

EP.191

หลักสูตรอบรมโรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ขนมไทยโบราณหารับประทานยาก



วันพุธที่ 16 กันยายน 2569

เวลา 17.00 - 18.00 น.

โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต



ลงทะเบียนอบรม

และรับวุฒิบัตร

16.30 - 17.40 น.

ขอเชิญร่วมบริจาคทุนทรัพย์เพื่อนำไปทำประโยชน์ต่อสังคม

สามารถโอนผ่านบัญชีสะสมทรัพย์ ชื่อบัญชี นายธนพัฒน์ แสงรุ่งเรือง และ นายนราธิป ปุณเทศม และ น.ส.รณิดา ศรีธนาพรุณ



บัญชีเลขที่ 079-7-23793-0

ประชุมบทคหกรรมศาสตร์: ก่อนลงมือทำขนมไทย

เจาะลึกวิทยาศาสตร์ วัตถุดิบ
และศิลปะเบื้องหลัง 4 ขนมไทยเอกลักษณ์



มากกว่าความหวาน คือ วิวัฒนาการทางวัฒนธรรม

ขนมไทยทั้ง 4 ชนิด ไม่เพียงแต่มีรสชาติที่ลุ่มลึก
แต่ยังสะท้อนถึงการเดินทางของประวัติศาสตร์
การผสมผสานของวัตถุดิบข้ามซีกโลก
และภูมิปัญญาของช่างฝีมือไทยแต่โบราณ



บริบททางประวัติศาสตร์



ความหมายและประเพณี



ศาสตร์แห่งวัตถุดิบ



เกสรลำเจียก



เมื่อดขนุน



คันตรา



กล้วยไข่เชื่อม



เกสรลำเจียก: ศิลปะแห่งความประณีต จากราชสำนัก

ขนมโบราณที่ได้รับการบันทึกในหน้าประวัติศาสตร์
ปรากฏชื่อใน กาพย์เห่ชมเครื่องคาวหวาน
บทพระราชนิพนธ์ในพระบาทสมเด็จพระพุทธเลิศ
หล้านภาลัย (รัชกาลที่ 2)

รูปลักษณะจำลองมาจาก
ดอกลำเจียกที่สุกงอม



แป้งข้าวเหนียวอบควันเทียน
ร้อนผ่านตะแกรงเป็นแผ่นบาง



ไส้มะพร้าว
หวานมันกลมกล่อม

สะท้อนความใจเย็น ความละเอียดอ่อน และความประณีตชั้นสูงของงานคหกรรมศาสตร์



เม็ดยาลูก: อิทธิพลตะวันตกสู่ขนมมงคลไทย

ถือกำเนิดจากการผสมผสานวัฒนธรรมในสมัยอยุธยาตอนปลาย
ได้รับอิทธิพลจากชาวโปรตุเกสผ่านการริเริ่มของ
ท้าวทองกีบม้า (มารี กีมาร์)

ผู้พลิกโฉมวงการขนมไทยโดยนำ ไข่ และ น้ำตาล มาเป็นแกนหลัก





ปั้นทรงคล้าย
เมล็ดของผลงุ่น



แกนหลักจากไข่และน้ำตาล
เคลือบผิวให้มีความเงางาม



Meaning Box

๑ ใน ๙ ขนบมงคล สื่อถึงการมีผู้นำ
อุปถัมภ์คำชูในหน้าที่การงานและการใช้ชีวิต
(นิยมใช้อย่างยิ่งในงานมงคลสมรส)



หัตตรา (ขนมทองห่อ): เอกลักษณ์ความมั่งคั่งแห่งอยุธยา

ขนมที่ต่อยอดมาจากตระกูลขนมทอง
เชื่อกันว่ามีรากฐานชื่อมาจาก
ขนมที่ต่อยอดมาจากตระกูลขนมทอง
เชื่อกันว่ามีรากฐานชื่อมาจาก
ย่านหัตตรา ในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา
ปัจจุบันเป็นขนมโบราณที่หารับประทานยาก



