แกงเขียวหวานไก่

แกงกะทิหอมพริกแกงเขียวหวาน ไส่ไก่ มะเขือและโหระพา เสิร์ฟกับข้าวหอมมะลิ

สำหรับ **4** คน · **35** นาที · เผ็ดปานกลางถึงเผ็ดมาก

วัตถุดิบ

มีปลา (ปลากะตักในน้ำปลา) และสัตว์น้ำเปลือกแข็ง (กุ้งในกะปิที่ผสมในพริกแกง)

เนื้อสะโพกไก่ไม่มีกระดูก หั่นชิ้น 500 กรัม

พริกแกงเขียวหวาน 2–3 ช้อนโต๊ะ

กะทิ 400 มล.

น้ำ 150 มล.

มะเขือเปราะ 200 กรัม ผ่าสี่

หรือใช้มะเขือม่วงเล็ก 1 ลูก หั่นเต๋า

หน่อไม้เส้น 100 กรัม สะเด็ดน้ำ

ใบมะกรูดฉีก 4 ใบ (ใส่หรือไม่ก็ได้)

น้ำปลา 1 ช้อนโต๊ะ ปรับตามชอบ

น้ำตาลปาล์ม 1–2 ช้อนชา หรือน้ำตาลทรายแดง

ใบโหระพา 1 กำมือ

ข้าวหอมมะลิสาร 300 กรัม สำหรับหุงเสิร์ฟ

วิธีทำ

1. หุงข้าว

ซาวข้าวหอมมะลิแล้วหุงตามคำแนะนำบนถุง ระหว่างรอให้เตรียมไก่และผัก

2. ผัดพริกแกง

อุ่นกะทิ 100 มล. ในหม้อ ใส่พริกแกงแล้วผัดไฟอ่อน 2–3 นาที จนหอม

3. ใส่ไก่

ใส่เนื้อไก่ลงคลุกกับพริกแกง เติมกะทิที่เหลือและน้ำ ตั้งไฟให้เดือดเบา ๆ

4. เคี่ยวกับผัก

ใส่มะเขือ หน่อไม้ และใบมะกรูดถ้าใช้ เคี่ยวไฟอ่อนประมาณ 12–15 นาที คนเป็นระยะ จนมะเขือนุ่มและไก่สุกทั่วถึง

5. ปรุงรสและเสิร์ฟ

ค่อย ๆ เติมน้ำปลาและน้ำตาล ชิมรส ปิดไฟแล้วใส่ใบโหระพา เสิร์ฟกับข้าวหอมมะลิ

เคล็ดลับ หากชอบเผ็ดน้อย ให้เริ่มด้วยพริกแกง 2 ช้อนโต๊ะ และชิมก่อนเติมน้ำปลา