

ใบความรู้ที่ 1.3

วิธีการหุงข้าวเจ้าและการนึ่งข้าวเหนียว

วิธีหุงข้าวหอมมะลิ

อัตราส่วน การหุงข้าวหอมมะลิ

- ข้าว 1 ส่วน : น้ำ 1.2 ส่วน หรือน้ำซึ่งจุ่มลงไปในการหุง แล้วเทน้ำให้พอดีกับข้อแรกของน้ำซึ่ง

ขั้นตอนการหุงข้าวหอมมะลิ

1. ตวงข้าวสารใส่หม้อหุงข้าว จากนั้น ใส่น้ำเปล่าให้ท่วมข้าว แล้วใช้มือขยี้ข้าวให้ทั่ว เพื่อล้างข้าวจากสิ่งสกปรก หรือฝุ่นที่ติดข้าวแล้วเทน้ำออก ทำซ้ำประมาณ 2 รอบ
2. ตวงน้ำให้ได้ปริมาณที่กำหนด ใส่น้ำเกลือลงไปเล็กน้อย และใส่น้ำส้มสายชู หรือน้ำมะนาวลงไป 3-4 หยด
3. เช็ดก้นหม้อให้แห้ง แล้วกดสวิตช์หุงข้าวได้
4. เมื่อหุงข้าวสุกแล้ว ควรปล่อยให้ข้าวระอุอยู่ในหม้อ อย่าเพิ่งเปิดฝา ประมาณ 10-15 นาที จะได้ข้าวหอม นุ่มน่ารับประทานมากขึ้น



วิธีหุงข้าวเสาไห้

อัตราส่วน การหุงข้าวเสาไห้

- การหุงข้าวเสาไห้ ให้ร่อนนุ่มเหมือนข้าวหอมมะลิ คือ ข้าวขาว 3 ส่วน + ข้าวเหนียว 1 ส่วน : น้ำ 1.5 ส่วน หรือน้ำซาวข้าวลงไป ข้าว เหนียวพอดีกับข้อแรกของน้ำซาว

ขั้นตอนการหุงข้าวเสาไห้

1. ตวงข้าวสารใส่หม้อหุงข้าว จากนั้น ใส่น้ำเปล่าให้ท่วมข้าว แล้วใช้มือขยี้ข้าวให้ทั่ว เพื่อล้างข้าวจากสิ่งสกปรก หรือฝุ่นที่ติดข้าวแล้วเทน้ำออก ทำซ้ำประมาณ 2 รอบ
2. ตวงน้ำให้ได้ปริมาณที่กำหนด ใส่เกลือลงไปเล็กน้อย และใส่น้ำส้มสายชู หรือน้ำมะนาวลงไป 3-4 หยด ถ้าอยากให้ข้าวหอมขึ้น สามารถใส่ใบเตยลงไปในหม้อตอนหุงได้
3. เช็ดก้นหม้อให้แห้ง แล้วกดสวิตช์หุงข้าวได้
4. เมื่อหุงข้าวสุกแล้ว ควรปล่อยให้ข้าวระอุอยู่ในหม้อ อย่าเพิ่งเปิดฝา ประมาณ 10-15 นาที จะได้ข้าวหอม นุ่มน่ารับประทานมากขึ้น

วิธีหุงข้าวกล้อง และข้าวไรซ์เบอร์รี่

อัตราส่วน การหุงข้าวกล้อง และข้าวไรซ์เบอร์รี่

- ข้าวกล้อง 1 ส่วน : น้ำ 2 ส่วน

ขั้นตอนการหุงข้าวกล้อง และข้าวไรซ์เบอร์รี่

1. ตวงข้าวสารใส่หม้อหุงข้าว จากนั้น ใส่น้ำเปล่าให้ท่วมข้าว แล้วใช้มือขยี้ข้าวให้ทั่ว เพื่อล้างข้าวจากสิ่งสกปรก หรือฝุ่นที่ติดข้าวแล้วเทน้ำออก ทำซ้ำประมาณ 2 รอบ
2. ตวงน้ำให้ได้ปริมาณที่กำหนด ใส่เกลือเล็กน้อย ตามด้วยน้ำส้มสายชู หรือน้ำมะนาวลงไป 3-4 หยด และใส่น้ำมันพืชลงไปประมาณครึ่งช้อน
3. เช็ดก้นหม้อให้แห้ง แล้วกดสวิตช์หุงข้าวได้

4. เมื่อหุงข้าวสุกแล้ว ควรปล่อยให้ข้าวระอุอยู่ในหม้ออย่าเพิ่งเปิดฝา ประมาณ 10-15 นาที จะได้ข้าวหอม นุ่มน่ารับประทานมากขึ้น



วิธีหุงข้าวญี่ปุ่น

อัตราส่วน การหุงข้าวญี่ปุ่น

- ข้าวญี่ปุ่น 1 ส่วน : น้ำ 1.2 ส่วน

ขั้นตอนการหุงข้าวญี่ปุ่น

1. ตวงข้าวญี่ปุ่นใส่หม้อหุงข้าว จากนั้น ใส่น้ำเปล่าให้ท่วมข้าว แล้วใช้มือขาวข้าวให้ทั่ว เพื่อล้างข้าวจากสิ่งสกปรก หรือฝุ่นที่ติดข้าวแล้วเทน้ำออก ทำซ้ำประมาณ 2 รอบ
2. ตวงน้ำให้ได้ปริมาณที่กำหนด แล้วแช่ข้าวอย่างน้อย 30 นาที ข้าวที่แช่น้ำใส่หม้อหุงข้าว สังเกตดูว่าเม็ดข้าวจะมีสีขาวขุ่น
3. เช็ดก้นหม้อให้แห้ง แล้วกดสวิตช์หุงข้าวได้
4. เมื่อหุงข้าวสุกแล้ว ควรปล่อยให้ข้าวระอุอยู่ในหม้อ อย่าเพิ่งเปิดฝา ประมาณ 10-15 นาที จะได้ข้าวหอม นุ่มน่ารับประทานมากขึ้น



