

สูตร "วิธีทำข้าวซอย"

นำเสนอเมื่อ : 15 ธ.ค. 2566

"ข้าวซอย" เมนูอาหารเหนือ รสชาติโดดเด่นเป็นเอกลักษณ์ จนได้รับการจัดอันดับจากเว็บไซต์ TasteAtlas ที่รวบรวมสูตรอาหารและรีวิวจากนักวิจารณ์อาหาร เพื่อไม่ให้เป็นการพลาดโอกาสที่จะได้ลิ้มรสอาหารดังจากแดนเหนือของไทย ไทยรัฐออนไลน์จะพาไปรู้จักที่มาและวิธีทำข้าวซอยง่ายๆ ซึ่งเป็นสูตรที่ได้รับความนิยม รสถูกปากคนไทย

เปิดที่มาของข้าวซอย ชูปอันดับ 1 ของโลก

ตามความเชื่อเดิม เชื่อว่าข้าวซอยมีที่มาจาก 2 แห่ง คือ ได้รับอิทธิพลมาจากชาวจีนฮ่อหรือชาวจีนที่นับถือศาสนาอิสลาม ซึ่งเดินทางผ่านเข้ามาค้าขายในเชียงใหม่ ทำให้มีการตั้งถิ่นฐาน ประกอบอาชีพ ตลอดจนแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมทางอาหารอย่าง "ข้าวซอยจีนฮ่อ" อีกหนึ่งที่มาคือ ประเทศเมียนมา (พม่า) มีอาหารขึ้นชื่อคือ "อหนโน เขาสะเว" (Ohn-No Khao Swe) ซึ่งมีลักษณะคล้ายข้าวซอย เมนูนี้ได้ขยายอิทธิพลมายังประเทศไทย กลายเป็นเมนูข้าวซอยที่มีรสชาติกลมกล่อม รอยตามแบบฉบับคนไทยจนถึงปัจจุบัน

ข้าวซอยมีหลากหลายประเภท ขึ้นอยู่กับแต่ละพื้นที่ แต่ละวัตถุดิบ ส่วนผสม และพริกแกงที่ใส่ลงไป อย่างไรก็ตาม ไทยรัฐออนไลน์รวบรวม 4 วิธีทำข้าวซอย ซึ่งเป็นสูตรข้าวซอยง่ายๆ ทำได้เองที่บ้าน ดังนี้

...

1. วิธีทำข้าวซอยไก่เหนื่อ

วัตถุดิบหลักข้าวซอยไก่เหนื่อ

- น้ำมัน 3 ช้อนโต๊ะ
- หางกะทิ 1,500 มิลลิลิตร
- หัวกะทิสำหรับใส่ในข้าวซอย 400 มิลลิลิตร
- หัวกะทิสำหรับเคี้ยวราดหน้า 100 มิลลิลิตร
- น่องไก่ 1 กิโลกรัม
- เกลือ ½ ช้อนโต๊ะ
- น้ำตาลปีบ ½ ช้อนโต๊ะ
- น้ำปลา 2 ช้อนโต๊ะ
- หมี่กรอบ (ตามต้องการ)
- เส้นหมี่แบนหรือกลม (ตามต้องการ)
- หอมแดงซอย (ตามต้องการ)
- มะนาว (ตามต้องการ)
- ต้นหอมและผักชี (ตามต้องการ)

วัตถุดิบเครื่องแกงข้าวซอยไก่เหนือ

- พริกแกงข้าวซอย 80 กรัม
- หากไม่มีใช้พริกแกงเผ็ด 100 กรัม, ผงกะหรี่, ลูกผักชีคั่วดำ, โป๊ยกั๊ก และอบเชยในปริมาณที่เหมาะสม)

