

EP.183

หลักสูตรอบรม โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

BASIC BREAD



วันพุธที่ 1 กรกฎาคม 2569



เวลา 17.00 – 18.00 น.



โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต



ลงทะเบียนอบรม
และรับวุฒิบัตร



16.30 – 17.40 น.



ขอเชิญร่วมบริจาคคุณทรัพย์
เพื่อนำไปทำประโยชน์ต่อสังคม

สามารถโอนผ่านบัญชีสะสมทรัพย์

ชื่อบัญชี นายธนพัฒน์ แสงรุ่งเรือง

และ นาย นราธิป ปุณเทศม และ น.ส.รณิดา ศรีธนาวรรุณ



บัญชีเลขที่ 079-7-23793-0



Bread



ขนมปัง

ขนมปังมาจากคำว่า Pain (อ่านว่า แปง) ในภาษาฝรั่งเศส ขนมปังสามารถแบ่งได้ 2 ประเภทใหญ่ๆ คือ คิวิกเบรด (Quick Bread) ได้แก่ มัฟฟิน (Muffin) วาฟเฟิล (Waffle) และแพนเค้ก (Pancake) ส่วนยีสต์เบรด (Yeast bread) เป็นขนมปังที่ขึ้นฟูด้วยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ที่ยีสต์สร้างขึ้น มีส่วนประกอบหลัก คือ แป้งสาลี ยีสต์ และเกลือ นอกจากนั้นยังมีส่วนประกอบอื่นที่ประกอบทำให้ได้ขนมปังหลายชนิด เช่น น้ำตาลทราย นม ไข่ เครื่องเทศ สารให้กลิ่นรส ผลไม้แช่อิ่ม เป็นต้น

ประเภทของขนมปัง สามารถแบ่งตามปริมาณน้ำตาลและไขมันได้ 4 ประเภท ดังนี้

1. ขนมปังผิวแข็ง (Hard Bread) เป็นขนมปังที่ปริมาณไขมันต่ำ (0-3%) และมีน้ำตาลน้อย (0-2%) ลักษณะเปลือกและเนื้อค่อนข้างแข็งกรอบ
2. ขนมปังจืด (Loaf Bread) มีปริมาณไขมันประมาณ 3-6% และมีปริมาณน้ำตาล 4-8% รสชาติจืด
3. ขนมปังกึ่งหวาน (Soft Roll) เป็นขนมปังที่มีความนุ่ม และมีความหวานเล็กน้อย นิยมทำเป็นทรงกลม มีรสหวาน นุ่ม และเนื้อละเอียด มีไส้หรือไม่มีไส้ก็ได้ ได้แก่ ขนมไส้กรอก ขนมปังแฮมเบอร์เกอร์ เป็นต้น มีปริมาณไขมัน 6-12% และมีปริมาณน้ำตาล 10-14%
4. ขนมปังหวาน (Sweet Dough) เป็นขนมปังหวาน ใช้ไขมัน 12-14% และน้ำตาล 16- 22% เช่น ขนมปังสังขยา ขนมปังมะพร้าว ขนมปังหมูหยอง ขนมปังลูกเกด เป็นต้น

ประเภท Yeast Bread

ขนมปังผิวแข็ง

ผิวและเนื้อ
ค่อนข้างแข็ง



ขนมปังจืด

เนื้อขนมนุ่ม แต่ผิวด้านนอกแข็ง



ขนมปังกึ่งหวาน

เนื้อนุ่ม ละเอียดย



ขนมปังหวาน

1. ใช้ยีสต์มากกว่าประเภทอื่น
2. โดมมีความอ่อนตัว



แป้งสาลี

ยีสต์

- ยีสต์หวาน
- ยีสต์จืด



เกลือ

น้ำ

แป้งสาลี(Wheat Flour)



มีองค์ประกอบที่สำคัญ คือ โปรตีน
“Gluten”

แป้งขนมปัง (Bread flour)

