

ของว่าง / สูตรอาหารจีน / สูตรอาหารไทย

ซาลาเปาไส้เผือก หอมมันอร่อยได้แน่นเต็มคำ

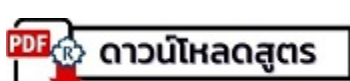


ซาลาเปาไส้เผือก
Taro Steamed Buns

www.rosalynth.com | ROSALYNTH | CONTACT@ROSALYNTH.COM

ซาลาเปาไส้เผือก หอมมันอร่อยได้แน่นเต็มคำ

ซาลาเปาไส้เผือก หอมมันอร่อยได้แน่นเต็มคำ สูตรนี้มาจากเผือกหอมคละ เวลาคิดเมนูว่าจะทำอะไรกับเผือกไม่ออกน่ะคะ นี่เลยคะซาลาเปาเผือก ด้วยเนื้อเผือกนุ่มนวล กวนกับน้ำตาล ให้ความกลมกล่อม ตัดเค็มนิดหน่อยมากับเนื้อแป้งซาลาเปา ที่นุ่มฟูกำลังดี กัดลงไปแต่ละคำ ทั้งนุ่ม ทั้งหอม แล้วขิงทานตอนอุ่นๆ กับชาร้อนๆ ความอร่อยนี่ไม่ต้องพูดถึงเลยคะ เอาไปลิบเต็มลิบไม่หัก จะทำไว้ทานตอนร้อนๆ หรือพรีซเก็บไว้ในตู้เย็นก็เอามาอุ่น เป็นของขวัญยามบ่าย หรือจะเป็นของขวัญวันหลังมืออาหารก็เข้าท่าคะ พร้อมริยังมือชวาควงตะหลิว มือชวาจับกระทะ ทางสูตรเด็ดสาวเท้าเข้าครัวร่วมกันเลยคะ



สูตรแป้งซาลาเปา

แป้งสาลีเนกประสงค์	750	กรัม
แป้งดั่งหมื่น	300	กรัม
น้ำตาลทราย	270	กรัม
ยีสต์	3	ช้อนโต๊ะ
น้ำอุ่น	450	มิลลิลิตร
น้ำมันงา	1.5	ช้อนชา
น้ำมันพืช	6	ช้อนโต๊ะ
ผงฟู	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำเย็น	2	ช้อนโต๊ะ

ส่วนผสมอาหาร (สีม่วง)

วิธีทำแป้งซาลาเปา

1. ร่อนแป้งสาลีเนกประสงค์ และแป้งดั่งหมื่น ให้เข้ากัน ใส่ในอ่างผสม
2. ใส่น้ำตาลทราย ลงในอ่างผสม คนให้เข้ากัน ทำแป้งให้เป็นหลุม ใส่ยีสต์ สีสผสมอาหารสีม่วง และน้ำมันลงไป ค่อยๆ ตะล่อมแป้งอย่างเบามือ
3. คนให้แป้งกับน้ำเข้ากัน เริ่มจับตัวเป็นก้อน ใส่น้ำมันงา และ น้ำมันงา ลงไป นวดให้เข้ากันอย่างเบามือ
4. นวดแป้ง ให้นุ่มประมาณ 15 นาทีจนแป้งขึ้นรูปแป้งจะเนียนและ ชื่นเงา
5. แรปซามผสมด้วยพลาสติกแรป พักแป้งไว้ประมาณ 90 นาที จนแป้งฟูเป็น 2 เท่า
6. ละลายผงฟู เข้ากับน้ำเย็น ค่อยๆ พนมและนวดแป้ง จนกระทั่งหมดและเข้ากันดี เพื่อให้ได้แป้งที่นุ่มฟู พักแป้งอีกครั้งหลังจากเติมผงฟูเป็นเวลา 10 นาที
7. แบ่งแป้งเป็นขนาดเท่าๆกัน เป็นแป้งซาลาเปา เอาผ้าขาวบางชุบน้ำหมาดๆ ปิดไว้อย่าให้โดนลม

เคล็ดลับรสรินทร์

1. สูตรนี้จะใช้แป้งดั่งหมื่นเป็นส่วนผสมด้วยนะคะ ซึ่งเป็นแป้งที่มีกลูเตนต่ำ จะทำให้แป้งซาลาเปาของเรา พูนุ่มนุ่ม แต่ถ้าหากหาซื้อไม่ได้ ก็สามารถใช้อแป้งเด็กทดแทน พอได้นะคะ ผลลัพธ์ที่ได้ จะได้เนื้อแป้งซาลาเปา ที่เบากว่านุ่มกว่า เมื่อเทียบกับใช้แป้งสาลี เนกประสงค์เพียงอย่างเดียว
2. หากเกิดจุดสีเหลืองที่แป้ง นั้นหมายความว่าผงฟู ยังละลายได้ไม่สิ้นคะ

