ครีมพาย Cream Pie

ครีมพาย Cream Pie

ครีมพาย Cream Pie ไม่มีอะไรที่แสนสุขใจเกินไปกว่าการได้ทานเมนูเด็ดสุดอร่อย ที่ทำด้วยฝีมือเราเอง แอดขวัญข้าวขอนำเสนอ ครีมพายสไตล์อเมริกัน ซึ่งแอดขวัญข้าวลองทำมาแล้วอร่อยมากๆเลยค่ะ อยากแชร์สูตรเลย สูตรดั้งเดิมสำหรับครีมพาย ในการเตรียมพายครีมกล้วยแบบคลาสสิก ครีมรสหวานอ่อนๆ เข้ากันกับกล้วยอันหอมหวาน ตามด้วยรสสัมผัสผัสของแป้งพายกรุบกรอบ เอาอะไรมาแลกก็ไม่ยอมเนียนละเอียดจนเป็นเนื้อครีมคัสตาร์ดคิดดูสิ แค่นึกถึงเมนูนี้ น้ำลายก็ไหลแล้ว เกริ่นมานานหิวแล้ว มาทำครีมพายกันเลยค่ะ อร่อยกันปังๆ มาค่ะดาวน์โหลดสูตร มือขวาควงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวเท้าก้าวเข้าครัวไปกับเมนูครีมพายกันเลยค่ะ

สูตรครีมพาย
– สำหรับแป้งพาย
แป้ง 300 กรัม (2 1/2 ถ้วย)
น้ำตาล 250 กรัม (1 1/4 ถ้วย)
เกลือทะเล 1/2 ช้อนชา
เนยจืด 225 กรัม หั่นเป็นลูกเต๋า แช่เย็น
น้ำเย็นจัด 60 มล. (1/4 ถ้วย)
วอดก้า 2 ช้อนโต๊ะ

สูตรครีมพาย

ไข่ 1 ฟอง

ครีม 1 ช้อนโต๊ะ

– สำหรับคัสตาร์ด

ไข่ 2 ฟอง

ไข่แดง 2 ฟอง

น้ำตาล 250 กรัม (1 1/4 ถ้วย)

แป้งข้าวโพด 40 กรัม (1/3 ถ้วย)

เกลือ 1/4 ช้อนชา

นมผง 720 มล. (3 ถ้วย)

กลิ่นวานิลลา 1 ช้อนโต๊ะ (หรือวานิลลาบีนเพสต์)

เนย 60 กรัม (4 ช้อนโต๊ะ)

กล้วย 4 ลูก

– สำหรับท็อปปิ้ง

วิปปิ้งดับเบิ้ลครีม 480 มล. (2 ถ้วย)

น้ำตาลไอซิ่ง 30 กรัม (1/4 ถ้วย)

กลิ่นวานิลลา 10 มล. (2 ช้อนชา)

วิธีทำครีมพาย

ใส่แป้ง น้ำตาล และเกลือทะเลลงในเครื่องเตรียมอาหาร จากนั้นปั่นให้เข้ากัน ใส่เนยที่หั่นเป็นลูกเต๋าแล้วตีสองสามครั้ง ขณะที่เครื่องเตรียมอาหารทำงาน ให้ฝนตกปรอยๆในน้ำเย็นและวอดก้า

พลิกไปบนแผ่นรองขนมหรือพื้นผิวที่ทาแป้ง ให้พับแผ่นรองขนมทับส่วนผสมแล้วกดลงไป แผ่เป็นแผ่นดิสก์ ห่อด้วยฟิล์มยืด แช่เย็นอย่างน้อย 1 ชั่วโมง แต่ข้ามคืนก็เหมาะ

ตั้งเตาอบให้ร้อนที่อุณหภูมิ 220 องศาเซลเซียส (425 องศาฟาเรนไฮต์)

วางแป้งลงบนพื้นผิวที่โรยแป้งไว้อย่างเสรี คลึงแป้งเป็นวงกลมหนาประมาณ 1/4 นิ้ว (0.6 ซม.) โดยม้วนแป้งจากตรงกลางออก พลิกแป้งแล้วคลึงแป้งเหมือนเดิม