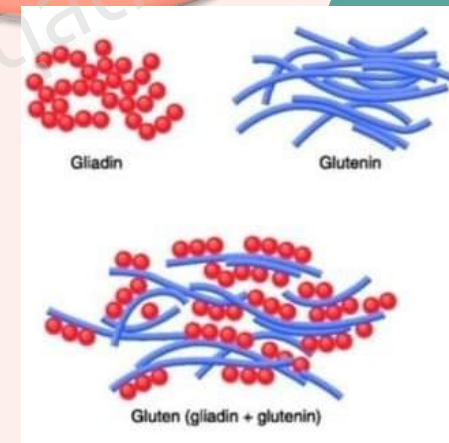
- มีปริมาณโปรตีนสูง ร้อยละ 12-14
- ใช้ทำขนมปัง ผลิตภัณฑ์ที่ขึ้นฟูด้วยยีสต์

แป้งเค้ก (Cake flour)

- มีปริมาณโปรตีนต่ำ ร้อยละ 7-9
- เค้กชนิดต่างๆ และคุกกี้ชนิดเบา

แป้งอเนกประสงค์ (All-purpose flour)

- มีปริมาณโปรตีนปานกลาง ร้อยละ 9-11
- พาย เพสตรี้ คุกกี้ ขนมปังกึ่งหวาน และผลิตภัณฑ์อีกหลากหลาย



หน้าที่ของแป้งสาลี : เป็นโครงสร้างในผลิตภัณฑ์

เกลือ(Salt)

ลักษณะของเกลือที่ควรใช้ในการทำผลิตภัณฑ์

- ละลายได้ดีในน้ำ
- ไม่ควรเป็นก้อน
- น้ำเกลือควรใสไม่ขุ่น
- เป็นเกลือที่บริสุทธิ์
- ไม่มีรสชาติหรือเฟื่อน

หน้าที่ของเกลือ

- ช่วยให้ผลิตภัณฑ์มีรสชาติขึ้น
- เน้นรสหวานของผลิตภัณฑ์ให้เด่นชัดขึ้น เช่น เค้ก คุกกี้ ขนมปัง ฯลฯ
- ช่วยควบคุมการทำงานของยีสต์ให้ก้อนแป้งที่หมักด้วยยีสต์
- ช่วยให้กลูเตนของก้อนแป้งมีกำลังในการยืดตัว เพราะเกลือทำให้กลูเตนเหนียวขึ้น
- ช่วยให้เปลือกนอกของผลิตภัณฑ์มีสีสวยขึ้น
- ช่วยป้องกันการเจริญเติบโตของแบคทีเรียที่ไม่ต้องการในก้อนแป้งที่แป้งด้วยยีสต์

สิ่งที่ช่วยให้ที่มี
ชีวิต

ยีสต์(Yeast)

ยีสต์สด ยีสต์ที่เพาะเลี้ยงขึ้นและมีความชื้นสูง ซึ่งการเก็บยีสต์ชนิดนี้ควรมีระยะเวลาเพียง 2 เดือนเท่านั้นและควรเก็บในอุณหภูมิ(-1 องศาเซลเซียส) ซึ่งยังคงสภาพปกติที่สุด

ยีสต์แห้งชนิดเม็ด มีความชื้นต่ำกว่ายีสต์สด ทำให้มีอายุการเก็บรักษานานกว่า แต่จะสูญเสียเมื่อนำมาวางไว้ที่อุณหภูมิสูง และการเก็บแบบแช่เย็นที่อุณหภูมิ 5.6 องศาเซลเซียส จะคงสภาพต่างๆ ได้ดีนานๆ หลายเดือน ซึ่งก่อนใช้ควนนำมาวางไว้ที่อุณหภูมิห้องก่อนแช่น้ำ

ยีสต์แห้งชนิดผงสำเร็จรูป มีลักษณะเป็นผงละเอียดสามารถผสมลงในแป้งโดยไม่ต้องแช่น้ำก่อนเหมือนยีสต์เม็ด การใช้งานสะดวก ในกรณียังไม่ได้เปิดถุงสามารถเก็บในอุณหภูมิห้องนานอย่างน้อย 3 เดือน แต่หากเปิดแล้วปิดถุงให้แน่นและเก็บในอุณหภูมิ 3 องศาเซลเซียส

