

EP.49

หลักสูตรอบรม โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ของว่างหลากหลายตำรับ

วันพุธที่ 14 มิถุนายน 2566

เวลา 17.00 - 18.10 น.

โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต



ลงทะเบียนร่วมงาน

และรับวุฒิบัตร

เวลา 16.30-17.00 น.

หมายเหตุ : กรณีที่ไม่ได้ลงทะเบียนเข้าร่วมงานผู้จัดอบรมขอสงวนสิทธิ์ไม่ดำเนินการจัดทำวุฒิบัตร
และจะต้องเข้าอบรมเป็นระยะเวลาไม่น้อยกว่า 40 นาที



คอหมูย่างจิ้มแจ่ว



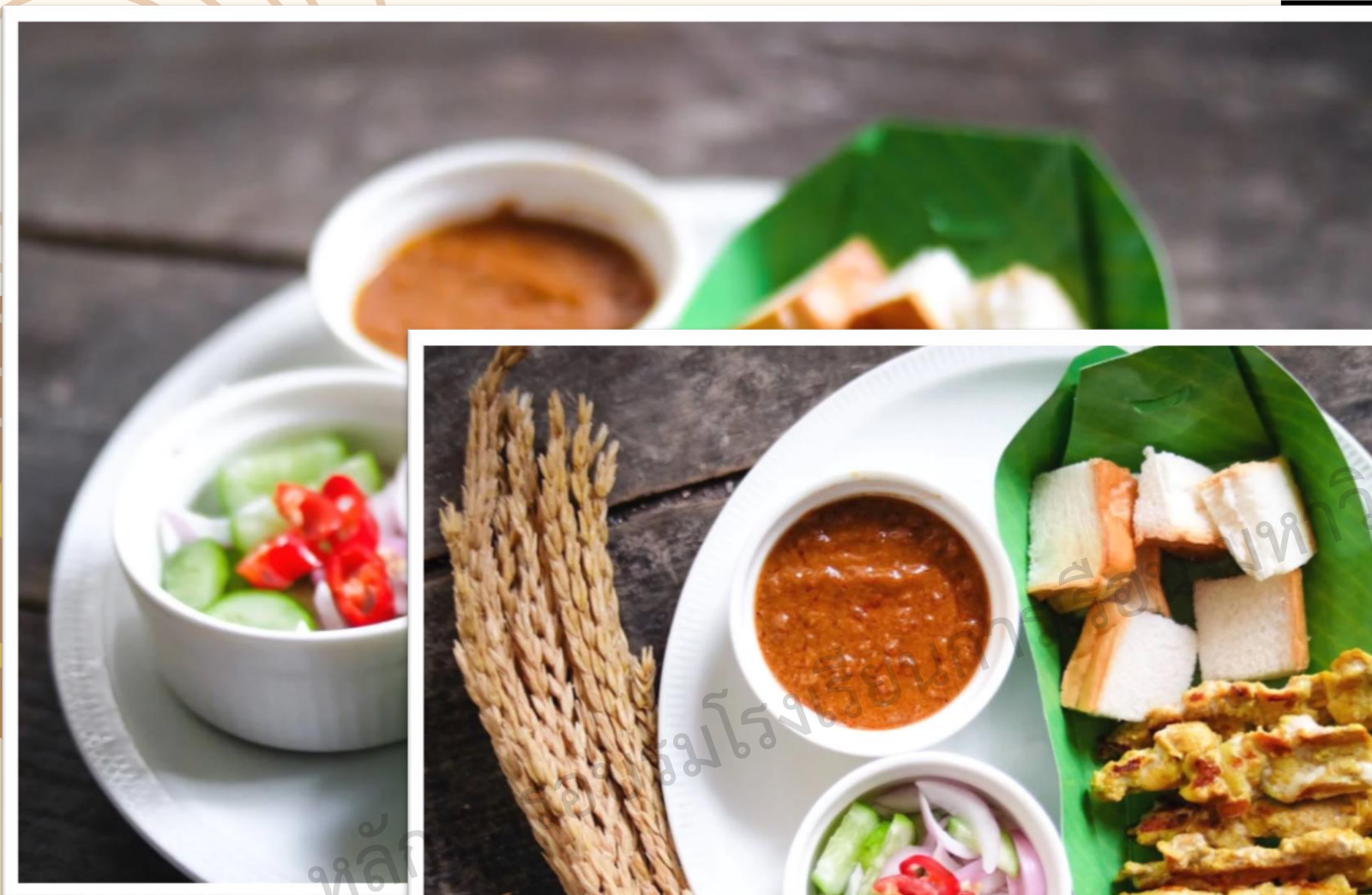
สะเต๊ะดี๊ดี



ขนมปังหน้าหมู และอาจาด

วันที่ 14 มิถุนายน 2566
วิทยากร ผศ.จารุณี วิเทศ
โรงเรียนการเรือน





สะเต๊ะ

ส่วนผสม

เนื้อหมู (ส่วนสะโพก/สันใน)	1 กิโลกรัม	นมจืดหวาน	3 ช้อนโต๊ะ
หัวกะทิขุ่น	400 กรัม	น้ำตาลปีบ	6 ช้อนโต๊ะ
หอมเล็ก (โกลกละเอียด)	100 กรัม	ถั่วลิสงคั่วป่น	5 ช้อนโต๊ะ
ลูกผักชี	2 ช้อนชา	น้ำปลา	5 ช้อนโต๊ะ
ลูกยี่ห่วย	1 ช้อนชา	เหล้าสาเกหรือเหล้าแม่โจ้	5 ช้อนโต๊ะ
ผงขมิ้น	5 ช้อนชา	(ไม่ใส่ก็ได้)	
