

EP.175

หลักสูตรอบรม โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

เมนูประจำวันตกยอดนิยม

วันพุธที่ 18 มีนาคม 2569

เวลา 17.00 – 18.00 น.

โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต



ลงทะเบียนอบรม
และรับวุฒิบัตร

16.30 – 17.40 น.

ขอเชิญร่วมบริจาคทุนทรัพย์เพื่อนำไปทำประโยชน์ต่อสังคม

สามารถโอนผ่านบัญชีสะสมทรัพย์ ชื่อบัญชี นายธนวัฒน์ แสงรุ่งเรือง และ นายนราธิป ปุณเกษม และ น.ส.รณิดา ศรึรนาวรรุณ



บัญชีเลขที่ 079-7-23793-0

SCONE



เมนูประจำวันตกยอดนิยม

1. สโคน (Scone)
2. ลาซานญา (Lasagna)
3. พานาคอตต้า (Panna Cotta)



PANNA
COTTA

พานาคอตต้า

สโคน (Scone)

จ. บุนนาคพร เชื้อผสมพวงษ์



Egg wash

ส่วนผสมระหว่าง “ไข่ดิบ” และ “ของเหลว”

- ใช้ทาหน้าขนมอบ เพื่อให้เกิดสีที่สวยงาม
- ใช้เชื่อมติดของเข้าด้วยกัน เช่น แป้งพาย
- ใช้ชุบทอด



Egg wash

1. ไข่ทั้งฟอง ผสมกับน้ำ : ให้สีน้ำตาลทอง บวกกับความเงาเล็กน้อย
2. ไข่ทั้งฟอง ผสมกับ นมสด : ให้สีน้ำตาลทองเข้ม และความเงามากกว่าการใช้น้ำ
3. ไข่ทั้งฟอง ผสมกับ วิปป์ครีม : ให้ผิวสีเข้มและเงาวับ และมี ความกรอบ
4. ไข่ขาว ผสมกับน้ำ : ได้สีน้ำตาลอ่อนๆ ความเงาเล็กน้อยเหมาะกับขนมที่แต่งด้านนอกด้วยน้ำตาล
5. ไข่ขาว ผสมกับนมสด : ให้ผิวออกด้านๆ ไร้ทา แป้งพิซซ่า
6. ไข่แดง ผสมกับ น้ำ : ให้สีเหลืองทองแบบเงา คล้ายคูกี้สังคโปร์
7. ไข่แดง ผสมกับ นม : ให้สีน้ำตาลทอง และให้ความเงามาก

Scone



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยอุดรธานี

Scone

ส่วนผสม

แป้งสาลีอเนกประสงค์	200	กรัม	น้ำตาลทราย	30	กรัม
ผงฟู	10	กรัม	เกลือ	1/8	ช้อนชา
ไข่ไก่	1	ฟอง	เนยสด	50	กรัม
วิปป์ครีม	25	กรัม	ลูกเกด	20	กรัม
นมสด	50	กรัม	ไข่แดงผสมนมสด (หรือน้ำ)	สำหรับทาหน้าสโคน	

วิธีทำ

1. ร่อนแป้งและผงฟูเข้าด้วยกัน
2. ใส่เนยสดลงในแป้ง ผสมให้เข้ากันด้วย Pastry Blender
3. ผสมไข่ไก่ วิปป์ครีม นมสด น้ำตาลทราย เกลือ และลูกเกดให้เข้ากัน
4. เทส่วนผสมข้อที่ 3 ลงในข้อที่ 2 ผสมให้เข้ากันด้วย Pastry Blender
5. แช่เย็นพักไว้เป็นระยะเวลา 30 นาที
6. นำแป้งโดที่ได้มาคลึง ให้มีความหนาประมาณ 2 เซนติเมตร
7. นำพิมพ์วงแหวนเคาะด้วยแป้งนวลเล็กน้อยและกดกับแป้งที่คลึงไว้
8. วางบนถาดอบที่ทาเนยหรือรองด้วยกระดาษไข และทาหน้าด้วยไข่แดงผสมนมสด
9. นำเข้าเตาอบที่อุณหภูมิไฟบน 180 องศาเซลเซียส
และไฟล่าง 150 องศาเซลเซียส ประมาณ 15 -20 นาที หรือจนสุก



ลาซานญา (Lasagna)

ดร.ณัชฌา พันธุ์วงศ์



1. **Pasta – Lasagna**
Pasta dough
2. **Bolognese sauce**
Tomato sauce
3. **Bechamel**
White sauce

Lasagna



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยอุดรธานี

Lasagna

ส่วนผสมแป้ง

แป้งงนมปัง	125	กรัม	เกลือ	1/4	ช้อนชา
ไข่ไก่	1	ฟอง	น้ำมันมะกอก	1	ช้อนชา
ไข่แดง	2	ฟอง			

