



เค็ตต์ต๊ับคู้คร้ว

เรื่องของไข่

วิธีดูว่าไข่เน่าหรือไม่

เก็บไข่สดไว้นานเกินไป แล้วยังผลอเอาไปวางปนกับไข่ ที่เพิ่งซื้อใหม่ งานเข้าล่ะค่ะ พี่น้อง...จะตอกออกมาดู ก็เหม็น !!! กลิ่นคง
บรรยายไม่ถูก ไม่ต้องตกใจไป แม่เขิวหวานมีวิธีดีๆ มาแนะนำ วิธีดูว่าไข่สดเน่าหรือยัง ให้เอาไข่ไปลอยน้ำค่ะ ไข่เสียหรือไข่เน่าจะลอย
น้ำเสมอ ส่วนไข่ที่ยังดีอยู่จะจมน้ำค่ะ

ต้มไข่ให้ทานอร่อยและได้คุณค่า

เวลาต้ม ควรใส่ไข่พร้อมกับน้ำ แล้วนำขึ้นต้ม ไม่ควรต้มน้ำจนเดือด แล้วค่อยใส่ไข่ เวลาต้มควรใช้ไฟอ่อน เมื่อต้มสุกแล้วควรตักไข่ไป
ในน้ำเย็นทันที จะทำให้ได้ไข่ต้มที่นุ่มรับประทานอร่อยอีกทั้งยังย่อยง่ายอีกด้วย

เจียวไข่ให้หนานุ่ม

ใครจะคิดว่าเรื่องง่าย ๆ อย่างการทำไข่เจียว ให้อร่อย ก็ต้องมีเทคนิค กับเขาเหมือนกัน

ถ้าคุณเคยไปทานเจียวไข่เจียวที่เนื้อหนา แต่นุ่ม หอม อร่อย แต่เจียวทานเองไม่เคยได้อย่างเขาสักที ขอแนะนำ ให้ลองวิธีตามนี้ นะคะ
เริ่มแรก ไข่ไก่ที่ใช้ต้องสดค่ะ จะทำไข่เจียวแบบหนา ๆ อาจต้องหากคนช่วยทานซักหน่อย เพราะเวลาเจียว ก็น่าจะต้องใช้ไข่อย่างน้อย
4-5 ฟองขึ้นไปค่ะ

ตอกไข่ใส่ชาม ปรงรสด้วยน้ำปลาตามชอบ และตีไข่ให้เข้ากัน ตั้งกระทะ ใส่น้ำมัน ต้องใช้น้ำมันเยอะหน่อยนะคะ กรอกน้ำมัน บนผิว
กระทะเล็กน้อย รอจนน้ำมันร้อนจัด แล้วจึงเทไข่ทั้งหมดลงในกระทะ ด้วยปริมาณไข่ที่มาก จะสังเกตได้ว่า ไข่บริเวณขอบ และไข่ที่อยู่
ด้านล่าง จะสุกก่อน ส่วนไข่ด้านบน จะยังเป็นน้ำไข่ดิบอยู่ รอสักครู่จนไข่ด้านล่าง เริ่มสุกพอประมาณ เองตะหลิวเจาะตรง กลางไข่ให้
เป็นรอยบาก จากนั้นแซะไข่จากด้านล่างยกขึ้น ให้น้ำไข่ดิบ ไหลจากช่องตรงกลาง ลงมาสัมผัสผิวกระทะ อาจแยกแซะฝั่งซ้าย 1 ครั้ง
ฝั่งขวา 1 ครั้ง รอครู่หนึ่งจนน้ำไข่ที่ไหลลงไปเริ่มสุก ถ้ายังมีน้ำไข่ค้างอยู่อีกให้ทำอีก แต่ถ้าไม่มีแล้วก็ให้กลับไข่ (อันนี้ต้องใช้ฝีมือ
นิดนึงนะคะ ถ้าอยากให้ ไข่เจียวดูเป็นแผ่นกลม แต่ถ้าอยากกินความสามารรถ ก็แบ่งไข่กลับด้านทีละครั้งก็ได้ค่ะ) ถ้าเริ่มมีควันขึ้น กระทะ
อาจร้อนจัดเกินไป ให้ลดไฟลงเล็กน้อย จะสังเกตได้ว่าไข่จะฟูขึ้น ๆ ค่ะ พอสุกดีสวย ก็ตักขึ้นใส่จานเสิร์ฟได้เลยค่ะ

ต้มไข่ ให้ไข่แดงอยู่ตรงกลาง

ถ้าอยากจะได้ต้มไข่ให้ไข่แดงอยู่ตรงกลาง ไม่ยากเลยล่ะ เวลาต้มให้หมั่นคน เพื่อให้ไข่แดงมีการกลับตัวอยู่เสมอ พอต้มเสร็จผ่าออกมา ไข่
แดงอยู่ตรงกลางแน่นอนค่ะ

ต้มไข่ให้ปอกง่าย ๆ

เวลาต้มไข่ หรือทำไข่ต้ม บางครั้งก็ปอกเปลือกไข่ยากเย็นเสียเหลือเกิน จะทำให้ปอกเปลือกคล่อง ๆ ง่ายนิดเดียว ขณะต้มไข่ให้ใส่เกลือ
ลงไป ประมาณ 1 ช้อนโต๊ะ / น้ำ 1 ลิตร ก็จะช่วยให้ปอกเปลือกไข่ได้ง่าย ๆ ค่ะ

เจียวไข่ไม่ให้ดำ

เคยไหมคะ เจียวไข่แล้วไข่ดำไม่น่าทานเลย ส่วนมากมักเกิดจากคุณแม่บ้านนำไข่ออกจากตู้เย็นแล้วนำมาเจียวเลย แก้ได้ง่าย ๆ ให้ตอก
ไข่ใส่ชามทิ้งไว้สักพักให้ไข่หายเย็น แล้วค่อยนำไปตีให้ฟูก่อนทอดในกระทะน้ำมันร้อน แต่นี่ไข่ก็ไม่ดำแล้วค่ะ

ผ่าไข่ต้มอย่างไรให้สวย

ไข่ต้มเป็นอาหารจานไข่ที่มีวิธีทำง่ายแสนง่าย แต่ปัญหาที่พบบ่อยคือ การผ่านนั้นไข่มักแตกเป็นชิ้นเล็กชิ้นน้อยไม่ว่าจะเป็นไข่ไก่หรือไข่เป็ด เรามีวิธีผ่าให้สวยงามได้โดยใช้เส้นด้ายขาวพอประมาณผูกข้างหนึ่งให้แน่น ใช้มือดึง ด้ายให้ตึงแล้วผ่าลงที่ผิวไข่ หรืออาจผ่าโดยใช้มีดที่จุ่มลงในน้ำร้อนก็ได้

ต้มไข่ที่ราวไมให้แตก

ไข่เป็นอาหารที่เปี่ยมไปด้วยคุณค่าทางโภชนาการ เรียกได้ว่ากินไข่ฟองเดียวได้สารอาหารครบ 5 หมู่ ทุกครัวเรือนจึงต้องมีไข่ติดบ้านไว้ ไข่ไม่มีวิธีปรุงที่ง่ายแสนง่าย และยังปรุงได้ทั้งอาหารคาว และหวาน ไม่ว่าไข่ไก่หรือไข่เป็ดหากไม่ระมัดระวังในการถือ ไข่อาจจะกระทบกันทำให้เกิดรอยร้าว เมื่อเรานำไปต้ม ไข่ก็จะทะลักออกตามรอยร้าว ดังนั้นก่อนที่จะเรานำไข่ที่มีรอยร้าวไปต้มให้ไข่เปลือกป่น 1 ซ้อนโต๊ะ ในน้ำที่จะใช้ต้ม ความเค็มของเกลือจะช่วยปิดรอยร้าวของไข่ไม่ให้เนื้อไข่ไหลออกมา ในการต้มไข่ หากต้องการให้ไข่แดงเป็นยางมะตูมสวยงามน่ากินควรใช้เวลาต้มประมาณ 8 นาที

เคล็ดลับการทำอาหารให้อร่อย

วิธีทำต้มยำกุ้งให้ถึงรสต้มยำ

กุ้งที่จะนำมาทำต้มยำได้อร่อย จากที่เคยได้พูดคุยกับหลายๆ คน แม่สาธิตา สรุปได้ว่า ได้แกกุ้งแชบ๊วย หรือกุ้งนางจะ ถ้าเป็นกุ้งแม่น้ำได้ก็จะยิ่งดีใหญ่ กุ้งควรเป็นกุ้งสด เวลาแกะกุ้งให้ไว้หาง เวลาโดนน้ำร้อนจะได้ไม่หดมากค่ะ ผ่าหลังและดึงเส้นดำออก น้ำที่ใช้ทำควรเป็นน้ำซุปล อาจเป็นน้ำซุปลไก่ก็ได้ค่ะ ตั้งไฟจนน้ำซุปลเดือด จากนั้นจึงใส่ตะไคร้ พอน้ำซุปลเดือดมีกลิ่นหอมของตะไคร้โชยขึ้นมา จึงใส่พริกขี้หนูทุบ กุ้ง และใบมะกรูด ปรุงรสด้วยน้ำปลา น้ำมะนาว และน้ำพริกเผา (แนะนำให้ใช้สูตรสำหรับทำต้มยำ) ปิดไฟ หลังจากกุ้งสุกแล้ว พยายามอย่าให้เดือดต่อเพราะจะทำให้กุ้งหดตัวเล็กลง และเนื้อแข็ง ทานต้มยำกุ้งให้อร่อย ต้องทานตอนร้อนๆ ค่ะ แบบว่าทำเสร็จแล้วทานเลย หากทิ้งไว้จนเย็นแล้วนำมาอุ่นใหม่ กุ้งจะหดแข็ง ทานไม่อร่อย ส่วนมะนาวถ้าเอามาเคี้ยวซักรสก็จะเปลี่ยนอีกด้วย

เคล็ดลับ การหมักเนื้อสเต็กให้นุ่ม... อร่อย

เคยมีค่ะ เวลาไปสั่งสเต็กทาน แล้วเจอกับเนื้อสเต็ก ที่แข็งเป็นกระดาน ถึงจะรสชาติดี แต่กลับทาน ไม่อร่อยเอาเสียเลย ทั้งนี้ก็เพราะความอร่อยของ เนื้อที่ทานจะขึ้นอยู่กับ ความนุ่มกำลังดีของ เนื้อเวลาสัมผัสลิ้นด้วยค่ะ (ย้ำ..นุ่มกำลังดีนะค่ะ ไม่ใช่เปื่อยจนยุ่ย) ทีนี้ถ้าเราไปถาม พ่อค้าร้านของชำ ว่าทำยังไงให้เนื้อนุ่ม คำที่อาจจะแนะนำให้เราใช้ ผงทำให้เนื้อเปื่อย หรือผงเนื้อนุ่ม ซึ่งโดยมากเจ้าผงดังกล่าว ก็คือ โซดาผง ซึ่งทำให้เนื้อสัตว์นุ่มได้จริงๆค่ะ แต่ประสิทธิภาพอาจมีมากกว่านั้น ก็คือทำให้เนื้อนุ่มเพราะอาหาร และถ้าใส่ของเรา เนื้อนุ่มไปด้วยค่ะ (เป็นของแถมที่น่ากลัวมากๆ)

ทีนี้ ถามว่าทำอย่างไรให้เนื้อสเต็กนุ่ม ทานอร่อยแต่ไม่ขู่ใช้มีมา ครั้งหน้าถ้าจะทำสเต็ก ถ้าซื้อเนื้อแล้ว (จะเนื้อหมูหรือเนื้อวัว ก็เอาถะนะค่ะ) ก็อย่าลืมแวะไปหยิบสับปะรดกลับบ้านด้วย ถ้าขี้เกียจปอกจะเอาแบบ ที่เค้าปอกแล้วก็ได้ค่ะ เวลาหมักก็ใส่ น้ำสับปะรดลงไป ในน้ำหมักด้วย ในสัดส่วน น้ำสับปะรด 1 ซ้อนโต๊ะต่อน้ำหนักเนื้อ ประมาณ 1 กิโลกรัมค่ะ หมักทิ้งไว้ประมาณ 5 ชั่วโมง (ใส่กล่องปิดฝาเข้าตู้เย็นช่องธรรมดา) อยากกินของอร่อยต้องใจเย็นๆค่ะ ทีนี้ถ้าทำทานไม่หมด ก็ให้ใส่ถุงพลาสติก เรียงเข้าช่องแช่แข็งไว้ เวลาจะใช้ก็ค่อยเอาออกมา

