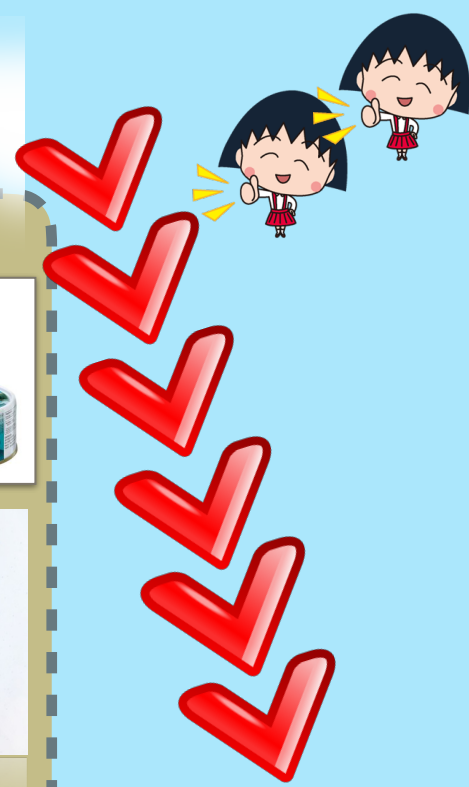


เมนู : ขนมปังไส้ทูน่า

!! ส่วนผสมมีดังนี้ !!

1. ขนมปังแซนวิช
2. ทูน่ากระป๋อง (แนะนำในน้ำเกลือ ยี่ห้อตามชอบ)
3. มายองเนส
4. พริกไทยป่น / เกลือป่น สำหรับปรุงรส
5. หอมแดง
6. หอมใหญ่
7. มะเขือเทศ
8. แครอท
9. ต้นหอม , ผักชี
10. ผักกาด



นี่แหละ...หน้าตาขนมปังไส้ทูน่า

!! วิธีทำ !!

1. เริ่มจากขนมปัง นำมาตัดขอบก่อน จากนั้นนำมาหั่นเป็นชิ้นสามเหลี่ยม หรือสี่เหลี่ยม แล้วแต่ชอบ
2. ขนมปังที่ได้พักไว้ก่อน
3. ปลาทูน่า ให้เทน้ำเกลือออกให้หมด เอาเฉพาะเนื้อปลา (เหตุที่แนะนำให้ใช้ทูน่าในน้ำเกลือนั้นเพราะ ถ้าใช้ทูน่าในน้ำมันผสมในมายองเนสแล้วมันยิ่งมันมากไปคะ ไม่อร่อยจะเลียน) แต่ถ้าใครชอบมันๆ จะใช้แบบน้ำมันก็ได้ แล้วนำมาขยี้พอแหลก ๆ คะ
4. เพิ่มรสชาติอาจเพิ่มพริกไทยป่น / เกลือป่นได้ ตามใจชอบ และใส่ส่วนผสมที่เตรียมไว้คนส่วนผสมให้เข้ากันคะ (อย่าให้เหลวมากเกินไปแซนวิชจะแฉะ)
5. เตรียมส่วนผสมและขนมปังที่เราหั่นไว้แล้วนำมาประกอบร่างคะ 1 ชิ้น ใช้ขนมปัง 3 แผ่น หรือจะใช้ขนมปัง 1 แผ่นก็ได้ (ให้นำมายองเนสเปล่า ๆ ประมาณ 1/2 ถ้วย เตรียมไว้ต่างหากด้วย)
6. ขนมปังทุกแผ่นต้องทามายองเนสบางๆ ก่อนลงไส้ แต่เน้นแผ่นกลางต้องทาหน้าและหลัง (เหตุที่ทำอย่างนี้เพราะ มันจะอร่อยเข้าเนื้อ)
7. นำแซนวิชที่ทำเรียบร้อยแล้ว มาจัด ใส่จานตกแต่ง ให้สวยงามพร้อมเสิร์ฟ



จัดทำโดย.นางสาววรรณะ วาจิ

รหัสน.109

