ทอดมันปลากรายสูตรโบราณ THAI SPICY FISH CAKE

ทอดมันปลากราย Thai Spicy Fish Cake

ทอดมันปลากราย Thai Spicy Fish Cake วันนี้แอดส้มฉุนจะชวนมาทำอาหารเรียกน้ำย่อยสไตล์ไทย ซึ่งแอดส้มฉุนลองทำมาแล้วอร่อยมากๆเลยค่ะ อยากแชร์สูตรเลย นั่นคือทอดมันปลากราย รับรองหากใครได้ชิม ต้องยกนิ้วให้ ทอดมันปลากรายแท้ๆ เนื้อเหนียวๆเด้งๆ ตีกับเครื่องแกงรวชาติเข้มข้นกำลังดี นวดให้เข้าเนื้อกันสุดๆนำไปทอด ทานแนมคู่กับน้ำจิ้มอาจาดร้อนๆ ที่สุดค่ะบอกเลยเพื่อนๆสามารถทำตามได้เลยค่ะ วิธีทำเป็นขั้นตอนไม่ยุ่งยาก แอดส้มฉุนรับประกันความพอใจค่ะ ทำแล้วอร่อยมาก เพื่อไม่ให้เป็นการเสียเวลา ไปลุยกันเลย มาทำทอดมันปลากรายกัน ไปลองทำของอร่อยๆ กินกันค่ะ มาค่ะ ดาวน์โหลดสูตร มือขวาควงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวเท้าก้าวเข้าครัวไปกับเมนูทอดมันปลากรายกันเลยค่ะ

สูตรทอดมันปลากรายสูตรโบราณ

เนื้อปลากรายขูด 500 กรัม
พริกแกงเผ็ด 100 กรัม
ถั่วฝักยาว 200 กรัม
ใบมะกรูด 5 กรัม
น้ำปลา 2/3 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลทราย 2/3 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำทอดมันปลากรายสูตรโบราณ

ชั่งตวงวัด ส่วนผสมเครื่องปรุงต่างๆ ให้เรียบร้อยสูตรจะได้ไม่คลาดเคลื่อนนะคะ
– วิธีทารทำทอดมันปลากราย
เด็ดใบมะกรูดโดยเอาแกนกลางออก ม้วนและใช้มีดซอยเป็นเส้นเล็กๆ
ซอยถั่วฝักยาวให้เป็นแว่นๆ พักไว้
นำเอาเนื้อปลากราย ลงในอ่างผสมใส่พริกแกงเผ็ดลงไป เติมน้ำตาล น้ำปลาเพื่อปรุงรส

เริ่มนวดให้ส่วนผสมเป็นเนื้อเดียวกัน ค่อยๆนวดให้เนื้อปลาเข้ากับพริกแกงสีสวยเสมอกัน
พอเข้ากันแล้วใส่ใบมะกรูดซอย และถั่วฝักยาวซอยลงไป ขยำให้เป็นเนื้อเดียวกัน
– วิธีการทอด
ตั้งน้ำมันให้ท่วมในกระทะ พอร้อนให้เตรียมตัวเอาลงทอด
ใช้ฝ่ามือบีบทอดมัน แล้วกดให้แบนเป็นรูปเหรียญ หากติดมือให้จุ่มน้ำเล็กน้อยก่อนปั้น
ทอดแล้วอย่าเพิ่งคน ค่อยๆให้สุกลอยขึ้นมาเซตตัว ค่อยคน
ทอดมันจะพองฟู นำขึ้นมาพักไว้ให้เย็น
เพื่อเพิ่มรสชาติ นำใบกระเพราลงไปทอดให้ กรอบเป็นเครื่องแนม
จัดเสิร์ฟ นำใบกระเพรากรอบรองตามด้วยทอดมันที่ทอดสดๆร้อนๆ จิ้มด้วยอาจาด ทานให้อร่อยนะคะ

ขอขอบคุณข้อมูล – คุณ กินได้อร่อยด้วย จาก https://www.youtube.com/watch?v=O7GfJ8QGt_Y&t=40s

กดติดตามคุณกินได้อร่อยด้วย ได้ที่ปุ่มนี้เลยจ้า เมนูเด็ดรอเพื่อนๆอยู่ SUBSCRIBE

ประวัติทอดมันปลากรายสูตรโบราณ

ทอดมันปลากรายหรือบางภูมิภาคเรียกว่าปลาเห็ด เป็นการนำเนื้อปลามานวดให้เหนียว มาผสมเครื่องปรุงพริกแกง ไข่ไก่ แล้วนำมาทอดรับประทานเป็นกับข้าว นิยมใช้เนื้อปลากรายขูด บางคนอาจใช้ปลาหลายชนิดมาสับรวมกัน ด้วยรสชาติที่ถูกปากจึงเป็นอาหารชนิดหนึ่งที่นิยมกันทุกภูมิภาค

วัตถุดิบทอดมันปลากรายสูตรโบราณ

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

A recipe is a story end
with a good meal
สูตรอาหารคือเรื่องราวที่เรียงร้อยและจบลงที่สำรับ
สูตรโบราณ.com