

เส้นจันท์ผัดปู Stir Fried Rice Noodle with Crab Meat



เส้นจันท์ผัดปู Stir Fried Rice Noodle with Crab Meat

เส้นจันท์ผัดปู Stir Fried Rice Noodle with Crab Meat ไม่มีอะไรที่มีความสุขมากไปกว่าการได้รับประทานของอร่อยๆ ที่ทำด้วยฝีมือเราเอง แอดรสรินทร์ชวนทำเมนู เส้นจันท์ผัดปูจานหลักสไตล์ไทย ซึ่งแอดรสรินทร์ลองทำมาแล้วอร่อยมากๆเลยคะ อยากแชร์สูตรเลย เส้นจันท์ที่เหนียวนุ่ม ผัดให้ออกมารสกลมกล่อมหวานนำ สไตล์ไปนั่งกินที่ริมหน้าจันทบูรณจริง ๆ ผัดกับปูม้า หรือของทะเลที่ชอบ อร่อยได้ง่ายๆเครื่องไม่ก็อย่างลองจินตนาการถึง จะมีอะไรดีไปกว่านี้ บรรยายความน่ากินมามากโข มาทำเส้นจันท์ผัดปูเจ้าคะ อร่อยกันบ้าง มาคะดาวนโหลดสูตร มือชวควงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวเท่ก้าวเข้าครัวไปกับเมนูเส้นจันท์ผัดปูกันเลยคะ

สูตรเส้นจันท์ผัดปู

เส้นจันท์ 1 ห่อ

ปูสด 1/2 - 1 ตัวกลาง

พริกชี้ฟ้าแห้ง 5 เม็ด

สูตรเส้นจันท์ผัดปู

กระเทียมสับ 2 ช้อนโต๊ะ

หอมแดงสับ 3 ช้อนโต๊ะ

น้ำปลาหรือซีอิ้ว 1-2 ช้อนโต๊ะ

น้ำมันขาม 1 ช้อนโต๊ะ

น้ำตาลปี๊ป 1 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำเส้นจันท์ผัดปู

ชั่งตวงวัด ส่วนผสมเครื่องปรุงต่างๆ ให้เรียบร้อยสูตรจะได้ไม่คลาดเคลื่อนนะคะ

โขลกเครื่องผัด พริกชี้ฟ้าแห้ง กระเทียมสับ หอมแดงสับ จนเข้ากันดีแล้วพักไว้

เส้นจันท์แช่น้ำไว้ซัก 15 นาทีจนเส้นนิ่ม หรือจะผัดไฟแรงจัดมากๆ แล้วรินซุปลงไประหว่างผัดก็ได้

เคียว น้ำปลา น้ำตาล น้ำมันขามให้ละลายเข้ากันดี

ตั้งกระทะใช้ไฟกลางผัดปูและเครื่องที่ตำไว้จนหอม ถ้าอยากให้ปูสุกเพื่อให้แน่ใจก็เติมน้ำซั๊ก 1/4 ถ้วยตวงแล้วหาฝาชีมาครอบไว้รอจนสุกไม่เกิน 30 วินาที ตามด้วยเส้น ผัดต่อจนเริ่มนิ่ม หากแห้งเกินไปให้เติมน้ำเล็กน้อยให้แฉะนิดๆหรือมีก็ได้หากชอบทานแบบผัดแห้งๆ แล้วปรุงรสด้วยซอสที่เคียวไว้ ตักเสิร์ฟ นิยมทานคู่กับต้นกุยช่าย ทานให้อร่อยนะคะ



Rosalynth logo with Thai text: รสรินทร์, หน้ารวมสูตรอาหารไทย, ROSALYNTH. Includes images of Thai dishes like Pad Poo and Tom Yum.

