

EP.190

หลักสูตรอบรมโรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ร้อยเรื่องราวขนมหวานไทย



วันพุธที่ 9 กันยายน 2569
เวลา 17.00 - 18.00 น.

โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต



ลงทะเบียนอบรม
และรับวุฒิบัตร

16.30 - 17.40 น.

ขอเชิญร่วมบริจาคทุนทรัพย์เพื่อนำไปทำประโยชน์ต่อสังคม

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



บัญชีเลขที่ 079-7-23793-0

ร้อยเรื่องราวนมหวานไทย

วิทยากร : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ราตรี เมฆวิสัย

อาจารย์ผู้รับผิดชอบหลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต

สาขาวิชาเทคโนโลยีการประกอบอาหารและการบริการ

ศูนย์การศึกษา ลำปาง



ขนมชั้นจาก สีธรรมชาติ



หลักสูตรอบรมโรงเรียน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

สีธรรมชาติ

สีธรรมชาติ ได้จากการนำส่วนต่าง ๆ ของพืชมาสกัดโดยผ่านกรรมวิธี เช่น การแช่ การคั้น การต้ม ตัวอย่างสีที่ได้จากธรรมชาติ ได้แก่ สีเขียว ได้จากการนำใบเตยมาคั้น หรือต้มกับน้ำ สีเหลืองจากการแช่ดอกกระถินกับน้ำ สีฟ้า หรือสีน้ำเงิน ได้จากการนำดอกอัญชันมาแช่หรือต้มกับน้ำ หรือสีม่วง เมื่อหยดน้ำมะนาวหรือใส่กรดเล็กน้อยในน้ำอัญชัน เพื่อปรับลดค่าความเป็นกรด-ด่าง



สีธรรมชาติ สีม่วงจากดอกอัญชัน

ดอกอัญชันใช้ได้ทั้งแบบดอกสดและดอกตากแห้งนิยมใช้กับขนมไทยเพื่อให้ขนมไทยมีสีที่สวยงาม ได้สีน้ำเงินฟ้า ชนิตแห้งให้ต้มในน้ำเดือดจนได้สีเข้มตามต้องการ หรือแช่ในน้ำร้อน พักไว้ให้สีเข้มตามต้องการ กรองด้วยผ้าขาวบาง



สีธรรมชาติ จากแก่นฝาง

คือการนำไม้ฝางต้มกับน้ำสะอาดจะได้สีชมพู



สีธรรมชาติ

สีเขียวจากใบเตย

ใบเตยที่นิยมนำมาใช้ในขนมไทย คือ ใบเตยหอม ลักษณะใบมีขนาดใหญ่ กลิ่นหอม สีเขียวเข้ม ไม่อ่อนและแก่จนเกินไป ใบเตยที่อ่อนการให้สีและกลิ่นจะอ่อน แต่ถ้าแก่เกินไปจะมีรสขมน้ำใบเตยใช้กับขนมไทยเพื่อให้ขนมไทยมีสีที่สวยงาม และกลิ่นที่หอม



ขนมชั้นจากสีธรรมชาติ



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ขนมชั้นจากสีธรรมชาติ

ส่วนผสมสีฟ้าจากอัญชัน

ดอกอัญชัน	15 ดอก
น้ำสะอาด	100 มิลลิลิตร

วิธีทำ

- ล้างดอกอัญชันให้สะอาดและเด็ดเอาแค่กลีบ
- ต้มดอกอัญชันกับน้ำสะอาด 5-10 นาที กรองเอาแต่น้ำสีมาใช้

ส่วนผสมสีชมพูจากแก่นฝาง

แก่นฝาง	20 กรัม
น้ำสะอาด	200 มิลลิลิตร

วิธีทำ

- ฝางแก่นฝางให้มีขนาดเล็ก ล้างด้วยน้ำเปล่า
- ต้มแก่นฝางกับน้ำสะอาด 20 นาที กรองเอาแต่น้ำสีมาใช้

