

EP.109

หลักสูตรอบรม โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

"อาหารอิตาเลียน" ฟิวชัน

วันพุธที่ 18 กันยายน 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 ศรีธนาอรุณ



บัญชีเลขที่ 079-7-23793-0

หมายเหตุ : กรณีที่ไม่ได้ลงทะเบียนเข้าร่วมงานผู้จัดอบรมขอสงวนสิทธิ์ไม่ดำเนินการจัดทำวุฒิบัตร และจะต้องเข้าอบรมเป็นระยะเวลาไม่น้อยกว่า 40 นาที

หลักสูตรรอบออปโตเมท

อาหารการเรือน ส่วนดุสิต



เมนูการเรีียนรู้

1. เพนเนทัง โหระพากรอบ
2. สปาเก็ตตี้แกงเผ็ดเปิดอย่าง
3. PIZZA
4. สเต็กปลากระพงกับสลัดผัก



หลักสูตรปริญญาโท สาขาการจัดการเรียนการสอนอุตสาหกรรม

PASTA



พาสต้า เป็นอาหารหลักและมีชื่อเสียงของอิตาลี พาสต้าแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ตามลักษณะเนื้อสัมผัสคือ 1. พาสต้าสด และ 2. พาสต้าแห้ง โดยทั่วไปเส้นพาสต้าสดจะได้รับความนิยมในตอนเหนือของอิตาลี และ เส้นพาสต้าแห้งจะได้รับความนิยมในตอนใต้

ในที่นี้จะขอล่าวเฉพาะพาสต้าแห้ง

เส้นพาสต้าในปัจจุบันนิยมทำจากแป้งสาลี น้ำและน้ำมันมะกอก โดยแต่เดิมพาสต้าอิตาลีเสียนแท้ๆ ทำจากแป้ง **เซโมลิน่า (Semolina)** ซึ่งทำให้พาสต้ามีสีเหลืองสด เนื้อเหนียวนุ่ม ในการทำเส้นพาสต้าสดจะมีการใส่ไข่ลงไป ทำให้ได้พาสต้าที่ได้เหนียวนุ่มขึ้น แต่อายุการเก็บสั้น

ในปัจจุบันมีการเพิ่มสีให้กับพาสต้าโดยใช้วัตถุธรรมชาติ เช่น สีเขียวจากผักโขม สีแดงจากมะเขือเทศ และสีดำจากหมึกปลาหมึก เป็นต้น



พาสต้าแบ่งออกเป็น 3 ประเภท ตามรูปลักษณะ

1. **ประเภทเส้น**(Ribbons) เช่น เฟตตูชินี่ สปาเกตตี เหมาะกับซอสมะเขือเทศ ซอสกะเล ซอสครีมและซอสชีส



Angel Hair



Spaghetti



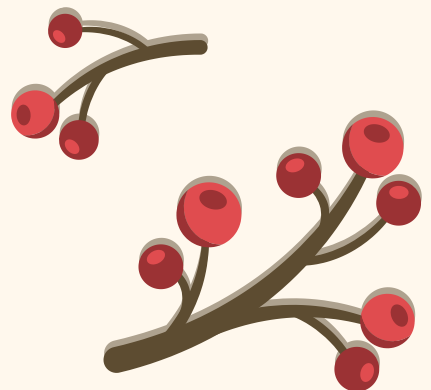
Linguini



Fettuccini



Lasagna



2. ประเภทหลอด (Tubes) เช่น เพนเน่ ริกาโตนี มักกะโรนี เหมาะเสิร์ฟกับ ซอสเนื้อและซอสผัก หรือนำไปอบ



