

แผนการสอนรายคาบ

คาบที่ 12 เรื่องที่สอน ทองพับรสเค็ม โดยครู อรอนงค์ ลำดวล

ทองพับรสเค็ม

ทองพับ คือขนมทองม้วนที่ดัดแปลงรูปร่างจากการม้วนเป็นแท่งกลม เป็นการพับให้มีรูปร่างสี่เหลี่ยมหรือสามเหลี่ยม ทำเป็นรสหวาน รสเค็ม รสสมุนไพร รสกล้วยหอม รสกาแฟ ฯลฯ

สำหรับทองพับรสเค็มสูตรนี้ จะมีรสชาติหวาน เค็ม มัน หอมกลิ่นรากผักชี พริกไทย และใบผักชี

1. จุดประสงค์การสอน

1. บอกส่วนผสมและวิธีทำทองพับรสเค็มได้
2. ทำทองพับรสเค็มได้
3. นำไปใช้ในชีวิตประจำวันหรือนำไปประกอบอาชีพได้

2. รายการสอน

1. การเลือกซื้อและการเตรียมวัตถุดิบในการทำทองพับรสเค็ม
2. ขั้นตอนการทำ
3. การบรรจุ

3. วัสดุอุปกรณ์ หนังสือ และสิ่งที่ต้องเตรียม

อุปกรณ์ ถ้วยตวง ช้อนตวง ตาชั่ง อ่างผสม ช้อนตักหยอด ไม้ม้วน ไม้ทาบ เตาทองม้วนไฟฟ้าหรือพิมพ์ทองม้วนและเตาถ่าน ถุงมือผ้า

ข้อแนะนำในการเตรียมส่วนผสม

- แป้งมัน แป้งสาลี แป้งข้าวเจ้า เลือกแป้งใหม่ ไม่มีกลิ่นอับ ไม่มีตัวมอด ตัวแมลง
- เกลือ ใช้เกลือสมุทร ถ้าใช้เกลือเสริมไอโอดีน จะมีรสเค็มกว่า
- พริกไทยป่น ใช้พริกไทยเม็ดป่นใหม่ ๆ จะหอมกว่า
- หัวกะทิชั้น ๆ ใช้มะพร้าว ½ กิโลกรัม คั้นเป็นหัวกะทิชั้น ๆ 360 กรัม หรือใช้ถ้วยตวงแก้ว

ตวงประมาณ 1 ½ ถ้วย

- น้ำตาลโตนด ใช้น้ำตาลโตนดแท้จะมีกลิ่นหอม ควรเลือกน้ำตาลที่นุ่ม เนื้อละเอียด

ไม่เป็นทรายแข็ง มีกลิ่นหอม สีอ่อนไม่เข้ม

- งาขาว งาดำ ล้างให้หมดฝุ่น คั่วไฟอ่อน ๆ จนเม็ดงาพองมีเสียงแตก

ส่วนผสมขนมทองพับ

- | | | | | | |
|-----------------|-------|--------|------------------------|---------|--------|
| 1. แป้งมัน | 150 | กรัม | 2. แป้งสาลีเอนกประสงค์ | 50 | กรัม |
| 3. แป้งข้าวเจ้า | 50 | กรัม | 4. น้ำตาลทราย | 50 | กรัม |
| 5. เกลือ | ½ - 1 | ช้อนชา | 6. พริกไทยป่น | 1 ½ - 2 | ช้อนชา |

7. รากผักชีโขลก	2	ช้อนชา	8. ไข่ไก่	2	ฟอง
9. หัวกะทิชั้น ๆ	360	กรัม	10. น้ำตาลโตนด	125	กรัม
11. งาคั่ว งาขาวคั่ว			12. ผักชีเด็ดเป็นใบ ๆ		ตามชอบ

4. ขั้นตอนการทำ

1. ร่อนแป้งมัน แป้งสาลี และแป้งข้าวเจ้า รวมกัน ใส่น้ำตาลทราย เกลือป่น รากผักชี พริกไทย
2. ใสไข่ไก่ลงในแป้งที่ร่อนไว้ นวดพอเข้ากัน ค่อย ๆ ใส่กะทิทีละน้อย นวดจนแป้งนุ่ม ใส่น้ำตาลโตนด นวดให้เข้ากัน จึงใส่กะทิที่เหลือจนหมด ใส่งาคั่ว งาขาว และใบผักชี
3. ตั้งพิมพ์ทองม้วนให้ร้อน ตักแป้งหยอดลงตรงกลางพิมพ์ ปิดพิมพ์ พอแป้งสุกเหลือง แซะแป้งออกจากพิมพ์ พับริมขอบเข้าหากันทั้ง 2 ด้าน วางไม้ม้วนตรงกลาง พับเข้าหากัน ดึงไม้ม้วนออก กดหรือใช้ไม้ทับด้านปลายให้แป้งอยู่ตัว
4. เมื่อขนมเย็นเก็บใส่ภาชนะ หรือบรรจุภัณฑ์ที่มีฝาปิดสนิท

ข้อแนะนำในการทำ

1. การนวดแป้ง ควรใส่กะทิทีละน้อย จนแป้งรวมเป็นก้อน หยุดใส่กะทิ นวดต่อประมาณ 5 – 10 นาที จึงใส่น้ำตาลโตนด
2. พิมพ์ทองม้วนไฟฟ้า ตั้งอุณหภูมิ 30 – 50 องศาเซลเซียส
3. การพับหรือม้วนแป้งต้องรีบทำ ถ้าทำช้าแป้งจะแข็ง ม้วนหรือพับไม่ได้
4. ใช้ถุงมือผ้าสวม เวลาพับหรือม้วนแป้ง จะได้ไม่ร้อนมือ
5. เพิ่มกึ่งฝอย หรือกึ่งแห้งป่น ผสมเพิ่มเติมได้ และควรลดปริมาณเกลือลงเล็กน้อย
6. ถ้าส่วนผสมชั้นเดิมหัวกะทิเพิ่มได้

5. เกณฑ์การประเมินผล

ทองพับมีสีเหลืองทอง หรือสีน้ำตาลอ่อน ๆ กรอบ หอมกลิ่นผักชี พริกไทย รสเค็ม หวาน มันกะทิ

สาระน่ารู้

ผักชี ชื่ออื่นที่ใช้เรียกเช่น ผักชีลา ผักหอมป้อม ผักหอม ผักหอมน้อย เราใช้ใบผักชีโรยอาหารให้มีสีเขียวสวย กลิ่นหอม ใบผักชีมีธาตุฟอสฟอรัสสูงร้อยละ 0.2 เส้นใยร้อยละ 3.2 โปรตีนร้อยละ 3.9 ช่วยย่อยอาหาร รากสดใช้ปรุงแต่งกลิ่น รสอาหาร นิยมไปโขลกกับกระเทียม พริกไทย ผลแห้งหรือเมล็ดผักชี (ลูกผักชี) เป็นเครื่องเทศ ใช้ผสมในเครื่องแกงบางอย่าง มีคุณสมบัติเป็นยาขับลม บำรุงธาตุ ใช้แก้อาการคลื่นไส้ อาเจียน แก้ปวดท้อง

แหล่งข้อมูล สมุนไพรในสวนครัว รศ.ดร. วันดี กฤษณพันธ์ และคณะ หน้า 51