

EP.158

หลักสูตรอบรม โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

หลากรส หลายสัมผัส กับขนมไทยโบราณ

วันพุธที่ 22 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 ศรिनาวรณ



บัญชีเลขที่ 079-7-23793-0



ขนมสาเลีกรอบ

ลักษณะของขนมสาเลีกรอบ

สาเลีกรอบ ไม่ใช่ผลไม้ แต่เป็นขนมเค้ก/ขนมอบแบบไทยมีชื่อเรียกอื่น ๆ ได้แก่
สาเลีทิพย์ หรือ สาเลีมะพร้าว

เนื้อสัมผัส จะมีลักษณะเด่นคือ ผิวหน้ากรอบ และมีสีเหลืองทอง เนื่องจาก
นำไปอบ แต่เนื้อขนมด้านในจะยังคงมีความนุ่มฟู

ส่วนผสมหลัก

คล้ายกับขนมสาลี่ทั่วไป แต่จะมีการเพิ่มส่วนผสมของ**มะพร้าว** ทั้งมะพร้าวขูดขาว หรือมะพร้าวทึนทึกขูดเส้น/อบแห้งลงในเนื้อขนมและโรยหน้า ทำให้มีรสชาติหอมมันและเคี้ยวเพลิน

กลี้น มักจะอบอวลด้วยกลี้นหอมของมะพร้าว และบางสูตรมีการเพิ่มกลี้นมะลิ หรือกลี้นนมแมว เพื่อให้ได้กลิ่นหอมตามแบบฉบับขนมไทย





- เป็นขนมที่หอมหวานกำลังดี นิยมรับประทานคู่กับเครื่องดื่มร้อน ๆ เช่น ชาหรือกาแฟ เป็นอีกหนึ่งขนมไทยที่ในปัจจุบันอาจจะหาทานได้ยากขึ้น



สาเล่กรอบ



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ส่วนผสม

แป้งสาเล่ ร่อน (บัวแดง)	270 กรัม
มะพร้าวขูดขาว	300 กรัม
ไข่ไก่ (เบอร์ 3)	7 ฟอง
น้ำตาลทราย	300 กรัม
กลั่นมะลิ	1 ช้อนชา
น้ำตาลสำหรับ (โรยหน้า)	40 กรัม (ผลึกใหญ่)
ถาดขนาด 29x39 เซนติเมตร	1 ใบ
กระดาษไข	

วิธีทำ

1. เตรียมถาด ทาด้วยน้ำมันหรือเนยขาว รองด้วยกระดาษไข
2. ร่อนแป้งและผงฟูเข้าด้วยกันพักไว้
3. ตีไข่ไก่ให้เป็นฟองหยาบๆ ใส่น้ำตาลทราย กลั่นมะลิด้วยความเร็วสูงสุดของเครื่อง นาน 7 นาที ตัดฟองอากาศ 30 วินาที
4. ใส่แป้ง ตะล่อมให้เข้ากัน ใส่มะพร้าวตะล่อมให้เข้ากัน
5. เทขนมใส่ถาด เคลี่ยให้หน้าขนมเรียบ อบที่อุณหภูมิ 180 C เวลา 25 - 30 นาที จนหน้าขนมเริ่มเหลือง
6. โรยหน้าด้วยน้ำตาลทรายอีกครั้งให้ทั่ว นำออกจากเตา พักไว้ให้เย็น

สาริตโดย : อ.นฤนาท ลิ้มอุทัยรัตน์ อาจารย์ประจำโรงเรียนการเรือน



การเตรียมส่วนผสม (เน้นความฟูและหอม)

ไข่และน้ำตาล ตีไข่ให้ขึ้นฟู โดยทยอยใส่น้ำตาลทรายลงไปขณะที่ตีไข่ด้วยความเร็วสูงจนส่วนผสมมีลักษณะเป็นครีมชั้น สีส่อน และตั้งยอดอ่อน (เป็นริบบิ้น) การตีไข่ได้ที่ช่วยให้เนื้อขนมฟูสวยและไม่ยุบตัว

แป้ง ควรใช้ แป้งสาลีอเนกประสงค์ หรือ แป้งเค้ก ร่อนรวมกับ ผงฟู ก่อน แล้วค่อย ๆ ตะล่อมใส่ลงในส่วนผสมไข่ ห้ามคนแรงหรือนานเกินไป เพราะจะทำให้ไข่ยุบ และขนมจะเนื้อแน่น ไม่ฟู