ถั่วกวนเนื้อเนียน
ปั้นเป็นชั้นสี่เหลี่ยมคล้ายลูกเต๋า



สายไข่

โรยเป็นตาข่าย
สื่อความหมายถึง
การห่อหุ้มทรัพย์สินสมบัติ

Technique Warning Box

ทำทากษะช่างทำขนม: ต้องใช้ความแม่นยำในการ
คุมไฟ เพื่อโรยสายไข่ให้เส้นเล็กสม่ำเสมอและไม่ขาดตอน

กล้วยไข่เชื่อม:

ภูมิปัญญาการถนอมอาหาร ภูมิปัญญาการถนอมอาหาร

การเชื่อมไม่ใช่เพียงการทำของหวาน แต่คือ
ภูมิปัญญาดั้งเดิม เพื่อยืดอายุผลผลิตทางการเกษตร

ใช้ระดับความร้อนและน้ำตาลที่เหมาะสม
เพื่อ รัดโครงสร้าง เนื้อผลไม้ไม่ให้เละ



คู่แท้แห่ง ประเพณีสารทไทย



กล้วยไข่เชื่อม + กะทิ
รสหวานชุ่มฉ่ำ ตัดเค็มมัน



กระยาสารท
รสชาติเข้มข้น เนื้อสัมผัสกรุบกรอบ

ความแตกต่างที่ลงตัว
ชูความอร่อยเมื่อรับประทานคู่กันอย่างสมบูรณ์แบบ

บริบททางวัฒนธรรมและความหมาย

ความหมายมงคล



เมื่อดขุน
(การหนุนนำ อุปถัมภ์)



หัตตรา
(การทอหุ้มทรัพย์สินสมบัติ)

ศิลปะชั้นสูง



เกสรลำเจียก
(ความประณีตและใจเย็น)

ผูกพันตามประเพณี



กล้วยไข่เชื่อม
(เทศกาลสารทไทย)





“จากหน้าประวัติศาสตร์ สู่การลงมือทำ”

ข้อมูลเหล่านี้ไม่ใช่เพียงเรื่องเล่าในอดีต
แต่คือ ‘หัวใจ’ ที่ช่างทำขนมต้องเข้าใจก่อนลงมือปฏิบัติ
การเข้าใจรากฐานและวิวัฒนาการ
จะทำให้ขนมทุกชิ้นที่คุณทำ
มีจิตวิญญาณและรสชาติที่สมบูรณ์แบบ

เตรียมพร้อมเข้าสู่ภาคปฏิบัติการทำขนมไทย

หัวใจสำคัญของงานคหกรรมศาสตร์



วิทยาศาสตร์ในขนมไทย (Food Science)
- ความเข้าใจเรื่องความร้อนและปฏิกิริยาเคมี



วัตถุดิบและอุปกรณ์ (Raw Materials & Tools)
- การคัดเลือกและดัดแปลงภาพสูงสุดของวัตถุดิบ



คุณค่าและศิลปะ (Culture & Artistry)
- ประวัติศาสตร์และการยกระดับการนำเสนอ

ภาคที่ ๑: วิทยาศาสตร์ในขนมไทย

ศาสตร์แห่งความร้อนและเคมีที่มองไม่เห็น

หลักสูตรรอบบรมโรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ศาสตร์แห่งน้ำเชื่อม: ไส vs. ข้น

น้ำเชื่อมใส (Clear Syrup)

Function: สำหรับต้มให้สุกถึงเนื้อใน

Application: กล้วยไข่เชื่อม

น้ำเชื่อมข้น (Thick Syrup)

Function: สำหรับเคลือบผิวและชุบไข่ให้เกาะติด

Application: เม็ดขนุน, หันตรา

การควบคุมอุณหภูมิ: มองหา ‘ฟองตาปลา’



1. ฟองเล็ก (Simmer)



2. ฟองตาปลา (Fish Eye)



3. เดือดพล่าน (Rolling Boil)

