

ขนมปังฮาลาห์ Berches



ขนมปังฮาลาห์ Berches

ขนมปังฮาลาห์ Berches ไม่มีอะไรที่ดีไปกว่าการได้กินของอร่อย ที่เราทำเองได้ที่บ้าน แอดมินมาชวนทำ ขนมปังฮาลาห์ขนมปังสไตล์อิสราเอล ซึ่งแอดมินลองทำมาแล้วอร่อยมากๆเลยล่ะ อยากแชร์สูตรเลย ดัดแปลงสูตรจาก The Jewish Week Food & Wine เป็นขนมปังแนวเยอรมันยิว ผิวขนมปังสีน้ำตาลทอง เนื้อในขาวนุ่ม ลักษณะเนื้อขนมปังอยู่ระหว่างบริโยชกับชอฟโรลลองนี่ดู ไปเปิดตำนานความอร่อยกันล่ะ เกริ่นมานานหิวแล้ว มาทำขนมปังฮาลาห์กันล่ะ อร่อยเด็ดเมนูประจำตัว มาเค้ดาวน์โฮลด์สูตร มือขาวดวงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สวาท้าก้าวเข้าครัว ไปกับเมนูขนมปังฮาลาห์กันเลยล่ะ

สูตรขนมปังฮาลาห์

แป้งเอนกประสงค์ 7 ถ้วย (ประมาณ 2 ปอนด์)

น้ำอุ่น 2 1/4 ถ้วย หรือแบ่งตามต้องการ

ยีสต์แห้ง 1 ชอง (2 1/4 ช้อนชา)

น้ำตาล 1/2 ช้อนชา

น้ำมันพืช 1/4 ถ้วย

มันฝรั่งขาว 1 ผล ต้ม ปอกเปลือก บด แช่เย็น

เกลือ 1 1/2 ช้อนโต๊ะ

ไข่ขาว 1 ฟอง ตีเบาๆ

เมล็ดงาดำ 1-2 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำขนมปังฮาลาห์

ใส่แป้งลงในชามผสม แล้วทำหลุมตรงกลาง จากนั้นเทน้ำ 1/4 ถ้วย ใส่ยีสต์และน้ำตาล ค่อยๆ คนให้ละลายแล้วรอประมาณ 5-10 นาทีจนเป็นฟอง

ถัดไป ใส่น้ำมัน มันทด และเกลือ ผสมด้วยมือของเพื่อนๆ ในขณะที่ค่อยๆ เติมน้ำที่เหลือ

พลิกแป้งลงบนพื้นผิวที่ใช้โรยแป้งบางๆ แล้วนวดจนแป้งเนียนและนุ่ม

ย้ายแป้งไปยังชามที่ทาด้วยไขมัน จากนั้นคลุมด้วยผ้าเช็ดครัวที่เปียกหมาดๆ เก็บในที่อบอุ่นเป็นเวลา 1-2 ชั่วโมงจนขึ้นเป็นสองเท่า

ค่อยๆ แป้งลงไป แล้วนวดอีกครั้งบนพื้นผิวที่ร้อนแป้งเบา ๆ จนเนียน

ทำก้อนสามก้อนแปะขนาดใหญ่หนึ่งก้อนหรือสองก้อนขนาดกลาง

วางบนถาดอบ คลุมด้วยผ้าชุบน้ำหมาดๆ เก็บถาดไว้ในที่อบอุ่นเป็นเวลา 1-1 1/2 ชั่วโมง จนเพิ่มขนาดเป็นสองเท่า

ในขณะเดียวกันตั้งเตาอบให้อุ่นที่ 350 ° F

ทาด้วยไข่ที่ตีจนเนียนแล้วโรยด้วยเมล็ดงาดำ

นำเข้าอบ 30-40 นาที จนเป็นสีน้ำตาลทอง

อบเสร็จแล้วรอจนเย็นก่อนเสิร์ฟ ทานให้อร่อยนะคะ



ขอขอบคุณข้อมูล – <https://www.tasteatlas.com/challah/recipe/berches>

ประวัติขนมปังฮาลาห์

ในขั้นต้น คำว่า *challah* ใช้เพื่ออ้างถึงขนมปังก้อนหนึ่งที่ต้องมอบให้กับนักบวชชาวยิว (*kohen*) เป็นหนึ่งในข้อกำหนดเบื้องต้น 24 ข้อ อย่างไรก็ตาม หลังจากการล่มสลายของวัดโดยชาวโรมันในศตวรรษที่ 1 โต๊ะรับประทานอาหารที่บ้านก็กลายเป็นแท่นบูชาเชิงสัญลักษณ์ ซึ่งหมายความว่าไม่ได้มอบขนมปังให้นักบวชอีกต่อไป แต่แทนที่จะใช้แป้งส่วนหนึ่งถูกเผาเมื่อทำขนมปัง ในตอนเริ่มต้น ขนมปังนี้อาจเป็นขนมปังประเภทใดก็ได้ แต่ในช่วงศตวรรษที่ 15 ชาวยิวอาซเกนาซีจากออสเตรียและเยอรมนีตอนใต้ได้นำขนมปังท้องถิ่นรูปวงรีที่มักเป็นขนมปังแบบทามาใช้

คำว่า *challah* ถูกใช้ครั้งแรกสำหรับคำว่า *Shabbat bread* ในปี 1488 แม้ว่าทางตอนใต้ของเยอรมนี คำว่า *berches*

