

EP.157

หลักสูตรอบรม โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ขนมไทยโบราณหาทานยาก

วันพุธที่ 15 ตุลาคม 2568

เวลา 17.00 – 18.00 น.

โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต



ลงทะเบียนอบรม
และรับวุฒิบัตร

เวลา 16.30 – 17.40 น.

ขอเชิญร่วมบริจาคทุนทรัพย์เพื่อนำไปทำประโยชน์ต่อสังคม

สามารถโอนผ่านบัญชีสะสมทรัพย์ ชื่อบัญชี นายธนพัฒน์ แสงรุ่งเรือง และ นายณราธิป ปุณเกษม และ น.ส.รณิดา ศิริธนาพรกุล



บัญชีเลขที่ 079-7-23793-0

ขนมไทยโบราณหาทานยาก

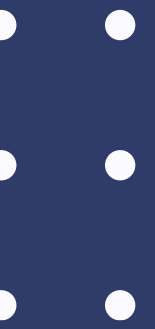


ขนมไทยโบราณ

ขนมไทยโบราณ มีเอกลักษณ์ด้าน
วัฒนธรรมประจำชาติไทยคือ มีความ
ละเอียดอ่อนประณีตในการเลือกสรรวัตถุดิบ
วิธีการทำที่พิถีพิถัน รสชาติอร่อยหอมหวาน
สีสวยงาม รูปลักษณ์ชวนรับประทาน
ตลอดจนกรรมวิธีที่ประณีตบรรจง



ขนมไทยโบราณ



ในสมัยโบราณคนไทยจะทำขนมเฉพาะวาระสำคัญเท่านั้น เป็นต้นว่างานทำบุญ งานแต่ง เทศกาลสำคัญ หรือต้อนรับแขกสำคัญ เพราะขนมบางชนิดจำเป็นต้องใช้กำลังคนอาศัยเวลาในการทำพอสมควร ส่วนใหญ่เป็นขนมประเพณี เป็นต้นว่า ขนมงาน เนื่องในงานแต่งงาน ขนมพื้นบ้าน เช่น ขนมครก ขนมถ้วย ฯลฯ ส่วนขนมในวังในวังจะมีหน้าตาสวยงาม ประณีตวิจิตรบรรจงในการจัดวางรูปทรงขนมสวยงาม

การแบ่งประเภทของขนมไทย

แบ่งตามวิธีการทำให้สุก

1. ขนมที่ทำให้สุกด้วยการกวน ใช้กะทะทอง
2. ขนมที่ทำให้สุกด้วยการนึ่ง ใช้ ลังถึง
3. ขนมที่ทำให้สุกด้วยการเชื่อม
4. ขนมที่ทำให้สุกด้วยการทอด
5. ขนมที่ทำให้สุกด้วยการนึ่งหรืออบ
6. ขนมที่ทำให้สุกด้วยการต้ม



สี ภาชนะ กลิ่นหอม
ในขนมไทยมีทั้งใช้
ที่อยู่ในรูปแป้ง
อื่น ๆ เช่น



- 

ขนมอินทนิล



คือ ขนมไทยที่ใช้แป้งผสมน้ำใบเตยสีเขียว นำไปกวนจนเหนียว
ปั้นเป็นก้อน กินคู่กับน้ำกะทิหอมหวานเย็น ใส่น้ำแข็งลงไปเพิ่มความเย็นสดชื่น



ขนมอินทนิล

ส่วนผสม

แป้งมันสำปะหลัง	2 ถ้วยตวง
น้ำมะพร้าว	1 1/2 ถ้วยตวง
น้ำใบเตย	1/2 ถ้วยตวง
กะทิ	3 ถ้วยตวง
น้ำตาลทราย	1 ถ้วยตวง
เกลือ	1/2 ช้อนชา
เนื้อมะพร้าวอ่อน	สำหรับโรยหน้า

วิธีทำ

ส่วนผสมกะทิ

1. ต้มหม้อบนเตา ใช้ไฟกลาง ใส่หัวกะทิ ลงไป เมื่อหัวกะทิเริ่มร้อน ใส่น้ำตาลทรายและเกลือลงไป คนให้ละลายเข้ากันดี