ฟองละเอียดระดับ ‘ตาปลา’ คือหัวใจสำคัญ

ช่วยป้องกันไม่ให้ไข่กระด้างเมื่อซุบ (เมื่อดช้อน)
และควบคุมไม่ให้เนื้อกล้วยไข่เชื่อมและจากไฟที่แรงเกินไป

บทบาทของน้ำปูนใส (Calcium Hydroxide)

ไม่ได้แช่น้ำปูนใส (โครงสร้างละเอียด)



แช่น้ำปูนใส (โครงสร้างแข็งแรง)



แคลเซียมไฮดรอกไซด์ทำปฏิกิริยา "รัดโครงสร้าง" ของเนื้อกล้วย ทำให้กล้วยมีความหนึบ คงรูปสวยงาม และไม่เลอะแพ้ง่ายเมื่อโดนความร้อนเป็นเวลานาน

ภาคที่ ๒: วัตถุดิบและอุปกรณ์

ความลับของการคัดสรรและตั้งคักยภาพสูงสุด



ระดับความสุกของกล้วยไข่ที่สมบูรณ์แบบ



ระยะ 'ห่าม' (กำลังดี)

สีเปลือกและเนื้อสัมผัสในระยะนี้
เหมาะสมที่สุดสำหรับการนำมาเชื่อม
ทนความร้อนได้ดี ไม่เละ และไม่ฝาด

ความแตกต่างของไข่เป็ดและไข่ไก่

ไข่เป็ด (Duck Egg)



สีส้มจัด / ความหนืดสูง
(สร้างโครงสร้างตารางหนาและเคลือบเมล็ดพันธุ์ได้ดีเยี่ยม)

ไข่ไก่ (Chicken Egg)



สีเหลืองอ่อน / ความหนืดต่ำ

การเข้าใจความหนืดและสี นำไปสู่เทคนิคการผสมไข่เพื่อสีเหลืองทองที่พอดี

กายวิภาคของไข่: การแยก ‘น้ำค้างไข่’



น้ำค้างไข่
(ส่วนไข่ขาวที่ใสและเหลวที่สุด)

การนำน้ำค้างไข่ออกช่วยลด ‘กลิ่นคาว’ อย่างสิ้นเชิง
และทำให้ไข่ที่เคลือบเมล็ดขนุนหรือหั่นตำมีสีเหลืองทองบริสุทธิ์ สวยงาม