คลึงแป้งลงบนหมุดกลิ้ง แล้วคลี่เบา ๆ บนถาดพาย ใส่แป้งลงในถาดพายโดยไม่ยืดออก หั่นแป้งที่กว้างกว่าถาดพายออก 1 นิ้ว (2.5 ซม.) แล้วบีบขอบ จากนั้นใช้ส้อมจิ้มด้านล่างของเปลือกพาย

ปิดด้านล่างและด้านข้างของถาดด้วยกระดาษรองอบ จากนั้นวางฟอยล์บนกระดาษรองอบ – ต้องปิดด้านล่างและรองรับด้านข้าง เติมน้ำหนักขนมหรือถั่ว

นำเข้าอบ 15 นาทีในเตาอบ 220 องศาเซลเซียส (425 องศาฟาเรนไฮต์)

นำกระดาษฟอยล์กับถั่วและกระดาษรองอบ ออก

ผสมไข่กับครีม แล้วทาเปลือกพายด้วยส่วนผสมดังกล่าว

ปิดเปลือกพายด้วยฟอยล์ดีบุก ใช้ส้อมจิ้มด้านล่างของเปลือกพาย

นำเข้าอบ 15 นาทีในเตาอบ 220 องศาเซลเซียส (425 องศาฟาเรนไฮต์) จากนั้นลดอุณหภูมิลงเหลือ 190 องศาเซลเซียส (375 องศาฟาเรนไฮต์) นำกระดาษฟอยล์ดีบุกออก อบจนเป็นสีน้ำตาลทอง

ใส่ไข่และไข่แดงลงในชามแล้วตี
ใส่น้ำตาล แป้งข้าวโพด เกลือ และนมลงในหม้อก้นหนา แล้วตีให้เข้ากัน ต้มนมบนไฟร้อนปานกลาง คนตลอดเวลา จนข้นประมาณ 5-7 นาที
ในการอบไข่ ให้เติมส่วนผสมของนมร้อนและข้นครึ่งถ้วยลงในไข่ แล้วคนตลอดเวลาในขณะที่เพื่อนๆเติม จากนั้นเติมส่วนผสมร้อนอีกครึ่งถ้วย คนตลอดเวลาขณะที่เพื่อนๆเติม
ตอนนี้เพิ่มส่วนผสมของไข่ต้มลงในส่วนผสมของนมข้นแล้วคนให้เข้ากัน
ปรุงอาหารด้วยไฟปานกลางเป็นเวลา 2 นาทีเพื่อให้ส่วนผสมข้นขึ้นอีกเล็กน้อย คนตลอดเวลา
ย้ายคัสตาร์ดลงในชาม
ผสมกลิ่นวานิลลาและเนย 60g ลงในคัสตาร์ด
ปอกกล้วยแล้วหั่นเป็นเส้นทแยงมุม
ทาคัสตาร์ดเป็นชั้นบางๆ ด้านล่างของเปลือกพาย จากนั้นจัดชั้นกล้วยสไลด์ที่ด้านล่างของกระทะ แล้วเทคัสตาร์ดที่เหลือลงในเปลือกพาย
ปิดพายด้วยฟิล์มยืดเพื่อให้เกาะติดกับคัสตาร์ดและแช่เย็นอย่างน้อย 4-5 ชั่วโมง แต่ควรค้างคืนไว้ดีที่สุด
ตีวิปปิ้งครีมหนักๆ กับน้ำตาลไอซิ่ง ระวังอย่าตีแรงเกินไป จากนั้นตีด้วยความเร็วต่ำ หยดกลิ่นวานิลลาลงไป ปาดด้านบนของพายด้วยวิปครีม แล้วโรยด้วยกล้วยฝานบางๆ ทานให้อร่อยนะคะ