ยับยาลาหมึกให้ กรอบ อร่อย ไม่เหม็นคาว

จะยับยาลาหมึกให้ กรอบ และไม่เหม็นคาว ก็ต้องเริ่มตั้งแต่ล้างปลาหมึกค่ะ ต้องล้างหลายๆน้ำให้ปลาหมึกสะอาดหมดเมือกจริงๆ ค่อยนำไปล้างและหั่นเป็นชิ้นพอคำ เวลาจะลวกก็ให้ใช้น้ำเยอะหน่อย คอยให้น้ำเดือดจัดเห็นเป็นฟองปุดๆ ค่อยใส่ปลาหมึกลงไป ตอนใส่ลงไปครั้งแรกอย่าเพิ่มคนนะจะทำให้คาวได้ ลวกทีเดียวก็พอจะกะ ปลาหมึกสุกง่าย แฉกถ้าสุกนานเกินไปก็จะเหนียว ทานไม่อร่อย อีกต่างหาก ใช้กระชอนช้อนให้สะเด็ดน้ำ ค่อยนำไปปรุงรสต่อไปค่ะ

น้ำซุปล้างหวานอร่อย

คุณรู้หรือไม่ว่า การที่จะทำให้แกงจืด หรือก๋วยเตี๋ยวน้ำให้อร่อย เคล็ดลับสำคัญอยู่ที่ความหอมหวานของน้ำซุปล การต้มน้ำซุปลให้มีรสอร่อย ต้องเริ่มที่ความสดของกระดูกซี่โครงไก่ โดยใช้สัดส่วนอยู่ที่ประมาณซี่โครงไก่ 1 กิโลกรัม ต่อน้ำประมาณ 7 - 8 ถ้วยตวง สับซี่โครงเป็นชิ้นใหญ่ๆ ล้างเศษเลือดและสิ่งสกปรกออก ต้มน้ำให้เดือด ใส่ซี่โครงลงไป รอจนน้ำเริ่มเดือดอีกครั้ง ให้หรี่ไฟอ่อนๆ แล้วคอยช้อนฟองออก ถ้าน้ำพร่องให้เติมน้ำลงไปบ้าง เคี่ยวประมาณ 40-50 นาที จะได้น้ำซุปลี หอมหวาน

ข้าวกล้องหุงอย่างไรให้นุ่ม

ข้าวกล้องเป็นข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการมากที่สุด เนื่องจากเป็นข้าวที่ผ่านการกระเทาะเปลือกออกเพียงครั้งเดียว ทำให้จมูกข้าวและรำข้าวซึ่งเป็นส่วนที่อุดมไปด้วยวิตามินยังคงติดอยู่ ข้าวกล้องนั้นจะมีสีน้ำตาลส่วนความเข้มอ่อนนั้นจะแตกต่างกันไปตามพันธุ์ข้าว พื้นที่ที่ใช้ในการปลูก และกระบวนการผลิต สาเหตุที่ข้าวกล้องยังได้รับความนิยมไม่มากเท่าที่ควรนั้นเนื่องมาจาก เวลาที่ข้าวกล้องสุกแล้วจะมีความแข็งมากกว่าข้าวขาว เพื่อให้ข้าวกล้องมีความนิ่มมากขึ้นจะต้องตวงข้าวกล้องใส่หม้อ ใช้น้ำไว้ประมาณ 30 นาที และอัตราส่วนในการหุงนั้นต้องใช้ข้าว 1 ส่วน ต่อน้ำ 3 ส่วน ใช้น้ำทิ้งไว้อีกประมาณ 30 นาที จึงจะนำไปหุงได้ หรืออาจใช้วิธีใส่ข้าวขาวขัดผสมลงไป ในอัตราส่วน 1 ต่อ 4 ทั้ง 2 วิธีนี้จะทำให้ข้าวกล้องนุ่มนวลมากขึ้น

(หมู) ต้องหมักก่อน ถึงจะอร่อย

เวลาจะนำหมูมาประกอบอาหารประเภทผัด ๆ ทั้งหลาย ให้หมักหมูด้วยซีอิ๊วขาว (ยังเป็นสูตรหนึ่งได้ยิ่งดี) และพริกไทย ทั้งไว้สักพัก ค่อยนำไปผัด หมูจะนุ่มทานอร่อยยิ่งขึ้น

หมูสับแกงจืด ทำอย่างไรให้นุ่มอร่อย

แม้บ้านหลายคนคงเคยประสบกับปัญหา ทำหมูสับใส่แกงจืดแล้วเนื้อหมูกระด้าง รับประทานไม่อร่อยเลย เคล็ดลับง่ายๆ ในการทำหมูสับแกงจืดให้อร่อยคือ ควรใช้เนื้อหมูสามชั้นในการทำหมูสับแกงจืด ถ้ากลัวอ้วนจะใช้เนื้อส่วนอื่นก็ได้แต่ควรมีสวนของมันหมูติดเข้าไปบ้าง แล้วผสมด้วยน้ำซุปล้างซึ่งทิ้งไว้ให้เย็นแล้ว ให้เนื้อหมูมีลักษณะนุ่ม ชุ่มน้ำเล็กน้อย เมื่อนำไปทำแกงจืด เนื้อหมูสับก็จะนุ่มอร่อยดังใจ

ต้ม : เคล็ดลับการต้ม การลวก

ลวกผักให้สีเขียวสดใส

จะรับประทานน้ำพริกให้อร่อยก็ต้องมีผักแกล้ม ทั้งผักสดผักต้ม ผักสดล้างให้สะอาดก็นำรับประทานดีไม่มีปัญหา แต่ผักต้มนี้สิ บางคนต้มแล้วสีคล้ำๆ ไม่เขียวสดน่ารับประทาน เทคนิคง่ายๆ ก็คือ เวลาต้มให้ใส่เกลือลงในน้ำที่จะใช้ ตอนนำผักลงน้ำต้องเดือดจัด ตั้งแกงดูพอผักสุกเขียว ระวังอย่าให้นานเกินไป ให้รีบช้อนผักขึ้นใส่ในน้ำเย็น เพื่อให้ผักคลายความร้อนอย่างรวดเร็ว พอผักเย็นแล้วค่อยนำขึ้นจัดใส่จาน รับประทานผักเขียวสวยสดประทับใจคนทานแน่ๆค่ะ

ลวกผักให้เขียวสวยน่ารับประทาน

ผักลวก รับประทานคู่กับน้ำพริกน่านาชนิด อาหารอร่อยคู่กับคนไทยอย่างเราๆ แต่หลายๆ ครั้ง เมื่อลวกผักแล้วผักกลับดำคล้ำไม่น่ารับประทานเอาเสียเลย เทคนิคง่ายๆ ที่ทำให้ลวกผักประเภทผักใบให้เขียวสวยน่ารับประทานก็คือ ขั้นตอนแรก ล้างผักให้สะอาด เลือกล้างส่วนที่เน่าเสียออก แยกผักออกเป็น ส่วนก้านและส่วนใบ ขั้นที่สอง ใช้น้ำให้น้อยกว่าพอดิท่วมผักเมื่อใส่ลงไปต้มในหม้อแล้ว (เพื่อสงวนคุณค่าทางโภชนาการ) ต้มน้ำให้เดือด ใส่เกลือและน้ำมันอย่างละประมาณ 1 ช้อนชา (เกลือทำให้ผักมีรสชาติ น้ำมันทำให้ผักมีสีเขียว) ขั้นที่สาม เร่งไฟแรง ใส่ผักลงไปต้ม โดยใส่ส่วนก้านก่อน แล้วค่อยตามด้วยใบ ถ้าต้องการต้มทั้งต้น ให้จุ่มก้านลงไปก่อนแล้วค่อยๆ วางส่วนใบลงต้มทั้งต้น ขั้นสุดท้าย เมื่อผักสุกใบเปลี่ยนเป็นสีเขียวสม่ำเสมอ ให้ตักผักขึ้นแช่ในน้ำเย็นทันที เพื่อให้ผักคายความร้อน ไม่สุกต่อ ซึ่งจะช่วยให้ผักเปลี่ยนเป็นสีน้ำตาล หรือเขียวคล้ำ เพียงเท่านี้คุณก็สามารถลวกผักให้สวยเขียวน่ารับประทานได้ไม่ยากเลย

ต้มปลาไม่ให้คาว

วิธีการต้มปลาไม่ให้มีกลิ่นเหม็นคาว ก็คือ ให้ใส่ใบชาจีนลงไปต้มในหม้อต้มสัก 6-7 ใบ ยิ่งถ้าทุบหอมแดงลงไปสัก 2-3 หัว ก็จะยิ่งเพิ่มรสชาติปลาต้มให้ดีขึ้นไปอีกค่ะ

ต้มไก่ตัวให้สวย หนังไม่ลอก

ทำความสะอาดไก่ ดึงขนที่ตกค้างตามส่วนต่างๆ ออกแล้วล้างให้สะอาดรวมทั้งข้างในตัวไก่ด้วย ใส่เกลือลงในท้องไก่ประมาณ 1 ช้อนโต๊ะ ต้มน้ำ ให้เดือด นำไก่ลงต้มแล้วเบาไฟ น้ำควรท่วมตัวไก่ คอยเติมน้ำให้เดือดปุดๆ เล็กน้อย คอยช้อนฟองออกเพื่อป้องกันคราบฟองติดบนตัวไก่ ต้มนานประมาณ 30 - 40 นาทีจนไก่สุก

ต้มยำปลาอย่างไรไม่ให้เหม็นคาว

หลายๆ ท่าน คงประสบกับปัญหาเมื่อทำต้มยำปลาแล้วมีกลิ่นคาว ทั้งนี้ก็เนื่องมาจากโดยธรรมชาติในปลาจะมีโปรตีนและไขมันอยู่ ปลาที่มีไขมันมากก็จะยิ่งมีกลิ่นคาวมาก โปรตีนในปลาจะละลายออกมาเมื่อถูกน้ำอุ่นและทำให้เกิดกลิ่นคาว การป้องกันกลิ่นคาวของปลาให้หมดไป ทำได้โดย ต้องต้มน้ำซุปล้างให้เดือดพล่านก่อนใส่ปลาลงไป รวมทั้งเมื่อใส่เนื้อปลาลงไปแล้ว ไม่ควรเขี่ยหรือคนเนื้อปลาจนกว่าเนื้อปลาจะสุกเสียก่อน เพียงเท่านี้กลิ่นคาวก็จะไม่หลงเหลืออีกต่อไป

ต้มข้าวต้มให้หอม...ม..ม..ม ชวนรับประทาน

ถ้าอยากให้ข้าวต้มของคุณหอมหวาน ชวนรับประทานแล้วละก็ ไม่ยากเลยล่ะค่ะ ใส่ใบเตย (อย่าลืมหั่นให้สะอาดก่อน) ลงไปตอนต้มสัก 2-3 ใบ ถ้าหุงหม้อใหญ่ก็ใส่เยอะหน่อย พอข้าวสุกค่อยตักออก แค่นี้ก็ได้ข้าวต้ม อ้อม หอม ไว้รับประทานแล้วละค่ะ

ต้มผักให้สีเขียวสวยด้วยวิธีไหน

คนไทยนิยมกินน้ำพริกต่างๆคู่กับผัก และน้ำพริกนี่ถือได้ว่าเป็นสารบีกที่ใช้ในการรับแบค ซึ่งหากผักที่ใช้กินคู่กับน้ำพริกนั้นมีสีส้ม ไม่น่ากิน ก็จะทำให้เจ้าบ้านเกิดความอับอายได้ วิธีที่จะทำให้ผักมีสีเขียวสวย คือ ใส่เกลือป่นลงในน้ำสำหรับต้มผักสีเขียว และเหยาะน้ำมันพืชเล็กน้อยจะทำให้ผักมีผิวมันน่ากินยิ่งขึ้น ส่วนผักสีขาว เช่นกะหล่ำปลี และหัวไชเท้า ให้ใส่น้ำส้มสายชูลงในน้ำที่ต้ม ผักจะมีสีเขียวสวย

ลวกเส้นสปาเกตตี้ให้ทานอร่อย

การลวกเส้นสปาเกตตี้ถือว่าง่ายก็ง่าย จะว่ายยากก็ยาก เพราะบางครั้งหากลวกไม่พอดิ เส้นก็อาจจะเละไป หรือไม่ก็แข็งไป รายละเอียดเล็กๆน้อยๆ นี้มองข้ามไม่ได้นะค่ะ เพราะสปาเกตตี้จะอร่อยหรือไม่อร่อยส่วนหนึ่งอยู่ที่เส้นนี้แหละค่ะ จะลวกเส้นสปาเกตตี้ให้อร่อย เริ่มจาก ต้องใส่เกลือเล็กน้อยลงไปในน้ำที่จะใช้ลวก พอน้ำเดือดก็ใส่เส้นสปาเกตตี้ลงไป ต้มจนเส้นอ่อนตัว ลองตักเส้นขึ้นมาชิม

