

เอกสารแนบการดำเนินการจัดการสอนของวิทยากร
วันอาทิตย์ที่ ๑๑ มิถุนายน ๒๕๖๐
สำหรับกลุ่ม๓ คนจำนวน ๕ กลุ่ม

การทำกะหรี่ปั๊บลีต่าง ๆ

ส่วนผสม ไล้กะหรี่ปั๊บลี

- หอมใหญ่ (หั่นสี่เหลี่ยมเล็ก) 100 กรัม
- หอมแดงสับ 20 กรัม
- เนื้อมะพร้าว 200 กรัม
- มันเทศ (หั่นสี่เหลี่ยมเล็ก) 300 กรัม ต้มให้สุกประมาณ 5 นาที
- ซอสปรุงรส 2-3 ช้อนโต๊ะ
- น้ำตาลทราย 1/4 ถ้วย + 2 ช้อนโต๊ะ
- เกลือป่น 1 ช้อนชา
- พริกไทยป่น 1 ช้อนชา
- ผงกะหรี่ 1 1/2 ช้อนชา
- เนยสดเล็กน้อยหรือน้ำมันพืชธรรมดา (สำหรับผัด)

วิธีทำ ไล้กะหรี่ปั๊บลี

1. ใส่เนยลงในกระทะเล็กน้อย
2. พอเนยร้อนใส่หอมใหญ่ลงไปผัดให้เหลืองหอม
3. ตามด้วยหอมแดง ผัดให้หอม
4. ใส่เนื้อมะพร้าวลงไปผัดจนสุก
5. ปรุงรสด้วยน้ำตาลทราย ซอสปรุงรส เกลือป่น พริกไทยป่น และผงกะหรี่
6. ใส่มันต้มสุกลงไปผัดให้เข้ากัน
7. ผัดจนให้ส่วนผสมแห้งดี ยกออกจากเตา ตักใส่จานพักไว้จนส่วนผสมแห้งสนิท

แป้งกะหรี่ปั๊

ส่วนผสม แป้งชั้นใน

- แป้งสาลีเอนกประสงค์ 140 กรัม
- น้ำมันพืช 6 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ แป้งชั้นใน

1. ร่อนแป้ง 1 ครั้ง แล้วทำหลุมตรงกลางแป้ง
2. ใส่ น้ำมันพืชลงไป ในหลุม ใช้ไม้พายคนตะล่อมจนแป้งจับตัวเป็นก้อน จากนั้นใช้มือนวดจน

แป้งเนียน

ส่วนผสม แป้งชั้นนอก

- แป้งสาลีเอนกประสงค์ 270 กรัม
- น้ำมันพืช 6 ช้อนโต๊ะ
- น้ำเย็น 6 ช้อนโต๊ะ
- น้ำปูนใส 6 ช้อนโต๊ะ
- น้ำตาลทราย 1 ช้อนโต๊ะ
- เกลือ 1 ช้อนชา

วิธีทำ แป้งชั้นนอก

1. ร่อนแป้ง 1 ครั้ง แล้วทำแป้งเป็นหลุมตรงกลาง
2. ผสมน้ำปูนใส น้ำตาลทราย เกลือป่น และน้ำเย็นเข้าด้วยกัน คนผสมให้ละลาย
3. เทน้ำมันพืชและน้ำที่ผสมไว้ลงไปในหลุมแป้งแล้วนวดพอเข้ากัน
- หลังจากทำแป้งทั้ง 2 ชั้นเสร็จแล้ว แบ่งแป้งทั้งสอง เป็น 10 ก้อนขนาดเท่า ๆ กัน ซึ่งจะได้ 10

ก้อน โดยประมาณจะได้แป้งใน 27กรัม แป้งนอก 43กรัม จะได้กะหรี่ปั๊ทั้งหมด 30 ตัว

• แผ่แป้งชั้นนอกเป็นแผ่น ๆ แล้วนำไปหุ้มแป้งชั้นในให้มิด คลึงเป็นก้อนกลม ๆ แล้วพักแป้งทิ้งไว้ประมาณ 10 นาที

