

ขนมไข่นกกระทา Sweet Potato Ball



ขนมไข่นกกระทา Sweet Potato Ball

ขนมไข่นกกระทา Sweet Potato Ball วันนี้แอดรินทร์จะนำเสนอเมนูอาหารเรียกน้ำย่อยสไตล์ไทย ซึ่งแอดรินทร์ลองทำมาแล้วอร่อยมากๆเลยคะ อยากรับสูตรเลย นั้นคือขนมไข่นกกระทา รับรองหากใครได้ชิม ต้องยกนิ้วให้ ขนมไข่นกกระทา กรอบอร่อยกรอบนอกนุ่มใน หอมมันหวาน วันนี้มาทั้งสองชนิดทั้งมันหวาน มันม่วง กรอบนอก หินบใน ไม่ยุบ ไม่เหี่ยว เด็ดที่สุดเลยคะวิธีทำและกรรมวิธี เพื่อนๆสามารถทำตามขั้นตอนได้ง่ายๆ แอดรินทร์รับประกันความประทับใจคะ ไปลุยกันเลยคะ ไปพิสูจน์ความอร่อยกัน มาทำขนมไข่นกกระทากัน ของอร่อยอย่างนี้ ต้องห้ามพลาด มาคะ ดาวนี่โหลดสูตร มือขวาควงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวเท่าก้าวเข้าครัวไปกับเมนูขนมไข่นกกระทากันเลยคะ

สูตรขนมไข่นกกระทา

– สำหรับส่วนมันม่วง

มันม่วง 500 กรัม

แป้งมัน 180 กรัม

แป้งสาลีอเนกประสงค์ 70 กรัม

น้ำตาล 170 กรัม

ผงฟู 1 ช้อนชา

เกลือ 1 ช้อนชา

สูตรขนมไข่นกกระทา

กะทิ 70 กรัม

– สำหรับส่วนมันเหลือง

มันเหลือง / มันไข่ 500 กรัม

แป้งมัน 180 กรัม

แป้งสาลีเนกประสงค์ 70 กรัม

น้ำตาล 170 กรัม

ผงฟู 1 ช้อนชา

เกลือ 1 ช้อนชา

กะทิ 70 กรัม

วิธีทำขนมไข่นกกระทา

ซึ่งตวงวัด ส่วนผสมเครื่องปรุงต่างๆ ให้เรียบร้อยสูตรจะได้ไม่คลาดเคลื่อนนะคะ

นำมันไปต้มหือหนึ่งให้สุก ใช้ที่บีบให้ละเอียด เป็นเนื้อเนียนละเอียด

ในอ่างผสม ให้ใส่แป้งสาลีเนกประสงค์ แป้งมัน น้ำตาลทราย ผงฟู เกลือ นวดเข้าด้วยกัน

ค่อยๆ หยอดกะทิลงในแป้ง จนหมดที่ตวงไว้ นวดให้เหนียวจนกรึงทั้งปั้นได้ แรปพลาสติกพักไว้

ทำขั้นตอนข้างต้น เหมือนกันอีกครั้งกับมันเหลือง ให้ได้แป้งมันเหลือง

เริ่มปั้น โดยการปั้นเป็นลูกกลมๆ เส้นผ่านศูนย์กลาง 1 นิ้ว จนหมดแป้งที่นวดไว้

– วิธีทอด

ตั้งกระทะน้ำมันท่วม ใช้ไฟกลางพอน้ำมันร้อน ใส่ขนมไข่นกกระทาลงไป

รอจนกระทะตัวขนมลอยขึ้นมาถึงจะเริ่มคน ให้สุกโดยทั่วกันและไม่ติดกัน

พยายามกดตัวขนมลงในกระทะ สังเกตฟองจะเป็นฟองเล็กกลวง เหลืองทอง ตักขึ้นมาสะเด็ดน้ำมัน

พักให้คลายความร้อน จะได้ขนมไข่นกกระทา สองสีทั้งมันม่วง และมันเหลือง กรอบนอกหนึบใน แสนอร่อยแล้วค่ะ ทานให้อร่อยนะคะ



หน้ารวมสูตรอาหารไทย



ขอขอบคุณข้อมูล – คุณ อร่อยฟุง จาก <https://www.youtube.com/watch?v=FgUgW72jA04>



วัตถุดิบขนมไข่นกกระทา

sugar

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

baking powder

เบคกิ้งปาวเดอร์ หรือ ผงฟู เป็นส่วนผสมหนึ่งของสารเคมีคือ เบคกิ้งโซดา+กรดอ่อนๆ + แป้ง เป็นตัวที่ทำให้ขนมของเราขึ้นฟูขึ้นเช่นกัน เราจะเห็นว่าในส่วนผสมของผงฟูนั้นมีกรดอ่อนๆ ผสมอยู่แล้วเมื่อเติมน้ำลงไป กรดอ่อนและด่างอ่อนๆ จากเบคกิ้งโซดาก็จะทำปฏิกิริยาเกิดฟองแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์ขึ้นมา ด้วยความที่มีกรดเป็นส่วนผสมอยู่แล้ว ดังนั้นจึงไม่จำเป็นต้องอาศัยกรดจากวัตถุดิบอื่นๆ ของอาหาร ขนมปังที่ทำมาจากส่วนผสมของสารเคมีแบบแห้งว่า Quick bread ยกตัวอย่างเช่น แพนเค้ก มัฟฟิน หรือบิสกิต เป็นต้น

salt

เกลือ (Salt) หรือเกลือโซเดียมนั้นมีแร่ธาตุหลายชนิดที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย หากรับประทานในปริมาณที่เหมาะสมก็อาจส่งผลดีต่อสุขภาพร่างกาย ดังนี้ ป้องกันภาวะความดันโลหิตต่ำ ป้องกันภาวะขาดน้ำ และป้องกันการขาดไอโอดีน แต่ต้องรับประทานในขนาดที่เหมาะสมต่อวันมิเช่นนั้นจะเกิดโทษต่อร่างกาย มากกว่าได้ประโยชน์

milk

นม หรือน้ำนม (Milk) คือ ของเหลวสีขาวที่มีสารอาหารที่จำเป็นสำหรับเด็กหรือสัตว์เกิดใหม่ ที่ผลิตออกมาจากเต้านมของสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนม อาทิเช่น มนุษย์ วัว แพะ แกะ อูยาย ม้า ลา อูฐ จามรี เร็นเดียร์ ลามา แมวป่า และยังมีไปถึงเครื่องดื่มที่ใช้แทนนมด้วย เช่น นมถั่วเหลือง นานนมข้าว นมข้าวโพด นมแอลมอนด์ เป็นต้น





อยากรู้สูตรเด็ดเคล็ดลับรสรินทร์ ตอนใหม่ๆ อย่าลืมกดไลค์ แฟนเพจรสรินทร์ นะคะ ขอขอบคุณที่ติดตาม
เพจ รสรินทร์ Rosalyn นะคะ

Facebook: [RosalynTH](#) ดูสูตรเด็ดอื่นๆ [หน้าหลักรสรินทร์](#)