

กระทงทอง รสรินทร์ ของว่างสูตรโบราณ



กระทงทอง อาหารว่างสูตรโบราณ

กระทงทอง ของทอดแสนอร่อย

“เมื่อคิดถึงของทอดไทยโบราณ ต้องนึกถึงกระทงทอง

เพราะเป็นเมนูของว่างที่มีความอร่อยครบรส จนยากจะลืมลง”

กระทงทอง ถือเป็นอาหารไทยชาวจังหวัดสุพรรณบุรี ที่หารับประทานได้ค่อนข้างยากในยุคปัจจุบัน เนื่องจากต้องใช้ความพิถีพิถันในการทำ ส่วนใหญ่นิยมทำกระทงทองกันในงานจัดเลี้ยงต่างๆ เนื่องจากกระทงทองมีรสชาติอร่อย และมีหน้าตาสวยงาม ชวนรับประทาน มีลักษณะพอดีคำ รับประทานได้ทั้งเด็กและผู้ใหญ่ ตัวไส้สามารถนำมาดัดแปลงได้หลากหลายไม่ว่าจะใช้เนื้อสัตว์ประเภทต่างๆ เช่น เนื้อหมู เนื้อไก่ เนื้อกุ้ง หรือจะดัดแปลงนำผักหลายๆ ชนิดมาทำเป็นตัวไส้ก็ได้เช่นกัน อย่างเช่น แครอทหั่นเป็นสี่เหลี่ยม ลูกเต๋า หรืออาจจะทำเป็นไส้เห็ดก็อร่อยไปอีกแบบหนึ่ง

Highlight - กระทงทอง

- วิธีทำและลำดับขั้นตอนในการทำกระทงทอง สูตรโบราณ
- เคล็ดลับรสรินทร์ที่ทำให้กระทงทองมีความกรอบอร่อย สวยงาม และการปรุงตัวไส้ต่างๆ ให้อร่อย

สูตรกระทงทอง

แป้งสาลี	2	ถ้วย
ไข่ไก่	1	ฟอง
เกลือ	0.5	ช้อนชา
น้ำตาลทราย	2	ช้อนชา
น้ำปูนใส	0.5	ถ้วย
น้ำมันพืช	3	ถ้วย
น้ำสะอาด	1	ถ้วย

วิธีทำกระทงทอง

- นำแป้ง ไข่แดง เกลือ น้ำตาลทราย น้ำปูนใส และน้ำสะอาด มาละลายคนให้เข้ากัน
- ตั้งกระทะทองเหลืองน้ำมันท่วม ไฟกลางๆ นำพิมพ์กระทงทองลงไปแช่ ให้ร้อน
- พอพิมพ์ร้อน ยกลงจุ่มลงไปในแป้งจนถึงขอบ นำลงทอดสักพักพอเหลืองเขี่ยให้หลุดจากพิมพ์
- ทอดต่อจนกระทะทองเหลืองกรอบ เขี่ยพลิกด้านทอดอีกด้านจนสุก
- ตักขึ้นวางลงบนกระดาษซับมัน เพื่อไล่ไ้ต่อไป

สูตรไส้กระทงทองไส้ไก่

อกไก่	1	ถ้วย
เห็ดหอม	3	ดอก
น้ำตาลทราย	1	ช้อนชา
น้ำปลาดี	1	ช้อนชา
แป้งสาลี	1	ช้อนชา
เมล็ดบัวต้มนสุก	0.5	ถ้วย
น้ำมันพืชสำหรับผัด		

วิธีทำไส้กระทงทองไส้ไก่

- ล้างไก่ให้สะอาดหั่นเป็นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็กๆ แช่น้ำเห็ดหอม เมื่อเห็ดหอมนิ่มแล้ว หั่นเป็นเต๋าเล็กๆเช่นกัน
- ตั้งกระทะไฟกลางนำน้ำมันลงพอประมาณ นำเม็ดบัวไปลงผัดให้สุก พักไว้
- ตั้งน้ำมันพอสมควร ไฟกลางนำเอาไก่ และเห็ดหอมลงผัดให้สุก
- ใส่เครื่องปรุงร น้ำตาลทราย น้ำปลา ชิมรสตามใจชอบ
- นำเม็ดบัวที่ผัดไว้ลงมาคลุกเคล้า ผัดให้เข้ากัน
- ละลายแป้งสาลีกับน้ำพอประมาณ นำลงผัดให้ไส้จับตัวกันพอประมาณ ปิดไฟยกขึ้นเป็นไส้

สูตรไส้กระทงทองไส้กุ้ง

กุ้งสับ	1	ถ้วย
มะพร้าวขาวขูด	1	ถ้วย
สีผสมอาหารสีส้ม	0.25	ช้อนชา
รากผักชีซอย	1	ช้อนชา
กระเทียม	10	กลีบ
พริกไทย	1	ช้อนชา
น้ำปลาดี	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลทราย	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำมันพืชสำหรับผัด		

วิธีทำไส้กระทงทองไส้กุ้ง

- นำเอามะพร้าวผสมกับสีส้ม เคล้าให้เข้ากันอย่าให้มีจุดต่าง พักไว้
- โขลกรากผักชี กระเทียม พริกไทย ให้ละเอียดพักไว้
- ตั้งกระทะลงน้ำมันเล็กน้อย ใส่สามเกลอที่โขลกลงไปผัด ใส่เนื้อกุ้งสับให้พอสุก
- ใส่มะพร้าวขูดลงผัด ปรงรสด้วยน้ำปลา น้ำตาล ชิมรสตามชอบใจ ยกลงเป็นไส้กุ้ง

สูตรไส้กระทงทองไส้หมู

หมูสับ	1	ถ้วย
พริกไทยป่น	1	ช้อนชา
กระเทียมสับ	10	กลีบ
น้ำปลาดี	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลทราย	2	ช้อนโต๊ะ
ผงกะหรี่	2	ช้อนชา
แป้งสาลี	1	ช้อนโต๊ะ
แครอท	200	กรัม
ข้าวโพด	200	กรัม
ถั่วลิ้นเตา	200	กรัม

วิธีทำไส้กระทงทองไส้หมู

- ตั้งน้ำมันพอสมควรไฟกลาง พอร้อน นำกระเทียมลงไป นำเอาหมู ลงไปรวนให้สุก

2. ใส่เครื่องปรุง น้ำตาลทราย น้ำปลา ผงกะหรี่ พริกไทยป่น ชิมรสตามใจชอบ
3. นำแครอท ข้าวโพด ถั่วลันเตา ลงผัดกับเครื่อง ผัดให้เข้ากัน
4. ละลายแป้งสาลีกับน้ำพอบประมาณ นำลงผัดให้ไส้จับตัวกันพอบประมาณ ปิดไฟยกขึ้นเป็นไส้

เคล็ดลับรสรินทร์ กระทงทอง

- ตัวแป้งกระทงทอง จำเป็นต้องคนแป้งทุกครั้งก่อนที่จะนำพิมพ์ลงไปจุ่มแล้วนำไปทอด เพื่อไม่ให้แป้งนอนกัน
- เวลาผัดไส้ ต้องผัดไส้ให้แห้ง เพราะหากไส้มีความแฉะ จะทำให้กระทงทองนิ่มเร็ว ไม่กรอบนาน
- เมื่อจะนำกระทงทองไปทอด ควรแช่ตัวพิมพ์ในน้ำมันที่ร้อนจัดเสียก่อน ก่อนที่จะจุ่มลงในแป้งแล้วนำไปทอด เพื่อให้แป้งติดพิมพ์

กระทงทอง 1 กระทง มีกี่แคลอรี ?

พลังงาน	17.19	กิโลแคลอรี
คาร์โบไฮเดรต	0.98	กรัม
ไขมัน	1.17	กรัม
โปรตีน	0.66	กรัม

ในการทำกระทงทองนั้น สิ่งสำคัญที่สุดจะอยู่ที่การทำตัวแป้งกระทงทอง เพราะตัวกระทงต้องทอดใหม่ๆ หากจะทอดทิ้งไว้ ก็ไม่ควรทิ้งไว้นานเกิน 2 วัน เพราะจะทำให้ตัวกระทงมีกลิ่นเหม็นหืนน้ำมัน และไม่น่ารับประทาน หากต้องการทำจริงๆ ควรแยกตัวไส้ออกจากตัวกระทง เพราะหากนำตัวไส้ใส่เข้าไปในตัวกระทงแล้ว จะนำทำให้ในตัวไส้ซึมลงไปในตัวกระทง ทำให้กระทงทองของเราไม่กรอบ เมื่อใส่ไส้ลงในกระทงแล้ว ควรนำเสิร์ฟทันทีเพื่อความอร่อย และตัวไส้ควรจะผัดให้แห้ง

นอกจากนี้ตัวแม่พิมพ์กระทงทองก็มีความสำคัญเช่นกัน ลักษณะของแม่พิมพ์นั้นจะต้องทำมาจากทองเหลือง แล้วขึ้นรูปเป็นกระทง จะมีลักษณะเป็นรูปร่างกลม หรือเป็นสี่เหลี่ยมทำเป็นจีบๆ ก็ได้ ด้านของตัวแม่พิมพ์ควรทำด้วยไม้ เพื่อให้เวลานำพิมพ์ชุบตัวแป้งลงทอดในน้ำมันจะได้ไม่ร้อนมาถึงมือเรา และเมื่อต้องการจะทอดตัวกระทงทอง จำเป็นต้องแช่พิมพ์ไว้ในน้ำมันที่ร้อนจัดเสียก่อน จากนั้นค่อยจุ่มพิมพ์ลงในแป้ง เพื่อให้แป้งเกาะพิมพ์ แล้วค่อยนำไปจุ่มลงในน้ำมันเพื่อทอด เมื่อแป้งสุก ก็ค่อยๆ แซะแป้งออกจากพิมพ์ แป้งก็จะหลุดออกจากพิมพ์ได้โดยง่าย





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

Facebook: [RosalynTH](#)

ดูสูตรเด็ดอื่นๆ [หน้าหลักรสรินทร์](#)