

# โครงการ การพัฒนาคุณภาพชีวิตสมาชิก

(อบรมอาชีพเสริม) ปี 2562

สหกรณ์ออมทรัพย์ครูลำพูน จำกัด

อาชีพขนมไทยและขนมอบ

ระหว่าง

29 มิถุนายน 2562 - 14 กรกฎาคม 2562

(เสาร์-อาทิตย์)

|         |                 |          |
|---------|-----------------|----------|
| วิทยากร | นางนุชนารถ      | แป้นแก้ว |
|         | นางสาวบุญยม     | โปธามูล  |
|         | นางสาวศุภรินทร์ | พิชัย    |

สาขาวิชาอาหารและโภชนาการ

วิทยาลัยเทคนิคลำพูน

ขนมไทย

## ข้าวเหนียวมูนหน้าสังขยา

\*\*\*\*\*

| ส่วนผสม  |                     | ปริมาณที่ใช้ |
|--|---------------------|--------------|
| ข้าวเหนียวมูนสีขาว   | ข้าวเหนียวเขี้ยวงู  | 500 กรัม     |
|  | กะทิ                | 1 ½ ถ้วย     |
|  | น้ำตาลทราย          | ¾ ถ้วย       |
|  | เกลือป่น            | 1 ช้อนชา     |
| ข้าวเหนียวมูนสีเหลือง<br>(ขมิ้นผง 1 ½ ช้อนชา<br>แฉ่ข้าว 500 กรัม | ข้าวเหนียวเขี้ยวงู  | 500 กรัม     |
|  | กะทิ                | 1 ½ ถ้วย     |
|  | น้ำตาลทราย          | ¾ ถ้วย       |
|  | เกลือป่น            | 1 ช้อนชา     |
| กะทิหยอดหน้า   | กะทิ                | 1 ½ ถ้วย     |
|  | แป้งข้าวเจ้า        | 2 ช้อนโต๊ะ   |
|  | น้ำตาลทราย          | 2 ช้อนโต๊ะ   |
|  | เกลือป่น            | 1 ช้อนชา     |
| หน้าสังขยา   | ไข่เป็ด             | 5 ฟอง        |
|  | น้ำตาลมะพร้าว       | 1 ถ้วย       |
|  | หัวกะทิ             | ¾ ถ้วย       |
|  | ใบเตยหั่นชิ้นใหญ่   | 5 ใบ         |
| หน้ากุ้ง   | เนื้อกุ้งสับ        | 250 กรัม     |
|  | มะพร้าวขูดขาว       | 500 กรัม     |
|  | น้ำตาลทราย          | ½ ถ้วย       |
|  | เกลือป่น            | 2 ช้อนชา     |
|  | รากผักชีโขลกละเอียด | 1 ช้อนโต๊ะ   |
|  | กระเทียมโขลกละเอียด | 1 ช้อนชา     |
|  | พริกไทยป่น          | 1 ช้อนชา     |
|  | ใบมะกรูดหั่นฝอย     | 2 ช้อนโต๊ะ   |
|  | สีผสมอาหาร(สีส้ม)   | 2 ช้อนชา     |
|  | น้ำสำหรับผสมสี      | ¼ ถ้วย       |
|  | น้ำมันพืช           | ¼ ถ้วย       |

### วิธีทำข้าวเหนียวมูนสีขาว

1. ข้าวเหนียวขาวน้ำ 2 ครั้ง แชน้ำไม่น้อยกว่า 4 ชั่วโมง แล้วล้างน้ำให้สะอาด 2 ครั้ง สรงขึ้นพักให้สะเด็ดน้ำ นึ่งในลังถึง ประมาณ 25-30 นาที
2. ผสมกะทิ น้ำตาลทราย เกลือป่น เข้าด้วยกัน นำขึ้นตั้งไฟ พอเดือด ยกลงพักไว้
3. นำข้าวเหนียวที่นึ่งสุกแล้วใส่อ่างผสม นำส่วนผสมมาผสม คนให้เข้ากัน ปิดฝาให้ระอุ ประมาณ 30 นาที

### วิธีทำข้าวเหนียวมูนสีเหลือง

1. ข้าวเหนียวขาวน้ำ 2 ครั้ง ใส่ผงขมิ้น คนให้เข้ากัน แชน้ำไม่น้อยกว่า 4 ชั่วโมง แล้วล้างน้ำให้สะอาด 2 ครั้ง สรงขึ้นพักให้สะเด็ดน้ำ นึ่งในลังถึง ประมาณ 25-30 นาที
2. ผสมกะทิ น้ำตาลทราย เกลือป่น เข้าด้วยกัน นำขึ้นตั้งไฟ พอเดือด ยกลงพักไว้
3. นำข้าวเหนียวที่นึ่งสุกแล้วใส่อ่างผสม นำส่วนผสมมาผสม คนให้เข้ากัน ปิดฝาให้ระอุ ประมาณ 30 นาที

### วิธีทำกะทิหยอดหน้า

1. ผสมกะทิ แบ่งข้าวเจ้า น้ำตาลทราย เกลือป่น เข้าด้วยกัน
2. ยกขึ้นตั้งไฟพอเดือด ยกลงพักไว้

### หน้าสังขยา

1. ใบเตยชยำกับไข่ น้ำตาลมะพร้าว หัวกะทิ จนน้ำตาลละลาย
2. นำมากรองด้วยผ้าขาวบาง เทใส่พิมพ์ นึ่งในลังถึง ไฟแรง ประมาณ 30 นาที ยกลงพักไว้ เสิร์ฟกับข้าวเหนียวมูน

### หน้ากุ้ง

1. ใส่น้ำมันพืชในกระทะ ยกขึ้นตั้งไฟพอร้อน ใส่วุ้นผักชี กระเทียม พริกไทย ผัดให้เข้ากันจนกระทั่งหอม ตักใส่ภาชนะพักไว้
2. นำสีผสมกับน้ำ
3. ส่วนผสมที่ผัดไว้ ผสมกับกุ้ง มะพร้าว ใส่น้ำสีคลุกเคล้าให้เข้ากัน ปรงรสด้วย น้ำตาลทราย เกลือป่น ชิมรส
4. ใส่น้ำมันพืชในกระทะ ยกขึ้นตั้งไฟพอร้อน นำส่วนผสมที่ได้ลงผัดในกระทะ จนส่วนผสมสุก ตักใส่ภาชนะพักไว้ เสิร์ฟกับข้าวเหนียวมูน

\*\*\*\*\*

|   |
|---|
| วิทยากร นางนุชนารถ แป้นแก้ว<br>นางสาวบุญยม โปธามูล<br>นางสาวบุศรินทร์ พิชัย<br>สาขาวิชาอาหารและโภชนาการ วิทยาลัยเทคนิคลำพูน |
|---|

