

เรื่อง แกงบวดฟักทอง



รายละเอียด

แกงบวดฟักทอง



แกงบวดฟักทอง เป็นขนมไทยพื้นบ้านของชาวไทย ที่ป่งบอกถึงความเป็นไทยเนื่องจากชาวบ้านส่วนใหญ่มีอาชีพเกษตรกรรม ปลูกผักผลไม้ ไร่รับประทานเอง จึงนำอาหารที่มีอยู่ในท้องถิ่นมาทำขนมรับประทานเองภายใน

ครอบครัว หรือนำไปทำบุญที่วัด และใช้รับรองแขก ปัจจุบันหลายครอบครัวเริ่มเลิกทำห่างหายไปเนื่องจากเห็นว่า มีขั้นตอนที่ยุ่งยาก เสียเวลา และสามารถซื้อหาได้ง่ายตามตลาดทั่ว ๆ แต่ก็ยังคงเหลือเป็นบางครอบครัวที่สานต่อ รักษาสืบทอดการทำขนมแกงบวดฟักทอง คงไว้ให้ลูกหลานได้เรียนรู้ อนุรักษ์สืบสานต่อไป

ส่วนผสม

* ฟักทองหั่นเป็นชิ้นพอดีคำ 2 ถ้วยตวง

* น้ำเปล่า 2 1/2 ถ้วยตวง

* หัวกะทิ 1 ถ้วยตวง

* หางกะทิ 1 ถ้วยตวง

* ใบเตย 2 ใบ

* น้ำตาลทราย 40 กรัม

* น้ำตาลปี๊บ 40 กรัม

* เกลือป่น 1/4 ช้อนชา



วิธีการทำ

1. ทำความสะอาดและหั่นฟักทองเป็นชิ้นพอดีคำ เพื่อความสวยงามไม่ต้องปอกเปลือกออก
2. นำหางกะทิ, ใบเตย, น้ำตาลทรายและน้ำตาลปี๊บใส่ลงไปในหม้อ และนำไปตั้งบนไฟร้อนปานกลางจนเดือด
3. ใส่ฟักทองที่หั่นไว้แล้วลงไป ต้มต่อไปจนฟักทองสุกและนุ่ม (ใช้เวลาประมาณ 10 นาที)

4. ใส่หัวกะทิและเกลือลงไป ต้มต่อจนเดือดอีกครั้งจึงปิดไฟ

5 . ตักใส่ถ้วย สามารถเสิร์ฟทันทีขณะร้อน หรือปล่อยให้เย็นแล้วค่อยเสิร์ฟเป็นอาหารว่างในวันสบายๆ

แหล่งที่มา

http://www.ezythaicooking.com/free_dessert_recipes/Thai_pumpking_in_coconut_milk_th.html

คำสำคัญ : ขนมไทย แกงบวดฟักทอง

ที่มา : ตลาดสดริมปิง

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : นางสาวณัฐกานต์ ทัพทวิ

วันที่ : 2017-03-18

https://arit.kpru.ac.th/ap/local/?nu=pages&page_id=848&code_db=DB0004&code_type=K0010