

ไส้กรอกปลา



ไส้กรอกปลา มีลักษณะและรสชาติคล้ายกับไส้กรอกหมู ใช้เนื้อปลาแทนเนื้อหมู แต่ควรผสมปลาที่มีเนื้อเหนียวเป็นหลักประมาณครึ่งต่อครึ่ง

วัตถุดิบ ปลาเนื้อขาวหรือเนื้อแดงก็ได้ เช่น ปลาดาบขาว ปลาอินทรี ปลาหางเหลือง ปลาทูแดง ปลาโอ ปลาลิ้นหมา หรือปลาน้ำจืด เช่น ปลาเยี่ยง ปลาฉลาม ปลาฉลาม ปลาทราย ปลาตุ๊ก

ส่วนผสม		
เนื้อปลาสด	1	กิโลกรัม
เกลือป่น	30	กรัม
น้ำตาล	10	กรัม
ไข่ขาวผง / ไข่ขาวสด	14/30	กรัม
แป้งมัน	45	กรัม
น้ำมันพืช	100	กรัม
กระเทียมสับละเอียด	20	กรัม
พริกไทย	6	กรัม
น้ำแข็ง	400	กรัม
หอมใหญ่สับละเอียด	30	กรัม

หมายเหตุ ไส้ที่ใช้บรรจุ ใช้ไส้หมูหรือไส้คอกลาเจนซึ่งสามารถบริโภคได้หรือใส่พลาสติก

วิธีทำ

1. แล่ปลาเอาแต่เนื้อ บดหรือสับเนื้อปลาให้ละเอียดด้วยเครื่องบดหรือเครื่องตัดสับ
2. นวดเนื้อปลาบดกับเกลือประมาณ 15 นาที เติมส่วนผสม นวดต่อประมาณ 20 นาที ใส่น้ำมันพืช นวดต่อประมาณ 3 นาที
3. นำปลาที่นวดได้ที่แล้วใส่เครื่องอัดไส้กรอกและอัดไส้ได้ (ผูกเป็นท่อน ตามความยาวที่ต้องการ)
4. นำไปต้มที่อุณหภูมิ 40 องศาเซลเซียส ประมาณ 20-30 นาที
5. จากนั้นนำไปต้มที่อุณหภูมิ 90 องศาเซลเซียส อีกประมาณ 20-30 นาที
6. นำไส้กรอกที่ต้มแล้วแช่ลงในน้ำเย็น ให้หายร้อน

การบรรจุและเก็บรักษา บรรจุใส่ถุงพลาสติกเก็บรักษาไว้ที่อุณหภูมิตู้เย็น

วิธีรับประทาน รับประทานได้ทันที หรือนำมาทอด หรือยำ