## วุ้นกะทิมะพร้าวอ่อน

\*\*\*\*\*

ปริมาณที่ได้ต่อ 1 สูตร จำนวน 90 ชิ้น

|             | ส่วนผสม                         | ปริมาณที่ใช้ |
|-------------|---------------------------------|--------------|
| ส่วนผสมกะทิ | กะทิ                            | 250 กรัม     |
|             | แป้งข้าวเจ้า                    | 1 ช้อนโต๊ะ   |
|             | เกลือ                           | 1 ช้อนชา     |
|             | ใบเตย                           | 2-3 ใบ       |
| ส่วนผสมวุ้น | ผงวุ้น                          | 10 กรัม      |
|             | น้ำมะพร้าวอ่อน                  | 500 กรัม     |
|             | น้ำตาลทราย                      | 80 กรัม      |
|             | เนื้อมะพร้าวอ่อนสับละเอียด      | 1 ½ ถ้วย     |
|             | สีผสมอาหาร สีชมพู สีเขียว สีฟ้า |              |
|             | พิมพ์ซิลิโคนรูปดอกไม้           | 90 พิมพ์     |

### วิธีทำ

1. ผสมกะทิ 150 กรัม แป้งข้าวเจ้า เกลือ เข้าด้วยกันคนให้ส่วนผสมละลายเข้ากันดี ใส่ใบเตย นำขึ้นตั้งไฟกลาง พอเดือด ปิดไฟ ใส่กะทิอีก 100 กรัม คนให้เข้ากัน พักไว้
2. นำผงวุ้น น้ำมะพร้าวอ่อน ผสมเข้าด้วยกัน คนให้วุ้นละลาย นำขึ้นตั้งไฟกลางให้ร้อน ใส่น้ำตาลทราย คนให้เข้ากันจนน้ำตาลละลาย
3. นำส่วนผสมกะทิที่พักไว้ ผสมเข้าด้วยกัน พอส่วนผสมเดือดปิดไฟ ใส่เนื้อมะพร้าวอ่อนคนให้เข้ากัน
4. แบ่งวุ้นเป็น 2 ส่วน ส่วนที่ 1 ไม่ต้องผสมสี ส่วนที่ 2 ผสมสีชมพู (เขียวหรือฟ้า)
5. ตักวุ้นสีขาวลงในพิมพ์ซิลิโคน เล็กน้อย จากนั้นหยอดวุ้นสีลงไปจนเต็มพิมพ์ พักวุ้นให้แข็งตัว แกะวุ้นออกจากพิมพ์

\*\*\*\*\*

วิทยากร นางนุชนารถ แป้นแก้ว

นางสาวบุญยม โปธามูล

นางสาวบุศรินทร์ พิชัย

สาขาวิชาอาหารและโภชนาการ วิทยาลัยเทคนิคลำพูน

## ชาลาเปา

\*\*\*\*\*

ปริมาณที่ได้ต่อ 1 สูตร จำนวน .....60..... ชิ้น

| ส่วนผสม                                     |                      | ปริมาณที่ใช้ |
|---|----------------------|--------------|
| แบ่งส่วนที่ 1                               | แบ่งสาเลีบัวแดง      | 700 กรัม     |
|   | ยีสต์                | 2 ช้อนโต๊ะ   |
|   | น้ำเปล่า             | 450 กรัม     |
| แบ่งส่วนที่ 2                               | แบ่งสาเลีบัวแดง      | 300 กรัม     |
|   | ผงฟู                 | 2 ช้อนโต๊ะ   |
|   | เกลือป่น             | 1 ช้อนชา     |
|   | น้ำตาลไอซิ่ง         | 250 กรัม     |
|   | เนยขาว               | 60 กรัม      |
|   | น้ำเปล่า             | ¼ ถ้วย       |
| ใส่ส่วนผสม 1 สูตรต่อ แบ่ง<br>ชาลาเปา ½ สูตร | หมูสับละเอียด        | 500 กรัม     |
|   | กุ้งเชียงหันชิ้นเล็ก | 85 กรัม      |
|   | เห็ดหอมแช่น้ำหั่น    | 25 กรัม      |
|   | หอมใหญ่สับละเอียด    | ½ ถ้วย       |
|   | ซีอิ้วขาว            | 2 ช้อนโต๊ะ   |
|   | ซอสปรุงรส            | 2 ช้อนโต๊ะ   |
|   | น้ำมันหอย            | 2 ช้อนโต๊ะ   |
|   | พริกไทยขาวป่น        | 2 ช้อนชา     |
|   | น้ำตาลมะพร้าว        | 2 ช้อนโต๊ะ   |
|   | เกลือ                | ½ ช้อนชา     |
|   | ไข่ไก่เบอร์ 2        | 1 ฟอง        |
|   | ต้นหอมซอยละเอียด     | 1 ช้อนโต๊ะ   |
|   | ผักชีซอยละเอียด      | 1 ช้อนโต๊ะ   |
|   | รากผักชีหั่นละเอียด  | 2 ช้อนชา     |
|   | กระเทียม             | 2 ช้อนชา     |
|   | พริกไทยขาวป่น        | 1 ช้อนชา     |

โหลรวมกัน {

| ส่วนผสม                                  |             | ปริมาณที่ใช้ |
|--|-------------|--------------|
| ไส้ครีม 1 สูตรต่อ แป้ง<br>ชالاเปา ½ สูตร | แป้งเค้ก    | 25 กรัม      |
|  | แป้งข้าวโพด | 25 กรัม      |
|  | น้ำตาลทราย  | 175 กรัม     |
|  | ไข่ไก่      | 4 ฟอง        |
|  | นมข้นจืด    | 100 กรัม     |
|  | นมข้นหวาน   | 100 กรัม     |
|  | มาร์การีน   | 50 กรัม      |
|  | วานิลลา     | ¼ ช้อนชา     |
|  | สีเหลืองไข่ | 2-3 หยด      |
| กระดาษสีขาสำหรับรองชالاเปา               |             | 60 แผ่น      |

### วิธีทำแป้งชالاเปา

1. แป้งส่วนที่ 1 นำแป้งสาลีกับยีสต์ผสมเข้าด้วยกัน ใส่ น้ำเปล่า นวดรวมกันจนกระทั่งแป้งเนียนแล้วจึงนำแป้งหมักไว้ประมาณ 30 นาที
2. แป้งส่วนที่ 2 ร่อนแป้งสาลี ผงฟู เกลือพักไว้
3. นำแป้งส่วนที่ 1 ที่หมักขึ้นแล้วมานวดรวมกับแป้งส่วนที่ 2 ใส่ น้ำตาลไอซิ่ง น้ำเปล่า นวดจนกระทั่งแป้งเนียนเข้ากันดี จึงใส่เนยขาวนวดต่อจนกระทั่งแป้งเนียนได้ที่ หมักไว้ประมาณ 30 นาที
4. นำแป้งไปคลึงไล่ลมเป็นก้อนยาว ตัดแป้งก้อนละ 30 กรัม จะได้ 60 ลูก
5. คลึงแป้งให้บาง ไล่ไส้ จับจีบแป้งให้สวยงาม วางบนกระดาษ พักไว้ประมาณ 10 นาที
6. นึ่งด้วยไฟแรงประมาณ 15 นาที พอสุกยกลง

