

คำขวัญ / สูตรอาหารไทย / เมนูเด็ก

## โรตีสานเขียวหวาน อาหารอินเดียในชุดไทย



### โรตีสานเขียวหวาน อาหารอินเดียในชุดไทย

โรตีสานเขียวหวาน อาหารอินเดียในชุดไทย วันนี้รสรินทร์เสนออาหารลูกครึ่งคึ่ง แกงเขียวหวานโรตีสานเนื้อ รสชาติแกงเขียวหวานเครื่องแกงสมุนไพรที่โขลกสดๆ กับเนื้อวัวเคี้ยวจนเข้าเครื่องเคี้ยวกำลังงาน ทานกับโรตีสานกรอบๆ หอมๆ ของเนย เปลี่ยนประสบการณ์การรับประทานอาหารแกงเขียวหวาน ได้เป็นอย่างดีค่ะ เพราะปกติเราจะทานคู่กับข้าวสวยไม่กินขนมจีน

จะว่าไปก็แปลกนะคะ แกงเขียวหวานนี้ บ้านเราก็ได้มาจากแกงอย่างอินเดีย ผัดแกงอย่างอินเดียจะใช้เครื่องเทศแห้ง แต่อาหารไทยเราจะชอบใช้เครื่องสมุนไพรสดๆ จึงวิวัฒนาการมาเป็นแกงเขียวหวาน ส่วนโรตีสานก็ทำจากแป้งโรตีสานอินเดียจะเป็นแป้งแบบอบาปติ ไม่ใช่แป้งโรตีสานที่เรารู้จักกันตามรถเข็นอบด้งคำ สรุปแกงเขียวหวานโรตีสานก็มาจากอินเดียแล้วแต่ของไทยแล้วละคะ ถูกปากฮือฮือขอยืนยันว่าแล้วต้องจัดสักสำหรับ มาคะ มีของอร่อยคั้งหลังมือ มีของขำขันกะทะ ตาวันโหลสดสดเด็ดสาวเท้าก้าวข้าวครัวไปทำ โรตีสานเขียวหวานกันให้หายอยาก กันเลยคะ

### 2021 ดาวมิโหดสูตร

#### สูตรแป้งโรตีสาน

แป้งสาลี	1000	กรัม
น้ำตาลทราย	2	ช้อนโต๊ะ
เกลือ	2	ช้อนชา
ไข่ไก่	1	ฟอง
น้ำสะอาด	500	มิลลิลิตร
เนยจืดละลาย	200	กรัม

#### วิธีทำแป้งโรตีสาน

- นำแป้งสาลีเนกประสงค์ลงอ่างผสม ใส่ น้ำตาลทราย เกลือ คนจนส่วนผสมเข้ากัน
- ใส่ไข่ลงไป เพื่อให้แป้งมีรสสัมผัสนุ่มนวลขึ้น เติมน้ำเข้าไปในอ่างผสม
- ค่อยๆ นวดจนเข้ากัน แป้งมีความเนียนขึ้นไม่ติดมือ
- แรบพลาสติก หรือ ใช้ผ้าปิดไว้ พักแป้งไว้ 15 นาที
- นำมานวดอีกรอบ รอบนี้ แป้งจะเนียนนุ่ม ไม่ติดมือ พักแป้งเป็นรอบที่สอง อีก 15 นาที
- แป้งเป็นก้อนๆ ใช้เนยทาแป้ง หรือใช้น้ำมันละลายกับเนย เมื่อแป้งเป็นก้อนเอาน้ำมันทา
- เอาแป้งโรตีสานก้อนๆ และเนยใส่กล่อง พักไว้อย่างน้อย 10 นาที ก่อนนำไปใช้ต่อไป

#### วิธีทำโรตีสาน

- ทดสอบแป้งว่าใช้งานได้ดีหรือยัง โดยการเอานิ้วกดดู ถ้าขีดยกแสดงว่ายังต้องพักแป้งอีก
- เมื่อแป้งได้ที่แล้ว เอาน้ำมันทาที่โต๊ะ เอาแป้งมาแผ่ๆ เป็นแผ่นกลม ใช้มือหนึ่งคว่ำมือหนึ่งหงายจับแป้ง
- สะบัดแป้งให้แผ่เป็นแผ่นฟิล์ม (มือใหม่ซ้อมสะบัดไปเรื่อยๆ เดี่ยวก็เป็นคะ)
- จับปลายแป้งรวบ และหมุนขดเป็นก้อนหอยเอามือแตะเนย หรือน้ำมัน ทาให้ทั่วกันดี
- พักแป้งไว้ 10 นาทีก่อนเอาไปทอด
- ตั้งกระทะไฟกลาง ใส่น้ำมันลงไปนิดหน่อย
- ใช้มือแผ่โรตีสานให้เป็นแผ่นบาง นาลงทอด เมื่ออีกฝั่งเหลืองแล้ว กลับด้าน
- เมื่อใกล้สุก ปาดเนยลงไปทอดสักหน่อย ให้เหลืองทอง กรอบหอม เตรียมจัดเสิร์ฟกับแกงเขียวหวาน

