

“ตำราสัตว์ไทย”

อร่อยไกลถึงเมืองนอก



พิมพ์มาตา

ตำราผัดไทย

อร่อยไกลถึงเมืองนอก



Copyright By Pimmada © 2016. All Rights Reserved.

คำนำ

หนังสือ **ตำราผัดไทย อร่อยไกลถึงเมืองนอก** เล่มนี้ได้รวบรวมตำราผัดไทย อาทิ ผัดไทยโบราณ ผัดไทยกุ้งสด ผัดไทยวุ้นเส้น ผัดไทยไชยา ผัดซีอิ๊ว และเคล็ดลับในการเลือกซื้อวัตถุดิบ เช่น เส้นก๋วยเตี๋ยว และ การทำหมูหมัก เอาไว้ภายในเล่ม

ทั้งนี้ ได้รวบรวมสูตรในการปรุงผัดไทยชนิดต่าง ๆ ตลอดจนเคล็ดลับต่าง ๆ ในการทำเอาไว้อย่างครอบคลุมและค่อนข้างเป็นเมนูจานเส้นสุดฮิตที่นิยมทำขายในท้องตลาดทั่วไป

ดังนั้น จึงเหมาะอย่างยิ่งที่จะใช้อ่านเป็นไอดีเดียวในการเริ่มต้นขายผัดไทยในหลาย ๆ สไตล์ เพื่อเป็นอาชีพหรือจะใช้เป็นไอดีเดียวในการทำอาหารจานเส้นรับประทานเองในครอบครัวก็ได้เช่นกัน

พิมมาดา

สารบัญ

	หน้า
ผัดไทยอาหารโกอินเตอร์	6
ผัดไทยโบราณ	8
ผัดไทยกุ้งสด	10
ผัดไทยชาวใต้ (ผัดไทยไชยา)	12
ผัดด้งแตก	14
ผัดไทยทะเล	16
ผัดไทยวุ้นเส้น	18
ก๋วยเตี๋ยวผัดซีอิ๊ว	20
เส้นหมี่ผัดซีอิ๊ว	21
วุ้นเส้นผัดซีอิ๊ว	23
ของแถมท้ายเล่ม	25
การทำหมูหมัก	26
เส้นก๋วยเตี๋ยว	28

สารบัญ

หน้า

สูตรทำพริกดอง

32

การเพาะถั่วงอกในลังถึง

35



ผัดไทยอาหารโกอินเตอร์



หากพูดถึงผัดไทยแล้ว ทุกคนต้องร้องอ้อ....เพราะว่าเป็นเมนูอาหารจานเส้นที่ติดอันดับยอดฮิต อาหารริมฟุตบาทของบ้านเราที่โกอินเตอร์ไปถึงเมืองนอกเมืองนา โดยที่ฝรั่งที่มาบ้านเราจะต้องพูด

กันเป็นเสียงเดียวกันว่า หากมาประเทศไทยแล้ว ไม่ได้กินผัดไทยก็ถือว่ายังไม่ถึงประเทศไทย อย่างแน่นอน

ทั้งนี้ในบ้านเรา มีเมนูผัดไทยยอดนิยมที่เป็นที่รู้จักกันแพร่หลาย เช่น ผัดไทยประตู่ผี ผัดไทยหน้ากองทัพเรือ ผัดไทยท่าเรืออิเฝือก เป็นต้น

ดังนั้น จึงถือได้ว่าเมนูผัดไทย นอกจากจะเป็นอาหารที่คนไทยเราเองนิยมรับประทานกันอย่างแพร่หลายและสามารถหารับประทานได้ง่าย ๆ ทั่วไปในตลาด ยังเป็นเมนูที่ได้รับความนิยมไปถึงเมืองนอกเมืองนาอีกด้วย

ผัดไทยโบราณ

ส่วนผสม

- ก๋วยเตี๋ยวลี้นจันท์ (หรือเส้นเล็ก) 100-150 กรัม
- กุ้งแห้ง 1 ช้อนโต๊ะ
- ถั่วงอก 1/2-1 ถ้วย
- ไข่เป็ดหรือไข่ไก่ 1-2 ฟอง
- น้ำมะขาม 3 ช้อนโต๊ะ
- น้ำตาล 2 ช้อนโต๊ะ
- น้ำปลา 2 ช้อนโต๊ะ
- หอมแดงสับ 1 ช้อนโต๊ะ
- ใบกุยช่ายหั่นยาว 1 นิ้ว 3 ต้น
- หัวไชโป้วหั่นละเอียด 2 ช้อนโต๊ะ
- เต้าหู้ทอดหั่นชิ้นเล็ก ๆ
- กากเจียวหมู 1 ช้อนโต๊ะ
- ถั่วลิสงบด 2 ช้อนโต๊ะ
- พริกป่น 1 ช้อนชา /มะนาว 1 ชีก

วิธีทำ

1. ตั้งกระทะให้ร้อน ใช้ไฟปานกลาง ใส่กุ้งแห้ง หอมแดง เต้าหู้ทอดลงไปผัด
2. ตอกไข่ไก่ลงไปในกระทะ แล้วใช้ตะหลิวเขี่ยให้ไข่แดงแตก เมื่อไข่เริ่มสุก ใส่เส้นก๋วยเตี๋ยว น้ำตาล และ หัวไชโป้ว ผัดจนเส้นเริ่มนุ่ม
3. ปรงรสด้วยน้ำปลา น้ำมะขาม ใส่ถั่วงอก กุยช่ายและพริกป่นลงไป คนให้ส่วนผสมทั้งหมดคลุกเคล้าเข้าด้วยกันจนทั่ว
4. ตักใส่จาน โรยด้วยถั่วลิสงป่น กากเจียวหมูรับประทานร้อน ๆ คู่กับถั่วงอก และใบกุยช่าย ปรงรสเพิ่มเติมด้วยมะนาว

