

แกงป่าปลา รสรินทร์ เผ็ดร้อนถึงเครื่องถึงรส แกงป่า



แกงป่าปลา รสรินทร์ เผ็ดร้อนถึงเครื่องถึงรสแกงป่า

แกงป่าปลา รสรินทร์ สูตรเด็ดเผ็ดร้อนถึงเครื่องถึงรสแกงป่า อร่อยไร้กะทิใครควบคุมน้ำหนักอยู่นะคะอย่าได้พลาดเลยคะ มีทั้งผักพื้นบ้านที่มีประโยชน์ อุดมไปด้วยกากใย ปลาน้ำจืด น้ำเค็มตามชอบนะคะ กับเครื่องแกงป่าร้อนๆ ซดทีแค่บเผ็ดร้อนหัวโล่งกันเลยทีเดียวคะ อย่าพลาดอร่อยมาก

สูตรแกงป่าปลา รสรินทร์

น้ำซุปล/น้ำสะอาด	2	ถ้วย
มะเขือเปาะหั่น	1.5	ถ้วย
มะเขือพวง	0.5	ถ้วย
มะเขือยาวหั่นท่อน	0.5	ถ้วย
ข้าวโพดอ่อน	8	อัน
น้ำปลาดี	1.5	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลปี๊บ	1	ช้อนชา
กระชายหั่นเส้น	8	ต้น
ปลาหั่นชิ้น	500	กรัม
พริกไทยอ่อน	2	ช่อ

ใบกระเพรา (ตามชอบใส่มากแช่บมาก)

ส่วนผสมน้ำพริกแกงป่า

พริกแดงแห้ง	6	เม็ด
พริกแห้งบางช้าง	3	เม็ด
เกลือ	0.5	ช้อนชา
ตะไคร้ซอย	2	ต้น
ข่าซอย	1	ช้อนชา
ผิวมะกรูด	1	ช้อนชา
พริกไทยขาว	0.5	ช้อนชา
กระเทียม	4	กลีบ
หอมแดง	2	หัว
รากผักชี	1	ราก
กะปิ	1.5	ช้อนชา

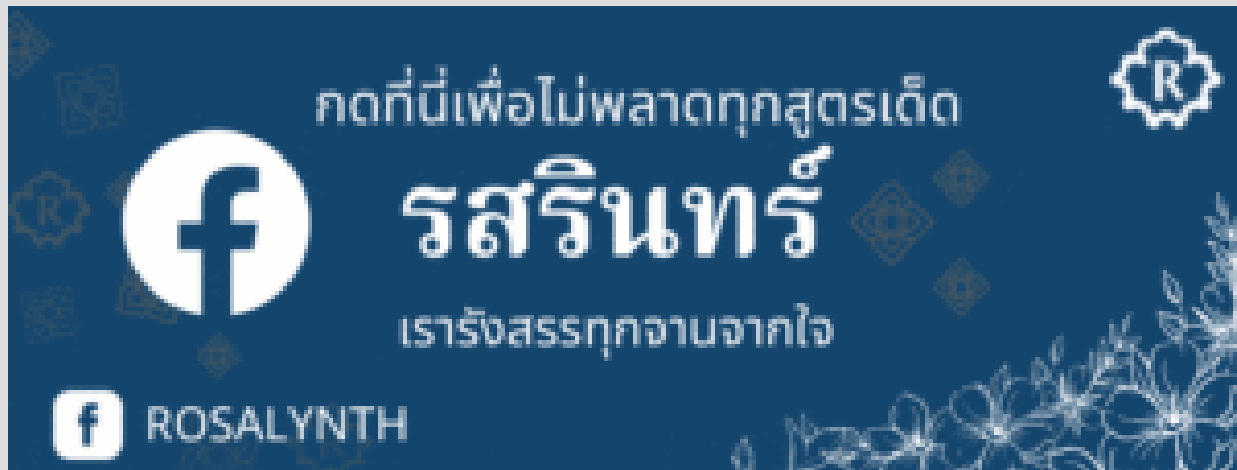
วิธีทำเครื่องแกงป่า

1. นำส่วนผสมเครื่องแกงทุกอย่างมาปั่น หรือโขลกให้ละเอียดพริกไม่เล่นใบ

วิธีทำแกงป่าปลาดุก

1. นำปลามาล้าง uthเกลือให้สะอาด ถ้าเป็นปลาน้ำจืดขูดเมือกออกให้หมดจะไม่เหม็นคาวหั่นเป็นชิ้น
2. ตั้งกระทะนำพริกแกงมาผัดกับน้ำมันเล็กน้อย ผัดจนสุกพริกแกงจะไม่เหม็นเขียวและป่วน
3. ใส่เนื้อสะอาดลงในเครื่องแกงรอเดือด ใส่ปลาลงไป ห้ามคนเด็ดขาดรอจระปลาสุก
4. ใส่ผักต่างๆลงไปเรียกจากสุกยากไปสุกง่าย ข้าวโพดอ่อน มะเขือยาว มะเขือเปาะ มะเขือพวง
5. พอผักเริ่มสุกใส่เครื่องปรุงลงไป น้ำปลา น้ำตาลปี๊บ ใบมะกรูด ชิมรสจนพอใจ
6. ปิดไฟใส่ใบกระเพราลงไป ตักใส่ชาม เสิร์ฟพร้อมข้าวสวยร้อนๆ
7. ทานให้อร่อยนะคะ





อยากรู้สูตรเด็ดเคล็ดลับรสรินทร์ตอนใหม่ๆ อย่าลืมกดไลค์แฟนเพจรสรินทร์ นะคะ
รับรองว่า คุณจะทำอาหารได้อร่อยจนคนทั้งบ้านชมไม่ขาดปากเลยคะ
ขอบคุณที่ติดตามเพจ รสรินทร์ **Rosalyn** นะคะ

Facebook: [RosalynTH](#)

ดูสูตรเด็ดอื่นๆ [หน้าหลักรสรินทร์](#)