

# ขอสอนเนกประสงค์ ขอสกะเพราะ ขอสสามรส เพื่อทำอาหารตามสั่ง สูตรลับฉบับมืออาชีพ

# ซอสเนกประสงค์ ซอสกะเพรา ซอสสามรส เพื่อทำอาหารตามสั่ง สูตรลับฉบับมืออาชีพ

## กะเพราไก่สับ ไข่ดาวราดข้าว

เนื้อน่องไก่สับ	100	กรัม
พริกจินดาสับ	5	กรัม
กระเทียมสับ	10	กรัม
พริกขี้หนูแห้งป่น	3	กรัม
ใบกะเพรา	20	กรัม
ใบมะกรูด	1	ใบ
ซอสพืตกะเพรา	1/2	กระบอก
น้ำเปล่าหรือน้ำซุปล	60	กรัม
น้ำมันถั่วเหลือง ตราทับทิม	30	มิลลิลิตร
ข้าวสวย	200	กรัม
ไข่ไก่	1	ฟอง
น้ำมันถั่วเหลือง ตราทับทิม	(สำหรับไข่ดาว)	

### วิธีทำ

- ตั้งกระทะให้ร้อน ใส่น้ำมันลงไป ผัดพริกกระเทียมให้หอม แล้วจึงใส่เนื้อไก่ลงไปผัดพอสุก
- เติมน้ำซุปลลงไปปรุงรสด้วยซอสพืตกะเพรา ตามชอบ
- ใส่พริกป่น ใบมะกรูด และใบกะเพราลงไป ผัดให้เข้ากัน
- ตักใส่จานราดข้าว วางไข่ดาวด้านบน เสิร์ฟได้ทันที



## ซอสพืตกะเพรา

ซอสหอยนางรม ตราเด็กสมบูรณ์	450	กรัม
น้ำปลาแท้ ตราเด็กสมบูรณ์	225	กรัม
ซอสปรุงรส ตราเด็กสมบูรณ์	120	กรัม
ซีอิ๊วขาว ตราเด็กสมบูรณ์	150	กรัม
น้ำตาลทราย	180	กรัม
พริกไทยป่น	1	ช้อนชา
น้ำมันถั่วเหลือง ตราทับทิม	100	มิลลิลิตร
กระเทียมไทยสับละเอียด	70	กรัม
พริกจินดาแดง	50	กรัม
พริกขี้หนูแห้งป่น	2	ช้อนชา
ใบกะเพราทอดกรอบ	30	กรัม
น้ำเปล่า	200	กรัม
น้ำมันปาล์ม ตราทับทิม (สำหรับทอดใบกะเพรา)		

### วิธีทำ

- โขลกพริกขี้หนูแห้ง พริกจินดา กระเทียม รวมกันให้ละเอียด
- ใส่น้ำมันลงในกระทะ ตามด้วยส่วนผสมที่โขลกในข้อแรก ผัดจนมีกลิ่นหอม
- ใส่เครื่องปรุงลงในกระทะ คนจนน้ำตาลละลาย ใส่ใบกะเพราทอดกรอบ ปิดไฟพักไว้ให้เย็น เก็บใส่ภาชนะที่มีฝาปิด

\* ข้อมูลนี้ใช้สำหรับการศึกษา ห้ามนำไปทำซ้ำ ดัดแปลงหรือจำหน่ายโดยไม่ได้รับอนุญาต

# ซอสเนกประสงค์ ซอสกะเพรา ซอสสามรส เพื่อทำอาหารตามสั่ง สูตรลับฉบับมืออาชีพ

## ซอสพุดเนกประสงค์

ซอสหอยนางรม ตราเด็กสมบูรณ์	600	กรัม
น้ำปลาแท้ ตราเด็กสมบูรณ์	300	กรัม
ซอสปรุงรส ตราเด็กสมบูรณ์	160	กรัม
ซีอิ๊วขาว ตราเด็กสมบูรณ์	200	กรัม
น้ำตาลทราย	240	กรัม
พริกไทยป่น	20	กรัม

### วิธีทำ

เทส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อ คนให้เข้ากัน  
ยกขึ้นตั้งไฟ คนจนน้ำตาลละลาย ปิดไฟพักไว้  
ให้เย็น เก็บใส่ภาชนะที่มีดซิด

## ข้าวพุดทะเลไข่ดาว

ข้าวสวย	450	กรัม
ไข่ไก่ (สำหรับพุดข้าว)	225	กรัม
กุ้งสด	120	กรัม
ปลาหมึกหั่นตามชอบ	150	กรัม
กระเทียมสับ	180	กรัม
มะเขือเทศหั่น	1	ลูก
คะน้าหั่น	100	กรัม
หอมใหญ่	70	กรัม
ต้นหอมซอย	50	กรัม
ซอสพุดเนกประสงค์	2	ช้อนชา
น้ำมันถั่วเหลือง ตราทับทิม	30	กรัม
ไข่ไก่ (สำหรับไข่ดาว)	200	กรัม
น้ำมันถั่วเหลือง ตราทับทิม (ทอดไข่ดาว)		
พริกไทยป่น (โรยหน้าตามใจชอบ)		
<b>สำหรับตกแต่ง</b>		
แตงกวาหั่น	10	กรัม
มะนาวหั่นเสี้ยว	1	เสี้ยว

