

## ประเภทของภูมิปัญญาด้าน กำกิ้น ของกิ้น และการถนอมอาหาร

### ชื่อภูมิปัญญา การทำน้ำปู

#### บทนำ/ความสำคัญของภูมิปัญญา

สามารถนำไปประกอบอาหารได้ เช่น ตำน้าพริกน้ำปู แกงหน่อไม้เป็นต้น

#### ความเป็นมา

การทำน้ำปู เป็นการนำเอาปูมาแปรรูปเป็นอาหาร ส่วนมากจะรู้จักกันทั่วไปในภาคเหนือและภาคอีสาน และน้ำปูเป็นอาหารที่อร่อยมากและสามารถนำมาใส่เพิ่มรสชาติให้กับอาหารประเภทต่าง ๆ ได้

#### กระบวนการ

สิ่งที่จะต้องเตรียมก่อนคือ

- |              |              |
|--------------|--------------|
| 1. ปูนา      | 5. มะเขือสุก |
| 2. ผักย่านาง | 6. กระเทียม  |
| 3. ตะไคร้    | 7. ข่า       |
| 4. พริก      | 8. ผิวมะกรูด |

#### วิธีทำ

ขั้นตอนและวิธีทำ

1. ขั้นตอนแรกก็ไปหาเก็บปูจากท้องนา จะเก็บปูได้มากก็เป็นตอนกลางวันแดดร้อน
2. เมื่อเก็บมาแล้วก็มาล้างแช่น้ำไว้ประมาณ 3 - 4 ชั่วโมง
3. นำปูมาล้างให้สะอาด แล้วนำมาตำคั้นเอาน้ำ ตำประมาณ 3 ครั้งนำมากรอง
4. นำน้ำปูที่คั้นได้มาหมักไว้ประมาณ 1 คืน
5. นำน้ำปูที่หมักทิ้งไว้มาต้มคั้นเอาน้ำผักย่านางแล้วเทลงไปผสมกับน้ำปู ใส่มะเขือสุกลงไปด้วย เพื่อดับกลิ่นคาว เคี้ยวให้น้ำแห้งเหลือเล็กน้อย ตำพริก ตะไคร้ ผิวมะกรูด ข่ารวมกันให้ละเอียด แล้วใส่รวมลงไปเคี้ยวก็จะได้น้ำปูพร้อมที่จะรับประทานได้

#### แหล่งข้อมูล

นางสาวพรพิมล พรหมรักษา

บ้านเลขที่ 81 หมู่ 1 ตำบลน้ำมวบ

