

ของว่าง / สูตรอาหารจีน / สูตรอาหารไทย

ชาลาเป้ามังฉะถั่วแดง ชาเขียวเข้มถั่วแดงชั้นฟินฟิน



ชาลาเป้ามังฉะถั่วแดง ชาเขียวเข้มถั่วแดงชั้นฟินฟิน

ชาลาเป้ามังฉะถั่วแดง ชาเขียวเข้มถั่วแดงชั้นฟินฟิน สูตรนี้นำกินมีกตะ เราจะผสมผงชาเขียวลงไปเป็นเบิ่งนุ่มๆ รสชาติขมนิดๆ เข้มหอมไอ้ฮือการมณณะ ได้ก็หวานหอมอร่อยของถั่วแดง สูตรนี้จะไม่หวานมาก เข้ากับรสชาเขียวขมนิดๆ เข้มหน่อยๆ ถ้าได้ชาเขียวช็อกถั่วยนะ จะเป็นมือของว่างสุดพิเศษ ได้อารมณณ์ของว่างกลางโตเกียวเลยคะ สูตรนี้รสรินทร์ได้ดัดแปลงมาจากเว็บ [cooking-therapy](#) นะคะ ในส่วนของถั่วแดง มังฉะ ถ้าพร้อมแล้ว มือซ้ายควงตะหลิว มือขวาจับกระทะ กางสูตรเด็ด สวาเท้าเข้าครัวกันค่า

หมายเหตุ รสรินทร์ต้องขอตัดแปลงวิธีนวดและพักแป้ง และสูตรใส่นะคะ เนื่องจากความชอบของรสรินทร์ที่ชอบแป้งแบบนุ่มกว่า และใส่ถั่วแดงสูตรเนียนๆ ทานและไม่สะตุดูส่วนใครจะไปลองทำสูตรต้นฉบับ รสรินทร์แนบสิ่งไว้ไว้แล้วเช่นกันคะ อร่อยทั้งคู่เลยน้า ลองทำก็ยุดคะ

ดาวนิโหดสุด

สูตรแป้งชาลาเปา

ผงชาเขียว	2	ช้อนโต๊ะ
แป้งสาลีอเนกประสงค์	4.5	ถ้วย
ผงฟู	4	ช้อนชา
นมสด	1.5	ถ้วย
ยีสต์ผง	2	ชอง
น้ำมันพืช	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลทราย	1	ถ้วย

วิธีทำแป้งชาลาเปา

1. ร่อนแป้งสาลีอเนกประสงค์ และผงชาเขียว ผงฟู ใส่ในอ่างผสม
2. ล้วนนมสด หลอมในชาม เติมน้ำตาลลงไป และใส่น้ำตาลทรายลงไป 2 ช้อนชา เพื่อให้ยีสต์ทำงาน รอประมาณ 10 นาทีจนกระทั่งเกิดฟอง
3. เติมน้ำมันพืช และน้ำตาล คนให้เข้ากัน จนกระทั่งเป็นเนื้อเดียวกัน
4. ใส่ส่วนผสมลงในอ่างผสมแป้งที่ร่อนเอาไว้ นวดส่วนผสมให้เข้ากันไปเรื่อยๆ ประมาณ 10 นาที
5. แบ่งผสมด้วยพลาสติกแรป พักแป้งไว้ประมาณ 90 นาที จนแป้งฟูเป็น 2 เท่า
6. แบ่งแป้งเป็นขนาดเท่าๆกัน เป็นแป้งชาลาเปา เอาผ้าขาวบางชุบน้ำหมาดๆ ปิดไว้ อย่าให้โดนลม

เคล็ดลับรสรินทร์

หากเกิดจุดสีเหลืองที่แป้ง นั้นหมายความว่าผงฟูยังละลายได้ไม่สิ้นคะ

ดาวนิโหดสุด

สูตรไส้ถั่วแดง

ถั่วแดง	450	กรัม
น้ำสะอาด	2250	มิลลิลิตร
น้ำตาลทราย	450	กรัม
น้ำมันพืช	360	มิลลิลิตร
แป้งข้าวโพด	3	ช้อนชา
น้ำ (ละลายแป้งข้าวโพด)	60	มิลลิลิตร

เกลือ นิดหน่อยเพื่อปรุงรส

วิธีทำไส้ชาลาเปาไส้ถั่วแดง

1. แช่ถั่วแดงข้ามคืน เมื่อปล่อยไว้ข้ามคืนแล้วถั่วแดงจะนิ่ม สามารถใช้มือบีบให้แตกได้
2. ตั้งหม้อไฟกลาง นำถั่วแดงลงไปต้ม เมื่อเดือดแล้ว ใส่ใบเตยลงไป เพิ่มความหอม เดี่ยวต่อไปให้ถั่วแดงสุกเปื่อย ยกขึ้น นำใบเตยออก
3. ใส่ส่วนผสมเครื่องปรุงรส น้ำตาลทราย เกลือ แป้งข้าวโพดละลายน้ำ เดี่ยวต่อไปอีก 15 นาทีให้ถั่วเปื่อย
4. นำใส่ลงในโถปั่น ปั่นไส้ถั่วแดงให้เนียนละเอียด
5. ตั้งกระทะไฟอ่อน ใส่น้ำมันลงไป นำส่วนผสมที่ปั่นลงไปกวน จนกระทั่งไส้ถั่วแดงจับตัวกันเป็นก้อน สามารถปั้นได้แล้วยกขึ้น
6. พักไส้ชาลาเปาถั่วแดงให้เย็น ตักไส้ถั่วแดง 2 ช้อนครึ่ง ปั้นเป็นก้อนกลม ทำจนไส้หมดเป็นไส้ชาลาเปาไส้ถั่วแดง

