

EP.103

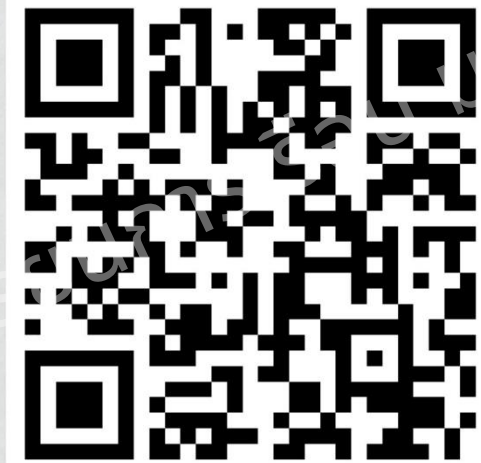
หลักสูตรอบรม โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ต้มยำทำแกง

วันพุธที่ 7 สิงหาคม 2567

เวลา 17.00 - 18.00 น.

โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต



ลงทะเบียนร่วมงาน

และรับวุฒิบัตร

เวลา 16.30 - 17.40 น.

ขอเชิญร่วมบริจาคทุนทรัพย์เพื่อนำไปทำประโยชน์ต่อสังคม

สามารถโอนผ่านบัญชีสะสมทรัพย์ ชื่อบัญชี นายธนพัฒน์ แสงรุ่งเรือง และ นายนราธิป ปุณเกษม และ น.ส. รณิดา ศรिनาวรุณ



บัญชีเลขที่ 079-7-23793-0

หมายเหตุ : กรณีที่ไม่ได้ลงทะเบียนเข้าร่วมงานผู้จัดอบรมขอสงวนสิทธิ์ไม่ดำเนินการจัดทำวุฒิบัตร และจะต้องเข้าอบรมเป็นระยะเวลาไม่น้อยกว่า 40 นาที

ต้มยำกุ้ง

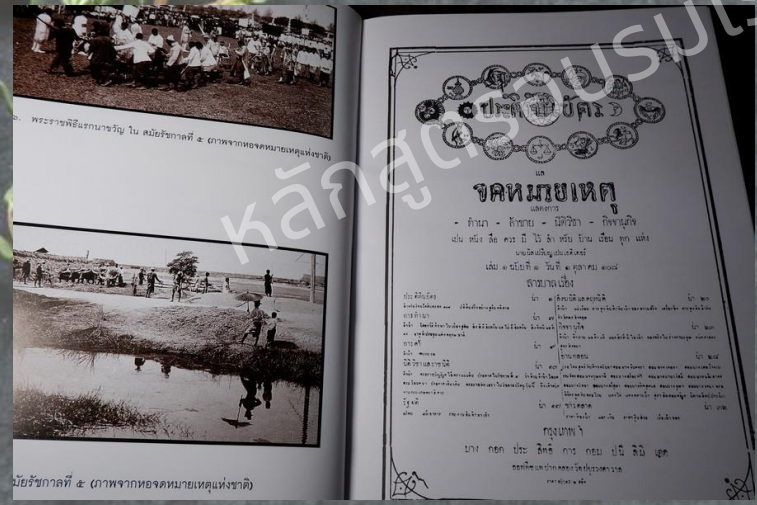
ต้มยำกุ้ง

ในปี พ.ศ. 2554 กระทรวงวัฒนธรรมก็ได้ประกาศขึ้นทะเบียน “ต้มยำกุ้ง” ให้เป็นมรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรมของชาติ พร้อมกับน้ำปลาไทย และผัดไทย



ต้มยำกุ้งมาแต่เมื่อใด?

ในสมัยรัชกาลที่ 5 เริ่มมีบันทึกเกี่ยวกับอาหารประเภท “ต้มยำ” ในหนังสือ ประดิทินบัตรแลจดหมายเหตุ ร.ศ. 108 (ประมาณ พ.ศ. 2432) โดยกล่าวถึงต้มยำปลา เช่น ต้มยำปลาช่อน ต้มยำปลาหมอค ต้มยำปลากะเบน ฯลฯ



ในปี พ.ศ. 2441 ได้มีหนังสือ ปะทานุกรม การทำของควาของหวาน อย่างฝรั่งแลสยาม บันทึกสูตร “ต้มยำกุ้งทรงเครื่อง” เขียนโดยครูอเมริกันเป็นภาษาอังกฤษ แล้วแปล และเรียบเรียงโดย “นักเรียนดุริยางค์โรงเรียนกุลสตรีวังหลัง”

ต้มยำทำแกง

ต้ม กับ ยำ

คนไทยสมัยก่อนมีคำว่า **ต้ม** กับ **ยำ** เป็นวิธีทำอาหารมาแต่เดิม อย่างอาหารต้ม ก็จะมีทั้ง ต้มโคล้ง ต้มเค็ม ต้มจืด ส่วนอาหาร ยำ ก็มีมาแต่ดั้งเดิมเช่นกัน