เกลือ	2 ช้อนชา	ผักกาดหอมและแตงกวา (ผักเคียง)	

วิธีทำ

1. แล่หมูและพังพืดหมูออกให้หมด ใช้มีดหั่นตัดลายกล้ามเนื้อเป็นชิ้นบาง (กว้าง 1 นิ้ว ยาว 3 นิ้ว) โดยประมาณใส่อ่างผสมไว้
2. คั่วลูกผักชีและยี่ห่วย จนเหลืองหอม ใส่ลงครกตำให้ละเอียด ใส่หอมเล็กโกลกละเอียดลงไป ใส่ถั่วลิสงโกลกละเอียดลงไป เมื่อละเอียดดีแล้วตักใส่อ่างผสมหมูที่พักไว้ เทหัวกะทิลงไป ผสมด้วยน้ำตาลปีบ เกลือ น้ำปลา ผงขมิ้น นมจืดและเหล้า แล้วใช้สองมือย่ำนวดเนื้อหมูกับเครื่องหมักให้นานๆ เพื่อให้หมูนุ่ม และเครื่องปรุงซึมเข้าเนื้อหมู จากนั้นหมักทิ้งไว้ 3 ชั่วโมง
3. หยิบชิ้นหมูขึ้นมาเสียบไม้ โดยเสียบแบบคั่นเหมือนเย็บผ้า พอต้นสุดชิ้นหมูแล้วให้กดเนื้อหมูอัดเข้าไปให้แน่น จนดูกลม ทำจนหมด ความหนาของชิ้นหมูในน้ำหมักชิ้นมาให้หมด แล้วเก็บน้ำหมักไว้พรมหมูเวลาบั้งสะเต๊ะ
4. บั้งสะเต๊ะบนเตาถ่านด้วยไฟกลางค่อนไปทางอ่อน (ระหว่างบั้งให้หมักพรมน้ำหมัก) จนหมูสุกดี เสิร์ฟกับน้ำจิ้ม แตงกวา และผักกาดหอม



