

ปั้นสิบ ปั้นสิบ (กระทรีปีบ)

ส่วนผสม

1. แป้งสาลี 1/2 ถ้วยตวง
2. แป้งข้าวเจ้า 1/2 ถ้วยตวง
3. น้ำมันพืช 1/4 ถ้วยตวง
4. ไข่ไก่ตีเข้ากัน 2 ถ้วยตวง
5. น้ำปูนใส 1/4 ช้อนโต๊ะ
6. เนื้อไก่สับละเอียด 1 ถ้วยตวง
7. รากผักชีหั่นละเอียด 2 ช้อนโต๊ะ
8. กระเทียมปอกเปลือกสับละเอียด 1 ช้อนโต๊ะ
9. พริกไทยป่น 1 ช้อนชา
10. น้ำตาลปีบ 3 ช้อนโต๊ะ
11. น้ำปลา 2 ช้อนโต๊ะ
12. หัวหอมใหญ่ปอกเปลือก 1/2 ถ้วยตวง
13. ถั่วลิสงคั่วป่น 1/2 ถ้วยตวง



วิธีทำ

1. ร่อนแป้งสาลี กับแป้งข้าวเจ้ารวมกัน ใส่ไข่ไก่ น้ำมันพืชเคล้าให้เข้ากัน ค่อยๆกัน ใส่น้ำปูนใสจนวดจนแป้งนุ่ม คลุมด้วยผ้าขาวบางไว้
2. โขลก รากผักชีกระเทียม พริกไทย ให้เข้ากัน ผัดกับน้ำมันหอม ใส่หัวหอมใหญ่ ใส่ไก่สับให้สุก ใส่น้ำตาลปีบ น้ำปลา ผัดให้เหนียวใส่ถั่วลิสง คลุกให้เข้ากันตั้งขึ้น
3. ปั้นแป้งเป็นก้อนเล็ก เส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 1 นิ้ว คลึงให้กลมแล้วใส่ไส้(ข้อ 2)ลงตรงกลาง
4. พับครึ่งจับจีบริม แป้งเหมือนกระทรีปีบทำงานหมดแป้งคลุมด้วยผ้าขาวบาง
5. เทน้ำมันใส่กระทะ ตั้งไฟให้ร้อน ใช้ไฟอ่อน ทอดจนนมนสุกเหลืองตั้งขึ้นให้สะเด็ดน้ำมัน

จัดทำโดย...

ศูนย์ข้อมูลอาชีพ

กองส่งเสริมการมีงานทำ กรมการจัดหางาน กระทรวงแรงงาน

Tel/Fax : 0 2354 0088 / www.vgnew-epd.com

