



สวัสดีปีใหม่ค่ะท่านผู้อ่านที่รัก คอลัมน์เมนูเด็ดประมงในฉบับนี้ เราขอนำเสนอเมนู “ปลานึ่งไขเค็ม” เป็นเมนูส่งท้ายปีเก่าที่เอาใจสายรักสุขภาพ ด้วยเมนูปลาย่อยง่ายเหมาะสำหรับทุกคนในครอบครัว เพื่อต้อนรับปีใหม่อีกกันค่ะ แค่อินช็อกก็น่าสนใจแล้วใช่ไหมคะ เราไปดูวัตถุดิบ และลองไปทำกันดีกว่าค่ะ

### วัตถุดิบ

1. ปลาทับทิมหันหวาน 450 กรัม
2. ไข่เค็มหั่นชิ้น 1 ฟอง
3. หอมหัวใหญ่หั่นชิ้น 100 กรัม
4. ต้นหอมหั่นแฉลบ 2 ซ่อนโต๊ะ
5. พริกชี้ฟ้าสีแดงซอยเส้น 1 ซ่อนโต๊ะ
6. ซอสเห็ดหอม 2 ซ่อนโต๊ะ
7. ซีอิ้วขาว 1 ซ่อนชา
8. ซอสปรุงรส 1 ซ่อนชา
9. น้ำตาลทราย 1 1/2 ซ่อนชา
10. ขึ้นฉ่ายหั่นท่อน 1/4 ถ้วยตวง

### วิธีทำ

1. ผสมซอสเห็ดหอม ซีอิ้วขาว ซอสปรุงรส น้ำตาลทราย คนให้น้ำตาลทรายละลาย
2. วางปลาทับทิม ไข่เค็ม หอมหัวใหญ่ ลงบนภาชนะเรียบร้อย นำขึ้นนึ่งประมาณ 10 นาที เปิดฝา โรยต้นหอม ขึ้นฉ่าย พริกชี้ฟ้า ปิดฝานึ่งอีกสักครู่ ยกลง จัดเสิร์ฟ



นทีชา วิชัยดิษฐ์

ขอขอบคุณ : สูตรอาหารและภาพประกอบสวย ๆ จาก <https://www.maeban.co.th>