ส่วนผสมสีเขียวจากใบเตย

ใบเตยหั่นท่อน	20 กรัม
น้ำสะอาด	100 มิลลิลิตร

วิธีทำ

- ปั่นใบเตยกับน้ำสะอาด
- กรองด้วยผ้าขาวบาง เอาแต่น้ำสีมาใช้

ส่วนผสมตัวแป้ง

กะทิ (1)	250 มิลลิลิตร
น้ำตาลทราย	230 กรัม
แป้งมันสำปะหลัง	130 กรัม
แป้งข้าวเจ้า	28 กรัม
แป้งท้าวยายม่อม	28 กรัม
กะทิ (2)	180 มิลลิลิตร
สีฟ้าจากอัญชัน	5 มิลลิลิตร
สีชมพูจากแก่นฝาง	5 มิลลิลิตร
สีเขียวจากใบเตย	5 มิลลิลิตร

วิธีทำ

- นำกะทิ (1) ผสมน้ำตาลทราย ยกขึ้นตั้งไฟจนจนน้ำตาลทรายละลายหมด ยกลงพักให้เย็น
- ผสมแป้ง 3 ชนิดในอ่างผสม ใส่กะทิ (2) ในปริมาณที่พอจะนวดแป้งได้ นวดประมาณ 3 นาที ใส่กะทิที่เหลือจนหมด
- นำกะทิ (1) ที่พักจนเย็นแล้วใส่ในส่วนผสมแป้ง และผสมให้เข้ากัน นำแป้งไปกรองด้วยกระชอนตาถี่
- แบ่งแป้งเป็น 4 ส่วน เป็น 140 กรัม 3 ส่วน เพื่อผสมสีชมพู 1 ส่วน สีเขียว 1 ส่วน สีฟ้า 1 ส่วน และส่วนที่ 4 เป็นสีขาว 275 กรัม
- นึ่งพิมพ์ซิลิโคนในลังถึงประมาณ 5 นาที
- ตักแป้งที่ผสมสีใส่พิมพ์ 1 ½ ช้อนชา ปิดฝา นึ่งไฟกลางค่อนไปทางอ่อน 5 นาที เปิดฝาทักแป้งสีขาว ใส่พิมพ์ 1 ½ ช้อนชา ตบลงบนแป้งที่สุกแล้ว นึ่งต่ออีก 5 นาที ทำสลับสีกันไปแบบนี้จนถึงชั้นบนสุด เป็นแป้งที่ผสมสีและนึ่ง 7 นาที
- นำขนมชั้นมาพักจนเย็นและถอดออกจากพิมพ์ จัดเสิร์ฟ



ขนมบุหลันดั้นเมฆ

ขนมบุหลันดั้นเมฆ เป็นขนมชาววัง
คิดประดิษฐ์ขึ้นให้มีสีสัน อุดมไปด้วย
โดยได้แรงบันดาลใจ มาจากบทเพลง
“บุหลันลอยเลื่อน” หรืออีกชื่อคือ
“บุหลันลอยฟ้า” เพลงพระราชนิพนธ์
ในพระบาทสมเด็จพระพุทธเลิศหล้านภาลัย
รัชกาลที่ 2

ขนมบุหลันดั้นเมฆ จึงทำเลียนแบบ
เสมือนความงดงามของดวงจันทร์
ที่ลอยเด่นอยู่บนท้องฟ้ายามค่ำคืน



- ขนมหูลั่นทม มีลักษณะคล้ายขนมน้ำดอกไม้ ส่วนผสมแบ่งเป็น 2 ส่วน ได้แก่ ส่วนผสมของแป้ง ประกอบด้วย แป้งข้าวเจ้า แป้งมัน น้ำดอกอัญชัน น้ำตาลทราย และ ส่วนผสมของหน้าขนม ได้แก่ ไข่แดงของไข่ไก่ กะทิ และน้ำตาล ซึ่งสามารถใช้ขนมทองหยอด วางแทนไข่แดงได้



ขนมหูลั่นทม

สรุปท้ายคดี

เหตุการณ์	สาเหตุ	การแก้ไข
ชนมหน้าแตก	- นิ่งไฟแรงเกินไป	- นิ่งด้วยไฟกลาง
ชนมเนื้อแน่นไม่ฟู	- นิ่งไฟอ่อน	- นิ่งด้วยไฟกลาง
ไข่มีฟองอากาศ	- ตีไข่/คนไข่จนขึ้นฟู	- คนไข่พอกระจายตัว - หากไข่ฟูเกินไปใส่ไข่เพิ่มอีก 1 ฟอง คนพอเข้ากันจึงนำไปหยอด

