แซนวิชสไตล์คิวบา Cuban Sandwich

แซนวิชสไตล์คิวบา Cuban Sandwich

แซนวิชสไตล์คิวบา Cuban Sandwich ถ้าเพื่อนๆกำลังค้นหาสูตรแซนวิชสไตล์คิวบาเด็ดๆ แอดก้านตองว่าโป๊ะเช๊ะเลยค่ะ สูตรนี้คือสูตรของเพื่อนๆ ใช่แล้วค่ะแอดก้านตองชวนทำเมนูแซนวิชสไตล์คิวบา แซนวิชสไตล์คิวบาอร่อยได้ทุกอย่างในคำเดียวขนมปังที่ทอดกับเนยจนกรอบ สอดไส้หมูที่หมักมาอย่างดี แฮมฉ่ำๆ ตัดรสด้วยแตงกวาดอง กัดลงไปทีอื้อหือนิพพานอยู่ตรงหน้า ลองนึกดูสไตล์อเมริกัน ซึ่งแอดก้านตองลองทำมาแล้วอร่อยมากๆเลยค่ะ อยากแชร์สูตรเลย จะมีอะไรเลิศไปกว่านี้ แค่คิดก็อยากกินแล้ว มาทำแซนวิชสไตล์คิวบากันค่ะ อร่อยเด็ดเมนูประจำตัว มาค่ะดาวน์โหลดสูตร มือขวาควงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวเท้าก้าวเข้าครัวไปกับเมนูแซนวิชสไตล์คิวบากันเลยค่ะ

สูตรแซนวิชสไตล์คิวบา
– สำหรับส่วนหมูอบ
กระเทียม 3 กลีบ
เกลือ 1 ช้อนชา
ออริกาโนแห้ง 1 ช้อนโต๊ะ

สูตรแซนวิชสไตล์คิวบา

หอมใหญ่สับ 1 ถ้วย

น้ำส้มคั้น 1 ถ้วยตวง

น้ำมันมะกอกสเปน 1/2 ถ้วย

1 (2 ปอนด์) เนื้อซี่โครงหมูย่างไม่มีกระดูก

– สำหรับส่วนแซนวิชคิวบา

ขนมปังคิวบา 4 อัน

เนยละลาย

ผักชีฝรั่งซอย

หมูคิวบาย่างหั่นบาง ๆ 1 ปอนด์

แฮมคุณภาพดีหั่นบาง ๆ 1 ปอนด์

1/2 ชีสสวิสอ่อนหั่นบางๆ

มัสตาร์ดสีเหลือง (ตามชอบ)

สเปรย์สำหรับทำอาหาร

วิธีทำแซนวิชสไตล์คิวบา

สำหรับน้ำดอง บดกระเทียมและเกลือในสากและครก ใส่ส่วนผสมที่บดแล้วลงในชามขนาดเล็ก แล้วใส่หอมหัวใหญ่ ออริกาโน่ และน้ำส้มเปรี้ยว ผสมให้เข้ากัน ใส่ส่วนผสมลงในหม้อที่เพื่อนๆตั้งน้ำมันให้ร้อน คนให้เข้ากัน ปิดไฟแล้วพักไว้

เทน้ำดองส่วนใหญ่ลงบนหมู ซึ่งเพื่อนๆจิ้มให้ละเอียดด้วยมีดหรือส้อม ปิดฝาและแช่เย็น 2-3 ชั่วโมง

วางเนื้อบนชั้นวางในกระทะย่างในเตาอบที่อุ่นไว้ (325 องศา) ผัดหมูกับน้ำดองที่เหลือ ย่างจนสุกเต็มที่ ประมาณ 20 นาทีต่อปอนด์ (จนกว่าเทอร์โมมิเตอร์เนื้อจะขึ้น 160 องศา) ทาน้ำมันหรือเนยเนื้อเป็นครั้งคราวด้วยน้ำผลไม้ปรุงอาหาร เมื่อสุกแล้ว ให้พักหมูอย่างน้อย 20 นาที ก่อนหั่นเป็นชิ้นบาง ๆ

นำน้ำกระทะที่เหลือไปต้มและเคี่ยวจนของเหลวลดลงครึ่งหนึ่ง ใช้น้ำผลไม้นี้เพื่อทำให้เนื้อในแซนวิชชุ่มชื้น

แบ่งขนมปังออกเป็นสี่ส่วนขนาด 8 นิ้วแล้วผ่าครึ่งตามแนวนอน ทาเนยที่ซีกแต่ละด้าน จากนั้นยัดแซนวิชตามลำดับต่อไปนี้: ผักดอง หมูย่าง แฮม และชีส เพิ่มมัสตาร์ดหากต้องการ

ในกระทะแพนเค้กที่อุ่นหรือกระทะที่เคลือบด้วยสเปรย์ทำอาหาร ให้กดแซนวิชทีละชิ้น โดยใช้กระทะเหล็กหนักหรือที่กดเบคอน จุดมุ่งหมายคือการทำให้ขนมปังแบนให้เหลือหนึ่งในสามของขนาดดั้งเดิม ย่างจนชีสละลายและขนมปังกลายเป็นสีทอง (ประมาณ 2 ถึง 3 นาทีในแต่ละด้าน) ทำซ้ำขั้นตอนสำหรับแซนวิชทั้งหมด ก่อนเสิร์ฟ หั่นแซนวิชแต่ละชิ้นเป็นแนวทแยงครึ่ง ทานให้อร่อยนะคะ