สังเกตว่ายังกรุบๆอยู่ตรงกลางเล็กน้อยก็แสดงว่าใช้ได้ ยกหม้อขึ้น ซ้อนเส้นขึ้นให้สะเด็ดน้ำ แล้วแช่ลงในน้ำเย็นทันที พอเส้นเย็นแล้ว ค่อยตักขึ้นให้สะเด็ดน้ำอีกครั้ง เสร็จด้วยน้ำมันเล็กน้อย เป็นอันเสร็จ นำไปปรุงรสต่อได้ค่ะ

เคล็ดลับการแกง

วิธีทำแกงส้มให้อร่อยเร็ว

นอกจากตัวน้ำพริกแกง ที่มีความสำคัญแล้ว ขั้นตอนการปรุง และสัดส่วน ระหว่างน้ำแกงกับผัก ก็มีความสำคัญไม่แพ้กัน ในอันที่จะ ทำให้แกงส้มได้อร่อย เริ่มตั้งแต่ตั้งน้ำในหม้อ ต้องให้น้ำเดือดก่อนถึงใส่พริกแกง (น้ำแกงจะได้หอม) หลังจากใส่น้ำพริกแกง ลงไปแล้ว ให้ใช้ไฟกลาง ให้น้ำพริกแกงเดือดสักครู่ใหญ่ ถ้ารีบใส่ผักกับเครื่องอื่น ๆ ลงไป จะได้แกงส้มที่มี รสเผ็ดแบบเผด ๆ ไม่กลมกล่อม

หลังจากเติมน้ำพริกแกงสักครู่แล้ว จึงใส่ผักลงต้มจนผักสุกนุ่ม จึงใส่เนื้อปลาหรือกุ้ง ยกเว้น กรณีแกงส้มผักกระเฉด ให้ใส่ปลาปรุงรส รอจนน้ำเดือด จึงใส่ผักกระเฉดเป็นอันดับสุดท้าย แล้วปิดเตาทันที เพราะผักกระเฉด หากถูกความร้อนนานจะเหนียว ทานไม่อร่อย

แกงส้มปลา ความใช้ปลาที่สดใหม่ ยังไม่แช่เย็น จะได้เนื้อปลาที่นุ่ม อร่อย ไม่ขู๋ แต่ถ้าว่าแกงแล้วจะขาว ให้นำปลาหั่นเป็นชิ้น ตามต้องการ นำไปลวกครั้งหนึ่งก่อน แล้วค่อยนำไปแกง แต่ถ้าปลาไม่ค่อยสด หรือเป็นปลาแช่เย็น แนะนำให้นำไปทอดก่อน ให้พอ เหลือง แล้วค่อยนำมาแกงจะดีกว่า

เคล็ดลับสุดยอด ถ้าอยากได้แกงส้มที่มีน้ำเข้มข้น ให้ผสมเนื้อปลา ลงในน้ำพริกแกงก่อนนำไปแกง มีวิธีการตามนี้ นะคะ นำเนื้อ ปลาที่จะใช้ แบ่งออกมาเล็กน้อย นำไปต้มจนสุก จากนั้นแยกข้างออก นำไปโขลกในครกให้เนื้อปลาแตก จากนั้น ใส่น้ำพริกแกงส้ม ที่ เติรมไว้วางไปโขลกรวม แล้วจึงนำไปแกง ตามขั้นตอนปกติ จะได้น้ำแกง ของแกงส้มที่เข้มข้นขึ้น

เคล็ดลับ การทำแกงกะทิให้อร่อย

อันว่าแกงกะทิที่พูดถึงนั้น ก็หมายถึงแกงไทย ที่ต้องใช้กะทิ เวลาแกงกะ ซึ่งมืออยู่มากมายหลายอย่างด้วยกัน ยกตัวอย่างเช่น แกง เขียวหวาน แกงเผ็ด มัสมันและแพง เป็นต้นค่ะ

จุดหลักความอร่อย เริ่มต้นที่น้ำพริกแกงกะ อันนี้ปัจจุบันจะหาใคร มีเวลานั่งตำน้ำพริกแกงเอง ก็คงยากเต็มทน แต่ขอให้คุณ แม่บ้าน ใช้วิธีลองผัดลองถูกละ ลองสลับซื้อ ของเจ้าโน้นที ของเจ้านี้ที ว่าเวลาเอามาแกงแล้ว ของยี่ห้อไหน น้ำพริกแม่อะไร อร่อยที่สุด ครั้งต่อไป แกงก็ซื้อเจ้าที่เราถูกปากที่สุดค่ะ

สิ่งสำคัญถัดไป ก็คือกะทิกะ ถ้าทำได้อยากให้ใช้กะทิสด แบบว่าซื้อมะพร้าวขูดมาคั้นเอง โดยจะต้องซื้อมะพร้าวใหม่ๆ จริงๆ ขูด ใหม่ๆ คั้นกันใหม่ๆ (อู๊.. โคนค้อน... โอเคค่ะ เอาเคล็ดลับ แบบเหนียวน้อยหน้อย ไม่ต้องขูดมะพร้าว แบบมะหมีก็ได้) แต่ถ้ามันลำบาก เหลือแสน ก็ใช้กะทิล้างก็ได้ค่ะ

เวลาแกง ต้องผัดน้ำพริกแกงก่อนค่ะ เอาหัวกะทิ ลงไปเคี่ยวในกะทให้ แตกมัน ใส่น้ำพริกแกงลงไป ผัด ผัด แล้วก็ผัด พอ ส่วนผสมเริ่มแห้ง ก็เติมกะทิลงไปอีกพอแฉะ แล้วก็ผัด ผัด ผัด จนน้ำพริกแกงแตกมัน มีกลิ่นหอมค่ะ (ไม่แนะนำให้ผัดน้ำพริกแกง ใน คราวปิดที่ไม่มีเครื่องดูควัน นะคะ แบบว่าจามกันทั่วบ้านแ่นะคะ)

หางกะทิ เวลาแกง เราไม่ควรใส่น้ำหางกะทิตากจนเกินไปค่ะ ใส่แต่พอทำให้แกง "ขลุกขลิก" แกงจะได้รสชาติเข้มข้นค่ะ

เคล็ดลับแกงเลียงให้อร่อยได้หลายๆ มื้อ

แกงเลียงอาหารที่มีรสชาติเฉพาะตัว อร่อยเผ็ดร้อนพริกไทย หอมกลิ่นสมุนไพรจากพืชผักหลากหลายชนิด มีประโยชน์ในการขับพิษไข้เป็นอย่างดี บ่อยครั้งที่ด้วยความอร่อยแม่บ้านจึงอยากทำไว้เยอะๆ เพื่อรับประทานได้มากกว่า 1 มื้อ แต่ก็เจ้ากรรมพอลถึงมื้อที่สองแกงกลับไม่น่ารับประทานเสียแล้ว เพราะเนื้อผักและไปหมด

แก้ปัญหาได้ไม่ยากเลยล่ะ เวลาทำน้ำแกงเสร็จแล้ว อย่าเพิ่งใส่ผัก แบ่งน้ำแกงส่วนที่อยากเก็บไว้ออกไปเสียก่อน หรือจะตักแบ่งออกมาเฉพาะส่วนที่จะทานวันนี้ก็ได้ค่ะ ค่อยใส่ผักลงไปเดือดอีกครั้งก่อนตักเสิร์ฟน้ำแกงส่วนที่จะเก็บให้แช่ไว้ในตู้เย็น เวลาจะรับประทานค่อยนำออกมาอุ่นร้อนและใส่ผักค่ะ

เคล็ดลับการทอด

วิธีทอดไก่ให้กรอบนอก นุ่มใน

ใช้เนื้อไก่ ล้างแล้วผึ่งให้แห้ง ตำกระเทียมพริกไทยเม็ดให้เข้ากัน ใส่เกลือ นำไปหมักกับไก่อย่างน้อยครึ่งชั่วโมง จากนั้นเรียงใส่จานนำไปนึ่งในลังถึง เวลานั้นต้องให้น้ำเดือดก่อน นึ่งจนไก่พอสุก จากนั้นนำออกจากลังถึง ปล่อยให้เย็นตัวลง พร้อมทั้งผึ่งให้แห้ง

นำไก่ไปคลุกกับแป้งสาลี (หรือจะใช้แป้งชุบทอด ที่ขายกันทั่วไปก็ได้) คลุกกับแป้งแห้ง ๆ จากนั้นชุบด้วยไข่ไก่ที่ตีเข้ากันแล้ว แล้วนำไปคลุกเกล็ดขนมปัง แล้วเอาไปทอด ในน้ำมันร้อนจัด ด้วยไฟปานกลาง พอเกล็ดขนมปังสุกเหลือง จึงช้อนขึ้นพักสะเด็ดน้ำมัน เท่านั้น ก็จะได้ไก่ทอด กรอบนอกนุ่มในค่ะ

อีกวิธีหนึ่ง ถ้าไม่ชอบ แบบชุบเกล็ดขนมปังทอด หลังจากนึ่งเสร็จ รอจนไก่เย็นตัวลงแล้ว นำไปชุบกับแป้งทอดกรอบ เคล็ดลับสำคัญอยู่ที่ เวลาผสมแป้งกับน้ำ ให้ใช้น้ำเย็น ผสมให้แป้งขึ้นพอชุบติด จุ่มไก่ลงทอด ในน้ำมันร้อนจัดเช่นกัน ก็จะได้ไก่ทอดกรอบ นอกนุ่มในอีกแบบหนึ่ง

เคล็ดลับ วิธีปั้นทอดมัน ไม้ให้เหนียวติดมือ

ฟังดูแล้วขำๆ มั้ยคะ ทอดมันจะให้ทานได้อร่อย ต้องขนาดส่วนผสม ให้เหนียว ยิ่งเหนียวได้ที่ยังทอดแล้วทานอร่อย แต่ว่าเวลามันเหนียวแล้ว นี้อะไรคะ เลยทำให้ทอดลำบากจัง เพราะว่ามันเหนียวติดมือคะ

จริงๆแล้วไม่ยากเลยนะคะ เวลาจะปั้นทอดมันลงทอด ให้เตรียมชามใบใหญ่ ใส่น้ำเปล่าลงไป ตามด้วยเกลือประมาณ 1 ช้อนทานข้าว คนให้ละลาย พอน้ำมันในกระทะร้อนได้ที่ ให้เอานิ้วมือ จุ่มในน้ำเกลือ ก่อนใช้มือข้างนั้น ปั้นส่วนผสมลงทอด ส่วนผสมจะไม่ติดมือคะ ถ้าเริ่มปั้นแล้วเหนียวติดมืออีก ก็เอามือไปจุ่มน้ำเกลือใหม่คะ ง่ายมากๆ เลยใช่มั้ยคะ

เรื่องทอด ทอด 1 : ทอดปลาสด

เวลาทอดปลาสดๆ ถ้าเป็นปลาที่ใส่เอาก้างออกแล้ว เวลาทอดให้เอาด้านที่เป็นหนังปลาลงก่อน ให้ตะหลิวกดขึ้นปลาไว้จนกว่าจะหยุดหดตัวปลาจะได้ไม่งอ จากนั้นค่อยกลับเอาทางเนื้อลงทอดจนเหลืองกรอบ

เรื่องทอด ทอด 2 : ทอดปลาทุ

การทอดปลาทุนั้นควรใช้ไฟค่อนข้างแรง (แต่ไม่ต้องแรงขนาดผัดผักนึ่งไฟแดงนะคะ) ไม่ควรกลับตัวปลาบ่อยจนเกินไป จะทำ

ให้ผิวปลาสดลอกดูไม่สวย ควรรอจนกระทั่งข้างที่ลงทอดก่อนเริ่มเหลือง แล้วค่อยกลับทอดอีกข้างจนเหลืองกรอบ กลับอีกด้านทอดอีกสักครู่ก็ใช้ได้แล้วละ

เรื่องทอดทอด 3 : ทอดปลาไม่ให้น้ำมันกระเด็น

คงดูไม่ค่อยดูแล ถ้าแม่ครัวคนเก่ง ต้องคอยเอาฟามือ แพนเกราะป้องกันน้ำมันกระเด็นใส่เวลาทอดปลา เค็ลค่างๆ เพียงแค่คุณทาเกลือที่ตัวปลาก่อนนำไปทอด เพียงแค่นี้ก็ช่วยให้ไขมันไม่กระเด็นแล้วละ อ้อ อย่าลืมสะเด็ดน้ำในตัวปลาให้แห้งก่อนนำลงทอดด้วยนะ เพราะถึงจะทาเกลือ แต่ถ้าคุณเทน้ำจากตัวปลาลงในกระทะ น้ำมันร้อนๆ ยังไงก็ตัวใคร ตัวมันล่ะละ

ทอดปลาไม่ให้ติดกระทะ

ปลาเป็นอาหารที่มีโปรตีนมาก เหมาะสำหรับผู้มีอายุ เนื่องจากเป็นอาหารที่ย่อยง่าย และไม่มี คอลเรสเตอรอล นอกจากนั้นเนื้อปลายังมีไขมันและแร่ธาตุอื่นๆ เช่น แคลเซียม กับฟอสฟอรัส ซึ่งมีความจำเป็นต่อร่างกายอย่างมาก

