

# ลาบหัวปลี

*Labradorite*

ประเภทของอาหาร : อาหารคาว

ชนิดกล้วยทำมาปรุง : กล้วยน้ำว้า

ส่วนประกอบของกล้วยที่นำมาปรุง : หัวปลี

ประวัติ/ความเชื่อ/ความเป็นมาของอาหาร/  
พื้นที่ที่ผลิตอาหาร : อาหารการกินพิษณุโลกถิ่นเรา

ฮอตนิวส์ตระเวนชิมมีโอกาสไปชิมลาบ หลู้ ฝีมือคนเหนือ  
ขนานแท้ดั้งเดิม ลาบป่าดิว ที่หลายคนอาจจะเคยไปชิม  
มาแล้วจนติดใจ เป็นร้านลาบที่มีลูกค้าขาประจำมากหน้า




หลายตา ทั้งลาบเหนือสูตรเชียงรายขนานแท้ หรือจะหลู้สุก ดิบ มีพร้อมสรรพ ที่ขึ้นชื่อที่สุดคือ จิ้นนึ่ง ( เนื้อนึ่ง ) กับน้ำพริกข่าสูตรทำเอง เป็นอาหารขึ้นชื่อของร้านลาบป่าดิวเลยทีเดียว ร้านลาบหลู้ป่าดิวขายในพิษณุโลกมา 10 กว่าปีแล้ว และย้ายที่ตั้งร้านมาหลายจุดมากทีเดียว และไม่ว่าจะไปไหน ลูกค้าขาประจำก็จะตามไปกิน ป่าดิวเป็นคนเชียงรายขนานแท้ดั้งเดิมโดยกำเนิด คนเหนือมาอู้เมืองใส่ป่าดิวจะม่วนอีกม่วนใจอย่างมาก ชื่อเสียงเรียงนามจริงนางจิตตาภา ธนสารกิติ ปัจจุบันอายุใกล้ได้ใช้สิทธิรับเบี้ยผู้สูงอายุจากภาครัฐแล้ว แต่ยังคงขยันขันแข็งทำลาบหลู้ขายทุกวัน ยกเว้นวันอาทิตย์ ร้านปัจจุบันอยู่ที่ถนนสีหราชเดโชชัย ม.7 ต.วัดจันทร์ อ.เมืองพิษณุโลก ฝั่งขาเข้าเมืองพิษณุโลก เลี้ยวสามแยกต้นหว้ามาเล็กน้อยประมาณ 1 กิโลเมตรก็จะพบร้านลาบหลู้ป่าดิวอยู่ซ้ายมือ ก่อนถึงโกลบอลเฮาส์เล็กน้อย เป็นสถานที่ตั้งร้านที่ย้ายมาล่าสุดเมื่อปี 2554 ก่อนหน้านี้เคยเปิดแห่งแรกแถวถนนสนามบิน และย้ายไปอยู่แถววัดธรรมจักร และย้ายมาอยู่แถวคูเมืองใกล้ๆ อนุบาลโรจนวิทย์ป้อมเพชร ป่าดิว เล่าว่า ย้ายมาหลายที่แล้วนับแต่มาเปิดร้านขายในพิษณุโลก แต่ย้ายไปที่ไหนๆ ก็มักจะมีลูกค้าขาประจำแวะเวียนมาอุดหนุนอย่างหนาแน่น เมนูเด็ดที่คนนิยมมากที่สุดคือ ลาบเหนือสุกดิบ หลู้สุกดิบ จิ้นนึ่งน้ำพริกข่า ที่ต้องทำเองสดๆ ทุกวัน ยำไก่ใส่หัวปลี แกงอ่อม และยังมีอีกหลากหลายเมนูจะลาบอีสานก็ทำได้ คอหมูย่าง ไส้อ่อนทอด มากมายไปหมด ได้ทำเป็นเมนูให้ลูกค้าจาดอย่างง่ายไม่สับสน กว่าจะมาเป็นร้านลาบหลู้ป่าดิวที่คนติดใจในรสชาติได้ก็มีที่มาที่ไปน่าสนใจไม่น้อย เดิมป่าดิวกับสามี ปักหลักปักฐานอยู่ที่ อ.ตะพานหิน จ.พิจิตร เปิดร้านรับจ้างทำทองรูปพรรณทั่วไป ทั้งสร้อยและแหวน เจอภาวะทองขึ้นบาทละ 8,000 บาทสมัยนั้น ลูกค้าทำทองหดหาย ป่าดิวคิดว่าตัวเองก็มีฝีมือทำอาหารการกินจากครอบครัวที่เชียงรายมาพอตัว ก็เริ่มทดลองทำคนเดียว หน้าร้านก็เปิดรับทำทองไป หลังร้านก็หัดทำลาบ หลู้ แกงอ่อม ก็พอขายขายได้หลังๆ ก็เปิดร้านขายแทนรับทำทอง ต่อมา ลูกสาวซักชวนบอกว่า อยากมาเรียนหนังสือที่พิษณุโลก จึงมาหาเช่าที่ทางเปิดแห่งแรกที่ถนนสนามบิน กระทั่งย้ายไปเรื่อยจนมาถึงที่ล่าสุดที่ถนนสีหราชเดโชชัย แวะเวียนไปอุดหนุนกันได้ เปิดทุกวัน 11.00 น.-21.00 น. หยุดวันอาทิตย์



## วัตถุดิบ/ส่วนผสม

หัวปลีกล้วยซอยละเอียด	½ หัว หรือ 1/2	ถั่วตวง
หมูเนื้อแดงสับ	100	กรัม (ใช้ไก่หรือเนื้อแทนได้)
หมูหมักต้มสุกหั่นบางๆ	1/4	ถั่วตวง (ใช้หนังหมูหรือเครื่องในหมูหรือวุ้น เช่น ใส้ตับ แทนได้)
ข้าสอลละเอียด	2	ซอญโตะ
หัวหอมซอย	2	ซอญโตะ (ใช้หัวหอมแดงหรือหัวหอมใหญ่ ได้ตามสะดวก)
พริกป่น	1	ซอญซา(ชอบเผ็ดมากเพิ่มได้ ใช้พริกขี้หนูซอยแทนก็ได้)
น้ำปลา	1 1/2	ซอญโตะ
น้ำมะนาว	1/2 - 1	ผล
ต้นหอมซอย	1	ต้น
ผักชีซอย	1	ต้นเล็ก
สระระแห่น	1	กำมือ

## วิธีทำ/ขั้นตอนการผลิต

	1. นำหัวปลีลอกกาบด้านนอกสีแดงออกเพราะจนเหลือด้านในสีขาวๆ ฝักครึ่งซอยละเอียด แช่น้ำไว้ระหว่างรอทำ (เติมน้ำส้มสายชูหรือบีบน้ำมะนาวลงไปนิดหน่อยเพื่อไม่ให้หัวปลีดำ)
	2. นำหมูสับไปรวนให้สุก หมูสุกแล้วเทใส่ชาม หรือใส่หม้อลงไปพร้อมด้วยหัวปลีซอย (บีบน้ำออกให้หมดก่อนใส่)
	3. ใส่หัวหอมซอยและข้าสอล ตามลงไป



		<p>4.คนให้เข้ากันเติมน้ำปลา น้ำมะนาว และพริกป่น</p>
		<p>5.คลุกเข้ากันชิมรสชาติเกลือเพิ่มเติมได้ตามชอบ ถูกใจแล้วใส่ต้นหอม ผักชี ใบสะระแหน่</p>

