

ทอดมันปลากราย Thai Spicy Fish Cake



ทอดมันปลากราย Thai Spicy Fish Cake

ทอดมันปลากราย Thai Spicy Fish Cake จะมีอะไรที่ดีมากไปกว่าการได้ทำเมนูสุดพิเศษ ที่เราทำเองได้ที่บ้าน แอดกอหญาขอนำเสนอ ทอดมันปลากรายอาหารเรียกน้ำย่อยสไตล์ไทย ซึ่งแอดกอหญาลองทำมาแล้วอร่อยมาก ๆ เลยค่ะ อยากรู้อะไรบ้าง ทอดมันปลากรายแท้ๆ เนื้อเหนียวๆเต่งๆ ดีกับเครื่องแกงรสชาติเข้มข้นกำลังดี นวดให้เข้าเนื้อกันสุดๆนำไปทอด ทานแถมคู่กับน้ำจิ้มอาจาดร้อนๆ ที่สุดค่ะบอกเลยคิดดูสิ จะมีอะไรเลิศไปกว่านี้ โอ๊ย..อยากกินแล้วน้ำลายไหล มาทำทอดมันปลากรายจัดไปค่ะ อร่อยเด็ดเมนูประจำตัว มาค่ะดาวนี่โหลดสูตร มือขวาควงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวเท่าก้าวเข้าครัวไปกับเมนูทอดมันปลากรายกันเลยค่า

สูตรทอดมันปลากราย

เนื้อปลากรายขูด 500 กรัม

พริกแกงเผ็ด 100 กรัม

ถั่วฝักยาว 200 กรัม

ใบมะกรูด 5 กรัม

น้ำปลา 2/3 ช้อนโต๊ะ

น้ำตาลทราย 2/3 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำทอดมันปลากราย

ซึ่งดวงวัด ส่วนผสมเครื่องปรุงต่างๆ ให้เรียบร้อยสูตรจะได้ไม่คลาดเคลื่อนนะคะ

- วิธีการทำทอดมันปลากราย

เด็ดใบมะกรูดโดยเอาแกนกลางออก ม้วนและใช้มีดซอยเป็นเส้นเล็กๆ

ซอยถั่วฝักยาวให้เป็นแว่นๆ พักไว้

นำเอาเนื้อปลากราย ลงในอ่างผสมใส่พริกแกงเผ็ดลงไป เติมน้ำตาล น้ำปลาเพื่อปรุงรส

เริ่มนวดให้ส่วนผสมเป็นเนื้อเดียวกัน ค่อยๆนวดให้เนื้อปลาเข้ากับพริกแกงสีสวยเสมอกัน

พอเข้ากันแล้วใส่ใบมะกรูดซอย และถั่วฝักยาวซอยลงไป ขยำให้เป็นเนื้อเดียวกัน

- วิธีการทอด

ตั้งน้ำมันให้ท่วมในกระทะ พอร้อนให้เตรียมตัวเอาลงทอด

ใช้ฝ่ามือบีบทอดมัน แล้วกดให้แบนเป็นรูปเหรียญ หากติดมือให้จุ่มน้ำเล็กน้อยก่อนปั้น

ทอดแล้วอย่าเพิ่งคน ค่อยๆให้สุกลอยขึ้นมาเซตตัว ค่อยคน

ทอดมันจะพองฟู นำขึ้นมาพักไว้ให้เย็น

เพื่อเพิ่มรสชาติ นำใบกระเพราลงไปทอดให้ กรอบเป็นเครื่องแนม

จัดเสิร์ฟ นำใบกระเพรากรอบรองตามด้วยทอดมันที่ทอดสุกๆร้อนๆ จิ้มด้วยอาจาก ทานให้อร่อยนะคะ



ขอขอบคุณข้อมูล – คุณ กิ๊นได้อร่อยด้วย จาก https://www.youtube.com/watch?v=O7Gfj8QGt_Y&t=40s

กดติดตามคุณกิ๊นได้อร่อยด้วย ได้ที่ปุ่มนี้เลยจ้า เมนูเด็ดรอเพื่อนๆอยู่



ประวัติทอดมันปลากราย

ทอดมันปลากรายหรือบางภูมิภาคเรียกว่าปลาเห็ด เป็นการนำเนื้อปลามาขนาดให้เหนียว มาผสมเครื่องปรุงพริกแกงไข่ไก่ แล้วนำมาทอดรับประทานเป็นกับข้าว นิยมใช้เนื้อปลากรายขูด บางคนอาจใช้ปลาหลายชนิดมาสับรวมกันด้วยรสชาติที่ถูกปากจึงเป็นอาหารชนิดหนึ่งที่นิยมกันทุกภูมิภาค

วัตถุดิบทอดมันปลาทราย

sugar

น้ำตาล (Sugar) คือ สารประกอบคาร์โบไฮเดรตประเภทโมโนแซ็กคาไรด์ (monosaccharide) และไดแซ็กคาไรด์ (disaccharide) ซึ่งมีรสหวาน โดยทั่วไปจะได้มากจากอ้อย มะพร้าว แต่โดยทั่วไปแล้วจะเรียกอาหารที่มีรสหวานว่าน้ำตาลแทบทั้งสิ้น เช่น ทำมาจากตาลจะเรียกว่าตาลโตนด ทำมาจากมะพร้าวจะเรียกว่าน้ำตาลมะพร้าว ทำมาจากงวงจากจะเรียกว่าน้ำตาลจาก ทำมาจากงบบจะเรียกว่าน้ำตาลงอบ ทำมาจากอ้อยแต่ยังไม่ได้ทำเป็นน้ำตาลทรายจะเรียกว่าน้ำตาลทรายดิบ ถ้านำมาทำเป็นเม็ดจะเรียกว่าน้ำตาลทราย หรือถ้านำมาทำเป็นก้อนแข็งคล้ายกวรดจะเรียกว่าน้ำตาลกวรด ฯลฯ