Pipe



Penne



Rigatoni



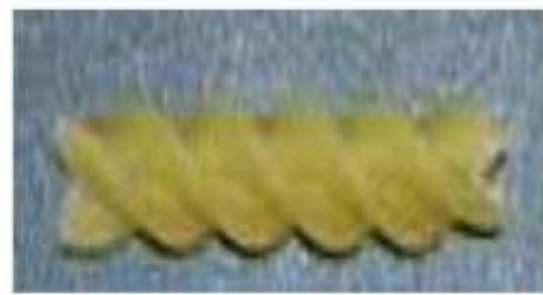
Cannelloni



หลักสูตรอบรมโรงเรียน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต



3. ประเภททรงต่างๆ (Shapes) เช่น ฟุซิลลี ฟาร์ฟาเล่ เหมาะเสิร์ฟกับซอสเนื้อ และเพสโต้ หรือแบบอบ



Fusilli



Farfalle



Conchiglie

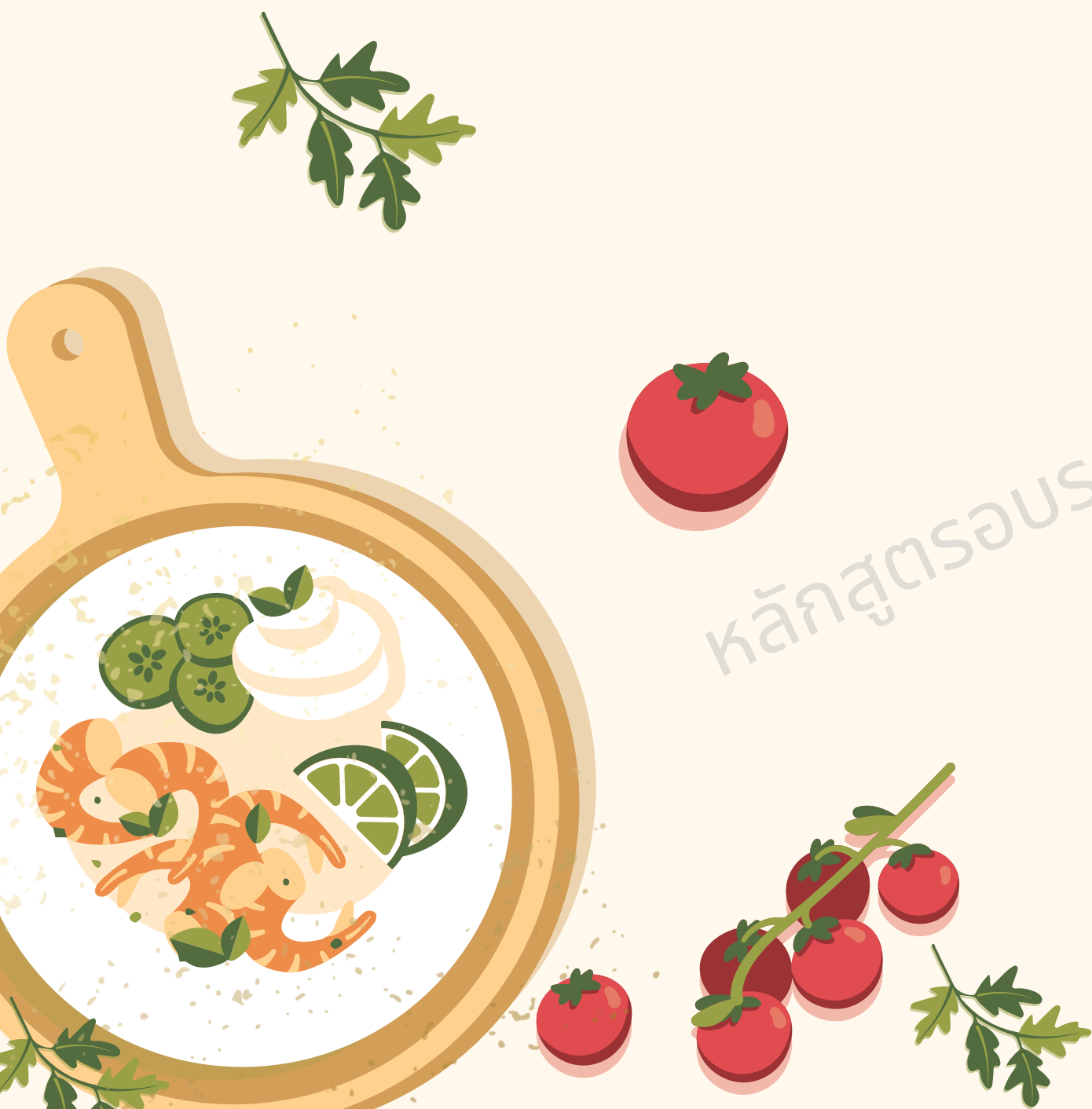


Ruote

ปัจจุบัน มีการผลิตเส้นสำเร็จรูปแบบอบแห้งในลักษณะอุตสาหกรรม ถูกใช้แพร่หลายมากกว่าเส้นแบบสด เนื่องจากสะดวกไม่ต้องใช้เวลาและความชำนาญมากในการจัดเตรียม พบว่าปัจจุบันมีความหลากหลายของเส้นพาสต้ามากกว่า 350 รูปแบบ



เพนเนกึ่ง โคระพากรอบ



เพนเนกึ่งโคระพากรอบ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ยศพร พลายโก
สาขาวิชาการกำหนดและการประกอบอาหาร

เพนเน่กึ่งโหระพากรอบ



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

เพนเน่กึ่งโหระพากรอบ

ส่วนผสม

เพนเน่	100	กรัม	ซอสปรุงรส	1/2	ช้อนชา
เกลือป่น	1/2	ช้อนชา	น้ำตาลทราย	1/2	ช้อนโต๊ะ