ปลาที่มีความสดใหม่นั้นเมื่อทอดหนึ่งปลาจะไม่ติดกระทะ ต่างกับปลาที่ไม่สด แต่แม้ว่าปลาจะไม่สดอย่างไรก็มีวิธีแก้ไขคือ หลังจากทอดเคล็ดปลาเสร็จแล้ว นำไปล้างน้ำให้สะอาด ซับเนื้อปลาให้แห้งดี ทาเกลือปนให้ทั่วตัวปลา จึงนำลงทอดในน้ำมันร้อน รอจนปลาลอยตัวขึ้นมาจึงค่อยพลิกกลับอีกด้านหนึ่ง อย่าพลิกกลับปลาไปมาบ่อย จะทำให้เนื้อปลาและ (น้ำมันที่มีความเหมาะสมในการทอดปลา คือ น้ำมันจากสัตว์ หรือน้ำมันปาล์ม)

เทคนิคทอดอาหารไม่ให้เกิดไขมัน

ขนมปังหน้ากุ้งเอช ปาท่องโก๋เอช อาหารอร่อยๆ ที่แค่ได้ยินชื่อก็เรียกน้ำย่อยมารอในกระทะได้แล้ว แต่ความอร่อยคงจะลดลงทันที ที่เมื่อเรากัดเข้าปากแล้วต้องเจอกับสภาพน้ำมันเยิ้มออกมาจนทำให้รู้สึกเลี่ยน จะทำยังไงให้อาหารประเภททอดๆ ทานแล้วไม่เลี่ยน คำตอบก็คือ ต้องทอดให้ไม่อมน้ำมัน เทคนิคง่ายๆ ละ แค่ใส่น้ำส้มสายชูเล็กน้อยลงไปน้ำมันที่จะใช้ทอด แล้วก็ทอดตามปกติ เพียงเท่านี้เมนูโปรดของคุณก็จะไม่อมน้ำมันแล้วละละ

ทอดอาหารไม่ให้ออมน้ำมัน

คนไทยนิยมกินอาหารทอดอย่างแพร่หลายเนื่องจากรสชาติที่กรอบอร่อยและมีสีสวยงาม สิ่งสำคัญในการทอด คือ น้ำมัน นอกจากจะทำให้อาหารสุกแล้วยังเป็นตัวดูดซับวิตามิน A D E K อันจำเป็นต่อร่างกาย แต่น้ำมันนั้นเป็นอันตรายต่อผู้สูงอายุ และคนอ้วน ดังนั้นการกินอาหารทอดมากๆ จะก่อให้เกิดอันตรายต่อร่างกายได้ วิธีที่ทำให้อาหารทอดไม่อมน้ำมัน คือ การทอดให้ใช้ไฟปานกลางค่อนข้างร้อน เมื่อของที่ทอดสุก ใกล้เคียงจะนำขึ้นจากกระทะ ให้แรงไฟแรงขึ้นให้น้ำมันเดือดสักครู่หนึ่ง จึงตักอาหารขึ้นจากกระทะ

เบคอนทอดยังไงไม่ให้ออ

เคยรับประทานอาหารเช้าตามโรงแรม ที่เค้าเรียกกันว่า ABF (American Breakfast) ก็จะพบกับเบคอนทอดหอม มีสีเหลืองและกรอบน่ารับประทาน แต่พอซื้อมาทอดทานเองที่บ้านที่ไรเป็นต้องงอหงิกทุกครั้ง ไม่น่ารับประทานเอาเสียเลย เลยไปเสาะหาทำเล่าสู้กันฟังว่าทำอย่างไรถึงจะทอดเบคอนแล้วไม่งอ วิธีการก็คือให้นำเบคอนไปจุ่มนมสดให้ทั่วทั้งแผ่น แล้วนำไปทอดในกระทะแบบแบน โดยไม่ต้องใส่น้ำมัน ใช้ไฟปานกลาง ทอดจนเบคอนเหลืองกรอบ เท่านั้นก็จะได้เบคอนที่สวยน่ารับประทาน ไม่หงิกงออีกต่อไป

เคล็ดลับการทำ การยำ

อาหารประเภทยำ ทำยังไงให้อร่อย

สำหรับมือใหม่หัดยำทั้งหลาย คงเคยคลุ้มอกคลุ้มใจ เวลาทำอาหารจานยำ ทำยังไงก็ทานไม่อร่อยสักที ทำไมไม่เหมือนเวลาไปทานที่ร้านเค้ายำ อร่อย อร่อย วันนี้แม่สาธิตา รวบรวมเอาเคล็ดลับเล็กๆ น้อยๆ มาเปิดเผยกัน ว่าอาหารประเภทยำ ทำยังไงให้ทานได้ อร่อย

หากจะแยกประเภทของอาหารจานยำแล้ว แม่สาธิตา อยากจะแยกประเภทย่อยๆ ออกไปอีกเป็น 2 กลุ่มหลักๆ ค่ะ คือ ยำเนื้อสัตว์ กับ ยำผักผลไม้ ซึ่งพื้นฐานรสชาติของวัตถุดิบหลัก ที่นำมาขยำนั้นไม่เหมือนกัน เราจะสังเกตได้ว่าเวลาเป็น ยำเนื้อสัตว์ เราต้องใส่ผัก ตระกูลสมุนไพรมันๆ ที่มีกลิ่นแรงลงไป (อาทิ หอมแดง หอมใหญ่ ขึ้นฉ่าย กระเทียม) เพื่อกลบกลิ่นคาวของเนื้อสัตว์ และมักยำให้มีรสจัดจ้าน แต่หากเป็นยำผักผลไม้ บทบาทของเครื่องสมุนไพรมันๆ เหล่านี้ก็จะลดลงไป ยำผลไม้บางจาน ไม่ใส่แม้กระทั่งกระเทียม

มาเข้าเรื่องกันดีกว่า วิธีทำอาหารประเภทยำให้อร่อย มีสิ่งที่จะต้องคำนึงถึงหลักๆ ได้แก่

อันดับแรก ความสดใหม่ของส่วนผสม ยังคงความเป็นหัวใจหลัก สำคัญของความอร่อยอยู่ตลอดเวลา

ลำดับถัดมา น้ำยำ ถ้าเป็นพ่อบ้านแม่บ้านมือโปร คงจะบอกว่า ก็ตักๆตวงๆ คลุกๆ คนไปชิมไปก็อร่อยแล้ว แต่มือใหม่หัดยำ มีหวังชิมกันจนหมดชามกันไปข้างนึง สมัยแม่สาธิตาหัดขยำวันเสียนั้น กว่าจะขยำเสร็จก็อึดพอดี๋ยะ ก็เลยขอแนะนำให้ผสมน้ำยำขึ้นมาก่อน แล้วค่อยเอาไปคลุกกับส่วนผสมอย่างอื่นค่ะ น้ำยำทำง่ายๆ ละลายน้ำตาลในน้ำร้อน คนให้ละลายเป็นน้ำเชื่อมข้นพอควร พักไว้ให้หายร้อน จากนั้นผสมน้ำปลา และน้ำมะนาว ในสัดส่วนเท่าๆกัน ใส่เกลือเล็กน้อย คนให้ละลาย ผสมน้ำเชื่อมลงไป (ถ้าจะเกียจทำน้ำเชื่อม จะใช้ตักน้ำตาลใส่ลงไปคนให้ละลายก็ได้ค่ะ แต่จะใช้เวลานิดนึง จากนั้นชิมให้ได้รสที่ชอบ โดยมากจะแนะนำให้ มี รสเปรี้ยว เค็ม หวาน เท่าๆ กันไว้ก่อน

ส่วนรสเผ็ด ให้เอากระเทียม พริกขี้หนู โขลกให้เข้ากัน (ถ้าใจไม่ถึง จะใช้ซอยพริกขี้หนู หรือบุบพอแตกก็ได้ค่ะ รสชาติก็จะเผ็ดน้อยลง แล้วค่อยเอามาผสมลงในน้ำยำที่เตรียมไว้ เวลาใส่อาจไม่ต้องใส่พริกกระเทียม ที่ตำเตรียมไว้ทีเดียวทั้งหมด เพราะถ้าเผ็ดเกินไป จะแยกยาก ตักพริกใส่พอประมาณ ชิมแล้วเผ็ดน้อยไปค่อยเติมดีกว่าค่ะ

ลำดับขั้นเวลาขยำ ก็สำคัญนะคะ เวลาขยำให้คลุกส่วนผสมหลัก ให้พอเข้ากันก่อน (ยกเว้นส่วนผสมที่มีความกรอบ เอาไว้ใส่ทีหลัง) จากนั้นผสมน้ำยำลงไปคลุกเคล้าให้เข้ากัน ชิมและปรุงรสเพิ่มตามชอบ จากนั้นจึงใส่ของกรอบลงไป เคล้าให้เข้ากัน เป็นอันใช้ได้

อ้อ.. เกือบลืม ถ้าคุณชอบรสกระเทียมคอง นอกจากเนื้อกระเทียม ใส่ น้ำกระเทียมคอง ก็ช่วยชูรสยำ ของเราให้อร่อยยิ่งขึ้นได้ค่ะ

พลาแตกต่างจากยำอย่างไร

คุณพ่อบ้านแม่บ้านมือโปรทั้งหลาย อ่านหัวข้อนี้แล้ว อย่าเพิ่งจำแม่สาธิตาเลยนะคะ เพราะบางคนไม่ทราบจริง ๆ ค่ะ ว่ายำกับพลา มันต่างกันยังไง เพราะรสชาติก็เปรี้ยว เค็ม หวาน คล้าย ๆ กัน จุดต่างอยู่ที่ส่วนผสมอย่างหนึ่งซึ่งก็คือ ตะไคร้ ค่ะ พลาจะมีรสเข้มข้นของสมุนไพรรสตะไคร้ พลาบางสูตรมีการเอาข่ามาผสมด้วย ด้วยการเอา ข่า ตะไคร้ กระเทียม พริก กับเกลือ มาโขลกรวมกันเป็นเครื่องยำ ค่ะ อีกอย่างหนึ่งที่ทำให้พลาต่างจากยำก็คือ วิธีทำให้สุก เนื้อสัตว์ที่นำมาพลา ส่วนมากก่อนนำมาพลาจะยังไม่สุกเต็มที่ เราจะทำให้สุกโดยใช้ น้ำมะนาวอีกทีค่ะ ทีนี้ก็หายข้องใจแล้วนะคะ

เคล็ดลับตำนำพริกกะปิป้อร่อยเลิศ

ตำนำพริกกะปิป้อร่อยนะหรือคะ ไม่ยากเลยคะ ต้องเริ่มตั้งแต่เลือกซื้อกะปิ ต้องเป็นกะปิดี หอมไม่หืน กระเทียมที่ใช้ควรเป็นกระเทียมกลีบเล็กคะ เพราะจะหอมกว่ากระเทียมเม็ดใหญ่ พริกขี้หนูก็เหมือนกันควรเป็นพริกขี้หนูเม็ดเล็ก ก่อนจะทำให้เอาใบตองมาห่อกะปิไปปิ้งให้หอม จากนั้นเอาไปตำสูตรใครก็สูตรใครละคะ เปรี้ยว หวาน เค็ม ตามรสนิยม ถ้าอยากให้น้ำพริกดูมีเนื้อขึ้น แนะนำให้ใส่กุ้งแห้งลงไปตำด้วย เคยลองใช้น้ำส้มคั้นผสมลงไปด้วยให้รสหวานอมเปรี้ยวกลมกล่อม อร่อยไม่ใช่เล่นเลยคะ ไม่เชื่อต้องลองดูคะ

มะละกอสำหรับตำส้มตำ ทำอย่างไรให้กรอบอร่อยไม่นิ่มละ

แปลกจริงหนอเวลาลุกขึ้นมาตำส้มตำทานเอง เจ้ามะละกอที่เราสับเองกับมือมันกับเส้นนิ่มละ ตำแล้วทานไม่อร่อยเหมือนกับที่ซื้อจากเจ้าประจำหน้าปากซอยมาทานเอาเสียเลย จะว่าสับเส้นเล็กก็ไม่ใช่ จะว่าตำนานไปก็ไม่เชิงเทคนิคง่ายมากคะ คว้ามะนาวขึ้นมาเลยคะ หนึ่งลูก หรือจะใช้เปลือกมะนาวที่บีบเอาน้ำเตรียมสำหรับปรุงรสส้มตำออกแล้วก็ได้คะ เอามะละกอที่สับเสร็จเรียบร้อยแล้วใส่ลงในอ่าง ใส่น้ำเปล่าลงพอท่วมเส้นมะละกอ ตามด้วยเปลือกมะนาว ถ้ากลัวเปลือกไม่พอ บีบน้ำมะนาวตามลงไปอีกหน่อย คลุกเบาๆ ย่ำ..เบาๆนะคะ เบาๆ แซ่ทั้งไว้สักครู่ ก่อนจะนำเส้นมะละกอขึ้นมาสะเด็ดน้ำนำไปตำส้มตำตามปรกติ แปลกมากคะ เส้นกรอบอร่อยจนแทบไม่น่าเชื่อ ลองดูสิคะ ได้ผลแน่นอน (เพราะแม่ค้าส้มตำเค้าออกมา)

แสบร้อนที่มือเพราะพริกขี้หนู ทำไงดี???

