แกงเทโพหมูสามชั้น

วัตถุดิบ

- 300 กรัม หมูสามชั้น
- 1.5 ชิ้น ใบมะกรูดซอยตามชอบ
- 300 กรัม ผักบุ้ง (เด็ด)
- 70 กรัม พริกแกงเผ็ด
- 3 ชิ้น ใบมะกรูด
- 750 กรัม กะทิหาง
- 250 กรัม กะทิหัว
- 4 ช้อนโต๊ะ ซอสปรุงอาหารแม็กกี้ สูตรผัดกลมกล่อม
- 2 ช้อนโต๊ะ น้ำมะขาม
- 0.5 ช้อนโต๊ะ น้ำตาลมะพร้าว

วิธีทำ

1. เมื่อน้ำแกงเดือดอีกครั้ง ใส่ผักบุ้งลงไป รอน้ำแกงเดือดใส่ลูกมะกรูด ใบมะกรูดฉีก เป็นอันเสร็จพร้อมเสิร์ฟเมนูแกงเทโพ
2. นำหมูสามชั้นลงผัดจนเนื้อหมูสุก แล้วเติมหางกะทิลงไป รอจนเดือด
3. ตั้งกระทะ ใช้ไฟกลาง ค่อยๆ เติมหัวกะทิลงไปทีละน้อย ผัดจนแตกมัน นำพริกแกงเผ็ดใส่ลง ผัดพริกแกงต่อจนหอม
4. เมื่อน้ำแกงเดือด ปรุงรสด้วยน้ำตาลมะพร้าว น้ำมะขามเปียก ซอสปรุงอาหารแม็กกี้ สูตรผัดกลมกล่อม ต้มจนเครื่องปรุงทุกอย่างเข้ากันดี

ข้อมูลทางโภชนาการ

45 นาที

4 ที่