

บัวลอยมันม่วง ขนมไทยประยุกต์มีประโยชน์มากมาย



บัวลอยมันม่วง ขนมไทยประยุกต์มีประโยชน์มากมาย

บัวลอยมันม่วง (Thai Glutinous Rice Balls) วันนี้แอดรินจะเปิดสูตรชวนทำขนมไทย นั่นคือบัวลอยมันม่วง ขนมไทยที่มีประโยชน์มากมาย อร่อยหวานละมุนลิ้น อร่อยเด็ด รสชาติไม่เป็นสองรองใคร เพื่อนๆสามารถ เปิดสูตร และทำตามได้เลยค่ะ รสรินทร์รับประกันความประทับใจค่ะ

สูตรนี้จะไม่ใส่ส่วนผสมอาหารเลย แต่จะใช้มันม่วงญี่ปุ่น อันอุดมด้วยสารอาหาร เอามาผสมกับแป้ง สังเกตดูจากเม็ด บัวลอยจะเห็นเนื้อมันม่วงญี่ปุ่น และมะพร้าว มาเป็นชั้นเลย ไม่ได้ปั้นเป็นแป้งล้วนเหมือนที่เคยกินมา น้ำกะทิที่ใช้ รวด เอาละค่ะ เพื่อไม่ให้เป็นการเสียเวลา มาทำบัวลอยมันม่วงกัน ไปลองทำของอร่อยๆ กินกันค่ะ มาค่ะ ดาวโน้โหลด สูตร มือขวาควงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวเท้าก้าวเข้าครัวไปกับเมนูบัวลอยมันม่วงกันละค่ะ



สูตรบัวลอยมันม่วง

แป้งข้าวเหนียว	1	ถ้วย
มันม่วงญี่ปุ่น	1/2	ถ้วย

สูตรบัวลอยมันม่วง

น้ำร้อน	6	ช้อนโต๊ะ
เนื้อมะพร้าวอ่อน	1/2	ถ้วย
หัวกะทิ	1/4	ถ้วย
กะทิความเข้มข้นปานกลาง	2	ถ้วย
น้ำตาลปีบ	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลทราย	6	ช้อนโต๊ะ
ใบเตย	2	ใบ
เกลือป่นหยาบ	3/4	ช้อนชา
น้ำเปล่า(สำหรับต้มเม็ดแป้ง)		
แป้งข้าวเหนียว (สำหรับทำแป้งนวล)		



วิธีทำบัวลอยมันม่วง

ผสมแป้งข้าวเหนียว มันญี่ปุ่น และน้ำร้อนเข้าด้วยกันนวดจนเนียน สามารถปั้นเป็นก้อนได้

ปั้นแป้งเป็นก้อนกลมขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางราวๆ 1/2 เซนติเมตรโรยแป้งนวลเล็กน้อย (เพื่อไม่ให้แป้งติดกัน)

ต้มน้ำเปล่าพอเดือด นำเม็ดแป้งลงต้มจนสุกลอยขึ้นมา ตักขึ้นนำไปแช่ในน้ำเย็น พอคลายความร้อน ตักขึ้นพักไว้ให้สะเด็ดน้ำ

ใส่กะทิความเข้มข้นปานกลางลงในหม้อ ยกขึ้นตั้งไฟพอร้อน

ใส่น้ำตาลปีบ น้ำตาลทราย เกลือป่น เนื้อมะพร้าวเผา และใบเตย ต้มพอเดือด เติมหั้วกะทิ

ใส่แป้งบัวลอยลงในหม้อ คนให้เข้ากันดี พอเดือดนิดหน่อย ยกลงตักใส่ถ้วยจัดเสิร์ฟ ทานให้อร่อยนะคะ



เคล็ดลับรสรินทร์

- บัวลอยที่อร่อยมีคุณภาพ จะไม่ใส่สีผสมอาหารเลย แต่จะใช้เผือก, พักทอง, ใบเตย มันม่วง เอามาผสมกับแป้ง สังเกตดูจากเม็ดบัวลอยจะเห็นเนื้อเผือก มาเป็นชั้น

ขอขอบคุณข้อมูล – คุณ แม่บ้าน จาก [Maeban](#)



