

EP.187

หลักสูตรอบรม โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

เรียนรู้เมนูอาหารฟิวชั่น



วันพุธที่ 5 สิงหาคม 2569

เวลา 17.00 – 18.00 น.

โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต



ลงทะเบียนอบรม

และรับวุฒิบัตร

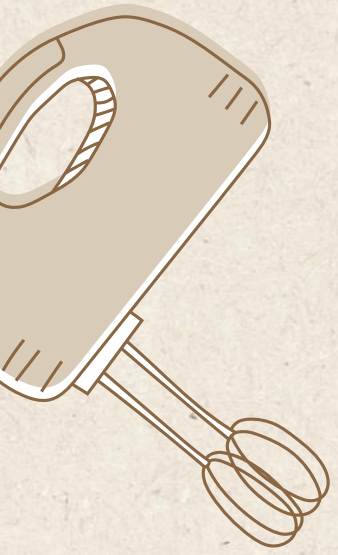
16.30 – 17.40 น.

ขอเชิญร่วมบริจาคทุนทรัพย์เพื่อนำไปทำประโยชน์ต่อสังคม

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



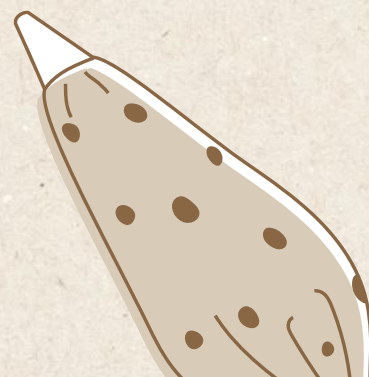
บัญชีเลขที่ 079-7-23793-0



เรียนรู้เมนูอาหารฟิวชั่น

จัดโดย โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

หลักสูตรอบรบการเรียนรู้และการเรียนการสอน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต



The background is a light beige textured surface. It features several food and kitchen illustrations: a large shrimp, a smaller shrimp, and a scallop in the top left; a fork with spaghetti in the top right; a hand mixer in the middle right; a plate of spaghetti with tomato sauce and basil in the bottom right; a hand mixer in the middle left; and basil leaves and tomatoes in the bottom left. There are also some brown teardrop-shaped accents scattered around.