วิธีทำข้าวซอยไก่เหนือ

- ตั้งกระทะด้วยไฟอ่อน เติมน้ำมันพืช จากนั้นผัดเครื่องแกงลงไป ตามด้วยหางกะทิและหัวกะทิประมาณ 200 มิลลิลิตร
- ใส่เนื้อไก่ลงไป เติมหางกะทิที่เหลือ เคี่ยวไก่ทิ้งไว้จนนุ่ม
- ปรุงรสตามใจชอบ และเติมหัวกะทิจากอีกประมาณ 200 มิลลิลิตร
- ตั้งกระทะ เติมน้ำมันพืช ทอดเส้นหรือก๋วยเตี๋ยวสำหรับโรยหน้า
- ตั้งหม้อ รอน้ำเดือด เติมเกลือเล็กน้อย จากนั้นใส่เส้นข้าวซอย จากนั้นพักทิ้งไว้ที่น้ำเย็น
- ตั้งกระทะ ใส่หัวกะทิที่เหลือ เติมน้ำ เคี่ยวจนแตกมัน เติรมันเนยสำหรับราดหน้า
- จัดใส่จาน เติมเครื่องเคียงหรือเครื่องปรุงเพิ่ม พร้อมจัดเสิร์ฟ

2. วิธีทำข้าวซอยจีนฮ่อ

วัตถุดิบหลักข้าวซอยจีนฮ่อ

- หัวกะทิ 500 กรัม
- หางกะทิ 1,500 กรัม
- น่องไก่ 1 กิโลกรัม
- เกลือ 1 ช้อนชา
- น้ำมันพืช 1 ถ้วย
- บะหมี่ไข่เส้นแบน (เส้นข้าวซอย) ½ กิโลกรัม
- น้ำตาลปีบ (ตามต้องการ)
- น้ำปลา (ตามต้องการ)
- ซีอิ๊วดำ (ตามต้องการ)
- ต้นหอมซอย (ตามต้องการ)
- ผักชี (ตามต้องการ)

วัตถุดิบเครื่องแกงข้าวซอยจีนฮ่อ

- เกลือ 1 ช้อนชา
- เม็ดผักชีคั่ว 1/2 ช้อนโต๊ะ
- กระเทียมคั่ว 10 กลีบ
- เม็ดกระวานคั่ว 3 เม็ด
- พริกแห้งเม็ดใหญ่คั่วไฟ 7 เม็ด
- พริกแห้งเม็ดเล็กคั่วไฟ 5 เม็ด
- ขาคั่ว 2 ช้อนโต๊ะ
- ผิวมะกรูด 1 ลูก
- ตะไคร้ซอยคั่ว 2 ช้อนโต๊ะ
- หอมแดงคั่ว 100 กรัม
- ขมิ้นคั่ว 1 ช้อนโต๊ะ
- กะปิ 2 ช้อนโต๊ะ
- ผงกะหรี่ 1 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำข้าวซอยจีนฮ่อ

- ใส่วัตถุดิบพริกแกงข้าวซอยจีนฮ่อ จากนั้นโขลกให้ละเอียด
- ตั้งกระทะ เมื่อไฟเริ่มร้อน จากนั้นใส่วัตถุดิบหลักลงไป ใส่เนื้อไก่และเคี่ยวจนเนื้อเปื่อย

- ตั้งกระทะ ใส่หัวกะทิและเคี้ยวจนแตกมัน จากนั้นใส่พริกแกงที่เตรียมไว้ลงไปผัดจากนั้นใส่หัวกะทิส่วนที่เหลือลงไป และเติมหางกะทิเคี้ยวไก่ปรุงรสตามใจชอบ ตามด้วยใส่น่องไก่ที่เตรียมไว้
- ตั้งกระทะ รอน้ำมันรอน จากนั้นนำเส้นชอยลงไปทอดให้พองกรอบ
- ตั้งน้ำ รอนจนเดือด จากนั้นใส่น้ำมันพืช ใส่เส้นขาวชอย ลวกเส้น จากนั้นนำเส้นมาพักไว้ในน้ำเย็น
- จัดจาน ราดแกง โรยเส้นขาวชอยกรอบๆ เสิร์ฟพร้อมเครื่องเคียง

...