วิธีทำแป้ง

1. ผสมแป้งงนมปัง ไข่ไก่ ไข่แดง และเกลือ นวดจนเข้ากัน
2. ใส่น้ำมันมะกอกนวดต่อให้เข้ากัน แล้วห่อด้วย Plastic Wrap แช่เย็นไว้
3. นำแป้งออกมารีดด้วยไม้คลึงแป้ง แล้วรีดต่อด้วยเครื่องรีดแป้งให้เป็นแผ่น
4. นำแป้งที่รีดเสร็จแล้วมาตัดให้พอดีกับพิมพ์



Lasagna



Lasagna



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ส่วนผสม Bolognaise

ซอราลี	2	กำ	ไวน์แดง	60	กรัม
หอมใหญ่	1	หัว	มะเขือเทศเข้มชัน	2	ช้อนโต๊ะ
พริกกระบัง	1	ลูก	ออริกานो	4	ช้อนชา
แครอท	1	หัว	ใบโหระพา	1/4	ถ้วยตวง
มะเขือเทศ	10	กรัม	ใบกระวาน	1	ใบ
เนื้อมะเขือเทศ	10	กรัม	เกลือ	2	ช้อนชา
หมูบด	600	กรัม	พริกไทย	2	ช้อนชา
กระเทียม	4	กลีบ	น้ำราวนัสต็อก		
น้ำมันมะกอก	4	ช้อนโต๊ะ	พาร์สลีย์		

วิธีทำ Bolognaise

1. นำซอราลี หอมใหญ่ พริกกระบัง และแครอทมาหั่นแบบเต๋าเล็ก (Small Diced)
2. นำมะเขือเทศมาทิดเป็นกากบาท และนำไปต้มในน้ำเดือด แล้วตักขึ้นมาบีบน้ำเย็น
3. นำมะเขือเทศมาลอกเปลือก และนำไส้มะเขือเทศออก แล้วจึงหั่นแบบ Small Diced
4. เเทน้ำมันมะกอกลงในกระทะ และใส่หมูสับผัดจนสุก และพักไว้
5. เเทน้ำมันมะกอก และใส่หอมใหญ่ผัดจนสุก ใส่กระเทียมผัดจนหอม และใส่มะเขือเทศเข้มชัน ผัดให้สีแดงเงา และใส่ความเปรี้ยวออกให้หมด
6. ใส่ไวน์แดง และใส่กลีบไวน์แดงออกให้หมด แล้วจึงใส่มะเขือเทศหั่นเต๋า เนื้อมะเขือเทศ และมะเขือเทศเข้มชัน (จอกี้ 5) ลงไปผัดให้เข้ากัน
7. ใส่แครอทและซอราลีผัดให้เข้ากัน แล้วจึงใส่พริกกระบังหั่นเต๋าผัดให้สุกและเข้ากัน เติมเนื้อหมูสับลงไป เติมใบกระวานและพาสลีย์ลงไปผัดต่อให้เข้ากัน
8. ใส่น้ำราวนัสต็อกลงไปต้มเดือดเคี่ยวให้ได้ซอสข้นนุ่ม ประรสด้วยเกลือและพริกไทย
9. ใส่ออริกานอ ใบโหระพาผัดให้เข้ากัน แล้วปิดไฟพัก



Lasagna



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยอุดรธานี

Lasagna

ส่วนผสม Bechamel

แป้งสาลีอเนกประสงค์	40	กรัม	พริกไทยเม็ด	4-6	เม็ด
เนยสด	40	กรัม	ลูกจันทน์บดเล็กน้อย		
นมสด	750	มิลลิลิตร	พามาซานชีส		
เกลือ	1/2	ช้อนชา	มอสซาลล่าชีส		
ใบกระวาน	2	ใบ			

วิธีทำ Bechamel

1. ตั้งนมสดใส่ใบกระวานและพริกไทยเม็ด ต้มไฟอ่อน และกรองนมสด
2. ละลายเนยสด และใส่แป้งผสมให้เข้ากัน ด้วยตะกร้อมือ
3. ค่อย ๆ เทนมลงไปในส่วนผสมข้อที่ 2 ใช้ตะกร้อมือตีให้เข้ากัน
4. นำส่วนผสมในข้อที่ 3 ตั้งขึ้นไฟ และคนอย่างต่อเนื่อง
5. ปิดเตา และใส่พามาซานชีส คนให้เข้ากัน จึงใส่ลูกจันทน์บด และคนให้เข้ากันอีกครั้ง
6. วางแป้งพาสต้า ตามด้วยซอส Bolognese ซอส Bechamel และพามาซานชีส ตามลำดับ (เติมลงไประหว่างชั้นให้รสชาติเข้มข้นและช่วยให้ยึดติดกันของแป้งพาสต้าและส่วนผสม) ทำแบบเดิมสลับชั้นกันให้ได้ทั้งหมด 4 ชั้น
7. โรยหน้าด้วยมอสซาลล่าชีส (เพิ่มความเข้มข้นของรสชาติ) นำเข้าอบที่อุณหภูมิ 180 องศาเซลเซียส เป็นระยะเวลา 15 นาที
8. นำออกจากเตาอบ พักให้เซตตัวประมาณ 30 นาทีแล้วจึงจัดเสิร์ฟ