วิธีกวนแป้ง

1. เท แป้งมันสำปะหลัง น้ำมะพร้าว และน้ำใบเตย ลงในกระทะทองเหลือง คนผสมให้เข้ากัน แล้วนำขึ้นตั้งไฟอ่อน
2. กวนไปเรื่อย ๆ จนแป้งเริ่มสุกใส แล้วจึงยกขึ้นพักไว้
3. เมื่อแป้งเริ่มเย็นลง ตึงแป้งออกมาเป็นก้อนเล็ก ๆ พอดีคำ ปั่นให้พอกลม แล้วใส่ลงไปในหม้อกะทิ
4. ปั่นจนแป้งหมด ตักใส่ถ้วย จัดเสิร์ฟ โรยเนื้อมะพร้าวอ่อน

สาริตโดย : อ.ฐิติวรา ใยสำลี
หลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาเทคโนโลยีการ
ประกอบอาหารและการบริการ ศูนย์การศึกษา ลำปาง



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต



ขนมพระพาย



คือ ขนมไทยลักษณะเป็นทรงกลมสอดไส้ถั่วกวน ตัวขนมด้านนอกทำจาก แป้ง
ข้าวเหนียว ผสม แป้งข้าวเจ้า ผสมสีธรรมชาติต่าง ๆ



ขนมพระพาย

สาริตโดย : อ.ฐิติวรภา ไยสำลี
หลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาเทคโนโลยีการ
ประกอบอาหารและการบริการ ศูนย์การศึกษา ลำปาง



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

วัตถุดิบแป้งห่อ

แป้งข้าวเหนียว	400 กรัม
แป้งข้าวเจ้า	90 กรัม
กะทิ	250 มิลลิลิตร
น้ำอัญชัน	120 มิลลิลิตร
น้ำใบเตย	120 มิลลิลิตร
น้ำกระเจียว	120 มิลลิลิตร

วัตถุดิบไส้ถั่ว

ถั่วเขียวเราะเปลือกนึ่ง	300 กรัม
กะทิ	250 มิลลิลิตร
น้ำตาลทรายขาว	200 กรัม

วัตถุดิบกะทิสำหรับราดหน้า

กะทิ	150 กรัม
แป้งข้าวเจ้า	15 กรัม
เกลือ	10 กรัม

ทำแป้งห่อ + ทำกะทิสำหรับ

1. นำกะทิสำหรับทำแป้งมาแบ่งออกเป็นสามส่วน เท่า ๆ กัน แล้วนำมาผสมกับน้ำอัญชัน น้ำใบเตย และน้ำกระเจียว คนให้เข้ากันเตรียมไว้
2. ผสมแป้งข้าวเหนียว และแป้งข้าวเจ้าเข้าด้วยกัน แบ่งแป้งออกเป็นสามส่วนเท่า ๆ กัน เช่นเดียวกับกะทิ ค่อย ๆ เทกะทิที่แบ่งไว้ทั้งสามสี ลงในแป้งแต่ละชาม นวดนาน ประมาณ 10 - 15 นาที หรือจนกระทั่งแป้งเนียนเข้ากันได้ดี และไม่ติดกันชาม พักแป้งไว้สักครู่
3. ทำกะทิสำหรับราดหน้า โดยนำกะทิ แป้งข้าวเจ้า และเกลือ มาผสมให้เข้ากัน ตั้งไฟอ่อน คนจนกระทั่งกะทิเหนียวขึ้น เล็กน้อย แล้วยกลงจากเตาพักไว้

ทำไส้ถั่ว

1. นำถั่วเขียวที่นึ่งไว้มาตำหรือปั่นให้ละเอียด
2. ตั้งกระทะใช้ไฟปานกลาง นำถั่วเขียวเราะเปลือกที่ตำไว้ น้ำตาลทราย และกะทิลงไปผัดจนพอแห้งแค่ให้ ถั่วป็นเป็นก้อนได้ แล้วยกลงจากเตา นำมาป็นเป็นก้อนกลม ๆ ขนาดเท่า ๆ กัน พักไว้



