

# แกงเทโพ รสรินทร์ อร่อยเด็ดเปรี้ยวเค็มมัน



## แกงเทโพ รสรินทร์ อร่อยเด็ดเปรี้ยวเค็มมัน

แกงเทโพ รสรินทร์ อร่อยเด็ดเปรี้ยวเค็มมัน สูตรนี้เป็นสูตรโบราณที่ทำทานกันตั้งแต่ดั้งเดิมนะคะ รสชาติจะเปรี้ยว นำ และเค็มตาม หวานมา กลมกล่อม แกงนี้จะมีเอกลักษณ์คือความมันนะคะในอดีตจะใช้ท้องปลาเทโพ ปลาในตระกูลเดียวกับปลาสวาย แต่เดี๋ยวนี้หายากมากคะ เลยดัดแปลงเป็นหมูสามชั้นแทน แกงนี้อยู่ในบทพระราชนิพนธ์ ภายให้ชมเครื่องคาวหวาน ในล้นเกล้ารัชกาลที่ 2 ด้วยดังนี้คะ

” เทโพพื้นเนื้อท้อง เป็นมันย่องล่องลอยมัน หน้าตาสดครามครัน ของสวรรคเสวยรมย์ “

## สูตรเครื่องแกงเทโพ รสรินทร์

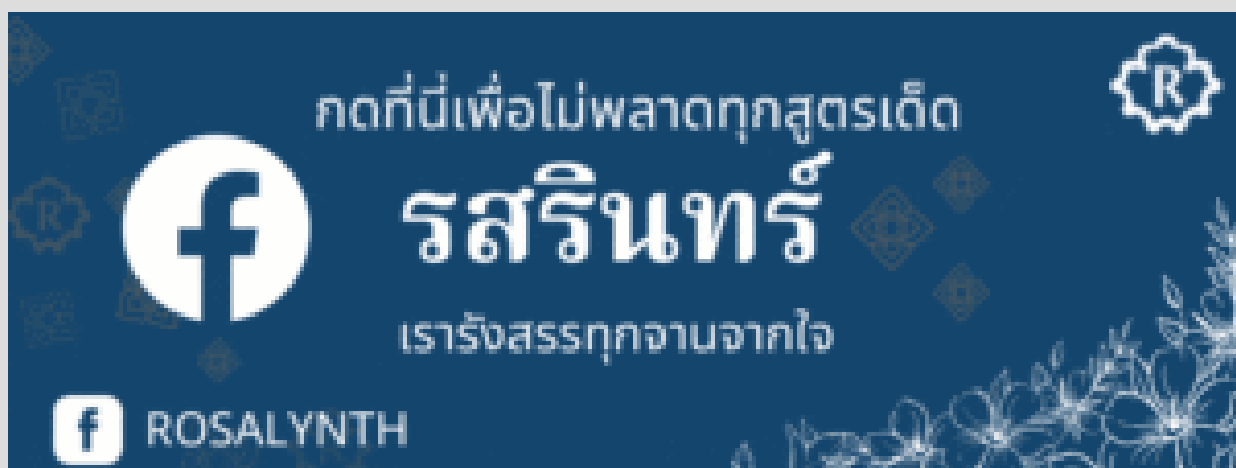
|                 |      |          |
|-----------------|------|----------|
| พริกบางช้างแห้ง | 50   | กรัม     |
| หอมแดง          | 0.3  | ถ้วย     |
| กระเทียมซอย     | 0.3  | ถ้วย     |
| ข่าซอย          | 1    | ช้อนชา   |
| ตะไคร้ซอย       | 0.25 | ถ้วย     |
| ผิวมะกรูด       | 1    | ช้อนชา   |
| รากผักชี        | 1    | ช้อนโต๊ะ |
| พริกไทยป่น      | 1    | ช้อนชา   |
| เกลือ           | 1    | ช้อนชา   |

## สูตรแกงเทโพ

|                    |     |         |
|--------------------|-----|---------|
| ผักบุ้งไทยหั่นท่อน | 750 | กรัม    |
| น้ำมะขามเปียก      | 0.5 | ถ้วย    |
| น้ำมะกรูด          | 2   | ซ็อนโตะ |
| น้ำตาลปีบ          | 0.5 | ถ้วย    |
| น้ำปลา             | 0.5 | ถ้วย    |
| ปลาเค็มปิ้งป่น     | 2   | ซ็อนซา  |

## วิธีทำแกงเทโพ

1. คั้นกะทิสดให้ได้หัวกระทิ 3 ถ้วยหางกะทิ 5 ถ้วย
2. โขลกส่วนผสมของพริกแกงให้ละเอียดไม่มีพริกแล่นใบ
3. นำหางกะทิตั้งไฟกลางใส่หมูสามชั้นลงไปเคี่ยว
4. นำหัวกะทิมาผัดกับเครื่องแกงเทโพ ค่อยๆหยอดลงไปทีละทัพพีจนแตกมันสวยตามต้องการ
5. นำเครื่องแกงหัวกะทิที่แตกมันลงไปในหม้อหางกะทิ คนให้เข้ากัน
6. ใส่ผักบุ้ง และเครื่องปรุงรส มะขามเปียก น้ำมะกรูด น้ำตาล น้ำปลา ปลาเค็ม รอให้ผักบุ้งสุก ยกลง
7. ทานให้อร่อยนะคะ



อยากรู้สูตรเด็ดเคล็ดลับรสรินทร์ตอนใหม่ๆ อย่าลืมกดไลค์แฟนเพจรสรินทร์ นะคะ  
รับรองว่า คุณจะทำอาหารได้อร่อยจนคนทั้งบ้านชมไม่ขาดปากเลยล่ะ

ขอบคุณที่ติดตามเพจ รสรินทร์ **Rosalyn** นะคะ

Facebook: [RosalynTH](#)

ดูสูตรเด็ดอื่นๆ [หน้าหลักรสรินทร์](#)