

# ขนมเทียนไส้หวาน Stuffed Dough Pyramid



## ขนมเทียนไส้หวาน Stuffed Dough Pyramid

**ขนมเทียนไส้หวาน Stuffed Dough Pyramid** ถ้าเพื่อนๆกำลังหาสูตรที่เด็ดของขนมเทียนไส้หวาน แอดรสรินทร์ขอบอกว่า ...บิงโก... มาถูกที่แล้วค่ะ ถูกต้องนะคำบแอดรสรินทร์นำเสนอเมนูขนมเทียนไส้หวาน ขนมเทียนแป้งเหนือนุ่มนวลชวนฝัน ทั้งไว้ข้ามคืนไม่มีแข็ง มากับไส้มะพร้าวกระฉีก หอมหวานมันกำลังดี อร่อยสุดยอดมากอะค่ะ ลองนึกดูขนมหวานสไตล์ไทย ซึ่งแอดรสรินทร์ลองทำมาแล้วอร่อยมากๆเลยอะ อยากแชร์สูตรเลย แค่นี้ถึงเมนูนี้ น้ำลายก็ไหลแล้ว เกริ่นมานานหิวแล้ว มาทำขนมเทียนไส้หวานกันละ อร่อยเด็ดเมนูระดับมิชลินสตาร์ มาค่ะ ดาวน์โหลดสูตร มือขวาควงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวเท่าก้าวเข้าครัวไปกับเมนูขนมเทียนไส้หวานกันเลยละ

### สูตรขนมเทียนไส้หวาน

#### -ส่วนผสมไส้

มะพร้าวขูด 500 กรัม

น้ำตาลมะพร้าว 400 กรัม

เกลือ 1 ช้อนชา

น้ำเปล่า 100 ml

#### -ส่วนผสมแป้ง

แป้งข้าวเหนียวขาว 500 กรัม

แป้งข้าวเหนียวดำ 150 กรัม

# สูตรขนมเทียนไส้หวาน

น้ำตาลทราย 3 ช้อนโต๊ะ

เกลือ 1 ช้อนชา

น้ำเปล่า 500 ml

## วิธีทำขนมเทียนไส้หวาน

ชั่งตวงวัด ส่วนผสมเครื่องปรุงต่างๆ ให้เรียบร้อยสูตรจะได้ไม่คลาดเคลื่อนนะคะ

### - วิธีทำไส้

ใช้ที่ขูดมะพร้าวขูดมะพร้าวทีนทีกให้เป็นเส้น

ตั้งกระทะไฟกลาง ใส่น้ำตามด้วยเกลือ จากนั้นใส่น้ำตาลมะพร้าว คนให้ละลาย

พอน้ำตาลละลายดีแล้ว ใส่น้ำมันมะพร้าวผัดให้เข้ากันดี ต้องคนตลอดจนไส้แห้งดี ยกขึ้นพักไว้ให้เย็น

พอไส้ขนมเย็นตัว ปั้นเป็นก้อนกลมๆ เตรียมไว้

### - วิธีผสมแป้ง

ในอ่างผสม ใส่อ่างผสมแห้ง แป้งข้าวเหนียวดำ แป้งข้าวเหนียวแห้ง น้ำตาล เกลือ คนให้เข้ากัน

ตามด้วยใส่น้ำเปล่า ทะยอยใส่น้ำทะยอยนวด จนแป้งเนียนได้ที่ ปั้นเป็นลูกได้

### - วิธีห่อไส้

เตรียมถาดทาน้ำมัน เพื่อพักแป้ง

บีแป้งออกมานวดให้เป็นแผ่นกลม ใสไส้ หุ้มปั้นให้เป็นลูกกลม

เขียนใบตองให้เป็นสี่เหลี่ยมจัตุรัส แผ่นละ 8 นิ้วให้ตัดตรงตากแดดจะไม่แตก ตัดใบตองเป็นลูกศร

เตรียมถ้วยใส่น้ำมันถั่วเหลือง ใสขนมลงไปในถ้วย

ทำใบตองเป็นกรวย จากนั้นใส่ขนมลงไปในกรวย พับให้เป็นรูปสามเหลี่ยม ดูวิธีห่อในคลิปนะคะ

ห่อไปเรื่อยๆ จนแป้งหมด

### - วิธีนึ่งขนมเทียน

ตั้งซึ้ง ให้ไฟเดือด นำขนมเทียนขึ้นนึ่ง 40 นาที

พอครบเวลาเออลง พักไว้ให้เย็นจะได้ขนมเทียนไส้หวาน แป้งนุ่ม ไส้หวานมันหอมอร่อย ทานให้อร่อยนะคะ



ขอขอบคุณข้อมูล – คุณ ครีวบ้านๆ แต่อร่อยดี จาก <https://www.youtube.com/watch?v=VWNBPYBvhQ4>

SUBSCRIBE



กดติดตามคุณครีวบ้านๆ แต่อร่อยดี ได้ที่ปุ่มนี้เลยจ้า เมนูเด็ดรอเพื่อนๆ อยู่

## ประวัติขนมเทียนไส้หวาน

ขนมเทียนนั้น ก็ถือเป็นขนมไหว้เจ้าอีกชนิดหนึ่ง ที่มีต้นกำเนิดมาจากการตัดแปลงขนมเซ่งเช่นกัน โดยใช้แป้งข้าวเหนียวมากรน และใส่ไส้ถั่วบด ผสมกับเครื่องปรุง กลายเป็นไส้เค็ม จากนั้นห่อด้วยใบตองเป็นรูปสามเหลี่ยมเล็ก ๆ คล้ายทรงเจดีย์ แล้วนำไปนึ่งจนสุก นอกจากชื่อขนมเทียนแล้ว บางคนก็นิยมเรียกว่า ขนมมสมสาว และชาวภาคเหนือก็นิยมเรียกว่า ขนมจ็อกอีกด้วย ซึ่งโดยส่วนมากแล้วขนมเทียนจะนิยมใช้เป็นขนมในงานบุญวันสงกรานต์ และชาวจีนก็นำไปใช้ในงานวันตรุษจีนด้วยเช่นกัน

## วัตถุดิบขนมเทียนไส้หวาน

### sugar

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

### salt

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





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

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