

กะหรี่ปั๊พ Chicken Curry Puff



กะหรี่ปั๊พ Chicken Curry Puff

กะหรี่ปั๊พ Chicken Curry Puff ไม่มีอะไรที่แสนสุขใจเกินไปกว่าการได้กินของอร่อยเด็ด จากสูตรเด็ดและเราทำเอง แอดหยาดฟ้ามาชวนทำ กะหรี่ปั๊พอาหารเรียกน้ำย่อยสไตล์ไทย ซึ่งแอดหยาดฟ้าลองทำมาแล้วอร่อยมากๆเลย ค่ะ อยากรับสูตรเลย กะหรี่ปั๊พไส้ไก่ สูตรนี้เป็นสูตรที่คุณ Pupae ปรับสูตรมาแล้วว่าทำง่ายมือใหม่ก็ทำได้ ไส้กะหรี่ปั๊พหอมๆ แป้งกรอบๆเป็นชั้นๆสวยงามราวศิลปะชั้นสูงคิดดูสิ จะมีอะไรเลิศไปกว่านี้ บรรยายความน่ากินมามากโข มาทำกะหรี่ปั๊พกันค่ะ อร่อยเด็ดเมนูติดดาว มาค่ะดาวนี้โหลดสูตร มือขวาควงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวเท้าก้าวเข้าครัวไปกับเมนูกะหรี่ปั๊พกันเลยละ

สูตรกะหรี่ปั๊พ

- แป้งชั้นนอก

แป้งสาลีอเนกประสงค์ 370 กรัม

น้ำ 150 กรัม

น้ำมันพืช 90 กรัม

น้ำตาลทราย 1 ช้อนโต๊ะ

สูตรกะหรี่ปั๊พ

เกลือ 1/4 ช้อนชา

- แบ่งชั้นใน

แป้งสาลีอเนกประสงค์ 185 กรัม

น้ำมันพืช 65 กรัม

- ส่วนผสมไส้ไก่

น้ำมันพืชสำหรับผัด 1ชด

อกไก่บด 300 กรัม

หอมหัวใหญ่หั่นเต๋า 120 กรัม

มันฝรั่งหั่นเต๋าชิ้นเล็ก 200 กรัม

น้ำตาลทราย 3/4 ถ้วย

ผงกะหรี่ 1 1/2 ช้อนโต๊ะ

เกลือ 1 ช้อนชา

พริกไทย 1 ช้อนโต๊ะ

น้ำมันหอย 1 ช้อนโต๊ะ

ซีอิ้วขาว 1 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำกะหรี่ปั๊พ

- วิธีการเตรียมแป้งและไส้ไก่

นวดผสมแป้งในให้เข้ากัน นวดผสมแป้งนอกให้เท่ากันพักแป้งไว้ 30 นาที (ห้ามให้โดนลม) ระหว่างนั้นให้ไปทำไส้กะหรี่ปั๊พ

ทำไส้กะหรี่ปั๊พ ต้มหรือนึ่งมันฝรั่งให้ได้ความสุกประมาณ 70% (ห้ามต้มจนสุกเพราะจะทำให้ไส้เละ)

ตั้งน้ำมันบนกระทะใส่หอมใหญ่ผัดพอสุก (หอมใหญ่จะใส)

ใส่ไก่ และ มันฝรั่งผัดให้สุก ปั่นรสด้วย ผงกะหรี่ไก่ น้ำตาลทราย เกลือ และพริกไทย

ผัดจนของเหลวระเหยเกือบหมด ใส่เริ่มจับตัวเป็นก้อนนั้นได้

ทิ้งไส้ไว้ให้เย็น (ห้ามปั้นไส้ตอนร้อนอยู่จะทำให้แป้งไม่กรอบ)

ปั้นไส้ด้านในให้เป็นลูกกลม นำแป้งนอกคลึงให้แบนและหุ้มแป้งในให้มิด ปั้นเป็นก้อนกลม

ใช้ไม้คลึงแผ่แป้งให้แบนเป็นวงรีความยาวประมาณ 6-7 นิ้ว ม้วนให้แน่นอย่าให้แตก (จะทำให้เกิดลายบนตัวขนม)

คลึงแป้งอีกครั้งโดยควรวนนี้คลึงด้านยาว ให้ได้ 10-11 นิ้ว ม้วนให้แน่น ตัดแบ่งจะได้แป้งกะหรี่ปั๊พเพื่อห่อไส้ต่อไป