สูตรซาลาเปาไส้เผือก

เผือก	700	กรัม
น้ำสะอาด	200	มิลลิลิตร
น้ำตาลทราย	200	กรัม
เกลือ	2	ช้อนโต๊ะ
แป้งข้าวโพด	100	กรัม
น้ำมัน	100	กรัม

วิธีทำไส้ซาลาเปาไส้เผือก

1. ล้างและทำความสะอาดเผือก ผึ่งให้แห้ง ปอกเผือกและหั่นเป็นชิ้นๆ ระวังอย่าให้เผือกถูกน้ำจะคืนมือเวลาปอก
2. ต้มหม้อไฟกลาง นำเผือกลงไปต้ม เมื่อเดือดแล้ว เคี่ยวต่อไปให้เผือกสุก ยกขึ้น
3. ใส่อ่างผสมเครื่องปรุงรส น้ำตาลทราย เกลือ แป้งข้าวโพดละลายน้ำ เคี่ยวต่อไปอีก 15 นาทีให้เผือกนิ่ม
4. นำไฟลงในโถปั่น ปั่นไส้เผือก และส่วนผสมทั้งหมดเนียนละเอียด
5. ต้มกระทะไฟอ่อน ใส่น้ำมันลงไป นำส่วนผสมที่ปั่นลงไปกวน กวนจนกระทั่งไส้เผือกจับตัวกันเป็นก้อน สามารถปั้นได้แล้วยกขึ้น
6. พักไส้ซาลาเปาเผือกให้เย็น ตักไส้เผือก 2 ช้อนครึ่ง ปั้นเป็นก้อนกลม ทำจนไส้หมด เป็นไส้ซาลาเปาไส้เผือก

วิธีทำไส้ซาลาเปาไส้เผือก

1. พ่อซาลาเปา โดยการนวดแป้งลงบนโต๊ะ เรียบและแห้งเล็กน้อย แผ่แป้งให้บางด้วยฝ่ามือ แผ่ให้แป้งเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 5 นิ้ว ให้ตรงกลางหนาซีกหน่อย
2. นำไส้เผือกที่ทำไว้ วางลงไปตรงกลางแผ่แป้ง ตะล่อมให้เป็นก้อนกลม ตึงแป้งขึ้นมาพอ ค่อยๆ จับที่ละซีก จนหุ้มไส้จนหมด จับต้อมเป็นทรงกลม
3. ปั้นให้เป็นทรงกลมสวย ด้วยฝ่ามือให้แต่ละด้านเท่าๆ กัน วางลงบนกระดาษที่ตัดเป็น แผ่นสี่เหลี่ยมจตุรัส
4. พักซาลาเปาให้ขึ้นอีกประมาณ 15 นาที ปล่อยให้ขึ้นพูนมากเกินไป
5. ตั้งน้ำในซึ้งให้เดือดพล่าน นำซาลาเปาไส้เผือกไปนึ่ง ใช้เวลานึ่งประมาณ 15 นาทีจนสุก
6. ปิดไฟและรอประมาณ 5 นาที ให้น้ำเย็นลงก่อน ค่อยหยิบซาลาเปา ออกมาพักไว้บนตะแกรง
7. ทานให้อร่อยนะคะ

เคล็ดลับรสรินทร์

1. เวลาแผ่แป้งซาลาเปา ให้ตรงแผ่กลางเบี่ยงหน้ากว่าตรงขอบ มิเช่นนั้นซาลาเปาจะแตก
2. การใส่น้ำมันลงไปกวน จะเพิ่มความชุ่มชื้นให้ไส้และดูมันวาวน่ารับประทาน



อยากรู้สูตรเด็ดเคล็ดลับรสรินทร์ตอนใหม่ๆ อย่าลืมกดไลค์แฟนเพจรสรินทร์ นะคะ
รับรองว่า คุณจะทำอาหารได้อร่อยจนคนทั้งบ้านชมไม่ขาดปากเลยคะ
ขอบคุณที่ติดตามเพจ รสรินทร์ Rosalyn นะคะ

Facebook: RosalynTH

ดูสูตรเด็ดอื่นๆ หน้าหลักรสรินทร์



RELATED POSTS



ซาลาเปาไส้ถั่วแดง หอมพูนุ่มได้คุณค่าจากถั่ว
August 17, 2021



ซาลาเปาชาโคลลาวาไข่เค็ม ไล่หะลึกเค็มมันเนียนนุ่ม
August 17, 2021



ซาลาเปาไส้ครีมคัสตาร์ดของว่างหอมหวานกลมกล่อม
August 16, 2021

PREVIOUS ARTICLE

ซาลาเปาไส้ถั่วแดง หอมพูนุ่มได้คุณค่าจากถั่ว



ยอดนิยม



August 16, 2021



August 15, 2021



August 13, 2021



August 13, 2021



November 12, 2017



CATEGORIES
Select Category

ติดต่อเรา
Facebook: RosalynTH
Facebook Message: ส่งข้อความหาเรา

🏠 Back to Home