กึ่งพริก	6	ตัว	น้ำสต็อก	3	ช้อนโต๊ะ
น้ำมัน	1	ช้อนโต๊ะ	พริกจินดาหั่นเฉียง	2	เม็ด
กระเทียมสับ	1	ช้อนโต๊ะ	พริกชี้ฟ้าแดงเขียวหั่นเส้น	1/2	เม็ด
ซอสเห็ดหอม	1	ช้อนโต๊ะ	ใบโหระพาทอดกรอบ	1/2	ถ้วยตวง

วิธีทำ

1. นำน้ำ 1 ลิตรใส่หม้อ ใส่เกลือ ตั้งไฟ พอน้ำเดือด นำเส้นเพนเน่ลงไปต้ม นาน 10 นาที
2. พักเส้นให้สะเด็ดน้ำ
3. ตั้งกระทะใส่น้ำมัน พอร้อน ใส่กระเทียมและพริกจินดา ผัดสักครู่ พอมักลิ้นหอม
4. ใส่กึ่งพริกผัดพอสุกและใส่น้ำสต็อกผัดให้เข้ากัน
5. ใส่เส้นเพนเน่ผัด และปรุงรสด้วยซอสเห็ดหอม น้ำตาลทรายและซอสปรุงรสผัดให้เข้ากัน
6. ใส่พริกชี้ฟ้าและใบโหระพาทอดผัดให้เข้ากัน ปิดไฟและจัดเสิร์ฟ





สปาเก็ตตี้ แกงเผ็ดเปิดอย่าง

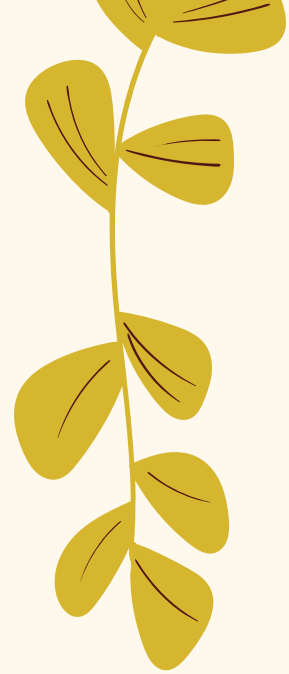
อาจารย์ สิรินทร์ทิพย์ สุตตาทพงศ์

สปาเก็ตตี้ “แกงเผ็ดเปิดอย่าง”
เป็นการนำเอาวัฒนธรรมอาหารไทย
และวัฒนธรรมอาหารตะวันตกมาผสม
ผสานรับประทานร่วมกันอย่างลงตัว
คือแกงเผ็ดเปิดอย่างแบบไทยดั้งเดิม
จัดเสิร์ฟคู่กับเส้นสปาเก็ตตี้