- นำแป้งที่พักแล้วมารีดเป็นแผ่นยาว ๆ โดยรีดขึ้น-ลงเท่านั้น แล้วม้วนแป้งให้แน่น

วิธีการห่อกะหรี่ปั๊

- นำแป้งที่ม้วนไว้ 1 ก้อน มารีดตามยาวให้ได้ความยาวประมาณ 5-6 นิ้ว รีดขึ้น-ลงเท่านั้น ห้ามรีดไปด้านข้าง จากนั้นม้วนแป้งให้แน่น
- จับแป้งวางแนวตั้งแล้วรีดให้ได้ความยาวประมาณ 10-11 นิ้ว จากนั้นม้วนแป้งให้แน่น
- ตัดแบ่งแป้งเป็น 3 ส่วน พักแป้งแล้วรีดอีกครั้ง ทำเหมือนเดิม พักแป้งอีกครั้งประมาณ 10 นาที แต่จริง ๆ แล้ว พอรีดแป้งหมดแล้ว แป้งที่รีดไปก่อนก็พร้อมตัดแบ่งพอดีเลยล่ะ ไม่ต้องรอพักนาน เอาด้านที่สวยงามลง จับปลายแป้งมาแปะไว้ตรงกลาง
- รีดแป้งออกเป็นแผ่นวงรี หนาประมาณ 1/8 นิ้ว
- ตักส่วนผสมไส้ใส่ประมาณ 1 ช้อนโต๊ะ
- จับริมแป้งแล้วพับทบเข้าหากัน บีบริมแป้งให้แน่น ๆ แล้วจับจีบให้สวยงาม ทำจนหมด เตรียมไว้
- นำกะหรี่ปั๊ที่ห่อแล้วไปทอดในน้ำมันร้อน ๆ ใช้ไฟค่อนข้างอ่อน หมั่นพลิกไปพลิกมาเรื่อย ๆ จนขนมเป็นสีเหลืองสวย จากนั้นเร่งไฟแรงก่อนตักขึ้น

เอกสารแนบการดำเนินการจัดการสอนของวิทยากร

วันจันทร์ที่ ๑๒ มิถุนายน ๒๕๖๐

สำหรับกลุ่ม ๓ คนจำนวน ๕ กลุ่ม

การทำโรตี่ นม-น้ำตาล ใส่ไข่

ส่วนผสม โรตี่

- แป้งอเนกประสงค์ 600 กรัม
- เนยละลาย 15 กรัม
- ไข่ไก่ 1 ฟอง
- น้ำตาล 270 กรัม
- นมข้นหวาน 80 กรัม
- เกลือ 1 ช้อนชา
- เนย (สำหรับชุบแป้ง)
- นมข้นหวาน (โรยหน้า)

วิธีทำแป้งโรตี่

- ผสมเนยละลาย ไข่ไก่ น้ำ นมข้นหวาน และเกลือเข้าด้วยกัน
- นำแป้งอเนกประสงค์ใส่ลงในอ่างผสม
- ทำหลุมตรงกลางแป้ง ค่อย ๆ เทของเหลวใส่ลงไป
- ตีส่วนผสมด้วยความเร็วระดับ 1
- แป้งที่ได้จะเหนียวมาก ถ้าเครื่องตีกำลังน้อยจะตีไม่ไหว ให้เอาออกมาวนด้วยมือต่อ นวดให้ได้แป้งเนียน ๆ
- แบ่งแป้งเป็นก้อน ๆ (เราแบ่งได้ 21 ก้อน ไม่ได้ชั่งนะ กะ ๆ เอา) ชุบด้วยน้ำมันหรือเนยละลาย และเก็บใส่กล่องปิดฝา แช่ตู้เย็นไว้ข้ามคืน

วิธีทำโรตี่

- นำแป้งออกจากตู้เย็น รอให้คลายความเย็นลง ใช้มือกดและแผ่แป้งให้แบน (แป้งจะเหนียวยืดหยุ่น)
- นำกระทะขึ้นตั้งไฟ ใส่น้ำมันน้อย ๆ แล้วเอาแผ่นแป้งลงในกระทะแล้วพับ 4 ด้าน ทอดจนสุกกรอบ
- ตัดเป็นชิ้นสี่เหลี่ยม ราดนมข้นหวาน

