

ส้มตำ 5 สูตรเด็ดแซ่บกว่านี้ก็หนูแล้วหละค่ะ



ส้มตำ 5 สูตรเด็ดแซ่บกว่านี้ก็หนูแล้วหละค่ะ

ส้มตำ ต่อไปนี้จะเล่าถึงอาหารอร่อย คือส้มตำกินบ่อยๆ รสชาติ แซ่บดี พอนึกถึงส้มตำก็ไม่มีใครไม่รู้จักใช้ไหมคะ แต่คติน้ำลายก็สอแล้ว วันนี้แอดรีน จะชวนมาทำส้มตำปล่อยไปเลยปั้งๆ แซ่บกว่านี้ก็หนูแล้วหละค่ะ มากับ 5 แบบ 5 สไตล์ ทั้งส้มตำไทย ส้มตำลาว ส้มตำปูปลาร้า ส้มตำข้าวแช่บหนั้วๆ และดบท้ายด้วยส้มตำทอด อร่อย แค่นี้ก็น้ำลายสอแล้ว ตาวนั้ไหลดสูตรไปลุยกันเลยค่า กับเมนูส้มตำ

1. ส้มตำไทย ThaiStyle Papaya Salad



ส้มตำไทย ThaiStyle Papaya Salad มาเริ่มต้นกันกับลำดับแรก ส้มตำไทย เป็นเมนูแซ่บๆที่ขาดไม่ได้ เส้นมะละกอรอบ นำยาราดมาแซ่บๆจัดจ้าน เพิ่มรสสัมผัสด้วย ถั่วลิสง กุ้งแห้ง รับประทานใครมาชิมต้องติดใจ วิธีทำและกรรมวิธี เพื่อนๆสามารถทำตามขั้นตอนได้ง่ายๆ แอดริบรับประกันความอร่อยค่ะ รับประทานอร่อยสุดๆ อาหารไทยยอดนิยมที่ชาวต่างชาติยังรู้จัก มะละกอสับหยาบๆที่ถูกตำเข้ากับเครื่องต่างๆ ทำให้ได้รสชาติ เปรี้ยว เค็ม หวาน เผ็ดครบทุกรส กินเปล่าๆหรือทานกับข้าวเหนียวก็เข้ากันได้ดี หรือ ทานเป็นอาหารเพื่อสุขภาพหรือลดน้ำหนักก็ได้ นี่ก็ถึงเมนูนี้ที่ไร อุดใจไม่ไหวทุกที

วิธีทำส้มตำไทย

- วิธีทำน้ำปรุง

นำน้ำมะขามเปียกที่ได้ใส่หม้อตั้งไฟกลาง ใส่น้ำตาลปี๊บและน้ำปลา คนให้น้ำตาลละลาย

เคี่ยวไฟกลางค่อนไปอ่อน ราวๆ 6-7 นาทีหรือจนน้ำข้น ปล่อยให้ข้นมาก เพราะเวลาเย็นจากนั้นน้ำจะเหนียวและข้นมากขึ้นอีก

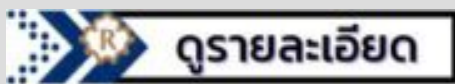
- วิธีทำส้มตำไทย

ในครกโขลกกุ้งแห้งหยาบๆ ใส่กระเทียมลงไปตำ ใส่พริกสดตำต่อพอแตก จากนั้นใส่ถั่วลิสงกับถั่วฝักยาวตำเบาๆ

ใส่มะละกอ ครึ่ง ถั่วฝัก และใส่มะเขือเทศ ใส่น้ำปรุงที่จัดเตรียมไว้ราวๆ 2-3 ช้อนโต๊ะ ใส่น้ำมะนาว ครึ่ง ช้อนโต๊ะ ตำเบาๆให้เข้ากันดี