เกสรลำเจียก: การควบคุมความชื้นและโครงสร้าง

1



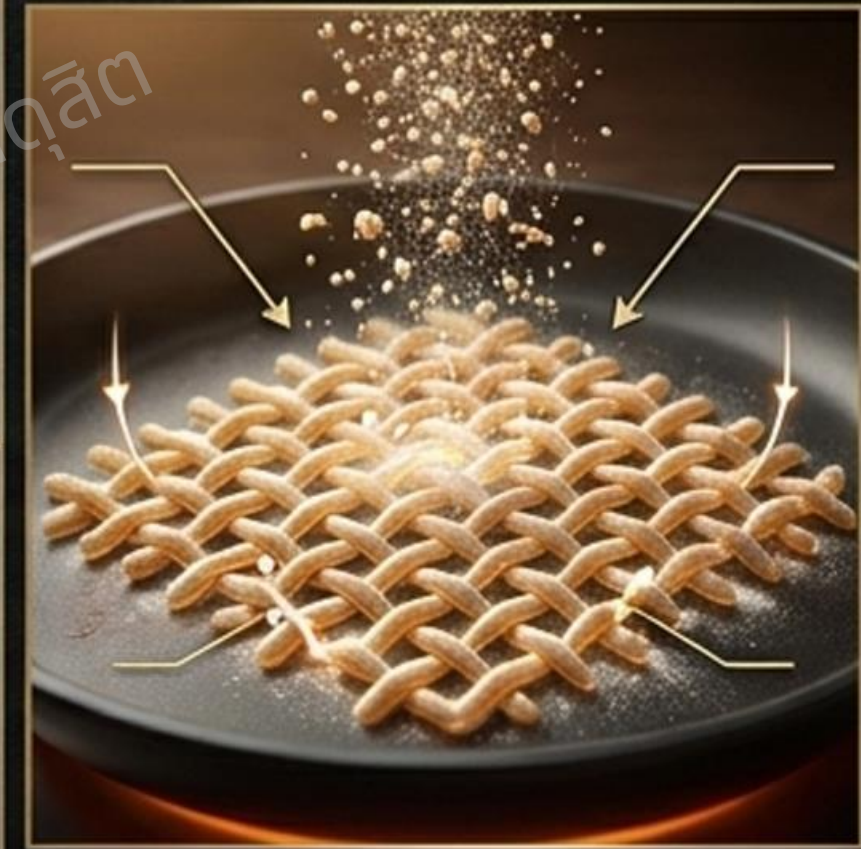
การเลือก “มะพร้าวทึนทึก”
สำหรับทำไส้

2



ควบคุมความชื้นของ
แป้งข้าวเหนียว

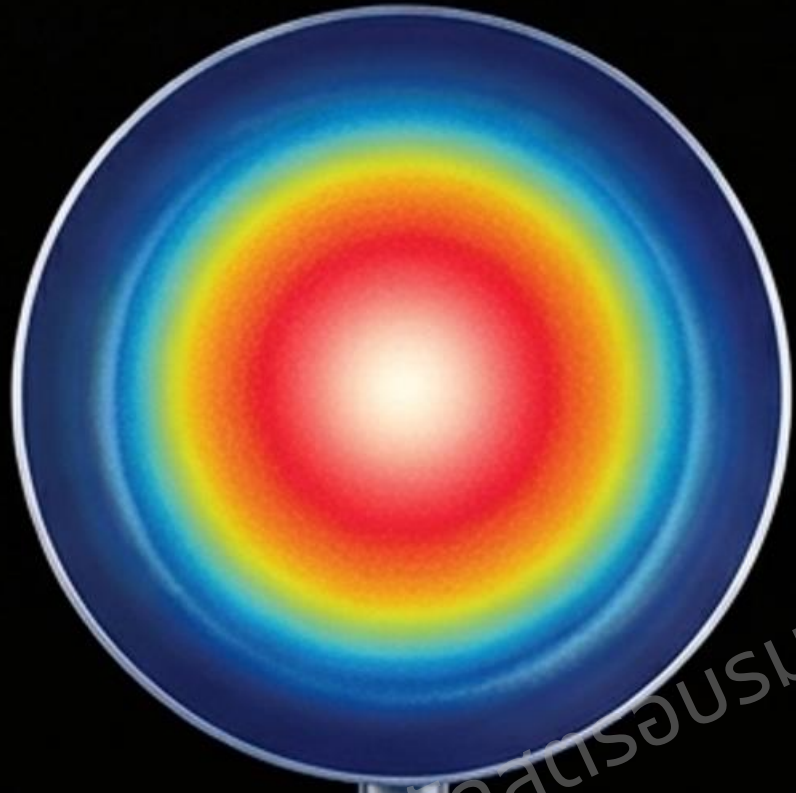
3



แป้งจับตัวเป็นแผ่นยืดหยุ่นเมื่อ
ร้อนลงกระทะ ไม่ร้อนแตก

การคุมความชื้นของแป้งข้าวเหนียวให้พอเหมาะ คือความลึบที่ทำให้แป้งจับตัวเป็นแผ่นยืดหยุ่นเมื่อร้อนลงกระทะ ไม่ร้อนแตก

ทำไมต้อง ‘กระทะทองเหลือง’ ?

