

แผนการสอนรายคาบ

คาบที่ 14 เรื่องที่สอน ผีอกฉาบ โดยครู อรอนงค์ ลำดวล

1. จุดประสงค์การสอน

- บอกส่วนผสม และวิธีการทำผีอกฉาบได้
- ทำผีอกฉาบได้
- ใช้ในชีวิตประจำวันหรือนำไปประกอบอาชีพได้

2. รายการสอน

- การเตรียมส่วนผสม และขั้นตอนการทำผีอกฉาบ
- การหั่นเปลือก
- การทอด
- การฉาบ

3. อุปกรณ์

ส่วนผสม

- | | | | | | |
|--------------------|-----|------|-----------------------------|-----|--------|
| 1. เปลือกหั่นแล้ว | 500 | กรัม | 2. น้ำตาลทราย | 150 | กรัม |
| 3. น้ำ | 100 | ถ้วย | 4. เกลือ | 1/4 | ช้อนชา |
| 5. น้ำมันสำหรับทอด | | | 6. น้ำมันใส่สำหรับแช่เปลือก | | |

4. ลำดับขั้นการสอน หรือลำดับขั้นการทำงาน

วิธีทำ

- ผสมน้ำ น้ำตาล เกลือ ตั้งไฟพอเดือด ยกลงทิ้งไว้ให้เย็น
- ล้างเปลือกที่เปลือกให้สะอาด ชับน้ำให้แห้งปอกเปลือก
- หั่นเปลือกเป็นเส้นยาวให้มีลักษณะเป็นแท่ง สี่เหลี่ยมจัตุรัสขนาด 1/8 นิ้ว ผึ่งลมไว้ หรือ แช่น้ำมันใส่ 10-15 นาที ล้างน้ำสะอาด ชับน้ำให้แห้ง
- เทน้ำมันใส่กระทะตั้งไฟให้ร้อน ใส่เปลือกลงทอดจนเหลือง กรอบ ตักขึ้นใส่ภาชนะ
- ใส่น้ำเชื่อมลงคลุกกับเปลือกให้ทั่ว นำกลับไปทอดอีกครั้งให้น้ำตาลละลายจับขึ้นเปลือก ตักขึ้น วางบนกระดาษซับน้ำมัน
- เมื่อเปลือกเย็นสนิท บรรจุในภาชนะที่ปิดสนิท

ข้อแนะนำ

- ควรหั่นเปลือกให้มีความหนาใกล้เคียงกัน เวลาทอดจะสุกกรอบพร้อมกัน ถ้าหั่นหนาบางบาง เวลาทอดอาจไหม้บ้าง หรือไม่กรอบปะปนกัน
- การแช่น้ำมันใส่จะทำให้เปลือกมีสีคล้ำลงไม่ขาว ถ้าไม่แช่น้ำมันใส่จะสีขาวนวล

3. ถ้าไม่แช่เปลือกในน้ำปูน เมื่อหั่นแล้วไม่ต้องล้างน้ำใส่กระทะทอดได้เลย
4. เปลือกที่คลุกน้ำเชื่อมแล้ว เมื่อนำไปทอดอีกครั้งอย่าใช้ไฟแรงไปจะไหม้ได้
5. ถ้าชอบหวานน้อย ไม่ต้องคลุกน้ำเชื่อมมาก
6. หลังจากฉาบแล้ว ถ้าชอบกลิ่นเนยสด นำเนยมาหั่นชิ้นเล็กๆคลุกกับเปลือกที่ฉาบมาเรื่อยๆ ให้น้ำมันละลาย
7. ควรใช้น้ำมันปาล์มทอด และต้องเป็นน้ำมันใหม่

5. เกณฑ์ในการประเมิน

เปลือกกรอบไม่แข็งกระด้าง แยกเป็นชิ้น สีไม่เข้มมากมีรสหวานเค็ม หอมกลิ่นเปลือกไม่เหม็นหืน น้ำมัน

สาระน่ารู้

น้ำตาลทรายขาว ได้จากอ้อย รสหวานแหลม ใช้ในการทำอาหารมากมาย ใช้หยะลงไปเล็กน้อยในต้ม แกง ช่วยให้อาหารมีรสอร่อยโดยไม่จำเป็นต้องใส่ผงชูรส ใส่ปรุงอาหารจานผัด เพราะละลายได้ดี ใส่เป็นเครื่องปรุงรสในการหมักเนื้อต่างๆ ช่วยให้เนื้อมีส่วนน้ำตาลน่ากิน มีกลิ่นหอม ใช้สำหรับที่ต้องการรสหวานเข้มข้น อย่างปลาตะเพียนต้มเค็ม ปลาทุตม์อ้อย เป็นต้น หรือใช้ผัดเคี้ยวจนเป็นน้ำตาลไหม้ (คาราเมล) เพื่อปรุงรสหวาน แต่งสี แต่งกลิ่นให้กับอาหาร อย่างเช่น ก๋วยจั๊บน้ำตาล น้ำตาลทรายขาวนำไปต้มเคี้ยวได้น้ำเชื่อมสีใส น่ากิน ใส่ในเครื่องดื่มต่างๆหรือขนมต่างๆช่วยให้มีรสหวาน และใช้ทำน้ำตาลทรายปั่น ซึ่งเหมาะสำหรับทำเค้กและคุกกี้ เพราะเมื่อนำไปคนกับเนยแล้ว จะขึ้นฟูเป็นสีครีม นวล ได้เนื้อขนมที่เนียนนุ่ม

น้ำตาลทรายแดง น้ำตาลที่มีสีน้ำตาลแดงและกลิ่นหอมเป็นเอกลักษณ์ มีลักษณะที่เป็นผงเป็นก้อน มีความชื้นสูง รสหวานน้อย ไม่หวานแหลมแบบน้ำตาลทรายขาว นิยมใส่ขนมหวานและเครื่องดื่มมากกว่าใช้ปรุงรสหวานในอาหารคาว เครื่องดื่มก็เช่น น้ำขิง น้ำหล่อฮั้งก้วย น้ำมะตูม เป็นต้น ส่วนขนมหวานแบบจีนๆที่ใช้มีบัวลอยน้ำขิง เจาก๋วยมาหลายโก เต้าทึง เป็ เป็นต้น นอกจากนี้นิยมใช้ในการทำเค้ก คุกกี้ด้วย ไม่ว่าจะเป็นฟรุตเค้ก เค้กมะตูม เค้กอินทผลัม เป็นต้น แต่ต้องร่อนก่อนใช้ทุกครั้ง

น้ำตาลทรายชนิดไม่ฟอก เป็นน้ำตาลทรายที่มีขั้นตอนการผลิตเหมือนกับน้ำตาลทรายขาว แต่ไม่ผ่านกระบวนการฟอกสี มีรสหวานน้อยกว่าน้ำตาลทรายขาว ใช้ปรุงอาหารได้ทั้งคาวและหวาน เหมาะสำหรับใช้ปรุงอาหารเพื่อสุขภาพ