

EP.144



หลักสูตรอบรม โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต



“ขนมปังแสนอร่อย”

วันพุธที่ 9 กรกฎาคม 2568
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 ศรีธนาพร



บัญชีเลขที่ 079-7-23793-0





ขนมปังแสนอร่อย

ขนมปังเป็นหนึ่งในอาหารเก่าแก่ที่สุดของมนุษย์ มีประวัติศาสตร์ยาวนานกว่า 30,000 ปี ตั้งแต่ยุคหิน โดยพัฒนาจากการบดเมล็ดพืชผสมน้ำแล้วนำไปทำให้สุกบนไฟหรือก่อนจะค่อยๆ วิวัฒนาการสู่ขนมปังแบบที่เรารู้จักในปัจจุบัน

1. ขนมปังหมูหยองน้ำสลด
2. Cream Cheese Garlic Bread
3. French Toast Strawberry

ขนมปังหมูหยองน้ำสลัด



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ขนมปังหมูหยองน้ำสลัด

ส่วนผสม

แป้งขนมปัง	400 กรัม	น้ำตาลทรายป่น	100 กรัม
แป้งอเนกประสงค์	100 กรัม	เกลือป่น	2 ช้อนชา
สารเสริมคุณภาพ	1 ¼ ช้อนชา	มาร์การีน	100 กรัม
ยีสต์แห้ง	1 ½ ช้อนโต๊ะ		
น้ำเย็น	225 กรัม		
ไข่ไก่	100 กรัม		

วิธีทำ

1. ผสมแป้งขนมปัง แป้งอเนกประสงค์ ยีสต์แห้ง และสารเสริมคุณภาพเข้าด้วยกัน
2. ละลายน้ำตาลทราย เกลือในน้ำเย็น และไข่ไก่ แล้วเทลงในส่วนผสมของแป้ง นวดพอเข้ากัน เติ่มมาร์การีน และนวดต่อจนกระทั่งแป้งเนียนได้ที่ดี พักไว้ 10 นาที
3. แบ่งแป้งตามน้ำหนัก คลึงเป็นก้อนกลม พักไว้ 10 นาที
4. ทำเป็นรูปร่าง วางในพิมพ์รอให้ขึ้นเป็น 2 เท่า หรือประมาณ 45 นาที ทาผิวด้วยนมข้นจืด
5. นำเข้าอบที่อุณหภูมิ 180 องศาเซลเซียส จนกระทั่งสุก
6. แต่งหน้าด้วยหมูหยอง



ขนมปังหมูหยองน้ำสลัด

พต.ดร. อีรบุร ฉายศิริโชติ
และ พต.ดร. นราธิป ปุณเกษม



ประเภทของแป้งสาลีและปริมาณโปรตีนโดยประมาณ:

แป้งขนมปัง (Bread Flour): 12-14%

แป้งอเนกประสงค์ (All-Purpose Flour): 10-12%

แป้งเค้ก (Cake Flour): 7-9%

ข้อมูลน้ำหนักและโปรตีนในไข่ขาวของไข่ไก่

เบอร์ 0 70 g ปริมาณไข่ขาว 40.6 g ปริมาณโปรตีนไข่ขาว 4.6 g	เบอร์ 1 65-69 g ปริมาณไข่ขาว 37.7-40.0 g ปริมาณโปรตีนไข่ขาว 3.8-4.0 g
เบอร์ 2 60-64 g ปริมาณไข่ขาว 34.8-37.1 g ปริมาณโปรตีนไข่ขาว 3.4-3.7 g	เบอร์ 3 55-59 g ปริมาณไข่ขาว 31.9-34.2 g ปริมาณโปรตีนไข่ขาว 3.2-3.4 g
เบอร์ 4 50-54 g ปริมาณไข่ขาว 29.0-31.3 g ปริมาณโปรตีนไข่ขาว 2.9-3.1 g	เบอร์ 5 45-49 g ปริมาณไข่ขาว 26.1-28.4 g ปริมาณโปรตีนไข่ขาว 2.6-2.8 g

ประเภทของสารเสริมขนมปัง:

- **สารเสริมคุณภาพขนมปัง (Bread Improver):** เป็นสารที่ช่วยปรับปรุงคุณภาพของขนมปังให้หลายอย่าง ได้แก่ ช่วยให้ขนมปังขึ้นฟู มีปริมาณที่ดีขึ้น และมีอายุการเก็บรักษาที่ยาวนานขึ้น
- **สารเสริมประสิทธิภาพ:** สารเหล่านี้ช่วยในการทำงานของยีสต์และโปรตีนในแป้ง ทำให้ขนมปังมีคุณภาพที่ดีขึ้น เช่น KS-505, Dobrim, Patco-3.
- **สารเสริมอื่นๆ:** เช่น สารที่ช่วยให้ขนมปังมีความนุ่มพิเศษ (softtex), สารที่ช่วยให้ขนมปังขึ้นฟู (ผงฟู), และสารที่ช่วยเพิ่มรสชาติ (มอลต์สกัด).