โรงเรียนการเรือน
มหาวิทยาลัยอุดรธานี

น้ำจิ้มสะเต๊ะ

ส่วนผสม

หอมเล็ก	5 หัว
พริกชี้ฟ้าแดง	2 เม็ด
น้ำเปล่า	10 ช้อนโต๊ะ
น้ำส้มสายชู	2½ ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลทราย	200 กรัม
เกลือ	1 ช้อนชา

วิธีทำ

โกลกละหอมเล็กกับพริกชี้ฟ้าแดงให้ละเอียดพักไว้
ผสมน้ำส้มสายชูกับน้ำแล้วใส่น้ำตาลและเกลือ
คนให้ละลายเข้ากัน ชิมให้ได้สามรส
นำไปเสิร์ฟกับสะเต๊ะ





SPICY



คอหมูย่างจิ้มแจ่ว



คอหมูย่างจิ้มแจ่ว



ส่วนผสมคอหมูย่าง

สันคอหมู	700 กรัม
เบ็ดผักชีคั่ว	10 กรัม
กระเทียม	25 กรัม
รากผักชี	10 กรัม
พริกไทยขาว	5 กรัม
ยี่หร่าป่น	½ ช้อนชา
น้ำปลา	2 ช้อนโต๊ะ
ซอสหอยนางรม	4 ช้อนโต๊ะ
ซอสปรุงรส	2 ช้อนโต๊ะ
ซีอิ๊วขาว	2 ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลมะพร้าว	100 กรัม

วิธีทำ

โหลกเบ็ดผักชีคั่ว พริกไทย กระเทียม รากผักชี
โหลกให้ละเอียด จากนั้นนำไปผสมกับน้ำตาลมะพร้าว
น้ำปลา ซอสหอยนางรม ซอสปรุงรส ซีอิ๊วขาว
คนผสมให้เข้ากัน ใส่สันคอหมูหั่นชิ้นใหญ่ลงไปหมักไว้
ประมาณ 15 นาที จากนั้นนำไปย่างจนสุก
หั่นชิ้นพอคำจิ้มแจ่ว พร้อมรับประทาน

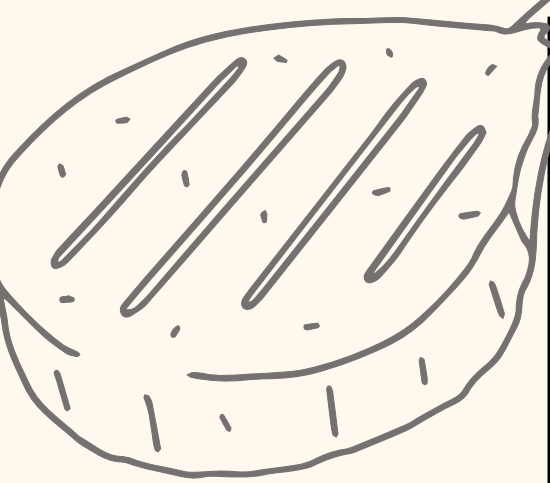
ส่วนผสมน้ำจิ้มแจ่ว

น้ำตาลมะพร้าว	250 กรัม
น้ำตาลทราย	50 กรัม
เกลือ	12 กรัม
น้ำมะขามเปียก	140 กรัม
เนื้อและน้ำกระเทียมดอง	75 กรัม
น้ำเปล่า	50 กรัม
ซอสปรุงรส	1 ช้อน
พริกป่นคั่ว	¼ ถ้วย
ข้าวคั่ว	¼ ถ้วย
ผักชีฝรั่ง	¼ ถ้วย
ผักชี	¼ ถ้วย

วิธีทำ

นำน้ำตาลมะพร้าว น้ำตาลทราย เกลือ น้ำมะขามเปียก
น้ำกระเทียมดองปั่นเนื้อเล็กน้อย น้ำเปล่า ใส่หม้อ
เคี่ยวไฟกลางให้ข้น ยกลง พักให้เย็น ใส่พริกป่น
ข้าวคั่ว ผักชีฝรั่ง ผักชี