ความหอม เลือกใช้ มะพร้าวขูด ที่สดใหม่ และเพิ่มกลิ่นหอมตามชอบ เช่น กลิ่นมะลิ หรือ กลิ่นนมแมว (สำหรับสูตรโบราณ)



เทคนิคการทำหน้ากรอบ (Crispy Top)

มะพร้าวโรยหน้า เพื่อให้หน้ากรอบและมีรสชาติเข้มข้น บางสูตรแนะนำให้ใช้ **มะพร้าวทึนทึกขูดเส้น** (เพราะมีความมันมากกว่า)

โรยน้ำตาล ก่อนนำเข้าอบ ให้ **โรยน้ำตาลทราย** ให้ทั่วหน้าขนมอย่างสม่ำเสมอ น้ำตาลนี้จะทำปฏิกิริยาและละลายกลายเป็นคาราเมลบาง ๆ ระหว่างการอบ ทำให้เกิดผิวหน้าที่ **กรอบและมีสีเหลืองทองสวย**

โรยข้าว บางสูตรมีการโรยน้ำตาลบางๆ อีกครั้งหลังอบเสร็จใหม่ๆ ขณะที่ขนมยังร้อนอยู่ เพื่อให้หน้าขนมมีความกรอบและหวานสวยงามยิ่งขึ้น





การอบ (เพื่อความกรอบและไม่ยุบ)

อุณหภูมิและเวลา ประมาณ 170-180 องศาเซลเซียส ใช้เวลาอบประมาณ 25-45 นาที (ขึ้นอยู่กับขนาดและความหนาของขนม และเตาอบแต่ละบ้าน)

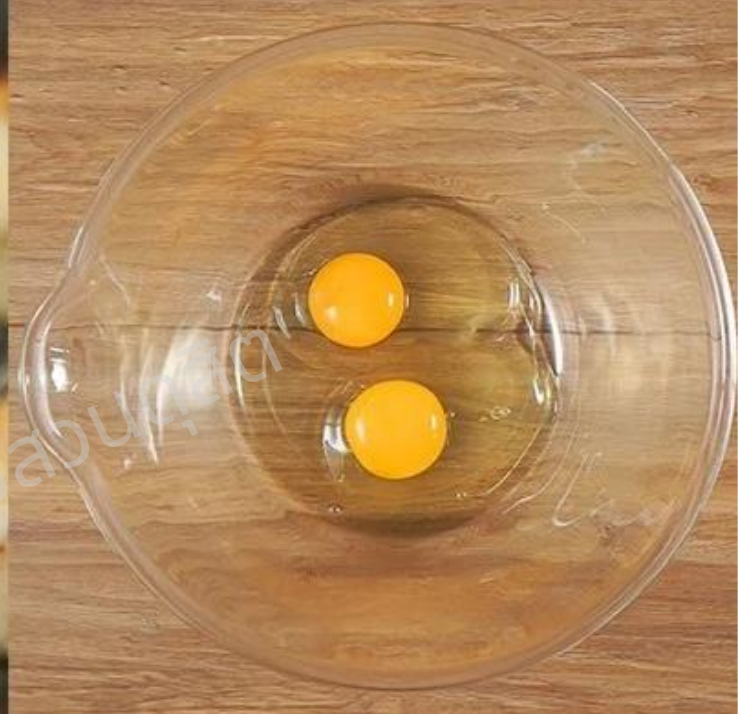
ไฟบน-ล่าง ส่วนใหญ่มักใช้ไฟบนและไฟล่างในการอบ โดยไม่เปิดพัดลม เพื่อไม่ให้หน้าขนมแห้งหรือไหม้เร็วเกินไป แต่เนื้อขนมด้านในยังไม่สุก

การทดสอบความสุก ใช้ไม้จิ้มฟันจิ้มลงไปตรงกลางขนม ถ้าไม่มีเนื้อขนมติดออกมาแสดงว่าสุกแล้ว

หลังการอบ

การพักขนม เมื่ออบเสร็จ ให้นำออกจากเตา **คว่ำขนม** ออกจากพิมพ์ ทันที หรือวางพักบนตะแกรงจนเย็นสนิท เพื่อป้องกันไม่ให้ไอน้ำสะสมทำให้ส่วนที่อยู่ด้านล่างแฉะหรือยุบตัว และคงความกรอบของผิวหน้าไว้

