

แผนการสอนรายคาบ

คาบที่ 6 เรื่องที่สอน มะพร้าวเกสร โดยครูอรอนงค์ ลำดวล

มะพร้าวเกสร ไม่ใช่ขนมไทยแท้ เป็นขนมที่ดัดแปลงมาจากขนมเทศ ตัวแป้ง เป็นแป้งพายร่วน ส่วนไส้ มีความเป็นไทยตรงที่ใช้มะพร้าวชูดขาวกวนกับน้ำตาล ถ้าชอบรสชาติแบบไทยมากกว่าแบบเทศ ใช้มะพร้าวกวนกับน้ำตาล เกลือ เบะแซ แต่งด้วยกลิ้งมะลิ หรือจะนำไปอบควันเทียนก็ได้ ถ้าชอบรสชาติแบบเทศมากกว่าไทย ก็ใส่นมสด เนยสด และกลิ้งวานิลลา แต่ไม่ว่าจะไทยหรือเทศ มะพร้าวเกสร ก็มีความน่ารักน่าเอ็นดู ตรงที่เป็นขนมคำเล็กๆ ใส่มีสีสีสวยๆ รูปร่างก็สามารถทำได้หลายแบบ เช่น แบบห่อพับมุม 2 มุม หรือ แบบใส่ถาดที่ใช้พิมพ์เล็กๆ ตัดเป็นรูปกลม ใช้แป้งพายทำเป็นหุกระเช้า ใช้ใส่มะพร้าวลงในแป้งที่ตัดทรงกลม ใส่น้ำและติดหุกระเช้า หรือ จะใส่พิมพ์ถ้วยเล็กๆ ก็ได้ ที่สำคัญไส้ต้องมีสีหวานๆ และทำหลายๆ สี เวลาจัดรวมกันแล้วจะดูน่ารักประทาน

1. จุดประสงค์การสอน

1. บอกส่วนผสมและวิธีทำมะพร้าวเกสรได้
2. ทำมะพร้าวเกสรได้
3. นำไปใช้ในชีวิตประจำวัน หรือ นำไปประกอบอาชีพได้

2. รายการสอน

1. การเตรียมส่วนผสมและขั้นตอนการทำตัวแป้ง
2. การเตรียมส่วนผสมและขั้นตอนการทำไส้
3. การทำรูปร่าง
4. การอบ

3. วัสดุอุปกรณ์ หนังสือ และสิ่งที่ต้องเตรียม

อุปกรณ์

ถ้วยตวง ช้อนตวง ตาชั่ง แบลนเดอร์ (ที่ตัดแป้งพาย) หรือส้อม ที่ร่อนแป้ง อ่างผสม ถาดอบ เตาอบ กระดาษรอง พายไม้ ไม้คัลลิ่งแป้ง ลูกกลิ้งตัดแป้ง ไม้บรรทัด

ข้อเสนอแนะในการเตรียมส่วนผสม

- แป้งสาลีอเนกประสงค์ ถ้าใช้วิธีตวงแทนการชั่ง ต้องร่อนแป้งก่อนจึงตวง แป้งหนัก 250 กรัม ตวงได้ 2 1/2 ถ้วย
- เนยสด 75 กรัม ตวงประมาณ 1/3 ถ้วย กดเบาๆ
- เนยขาว 25 กรัม ตวงประมาณ 1/4 ถ้วย กดเบาๆ

- **เนยสด** ควรแช่ให้เย็น อย่าทิ้งให้เนยนุ่ม ถ้านุ่มเวลาผสมแป้งจะแฉะ ทำให้ขนมไม่กรอบร่วน แต่จะเหนียวหรือกระด้าง
- **น้ำเย็นจัด** ควรใช้น้ำผสมน้ำแข็ง จะทำให้แป้งกรอบร่วน ไม่เหนียวกระด้าง
- **มะพร้าว** ที่ใช้ทำไส้ ถ้าใช้มะพร้าวทึนทึก ไส้จะนุ่มแต่จะปั้นยาก เพราะไส้และต้องแช่ให้เย็นจึงปั้นง่ายถ้าใช้มะพร้าวคูดขาวที่เป็นมะพร้าวแก่ จะปั้นง่าย แต่เวลารับประทาน มะพร้าวจะแข็งกว่า

ส่วนผสมแป้ง

1. แป้งสาลีเนกประสงค์	250	กรัม	2. ผงฟู	¼	ช้อนชา
3. น้ำตาลทราย	1	ช้อนชา	4. เกลือป่น	¼	ช้อนชา
5. เนยสดหั่นสี่เหลี่ยมเล็กๆ	75	กรัม	6. เนยขาว	25	กรัม
7. ไข่แดง	1	ฟอง	8. น้ำเย็นจัด	¼	ถ้วย

ส่วนผสมไส้

1. มะพร้าวคูดขาว	300	กรัม	2. เนยสด	70	กรัม
3. น้ำตาลทราย	150	กรัม	4. นมสด	$\frac{1}{3}$	ถ้วย
5. แป้งสาลี	3	ช้อนโต๊ะ	6. กลิ่นวานิลลา	1	ช้อนชา
7. แปะแซ	100	กรัม	8. ใส้ผสมอาหารตามชอบ		