### วิธีทำ

- ตั้งกระทะใส่น้ำมันแล้วพุดกระเทียมให้หอม ใส่กุ้งสดและปลาหมึกลงพุดจนเริ่มสุก
- ใส่ไข่ลงไปพุดจนไข่ไก่เริ่มจับตัว ใส่ข้าวสวยลงไป ยีข้าวให้ร่วนแล้วพุดให้เข้ากัน
- ปรุงรสด้วยซอสพุด ใส่มะเขือเทศ คะน้า หอมใหญ่ และพริกไทย พุดให้เข้ากัน
- ตักใส่จาน วางไข่ดาว โรยต้นหอมซอย แตงกวา และมะนาว แล้วจึงจัดเสิร์ฟ



# ซอสเนกประสงค์ ซอสกะเพรา ซอสสามรส เพื่อทำอาหารตามสั่ง สูตรลับฉบับมืออาชีพ



## ซอสสามรส

น้ำตาลมะพร้าว	400	กรัม
น้ำปลาแท้ ตราเด็กสมบูรณ์	160	กรัม
น้ำเปล่า	80	กรัม
น้ำมะขามเปียก	240	กรัม

### วิธีทำ

ใส่ส่วนผสมทั้งหมดลงในหม้อ คนให้เข้ากัน จนน้ำตาลละลาย แล้วยกขึ้นตั้งไฟปานกลาง เคี่ยวให้งวดลงเล็กน้อย

## น้ำปลาพริก

พริกจินดาแดงซอย	20	กรัม
กระเทียมจีนซอยบาง ๆ	10	กรัม
น้ำปลาแท้ ตราเด็กสมบูรณ์	100	กรัม
น้ำมะนาวสด	3	กรัม
น้ำตาลทราย	3	กรัม

### วิธีทำ

นำส่วนผสมเครื่องปรุงทุกอย่างผสมรวมกัน ตามด้วยพริกและกระเทียมซอย

## ยำวุ้นเส้นรวมมิตร

วุ้นเส้น (แช่น้ำ)	80	กรัม
กุ้ง ไซส์ 41-45 ตัว/กก.	2	ตัว
ปลาหมึกหั่น	30	กรัม
หมูสับ	20	กรัม
หอมใหญ่หั่น	30	กรัม
มะเขือเทศหั่น	30	กรัม
พริกจินดา	15	กรัม
กระเทียม	5	กรัม
ซอสสามรส	3	กระบอก
น้ำมะนาวสด	1/2	กระบอก
ต้นหอมหั่น	10	กรัม
ขึ้นฉ่ายหั่น	10	กรัม

### วิธีทำ

- ต้มน้ำให้เดือด นำวุ้นเส้นที่แช่น้ำลงไปลวก พอสุก ตักขึ้นล้างผ่านน้ำอุณหภูมิห้องแล้ว พักไว้ให้สะเด็ดน้ำ จากนั้นนำหมูสับ กุ้ง และ ปลาหมึก ลงไปลวกให้สุก พักไว้
- โขลกกระเทียมและพริกจินดาให้ละเอียด ใส่ลงในอ่างผสม ตามด้วยซอสสามรส และ น้ำมะนาว ผสมให้เข้ากัน
- ใส่หมูสับ กุ้งลวก ปลาหมึกลวก และวุ้นเส้น คลุกเคล้าเบา ๆ ให้เข้ากัน
- ใส่หอมใหญ่ มะเขือเทศ ขึ้นฉ่าย ต้นหอม ผสมรวม ให้เข้ากันอีกครั้ง ตักใส่จาน เสิร์ฟได้ทันที

# เคล็ดลับ

ซอสเนกประสงค์ ซอสกะเพรา ซอสสามรส  
เพื่อทำอาหารตามสั่ง สูตรลับฉบับมืออาชีพ

โดย เชฟโอ้ - อาจารย์ญาณัช มะอาจเลิศ

**1** การนำส่วนผสมไปผ่านความร้อนช่วยให้  
เก็บรักษาซอสไว้ได้นานขึ้น

**2** เริ่มต้นพัดด้วยไฟอ่อนก่อน และใส่กระเทียม  
ตอนน้ำมันยังไม่ร้อน ทำให้อาหารหอม

**3** หลีกเลี่ยงการใช้พิ้วและแกมมะนาว และบีบมะนาว  
ให้สูงจากภาชนะเล็กน้อย เพื่อป้องกันรสขม

**4** หากทำข้าวพัด แนะนำใช้ข้าวเก่าเพื่อไม่ให้  
ข้าวแฉะเกินไป

**5** สามารถดัดแปลงซอสสามรสไปทำน้ำยำ  
ใส่น้ำปลาร้าได้ โดยใช้อัตราส่วน 1 ต่อ 1 คือ  
น้ำยำ 1 ช้อน ต่อ น้ำปลาร้า 1 ช้อน

\* ข้อมูลนี้ใช้สำหรับการศึกษา ห้ามนำไปทำซ้ำ ดัดแปลงหรือจำหน่ายโดยไม่ได้รับอนุญาต