เมนูการเรียนรู้

1. สปาเก็ตตี้แกงเผ็ดเปิดอย่าง

1. สปาเก็ตตี้คาโบนาร่า

1. เพนเนกึ่งโหระพากรอบ

1. ซีซาร์สลัด

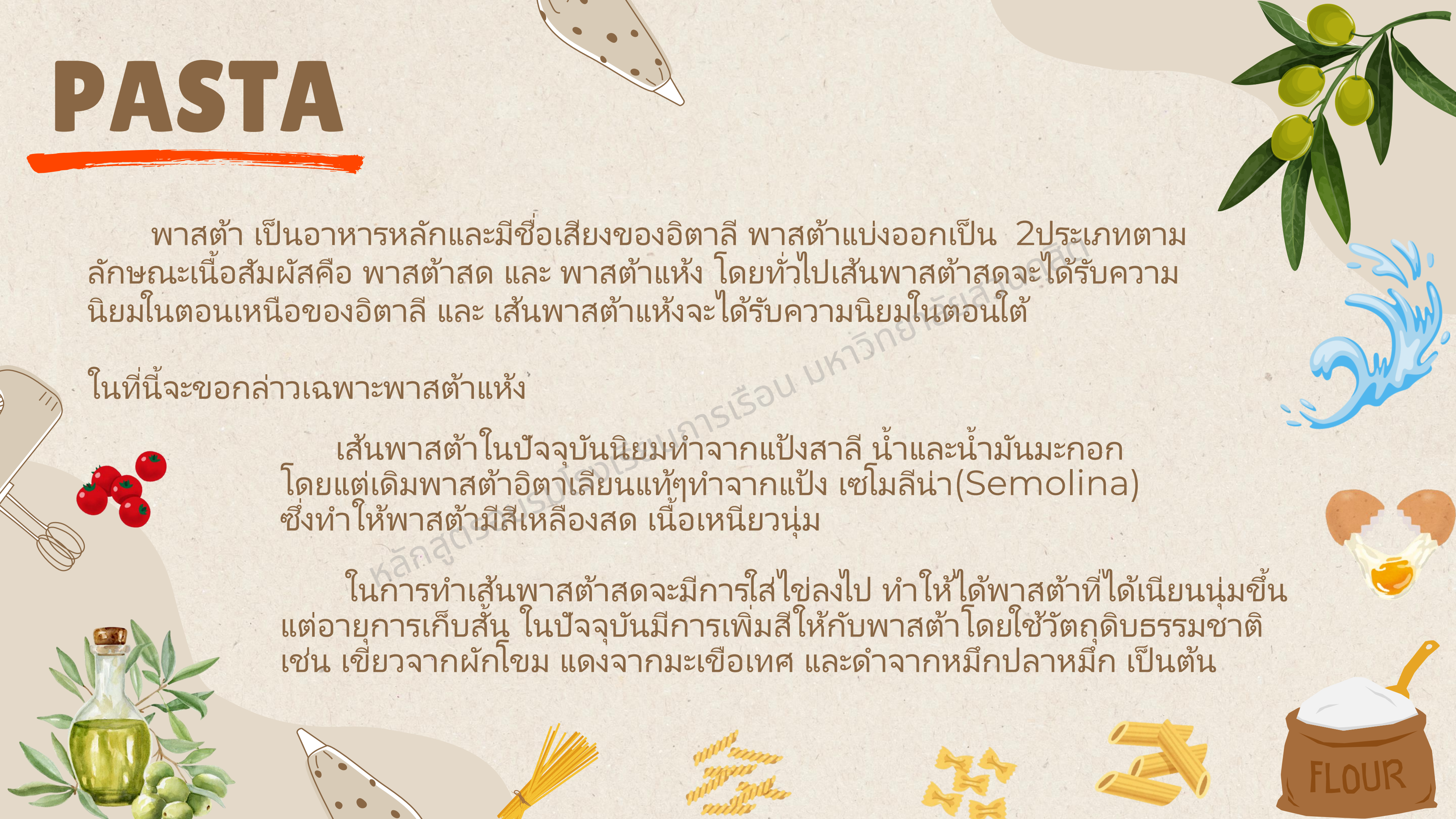
PASTA

พาสต้า เป็นอาหารหลักและมีชื่อเสียงของอิตาลี พาสต้าแบ่งออกเป็น 2 ประเภทตามลักษณะเนื้อสัมผัสคือ พาสต้าสด และ พาสต้าแห้ง โดยทั่วไปเส้นพาสต้าสดจะได้รับความนิยมในตอนเหนือของอิตาลี และ เส้นพาสต้าแห้งจะได้รับความนิยมในตอนใต้

ในที่นี้จะขอกล่าวเฉพาะพาสต้าแห้ง

เส้นพาสต้าในปัจจุบันนิยมทำจากแป้งสาลี น้ำและน้ำมันมะกอก โดยแต่เดิมพาสต้าอิตาลีเลียนแบบๆทำจากแป้ง เซโมลีนา(Semolina) ซึ่งทำให้พาสต้ามีสีเหลืองสด เนื้อเหนียวนุ่ม

ในการทำเส้นพาสต้าสดจะมีการใส่ไข่ลงไป ทำให้ได้พาสต้าที่ได้เนียนนุ่มขึ้น แต่อายุการเก็บสั้น ในปัจจุบันมีการเพิ่มสีให้กับพาสต้าโดยใช้วัตถุดิบธรรมชาติ เช่น เขียวจากผักโขม แดงจากมะเขือเทศ และดำจากหมึกปลาหมึก เป็นต้น



พาสต้าแบ่งออกเป็น 3 ประเภท ตามรูปลักษณะ

1. **ประเภทเส้น(Ribbons)** เช่น เฟตตูชินี่ สปาเกตตี้ เหมาะกับซอสมะเขือเทศ
ซอสกะเล ซอสครีมและซอสชีส



Angel Hair



Spaghetti



Linguini



Fettuccini



Lasagna



2.ประเภทหลอด(Tubes) เช่น เพนเน่ รีกาโตนี มักกะโรนี เหมาะเสิร์ฟกับซอสเนื้อและซอสผัก หรือนำไปอบ



Pipe



Penne



Rigatoni



Cannelloni





3.ประเภทรูปทรงต่างๆ (SHAPES) เช่น พูซลี ฟาร์ฟาเล่ เหมาะเสิร์ฟกับซอสเนื้อ และเพสโต้ หรือแบบอบ