การทดสอบคุณภาพยีสต์

- นำน้ำอุ่นครึ่งถ้วยตวงผสมกับน้ำตาลทรายเล็กน้อย
- จากนั้นนำยีสต์ 1 ช้อนโต๊ะใส่ลงไปผสมให้เข้ากัน
- ทิ้งไว้สักพักยีสต์ที่ไม่เสื่อมสภาพจะค่อยๆ ขึ้นฟูให้เห็น ในขณะที่ยีสต์เสื่อมสภาพจะไม่มีการขึ้นฟู

หน้าที่ของยีสต์

- สร้างก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ ทำให้โดขยายตัว
- ทำให้เกิดโครงสร้างและลักษณะของโด
- ทำให้ผลิตภัณฑ์มีกลิ่นรสเฉพาะตัว
- ช่วยเสริมคุณค่าทางอาหาร



ยีสต์หวาน
(ยีสต์แห้งชนิดผงสำเร็จรูป)

เหมาะสำหรับสูตรขนมปังหวานที่มีปริมาณ
น้ำตาลมากกว่า 20% ของน้ำหนักแป้ง



ยีสต์หวาน
(ยีสต์แห้งชนิดผงสำเร็จรูป)



ยีสต์จืด
(ยีสต์แห้งชนิดผงสำเร็จรูป)



น้ำ(Water)

- น้ำที่ใช้ในการผลิตภัณฑ์เบเกอรี่ คือ น้ำประปาที่ใช้กันทั่วไปซึ่งมีเกลือแร่ระดับปานกลาง

หน้าที่สำคัญ

- ทำให้โปรตีนในแป้งรวมตัวเกิดเป็นกลูเตน
- ทำให้แป้งนั้นเปียก และพองตัว
- เป็นตัวควบคุมอุณหภูมิในระหว่างผสม
- ช่วยกระจายหรือละลายส่วนผสมให้ทั่วถึง
- ทำให้เอนไซม์ในแป้งทำงานได้

ขั้นตอนการผลิต

1. การผสมแป้ง

2. การหมักโด

3. การไล่อากาศออกจากโด

4. การตัดแบ่งน้ำหนัก

5. การคลึงกลม

6. การพับโด

7. การทำรูปร่าง

8. การพับโดก่อนอบ

9. การอบ

10. การทำให้เย็น

11. การเก็บและบรรจุหีบห่อ

ขั้นตอนการผสม

Pick up stage

ส่วนผสมต่าง ๆ จะเริ่มเกาะกัน บางส่วนเปียกบางส่วนแห้ง เป็นขั้นตอนที่เริ่มผสมใหม่ ส่วนผสมยังไม่เข้ากันดี

Clean up stage

ขั้นตอนเมื่อเริ่มผสมส่วนผสมต่าง ๆ จะรวมกันมากขึ้นเข้ากันได้ดี

Development stage

ขั้นตอนที่แป้งเกาะรวมกันจนเกิดความเนียน นุ่ม และเกิดกลูเตน มีลักษณะเป็นร่างแหเริ่มไม่เหนียวติดมือ แต่จะมีความเหนียวหนืดมากขึ้น

Final stage

ขั้นตอนที่แป้งรวมตัวกันจนเกิดความนุ่มเนียนมากขึ้น แป้งที่ผสมจนได้ที่แล้วนำมาขึงเป็นแผ่นบางจะมีเยื่อที่เหนียว คลึงเป็นแผ่นสี่เหลี่ยมได้ เรียกส่วนผสมนี้ว่า โด (Dough)