### วิธีทำไส้หมูสับ

1. โขลกรากผักชี กระเทียม พริกไทยป่น ให้ละเอียด พักไว้
2. ผสมหมูสับ ส่วนผสมที่โขลกไว้ ใส่ กุนเชียง เห็ดหอม หอมใหญ่ ผสมเข้าด้วยกัน
3. ปูรสด้วย ซีอิ้วขาว ซอสปรุงรส น้ำมันหอย พริกไทย น้ำตาลมะพร้าว เกลือ ซิมีลเค็ม ทวานเล็กน้อย
4. ผสมไข่ไก่ นวดส่วนผสมเข้าด้วยกัน ใส่ ต้นหอม ผักชี ลงไป เคล้าให้เข้ากัน หมักพักไว้ 1 ชั่วโมง แบ่งไส้ 30 กอง

### วิธีทำไส้ครีม

1. ผสมแป้งเค้ก แป้งข้าวโพด น้ำตาลทราย ในอ่างผสมและคนให้เข้ากัน
2. เติมน้ำไข่ไก่ นมข้นจืด นมข้นหวาน วานิลลา และสีเหลืองไข่ คนให้เข้ากัน ใส่มาร์การีน
3. นำไปนึ่งไฟปานกลาง ประมาณ 15-20 นาที เปิดคนให้เข้ากันทุก ๆ 5 นาที จนกระทั่งไส้ครีมสุก แบ่งไส้ครีม 30 กอง

\*\*\*\*\*

|  |                   |          |
|--|-------------------|----------|
| วิทยากร                                      | นางนุชนารถ        | แป้นแก้ว |
|  | นางสาวบุญยม       | โปธามูล  |
|  | นางสาวบุตรีรินทร์ | พิชัย    |
| สาขาวิชาอาหารและโภชนาการ วิทยาลัยเทคนิคลำพูน |                   |          |



## ขนมถั่มกลี้น

\*\*\*\*\*

ปริมาณที่ได้ต่อ 1 สูตร จำนวน 80 ชิ้น

|         | ส่วนผสม                           | ปริมาณที่ใช้ |
|---------|-----------------------------------|--------------|
| ตัวขนม  | แป้งถั่วเขียว                     | 1 ถ้วย       |
|         | น้ำตาลทราย                        | 1 ¾ ถ้วย     |
|         | น้ำ                               | 4 ½ ถ้วย     |
|         | กลี้นมะลิ                         | ¼ ช้อนชา     |
|         | สีผสมอาหารสีเขียว สีชมพู สีเหลือง |              |
| หน้าขนม | หั่วกะทิ                          | 1 ½ ถ้วย     |
|         | น้ำ                               | ½ ถ้วย       |
|         | น้ำตาลทราย                        | 1 ½ ช้อนโต๊ะ |
|         | แป้งข้าวเจ้า                      | 1/3 ถ้วย     |
|         | แป้งถั่วเขียว                     | ½ ช้อนชา     |
|         | เกลือป่น                          | ¼ ช้อนชา     |
|         | ถ้วยพลาสติก (พีวีซี)              | 80 ถ้วย      |

### วิธีทำตัวขนม

1. ผสมแป้งถั่ว น้ำตาลทราย น้ำ เข้าด้วยกันจนน้ำตาลละลาย กรองส่วนผสมและเทใส่กระทะทอง
2. นำส่วนผสมตั้งไฟกลาง กวนจนแป้งสุกใส ยกออกจากเตา
3. ใส่กลี้นมะลิคนให้เข้ากัน แบ่งแบ่งเป็น 3 ส่วน ผสมสีๆ ละ 1 ส่วน
4. ตักตัวขนมหยอดลงในถ้วยพลาสติกประมาณ ¾ ถ้วย

### วิธีทำหน้าขนม

1. ผสมหั่วกะทิ แป้งข้าวเจ้า แป้งถั่วเขียว เข้าด้วยกัน
2. ใส่ น้ำ น้ำตาลทราย เกลือ ผสมเข้าด้วยกัน คนจนส่วนผสมละลายเข้ากันดี กรองด้วยกระชอนใส่กระทะทอง
3. นำส่วนผสมขึ้นตั้งไฟกลาง กวนจนส่วนผสมสุก ชัน ยกลง ตักหยอดหน้าขนม

\*\*\*\*\*

|  |                 |          |
|--|-----------------|----------|
| วิทยากร                                      | นางนุชนารถ      | แป้นแก้ว |
|  | นางสาวบุญยม     | โปธามูล  |
|  | นางสาวบุศรินทร์ | พิชัย    |
| สาขาวิชาอาหารและโภชนาการ วิทยาลัยเทคนิคลำพูน |                 |          |

## กะหรี่ปั๊พฟ์

\*\*\*\*\*


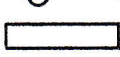

ปริมาณที่ได้ต่อ 1 สูตร จำนวน .....50..... ชิ้น

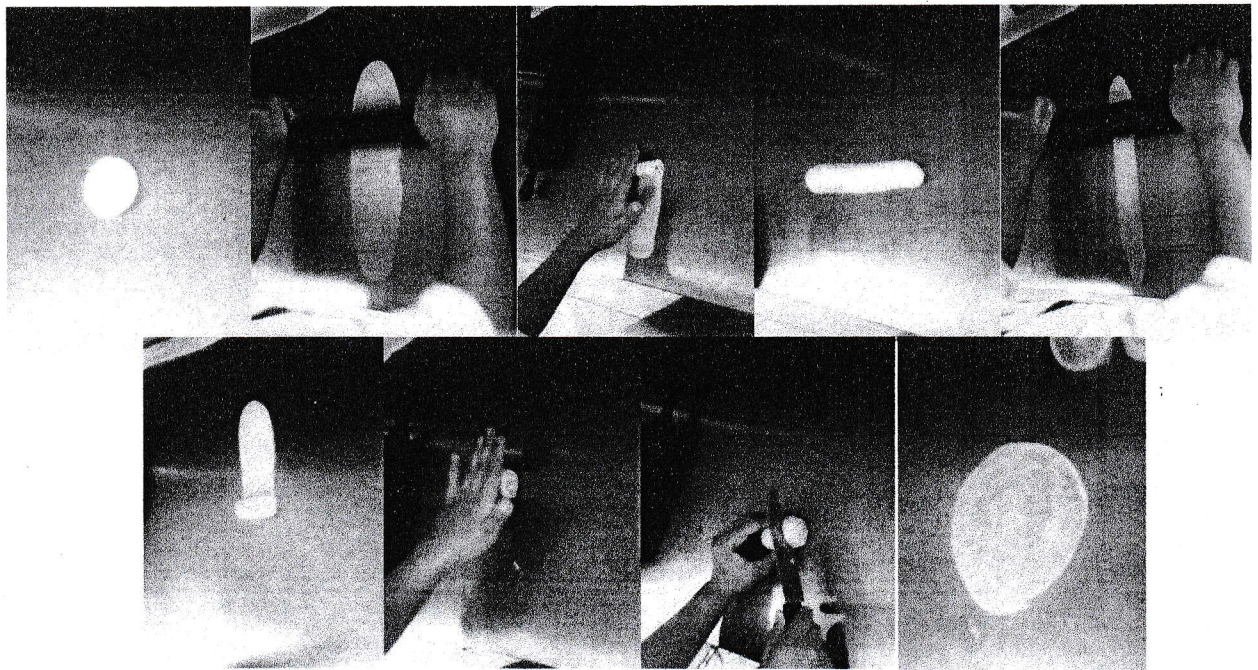
| ส่วนผสม     |                                | ปริมาณที่ใช้ |
|-------------|--------------------------------|--------------|
| แบ่งชั้นใน  | แป้งสาลีพัดโบก                 | 1 ½ ถ้วย     |
|             | น้ำมันพืช                      | 7 ช้อนโต๊ะ   |
| แบ่งชั้นนอก | แป้งสาลีว่าว                   | 3 ½ ถ้วย     |
|             | เกลือป่น                       | ¼ ช้อนชา     |
|             | น้ำตาลทรายเม็ดเล็ก             | 1 ช้อนชา     |
|             | น้ำมันพืช                      | 1/3 ถ้วย     |
|             | น้ำเย็น                        | ¾ ถ้วย       |
| ไส้ไก่      | เนื้ออกไก่สับละเอียด           | 200 กรัม     |
|             | หอมใหญ่หั่นสี่เหลี่ยมเล็ก      | 1 ถ้วย       |
|             | มันเทศต้มสุกหั่นสี่เหลี่ยมเล็ก | 1 กิโลกรัม   |
|             | ซีอิ้วขาว                      | 1 ½ ช้อนโต๊ะ |
|             | ผงกะหรี่                       | 1 ½ ช้อนโต๊ะ |
|             | น้ำตาลทราย                     | ½ ถ้วย       |
|             | เกลือป่น                       | 2 ช้อนชา     |
|             | พริกไทยขาว                     | 1 ช้อนโต๊ะ   |
|             | น้ำมันพืชสำหรับผัดไส้          | 2 ช้อนโต๊ะ   |
|             | น้ำมันสำหรับทอด                |              |

