ชื่อหลักสูตร การทำขนมเค้กกล้วยหอม

จำนวน ๓ ชั่วโมง

กลุ่มวิชาอาชีพพาณิชยกรรมและบริการ

ความเป็นมา

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช ๒๕๔๒ (แก้ไขเพิ่มเติมพุทธศักราช ๒๕๔๕) และพระราชบัญญัติส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัย พุทธศักราช ๒๕๕๑ ได้กำหนดจุดมุ่งหมายสำคัญในการพัฒนาคนไทยให้ได้รับการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง ประกอบกับการเปลี่ยนแปลงของสถานการณ์ปัจจุบันและอนาคต ทั้งด้านประชากร การเมืองการปกครอง สังคม เศรษฐกิจ วิทยาศาสตร์เทคโนโลยี และสิ่งแวดล้อม รวมทั้ง การเชื่อมโยงสังคมเศรษฐกิจภูมิภาคเอเชีย ระดับภูมิภาค และระดับโลก จึงจำเป็นที่จะต้องจัดการเรียนรู้ตลอดชีวิต เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายประชาชนได้รับการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงของโลก ทั้งด้านการพัฒนาอาชีพการพัฒนาทักษะชีวิตและการพัฒนาสังคมและชุมชน ซึ่งจำเป็นต้องใช้วิธีการและรูปแบบที่หลากหลายตามความต้องการและความสนใจของประชาชนทุกกลุ่มวัย โดยเน้นกระบวนการคิดเพื่อแก้ปัญหาในชีวิตประจำวันตามหลักปรัชญาคิดเป็นและหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ขนมเค้ก “ขนมเค้ก” (cake) เป็นอาหารชนิดหนึ่งที่มักจะมีรสหวาน และผ่านกระบวนการอบ ซึ่งจะทามาจากแป้ง น้าตาล และส่วนประกอบอื่นๆ เช่น ไข่ผัก และผลไม้ที่ให้รสหวานหรือเปรี้ยว หรือส่วนประกอบที่มีไขมัน เช่น เนยชีส ยีสต์ นม เป็นต้น และนิยมรับประทานเป็นของหวาน และฉลองในเทศกาลต่าง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวันเกิดและวันแต่งงาน ซึ่งในโลกมีตารับหรือสูตรการทาเค้กเป็นจานวนล้านๆ สูตร ขนมเค้กมีหลากหลายชนิด อาทิ ชีสเค้ก ฟรุตเค้ก แพนเค้ก เค้กเนยสด และแยมโรล เป็นต้น Cake มีรากศัพท์มาจากภาษาของชาวไวกิ้ง (Old Norse word) ว่า "kaka" ประวัติเริ่มจากปี 1843 คุณอัลเฟรดเบิร์ด (AlfredBird 1811-1878) นักเคมีชาวอังกฤษ ได้ค้นพบ "ผงฟู" หรือ "baking powder" ทาให้เขาสามารถทาขนมปังชนิดที่ไม่มียีสต์ให้กับภรรยาของเขา อลิซาเบธ (Elizabeth) ได้เป็นครั้งแรกเนื่องจากภรรยาของเขาเป็นโรคภูมิแพ้เกี่ยวกับ ไข่และ ยีสต์ ในราวศตวรรษที่ 13 มีการค้นพบหลักฐานการอบขนมเค้กขั้นแอดวานซ์ที่เก่าแก่ที่สุดจากชาวอียิปต์โบราณโดยมักจะเป็นรสชาติ ของเค้กผลไม้และGinger bread รูปแบบเค้กทรงกลมที่เราเห็นกันทุกวันนี้ เริ่มราวกลางศตวรรษที่ 17 ในยุโรป ซึ่งเป็นช่วงที่มีพัฒนาการของเตาอบ แบบพิมพ์ขนมและน้าตาลทราย รสชาติที่นิยมก็ยังเป็นรสผลไม้ สาหรับประวัติขนมเค้กในประเทศไทยนั้น ย้อนกลับไปเมื่อปี พ.ศ. 2480 ขนมเค้กยังไม่เป็นที่รู้จักแก่คนทั่วไปมากนัก จะมีเพียงคนบางกลุ่มเท่านั้นที่ได้รับอารยธรรมตะวันตกหรือใกล้ชิดกับชาวต่างประเทศที่เข้ามาทาธุรกิจ