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

กดติดตามคุณFoodTravelTVChannel ได้ที่ปุ่มนี้เลยจ้า เมนูเด็ดรอเพื่อนๆอยู่



ประวัติเส้นจันท์ผัดปู

ก๋วยเตี๋ยวเส้นจันท์ หรือเรียกสั้นๆ ว่า เส้นจันท์นั้นจัดได้ว่าเป็นเส้นก๋วยเตี๋ยวที่ขึ้นชื่อในความเหนียวหนึบ และความอร่อยจนกลายเป็นสินค้าเลื่องชื่อของจันทบูรที่ส่งไปขายทั่วประเทศ ซึ่งเส้นจันท์ที่จะนำมาใช้ในการผัดปูนั้น จะต้องมีการเตรียมเส้นไว้เป็นอย่างดีเสียก่อน โดยการแช่น้ำแล้วนำมาซัด และคลี่ตัวออกไม่ให้เส้นติดกัน ต่างจากการผัดก๋วยเตี๋ยวโดยทั่วไปที่นำเส้นไปแช่น้ำให้อ่อนนุ่มแต่เพียงอย่างเดียวแล้วก็นำไปใช้ผัด เส้นจันท์ที่ได้รับการจัดเตรียมที่ถูกต้องวิธีนั้นเมื่อนำมาผัดกับน้ำผัดปูที่เตรียมไว้ล่วงหน้าแล้ว จะผัดให้เข้ากันจนน้ำผัดปูซึมเข้าเส้นไปจนทั่วทำให้เสมือนเป็นรสชาติของเส้นจันท์เลยก็ว่าได้ ซึ่งก๋วยเตี๋ยวเส้นจันท์ผัดปูที่ผ่านกระบวนการอย่างถูกวิธีนั้น แม้จะทิ้งไว้นานเส้นก็จะไม่เกาะติดกันเป็นก้อนเหมือนก๋วยเตี๋ยวผัดอื่นๆ

วัตถุดิบเส้นจันท์ผัดปู

crab

ปู (Crab) นับได้ว่าเป็นอาหารยอดนิยมที่มีราคาสูงพอสมควร เนื้อมีรสชาติหวานอร่อย สามารถนำมาทำอาหารได้หลากหลายเมนู ทั้งต้ม ยำ แกง ผัดผงกระหรี ผัดพริกไทยดำ วิธีเลือก ให้เลือกตัวที่มีน้ำหนักมาก เพราะปูกดีปจะมีน้ำหนักในตัวมาก เมื่อถูกจับขึ้นมาจะระเหยออกไปตลอดเวลา ดังนั้นจึงวางขายนานเท่าไรน้ำหนักก็ยิ่งเบาลงจึงให้เลือกปูที่หนักๆ ไว้ก่อน

peppers

พริกไทย (Peppers) เป็นพืชที่มีผลเป็นพวงเม็ดขนาดเล็ก จัดเป็นสมุนไพรที่มีสรรพคุณทางยา และเป็นราชาแห่งเครื่องเทศที่มีรสชาติเผ็ดร้อน สามารถนำมาทำเป็นพริกไทยแห้งไว้ใช้เป็นเครื่องปรุงในการประกอบอาหาร ถ้าเป็นแบบแห้งทั้งเปลือกจะเป็น พริกไทยดำ หรือ Black Pepper (เพราะมีผงของเปลือกสีดำปนอยู่) แต่ถ้าลอกเปลือกออกก่อนทำเป็นผงก็ได้เป็น พริกไทยขาว หรือ White Pepper (พริกไทยอ่อน) เนื่องจากพริกไทยมีปริมาณน้ำในแต่ละเม็ดน้อยมาก จึงไม่ค่อยขึ้นรา ซึ่งวิธีการเก็บรักษาก็ง่าย ๆ เพียงแค่เก็บไว้ในโหลแก้วให้มิดชิด ส่วนพริกไทยปนก็ควรบดเก็บแต่น้อยในภาชนะที่แห้งสนิทและปิดให้มิดชิดเช่นกัน

garlic

กระเทียม (Garlic) ช่วยเพิ่มความอยากอาหารและเพิ่มความสามารถในการย่อยอาหารของร่างกาย กระเทียมสดช่วยกระตุ้นน้ำย่อยในกระเพาะอาหารให้หลั่งออกมาย่อยอาหารในปริมาณมากขึ้น และเสริมการทำงานของเอนไซม์ที่ช่วยย่อยสารอาหารจำพวกโปรตีน เช่น โปรตีนจากเนื้อสัตว์ ช่วยย่อย

sugar

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





กดที่นี่เพื่อไม่พลาดทุกสูตรเด็ด

รสรินทร์

เรารังสรรค์ทุกจานจากใจ

f ROSALYNTH

อยากรู้สูตรเด็ดเคล็ดลับรสรินทร์ ตอนใหม่ๆ อย่าลืมกดไลค์ แฟนเพจรสรินทร์ นะคะ ขอขอบคุณที่ติดตาม
เพจ รสรินทร์ **Rosalyn** นะคะ

Facebook: [RosalynTH](#) ดูสูตรเด็ดอื่นๆ [หน้าหลักรสรินทร์](#)