

แผนการสอนรายคาบ

คาบที่ 11 เรื่องที่สอน ปีกไก่สอดไส้พะแนง โดยครู อรอนงค์ ลำดวล

1. จุดประสงค์การสอน

1. บอกส่วนผสม และวิธีทำน้ำพริกพะแนงได้
2. ทำน้ำพริกพะแนงได้
3. บอกส่วนผสมปีกไก่สอดไส้พะแนงได้
4. ทำปีกไก่สอดไส้พะแนงได้

2. รายการสอน

1. การเตรียมส่วนผสม และขั้นตอนการโขลกน้ำพริกพะแนง
2. การเลาะปีกไก่
3. การเตรียมส่วนผสม และขั้นตอนการทำปีกไก่สอดไส้พะแนง

3. วัสดุอุปกรณ์ หนังสือ และสิ่งที่ต้องเตรียม

ถ้วยตวง ช้อนตวง ครก มีดปลายแหลม กระทะ ตะหลิว

ส่วนผสมน้ำพริกแกง

1. พริกแห้งเม็ดใหญ่	9	เม็ด	2. เกลือ	1	ช้อนชา
3. ข่าซอย	$1\frac{1}{2}$	ช้อนชา	4. ตะไคร้ซอย	3	ช้อนโต๊ะ
5. พืวมะกรูด	2	ช้อนชา	6. หอมแดงซอย	3	ช้อนโต๊ะ
7. กระเทียมซอย	4	ช้อนโต๊ะ	8. รากผักชีหั่น	2	ช้อนโต๊ะ
9. พริกไทยเม็ด	$\frac{1}{4}$	ช้อนชา	10. กะปิ	1	ช้อนชา
11. ลูกผักชีคั่วป่น	1	ช้อนโต๊ะ	12. ยี่หร่าคั่วป่น	2	ช้อนชา
12. ลูกกระวานคั่ว	3	ลูก	14. กานพลูคั่ว	1-2	ดอก
15. ถั่วลิสงคั่วป่น	2-3	ช้อนโต๊ะ			

ส่วนผสมปีกไก่สอดไส้พะแนง

1. ปีกไก่ขนาดกลาง	10	ปีก	2. เนื้ออกไก่	250	กรัม
3. หัวกะทิ	1	ถ้วย	4. หางกะทิ	3	ถ้วย
5. ใบมะกรูดหั่นฝอย	10	ใบ	6. ใบโหระพา	5-6	กิ่ง
7. พริกชี้ฟ้าแดง	3	เม็ด	8. น้ำปลา	3-4	ช้อนโต๊ะ
9. น้ำตาล	3-4	ช้อนโต๊ะ	10. น้ำพริกพะแนง		

4. ลำดับชั้นการสอน หรือลำดับชั้นการทำงาน

วิธีทำ

1. โขลกน้ำพริกแกงให้ละเอียด โดยโขลกพริกแห้งกับเกลือให้ละเอียด ใส่ข่า ตะไคร้ ผิวมะกรูด รากผักชี พริกไทย โขลกจนละเอียดดี ใส่กระเทียม หอม กะปิ ลูกผักชี ยี่หระ ลูกกระวาน กานพลู ถั่วลิสง โขลกจนเข้ากันดี ตักขึ้น
2. เลาะกระดูกปีกไก่ออก ระวังอย่าให้หนังขาด
3. สับเนื้อไก่ให้ละเอียด ผสมกับน้ำพริกแกง 1-2 ช้อนโต๊ะ ใส่น้ำปลา 2-3 ช้อนชา นวดให้เข้ากัน ใสลงในปีกไก่ อย่างแน่นมาก นำไปนึ่ง 10 นาที
4. เคี้ยวหัวกะทิพอเดือด แบ่งไว้ $\frac{1}{4}$ ถ้วย ที่เหลือเคี้ยวจนแตกมัน ใส่น้ำพริกที่เหลือลงผัดจนหอม ปรงรสด้วยน้ำปลา น้ำตาล เติมหางกะทิเรื่อย ๆ ใสปีกไก่ที่นึ่งไว้ลงผัดเคี้ยวไฟรุ่ม ๆ จนน้ำแกงขลุกขลิก ชิมรส เค็ม หวาน ใสพริกชี้ฟ้าแดง ใบมะกรูด ยกออกจากเตา
5. ตักปีกไก่มาหั่นเป็นแว่น ๆ ขึ้นโตพอควร
6. เต็ดใบโหระพาวางไว้ก้นจาน ตักปีกไก่วางบนใบโหระพา ราดน้ำแกง แต่งหน้าด้วยหัวกะทิที่เคี้ยวไว้ โรยใบมะกรูด พริกชี้ฟ้าแดงหั่นเป็นเส้น