เคยไหม หน่น ซอย หรือว่าเด็ดพริกขี้หนู แล้วสิ่งที่ได้มากกว่าความเผ็ดของอาหาร ก็คือความร้อนแสบไปทั่วบริเวณนิ้ว หรือมือที่สัมผัสกับพริกขี้หนูที่ฤทธิ์ไม่พริกขี้หนูเอาเสียเลย แก้ได้ไม่ยากคะ วิธีแรกท่านว่าให้นำเกลือแกงก็เกลือเค็มๆที่เราใช้ปรุงอาหารนี่ละคะ สักหนึ่งช้อนแกง ถูลงบนมือดูไปดูมาความแสบร้อนก็จะคลายลงคะ อีกวิธีหนึ่งท่านว่าแทนที่จะใช้เกลือแกง ให้ใช้แป้งคะ จะแป้งเด็กทาตัวหรือแป้งหมี่ที่เราใช้ทำอาหารก็ได้ ถูดู ไปตรงบริเวณที่รู้สึกแสบร้อน สักครู่ก็จะรู้สึกดีขึ้น

เคล็ดลับการย่าง การเผา

เคล็ดลับวิธีเผามะเขือยาว

มะเขือยาวเวลาจะเอาไปทำอาหารบางประเภท ต้องเอาไปเผาก่อน แต่ถ้าเผาไม่เป็นก็จะได้ มะเขือเผาเนื้อแข็ง ทานไม่อร่อย ที่เป็นอย่างนั้นเพราะเรากลัวมะเขือจะไหม้ เลยใช้ไฟอ่อน กลับกลายเป็นว่าต้องใช้เวลาเผานาน เนื้อมะเขือที่ปอกแล้วเลยมีสีน้ำตาล แข็ง ไม่น่าทาน วิธีเผามะเขือยาวที่ถูกต้องให้ใช้ไฟแรงคะ กลับไปมาจนสุกทั่ว จากนั้นเอาไปจุ่มน้ำเย็นสักครู่หนึ่ง เมื่อดอกเปลือกออก เนื้อมะเขือข้างในจะยังนุ่มและมีสีเขียวสวย น่าทานคะ

เคล็ดลับ การย่างปลา

เคยมั๊ยคะ ย่างปลารับประทานเอง จากปลาตัวอ้วน ย่างเสร็จเหลือตัวนิดเดียว เพราะหนังหาย เนื้อหาย ดิดตะแกรงย่างไปซะหมด มีเคล็ดลับวิธีย่างปลา ไม่ให้ดิดตะแกรง มาฝากคะ

วิธีแรก เวลาช่าง ก่อนจะวางปลาลงย่าง บนตะแกรง ให้วางตะแกรงบนไฟ ให้ร้อนเสียก่อน แล้วค่อยวางปลาลงย่าง จะช่วยให้ปลาไม่ ดิดตะแกรงคะ **อีกวิธี**นะคะ ให้นำน้ำส้มสายชู ทาตะแกรงให้ทั่วก่อนเอาไปใช้ย่างปลา จะช่วยให้ปลาไม่ดิดตะแกรงคะ **แถมให้อีกนิด** เวลาช่างปลา ถ้าไม่อยากให้มีควันคลุ้ง ขณะย่างปลา ให้ใช้ถ่านที่คุ้ไฟดีแล้ว และใช้เกลือโรย จะช่วยให้ไม่มีควันคลุ้งคะ

เคล็ดลับ การเลือกซื้อ ผัก ผลไม้ และเนื้อสัตว์

หลักการเลือกซื้อผลไม้

แม่บ้านพ่อบ้านมือใหม่ เวลาซื้อผลไม้จะต้องเลือกซื้อผลไม้ คงจะอ่อนนอกอ่อนใจ ไม่น้อย เพราะหลายครั้งซื้อมาแล้ว กลับไม่ได้ทาน หรือทานไม่ได้ เพราะรสชาติไม่ดี หรือเน่าเสียซะก่อน วันนี้แม่เขียวหวาน มีเรื่องมาเล่าสู่กันฟังว่า ความจริงแล้วเราสามารถใช้อะไร ประสาทสัมผัสทั้งห้าของเรา ในการเลือกซื้อผลไม้ค่ะ

เริ่มจาก **ตา** ขนาด รูปร่างหน้าตา ของผลไม้ ได้สัดส่วนสวยงาม ตามลักษณะที่ควรจะเป็น (ขนาดไม่เล็กไปใหญ่ไป ตรงตามลักษณะของสายพันธุ์ของผลไม้ชนิดนั้นๆ) สีควรมีสีเข้มเป็นมัน สม่ำเสมอ นอกจากนั้นก็ควรดูความสดสะอาด ไม่ช้ำ ไม่แตก ไม่มีรอยจุดจากโรคแมลง **หูฟัง** ผลไม้หลายชนิด เราสามารถเลือกซื้อ โดยการฟังเสียงที่เกิดจากการเคาะ หรือเขย่า **จมูกดมกลิ่น** ควรมีกลิ่นหอมชวนทาน ผลไม้บางประเภทอาจมีกลิ่นฉุนเฉพาะตัว ต้องเป็นกลิ่นที่เหมาะสม ไม่ใช่กลิ่นเน่า **ลิ้นชิมรส** ควรมีรสชาติและรสสัมผัสตามที่ควรจะเป็น เช่นส้มควรหวานฉ่ำน้ำ ไม่ใช่ทานเข้าไปแล้วเนื้อแข็งกระด้าง รสเปรี้ยวจนคิดว่าเป็นมะนาว **กายสัมผัส** เมื่อจับดูควรรู้สึกถึงความนุ่มนวล หรือแน่นหนา ตามที่ควรจะเป็น ผลไม้หลายอย่างถ้าจับดูแล้วรู้สึกนิ่ม อาจแสดงว่าใกล้จะเสียแล้วค่ะ

วิธี เลือกซื้อหอย

ซื้อหอยสด ทั้งเปลือก ปากเปลือกจะปิดแน่น เมื่อวางทิ้งไว้ปากจะอ้าออก พอเอามือแตะ ปากจะปิดทันที **หอยแมลงภู่** ที่แกะแล้ว ควรเลือกตัวสีสด ไม่ช้ำ ตัวหอยยังดูเป็นตัว ไม่ขาดรุ่งริ่ง น้ำที่แช่หอย ต้องไม่ขุ่นมาก และไม่มีเมือก **หอยนางรม** ที่แกะแล้วสีต้องสด มีเขี้ยวบางๆ เกาะอยู่ด้วยค่ะ

ปู : วิธีเลือกซื้อปูทะเล

ปูทะเลสด จะมีสีเขี้ยวเข้ม อ้วน หนัก ก้ามใหญ่ ตาโต กลางหน้าอก (ไม่ใช่กลางกระดองนะค่ะ ต้องหงายท้องดูค่ะ) จะแข็งแรงไม่ลง ถ้าเป็นปูตัวเมีย ฝาปิดหน้าอกจะใหญ่ ส่วนตัวผู้ฝาปิดหน้าอก จะเล็ก ปูตัวผู้เนื้อจะมากกว่าตัวเมียค่ะ

ปูทะเล จะซื้อมาทำอาหารให้อร่อย ต้องซื้อตอนยังเป็นๆ อยู่ค่ะ (ใครถือศีล สงสัยจะทำใจลำบาก) วิธีทดสอบว่าปูยังเป็น อยู่หรือ เปล่า ให้ลองแหงนดูตาปูดูค่ะ ถ้ายังกระดุกกระดิกอยู่ แสดงว่ายังไม่ตาย เราไม่นิยมใช้ปูตาย เพราะเนื้อจะน้อยกว่าปูเป็นๆ ค่ะ

ซื้อปูไข่ จะรู้ได้ยังไง ว่ามีไข่หรือไม่มีไข่ อันนี้ต้องออกแรงนิ้ว ดัดกระดองดูค่ะ จะมีเสียงแน่นทึบ ถ้าเป็นเสียงโปร่งอย่าซื้อค่ะ น่าจะไม่มีไข่ค่ะ

ปลา : วิธีเลือกซื้อปลา

กฎข้อที่ 1 ก่อนที่จะซื้อปลา ควรดูก่อนว่าจะเอาปลาไปทำอะไรค่ะ เพราะเวลาเลือกซื้อเรา ต้องเลือกซื้อตามชนิดอาหาร ที่จะทำ เช่น ถ้าจะซื้อไปทำทอดมัน ก็ซื้อเป็นเนื้อปลา ถ้าจะซื้อไปทอด ก็ใช้ปลาทั้งตัว แต่ต้องตัวไม่ใหญ่มากจนเกินไป ส่วนถ้าจะนึ่งก็เลือกได้ว่า จะนึ่งทั้งตัว หรือจะนึ่งเป็นชิ้นค่ะ

กฎข้อที่ 2 เนื้อปลาต้องสด ค่ะ เอื่อพุดมันง่าย แต่ถ้าคนไม่เคยซื้อนี้ มันดูยากเหลือหลาย ข้อสังเกตง่ายๆ ปลาสด ผิวจะเป็นมัน มีเมือกใสๆ บางๆ หุ้มตัว ตาฉูด ใสฝังแน่นในเบ้าตา ถ้าตาโป้ตาขุ่น สงสัยไว้ก่อนว่า คงไม่สด เหยือกมีสีแดง เนื้อแน่นกดแล้วไม่บุ๋ม ถ้าเป็นปลาที่มีเกล็ด เกล็ดต้องยังเป็นเงา แนบติดกับตัวค่ะ

กฎข้อที่ 3 ของคมหนอย ลองดมดูสักนิดค่ะ ปลาจะมีกลิ่นคาวตามธรรมชาติ แต่ที่แน่ๆ ต้องไม่ใช่ กลิ่นเหม็นเน่าค่ะ

คิดแล้วดม : เคล็ดไม่ลับซื้อสับประรด

ถ้าใครที่นาน ๆ จะซื้อสับประรดมาปอกรับประทานเองสักที อาจจะมีปัญหาว่าเลือกอย่างไรถึงจะได้สับประรดเนื้อดี หวานฉ่ำ คิดแล้วดมทีละ คิดถ้าเสียงแปะ ๆ ละก็ใช้ได้ ถ้าเป็นเสียงโป๊ก ๆ ละก็อย่าซื้อมาเชียว ถ้าจะซื้อแล้วปอกรับประทานวันนั้น เลยกก็เลือกที่ดมแล้วมีกลิ่นหอมสับประรดออกมา ถ้าจะเก็บไว้ทานวันหน้า ก็เลือกที่หอมน้อยหน่อย

Shake Shake Shake ก่อนซื้อมะพร้าวอ่อน

หลาย ๆ ครั้งทีซื้อมะพร้าวอ่อนมาทาน ป้ายก็คิดว่ามะพร้าวอ่อน แต่เอาเข้าจริง ๆ เนื้อมะพร้าวกับไม่อ่อนเหมือนป้าย มีวิธีสังเกตมะพร้าวอ่อนหรือไม่อ่อนง่าย ๆ คือให้ลองเขย่าดู ถ้ารู้สึกเหมือนน้ำจะเต็ม ๆ ลูกอยู่ (ไม่ค่อยมีเสียงน้ำ) แสดงว่าเนื้อมะพร้าวยังอ่อนอยู่ ถ้าได้ยินเสียงน้ำอยู่ข้างในซัด ๆ แสดงว่ามะพร้าวลูกนั้นเนื้อแข็งแล้วละ



เต้าหู้ : วิธีเลือกซื้อ : รู้ได้อย่างไร ว่าไม่ใส่สารกันบูด

เป็นที่ยอมรับกันอยู่ในปัจจุบันว่า นอกจากเนื้อสัตว์แล้ว "เต้าหู้" เป็นอาหารที่มีโปรตีนสูง เวลาเข้าสู่ช่วงเทศกาลกินเจ เราจะได้เห็นหน้าค่าตา เต้าหู้ บ่อยเป็นพิเศษ แต่ถึงแม้จะไม่ใช้ช่วงเทศกาลกินเจ เราก็ยังคงนิยมใช้ เต้าหู้ มาประกอบอาหารกันอยู่เป็นประจำ ในปัจจุบันเต้าหู้ที่เห็นขายกันอยู่ใน ท้องตลาด มีทั้งเต้าหู้สดและเต้าหู้อุตสาหกรรม

