

โลหิตและป้องกันการเกิดภาวะเส้นเลือดในสมองแตก ส่วนอาหารต้านอนุมูลอิสระอย่าง “ชาเขียว” คงไม่ต้องอธิบายให้มากความ เพราะมีคุณมหาศาลในการบำบัดโรคได้หลากชนิด

ไส้กัสดาร์ดครีม

ส่วนผสมไส้กัสดาร์ดครีม

เนยสด	100	กรัม	มาการีน	50	กรัม
ผงกัสดาร์ด	50	กรัม	น้ำตาลทราย	130	กรัม
ไข่ไก่	5	ฟอง	นมข้นจืด	100	กรัม
แป้งข้าวโพด	30	กรัม	นมข้นหวาน	50	กรัม
แป้งเค้ก	75	กรัม	น้ำหอมกลิ่นรัม	2	ช้อนชา
ชอคโกแลต	50	กรัม	ลูกเกดขาว	100	กรัม
ชอคโกแลตขาวขูด	100	กรัม			

67

วิธีทำไส้

1. ผสมผงกัสดาร์ด แป้งข้าวโพด แป้งเค้ก น้ำตาลทราย คนให้เข้ากัน
2. เติมไข่ไก่ นมข้นจืด นมข้นหวาน คนให้เข้ากัน
3. เทใส่ภาชนะสำหรับนึ่ง เติมเนยสด มาการีน
4. นึ่งไส้ครีมในน้ำเดือด ไฟแรง 10 นาที เปิดฝารั้งถึงคนด้วยตะกร้อมือผสมให้เข้ากันดี นึ่งต่อนาน 10 นาที เปิดฝารั้งถึงคนส่วนผสม อีกครั้ง ทำเช่นนี้นาน 30-40 นาที หรือ จนส่วนผสมสุก ยกออกจากเตา พักไว้ให้เย็นสนิท
5. นำส่วนผสมไปแช่เย็น นำออกมาจนเย็น นำไปผสมกับส่วนผสมต่างๆ เตรียมไว้เป็นไส้เบี๊ยะต่อไป

แผนการสอนรายคาบ

คาบที่ 12 เรื่องที่สอน บัตเตอร์ไวท์มอลท์ โดยครู เกศยา ยงภูมิพุกธา

1. จุดประสงค์การสอน

1. บอกส่วนผสม และขั้นตอนการทำบัตเตอร์ไวท์มอลท์ได้
2. ทำบัตเตอร์ไวท์มอลท์ได้
3. นำไปใช้ในชีวิตประจำวัน และประกอบอาชีพได้

2. รายการสอน

1. เตรียมส่วนผสมและอุปกรณ์ในการทำบัตเตอร์ไวท์มอลท์
2. ขั้นตอนการทำบัตเตอร์ไวท์มอลท์
3. การอบและการตกแต่ง

3. วัสดุ อุปกรณ์/หนังสือ/ที่ต้องเตรียม

ถ้วยตวง	ช้อนตวง	พายยาง	เตาอบ	ถาดอบ	
เครื่องผสมอาหาร	พิมพ์เปี๊ยะ	ที่ร่อนแป้ง			
ส่วนผสมเปลือกเปี๊ยะ					
แป้งขนมโก้	100	กรัม	น้ำตาลไอซิ่ง	150	กรัม
เนยขาว	50	กรัม	น้ำคัมสุก	100	กรัม
ไวท์มอลท์	100	กรัม	เนยสด	20	กรัม
ส่วนผสมไส้					
ไส้คัสตาร์ดครีมที่เตรียมไว้	400	กรัม	เนยสด	30	กรัม
ไวท์มอลท์	40	กรัม	อัลมอนต์บดหยาบ	50	กรัม
ชอคโกแลตขูด	50	กรัม	เกาลัด	20	เม็ด

68

4. ลำดับขั้นตอน /ลำดับขั้นการทำ

วิธีทำ

1. ร่อนแป้งขนมโก้ น้ำตาลไอซิ่ง รวมกัน ใส่ไวท์มอลท์
2. เติมเนยขาว เนยสดลงในอ่างแป้ง ผสมพอแป้งกับเนยรวมกัน
3. เติมน้ำลงในอ่างแป้ง ใช้พายยางคนส่วนผสมให้เข้ากัน
4. พักแป้งไว้ 20 – 30 นาที เพื่อให้แป้งอยู่ตัว
5. แบ่งแป้ง พิมพ์เล็ก ชั่งแป้งน้ำหนักก้อนละ 25 กรัม
6. แผ่แป้งเป็นแผ่นกลม ใส่ไส้คัสตาร์ด ห่อให้มิด คลึงให้กลม โรยนวลด้วยแป้งขนมโก้
7. กดลงในพิมพ์เปี๊ยะ เคาะออกจากพิมพ์ บรรจุใส่ภาชนะ นำเข้าตู้เย็นจนถึงเวลาเสิร์ฟ

วิธีทำไส้

1. นวดผสมไส้คัสตาร์ดกับเนยสด ไวท์มอลท์ อัลมอนต์ เข้าด้วยกัน
2. เติมชอคโกแลตขูดขูดขาว นวดผสมพอเข้ากัน
3. ชั่งน้ำหนักไส้คัสตาร์ดน้ำหนักก้อนละ 25 กรัม นำไปหุ้มเกาลัด 1 เม็ด ปั้นเป็นก้อนกลม นำไปห่อกับเปลือกเปี๊ยะ สำหรับพิมพ์เล็ก