รสรินทร์

หน้ารวมสูตรขนมไทย



f ROSALYNTH

วัตถุดิบบัวลอยมันม่วง

แป้งข้าวเหนียว

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

เนื้อมะพร้าวอ่อน

มะพร้าวอ่อน คือ มะพร้าวที่มีเปลือกบาง มีสีขาว มีเนื้อมะพร้าวนุ่ม เมื่อเขย่าจะรู้สึกแน่นๆ มีน้ำน้อยแสดงว่า จะได้เนื้อมะพร้าวหนา หากมีน้ำมากแสดงว่าอ่อนมาก เนื้อจะบางนำมาใช้ไม่ได้ เนื้อมะพร้าวอ่อนก่อนใช้ ควรลวกน้ำก่อน จะทำให้ขนมเก็บได้นานขึ้น

หัวกะทิ

กะทิสด ได้จากการขูดมะพร้าวแล้วนำมาคั้นจะได้ 2 ส่วนคือ หัวกะทิ หรือส่วนที่เข้มข้น หางกะทิ คือส่วนที่เจือจาง นิยมทำจากมะพร้าวขูดขาว คือมะพร้าวที่กะเทาะเนื้อจากกะลา แล้วปอกเปลือกส่วนที่เป็นสีน้ำตาลออก เมื่อนำไปขูดจะได้มะพร้าวที่ขาวสะอาด กราเลือกซื้อควรซื้อร้านที่ดี เพื่อให้ได้กะทิสดใหม่มีกลิ่นหอม ถ้ามะพร้าวเก่าจะมีกลิ่นเหม็นเปรี้ยว ประกอบอาหารจะมีกลิ่นและรสไม่ดี

น้ำตาลปีบ

น้ำตาลมะพร้าว ได้จากจั่นมะพร้าว มีลักษณะเหลว มีสีเหลืองอมน้ำตาล มีกลิ่นหอม รสหวานนุ่ม น้ำตาลมะพร้าวที่ทำเป็นก้อนเรียกว่า น้ำตาลปึก ถ้าทำน้ำตาลใส่ปีบเรียกว่าน้ำตาลปีบ หากใช้ไม่หมดให้เก็บใส่ภาชนะที่มีฝาปิดสนิท

น้ำตาลทราย

น้ำตาลทราย ทำจากอ้อย มีรสหวานแหลม มีทั้งเม็ดละเอียด และเม็ดหยาบ นิยมใช้น้ำตาลทรายขาว เพื่อให้อาหารมีสีสวย ใส่ไม่ชุ่มฉ่ำ โดยสามารถนำมาทำน้ำเชื่อมและใช้ประกอบอาหารได้เช่นกัน

ใบเตย

ใบเตย ลักษณะใบยาว เรียว มีสีเขียวเข้ม มีกลิ่นหอม ใบเตยมี 2 ชนิดคือเตยหอม และเตยธรรมดา ใบเตยหอมจะมีขนาดเล็กกว่าเตยทั่วไป ก่อนนำไปใช้ให้ล้างให้สะอาด แล้วหั่นหยาบจะโขลก หรือปั่นให้ละเอียดก็ได้ แล้วนำมารอง เอากากออกได้นำใบเตยสีเขียวเข้ม

ประวัติบัวลอยมันม่วง

เป็นอาหารที่คู่สายกับชาวไทยมาตั้งแต่ครั้งโบราณ โดยทั่วไปประชาชนจะทำขนมในงานเลี้ยง นับตั้งแต่การทำบุญเลี้ยงพระ งานมงคล และงานพิธีการ วัตถุดิบการทำที่กลมกลืน พิถีพิถันในเรื่องรสชาติ สี สัน ความสวยงาม กลิ่น

หอม รูปลักษณะ ชวนรับประทานตลอดจนกรรมวิธีการรับประทานขนมแต่ละชนิดซึ่งยังแตกต่างกันไปตามลักษณะของขนมชนิดนั้นๆ



อยากรู้สูตรเด็ดเคล็ดลับรสรินทร์ตอนใหม่ๆ อย่าลืมกดไลค์แฟนเพจรสรินทร์ นะคะ
รับรองว่า คุณจะทำอาหารได้อร่อยจนคนทั้งบ้านชมไม่ขาดปากเลยคะ
ขอบคุณที่ติดตามเพจ รสรินทร์ Rosalyn นะคะ

Facebook: [RosalynTH](#)

ดูสูตรเด็ดอื่นๆ [หน้าหลักรสรินทร์](#)