

สาหร่ายไส้หมูสูตรโบราณ TAPIOCA BALLS WITH PORK FILLING



สาหร่ายไส้หมู Tapioca Balls with Pork Filling

สาหร่ายไส้หมู Tapioca Balls with Pork Filling แอดพอเพียงจะมาชวนทำเมนูอาหารเรียกน้ำย่อยสไตล์ไทย ซึ่งแอดพอเพียงลองทำมาแล้วอร่อยมากๆเลยละ อยากแชร์สูตรเลย นั่นคือสาหร่ายไส้หมู อร่อยขึ้นเทพ เห็นแสงสายรุ้งออกจากปาก สาหร่ายไส้หมู นุ่มเหนียวเคี้ยวมัน นุ่มหนึบข้ามวัน ทานแก้ลมลูกโดดสัปดาห์ ติดด้วยผักกาดหอมกรอบๆ หอมกระเทียมเจียว โอ้ยฟินมากจะแม่เพื่อนๆสามารถ ทำตามได้ง่ายๆเลยละ ความอร่อยระดับ 5 ดาวคะสูตรนี้เอาไปเลย เอาละคะ เพื่อไม่ให้เป็นการเสียเวลา มาทำสาหร่ายไส้หมูกัน แค่นี้ก็น้ำลายไหลแล้ว มาคะ ดาวโน้ลลดสูตรมือขวาควงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวเท้าก้าวเข้าครัวไปกับเมนูสาหร่ายไส้หมูกันเลยคะ

สูตรสาหร่ายไส้หมูสูตรโบราณ

-ส่วนผสมไส้

- หมูสับ 500 กรัม
- ไข่ไก่สับ 250 กรัม
- ถั่วลิสงคั่วบด 250 กรัม
- น้ำตาลปีบ 300 กรัม
- หอมแดงสับ 100 กรัม
- ซอสฝาเขียว 3 ช้อนโต๊ะ
- เกลือ 1 ช้อนชา
- สามเกลอ (กระเทียม10กลีบ+พริกไทยเม็ด1ช้อนโต๊ะ+รากผักชี5ราก)
- น้ำมันกระเทียมเจียว 4-5ช้อนโต๊ะ

-ส่วนผสมแป้งสาหร่าย

- สาหร่ายสีชา 200 กรัม+น้ำเปล่า 400 ml
- สาหร่ายสีเขียว 200 กรัม+น้ำเปล่า 400ml
- **กระเทียมเจียวตามชอบ สำหรับโรยหน้า

วิธีทำสาหร่ายไส้หมูสูตรโบราณ

ล้างตัววัตถุดิบ ส่วนผสมเครื่องปรุงต่างๆ ให้เรียบร้อยสูตรจะได้ไม่คลาดเคลื่อนนะคะ

ตั้งกระทะน้ำมันท่วมพอร้อน นำกระเทียมสับลงไปเจียวให้เหลืองทอง เติมน้ำมัน
– วิธีการทำไส้สาकुไส้หมู
ตั้งกระทะ ใส่น้ำมันกระเทียมเจียว พอร้อนใส่หอมแดงสับเจียวให้หอม ใส่สามเกลอลงไปผัดตามมา
ลงหมูสับ ผัดให้เข้าเนื้อ ปูรสด้วยเครื่องปรุงรสต่างๆที่ตวงไว้ แต่ปรับรสได้ตามชอบ ผัดให้ส่วนผสมสุกดี
ใส่น้ำตาลปีบ โซ้ป๊าวสับ ผัดให้ส่วนผสมทุกอย่างเข้ากันอีกครั้ง แต่งสีด้วยซีอิ๊วดำหวานตามชอบ ผัดต่อจนแห้งนำมาปั้นได้
ปิดเตา ยกออกจากเตา พักไว้ให้เย็น ปั้นเป็นลูกกลม เพื่อเป็นไส้
– วิธีทำแป้งสาकु
ในอ่างผสม ใส่สาकुและน้ำที่ตวงไว้ลงไป พักไว้ 15 นาที จากนั้นกรองน้ำด้วยกระชอนเพื่อสะเด็ดน้ำส่วนเกิน
เริ่มปั้นด้วยการหยิบเม็ดสาकुขึ้นมา ใส่สอด้ใส่ด้วย ไส้หมูที่เตรียมไว้ ปิดด้วยสาकुอีกครั้ง ปั้นให้แป้งเข้ากัน คลึงเป็นลูกกลม
ทำจนกระทั่ง ไส้หมด หรือแป้งสาकुหมด
– วิธีนึ่งสาकुไส้หมู
ในซึ้ง รองด้วยใบตอง ทาด้วยน้ำมันกระเทียม
นำสาकुไส้หมูลงไปเรียงให้เต็มซึ้ง แต่อย่าให้ลูกสาकुติดกัน
นำไปนึ่งด้วยไฟแรงประมาณ 10-15 นาที พอสุกเปิดฝา ทาด้วยน้ำมันกระเทียม
จัดเสิร์ฟ แยมด้วยพริกเกลือสด ผักกาดหอม และโรยด้วยกระเทียมเจียวหอมๆ พร้อมแช่บ๊วยแล้วค่ะ ทานให้อร่อยนะคะ



