

8 รสมาม่า ต้นแบบทำอย่างนี้เองง่ายเวอร์



8 รสมาม่า ต้นแบบทำอย่างนี้เองง่ายเวอร์

8 รสมาม่า ต้นแบบทำอย่างนี้เอง วันนี้รสรินทร์ชวนมาทำเมนู ต้นตำรับของเมนูยามยากของเรากันนะคะ มามานั้นเอง รสรินทร์เองก็ทานบ่อยอยู่นะคะ ช่วงสิ้นเดือน (แหะๆ) มันประหยัดและอร่อยมากๆเนอะ วิธีทำก็ง่ายมากๆ แค่นึกของ ใส่มาม่าใส่ซาม และเทเครื่องปรุง เทน้ำร้อน รอสามาที่ ไอ้โห น้ำลายสอเลย อร่อยใหญ่ อร่อยโตเชียวค่ะ

แต่เพื่อนๆ ทราบหรือไม่คะว่า ถ้าเรามีบเพิ่มสักหน่อย มีเวลาเพิ่มอีกนิด เราก็สามารถทำเมนูต้นตำรับกันสบายๆ เลยละคะ แซ่เก็บสูตรกันไว้เลยนะคะ เดือนหน้าดันเดือนเจอกันค่ะ รับรองอร่อย ได้คุณค่าทางอาหารครบถ้วน และ อิ่มอร่อยกันเหมือนหน้าของเป๊าะๆ ละละละ พร้อมแล้ว มือซ้ายควงตะหลิว มือขวาถือหม้อ เตรียมทางสูตร สาวทำเข้าครัวกันเลยละ ไปเลย

มาม่าต้มยำกุ้ง และ มาม่าต้มยำกุ้งน้ำข้น



มามาต้มยำกุ้ง และ มามาต้มยำกุ้งน้ำข้น รสต้มยำกุ้งของมามาเนี่ยละคะ เป็นรสยอดนิยมอันดับแรกๆ ในใจเลยคะ ด้วยรสชาติที่แซ่บจัดจ้าน เปรี้ยวปรืด ทานเป็นบะหมี่ก็ได้ ทานเป็นยำก็ดี ผัดแห้งก็ได้ รสนี้สารพัดประโยชน์สุดๆ วันนี้นั้รสรินทร์จะพามาทำต้มยำ กุ้งนะคะ สูตรนี้ทำได้ทั้งน้ำใส และน้ำข้น ข้อดีของต้มยำ ที่ทำสดๆ คือกลิ่นเครื่องสมุนไพร ของต้มยำเด่นชัดมาก ทานกับกุ้ง เสริมคุณค่าทางโภชนาการด้วยกุ้ง จะแซ่บซี้ดซ้าดแบบ ต้มยำ หรือ แซ่บนวลๆแบบต้มยำกุ้งต้มยำ สูตรไหนก็ฟินคะ

สูตรซุปล้มยำกุ้ง

น้ำสะอาด	5	ลิตร
เปลือกหัวกุ้ง	1000	กรัม
รากผักชี	30	กรัม
ข่า	100	กรัม
ตะไคร้	100	กรัม
น้ำพริกเผา	100	กรัม
ใบมะกรูด	10	กรัม

วิธีทำน้ำซุปล

1. บุกรากผักชี ข่า ตะไคร้ ใบมะกรูดเข้าด้วยกันจนมีกลิ่นหอม ใส่ น้ำมะนาวลงไปเล็กน้อยเพื่อให้ดำ
2. นำน้ำสะอาดขึ้นตั้งไฟกลางพร้อมหัวกุ้ง รอจนเดือดขึ้นตอนนี้ห้ามคนเพราะจะทำให้ซุปลดา
3. ใส่เครื่อง รากผักชี ข่า ตะไคร้ ใบมะกรูดที่เตรียมไว้ ตั้งไฟต่อจนได้กลิ่นหอมสมุนไพรสด
4. เมื่อน้ำซุปลเข้าที่แล้ว กรองกากออก แล้วละลายน้ำพริกเผาในซุปล
5. เวลาเสิร์ฟให้น้ำซุปลมาปรุงกับเครื่องต้มยำต่อไป

ส่วนประกอบเครื่องต้มยำ (สำหรับ 1 ที่)

เส้นก๋วยเตี๋ยวต่างๆ	100	กรัม
กุ้งแม่น้ำ	100	กรัม
เห็ดฟาง	50	กรัม
ข้าวฟ่างเป็นแผ่น	3	กรัม
ตะไคร้ซอย	5	กรัม
ใบมะกรูด	2	ใบ
พริกชี้หูสวนบุบ ตามชอบ		
น้ำปลาดี	30	กรัม
น้ำมะนาว	15	กรัม
น้ำซุปต้มยำ	400	กรัม
น้ำพริกเผา	20	กรัม

