สาคูไส้หมูสูตรโบราณ TAPIOCA BALLS WITH PORK FILLING

สาคูไส้หมู Tapioca Balls with Pork Filling

สาคูไส้หมู Tapioca Balls with Pork Filling แอดพอเพียงจะมาชวนทำเมนูอาหารเรียกน้ำย่อยสไตล์ไทย ซึ่งแอดพอเพียงลองทำมาแล้ว อร่อยมากๆเลยค่ะ อยากแชร์สูตรเลย นั่นคือสาคูไส้หมู อร่อยขั้นเทพ เห็นแสงสายรุ้งออกจากปาก สาคูไส้หมู นุ่มเหนียวเคี้ยวมัน นุ่มหนึบข้ามวัน ทานแกล้มลูกโดดสักเม็ด ตบด้วยผักกาดหอมกรอบๆ หอมกระเทียมเจียว โอ้ยฟินมากจ๊ะแม่เพื่อนๆสามารถ ทำตามได้ง่ายๆเลยค่ะ ความอร่อยระดับ 5 ดาวค่ะสูตรนี้เอาไปเลย เอาล่ะค่ะ เพื่อไม่ให้เป็นการเสียเวลา มาทำสาคูไส้หมูกัน แคคิดก็น้ำลายไหลแล้ว มาค่ะ ดาวน์โหลดสูตร มือขวาควงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวเท้าก้าวเข้าครัวไปกับเมนูสาคูไส้หมูกันเลยค่ะ

สูตรสาคูไส้หมูสูตรโบราณ

-ส่วนผสมไส้
หมูสับ 500 กรัม
ไชโป๊สับ 250 กรัม
ถั่วลิสงคั่วบด 250 กรัม
น้ำตาลปี๊บ 300 กรัม
หอมแดงสับ 100 กรัม
ซอสฝาเขียว 3 ช้อนโต๊ะ
เกลือ 1 ช้อนชา
สามเกลอ (กระเทียม10กลีบ+พริกไทยเม็ด1ช้อนโต๊ะ+รากผักชี5ราก)
น้ำมันกระเทียมเจียว 4-5ช้อนโต๊ะ
-ส่วนผสมแป้งสาคู
สาคูสีขาว 200 กรัม+น้ำเปล่า 400 ml
สาคูสีเขียว 200 กรัม+น้ำเปล่า 400ml
**กระเทียมเจียวตามชอบ สำหรับโรยหน้า

วิธีทำสาคูไส้หมูสูตรโบราณ

ชั่งตวงวัด ส่วนผสมเครื่องปรุงต่างๆ ให้เรียบร้อยสูตรจะได้ไม่คลาดเคลื่อนนะคะ

ตั้งกระทะน้ำมันท้วมพอร้อน นำกระเทียมสับลงไปเจียวให้เหลืองทอง เบาไฟตักขึ้นมาสะเด็ดน้ำมัน
– วิธีการทำไส้สาคูไส้หมู
ตั้งกระทะ ใส่น้ำมันกระเทียมเจียว พอร้อนใส่หอมแดงสับเจียวให้หอม ใส่สามเกลอลงไปผัดตามมา
ลงหมูสับ ผัดให้เข้าเนื้อ ปรุงรสด้วยเครื่องปรุงรสต่างๆที่ตวงไว้ แต่ปรับรสได้ตามชอบ ผัดให้ส่วนผสมสุกดี
ใส่น้ำตาลปี๊บ ไซโป๊วสับ ผัดให้ส่วนผสมทุกอย่างเข้ากันอีกครั้ง แต่งสีด้วยซีอิ๊วดำหวานตามชอบ ผัดต่อจนแห้งนำมาปั้นได้
ปิดเตา ยกลงจากเตา พักไว้ให้เย็น ปั้นเป็นลูกกลม เพื่อเป็นไส้
– วิธีทำแป้งสาคู
ในอ่างผสม ใส่สาคูและน้ำที่ตวงไว้ลงไป พักไว้ 15 นาที จากนั้นกรองน้ำด้วยกระชอนเพื่อสะเด็ดน้ำส่วนเกิน
เริ่มปั้นด้วยการหยิบเม็ดสาคูขึ้นมา ใส่สอดใส้ด้วย ไส้หมูที่เตรียมไว้ ปิดด้วยสาคูอีกครั้ง บีบให้แป้งเข้ากัน คลึงเป็นลูกกลม
ทำจนกระทั่ง ไส้หมด หรือแป้งสาคูหมด
– วิธีนึ่งสาคูไส้หมู
ในซึ้ง รองด้วยใบตอง ทาด้วยน้ำมันกระเทียม
นำสาคูไส้หมูลงไปเรียงให้เต็มซึ้ง แต่อย่าให้ลูกสาคูติดกัน
นำไปนึ่งด้วยไฟแรงประมาณ 10-15 นาที พอสุกเปิดฝา ทาด้วยน้ำมันกระเทียม
จัดเสิร์ฟ แนมด้วยพริกลูกโดด ผักกาดหอม และโรยด้วยกระเทียมเจียวหอมๆ พร้อมแซ่บแล้วค่ะ ทานให้อร่อยนะคะ

