ข้าวซอยไก่สูตรโบราณ CHICKEN KHAO SOI



ข้าวซอยไก่ Chicken Khao Soi

ข้าวซอยไก่ Chicken Khao Soi วันนี้แอดส้มฉุนจะชวนมาทำสไตล์ไทย ซึ่งแอดส้มฉุนลองทำมาแล้วอร่อยมากๆเลยค่ะ อยากแชร์สูตรเลย นั่นคือข้าวซอยไก่ อร่อยจนคงทำ มงลงแน่นอน ข้าวซอยน้ำแกงลำขนาด มากับไก่นุ่มๆ เครื่องแกงเข้าเนื้อ เครื่องเคียงครบครับตำรับจาวเหนือแต๊ๆเจ้า หาทานของแท้ยากสุดๆเพื่อนๆสามารถทำตามได้เลยค่ะ วิธีทำเป็นขั้นตอนไม่ยุ่งยาก ความอร่อยระดับ 5 ดาวค่ะสูตรนี้เอาไปเลย พูดไปแล้วท้องก็ร้อง ไปลุยกันเลยค่ะ มาทำข้าวซอยไก่กัน แค่นึกถึงเมนูนี้ น้ำลายก็ไหลแล้ว มาค่ะ ดาวน์โหลดสูตร มือขวาควงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวเท้าก้าวเข้าครัวไปกับเมนูข้าวซอยไก่กันเลยค่ะ

สูตรข้าวซอยไก่สูตรโบราณ

พริกแกงข้าวซอย 80 กรัม
น้ำมัน 3 ชต
หางกะทิ 1500 ml
หัวกะทิใส่ในข้าวซอย 400 ml
หัวกะทิ เอามาเคี่ยวราดหน้า 100 ml
ไก่ 900-1000 กรัม
เกลือ 1/2 ชต
น้ำตาลปี๊บ 1/2 ชต
น้ำปลา 2 ชต
หมี่กรอบ
เส้นหมี่แบน หรือกลมตามชอบ (ใช้หมี่สดเส้นจะนุ่มกว่าเส้นแบบแห้ง)
ผักดอง
หอมแดงซอย
พริกป่นคั่วน้ำมัน
มะนาว
ต้นหอม
ผักชี

วิธีทำข้าวซอยไก่สูตรโบราณ

ซอยแผ่นเกี๊ยว เป็นเส้นๆ นำไปทอดเป็นเครื่องเคียงเส้นกรอบ
ตักมันกะทิเล็กน้อยใส่ลงในกระทะ เปิดไฟกลาง ใส่พริกแกงข้าวซอยลงไปผัดจนหอม จากนั้นตักพริกแกงที่ผัดแล้วลงในหม้อที่เรากำลังเคี่ยวน่องไก่ คนให้เข้ากัน
นำหม้แล้วนำอตั้งเตา เปิดไฟกลาง ใส่หางกะทิ 3 ถ้วยและหัวกะทิ 2 ถ้วย เคี่ยวจนกะทิเริ่มแตกมัน จากนั้นใส่น่องไก่ลงไป เคี่ยวต่อประมาณ 10 นาที
ปรับไฟเป็นไฟอ่อน ปิดฝาหม้อ เคี่ยวต่อประมาณ 1 ชั่วโมงหรือจนกว่าน่องไก่จะสุกและเปื่อยดี
ปรุงรสด้วยซีอิ๊วดำ ซีอิ๊วขาว และเติมหัวกะทิที่เหลืออีก 1 ถ้วยลงไป พักไว้
ใส่น้ำมันลงในกระทะจากนั้นนำหมี่แบนหรือแผ่นเกี๊ยว ลงไปทอดในน้ำมันจนเหลืองกรอบ ตักขึ้นให้สะเด็ดน้ำมัน ส่วนหมี่แบนอีกก้อนให้ลวกจนเส้นสุกและเหนียวนุ่ม ใส่น้ำมันกระเทียมเจียวลงไปเพื่อไม่ให้เส้นติดกัน
จัดเส้นบะหมี่ที่ลวกแล้วใส่ถ้วย ตามด้วยน่องไก่และน้ำแกงที่เคี่ยวไว้ ปิดท้ายด้วยหมี่กรอบ
เสิร์ฟพร้อมเครื่องเคียงอย่าง หอมแดง ผักกาดดอง และพริกแห้งป่นทอด หรือจะกินกับผักสดอื่นๆ ตามชอบด้วยก็ได้ ทานให้อร่อยนะคะ



https://www.youtube.com/watch?v=vP2Lr1wDE08

ขอขอบคุณข้อมูล – คุณ อร่อยพุง จาก https://www.youtube.com/watch?v=vP2Lr1wDE08

กดติดตามคุณอร่อยพุง ได้ที่ปุ่มนี้เลยจ้า เมนูเด็ดรอเพื่อนๆอยู่



ประวัติข้าวซอยไก่สูตรโบราณ

ข้าวซอย คืออาหารพื้นเมืองทางภาคเหนือของประเทศไทย เดิมเรียกว่า “ก๋วยเตี๋ยวฮ่อ”[1] เป็นอาหารที่ได้รับอิทธิพลมาจากชาวจีนยูนนานหรือฮ่อ มีลักษณะคล้ายเส้นบะหมี่ ในน้ำซุปที่ใส่เครื่องแกง รสจัดจ้าน มีเครื่องเคียง ได้แก่ ผักกาดดอง หอมหัวแดง ยำกะหล่ำปลีและมีเครื่องปรุงรส เช่น พริกผัดน้ำมัน น้ำมะนาว น้ำปลา น้ำตาล ในตำรับดั้งเดิมเนื้อที่ใช้เป็นเนื้อไก่หรือเนื้อวัว แต่ในปัจจุบันร้านอาหารหลายแห่งได้มีการใช้เนื้อหมูแทน บางแห่งอาจเพิ่มอาหารทะเลหรือเต้าหู้เป็นส่วนประกอบ

วัตถุดิบข้าวซอยไก่สูตรโบราณ

milk
นม หรือ น้ำนม (Milk) คือ ของเหลวสีขาวที่มีสารอาหารที่จำเป็นสำหรับเด็กหรือสัตว์เกิดใหม่ ที่ผลิตออกมาจากเต้านมของสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนม อาทิเช่น มนุษย์ วัว แพะ แกะ ควาย ม้า ลา อูฐ จามรี เรนเดียร์ ลามา แมวน้ำ และยังรวมไปถึงเครื่องดื่มที่ใช้แทนนมด้วย เช่น นมถั่วเหลือง น้ำนมข้าว นมข้าวโพด นมแอลมอนด์เป็นต้น
chicken

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

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

lemon

เลมอน (lemon) เป็นผลไม้ที่จัดอยู่ในตระกูลส้ม มีลักษณะเป็นไม้พุ่ม ปลายยอดมีหนามแหลม ลักษณะของใบเป็นใบเดี่ยว เมื่อนำมาขยี้จะมีกลิ่นหอมแรง ส่วนลักษณะของดอกเลมอน ดอกมีกลิ่นหอม และมีสีขาว ส่วนลักษณะของผลเลมอน เป็นรูปกลมรี ที่ปลายผลจะมีติ่งแหลม ผลอ่อนมีสีเขียว เมื่อสุกจะเป็นสีเหลือง ในผลมีเมล็ดหลายเมล็ด เนื้อผลฉ่ำน้ำ และมีรสเปรี้ยว

onion

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

