ซาลาเปาไส้หมูสับ Baozi



ซาลาเปาไส้หมูสับ Baozi

ซาลาเปาไส้หมูสับ Baozi ถ้าคุณกำลังหาสูตรทีเด็ดของซาลาเปาไส้หมูสับ บิงโก...รสรินทร์แอดมินยินดีด้วยค่ะ มาถูกที่แล้ว ใช่แล้วค่ะรสรินทร์ชวนทำเมนูซาลาเปาไส้หมูสับ ซาลาเปาไส้หมูสับ อร่อยทำกินเวลาไหนก็อร่อย หมูสับนุ่มนวลชวนฝันเนื้อฉ่ำๆ เอาใจคนรักซาลาเปาอบจนฟูนุ่มๆสวยงามน่ารับประทานมากด้วยคุณค่า โฮมเมดเมนูที่ไม่ควรพลาดด้วยประการทั้งปวง ลองจินตนาการถึงเบเกอรี่สไตล์จีน ซึ่งรสรินทร์ลองทำมาแล้วอร่อยมากๆเลยค่ะ อยากแชร์สูตรเลย แค่คิดก็น้ำลายไหลแล้วแม๊ แค่คิดก็อยากกินแล้ว มาทำซาลาเปาไส้หมูสับกันเลยค่ะ อร่อยเด็ดเมนูระดับมิชิลินสตาร์ มาค่ะดาวน์โหลดสูตร มือขวาควงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวเท้าก้าวเข้าครัวไปกับเมนูซาลาเปาไส้หมูสับกันเลยค่ะ

สูตรซาลาเปาไส้หมูสับ

– ส่วนผสมไส้ซาลาเปา
เนื้อหมู 150 กรัม
ซีอิ๊วขาว 12 กรัม
ซีอิ๊วดำ 6 กรัม
เกลือ 2.5 กรัม
พริกไทยขาวป่น 0.5 กรัม

สูตรซาลาเปาไส้หมูสับ

น้ำซุปไก่ 50 กรัม

หอมใหญ่ 70 กรัม

ต้นหอมซอย 6 กรัม

ขิงสับ 5 กรัม

น้ำมัน 12 กรัม

น้ำมันงา 5 กรัม

– แป้งซาลาเปา

แป้งสาลีอเนกประสงค์ 200 กรัม

แป้งเค้ก 100 กรัม

ยีสต์แห้ง 3 กรัม

เบกกิ้งพาวเดอร์ 2 กรัม

น้ำมัน 8 กรัม

วิธีทำซาลาเปาไส้หมูสับ

ชั่งตวงวัด ส่วนผสมเครื่องปรุงต่างๆ ให้เรียบร้อยสูตรจะได้ไม่คลาดเคลื่อนนะคะ

บดหมูโดยใช้ส่วนเนื้อและไขมันอย่างละเท่าๆกัน เพื่อให้ได้ซาลาเปาที่นุ่มอร่อยลิ้น

ซอยหอมใหญ่ และหัวหอมเป็นชิ้นเล็กๆ จากนั้นใส่ลงในอ่างผสมพร้อมเนื้อบด จากนั้นปรุงรสด้วยเครื่องปรุงที่เตรียมไว้

นวดส่วนผสมให้เข้ากันจากนั้นนำเข้าไปพักไว้ในตู้เย็นอย่างน้อย 30 นาที

– วิธีทำแป้ง

ในอ่างผสม ผามแป้งสาลีอเนกประสงค์และแป้งเค้กที่เตรียมไว้ ในอัตรา 2:1

เติมยีสต์ ผงฟู น้ำมัน และน้ำเปล่า นวดให้เข้ากัน ปิดฝาพักไว้ให้แป้งขึ้นอีก 1 เท่า

เมื่อถึงเวลา นวดไล่อากาศ จากนั้นแบ่งเป็น 7 ก้อน พักไว้ให้ขึ้นอีก 30 นาที

นำมาแผ่ และยัดไว้ ห่อซาลาเปาให้มิด ทำจนหมดแป้งที่เตรียมเอาไว้

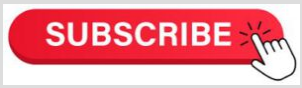
– วิธีนึ่ง

ตั้งรังถึงให้น้ำเดือด จัดเรียงซาลาเปาลงไปนึ่ง 20 นาที

พักให้อุ่นๆ รับประทานร้อนๆใหม่ๆ อร่อยมาก หรือจิ้มกับน้ำมันพริกตามสไตล์จีนแท้ๆ ก็อร่อยไม่แพ้กัน ทานให้อร่อยนะคะ