กระทะทั่วไป	กระทะทองเหลือง
	
กระทะทั่วไป: ความร้อนกระจุกตัว เสี่ยงน้ำเชื่อมไหม้	กระทะทองเหลือง: กระจายความร้อนได้สม่ำเสมอ

ป้องกันน้ำเชื่อมไหม้ติดกระทะ ช่วยให้ขนมมีสีสวยงามสดใส ไม่หมองคล้ำ

ภาคที่ ๓: คุณค่าทางวัฒนธรรมและประวัติศาสตร์



ขนมมงคล (หั่นตรา, เม็ดขนุน)
สัญลักษณ์แห่งความมั่งคั่งและสิริมงคล (ทองคำ)



ขนมโบราณ (เกสรลำเจียก)
ตัวแทนของความประณีตและทักษะชั้นสูงของชาววัง

ศิลปะการจัดเสิร์ฟ (Food Styling)



ผสมผสานรูปแบบดั้งเดิมเข้ากับการนำเสนอร่วมสมัย
เพื่อเพิ่มมูลค่าและสร้างเอกลักษณ์

พื้นฐานพร้อมแล้ว...
ขอต้อนรับเข้าสู่บทเรียนวิถีโอสาธิตการทำขนมไทย



ศาสตร์แห่งเวลา อุณหภูมิ และความตั้งใจ

ร่วมสืบสานภูมิปัญญาและวิวัฒนาการทางวัฒนธรรม
ผ่านทุกขั้นตอนของการทำขนมไทย



เม็ดขนุน



วิธีทำ

1. ล้างข้าวเราะเปลือกให้สะอาด แช่วข้าวอย่างน้อย 3 ชั่วโมง ใส่กระชอนให้สะเด็ดน้ำ
2. นึ่งข้าวด้วยไฟแรงจนสุกนุ่ม
3. นำข้าวที่นึ่งผสมกับกะทิ ปั่นให้ละเอียด
4. เทส่วนผสมลงในกระทะทองเหลืองกวนด้วยไฟกลางจนข้าวเริ่มแห้ง เติมน้ำตาลทราย กวนต่อจนส่วนผสมเกือบแห้ง ลดไฟลงกวนต่อจนข้าวร้อนจากกระทะ ออกควันเทียนอย่างน้อย 3 ชั่วโมง
5. ปั่นเป็นลูกกลมรี ขนาดพอเหมาะ
6. ผสมน้ำตาลทรายกับน้ำลอยดอกมะลิ ตั้งไฟเคี่ยวจนน้ำเชื่อมข้น (เดือดเป็นฟองเล็กๆ) เติมน้ำมันมะลิ 1 ช้อนชา
7. คนไข่แดงให้แตก นำเม็ดขนุนที่ปั้นไว้มาชุบไข่แดง
8. ตั้งน้ำเชื่อมให้เดือดแล้วดับไฟรอให้น้ำเชื่อมหายเดือด ใส่เม็ดขนุนที่ชุบไข่แล้วลงบนน้ำเชื่อม พอเต็มกระทะ (เปิดไฟอ่อน) ตักน้ำเชื่อมราด (ถ้าน้ำเชื่อมเดือดไข่จะสุกด้าน ไม่สวย) กลับเม็ดขนุนลงในน้ำเชื่อม พอไข่สุกตักขึ้นจากน้ำเชื่อมทิ้งให้เย็น

ถั่วกวน

ถั่วเขียวเราะเปลือกนึ่งสุก (ใช้ถั่วดิบ 120 กรัม)	250 กรัม
กะทิ	250 กรัม
น้ำตาลทราย	150 กรัม

ถั่วกวน (ปริมาณมาก)

ถั่วเขียวเราะเปลือก	500 กรัม
กะทิ	1,000 กรัม
น้ำตาลทราย	500 กรัม

น้ำเชื่อมข้น

น้ำตาลทราย	1,000 กรัม
น้ำลอยดอกมะลิ	750 กรัม
กลิ่นมะลิ	5 กรัม

ไข่ชุบ

ไข่แดง ไข่ขาว	5 ฟอง
---------------	-------

เทียนอบ

1 ชิ้น



หั่นตรา

วิธีทำไข่ฟอย

1. รีดกรองไข่เปิดทั้งไข่ขาวและแดงด้วยผ้าขาวบางที่แห้งสนิท พักไว้
2. กระทะตั้งไฟ ทาน้ำมันพืชบาง ๆ พอกระทะร้อนใช้มือจุ่มไข่โรยลงในกระทะให้เป็นตารางถี่ ๆ หรือ เส้นฟอย เมื่อสุกนำขึ้นมาห่อถั่วกวน