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

เทไข่ น้ำตาลทราย กะทิ เกลือ ลงชามผสม พยำกับใบเตย
ให้น้ำตาลละลาย แล้วกรอง พักไว้

วิธีทำ - - - - -

1. เทแป้งลงชามผสม ใส่น้ำสีดอกอัญชันทีละน้อย คนให้เข้ากัน หรือ ใส่น้ำพอนวดได้ 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

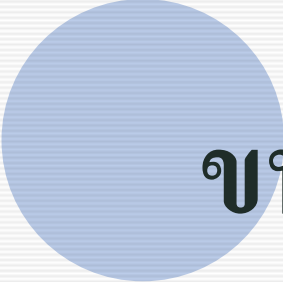


ขนมใต้ใ้/ขนมสามไฟ

คือ ขนมไทย ที่ประกอบด้วย ใ้ขนม (ใ้หน้ากระฉิก) ตัวขนม และหน้าขนม โดยปั้นใ้ขนมเป็นก้อนหุ้มด้วยแป้งข้าวเหนียว แล้วหยอดด้วยหน้าขนม (แป้งข้าวเจ้า กะทิ และเกลือ ซึ่งกวนสุกแล้ว) ห่อด้วยใบตองนึ่งให้สุก ลักษณะขนมห่อด้วยใบตองแล้วมีเตี๋ยวคาด (เตี๋ยว คือ ทางมะพร้าว) ห่อเป็นทรงเพรียวสูง

ลักษณะขนมที่คั้นแป้งห่อใ้จะหวานมันตามด้วยเค็มเล็กน้อย หอมกะทิแท้ นุ่มและเหนียว ห่อใ้มะพร้าว หอมน้ำตาลปึกและควันเทียน ห่อด้วยใบตองพอดีคำ ส่วนของตัวขนมสีขาวมองเห็นใ้ ใ้และตัวขนมพอเหมาะกัน





ขนมสามไฟ

- ขนมสามไฟ หรือ ขนมไล่ไล่หรือขนมสอดไล่ (คำสุภาพ)
- เหตุที่โบราณถึงเรียกขนมสามไฟ เพราะ ใช้ไฟแรกในการกวนไล่ไฟที่สองในการทำตัวขนม และไฟสุดท้ายในการนึ่งขนม



ใบตอง

การเตรียมใบตอง

- ใบตองที่นิยมใช้ในปัจจุบัน ได้แก่ ใบตองกล้วยตานี และใบตองกล้วยน้ำว้า ซึ่งทั้ง 2 ชนิดนี้มีคุณสมบัติที่แตกต่างกัน ดังนั้น ควรเลือกใช้ใบตองที่เหมาะสมกับลักษณะงาน
- ใบตองกล้วยตานี มีความเหนียวนุ่ม ไม่ฉีกขาดง่าย มีความหนาบางพอเหมาะ นิยมนำมาทำงานประดิษฐ์ที่ต้องการความประณีตสวยงาม เช่น ถาดใบตอง กระเช้าใบตอง กระถางดอกไม้
- ใบตองกล้วยน้ำว้า นิยมนำมาประกอบอาหาร ห่ออาหาร ทำกระถางใส่อาหาร ทำให้ขนมมีสีสวย มีกลิ่นหอมน่ารับประทาน



สรุปท้ายคลิป

- ใ้ขนมควรเลือกใช้มะพร้าวทึนทึกขูด จะให้เนื้อสัมผัสที่นุ่มละมุนและเลือกใช้น้ำตาลมะพร้าวหรือน้ำตาลโตนดแท้ ๆ
- นึ่งขนมด้วยไฟกลาง ขนมจะไม่ทะลัก



ขนมสอดไส้



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสุรนารี

ขนมสอดไส้

ส่วนผสม (ไส้ขนม)

มะพร้าวทึนทึกขูด	200	กรัม	แป้งข้าวเหนียวดำ	40	กรัม
น้ำตาลมะพร้าว	150	กรัม	แป้งข้าวเหนียวขาว	150	กรัม
เกลือแกง	1/2	ช้อนชา	น้ำร้อน	120	กรัม
น้ำเปล่า	50	กรัม			

วิธีทำ (ไส้ขนม)