ขอขอบคุณข้อมูล – คุณ ครัวบ้านๆ แต่อร่อยดี จาก https://www.youtube.com/watch?v=-id_P7MJIqs

กดติดตามคุณครัวบ้านๆ แต่อร่อยดี ได้ที่ปุ่มนี้เลยจ้า เมนูเด็ดรอเพื่อนๆอยู่ SUBSCRIBE

ประวัติสาคูไส้หมูสูตรโบราณ

สาคูไส้หมู เป็นขนมไทยแท้แต่โบราณ เป็นขนมที่มีประวัติความเป็นมาอันยาวนานคู่กับข้าวเกรียบปากหม้อ เล่าสืบต่อกันมาว่าสาคูไส้หมูเป็นอาหารว่างจานโปรดของรัชกาลที่ 1 ที่นางสนมชาวลาวคิดค้นขึ้นมาเพื่อแทนไข่ตัวเงินตัวทองที่พระองค์ทรงโปรดมาก โดยนำแป้งสาคูผสมกับแป้งข้าวเหนียวเพื่อเพิ่มความหนึบ ใส่ไส้ถั่วเขียวกวนเพื่อให้ตรงกลางมีสีเหลืองนิดๆ ก่อนทานราดด้วยหัวกะทิ ให้รสชาติเหมือนได้ทานไข่ตัวเงินตัวทองจริงๆ

วัตถุดิบสาคูไส้หมูสูตรโบราณ

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

sugar
น้ำตาล (Sugar) คือ สารประกอบคาร์โบไฮเดรตประเภทโมโนแซ็กคาไรด์ (monosaccharide) และไดแซ็กคาไรด์ (disaccharide) ซึ่งมีรสหวาน โดยทั่วไปจะได้มากจากอ้อย มะพร้าว แต่โดยทั่วไปแล้วจะเรียกอาหารที่มีรสหวานว่าน้ำตาลแทบทั้งสิ้น เช่น ทำมาจากตาลจะเรียกว่าตาลโตนด ทำมาจากมะพร้าวจะเรียกว่าน้ำตาลมะพร้าว ทำมาจากงวงจากจะเรียกว่าน้ำตาลจาก ทำมาจากงบจะเรียกว่าน้ำตาลงบ ทำมาจากอ้อยแต่ยังไม่ได้ทำเป็นน้ำตาลทรายจะเรียกว่าน้ำตาลทรายดิบ ถ้านำมาทำเป็นเม็ดจะเรียกว่าน้ำตาลทราย หรือถ้านำมาทำเป็นก้อนแข็งคล้ายกรวดจะเรียกว่าน้ำตาลกรวด ฯลฯ
salt
เกลือ (Salt) หรือเกลือโซเดียมนั้นมีแร่ธาตุหลายชนิดที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย หากรับประทานในปริมาณที่เหมาะสมก็อาจส่งผลดีต่อสุขภาพร่างกาย ดังนี้ ป้องกันภาวะความดันโลหิตต่ำ,ป้องกันภาวะขาดน้ำ และป้องกันการขาดไอโอดีน แต่ต้องรับประทานในขนาดที่เหมาะสมต่อวันมิเช่นนั้นจะเดิดโทษต่อร่างกาย มากกว่าได้ประโยชน์
garlic
กระเทียม (Garlic) ช่วยเพิ่มความอยากอาหารและเพิ่มความสามารถในการย่อยอาหารของร่างกาย กระเทียมสดช่วยกระตุ้นน้ำย่อยในกระเพาะอาหารให้หลั่งออกมาย่อยอาหารในปริมาณมากขึ้น และเสริมการทำงานของเอนไซม์ที่ช่วยย่อยสารอาหารจำพวกโปรตีน เช่น โปรตีนจากเนื้อสัตว์ ช่วยย่อย
corn
ข้าวโพด (Corn) ธัญพืชรสหวานอุดมไปด้วยวิตามินเอ วิตามินบี แร่ธาตุ เส้นใยอาหาร และเป็นแหล่งของสารต้านอนุมูลอิสระ เชื่อกันว่าการรับประทานข้าวโพดมีประโยชน์ต่อร่างกายหลายประการ เช่น ช่วยบำรุงสายตา ช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานได้ดีขึ้น รวมถึงป้องกันโรคหลอดเลือดหัวใจได้ เป็นต้น