

# พายแอปเปิ้ลอย่างง่าย Easy Apple Pie



## พายแอปเปิ้ลอย่างง่าย Easy Apple Pie 簡単アップルパイ

พายแอปเปิ้ลอย่างง่าย Easy Apple Pie 簡単アップルパイ แอดเอลิซาจะชวนเปิดตำราทำเมนูขนมหวานสไตล์ญี่ปุ่น ซึ่งแอดเอลิซาลองทำมาแล้วอร่อยมากๆเลยคะ อยากรแชร์สูตรเลย นั่นคือพายแอปเปิ้ลอย่างง่าย รับรองหากใครได้ชิม ต้องยกนิ้วให้ พายแอปเปิ้ลโฮมเมดที่เร็ว ง่าย และอร่อย ทำจากแผ่นขนมพัฟแช่แข็ง พร้อมในเวลาเพียง 40 นาที ลองทำตามวิธีทำนะคะ รับรองว่าทำตามได้ไม่ยาก แอดเอลิซารับประกันความประทับใจคะ เออละละคะ เกรีนมาเริ่มหิวแล้ว ไปทำกันคะ มาทำพายแอปเปิ้ลอย่างง่ายกัน แค่คิดก็อดใจไม่ไหวแล้ว มาคะ ดาวน์โหลดสูตร มีอชวาควง ตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวเท้าก้าวเข้าครัวไปกับเมนูพายแอปเปิ้ลอย่างง่ายกันเลยคะ

### สูตรพายแอปเปิ้ลอย่างง่าย

ขนมพัฟแช่แข็ง 1 ห่อ (กล่องมี 2 แผ่น)

# สูตรพายแอปเปิ้ลอย่างง่าย

แอปเปิ้ลฟูจิ 1 ลูก

1 ช้อนโต๊ะเนยจืด (ละลาย)

น้ำตาล 3 ช้อนโต๊ะ

ไข่แดงขนาดใหญ่ 1 ฟอง

โรสแมรี่ 1-2 ก้าน (สด; ไม่จำเป็น)

## วิธีทำพายแอปเปิ้ลอย่างง่าย



รวบรวมส่วนผสมทั้งหมด เปิดเตาอบที่อุณหภูมิ 400°F (200°C) สำหรับเตาอบพา ให้ลดอุณหภูมิในการปรุงอาหารลง 25°F (15°C) ปูถาดรองอบด้วยกระดาษรองอบ. ปลอຍให้แผ่นขนมปังละลายบนเคาน์เตอร์ประมาณยี่สิบนาที แล้วคลี่ออกอย่างระมัดระวัง

ปอกเปลือก แกน และหั่นแอปเปิ้ลเป็นลูกบาศก์เล็กๆ



และเพิ่มก้อนแอปเปิ้ลและน้ำตาล



ในกระทะขนาดเล็กละลายเนย

ผัดเป็นครั้งคราวและปรุงอาหารด้วยไฟอ่อนปานกลางประมาณ 10-15 นาที เมื่อแอปเปิ้ลสุกเล็กน้อยและของเหลวส่วนใหญ่ระเหยหมดแล้ว ให้ยกออกจากเตาแล้วพักไว้ให้เย็น



ร่อนแป้งบนเคาน์เตอร์ทำงาน

แล้วตัดแผ่นขนมเป็น 4 สี่เหลี่ยม

จิ้มแป้งด้วยส้อมบนสี่เหลี่ยมสองอัน (ด้านล่างของพาย) ทำ 5 กรีดในแต่ละอีกสองช่อง (พวกเขาไปด้านบนของพาย)



โอบแผ่นขนมด้านล่างลงบนแผ่น

อบที่ปูด้วยกระดาษ parchment วางใส่แอบเปิ้ลไว้ด้านบน โดยให้มีพื้นที่รอบขอบประมาณ 1/2 นิ้ว (1.3 ซม.) ปิดพายด้วยแผ่นขนมด้านบนด้วย 5 กรีด

ใช้ส้อมกดขอบ ตีไข่แดงในชามใบเล็กๆ แล้วทาด้านบนของขนม เมื่ออบแล้วจะกลายเป็นสีน้ำตาลทองสวยงาม



วางก้านโรสแมรี่ที่ด้านข้างของ

พาย อบที่ 400°F (200°C) เป็นเวลา 15 นาที หรือจนเป็นสีน้ำตาลทอง เสิร์ฟพร้อมไอศกรีมวานิลลาหากต้องการ

คุณสามารถเก็บอาหารที่เหลือไว้ในภาชนะที่มีอากาศถ่ายเทและเก็บไว้ในตู้เย็นเป็นเวลา 3 วันและในช่องแช่แข็งได้หนึ่งเดือน ทานให้อร่อยนะคะ



Find out more about

# DESSERT



ITALIORECIPE.COM

ขอขอบคุณข้อมูล – <https://www.justonecookbook.com/easy-apple-pie/>

## ข้อมูลโภชนาการพาย แอปเปิ้ลอย่างง่าย

พายแอปเปิ้ลอย่างง่าย	1	หน่วย
พลังงาน	870	กิโลแคลอรี
พลังงานจากไขมัน	495	กิโลแคลอรี
สารอาหาร		
ไขมัน	55	กรัม
คาร์โบไฮเดรต	86	กรัม
โปรตีน	11	กรัม
โซเดียม	311	มิลลิกรัม

## ข้อมูลโภชนาการ

พายแอปเปิ้ลอย่างง่าย

หน่วยบริโภค 1 หน่วย

Serving Per Container

Source: [www.italiorecipe.com](http://www.italiorecipe.com)

จำนวนต่อหนึ่งหน่วยบริโภค

**พลังงานทั้งหมด 870 kCal**

% แนะนำต่อวัน\*

ไขมันทั้งหมด 55 ก.

ไขมันอิ่มตัว 16 ก.

ไขมันทรานส์ 1 ก.

โคเลสเตอรอล 107 มก.

โซเดียม 311 มก.



คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด 86 ก.

ใยอาหาร 4 ก.

น้ำตาล 28 ก.

โปรตีน 11 ก.

\*ข้อมูลสารอาหารและรายละเอียดเป็นค่าประมาณการโปรดใช้ข้อมูลในการวางแผนการบริโภคเท่านั้น.

## OUR PARTNERS

