

EP.156

หลักสูตรอบรม โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ขนมไทยใส่ Idea

วันพุธที่ 8 ตุลาคม 2568

เวลา 17.00 – 18.00 น.

โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต



ลงทะเบียนอบรม
และรับวุฒิบัตร

เวลา 16.30 – 17.40 น.

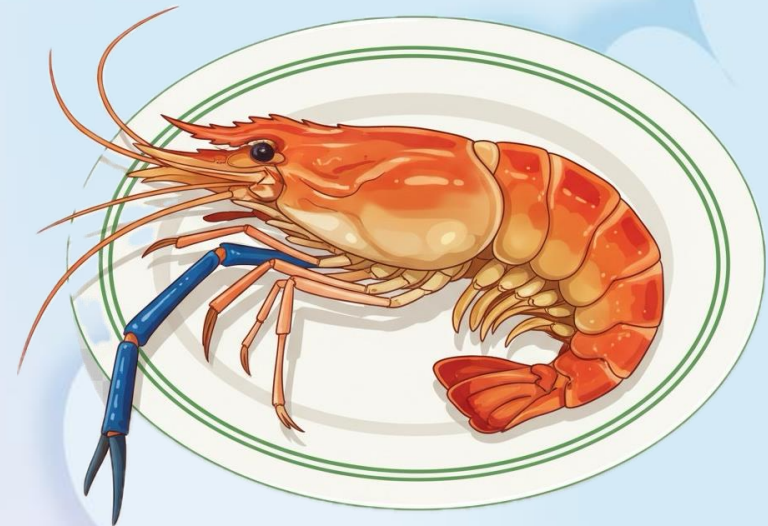
ขอเชิญร่วมบริจาคทุนทรัพย์เพื่อนำไปทำประโยชน์ต่อสังคม

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



บัญชีเลขที่ 079-7-23793-0

ข้าวเหนียวมูลหน้ากุ้ง





ข้าวเหนียวมูน

- ข้าวเหนียว
- กะทิ
- น้ำตาลทราย
- เกลือ
- สีต่างๆ

หน้าข้าวเหนียวมูน



- หน้ากุ้ง
 - หน้าสังขยา
 - หน้ากระฉีก
 - หน้าปลาแห้ง
 - ไช้เมงดา
-



ข้าวเหนียวหน้ากุ้ง

ส่วนผสมข้าวเหนียวมูน

ข้าวเหนียว	300	กรัม
หัวกะทิ	210	กรัม
น้ำตาลทรายขาว	90	กรัม
เกลือแกง	1.5	ช้อนชา
ขมิ้นสดบุบพอแตก	2	แฉ่ง

วิธีทำ

ข้าวเหนียวมูน

- ล้างทำความสะอาดข้าวเหนียวอย่างเบามือเพื่อไม่ให้เมล็ดข้าวหัก ล้างจนน้ำใส แช่ไว้อย่างน้อย 3 ชั่วโมง หรือข้ามคืน พร้อมด้วยขมิ้นที่ห่อด้วยผ้าขาวบางเมื่อครบเวลาล้างทำความสะอาด และสงข้าวอย่างเบามือ พักไว้สำหรับนำไปนึ่ง
- นึ่งข้าวเหนียว 20 นาที หรือจนสุก
- ผสมน้ำตาลทราย เกลือป่น หัวกะทิ ตั้งไฟคนและปล่อยให้เดือด ปิดไฟ พักไว้ สำหรับใช้มูนข้าวเหนียว
- นำข้าวเหนียวที่นึ่งร้อน ๆ ใส่ภาชนะ ใส่ส่วนผสมน้ำกะทิที่เตรียมไว้ คนให้เข้ากัน ปิดฝาทิ้งไว้ประมาณ 15 นาที หรือจนข้าวเหนียวดูดซึมน้ำกะทิ

ส่วนผสมหน้ากุ้ง

กุ้งสดสับละเอียด	80	กรัม
มะพร้าวขูดขาว	100	กรัม
น้ำตาลมะพร้าว	60	กรัม
เกลือแกง	1	ช้อนชา
กระเทียม	1	ช้อนโต๊ะ
รากผักชี	1	ช้อนโต๊ะ
พริกไทย	1	ช้อนชา
ใบมะกรูดหั่นฝอย	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำมันพืชสำหรับผัด	2	ช้อนโต๊ะ
สีผสมอาหาร	1	ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

หน้ากุ้ง

- ผสมมะพร้าวขูดขาว กุ้งสับ สีผสมอาหาร ให้เข้ากัน
- โขลกรากผักชี กระเทียม พริกไทย จนละเอียด นำไปผัดบนกระทะจนหอม เติมส่วนผสมในข้อ 1 ผัดจนสุกหอม
- ปรุงรสด้วยน้ำตาล เกลือ ซิมนรส โรยด้วยใบมะกรูดหั่นฝอย
- วิธีจัดเสิร์ฟ ตักหน้ากุ้งวางบนข้าวเหนียวมูน