การหั่น ควรหั่นหลังจากขนมเย็นสนิทแล้ว จะได้ชิ้นที่สวยงาม ไม่ติดมีด



บุหลันตันเมฆ

เป็นขนมไทยโบราณที่มีชื่อไพเราะ
และงดงามมาก เป็นขนมชาววังที่
ได้รับแรงบันดาลใจจากบทเพลงพระ
ราชนิพนธ์ในรัชกาลที่ 2





ความหมายและลักษณะเด่น

ที่มาของชื่อ คำว่า "บุหลัน" แปลว่า ดวงจันทร์ และ "ดั้นเมฆ" คือการ เคลื่อนผ่านก้อนเมฆ ชื่อขนมนี้ได้รับ แรงบันดาลใจจากเพลงพระราชนิพนธ์ "บุหลันเลื่อนลอย" ในพระบาทสมเด็จพระพุทธเลิศหล้านภาลัย (รัชกาลที่ 2)



รูปลักษณะ มีการออกแบบที่สื่อถึงภาพดวงจันทร์ในยามค่ำคืนอย่างชัดเจน

ส่วนผสม (ตัวแป้ง) ทำจากแป้งข้าวเจ้าและแป้งอื่น ๆ ผสมกับ **น้ำดอกอัญชัน** ทำให้ตัวขนมมีสี **ฟ้าคราม** หรือ **ม่วงคราม** เหมือนสีของก้อนเมฆยามค่ำคืน

ส่วนดวงจันทร์ (หน้าขนม) คือ **สังขยาไข่แดง** หรือ **ไข่แดง** ที่หยอดไว้ตรงกลางรอยบุ๋มของตัวแป้ง เปรียบเสมือนดวงจันทร์ที่ลอยเด่นอยู่ท่ามกลางเมฆ



รสชาติและเนื้อสัมผัส

ตัวแป้งจะมีลักษณะคล้ายขนม
น้ำดอกไม้ คือมีความนุ่ม เหนียวหนึบ
ส่วนหน้าสังขยาจะมีรสหวานหอมมัน
จากไข่แดงและกะทิ

ขนมบุหลันดินเมฆ



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ขนมบุหลันดินเมฆ

ส่วนผสมตัวเมฆ - - - - -

แป้งข้าวเจ้า	1 ถ้วยตวง
แป้งท้าวยายม่อม	1 ช้อนโต๊ะ
น้ำดอกอัญชัน	1 ถ้วยตวง
(น้ำลอยดอกมะลิ 1 ถ้วยตวง คั้นใส่ดอกอัญชัน 15 ดอก กรองแล้วพักไว้ให้เย็น)	
น้ำเชื่อม	1 ถ้วยตวง
(คั้นน้ำ 3/4 ถ้วยตวง กับน้ำตาลทราย 3/4 ถ้วยตวง ต้มพอละลาย พักไว้ให้เย็น)	

ส่วนผสมตัวบุหลัน - - - - -

ไข่แดงไข่ไก่	3 ฟอง
น้ำตาลทราย	2 ช้อนโต๊ะ
กะทิ	2 ช้อนโต๊ะ
ใบเตย	2 ใบ
เกลือ	เล็กน้อย

ทาไข่ น้ำตาลทราย กะทิ เกลือ ลงชามผสม พยำกับใบเตย
ให้น้ำตาลละลาย แล้วกรอง พักไว้

วิธีทำ - - - - -

1. เทแป้งลงชามผสม ใส่ น้ำสีดอกอัญชันที่ละน้อย คนให้เข้ากัน หรือ ใส่น้ำพอบวดได้ แล้วนวด 5 นาที
2. ใส่น้ำที่เหลือคนให้แป้งละลาย
3. ใส่น้ำเชื่อม คนให้เข้ากัน แล้วพักไว้
4. เรียงถ้วยตะไลในลังถึง นึ่ง 15 นาทีด้วยน้ำเดือดพล่าน นึ่งให้ถ้วยร้อนจัด
5. คนแป้งให้ทั่ว แล้วตักหยอดใส่ถ้วยโดยเร็ว
6. ปิดฝานึ่งแป้ง 3-5 นาที ตัวแป้งจะมีรูตรงกลาง หรือ เมื่อนึ่งแป้งได้ประมาณ 1 นาที หรือ พอแป้งสุกขึ้นเป็นขอบ ให้ยกถ้วยออกมาเทแป้งที่ยังไม่สุกออก แล้วนำกลับไปนึ่งให้แป้งสุก
7. หยอดไข่ใส่ลงครึ่งหนึ่ง นึ่งให้สุก หยอดอีกครั้งให้เต็ม แล้วนึ่งต่อให้สุก พอไข่สุกยกลง พักไว้ให้เย็น
8. แคะขนมออกจากถ้วย จัดใส่จานเสิร์ฟให้สวยงาม