### วิธีทำไส้

1. ใส่น้ำมันในกระทะ พอร้อน ใส่หอมใหญ่ผัดให้หอม
2. ใส่เนื้อไก่ ผัดให้สุกหอม
3. ปรงรสด้วย ซีอิ้วขาว ผงกะหรี่ น้ำตาลทราย เกลือป่น และพริกไทย ผัดให้เข้ากัน
4. ใส่มันเทศผัดให้เข้ากัน จนแห้ง ชิมรส ผึ่งให้ไส้เย็น แบ่งเป็น 50 กอง

## วิธีทำกะหรี่ปั๊พ

1. แบ่งชั้นใน... ผสมแป้งสาลี น้ำมันพืชเข้าด้วยกัน นวดให้เข้ากันพักไว้ 20 นาที แบ่งแบ่งเป็น 25 ก้อน คลึงให้กลม พักไว้
2. แบ่งชั้นนอก... ผสมแป้งสาลี เกลือ น้ำตาล น้ำมันพืช และน้ำเย็นเข้าด้วยกัน นวดให้เข้ากันพักไว้ 20 นาที แบ่งแบ่งเป็น 25 ก้อน คลึงให้กลม พักไว้
3. แผ่แบ่งชั้นนอกให้บาง แล้ววางแบ่งชั้นในตรงกลาง หุ้มแบ่งชั้นนอกให้มิด
4. คลึงแบ่งให้บาง 1/8 นิ้ว  ม้วนแบ่งจากบนลงล่าง
5. คลึงแบ่งเป็นเส้นยาว  แล้วตั้งก้อนแบ่งคลึงให้บาง 1/8 นิ้ว  ม้วนจากล่างขึ้นบน
6. ตัดแบ่งครึ่งได้แบ่ง 2 ก้อน เอาด้านตัดวางไว้ข้างล่าง คลึงให้บาง
7. ใส่ไส้ที่ครึ่งด้านบน พับแบ่งด้านล่างขึ้นมาปิด บีบริมแบ่งให้สนิทจับจีบ ให้สวยงาม วางไว้ในถาด ใช้ผ้าคลุมไว้
8. นำไปทอดในน้ำมันที่ร้อน ใช้ไฟปานกลาง เมื่อสุกขนมแตกชั้น พอเหลืองตักขึ้นซับด้วยกระดาษซับ - น้ำมัน



\*\*\*\*\*

|  |                 |          |
|--|-----------------|----------|
| วิทยากร                                      | นางนุชนารถ      | แป้นแก้ว |
|  | นางสาวบุญยม     | โปธามูล  |
|  | นางสาวบุศรินทร์ | พิชัย    |
| สาขาวิชาอาหารและโภชนาการ วิทยาลัยเทคนิคลำพูน |                 |          |

## เต้าฮวยนมสดฟรุ้ตสลัด

\*\*\*\*\*

ปริมาณที่ได้ต่อ 1 สูตร จำนวน 15 ถ้วยๆ ละ 5 ออนซ์

| ส่วนผสม     |                       | ปริมาณที่ใช้  |
|-------------|-----------------------|---------------|
| เต้าฮวยนมสด | น้ำเปล่า              | 1,500 กรัม    |
|             | ผงวุ้น                | 1 ช้อนโต๊ะ    |
|             | เจลาตินผง             | 1 ช้อนชา      |
|             | วานิลลาผง             | 1 ช้อนชา      |
|             | น้ำตาลทราย            | ½ ถ้วย        |
|             | นมข้นจืด              | 250 มิลลิลิตร |
|             | นมข้นหวาน             | 250 มิลลิลิตร |
| น้ำเชื่อม   | น้ำตาลทราย            | ½ ถ้วย        |
|             | น้ำเปล่า              | ½ ถ้วย        |
|             | เกลือป่นเล็กน้อย      |               |
| ฟรุ้ตสลัด   | มะละกอห่ามหั่นเต๋า    | 1 ถ้วย        |
|             | แอปเปิ้ลเขียวหั่นเต๋า | ½ ถ้วย        |
|             | สับปะรดหั่นเต๋า       | 1 ถ้วย        |

### วิธีทำเต้าฮวย

1. นำน้ำผสมผงวุ้น แช่ไว้ 10 นาที ยกขึ้นตั้งไฟ อย่าน้ำร้อนจนเกินไป ใส่ผงเจลาติน คนให้เข้ากันอีกครั้ง
2. พอเดือดใส่น้ำตาลทราย คนจนน้ำตาลละลาย ปิดไฟ ยกออกจากเตาคนสักพัก ใส่นมทั้ง 2 ชนิด ลงไป คนให้เข้ากัน
3. ใส่วานิลลาผง คนให้เข้ากัน ตักใส่ถ้วยแล้วนำไปแช่ในตู้เย็น 2-3 ชั่วโมงให้เต้าฮวยอยู่ตัว

### วิธีทำฟรุ้ตสลัด

1. ผสมน้ำตาลทราย เกลือป่น กับน้ำเข้ากัน นำขึ้นตั้งไฟอ่อนคนให้ส่วนผสมละลาย รอจนกระทั่งเดือด ยกลงพักไว้ให้เย็น
2. นำผลไม้ที่เตรียมไว้มาแช่ในน้ำเชื่อม คนเบาๆ ให้ส่วนผสมเข้ากัน นำไปแช่ตู้เย็นประมาณ 1 ชั่วโมง แล้วนำมาตกแต่งหน้าเต้าฮวย พร้อมเสิร์ฟ

