

# ขนมปังกระเทียมชีส Cheesy Garlic Bread ทำไม่ยาก



## ขนมปังกระเทียมชีส Cheesy Garlic Bread เนื้อเนียนนุ่มทำไม่ยากไอเดียแจ่ม

**ขนมปังกระเทียมชีส (Cheesy Garlic Bread)** แอดฟรานเซสก็จะมาชวนทำเมนูของว่าง นั่นคือขนมปังกระเทียมชีส เนื้อขนมปังนุ่ม เข้ากันกับเนยกระเทียม ชีสแน่นๆ อุดใจไม่เคยไหว ก็ชินก็ไม่เคยพอ อร่อยเด็ด รสชาติไม่เป็นสองรองใคร เพื่อนๆสามารถ ทำตามได้ง่ายๆเลยละ ความอร่อยระดับมิชลินสตาร์ แต่ความยากระดับบ้านๆ

ขนมปังกระเทียมที่ดัดแปลง เป็นเนื้อแป้งแบบอินเดีย แทนที่จะทำจากขนมปัง ถอดแบบไม่จำเจ จะกินกับแกงอินเดีย หรือกินเปล่าๆ ก็อร่อยเข้ากัน เพื่อไม่ให้เป็นการเสียเวลา ไปลุยกันเลย มาทำขนมปังกระเทียมชีสกัน แคลคิก็ น้ำลายไหลแล้ว มาละ ดาวนโหลดสูตร มือขวาควงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวทำก้าวเข้าครัวไปกับเมนูขนมปังกระเทียมชีสกันเลยละ

## สูตรขนมปังกระเทียมชีส

สำหรับแบ่งโดว์

แป้งอเนกประสงค์	2	ถ้วย
น้ำตาล	1	ช้อนโต๊ะ
ยีสต์แห้ง	1	ช้อนชา

# สูตรขนมปังกระเทียมชีส

เกลือ	1	ช้อนชา
น้ำเปล่า	2/3	ถ้วย
น้ำมันมะกอก	2	ช้อนโต๊ะ
<b>สำหรับท็อปปิ้ง</b>		
เนย	2	ช้อนโต๊ะ
<b>กระเทียม (4)</b>		
มอสซาเรลล่าชีส	60	กรัม
พาร์เมซานชีส	2	ช้อนโต๊ะ
พาสลีย์	2	ช้อนโต๊ะ

## วิธีทำขนมปังกระเทียมชีส

### – สำหรับแป้งโดว์

1. ในชามใบใหญ่ ใส่แป้ง, น้ำตาล, ยีสต์และเกลือ. เติมน้ำ น้ำมันมะกอก และผสมจนแป้งขึ้น
2. นวดแป้งจนนุ่มเนียน
3. ปล่อยให้ขึ้นเป็นสองเท่าราวหนึ่งชั่วโมง
4. ทำส่วนผสมเนย ในอ่างผสมเนยละลาย, กระเทียมบด, ผักชีฝรั่งสับ
5. บีบแป้งเพื่อให้อากาศถ่ายเท รีดแป้งให้เป็นสี่เหลี่ยมบาง ๆ วางสี่เหลี่ยมบนถาดอบที่ปูด้วยกระดาษซับมัน
6. ปั้นแป้งเป็นเส้นหรือสี่เหลี่ยม ต่อจากนั้นเกลี่ยส่วนผสมเนย โรยมอสซาเรลล่าชีส และพาร์เมซานชีสไว้ด้านบน
7. ปล่อยให้แป้งขึ้นเป็นเวลา 30 นาที
8. เปิดเตาอบที่ 350F (180C)
9. อบ 20-25 นาที
10. พร้อมเสิร์ฟขนมปังกระเทียมชีสแสนอร่อย ทานให้อร่อยนะคะ

ขอขอบคุณข้อมูล – คุณ The cooking foodie จาก [www.youtube.com](http://www.youtube.com)



Find out more about

# APPETIZER

 [ITALIORECIPE.COM](https://www.italiorecipe.com)

## วัตถุดิบขนมปังกระเทียมชีส

### แป้งอเนกประสงค์

แป้งสาลีอเนกประสงค์ เป็นแป้งสามัญประจำครัวที่มีติดทุกบ้าน ทำจากข้าวสาลี มีโปรตีนปานกลาง 10 ถึง 12 เปอร์เซ็นต์ แป้งอเนกประสงค์เหมาะสำหรับขนมอบทุกประเภท เช่น ขนมปัง บิสกิต พิชซ่า คูกิกิ มัฟฟิน ฯลฯ นอกจากนี้ยังใช้ในซอสเกรวี และเป็นตัวทำให้ซอสข้น

### น้ำตาล

น้ำตาลทราย ทำจากอ้อย มีรสหวานแหลม มีทั้งเม็ดละเอียด และเม็ดหยาบ นิยมใช้น้ำตาลทรายขาว เพื่อให้อาหารมีสีสวย ใสไม่ขุ่นมัว โดยสามารถนำมาทำน้ำเชื่อมและใช้ประกอบอาหารได้เช่นกัน

### ยีสต์แห้ง

ยีสต์แห้ง ยีสต์จะถูกเติมลงไป ขนมปังเพื่อให้ขนมปังพองฟู เพราะยีสต์จะกินน้ำตาลที่อยู่ในแป้งและผลิตก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ออกมา ทำให้ขนมปังมีรูปร่างเป็นก้อน ยีสต์ที่ใช้ในการทำขนมปังมีหลายรูปแบบ ทั้งแบบสด และ แบบผงเป็นต้น การใช้ยีสต์ที่ถูกต้องจะต้องทำการปลุกยีสต์เสียก่อน โดยการละลายน้ำในอุณหภูมิประมาณ 38 องศาเซลเซียส การใช้ยีสต์จึงทำได้ยากกว่า แต่ให้ผลดีที่จะให้เนื้อขนมปังและรสชาติดีกว่าการใช้ผงยีสต์ที่ใช้โดยทั่วไป คือ *Saccharomyces cerevisiae*

### น้ำมันมะกอก

น้ำมันมะกอก (อังกฤษ: Olive oil) เป็นน้ำมันที่สกัดจากผลมะกอกออลิฟ (ในวงศ์มะลิ) ซึ่งเป็นผลไม้เพาะปลูกตั้งแต่โบราณของบริเวณเมดิเตอร์เรเนียน น้ำมันสกัดจากผลไม้ทั้งลูก ใช้เพื่อทำอาหาร ไม่ว่าจะผัด ทอด หรือเพื่อทำน้ำสลัด ยังใช้ทำเครื่องสำอาง ยา สบู่ น้ำมันตะเกียง และเพื่อกิจทางศาสนาบางอย่างอีกด้วย มีหลักฐานจำกัดว่ามีผลดีต่อสุขภาพ

### เนย

“เนย” (butter) คือผลิตภัณฑ์จากนมที่มีไขมันนมไม่น้อยกว่า 80% (ของน้ำหนัก) มีลักษณะเป็นก้อนแข็งเมื่อแช่เย็น และจะเริ่มนิ่มหรืออ่อนตัวลงเมื่ออุณหภูมิสูงขึ้นค่ะ เนยเกิดจากการเขย่า (churning) ครีมหรือนม เพื่อแยกไขมันออกมาจากนม กระบวนการนี้จะได้ไขมันเนย และบัตเตอร์มิลก์ ซึ่งเจ้าไขมันเนยตัวนี้จะถูกนำไปผ่านกระบวนการในอุณหภูมิต่ำจนแข็งตัวกลายเป็นเนยในแบบที่เราคุ้นเคยกันนั่นเองค่ะ โดยทั่วไปแล้วเนยจะทำจากนมวัว แต่ก็จะมีแบบที่ทำจากนมแพะ นมแกะ นมควาย ฯลฯ ซึ่งก็จะให้รสชาติและกลิ่นที่แตกต่างกันไป

### กระเทียม

กระเทียม หัวของกระเทียมเป็นทั้งเครื่องเทศ (spice) และสมุนไพร (herb) ที่มีสารประกอบที่มีกำมะถันเป็นองค์ประกอบในปริมาณมาก ทำให้กระเทียมมีกลิ่นรสเฉพาะตัว ใช้ปรุงอาหาร (cooking) หลายชนิด ทั้ง ต้ม ผัด นำพริกแกง ทอด และยังใช้เป็นวัตถุดิบนำมาแปรรูป (food processing) เพื่อการถนอมอาหารและเพิ่มมูลค่า เป็นผลิตภัณฑ์หลายชนิด กระเทียมมีกรดแอมิโน อาร์จินีน (arginine) oligosaccharides, flavonoid, and selenium ซึ่งมีประโยชน์ต่อสุขภาพ กระเทียม ใช้ในการปรุงอาหาร (cooking) หลายชนิด ทั้งการผัด การทอด การต้ม การตุ๋น เป็นส่วนประกอบของอาหาร เช่น นำพริกแกงชนิดต่างๆ เช่น นำพริกแกงแดง นำพริกแกงเขียวหวาน นำพริกแกงแพง นำยาขนมจีน นำพริกกะปิ

### มอสซาเรลลาชีส

มอสซาเรลลาชีส mozzarella cheese เป็นชีสที่มีคนรู้จัก และคุ้นเคยมากที่สุดค่ะ เป็นชีสเยิ้มๆ ที่ทุกคนชินตา ในอาหารอิตาเลียน เช่น พิซซ่า และ พาสต้า มีต้นกำเนิดมาจากประเทศ อิตาลี มอสซาเรลลาชีส ปกติทำจากนมควาย ปกติมอสซาเรลลาชีส สดๆ จะมีสีขาว รสสัมผัสอ่อนนุ่มนวล ถ้าเป็นประเภทปรุงรสแล้ว จะมีสีเหลืองอ่อน แบบที่เราสามารถซื้อได้ตามซูเปอร์มาร์เก็ต ต่างๆ นั่นเองค่ะ ชีสชนิดนี้มีปริมาณ ไขมัน 22 % ถ้าคุณอยากได้ชีสเยิ้มๆ หอมกรุ่น ไร้รอยหน้า พิซซ่า พาสต้า หรือ ลาซานญา เรียกหามอสซาเรลล่าได้เลยค่ะ ไม่ผิดหวังแน่นอน

### พามาซานชีส

พามาซานชีส ต้นกำเนิดของพามีซานชีส มาจากอิตาลี แถบแคว้น Parma, Reggio Emilia, Modena, ,Bologna (all in Emilia-Romagna), Mantova (in Lombardia) ชีสที่ทำขึ้นจากแหล่งผลิตเหล่านี้ ในกฎหมายของประเทศอิตาลีจะติดป้ายและเรียกพามีซานชีสนี้ ว่า "Parmigiano-Reggiano" ส่วนชีสที่รสชาติและวิธีการผลิตคล้ายกับ Parmigiano-Reggiano คือ Grana Padano เนยแข็งพามีซาน ใช้ปรุงอาหารรสชาติของอาหารให้สัมผัสเป็นครีมและมีรสชาติเค็มอ่อนๆ การใช้จะนำมาป่นหรือขูดลงบนอาหาร เช่น เฟตตูชีนี, สเปกเตติโบโลเนสซอส, สเปกเตติคาโบนาร่า, เฟตตูชีนีผักโขม, ชีซาร์สลัด, พาสต้า, พิซซ่า, เฟรนส์ โทส เป็นต้น



THERE'S NOTHING MORE ROMANTIC  
THAN ITALIAN FOOD



ITALIORECIPE.COM

OUR PARTNERS