ก็ใช้เพื่อแสดงถึงขนมปัง challah ที่ไม่ใส่น้ำมันหรือน้ำตาล เนื่องจาก challah เป็นขนมปังชนิดพิเศษ ชาวยิวจึงใช้แป้งสาลีขาวก่อนศตวรรษที่ 15 เท่านั้น แต่เมื่อเวลาผ่านไป ขนมปัง Ashkenazi Shabbat ก็ได้รับการปรุงแต่งและเสริมแต่งมากขึ้นเรื่อยๆ – ประการแรกมีการเติมน้ำมันและหญ้าฝรั่นและเมื่อสิ้นสุดศตวรรษที่ 15 เป็นเรื่องปกติที่จะโรย challah ด้วยงาดำและงา ในศตวรรษที่ 19 เมื่อมีการกำเนิดของโรงงานผลิตน้ำตาลจากหัวบีทน้ำตาลทั่วยุโรป ตะวันออก มันได้กลายเป็นวิธีปฏิบัติที่แพร่หลายในการทำให้แป้ง challah หวาน ในศตวรรษที่ 19 ชาวยิวอาชเคนาซีส่วนใหญ่ที่เดินทางไปอเมริกามีเชื้อสายเยอรมัน ดังนั้นในขั้นต้น ชื่อเบิร์ชจึงเป็นเรื่องธรรมดามากกว่า แต่เมื่อชาวยิวอาชเคนาซีในยุโรปตะวันออกมีจำนวนมากกว่าพวกเขา คำว่า challah ก็ฝังแน่นในภาษาอังกฤษ และในไม่ช้าก็ถูกใช้เป็นคำสำหรับขนมปังวันแซบแบบโดยชาวยิวทั่วโลก รวมถึงคนในอิสราเอลด้วย อย่างไรก็ตาม รูปภาพยังไม่สมบูรณ์หากไม่ได้กล่าวถึงความสำคัญทางศาสนาของขนมปังชัลล๊ะห์

วัตถุดิบขนมปังฮาลาห์

yeast

ยีสต์ (Yeast) คือสิ่งมีชีวิตที่สามารถเติบโตได้โดยการย่อยอาหาร และยีสต์คือส่วนสำคัญที่ทำให้เกิดการหมัก (Fermentation) ดังนั้นเมื่อเราอบขนมปังที่มีการใส่ยีสต์เป็นส่วนผสมลงไป ยีสต์จะหมักน้ำตาลในแป้ง และปล่อยแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์ออกมา เนื่องจากแป้งมีความยืดหยุ่นสูง ทำให้คาร์บอนไดออกไซด์จึงไม่สามารถหลบหนีได้ แก๊สคาร์บอนไดออกไซด์จึงทำให้เกิดการขยายตัว หรือทำให้แป้งพองตัวมีขนาดขยายใหญ่

sugar

น้ำตาล (Sugar) คือ สารประกอบคาร์โบไฮเดรตประเภทโมโนแซ็กคาไรด์ (monosaccharide) และไดแซ็กคาไรด์ (disaccharide) ซึ่งมีรสหวาน โดยทั่วไปจะได้มากจากอ้อย มะพร้าว แต่โดยทั่วไปแล้วจะเรียกอาหารที่มีรสหวานว่าน้ำตาลแทบทั้งสิ้น เช่น ทำมาจากตาลจะเรียกว่าตาลโตนด ทำมาจากมะพร้าวจะเรียกว่าน้ำตาลมะพร้าว ทำมาจากงวงจากจะเรียกว่าน้ำตาลจาก ทำมาจากบจะเรียกว่าน้ำตาลงูบ ทำมาจากอ้อยแต่ยังไม่ได้ทำเป็นน้ำตาลทรายจะเรียกว่าน้ำตาลทรายดิบ ถ้านำมาทำเป็นเม็ดจะเรียกว่าน้ำตาลทราย หรือถ้านำมาทำเป็นก้อนแข็งคล้ายกรวดจะเรียกว่าน้ำตาลกรวด ฯลฯ

salt

เกลือ (Salt) หรือเกลือโซเดียมนั้นมีแร่ธาตุหลายชนิดที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย หากรับประทานในปริมาณที่เหมาะสมก็อาจส่งผลดีต่อสุขภาพร่างกาย ดังนี้ ป้องกันภาวะความดันโลหิตสูง, ป้องกันภาวะขาดน้ำ และป้องกันการขาดไอโอดีน แต่ต้องรับประทานในขนาดที่เหมาะสมต่อวันมิเช่นนั้นจะเกิดโทษต่อร่างกาย มากกว่าได้ประโยชน์

poppy seeds

เมล็ดป๊อปปี (Poppy seed) เป็นเมล็ดที่ได้จากต้นป๊อปปี ใช้เพื่อช่วยบรรเทาอาการของโรคหอบหืด อาการไอ ท้องผูก ท้องเสียที่เกิดจากการติดเชื้อ นอนไม่หลับ เราจะรับประทานเมล็ดป๊อปปีเพื่อช่วยบรรเทาอาการของโรคหอบหืด อาการไอ ท้องผูก ท้องเสียที่เกิดจากการติดเชื้อ นอนไม่หลับ และอาจใช้เพื่อรักษาอาการทางทะเล เชื่อมระหว่างกระเพาะปัสสาวะและลำไส้ ได้อีกด้วย





DONUT WORRY
BE HAPPY



บ้านเบเกอรี่
BAAN BEKERY