ข้อแนะนำ

1. ใช้มะพร้าว 1 ก.ก. คั้นเป็นน้ำกะทิ
2. อย่าใสเนื้อไก่ที่ผสมไว้ในปีกไก่มากเกินไป เพราะเวลานำไปนึ่งปีกไก่จะหดอีก เนื้อไก่จะล้นออก
3. ผัดน้ำพริกแกงให้หอม ใสกะทิทีละน้อย
4. ปีกไก่ที่หั่น หั่นอย่าให้ขาดออกจากกัน จะได้เป็นรูปปีกไก่เช่นเดิม

5. เกณฑ์ในการประเมินผล

- น้ำแกงข้น มีน้ำขลุกขลิก มีมันลอยหน้า รสหวาน เค็ม หอมกลิ่นเครื่องเทศ และน้ำพริกแกงปีกไก่นุ่ม

สาระน่ารู้

วิธีการเตรียมน้ำพริกแกง สำหรับทำแกงชนิดต่างๆ

1. เครื่องเทศต่าง ๆ
 - ลูกผักชี ยี่หระ คั่วทีละอย่างจนหอม โขลกให้ละเอียด ก่อนใช้
 - ลูกกระวาน คั่วแล้ว ทูบเปลือกออกทิ้ง ใช้แต่เม็ดใน
 - กานพลู คั่วไฟอ่อน ๆ

- ลูกจันทน์เทศ ทูบเปลือกแข็งออกเกาะเปลือกแห้ง ไข่แต่เนื้อข้างใน
2. พริกแห้ง เต็ดขั้วผ่าซีก แคะไส้ และเมล็ดออก หั่นตามขวาง แช่น้ำให้นิ่ม บีบให้แห้ง
 3. ข่า ขูดรอยใบออก ล้างน้ำ หั่นเป็นแว่นบาง ๆ นำมาช้อนกัน หั่นให้เป็นฝอย เพื่อสะดวกในการโขลกและตวง
 4. ตะไคร้ ตัดโคนทิ้ง เหลือไว้ประมาณ 4-5 นิ้ว ลอกส่วนที่แห้งออกล้างน้ำแล้วหั่นตามขวางบาง ๆ
 5. รากผักชี ล้างให้หมดดิน ตัดเหนือรากขึ้นมาประมาณ 1 นิ้วหั่นละเอียด
 6. หัวหอม ปอกเปลือก ล้างน้ำ หั่นหยาบ ๆ
 7. กระเทียม ปอกเปลือก ล้างน้ำ หั่นหยาบ ๆ แยกเผ็ดใส่กระเทียมมากกว่าหัวหอม
 8. ผิวมะกรูด ล้างน้ำ เฉือนแต่ส่วนผิวเขียว ๆ หั่นให้ละเอียด
 9. การโขลก ควรโขลกเครื่องเทศก่อน แล้วตักขึ้น จึงโขลกพริกแห้งกับเกลือให้ละเอียด ใส่สมุนไพรที่แข็ง เช่น ข่า ตะไคร้ รากผักชี ผิวมะกรูด กระเทียม หัวหอม ตามลำดับ เนื่องจากหัวหอมมีน้ำมากถ้าใส่ก่อนจะทำให้โขลกยาก เมื่อโขลกทุกอย่างละเอียดแล้วจึงใส่เครื่องเทศ

แผนการสอนรายคาบ

คาบที่ 13 เรื่องที่สอน แยกเผ็ดเปิดอย่าง โดยครู อรอนงค์ ลำดวล

1. จุดประสงค์การสอน

1. บอกส่วนผสม และวิธีทำแยกเผ็ดเปิดอย่างได้
2. ทำแยกเผ็ดเปิดอย่างได้

2. รายการสอน

1. การเตรียมส่วนผสมน้ำพริกแยกเผ็ดเปิดอย่าง
2. การเตรียมส่วนผสม และขั้นตอนการทำแยกเผ็ดเปิดอย่าง

3. วัสดุอุปกรณ์ หนังสือ และสิ่งที่ต้องเตรียม

ถ้วยตวง ช้อนตวง มีด เขียง กระทะ ตะหลิว

ส่วนผสมน้ำพริกแยกเผ็ดเปิดอย่าง

- | | | | | | |
|---------------------|---------------|--------|---------------------|---|--------|
| 1. พริกแห้งเม็ดใหญ่ | 7 | เม็ด | 2. พริกแห้งเม็ดเล็ก | 7 | เม็ด |
| 3. เกลือ | $\frac{1}{2}$ | ช้อนชา | 4. ข่าหั่นละเอียด | 1 | ช้อนชา |