วิธีทำต้มยำกุ้ง

- นำน้ำซุปรมาตั้งให้เดือดใส่กุ้งแม่น้ำที่เตรียมไว้
- ใส่เห็ดฟาง ข้าว ตะไคร้ พริกชี้หู
- เมื่อกุ้งและเห็ดสุกดีแล้ว ปิดไฟ ใส่ใบมะกรูด พริกเผา
- ปรุงรสด้วย น้ำปลา น้ำมะนาว ตักพร้อมเสิร์ฟ

เคล็ดลับรสรินทร์

เมื่อทำต้มยำน้ำข้น ให้ใส่นมจืด (สำหรับทำเครื่องดื่ม) และเพิ่มพริกเผา (แนะนำของ จั่ว ฮะ เส็ง) โรยด้วยผักชีใบเลื่อยซอย จะนุ่มนวลแต่ดูดี้น หอมหวาน กลมกล่อมสุดๆ ไปเลยละค่ะ

มาทำหมูสับ



มาमारสหมูสับ เนียนละคะ สดขยอตของอร่อย ด้วยรสชาติคุ้นเคย ด้วยน้ำมันหอมเจียวที่หอมชัดเจนนั่นเป็นเอกลักษณ์ หอมหมูสับลงตัว ออกลูกเค็มพอดี เรียกว่าใส่น้ำร้อนก็น้ำลายไหลรอ ได้เลยคะ จะกินเป็นแบบน้ำ หรือผัดแห้ง หรือ ยำ ก็ไม่เคยทำให้ผิดหวัง แต่สูตรก้วยเตี่ยวน้ำซุ๊ปของรสรินทร์ จะนำเสนอซุ๊ปใสๆ หอมน้ำต้มกระดูกหมู กินสดแข็งๆ คล่องคอ แต่จะหอมจากน้ำมันหอมเจียว และหมูสับหมักกับสามเกลอ ทำเร็วรับประทานง่ายไม่แพ้กันคะ แต่คุณค่าทางอาหารมากกว่ากันเยอะคะ

สูตรก้วยเตี่ยวหมูสับน้ำใส

น้ำสะอาด	5	ลิตร
หมูสับ	1000	กรัม
เส้นก้วยเตี่ยวต่างๆ	1000	กรัม
กระดูกหมู	1000	กรัม
รากผักชี	5	ราก
พริกไทย	2	ช้อนชา
กระเทียม	3	หัว
น้ำตาลกรวด	100	กรัม
เกลือ	1	ช้อนชา
ซีอิ๊วขาว	3	ช้อนโต๊ะ
ซอสฝาเขียว	3	ช้อนโต๊ะ
หอมแดงซอย	3	ช้อนโต๊ะ
น้ำมันสำหรับเจียว	1	ถ้วย

ผักชี ต้นหอมซอย (สำหรับโรยหน้า)

วิธีทำก๋วยเตี๋ยวหมูสับน้ำใส

1. โขลกสามเกลอ รากผักชี กระเทียม พริกไทย ให้ละเอียด พักไว้
2. เอาสามเกลอที่โขลกไว้ครึ่งหนึ่ง ขยำกับหมูสับ ปรงรสด้วยซีอิ๊วขาวให้พอปะแล่ม หมักไว้อย่างน้อยหนึ่งชั่วโมง
3. ตั้งน้ำมันลงกระทะไฟอ่อน เอาหอมซอยที่ซับจนแห้งแล้วลงไป ค่อยๆทอดให้เย็นๆ พอเหลืองทองตักขึ้นพักไว้
4. ใส่ น้ำสะอาดลงไปใหม่ เปิดไฟกลางรอจนน้ำเดือด
5. ใส่กระดูกหมูลงไปเคี่ยว คอยช้อนฟองออก จะทำให้น้ำซุปใส และไม่คาว
6. ปรงรสด้วยเครื่องปรุงรส สามเกลอ น้ำตาลกรวด เกลือ ซีอิ๊วขาว ซอสฝาเขียว ซิมนรสตามชอบ
7. เคี่ยวไปเรื่อยๆ จนน้ำกระดูกละลายในน้ำซุป ได้ซุปหมู สำหรับก๋วยเตี๋ยว
8. ตั้งไฟน้ำเดือดพล่าน นำเส้นก๋วยเตี๋ยวลงไปลวก ตักใส่ชาม
9. ตักหมูสับหมักมาในกระชอน ลงลวกใช้ตะเกียบคนให้หมูแตกเป็นชิ้นเล็กๆ พอสุกแล้วตักใส่ชาม
10. ตักน้ำซุปใสที่เตรียมไว้ลงไป โรยด้วยหอมเจียวและ น้ำมันหอมเจียวซักหนึ่งช้อนชา โรยหน้าด้วยหอมแดง และผักชีซอย

