

ครีมพัฟ Cream Puff ครีมเนียนนุ่มในแป้งพัฟ กรอบกรอบ



ครีมพัฟ Cream Puff ครีมเนียนนุ่มในแป้งพัฟกรอบกรอบ

ครีมพัฟ (Cream Puff) แอดเอลิซาจะมาชวนทำเมนูขนมหวาน นั่นคือครีมพัฟ สูตรเด็ดครีมหอม หวานไปด้วยไข่ และกลิ่นวานิลลาแท้ๆ แป้งพัฟกรอบ กัดลงไปนี่ทั้งหอมหวาน อร่อยฟินๆ ตำรับนี้สำหรับทำขายเป็นสูตรเก่าแก่ รับรองใครมาชิมต้องติดใจ เพื่อนๆสามารถทำตามได้เลยค่ะ วิธีทำเป็นขั้นตอนไม่ยุ่งยาก ความอร่อยระดับ 5 ดาวค่ะ สูตรนี้เอาไปเลย ไปลุยกันเลยคะ ไปพิสูจน์ความอร่อยกัน มาทำครีมพัฟกัน แค่นี้ก็ถึงเมนูนี้ น้ำลายก็ไหลแล้ว มาคะ ดาวนี้ไหลดสูตร มือชวาควงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวเท้าก้าวเข้าครัวไปกับเมนูครีมพัฟกันเลยคะ

สูตรครีมพัฟ

สำหรับส่วนแป้งพัฟ

น้ำเปล่า

100

มิลลิลิตร

เนยจืด

50

กรัม

สูตรครีมพัฟ

แป้งอเนกประสงค์	60	กรัม
ไข่	2	ฟอง
เกลือ (สำหรับปรุงรส)		
สำหรับส่วนไส้ครีม		
นม	4	ถ้วย
น้ำตาล	150	กรัม
ไข่แดง	4	ฟอง
แป้งอเนกประสงค์	20	กรัม
แป้งข้าวโพด	20	กรัม
ฝัควานิลลา	1/2	ฝัก

วิธีทำครีมพัฟ

- นำน้ำไปต้มในกระทะ ตามด้วยเนยและเกลือเล็กน้อย ร้อนแป้ง และเมื่อน้ำเดือด ให้ใส่ทั้งหมดในคปรมาณ เดียว แล้วผสมให้เข้ากัน
- เมื่อส่วนผสมเริ่มข้นขึ้น ให้เปลี่ยนเป็นข้อไม้ และต้มต่อด้วยไฟปานกลางจนส่วนผสมไม่ติดด้านข้างกระทะ อีกต่อไป ทิ้งไว้ 2 ถึง 3 นาที
- พักลงออกมาจากเตา ปลอ่ยให้เย็นเล็กน้อย จากนั้นใส่ไข่ คนไข่ทีละฟอง โดยใส่ไข่ใบที่สองลงไปเมื่อไข่ใบ แรกเข้ากันดีจากนั้น
- เปิดเตาอบที่ 375 องศาฟาเรนไฮด์ (190 องศาเซลเซียส) แล้วทาแผ่นอบ ตักลงถุงที่มีปลายแหลม 1/4 นิ้ว (6-7 มม.) บีบส่วนผสมครีมพัฟลงบนแผ่นอบแล้วอบราวๆ 20 นาที
- ระหว่างนั้นเตรียมไส้ นำนมไปต้มในกระทะด้วยฝัควานิลลา
- ในชาม ตีไข่แดงกับน้ำตาล ส่วนผสมต่างๆให้เข้ากัน
- ใส่แป้งข้าวโพดกับแป้งสาลีอเนกประสงค์ เทส่วนผสมนมเดือดประมาณหนึ่งในสี่ลงในส่วนผสมไข่แดงแล้ว คนให้เข้ากันจนส่วนผสมเข้ากันดี
- จากนั้นเทส่วนผสมนี้ลงในนมที่เหลือต่อจากนั้นกลับไปตั้งไฟ กลับไปต้มและปรุงอาหารต่อไปเรื่อย ๆ เติครีม ที่ปรุงต่อจากนั้นลงในชามต่อจากนั้นปล่อยให้เย็นเร็ว
- ในการประกอบพัฟครีม ให้ใส่ไส้ในถุงที่ติดปลายด้วยหัวบีบ
- ตัดครีมพัฟแต่ละอันด้านบนออก ต่อจากนั้นบีบครีมไส้ครีมลงไป จัดเสิร์ฟ ทานให้อร่อยนะคะ

ขอขอบคุณข้อมูล – คุณ rosalynth จาก www.rosalynth.com



Find out more about

DESSERT



ITALIORECIPE.COM

วัตถุดิบครีมพัฟ

เนยจืด

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

แป้งอเนกประสงค์

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

น้ำตาล

น้ำตาลทราย ทำจากอ้อย มีรสหวานแหลม มีทั้งเม็ดละเอียด และเม็ดหยาบ นิยมใช้น้ำตาลทรายขาว เพื่อให้อาหารมีสีสวย ใสไม่ขุ่นมัว โดยสามารถนำมาทำน้ำเชื่อมและใช้ประกอบอาหารได้เช่นกัน

ประวัติครีมพัฟ

พรอเฟีทรอล (ฝรั่งเศส: profiterole), ชูอาลาแครม (ฝรั่งเศส: choux à la crème) หรือ ครีมพัฟ (อังกฤษ: cream puff) เป็นขนมฝรั่งเศสชนิดหนึ่ง ทำจากแป้งชูหรือแป้งพายนิ่ม บีบให้เป็นก้อนกลมแล้วนำไปอบ เติมน้ำตาลที่มีรสหวาน เช่น วิปครีม คัสตาร์ด หรือไอศกรีม (โดยเฉพาะในสหรัฐอเมริกา) เป็นต้น อาจตกแต่งตัวขนมด้วยกาน้ำช (ซอสช็อกโกแลต) น้ำตาลเคี้ยว หรือโรยน้ำตาลไอซิ่งเล็กน้อย นอกจากนี้ยังมีการทำพรอเฟีทรอลที่มีรสกลมกล่อมด้วย โดยใส่ใส่น้ำผลไม้สด ใส่น้ำผลไม้เข้มข้น เนยแข็ง และอื่น ๆ ในอดีตนิยมใช้พรอเฟีทรอลประเภทหลังนี้ในการตกแต่งซูป



THERE'S NOTHING MORE ROMANTIC
THAN ITALIAN FOOD



ITALIORECIPE.COM

OUR PARTNERS

