



ကြက်ဆီထမင်း အိမ်မှာ လုပ်စားကြရအောင်

90 မိနစ်

5 ဦးစာ

ခက်ခဲသော

ကျွန်တော်တို့ အလှူမင်္ဂလာပွဲတွေမှာ ဘာကျွေးမလဲ စဉ်းစားတဲ့အခါ ဒန့်ပေါက်၊ ကြက်ဆီထမင်း၊ အုန်းထမင်းဆိုတာတွေ စဉ်းစားမိကြပါတယ်။ ဒီတော့ တစ်ခုခုဒါနလုပ်စရာရှိရင် ကြက်ဆီထမင်းကို ဆိုင်က မှာစရာမလိုဘဲ အိမ်မှာကိုယ်တိုင် ချက်လို့ ရအောင် ဒီတစ်ခါ ကြက်ဆီထမင်းလုပ်နည်းလေး မျှဝေပေးပါ့မယ်ဗျာ။

ပါဝင်ပစ္စည်းများ

ကြက်သားအတွက်

- ကြက်တစ်ကောင်လုံး ၈၀ ကျပ်သားခန့် (၂.၈ ပေါင်)
- ဆား လဘက်ရည်ဇွန်း ၃ ဇွန်း
- ချင်း လက်တစ်ဆစ် (အပြားလိုက်လှီးထားပါ)
- ရေ ကြက်သားမြုပ်အောင်ထည့်ပါ (၃.၃၁ လီတာ)
- သကြား လဘက်ရည်ဇွန်း ၁ ဇွန်း
- ခနောကြက်သားမှုန့် လဘက်ရည်ဇွန်း ၁ ဇွန်း

ထမင်းအတွက်

- ဆန် ၂ ခွက်
- နှမ်းဆီ ထမင်းစားဇွန်း ၁ ဇွန်းခွဲ
- ချင်း ၁ ပြား (ညက်အောင်ထောင်းထားပါ)
- ကြက်သွန်နီ ဥသေး ၂ ဥ (ပါးပါးလှီးထားပါ)
- ကြက်သွန်ဖြူ အကြီး ၂ မွှာ (ထောင်းထားပါ)
- ရေ ဆန် ၂ ခွက်အတွက် ပေါင်းအိုးမှာ ချက်ရန် လိုအပ်သော ပမာဏ
- သကြား လဘက်ရည်ဇွန်း ၁ ဇွန်း
- ဆား လဘက်ရည်ဇွန်း ၁ ဇွန်း

ဘိတ်ချဉ်အတွက်

- ကြက်သွန်ဖြူ ၂ ဥ (အခွံခွာထောင်းထားပါ)
- ငရုတ်သီးစိမ်း ၄ တောင့် (ညှပ်ထားပါ)
- ရှာလကာရည် ထမင်းစားဇွန်း ၂ ဇွန်း
- ငံပြာရည် ထမင်းစားဇွန်း ၁ ဇွန်း
- ခနောကြက်သားမှုန့် ထမင်းစားဇွန်း ၁ ဇွန်း
- ပဲငံပြာရည်အကြည် ထမင်းစားဇွန်း ၂ ဇွန်း

ပဲငံပြာရည်ဆော့စ်အချို့အတွက်

- ကြက်ပြုတ်ရည် ၁ ခွက်ရဲ့သုံးပုံတစ်ပုံ (၇၈ မီလီလီတာ)
- သကြား ထမင်းစားဇွန်း ၃ ဇွန်း
- ပဲငံပြာရည်အနောက် ၁ ခွက်ရဲ့သုံးပုံတစ်ပုံ (၇၈ မီလီလီတာ)

တွဲဖက်စားစရာ

- သခွားသီး ၂ လုံး
- နံနံပင် အနည်းငယ်

ချက်ပြုတ်ပြင်ဆင်ပုံ

1. ကြက်အရေခွံများကို ကြက်သားမပြုတ်ခင် ကြက်ဆီလုပ်ဖို့ သက်သက်ခွာထားကြမယ်နော်။ ခွာပြီးရင် ကြက်တကိုယ်လုံး အတွင်းရော အပြင်ပါ မကျန် ဆား လက်ဖက်ရည်ဇွန်း ၁ ဇွန်းနဲ့ အကျိအချွဲပြောင်အောင် ပွတ်ပေးပါ။ ပြီးရင်တော့ ဒန်အိုးထဲမှာ ကြက်သားကိုထည့်၊ ဆား ၂ ဇွန်းနဲ့ လှီးထားတဲ့ ဂျင်းပြားလေးတွေထည့်၊ ရေကို ကြက်သားမြုပ်အောင်ထည့်ပြီး မိနစ် ၃၀ လောက်တည်ထားပေးရပါမယ်။
2. ဖယ်ထားတဲ့ ကြက်အရေခွံတွေကို အပူပေးထားတဲ့ အိုးထဲမှာ နှမ်းဆီထည့်ပြီး ဆီထွက်လာအောင် လှိမ့်ပေးပါ။ ဆီထွက်လာရင် အရေခွံတွေကို ဖယ်ပြီး ထောင်းထားသော ဂျင်း၊ ကြက်သွန်နီ၊ ကြက်သွန်ဖြူတွေကို ထည့်ပြီး ဆီသတ်ပေးပါ။ အနံ့မွှေးလာရင် ရေဆေးထားတဲ့ ဆန်ထည့်ပြီး လှိမ့်ပေးပါ။
3. ပြီးရင်တော့ ပေါင်းအိုးထဲ လှော်ထားတဲ့ဆန်ကို ထည့်၊ သတ်မှတ်ထားသော ရေချိန်အတိုင်း ကြက်ပြုတ်ရည်ကို ထည့်၊ သကြားလက်ဖက်ရည်ဇွန်း ၁ ဇွန်း၊ ဆားလက်ဖက်ရည်ဇွန်း ၁ ဇွန်းထည့်ပြီး ထမင်းချက်သလို ချက်ပေးပါ။

4. ကြက်သားကို အိုးထဲက ဆယ်ပြီး သကြားလက်ဖက်ရည်ဇွန်း ၁ ဇွန်း၊ ခနောကြက်သားမှုန့် လက်ဖက်ရည်ဇွန်း ၁ ဇွန်းထည့်ပြီး နောက်ထပ်အိုးသစ်တစ်ခုထဲ ၁၅ မိနစ်လောက် တည်ပေးပါ။ ပြီးရင်တော့ အနုတော်လေးလှီးပြီး ထမင်းနဲ့ အတူ သခွားသီးနံနံပင်တို့နဲ့ တည်ခင်းပေးပါ။
5. ထောင်းထားတဲ့ ကြက်သွန်ဖြူ၊ ငရုတ်သီးစိမ်း၊ ရှာလကာရည်၊ ငံပြာရည်၊ ကြက်သားမှုန့်၊ ပဲငံပြာရည်အကြည်နဲ့ ဘိတ်ချဉ်ဖျော်၊ ကြက်ဖဆော့စ် ဒါမှမဟုတ်လည်း ကြက်ပြုတ်ရည်၊ သကြားနဲ့ ပဲငံပြာရည်အနောက်ကို ဒယ်အိုးထဲ အပူပေးရော မွှေထားတဲ့ ဆော့စ်အချိုနဲ့ တွဲဖက်သုံးဆောင်နိုင်ပါပြီ။