



สูตรเห็ดสุมุนไพร

ส่วนประกอบ

เห็ดนางฟ้าฉีกเป็นเส้นฝอย	๑๒๐	กรัม
แป้งทอดกรอบ	๓	ช้อนโต๊ะ
น้ำเปล่า	๒	ช้อนโต๊ะ
ตะไคร้ซอยบางๆ	๑	ต้น
ใบมะกรูดซอยเส้นเล็กๆ	๓	ใบ
พริกแห้งเม็ดเล็กทอด	๔-๕	เม็ด
ถั่วลิสง		
เกลือและพริกไทย อย่างละเล็กน้อย		
น้ำมันสำหรับทอดเห็ด		

วิธีทำ นำเห็ดนางฟ้า ๔ กิโลกรัม มาฉีกเป็นฝอย ๆ ด้วยมือ กว้างประมาณ ๑ เซนติเมตร เสร็จแล้วนำไปล้างให้สะอาด แล้วนำไปผึ่งในที่ร่มจนน้ำสะเด็ด จากนั้นนำเห็ดนางฟ้าและส่วนผสมทั้งหมดมาคลุกเคล้ารวมกันบนกะละมัง จนส่วนผสมทั้งหมดเข้ากันกับเห็ดดีแล้ว ใช้เวลาประมาณ ๓-๕ นาที ก่อนจะนำไปทอดต่ออีกขั้นตอนหนึ่ง การทอดเห็ดควรใช้น้ำมันถั่วเหลือง และเวลาทอดให้ใส่ใบเตยสัก ๕-๖ ใบ ลงไปทอดรวมกับเห็ดด้วย ให้ใช้ไฟแรงในช่วงเริ่มแรกจนแน่ใจว่าน้ำมันในกระทะร้อนมากแล้ว จึงค่อย ๆ นำเห็ดนางฟ้าที่แต่งรสด้วยส่วนผสมเข้ากันดีแล้วลงทอด ทอดไป ๒-๓ นาที จึงเริ่มลดความแรงของไฟมาอยู่ระดับปานกลาง รอจนกระทะเห็ดมีสีเหลืองกรอบดี ใช้เวลาประมาณ ๓๐ นาที จึงตักลงมาพักไว้ในตะแกรง รอจนเห็ดสะเด็ดน้ำมันจึงนำไปเทลงในกระดาษซับน้ำมันอีกชั้นหนึ่ง แล้วนำเห็ดเข้าตู้อบตั้งอุณหภูมิที่ ๓๐ - ๔๐ องศาฟาเรนไฮต์ ใช้เวลาอบเห็ดในตู้อบนาน ๒๐-๒๕ นาที เพื่อให้เห็ดสามารถสามารถเก็บไว้ได้นาน ๆ ส่วนความกรอบหากเก็บในตู้เย็นยิ่งจะทำให้เห็ดสามารถหมักความกรอบมากขึ้น

