



แกงใบมะรุมถั่วเขียว



ส่วนประกอบ

ใบมะรุม

ถั่วเขียว

ปลาทุทอด

กะทิ

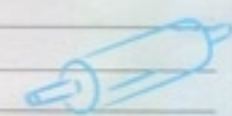
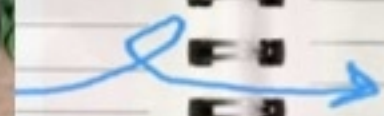
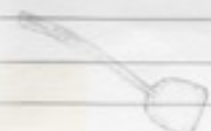
พริกชี้ฟ้าแห้ง

กะปิ

หอมแดง

กระชาย

น้ำปลา





แกงใบมะรุมน้ำเขียว



ขั้นตอนการทำ

ตั้งหม้อใช้ไฟอ่อนแล้วใส่กะทิลงไป
ระหว่างรอกะทิเดือด ตำเครื่องพริกแกง
โดยเริ่มจากพริกชี้ฟ้าแห้ง กระชาย หอมแดงและกะปิ
ตำจนละเอียดนำไปใส่ในหม้อที่ตั้งกะทิเอาไว้
ใส่ถั่วเขียวดิบที่คั่วแล้วลงไป ปรงรสด้วยน้ำปลา
จากนั้นใส่เนื้อปลาทูทอดลงไป
ตามด้วยใบมะรุมน้ำเขียวที่รูดและนำไปลวกแล้ว
รอจนเดือด เท่านั้นก็พร้อมเสิร์ฟแล้วครับ