เต้าหู้สด เต้าหู้สดที่ผลิตด้วยวิธีธรรมชาติ จะไม่ใส่สารกันบูด เวลาใช้ ควรซื้อมาแล้วใช้ประกอบอาหารทันที เต้าหู้ที่สดใหม่ จะมีกลิ่นหอม และรสชาติที่สุด เต้าหู้ที่ทำขายวันต่อวัน ไม่มีของเหลือค้างก็ไม่น่าจะมีสารกันบูด แต่ถ้าอยากพิสูจน์ก็ไม่ยาก แค่เอาเต้าหู้วางไว้เปลือยๆ ไม่ต้องหล่อน้ำเลี้ยง ไว้ในอกตู้เย็น ถ้าไม่บูดเปรี้ยวในหนึ่งวัน ก็สันนิษฐานได้เลยว่า เป็นเต้าหู้ที่ไม่ใส่สารกันบูด

เต้าหู้อุตสาหกรรม จะใช้ความร้อนสูงและบรรจุภัณฑ์มายืดอายุเต้าหู้ จะระบุอายุการเก็บไว้ต่าง ๆ กัน ถ้าบรรจุในบรรจุภัณฑ์พลาสติกสุญญากาศ จะระบุอายุตั้งแต่ 3-6 สัปดาห์ ส่วนเต้าหู้หลอดอายุ 6 สัปดาห์ แต่คุณรู้หรือไม่ ว่า*ความอร่อยของเต้าหู้อยู่ที่ความสด* ผู้เชี่ยวชาญเรื่องเต้าหู้ ที่ทั่วโลกยอมรับ William Shurtleff และ Akiko Aoyagi บอกว่า เต้าหู้อุตสาหกรรม ในบรรจุภัณฑ์ต่างๆ สามารถคงความสดอยู่ได้ประมาณ 7 วัน หลังจากนั้น ถึงไม่เสียแต่ก็ไม่สด รสชาติเสื่อมลง ดังนั้นเราควรซื้อ เต้าหู้ที่มีอายุไม่เกิน 7 วัน นับจากวันที่ผลิต (โอ้.. จะหาซื้อได้ในซูเปอร์มาร์เก็ต หรือเปล่านี่) เอาเป็นว่า เวลาหยิบนอกจากจะดูว่ายังไม่หมดอายุ ก็เลือกเอาที่เก่าน้อยที่สุดแล้วกันละ แล้วก็ถ้าใครที่ชอบซื้อมาเก็บไว้ทีละเยอะๆ คงต้องเปลี่ยนวิธีใหม่ ซื้อมาพอใช้ หมดแล้วซื้อใหม่ดีกว่าละ

การเก็บรักษาผัก ผลไม้ และเนื้อสัตว์

วิธีเก็บน้ำมะนาวไว้ใช้นาน ๆ

หน้าแล้ง มะนาวแห้งไม่มีน้ำ แล้วยังลูกนึ๊กแพ้งแพง แม่เขียวหวานมีวิธีเก็บน้ำมะนาว เวลาอยู่ในน้ำมะนาว หรือช่วงไหนได้มะนาว เป็นของฝากมาเยอะจนกินกันแต่อย่า ทำแต่น้ำมะนาว ดื่มก็ไม่ทัน วิธีการคือให้คั้นน้ำมะนาว ใส่กล่องเก็บอาหารใบเล็ก ๆ แช่ในช่องแช่แข็ง จนมะนาวกลายเป็นก้อนน้ำแข็งมะนาว เก็บไว้เมื่อจะใช้ค่อยเอามาละลายค่ะ

ปล. ระวังเด็ก ๆ จะเข้าใจว่าเป็น ไอศกรีมค่ะ

วิธีเก็บหอมหัวใหญ่ไว้ใช้ได้นาน ๆ

เคยไหมคะเก็บหอมหัวใหญ่ไว้นานไปหน่อย หอมหัวใหญ่มักจะแตกราก แทะใบออกมาเป็นดินอยู่บ่อย ๆ (ข้างเป็นพืชที่ปลูกง่าย ใต้ง่ายซะจริงหนอ) วิธีเก็บหอมหัวใหญ่ไว้ให้ใช้ได้นาน ๆ แม่เขียวหวานแนะนำ ให้ใส่หัวหอมใหญ่ในถุงกระดาษสีน้ำตาล พับปิดปากถุง ใส่ไว้ในช่องแช่ผัก หัวหอมใหญ่จะอยู่ได้นานขึ้นค่ะ

เคล็ดลับ เรื่องปลา ปลา 1: ล้างปลา เก็บปลา อย่างมือโปร

เวลาซื้อปลามาแล้ว ถ้ายังไม่ได้ทำความสะอาด คุณแม่บ้าน อย่าเพิ่งใส่กล่อง โยนเข้าตู้เย็นนะค่ะ วิธีที่ถูกต้อง เราจะต้องขอดเกล็ด (ในกรณีที่มีเกล็ด) ควักไส้ และล้างทำความสะอาด ก่อนค่ะ จากนั้นจึงเก็บทั้งตัว แต่ถ้าจะใช้แต่เนื้อ ก็ให้แล่เป็นชิ้นๆ ถ้าจะใช้ทำอาหาร ในวันนั้นก็แช่เย็นธรรมดา แต่ถ้าจะเก็บไว้ทานวันอื่นๆ ก็ให้แช่แข็งไปเลยค่ะ

เวลาล้างปลา ให้ใช้น้ำเกลือล้างจะช่วยให้ปลามีรสชาติขึ้น ยิ่งถ้าปลามีเมือกมาก การใช้เกลือป่นทามือและ ทาที่ตัวปลา จะทำให้จับถนัดมือขึ้นค่ะ

เวลาคัดไส้ปลาตัวกลม เช่น ปลาดุก ปลาช่อน ให้ใช้มีดปลายแหลม กรีดที่ท้องปลา แต่ต้องระวังไม่ให้ดีแตก เพราะจะทำให้เนื้อปลาขม ใต้นะค่ะ



เก็บใบแมงลัก ใบโหระพา ไว้ใช้ได้หลายวัน

ใบผักอย่างใบแมงลักหรือใบโหระพา เป็นผักที่ซู้และเน่าเสียได้ง่าย ถ้าบังเอิญคุณซื้อมามากจนกินไปแล้วอยากเก็บไว้ให้ใช้ได้หลายวัน ให้เด็ดใบออกจากก้าน ผึ่งไว้พอแห้ง (ไม่ต้องล้างน้ำนะค่ะ แต่ก็อย่าผลอผึ่งไว้ซะจนแห้งกรอบละ) นำใบที่เด็ดแล้วใส่ถุงพลาสติก มัดปากถุงให้แน่น ให้มีลมอยู่ในถุงบ้าง จากนั้นนำไปแช่ในตู้เย็นช่องธรรมดา ก็จะเก็บไว้ใช้ได้หลายวันค่ะ

ทำอย่างไรผักแช่เย็นจะดูสดใหม่

การเก็บผักไว้ในตู้เย็น อาจทำให้ผักดูไม่สด ไม่น่ารับประทาน วิธีง่ายๆ ที่จะคืนความสดให้กับผักทำได้โดยการเตรียมภาชนะใส่น้ำให้มีขนาดพอเหมาะที่จะแช่ผัก จากนั้นตัดก้านผักออกบางส่วน โดยต้องตัดได้ผิวหนังน้ำทั้งนี้เพื่อไม่ให้อากาศเข้าไปอุดตันทางเดินของน้ำ จากนั้นแช่ผักทิ้งไว้ในน้ำเย็นสักพัก ผักจะกลับมามีชีวิตชีวาอีกครั้ง น่ารับประทาน



เก็บกุ้งแห้งไว้ให้ทานได้นานๆ

กุ้งแห้ง แม้ชื่อจะดูแห้งๆ แต่เชื่อว่าหลายคนคงชอบรับประทาน ด้วยรสชาติที่เอร็ดอร่อยของมันนั่นเอง ด้วยราคาที่ค่อนข้างสูง เมื่อซื้อมาแล้ว เราก็ย่อมอยากเก็บไว้รับประทานได้นานๆ เป็นธรรมดา วิธีการก็ง่ายมาก ถ้ากุ้งแห้งที่ซื้อมายังดูชื้นๆ อยู่ ให้นำไปตากแดดอีกสักกรอบให้แห้งจริงๆ จากนั้น ก็นำไปใส่ขวดเก็บไว้ในตู้เย็น เท่านี้กุ้งแห้งก็จะไม่เหม็นและไม่มียาขึ้นแน่นอนค่ะ

การเก็บเนื้อหมู

การเก็บเนื้อหมูไว้ให้ใช้ได้ยาวนาน ควรเก็บไว้ในช่องแช่แข็ง แต่เนื้อหมู แข็งๆ ที่เป็นก้อนๆ นั้นตัดแบ่งได้ยากเหลือเกิน หรือไม่เช่นนั้น ก็ต้องรอให้นานกว่าจะหายแข็ง หรือต้องนำไปแช่น้ำให้หายแข็งเร็วขึ้นสูญเสียคุณค่าทางอาหารไปอีก ดังนั้นเมื่อซื้อเนื้อหมูมาแล้ว ควรล้างให้สะอาด ตัดแบ่งเนื้อหมูเป็นชิ้นย่อยๆ ไว้ตามประเภทอาหารที่จะปรุง หรือตามปริมาณต่อครั้งที่จะใช้ เช่น แบ่งเป็นชิ้นพอสับทำแกงจืดรับประทาน 1 ครั้ง หรือทำลาบหมูรับประทาน 1 ครั้ง จากนั้นนำไปใส่ในถุงพลาสติก แยกเป็นชิ้นๆ จึงนำเข้าแช่ในตู้เย็น เวลาจะใช้ก็นำออกมาทิ้งให้หายแข็งตัวเพียงเท่าจำนวนที่จะใช้ หรือจะแช่น้ำก็แช่ได้ทั้งที่ยังใส่อยู่ในถุงพลาสติก สะดวกง่ายดายจริงๆ

ปอกแอปเปิ้ลไม่ให้ดำ

เคยสังเกตมั๊ยคะ เวลาปอกแอปเปิ้ล หรือสาลี่ทิ้งไว้ ผิวของผลไม้ประเภทนี้จะหมองคล้ำ ยิ่งเวลาผ่านไปความน่ารับประทานก็ยิ่งลดลงเรื่อยๆ ป้องกันผิวของผลไม้ดำได้โดยละลายเกลือประมาณ 1 ช้อนชาลงในน้ำเปล่า 1 ขามแกง นำแอปเปิ้ล หรือสาลี่ที่ปอกเสร็จแล้วลงแช่ทิ้งไว้สักพัก เมื่อนำขึ้นมาจัดใส่จานผิวของผลไม้ก็จะไม่ดำคล้ำค่ะ ? ลวกผักให้สีเขียวสดใส

การเลือกใช้ส่วนต่างๆ ของเนื้อสัตว์

ไก่ เนื้อแต่ละส่วนเลือกใช้ยังไงในการทำอาหาร

สันในไก่ เป็นเนื้อส่วนที่นุ่มที่สุด นำมาปรุงอาหารได้หลากหลาย ไม่ว่าจะผัด ทอด หรือต้ม แล้วฉีกเป็นเส้นไว้ใส่กับกระเพาะปลา หรือทานกับสลัดผัก

อกไก่ เป็นเนื้อส่วนที่อ่อนนุ่มรองจากสันในไก่ นำมาปรุงอาหารได้หลากหลายเช่นกัน แต่มีบางคนตั้งข้อสังเกตว่าเนื้ออกไก่ เป็นเนื้อส่วนที่มีรสชาติค่อนข้างจืด เมื่อเทียบกับเนื้อส่วนอื่น ๆ

ปีกไก่ เหมาะที่จะนำไปต้ม ตุ่น หรือทำสตู นำไปหมักกับกระเทียมพริกไทยแล้วทอด หรือนำไปชุบแป้งทอดก็อร่อยดี

น่องไก่ ลักษณะเนื้อจะมีความเหนียว เหมาะสำหรับนำไปย่าง ทอด หรือตุ๋น

โครงไก่หรือกระดูกไก่ นำมาใช้ต้มน้ำซุป มีรสชาติหวานอร่อย ใช้ทำเป็นน้ำแกง น้ำตุ๋น หรือใส่ผัดช่วยให้อาหารมีรสชาติดีขึ้น



การเลือกใช้เนื้อหมูให้เหมาะกับประเภทอาหารที่ปรุง

เรื่องของหมู ดูเหมือนว่าจะไม่หมู หมู ชะทีเดียว เพราะเนื้อหมูแต่ละส่วน จะมีคุณลักษณะไม่เหมือนกัน ซึ่งทำให้เหมาะกับการนำมาปรุงอาหารประเภทต่าง ๆ ไม่เหมือนกัน