### สูตรแกงเขียวหวานเนื้อ รสรินทร์

เนื้อวัวส่วนน่องลาย	1000	กรัม
มะพร้าวกะทิ	1000	กรัม
มะเขือพวง	0.25	ถ้วย
มะเขือเปาะ	0.5	ถ้วย
ใบมะกรูด	8	ใบ
น้ำปลา	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลปีบ	2	ช้อนชา
พริกขี้หนูสวน (สำหรับแต่ง)		
ใบโหระพา (สำหรับแต่งตามชอบ)		

### สูตรเครื่องแกงแกงเขียวหวานเนื้อ

ลูกผักชี	1	ช้อนโต๊ะ
ยี่หระ	1	ช้อนชา
ขมิ้นผง	0.5	ช้อนชา
พริกไทยขาวเม็ด	5	เม็ด
พริกขี้หนูสวนสีเขียว	30-50	เม็ด
เกลือป่น	1	ช้อนชา
ข่าแก่หั่นละเอียด	1	ช้อนชา
ตะไคร้ซอย	1	ช้อนโต๊ะ
ผิวมะกรูดหั่นละเอียด	1	ช้อนชา
รากผักชีหั่น	1.5	ช้อนชา
กระเทียมสับ	4	กลีบ
หอมแดงซอย	2	หัว
กะปิ	1.5	ช้อนชา

### วิธีทำเครื่องแกงเขียวหวานเนื้อ

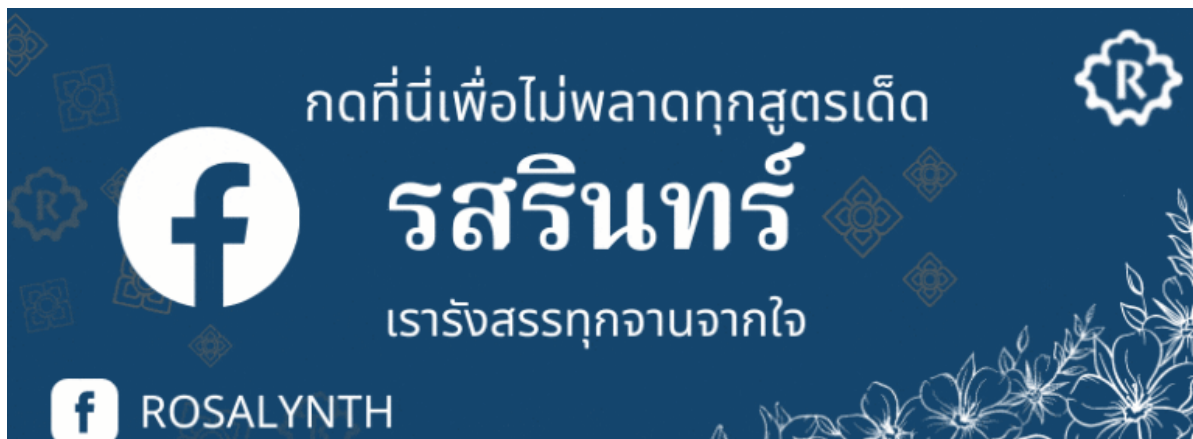
- ตัวลูกผักชี ยี่หระ และพริกไทย ให้หอม ก่อนนำมาโขลกให้ละเอียด
- หั่นกะปิเคียวด้วยใบตอง ชั่งจนหอมก่อนนำมาโขลกกับเครื่องแกง
- นำเครื่องแกงที่เตรียมไว้มาโขลกให้ละเอียดให้เครื่องแกงเนียนเป็นเนื้อเดียวกัน

### เคล็ดลับรสรินทร์

- ถ้าเครื่องแกงสีเขียวไม่สามารถใส่ใบพริกได้เล็กน้อยเพื่อเพิ่มสีแกงให้สวยงาม
- บางตำราสามารถใส่ใบกะเพราลงไปโขลกเล็กน้อยได้เพื่อเพิ่มกลิ่นและสีผิวมะกรูดต้องผ่านไม้ให้มีเนื้อสีขาวติดเพราะจะทำให้แกงขม