ร้านเบเกอรี่ (bakery) ในกรุงเทพฯ มีอยู่ไม่มากนัก ร้านที่เป็นที่รู้จักย่านถนนเจริญกรุงคือร้านมอนโลเฮียงเบเกอรี่ ต่อมาในปี พ.ศ. 2490 หลังจากสงครามโลกครั้งที่สองสิ้นสุดลง ประเทศไทยมีการติดต่อค้าขายทาธุรกิจกับต่างประเทศ และการท่องเที่ยวมีการขยายตัวมากขึ้น ทาให้มีความต้องการบริโภคขนมเค้ก ขนมปัง เพสตรี้ เพื่อบริการแก่ลูกค้าหรือนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศมีมากขึ้น ด้วยเหตุนี้ธุรกิจเบเกอรี่หรือขนมเค้ก ขนมปัง ขนมคุ๊กกี้จึงขยายตัวและเป็นที่รู้จัก และได้รับความนิยมอย่างแพร่หลาย นับตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา ประเภทของเค้ก 1. เค้กเนย (butter cake) เป็นเค้กที่มีไขมันสูง การขึ้นฟูของเค้กประเภทนี้เกิดจากอากาศที่ได้จากการตีเนยกับน้าตาล โดย

ไขมันจะเก็บอากาศไว้ ซึ่งจะขยายตัวในระหว่างการอบ เค้กประเภทนี้ได้แก่ไวท์เค้ก ช็อกโกแลตเค้ก ฟรุ้ตเค้ก 2. เค้กไข่(unshortened cake หรือ Foam – type cake) เป็นเค้กที่ไม่มีไขมันในส่วนผสม เนื้อเค้กและปริมาตรของเค้กขึ้นอยู่กับการขยายตัวของไข่ขาวที่นามาตีจนเป็นฟองซึ่งจะเก็บอากาศเข้าไว้ในร ะหว่างการตีไข่ ทาให้เค้กขยายตัวหรือขึ้นฟูในระหว่างการอบ การทาเค้กประเภทนี้ควรทาด้วยความระมัดระวัง เพราะฟองที่เกิดจากการตีไข่ขาวนั้นอ่อนตัว ไม่เหมือนเค้กเนย เค้กประเภทนี้แบ่งได้ 2ประเภท 2.1 เค้กสปองจ์ (Sponge cake) เค้กชนิดนี้ขึ้นฟูด้วยไข่ คุณภาพของไข่จะมีผลต่อการทาสปองจ์เค้กมาก ไข่ที่สดและใหม่จะมีความคงตัวกว่า ไข่อุณหภูมิห้องจะตีได้ปริมาณที่มากกว่าไข่ที่เย็น เค้กนี้จะนาส่วนผสมทุกอย่างยกเว้นเนยละลายตีรวมกันโดยเพิ่มสารเสริมคุณภาพ ตีจนส่วนผสมขึ้นฟูจึงใส่เนยละลาย 2.2. เมอแรงก์เค้ก (merinque cake)โครงการศูนย์ฝึกอาชีพชุมชนการทำขนมเค้กกล้วยหอม เพื่อให้ประชาชนมีความรู้ในการประกอบอาชีพในการทำขนมเค้กกล้วยหอมและมีทักษะในการประกอบอาชีพการการทำขนมเค้กกล้วยหอม

