แล้วห่อด้วยผ้า ขาวบาง ใส่ลงต้มในหม้อน้ำซุปร

ซีอิ๊วหวาน ทำให้น้ำซุปรมีสีเข้มคล้ำ และ กลิ่นหอม เลือกซอสดำชนิดหวาน จะทำให้น้ำซุปร มีกลิ่นหอม และไม่ขม

ซีอิ๊วขาว เลือกซีอิ๊วขาวสูตร 1 เพราะจะ ทำให้น้ำซุปรมีรสเค็มและกลิ่นหอม เข้มขึ้น

กระเทียมดอง ทำให้น้ำซุปรพะโล้มีรสหวาน เวลาใช้ใช้ได้ทั้งน้ำและเนื้อ หากเป็นเนื้อควรทุบ ให้แตก เพื่อให้รสชาติออกมาหลายๆ

เกลือ เลือกใช้เกลือสมุทร ทำให้น้ำซุปรมีรส เค็มกลมกล่อม เพราะเกลือช่วยดึงรสชาติของ เครื่องปรุงให้เข้มข้นขึ้น

น้ำตาลกรวด ลักษณะเป็นก้อนหรือผลึกใส ทำให้น้ำซุปรมีรสหวานกลมกล่อม ใส่ในน้ำซุปรพะโล้ หรือน้ำซุปรใส



กระเทียมดอง
น้ำตาลกรวด





รากผักชี กระเทียม พริกไทย
ชีอิ้วหวาน



ชีอิ้วขาว
เกลือ





หมูกรอบ

หมูสามชั้นตัดแผ่นสี่เหลี่ยม

เกลือสมุทร

ซีอิ๊วขาว

พริกไทยป่น

เกลือและน้ำส้มสายชูสำหรับทาหนัง

น้ำมันพืชสำหรับทอด

2 กิโลกรัม

1 ช้อนโต๊ะ

1 ช้อนโต๊ะ

1/2 ช้อนชา

- หมักหมูกับเกลือ ซีอิ๊วขาว และพริกไทย ปักไว้ 30 นาที นำไปต้มในหม้อน้ำเดือดนาน 15 นาที ตักขึ้นใช้ส้อมแทงหนังหมูให้ทั่ว บั้งด้านเนื้อเป็นริ้วลึกประมาณ 0.5 ซม. ปักไว้จนเย็น ทาน้ำส้มสายชูหรือน้ำมะนาวบนหนังหมูให้ทั่ว โรยเกลือเล็กน้อย ตั้งกระทะน้ำมันบนไฟกลางพอเริ่มร้อน ใส่หมูลงทอดโดยเอาด้านหนังลง ทอดให้หนังพองฟู เบาไฟกลางทอดนาน 15-20 นาที หรือจนแห้งกรอบ ตักขึ้นพักจนเนื้อหมูเย็น จากนั้นตั้งกระทะน้ำมันให้ร้อน พอควันเริ่มขึ้นเล็กน้อย ใส่หมูลงทอดอีกครั้งให้หนังหมูพองและมีสีเหลือง ทอดนาน 5 นาที ตักขึ้นพักให้สะเด็ดน้ำมัน

เครื่องในหมูตุ๋นพริกไทย

น้ำ (7 ลิตร)

กระเพาะหมูล้างแล้วขูดเมือกออกให้หมด

ใส่อ่อนล้างขยำเกลือ

ใส่ใหญ่ล้างขยำเกลือลวกน้ำร้อน

ลั่นหมูลวกน้ำร้อนขูดเยื่อออก

หัวใจหมู

ปอดหมูล้างขยำเกลือลวกน้ำร้อน

พริกไทยขาวบุบ

พริกไทยดำบุบ

เกลือสมุทร

28 ถ้วย

1 ลูก

1 กิโลกรัม

1 กิโลกรัม

1 อัน

1 ลูก

1 ลูก

4 ช้อนโต๊ะ

2 ช้อนโต๊ะ

5 ช้อนโต๊ะ

- ตั้งหม้อน้ำบนไฟแรงให้เดือด นำเกลือใส่เข้าไปในกระเพาะหมู 1 ช้อนโต๊ะ ใส่กระเพาะหมูลงในหม้อ ตามด้วยใส่อ่อน ใส้ใหญ่ ลั่นหมู หัวใจ และปอดหมู ลดเป็นไฟกลาง แล้วใส่พริกไทยขาว พริกไทยดำ และเกลือ เคี่ยวนาน 30 นาที ตักปอดหมูขึ้น แล้วเคี่ยวต่ออีก 1 ชั่วโมง หรือจนได้เปื่อยนุ่ม ตักขึ้นล้างน้ำให้สะอาด หั่นเครื่องในแต่ละชนิดเป็นชิ้นพอคำ