ในสมัยรัชกาลที่ 5 เมืองไทยมีอาหารที่เรียกว่า “**ต้มยำ**” แล้ว แต่ “ต้ม” กับ “ยำ” มารวมกันได้ตอนไหนไม่มีการบันทึกที่แน่ชัด ไม่เคยพบหลักฐาน

ต้มยำแบบดั้งเดิมจะเป็น **ต้มยำน้ำใส** แล้วปรับเปลี่ยนมาเติม กะทิ จากนั้นก็เอา **นม** แทน **กะทิ** ปรับสูตรไปเรื่อยๆ กลายเป็นวิวัฒนาการขึ้นมาภายหลัง



รับชม VDO

วิชา อาหารไทยร่วมสมัย

MENU

ต้มยำกุ้ง



ต้มยำกุ้ง



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสุรนารี

ต้มยำกุ้ง

ส่วนผสม

กุ้งแม่น้ำก้างเปลือก	500	กรัม
เห็ดฟาง	150	กรัม
ตะไคร้หั่นเฉียง	20	กรัม
ข่าหั่นแว่น	10	กรัม
ใบมะกรูดฉีก	2	ใบ
น้ำสต็อก	4	ถ้วยตวง
พริกขี้หนูสดบุบพอแตก	8-10	เม็ด
น้ำปลา	4	ช้อนโต๊ะ
น้ำมะนาว	4	ช้อนโต๊ะ
ผักชีสำหรับโรยหน้า	1	1 ช่อ

ลักษณะอาหาร

มีน้ำมาก กลิ่นหอมตะไคร้
ใบมะกรูด ข่า มีสีส้ม
ออกแดงส้ม มีมันส์สัมผัสของมัน
กุ้งลอยหน้า มี 3 รส กลมกล่อม
เปรี้ยวนำเค็ม เผ็ดพริกขี้หนู
หวานจากกุ้งและเห็ด

ข้อเสนอแนะและเทคนิคสำคัญ

1. ถ้ากุ้งมีขนาดเล็กให้ใส่เห็ดก่อน
กุ้งเพื่อไม่ให้กุ้งแข็งกระด้าง
2. ถ้าชอบเผ็ดมากให้ใส่พริกขี้หนู
ก่อนปิดไฟ 5 นาที

วิธีทำ

1. ตังน้ำสต็อกให้เดือด ใส่ข่า ตะไคร้
2. พอเดือดใส่กุ้ง เห็ดฟาง ใบมะกรูด ประุงรสด้วยน้ำปลา
3. เดือดอีกครั้งยกลง ใส่น้ำมะนาว พริกขี้หนู
4. ตักใส่ชาม โรยหน้าด้วยผักชี



น้ำพริกเผา ความอร่อยในตำนาน

น้ำพริกเผา จัดเป็นน้ำพริกของคนภาคกลาง ซึ่งในสมัยโบราณ จะนำเอาพริกแห้งเผา กระเทียมเผา หอมเผา ใส่ในครกโขลกละเอียดร่วมกับเกลือหินน้อย ก็สามารถนำไปปรุงในเมนู ยำหรือต้มยำ

ปัจจุบัน **น้ำพริกเผา** หมายถึงน้ำพริกที่นำไปผัดหรือทอด เพราะต้องเอาพริกแห้ง หอม กระเทียม กุ้งแห้ง มาทอดให้กรอบ แล้วก็เอามาตำให้ละเอียด จากนั้นนำไปผัดในกระทะ ปรุงรสด้วยน้ำตาล น้ำปลา น้ำส้มมะขามเปียก และต้องปรุงให้ออกมาให้ได้ 3 รส



รับชม VDO



หลักสูตรอบรมโรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

น้ำพริกเผากุ้ง



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสุรนารี

น้ำพริกเผากุ้ง

ส่วนผสม

พริกแห้งเม็ดใหญ่	20	กรัม
พริกแห้งเม็ดเล็ก	20	กรัม
กระเทียมซอย	100	กรัม
หอมแดงซอย	100	กรัม
กุ้งแห้ง	50	กรัม
กะปิ	30	กรัม
น้ำมะขาม	80	กรัม
น้ำตาลปีบ	100	กรัม
น้ำปลา	30	กรัม
น้ำมันทอด		

วิธีทำ

1. นำพริกแห้งเม็ดใหญ่ พริกแห้งเม็ดเล็ก กระเทียมซอย หอมแดงซอย กุ้งแห้ง ทอด
2. ใบตองห่อกะปินำไปปิ้ง ให้มีกลิ่นหอม
3. นำส่วนที่ทอด พริกทั้ง 2 ชนิด กุ้งแห้ง กระเทียม หอมแดง และกะปิ มาโขลกให้ละเอียด
4. นำส่วนผสมที่โขลกได้ที่ มาผัด ปรงรส จัดเสิร์ฟ พร้อมข้าวสวย ไข่ต้ม ผักสด ผักต้ม