หลักการของหลักสูตร

หลักสูตรการทำขนมเค้กกล้วยหอมมีหลักการจัดการเรียนรู้ ดังนี้

๑. เป็นหลักสูตรที่เน้นการจัดการศึกษาอาชีพ ที่เน้นการบูรณาการเนื้อหาสาระภาคทฤษฎี ควบคู่ไปกับการฝึกปฏิบัติจริง ผู้เรียนสามารถนำความรู้และทักษะไปประกอบอาชีพได้จริงอย่างมีคุณภาพและมีคุณธรรม จริยธรรม

๒. เป็นหลักสูตรที่เน้นการดำเนินงานร่วมกับเครือข่าย สถานประกอบการ เพื่อประโยชน์ในการประกอบอาชีพและการศึกษาดูงาน

๓. เป็นหลักสูตรที่ผู้เรียนสามารถนำผลการเรียนรู้ไปเทียบโอนเข้าสู่หลักสูตรการศึกษานอกระบบระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ ในรายวิชาเลือกของสาระการประกอบอาชีพ

จุดมุ่งหมายของหลักสูตร

หลักสูตรการทำขนมเค้กกล้วยหอม มุ่งพัฒนาให้กลุ่มเป้าหมายมีศักยภาพในการประกอบอาชีพ ดังนี้

๑. เพื่อให้ผู้เรียนเกิดทักษะความรู้ ความเข้าใจ ความชำนาญในการประกอบอาชีพหลักสูตรการทำขนมเค้กกล้วยหอม

๒. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถนำไปประกอบอาชีพการทำขนมเค้กกล้วยหอม และสามารถสร้างรายได้

๓. เพื่อให้ผู้เรียน มีคุณธรรม จริยธรรม และจิตสำนึกความรับผิดชอบต่อการประกอบอาชีพ

กลุ่มเป้าหมาย

มี ๒ กลุ่มเป้าหมาย คือ

๑. ผู้ที่ไม่มีอาชีพ

๒. ผู้ที่มีอาชีพและต้องการพัฒนาอาชีพ

ระยะเวลา

จำนวน ๓ ชั่วโมง

เนื้อหา

๑. ความรู้เบื้องต้นการทำขนมเค้กกล้วยหอม

๒. การเลือกซื้อวัตถุดิบที่ใช้

๓. การเตรียมวัตถุดิบ และอุปกรณ์

๔. ขั้นตอนการทำขนมเค้กกล้วยหอม

๕. วิธีการเก็บรักษา

โครงสร้าง หลักสูตรการทำขนมเค้กกล้วยหอม จำนวน ๓ ชั่วโมง

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง	
				ทฤษฎี	ปฏิบัติ
การทำขนมเค้กกล้วยหอม	๑.เพื่อให้ผู้เรียนมีความเกี่ยวกับการเลือกซื้อวัตถุดิบที่ใช้ในการทำขนมเค้กกล้วยหอม ๒.เพื่อให้ผู้เรียนสามารถการทำขนมเค้กกล้วยหอมได้ ๓.เพื่อให้ผู้เรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับ ไปประกอบอาชีพได้	๑. ความรู้เบื้องต้นการทำขนมเค้กกล้วยหอม ๒. การเลือกซื้อวัตถุดิบที่ใช้ ๓. การเตรียมวัตถุดิบ และอุปกรณ์ ๔. ขั้นตอนการทำขนมเค้กกล้วยหอม ๕. วิธีการเก็บรักษา	๑.วิทยากรอธิบายและให้ผู้เรียนศึกษาจากจากเอกสารใบความรู้ ๒.ฝึกปฏิบัติจริง ๓.ครูและผู้เรียนร่วมกันสรุปเนื้อหา		๓