4. ลำดับขั้นการสอน หรือลำดับขั้นการทำงาน

วิธีทำ

1. ผสมน้ำตาล เกลือ น้ำเย็น ไข่แดง คนให้เข้ากันจนน้ำตาล เกลือ ละลาย นำไปแช่เย็นไว้
2. ร่อนแป้ง ผงฟู ให้เข้ากัน ใส่เนยสด เนยขาว ใช้มือถูเนยกับแป้งเบาๆ หรือใช้ที่ผสมแป้งพาย คลุกเนยกับแป้งให้เข้ากันดี มีลักษณะร่วนเป็นเม็ดเล็กๆ ใส่ส่วนผสมของเหลวที่ผสมไว้(ในข้อ 1) ขยำพอเข้ากัน พักไว้ 15-20 นาที
3. นำแป้งที่ได้มารีดแผ่นสี่เหลี่ยมบางๆ ใช้ลูกกลิ้งตัดแป้งพายตัดเป็นชิ้นสี่เหลี่ยม ขนาด 3x3 เซนติเมตร หรือตามต้องการ
4. หยิบไส้ที่ปั้นไว้แล้ววางตรงกลาง จับมุมด้านตรงข้ามมาชนกัน บีบให้ติดกัน นำไปอบไฟ 300-350 องศาฟาเรนไฮต์ 10-12 นาที หรือจนสุก

วิธีทำไส้

1. ผสมน้ำตาล แป้งสาลี เกลือรวมกัน ใส่มะพร้าว นมสด แปะแซ นำไปตั้งไฟกวนจนแห้ง ใส่กลิ่นวานิลลา ยกลง แบ่งเป็น 3 ส่วนเท่าๆ กัน หยดสีเขียว ชมพู เหลืองลงในมะพร้าวแต่ละส่วนที่แบ่งไว้ เกล้าให้เข้ากันกับมะพร้าว

2. นำมะพร้าวแต่ละสี ปั้นเป็นรูปรี ขนาดเท่าปลายนิ้วชี้

ข้อแนะนำ

1. ถ้าไม่ชอบกลิ่นนมเนย ไม่ต้องใส่เนยสด นมสด และกลิ่นวานิลลา ใส่กลิ่นมะลิแทน
2. ก่อนร่อนแป้งกับผงฟู ควรเค้นแป้งกับผงฟูให้ทั่วก่อนจึงนำไปร่อน
3. การขยำแป้งกับน้ำที่ผสมไว้ ควรใช้ปลายนิ้วขยำเบาๆ ให้เข้ากัน อย่าใช้วิธีนวดแป้ง เพราะจะทำให้แป้งเหนียว แข็ง
4. เศษแป้งที่เหลือจากการตัด ควรนำผสมกับแป้งที่ยังไม่ได้รีด ถ้านำแต่เศษแป้งมารวมกันแล้วรีดใหม่ แป้งก็จะแข็งกระด้าง
5. ถ้าอากาศร้อนจัด ควรนำแป้งที่ผสมแล้ว พักไว้ในตู้เย็น
6. การรีดแป้งเป็นแผ่น ใช้ไม้คลึงแป้ง รีดจากตรงกลางของแป้งขึ้นไปด้านบนและลงด้านล่าง
7. เมื่อนำแป้งมาห่อไส้แล้ว ส่วนของรอยปิดควรบีบให้สนิท หรือตะน้ำที่มุมแป้งก่อนจะจับมาชนกัน
8. การอบ ไม่ควรอบนานไป จะทำให้ไส้มะพร้าวมีสีเข้มไหม้ ไม่สวย

5. เกณฑ์ในการประเมินผล

แป้งพาย เมื่ออบสุกใหม่ๆ จะกรอบร้อน หอมกลิ่นเนยสด เมื่อเย็นสนิท แป้งจะนุ่ม

สารน่ารู้

เบะแซใช้น้ำตาลหรือไม่?

คำตอบ เบะแซ คือ น้ำตาลกลูโคสชนิดหนึ่ง แต่อยู่ในรูปของน้ำเชื่อม ซึ่งก็คือกลูโคสไชรืบนั่นเอง ลักษณะเหนียวหนืดใส มีทั้งชนิดสีเหลืองน้ำตาลและสีขาวใส นิยมใช้เพื่อช่วยให้น้ำตาลรุดตัวเร็วขึ้น แก้ปัญหาการตกทรายหรือน้ำตาลตกผลึกได้ดีนัก เช่น กระจายสารท น้ำราดข้าวหมูแดง น้ำเชื่อมราดหน้า ขนมเหนียว ขนมเปี๊ยะ หรือเพิ่มความเหนียวข้นให้กับน้ำจิ้ม

เบะแซแบบจีนได้จากข้าวสาลีอ่อนที่เพาะไว้ 4-5 วัน นำไปบดให้ละเอียด แล้วนำไปบดกับข้าวสอยจนได้ที่ กรองเอาแต่น้ำแป้งที่ได้ไปเคี่ยวต่อจนเหนียวข้น สีใส ส่วนเบะแซที่ขายมากในเมืองไทยได้มาจากการนำแป้งข้าวโพด แป้งมันสำปะหลัง หรือแป้งข้าวเหนียว ไปย่อยด้วยเอนไซม์ให้เป็นน้ำตาลกลูโคส นำไปฟอกสีหรือไม่ฟอกก็ได้ แล้วต้มเคี่ยวจนข้นหนืดตามต้องการ เบะแซจึงเป็นสารที่ให้ความหวาน ซึ่งเกิดจากแป้งล้วนๆ ให้รสหอมหวาน

แหล่งข้อมูล นิตยสารครัว ฉบับที่ 155 เดือนพฤษภาคม 2550 หน้า 15

นิตยสาร HEALTH & CUISINE ฉบับที่ 84 เดือนมกราคม 2008 หน้า 99