สปาเก็ตตี้ “แกงเผ็ดเปิดอย่าง”

- เนื้ออกเป็ด 150 กรัม
- เส้นสปาเก็ตตี้ 150 กรัม
- มะเขือเทศ 20 กรัม
- องุ่นดำ 20 กรัม
- เนื้อสับปะรด 30 กรัม
- มะเขือพวง 10 กรัม
- หัวกะทิ 200 กรัม
- พริกแกงเผ็ด 30 กรัม
- น้ำปลา 18 กรัม
- น้ำตาลปีบ 20 กรัม
- ใบโหระพา 10 กรัม
- ใบมะกรูด 4 กรัม





สปาเก็ตตี้ "แกงเผ็ดเปิดอย่าง"



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

เนื้ออกเป็ด	150 กรัม
เส้นสปาเก็ตตี้	150 กรัม
มะเขือเทศ	20 กรัม
องุ่นดำ	20 กรัม
เนื้อสับปะรด	30 กรัม
มะเขือพวง	10 กรัม
หัวกะทิ	200 กรัม
พริกแกงเผ็ด	30 กรัม
น้ำปลา	18 กรัม
น้ำตาลปีบ	20 กรัม
ใบโหระพา	10 กรัม
ใบมะกรูด	4 กรัม

วิธีทำ

1. ตั้งกระทะใส่หัวกะทิเคี่ยวจนแตกมันจากนั้นใส่พริกแกงเผ็ดลงผัดจนหอม
ปรุงรสด้วยน้ำปลา น้ำตาลปีบ และสมุนไพรเพิ่มความหอม ใบมะกรูดฉีก และโหระพาช็อก
2. เนื้อเป็ดนำไปจี่ในกระทะจนเนื้อสุกพอประมาณ
3. นำสับปะรด มะเขือพวง มะเขือเทศสีดา องุ่น ลงจี่ในกระทะพอสุก
4. ลวกเส้นสปาเก็ตตี้ตั้งหม้อใส่น้ำและเติมเกลือเล็กน้อยพอน้ำเดือดก็ใส่เส้น สปาเกตตี้ลงไป
ต้มจนเส้นอ่อนตัว ตักเส้นขึ้นให้สะเด็ดน้ำ แล้วแช่ลงในน้ำเย็น กั้นที่พอเส้นเย็นแล้วค่อยตักขึ้นให้
สะเด็ดน้ำอีกครั้ง เคล้าด้วยน้ำมันเล็กน้อย

***การตกแต่ง : แต่งด้วยยอดโหระพา และพริกชี้ฟ้า หั่นเฉียง

ส่วนผสมพริกแกงเผ็ด

พริกชี้ฟ้าแห้ง	20 กรัม	ผิวมะกรูด	5 กรัม
กระเทียม	20 กรัม	ยี่หระ	1/2 ช.ช
หอมแดง	30 กรัม	ลูกผักชีคั่ว	1 ช.ต.
ข่า	10 กรัม	เปราะหอม	4 กรัม
รากผักชี	5 กรัม	เกลือป่น	6 กรัม
ตะไคร้	10 กรัม	กะปิ	25 กรัม

วิธีทำ

โหลทุกอย่างเข้าด้วยกันให้ละเอียด





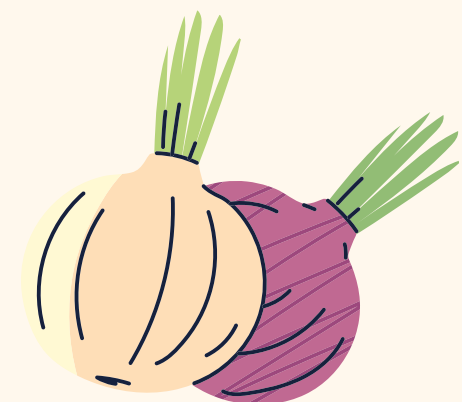
PIZZA

อาจารย์ ทรงพล วิธานวัฒนา



“พิซซ่า” เป็นอาหารอิตาลีที่ได้รับความนิยมทั่วโลก โดยพิซซ่าจะประกอบไปด้วยแผ่นแป้ง และมีการตกแต่งหน้าด้วย ซอสและวัตถุดิบต่างๆ ทำให้พิซซ่าแต่ละชนิดมีรสชาติที่แตกต่างกันไป

