

กินดี มีสุข



# ลาบข้าวโพด

## ส่วนผสม

• ข้าวโพดแกะเมล็ด	3/4	ถ้วยตวง	หรือ	100	กรัม
• เนื้ออกไก่บด	1 2/3	ช้อนโต๊ะ	หรือ	30	กรัม
• หอมแขก	1	ช้อนโต๊ะ	หรือ	15	กรัม
• พริกขี้หนูซอย	1/2	ช้อนโต๊ะ	หรือ	5	กรัม
• น้ำเปล่า สำหรับต้มข้าวโพด	500	มล			
• น้ำเปล่า สำหรับรวนเนื้ออกไก่บด	100	มล			
• น้ำเปล่า สำหรับคลุก <b>รสดีเมนู ลาบ-น้ำตก</b>	2	ช้อนโต๊ะ	หรือ	20	มิลลิลิตร
• <b>รสดีเมนู ลาบ-น้ำตก</b>	1/2	ช้อนโต๊ะ	หรือ	7	กรัม

## สินค้าของเรา



รสดีเมนู ลาบ-น้ำตก RosDee menu Laab

## วิธีทำ

- ตั้งหม้อ ใส่น้ำและตั้งไฟระดับกลางถึงแรงให้เดือด ใสเมล็ดข้าวโพดดิบที่แกะแล้ว ต้มประมาณ 5 นาที ปิดไฟ ใช้กระชอนตักออก และพักไว้ให้เย็น
- ใส่เนื้อลงในหม้อ ตั้งไฟระดับกลางถึงแรงจนน้ำเดือด ใสเนื้ออกไก่บด ลงไปรวนให้สุกประมาณ 3-5 นาทีแล้วพักไว้
- ผสมน้ำเปล่า กับ **รสดีเมนู ลาบ-น้ำตก** เข้าด้วยกัน คนให้ละลาย แล้วจึงตามด้วยหอมแขกซอยและพริกขี้หนูซอย ใส่ลงไปแล้วคลุกให้เข้ากัน
- ใส่เนื้ออกไก่บดที่ร่วนแล้ว กับ ข้าวโพดลงไปคลุกให้เข้ากัน จัดใส่จานพร้อมเสิร์ฟ

## คำแนะนำ

- เมนูนี้ควรเตรียมไว้ล่วงหน้ามากที่สุด เนื่องจากหลังผสมแล้วสามารถเก็บได้นานประมาณ 3 ชั่วโมง
- การแกะข้าวโพดให้ต้มสุกแล้ว ควรแกะให้เป็นเมล็ดก่อนแล้วจึงนำไปต้ม