วิธีนึ่งข้าวเหนียว

วิธีนึ่งข้าวเหนียวขาว

อัตราส่วน การนึ่งข้าวเหนียวขาว

- ข้าวเหนียวขาว 1 กิโลกรัม : ใบเตย 1 กรัม

เคล็ดลับการนึ่งข้าวเหนียว

1. ข้าวเหนียวเก่า แช่น้ำ 1 คืน ก่อนนำมาหุง
2. ข้าวเหนียวใหม่ แช่น้ำ 3-4 ชั่วโมง ก่อนนำมาหุง

วิธีการนึ่งข้าวเหนียวขาว

1. ต้มน้ำให้เดือด แล้วนำน้ำร้อนมาเทใส่ในข้าวเหนียว คนให้ทั่ว แล้วพักข้าวเหนียวไว้ 10 นาที
2. เตรียมกระชอน กรองแยกน้ำกับข้าวเหนียว

3. ถ้าใช้ซึ้งให้นำผ้าขาวบางมาปูให้ทั่วซึ้ง แล้วนำข้าวเหนียวมาเทใส่ซึ้ง เกลี่ยให้ทั่ว แต่ให้เว้นช่วงตรงกลางไว้ ให้น้ำระเหยขึ้นมา ข้าวเหนียวจะได้สุกทั่วถึง และสม่ำเสมอขึ้นดี ถ้าใช้หวดหนึ่งข้าวเหนียว ก็สามารถนำข้าวไปนึ่งได้เลย
4. ต้มน้ำเตรียมหนึ่ง และใส่ใบเตยลงไป เพื่อให้ข้าวเหนียวมีกลิ่นหอม ต้มน้ำจนเดือด จากนั้นนำข้าวเหนียวไปนึ่งได้เลย
5. เมื่อนึ่งไปแล้วประมาณ 15 นาที ให้กลับด้านข้าวเหนียว เพื่อให้ข้าวเหนียวสุกทั่วถึงกันดี แล้วนึ่งต่ออีกประมาณ 10 นาที
6. นำข้าวเหนียวออกมาคลายร้อน ก่อนที่จะเก็บข้าวเหนียว เพื่อให้ข้าวเหนียวไม่แฉะเกินไป



วิธีนึ่งข้าวเหนียวดำ

อัตราส่วน การนึ่งข้าวเหนียวดำ

- ข้าวเหนียวดำ 350 กรัม
- ข้าวเหนียวขาว (ข้าวใหม่) 250 กรัม
- ใบเตย 1 กำมือ

วิธีการนึ่งข้าวเหนียวดำ

1. เตรียมขามผสม แล้วนำข้าวเหนียวดำ มาผสมกับข้าวเหนียวขาว และใส่น้ำเปล่าตามลงไป
2. ซาวน้ำทิ้งประมาณ 3 รอบ จากนั้น แช่ข้าวเหนียวในน้ำเปล่า ทิ้งไว้ประมาณ 5-6 ชั่วโมง
3. เมื่อครบเวลาให้เทน้ำออก แล้วเอาน้ำร้อนต้มเดือดใส่ให้ท่วมข้าวเหนียว แล้วคนเล็กน้อย จากนั้นแช่ข้าวเหนียวทิ้งไว้ประมาณ 10 นาที เมื่อครบเวลาคนเล็กน้อยแล้วเทน้ำออก เขย่าให้ข้าวเหนียวสะเด็ดน้ำ ส่วนน้ำร้อนใ้เก็บไว้ก่อนอย่าเพิ่งทิ้ง ให้เก็บไว้พรมข้าวเหนียวได้
4. เตรียมซึ้งและผ้าขาวบาง นำผ้าขาวบางชุบน้ำ แล้ววางลงบนซึ้ง จากนั้นใส่ข้าวเหนียว เกลี่ยให้ทั่ว แต่ให้เว้นช่วงตรงกลางไว้ ให้อไอน้ำระเหยขึ้นมา ข้าวเหนียวจะได้สุกทั่วถึง และสม่ำเสมอ
5. ต้มน้ำเตรียมนึ่ง และใส่ใบเตยลงไป เพื่อให้ข้าวเหนียวมีกลิ่นหอม ต้มน้ำจนเดือด จากนั้น นำข้าวเหนียวไปนึ่งได้เลย
6. ใช้เวลานึ่งประมาณ 20 นาทีขึ้นไป เพราะข้าวเหนียวดำ จะมีความแข็งกว่าข้าวเหนียวขาว
7. เมื่อนึ่งไปแล้วประมาณ 15 นาที ให้กลับด้านข้าวเหนียว เพื่อให้ข้าวเหนียวสุกทั่วถึงกันดี ให้ชอบข้าวเหนียวนุ่ม ๆ ให้นำน้ำแช่ข้าวเหนียวที่เก็บไว้มาพรมด้านบน
8. นึ่งต่ออีกประมาณ 5 นาที ข้าวเหนียวสุก พร้อมรับประทาน

ที่มา : <https://www.sgethai.com/article>