ขอขอบคุณข้อมูล – https://www.tasteatlas.com/cuban-sandwich/recipe

วัตถุดิบแซนวิชสไตล์คิวบา

pork

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

garlic

กระเทียม (Garlic) ช่วยเพิ่มความอยากอาหารและเพิ่มความสามารถในการย่อยอาหารของร่างกาย กระเทียมสดช่วยกระตุ้นน้ำย่อยในกระเพาะอาหารให้หลั่งออกมาย่อยอาหารในปริมาณมากขึ้น และเสริมการทำงานของเอนไซม์ที่ช่วยย่อยสารอาหารจำพวกโปรตีน เช่น โปรตีนจากเนื้อสัตว์ ช่วยย่อย

salt

เกลือ (Salt) หรือเกลือโซเดียมนั้นมีแร่ธาตุหลายชนิดที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย หากรับประทานในปริมาณที่เหมาะสมก็อาจส่งผลดีต่อสุขภาพร่างกาย ดังนี้ ป้องกันภาวะความดันโลหิตต่ำ,ป้องกันภาวะขาดน้ำ และป้องกันการขาดไอโอดีน แต่ต้องรับประทานในขนาดที่เหมาะสมต่อวันมิเช่นนั้นจะเดิดโทษต่อร่างกาย มากกว่าได้ประโยชน์

oregano

ออริกาโน่ (Oregano) เป็นเครื่องเทศชนิดนี้มาจากพืชตระกูลเดียวกันกับมินต์หรือสะระแหน่ โดยจะมีกลิ่นและรสชาติที่เป็นเอกลักษณ์ มีความขมผสมผสานกับความเผ็ดเล็กน้อย เมื่อนำมาโรยบนอาหารต่าง ๆ จะช่วยให้อาหารเหล่านั้นมีรสชาติที่กลมกล่อมมากยิ่งขึ้น ซึ่งแท้จริงแล้วออริกาโน่นั้นสามารถรับประทานได้ทั้งแบบสดและแบบแห้ง แต่แบบแห้งจะนิยมนำมาใช้ในการประกอบอาหารมากกว่า

onion

หอมหัวใหญ่ (Onion) เป็นพืชล้มลุก อยู่วงค์เดียวกับกระเทียม เป็นหอมชนิดหนึ่ง มีหัวอยู่ใต้ดิน ลำต้นจะถูกห่อหุ้มด้วยกาบใบโดยรอบๆ ดอกออกเป็นช่อ แทงออกมาจากตรงกลางลำต้น หัวมีลักษณะทรงกลมแป้น หรือทรงกลมรี หัวอ่อนมีเปลือกกาบใบห่อหุ้มหลายๆชั้นสีขาว หัวแก่มีเปลือกด้านนอกแห้งมีสีน้ำตาลอ่อน มีกลิ่นฉุน รสชาติเผ็ดร้อน มีถิ่นกำเนิดในทวีปเอเชียกลาง เป็นที่นิยมปลูกกันทั่วไป ในหลายประเทศทั่วโลก

olive oil

น้ำมันมะกอก (Olive Oil) คือ น้ำมันธรรมชาติที่สกัดจากผลของต้นมะกอก สารจากทางธรรมชาติในน้ำมันมะกอกมีประโยชน์ต่อสุขภาพร่างกาย ทั้งช่วยลดระดับไขมันเลวในร่างกาย และช่วยลดความเสี่ยงในการเกิดโรคหัวใจ น้ำมันมะกอกเอ็กซ์ตร้าเวอร์จิน (extra virgin) เป็นน้ำมันมะกอกที่มีสีเขียวเข้ม นำมาจากการบีบเอาน้ำมันออกมาจากมะกอกสดๆ มีราคาสูง สามารถรับประทานแบบสดๆ หรือนำมาเป็นน้ำสลัดได้ หากนำน้ำมันมะกอกประเภทนี้มาประกอบอาหารโดยผ่านความร้อน จะทำให้น้ำมันมะกอกสูญเสียคุณค่าทางโภชนาการไป และจะเปลี่ยนเป็นไขมันชนิดที่ไม่ดีแทน

bread

ขนมปัง (Bread) เป็นอาหารที่ทำจากแป้งสาลีที่ผสมกับน้ำและยีสต์ หรือผงฟู นอกจากนี้ยังมีการใช้ส่วนผสมอื่นๆ เพื่อแต่งสี รสชาติและกลิ่น แตกต่างกันไปตามแต่ละประเภทของขนมปัง และ แต่ละประเทศที่ทำ โดยนำส่วนผสมมาตีให้เข้ากันและนำไปอบ ขนมปังมีหลายประเภท เช่น ขนมปังฝรั่งเศส ขนมปังไรย์ หรือแม้กระทั่งเพรตเซิล ของขึ้นชื่อประเทศเยอรมนี

butter

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

cheese

เนยแข็ง หรือ ชีส (Cheese) คือ ผลิตภัณฑ์จากนมซึ่งสามารถผลิตได้จากนมวัวหรือแพะ เป็นต้น ที่ผ่านกระบวนการคัดแยกโปรตีน แล้วนำโปรตีนของนมมาทำการผสมเชื้อรา หรือแบคทีเรีย หรือสารอื่น ๆ แตกต่างกันไปตามแต่ละประเภทของเนยแข็ง ซึ่งแตกต่างจากเนยที่ทำมาจากไขมันของนม