ขั้นตอนการผลิต

26 องศาเซลเซียส
78-80 องศาฟาเรนไฮต์

อุณหภูมิที่เหมาะสม
การหมักโค

เพื่อเก็บก๊าซและกระจายก๊าซไปยัง
โครงสร้างกลูเตน เกิดการพองตัว

การตัดแบ่ง
น้ำหนักร

เพื่อให้ผลิตภัณฑ์มี
ขนาดเท่ากัน

การไล่อากาศ

ทำให้โดมีอุณหภูมิ
เท่ากันทั่วก้อน

ไล่ก๊าซที่มากเกินไป และนำ
อากาศบริสุทธิ์เข้าไปแทน

ช่วยให้กลูเตนที่ขยายตัวมีการพักตัว
พร้อมที่จะขยายใหม่และได้โครงสร้าง
ที่แข็งแรงมากขึ้น

การคลึงกลม

ทำให้ผิวโดเรียบและ
เก็บก๊าซได้ดี

ขั้นตอนการผลิต

26-29 องศาเซลเซียส
80-85 องศาฟาเรนไฮต์

8-15 นาที

อุณหภูมิที่เหมาะสม
การพักโด

ทำให้โดคลายตัวและ
ทนต่อการขึ้นรูปร่าง



การหมักขั้นสุดท้าย
ก่อนอบ

35-37 องศาเซลเซียส

ระยะเวลาการหมัก
45-60 นาที

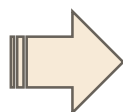
ช่วยให้โดมีปริมาณเพิ่มขึ้น โดยยีสต์จะ
ได้อากาศใหม่เข้าไปทำให้มีการผลิต
ก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ ทำให้ขนมปัง
ที่ได้โปร่ง ไม่แน่น และมีขนาดใหญ่ขึ้น

การอบ

ขั้นที่ 1 Initial Stage เมื่อเข้าเตาอบ การหมักยังคงดำเนินอยู่ และจะมีการพองตัวอย่างรวดเร็ว ในช่วง 10 นาทีแรก จึงเรียกว่า Oven Spring

ขั้นที่ 2 Intermediate Stage - เมื่ออุณหภูมิ 43 องศาเซลเซียส ยีสต์จะค่อยๆลดการทำงานลง
- เมื่ออุณหภูมิ 54 องศาเซลเซียส ยีสต์จะตายและสตาร์ชเริ่มเกิดการสุก
- เมื่ออุณหภูมิ 65-95 องศาเซลเซียส กลูเตนเริ่มการเปลี่ยนแปลงเป็นการแข็งตัว
ทำให้น้ำที่กลูเตนถูกดูดซับไว้ จะช่วยให้สตาร์ชเกิดการสุกจนกระทั่งอบสิ้นสุด

ขั้นที่ 3 Final Stage ในขั้นนี้บริเวณผิวจะเปลี่ยนเป็นสีน้ำตาลซึ่งเกิดการเปลี่ยนแปลง รวมถึงเกิดกระบวนการคาราเมลไลเซชัน ทำให้ผิวขนมมีสีน้ำตาล



อุณหภูมิที่ใช้ในการอบ ขึ้นอยู่กับ
ประเภทของขนมปัง ปริมาณน้ำตาล
และไขมันที่เพิ่มขึ้น