วิธีทำไส้ชาลาเป้ามังฉะถั่วแดง

1. ห่อชาลาเปา โดยการนวดแป้งลงบนโต๊ะ เรียบและแห้งเล็กน้อย แป้งเบิ่งให้บางด้วยฝ่ามือ แป้งให้เบิ่งเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 5 นิ้ว ให้ตรงกลางหนาซึกหน่อย
2. นำไส้ถั่วแดงที่ทำไว้ วางลงไปตรงกลาง แป้งเบิ่ง ตะล่อมให้เป็นก้อนกลม ตั้งเบิ่งขึ้นมาห่อ ค่อยๆจับทีละซิบ จนหุ้มไส้จนหมด จับตะล่อมเป็นทรงกลม
3. ปั้นให้เป็นทรงกลมสวย ด้วยฝ่ามือให้แต่ละด้านเท่าๆ กัน วางลงบนกระดาษที่ตัดเป็น แผ่นสี่เหลี่ยมจัตุรัส
4. พักชาลาเปาให้ขึ้นอีกประมาณ 15 นาที อย่านำขึ้นฟูมากเกินไป
5. ตั้งน้ำในซึ้งให้เดือดพล่าน นำชาลาเป้ามังฉะถั่วแดงไปนึ่ง ใช้เวลานึ่งประมาณ 15 นาทีจนสุก
6. ปิดไฟและรอประมาณ 5 นาที ให้น้ำหายหมดก่อน ค่อยหยิบชาลาเปาออกมา พักไว้บนตะแกรง
7. ทานให้อร่อยนะคะ

เคล็ดลับรสรินทร์

1. เวลาแปะแป้งชาลาเปา ให้ตรงแผ่นกลางเบิ่งหน้ากว่าตรงขอบ มิเช่นนั้นชาลาเปาจะแตก
2. การใส่น้ำมันลงไปกวน จะเพิ่มความชุ่มชื้นให้ไส้และดูมันวาวน่ารับประทาน

เคล็ดลับรสรินทร์ อุ้บชาลาเปาอย่างไรให้อร่อย

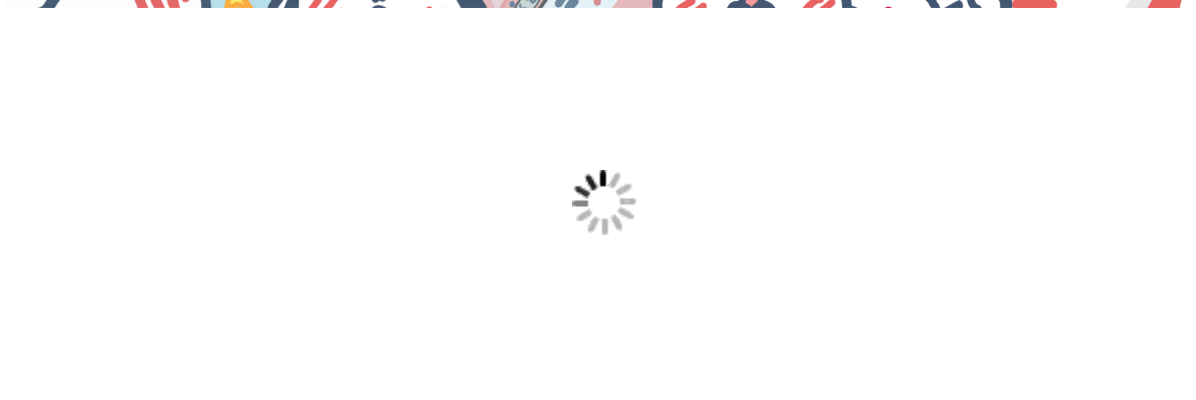
1. **ไม่โครเวฟ** ไม่ต้องนำมาละลายหรือพักให้หายเย็น ใสลงไปนึ่งในไมโครเวฟอุ่นได้ทันที
2. **การนึ่ง** วิธีนี้เป็นวิธีอุ้บชาลาเปาที่ดีที่สุด ให้ตั้งรังถึงน้ำเดือดพล่าน นำไปอุ้บ 5 นาทีได้ชาลาเปาร้อนๆ



อยากรู้สูตรเด็ดเคล็ดลับรสรินทร์ตอนใหม่ๆ อย่าลืมกดไลค์แฟนเพจรสรินทร์ นะคะ รับรองว่า คุณจะทำอาหารได้อร่อยจนคนทั้งบ้านซมไม่ขาดปากเลยคะ **ขอบคุณที่ติดตามเพจ รสรินทร์ Rosalyn นะคะ**

Facebook: [RosalynTH](#)

ดูสูตรเด็ดอื่นๆ [หน้าหลักรสรินทร์](#)



ขอขอบคุณสูตรแป้งและภาพประกอบ [cooking-therapy](#)

11 Views: 10,004

RELATED POSTS

ชาลาเปาไส้เผือก หอมมันอร่อยใส่เน้นเต็มคำ
August 17, 2021

ชาลาเปาไส้ถั่วแดง หอมฟูนุ่มได้คุณค่าจากถั่ว
August 17, 2021

ชาลาเปาชาโคลลาวาไข่เค็ม ใส้ทะลักเค็มมันเนียนนุ่ม
August 17, 2021

PREVIOUS ARTICLE

[ชาลาเปาไส้เผือก หอมมันอร่อยใส่เน้นเต็มคำ](#)

CATEGORIES

Select Category

ติดต่อเรา

Facebook: [RosalynTH](#)
Facebook Message: [ส่งข้อความหาเรา](#)

[Back to Home](#)