



PRAEWESCAPE.WORDPRESS.COM

## ลาบไก่ ฌ ต่างแดน

### ส่วนผสม

- เนื้อไก่บด 100 กรัม
- ใบสะระแหน่ 2-3 ก้าน
- ผักชี 1-2 ก้าน
- หอมแดง 1-2 หัว
- น้ำมันงา 2-4 ช้อนชา (หรือตามชอบ)
- ข้าวคั่ว 1 ช้อนโต๊ะ
- เกลือ 1 ช้อนชา (หรือตามชอบ)
- พริกป่น 1 ช้อนชา (หรือตามชอบ)
- น้ำตาลทรายเล็กน้อย
- กะหล่ำปลีสด ตามชอบ

### วิธีทำ

1. **เตรียมสมุนไพรแล้วพักไว้** ล้างสะระแหน่และผักชีให้สะอาด เด็ดเอาแต่ใบสะระแหน่ ส่วนผักชีก็สับหยาบๆ แล้วพักไว้ สำหรับคลุกตอนจบ
  2. **รวนไก่** เอาหม้อเปล่าตั้งไฟ รอนร้อน แล้วเทน้ำเปล่าราว **1** ช้อนโต๊ะลงไป ตามด้วยเนื้อไก่บดทันที คนจนสุกแล้วปรุงรสด้วยเกลือและน้ำตาล
  3. **คลุกส่วนผสมทุกอย่างให้เข้ากัน แล้วเสิร์ฟ** ยกเนื้อไก่ออกจากเตา โรยสมุนไพรลงไป ตามด้วยน้ำมันงาและพริกป่น คลุกให้เข้ากัน ปรับรสชาติตามชอบ เมื่อได้ที่แล้วใส่จาน เสิร์ฟพร้อมกะหล่ำปลีสดเป็นเครื่องเคียง
-