- วิธีการห่อกะหรี่ปั๊พ

การห่อไส้ กดแป้งที่ตัดแบ่งไว้คลึงเป็นรูปวงรี

ตักไส้กะหรี่ปั๊พที่พักไว้จนเย็นประมาณ 1-1/2 ช้อนโต๊ะลงตรงกลางไส้

จิบตัวกะหรี่ปัฟให้สวยแน่นอนอย่าให้แตก เคล็ดลับคือใช้นิวโป้งและนิวซีบีบแป้งเล็กน้อยจะทำให้แป้งหนาพอดีในการจิบ

พอครบแล้วนำทอดในน้ำมันปาล์ม ทอดด้วยไฟอ่อนๆจนเหลืองกรอบพักไว้ให้เย็นจะกรอบได้นาน ทานให้อร่อยนะค่ะ



ใส่ไก่

ขอขอบคุณข้อมูล – คุณ Pupae จาก <https://www.youtube.com/watch?v=8WgjpLNr-tk>

กดติดตามคุณPupae ได้ที่ปุ่มนี้เลยจ้า เมนูเด็ดรอเพื่อนๆอยู่



วัตถุดิบกะหรี่ปัฟ

vegetable oil

น้ำมันพืช หรือ ไขมันพืช เป็นไขมันที่สกัดจากเมล็ดหรือจากส่วนอื่น ๆ (แม้จะน้อยกว่า) ของพืช เหมือนกับไขมันสัตว์ ไขมันพืชเป็นไตรกลีเซอไรด์แบบต่าง ๆ ที่ผสมกัน น้ำมันถั่วเหลือง น้ำมันผักกาดก้านขาว และน้ำมันโกโก้เป็นตัวอย่างไขมันจากเมล็ด น้ำมันมะกอก น้ำมันปาล์ม และน้ำมันรำข้าวเป็นตัวอย่างไขมันจากส่วนอื่น ๆ ของผลไม้ ในคำพูดทั่วไป คำว่า น้ำมันพืช อาจหมายถึงน้ำมันที่อยู่ในสถานะของเหลวที่อุณหภูมิห้องเท่านั้น แต่ก็นิยามกว้าง ๆ ด้วยว่า เป็นไขมันพืชทั้งหมดโดยไม่คำนึงถึงสถานะ

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 ป้องกันภาวะความดันโลหิตสูง, ป้องกันภาวะขาดน้ำ และป้องกันการขาดไอโอดีน แต่ต้องรับประทานในขนาดที่เหมาะสมต่อวันมิเช่นนั้นจะเกิดโทษต่อร่างกาย มากกว่าได้ประโยชน์

chicken

เนื้อไก่ (Chicken) เป็นแหล่งโปรตีนคุณภาพดี มีกรดอะมิโนจำเป็นครบถ้วน ช่วยในเรื่องการเจริญเติบโต สร้างกล้ามเนื้อและเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน อุดมด้วยวิตามินบีรวม เช่น วิตามินบี 12 ช่วยบำรุงสมองและระบบประสาท ช่วยสร้างเม็ดเลือดแดง ป้องกันโรคโลหิตจางได้ มีไนอะซิน (วิตามินบี 3) วิตามินบี 5 และ 6 ที่ช่วยในกระบวนการเมตาบอลิซึมโปรตีน คาร์โบไฮเดรตและไขมันให้เป็นพลังงาน

onion

หอมหัวใหญ่ (Onion) เป็นพืชล้มลุก อยู่วงศ์เดียวกับกระเทียม เป็นหอมชนิดหนึ่ง มีหัวอยู่ใต้ดิน ลำต้นจะถูกห่อหุ้มด้วยกาบใบโดยรอบๆ ดอกออกเป็นช่อ แทงออกมาจากตรงกลางลำต้น หัวมีลักษณะทรงกลมแบน หรือทรงกลมรี หัวอ่อนมีเปลือกกาบใบห่อหุ้มหลายๆชั้นสีขาว หัวแก่มีเปลือกด้านนอกแห้งมีสีน้ำตาลอ่อน มีกลิ่นฉุนรสชาติเผ็ดร้อน มีถิ่นกำเนิดในทวีปเอเชียกลาง เป็นที่นิยมปลูกกันทั่วไป ในหลายประเทศทั่วโลก