ประกอบร่างขนมพระพาย

1. นำแป้งทั้งสามสีที่พักไว้ มาป็นเป็นก้อนกลม ๆ ในขนาดที่เท่า ๆ กัน แผ่แป้งออกโดยให้ตรงกลาง แป้งมีความหนามากกว่าขอบแป้ง ใสไส้ถั่วที่ป็นไว้ลงไป ห่อแป้งแล้วป็นเป็นก้อนกลม
2. นำขนมที่ห่อไส้แล้ว มาวางบนใบตองที่วางรองไว้ในลังถึง หลังจากนั้นนำไปนึ่งบนลังถึงที่ น้ำเดือดจัดประมาณ 5 -10 นาที แล้วยกลงจากเตา
3. จัดเสิร์ฟโดยนำขนมจัดวางในภาชนะ แล้วหยอดด้วยกะทิสำหรับราดหน้า

ขนมโคกะทิ



คือ ขนมไทยดั้งเดิมของท้องถิ่นเพชรบุรี ลักษณะเหมือนขนมต้มขาว ใสใส
มะพร้าวหน้าฉีก ลอยในน้ำกะทิรสหวาน นุ่มนวล บางคนก็ชอบโรยถั่วทองคั่ว
ลงไปด้วยเวลารับประทาน



ขนมโคกะทิ

สาริตโดย : อ. เสาวลักษณ์ กันจันะ
หลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาเทคโนโลยีการ
ประกอบอาหารและการบริการ ศูนย์การศึกษา ลำปาง



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

วัตถุดิบไส้

มะพร้าวขูด	250 กรัม
น้ำตาลมะพร้าว	250 กรัม
น้ำมะพร้าว	50 มิลลิลิตร
เกลือ	1/2 ช้อนชา

วัตถุดิบแป้ง

แป้งข้าวเหนียว	300 กรัม
น้ำดอกอัญชัน	100 มิลลิลิตร
น้ำใบเตย	100 มิลลิลิตร
น้ำกระเจี๊ยบ	100 มิลลิลิตร

วัตถุดิบน้ำกะทิ

หัวกะทิ	500 มิลลิลิตร
น้ำตาลทราย	50 กรัม
เกลือ	1 ช้อนชา
ใบเตย	1 มัด
งาขาวคั่ว	ตามชอบ

ทำไส้และแป้งขนมโค

1. นำหม้อขึ้นตั้งไฟปานกลาง ใส่น้ำตาลมะพร้าวลงไป ตามด้วยน้ำมะพร้าว และเกลือ คนจนละลายเป็นเนื้อเดียวกัน และเดือด
2. ใส่มะพร้าวขูดลงไป ผัดให้แห้งและหอม จากนั้นยกออก จากเตา และพักไว้ให้เย็นสนิท
TIP : ถ้าไส้ไม่เย็นสนิท เวลานำมาห่อแป้งจะทำให้แป้งเหลว และแตก
3. แบ่งแป้งข้าวเหนียวเป็น 3 ส่วนเท่า ๆ กัน (ส่วนละ 100 กรัม) ผสมน้ำแต่ละถ้วย ได้แก่ น้ำใบเตย น้ำดอกอัญชัน และน้ำกระเจี๊ยบ นวดให้เข้ากันจนแป้งไม่ติดมือ

สอดไส้ + ต้ม

1. หยิบแป้งขึ้นมาหนึ่งหยิบมือแล้วปั้นเป็นลูกกลม ๆ บีบให้แบนความหนาประมาณ 2 มิลลิเมตร จากนั้น หยิบไส้ที่ผัดไว้ขนาดเล็กกว่าแป้ง จับให้เป็นก้อน ๆ แล้ววางลงบนแป้ง ห่อและปั้นให้เป็นลูกกลม ๆ วางบนภาชนะเตรียมไว้ ทำจนแป้งและไส้หมด
2. นำหม้อขึ้นตั้งไฟกลาง ใส่น้ำลงไป รอน้ำเดือด แล้วใส่ขนมโคที่ปั้นไว้ลงไปต้มจนสุกโดยสังเกตว่า ขนมโคลอยขึ้นเหนือน้ำ แสดงว่าสุกแล้วเสร็จแล้ว ตักไปพักไว้ในน้ำเย็น



