



Virtual School Chef

การประกอบอาหารญี่ปุ่น

มาทากุชิห้องอาหารยอดครอบครัว



นายสุชาติ ใจน้ำ (เชฟบอล)

อุปกรณ์ มากิซูชิห่อสาหร่ายทอดกรอบ

- ❖ หม้อ + ทังพี
- ❖ เขียง + มีด
- ❖ กระทะ + ตะหลิว
- ❖ เต้าไฟฟ้า
- ❖ ซ้อนขนาดต่างๆ
- ❖ ซามผสม + ไม้พาย
- ❖ ซ้อนตวง + ถ้วยตวง
- ❖ ที่คีบ

วัตถุดิบ

อุปกรณ์ มากิจูชิห่อสาหร่ายทอดกรอบ



เมนู อุปกรณ์

อุปกรณ์ มากิซูชิห่อสาหร่ายทอดกรอบ



เมนู อุปกรณ์

อุปกรณ์ มากิซูชิห่อสาหร่ายทอดกรอบ



เมนู อุปกรณ์

อุปกรณ์ มากิซูชิห่อสาหร่ายทอดกรอบ



เมนู อุปกรณ์

อุปกรณ์ มากิซุชิห้องอาหารรายทอดกรอบ



เมนู อุปกรณ์

อุปกรณ์ มากิซูชิห่อสาหร่ายทอดกรอบ



เมนู อุปกรณ์

อุปกรณ์ มากิซูชิห่อสาหร่ายทอดกรอบ



เมนู อุปกรณ์

อุปกรณ์ มากิซูชิห่อสาหร่ายทอดกรอบ



เมนู อุปกรณ์

วัตถุดิบ มากิซูชิห่อสาหร่ายทอดกรอบ

- ❖ สาหร่ายแผ่น 2 – 3 แผ่น
- ❖ แป้งทอดกรอบ 1 ถ้วย
- ❖ ข้าวญี่ปุ่น 2 ถ้วย
- ❖ ไข่ไก่ 2 ฟอง
- ❖ เกล็ดขนมปัง 2 ถ้วยตวง
- ❖ ปลาแซลมอน
- ❖ กุ้งขาว
- ❖ หมึกทาโกะ
- ❖ อะโวคาโด
- ❖ โชยุ
- ❖ มายองเนส
- ❖ วาซาบิ

วิธีทำ

วัตถุดิบ มากิซูชิห่อสาหร่ายทอดกรอบ



สาหร่ายแผ่น

เมนู วัตถุดิบ

วัตถุดิบ มากิซูชิห่อสาหร่ายทอดกรอบ



แป้งทอดกรอบ

เมนู วัตถุดิบ

วัตถุดิบ มากิซูชิห่อสาหร่ายทอดกรอบ



ข้าวญี่ปุ่น

เมนู วัตถุดิบ

วัตถุดิบ มากิซูชิห่อสาหร่ายทอดกรอบ



เมนู วัตถุดิบ

วัตถุดิบ มากิซูชิห่อสาหร่ายทอดกรอบ



เมนู วัตถุดิบ

วัตถุติบ มากิซูชิห่อสาหร่ายทอดกรอบ



ปลาแซลมอน



เมนู วัตถุติบ

วัตถุคิบบ มากิซูชิห่อสาหร่ายทอดกรอบ



กุ้งขาว

เมนู วัตถุคิบบ

วัตถุดิบ มากิซูชิห่อสาหร่ายทอดกรอบ



หมึกทาโกะ

A small decorative graphic of various vegetables, including a carrot, a tomato, and a green pepper, is positioned below the text.

เมนู วัตถุดิบ

วัตถุดิบ มากิซูชิห่อสาหร่ายทอดกรอบ



เมนู วัตถุดิบ

วัตถุดิบ มาκιซูชิห่อสาหร่ายทอดกรอบ



เมนู วัตถุดิบ

วัตถุติบ มากิซูชิห่อสาหร่ายทอดกรอบ



เมนู วัตถุติบ

วัตถุติบ มากิซูชิห่อสาหร่ายทอดกรอบ



วาซาบิ

เมนู วัตถุติบ

เตรียมวัตถุดิบ มากิซูชิห่อสาหร่ายทอดกรอบ

1. แล่เนื้อปลาแซลมอนและหนังออกจากกัน
2. แล่หมึกทาโกะ โดยใช้มีดเลาะฝั่งพีคออก แล้วแล่ให้หนาประมาณ 1 มิลลิเมตร
3. ปอกเปลือกกุ้ง ผ่าหลังเอาขี้ออก นำไปล้างทำความสะอาด แล้วผ่าตรงกลางตัวอีกครั้ง
4. ผ่าอะโวคาโด เอาเมล็ดออก ควักเนื้อออกมาแล้วสไลด์เป็นชิ้นบางๆ
5. เตรียมวัตถุดิบสำหรับชุดทอด ตีไข่ให้เข้ากัน เตรียมแป้งและเกล็ดขนมปังใส่จานรอไว้
6. ลวกกุ้งให้สุกประมาณ 50 – 70 เปอร์เซ็นต์

วิธีทำ

วิธีทำ มากิซูชิห่อสาหร่ายทอดกรอบ

1. ทำซูชิมากิห่อสาหร่ายใส่ส่วนประกอบตามต้องการ ม้วนแล้วบีบให้แน่น
2. นำข้าวที่ม้วนมาคลุกแป้งทอดกรอบ ให้ทั่ว ชุบไข่ คลุกเกลือคชนมปัง ทอดจนเป็นสีเหลืองทอง
3. หั่นเป็นคำ รับประทานกับโชยุญี่ปุ่น วาซาบิซอส หรือ มายองเนส รสชาติต่างๆ ได้