สังขยา ไทย และเทศ

เชื่อกันว่า “สังขยา” มีต้นกำเนิดมาจากยุโรปตั้งแต่สมัยจักรวรรดิโรมัน ภายใต้ชื่อว่า “คัสตาร์ด” ก่อนจะเข้ามาสู่ภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ โดย **ชาวโปรตุเกส** ที่เข้ามายึดเมืองท่ามะละกา ในปี พ.ศ.2054 (ค.ศ.1511) เพื่อทำการค้าขายกับกับหลายอาณาจักร รวมถึง อยุธยา

โดยสังขยาหรือคัสตาร์ดแบบฝรั่งจะใช้ **นมวัว** แต่สูตรไทยปรับมาใช้ “กะทิ” ซึ่งปัจจุบันในบ้านเรา มีสังขยา 2 แบบ ดังนี้

1.แบบคงตัว เหมือน คัสตาร์ดของยุโรป อย่าง ข้าวเหนียวสังขยา และ พักทองสังขยา

2.แบบครีม



รับชม VDO

หลักสูตรอบรมโรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต



สังขยาใบเตย



หลักสูตรอบรมโรงเรียน



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

สังขยาใบเตย

ส่วนผสม

น้ำใบเตยคั้นสด	150	กรัม
น้ำตาลทราย	75	กรัม
ไข่แดง	3	ฟอง
เกลือป่น	1/8	ช้อนชา
นมข้นหวาน	45	กรัม
กะทิ	210	กรัม
น้ำเปล่า	150	กรัม
แป้งข้าวโพด	37	กรัม

วิธีทำ

1. นำไข่แดง น้ำตาลทราย เกลือ ผสมให้เข้ากันด้วยตะกร้อมือ
2. ใส่นมข้นหวาน กะทิ น้ำเปล่า และน้ำใบเตย คนส่วนผสมให้เข้ากัน
3. กทยอยใส่แป้งข้าวโพดจนหมด และนำไปกรองด้วยกระชอนหรือผ้าขาวบาง 1-2 ชั้น
4. นำส่วนผสมตั้งขึ้นบนอ่างน้ำร้อน โดยใช้ไฟอ่อน คนจนส่วนผสมข้น ปิดไฟและยกถ



**แบบประเมิน
ความพึงพอใจ**



หลักสูตรอบรมโรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต



ขอเชิญร่วมบริจาคทุนทรัพย์เพื่อนำไปทำประโยชน์ต่อสังคม

สามารถโอนผ่านบัญชีสะสมทรัพย์ ชื่อบัญชี

นายธนพัฒน์ แสงรุ่งเรือง

และนายนราธิป ปุณณเกษม

และน.ส. รณิดา ศรีธนาवरุณ



บัญชีเลขที่ 079-7-23793-0



อาหารการกินSDU

สมาชิก 1k คน

Nina Pan

เรื่องราวอาหารการกิน จากผู้เชี่ยวชาญด้าน
อาหารมาพูดคุย แบ่งปันประสบการณ์ทุกวันศุกร์
ค่ะ

CLUB HOUSE

อาหารการกิน

ทุกวันศุกร์ เวลา 19.00 - 20.00 น.



หลักสูตรอบรม



เปิดรับสมัคร หลักสูตรระยะสั้น

อาหารไทย ขนมอบเบื้องต้น อาหารว่างไทย
 อาหารญี่ปุ่น ขนมไทย อาหารว่างจีน
 อาหารยุโรป ขนมปัง อาหารว่างญี่ปุ่น
 อาหารอิตาเลียน ไอศกรีม เค้กและคุกกี้
 เครื่องดื่มโฮมเมด ข้าวแช่ เค้กและขนมปัง
 อาหารเพื่อการประกอบอาชีพ บาร์และเครื่องดื่ม
 กาแฟและเบเกอรี่สำหรับกาแฟ ครีวซอว์และเดนิช



เปิดรับสมัคร หลักสูตรระยะยาว

หลักสูตรช่างฝีมืออาหารไทย
 หลักสูตรเค้กและคุกกี้
 หลักสูตรอาหารจานหวาน
 หลักสูตรอาหารนานาชาติ(ยุโรป)
 หลักสูตรขนมปังและพายเฟลอร์
 หลักสูตรพื้นฐานอาหารตะวันตก



สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม 02-244-5391-2 ทุกวันเว้นวันหยุดนักขัตฤกษ์

ช่องทางการติดต่อ

Contacts us



ศูนย์ฝึกปฏิบัติการอาหารนานาชาติ
โรงเรียนการเรือน

ศูนย์ฝึกปฏิบัติการอาหารนานาชาติ โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต
Suan Dusit International Culinary Center, School of Culinary Arts, Suan Dusit University



02 244 5391
02 244 5392



ศูนย์ฝึกปฏิบัติการอาหารนานาชาติ
Suan Dusit International Culinary Center



@783eecba



SDU_CHEFSCHOOL



www.chefschool.dusit.ac.th



chefschool.sdu@gmail.com