ข้าวโจ๊กหมูสูตรพื้นฐาน

ปลายข้าวหอมมะลิ

(ข้าวนาปี)

1 กิโลกรัม

น้ำ (10 ลิตร)

40 ถ้วย

- ซาวปลายข้าวหอมมะลิ ใส่น้ำ 4 ถ้วย แช่ไว้ 30 นาที เทใส่มือทั้งน้ำและปลายข้าว ใส่น้ำที่เหลือ ตั้งบนไฟกลาง หมั่นคนเป็นระยะๆ เคี่ยวนานประมาณ 1½ ชั่วโมง หรือจนเม็ดข้าวสุกและ ปิดไฟ

น้ำซุปกระดูกหมู

น้ำ (12 ลิตร)

48 ถ้วย

กระดูกหมูเอียวเล้งสับชิ้น

2 กิโลกรัม

กระดูกคาง

1 กิโลกรัม

พริกไทยขาวทุบ

3 ช้อนโต๊ะ

เกลือสมุทร

12 ช้อนโต๊ะ

น้ำตาลกรวด 100 กรัม ซีอิ๊วขาว 1½ ถ้วย

- ตั้งหม้อน้ำบนไฟกลางจนเดือด จึงใส่กระดูกหมูเอียวเล้ง และกระดูกคาง เคี่ยวให้เดือด ช้อนฟองทิ้งจนน้ำซุปลดเป็นฟองอ่อน ใส่พริกไทย เกลือ และน้ำตาลกรวด เคี่ยวนาน 1½ ชั่วโมง หรือจนน้ำซุปล่มรสหวาน ปิดไฟ กรองด้วยกระชอน จากนั้นตั้งหม้อน้ำซุปลให้เดือด ปรุงรสด้วยซีอิ๊วขาว (ปั้นหมูสับปรุงรสเป็นก้อนใส่ลงไปต้มให้สุกเลย แล้วจึงนำน้ำซุลงไปต้มผสมกับข้าวโจ๊กหมูสูตรพื้นฐาน)



ข้าวโจ๊กฮ่องกง

ปลายข้าวหอมมะลิ (ข้าวนาปี)	1 กิโลกรัม
น้ำ (10 ลิตร)	40 ถ้วย
น้ำมันถั่วเหลือง	1½ ถ้วย
น้ำเต้าหู้ไม่ใส่น้ำตาล	2 ถ้วย
เกลือสมุทร	6 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลทราย	5 ช้อนโต๊ะ

- ซาวปลายข้าวหอมมะลิ ใส่น้ำ 4 ถ้วย แช่ไว้ 30 นาที เทใส่หม้อทั้งน้ำและปลายข้าว ใส่น้ำ ตั้งบนไฟกลาง หมั่นคนจนเดือด ใส่น้ำมันถั่วเหลือง หมั่นคนเป็นระยะๆ เคี่ยวนานประมาณ 1½ ชั่วโมง หรือจนเม็ดข้าวสุกและ ใส่น้ำเต้าหู้ เปรูรสด้วยเกลือ และน้ำตาล คนให้เข้ากัน ชิมรสให้ออกเค็มนำหวาน เล็กน้อย ปิดไฟ

น้ำซุปกระดูกปลาแซลมอน

น้ำ (8 ลิตร)	32 ถ้วย
กระดูกปลาแซลมอนสับเป็นชิ้น	1 กิโลกรัม

- ตั้งหม้อน้ำบนไฟกลางให้เดือด ใส่กระดูกปลาแซลมอน พอเดือดอีกครั้ง ช้อนฟองทิ้งจนน้ำซุปใส ลดเป็นไฟอ่อน เคี่ยวนาน 1½ ชั่วโมง หรือจนน้ำซุปมีรสหวาน (ปั้นลูกชิ้นหมูเป็นก้อนใส่ลงต้มให้สุกลอย แล้วนำน้ำซุปไปต้มผสมกับข้าวโจ๊กสูตรโจ๊กฮ่องกง)



หมูสับปรุงรส

รากผักชีหั่น	1 ช้อนโต๊ะ
กระเทียมไทยแกะเปลือก	2 ช้อนโต๊ะ
พริกไทยขาวเม็ด	1/2 ช้อนโต๊ะ
เนื้อหมูสันนอกติดมันหั่นชิ้นเล็ก	500 กรัม
เนื้อหมูสันคอหั่นชิ้นเล็ก	500 กรัม
ซีอิ๊วขาว	2 ช้อนโต๊ะ
เกลือสมุทร	2 ช้อนชา
น้ำตาลทราย	2 ช้อนชา
น้ำมันหมู	2 ช้อนโต๊ะ

- โขลกรากผักชี กระเทียม และพริกไทย เข้าด้วยกันให้ละเอียด ตักใส่ถ้วย ใส่เนื้อหมูสันนอก เนื้อหมูสันคอ ลงในโถปั่น ใส่เครื่องที่โขลก ผสมซีอิ๊วขาว เกลือ และน้ำตาล เข้าด้วยกันในถ้วย คนให้น้ำตาลละลาย บดเนื้อหมูให้เข้ากัน ค่อยๆ ใส่เครื่องปรุงรสที่ผสมจนหมด ปั่นพอหมูละเอียด ตักออกใส่อ่างผสม ใส่น้ำมันหมู นวดผสมให้เข้ากัน

ลูกชิ้นหมู

เนื้อหมูสันนอกติดมัน	1 กิโลกรัม
กุ้งแชบ๊วยตัวใหญ่แกะเปลือก	
ล้างแบ่งมัน	100 กรัม
เกลือสมุทร	2 ช้อนโต๊ะ
พริกไทยป่น	1 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลทราย	2 ช้อนชา
น้ำมันงา	2 ช้อนโต๊ะ
แป้งมัน	2 ช้อนโต๊ะ

- หั่นเนื้อหมูเป็นชิ้นเล็ก สับด้วยมีดบั้งตอให้ละเอียด แล้ววางกุ้งบนเขียงใช้มีดตบตัวกุ้งให้แบน สับให้ละเอียด ผสมเนื้อหมู เนื้อกุ้ง เกลือ พริกไทย น้ำตาล น้ำมันงา และแป้งมัน เข้าด้วยกัน นวดให้เข้ากันดี ปั้นเป็นก้อนกลม ใส่ลงต้มในหม้อน้ำซุปกระดูกปลาแซลมอนจนสุกลอย



เห็ดหอมตุ๋นปรุงรส

น้ำมันพืช	1 ช้อนโต๊ะ
เห็ดหอมแห้งแช่น้ำจนนุ่ม	15 ดอก
น้ำซุปรวม	1½ ถ้วย
ซีอิ๊วขาว	2 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลทราย	2 ช้อนชา
น้ำมันหอย	1 ช้อนโต๊ะ
เกลือสมุทร	½ ช้อนชา
ขิงแก่ทุบ	20 กรัม
ต้นหอมทุบ	2 ต้น

- ตั้งกระทะน้ำมันบนไฟกลางพอร้อน ใส่เห็ดหอมลงผัดพอหอม ใส่น้ำซूप ปรุงรสด้วยซีอิ๊วขาว น้ำตาล น้ำมันหอย เกลือ ใสขิง และต้นหอม เคี่ยวด้วยไฟอ่อนจนน้ำแห้งเหลือครึ่งหนึ่ง

เห็ดหอมนึ่ง

เห็ดหอมแห้งแช่น้ำจนนุ่ม	15 ดอก
น้ำมันไก่	2 ช้อนโต๊ะ
น้ำ	1 ถ้วย

- ล้างเห็ดหอม บีบน้ำให้แห้ง จากนั้นตั้งกระทะน้ำมันไก่บนไฟกลางพอร้อน ใส่เห็ดหอมลงผัดพอหอม ตักใส่ชาม ใส่น้ำนำไปนึ่งบนหม้อน้ำเดือดด้วยไฟกลางนาน 30 นาที หรือจนเห็ดสุกนุ่ม