ขอขอบคุณข้อมูล – คุณ Fancy Notes จาก https://www.youtube.com/watch?v=HmS3xlVWdRs

กดติดตามคุณFancy Notes ได้ที่ปุ่มนี้เลยจ้า เมนูเด็ดรอเพื่อนๆอยู่ 

วัตถุดิบซาลาเปาไส้หมูสับ

beef

beef หมายถึง เนื้อสัตว์ (meat) ที่ได้จากสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนมประเภท cattle ได้แก่ เนื้อจากวัว หรือ ควาย ส่วนของเนื้อวัวแบ่งตามความนุ่ม ประเภทที่ 1 ประเภทเนื้อนุ่มมากที่สุด ได้มาจากส่วนหลังของวัว (center of the back) ได้แก่ พวกริบ (rib) ,serloin, tender loin เป็นเนื้อที่เหมาะสำหรับนำไปทอด ย่าง หรืออบ ประเภทที่ 2 เนื้อนุ่มปานกลาง ได้แก่ เนื้อจากบริเวณโคนขาและสะโพก (leg or round or rump) และเนื้อจากบริเวณหัวไหล่ (chuck or shoulder) เป็นเนื้อที่เหมาะสำหรับนำไป ต้ม ตุ๋น และทำเนื้อบด ประเภทที่ 3 เนื้อนุ่มน้อยที่สุด ได้แก่ เนื้อจากบริเวณตอนกลางลำตัวด้านท้อง (flank) ด้านอก (breast or short plate) ส่วนต้นขาด้านหน้า (brisket) ส่วนต้นขาหน้า (shank) และส่วนคอ (neck) เป็นเนื้อที่เหมาะสำหรับนำไป ตุ๋น ทำสตู และเนื้อบด

salt

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

white pepper

พริกไทยขาว (White Pepper) เป็นเครื่องเทศที่สามารถปรุงรสอาหารให้มีรสชาติดีและจัดจ้านมากขึ้น อีกทั้งยังช่วยทำให้กลิ่นของอาหารนั้นหอมอีกด้วย ช่วยถนอมอาหารประเภทเนื้อสัตว์ต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นหมูยอ แหนม ไส้กรอก เป็นต้น อีกทั้งยังช่วยหมักเนื้อสัตว์และส่วนผสมในการทำอาหารให้มีรสชาติดีขึ้นอีกด้วย

chicken

เนื้อไก่ (Chicken) เป็นแหล่งโปรตีนคุณภาพดี มีกรดอะมิโนจำเป็นครบถ้วน ช่วยในเรื่องการเจริญเติบโต สร้างกล้ามเนื้อและเสริมสร้างภูมิต้านทาน อุดมด้วยวิตามินบีรวม เช่น วิตามินบี 12 ช่วยบำรุงสมองและระบบประสาท ช่วยสร้างเม็ดเลือดแดง ป้องกันโรคโลหิตจางได้ มีไนอะซิน (วิตามินบี 3) วิตามินบี 5 และ 6 ที่ช่วยในกระบวนการเมตาบอลิซึมโปรตีน คาร์โบไฮเดรตและไขมันให้เป็นพลังงาน

onion

หอมหัวใหญ่ (Onion) เป็นพืชล้มลุก อยู่วงค์เดียวกับกระเทียม เป็นหอมชนิดหนึ่ง มีหัวอยู่ใต้ดิน ลำต้นจะถูกห่อหุ้มด้วยกาบใบโดยรอบๆ ดอกออกเป็นช่อ แทงออกมาจากตรงกลางลำต้น หัวมีลักษณะทรงกลมแป้น หรือทรงกลมรี หัวอ่อนมีเปลือกกาบใบห่อหุ้มหลายๆชั้นสีขาว หัวแก่มีเปลือกด้านนอกแห้งมีสีน้ำตาลอ่อน มีกลิ่นฉุน รสชาติเผ็ดร้อน มีถิ่นกำเนิดในทวีปเอเชียกลาง เป็นที่นิยมปลูกกันทั่วไป ในหลายประเทศทั่วโลก

yeast

ยีสต์ (Yeast) คือสิ่งมีชีวิตที่สามารถเติบโตได้โดยการย่อยอาหาร และยีสต์คือส่วนสำคัญที่ทำให้เกิดการหมัก (Fermentation) ดังนั้นเมื่อเราอบขนมปังที่มีการใส่ยีสต์เป็นส่วนผสมลงไป ยีสต์จะหมักน้ำตาลในแป้ง และปล่อยแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์ออกมา เนื่องจากแป้งมีความยืดหยุ่นสูง ทำให้คาร์บอนไดออกไซด์จึงไม่สามารถหลบหนีได้ แก๊สคาร์บอนไดออกไซด์จึงทำให้เกิดการขยายตัว หรือทำให้แป้งพองตัวมีขนาดขยายใหญ่

sugar

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

baking powder

เบคกิ้งพาวเดอร์ หรือ ผงฟู เป็นส่วนผสมแห้งของสารเคมีคือ เบคกิ้งโซดา+กรดอ่อนๆ + แป้ง เป็นตัวที่ทำให้ขนมของเรานั้นฟูขึ้นเช่นกัน เราจะเห็นว่าในส่วนผสมของผงฟูนั้นมีกรดอ่อนๆ ผสมอยู่แล้วเมื่อเติมน้ำลงไป กรดอ่อนและด่างอ่อนๆ จากเบคกิ้งโซดาก็จะทำปฏิกริยาเกิดฟองแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์ขึ้นมา ด้วยความที่มีกรดเป็นส่วนผสมอยู่แล้ว ดังนั้นจึงไม่จำเป็นต้องอาศัยกรดจากวัตถุดิบอื่นๆ ของอาหาร ขนมปังที่ทำมาจากส่วนผสมของสารเคมีแบบแห้งว่า Quick bread ยกตัวอย่างเช่น แพนเค้ก มัฟฟิน หรือบิสกิต เป็นต้น



อยากรู้สูตรเด็ดเคล็ดลับรสรินทร์ ตอนใหม่ๆ อย่าลืมกดไลค์ แฟนเพจรสรินทร์ นะคะ ขอบคุณที่ติดตามเพจ รสรินทร์ Rosalyn นะคะ

Facebook: RosalynTHดูสูตรเด็ดอื่นๆ หน้าหลักรสรินทร์