

ข้าวผัดเจ

www.goldenmountainsauce.com



ส่วนประกอบ (สำหรับ 2 ที่)

ข้าวสวย	2	ถวย	ถั่วฝักยาว ตมสุกหั่นชิ้นเล็ก	1/4	ถวย
โปรตีนเกษตร ที่แช่น้ำแล้ว	1/4	ถวย	เมล็ดแตงกวา	1/2	ถวย
เมล็ดถั่วลิสงเตาต้ม	1/4	ถวย	แครอท หั่นเต๋า	1/4	ถวย
ถั่วลิสงต้ม	1/4	ถวย	ซอสปรุงรสอาหาร ตราภูเขาทอง	3	ช้อนโต๊ะ
เห็ดหอม แขน่า หั่นยาว	1/4	ถวย	น้ำมันรำข้าว ตราภูเขาทอง	4	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลทราย	1	ช้อนชา			

วิธีทำ

- ตั้งกระทะใส่น้ำมันรำข้าว ตราภูเขาทอง พอร้อนใส่ข้าวสวย โปรตีนเกษตร เมล็ดถั่วลิสงเตาต้ม ถั่วลิสงต้ม เห็ดหอม เมล็ดแตงกวา ถั่วฝักยาว และแครอทหั่นเต๋า ลงผัดให้เข้ากัน
- ปรุงรสด้วย ซอสปรุงรสอาหาร ตราภูเขาทอง และน้ำตาลทราย ผัดให้เข้ากันอีกครั้ง
- ยกลง ตักใส่จานจัดเสิร์ฟ

ข้อมูลเมนูอาหารทำเองได้ง่ายๆกับ ผลิตภัณฑ์ ตราภูเขาทอง สามารถหาข้อมูลและเมนูอาหารอื่นๆเพิ่มเติมได้จากเว็บไซต์ www.goldenmountainsauce.com