แล้วใส่มะละกอที่เหลือ โขลกแค่พอเข้ากัน ชิมและปรุงรสตามชอบ

ทานให้อร่อยนะคะ



2. ส้มตำปูปลาร้า Papaya Salad with Salted Crab



ส้มตำปูปลาร้า Papaya Salad with Salted Crab ลำดับถัดจากรสโรตังจะนำเสนอเมนูทำกินได้ทำขายรุ่ง ปรุงให้เนื้อทำที่ไหนก็อร่อย อร่อยจนคงทำ มงลงแน่นอน เพื่อนๆสามารถ ทำตามได้ง่ายๆเลยคะ ความอร่อยมีมากมาย กอไก่ล้านตัว เส้นมะละกอกลุกเคล้ากับปูเค็ม เพิ่มความนัวจากน้ำปลาร้า เพิ่มความฟินจากกากหมูและเม็ดกระถินถ้าชอบ กินกับข้าวเหนียว แก้วมดสด ไปเปิดตำนานความอร่อยกันคะ

วิธีทำส้มตำปูปลาร้า

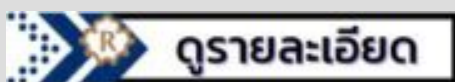
ปลอกมะละกอ และล้างด้วยน้ำให้สะอาด หลังจากนั้นทำการเฉาะและสับ หลังจากนั้นใช้มีด ฝานจนเป็นเส้นๆ หรืออาจใช้ที่ไสมะละกอแทน

ใส่กระเทียมและพริกชี้หนู ลงในครก จากนั้นตำให้พอแตก จากนั้นตามด้วยถั่วฝักยาว ตำให้แหลก ตามด้วยฝานเนื้อมะกอกปาลงไป

ใส่มะเขือเทศ น้ำมะนาว น้ำตาลปี๊บ น้ำปลา น้ำปลาร้า จากนั้นตำให้เข้ากัน

ใส่มะละกอ จากนั้นตามด้วยปูดอง(ติงกระดองปูด้านในทิ้งก่อน)จากนั้นโขลกเบาๆ คลุกเคล้าให้เข้ากันดี

ชิมแล้วปรุงจนชอบ ตักใส่จานทานพร้อมผักสด ทานให้อร่อยนะคะ



3. ส้มตำข้าวปลาร้า Papaya Salad with rice noodle



ส้มตำข้าวปลาร้า Papaya Salad with rice noodle ลำดับต่อไปที่แอดรินทร์ตฤมิใจนำเสนอใส่เส้นมะละกอเคล้ากับขนมจีน เต็มปูเค็มและน้ำปลาร้า อืม ใครจะปฏิเสธได้ลงคอ ใครมากชิมก็ต้องยกนิ้วให้ วิธีทำและกรรมวิธีเพื่อน ๆ สามารถทำตามขั้นตอนได้ง่ายๆ ความอร่อยมากมาย กอไก่ล้านตัว ถ้าเอ๋ยถึงส้มตำปลาร้า คงไม่มีใครไม่รู้จักพูดแล้วก็น้ำลายสอเนอะ สำหรับใครที่อยากเพิ่มความฟินลองใส่เส้นขนมจีนลงไปสิคะ กลายเป็นเมนูตำข้าวรสชาติจัดจ้าน ไปลองทำกันเลยละ ของอร่อยยอดใจไม่ไหวแล้ว

วิธีทำส้มตำข้าวปลาร้า

ตำพริกและกระเทียมให้พอแตก ผานมะเขือเปราะใส่ลงไป ตามด้วยเส้นมะละกอ แต่งรสด้วยน้ำปลาร้า น้ำปลาน้ำตาลปีบ และน้ำมะนาว ตำให้เข้ากัน

ใส่ปูเค็มลงไป ตำให้พอแหลก สูดท้ายใส่เส้นขนมจีนลงไป คลุกเคล้าให้เข้ากันดี โรยแคบหมู ตักใส่จาน ทานให้อร่อยนะคะ



4. ส้มตำทอด Deep Fried Somtam



ส้มตำทอด Deep Fried Somtam แอดรินจะนำเสนอเมนูที่ 4 รสชาติจัดจ้านยั่วน้ำลาย ฟินกับเส้นมะละกอกรอบ ๆ กินคู่กับน้ำยำสุดแซ่บ อร่อยขั้นเทพ เห็นแสงสายรุ้งออกจากปาก ลองทำตามวิธีทำนะคะ รับรองว่าทำตามได้ไม่ยาก แอดรินรับประกันความพอใจค่ะ ทำแล้วอร่อยมาก แค่นี้ถึงเมนูนี้ น้ำลายก็ไหลแล้ว

วิธีทำส้มตำทอด

– ทอดมะละกอผสมแครอท

นำกระทะขึ้นตั้งไฟปานกลาง เทน้ำมันพืชลงไป ต่อจากนั้นรอจนร้อน

นำมะละกอผสมแครอทหูด คลุกกับแป้งอเนกประสงค์ จากนั้นนำไปทอดจนเหลืองกรอบ

ตักขึ้นพักไว้เพื่อสะเด็ดน้ำมัน พักไว้

– ทำน้ำยำ

นำกุ้งลงไปทอด จากนั้นพักไว้

ใส่กระเทียมสับลงในอ่างผสม ตามด้วยพริกแดงสับ น้ำปลา น้ำมะขาม น้ำมะนาว และน้ำตาลทราย คนจนเข้ากัน

ใส่ถั่วฝักยาว มะเขือเทศสีดา ถั่วลิสง และกุ้งทอด ผสมให้เข้ากันดี จากนั้นตักใส่ถ้วย

นำมะละกอผสมแครอทที่ทอดจัดเตรียมไว้ใส่จาน จัดเสิร์ฟพร้อมน้ำยำ พร้อมรับประทาน ทานให้อร่อยนะคะ



5. ตำหลวงพระบาง Luang Phrabang Papaya Salad



ตำหลวงพระบาง Luang Phrabang Papaya Salad คือเมนูย่อยๆลำดับถัดไปเส้นมะละกอแผ่นใหญ่ น้ำปลาร้าจัดเต็ม แซบเวอร์ หัวสะเด็ด อร่อยเด็ด รสชาติไม่เป็นสองรองใคร เพื่อนๆสามารถ เปิดสูตรและทำตามได้เลยค่ะ รสริ้นท์รับประกันความประทับใจค่ะ เส้นมะละกอเป็นแผ่นใหญ่ หัวด้วยน้ำปลาร้า คนอีสานนิยมทำส้มตำจากผักต่างๆ ทั้งแดงขาว ข่าอ่อน มะละกอ ปรงรสγγγγ ด้วยน้ำปลาร้า น้ำตาล พริก กระเทียม ได้รสชาติของธรรมชาติที่แท้จริง ไปลองทำของอร่อยๆ กินกันค่ะ

วิธีทำตำหลวงพระบาง

ตักพริกและกระเทียมลงครก ตำให้แตกและแหลกเข้ากันดี ใส่กะปิและมะเขือเทศ ตำให้เข้ากันดี

แต่งรสเพิ่มด้วยน้ำปลาร้า น้ำตาลมะพร้าว น้ำมะนาว ชิมรส ปรงเพิ่มตามชอบ

ใส่เส้นมะละกอ โขลกเบา ๆ ให้เข้ากัน ตักใส่ภาชนะเคียงด้วยแคบหมู พร้อมเสิร์ฟ ทานให้อร่อยนะคะ



รสรินทร์

หน้ารวมสูตรอาหารอีสาน

f ROSALYNTH





กดที่นี่เพื่อไม่พลาดทุกสูตรเด็ด

รสรินทร์

เรารังสรรค์ทุกจานจากใจ

f ROSALYNTH

อยากรู้สูตรเด็ดเคล็ดลับรสรินทร์ตอนใหม่ ๆ อย่าลืมกดไลค์แฟนเพจรสรินทร์ นะคะ
รับรองว่า คุณจะทำอาหารได้อร่อยจนคนทั้งบ้านชมไม่ขาดปากเลยคะ
ขอบคุณที่ติดตามเพจ รสรินทร์ **Rosalyn** นะคะ

Facebook: [RosalynTH](#)

ดูสูตรเด็ดอื่นๆ [หน้าหลักรสรินทร์](#)