Fusilli



Farfalle



Conchiglie



Ruote





สปาเก็ตตี้ "แกงเผ็ดเปิดอย่าง"



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

เนื้อมะเขือเทศ	150 กรัม
เส้นสปาเก็ตตี้	150 กรัม
มะเขือเทศ	20 กรัม
องุ่นดำ	20 กรัม
เนื้อมะเขือเทศ	30 กรัม
มะเขือเทศ	10 กรัม
หัวกะทิ	200 กรัม
พริกแกงเผ็ด	30 กรัม
น้ำปลา	18 กรัม
น้ำตาลปีบ	20 กรัม
ใบโหระพา	10 กรัม
ใบมะกรูด	4 กรัม

วิธีทำ

- ตั้งกระทะใส่หัวกะทิเคี่ยวจนแตกมันจากนั้นใส่พริกแกงเผ็ดลงผัดจนหอม
ปรุงรสด้วยน้ำปลา น้ำตาลปีบ และสมุนไพรเพิ่มความหอม ใบมะกรูดฉีก และโหระพาฉีก
- เนื้อมะเขือเทศนำไปจี่ในกระทะจนเนื้อสุกพอประมาณ
- นำมะเขือเทศ มะเขือเทศ มะเขือเทศสด องุ่น ลงจี่ในกระทะพอสุก
- ลวกเส้นสปาเก็ตตี้ตั้งหม้อใส่น้ำและเติมเกลือเล็กน้อยพอน้ำเดือดก็ใส่เส้น สปาเก็ตตี้ลงไป
ต้มจนเส้นอ่อนตัว ตักเส้นขึ้นให้สะเด็ดน้ำ แล้วแช่ลงในน้ำเย็น กั้นที่พอเส้นเย็นแล้วค่อยตักขึ้นให้
สะเด็ดน้ำอีกครั้ง เคล้าด้วยน้ำมันเล็กน้อย

***การตกแต่ง : แต่งด้วยยอดโหระพา และพริกชี้ฟ้า หั่นเฉียง

ส่วนผสมพริกแกงเผ็ด

พริกชี้ฟ้าแห้ง	20 กรัม	ผิวมะกรูด	5 กรัม
กระเทียม	20 กรัม	ยี่หระ	1/2 ช.ช
หอมแดง	30 กรัม	ลูกผักชีคั่ว	1 ช.ต.
ข่า	10 กรัม	เปราะหอม	4 กรัม
รากผักชี	5 กรัม	เกลือป่น	6 กรัม
ตะไคร้	10 กรัม	กะปิ	25 กรัม

วิธีทำ

โหลทุกอย่างเข้าด้วยกันให้ละเอียด



สปาเก็ตตี้คาโบนาร่า

ส่วนผสม

- | | |
|--------------------------------|-------------------|
| 1. เส้นสปาเก็ตตี้ 100 กรัม | 8. เกลือ |
| 2. เบคอนรมควันหั่นเต๋า 50 กรัม | 9. พริกไทย |
| 3. ไข่ไก่ 1 ฟอง | 10. ช่อผักชีฝรั่ง |
| 4. ครีม 100 กรัม | |
| 5. เนยสดชนิดจืด 1/4 ชต. | |
| 6. พามาซานป่น 20 กรัม | |

วิธีการทำ

1. ต้มเส้นสปาเก็ตตี้ ประมาณ 8-10 นาที เมื่อสุกพักไว้
2. ผัดเนย และเบคอนเข้าด้วยกันจนกระทั่งเกรียม
3. นำเส้นที่ต้มสุกแล้ว ลงไปผัดกับเครื่องจนเข้ากันดี แล้วใส่เกลือและพริกไทย
4. ผสมครีม และไข่ตีให้เข้ากัน แล้วใส่พามาซานป่น
5. นำเส้นที่ผัดจนร้อน เคล้ากับส่วนผสมในข้อ 4
6. ตักใส่จานโรยเบคอนทอด ประดับด้วยช่อผักชีฝรั่ง



เพนเน่กุ้งโหระพากรอบ

ส่วนผสม

1. เพนเน่ 75 กรัม ลวกสุกแล้วได้ 150 กรัม
2. น้ำสำหรับต้มเส้น 1 ลิตร
3. เกลือ 1/2 ชช.
4. กุ้งขาวแกะเปลือก 4 ตัว 50 กรัม
5. น้ำมันสำหรับผัด 1 ชต.
6. กระเทียมสับ 1 ชต.
7. พริกขี้หนูจินดาหั่นเฉียง 1 เม็ด
8. ซอสเห็ดหอม 2 ชต.
9. ซอสปรุงรส 1 ชช.
10. น้ำตาล 1 ชช.
11. โหระพาทอด 1/2 ถ้วยตวง
12. พริกชี้ฟ้าแดง เขียว หั่นเส้น 1/2 เม็ด

วิธีการทำ

1. นำน้ำใส่หม้อ เกลือ นำขึ้นตั้งไฟ พอน้ำเดือด นำเส้นลงไปต้ม นาน 10 นาที
2. ตักขึ้น พักให้เส้นสะเด็ดน้ำ
3. ตั้งกระทะ ใส่น้ำมัน พอร้อนใส่กระเทียม พริกจินดา ผัดสักระยะ พอมีกลิ่นหอม
4. ใส่กุ้ง ผัดพอสุก ใส่น้ำซุปล ผัดให้เข้ากัน
5. ใส่เส้นเพนเน่ ใส่น้ำซุปล ผัดสักระยะ
6. ปรุงรสด้วยซอสเห็ดหอม ซอสปรุงรส น้ำตาล ผัดให้เข้ากัน ใส่พริกชี้ฟ้า ใบโหระพาทอด คนพอทั่ว ปิดไฟ ตักเสิร์ฟ



สลัดซีซาร์



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

สลัดซีซาร์

ส่วนผสมน้ำสลัดซีซาร์

กระเทียมสับละเอียด	2 กรัม
ปลาแอนโชวี	2 ชิ้น
ไข่แดง	1 ฟอง
คิงองมัสตาร์ด	15 กรัม
น้ำมันมะกอก	75 กรัม
พาร์เมซานชีส	20 กรัม
น้ำเลมอน/น้ำมะนาว	15 กรัม
เกลือ	ปรุงรสตามใจชอบ
พริกไทย	ปรุงรสตามใจชอบ

ส่วนผสมสลัด

ผักสลัด	400 กรัม
กรูตอง	100 กรัม
เบคอนกรอบ	80 กรัม
พาร์เมซานชีส	40 กรัม



วิธีทำ

1. เตรียมผักสลัด ล้างผักโครสและผักสลัด พักให้สะเด็ดน้ำ หั่นเป็นชิ้นพอประมาณ นำไปแช่เย็นก่อนจัดเสิร์ฟ
2. นำขนมปังตัดเป็นชิ้น อบให้กรอบสำหรับทำกรูตอง พร้อมจัดเสิร์ฟ
3. เตรียมน้ำสลัดซีซาร์โดยนำไข่แดงตีผสมกับคิงองมัสตาร์ด น้ำเลมอนหรือน้ำมะนาวให้เข้ากัน ค่อย ๆ เติมน้ำมันมะกอกลงไป ตีส่วนผสมให้เข้ากัน จากนั้นเติมปลาแอนโชวี กระเทียมสับ พาร์เมซานชีส คนผสมให้เข้ากัน ปรุงรสด้วยเกลือและพริกไทย ชิมรสตามชอบ พักน้ำสลัดไว้สำหรับคลุกผสมกับผักสลัดที่เตรียมไว้
4. นำผักสลัด เบคอนกรอบ และกรูตอง ที่เตรียมไว้ มาผสมสลัดเพื่อเสิร์ฟโดยนำผักสลัดคลุกกับน้ำสลัดซีซาร์ คนให้น้ำสลัดเคลือบใบผัก โรยด้วยเบคอนกรอบ พาร์เมซานชีส และกรูตอง จัดเสิร์ฟ



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 ครีวซอว์และเดนิช



เปิดรับสมัคร หลักสูตรระยะยาว

หลักสูตรช่างฝีมืออาหารไทย
 หลักสูตรเค้กและคุกกี้
 หลักสูตรอาหารหวาน
 หลักสูตรอาหารนานาชาติ(ยุโรป)
 หลักสูตรขนมปังและพายเฟลเกอร์
 หลักสูตรพื้นฐานอาหารตะวันตก



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.



ขอความอนุเคราะห์ตอบแบบประเมิน

เรียนรู้เมนูอาหารฟิวชั่น

SCAN QR CODE
เพื่อตอบแบบประเมิน



THANK
YOU