ทำน้ำกะทิ + จัดเสิร์ฟ

1. นำหม้อขึ้นตั้งไฟปานกลาง เทหัวกะทิลงไป ตามด้วย เกลือสมุทร น้ำตาล และใบเตย คนจนละลายเป็นเนื้อเดียวกัน และเดือด
2. ตักใบเตยออก โรยงาขาวคั่ว และยกออกเฝ้าพักไว้
3. นำขนมโคใส่ถ้วย หรือภาชนะที่จะจัดเสิร์ฟ ราดน้ำ กะทิที่เตรียมไว้ลงไป และโรยงาขาวคั่ว พร้อมเสิร์ฟ

ขนมหยกมณี



คือ ขนมไทยที่ทำจากเม็ดสาคุและนำไปทานคู่กับมะพร้าวขูดฝอย นิยมใช้สี
เขียวจากใบเตยเป็นสีของขนม ทำให้ดูคล้ายกับหยกที่มีสีเขียวและเปล่ง
ประกายเหมือนอัญมณี จากการที่มีมะพร้าวขูดฝอยเกาะอยู่รอบ ๆ ภายนอก



ขนมหยกมณี



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ส่วนผสมน้ำใบเตย

ใบเตยสด	10 ใบ
น้ำเปล่า	500 มิลลิลิตร

ส่วนผสมน้ำใบเตย

สาหร่ายเม็ดเล็ก	200 กรัม	หากใช้เม็ดสาหร่ายเขียวสีตัวขนมจะมีสีเข้มกว่าการใช้เม็ดสาหร่ายขาว
น้ำตาลทราย	180 กรัม	
เกลือ	1/4 ช้อนชา	
น้ำเปล่า	250 กรัม	

วิธีทำ

1. นำใบเตยสดหั่นก่อนปั่นกับน้ำเปล่าให้ได้น้ำใบเตยเข้มข้นพักเตรียมไว้
2. นำเม็ดสาหร่ายมาล้างผ่านน้ำในกระชอนพักไว้
3. ต้มน้ำในกระทะทองเหลือง รอให้เดือดใส่เม็ดสาหร่ายที่พักไว้ลง และกวนจนเม็ดสาหร่ายมีลักษณะเรียกว่าตากบ ใส่น้ำใบเตยกวนต่อจนเม็ดสาหร่ายใสขึ้น เติมน้ำตาลทราย เกลือ กวนต่อจนตัวขนมมีลักษณะใส นำมาพักไว้ให้เย็น
4. นำมะพร้าวทึนทึกขูด นึ่งบนลังถึงเป็นเวลา 20 นาที ให้มะพร้าวร้อน ยกลงนำมาคลุกกับเกลือ
5. นำขนมที่พักไว้เย็นแล้ว มาปั้นเป็นทรงกลมด้วยช้อน คลุกลงกับมะพร้าวทึนทึก พักเตรียมไว้จัดเสิร์ฟ จัดเสิร์ฟใส่จาน



สาริตโดย : คุณรุทจิรา เจริญเกียรติกากุล ศูนย์ฝึกปฏิบัติการอาหารนานาชาติ



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 ครั้วซองค์และเดนิช



เปิดรับสมัคร หลักสูตรระยะยาว

หลักสูตรช่างฝีมืออาหารไทย
 หลักสูตรเค้กและคุกกี้
 หลักสูตรอาหารจานด่วน
 หลักสูตรอาหารนานาชาติ(ยุโรป)
 หลักสูตรขนมปังและพายเพสตรี
 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



อาหารการกินSDU

สมาชิก 1k คน

Nina Pan

เรื่องราวอาหารการกิน จากผู้เชี่ยวชาญด้าน
อาหารมาพูดคุย แบ่งปันประสบการณ์ทุกวันศุกร์
ค่ะ

CLUB HOUSE

อาหารการกิน

ทุกวันศุกร์ เวลา 19.00 – 20.00 น.



ประเมิน ความพึงพอใจ



หลักสูตรอบรมโรงเรียน มหาวิทยาลัยสุโขทัย



หลักสูตรอบรมโรงเรียน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ขอบคุณค่ะ