เทคนิคการทำข้าวเหนียวมูน

01

ระยะเวลาการ
แช่ข้าวเหนียว
ขึ้นอยู่กับความ
เก่าใหม่ของ
ข้าวเหนียว

02

การนึ่งข้าว
เหนียว ควรใส่
น้ำในภาชนะให้
ห่างกับข้าว
เหนียว
พอสมควร

03

การมูนข้าว
เหนียว ควรให้
ข้าวเหนียวร้อน
น้ำมูนเย็น

04

การใช้สารส้ม
ล้างข้าวเหนียว
จะทำให้ข้าว
เหนียวขาวใส
ขึ้น

05

การเติมน้ำมันใน
น้ำมูนจะช่วยให้
ข้าวเหนียวมี
ความมันวาวขึ้น

ถอดช่อง



ลอดช่องน้ำกะทิ

แป้ง

น้ำตาล

กะทิ

ใบเตย





ลอดช่องน้ำกะทิ

ส่วนผสม

แป้งข้าวเจ้า	100 กรัม
แป้งท้าวยายม่อม	12 กรัม
แป้งถั่วเขียว	12 กรัม
แป้งมัน	10 กรัม
น้ำปูนใส	360 มิลลิลิตร
น้ำใบเตย	360 มิลลิลิตร

วิธีทำ

1. ผสมแป้งทั้ง 4 ชนิดในอ่างผสม ค่อยๆ ใส่น้ำปูนใส พอให้นวดได้ นวดเป็นระยะเวลา 10 นาที
2. เติมน้ำปูนใสส่วนที่เหลือใส่ลงไปจนหมด ตามด้วยน้ำใบเตย และกรองด้วยผ้าขาวบาง
3. เทแป้งใส่กระทะทองเหลือง กวนด้วยไฟกลาง จนแป้งข้นหนืด ลดไฟลง กวนต่อประมาณ 15-20 นาที เทแป้งใส่พิมพ์กดลอดช่อง ค่อยๆ กดลอดช่องลงในอ่างน้ำเย็น

โดย : สาขาวิชาเทคโนโลยีการประกอบอาหารและการบริการ

น้ำกะทิ

หัวกะทิ	240 มิลลิลิตร
น้ำลอยดอกมะลิ	80 มิลลิลิตร
น้ำตาลมะพร้าว	290 กรัม
เกลือ	1 กรัม
ใบเตย	2 ใบ

วิธีทำ

- น้ำกะทิ
1. ใส่หัวกะทิ น้ำลอยดอกมะลิ น้ำตาลมะพร้าว เกลือ ใบเตย ในกระทะทองเหลือง
 2. เคี่ยวไฟกลางจนเดือด ตักใบเตยออก พักให้เย็น

วิธีการจัดเสิร์ฟ

ตักตัวลอดช่องใส่ถ้วย โดยสะเด็ดน้ำออกจนหมด ราดด้วยน้ำกะทิ อาจเติมน้ำแข็งเล็กน้อย รับประทานความชอบ



