

## กระท้อนแช่อิ่ม

เงินลงทุน	ทุนอุปกรณ์ประมาณ 2,000 บาท ทุนวัตถุดิบขึ้นอยู่กับปริมาณในการซื้อและราคาสินค้าในท้องตลาด					
รายได้	20 บาท /1 ถูง					
วัสดุ /อุปกรณ์	เตา หม้อ กะละมังหรือหม้อเคลือบ ตะแกรง มีด ผ้าขาวบาง ถูงพลาสติก หนัวยาง (ยางวง) ถูงใส่ของ					
ส่วนผสม	กระท้อน	1	กิโลกรัม	น้ำตาลทราย	5	ถ้วยตวง
	เกลือป่น	½	ถ้วย	น้ำ	4	ถ้วยตวง
วิธีทำ	<ol style="list-style-type: none"><li>นำกระท้อนมาปอกเปลือกออก ผสมน้ำกับเกลือลงในหม้อตั้งไฟพอเกลือละลาย ยกหม้อลง ใส่กระท้อนลงไปคองในน้ำเกลือ จากนั้นบีบน้ำฝาดออกจากเนื้อกระท้อนทิ้ง (ผ้าและแคเมล็ดทิ้ง)</li><li>นำกระท้อนมาล้างเปลี่ยนน้ำคองใหม่ จากนั้นใช้มีดกรีดที่พูกระท้อน ค่อย ๆ บีบน้ำเปรี้ยวฝาดทิ้ง นำมาล้างให้สะอาด</li><li>ใส่น้ำและน้ำตาลลงในหม้อตั้งไฟ ใช้ไม้พายคนพอน้ำเชื่อมข้นใส่กระท้อนลงไป เชื่อมพอสุกเล็กน้อย ยกลง</li><li>ชิมน้ำเชื่อมดูถ้ามีรสฝาด ให้เติมน้ำตาลใหม่แล้วเติมเกลือเล็กน้อย ยกทิ้งไว้ให้เย็น จากนั้นนำกระท้อนลงไปแช่จนกระท้อนอืดตัว ตักกระท้อนขึ้นไปผึ่งแดด เมื่อได้ที่แล้วนำไปเชื่อมในน้ำเชื่อมค่อนข้างข้นอีกครั้ง</li></ol>					
ตลาด /สถานที่จำหน่าย	ตลาดทั่วไป สำนักงาน หน้าโรงเรียน					
ข้อแนะนำ	<ol style="list-style-type: none"><li>ถ้าแยกทำแต่เนื้อกระท้อนจะสะดวกกว่าทำทั้งผล โดยกรีดผ่าเอาเมล็ดออกแล้วบีบน้ำฝาดออกตามพู</li><li>การเชื่อมและการตาก ควรผ่ากลางลูกเป็น 2 ผ่า เมื่อแช่อิ่มได้ที่แล้วให้นำมาประกบกัน หรือกรีดผ่าตามซั้วให้มีความหนาพอประมาณ เมื่อเชื่อมแล้วตากได้ที่แล้วนำมาจัดวางให้สวยงาม</li></ol>					
ที่มา :	หนังสืออาหารแช่อิ่ม ดองและการถนอมอาหาร ISBN : 974 - 7159 - 06 - 6					
รวบรวมโดย :	กองส่งเสริมการมีงานทำ กรมการจัดหางาน โทร. 0 2354 0088					