วิธีการผสมขนมปัง

แบบชั้นตอนเดียว

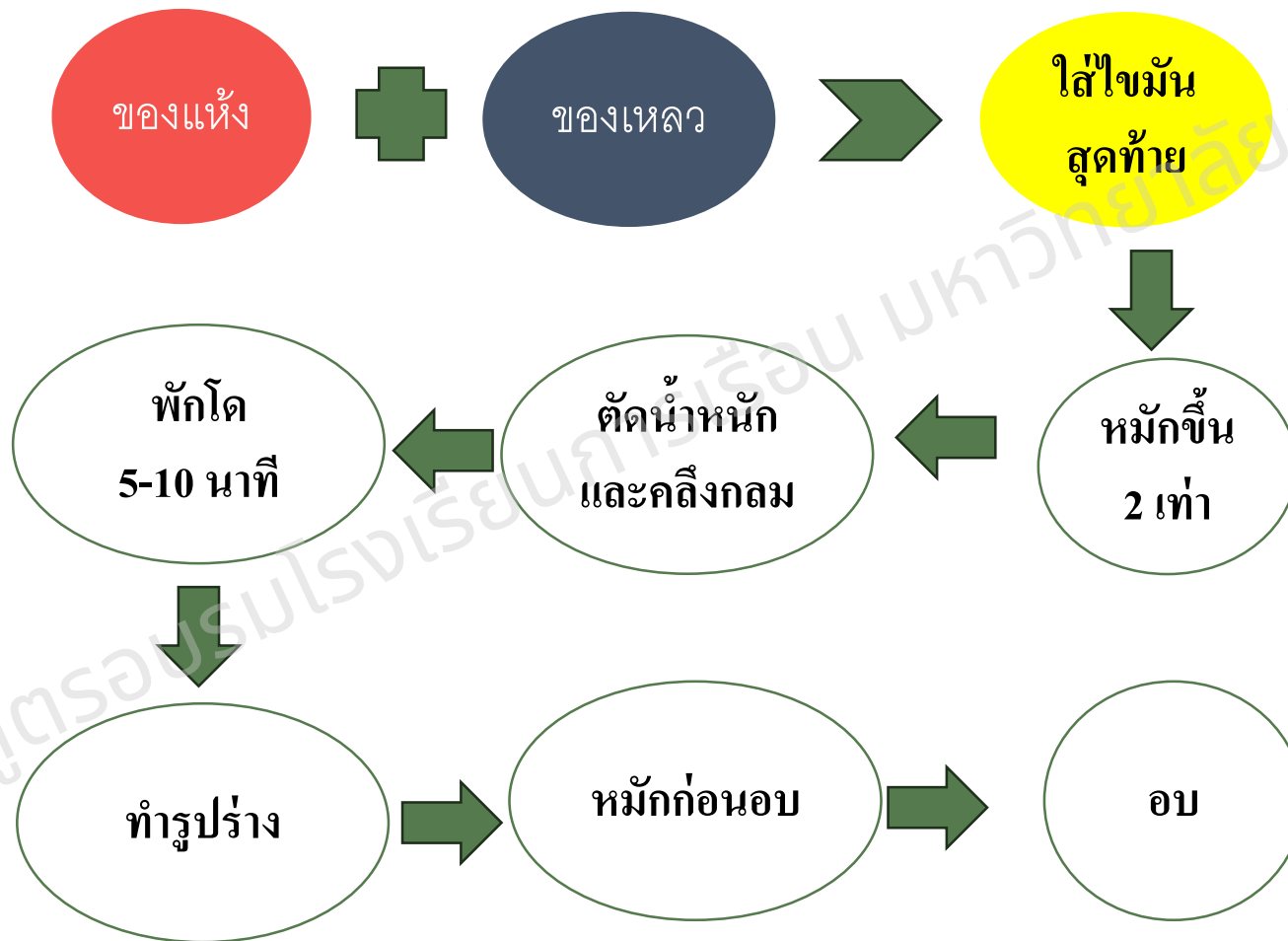
แบบ 2 ชั้นตอน

แบบทุ่มเวลา

อ.ชมนาท ชื่นน้า

โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

แบบขั้นตอนเดียว





VDO

ขนมปังฝรั่งเศส

อาจารย์ผู้สอน : รศ.ดร.ธีรนุช ฉายศิริโชติ



French Bread and Hard Roll



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสวณดุสิต

French Bread and Hard Roll

