



เหลือง ตักขึ้นซับน้ำมันและเรียงใส่จาน

ขั้นที่สอง หั่นเห็ดเป็นชิ้นเล็กบาง ผัดเห็ดกับน้ำมันพอสุก เติมน้ำเปล่า ใส่ซีอิ้ว มิริน น้ำตาลทรายเกลือเล็กน้อย ชิมรสตามชอบ ให้เค็ม หวานนิดๆ ก่อนตักขึ้นค่อยๆ ใส่แป้งผสมน้ำจนซอสเหนียว ตักขึ้นราดเต้าหู้ โรยหน้าด้วยต้นหอมซอยยาวเป็นเส้นเล็ก (ที่มา: นิตยสาร Health & Cuisine ฉบับเดือนตุลาคม 2548) ทำไม่ยากและน่าตาออกมาน่ารักประทานด้วยนะคะ



“ก๊วยจวนเส้น” เป็นเมนูสุดท้าย



### “ขนมจีบ” เป็นอีกเมนู ซึ่งเด็กทานได้ผู้ใหญ่ทานดีค่ะ

ส่วนผสม ก็มีเนื้อหมูสับ 250 กรัม เนื้อกุ้งสับ 180 กรัม หัวสับ 100 กรัม เกลือ เครื่องซอสซา ซอสถั่วเหลือง สองช้อนโต๊ะ น้ำมันงา เครื่องซอสซา น้ำตาลทราย หนึ่งช้อนชา แป้งมัน หนึ่งช้อนครึ่ง ส่วนพริกไทยป่น เติมเองนะคะ แผ่นเกี๊ยวสำหรับห่อ ถ้าใส่เบคกิ้งโซดาด้วย หนึ่งใบแปดช้อนชา(นิดหน่อย) หมูจะได้เต่งเต่งๆ (วิธีนี้เป็นสูตรเฉพาะของทีมงานเลยนะคะ รับรองถึงความเต่งเต่งจริงๆ ค่ะ) แต่สูตรที่กล่าวมาสามารถเพิ่มลดได้ ตามความพอใจของแต่ละคนนะคะ ซึ่งขึ้นอยู่กับความชอบของแต่ละคนค่ะ ส่วนหัวนั้น ใส่เคียวกรูบรอบตี แต่ให้ใส่พอประมาณนะคะ ถ้าใส่มากเกินไป เคียวจะไม่อร่อยใส่แป้งลงไปผสมด้วยเวลาห่อเกี่ยวกับส่วนผสมจะติดกันดีค่ะ

ส่วนวิธีทำ เมื่อเตรียมเครื่องทุกอย่างไว้แล้ว ก็ผสมทุกอย่าง ขยี้รวมกันได้เลยคะ จากนั้นก็จัดการห่อ ถ้าไม่รู้จะทำการจับยังไง จับขยุ้มๆเอาเลยคะ แป้งก็เยียวถ้าเป็นแผ่นสี่เหลี่ยมก็จัดการขลิบริมสี่ด้านออก จากนั้นวางแผ่นเกี๊ยวลงในมือ ตักส่วนผสมใส่ลงไปสัก ประมาณ ๑ ช้อนกินข้าว คำใหญ่หน่อยแล้วก็ยกปลายแต่ละด้าน ขึ้นมา จับขยุ้มๆ หรือใครจะทำวิธีไหนก็แล้วแต่ความสามารถก็แล้วกันนะคะ

สูตรง่ายๆคะ เตรียมส่วนผสม ดังนี้คะ กุ้งกุลาดำ ประมาณ 2-300 กรัม วุ้นเส้น 120 กรัม แขนงน้ำพอนิ่ม รากผักชี 3 ราก กระเทียม กลีบใหญ่บุบพอแตก 4-5 กลีบ ซิงฝานเป็นแว่น 3 แว่น พริกไทยโขลก หยาบๆ หนึ่งช้อนชา น้ำตาลทราย หนึ่งช้อนชา ใบขึ้นฉ่าย หนึ่งกำมือ (ถ้าไม่มีใช้ใบเซราลีแทนได้) น้ำซุปลูกไก่ หนึ่งถ้วย เบคอนสไลด์ 2 แผ่น หั่นเป็นชิ้นๆ น้ำมันหอย สองช้อนโต๊ะ ซีอิ้วขาว หนึ่งช้อนโต๊ะ และซีอิ้วดำ สองช้อนชาส่วนขั้นตอนการทำ ก็ทำได้ไม่ยาก ตามขั้นตอนเลยคะ

ขั้นตอนแรกล้างทำความสะอาดกุ้ง จะแกะเปลือกกุ้งหรือไม่ แกะ จะคงหัวคงหางไว้ก็แล้วแต่ใจชอบนะคะ หลังจากนั้นนำวุ้นเส้น แขนงน้ำไว้ ให้พอนิ่มนะคะ ซ้อแนะนำอย่าแช่นาน เดียวเส้นขาด ไม่อร่อย ด้วยคะ จากนั้นนำหม้อดินสะอาดๆมา ใส่เบคอนลงไป ใส่เครื่องปรุง ทั้งหลายลงไปอันได้แก่ กระเทียม พริกไทย น้ำมันหอย ซีอิ้วขาว ซีอิ้วดำ พริกไทย น้ำตาลทราย ซิง วางวุ้นเส้นทับลงไปบนเครื่องปรุง ในหม้อดิน เติมน้ำซุปลงไป แล้วจึงเรียงกุ้งทับลงบนวุ้นเส้นอีกชั้นหนึ่ง จากนั้นเปิดฝา ยกขึ้นตั้งบนเตา เปิดไฟปานกลางค่อนข้างแรง พอน้ำซุปล เริ่มเดือดค่อยลดไฟลงเล็กน้อย เดียวกันใหม่คะ อบไปประมาณ ๘-๑๐ นาที ก่อนจะปิดไฟในเตา ค่อยใส่ผักขึ้นฉ่าย หรือใบเซราลีลงไปพอสุก ก็ยกลงจากเตา เตรียมเสิร์ฟ วางเรียงทุกอย่างลงไป

เห็นไม่ว่าในในยุคเศรษฐกิจแบบปัจจุบันนี้ เราสามารถส่งความสุขให้คนในครอบครัวเราได้โดยการทำอาหารให้คนที่เรารักกับรับประทาน ประหยัดทั้งเงิน ทั้งเสริมความสัมพันธ์กันในครอบครัวด้วย สุดท้ายฉบับนี้ทีมงานต้องขอลาไปก่อน และขออวยพรให้ชาวอมตะทุกท่านมีความสุขตลอดปีและตลอดไปนะคะ...แล้วพบกันฉบับหน้าคะ

- @AMATA -

**กาแฟ ตอยข้าว**

COFFEE  
DOI CHAANG

World Class  
Speciality Coffee  
Single Organic

**SPECIALITY COFFEE**

กาแฟตอยข้าว...กาแฟพิเศษจาวไทย

จาวเม็จวไทย...

ดื่มกาแฟพิเศษจาวคนไทยแล้ววันไร้จิว...