เทคนิคการทำลวดช่อง

1

ควรกวนลวดช่อง
สม่ำเสมอและต่อเนื่อง

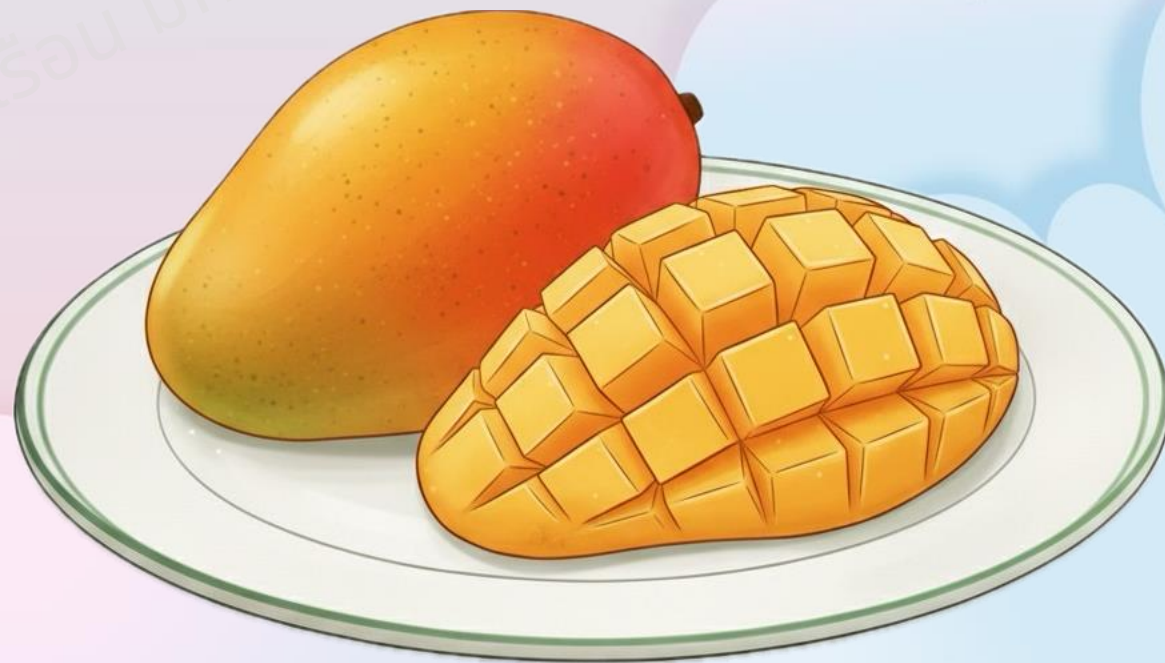
2

ควรใช้ไฟกลางในการ
กวนช่วงแรก และลด
เป็นไฟอ่อนหลังจาก
แป้งเริ่มสุก

3

หากยังไม่รับประทาน
ควรแช่ตัวลวดช่องใน
น้ำสะอาด

อาถั่วมะม่วง





Download



อาถั่วมะม่วง

- มะม่วง
- แป้ง
- น้ำตาล
- กะทิ
- นมข้นจืด
- น้ำมัน



อาลัวมะม่วง



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ส่วนผสม

มะม่วงสุกป็น	150	กรัม
แป้งเค้ก	150	กรัม
กะทิ	100	กรัม
นมข้นจืด	50	กรัม
น้ำตาลทราย	195	กรัม

วิธีทำ

1. ล้างมะม่วงให้สะอาด ปอกเปลือก หั่นเป็นชิ้นเล็กๆ ปั่นให้ละเอียด พักไว้
2. คั่วแป้งเค้กในกะทะให้สุก พักไว้
3. นำแป้งเค้กที่คั่วแล้วใส่อ่างผสม เติมน้ำตาลทราย น้ำมะม่วง กะทิ นมข้นจืด คนให้เข้ากัน
4. นำมากรอง แล้วนำไปตั้งไฟกลางกวนจนข้นเหนียว ไม่ติดภาชนะ พักไว้พออุ่น
5. สามารถบีบเป็นรูปดอกไม้หรืออัดใส่พิมพ์กดเป็นรูปทรงต่างๆ ได้
6. นำไปอบให้แห้งประมาณ 6-8 ชั่วโมง อุณหภูมิ 60 องศาเซลเซียส
7. อบควันเทียน 10 นาที จนมีกลิ่นหอม
8. นำมาจัดเสิร์ฟตกแต่งให้สวยงาม



เทคนิคการทำ อาลัวมะม่วง

การควั่นแบ่งก่อนนำมากวนจะช่วยลดระยะเวลาการกวนให้สั้นลง

การกวนอาลั้ว ควรกวนด้วยไฟอ่อนค่อนข้างกลาง

การตรวจสอบว่าขนมที่กวนได้ที่ ลักษณะเนื้อขนมจะแห้งและร้อนจากกระทะ

ควรพักให้ขนมเย็นตัวก่อนขึ้นรูป เพื่อให้ลายขนมชัด

ประเมิน ความพึงพอใจ





ขอเชิญร่วมบริจาคทุนทรัพย์เพื่อนำไปทำประโยชน์ต่อสังคม

สามารถโอนผ่านบัญชีสะสมทรัพย์ ชื่อบัญชี

นายธนพัฒน์ แสงรุ่งเรือง

และนายณราธิป ปุณเกษม

และน.ส. รณิดา ศรีธนาพร



บัญชีเลขที่ 079-7-23793-0



เปิดรับสมัคร หลักสูตรระยะสั้น

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



เปิดรับสมัคร หลักสูตรระยะยาว

หลักสูตรช่างฝีมืออาหารไทย
 หลักสูตรเค้กและคุกกี้
 หลักสูตรอาหารจานหวาน
 หลักสูตรอาหารนานาชาติ(ยุโรป)
 หลักสูตรขนมปังและพายเฟลกร์
 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



อาหารการกินSDU

สมาชิก 1k คน

Nina Pan

เรื่องราวอาหารการกิน จากผู้เชี่ยวชาญด้าน
อาหารมาพูดคุย แบ่งปันประสบการณ์ทุกวันศุกร์
ค่ะ

CLUB HOUSE

อาหารการกิน

ทุกวันศุกร์ เวลา 19.00 – 20.00 น.



ขอบคุณครับ / ค่ะ