### วิธีทำแกงเขียวหวานเนื้อ

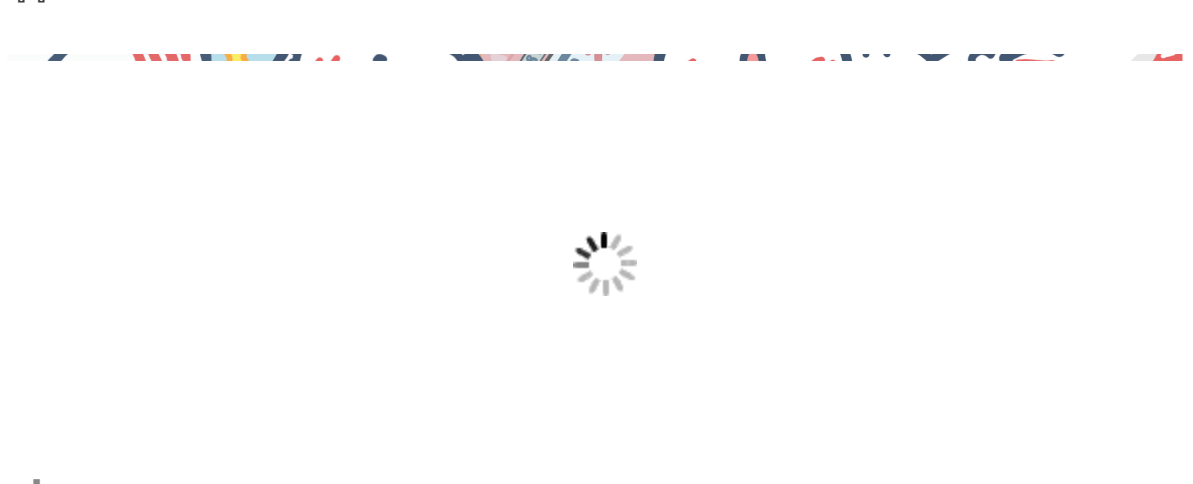
- ตั้งกะทิ 1 กิโลกรัม ให้ได้หัวกะทิ 3 ถ้วยหางกะทิ 7 ถ้วย
- ต้มเนื้อวัวในหางกะทิจนสุก พักไว้ให้เย็น หั่นเป็นชิ้นขนาดตามชอบ พักไว้
- นำเครื่องแกงมาผัดกับหัวกะทิ ค่อยๆ หยดหางกะทิลงไปทีละทีพอสอดจนแตกมันจนสวยงาม
- ใส่ลงไปหม้อต้มเนื้อ ใส่เครื่องปรุงน้ำปลา น้ำตาลปีบ คนให้เข้ากัน
- เติมน้ำแกงจนเดือด ใส่ผัก มะเขือพวง และมะเขือพวงเคี้ยวต่อให้สุก
- หรีฟใสเนื้อวัวที่หั่นเตรียมไว้ ใบมะกรูด และ ใบโหระพา คนให้ส่วนผสมสุกเข้ากันดี
- ชิมอีกครั้งและปรับรสชาติตามชอบ ตักใส่ชามตกแต่งด้วยโหระพา และพริก ทานโรตีสานเอาใจคะ
- ทานให้อร่อยนะคะ



อยากรู้สูตรเด็ดเคล็ดลับรสรินทร์ตอนใหม่ๆ อย่าลืมกดไลค์แฟนเพจรสรินทร์นะคะ รับรองว่า คุณจะหาอาหารอร่อยๆ คนทั้งบ้านชมไม่ขาดปากเลยคะ ขอขอบคุณที่ติดตามเพจ รสรินทร์ Rosalyn นะคะ

Facebook: RosalynTH

ดูสูตรเด็ดอื่นๆ หน้าหลักรสรินทร์



### RELATED POSTS

- หมุ่ม ลำเตี้ยว ของว่างชาววังโบราณ August 14, 2021
- 5 สูตรของทอดขายดี สูตรกาดคารจีน ข้าวขาหมูไก่โรตีสาน August 13, 2021
- กึ่งกะปิ้ง รสรินทร์ กรอบนุ่มกึ่งเค็มเค็มค้ำ August 13, 2021

### PREVIOUS ARTICLE

โรตีสานคะบะ กรอบหอมเครื่องเทศเน้นสี

เต็มค้ำ



### ยอดนิยม

- สูตรสำหรับชาววัง กาพย์เห่ชมเครื่องคาวหวาน August 20, 2021
- ไก่ทอดเกาหลี สูตรเด็ดพร้อมเครื่องเคียง August 19, 2021
- ข้าวคั่วคั่ว 5 เมนูยอดฮิตคั่วเองก็ได้ที่บ้าน August 19, 2021
- 10 สูตรชาลาเปา ตำรับจีนแท้ๆ August 18, 2021
- 8 รมมาว่า ต้นแบบทำอย่างนี้เองง่ายเว่อเวอร์ August 16, 2021



TEGORIES

Select Category

### ติดต่อเรา

Facebook: RosalynTH  
Facebook Message: ส่งข้อความหาเรา

Back to Home