

ภาคผนวก ข

ตำรับพัฒนาชาลาเปา ปาท่องโก๋ และโรตีสี

ชาลาเปาเสริมกากมะพร้าว

ส่วนผสม

แป้งสาลีอเนกประสงค์ (บัวแดง)	375	กรัม
น้ำตาลทราย	90	กรัม
น้ำ	190	กรัม
เนยขาว	40	กรัม
ผงฟู	2 1/4	ช้อนชา
ยีสต์	2 1/4	ช้อนชา
เกลือป่น	1/4 + 1/8	ช้อนชา
เอสพี	25	กรัม
กากมะพร้าว	18.75	กรัม

วิธีทำ

1. ละลายน้ำตาลและเกลือในน้ำ คนให้ละลายหมด
2. ผสมแป้ง ผงฟู ยีสต์ และกากมะพร้าวเข้าด้วยกัน
3. เติมส่วนผสมของเหลวลงในแป้ง ตามด้วยเอสพี และเนยขาว นวดจนแป้งเนียน ตัดแบ่งแป้งตามต้องการ ใส่วัสดุให้ขึ้น 45 – 60 นาที นำไปนึ่งในน้ำเดือดนาน 7 – 10 นาที

ใส่ชาลาเปาหมูสับ

ส่วนผสม

เนื้อหมูสันนอกบด	600	กรัม
มันหมูแข็งบด	200	กรัม
กากมะพร้าว	300	กรัม
กระเทียม	30	กรัม
เกลือป่น	8	กรัม
พริกไทยป่น	5	กรัม
น้ำตาลทราย	60	กรัม
ซอสปรุงรส	60	กรัม
น้ำมันงา	10	กรัม
ซอสหอยนางรม	30	กรัม
แป้งมันสำปะหลัง	20	กรัม

วิธีทำ

1. กากมะพร้าวน้ำหนัก 300 กรัม แช่ว้่น้ำน้ำหนัก 1,000 กรัม นาน 15 นาที บีบให้สะเด็ดน้ำ ชั่งน้ำหนัก 300 กรัม
2. ผสมส่วนผสมทั้งหมดให้เข้ากัน นวดจนเหนียว นำไปแช่ตู้เย็นให้อยู่ตัว

ปาต่องโก๋กรอบเสริมกากมะพร้าว

ส่วนผสม

แป้งสาลีอเนกประสงค์ (ว่าว)	390	กรัม
น้ำตาลทราย	20	กรัม
เกลือป่น	5	กรัม
น้ำ	280	กรัม
น้ำมันพืช	20	กรัม
ยีสต์ผง	2 1/4	ช้อนชา
ผงฟู	3/4	ช้อนชา
แอมโมเนียคาร์บอเนต	3/4	ช้อนชา
กากมะพร้าว	58.50	กรัม

วิธีทำ

1. ร่อนแป้งกับผงฟูเข้าด้วยกัน 2 ครั้ง ใส่ยีสต์ และกากมะพร้าวคนให้เข้ากัน
2. ผสมแอมโมเนีย น้ำตาล เกลือ น้ำ และน้ำมันให้เข้ากัน เทลงในแป้งข้อที่ 1 นวดจนแป้งเนียน
3. เอาผ้าขาวบางชุบน้ำบิดหมาดคลุมแป้งไว้ 3 – 4 ชั่วโมง แป้งจะขึ้น
4. ไล่อากาศในก้อนแป้ง แบ่งออกมาทีละน้อย โรยนวล คลึงแป้งให้เป็นเส้นกลมยาวหนาประมาณ 1/8 นิ้ว ตัดเป็นท่อน ๆ ละ 1/2 นิ้ว กว้าง 1/2 นิ้ว
5. ทอดในน้ำมันร้อนจัด ไฟค่อนข้างแรง พอตัวปาต่องโก๋ลอยให้หรีไฟลงหน่อย ทอดจนเหลืองกรอบ

โรตีสเอริมกากมะพร้าว

ส่วนผสม

แป้งสาลีอเนกประสงค์ (ว่าว)	500	กรัม
น้ำ	187.50	กรัม
เกลือป่น	2	กรัม
น้ำตาลทราย	15	กรัม
ไข่ไก่	30	กรัม
นมสด	15	กรัม
กากมะพร้าว	75	กรัม
นมข้นหวาน และน้ำตาลทราย		

วิธีทำ

1. ผสมไข่ไก่ นมสด น้ำตาลทราย เกลือป่น ให้เข้ากัน
2. ผสมแป้ง และกากมะพร้าวให้เข้ากัน เทส่วนผสมข้อที่ 1 ลงในแป้งที่ละน้อย นวดแป้งจนเข้ากัน ใช้นิ้วจิ้มดูแป้งยุบลงแล้วกลับเหมือนเดิมเป็นอันใช้ได้ คลุมผ้าทิ้งไว้ 30 นาที
3. แบ่งแป้งเป็นก้อนเล็ก ๆ ขนาดเท่าผลมะนาวขนาดใหญ่ ทาน้ำมันพืชที่มือมาก ๆ และทาที่แป้งให้ทั่วทุกก้อน เอาผ้าคลุมอีก 30 นาที จึงเอามาตีเป็นแผ่นบาง ๆ กลม ๆ ทอดในกระทะที่มีน้ำมันเล็กน้อยพอกรอบแล้วโรยน้ำตาลทราย และนมข้นหวาน