

ปลาหับทิมทอดตะไคร้สูตรโบราณ FRIED RED TILAPIA WITH LEMONGRASS



ปลาหับทิมทอดตะไคร้ Fried Red Tilapia with lemongrass

ปลาหับทิมทอดตะไคร้ Fried Red Tilapia with lemongrass ถ้าคุณกำลังหาสูตรปลาหับทิมทอดตะไคร้เด็ดๆ แอดสั้มจนก็ว่ามาถูกที่ แล้วละ ใช้แล้วละแอดสั้มจนมาชวนทำปลาหับทิมทอดตะไคร้ ปลาหับทิมล้างให้สะอาดไม่มีกลิ่นคาว นำมาทอดให้กรอบนอก ช้างในชุ่มฉ่ำกลิ่น ตะไคร้ที่เข้ากันสไตล์ไทยๆ เข้ากันกับน้ำจิ้มซีฟู้ดคืออินฟินิพาน นึกดูสิที่รักกับข้าวสไตล์ไทย ซึ่งแอดสั้มจนลองทำมาแล้วอร่อยมากๆเลยละ อยาก แชรสูตรเลย ไปเปิดตำนานความอร่อยกันละ บรรยายซะเห็นภาพน่าจะไหล มาทำปลาหับทิมทอดตะไคร้กันละ อร่อยกันปั้งๆ มาละ ดาวันไหลดสูตร มือขวาควงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวเท้าก้าวเข้าครัวไปกับเมนูปลาหับทิมทอดตะไคร้กันเลยละ

สูตรปลาหับทิมทอดตะไคร้สูตรโบราณ

ปลาหับทิม 700 กรัม
แป้งทอดกรอบ 1 ถ้วย
ตะไคร้ 1 ถ้วย
กระเทียม 1 ถ้วย
น้ำตาล 2 ช้อนชา
ซอสถั่วเหลือง 2 ช้อนชา

วิธีทำปลาหับทิมทอดตะไคร้สูตรโบราณ

ล้างปลาสด ส่วนผสมเครื่องปรุงต่างๆ ให้เรียบร้อยสูตรจะได้ไม่คลาดเคลื่อนนะ
ล้างปลา ผ่าท้องให้เรียบร้อย แล่นื้อเอาแต่เนื้อปลาเหลือก้างส่วนกลางไว้ เพื่อนำมาจัดเรียงสวยๆ ในจานเสิร์ฟ
ในกระทะไฟกลาง เทน้ำมันท่วม ตั้งให้น้ำมันร้อนเอาส่วนก้างลงไปทอดให้เหลืองกรอบ
นำเนื้อปลาชุบแป้งทอดให้แห้ง นำลงไปทอดให้น้ำมันเหลืองทองกรอบ จนกรอบนอกนุ่มใน
เสร็จแล้วทอดตะไคร้โดยการ หั่นเป็นท่อนแล้วโขลกให้แตกเป็นเส้นๆ ปรุงรสใส่แป้งทอดกรอบนิดหน่อย
ใช้ไฟกลางทอดจนตะไคร้สุกดีสีเหลืองทอง โรยโดยเป็นแพ ใช้ตะหลิวเกลี่ยเรื่อยๆ ดักขึ้นพักไว้
นำกระเทียมลงไปคลุกแป้งและทอด พอเหลืองทองดักขึ้นสะเด็ดน้ำมัน พักไว้เช่นเดียวกัน
นำลงจัดเสิร์ฟ โดยการลงปลาที่ทอดไว้ ตามด้วยเนื้อปลา ตามด้วยกระเทียม ตะไคร้ทอด พร้อมน้ำจิ้มซีฟู้ด เตรียมแซ่บละ ทานให้อร่อยนะละ



ขอขอบคุณข้อมูล – คุณ TomJoke FoodTV จาก <https://www.youtube.com/watch?v=B9JJ-0caqMM>

SUBSCRIBE



กดติดตามคุณTomJoke FoodTV ได้ที่ปุ่มนี้เลยจ้า เมนูเด็ดรอเพื่อนอยู่

วัตถุดิบปลาทับทิมทอดตะไคร้สูตรโบราณ

lemon

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

garlic

กระเทียม (Garlic) ช่วยเพิ่มความอยากอาหารและเพิ่มความสามารถในการย่อยอาหารของร่างกาย กระเทียมสดช่วยกระตุ้นน้ำย่อยในกระเพาะอาหารให้หลั่งออกมาช่วยย่อยอาหารในปริมาณมากขึ้น และเสริมการทำงานของเอนไซม์ที่ช่วยย่อยสารอาหารจำพวกโปรตีน เช่น โปรตีนจากเนื้อสัตว์ ช่วยย่อย

sugar

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

A recipe is a story end with a good meal

สูตรอาหารคือเรื่องราวที่เรียงร้อยและจบลงที่สำรับ



สูตรโบราณ.com

