

ของว่าง / สูตรอาหารจีน / สูตรอาหารไทย

## ซาลาเปาไส้ครีมคัสตาร์ด ของว่างหอมหวาน กลมกล่อม



### ซาลาเปาไส้ครีมคัสตาร์ด ของว่างหอมหวานกลมกล่อม

ซาลาเปาไส้ครีมคัสตาร์ด ของว่างหอมหวานกลมกล่อม สูตรนี้หวานกลมกล่อม ไม่เลี่ยน นะคะ หอมเข้มข้นมันด้วยเนย นมไข่ มากับแป้งซาลาเปาบางๆ เนื้อฟูนุ่ม สูตรแบ่งจาก ย่องกง ทานคู่กับน้ำชา หรือเป็นของหวานตบท้ายมื้ออาหารนะคะ ฟินเวอร์ทีเดียวค่ะ พร้อมแล้วก็ มือซ้ายจับตะหลิว มือขวาถือกระทะ กางสูตรเด็ด สาวเท้าเข้าครัว ไปทำ ซาลาเปาไส้ครีมคัสตาร์ดกันเลยละ

#### สูตรแป้งซาลาเปา

|                     |     |           |
|---------------------|-----|-----------|
| แป้งสาลีอเนกประสงค์ | 750 | กรัม      |
| แป้งตั้งหมิ่น       | 300 | กรัม      |
| น้ำตาลทราย          | 270 | กรัม      |
| ยีสต์               | 3   | ช้อนโต๊ะ  |
| น้ำอุ่น             | 450 | มิลลิลิตร |
| น้ำมันขาว           | 1.5 | ช้อนชา    |
| น้ำมันพืช           | 6   | ช้อนโต๊ะ  |
| ผงฟู                | 2   | ช้อนโต๊ะ  |
| น้ำเย็น             | 2   | ช้อนโต๊ะ  |

#### วิธีทำแป้งซาลาเปา

1. ร่อนแป้งสาลีอเนกประสงค์ และแป้งตั้งหมิ่น ให้เข้ากัน ใส่ในอ่างผสม
2. ใส่น้ำตาลทราย ลงในอ่างผสม คนให้เข้ากัน ทำแป้งให้เป็นหลุม ใส่ยีสต์ และน้ำอุ่นลงไป ค่อยๆ ตะล่อมแป้งอย่างเบาๆ
3. คนให้แป้งกับน้ำเข้ากัน เริ่มจับตัวเป็นก้อน ใส่น้ำมันขาว และ น้ำมันลงไป นวดให้เข้ากันอย่างเบาๆ
4. นวดแป้ง ให้นุ่มประมาณ 15 นาทีจนแป้งขึ้นรูปแป้งจะเนียนและ ขึ้นเงา
5. แรปซามผสมด้วยพลาสติกแรป พักแป้งไว้ประมาณ 90 นาที จนแป้งฟูเป็น 2 เท่า
6. ละลายผงฟู เข้ากับน้ำเย็น ค่อยๆ พนมและนวดแป้ง จนกระทั่งหมดและเข้ากันดี เพื่อให้ได้แป้งที่นุ่มฟู พักแป้งอีกครั้งหลังจากเติมผงฟู เป็นเวลา 10 นาที
7. แบ่งแป้งเป็นขนาดเท่าๆกัน เป็นแป้งซาลาเปา เอาผ้าขาวบางชุบน้ำหมาดๆ ปิดไว้ อย่าให้โดนลม

#### เคล็ดลับรสรินทร์

1. สูตรนี้จะใช้แป้งตั้งหมิ่นเป็นส่วนผสมด้วยนะคะ ซึ่งเป็นแป้งที่มีกลูเต็นต่ำ จะทำให้แป้งซาลาเปาของเรา ฟูนุ่มนุ่ม แต่ถ้าหากหาซื้อไม่ได้ ก็สามารถใส่แป้งเค้กทดแทน พอได้เนาะคะ ผลลัพธ์ที่ได้ จะได้นุ่มแป้งซาลาเปา ที่เบาว่านุ่มกว่า เมื่อเทียบกับใช้แป้งสาลี อเนกประสงค์เพียงอย่างเดียว
2. หากเกิดจุดสีเหลืองที่แป้ง นั้นหมายความว่าผงฟู ยังละลายได้ไม่ตินะคะ

### ซาลาเปาไส้ครีม

|                     |      |      |
|---------------------|------|------|
| ไข่ไก่              | 7    | ฟอง  |
| นมผง                | 125  | กรัม |
| นมสดชนิดจืด         | 1    | ถ้วย |
| นมข้นหวาน           | 150  | กรัม |
| แป้งคัสตาร์ด        | 50   | กรัม |
| มาการีน             | 250  | กรัม |
| เนยจืด              | 125  | กรัม |
| น้ำตาลทราย          | 0.25 | ถ้วย |
| แป้งสาลีอเนกประสงค์ | 50   | กรัม |
| แป้งข้าวโพด         | 75   | กรัม |
| ใบเตย               | 2    | ใบ   |