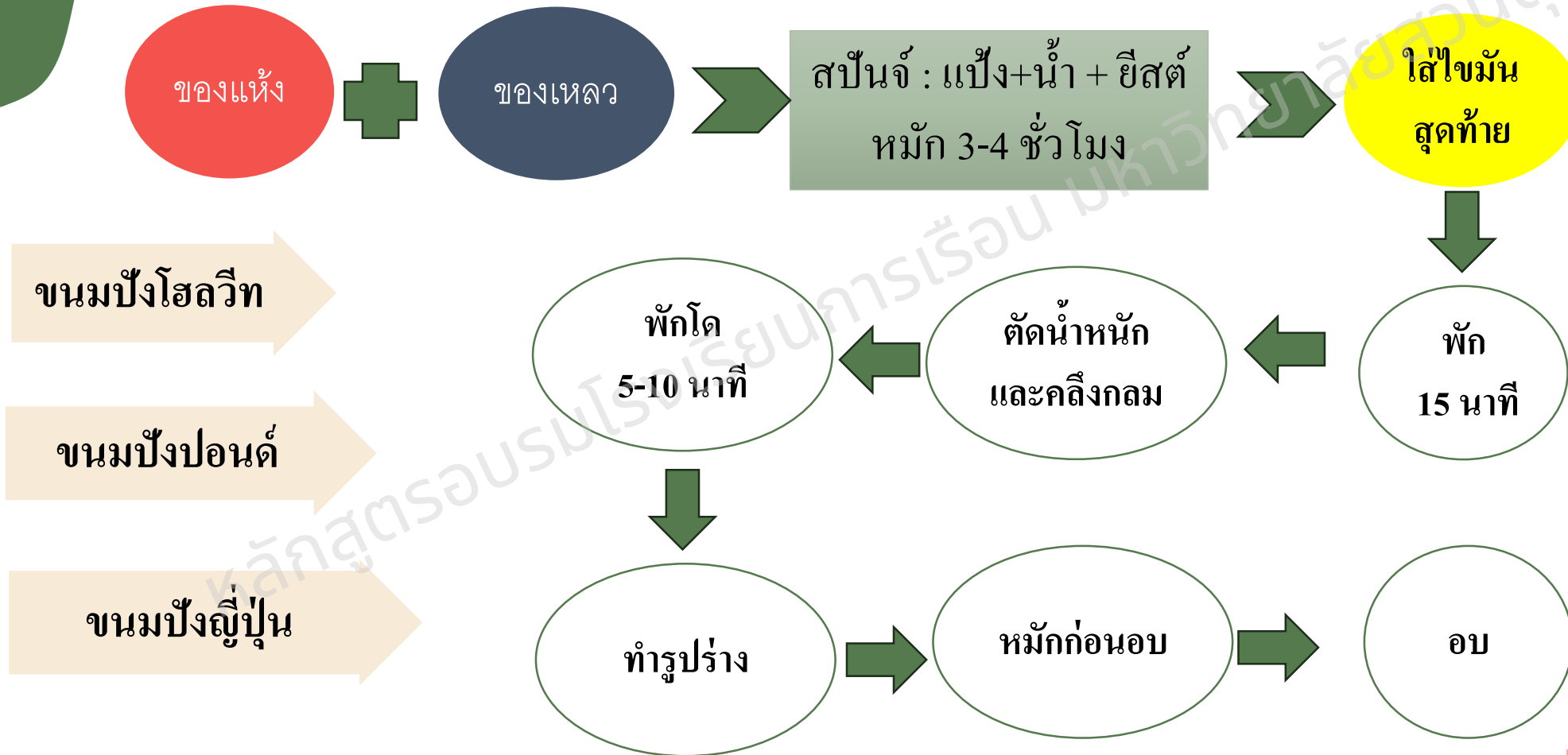
ส่วนผสม

แป้งขนมปัง	500 กรัม	ยีสต์	7.5 กรัม
เกลือป่น	6 กรัม	น้ำ	300 กรัม
เนยขาว	5 กรัม		

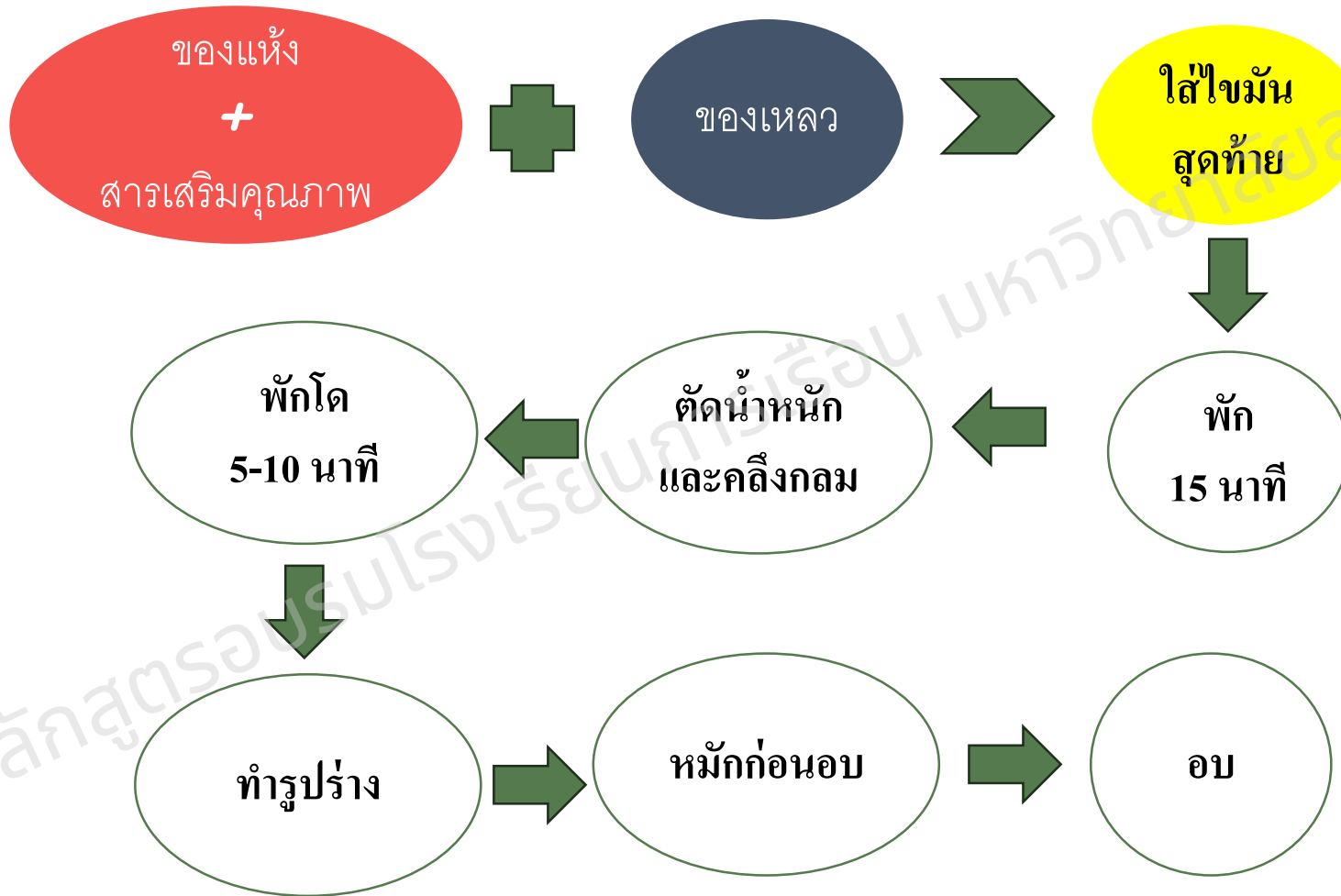
วิธีทำ

1. ผสมส่วนของแห้งและของเหลวของโดทั้งหมดให้เข้ากัน
2. เติมเนยขาวลงไป นวดจนกระทั่งแป้งเนียน จึงเป็นแผ่นฟิล์ม พักไว้ประมาณ 10-15 นาที
3. แบ่งแป้งออกตามน้ำหนักที่ต้องการ
 - ขนมปังฝรั่งเศส น้ำหนักก้อนละ 300 กรัม (ในที่นี้ให้ทำ 2 ก้อน)
 - ฮาร์ดโรล น้ำหนักก้อนละ 120-60 กรัม (ส่วนที่เหลือจากการทำขนมปังฝรั่งเศส)
4. คลึงเป็นก้อนกลมให้ผิวเรียบตึง พักไว้ 10 นาที
5. ทำรูปร่างตามต้องการ วางบนภาชนะที่ทาเนยขาวแล้วรอให้ขึ้นเกือบ 2 เท่า (ขึ้นประมาณ 80%) หรือประมาณ 40 นาที
6. ใช้มีดคม ๆ กรีดตามแนวเฉียงบนผิวขนมปังให้ลึกประมาณ $\frac{1}{8}$ นิ้ว แล้วฉีดน้ำพรมที่ผิวหน้าขนม
7. นำเข้าอบที่อุณหภูมิ 200 องศาเซลเซียส 45 นาที หรือจนกระทั่งสุก