ขอขอบคุณข้อมูล – คุณ ครั้วบ้านๆ แต่อร้อยดี จาก https://www.youtube.com/watch?v=-id_P7MJlqs

SUBSCRIBE

กดติดตามคุณครั้วบ้านๆ แต่อร้อยดี ได้ที่ปุ่มนี้เลยจ้า เมนูเด็ดรอเพื่อนๆอยู่

ประวัติสาकुไส้หมูสูตรโบราณ

สาकुไส้หมู เป็นขนมไทยแท้แต่โบราณ เป็นขนมที่มีประวัติความเป็นมาอันยาวนานคู่กับข้าวเกรียบปากหม้อ เล่าสืบต่อกันมาว่าสาकुไส้หมูเป็นอาหารว่างจานโปรดของรัชกาลที่ 1 ที่นางสนมชาวลาวคิดค้นขึ้นมาเพื่อแทนไข่ตัวเงินตัวทองที่พระองค์ทรงโปรดมาก โดยนำแป้งสาकुผสมกับแป้งข้าวเหนียวเพื่อเพิ่มความหนึบ ใส่ไส้ถั่วเขียวกวนเพื่อให้ตรงกลางมีสีเหลืองนูนๆ ก่อนทานราดด้วยหัวกะทิ ให้รสชาติเหมือนได้ทานไข่ตัวเงินตัวทองจริงๆ

วัตถุดิบสาकुไส้หมูสูตรโบราณ

pork

เนื้อหมู (Pork) จัดเป็นวัตถุดิบที่ได้รับความนิยมมากที่สุดในการนำมาประกอบอาหาร ซึ่งเนื้อหมูเป็นเนื้อที่มีส่วนต่างๆ ให้เลือกใช้ได้หลายส่วน เช่น เนื้อสันนอก เนื้อสันใน เนื้อสะโพก ฯลฯ เนื้อหมูเป็นเนื้อที่มีความอร่อยสามารถนำมาปรุงเป็นเมนูอาหารได้หลากหลายประเภท โดยเนื้อหมูแต่ละส่วนจะมีเนื้อสัมผัสที่แตกต่างกันออกไป แต่ละส่วนเองก็มีความเหมาะสมในการนำมาประกอบอาหารแตกต่างกันออกไป

sugar

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

salt

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

garlic

กระเทียม (Garlic) ช่วยเพิ่มความอยากอาหารและเพิ่มความสามารถในการย่อยอาหารของร่างกาย กระเทียมสดช่วยกระตุ้นน้ำย่อยในกระเพาะอาหารให้หลั่งออกมาช่วยย่อยอาหารในปริมาณมากขึ้น และเสริมการทำงานของเอนไซม์ที่ช่วยย่อยสารอาหารจำพวกโปรตีน เช่น โปรตีนจากเนื้อสัตว์ ช่วยย่อย

corn

ข้าวโพด (Corn) ธัญพืชรสหวานอุดมไปด้วยวิตามินเอ วิตามินบี แร่ธาตุ เส้นใยอาหาร และเป็นแหล่งของสารต้านอนุมูลอิสระ เชื่อกันว่าการรับประทานข้าวโพดมีประโยชน์ต่อร่างกายหลายประการ เช่น ช่วยบำรุงสายตา ช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานได้ดีขึ้น รวมถึงป้องกันโรคหลอดเลือดหัวใจได้ เป็นต้น

A recipe is a story end with a good meal

สูตรอาหารคือเรื่องราวที่เรียงร้อยและจบลงที่สำหรับ



สูตรโบราณ.com