มาม่าหมูต้มยำ



มาม่าหมูต้มยำ นี่คือ อร่อยแบบคุณพระคุณเจ้า เหมือนสั่งก๋วยเตี๋ยวต้มยำปากซอยมาเลย น้ำซุปก็เปรี้ยวจัดจ้านดี (แต่รสรินทร์ก็แอบปรุงเพิ่มไปนิดละ ชอบกินรสจัด) ได้รสชาติ หมูและถั่วบางๆ แต่น้ำซุปยังไม่สู้จะเข้มข้นนัก แต่ก็จัดว่าอร่อยดีทีเดียวละ แต่สูตรที่รสรินทร์เสนอมาประกบ นี่คือ แซ่บจัดจ้าน เปรี้ยวจัดจาดแบบสั่งได้ละ เราจะย่านอกซามแล้วราดน้ำซุปลงไปในชามก๋วยเตี๋ยวเรา เครื่องเคราเราจะจัดเต็ม รวากับถุกหอยนางวัลที่ หนึ่งก็มีปาน เปิดหม้อ

เบิกทัพพืมา หอมรับประทานได้ทั้งหมู่บ้านคะ

สูตรน้ำชุบกระดูกงัวเตี๋ยวหมูต้มยำ

น้ำสะอาด	5	ลิตร
กระดูกหมู	1000	กรัม
รากผักชี	5	ราก
พริกไทย	1	ช้อนชา
กระเทียม	2	หัว
น้ำตาลกรวด	100	กรัม
เกลือ	1	ช้อนชา
กระเทียมดอง	2	หัว

วิธีทำน้ำชุบกระดูกงัวเตี๋ยวหมูต้มยำ

- 1. โขลกสามเกลอ รากผักชี กระเทียม พริกไทย ให้ละเอียด พักไว้
- 2. ใส่น้ำสะอาดลงไปในหม้อ เปิดไฟกลางรอจนน้ำเดือด
- 3. ใส่กระดูกหมูลงไปเคี่ยว คอยช้อนฟองออก จะทำให้น้ำชุบใส และไม่คาว
- 4. ปรงรสด้วยเครื่องปรงรส สามเกลอ น้ำตาลกรวด เกลือ กระเทียมดอง ชิมรสตามชอบ
- 5. เคี่ยวไปเรื่อยๆ จนน้ำกระดูกละลายในน้ำชุบ ได้ชุบหมู สำหรับกัวยเตี๋ยวต้มยำ

สูตรหมูหมัก

หมูส่วนสะโพก	1	กิโลกรัม
เบคกิ้งโซดา	1	ช้อนชา
น้ำสะอาด	0.5	ถ้วย
น้ำตาลทราย	3	ช้อนชา
เกลือ	1	ช้อนชา
แป้งมันฮ่องกง	2	ช้อนโต๊ะ
ไข่ขาว	1	ฟอง
พริกไทยป่น	1	ช้อนชา

วิธีหมักหมู

- 1. หั่นสะโพกหมูเป็นชิ้นพอดีคำ ให้แล่ขวางลายกล้ามเนื้อ เนื้อจะไม่เหนียว
- 2. ละลายเบคกิ้งโซดาเข้ากับน้ำ คนให้ละลาย
- 3. ใส่น้ำละลายเบคกิ้งโซดา เข้ากับหมู นวดจนน้ำเข้ากับเนื้อหมู

- ใส่เครื่องปรุงลงไปนวด น้ำตาลทราย เกลือ แป้งมันฮ่องกง พริกไทยป่น ลงไปคลุกเคล้าให้เข้ากัน
- ตรวจสอบว่าหมูยังแห้งหรือไม่ ถ้าแห้งใส่น้ำที่ละน้อยจนจนเข้าเนื้อ
- ใส่ไข่ขาวลงไปสุดท้าย หมักทิ้งไว้ในอุณหภูมิห้อง อย่างน้อยหนึ่งชั่วโมง จึงนำไปใช้งาน

สูตรก๋วยเตี๋ยวหมูต้มยำมะนาว

เส้นก๋วยเตี๋ยวต่างๆ	1000	กรัม
น้ำซุป	0.5	ถ้วย
ตับต้มสุกหั่นชิ้น	300	กรัม
ถั่วงอก	500	กรัม
ลูกชิ้นหมู	500	กรัม
หมูหมัก	500	กรัม
ปลาเส้น (ฮื่อก้วย)	300	กรัม
หมูสับ	500	กรัม
เครื่องจิ้ม (ตามชอบ)		

สูตรเครื่องยำก๋วยเตี๋ยวต้มยำมะนาว

ถั่วลิสงป่น	1	ช้อนโต๊ะ
น้ำมันกระเทียมเจียว	0.5	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลทราย	1	ช้อนโต๊ะ
พริกป่น	1	ช้อนชา
น้ำส้มพริกแดง	0.5	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลา	1	ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	1	
ต้นหอมซอย (ตามชอบ)		
ผักชีซอย (ตามชอบ)		
ตั้งฉ่าย (ตามชอบ)		

วิธีทำก๋วยเตี๋ยวต้มยำมะนาวสด

- หยิบเส้นก๋วยเตี๋ยวใส่ในตะกร้อ ลวกให้สุก ตักใส่ในชาม
- หยิบหมูสับ (ควรหมักก่อน) มากสักหน่อย และลูกชิ้น หมูหมัก ฮื่อก้วย ลวกให้สุก ใส่ลงชาม
- ลวกถั่วงอก ให้พอสุก ใส่ชาม
- เตรียมเครื่องยำก๋วยเตี๋ยว โดยใส่แก้ว หรือชามยำ ตักเครื่องยำก๋วยเตี๋ยว ถั่วลิสงป่น พริกป่น น้ำตาลทราย

- น้ำส้ม น้ำปลา น้ำมะนาว ลงในแก้ว
5. ตักน้ำซุปลงในแก้ว สักครึ่งกระบวย คนให้ส่วนผสมทั้งหมดเข้ากัน เทลงในชามก้วยเตี่ยว
 6. จัดเสิร์ฟ โรย ต้นหอม ผักชีซอย ตั้งฉ่าย(ตามชอบ) และน้ำมันกระเทียมเจียว ใส่เกี๊ยวกรอบลงไปด้วย

มาม่าหมูน้ำตก



มาม่าหมูน้ำตก รสน้ำสรินทร์ขอตอบมือให้คนคิดรวนี้จริงๆค่ะ อร่อยติดใจมาก น้ำซุปลเค้าเข้มข้น เหมือนไปสั่งก้วยเตี่ยวหมูน้ำตกจริงๆ น้ำซุปลมีรสเผ็ดนิดๆ เค็มหน่อยๆ ได้อารมณ์หมูน้ำตก รสนรินทร์ขอเอาสูตร เต็มก้วยเตี่ยวหมูน้ำตก สูตรทำขายตัวจริงเสียงจริงมาจนค่ะ ไม่งั้นจะไม่สมศักดิ์ศรีความอร่อยของเขา ขอจัดเอาหมูตุ๋นข้าวต้ม ตั้งๆ หนึบหนับเคี้ยวมันส์ ลูกชิ้นหมูแท้ง และซุปลก้วยเตี่ยวข้นๆ หอมๆ เครื่องเทศ ทั้งไทย และจีนเลยคะ อร่อยล่องลอยแน่นอนค่ะ

สูตรหมูตุ๋น ก้วยเตี่ยวหมูน้ำตก

เนื้อหมูส่วนข้าวต้ม	1000	กรัม
น้ำสต็อกหมู	1500	กรัม
อบเชย	4	แท่ง
โป๊ยกั๊ก	5	ดอก
ใบกระวาน	5	ใบ
ใบเตย	5	ใบ

ข้าวทุบ	1	แฉ่ง
ตำไคร้ทุบ	2	ต้น
ซีอิ๊วขาว	0.5	ถ้วย
ซีอิ๊วดำ (สูตร1)	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลปี๊บ	0.5	ถ้วย
เกลือ	1	ช้อนชา
พริกไทยป่น	1	ช้อนชา

วิธีทำหมูตุ๋น

- ตั้งกระทะแบน เปิดไฟอ่อนคั่วเครื่องพะโล้ อบเชย โป๊ยกั๊ก ใบกระวาน เมื่อหอมแล้ว ใส่ลงไปน้ในหม้อผ้าขาวบาง
- ล้างหมู ส่วนขั้วดับให้สะอาด หั่นเป็นชิ้นขนาดพอดีคำ สะเด็ดน้ำพักไว้
- ตั้งหม้อให้น้ำเดือด ใส่เครื่องสมุนไพรทุบลง ข้าว ใบมะกรูด ใบเตยมัด ลงไปรอให้น้ำเดือด
- ใส่ ขั้วดับหมูลงไป เคี่ยวให้นุ่ม คอยช้อนฟองออก
- นำถุงเครื่องพะโล้ลงไปน้ในหม้อ ปรงรส ซีอิ๊วขาว ซีอิ๊วดำ น้ำตาลปี๊บ เกลือ พริกไทยป่น ชิมรสตามชอบ
- ลดไฟลง ตุ๋นไปเรื่อยๆ จนหมูเปื่อยนุ่ม เป็นหมูตุ๋นใส่ถ้วยเสิร์ฟ

สูตรก๋วยเตี๋ยวหมูตุ๋น

เส้นก๋วยเตี๋ยว ต่างๆ	1000	กรัม
น้ำสต็อกหมู	5000	กรัม
กระเทียม	1000	กรัม
หมูตุ๋น	1000	กรัม
เนื้อหมูหมัก	1000	กรัม
ตับหมู	500	กรัม
หัวไชเท้า	1	หัว
ลูกชิ้นหมู	500	กรัม
เลือดหมูสด	500	กรัม
ตะไคร้	2	ต้น
รากผักชี	50	กรัม
กระเทียม	50	กรัม
พริกไทยขาว	50	กรัม
ใบเตย	100	กรัม
ข้าว	100	กรัม
อบเชย	50	กรัม

ลูกผักชี	10	กรัม
โป๊ยกั๊ก	10	แท่ง
พริกหอมจีน (ขวงเจีย)	10	กรัม
ผงพะโล้	20	กรัม
นมจืด (ทำเครื่องดื่ม)	0.5	กระป๋อง
เต้าหู้ยี้	100	กรัม
ซีอิ๊วขาว	30	กรัม
ซีอิ๊วดำ (สูตร 1)	40	กรัม
ซอสฝาเขียว	30	กรัม
น้ำตาลปีบ	100	กรัม
น้ำตาลกรวด	50	กรัม

ผักใส่ถ้วยเดียว

ผักบุ้งไทยซอยท่อนเล็กๆ	1000	กรัม
ถั่วงอก	1000	กรัม
โหระพา (ตามชอบ)		
มะระขยอ (ตามชอบ)		
กากหมูเจียว (ตามชอบ)		

วิธีทำถ้วยเดียวหมูน้ำตก

- ตั้งกระทะแบน เปิดไฟอ่อนคั่วเครื่องพะโล้ อบเชย ลูกผักชี โป๊ยกั๊ก พริกหอม เมื่อหอมแล้ว ใส่ลงไปในห้องข้าวขาว
- ตั้งหม้อให้น้ำสะอาดให้เดือด ใส่กระดูกหมูลงไป ค่อยๆเคี่ยว หมั่นคอยตักฟองออก
- ใส่เครื่องสมุนไพรทุบลง ข้าว ใบมะกรูด ใบเตยมัด และหัวไชเท้า ลงไปรอให้น้ำเดือด
- ปรุงรสด้วยเครื่องปรุงรสทั้งหมด ซีอิ๊วดำ ซีอิ๊วขาว น้ำตาล ซอสฝาเขียว เต้าหู้ยี้ให้ละลาย เคี่ยวจนเข้ากันเดือดพล่าน
- เมื่อซุปรถ้วยเดียวหมูเดือดแล้ว ใส่นมจืด (ทำเครื่องดื่ม) ลงไป เคี่ยวส่วนผสมให้เข้าเนื้อคะ เป็นน้ำซุปรถ้วยเดียว
- เตรียมเลือดหมู โดยการขยำกับตะไคร้ทุบ ขยำให้ตะไคร้ไปดับคาวเลือดหมู พักไว้ทำถ้วยเดียวน้ำตก
- หยิบเส้นใส่ในกระชอน ลวกเส้นในน้ำเดือดให้สุก ใส่ไว้ในชาม
- หยิบเนื้อหมูหมัก ลูกชิ้น ตับ มาลวกในน้ำเดือด ลวกไปซักพักหยิบ ผักบุ้ง และถั่วงอก ลงลวก ตักใส่ชาม
- ตักหมูตุ๋นใส่ในชาม ตักเลือด 1 ช้อนโต๊ะใส่ลงในกระบวย ใช้กระบวยนั้นตักน้ำซุปรที่เดือดพล่าน ใส่ลงในจานให้น้ำซุปรลวก
- จัดเสิร์ฟ โรยน้ำมันเจียวกากหมู ทานคู่กับ แคบหมู หรือเกี๊ยวกรอบ เนมกับ โหระพา ถั่วงอกดิบ หรือมะระขยอ ตามชอบ

มามาเปิดพะโล้



มามาเปิดพะโล้ รสนี้เป็นรสที่มีมานาน แต่เป็นตัวเลือกรองๆ ของรสรินทร์ค่ะ จุดเด่นคือน้ำซุป หอมเป็นน้ำพะโล้ชัดเจน และรสชาติเค็มชัดเจนน เช่นเดียวกันค่ะ เป็นบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปรสที่เรียกว่า ยี่ห้ออื่นไม่ค่อยทำมาทาบไลน์เขาเท่าไร ถ้าคิดอยากทานก้วยเตี่ยวเปิด แต่ทรัพย์จางหรือ ดึกแล้วก็แก้ขัดได้ดีทีเดียวค่ะ สูตรก้วยเตี่ยวเปิดพะโล้ ที่รสรินทร์เอามาประกบ อาจจะซับซ้อนเสียหน่อยนะคะ เรียกว่าเป็นเมนูโชว์สกิลค่ะ เรียกเสียงปรบมือท่ายากกันไปค่ะ แต่สูตรนี้เป็นต้นตำรับแต่จิวแท้ๆ นะคะตรุษจีน สารทจีนก็ไม่ต้องไปสั่งเปิดที่ไหนแล้วค่ะ ทำเองได้สบายๆ

สูตรก้วยเตี่ยวเปิด

สูตรน้ำซุปลก้วยเตี่ยวเปิด

อบเชย 4	4	แท่ง
โป๊ยกั๊ก	10	ดอก
ชาหั่นแฉ่น	8	แฉ่น
ลูกผักชีตัว	2	ช้อนชา
ใบเตย	4	ใบ
เก๋ากี้ (ตามชอบ)		
น้ำซุปลไก่ (หรือน้ำสะอาด)	10	ถ้วย
ซีอิ๊วดำ	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำมันหอย	4	ช้อนโต๊ะ
ซีอิ๊วขาว	4	ช้อนโต๊ะ

วิธีทำน้ำซุปรก้วยเดียวเปิด

1. คั่วอบเชย โป๊ยกั๊ก ลูกผักชี ด้วยไฟอ่อนจนมีกลิ่นหอม ใส่ถุงผ้าพับไว้
2. ใส่ น้ำซุปรดตั้งไฟกลาง ใส่ถุงเครื่องเทศ เครื่องปรุงรสทั้งหมดลงไป เคี่ยวจนน้ำซุปรเข้ากันดีหอมหวาน

สูตรเปิดพะโล้

เปิดทั้งตัวทำความสะอาด	1	ตัว
ซีอิ๊วดำหวาน (สูตร1)	4	ช้อนโต๊ะ
เกลือ	1	ช้อนโต๊ะ
ผงพะโล้	1	ช้อนโต๊ะ
น้ำมัน	3	ช้อนโต๊ะ
หัวหอม	4	หัว
กระเทียม	7	กลีบ
อบเชย	1	แท่ง
ขิงหั่นแว่น	5	แว่น
ข่าหั่นแว่น	5	แว่น
ผักชี (สำหรับแต่งหน้า)		

เครื่องปรุงรสเปิดพะโล้

น้ำตาลทราย	5	ช้อนโต๊ะ
ซีอิ๊วขาว	5	ช้อนโต๊ะ
ซีอิ๊วดำ	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำสะอาด	2	ลิตร
ใบกระวาน	3	ใบ
เปลือกส้มแห้ง	3	แผ่น

วิธีทำเปิดพะโล้

1. ให้เตรียมเปิด 1 วันก่อนทำกรตุน, ทาเปิดทั้งตัวด้วยซีอิ๊วดำ เกลือ ปลดผงพะโล้ให้ทั่ว
2. พักเปิดและตากลมให้แห้งทั้งไว้ 1 คืนหรือ แช่ไว้ในตู้เย็น
3. ตั้งน้ำมันด้วยไฟกลาง ใส่หัวหอม และกระเทียม 2-3 นาทีให้มีกลิ่นหอม ใส่อบเชย ขิง ข่า ลงไปทอดจน

กระทั่งได้น้ำมันที่มีกลิ่นหอมสมุนไพร

- เอาเปิดลงในหม้อต้ม โดยเอาฝักอกเปิดขึ้นมา เหน้าให้มิดเปิด ใส่เครื่องปรุงเปิดพะไล่ลงตุ๋นเปิด ประมาณ ชั่วโมงครึ่ง จนกระทั่งเปิดสุกและนุ่มดี
- เมื่อเปิดสุกดีแล้วเอาออกจากน้ำพะไล่ ฝักไว้ให้แห้ง สับหรือหั่นชิ้นพักไว้

เครื่องถ้วยเตี่ยวเปิด

- เส้นถ้วย (เส้นเล็ก เส้นใหญ่ เส้นหมี่ บะหมี่ตามชอบ)
- ถั่วอกเด็ดหาง
- เปิดพะไล่ (หั่นชิ้นตามชอบ)
- เลือด ตับ กุ้ง (ตุ๋นในน้ำซุปลเปิด ตามชอบ)
- พริกไทย (สำหรับโรยแต่งหน้า)
- กระเทียมเจียว (สำหรับโรยแต่งหน้า)
- ต้นหอม ผักชีซอย (สำหรับโรยแต่งหน้า)

วิธีทำถ้วยเตี่ยวเปิด

- ลวกเส้นถ้วยเตี่ยว ตามด้วยถั่วอกลงซาม
- จัดเปิดหั่นชิ้น ลงไปในซามให้สวยงาม ตามด้วยเลือด เครื่องใน
- จากนั้นโรย กระเทียมเจียว พริกไทย ต้นหอมรากผักชี ตามชอบ
- ตักน้ำซุปลหนึ่งกระบวยร้อนๆ ราดบนถ้วยเตี่ยวเปิด

มาฆ่าเย็นตาโฟหม้อไฟ



มาว่าเย็นตาโฟต้มยำหม้อไฟ อะหุยหน้าตาของสีชมพูน่ารัก พอลิ้งชิมที่ไหนได้รสชาติเข้มข้น ตบจูบเผ็ด ต่างจากรูปลักษณ์มาก ได้รสและกลิ่นของเย็นตาโฟ ชัดเจนแต่ แตกต่างออกไปจาก ร้านก้วยเตี๋ยเย็นตาโฟที่เราทานกันข้างทางคะ สูตรที่จะมาประกบคือ ก้วยเตี๋ยเย็นตาโฟ ร้านอร่อยที่ทำขอเองคะ ปลอดภัยไร้สีแน่นอน อร่อยด้วยเครื่องแน่นๆ ผักนึ่งกรอบๆ เต้าหู้ยี้หอมๆ ลองทำทานกันดูนะคะ ใครๆก็ทำได้ไม่ยากอย่างที่คิดคะ

สูตรน้ำซุปรเย็นตาโฟ

น้ำสต็อกหมู	5	ถ้วย
รากผักชี	5	ราก
หัวไชเท้า	1	หัว
เกลือ	1	ช้อนชา

สูตรน้ำซอสเย็นตาโฟ

เต้าหู้ยี้แดง	3	ก้อน
กระเทียม	2	กลีบ
รากผักชี	1	ราก
น้ำส้มสายชู	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลทราย	3	ช้อนโต๊ะ
เกลือ	0.5	ช้อนชา

เครื่องเย็นตาโฟ

ผักนึ่งไทย 2 ถ้วย	1	ถ้วย
เส้นใหญ่ 400 กรัม	200	กรัม
ปลาหมึกกรอบ 8 ชิ้น	4	ชิ้น
เลือดหมูก้อน 8 ชิ้น	4	ชิ้น
ลูกชิ้นปลา 8 ลูก	4	ลูก
เกี๊ยวปลา 8 ตัว	4	ตัว
เต้าหู้พวงทอด 8 ชิ้น	4	ชิ้น
เกี๊ยวทอดกรอบ 8 ชิ้น	4	ชิ้น

พริกน้ำส้มเย็นตาโฟ

พริกสด	7	เม็ด
กระเทียม	5	กลีบ

เกลือ

2

ช้อนชา

น้ำส้มสายชู

0.5

ถ้วย

วิธีทำเย็นตาโฟ

1. นำน้ำสะอาด หรือสต็อกหมู ตั้งไฟกลาง ใส่หัวไชเท้าหั่นแว่น รากผักชี กระเทียมบดลงไปเคี่ยว จะได้น้ำซุปใส
2. วิธีทำซอสเย็นตาโฟ น้ำส่วนผสมซอสเย็นตาโฟไปปั่นให้ละเอียดเนียน เสร็จแล้วพักไว้
3. วิธีทำพริกน้ำส้ม เอาส่วนผสมลงไปปั่นพอแหลก ไม่ต้องละเอียดมาเสร็จแล้วพักไว้
4. ลวกเส้นใหญ่ในน้ำเดือด พอใกล้สุกแล้วหยิบผักบุ้งลงไปลวกด้วย ใส่ซอสไว้
5. ลวกปลาหมึกกรอบ เลือดหมู ลูกชิ้นปลา เกี้ยวปลา ใส่ซอส
6. ตักซอสเย็นตาโฟใส่ หากชอบรสชาติจัดจ้านใส่พริกน้ำส้ม
7. ตักน้ำซุปร้อนๆราด ใส่เต้าหู้ทอด และเกี้ยวกรอบ พร้อมเสิร์ฟพร้อมๆ

มามาแกงเขียวหวาน



มามาแกงเขียวหวานไก่ รสนี้ของมามาณะคะ นุ่มนวลกลมกล่อม ไม่เผ็ดหอมเครื่องแกงกำลังดีคะ เป็นอีกรสรองๆ ที่รสรินทร์ชอบนะคะ รสชาติอาจจะไม่ได้เข้มข้นจัดจ้าน แบบแกงเขียวหวานที่เราทานกับขนมจีนแท้ๆ แต่เรียกว่า พอกลิ้มกล้ม แกงเขียวหวานเวลาที่ยากทานได้เลิศทีเดียวคะ สูตรแกงเขียวหวานที่รสรินทร์จะนำเสนอแนะคะ เป็น แกงเขียวหวานตำรับ โบราณแท้ๆ คะรสชาติหอมหวานด้วยเครื่องแกงโขลก กะทิสดๆ รสชาติจะเข้มข้นจัดจ้าน หอม จนลิ้มแกงลงไปได้เลยคะ ลองทำดู ทำบุญ หรือทำบุญเลี้ยงพระคราวหน้า ไชว์ฝีมือได้เลยคะ ทำไม่ยากแต่อร่อยโอ พาร

สูตรเครื่องแกงแกงเขียวหวาน

ลูกผักชี	1	ช้อนโต๊ะ
ยี่หระ	1	ช้อนชา
ขมิ้นผง	0.5	ช้อนชา
พริกไทยขาวเม็ด	5	เม็ด
พริกขี้หนูสวนสีเขียว	30	เม็ด
เกลือป่น	1	ช้อนชา
ข่าแก่หั่นละเอียด	1	ช้อนชา
ตะไคร้ซอย	1	ช้อนโต๊ะ
ผิวมะกรูดหั่นละเอียด	1	ช้อนชา
รากผักชีซอย	1.5	ช้อนชา
กระเทียมสับ	4	กลีบ
หอมแดงซอย	2	หัว
กะปิ	1.5	ช้อนชา