หมูสันในหรือสันในหมู เป็นเนื้อหมูส่วนที่นุ่มมากที่สุด ถ้าคุณจะทำอาหารประเภทอบหรือย่าง เราขอแนะนำให้เลือกเนื้อหมูส่วนนี้ ตัวอย่างเช่น หมูแดง ควรใช้สันในหมูในการทำ

หมูสันนอก เป็นเนื้อที่มีความนุ่มปานกลาง มีลักษณะเป็นก้อนใหญ่ เหมาะสำหรับเมนูอาหารที่ต้องหั่นหมูเป็นชิ้นใหญ่ ๆ

หมูสามชั้น เป็นเนื้อส่วนที่มีเนื้อสลับกับมันหมูเป็นชั้น ๆ เหมาะสำหรับนำมาสับทำแกงจืด ทำให้ซาเลเปา จะมีส่วนผสมที่นุ่ม และมีรสชาติดี หรือนำไปทอดทั้งชิ้นเป็นหมูกรอบ

หมูเนื้อสะโพก เป็นเนื้อส่วนที่เหมาะสมนำไปผัดหรือทอด มีความนุ่มปานกลาง



เนื้อวัว เลือกใช้ยังไงให้เหมาะกับประเภทอาหาร

เนื้อสันในและเนื้อซี่โครงวัว เนื้อส่วนนี้เหมาะที่จะเอาไปทอด ไปอบ หรือไปย่าง เพราะเป็นเนื้อส่วนที่นุ่มที่สุด

เนื้ออก น่อง หน้าท้อง และซี่ข้าง เป็นเนื้อส่วนที่ค่อนข้างกระด้าง เหมาะที่จะนำไปต้มเปื่อย ตูน หรือเอาไปทำเสีอร่องให้ (เนื้อออก)

เนื้อสะโพก บางครั้งเรียกว่าเนื้อลูกมะพร้าว มีลักษณะนุ่มปานกลาง เหมาะนำไปต้ม ผัด ทอด หรือทำสตู



กุ้ง : คุณค่าทางโภชนาการ และลักษณะของกุ้งแต่ละประเภท

กุ้งเป็นอาหารอันทรงคุณค่าทางโภชนาการ มีโปรตีนสูง โปรตัสเซียมสูง อย่างไรก็ตาม กุ้งจัดว่าเป็นอาหารที่มีราคาสูง ยิ่งเมื่อเทียบกับน้ำหนักส่วนที่กินได้ กับส่วนที่กินไม่ได้ กุ้งมีส่วนที่กินได้ เพียง 50 เปอร์เซ็นต์ ของน้ำหนักรวม กุ้งมีหลายชนิด แต่ที่มีขายอยู่ทั่วไป ในท้องตลาดได้แก่

กุ้งชีแฮ้ เป็นกุ้งที่มีเปลือกสีขาวใส ขาและหางมีสีชมพู เนื้อมีสีชมพูอ่อน รสชาติอร่อย

กุ้งกุลาดำ มีเปลือกสีน้ำเงิน เมื่อต้มสุก เนื้อจะมีสีชมพู ยิ่งต้มนานสียิ่งเข้ม

กุ้งก้ามกราม เป็นกุ้งตัวใหญ่ มี 2 ชนิด คือ กุ้งเปลือกสีน้ำเงิน ซึ่งมีเนื้อนุ่ม และกุ้งเปลือกสีเทาปนสีน้ำเงินหรือชมพู เป็นกุ้งที่มีเนื้อแข็ง เมื่อนำไปอบ หรือย่าง

เคล็ดลับ ดับสารพัดกลิ่น

วิธีแก้กลิ่นคาวในน้ำมันทอดปลา

ยุคนี้สมัยนี้ น้ำมันแพงจริงๆค่ะ ไม่ได้แพงเฉพาะน้ำมันเบนซิน น้ำมันดีเซลเท่านั้น น้ำมันพืชที่ใช้ทำอาหารก็แพงไปด้วย ทีนี้เวลาเราใช้น้ำมัน ทอดปลาบางชนิด พอทอดเสร็จจะมีกลิ่นเหม็นคาวปลา ติดมากับน้ำมันด้วย แหมเพิ่งใช้ไปครั้งเดียว จะทิ้งก็เสียดาย แต่พอจะเอาไปใช้ทอดอย่างอื่น อาหารอื่นก็จะพาลมี กลิ่นคาวปลาติดไปด้วย เสียรสชาติหมด

มีวิธีแก้ค่ะ หลังทอดปลาเสร็จ ให้เอามันฝรั่งฝานบางๆ หรือหอมใหญ่ฝาน หรือหอมแดงบุบ ก็ได้ค่ะ แล้วแต่จะมี ไล่ลงไปทอดสักครู่ จะช่วยลดกลิ่นคาวปลาในน้ำมันลงได้ค่ะ แต่ถ้าจะให้ดีที่สุดนะค่ะ ถ้าเรารู้ว่า ปลาชนิดนั้นๆ ทอดแล้วจะมีกลิ่นคาว หรือน้ำมันจะเสีย ก็ให้ใช้น้ำมันที่เคยผ่าน การใช้น้ำมันแล้ว ยกตัวอย่างเช่น ใช้ครั้งแรก ทำกุ้งชุบแป้งทอด น้ำมันที่เหลือยังใช้ได้อยู่ เอามาใช้ทอดปลา พอใช้ทอดปลาเสร็จ ก็จะได้ทิ้งไป ไม่เสียดายมากค่ะ (อย่าเอามาทอดซ้ำๆกันมากเกินไป จนน้ำมันดำ ไม่ดีต่อสุขภาพค่ะ)

ล้างเซ่งจีหมูให้ไม่เหม็น

ให้ตัดมันบริเวณจุดด้านบนออก แล้วเอาจุดตรงนั้นกดให้ติดกับก๊อกน้ำ จากนั้นเปิดน้ำแรงๆ ให้เกิดแรงดันน้ำเข้าไปในเซ่งจี สักครู่เซ่งจี จะขยายตัวออกประมาณ 2-3 เท่าตัว จากนั้นจึงผ่าครึ่ง แล้วหันเป็นชิ้น โตะๆ แขน้ำหลายๆครั้ง เป็นอันใช้ได้



ล้างกระเพาะปลาไม่ให้เหลือกลิ่นน้ำมัน

นี่จะทำอาหารเมนูกระเพาะปลาทั้งที ก็กลับมากเจอกับปัญหากลิ่นคาวน้ำมันของกระเพาะปลาที่ติดแน่นล้างยากล้างเย็นเสียจริงๆ การล้างกระเพาะปลาให้หมดกลิ่นน้ำมันมีวิธีการดังนี้ค่ะเริ่มแรกให้แช่ กระเพาะปลาให้นิ่มและล้างน้ำทิ้งสักรอบนึงก่อน บีบกระเพาะปลาให้สะเด็ดน้ำ จากนั้นต้มน้ำร้อนในหม้อใบใหญ่ ใส่กระเพาะปลาลงในหม้อ ตามด้วยขิงแก่ หั่นเป็นแผ่นๆ ทูบพอแตก ใส่เขอะหน่อขนะคะ ต้มต่อไปอีกสักพัก พอกระเพาะปลาพองตัวใช้ได้ ค่อยยกกลงเตาใส่ตะกร้าหรือกระชอนเพื่อเป็นการ ถายน้ำมันร้อนออก แล้วล้างตามด้วยน้ำเย็นอีกสัก 2 ครั้ง บีบกระเพาะปลา ให้สะเด็ดน้ำเพียงเท่านี้ก็จะได้กระเพาะปลาไร้กลิ่นน้ำมันมากวนใจอีก เพราะขิงแก่จะช่วยดับกลิ่นคาวน้ำมันได้ค่ะ

ปราบกลิ่นสะตอด้วยมะเขือเปราะ

รับประทานสะตอครั้งใด เป็นต้องมึนกลิ่นติดปากทุกครั้ง คุณสามารถดับกลิ่นสะตอได้ง่ายๆ ด้วยการรับประทานมะเขือเปราะคบท้าย จะช่วยลดกลิ่นสะตอได้เป็นอย่างดี

ดับกลิ่นเครื่องใน

เวลาปรุงอาหารที่มีเครื่องในเป็นส่วนประกอบ ปัญหาที่พบคือ เครื่องในมักมีกลิ่นสาบ ทำให้ไม่น่ารับประทาน วิธีลดกลิ่นสาบก็คือให้เอาเห็ดหลินขาว (เห็ด 28 ดอก) มาคลุกกับเครื่องในที่ละน้อย จนหมดกลิ่น เพียงเท่านี้กลิ่นของเครื่องในจะไม่น่ารบกวนแล้วล่ะ

เคล็ดลับจัดการกับกลิ่นกระเทียมที่เหม็นติดมือ

กระเทียม พืชสมุนไพรที่ขึ้นชื่อลือนามเรื่องสรรพคุณทางยา จนฝรั่งมังค่าพากันเอาไปสกัดเป็นผงใส่ลง แคปซูลขายกัน ทั่วโลก แต่คนไทยเราสามารถได้รับคุณประโยชน์จากกระเทียมได้โดยตรงจากการรับประทานอาหารตามมือปกติ อาหารไทยส่วนใหญ่มีกระเทียมเป็นประกอบอยู่ด้วย แน่ละ พ่อครัวแม่ครัวทั้งหลาย (ให้พ่อครัวขึ้นก่อนบ้างเดี๋ยวจะน้อยใจ) ก็ต้องเคยสัมผัสกับกระเทียมด้วยกันทั้งนั้น และถ้าใครเป็นคนจุกไวส์กหน่อยคงรู้สึกได้ถึงความคิดแน่นอนทนนานของเจ้ากลิ่นกระเทียมเวลาอยู่บนมือของคุณๆ

แก้ไม่ยากค่ะ ยาสีฟัน ไข่ขาว จัดการกับมือและเล็บของคุณด้วยยาสีฟันและเปลือกไข่ขาวๆ เหมือนกับที่คุณจัดการกับปากและฟันของคุณเท่านี้กลิ่นกระเทียมก็จะหายไปทั้งไว้แต่กลิ่นยาสีฟันล่ะค่ะ

เทคนิคการล้างหอยให้สะอาด

หลายๆ คนที่ชอบรับประทานหอย ไม่ว่าจะเป็นหอยลาย หอยแครงหรือหอยแมลงภู่ คงจะเคยเจอกับปัญหาที่ซื้อหอยมาปรุงอาหารแล้วไม่อร่อยทั้งๆที่หอยก็สด ทั้งนี้ก็เนื่องมาจากโคลนหรือทรายที่ออกมาจากตัวหอยมีวิธีการง่ายๆที่จะให้หอยคายดินหรือทรายที่อยู่ในตัวหอยออกมา ก็คือให้นำหอยลงแช่ในน้ำผสมเกลือเล็กน้อย ให้น้ำพอท่วมตัวหอยทิ้งไว้หนึ่งๆ สักพักหอยก็จะคายสิ่งสกปรกออกมาจากนั้นค่อยล้าง และนำไปปรุงอาหารต่อไป

กลิ่นปลาอบอวลในบ้าน...จะทำอย่างไร

อาหารที่ทำจากปลาไม่ว่าจะเป็น ปลาเค็มทอด ปลาสดทอด ปลาทุทอดหรือปลาอื่นๆ ทอด ล้วนแต่อาหารทอดที่ส่งกลิ่นออบอวลไปทั่วบ้าน ต้องใช้เวลาานกว่ากลิ่นเหล่านั้นจะจางหายไป วิธีที่จะขจัดกลิ่นทำได้โดยการใช้น้ำส้มสายชูผสมน้ำอย่างละครึ่งดื่มให้เดือดไปเรื่อยๆ กลิ่นน้ำส้มสายชูกับน้ำจะช่วยกลบกลิ่นปลาให้หมดไปได้อย่างรวดเร็ว

วิธีทำเนยแข็งๆ ให้อ่อนนุ่มลง

บางครั้งทำอาหารที่ต้องใช้นเนย แต่ลืมนำเนยแข็งออกจากตู้เย็นไว้ก่อน เนยแข็งก็เลยแข็งสมชื่อเลยล่ะค่ะ ถ้าไม่ยอกนั้งรอละก็ เรามีวิธีแก้ปัญหาง่ายๆ โดยการ หาชามมาหนึ่งใบเอาขนาดที่ครอบเนยแข็งก้อนที่จะใช้ได้ จากนั้น เทน้ำเดือดลงในชามแล้วเทน้ำร้อนออก เอาชามร้อนๆ ใบนั้น ไปครอบเนยแข็งไว้สักครู่ ก็จะช่วยให้เนยแข็งอ่อนนุ่มลงได้ค่ะ