สื่อการเรียนรู้

๑. ใบความรู้เกี่ยวกับการทำขนมเค้กกล้วยหอม

๒. ผู้รู้/ภูมิปัญญาท้องถิ่น

๓.สื่อ VCD /Internet

๔.แหล่งเรียนรู้/สถานประกอบการ

การวัดผลประเมินผล

๑. ด้านความรู้ ร้อยละ ๒๐ พิจารณาจาก

๑.๑ การทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

๑.๒ จากการปฏิบัติกิจกรรมจากใบงาน

๒. ด้านทักษะกระบวนการ ร้อยละ ๘๐

๒.๑ การปฏิบัติจริงจากการทำขนมเค้กกล้วยหอม

เงื่อนไขการจบหลักสูตร

๑. การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีระหว่างเรียนและจบหลักสูตร

๒. การประเมินผลงานระหว่างเรียนจากการปฏิบัติ ได้ผลงานที่มีคุณภาพสามารถสร้างรายได้ และจบหลักสูตร

เอกสารหลักฐานหลักฐานที่จะได้รับหลังจากจบหลักสูตร

๑. หลักฐานการประเมินผล

๒. ทะเบียนคุมวุฒิบัตร

๓. วุฒิบัตร ออกโดยสถานศึกษา

การเทียบโอน

ผู้เรียนที่จบหลักสูตรนี้สามารถนำไปเทียบโอนผลการเรียนรู้กับหลักสูตรการศึกษานอกระบบระดับ การศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ ในสาระการประกอบอาชีพวิชาเลือกที่สถานศึกษาได้จัดทำขึ้นในระดับใดระดับหนึ

ใบความรู้การทำขนมเค้กกล้วยหอม

เค้ก “ขนมเค้ก” (cake) เป็นอาหารชนิดหนึ่งที่มักจะมีรสหวาน และผ่านกระบวนการอบ ซึ่งจะทามาจากแป้ง น้าตาล และส่วนประกอบอื่นๆ เช่น ไข่ผัก และผลไม้ที่ให้รสหวานหรือเปรี้ยว หรือส่วนประกอบที่มีไขมัน เช่น เนยชีส ยีสต์ นม เป็นต้น และนิยมรับประทานเป็นของหวาน และฉลองในเทศกาลต่าง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวันเกิดและวันแต่งงาน ซึ่งในโลกมีตารับหรือสูตรการทาเค้กเป็นจานวนล้านๆ สูตร ขนมเค้กมีหลากหลายชนิด อาทิ ชีสเค้ก ฟรุตเค้ก แพนเค้ก เค้กเนยสด และแยมโรล เป็นต้น Cake มีรากศัพท์มาจากภาษาของชาวไวกิ้ง (Old Norse word) ว่า "kaka" ประวัติเริ่มจากปี 1843 คุณอัลเฟรดเบิร์ด (AlfredBird 1811-1878) นักเคมีชาวอังกฤษได้ค้นพบ "ผงฟู" หรือ "baking powder" ทาให้เขาสามารถทาขนมปังชนิดที่ไม่มียีสต์ให้กับภรรยาของเขา อลิซาเบธ (Elizabeth) ได้เป็นครั้งแรกเนื่องจากภรรยาของเขาเป็นโรคภูมิแพ้เกี่ยวกับ ไข่และ ยีสต์ ในราวศตวรรษที่ 13 มีการค้นพบหลักฐานการอบขนมเค้กขั้นแอดวานซ์ที่เก่าแก่ที่สุดจากชาวอียิปต์โบราณโดยมักจะเป็นรสชาติ ของเค้กผลไม้ และGinger bread รูปแบบเค้กทรงกลมที่เราเห็นกันทุกวันนี้ เริ่มราวกลางศตวรรษที่ 17 ในยุโรป ซึ่งเป็นช่วงที่มีพัฒนาการของเตาอบแบบพิมพ์ขนมและน้าตาลทราย รสชาติที่นิยมก็ยังเป็นรสผลไม้ สาหรับประวัติขนมเค้กในประเทศไทยนั้น ย้อนกลับไปเมื่อปี พ.ศ. 2480 ขนมเค้กยังไม่เป็นที่รู้จักแก่คนทั่วไปมากนัก จะมีเพียงคนบางกลุ่มเท่านั้นที่ได้รับอารยธรรมตะวันตกหรือใกล้ชิดกับชาวต่างประเทศที่เข้ามาทาธุรกิจ