\*\*\*\*\*

|  |                 |          |
|--|-----------------|----------|
| วิทยาการ                                     | นางนุชนารถ      | แป้นแก้ว |
|  | นางสาวบุญยม     | โปธามูล  |
|  | นางสาวบุศรินทร์ | พิชัย    |
| สาขาวิชาอาหารและโภชนาการ วิทยาลัยเทคนิคลำพูน |                 |          |

**ขนมอบ**

## ขนมปังไส้ไก่

\*\*\*\*\*

ปริมาณที่ได้ต่อ 1 สูตร จำนวน 30-35 ชิ้น

|        | ส่วนผสม                      | ปริมาณที่ใช้    |
|--------|------------------------------|-----------------|
| ขนมปัง | แป้งขนมปังตราหงส์ขาว         | 480 กรัม        |
|        | แป้งสาลีตราบัวแดง            | 20 กรัม         |
|        | ยีสต์                        | 1 ½ ช้อนโต๊ะ    |
|        | น้ำ                          | ½ ถ้วย          |
|        | นมข้นจืด                     | ½ ถ้วย          |
|        | ไข่ไก่                       | 1 ฟอง           |
|        | น้ำตาลทราย                   | ½ ถ้วย          |
|        | เกลือป่น                     | ¼ ช้อนชา        |
|        | เนยสด                        | ½ ถ้วย          |
| ไส้ไก่ | เนื้อไก่หั่นสี่เหลี่ยมเล็ก   | 250 กรัม        |
|        | มันฝรั่งหั่นสี่เหลี่ยมเล็ก   | 1 ถ้วย          |
|        | แครอทหั่นสี่เหลี่ยมเล็ก      | 1 ถ้วย          |
|        | หอมใหญ่หั่นสี่เหลี่ยมเล็กน้ำ | 1 ถ้วย          |
|        | น้ำ                          | ½ ถ้วย          |
|        | น้ำตาลทราย                   | ¼ ถ้วย          |
|        | เกลือป่น                     | 1 ช้อนโต๊ะ      |
|        | พริกไทยป่น                   | 1 ½ ช้อนชา      |
|        | แป้งสาลีเอนกประสงค์          | 3 ช้อนโต๊ะ      |
|        | นมข้นจืด                     | 1/3 ถ้วย        |
|        | เนยสำหรับผัด                 | 2 ช้อนโต๊ะ      |
|        | ไข่สำหรับทาผิวหน้าขนมปัง     | ไข่แดง (ไข่ไก่) |
| น้ำ    |                              | 1 ช้อนโต๊ะ      |
|        | เนยสดสำหรับทาผิวหน้าขนมปัง   | ½ ถ้วย          |
|        | กระทงกระดาษ                  | 30-35 กระทง     |
|        | พิมพ์เค้ก                    | 30-35 พิมพ์     |

## วิธีทำขนมปัง

1. ผสมแป้งสาลีทั้ง 2 ชนิด และยีสต์ เข้าด้วยกัน พักไว้
2. ผสมน้ำ นมข้นจืด ไข่ไก่ น้ำตาลทราย เกลือ และเนยสด ในโถ ใส่ส่วนผสม
3. ใช้เครื่องผสมอาหาร หัวตีตะขอ ตีด้วยความเร็วต่ำสุด (เบอร์ 1) ให้ส่วนผสมเข้ากัน จากนั้นเพิ่มความเร็วน้อย (เบอร์ 2) ใช้เวลาประมาณ 20 นาที จนส่วนผสมเนียนหรือแป้งร้อนจากโถ
4. นวดแป้งด้วยมือเบาๆ เพื่อให้แป้งคลายตัว พักแป้งให้ขึ้นเป็น 2 เท่า ใช้เวลาประมาณ 1

## ชั่วโมง

5. แบ่งแป้งเป็นก้อนๆ ละ 35 กรัม แล้วปั้นเป็นก้อนกลม พักไว้ 10 นาที
6. นำแป้งมาคลึงเป็นแผ่นวงกลม ใส่ไข่ไก่ประมาณ 1 ซ่อนโต๊ะ จับริมแป้งให้ติดกัน
7. วางขนมปังในกระทงกระดาษที่รองด้วยพิมพ์เค้ก เรียงไว้บนถาด วางให้ห่างกันพอประมาณ พักขนมปังให้ขึ้นประมาณ 30 นาที
8. ทาผิวขนมปังด้วยไข่แดงผสมน้ำบางๆ นำเข้าเตาอบอุณหภูมิ 170 องศาเซลเซียส ประมาณ 12-15 นาที หรือจนกระทั่งสุกเหลือง นำขนมปังออกจากเตาอบทาผิวหน้าด้วยเนยสด วางบนตะแกรงที่มีถาดรอง พักไว้ให้เย็นสนิท

## วิธีทำไส้ไก่

1. ใส่เนยในกระทะ ตั้งไฟจนเนยละลาย ใส่ไก่ มันฝรั่ง แครอท ผัดพอเข้ากัน
2. ใส่ น้ำ ผัดจนส่วนผสมสุก ใส่ น้ำตาลทราย เกลือป่น พริกไทยป่น นมข้นจืด แป้งสาลี คนให้เข้ากัน
3. ใส่หอมใหญ่ผัดจนสุก ซิมรส ปิดไฟ ตักใส่ภาชนะผึ่งให้เย็น

\*\*\*\*\*

|  |                       |
|--|-----------------------|
| วิทยากร                                      | นางนุชนารถ แป้นแก้ว   |
|  | นางสาวบุญยม โปธานูล   |
|  | นางสาวบุศรินทร์ พิชัย |
| สาขาวิชาอาหารและโภชนาการ วิทยาลัยเทคนิคลำพูน |                       |

## เค้กเนย

\*\*\*\*\*

ปริมาณที่ได้ต่อ 1 สูตร จำนวน 2 ถาด (สี่เหลี่ยม 9 ½ นิ้ว x 9 ½ นิ้ว) จำนวน 32 ชิ้น

|           | ส่วนผสม             | ปริมาณที่ใช้ |
|-----------|---------------------|--------------|
| เค้กเนย   | แป้งสาลีทำเค้ก      | 350 กรัม     |
|           | ผงฟู                | 1 ช้อนโต๊ะ   |
|           | น้ำตาลทรายป่น       | 400 กรัม     |
|           | มาการีน             | 350 กรัม     |
|           | สารเสริม (อีซี -25) | 25 กรัม      |
|           | กลี้นมเนย           | 1 ช้อนชา     |
|           | ไข่ไก่แช่เย็น       | 8 ฟอง        |
|           | นมข้นจืด            | 80 กรัม      |
|           | ครีมแต่งหน้า        | เนยขาว       |
| เนยสด     |                     | 250 กรัม     |
| นมข้นหวาน |                     | 388 กรัม     |
| กลี้นมเนย |                     | ¼ ช้อนชา     |
| เกลือป่น  |                     | 5 กรัม       |

### วิธีทำเค้กเนย

1. ร่อนแป้งสาลี ผงฟู เข้าด้วยกัน ใส่ในโถผสม
2. ใส่ส่วนผสมที่เหลือทั้งหมดลงในโถ ใช้หัวตะกร้อ ตีด้วยความเร็วต่ำ 1-2 นาที หยุดปาดส่วนผสม