การหยอดและนึ่ง

นึ่งถ้วยตะไล ต้องนำถ้วยตะไลไปนึ่งให้ร้อนจัด ก่อน เพื่อให้แป้งเกาะตัวสวย

หยอดแป้ง หยอดส่วนผสมแป้ง (สีฟ้า/ม่วง) ลงในถ้วยตะไลประมาณ $\frac{3}{4}$ ของถ้วย แล้วนำไปนึ่งด้วยไฟแรง

หยอดสังขยา เมื่อแป้งสุกได้ที่แล้ว ตัวแป้งจะยุบลงเป็นรอยบุ๋มตรงกลาง ให้ หยอดส่วนผสมไข่แดง (สังขยา) ลงไปในรอยบุ๋มนั้นอย่างเบามือ แล้วนึ่งต่อจนสังขยาสุก





ทำตัวเมฆ (ตัวแป้ง) ผสมแป้ง (เช่น แป้งข้าวเจ้า แป้งมัน/แป้งท้าวยายม่อม) กับน้ำดอก
อัญชันและน้ำเชื่อม/น้ำตาล ให้เข้ากันดี แล้วพักแป้งไว้ให้แป้งอืดตัว

- ทำดวงบุหลัน (สังขยา) นำ ไข่แดง ผสมกับน้ำตาลมะพร้าว (หรือน้ำตาลทราย) และกะทิ ขยำหรือคนให้เข้ากัน จนน้ำตาลละลาย แล้วกรองให้เนียน





เค็ลคดับตำคัณ

การนึ่งด้วยไฟที่เหมาะสมและการระวังไม่ให้
น้ำที่ฟาลังถึงหยดลงบนหน้าขนมซึ่งจะทำให้
ขนมไม่สวย

ดอกจอก

- ดอกจอก คือ ขนมไทยโบราณชนิดหนึ่งที่มีรูปลักษณ์สวยงาม คล้ายกับดอกจอก (พืชน้ำชนิดหนึ่ง) เป็นขนมที่มีรสชาติหวาน มัน กรอบ และมีกลิ่นหอมของงา มักเป็นขนมที่ใช้ในงานมงคลหรืองานเทศกาลสำคัญ





ลักษณะและส่วนผสมหลัก ของขนมดอกจอก

รูปร่าง ขนมถูกทำให้ออกมาเป็นรูปทรงคล้าย
ดอกไม้มีกลีบ โดยใช้พิมพ์โลหะ ที่เรียกว่า พิมพ์
ดอกจอก

รสชาติ/เนื้อสัมผัส มีรส หวานอ่อนๆ มันจาก
กะทิ และ กรอบ มาก เนื่องจากเป็นขนมทอด

ดอกจอก

ส่วนประกอบ

- แป้งสาเลีอเนกประสงค 84 กรัม
- แป้งข้าวเจ้า 84 กรัม
- หัวกะทิ 286 กรัม
- ปูนแดง 1/8 + 1/4 ช้อนชา
- น้ำตาลทราย 135 กรัม
- ไข่แดงของไข่ไก่ 1 1/2 ฟอง
- เกลือแกง 1 1/2 ช้อนชา
- งาขาว 6 กรัม
- งาดำ 6 กรัม