ขอขอบคุณข้อมูล – https://www.tasteatlas.com/cream-pie/recipe

ประวัติครีมพาย

แม้ว่าพายไส้คัสตาร์ดจะมีมาตั้งแต่ยุคกลาง แต่เห็นได้ชัดว่าถ้าเราเชื่อว่าตำราอาหารของยุคนั้น ปรากฏตัวครั้งแรกในสหรัฐอเมริกาในช่วงศตวรรษที่ 19 ซึ่งน่าจะเป็นไปได้มากที่สุดในมิดเวสต์ที่มี ความอุดมสมบูรณ์ของฟาร์มโคนม สูตรแรกที่ชื่อว่าครีมพายได้รับการตีพิมพ์ในปี พ.ศ. 2387 ในตำราอาหารโดยนางเอ. แอล. เว็บสเตอร์ *แม่บ้านที่ได้รับการปรับปรุง* คนอเมริกันชอบพายครีมมากจนทั้งพายครีมกล้วยและพายครีมมะพร้าวมีกำหนดวันชาติคือ 2 มีนาคม

และ 8 พฤษภาคมตามลำดับ

วัตถุดิบครีมพาย

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

butter

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

vodka

วอดกา (Vodka) แต่เดิมเขียนว่า “Vada” เป็นภาษารัสเซีย แปลว่า น้ำแห่งชีวิต ต่อมามีการเพี้ยนไปเป็น “Vodka” เป็นเหล้าสีขาวใสกลั่นจากส่วนผสมหมักอย่างกากน้ำตาลของมันฝรั่ง ธัญพืช (โดยมากเป็นข้าวไรย์หรือข้าวสาลี) มีปริมาณแอลกอฮอล์อยู่ที่ประมาณ 35% – 95% มีกลิ่นเพียงเล็กน้อยจนแทบไม่รู้สึก เนื่องจากผ่านกรรมวิธีในการกำจัดกลิ่นออก ดื่มแล้วไม่มีกลิ่นติดค้างในคอ ในสมัยนี้มีการแต่งกลิ่นเพิ่มเข้าไป เช่นกลิ่นผลไม้ หรือสมุนไพรต่าง ๆ

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

corn

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

milk

นม หรือ น้ำนม (Milk) คือ ของเหลวสีขาวที่มีสารอาหารที่จำเป็นสำหรับเด็กหรือสัตว์เกิดใหม่ ที่ผลิตออกมาจากเต้านมของสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนม อาทิเช่น มนุษย์ วัว แพะ แกะ ควาย ม้า ลา อูฐ จามรี เรนเดียร์ ลามา แมวน้ำ และยังรวมไปถึงเครื่องดื่มที่ใช้แทนนมด้วย เช่น นมถั่วเหลือง น้ำนมข้าว นมข้าวโพด นมแอลมอนด์เป็นต้น

vanilla
วานิลลา (Vanilla) เป็นกลิ่นที่ได้จากฝักของกล้วยไม้สกุล Vanilla ต้นกำเนิดจากเม็กซิโก ชื่อวานิลลามาจากคำในภาษาสเปนว่า “ไบย์นียา” (vainilla) ซึ่งแปลว่า ฝักเล็ก ๆ วานิลลามักถูกนำมาใช้แต่งกลิ่นในการทำอาหารประเภทของหวานและไอศกรีม
banana
“กล้วย” นับเป็นผลไม้ที่อยู่คู่คนไทยมานาน เป็นทั้งอาหารเด็ก อาหารกลางวันนักเรียน ผลไม้ให้พลังงานนักกีฬา ของหวานของผู้ใหญ่ ไปจนถึงผลไม้นิ่มๆ เคี้ยวง่ายของผู้สูงอายุ นอกจากรสชาติอร่อยหวานหอมจนสามารถนำมารับประทานได้ทั้งแบบสดๆ และแปรรูปเป็นสารพัดขนมแล้ว ยังมีประโยชน์ต่อสุขภาพมากมายอีกด้วย เนื่องจากกล้วยเป็นผลไม้ที่มีกากใยอาหารอย่างพอเหมาะ จึงทำให้กล้วยมีส่วนช่วยในการควบคุมระดับคอเลสเตอรอลไม่ให้สูงเกินไป ซึ่งเป็นหนึ่งในปัจจัยที่จะช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคอื่นๆ ตามมา เช่น โรคเบาหวาน และโรคหลอดเลือดหัวใจ เป็นต้น