ด้วยพายยาง

3. ตีส่วนผสมต่อด้วยความเร็วปานกลาง 10 นาที จนขึ้นฟู
4. ทาเนยขาวที่ถาดอบ รองด้วยกระดาษไข
5. ตักส่วนผสมใส่ถาดอบ ประมาณ  $\frac{3}{4}$  ของถาด
6. นำเข้าอบไฟบน-ล่าง 180 องศาเซลเซียส เวลาประมาณ 30-40 นาที เค้กสุก ขอบสีน้ำตาลสวย

นำออกจากเตา วางบนตะแกรง พักไว้ให้เย็นสนิท

7. ใช้ครีมแต่งหน้าให้สวยงาม ตัดเป็นชิ้น



### วิธีทำครีมแต่งหน้า

1. ตีเนยขาวและเนยสดเข้าด้วยกัน ใช้หัวใบไม้ ตีด้วยความเร็วสูงสุด 15 นาที
2. ลดความเร็ว ค่อยๆ เติมนมข้นหวานลงไป ใส่กลิ่นนมเนยและเกลือป่น ตีส่วนผสมต่อด้วยความเร็วสูงสุด 10 นาที
3. ลดความเร็วต่ำ ตีต่อเพื่อไล่อากาศ 30 วินาที ปิดเครื่อง ใช้พายยางคนให้เข้ากันอีกครั้ง

\*\*\*\*\*

|  |                       |
|--|-----------------------|
| วิทยากร                                      | นางนุชนารถ แป้นแก้ว   |
|  | นางสาวบุญยม โปธามูล   |
|  | นางสาวบุศรินทร์ พิชัย |
| สาขาวิชาอาหารและโภชนาการ วิทยาลัยเทคนิคลำพูน |                       |

## ขนมปังไส้หมูแดง

\*\*\*\*\*

ปริมาณที่ได้ต่อ 1 สูตร จำนวน 25 ชิ้น

|                          | ส่วนผสม                    | ปริมาณที่ใช้ |
|--------------------------|----------------------------|--------------|
| ขนมปัง                   | แป้งขนมปังตราหงส์ขาว       | 480 กรัม     |
|                          | แป้งสาลีตราบัวแดง          | 20 กรัม      |
|                          | ยีสต์                      | 1 ½ ช้อนโต๊ะ |
|                          | น้ำ                        | ½ ถ้วย       |
|                          | นมข้นจืด                   | ½ ถ้วย       |
|                          | ไข่ไก่                     | 1 ฟอง        |
|                          | น้ำตาลทราย                 | ½ ถ้วย       |
|                          | เกลือป่น                   | ¼ ช้อนชา     |
|                          | เนยสด                      | ½ ถ้วย       |
| ไส้หมูแดง                | หมูสันคอ                   | 300 กรัม     |
|                          | ซีอิ้วขาว                  | 2 ช้อนชา     |
|                          | ซอสปรุงรส                  | 2 ช้อนชา     |
|                          | น้ำมันหอย                  | 1 ช้อนโต๊ะ   |
|                          | ซอสมะเขือเทศ               | 50 กรัม      |
|                          | น้ำตาลมะพร้าว              | 50 กรัม      |
|                          | ผงหมูแดง                   | 25 กรัม      |
|                          | น้ำมันพืช                  | 2 ช้อนโต๊ะ   |
|                          | หอมใหญ่หั่นสี่เหลี่ยมเล็ก  | 50 กรัม      |
|                          | แป้งสาลีเอนกประสงค์        | 20 กรัม      |
| ไข่สำหรับทาผิวหน้าขนมปัง | ไข่แดง (ไข่ไก่)            | 1 ฟอง        |
|                          | น้ำ                        | 1 ช้อนโต๊ะ   |
|                          | เนยสดสำหรับทาผิวหน้าขนมปัง | ½ ถ้วย       |
|                          | กระทงกระดาษ                | 25 กระทง     |
|                          | พิมพ์เค้ก                  | 25 พิมพ์     |

### วิธีทำขนมปัง

1. ผสมแป้งสาลีทั้ง 2 ชนิด และยีสต์ เข้าด้วยกัน พักไว้
2. ผสมน้ำ นมข้นจืด ไข่ไก่ น้ำตาลทราย เกลือ และเนยสด ในโถ ใส่ส่วนผสมแป้ง
3. ใช้เครื่องผสมอาหาร หัวตีตะขอ ตีด้วยความเร็วต่ำสุด (เบอร์ 1) ให้ส่วนผสมพอเข้ากัน จากนั้นเพิ่มความเร็วน้อย (เบอร์ 2) ใช้เวลาประมาณ 20 นาที จนส่วนผสมเนียนหรือแป้งร้อนจากโถ
4. นวดแป้งด้วยมือเบาๆ เพื่อให้แป้งคลายตัว พักแป้งให้ขึ้นเป็น 2 เท่า ใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง
5. แบ่งแป้งเป็นก้อนๆ ละ 35 กรัม แล้วปั้นเป็นก้อนกลม พักไว้ 10 นาที
6. นำแป้งมาคลึงเป็นแผ่นวงกลม ใส่ไส้ประมาณ 1 ซ่อนโต๊ะ จับริมแป้งให้ติดกัน
7. วางขนมปังในกระทงกระดาษที่รองด้วยพิมพ์เค้ก เรียงไว้บนถาด วางให้ห่างกันพอประมาณ พักขนมปังให้ขึ้นประมาณ 30 นาที
8. ทาผิวขนมปังด้วยไข่แดงผสมน้ำบางๆ นำเข้าเตาอบอุณหภูมิ 170 องศาเซลเซียส ประมาณ 12-15 นาที หรือจนกระทั่งสุกเหลือง นำขนมปังออกจากเตาอบทาผิวหน้าด้วยเนยสด วางบนตะแกรงที่มีถาดรอง พักไว้ให้เย็นสนิท

### วิธีทำไส้หมูแดง

1. หมักหมูกับซีอิ้วขาว ซอสปรุงรส น้ำมันหอย ซอสมะเขือเทศ น้ำตาลมะพร้าว ผงหมูแดง และน้ำมันพืช คลุกเคล้าให้เข้ากัน
2. นำหมูเข้าอบไฟ 150 องศาเซลเซียส ประมาณ 30 นาที
3. นำหมอบมาหั่นเป็นชิ้นสี่เหลี่ยมเล็ก
4. ใส่น้ำมันที่ได้จากการอบหมูในกระทะ ใส่หมอบ ทอมใหญ่ ผัดให้เข้ากัน ใส่แป้งสาลี ผัดจนแป้งสุก ชิมรส ปิดไฟ ตักใส่ภาชนะผึ่งให้เย็น

\*\*\*\*\*

|         |  |
|---------|--|
| วิทยากร | นางนุชนารถ แป้นแก้ว                          |
|         | นางสาวบุญยม โปธามูล                          |
|         | นางสาวบุศรินทร์ พิชัย                        |
|         | สาขาวิชาอาหารและโภชนาการ วิทยาลัยเทคนิคลำพูน |

