

# ต้มยำทะเล(เจ)

www.goldenmountainsauce.com



## ส่วนประกอบ (ต้มยำทะเล(เจ))

กุ้งเจ	100	กรัม	ปลาหมึกเจ	100	กรัม
ตะไคร้เป็นท่อนๆ	20	กรัม	ข้าวโพดอ่อนหั่นเป็นแว่น	50	กรัม
น้ำมันถั่วเหลือง	3	ช้อนโต๊ะ	เต้าหู้แข็งสี่เหลี่ยมสับละเอียด	1/2	ถ้วยตวง
พริกชี้หนูบุบ		ใส่ตามชอบ	เห็ดหอมสดหั่นชิ้นเล็ก	5	ดอก
ใบมะกรูดฉีก	2	กรัม	ข้าวโพดอ่อนหั่นเป็นแว่น	1/2	ถ้วยตวง
ผักชี	3	กรัม	น้ำสะอาด(สำหรับปรุงน้ำราด)	400	ml
เห็ดนางฟ้า	80	กรัม	พริกไทยขาวป่น	1/2	ช้อนชา
เห็ดฟาง	80	กรัม	เห็ดชิเมะจิขาว	80	กรัม
น้ำพริกเผา เจ	2	ช้อนโต๊ะ	น้ำมะนาว	2	ช้อนโต๊ะ
ซอสปรุงรสฝาน้ำตาล ตราภูเขาทอง	5	ช้อนโต๊ะ	น้ำปลา	3	ถ้วยตวง
นมถั่วเหลือง	1	ถ้วย			

## วิธีทำ

- ต้มน้ำให้ ใส่เครื่องต้มยำต่างๆ, ลงไปต้มจนได้กลิ่นหอมสมุนไพร ตามด้วยกุ้งเจและปลาหมึกเจ รอให้กุ้งเจและปลาหมึกเจที่ใส่ลงไปสุก
- ใส่น้ำพริกเผาเจลงไปคนให้ละลาย ตามด้วยนมถั่วเหลือง พริกชี้หนู ซอสปรุงรสฝาน้ำตาลตราภูเขาทอง และน้ำมะนาว คนให้เข้ากัน
- ใส่เห็ดชนิดต่างๆลงไป ตามด้วยใบมะกรูด ผักชี ต้มจนเห็ดสุกดี ปิดไฟตักใส่ชาม

## Tips.

- เมนูนี้เป็นเมนูเพื่อสุขภาพ โดยมีรสชาติจัดจ้านและมีความอร่อยกลมกล่อมในตัว โดยเมนูใช้ซอสปรุงรสฝาน้ำตาลตราภูเขาทอง

ข้อมูลเมนูอาหารทำเองได้ง่ายๆกับ ผลิตภัณฑ์ **ตราภูเขาทอง** สามารถหาข้อมูลและเมนูอาหารอื่นๆเพิ่มเติมได้จากเว็บไซต์