สาริตการประกอบอาหารเมนู ขนมปังหน้าหมู ออจา

โดย อาจารย์ปมะ รอดม่วง

อาจารย์ผู้รับผิดชอบหลักสูตร ศศ.บ. สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์



COOK
AHOLIC

03





ขนมปังหน้าหมู และอาจาด



ส่วนผสมขนมปังหน้าหมู

หมูสับ	200 กรัม
น้ำเปล่า	1 ช้อนโต๊ะ
ซีอิ๊วขาว	1 ช้อนโต๊ะ
รากผักชีกระเทียมพริกไทย	1 ช้อนโต๊ะ
เกลือป่น	¼ ช้อนชา
ไข่ไก่	1 ฟอง
ขนมปังแซนวิช	10 แผ่น
น้ำมันปาล์มสำหรับทอด	1 ขวด
ผักชีแต่งหน้า	

ส่วนผสมอาจาด

น้ำส้มสายชู	¼ ถ้วยตวง
น้ำเปล่า	¼ ถ้วยตวง
น้ำตาลทราย	¼ ถ้วยตวง
เกลือป่น	1 ช้อนชา
แตงกวา	1 ลูก
พริกชี้ฟ้าแดง	1 เม็ด
หอมแดง	4 หัว

วิธีทำหมู

1. ผสมน้ำส้มสายชู น้ำตาลทราย น้ำเปล่า เกลือป่น ตั้งไฟให้เดือด แล้วยกลงปล่อยให้เย็น
2. ผสมเนื้อหมู น้ำเปล่า ซีอิ๊วขาว ไข่ไก่ครึ่งฟอง และเกลือเข้าด้วยกัน ใส่รากผักชี กระเทียม และพริกไทย นวดผสมให้เข้ากัน
3. ตัดขอบขนมปังแล้วตัดเป็นชิ้นสี่เหลี่ยมขนาดเท่ากัน ผึ่งขนมปังให้แห้งสักครู่ ใช้ช้อนตักเนื้อหมูป้ายลงบนขนมปังให้ตรงกลางบน แตงกวาให้เรียบ ทางด้วยไข่ แต่งหน้าด้วยผักชี และพริกชี้ฟ้าหั่นฝอย
4. ตั้งกระทะใส่น้ำมัน พอร้อนนำขนมปังใส่โดยคว่ำหน้าลง ทอดพอเหลือง ตั้งขึ้นพักบนตะแกรง
5. จัดเสิร์ฟพร้อมอาจาดแตงกวาซอย หอมแดงซอยและพริกชี้ฟ้าซอย



เปิดรับสมัคร หลักสูตรระยะสั้น

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



เปิดรับสมัคร หลักสูตรระยะยาว

หลักสูตรช่างฝีมืออาหารไทย
 หลักสูตรเค้กและคุกกี้
 หลักสูตรอาหารจานด่วน
 หลักสูตรอาหารนานาชาติ(ยุโรป)
 หลักสูตรขนมปังและพายเพสตรี
 หลักสูตรพื้นฐานอาหารตะวันตก



สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม 02-244-5391-2 ทุกวันเว้นวันหยุดนักขัตฤกษ์



ช่องทางการติดต่อ
 ศูนย์ฝึกปฏิบัติการอาหารนานาชาติ



โทร : 02-244-5391-2
 082-520-7978
 092-955-8757
 092-955-8758



ศูนย์ฝึกปฏิบัติการอาหารนานาชาติ



ศูนย์อาหารดุสิตนฤมล



sdu_chefschool@hotmail.com



sdu_chefschool



@783eecba



www.chefschool.dusit.ac.th



แบบประเมิน ความพึงพอใจ





THANKYOU

หลักสูตรอบรมโรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์