ขนมถั่วแปบ สีสันสดใส ใครๆก็อยากกิน



ขนมถั่วแปบ สีสันสดใส ใครๆก็อยากกิน

ขนมถั่วแปบ (mung bean rice crepe) รสรินทร์ตจะนำเสนอเมนูขนมไทย นั่นคือขนมถั่วแปบสายรุ้ง ขนมสีสวยที่ปัจจุบันดัดแปลงให้มีสีมากขึ้น จะมีสีฟ้า สีชมพู สีเหลือง ใครได้ชิมต้องพากันหลงรัก ตัวแป้งเหนียวนุ่ม ห่อกับถั่วเขียวซีกเลาะเปลือกนึ่ง โรยน้ำตาลก่อนกิน เพื่อนๆสามารถ เปิดสูตรและทำตามได้เลยค่ะ ความอร่อยของสูตรนี้เอาไปเลยค่ะ ระดับมิชิลินสตาร์

ส่วนสีของขนมถั่วแปบ แล้วแต่ที่จินตนาการจะรังสรรค์ นำส่วนผสมอะไรมาผสมกับแป้งข้าวเหนียว คลุกกับน้ำตาลทราย มะพร้าว งา เป็นขนมหวานของไทยที่มีรสชาติไม่หวานมาก เพื่อไม่ให้เป็นการเสียเวลา ไปลุยกันเลย มาทำขนมถั่วแปบสายรุ้งกัน นึกถึงเมนูนี้ทีไร อดใจไม่ไหวทุกที มาค่ะ ดาวน์โหลดสูตร มือขวาควงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวเท้าก้าวเข้าครัวไปกับเมนูขนมถั่วแปบสายรุ้งกันเลยค่ะ



สูตรขนมถั่วแปบ

มะพร้าวทึนทึกขูด	2	ถ้วย
เกลือป่น	1	ช้อนชา

สูตรขนมถั่วแปบ

น้ำตาลทราย	3	ช้อนชา
แป้งข้าวเหนียว	1	ถ้วย
น้ำใบเตย	1/4	ถ้วย
น้ำตาลทราย (สำหรับโรยหน้า)		
งาคั่ว(สำหรับโรยหน้า)		
ใบเตย (สำหรับแต่งสี)		
ดอกอัญชัน(สำหรับแต่งสี)		
ฟักทอง (สำหรับแต่งสี)		
น้ำหวานสีแดง(สำหรับแต่งสี)		
มะนาว (สำหรับแต่งรส)		



วิธีทำขนมถั่วแปบ

เอาถั่วเขียวที่เลาะเปือกต่อจากนั้นล้างให้สะอาด และแช่น้ำไว้สัก1/2ชั่วโมง

ระหว่างแช่ถั่ว เราก็มาขูดมะพร้าว ใช้มือแมวขูด ขูดเบาๆมือ อย่ากดแรง เดี๋ยวมะพร้าวจะกระด้าง แข็ง และจะไม่อร่อย

หลังจากนั้น นำถั่วใส่ลังถึงนึ่ง นึ่งให้สุก พอสุกแล้วยกลง ปล่อยไว้ให้เย็น

ระหว่างรอถั่วเย็น เราเอามะพร้าวที่เราขูดจากนั้น เอาไปใส่ลังถึงนึ่ง รองด้วยผ้าขาวบาง ใส่มะพร้าว และโรยเกลือลงไปด้วย อย่าใส่เยอะเดี๋ยวเค็ม คลุกเคล้าให้ทั่ว นึ่งทิ้งไว้สักประมาณ 15 นาที

ระหว่างรอมะพร้าวนึ่ง ก็มานวดแป้งเพื่อทำตัวขนม โดยเราจะใช้แป้งข้าวเหนียว เติมน้ำทีละน้อย