Cream Cheese Garlic Bread

อ. ชัยชน: วัฒนวรเวทย์

- ปรับปรุงจากขนมปังกระเทียมแบบดั้งเดิม โดยเพิ่มครีมชีสเข้าไป
- ควรใช้ขนมปังสดใหม่ จะได้ไม่แข็งเมื่ออบซ้ำ
- ความcontrastของเนื้อสัมผัส: กรอบนอก + ชุ่มใน + ใส้ครีม



ขนมปังกระเทียมครีมชีส

ส่วนประกอบ

สูตรขนมปัง

แป้งขนมปัง	250 กรัม
ยีสต์หวาน	5 ช้อนชา
สารเสริมคุณภาพ	4 กรัม
น้ำตาลทราย	75 กรัม
เกลือ	2 กรัม
ไข่ไก่	1 ฟอง
นมสด	125 กรัม
เนยเค็ม	40 กรัม

สูตรกระเทียมครีมชีส

เนยเค็ม	200 กรัม
นมข้นหวาน	40 กรัม
กระเทียมสับ	30 กรัม
พาสเลย์สับ	1 กรัม
ครีมชีส	125 กรัม

วิธีการทำ

1. นำแป้ง ยีสต์ และสารเสริมคุณภาพมาผสมและคนให้เข้ากัน
2. นำน้ำตาลทราย เกลือ นม และไข่ ผสมให้เข้ากัน
3. นำส่วนผสมข้อที่ 1 และ 2 ลงในเครื่องตี จากนั้นเปิดเครื่องตีจนส่วนผสมเข้ากันดีแล้ว ใส่เนยแล้วตีแป้งต่อไป
เช็กแป้งโดยการนำมาขึงเป็นแผ่นฟิล์ม หากไม่ขาดออกจากกันแสดงว่าใช้ได้แล้ว
4. ตัดแป้งขนาด 50 กรัม และคลึงแป้งเป็นก้อนกลม วางไว้บนถาด แล้วพักแป้งไว้ในที่มีอุณหภูมิ 29-35 องศาเซลเซียส โดยใช้พลาสติกปิดด้านบนไว้จนแป้งขึ้นฟูเป็นสองเท่า
5. นำเข้าอบที่อุณหภูมิ 180 องศาเซลเซียส ใช้เวลา 8 นาทีแล้วกลับถาดอบต่ออีก 5 นาที จึงนำขนมออกจากถาดแล้ว พักไว้บนตะแกรง
6. นำส่วนผสมที่เป็นครีมชีสมาผสมรวมกันทั้งหมดแล้วคนให้เข้ากัน
7. หั่นขนมปังเป็นสี่ส่วนไม่ลึกมาก จากนั้นนำกระเทียมครีมชีสมาบีบตามรอยที่หั่น
8. นำเข้าเตาอบอีกครั้งประมาณ 5 นาที เพื่อให้เนยละลายซึมเข้าเนื้อขนมปัง



French Toast Strawberry

ว.ธีรรณ ตรีทอง



- French toast คือ ขนมปังชุบส่วนผสมไข่ ทอดจนเหลืองทอง รับประทานกับผลไม้หรือผลไม้
- ในฝรั่งเศสเรียกว่า "Pain Perdu" แปลว่า "ขนมปังที่สูญเสียน้ำ" เพราะใช้ขนมปังเก่าให้กลับมามีชีวิตอีกครั้ง

French Toast Strawberry

ส่วนประกอบ

ไข่ไก่	3	ฟอง	<u>ตกแต่ง</u>
นมสดจืด	50	มล.	อบเชยป่น
น้ำตาลทราย	2	ช้อนชา	น้ำผึ้ง
เกลือ	½	ช้อนชา	น้ำตาลไอซิ่ง
ขนมปังฝรั่งเศส หรือ ขนมปังแซนด์วิช	6	แผ่น	สตอว์เบอร์รีสด
เนยจืดสำหรับทอด			

วิธีการทำ

1. ผสม ไข่ไก่ นมสด น้ำตาลทราย เกลือ และอบเชยป่นเตรียมไว้
2. นำขนมปังที่หั่นไว้ลงชุบในส่วนผสมที่เตรียมไว้
3. ตั้งกระทะไฟปานกลางแล้วนำขนมปังลงทอดกับเนยให้พอสุกมีสีน้ำตาลด้านนอก
4. จัดใส่จานโรยน้ำตาลไอซิ่ง น้ำผึ้ง และสตอว์เบอร์รีสด



แบบสอบถามความพึงพอใจต่อการอบรม



หลักสูตรอบรมโรงเรียนมหาวิทยาลัยสวนดุสิต



ขอเชิญร่วมบริจาคทุนทรัพย์เพื่อนำไปทำประโยชน์ต่อสังคม

สามารถโอนผ่านบัญชีสะสมทรัพย์ ชื่อบัญชี

นายธนพัฒน์ แสงรุ่งเรือง

และนายนราธิป ปุณเกษม

และน.ส. รณิดา 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
 อาหารอิตาเลียน ไอศกรีม เค้กและคุกกี้
 เครื่องดื่มโฮมเมด ข้าวแช่ เค้กและขนมปัง
 อาหารเพื่อการประกอบอาชีพ บาร์และเครื่องดื่ม
 กาแฟและเบเกอรี่สำหรับกาแฟ ครั้วซองค์และเดนิช



เปิดรับสมัคร หลักสูตรระยะยาว

หลักสูตรช่างฝีมืออาหารไทย
 หลักสูตรเค้กและคุกกี้
 หลักสูตรอาหารหวาน
 หลักสูตรอาหารนานาชาติ(ยุโรป)
 หลักสูตรขนมปังและพายเฟลเกอร์
 หลักสูตรพื้นฐานอาหารตะวันตก



สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม 02-244-5391-2 ทุกวันเว้นวันหยุดนักขัตฤกษ์

ช่องทางการติดต่อ Contacts us



ศูนย์ฝึกปฏิบัติการอาหารนานาชาติ
โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

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