## เครปเค้ก

\*\*\*\*\*

ปริมาณที่ได้ต่อ 1 สูตร จำนวน .....20..... ชิ้น

| ส่วนผสม  |                                 | ปริมาณที่ใช้ |
|----------|---------------------------------|--------------|
| เครปเค้ก | แป้งตราบัวแดง                   | 120 กรัม     |
|          | เกลือป่น                        | ½ ช้อนชา     |
|          | ผงฟู                            | ½ ช้อนชา     |
|          | น้ำตาลทราย                      | 40 กรัม      |
|          | ไข่ไก่เบอร์ 1                   | 6 ฟอง        |
|          | นมข้นจืด                        | 240 กรัม     |
|          | น้ำ                             | 240 กรัม     |
|          | เนยสดจืด                        | 80 กรัม      |
|          | วิปปิ้งครีม                     | 600 กรัม     |
|          | ฟิลลิ่งรสส้ม สตรอเบอร์รี่ ounge |              |
|          | เนยสดจืดสำหรับทากระทะ           |              |

### วิธีทำ

1. ละลายเนย พักให้อุ่น
2. ผสมแป้ง เกลือ ผงฟู น้ำตาลทราย เข้าด้วยกัน
3. ผสม ไข่ไก่ นมข้นจืด น้ำ เนยละลายอุ่นๆ ใช้ตะกร้อมือ
4. นำส่วนผสมทั้ง 2 อย่าง ผสมเข้าด้วยกัน กรองส่วนผสมด้วยกระชอน พักไว้ในตู้เย็น 2-3 ชั่วโมง เพื่อให้แป้งอิมตัวและขึ้น
5. ตีวิปปิ้งครีมให้ขึ้นฟู แช่เย็นไว้ก่อนนำไปประกอบเค้ก
6. นำกระทะเทฟลอนชนิดแบนเรียบ ตั้งไฟพอร้อน ทาเนยให้ทั่วบางๆ ตักแป้งเครปใส่กระทะ ประมาณ 1-2 ทัพพี แล้วหมุนเอียงกระทะให้ทั่ว เพื่อให้แป้งเครปกระจายทั่วกระทะ ตั้งไว้สักพักให้แป้งสุก นำแป้งเครปออกจากกระทะพักไว้ให้เย็น
7. นำแผ่นแป้งเครปวางบนแผ่นรองเค้ก ทาด้วยวิปปิ้งครีมให้ทั่วไม่หนามาก วางแผ่นแป้งเครปอีกแผ่น แล้วทาวิปปิ้งครีม ทำสลับกันไปเรื่อยๆ จนได้ความหนาตามต้องการ แต่งหน้าเค้กให้เรียบด้วยวิปปิ้งครีม นำเครปเค้กไปแช่เย็นเพื่อให้วิปปิ้งครีมอยู่ตัว ก่อนนำไปตัดเป็นชิ้นก่อนเสิร์ฟพร้อมซอสผลไม้

\*\*\*\*\*

|  |                 |          |
|--|-----------------|----------|
| วิทยากร                                      | นางนุชนารถ      | เป็นแก้ว |
|  | นางสาวบุญยม     | โปธามูล  |
|  | นางสาวบุศรินทร์ | พิชัย    |
| สาขาวิชาอาหารและโภชนาการ วิทยาลัยเทคนิคลำพูน |                 |          |

## ขนมปังหวาน

\*\*\*\*\*

ปริมาณที่ได้ต่อ 1 สูตร จำนวน 20 ชิ้น

|                       | ส่วนผสม                       | ปริมาณที่ใช้        |
|-----------------------|-------------------------------|---------------------|
| ขนมปัง                | แป้งขนมปังตราหงส์ขาว          | 450 กรัม            |
|                       | แป้งสาลีตราบัวแดง             | 50 กรัม             |
|                       | สารเสริมคุณภาพ                | 1 ½ ช้อนชา          |
|                       | ยีสต์                         | 1 ช้อนโต๊ะ          |
|                       | น้ำตาลทราย                    | ½ ถ้วย + 3 ช้อนโต๊ะ |
|                       | เกลือป่น                      | ½ ช้อนชา            |
|                       | นมข้นจืด                      | 2 ช้อนโต๊ะ          |
|                       | น้ำ                           | 200 มิลลิลิตร       |
|                       | ไข่ไก่                        | 1 ฟอง               |
|                       | เนยสด                         | 90 กรัม             |
| ทาหน้าขนมปังก่อนอบ    | ไข่แดง(ไข่ไก่)                | 1 ฟอง               |
|                       | น้ำ                           | 1 ช้อนโต๊ะ          |
| เนยสำหรับทาหน้าขนมปัง | เนยสด                         | 250 กรัม            |
|                       | น้ำตาลทราย                    | 1 ถ้วย              |
|                       | น้ำตาลทรายสำหรับโรยหน้าขนมปัง | ½ ถ้วย              |

### วิธีทำขนมปัง

1. ร่อนแป้งสาลีทั้ง 2 ชนิด และสารเสริมคุณภาพ เข้าด้วยกัน
2. ใส่ยีสต์ น้ำตาลทราย และเกลือ ผสมเข้าด้วยกัน ใส่ส่วนผสมแป้งในโถผสมอาหาร พักไว้
3. ผสม นมข้นจืด น้ำ ไข่ไก่ เข้าด้วยกัน ใส่ส่วนผสมนมลงในแป้ง ใส่เนยสด
4. ใช้เครื่องผสมอาหาร หัวตีตะขอ ตีด้วยความเร็วต่ำสุด (เบอร์ 1) ให้ส่วนผสมพอเข้ากัน จากนั้นเพิ่มความเร็วล็กน้อย (เบอร์ 2) จนส่วนผสมเนียนหรือแป้งร้อนจากโถ ใช้เวลาประมาณ 15-20 นาที
5. นวดแป้งด้วยมือเบาๆ เพื่อให้แป้งคลายตัว พักแป้งให้ขึ้นเป็น 2 เท่า ใช้เวลาประมาณ 30-40 นาที
6. แบ่งแป้งทั้งหมดให้ได้ 20 ก้อน ๆ ละประมาณ 50 กรัม แล้วปั้นเป็นก้อนกลม พักไว้ 10 นาที
7. นำแป้งมาคลึงเป็นรูปวงรียาว แป้งหนาประมาณ ½ ซม. ตัดแป้งตามยาวเป็น 3 ส่วนโดยให้แป้งส่วนบนไม่ขาดจากกัน จากนั้นนำแป้งไขว้กัน (ถักเปีย) วางในถาดที่ทาเนยขาวเรียบร้อยแล้ว พักขนมปังให้ขึ้นเป็น 2 เท่า ประมาณ 40 - 60 นาที

8. ทาผิวขนมปังด้วยไข่แดงผสมน้ำให้ทั่ว นำเข้าเตาอบอุณหภูมิ 180 องศาเซลเซียส ประมาณ 12-15 นาที หรือจนกระทั่งสุกเหลือง นำขนมปังออกจากเตาอบ วางบนตะแกรงที่มีถาดรอง พักไว้ให้เย็นสนิท

