

ดอกโสน สรรพคุณ

สรรพคุณของต้นโสน นั้นมีทุกส่วนประกอบของพืช ตั้งแต่ ดอก ราก ลำต้น ใบ แล้วดอกโสนที่เรานำมารับประทานนั้น มีสรรพคุณอย่างไร ดอกโสน มีคุณสมบัติ คือ รสจืด สรรพคุณของดอกโสน ประกอบด้วย แก้พิษร้อน ลดไข้ เป็นยาสมานลำไส้ แก้อาการปวด ชาตอนพิษจากแมลงสัตว์กัดต่อย เป็นต้น

ไข่เจียวดอกโสน อาหารไทย เมนูไข่ เมนูทอด แบบง่ายๆ

ไข่เจียวดอกโสน อาหารไทย เมนูไข่ เมนูทอด วิธีทำไข่เจียวดอกโสน ไม่ยากทำกินเองได้ อาหารทอด เมนูสมุนไพร ช่วยลดไข้ แก้ร้อนใน สมุนไพรเพื่อสุขภาพ เมนูไข่เจียว



อาหารยอดนิยม สำหรับวันนี้ ขอนำเสนอ อาหารทอด เมนูไข่ กับ ดอกโสน คือ ไข่เจียวดอกโสน เคล็ดลับความอร่อยของอาหารเมนูนี้ คือ วัตถุดิบคุณภาพ เทคนิคการเตรียมอาหาร และ การปรุงรสชาติ การทอดไข่ เทคนิคการทอดไข่ให้ฟูกรอบ

ดอกโสน สมุนไพรไทย ช่วยลดไข้ แก้ร้อนในได้ ถือเป็น สมุนไพรเพื่อสุขภาพ ดอกโสน เป็นอีกทางเลือกหนึ่งอยากให้ลองสูตรไข่เจียวดอกโสน ส่วนผสมและขั้นตอนการทำเข้าใจง่าย เหมาะสำหรับคนรักการทำอาหาร

ส่วนผสมสำหรับทำไข่เจียวดอกโสน

- ไข่ไก่ 3 ฟอง
- ดอกโสน 5 ช้อนโต๊ะ
- ซอสถั่วเหลือง 2 ช้อนโต๊ะ
- ซอสน้ำมันหอย 1 ช้อนโต๊ะ
- พริกไทย 1 ช้อนชา
- น้ำมันสำหรับทอด

วิธีทำไข่เจียวดอกโสน

1. ตอกไข่ ผสมกับ ดอกโสน ซอสถั่วเหลือง น้ำมันหอย พริกไทย ตีไข่ให้ส่วนผสมเข้ากัน
2. ตั้งกระทะน้ำมันให้ร้อน รอให้น้ำมันร้อน จากนั้นลดไปลงอ่อน ใส่ไข่ลงไปทอด ทอดให้เหลืองกรอบทั้ง 2 ด้าน
3. เสริฟ ไข่เจียวดอกโสน อาหารทอด เมนูไข่ กับข้าวง่ายๆ ไข่เจียวดอกโสน

เคล็ดลับการทำไข่เจียวดอกสะโหนด

1. เทคนิคการทอดไข่เจียว ให้นุ่มฟู มีสูตรหลายสูตร ประกอบด้วย การตีไข่ ให้ตีให้เกิดฟองอากาศ เวลาทอด จะทำให้ไข่ฟูสวย
2. เทคนิคการ ทำให้ไข่เจียวฟู อื่นๆ เช่น ใส่ น้มนะนาว นิดหน่อย ใส่น้ำลงไปนิดหน่อย
3. น้ำมัน ใน การทอดไข่เจียว ให้ใช้น้ำมัน มากน้อย และท่วมตัว ไข่
4. ไฟ สำหรับใช้ใน การทอด ให้ใช้น้ำมันร้อน ไฟปานกลาง จะทำให้ ไข่เจียว ไม่อมน้ำมัน
5. ดอกสะโหนด ในการนำมา ทำอาหาร ให้ลวกในน้ำร้อนก่อน โดย เทคนิคการลวก และทำให้ ดอกสะโหนด ยังคงความสด คือ ให้นำไปแช่น้ำเย็นหลังจากลวก

สำหรับ อาหาร ที่มีส่วนผสมของ สมุนไพร ใน อาหารไทย มีมากมายหลายชนิด เนื่องจาก สมุนไพร ใน การประกอบอาหาร เป็นเอกลักษณ์ อย่างหนึ่งของ อาหารไทย ข่า ตะไคร้ หอมแดง กระเทียม พริก เป็นต้น วันนี้ เราจะมาแนะนำสูตรอาหาร ที่เป็น อาหารเพื่อสุขภาพ และมี สมุนไพร เป็นส่วนประกอบ ให้เพื่อนๆ สำหรับคนรัก อาหารสุขภาพ

ต้นโสน

ดอกสะโหนด หลายคนสงสัยว่านำมาประกอบอาหารรับประทานได้จริงหรือ เราจึงจะนำเสนอ เกร็ดความรู้เล็กๆน้อยๆ เกี่ยวกับดอกสะโหนด ให้เพื่อนๆ ได้รู้จักกับดอกสะโหนดให้มากขึ้น ดอกไม้สีเหลืองๆสวยๆ เป็น ดอกไม้ประจำจังหวัด พระนครศรีอยุธยา คือ ดอกโสน ดอกไม้ที่คนกรุงเก่ารู้จักดี

ต้นโสน อ่านออกเสียงว่า สะ-โน้ ชื่อวิทยาศาสตร์ ของดอกสะโหนด คือ *Sesbania javanica* Miq ชื่อสามัญของโสน คือ Sesbania หากรู้จักกับ พืช ที่เรียกชื่อ ว่า ผักสองแฉง โสนกินดอก โสนหิน โสนดอกเหลือง สี่ปริหลา ชื่อเหล่านี้ คือ ต้นโสน ชื่อเรียกมีการเรียกแตกต่างกันตามภูมิภาคที่แตกต่างกันออกไป

สรรพคุณของต้นโสน นั้นมีทุกส่วนประกอบของพืช ตั้งแต่ ดอก ราก ลำต้น ใบ แล้วดอกโสนที่เรานำมารับประทานนั้น มีสรรพคุณอย่างไร ดอกโสน มีคุณสมบัติ คือ รสจืด สรรพคุณของดอกโสน ประกอบด้วย แก้พิษร้อน [ลดไข้](#) เป็น [ยาสมาน](#) [ถ้าใส่](#) แก้อาการปวด ชาอ่อนพิษจากแมลงสัตว์กัดต่อย เป็นต้น

แหล่งที่มา : [ดอกโสน สรรพคุณ สูตรอาหาร เมนูที่เกี่ยวข้องกับ เรื่องนี้ มีอะไรบ้าง \(nlovecooking.com\)](#)