วิธีการทำ

1. นำแป้งสาเลีอเนกประสงค แป้งข้าวเจ้า น้ำตาลทราย เกลือแกง รวมกัน
2. นำหัทกะทิ ปูนแดง ไข่แดงของไข่ไก่ รวมกัน
3. นำส่วนผสมที่ 1 และ 2 รวมกัน คนให้เข้ากัน ไม่ให้เป็นเม็ด นำไปกรองอีกครั้ง แล้วใส่ งาขาว งาดำ พักแป้งไว้ 1/2 ชั่วโมง
4. ก่อนนำไปทอด ตั้งน้ำมัน แซ่พิมพ์ให้ร้อน
5. นำไปจุ่มแป้งที่เตรียมไว้แล้วลงทอด จากนั้น เตรียมถาดและถ้วยตะไลกลมเล็กไว้ พอขนมเหลืองได้ที่ ตักมาวางที่พิมพ์ถ้วยตะไล ทิ้งไว้ให้เย็น



ส่วนผสมหลัก

แป้ง มักใช้การผสมกันของแป้งหลายชนิด เช่น แป้งข้าวเจ้า แป้งมันสำปะหลัง และ แป้งสาลีอเนกประสงค์ เพื่อให้ได้ความกรอบที่ลงตัว

ของเหลว กะทิ ไข่ไก่ หรือ ไข่เป็ด และ น้ำปูนใส (เคล็ดลับสำคัญที่ช่วยให้ขนมกรอบ)

เครื่องปรุง น้ำตาลทราย เกลือ และ งา (งาดำหรืองาขาว) ที่โรยบนหน้าขนม



เทคนิคสำคัญในการทำขนมดอกจอกให้กรอบและสวย



พิมพ์ต้องร้อนจัด คือหัวใจสำคัญ ก่อนจุ่มพิมพ์ลงในแป้ง พิมพ์ดอกจอกต้องแช่อยู่ในน้ำมันร้อน จนพิมพ์ร้อนจัด เพราะถ้าพิมพ์ไม่ร้อน แป้งจะไม่ติดพิมพ์ หรือติดเป็นหย่อม ๆ



จุ่มแป้งให้ถูกระดับ เมื่อพิมพ์
ร้อนแล้ว ให้นำพิมพ์ขึ้นมา ชับน้ำมัน
ออกเล็กน้อย แล้ว จุ่มลงในน้ำแป้ง
โดยต้อง ไม่ให้แป้งติด
จนถึงขอบบนสุดของพิมพ์ (ต้อง
เว้นขอบพิมพ์ไว้เล็กน้อย) เพื่อให้
ขนมร้อนหลุดออกจากพิมพ์ได้
ง่ายเมื่อนำไปทอด

การทอด จุ่มพิมพ์ที่ติด
แป้งลงในน้ำมันร้อนแล้ว
ทอด เมื่อแป้งเริ่มอยู่ตัว
และขอบเริ่มร้อน ให้ ขยับ
พิมพ์ขึ้น-ลงเบา ๆ จน
ขนมหลุดออกจากพิมพ์
ทอดต่อจนขนมเหลือง
ทองกรอบ



เคล็ดลับพิเศษเพื่อความกรอบนาน

น้ำปูนใส การใช้ น้ำปูนใส ในส่วนผสมแป้ง จะช่วยให้ขนมมีความกรอบทนกรอบนาน

น้ำมันใหม่ ควรใช้ น้ำมันใหม่ ในการทอด เพื่อป้องกันไม่ให้ขนมมีกลิ่นหืนและเก็บได้นานขึ้น





ขอเชิญร่วมบริจาคทุนทรัพย์เพื่อนำไปทำประโยชน์ต่อสังคม

สามารถโอนผ่านบัญชีสะสมทรัพย์ ชื่อบัญชี

นายธนพัฒน์ แสงรุ่งเรือง

และนายนราธิป 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 คีร๊วซองค์และเดนิช



เปิดรับสมัคร หลักสูตรระยะยาว

หลักสูตรช่างฝีมืออาหารไทย
 หลักสูตรเค้กและคุกกี้
 หลักสูตรอาหารจานด่วน
 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



อาหารการกินSDU

สมาชิก 1k คน

Nina Pan

เรื่องราวอาหารการกิน จากผู้เชี่ยวชาญด้าน
อาหารมาพูดคุย แบ่งปันประสบการณ์ทุกวันศุกร์
ค่ะ

CLUB HOUSE

อาหารการกิน

ทุกวันศุกร์ เวลา 19.00 – 20.00 น.



ประเมิน ความพึงพอใจ



THANK YOU

หลักสูตรอบรมโรงเรียนตำรวจ ปกป้องชายแดนภาคใต้