บาบา โอ รัม Baba au Rhum

บาบา โอ รัม Baba au Rhum

บาบา โอ รัม Baba au Rhum แอดแก้วตาจะนำเสนอเมนูขนมหวานสไตล์ฝรั่งเศส ซึ่งแอดแก้วตาลองทำมาแล้วอร่อยมากๆเลยค่ะ อยากแชร์สูตรเลย นั่นคือบาบา โอ รัม อร่อยขั้นเทพ เห็นแสงสายรุ้งออกจากปาก สูตรดั้งเดิมสำหรับบาบาโอรัม Baba au rhum สูตรนี้จาก Larousse Gastronomique ช่วยให้ส่วนผสมและขั้นตอนในการทำเค้กเรียบง่ายขึ้น เติมความอร่อยด้วยลูกเกดแช่เหล้ารัมลงในแป้งซึ่งประกอบด้วยไข่และเนยซึ่งอบในแม่พิมพ์แต่ละแบบ อร่อยปังๆถึงใจเพื่อนๆสามารถ เปิดสูตรและทำตามได้เลยค่ะ แอดแก้วตารับประกันความพอใจค่ะทำแล้วอร่อยมาก ไม่พูดพร่ำฮัมเพลง ไปลองทำกันเลยค่ะ มาทำบาบา โอ รัมกัน แคคิดก็น้ำลายไหลแล้ว มาค่ะดาวน์โหลดสูตร มือขวาควงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวเท้าก้าวเข้าครัวไปกับเมนูบาบา โอ รัมกันเลยค่ะ

สูตรบาบา โอ รัม

– สูตรสำหรับแป้งโดว์

ลูกเกด 100 กรัม (3.5 ออนซ์)
เหล้ารัม 300 มล. (1 1/4 ถ้วย)
เนย 100 กรัม (3.5 ออนซ์) อุณหภูมิห้อง

สูตรบาบา โอ รัม

ยีสต์สด 25 กรัม (2 ช้อนโต๊ะ)

ยีสต์แห้ง 2 ช้อนชา

น้ำอุ่น 2 ช้อนโต๊ะ

แป้ง 250 กรัม (8.8 ออนซ์) ร่อนแล้ว

น้ำตาล 2 ช้อนโต๊ะ

เกลือเล็กน้อย

ไข่ 4 ฟอง

น้ำเชื่อม

น้ำเปล่า 1 ลิตร (4 ถ้วย + 2 ช้อนโต๊ะ)

น้ำตาล 500 กรัม (1.1 ปอนด์)

เนย 50 กรัม (1.75 ออนซ์) สำหรับเคลือบ ละลาย

วิธีทำบาบา โอ รัม

ขั้นแรก ก่อนที่เพื่อนๆจะเริ่มทำแป้ง แช่ลูกเกดในเหล้ารัม และตรวจสอบให้แน่ใจว่าเนยได้นิ่มลงจนถึงความสม่ำเสมอของอุณหภูมิห้อง จากนั้นผสมยีสต์แห้งและสดกับน้ำอุ่นแล้วพักไว้

ในการทำแป้ง ให้ร่อนแป้งลงบนโต๊ะพื้นผิวเรียบ ปั้นเป็นหลุมในกองแป้ง แล้วใส่น้ำตาล เกลือเล็กน้อย ไข่สองฟอง และส่วนผสมของยีสต์ลงในบ่อน้ำ ใช้ไม้พายผสมส่วนผสมจนเข้ากัน

ตอนนี้ ใส่ไข่อีก 2 ฟองลงในแป้งโดยใส่ไข่หนึ่งฟองลงไปก่อน จากนั้นจึงใส่ลงไป ทำซ้ำเช่นเดียวกันกับไข่ใบที่สอง สุดท้าย ใส่เนยที่นิ่มแล้วนวดแป้งจนยืดหยุ่น จากนั้นใส่ลูกเกดแห้ง นำเหล้ารัมออกจากลูกเกดแล้วพักแป้งไว้ในที่อุ่น

แปรงแม่พิมพ์ dariole 16 ชิ้น – หรือแม่พิมพ์วงแหวนแต่ละชิ้น – ด้วยเนยละลาย เติมแป้งที่ตีขึ้นแล้วอบในเตาอบที่อุ่นไว้ที่ 200 ° C (400 ° F) เป็นเวลา 15-20 นาที เมื่ออบแล้ว นำออกมาวางบนตะแกรง ทิ้งไว้ให้เย็น

เตรียมตะแกรงลวดที่เพื่อนๆจะย้าย babas ที่สะเด็ดน้ำแล้วปล่อยให้เย็น ตรวจสอบให้แน่ใจว่ามีจานอยู่ใต้ตะแกรงเพื่อเก็บของเหลวส่วนเกิน จากนั้นทำน้ำเชื่อมจากน้ำและน้ำตาล และเมื่อต้มแล้ว ให้จุ่มบาบาแต่ละตัวในน้ำเชื่อมเดือดจนไม่มีฟองอากาศถูกปล่อยออกมา นำออกมาวางบนตะแกรงที่เตรียมไว้ ปล่อยให้เย็นสนิท

ตอนนี้ใส่บาบาสลงในเหล้ารัมที่สงวนไว้และปล่อยให้พวกเขาดูดซับของเหลวโดยการช้อนเหล้ารัมซ้ำแล้วซ้ำอีก

เสิร์ฟพร้อมวิปครีม ผลไม้สดหรือลูกเกดแช่เหล้ารัม ทานให้อร่อยนะคะ

ขอขอบคุณข้อมูล – https://www.tasteatlas.com/baba-au-rhum/recipe

ประวัติบาบา โอ รัม

เชื่อกันว่า Baba au rhum ได้รับการแนะนำให้รู้จักกับฝรั่งเศสเป็นครั้งแรกโดยกษัตริย์โปแลนด์ที่ลี้ภัย Stanislaw I Leszczynski Nicholas Stohrer คนทำขนมของเขาไปทำงานให้กับธิดาของกษัตริย์ในแวร์ซายเมื่อเธอแต่งงานกับพระเจ้าหลุยส์ที่ 15 และต่อมาเขาก็เปิดร้านทำขนมของตัวเองในปารีสในปี 1730 ในขั้นต้น ของหวานนั้นเป็นเค้กแป้งยีสต์ทรงกระบอกที่มีลูกเกด แต่ ปรุงแต่งด้วยหญ้าฝรั่นและไวน์มาลากาหวาน แนวคิดในการปรุงเค้กยีสต์เหล่านี้ด้วยเหล้ารัมเกิดขึ้นในปี พ.ศ. 2378 บาบา อู รัม รุ่น *savarin* ซึ่งประดิษฐ์ขึ้นในปี พ.ศ. 2387 โดย Julien Brothers ซึ่งเป็นผู้ทำขนมชาวปารีส อบในแม่พิมพ์ทรงกลม ไม่มีลูกเกด ในแป้งและปรุงรสด้วยน้ำเชื่อมเคิร์ช แอ๊บซินท์ และน้ำกุหลาบ

วัตถุดิบบาบา โอ รัม

raisins

ลูกเกด (Raisins) เป็นของแปรรูปจากองุ่น โดยการนำเอาองุ่นสดมาตากจนแห้งเป็นสีน้ำตาลจนเกือบเป็นสีดำ หรือในปัจจุบันจะมีการนำไปอบแห้ง แล้วสีของลูกเกดจะเป็นสีทอง เต็มไปด้วยสารอาหารที่มีประโยชน์ ทั้งสารแอนตี้ออกซิแดนซ์ ที่ยับยั้งการเกิดโรคความเสื่อมทั้งหลาย มีแร่ธาตุและวิตามินที่ดีต่อสุขภาพ เช่น ธาตุเหล็ก, แคลเซียม, โปแตสเซียม, แมกนีเซียม, ไนอาซิน, โฟลาซิน, วิตามิน A และวิตามิน C