#### วิธีทำไส้ครีม

1. ร่อนแป้งข้าวโพด แป้งสาลี นมผง แป้งคัสตาร์ด ลงในอ่างผสม คนให้เข้ากัน
2. เติมน้ำตาล มาการีน นวดไปเรื่อยๆ จนแป้งร่อนไม่ติดมือ
3. ใส่ส่วนผสมที่มีความชื้น นมสด และนมข้นหวาน ตีให้เข้ากันด้วยตะกร้อ
4. ใส่ใบเตยและ ตีให้เข้ากันจน ส่วนผสมมีกลิ่นหอม
5. นำไปตุ๋นโดยการตั้งหม้อน้ำด้วยไฟอ่อน นำส่วนผสมขึ้นตั้ง ค่อยๆ ใส่เนยสดไปคนไปตลอดเวลา
6. คนไปเรื่อยๆ ประมาณ 40 นาที จนได้ไส้ครีมที่ข้น และขึ้นเงาสวยงาม
7. ยกอ่างผสมขึ้น คีบใบเตยออก ตีส่วนผสมด้วยตะกร้อไฟฟ้าจนเนียน ยกลงพักให้เย็นเก็บใส่ตู้เย็น

#### วิธีทำซาลาเปาไส้ครีมคัสตาร์ด

1. ห่อซาลาเปา โดยการนวลแล้งลงบนโต๊ะ เรียบและแห้งเล็กน้อย แผ่แป้งให้บางด้วยฝ่ามือ แผ่ให้แป้งเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 5 นิ้ว ให้ตรงกลางหนาซีกหน้อย
2. ตักไส้ครีมคัสตาร์ดที่ทำไว้ วางลงไปตรงกลางแผ่แป้ง ตะล่อมให้เป็นก้อนกลม ตึงแป้งขึ้นมาห่อ ค่อยๆ จีบที่ละจีบ จนหุ้มไส้จนหมดได้จีบสวยงาม
3. ปั้นให้เป็นทรงกลมสวย ด้วยฝ่ามือให้แต่ละด้านเท่าๆกัน วางลงบนกระดาษที่ตัดเป็น แผ่นสี่เหลี่ยมจตุรัส
4. พักซาลาเปาให้ขึ้นอีกประมาณ 15 นาที อย่านให้ขึ้นฟูมากเกินไป
5. ตั้งน้ำในซึ้งให้เดือดพล่าน นำซาลาเปาไส้ครีมคัสตาร์ดไปนึ่ง ใช้เวลานึ่งประมาณ 15 นาทีจนสุก
6. ปิดไฟและรอประมาณ 5 นาที ให้น้ำหายหมดก่อน ค่อยหยิบซาลาเปา ออกมา พักไว้บนตะแกรง
7. ทานให้ร่อยนะคะ

#### เคล็ดลับรสรินทร์ อุ่นซาลาเปาอย่างไรให้อร่อย

1. **ไมโครเวฟ** ไม่ต้องนำมาละลายหรือพักให้หายเย็น ใสลงไปไมโครเวฟอุ่นได้ทันที
2. **การนึ่ง** วิธีนี้เป็นวิธีอุ่นซาลาเปาที่ดีที่สุด ให้ตั้งรังถึงน้ำเดือดพล่าน นำไปอุ่น 5 นาที ได้ซาลาเปาร้อนๆ



#### ยอดนิยม



**8 รส มา มา ต้นแบบ ทำอย่างนี้เองง่าย เว้อเว้อ**  
August 16, 2021



**10 สูตรขนมจีน ทำกินได้ทำขายรวย**  
August 15, 2021



**5 สูตรราดหน้า กว๊ายเดี่ยวผัด มาทำแบบพาดู จุกๆ**  
August 13, 2021



**5 สูตรของทอดขายดี กำไรงาม**  
August 13, 2021



**16 สับขาวยิ่ง อร่อยอร่อย**  
November 12, 2017

อยากรู้สูตรเด็ดเคล็ดลับรสรินทร์ตอนใหม่ๆ อย่าลืมกดไลค์แฟนเพจรสรินทร์ นะคะ  
รับรองว่า คุณจะท้ออาหารได้อร่อยจนคนทั้งบ้านชมไม่ขาดปากเลยละ  
ขอบคุณที่ติดตามเพจ รสรินทร์ Rosalyn นะคะ

Facebook: [RosalynTH](#)

ดูสูตรเด็ดอื่นๆ [หน้าหลักรสรินทร์](#)