

ปลาหีบหิมสามรสสูตรโบราณ SWEET AND SOUR FRIED RUBY FISH



ปลาหีบหิมสามรส Sweet and Sour Fried Ruby Fish

ปลาหีบหิมสามรส Sweet and Sour Fried Ruby Fish แอดออบเชยจะชวนเปิดตำราทำเมนูกับข้าวสไตล์ไทย ซึ่งแอดออบเชยลองทำมาแล้วอร่อยมากเลยล่ะ อยากแชร์สูตรเลย นั่นคือปลาหีบหิมสามรส อร่อยเด็ด รสชาติไม่เป็นสองรองใคร ปลาทอดราดน้ำสามรส แซ่บเปรี้ยวหวาน กินเท่าไรก็ไม่เบื่อ ซอสรสชาติเปรี้ยวหวาน กลมกล่อมสุดๆปั้งๆ ผู้ใหญ่กินได้ เด็กก็กินอร่อยเป็นเมนูที่สอยอดไปเลยล่ะสูตรนี้เป็นสูตรง่ายๆ ทำตามได้ไม่ยากเลยล่ะ แอดออบเชยรับประกันความประทับใจล่ะ เอาล่ะค่ะ เกริ่นมาเริ่มหิวแล้ว ไปทำกันค่ะ มาทำปลาหีบหิมสามรสกัน ไปลองทำของอร่อยๆ กินกันค่ะ มาค่ะ ดาวนั้โหลดสูตร มือขวาควงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวเท่าก้าวเข้าครัวไปกับเมนูปลาหีบหิมสามรสกันเลยล่ะ

สูตรปลาหีบหิมสามรสสูตรโบราณ

ปลาหีบหิม 1 ตัว (1000 กรัม)
พริกจินดา 12 เม็ด
กระเทียม 2 ช้อนโต๊ะ
มะขามเปียก 2 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลปีบ 2 ช้อนโต๊ะ
ซอสหอยนางรม 1 ช้อนโต๊ะ
พริกหวาน 3 สี เชี่ยว เหลือง แดง
หอมใหญ่ 1 ถ้วย

วิธีทำปลาหีบหิมสามรสสูตรโบราณ

ล้างตัวปลา ส่วนผสมเครื่องปรุงต่างๆ ให้เรียบร้อยสูตรจะได้ไม่คลาดเคลื่อนนะคะ
ล้างปลาให้สะอาดควักไส้ แล้วส่วนเนื้อออกจากส่วนกระดูก หั่นให้เป็นชิ้นพอดีคำ
หั่นพริกหวานเป็นเต๋าพอดีคำ รวมทั้งหอมใหญ่

ตั้งกระทะ กระดุกปลาาลงไปทอดกรอบจนเป็นสีเหลืองทอง ตักขึ้นพักไว้
ส่วนเนื้อนำไปคลุกเคล้าแป้งทอดกรอบจนแห้ง นำไปทอดในน้ำมันเดือดๆ ทอดจนเหลืองทองกรอบ ตักขึ้นสะเด็ดน้ำมัน
วิธีทำซอส ตั้งน้ำมันพอร้อน ใส่กระเทียมพริกผัดจนหอม และใส่เครื่องปรุงรส สามรส ซิมให้น้ำเป็นสามรสอร่อยดีแล้ว
ใส่ผักที่หั่นเตรียมเอาไว้ คลุกเคล้าให้เข้ากันตามด้วยเนือปลา ตัดขึ้น
จัดเสิร์ฟบนตัวปลา ราดปลาสามรสแสนอร่อย เสิร์ฟพร้อมข้าวสวยร้อนๆ ทานให้อร่อยนะคะ



ขอขอบคุณข้อมูล – คุณ อร่อยยกใหญ่ AroiYokYai จาก <https://www.youtube.com/watch?v=RfxHTudzC5g>



กดติดตามคุณอร่อยยกใหญ่ AroiYokYai ได้ที่ปุ่มนี้เลยจ้า เมนูเด็ดรอเพื่อนอยู่

วัตถุดิบปลาท้มทิมสามรสสูตรโบราณ

peppers

พริกไทย (Peppers) เป็นพืชที่มีผลเป็นพวงเม็ดขนาดเล็ก จัดเป็นสมุนไพรที่มีสรรพคุณทางยา และเป็นราชาแห่งเครื่องเทศที่มีรสชาติเผ็ดร้อน สามารถนำมาทำเป็นพริกไทยแห้งไว้ใช้เป็นเครื่องปรุงในการประกอบอาหาร ถ้าเป็นแบบแห้งทั้งเปลือกจะเป็น พริกไทยดำ หรือ Black Pepper (เพราะมีผงของเปลือกติดปนอยู่) แต่ถ้าลอกเปลือกออกก่อนทำเป็นผงก็จะได้เป็น พริกไทยขาว หรือ White Pepper (พริกไทยอ่อน) เนื่องจากพริกไทยมีปริมาณน้ำในแต่ละเม็ดน้อยมาก จึงไม่ค่อยขึ้นรา ซึ่งวิธีการเก็บรักษาก็ง่าย ๆ เพียงแค่เก็บไว้ในโหลแก้วให้มิดชิด ส่วนพริกไทยปนก็ควรบดเก็บแต่น้อยในภาชนะที่แห้งสนิทและปิดให้มิดชิดเช่นกัน

garlic

กระเทียม (Garlic) ช่วยเพิ่มความอยากอาหารและเพิ่มความสามารถในการย่อยอาหารของร่างกาย กระเทียมสดช่วยกระตุ้นน้ำย่อยในกระเพาะอาหารให้หลั่งออกมาช่วยย่อยอาหารในปริมาณมากขึ้น และเสริมการทำงานของเอนไซม์ที่ช่วยย่อยสารอาหารจำพวกโปรตีน เช่น โปรตีนจากเนื้อสัตว์ ช่วยย่อย

sugar

น้ำตาล (Sugar) คือ สารประกอบคาร์โบไฮเดรตประเภทโมโนแซ็กคาไรด์ (monosaccharide) และไดแซ็กคาไรด์ (disaccharide) ซึ่งมีรสหวาน โดยทั่วไปจะได้มาจากอ้อย มะพร้าว แต่โดยทั่วไปแล้วจะเรียกอาหารที่มีรสหวานว่าน้ำตาลแทบทั้งสิ้น เช่น ทำมาจากตาลจะเรียกว่าตาลโตนด ทำจากมะพร้าวจะเรียกว่าน้ำตาลมะพร้าว ทำมาจากงวงจากจะเรียกว่าน้ำตาลจาก ทำมาจากบะจะเรียกว่าน้ำตาลบ ทำมาจากอ้อยแต่ยังไม่ได้ทำเป็นน้ำตาลทรายจะเรียกว่าน้ำตาลทรายดิบ ถ้านำมาทำเป็นเม็ดจะเรียกว่าน้ำตาลทราย หรือถ้านำมาทำเป็นก้อนแข็งคล้ายกวรวดจะเรียกว่าน้ำตาลกวรูด ฯลฯ

onion

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

A recipe is a story end with a good meal

สูตรอาหารคือเรื่องราวที่เรียงร้อยและจบลงที่สำรับ



สูตรโบราณ.com