9. ทาด้านบนของขนมปังด้วยเนยสำหรับทาหน้าขนมปัง แล้วโรยหน้าด้วยน้ำตาลทราย

#### วิธีทำเนยสำหรับทาหน้าขนมปัง

- ใส่เนยสดลงในโถ ใช้หัวตีใบไม้ ตีเนยให้ขึ้นฟูเล็กน้อย ใช้ความเร็วปานกลาง จากนั้นค่อยๆ ใส่น้ำตาลทรายลงตีให้ส่วนผสมเข้ากันและขึ้นฟู ปิดเครื่อง ตักส่วนผสมใส่ชามอ่าง พักไว้

\*\*\*\*\*

|  |                 |          |
|--|-----------------|----------|
| วิทยากร                                      | นางนุชนารถ      | แป้นแก้ว |
|  | นางสาวบุญยม     | โปธามูล  |
|  | นางสาวบุศรินทร์ | พิชัย    |
| สาขาวิชาอาหารและโภชนาการ วิทยาลัยเทคนิคลำพูน |                 |          |

## เค้กช็อกโกแลต

\*\*\*\*\*

ปริมาณที่ได้ต่อ 1 สูตร จำนวน 10 ชิ้น

|                          | ส่วนผสม                               | ปริมาณที่ใช้ |
|--------------------------|---------------------------------------|--------------|
| ส่วนผสมเค้ก<br>ส่วนที่ 1 | แป้งสาลีทำเค้ก                        | 320 กรัม     |
|                          | วานิลลาผง                             | ½ ช้อนชา     |
|                          | ผงโกโก้                               | 100 กรัม     |
|                          | เบกิ้งโซดา                            | 2 ช้อนชา     |
|                          | เกลือป่น                              | 1 ช้อนชา     |
|                          | น้ำตาลทรายบดละเอียด                   | 400 กรัม     |
| ส่วนผสมเค้ก<br>ส่วนที่ 2 | ไข่แดง (ไข่ไก่)                       | 8 ฟอง        |
|                          | น้ำ                                   | 100 กรัม     |
|                          | นมข้นจืด                              | 100 กรัม     |
|                          | น้ำมันาว                              | 4 ช้อนชา     |
|                          | น้ำมันพืช                             | 250 กรัม     |
| ส่วนผสมเค้ก<br>ส่วนที่ 3 | ไข่ขาว (ไข่ไก่)                       | 8 ฟอง        |
|                          | ครีมออฟฟัททาร์                        | 1 ช้อนชา     |
|                          | น้ำตาลทรายบดละเอียด                   | 200 กรัม     |
| หน้านิ่มช็อกโกแลต        | แป้งข้าวโพด                           | 60 กรัม      |
|                          | นมข้นจืด                              | 75 กรัม      |
|                          | ผงวุ้น                                | 1 ½ ช้อนชา   |
|                          | น้ำ                                   | 450 กรัม     |
|                          | นมข้นจืด                              | 300 กรัม     |
|                          | น้ำตาลทราย                            | 300 กรัม     |
|                          | ผงโกโก้                               | 75 กรัม      |
|                          | โยเกิร์ตธรรมชาติ                      | 150 กรัม     |
|                          | เนยสดชนิดเค็มละลาย                    | 225 กรัม     |
|                          | วิปป์ครีมตีให้ตั้งยอดแข็งสำหรับทาเค้ก |              |
|                          | ถาดอบสี่เหลี่ยม 9 ½ นิ้ว x 9 ½ นิ้ว   | 2 ถาด        |
|                          | พิมพ์ตัดเค้กกลมขนาด 3 ปอนด์           |              |

## วิธีทำเค้ก

1. ส่วนที่ 1 ..... ร่อนแป้งสาลี วานิลลา ผงโกโก้ เบกิ้งโซดา และเกลือ เข้าด้วยกัน ผสมน้ำตาลทรายลงไป คนให้เข้ากัน พักไว้
2. ส่วนที่ 2 ..... ผสมไข่แดงกับน้ำให้เข้ากันด้วยตะกร้อมือ ใส่นมข้นจืด น้มนะนาว และน้ำมันพืช คนให้เข้ากัน
3. นำส่วนผสมแป้ง (ส่วนที่ 1) ใส่ในส่วนผสมไข่แดง (ส่วนที่ 2) คนจนส่วนผสมเข้ากันดี พักไว้
4. ส่วนที่ 3 ..... ใส่ไข่ขาวกับครีมออฟทาร์ทาร์ในโถ ใช้หัวตีตะกร้อ ตีด้วยความเร็วสูงสุด นานประมาณ 30 วินาที ค่อยๆ ใส่น้ำตาลทราย ไปเรื่อยๆ จนหมด ตีส่วนผสมต่อประมาณ 2 นาที หรือจนส่วนผสมตั้งยอด ปิดเครื่อง
5. แบ่งส่วนผสมไข่ขาว (ส่วนที่ 3) ออก  $\frac{1}{2}$  ส่วน ผสมลงในส่วนผสมไข่แดงที่พักไว้ ใช้ตะกร้อมือคนตะล่อมเบาๆ จากนั้นเทส่วนผสมกลับลงในส่วนผสมไข่ขาวที่เหลืออยู่ คนให้ส่วนผสมเข้ากันดี
6. ตักส่วนผสมเค้กลงในถาดอบ ประมาณ  $\frac{3}{4}$  ของพิมพ์ นำเข้าอบไฟบน-ล่าง 200 องศาเซลเซียส เวลาประมาณ 15-20 นาที หรือจนเค้กสุก นำออกจากเตา นำเค้กออกจากถาดอบ วางบนตะแกรงที่มีถาดรอง พักไว้ให้เย็นสนิท
7. ใช้พิมพ์ตัดเค้กกลม ตัดเค้ก จำนวน 2 ชั้น ชั้นแรกทำด้วยวิปป์ครีมจากนั้นนำชั้นที่ 2 วางทับ ชั้นแรก นำหน้าซ็อกโกแลตราดหน้าเค้กและด้านข้างให้ทั่ว นำเค้กเข้าตู้เย็นประมาณ 30 นาที จากนั้นนำออกมาตัดเป็น

## วิธีทำหน้านิ่มซ็อกโกแลต

1. ผสมแป้งข้าวโพดกับนมข้นจืด 75 กรัม คนให้แป้งละลาย
2. ผสมผงวุ้น น้ำ นมข้นจืด 300 กรัม น้ำตาลทราย ผงโกโก้ และส่วนผสมนมที่ละลายไว้ ในกระทะทอง คนส่วนผสมให้เข้ากันด้วยตะกร้อมือ นำไปตั้งไฟกลาง คนส่วนผสมตลอดเวลาจนกระทั่งเดือด
3. ใส่โยเกิร์ต เนยละลาย คนให้ส่วนผสมเข้ากัน ยกออกจากเตา

\*\*\*\*\*

|  |                 |          |
|--|-----------------|----------|
| วิทยากร                                      | นางนุชนารถ      | แป้นแก้ว |
|  | นางสาวบุญยม     | โปธามูล  |
|  | นางสาวบุศรินทร์ | พิชัย    |
| สาขาวิชาอาหารและโภชนาการ วิทยาลัยเทคนิคลำพูน |                 |          |