

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

ชั่งตวงวัด ส่วนผสมเครื่องปรุงต่างๆ ให้เรียบร้อยสูตรจะได้ไม่คลาดเคลื่อนนะคะ

นำมันไปต้มหือหนึ่งให้สุก ใช้น้ำมันให้ละ เป็นเนื้อเนียนละเอียด

ในอ่างผสม ให้ใส่แป้งสาลีเนกประสงค์ แป้งมัน น้ำตาลทราย ผงฟู เกลือ นวดเข้าด้วยกัน

ค่อยๆ หยอดกะทิลงในแป้ง จนหมดที่ตวงไว้ นวดให้เหนียวจนกรึงทั้งป็นได้ แรปพลาสติกพักไว้

ทำขั้นตอนข้างต้น เหมือนกันอีกครั้งกับมันเหลือง ให้ได้แป้งมันเหลือง

เริ่มปั้น โดยการปั้นเป็นลูกกลมๆ เส้นผ่านศูนย์กลาง 1 นิ้ว จนหมดแป้งที่นวดไว้

– วิธีทอด

ตั้งกระทะน้ำมันท่วม ใช้ไฟกลางพอน้ำมันร้อน ใส่ขนมไข่นกกระทาลงไป

รอจนกระทะตัวขนมลอยขึ้นมาถึงจะเริ่มคน ให้สุกโดยทั่วกันและไม่ติดกัน

พยายามกดตัวขนมลงในกระทะ สังเกตฟองจะเป็นฟองเล็กกลวง เหลืองทอง ตักขึ้นมาสะเด็ดน้ำมัน

พักให้คลายความร้อน จะได้ขนมไข่นกกระทา สองสีทั้งมันม่วง และมันเหลือง กรอบนอกเหนียวใน 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 นานมข้าว นมข้าวโพด นมแอลมอนด์ เป็นต้น





อยากรู้สูตรเด็ดเคล็ดลับรสรินทร์ ตอนใหม่ๆ อย่าลืมกดไลค์ แฟนเพจรสรินทร์ นะคะ ขอขอบคุณที่ติดตาม
เพจ รสรินทร์ **Rosalyn** นะคะ

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