เอกสารแนบการดำเนินการจัดการสอนของวิทยากร

วันอังคารที่ ๑๓ มิถุนายน ๒๕๖๐
สำหรับกลุ่ม ๓ คนจำนวน ๕ กลุ่ม

การทำโรตีมะตะบะ ใส่ไก่ ใส่เนื้อ ใส่กล้วย
ส่วนผสมแป้งโรตี่

1. แป้งอเนกประสงค์ 600 กรัม
2. ไข่ไก่ 1ฟอง
3. เนย15 กรัม
4. น้ำสะอาด 270 กรัม
5. นมข้นหวาน 80 กรัม
6. เกลือ 1 ช้อนชา

ส่วนผสมโรตี่ไส้คาว (ใส่ไก่/เนื้อ)

1. เนื้อ (ไก่/เนื้อวัว) บด 500 กรัม
2. หอมใหญ่หั่นสี่เหลี่ยมเล็กๆ 500 กรัม
3. น้ำตาลทราย 3ช้อนโต๊ะ
4. พริกไทยป่น 1ช้อนชา
5. ต้นหอมซอย 50 กรัม
6. ลูกผักชี 1 ช้อนชา คั่วไฟอ่อนๆให้หอม แล้วเอามาตำให้ละเอียด
7. น้ำมันพืชสำหรับผัดไส้โรตี่
8. เกลือป่น 1 ช้อนโต๊ะ
9. น้ำมันหอย 2 ช้อนโต๊ะ
10. ซีอิ๊วขาว 3 ช้อนโต๊ะ
11. ไข่ไก่ (สำหรับขั้นตอนผสมไส้ที่ผัดเรียบร้อยแล้ว) จำนวน 1 แผง

ส่วนผสมโรตี่ไส้หวาน (กล้วย)

1. กล้วยหอม 4 หวี
2. ไข่ไก่ 1 แผง
3. นม 3 กระป๋อง
4. น้ำตาล 2 กิโลกรัม

ส่วนผสมจาก

1. น้ำส้มสายชู 150 กรัม
2. น้ำตาลทราย 150 กรัม
3. เกลือป่น 1 ช้อนโต๊ะ
4. น้ำเปล่าสะอาด 300 กรัม
5. แดงกวา หอมแดงซอย พริกชี้ฟ้าขิงซอย

ขั้นตอนการทำแบ่งโรตี่

1. ร่อนแป้งประมาณ 1-2 ครั้ง ลงอ่าง
2. ตอกไข่ใส่ลงไป จากนั้นใส่น้ำและเกลือป่นลงไปละลายให้เข้ากัน
3. ใส่เนยสดละลายลงไป นวดแป้งให้นุ่มและเนียน ถ้าแป้งติดมือมากก็ใช้แป้งสาลีเป็นนวลช่วยในการนวด
4. เอาแป้งที่แบ่งเป็นก้อนกลมๆ แล้วใส่ภาชนะไว้และเทน้ำมันพืช เนยละลายแล้วละลาย ใส่ลงไปคลุกให้ทั่วแป้ง และรอพักไว้ครึ่งชั่วโมง

ขั้นตอนการทำไส้

1. เอาน้ำมันใส่กระทะประมาณ 2 ช้อนโต๊ะ
2. พอน้ำมันร้อน ใส่เกล็ดไปผัดให้สุก ใส่หอมใหญ่ซอยลงไปผัดให้เข้ากัน ปรงรสด้วยเกลือ น้ำตาลทราย ลูกผักชี พริกไทย สุดท้ายใส่ต้นหอมซอยลงไป
3. คนให้เข้ากันตักใส่ชามพักไว้

การทำจาก

นำน้ำส้มสายชู น้ำตาลทราย เกลือป่น และน้ำเปล่า ใส่รวมกันยกขึ้นตั้งไฟคนๆ พอให้เดือดสักครู่ จากนั้นปิดไฟ เทใส่ถ้วยพักให้เย็น เอาแดงกวา หอมแดง พริกชี้ฟ้า ใส่ลงไป ในน้ำส้มที่ปรุงแล้ว

หมายเหตุ สำหรับไส้เนื้อที่จัดได้ สูตรจะเปลี่ยนวัตถุดิบจากไก่เป็นเนื้อแทน