อีกทั้งยังมีการรังสรรค์และคิดค้นพิซซ่าหน้าใหม่ๆ เพิ่มขึ้นอยู่เรื่อยๆ ไป พิซซ่าเป็นอาหารที่มีประวัติความเป็นมาอย่างยาวนาน โดยคำว่า “PIZZA” มาจากคำภาษาละตินว่า “PINSA” ซึ่งแปลว่า ขนมนึ่ง





PIZZA



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ส่วนผสมของแป้ง

แป้งขนมปัง	375 กรัม
ยีสต์	9 กรัม
น้ำมันมะกอก	5 1/2 ชต.
น้ำเปล่า	225 กรัม
เกลือ	1/4 ชช.
น้ำตาลทราย	1/2 ชช.

ส่วนผสมเนื้อเคส

น้ำมันมะกอก	2 ชต.
หอมใหญ่สับ	80 กรัม
กระเทียมสับ	1 กลีบ
ซอสมะเขือเทศเข้มข้น	20 กรัม
เนื้อมะเขือเทศในกระป๋อง(ปั่น)	250 กรัม
ออริกาโน่	1/2 ชช.
ใบโหระพา	5 กรัม
เกลือ พริกไทย	นิดหน่อย

ส่วนหน้า

เห็ดแชมปิญอง	20 กรัม
เปปเปอร์โรนี/แฮม/ไส้กรอก	200 กรัม
มอซซาเรลล่าขูด	320 กรัม

วิธีทำ

- ตั้งเตาอบที่อุณหภูมิ 160 องศาเซลเซียส
- นำแป้งโดว์ที่หมักไว้ นวดไล่ฟองอากาศ ตัดแบ่งน้ำหนักก้อนละ 150 กรัม ได้ 4 ก้อน พักไว้ 10-15 นาที
- นำมารีดเป็นแผ่นรูปวงกลม ทาซอสมะเขือเทศ ให้ทั่วเว้นขอบประมาณ 4 นิ้ว
- วางเห็ด/เปปเปอร์โรนี/ไส้กรอก/แฮม ปิดด้วยมอซซาเรลล่าชีส นำเข้าเตาอบ ประมาณ 10-15 นาที หรือจนแป้งสุก จัดเสิร์ฟ

วิธีทำ

- ใส่น้ำตาลทราย และยีสต์ลงในน้ำ คนให้ยีสต์ละลาย พักไว้ประมาณ 5 นาที (สังเกตน้ำจะค่อยๆกลายเป็นฟอง)
- ผสมแป้งขนมปัง เกลือ ให้เข้ากัน ใส่น้ำที่ละลายยีสต์ไว้ ตามด้วยน้ำมันมะกอก นวดผสมจนแป้งไม่ติดมือ หมักไว้ให้แป้งโดว์ขึ้นเป็น 2 เท่า ประมาณ 1 - 2 ชม.

วิธีทำ

- ผัดน้ำมันมะกอก กระเทียมสับ หอมใหญ่สับจนสุก ใส่มะเขือเทศเข้มข้น เติมเนื้อมะเขือเทศกระป๋อง ผัดจนขึ้น
- ปรุงรสด้วยเกลือ พริกไทย ออริกาโน่ ใส่ใบโหระพา คนให้เข้ากัน พักไว้





สเต็กปลากระพง กับสลัดผัก

อาจารย์ปัทมา กาญจนรักษ์

หลักสูตรอบรมโรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต



GREEN SALADS

หรือ สลัดผักรวม การ์เด็นสลัด หรือ สลัดคลุก

สลัดชนิดนี้มีส่วนประกอบจากผักสลัดใบเขียวหลากหลายชนิดรวมกัน แล้วคลุกเคล้ากับน้ำสลัด

