

เข้าควบ

เข้าควบ หรือ **ข้าวเกรียบว่าว** บ้างเรียก **ข้าวพอง** (อ่านว่า “เข้าปอง”) ซึ่งวิธีทำ คือนำข้าวเหนียวที่นึ่งสุกแล้วไปโขลกกับครกขนาดใหญ่หรือครกกระเดื่อง ขณะที่โขลกนั้นให้คอยลูบสากและครกด้วยน้ำอ้อยซึ่งละลายในน้ำแล้ว เพื่อใส่รสหวานและไม่ให้ข้าวติดครก จากนั้นเอาไข่ต้มสุกเลือกเฉพาะไข่แดงมาผสมกับน้ำมันหมูที่ใบตองซึ่งตัดเป็นแผ่นกลม ๆ นำข้าวที่โขลกแล้วที่ละน้อยมาวางบนใบตอง ใช้ไม้ไผ่กลิ้งทับให้ข้าวแผ่ออกเป็นแผ่นบางอย่างใบตอง ทำไปเรื่อย ๆ จนหมด จากนั้นนำไปตากโดยคว่ำใบตองลงตบคาที่ใช้มุงหลังคาบ้าน ผึ่งแดดจนหมดแล้วให้ลอกใบตองออก เมื่อจะรับประทานก็ให้นำไปย่างไฟอ่อน ๆ ก็จะได้ข้าวควบเป็นแผ่นใหญ่เบาและกรอบ

ในวรรณกรรมล้านนาเรื่อง **นางอุทธา** มีกล่าวถึงนางร้ายคือ แม่เลี้ยงนางอุทธา แก่ลึ่งปวย โดยใช้เข้าควบวางไว้ใต้ที่นอน เมื่อขยับจะเสียดังให้เข้าใจว่ากระดูกในตัวนางผิดปกติ