แบบ 2 ขั้นตอน/ แบบสปันจ์-โด



แบบทวนเวลา



สารเสริมคุณภาพขนมปัง (Bread Improver)

สารเสริม จะมีลักษณะเป็นผงสีขาว นิยมใส่ในแป้งสำหรับทำขนมปัง โดยจะช่วยให้ขนมปังมีเนื้อนุ่มนวล โครงสร้างของขนมปังดีขึ้น เก็บไว้ได้นานขึ้น โดยใช้ประมาณ 10-20 % ของน้ำหนักแป้ง โดยผสมลงไปกับแป้ง เป็นส่วนผสมของ วิตามิน C และอาหารของยีสต์ ซึ่งจะช่วยให้ทุ่นเวลาในการหมักครั้งแรกได้ ประมาณ 1 - 1 1/2 ชั่วโมง

หน้าที่ของสารเสริมคุณภาพต่อผลิตภัณฑ์

- ใช้ในการผลิตภัณฑ์ที่ต้องผลิตจำนวนมาก
- ให้ควบคุมผลิตภัณฑ์ได้ดี
- ช่วยประหยัดเวลาในการหมักขนมปัง ทำให้เนื้อนุ่ม ละเอียด





VDO

ขนมปังหมูหย็อง

อาจารย์ผู้สอน : รศ.ดร.ธีรนุช ฉายศิริโชติ
รศ.ดร.นราธิป ปุณเกษม



หลักสูตรอบรมโรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ

ขนมปังหมูหยองน้ำสลัด



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ขนมปังหมูหยองน้ำสลัด

ส่วนผสม

แป้งขนมปัง	400 กรัม	น้ำตาลทรายปน	100 กรัม
แป้งอเนกประสงค์	100 กรัม	เกลือปน	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 เติมมาร์การีน และนวดต่อจนกระทั่งแป้งเนียนได้ที่ดี พักไว้ 10 นาที
3. แบ่งแป้งตามน้ำหนัก คลึงเป็นก้อนกลม พักไว้ 10 นาที
4. ทำเป็นรูปร่าง วางในพิมพ์หรือให้ขึ้นเป็น 2 เท่า หรือประมาณ 45 นาที ทาผิวด้วยนมข้นจืด
5. นำเข้าอบที่อุณหภูมิ 180 องศาเซลเซียส จนกระทั่งสุก
6. แต่งหน้าด้วยหมูหยอง



ขอความอนุเคราะห์ตอบแบบประเมิน

Basic Bread

SCAN QR CODE
เพื่อตอบแบบประเมิน





โรงเรียนการเรือน

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 โอคกริม เค้กและคุกกี้
 เครื่องดื่มโฮมเมด ข้าวแช่ เค้กและขนมปัง
 อาหารเพื่อการประกอบอาชีพ บาร์และเครื่องดื่ม
 กาแฟและเบเกอรี่สำหรับกาแฟ ค็อกเทลและเดนิช



เปิดรับสมัคร หลักสูตรระยะยาว

หลักสูตรช่างฝีมืออาหารไทย
 หลักสูตรเค้กและคุกกี้
 หลักสูตรอาหารจานหวาน
 หลักสูตรอาหารนานาชาติ(ยุโรป)
 หลักสูตรขนมปังและพายเพลล์
 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

Thank you

หลักสูตรอบรมโรงเรียนตำรวจนครบาลวิทยาลักษณ์สวนกุหลาบ