



ข้าวเกรียบกล้วยเขียว

เครื่องปรุง

| | | |
|---------------------|---|----------|
| กล้วยเขียวซีกต้มสุก | ½ | กล้วยตวง |
| แป้งมัน | 2 | กล้วยตวง |
| กระเทียม (5-6 กลีบ) | 1 | ซอญโต๊ะ |
| พริกไทยป่น | 1 | ซอญชา |
| เกลือป่น | 1 | ซอญโต๊ะ |

ขั้นตอนการทำ



ส่วนผสม



1. โขลกพริกไทย กระเทียมและเกลือให้ละเอียด



2. ใส่กล้วยสุกบดละเอียดโขลกให้เข้ากัน แล้วตักออกผสมลงในแป้งมัน



3. ใช้มือนวดและเติมน้ำร้อนทีละน้อยจนกระทั่งเหนียว



4. ปั้นเป็นก้อนแล้วคลึงให้เป็นแท่งขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 3 ซม.



5. วางใส่หม้อนึ่งนึ่ง 20-30 นาที



6. เมื่อแป้งสุกจะพองตัวทิ้งให้เย็น



7. วางในถาด นำไปแช่ตู้เย็น 1 คืน



8. หั่นเป็นชิ้นบางๆ



9. ผึ่งแดดให้แห้ง



10. ทอดในน้ำมันร้อนจัด



11. บรรจุใส่ถุงจำหน่าย

ข้อมูลเพิ่มเติมติดต่อ : ศูนย์วิจัยพืชไร่ชัยนาท อ.เมือง จ.ชัยนาท 17000
โทรศัพท์ 0-5640-5080-1 โทรสาร 0-5640-5083 E-mail : chainat.fcrc@doa.in.th