ขนมปังชีสย่าง Double Cheese Toast

ขนมปังชีสย่าง Double Cheese Toast

ขนมปังชีสย่าง Double Cheese Toast ไม่มีอะไรที่ดีไปกว่าการได้รับประทานของอร่อยๆ จากสูตรเด็ดและเราทำเอง แอดมินมาชวนทำ ขนมปังชีสย่าง ครบเครื่องขนมปังชีสย่าง ที่ให้อร่อยวัตถุดิบต้องคัดมาอย่างดี ขนมปังนุ่มๆ อบจนได้ที ส่งกลิ่นหอมยั่วยวน ชีสชีสแน่นๆเต็มๆคำ แอดมินว่าใครทำก็อร่อยลองทำตามขั้นตอนดูนะคะ หน้าตารสชาติหน้ารับประทานมากเลย สูตรจากคุณเจ้าของสูตรใจดี ค่ะขอขอบคุณมา ณ ที่นี้ลองคิดดู ของอร่อยอย่างนี้ต้องห้ามพลาด เกริ่นมานานหิวแล้ว มาทำขนมปังชีสย่างเจ้าค่ะ อร่อยเด็ดแสงออกปาด มาค่ะดาวน์โหลดสูตร มือขวาควงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวเท้าก้าวเข้าครัวไปกับเมนูขนมปังชีสย่างกันเลยค่ะ

สูตรขนมปังชีสย่าง
ไข่ไก่ 2 ฟอง
เกลือ เพื่อปรุงรส
เนย 1 ก้อน
ขนมปังแผ่น 2 แผ่น
เชดด้าชีส 2 แผ่น
มอสซาเรลล่าชีส

วิธีทำขนมปังชีสย่าง

ชั่งตวงวัด ส่วนผสมเครื่องปรุงต่างๆ ให้เรียบร้อยสูตรจะได้ไม่คลาดเคลื่อนนะคะ

ตีไข่ 2 ฟองเข้าด้วยกันเติมนม 1 ช้อนโต๊ะ

ตั้งไฟกลางบนกระทะ ใส่เนยลงไปละลายให้ร้อน เกลี่ยให้ทั่วกระทะและเอาไข่ลงไปทอด

พอไข่เริ่มเซตตัว วางขนมปังขาวลงไป 2 แผ่น

กลับไข่ พับไข่ให้อยู่ในขนมปัง วางเชดด้า และ มอสซาเรลลา ชีสลงไปตรงกลาง

พับแซนวิสและทอดต่อประมาณ1 นาทีให้เหลืองทองกรอบ ก็พร้อมอร่อยมากแล้วค่ะ ทานให้อร่อยนะคะ

ขอขอบคุณข้อมูล – คุณ Ninos Home จาก https://www.youtube.com/watch?v=PcFQnteNwvo

วัตถุดิบขนมปังชีสย่าง

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

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

bread

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

cheddar

เชดดาชีส (Cheddar cheese) เป็นชีสกึ่งแข็ง รสชาติออกเค็มนิดๆ เชดดาชีส เป็นชีสที่ไม่ยืดเมื่อโดนความร้อน นิยมใช้กับแซนวิช หรือ แฮมเบอร์เกอร์ มีต้นกำเนิดจากเมืองเชดดาร์ ประเทศอังกฤษ ทำมาจากนำนมวัว โดยผ่านกระบวนการบ่มตั้งแต่ 2 เดือน ถึง 2 ปี จนกลายเป็นเนยแข็ง มีเนื้อสัมผัสกึ่งแข็ง ปกติจะมีสีขาวออกเหลือง ถ้าเป็นสีส้มจะมีการเติมสารบางอย่างลงไป มีรสชาติเค็ม ไม่มีความยืดเมื่อโดนความร้อน

cheese

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

อยากรู้สูตรเด็ดเคล็ดลับรสรินทร์ ตอนใหม่ๆ อย่าลืมกดไลค์ แฟนเพจรสรินทร์ นะคะ ขอบคุณที่ติดตามเพจ รสรินทร์ Rosalyn นะคะ

Facebook: RosalynTHดูสูตรเด็ดอื่นๆ หน้าหลักรสรินทร์