ถ้าต้องการสีเขียว ก็เอาใบเตยล้างให้สะอาด แล้วนำมาปั่น

ถ้าต้องการสีฟ้า ก็เอาดอกอัญชันแช่น้ำ

ถ้าต้องการสีแดง ใช้น้ำหวานสีแดงผสม

ถ้าต้องการสีม่วง ก็เอาดอกอัญชันแช่น้ำ และบีบมะนาวลงไป น้ำจะกลายเป็นสีม่วง

ถ้าต้องการสีเหลือง ก็เอาฟักทองต้มให้สุกเพื่อแกะเอาเนื้อฟักทอง

อยากได้แป้งสีไหน ก็ทำตามนั้น และนำเอาน้ำมานวดกับแป้ง ก็จะได้แป้งสีตามใจชอบ เราจะไม่ใช้สีผสมอาหาร

วิธีการนวดแป้ง อย่าให้แป้งเหลว เอาให้พอดี นุ่มๆมือ ต่อจากนั้นเราเอามะพร้าวที่นึ่งมาผึ่งลมให้เย็น พอเย็นต่อจากนั้นเราเอามาคลุกผสมกับถั่วเหลืองที่นึ่งไว้

นำใส่ถาดแผ่ๆออก เอาน้ำใส่หม้อ ต้มให้เดือด พอน้ำเดือดหลังจากนั้นหรี่ไฟอ่อน ปั้นแป้งที่นวดไว้แผ่เป็นแบนๆ ต้มลงไปในหม้อ รอให้ตัวแป้งลอยขึ้นมา เอาตะแกรงช้อนแป้งขึ้น ผึ่ง รอให้น้ำสะเด็ด

น้ำสะเด็ดแล้ว ก็เอาไปใส่ถาดที่มีถั่วกับมะพร้าว แล้วเราก็เอาถั่วเหลืองใส่ตัวแป้งห่อเป็นรูปคล้ายกะหรี่ปั๊บ ห่อเสร็จก็คลุกกับถั่วมะพร้าวในถาด

เสร็จหลังจากนั้นจัดเรียงใส่จาน เวลาเราจะทานก็เอาน้ำตาลคลุกกับงาโรยหน้า งาต้องเอาไปคั่วให้เหลือง หลังจากนั้นก็ใส่ครกโขลกพอแตก อย่าจนกระทั่งละเอียดมาก เพราะเวลาทานจะได้มีความหอมของงา ทานให้อร่อยนะคะ



เคล็ดลับรสรินทร์

- เทคนิคการทำขนมถั่วแปบให้ง่ายและอร่อยนั้น การนวดแป้งด้วยน้ำอุ่นจะช่วยให้แป้งเหนียวนุ่มมากขึ้น
- พายสำหรับปาดนั้นจะต้องแช่ในน้ำเสมอ เพราะถ้าใช้พายแห้งเมื่อแซะแป้งอาจจะขาดได้

ขอขอบคุณข้อมูล – คุณ แม่อ้อ จาก MThai

วัตถุดิบขนมถั่วแปบ

มะพร้าวทึนทึกขูด

มะพร้าวทึนทึก คือมะพร้าวกลางอ่อนกลางแก่ มีเปลือกสีค่อนข้างขาว ควรเลือกกะลาที่มีสีน้ำตาลอ่อน จะทำให้ได้เนื้อมะพร้าวที่มีลักษณะอ่อนนุ่ม หวาน รับประทานอร่อย และจะต้องขูดด้วยมือแมว นอกจากนี้ยังทำมะพร้าวขูด โดนการนำมาสับให้ละเอียดก่อนนำไปใช้

น้ำตาลทราย

น้ำตาลทราย ทำจากอ้อย มีรสหวานแหลม มีทั้งเม็ดละเอียด และเม็ดหยาบ นิยมใช้น้ำตาลทรายขาว เพื่อให้อาหารมีสีสวย ใสไม่ขุ่นมัว โดยสามารถนำมาทำน้ำเชื่อมและใช้ประกอบอาหารได้เช่นกัน