rum

เหล้ารัม (Rum) เป็นผลพลอยได้จากกระบวนการผลิตน้ำตาลจากอ้อย โดยนำเอากากน้ำตาลหรือ Molasses ไปหมักและผลิตออกมาเป็นสุรา แหล่งผลิตเหล้ารัมส่วนใหญ่ของโลกนั้นมาจากแถบหมู่เกาะทะเลแคริบเบียนและบางพื้นที่ของประเทศในอเมริกากลางและอเมริกาใต้ซึ่งปลูกอ้อยกันมาก

butter

เนย (Butter) เป็นไขมันสัตว์ที่ถูกนำไปผ่านกระบวนการแยกออกมาจากน้ำนมหรือครีม ส่วนใหญ่จะใช้น้ำนมจากสัตว์ เช่น วัว ควาย แพะ หรือแกะ กระบวนการผลิตเนย เริ่มจากการนำน้ำนมไปเข้าเครื่องจักรเพื่อปั่นหรือเหวี่ยงด้วยความเร็วสูง เมื่อเหวี่ยงจนได้ที่จะได้วัตถุดิบออกมา 2 ชนิด คือ บัตเตอร์มิลค์ เป็นส่วนของน้ำสีขาวขุ่น และเนย เป็นส่วนของก้อนไขมันสีเหลืองๆ ซึ่งก็คือเนยแท้ หรือที่เรียกกันติดปากว่า ‘เนยสด’ นั่นเอง

yeast

ยีสต์ (Yeast) คือสิ่งมีชีวิตที่สามารถเติบโตได้โดยการย่อยอาหาร และยีสต์คือส่วนสำคัญที่ทำให้เกิดการหมัก (Fermentation) ดังนั้นเมื่อเราอบขนมปังที่มีการใส่ยีสต์เป็นส่วนผสมลงไป ยีสต์จะหมักน้ำตาลในแป้ง และปล่อยแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์ออกมา เนื่องจากแป้งมีความยืดหยุ่นสูง ทำให้คาร์บอนไดออกไซด์จึงไม่สามารถหลบหนีได้ แก๊สคาร์บอนไดออกไซด์จึงทำให้เกิดการขยายตัว หรือทำให้แป้งพองตัวมีขนาดขยายใหญ่

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

eggs

ไข่ (Eggs) เป็นหนึ่งในอาหารโปรตีนสูง ใน 1 ฟองจะมีโปรตีน 6 กรัม จึงถือเป็นแหล่งโปรตีนที่ดี ซึ่งผู้ที่ต้องการมีกล้ามเนื้อทั้งหลายต่างเลือกรับประทาน เพราะเชื่อว่าจะช่วยเสริมสร้างกล้ามเนื้อได้ดี เนื่องจากโปรตีนมีส่วนช่วยในการเติบโตและซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอของร่างกาย เนื่องจากในไข่มีสารโคลีน (Choline) มากถึง 20% เป็นปริมาณที่ร่างกายควรได้รับในแต่ละวัน ที่เมื่อไปรวมกับกรดไขมันฟอสโฟลิพิด (Phospholipid) จะเกิดเป็นสารเลซิทิน (Lecithin) ซึ่งเป็นส่วนสำคัญต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของสมอง จึงเชื่อกันว่าไข่อาจช่วยเสริมสร้างการทำงานของสมอง และช่วยให้ระบบประสาทแข็งแรงได้

syrup

ไซรัป (Syrup) หรือที่รู้จักในภาษาไทยว่า “น้ำเชื่อมหรือยาน้ำเชื่อม” คือสารให้ความหวานผลิตจากกธรรมชาติที่นำมาปรุงแต่งและผ่านกรรมวิธีต่างๆ เพื่อให้ได้ออกมาเป็นสิ่งที่สามารถรับประทานได้ ส่วนประกอบหลักของไซรัปจะมีน้ำตาลกลูโครสอยู่ หรืออาจมีสารให้ความหวานอื่นๆ ประกอบอยู่ด้วย

THE
PINTO RECIPE
หน้าแรกปิ่นโตเรซิพี