สามารถตกแต่งด้วยผักผลไม้ชนิดอื่นๆ เช่น แตงกวา มะเขือเทศ หรือสามารถเพิ่มขนมปังกรอบ เนยแข็ง ได้อีกด้วย



วินิเกรท (VINAIGRETTE)

คือซอสที่มีส่วนผสมของน้ำมัน และกรด
อัตราส่วนแบบดั้งเดิมที่เป็นที่ยอมรับคือ น้ำมัน 3 ส่วนและกรด 1 ส่วน
แต่ในปัจจุบันอัตราส่วนดังกล่าวอาจมีการเปลี่ยนแปลงไป
ขึ้นอยู่กับความเข้มข้นของน้ำมันและกรดที่ใช้ในการผลิตวินิเกรท

นอกจากนี้การใส่ เกลือ น้ำตาล สมุนไพร เพื่อปรุงรสช่วยปรับสมดุลของรสชาติในวินิเกรท
ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อลักษณะและรสชาติของวินิเกรท ก็คือวัตถุดิบตั้งต้นที่เลือกใช้



สเต็กปลากระพงกับสลัดผัก



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

สเต็กปลากระพงกับสลัดผัก

ส่วนผสม

น้ำส้ม	80 กรัม	น้ำมันมะกอก	70 มล.
น้ำเลมอน	1 ช้อนโต๊ะ	เกลือ	
น้ำตาล	1-2 ช้อนชา	พริกไทย	
น้ำส้มไวน์ขาว	1 ช้อนชา	ปลากระพง	1 ชิ้น
ผิวเลมอน	¼ ช้อนชา	ผักสลัด	
ผิวส้ม	¼ ช้อนชา		

วิธีการทำ

1. นำน้ำส้มตั้งไฟ เคี่ยวจนงวด แล้วตั้งให้เย็น
2. ผสมน้ำส้มที่เคี่ยวเตรียมไว้ กับ น้ำเลมอนน้ำตาล และน้ำส้มไวน์ขาวให้เข้ากัน คนจนน้ำตาลละลายดี
3. เเทน้ำมันมะกอกเป็นสายลงไปในส่วนผสมให้เข้ากัน ปูรสด้วยเกลือ ใส่ผิวส้ม และผิวเลมอน เพื่อเพิ่มความหอม
4. นำเกลือปรุงรสบนชิ้นปลาให้ทั่ว
5. เเทน้ำมันมะกอกลงในกระทะ เมื่อกระทะร้อน นำด้านหนึ่งของปลาทอด จนหนังปลาไหม้เหลืองทองและมีสีขาวขึ้นมา 2 ใน 3 ส่วนของชิ้นปลา จากนั้นกลับด้านปลาเอาส่วนเนื้อสีขาวลง ใช้เวลา 10 วินาทีแล้วจึงปิดไฟ
6. จัดเสิร์ฟด้วยการวางด้านหนังปลาขึ้นด้านบน เพราะต้องการให้หนังปลามีความกรอบ และจัดเสิร์ฟด้วยผักสลัดและราดด้วยน้ำสลัด



แบบประเมิน ความพึงพอใจ





ขอเชิญร่วมบริจาคทุนทรัพย์เพื่อนำไปทำประโยชน์ต่อสังคม

สามารถโอนผ่านบัญชีสะสมทรัพย์ ชื่อบัญชี

นายรณพัฒน์ แสงรุ่งเรือง

และนายนราธิป ปุณเกษม

และน.ส. รณิศา ศรีธนาพร



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.





เปิดรับสมัคร หลักสูตรระยะสั้น

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



เปิดรับสมัคร หลักสูตรระยะยาว

หลักสูตรช่างฝีมืออาหารไทย
 หลักสูตรเค้กและคุกกี้
 หลักสูตรอาหารจานหวาน
 หลักสูตรอาหารนานาชาติ(ยุโรป)
 หลักสูตรขนมปังและพายเพลล์
 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