แป้งข้าวเหนียว

แป้งข้าวเหนียว เป็นแป้งที่ทำมาจากเมล็ดข้าวเหนียว มีลักษณะเป็นผงสีขาว จับแล้วสากมือเล็กน้อย ลักษณะของขนมทำจากแป้งชนิดนี้จะเหนียวนุ่ม มี 2 ลักษณะคือ แป้งข้าวเหนียวสด และแป้งแห้ง แป้งที่เป็นที่นิยมปัจจุบันคือแป้งแบบแห้ง สามารถหาซื้อได้ทั่วไป เก็บไว้ได้นาน ควรเลือกซื้อแป้งที่ไม่มีกลิ่นอับ และมอด บรรจุหีบห่อสะอาดเรียบร้อย ไม่มีรอยแตกแมลงกัดแทะ

น้ำตาลทราย

น้ำตาลทราย ทำจากอ้อย มีรสหวานแหลม มีทั้งเม็ดละเอียด และเม็ดหยาบ นิยมใช้น้ำตาลทรายขาว เพื่อให้อาหารมีสีสวย ใสไม่ขุ่นมัว โดยสามารถนำมาทำน้ำเชื่อมและใช้ประกอบอาหารได้เช่นกัน

งาคั่ว

งาขาว งาช่วยชูรสให้กับอาหาร ทั้งด้านกลิ่น และรส อาหารบางชนิดถ้าขาดจะทำให้อาหารไม่อร่อย กราเลือกซื้องาจะต้องไม่มี แมลง มอด และเป็นน้ำมันจากการเก็บไว้นาน ก่อนใช้ควรนำไปคั่วไฟอ่อน จะทำให้อาหารหอมยิ่งขึ้น ตักขึ้นบุบพอแตก

ใบเตย

ใบเตย ลักษณะใบยาว เรียว มีสีเขียวเข้ม มีกลิ่นหอม ใบเตยมี 2 ชนิดคือเตยหอม และเตยธรรมดา ใบเตยหอมจะมีขนาดเล็กกว่าเตยทั่วไป ก่อนนำไปใช้ให้ล้างให้สะอาด แล้วหั่นหยาบจะโขลก หรือปั่นให้ละเอียดก็ได้ แล้วนำมากรอง เอากากออกได้น้ำใบเตยสีเขียวเข้ม

ดอกอัญชัน

ดอกอัญชัน ก่อนนำมาใช้ให้ล้างเบาๆ ให้สะอาก เด็ดขั้วสีเขียวทิ้ง เพราะจะทำให้เหม็นเขียว เติมน้ำร้อนเล็กน้อย ขยำดอกอัญชันให้สีออกมากๆ เสร็จแล้วกรองเอาแต่น้ำจะได้น้ำอัญชัน สีน้ำเงิน หากต้องการสีม่วงแดง ให้หยดน้ำมะนาวหรือกรด ลงไปเล็กน้อย

ประวัติขนมถั่วแปบ

ขนมถั่วแปบ ก็ขึ้นชื่อได้ว่าเป็นขนมโบราณ อีกชนิดหนึ่ง เป็นขนมที่ใช้แป้งข้าวเหนียวทำ ตัวแป้ง เราสามารถดัดแปลงให้เป็นได้หลายๆสี ให้ดูน่ากิน หรือบางคนอาจจะ เรียกว่า ขนมถั่วแปปเบญจรงค์





อยากรู้สูตรเด็ดเคล็ดลับรสรินทร์ตอนใหม่ๆ อย่าลืมกดไลค์แฟนเพจรสรินทร์ นะคะ
รับรองว่า คุณจะทำอาหารได้อร่อยจนคนทั้งบ้านชมไม่ขาดปากเลยค่ะ
ขอบคุณที่ติดตามเพจ รสรินทร์ Rosalyn นะคะ

Facebook: RosalynTH

ดูสูตรเด็ดอื่นๆ หน้าหลักรสรินทร์