3. วิธีทำข้าวชอยเชียงใหม่

วัตถุดิบหลักข้าวชอยเชียงใหม่

- น่องไก่ 1 กิโลกรัม
- เส้นขาวชอย 1/2 กิโลกรัม
- น้ำมันพืช 1 ถ้วย
- กะทิ 3 ถ้วย

วัตถุดิบเครื่องแกงข้าวเชียงใหม่

- พริกแห้ง 10 เม็ด
- กระเทียม 10 กลีบ
- หอมแดง 10 ลูก
- ผิวมะกรูด 1 ลูก
- กระชาย 5 หัว
- ขมิ้น 2 ชิ้น
- ตะไคร้ชอย 2 ช่อนโต๊ะ
- น้ำตาลปีบ 2 ช่อนโต๊ะ
- กะปิ 3 ช่อนโต๊ะ
- ผงกะหรี่ 1 ช่อนโต๊ะ

วิธีทำข้าวชอยเชียงใหม่

- นำส่วนผสมพริกแกงใส่ครก โขลกให้ละเอียด
- ตั้งน้ำกะทิ 1 ถ้วย รอนจนเดือด
- เริ่มใส่เครื่องพริกแกงลงไปและผัดจนหอม
- ละลายผงกะหรี่ในน้ำเล็กน้อย จากนั้นเติมลงไปกับเครื่องแกง
- ใส่น่องไก่ ผัดให้เข้ากัน หากน้ำน้อยสามารถใส่น้ำเพิ่มได้
- ใส่น้ำตาลปีบปรุงรส จากนั้นเติมกะทิที่เหลือ เคี้ยวต่อจนไก่นุ่ม
- ลวกเส้นขาวชอยในน้ำเดือด และนำมาพักไว้ในน้ำเย็น
- ตั้งกระทะ ใส่น้ำมันพืช จากนั้นนำเส้นขาวชอยมาทอดให้เหลืองกรอบ สำหรับโรยหน้า
- จัดจาน เสิร์ฟข้าวชอยเชียงใหม่พร้อมเครื่องเคียงที่ตนเองชอบได้เลย

...

4. วิธีทำข้าวชอยเชียงราย

วัตถุดิบหลักข้าวชอยเชียงราย

- เส้นข้าวซอย ½ กิโลกรัม
- น่องไก่หรือเนื้อ 1 กิโลกรัม
- กะทิ 1 กลอง
- พริกขาวซอย ๒ ถุง
- น้ำตาล (ตามต้องการ)
- ซีอิ้วขาว (ตามต้องการ)
- เกลือป่น (ตามต้องการ)
- ผงกะหรี่ (ตามต้องการ)
- ผักชีและต้นหอม (ตามต้องการ)

วิธีทำข้าวซอยเชียงราย

- ตั้งกระทะ เคี่ยวหัวกะทิจนแตกมัน นำพริกขาวซอยลงไปผัดกับกะทิ
- เติมน่องไก่หรือเนื้อลงไป เติมผงกะหรี่เล็กน้อย จากนั้นเติมน้ำ และเคี่ยวจนสุก
- ปั่นรูลตามใจชอบ
- ตั้งหม้อ รอน้ำเดือด จากนั้นลวกเส้นข้าวซอย
- ตั้งกระทะ เติมน้ำมัน ทอดหมีเหลืองและผักชีต้นหอมให้กรอบเอาไว้โรยหน้า
- เตรียมจัดจาน เติมเครื่องเคียงที่ชอบได้ตามสะดวก

วิธีทำข้าวซอยแต่ละสูตรที่เรานำมาฝากนั้น มีเอกลักษณ์โดดเด่นแตกต่างกัน เนื่องจากใช้พริกแกงและวัตถุดิบคนละรูปแบบ แต่ถึงอย่างไร หากได้ลองทำและลิ้มรสข้าวซอยไก่ ไม่ว่าจะสูตรไหนๆ ก็อาจจะค้นพบคำตอบของคำถามที่ว่าเพราะเหตุใด TasteAtlas เว็บไซต์ จึงยกให้ข้าวซอยเป็นเมนูอันดับ 1 ของโลก

ที่มา : คณะอุตสาหกรรม มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ฮาลาล ไทยแลนด์, ศูนย์สนเทศภาคเหนือ สำนักหอสมุด มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และอรอยพุง

ขอบคุณที่มาเนื้อหาจาก [ไทยรัฐออนไลน์](#)