เกร็ดเล็กเกร็ดน้อย ในครัว

ทำยังไง? ให้พริกขี้หนูที่ทุบไว้ไม่เปลี่ยนเป็นสีดำคล้ำ

คาดว่าแม่บ้านหลายๆท่านคงเคยเจอกับปัญหา เวลาทำกับข้าวต้องเตรียมส่วนผสมต่างๆให้ครบก่อนจึงจะเริ่มลงมือปรุง เจ้าพริกขี้หนูเจ้ากรรมทุบหรือหั่นทิ้งไว้ประเดี๋ยวเดียวหันกลับมาว่า สีดำคล้ำเสียแล้วไม่น่าทานเลย ป้องกันได้ง่ายๆเพียงแค่คุณบีบน้ำมะนาวลงบนพริก ใช้ช้อนคนเล็กน้อยให้พอเนื้อพริกโดนน้ำมะนาวเท่านั้นพริกขี้หนูก็จะยังคงสีสดใสนำมารับประทานเวลาคุณนำไปปรุงค่ะ

เคี้ยวช้าๆ ไม่ต้องคอยเฝ้าคน และไม่ไหม้

จะทำน้ำยารับประทานเองสักที ไหนจะต้องเตรียมเครื่องปรุง ไหนจะต้องคอยเฝ้าคน กว่าที่จะเคี้ยวได้ก็ เสียเวลาเป็นหนักหนา ถ้าไม่คอยเฝ้าคน ก็จะพลาดไหม้ติดกันหม้อไปเสียก่อน เทคนิคง่ายๆ ที่ทำให้ไม่ต้องคอยเฝ้าคนอยู่ตลอดเวลา ก็คือให้ใส่**ขามกระเบื้องเคลือบ** วางคว่ำลงในหม้อ (อย่าลืมล้างให้สะอาดก่อนนะคะ) รับรองน้ำยาไม่ไหม้ติดกันหม้อแน่นอน

อบเนื้ออย่างไรไม่ให้ติดกระทะ

ไม่ต้องกังวลอีกต่อไป ว่าเนื้ออบรสอร่อยของคุณจะติดกระทะ จนผิวไหม้เกรียมไม่นำมารับประทาน เคล็ดลับง่ายๆคือ ให้ใส่**ใบขึ้นฉ่าย**ไว้ที่ก้นหม้อ หรือก้นกระทะ เพียงแค่2-3 ใบ ก็จะช่วยให้เนื้ออบของคุณไม่ติดกระทะ อีกทั้งยังทำให้อาหารมีกลิ่นหอมนำมารับประทานมากขึ้นด้วย

ใบมะกรูด มหัศจรรย์กำจัดแมลงในข้าวสาร

หลายๆครั้งที่เมื่อซื้อข้าวสารมาเก็บไว้ใน โองีง หรือในกระสอบ มักจะมีแมลงตัวเล็กๆติดมาด้วย หรือบางทีนำมาเก็บไว้ไม่นาน เจ้าแมลงก็พากันอพยพเข้ามาอยู่อาศัยโดยไม่ได้รับเชิญ กว่าที่จะข้าวขาวให้สะอาดได้ ต้องเสียเวลาในการเก็บออก หรือไม่ก็ต้องซาวหลายน้ำ เสียคุณค่าทางอาหารไปอีก แก้ปัญหาได้ไม่ยากเลยคะ ให้ใส่ใบมะกรูดลงไปจนถึงข้าวสาร ใส่ทั้งก้านเลยก็ได้ (สะดวกในการเก็บออก) หลังจากนั้นไม่นานแมลงที่อาศัยอยู่เดิมก็จะตาย รวมทั้งไม่มีหน้าใหม่ๆ ย้ายเข้ามาอาศัยอีกด้วย ถ้าใบมะกรูดแห้งจนไม่มีกลิ่นแล้วก็ค่อยเปลี่ยนใบใหม่จะคะ

Dinner ใต้แสงเทียน ให้โรแมนติก (ชนิดไร้ควัน)

หลาย ๆ คนคงชื่นชอบการรับประทานอาหารค่ำใต้แสงเทียน แต่บางครั้งกลิ่นและควันเทียนก็ทำให้เสียบรรยากาศได้เหมือนกัน โดยเฉพาะถ้าห้องอาหารของคุณมีพื้นที่จำกัดแล้วละก็ วิธีที่จะทำให้เปลวเทียนสว่างนึ่ง ไม่มีกลิ่นและควันให้เสียบรรยากาศ ก็เพียงคุณ**นำเทียนที่จะใช้ไปแช่ตู้เย็นไว้หลาย ๆ ชั่วโมงก่อนนำมาจุด** เท่านั้นที่เรียบร้อย

ไร้รอยปะชุนด้วยไข่ขาว

ผ้าที่มีรอยขาดไม่ว่าจะเกิดจากสาเหตุใด ให้นำผ้าบริเวณที่ขาดเป็นรูวางลงบนพื้นที่มีความเรียบโดยกลับด้านในออกข้างนอก แล้วตอกไข่เอาแต่ไข่ขาวทาให้ทั่วบริเวณ จากนั้นตัดผ้าลินินอย่างคืดที่มีสีเดียวกันกับเนื้อผ้าให้มีขนาดใหญ่กว่ารอยขาดเล็กน้อยคลุมปิด จากนั้นใช้เตารีดร้อนๆรีดกดทับไว้ จนกระทั่งไข่ขาวแข็งตัว เมื่อเสร็จแล้วเราจะได้ผ้าที่แทบจะไม่เห็นรอยเลย ที่สำคัญคือ ไม่ควรทิ้งรอยขาดไว้นานจนกลายเป็นรูขนาดใหญ่ วิธีนี้เป็นวิธีที่ใช้ได้ชั่วคราว กรณีที่ต้องการความเร่งด่วน หากต้องการชุนแบบถาวร ควรเย็บด้วยด้ายให้เรียบร้อย

เคล็ดลับ ช่วยงานทำความสะอาด

คราบเลือด รอยเปื้อนหมึกปากกา แก้ปัญหาด้วยมะนาว

เป็นที่ทราบกันดีว่า คราบเลือดนั้นซักออกยากหนักหนา ยิ่งเป็นคราบเลือดบนผ้าขาวแล้วละก็ ยิ่งสร้างความปวดหัวกับคุณแม่บ้านเข้าไปใหญ่ แก้ปัญหาได้ด้วยการใช้น้ำมะนาวผสมเกลือ ถูบริเวณที่เปื้อนก่อนนำไปซักออกในน้ำเย็น รอยเปื้อนหมึกปากกาก็คล้ายคลึงกัน เพียงหยดน้ำมะนาวลงไป ทิ้งไว้สักครู่ แล้วนำไปซักในน้ำผสมโซดาไบคาร์บอเนต รอยเปื้อนก็จะจางหาย

วิธีการง่ายๆ ของการลอกป้ายติดราคา

แก้วใสงานสวยที่ซื้อจะมีป้ายราคาติดอยู่ หากไม่แกะออกจะทำให้รู้สึกสกปรก รกตา และอาจกลายเป็นแหล่งเพาะเชื้อโรคได้ วิธีแกะป้ายราคาอย่างง่าย คือ **ใช้ไคร้ปาล์ม** เป่าที่ป้ายราคา ความร้อนจะทำให้กาวละลายสามารถแกะป้ายออกมาได้ง่าย จากนั้นเช็ดกาวออกด้วยแอลกอฮอล์ คุณก็จะได้แก้วงานที่สวยงามไม่มีรอยกาวเปื้อนอีกต่อไป

ขจัดคราบเปื้อนที่เตาไมโครเวฟ

เตาไมโครเวฟนั้นไม่ได้มีไว้สำหรับอุ่นอาหารเพียงอย่างเดียว แต่ยังสามารถทำให้อาหารสุกได้อีกด้วย เช่นการทำแกงจืด ไข่ตุ๋น ผัดผัก โดยใช้พลังงานจากคลื่นความถี่คล้ายวิทยุ เมื่อคลื่นความถี่นี้ไปกระทบอาหาร พลังงานนั้นจะเปลี่ยนเป็นความร้อนอาหารจึงสุกได้ โดยง่าย หลังจากการปรุงอาหารต่างๆ ภายในเตาไมโครเวฟจะมีรอยคราบอาหารติดอยู่ให้ใช้ **ผงเบกกิ้งโซดา ผสมน้ำ** แล้วใช้ฟองน้ำชุบถูออก แล้วเช็ดด้วยผ้าชุบน้ำอีกครั้ง ไมโครเวฟของคุณก็จะสะอาดเหมือนใหม่

ถุงมือพลาสติกใช้อย่างไรไม่ราคาญ

น้ำยาล้างจานและน้ำยาล้างห้องน้ำอาจทำให้มือของคุณเกิดอาการแพ้ ซึ่งจะทำให้มือและนิ้วเป็นแผลได้ ซึ่งนอกจากบาดแผลจะทำให้แสบแล้วยังทำให้มือและเล็บไม่สวยงามอีกด้วย แต่การระวังด้วยการใช้ถุงมือพลาสติกนั้นทำให้รู้สึกเหนียวหนืด และใส่ยาก วิธีแก้คือ ทุกครั้งที่ใส่ถุงมือเสร็จแล้ว ให้ทำความสะอาด จากนั้นนำไปตาก โดยใช้ไม้หนีบส่วนที่เป็นนิ้วไว้กับราว เมื่อถุงมือแห้งให้โรยแป้งฝุ่นในถุงมือก่อนจะเก็บ เมื่อนำมาใช้ในครั้งต่อไปถุงมือก็จะสวมใส่ได้สบาย ไม่เหนียวหนืดสร้างความรำคาญอีก

ตะแกรงย่างอาหารล้างยาก ทำอย่างไรดี

เวลาชงอาหารรับประทาน มักจะมีเศษคราบอาหารไหม้ติดอยู่ บนตะแกรง ยิ่งย่างมากก็ยิ่งล้างยาก มีวิธีล้างแบบง่ายๆ แต่สะอาดเยี่ยม วิธีการก็คือหลังใช้ให้ทิ้งตะแกรงไว้ให้เย็นก่อน จากนั้นผสมน้ำยาล้างจาน กับน้ำอุ่นใส่ในถุงขนาดใหญ่ นำตะแกรงใส่ลงแช่ในถุง ทิ้งไว้ประมาณ 2-3 ชั่วโมงคราบอาหารก็จะอ่อนตัว เพียงเขย่าถุงและนำตะแกรงออกมาล้างอีกครั้ง ก็จะได้ตะแกรงสะอาดเยี่ยมไว้ใช้ในคราวต่อไป ที่สำคัญอย่าเก็บตะแกรง ที่ใช้แล้วโดยไม่ล้างเป็นอันขาด เพราะคราบสกปรกจะติดแน่นจนล้างไม่ออกเชียวละ

มะนาวให้คุณมากกว่าความเปรี้ยว

เคยมีเคส ที่ใช้เตารีดที่ร้อนจัดรีดผ้าบาง แล้วเกิดรอยเหลืองขึ้นบนเนื้อผ้า แก้ไขได้ด้วยการเอาน้ำมะนาวทาที่เตารีดก่อนจะรีดผ้า ผ้าขาวก็จะไม่เหลืองอีก ผ้าที่ใช้นาน มักเกิดคราบสกปรกฝังลึกยากแก่การซัก แม่บ้านหลาย ๆ คนจึงมักนำผ้าไปต้มซึ่งสามารถช่วยให้ผ้าขาวขึ้นได้ แต่ถ้าให้เร็วขึ้น ให้ผ่านมะนาวใส่ลงไปด้วยสัก 2-3 ชั่วโมง ขณะที่ต้มจะช่วยให้ผ้าขาวสะอาดขึ้น

เปลือกไข่ช่วยให้ผ้าขาว

ผ้าสีขาว เมื่อใช้ไปนานๆ แล้วคุณจะพบว่าผ้าจะกลายเป็นสีเหลืองอ่อน ทำให้ดูเก่า ไม่น่าใส่ วิธีง่ายๆ ในการซักเพื่อให้ผ้ากลับมาสีขาวดังเดิม คือ นำเปลือกไข่ป่นลงในอ่างที่เตรียมไว้สำหรับซักผ้า และแช่ผ้าไว้ซักครู่ จากนั้นจึงซักผ้าตามปกติ ผ้าของคุณก็จะกลับมาขาวสะอาดเหมือนใหม่

ทำความสะอาดเล็บมือด้วยมะนาว

เปลือกมะนาวที่บีบน้ำออกจนหมดแล้วอย่าทิ้ง เพราะเปลือกมะนาวเหล่านั้นสามารถช่วยทำความสะอาดให้มือของคุณปราศจากคราบขางของผลไม้ที่คุณปอกรับประทานได้ เพียงคุณนำเปลือกมะนาวมาถูบริเวณที่มีคราบขางผลไม้ติดอยู่คราบขางเหล่านั้นก็จะหลุดไปโดยง่าย มือของคุณก็จะสะอาดสวยดังเดิม