สามชั้นคั่วพริกเกลือ Spicy Pork belly



สามชั้นคั่วพริกเกลือ Spicy Pork belly

สามชั้นคั่วพริกเกลือ Spicy Pork belly ไม่มีอะไรที่ดีไปกว่าการได้ทานเมนูเด็ดสุดอร่อย ที่ทำทานเอง ด้วยฝีมือของเรา แอดรินทร์ขอนำเสนอ สามชั้นคั่วพริกเกลือกับข้าวสไตล์ไทย ซึ่งแอดรินทร์ลองทำมาแล้วอร่อยมากๆเลยค่ะ อยากแชร์สูตรเลย สามชั้นนุ่มๆ คั่วกับพริกเกลือ หอมๆแซ่บๆ งานนี้จะเป็นกับข้าวก็อร่อยเด็ด หรือเป็นกับแกล้มก็เหมาะอร่อยเกินห้ามใจนึกดูสิที่รัก ไปเปิดตำนานความอร่อยกันค่ะ แค่คิดก็อยากกินแล้ว มาทำสามชั้นคั่วพริกเกลือกันเลยค่ะ อร่อยเด็ดเมนูระดับมิชิลินสตาร์ มาค่ะดาวน์โหลดสูตร มือขวาควงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวเท้าก้าวเข้าครัวไปกับเมนูสามชั้นคั่วพริกเกลือกันเลยค่ะ

สูตรสามชั้นคั่วพริกเกลือ

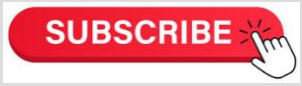
หมูสามชั้น 600 กรัม
กระเทียม 50 กรัม
พริกแดงจินดา 30 กรัม
ต้นหอม 30 กรัม
เกลือ 2/3 ช้อนชา
น้ำตาล 1 ช้อนชา
พริกไทย 1/4 ช้อนชา

วิธีทำสามชั้นคั่วพริกเกลือ

ชั่งตวงวัด ส่วนผสมเครื่องปรุงต่างๆ ให้เรียบร้อยสูตรจะได้ไม่คลาดเคลื่อนนะคะ
ซอยต้นหอมให้ละเอียด ตามด้บดกระเทียม และพริกเตรียมไว้
แล่หมูสามชั้นให้เป็นชิ้นๆ สามารถเอาลงไปนาบกระทะได้ นำไปนาบในกระทะน้ำมันจากกมูจะทะททอดตัวมันเอง ไม่ต้องใส่น้ำมันเพิ่มนะคะ
ทอดให้พอเหลืองสุกสัก 7-8 นาที กลับข้างทอดอีก 3-4 นาทีให้เหลืองสุกทั้งสองด้าน
ตัดหมูเป็นชิ้นพอดีคำ แล้วทอดต่อให้สุกดีโดยทั่วกัน ตักน้ำมันส่วนเกินออก
เอากระเทียมลงไปผัดกับหมู คั่วให้แห้ง ตามด้วยพริก
โรยเกลือเพื่อปรุงรส ชอบเค็มมากเติมมาก ชอบเค็มน้อยเติมน้อย ตามด้วยพริกไทยเพื่อเพิ่มความเผ็ดร้อน
ปิดไฟตามด้วยโรย ต้นหอมสับ พร้อมเสิร์ฟกับข้าวสวยร้อนๆ หรือ เป็นกับแกล้มแสนอร่อย ทานให้อร่อยนะคะ



ขอขอบคุณข้อมูล – คุณ กินได้อร่อยด้วย จาก https://www.youtube.com/watch?v=nh4nzZza4yE

กดติดตามคุณกินได้อร่อยด้วย ได้ที่ปุ่มนี้เลยจ้า เมนูเด็ดรอเพื่อนๆอยู่ 

วัตถุดิบสามชั้นคั่วพริกเกลือ

pork
เนื้อหมู (Pork) จัดเป็นวัตถุดิบที่ได้รับความนิยมมากที่สุดในการนำมาประกอบอาหาร ซึ่งเนื้อหมูเป็นเนื้อที่มีส่วนต่างๆ ให้เลือกใช้ได้หลายส่วน เช่น เนื้อสันนอก เนื้อสันใน เนื้อสะโพก ฯลฯ เนื้อหมูเป็นเนื้อที่มีความอร่อย สามารถนำมาปรุงเป็นเมนูอาหารได้หลากหลายประเภท โดยเนื้อหมูแต่ละส่วนจะมีเนื้อสัมผัสที่แตกต่างกันออกไป แต่ละส่วนเองก็มีความเหมาะสมในการนำมาประกอบอาหารแตกต่างกันออกไป
garlic
กระเทียม (Garlic) ช่วยเพิ่มความอยากอาหารและเพิ่มความสามารถในการย่อยอาหารของร่างกาย กระเทียมสดช่วยกระตุ้นน้ำย่อยในกระเพาะอาหารให้หลั่งออกมาย่อยอาหารในปริมาณมากขึ้น และเสริมการทำงานของเอนไซม์ที่ช่วยย่อยสารอาหารจำพวกโปรตีน เช่น โปรตีนจากเนื้อสัตว์ ช่วยย่อย
salt

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

sugar

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



อยากรู้สูตรเด็ดเคล็ดลับรสรินทร์ ตอนใหม่ๆ อย่าลืมกดไลค์ แฟนเพจรสรินทร์ นะคะ ขอบคุณที่ติดตามเพจ รสรินทร์ Rosalyn นะคะ

Facebook: RosalynTHดูสูตรเด็ดอื่นๆ หน้าหลักรสรินทร์