วิธีทำหั่นตรา

1. ปั้นถั่วกวนเป็นรูปสี่เหลี่ยมจัตุรัสขนาดพอดีคำ กดตรงกลางให้ยุบลงเล็กน้อย
2. ผสมน้ำตาลทรายกับน้ำลอยดอกมะลิ ตั้งไฟเคี่ยวจนน้ำเชื่อมข้น (เดือดเป็นฟองเล็ก ๆ) เติมน้ำมันมะลิ 1 ช้อนชา
3. คนไข่แดงให้แตก นำถั่วที่ปั้นไว้มาชุบไข่แดง
4. ตั้งน้ำเชื่อมให้เดือดแล้วดับไฟรอให้น้ำเชื่อมหายเดือด ใส่ถั่วกวนที่ชุบไข่แล้วลงบนน้ำเชื่อม พอเต็มกระทะเปิดไฟอ่อน ตักน้ำเชื่อมราดแล้วกลับลงในน้ำเชื่อม (ถ้าน้ำเชื่อมร้อนจัด ไข่จะสุกด้าน ไม่สวย) พอไข่สุกตักขึ้นห่อด้วยไข่ฟอย

ถั่วกวน

ถั่วเขียวเราะเปลือกนึ่งสุก	250 กรัม
(ใช้ถั่วดิบ 120 กรัม)	
กะทิ	250 กรัม
น้ำตาลทราย	150 กรัม

ถั่วกวน (ปริมาณมาก)

ถั่วเขียวเราะเปลือก	500 กรัม
กะทิ	1,000 กรัม
น้ำตาลทราย	500 กรัม

น้ำเชื่อมข้น

น้ำตาลทราย	1,000 กรัม
น้ำลอยดอกมะลิ	750 กรัม
กลิ่นมะลิ	5 กรัม

ไข่ชุบ

ไข่แดง ไข่เปิด	5 ฟอง
----------------	-------

เทียนอบ

1 ชิ้น

กล้วยไข่เชื่อม

ส่วนผสม

1. กล้วยไข่ 20 ลูก
2. น้ำ 1 ลิตร
3. น้ำตาล 1,000 กรัม
4. น้ำมะนาว 1 ช้อนโต๊ะ
5. น้ำกะทิ 1,000 กรัม
6. แป้งข้าวเจ้า 1 ช้อนโต๊ะ
7. เกลือ 8 กรัม
8. ใบเตย 10 ใบ

วิธีการทำ

1. นำน้ำกับน้ำตาลใส่กระทะทองยกขึ้นตั้งไฟเคี่ยวจนน้ำตาลละลายเป็นยางมะตูม
2. ปอกเปลือกกล้วยลอกเส้นใยกล้วยออกให้หมด ใส่น้ำเชื่อมที่เดือด
3. เชื่อมไปสักครู่ จนเห็นว่าสีของกล้วยสุกเหลืองและใสทั่วกัน จึงตักขึ้นใส่จาน ระหว่างเชื่อมใส่น้ำมะนาวเล็กน้อย เพื่อให้กล้วยมีความเงาสวยขึ้น
4. ทำน้ำกะทิโดย นำกะทิ เกลือ แป้งข้าวเจ้าใส่หม้อตั้งไฟกลาง พอกะทิเริ่มเดือด และขึ้นขึ้นยกออกจากเตา



ขนมเกสรลำเจียก/ละอองลำเจียก

ส่วนผสมไส้ขนม

1. มะพร้าวทึนทึกขูดเส้น 200 กรัม
2. น้ำตาลทราย 150 กรัม
3. แป้งมันสำปะหลัง 25 กรัม
4. กลิ่นมะลิ 1/8 ช้อนชา