- ผสมมะพร้าวขูด น้ำตาลมะพร้าว น้ำเปล่าและเกลือ ลงในกระทะทองเหลือง นำขึ้นตั้งไฟผัดให้เหนียวพอปั้นได้ ปิดไฟ พักให้คลายร้อน นำมาปั้นเป็นก้อนกลม เส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 1 นิ้ว พักไว้ อบด้วยเทียนอบขนม
- ผสมแป้งข้าวเหนียวดำและแป้งข้าวเหนียวขาวเข้าด้วยกัน ใส่น้ำร้อน นวดจนนิ่มไม่ติดมือ
- ปั้นแป้งเป็นก้อนกลมเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 1.5 เซนติเมตร แผ่แป้งเป็นแผ่นบางห่อไส้มะพร้าว



ขนมสอดไส้



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ขนมสอดไส้

ส่วนผสม (หน้าขนม)

หิวกะทิ	1	กิโลกรัม	เกลือ	2	ช้อนชา
แป้งข้าวเจ้า	75	กรัม	ใบตองตานี (สำหรับห่อขนม)	1.5	กิโลกรัม
แป้งท้าวยายม่อม	2		ใบมะพร้าว (เตี๋ยว)	20	ใบ
น้ำตาลทราย	2		ไม้กลัด	20	อัน

วิธีทำ (หน้าขนม)

- ผสมหิวกะทิ แป้งข้าวเจ้า แป้งท้าวยายม่อม น้ำตาลทราย และเกลือให้เข้ากัน ส่วนผสมไม่เป็นเม็ด นำขึ้นตั้งไฟ กวนด้วยไฟกลางพอกะทิเริ่มจับปิดไฟ
- นำใบตองวางซ้อนกัน ตักหน้าขนมใส่ลงไป จากนั้นนำไส้ขนมมาวางตรงกลาง หยอดหน้าขนมทับอีกที ห่อขนมทรงสูง คาดเตี๋ยวกลัดไม้กลัด
- จัดใส่ลังถึงนำไปนึ่งในน้ำเดือดประมาณ 15-20 นาที หรือจนขนมสุก





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
 หลักสูตรอาหารหวาน
 หลักสูตรอาหารนานาชาติ(ยุโรป)
 หลักสูตรขนมปังและพายเฟลเกอร์
 หลักสูตรพื้นฐานอาหารตะวันตก



สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม 02-244-5391-2 ทุกวันเว้นวันหยุดนักขัตฤกษ์

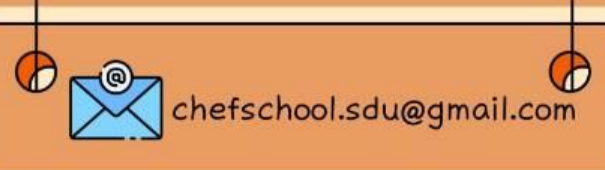
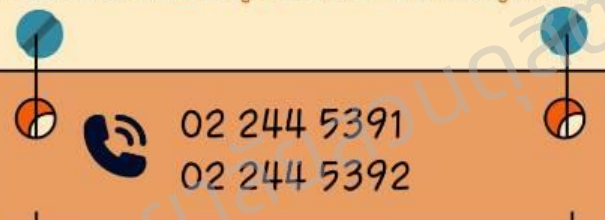
ช่องทางการติดต่อ

Contacts us



ศูนย์ฝึกปฏิบัติการอาหารนานาชาติ
โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ศูนย์ฝึกปฏิบัติการอาหารนานาชาติ โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต
 Suan Dusit International Culinary Center, School of Culinary Arts, Suan Dusit University





อาหารการกินSDU

สมาชิก 1k คน

Nina Pan

เรื่องราวอาหารการกิน จากผู้เชี่ยวชาญด้าน
อาหารมาพูดคุย แบ่งปันประสบการณ์ทุกวันศุกร์
ค่ะ

CLUB HOUSE

อาหารการกิน

ทุกวันศุกร์ เวลา 19.00 – 20.00 น.





ขอเชิญร่วมบริจาคทุนทรัพย์เพื่อนำไปทำประโยชน์ต่อสังคม

สามารถโอนผ่านบัญชีสะสมทรัพย์ ชื่อบัญชี

นายธนพัฒน์ แสงรุ่งเรือง

และนายนราธิป ปุณเกษม

และน.ส. รณิดา ศรีธนาพร



บัญชีเลขที่ 079-7-23793-0

ขอความอนุเคราะห์ตอบแบบประเมิน

ร้อยละ ร้อยเรื่องราวชนมหวานไทย

SCAN QR CODE
ตอบแบบประเมิน



ขอบคุณค่ะ

