ผัดไทยไก่

เส้นเล็กเหนียวนุ่มผัดกับไก่ ไข่ และซอสมะขามเปียกรสเปรี้ยวหวาน โรยถั่วลิสงคั่วแล้วบีบมะนาวก่อนกิน

สำหรับ **2** คน · **25** นาที ไม่รวมเวลาแช่เส้น

วัตถุดิบ

มีไข่ ถั่วลิสง และปลา (ปลากะตักในน้ำปลา) หากเปลี่ยนยี่ห้อเส้น ถั่วลิสง หรือน้ำปลา ให้ตรวจฉลากก่อนใช้

เส้นเล็กแห้ง ขนาด 3 มม. 160 กรัม

มะขามเปียกไร้เมล็ด 25 กรัม

น้ำอุ่น 80 มล. และน้ำเล็กน้อยสำหรับผัดถ้าจำเป็น

น้ำตาลมะพร้าวสับละเอียด 25 กรัม

น้ำปลา 1½ ช้อนโต๊ะ

น้ำมันดอกทานตะวัน 2 ช้อนโต๊ะ

หอมแดงซอยบาง 1 หัว

อกไก่ไม่ติดกระดูกหั่นชิ้นบาง 200 กรัม

ไข่ไก่ตีพอเข้ากัน 2 ฟอง

ถั่วงอกถั่วเขียว 100 กรัม

ต้นหอม 3 ต้น หั่นเป็นท่อนสั้น

ถั่วลิสงคั่วไม่ปรุงรส บุบหยาบ 25 กรัม

มะนาว 1 ลูก หั่นซีก

วิธีทำ

1. เตรียมเส้น

แช่เส้นตามวิธีเตรียมสำหรับผัดบนซอง พอเส้นงอได้โดยไม่หักและตรงกลางยังแข็งเล็กน้อย ให้สะเด็ดน้ำ

2. ทำซอสผัดไทย

แช่มะขามเปียกในน้ำอุ่น 5 นาที ใช้ช้อนบี้แล้วกรองใส่หม้อเล็ก กดเอาน้ำมะขามให้หมด ใส่น้ำตาลมะพร้าวกับน้ำปลา ตั้งไฟอ่อนจนน้ำตาลละลาย

3. ผัดไก่และไข่

ตั้งกระทะใบใหญ่ใช้ไฟกลางค่อนแรง ใส่น้ำมันครึ่งหนึ่ง ผัดหอมแดง 1 นาที ใส่ไก่ผัด 4–6 นาทีจนสุกทั่วและเนื้อตรงกลางไม่เป็นสีชมพู เขี่ยไก่ไว้ข้างกระทะ เติมน้ำมันที่เหลือ แล้วใส่ไข่ยีจนสุก

4. ผัดเส้นแล้วจัดจาน

ใส่เส้นและซอส ผัด 2–3 นาทีจนเส้นนุ่ม ถ้ากระทะแห้งให้พรมน้ำเล็กน้อย เติมถั่วงอกและต้นหอม ผัดให้ร้อนทั่ว ตักใส่จาน โรยถั่วลิสง เสิร์ฟพร้อมมะนาว

เคล็ดลับ ถ้าทำสำหรับ 4 คน ให้แบ่งผัดสองรอบ เส้นจะได้ไม่แฉะและไม่จับเป็นก้อน