ส่วนผสมแป้ง (ละอองลำเจียก)

1. แป้งข้าวเหนียว
2. น้ำเปล่า
3. กลิ่นมะลิ
4. สีผสมอาหาร (สีชมพูหรือสีเขียว)



วิธีการทำไส้ขนม และแป้ง (ละอองลำเจียก)

1. เริ่มจากทำไส้ขนม นำมะพร้าวทึนทึกขูดเส้น ใส่กระทะทองเหลือง น้ำตาลทราย แป้งมันสำปะหลัง กลิ่นมะลิ สีผสมอาหาร คนให้ส่วนผสมกระจายตัวทั่ว นำขึ้นตั้งไฟ ผัดให้ค่อนข้างแห้ง ช้อนเหนียวพอปั้นได้ยกลง
2. นำมาปั้นเป็นแท่งยาวประมาณ 3 นิ้ว พักไว้
3. ต่อมามาทำตัวแป้ง ผสมน้ำเปล่า สีผสมอาหาร (สีอ่อน) และกลิ่น คนให้เข้ากัน
4. นำแป้งใส่อ่างผสม ค่อย ๆ เติมน้ำ (ในข้อ1) แล้วนวด พอเข้ากัน เป็นก้อนขึ้น ๆ ระวังอย่าให้แฉะ
5. ร่อนแป้งผ่านตระแกรง พักไว้ (ใช้พลาสติกฟิล์มคลุม กันไม่ให้แป้งแห้ง)

การม้วน

1. ตั้งกระทะเทปลอน ใช้ไฟอ่อน ร่อนแป้งผ่านกระชอน ให้มีความหนาสม่ำเสมอ และเป็นแผ่นกลม เมื่อแป้งสุกได้ที่ สังเกตว่าแป้งจะมีรอยแตกเป็นวงรอบ
2. วางไส้ขนมบนแป้ง แล้วม้วนแป้งให้สุด (ลักษณะคล้ายทองม้วน)



เปิดรับสมัคร หลักสูตรระยะสั้น

อาหารไทย ขนมอบเบื้องต้น อาหารว่างไทย
 อาหารญี่ปุ่น ขนมไทย อาหารว่างจีน
 อาหารยุโรป ขนมปัง อาหารว่างญี่ปุ่น
 อาหารอิตาเลียน ไอศกรีม เค้กและคุกกี้
 เครื่องดื่มโฮมเมด ข้าวแช่ เค้กและขนมปัง
 อาหารเพื่อการประกอบอาชีพ บาร์และเครื่องดื่ม
 กาแฟและเบเกอรี่สำหรับกาแฟ ครีวชองค์และเดนิช



เปิดรับสมัคร หลักสูตรระยะยาว

หลักสูตรช่างฝีมืออาหารไทย
 หลักสูตรเค้กและคุกกี้
 หลักสูตรอาหารหวาน
 หลักสูตรอาหารนานาชาติ(ยุโรป)
 หลักสูตรขนมปังและพายเฟลเกอร์
 หลักสูตรพื้นฐานอาหารตะวันตก



สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม 02-244-5391-2 ทุกวันเว้นวันหยุดนักขัตฤกษ์

ช่องทางการติดต่อ

Contacts us



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.





ขอเชิญร่วมบริจาคทุนทรัพย์เพื่อนำไปทำประโยชน์ต่อสังคม

สามารถโอนผ่านบัญชีสะสมทรัพย์ ชื่อบัญชี

นายธนพัฒน์ แสงรุ่งเรือง

และนายณราธิป ปุณเกษม

และน.ส. รณิดา ศรีธนาพร



บัญชีเลขที่ 079-7-23793-0

ขอความอนุเคราะห์ตอบแบบประเมิน

ขนมไทยโบราณหารับประทานยาก

SCAN QR CODE
ตอบแบบประเมิน



ขอขอบคุณค่ะ

หลักสูตรอบรมโรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต