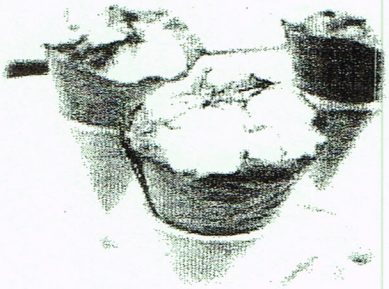
ห่อหมกปลา

เครื่องปรุง + ส่วนผสม



1. เนื้อปลา 300 กรัม (หั่นเป็นชิ้นบางๆ)
2. ใบกะหล่ำปลี 5 ใบ (หั่นเป็นชิ้นเล็กๆ)
3. แป้งข้าวเจ้า 1 ช้อนโต๊ะ
4. ใบผักชี 10 ใบ
5. พริกชี้ฟ้า 2 เม็ด (ซอยเป็นเส้นบางๆ)
6. ใบมะกรูดซอยละเอียด 4 ใบ
7. น้ำพริกแกงเผ็ด 2 ช้อนโต๊ะ
8. กะทิ 1 กระป๋อง
9. ไข่ไก่ 2 ฟอง
10. น้ำปลา 1 ช้อนชา
11. น้ำตาล 2 ช้อนชา

วิธีทำทีละขั้นตอน

1. เทกะทิประมาณ 1 ถ้วยตวงลงในชามใบใหญ่ (แยกกะทิ 1/4 ถ้วยตวงไว้ราดหน้าห่อหมก) ใส่น้ำพริกแกงเผ็ดลงไปและคนจนกะทิกับเครื่องแกงผสมกันดี

2. ใส่เนื้อปลาลงในส่วนผสม คนจนกระทั่งเนื้อปลาผสมกันดีกับกะทิและเครื่องแกง เติมไข่ไก่, น้ำปลา และน้ำตาล คนให้ส่วนผสมทั้งหมดเข้ากัน

3. นำใบกะหล่ำปลีที่ซอยไว้แล้วไปลวกในน้ำร้อนประมาณ 3 นาที จากนั้นให้นำไปล้างด้วยน้ำเย็น

4. บีบกะหล่ำให้น้ำออกให้หมด จากนั้นจึงนำไปใส่รองพื้นในถ้วยใบตอง (หรือถ้วยแก้วใบเล็กๆ) เสร็จแล้วตักเครื่องแกงที่ผสมดีแล้วจนเกือบเต็มถ้วย นำไปนึ่งประมาณ 30 นาที

5. นำแป้งข้าวเจ้าไปผสมกับกะทิที่แยกไว้แต่งหน้า คนจนเข้ากันดีแล้วนำไปใส่ไมโครเวฟ อุ่นด้วยไฟอ่อนประมาณ 1 นาที

6. หลังจากห่อหมกนึ่งเสร็จ แต่งหน้าด้วยกะทิที่เตรียมไว้ และโรยหน้าด้วย ผักชี, ใบมะกรูดและพริกซอย นึ่งต่อไปอีก 3 นาที จึงนำไปจัดใส่จานและเสิร์ฟพร้อมข้าวสวยร้อนๆ