



เรื่อง ก๋วยบวชชี



รายละเอียด

ก๋วยบวชชี เป็นขนมหวานชนิดหนึ่งที่คนทั่วไปรู้จักเป็นอย่างดี ซึ่งเป็นขนมที่ดูเหมือน ธรรมดา แต่มีความเป็นเอกลักษณ์โดยเฉพาะก๋วยน้ำว่า มะพร้าวหรือน้ำกะทิเป็นวัตถุดิบที่คนไทยนำมาใช้ประกอบอาหาร ตั้งแต่สมัยโบราณจนถึงปัจจุบัน หรือจะใช้กล้วยไข่ก็ได้ การทำก๋วยบวชชีในตำรับนี้ผู้เขียนจะใช้กะทิธัญพืชเป็นส่วนประกอบแทนกะทิทั่วไป เพื่อให้เป็นตำรับสุขภาพที่ทุกคนกินได้

ส่วนผสม

1. ก๋วยน้ำว่า 1 หวี...(ที่ซื้อมามี 16 ลูก ถ้าเลือกกล้วยเหลืองมาก ๆ ก๋วยบวชชีที่ได้จะละเคะ แล้วแต่ความชอบนะคะว่าชอบกล้วยแข็งมากน้อยขนาดไหน)

2. น้ำเปล่า 5 ถ้วยตวง

3. หัวกะทิจากถุง 2 + 1/2 ถ้วยตวง

4. น้ำตาลทราย 1 + 3/4 ถ้วยตวง

5. เกลือป่น 2 ช้อนชา



วิธีทำ

1. ปอกเปลือกกล้วย ผ่ากล้วยแต่ละลูกเป็น 4 ชิ้น
2. เอาหัวกะทิใส่หม้อ 1 ถ้วยตวง เติมน้ำเปล่า 5 ถ้วยตวง
3. ยกหม้อตั้งไฟกลาง ๆ ให้พอกะทิเดือด
4. ใส่กล้วยลงไปต้มให้สุก คนเป็นระยะ ใช้วิธีชิมเอาก็ได้ค่ะว่ากล้วยนี้มันขนาดไหนแล้ว
5. กล้วยสุกแล้วใส่น้ำตาลทรายและเกลือ ให้น้ำตาลทรายและเกลือละลายให้หมด ชิมตามชอบ
6. น้ำตาลทรายและเกลือละลายหมดแล้วใส่หัวกะทิที่เหลือ 1 + 1/2 ถ้วยตวง ตั้งไฟพอเดือด ปิดเตาค่ะ ถ้าตั้งนานกะทิจะแตกมันมากเป็นลูก ๆ แล้วแต่ความชอบ

ภาพโดย : http://www.ezythaicooking.com/free_dessert_recipes/banana_in_coconut_milk_th.html

คำสำคัญ : กล้วยบวชชี

ที่มา : http://www.ezythaicooking.com/free_dessert_recipes/banana_in_coconut_milk_th.html

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : กาญจนา จันทร์สิงห์

วันที่ : 2017-03-13

https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page_id=597&code_db=610008&code_type=01