พานาคอตต้า (Panna Cotta)

จ.สุริยพร รัชญะกิจ



เป็นของหวานอิตาลีชนิดหนึ่ง ทำจากครีมผสมน้ำตาล ทำให้ชั้นด้วยเจลาติน

- เจลาตินแบบผง ก่อนใช้ต้องนำเจลาตินผง 1 ส่วน ผสมกับน้ำเย็น 5 ส่วน ค่อย ๆ โรยผงเจลาตินลงบนผิว น้ำเพื่อไม่ให้จับเป็นก้อน พักไว้ประมาณ 5 นาที

- เจลาตินแบบแผ่น ก่อนใช้ต้องนำมาแช่ในน้ำเย็นจัดใส่น้ำแข็งประมาณ 3 นาที

Panna Cotta



PANNA
COTTA

พานาคอตต้า



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

Panna Cotta

ส่วนผสม

วิปป์ครีม	330 มิลลิลิตร	สับปะรด	300 กรัม
น้ำตาลทราย	55 กรัม	สตอร์วเบอร์รี่	12 ลูก
เจลาติน	2 แผ่น	น้ำตาลทราย	300 กรัม
ฝัควานิลา (หรือกลิ่นวานิลลา)	½ ฝัก 1-2 ช้อนชา	น้ำ	300 กรัม
		ใบสะระแหน่	

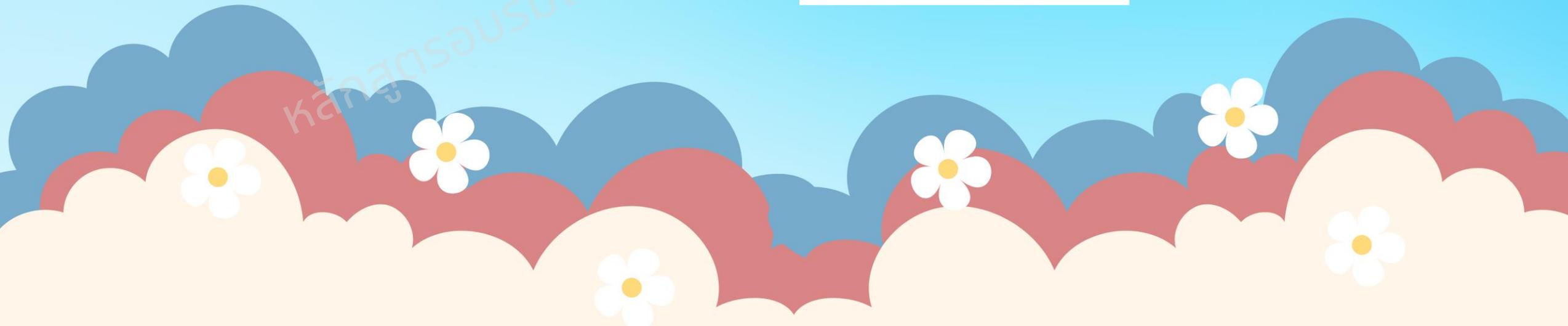
วิธีทำ

1. แช่เจลาตินในน้ำเย็นจัดประมาณ 20 นาที
2. ผสมวิปป์ครีมกับน้ำตาล ตั้งไฟคนพอน้ำตาลละลาย ใส่วานิลลากับเจลาติน แล้วเทใส่พิมพ์ พักไว้ในตู้เย็นให้เซตตัว
3. ผสมน้ำกับน้ำตาลทราย ตั้งไฟกวน้ำเชื่อม แบ่งน้ำเชื่อมที่ได้ เป็น 2 ส่วนเท่า ๆ กัน ส่วนแรกนำไปโชนกับสตอร์วเบอร์รี่ อีกส่วนนำไปโชนกับสับปะรด
4. จัดเสิร์ฟพานาคอตต้าคู่กับผลไม้ที่โชนไว้





แบบประเมิน ความพึงพอใจ





ขอเชิญร่วมบริจาคทุนทรัพย์เพื่อนำไปทำประโยชน์ต่อสังคม

สามารถโอนผ่านบัญชีสะสมทรัพย์ ชื่อบัญชี

นายธนพัฒน์ แสงรุ่งเรือง

และนายนราธิป ปุณณเกษม

และน.ส. รณิดา ศรีธนาवरุณ



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 ครีวซอว์คและเดนิช



เปิดรับสมัคร หลักสูตรระยะยาว

หลักสูตรช่างฝีมืออาหารไทย
 หลักสูตรเค้กและคุกกี้
 หลักสูตรอาหารราบนหวาน
 หลักสูตรอาหารนานาชาติ(ยุโรป)
 หลักสูตรขนมปังและพายเฟลอร์
 หลักสูตรพื้นฐานอาหารตะวันตก



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.



ขอขอบคุณครับ

หลักสูตรอบรม โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต