กุ้งแช่น้ำปลา Shrimp In Fish Sauce



กุ้งแช่น้ำปลา Shrimp In Fish Sauce

กุ้งแช่น้ำปลา Shrimp In Fish Sauce ถ้าคุณกำลังหาสูตรเด็ดของกุ้งแช่น้ำปลา แอดรินทร์ก็ว่ามาถูกที่แล้วค่ะ ถูกต้องนะค้าบแอดรินทร์ขอนำเสนอกุ้งแช่น้ำปลา กุ้งแช่น้ำปลาแซ่บสะใจ มากับสูตรที่ทำยังไงให้ไม่คาว กุ้งเด้งใส สู้ฟันด้วยรสชาติของน้ำยำที่เผ็ด เปรี้ยวอมหวาน นำมาราดบนตัวกุ้งสด แล้วโรยหน้าด้วยกระเทียมหั่นบาง ๆ จะกินเป็นกับข้าว หรือกัลแกล้มกรึ๊บๆ ก็ชื่นใจเหมาสมด้วยประการทั้งปวง

ลองจินตนาการถึงอาหารเรียกน้ำย่อยสไตล์ไทย ซึ่งแอดรินทร์ลองทำมาแล้วอร่อยมากๆเลยค่ะ อยากแชร์สูตรเลยจะมีอะไรดีไปกว่านี้ โอ๊ย..อยากกินแล้วน้ำลายไหล มาทำกุ้งแช่น้ำปลากันค่ะ อร่อยเด็ดเมนูประจำตัว มาค่ะ ดาวน์โหลดสูตร มือขวาควงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวเท้าก้าวเข้าครัวไปกับเมนูกุ้งแช่น้ำปลากันเลยค่ะ

สูตรกุ้งแช่น้ำปลา

– ส่วนผสมกุ้งแช่น้ำปลา
กุ้งขาว 500 กรัม
น้ำปลา 4 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลมะพร้าว 2 ช้อนชา
– น้ำจิ้มซีฟู้ด

สูตรกุ้งแช่น้ำปลา

น้ำมะนาว 4 ช้อนโต๊ะ

น้ำปลา 2 ช้อนโต๊ะ

น้ำตาลมะพร้าว 1 ช้อนโต๊ะ

กระเทียม 40 กรัม

พริกขี้หนู 40 กรัม

พริกจินดาแดง 10 กรัม

ผักชี 20 กรัม

น้ำกระเทียทมดอง 2 ช้อนโต๊ะ

เกลือ 1 ช้อนชา

– เครื่องเคียง

กะหล่ำปลี

มะระจีน

ใบสะระแหน่

กระเทียม

พริก

วิธีทำกุ้งแช่น้ำปลา

นำกุ้งสดที่ล้างให้สะอาดแล้วมาแกะเปลือกออกและกรีดเอาเส้นสีดำที่หลังกุ้งออก

นำมาหมักด้วยน้ำโซดาและน้ำปลา ต่อจากนั้นให้นำไปแช่ในช่องแช่แข็ง

ฝานมะระให้เป็นแว่น ๆ เตรียมไว้

ปรุงน้ำจิ้มซีฟู้ด โขลกพริกขี้หนู ใบโหระพา ใบสะระแหน่และกระเทียมให้ละเอียด

ใส่น้ำมะนาว น้ำปลา น้ำตาลทรายและน้ำตาลปี๊บ คนให้เข้ากัน หลังจากนั้นให้ใส่พริกขี้หนูซอย ใบโหระพา ใบสะระแหน่สับและกระเทียบสับลงไป คนให้เข้ากันอีกที

จัดกุ้งสดให้สวยงาม ตกแต่งด้วยมะระฝาน

เทน้ำจิ้มซีฟู้ดลงในจานกุ้งแช่น้ำปลา ตกแต่งด้วยใบโหระพา กะหล่ำปลีซอย ผักชีสดและกระเทียมฝาน และพริกสดๆ ทานให้อร่อยนะคะ



ขอขอบคุณข้อมูล – คุณ ทำกินเอง จาก https://www.youtube.com/watch?v=1O9hvAd5rUE&t=49s

วัตถุดิบกุ้งแช่น้ำปลา

sugar

น้ำตาล (Sugar) คือ สารประกอบคาร์โบไฮเดรตประเภทโมโนแซ็กคาไรด์ (monosaccharide) และไดแซ็กคาไรด์ (disaccharide) ซึ่งมีรสหวาน โดยทั่วไปจะได้มากจากอ้อย มะพร้าว แต่โดยทั่วไปแล้วจะเรียกอาหารที่มีรสหวานว่าน้ำตาลแทบทั้งสิ้น เช่น ทำมาจากตาลจะเรียกว่าตาลโตนด ทำมาจากมะพร้าวจะเรียกว่าน้ำตาลมะพร้าว ทำมาจากงวงจากจะเรียกว่าน้ำตาลจาก ทำมาจากงบจะเรียกว่าน้ำตาลงบ ทำมาจากอ้อยแต่ยังไม่ได้ทำเป็นน้ำตาลทรายจะเรียกว่าน้ำตาลทรายดิบ ถ้านำมาทำเป็นเม็ดจะเรียกว่าน้ำตาลทราย หรือถ้านำมาทำเป็นก้อนแข็งคล้ายกรวดจะเรียกว่าน้ำตาลกรวด ฯลฯ

garlic

กระเทียม (Garlic) ช่วยเพิ่มความอยากอาหารและเพิ่มความสามารถในการย่อยอาหารของร่างกาย กระเทียมสดช่วยกระตุ้นน้ำย่อยในกระเพาะอาหารให้หลั่งออกมาย่อยอาหารในปริมาณมากขึ้น และเสริมการทำงานของเอนไซม์ที่ช่วยย่อยสารอาหารจำพวกโปรตีน เช่น โปรตีนจากเนื้อสัตว์ ช่วยย่อย

salt

เกลือ (Salt) หรือเกลือโซเดียมนั้นมีแร่ธาตุหลายชนิดที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย หากรับประทานในปริมาณที่เหมาะสมก็อาจส่งผลดีต่อสุขภาพร่างกาย ดังนี้ ป้องกันภาวะความดันโลหิตต่ำ,ป้องกันภาวะขาดน้ำ และป้องกันการขาดไอโอดีน แต่ต้องรับประทานในขนาดที่เหมาะสมต่อวันมิเช่นนั้นจะเดิดโทษต่อร่างกาย มากกว่าได้ประโยชน์



อยากรู้สูตรเด็ดเคล็ดลับรสรินทร์ ตอนใหม่ๆ อย่าลืมกดไลค์ แฟนเพจรสรินทร์ นะคะ ขอบคุณที่ติดตามเพจ รสรินทร์ Rosalyn นะคะ

Facebook: RosalynTHดูสูตรเด็ดอื่นๆ หน้าหลักรสรินทร์