วิธีทำเครื่องแกงเขียวหวาน

1. คั่วลูกผักชี ยี่หระ และพริกไทย ให้หอม ก่อนนำมาโขลกให้ละเอียด
2. ห่อกะปิเคยดี ด้วยใบตอง ปิ้งจนหอมก่อนนำมาโขลกกับเครื่องแกง
3. นำเครื่องแกงที่เตรียมไว้มาโขลกให้ละเอียดให้เครื่องแกงเนียนเป็นเนื้อเดียวกัน

เคล็ดลับรสรินทร์

- ถ้าเครื่องแกงสีเขียวไม่พอสวยไส่ใบพริกได้เล็กน้อยเพื่อเพิ่มสีแกงให้สวยงาม
- บางตำราสามารถใส่ใบกะเพราลงไปโขลกเล็กน้อยได้เพื่อเพิ่มกลิ่นและสี ผิวมะกรูดต้องฝานไม่ให้มีเนื้อสีขาวติดเพราะจะทำให้แกงขม

ส่วนประกอบแกงเขียวหวาน

น้ำมันพืช	3	ช้อนชา
เครื่องแกงเขียวหวาน	4	ช้อนโต๊ะ
กะทิ	3	ถ้วย
เนื้อไก่สับ	500	กรัม
น้ำปลาดี	3	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลปี๊บ	2	ช้อนโต๊ะ
มะเขือเปาะ	10	ลูก

มะเขือพวง ตามชอบ

พริกชี้ฟ้าแดงซอย

ใบโหระพา

ใบมะกรูดฉีก

5

2

3

เม็ด

หยิบมือ

ใบ

วิธีทำแกงเขียวหวาน

1. เคี่ยวหางกะทิกับเนื้อสัตว์ให้เปื่อย (ถ้าเนื้อสัตว์ประเภทหมู หรือ เนื้อ ยกเว้นไก่ ไม่ต้องเคี่ยวในหางกะทิ)
2. นำเครื่องแกงมาผัดกับน้ำมันให้หอมเข้ากันค่อยๆ หยอดหัวกะทิจนแตกมันลอยหน้าเล็กน้อย
3. ผัดจนเครื่องแกงหอมและสุกจะไม่ทำให้แกงมีรสปร่า (ถ้าทำแกงเขียวหวานไก่ให้ใส่ไก่ลงไปรวนกับเครื่องแกงในขั้นตอนนี้)
4. นำเครื่องแกงผัดที่ได้ที่แล้วลงในหม้อหางกะทิและเนื้อสัตว์
5. เมื่อทุกอย่างเข้ากันดีแล้วใส่ผักและมะเขือเปราะและมะเขือพวง
6. ปรงรสด้วยน้ำปลาดี และน้ำตาลปีบเล็กน้อยให้มีรสหวาน มันหอมกลมกล่อม ไม่ควรมีรสใดรสหนึ่งแหลมออกมา
7. ใส่พริกชี้ฟ้าที่หั่นแฉลบ และใบโหระพา และใบมะกรูดปิดไฟทันที
8. จัดเสิร์ฟลงชาม สามารถทานได้กับขนมจีน, ข้าวสวยร้อนๆ หรือแป้งโรตีย่อยๆ เข้ากัน

เคล็ดลับรสรินทร์

- เพื่อป้องกันแกงเขียวหวานมีสีดำลงเมื่อทิ้งไว้ให้ใส่ผงขมิ้นลงไปเวลาผัดเครื่องแกงเล็กน้อยเพื่อดึงสีให้เขียวเหลืองดูน่ารับประทาน
- มะเขือเปาะและมะเขือพวงเมื่อหั่นและโดนอากาศจะมีสีดำทำให้แกงมีสีคล้ำไม่สวย
- เมื่อหั่นเสร็จควรแช่ด้วยน้ำผสมน้ำเกลือเพื่อป้องกันมะเขือดำ และทำให้แกงไม่เปลี่ยนสี





กดที่นี่เพื่อไม่พลาดทุกสูตรเด็ด

รสรินทร์

เรารังสรรค์ทุกจานจากใจ

 ROSALYNTH



อยากรู้สูตรเด็ดเคล็ดลับรสรินทร์ตอนใหม่ๆ อย่าลืมกดไลค์แฟนเพจรสรินทร์ นะคะ

รับรองว่า คุณจะทำอาหารได้อร่อยจนคนทั้งบ้านชมไม่ขาดปากเลยคะ
ขอบคุณที่ติดตามเพจ รสรินทร์ Rosalyn นะคะ

Facebook: [RosalynTH](#)

ดูสูตรเด็ดอื่นๆ [หน้าหลักรสรินทร์](#)