

# ขนมถั่วทอด Deep fried Crispy Peanut



## ขนมถั่วทอด Deep fried Crispy Peanut

**ขนมถั่วทอด Deep fried Crispy Peanut** ถ้าเพื่อนๆกำลังค้นหาสูตรขนมถั่วทอดเด็ดๆ แอดหยาดฟ้าขอบอกว่าไม่ผิดหวังกับสูตรนี้แน่นอน ไซ้แล้วคะแอดหยาดฟ้าชวนทำเมนูขนมถั่วทอด ขนมที่ทำได้ไม่ยาก แค่ใช้วัตถุดิบไม่กี่อย่างก็อร่อยแล้วคะ ถั่วลิสงที่คัดเม็ดเบ้งๆ มันๆเข้ากับแป้งทอดจนกรอบ เข้ากับซากาแฟเป็นปีเป็นขลุ่ย ลองคิดดูอาหารเรียกน้ำย่อยสไตล์ไทย ซึ่งแอดหยาดฟ้าลองทำมาแล้วอร่อยมากๆเลยคะ อยากแซร์สูตรเลย ของอร่อยอย่างนี้ต้องห้ามพลาด เกริ่นมานานหิวแล้ว มาทำขนมถั่วทอดเจ้าคะ อร่อยเด็ดทำให้คนชม มาคะดาวนโหลดสูตร มือชวควงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวทำแก้วเข้าครัวไปกับเมนูขนมถั่วทอดกันเลยคะ

### สูตรขนมถั่วทอด

แป้งสาลี(แป้งว่าว) 150 กรัม

แป้งข้าวเจ้า 15 กรัม

หัวกะทิ 125 ml

น้ำปูนใส(หรือน้ำเียนจัด) 500 ml

น้ำตาลทราย 200 กรัม

## สูตรขนมถั่วทอด

เกลือ 1/2 ช้อนชา

ไข่ไก่ 1 ฟอง

ถั่วลิสงดิบ

น้ำมันรำข้าว สำหรับทอด

## วิธีทำขนมถั่วทอด

### - วิธีผสมแป้ง

ผสมแป้งอเนกประสงค์ เกลือ น้ำตาลทรายลงในอ่างผสมคนให้เข้ากันดี

เติมไข่ และหยอดหัวกะทิลงไป คนให้เข้ากันผสมเป็นเนื้อเดียวกัน หลังจากนั้นค่อยๆหยอดน้ำมันใส่

คนให้เข้ากันให้ได้แป้งความหนืดพอดี นามากรอง พักแป้งไว้ 30 นาที

### - วิธีทอดถั่วทอด

อุ่นพิมพ์ให้ร้อนในน้ำมันท่วม ตักแป้งลงไปบางๆ โรยถั่วลงไปให้เต็มหน้า

ค่อยๆนำลงไปทอด ใจเย็นๆทอดด้วยไฟอ่อนๆ

ทอดจนแป้งเซตตัว ตัวขนมจะหลุดออกพิมพ์เอง กลับด้านทอดให้เหลืองทองกรอบทั้งสองด้าน

ทอดจนแป้ง หรือถั่วหมดเลยนะคะ จะได้ถั่วทอดแสนอร่อยมาทานเล่นแล้วคะ ทานให้อร่อยนะคะ



ขอขอบคุณข้อมูล – คุณ ครีวป่ามารายห์ จาก <https://www.youtube.com/watch?v=UUGMXK7fM3c>

กดติดตามคุณครีวป่ามารายห์ ได้ที่ปุ่มนี้เลยจ้า เมนูเด็ดรอเพื่อนๆอยู่

SUBSCRIBE

# วัตถุดิบขนมถั่วทอด

## wheat flour

แป้งข้าวสาลี (wheat flour) เป็นแป้งที่ได้จากเมล็ดของข้าวสาลี (wheat) นำมาไม่ให้เป็นผงละเอียด โปรตีนในแป้งสาลี ทำให้แป้งสาลีมีสมบัติเฉพาะที่ต่างจากแป้งอื่น ประกอบด้วย โปรตีนกลูเตนินและไกลอะดิน ในสัดส่วนเท่าๆ กัน จะสร้างพันธะไดซัลไฟด์ ทำให้ได้กลูเตน ซึ่งมีลักษณะเหนียวและยืดหยุ่น สามารถเก็บกักก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ ที่ผลิตขึ้นโดยสารที่ทำให้ขึ้นฟู เช่น ยีสต์ หรือผงฟู เอาไว้ได้ ทำให้รักษารูปทรงได้

## milk

นม หรือน้ำนม (Milk) คือ ของเหลวสีขาวที่มีสารอาหารที่จำเป็นสำหรับเด็กหรือสัตว์เกิดใหม่ ที่ผลิตออกมาจากเต้านมของสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนม อาทิเช่น มนุษย์ วัว แพะ แกะ ควาย ม้า ลา อูฐ จามรี เร็นเดียร์ ลามา แมวป่า และยังสามารถไปถึงเครื่องดื่มที่ใช้แทนนมด้วย เช่น นมถั่วเหลือง นมข้าว นมข้าวโพด นมแอลมอนต์ เป็นต้น

## sugar

น้ำตาล (Sugar) คือ สารประกอบคาร์โบไฮเดรตประเภทโมโนแซ็กคาไรด์ (monosaccharide) และไดแซ็กคาไรด์ (disaccharide) ซึ่งมีรสหวาน โดยทั่วไปจะได้มาจากอ้อย มะพร้าว แต่โดยทั่วไปแล้วจะเรียกอาหารที่มีรสหวานว่าน้ำตาลแทบทั้งสิ้น เช่น ทำมาจากตาลจะเรียกว่าตาลโตนด ทำมาจากมะพร้าวจะเรียกว่าน้ำตาลมะพร้าว ทำมาจากงวงจากจะเรียกว่าน้ำตาลจาก ทำมาจากงบจะเรียกว่าน้ำตาลงอบ ทำมาจากอ้อยแต่ยังไม่ได้ทำเป็นน้ำตาลทรายจะเรียกว่าน้ำตาลทรายดิบ ถ้านำมาทำเป็นเม็ดจะเรียกว่าน้ำตาลทราย หรือนำมาทำเป็นก้อนแข็งคล้ายกวาดจะเรียกว่าน้ำตาลกวาด ฯลฯ

## salt

เกลือ (Salt) หรือเกลือโซเดียมนั้นมีแร่ธาตุหลายชนิดที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย หากรับประทานในปริมาณที่เหมาะสมก็อาจส่งผลดีต่อสุขภาพร่างกาย ดังนี้ ป้องกันภาวะความดันโลหิตสูง, ป้องกันภาวะขาดน้ำ และป้องกันการขาดไอโอดีน แต่ต้องรับประทานในขนาดที่เหมาะสมต่อวันมิเช่นนั้นจะเกิดโทษต่อร่างกาย มากกว่าได้ประโยชน์