ร้านเบเกอรี่ (bakery) ในกรุงเทพฯ มีอยู่ไม่มากนัก ร้านที่เป็นที่รู้จักย่านถนนเจริญกรุงคือร้านมอนโลเฮียงเบเกอรี่ ต่อมาในปี พ.ศ. 2490 หลังจากสงครามโลกครั้งที่สองสิ้นสุดลง ประเทศไทยมีการติดต่อค้าขายทาธุรกิจกับต่างประเทศ และการท่องเที่ยวมีการขยายตัวมากขึ้น ทาให้มีความต้องการบริโภคขนมเค้ก ขนมปัง เพสตรี้ เพื่อบริการแก่ลูกค้าหรือนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศมีมากขึ้น ด้วยเหตุนี้ธุรกิจเบเกอรี่หรือขนมเค้ก ขนมปัง ขนมคุ๊กกี้ จึงขยายตัวและเป็นที่รู้จัก และได้รับความนิยมอย่างแพร่หลาย นับตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา

ประเภทของเค้ก

1.เค้กเนย(butter cake) เป็นเค้กที่มีไขมันสูง การขึ้นฟูของเค้กประเภทนี้เกิดจากอากาศที่ได้จากการตีเนยกับน้าตาล โดยไขมันจะเก็บอากาศไว้ ซึ่งจะขยายตัวในระหว่างการอบ เค้กประเภทนี้ได้แก่ไวท์เค้ก ช็อกโกแลตเค้ก ฟรุ้ตเค้ก

2. เค้กไข่(unshortened cake หรือ Foam – type cake) เป็นเค้กที่ไม่มีไขมันในส่วนผสม เนื้อเค้กและปริมาตรของเค้กขึ้นอยู่กับการขยายตัวของไข่ขาวที่นามาตีจนเป็นฟองซึ่งจะเก็บอากาศเข้าไว้ในระหว่างการตีไข่ ทาให้เค้กขยายตัวหรือขึ้นฟูในระหว่างการอบ การทาเค้กประเภทนี้ควรทาด้วยความระมัดระวัง เพราะฟองที่เกิดจากการตีไข่ขาวนั้นอ่อนตัว ไม่เหมือนเค้กเนย เค้กประเภทนี้แบ่งได้ 2ประเภท

2.1 เค้กสปองจ์ (Sponge cake) เค้กชนิดนี้ขึ้นฟูด้วยไข่ คุณภาพของไข่จะมีผลต่อการทาสปองจ์เค้กมาก ไข่ที่สดและใหม่จะมีความคงตัวกว่า ไข่อุณหภูมิห้องจะตีได้ปริมาณที่มากกว่าไข่ที่เย็น เค้กนี้จะนาส่วนผสมทุกอย่างยกเว้นเนยละลายตีรวมกันโดยเพิ่มสารเสริมคุณภาพ ตีจนส่วนผสมขึ้นฟูจึงใส่เนยละลาย

2.2. เมอแรงก์เค้ก (merinque cake) เค้กกลุ่มนี้ใช้เฉพาะไข่ขาวเพียงอย่างเดียว เนื้อเค้กจะเบาๆ เช่น แองเจิลเค้ก เค้กชิฟฟอน (Chiffon Cake หรือ Combination Type Cake) เค้กที่มีลักษณะผสมของเค้กเนย และเค้กไข่ คือ มีโครงสร้างที่ละเอียดของเค้กไข่ และมีเนื้อเค้กที่มันเงาของเค้กเนย ต่างจากเค้กเนยตรงชิฟฟอนเค้กใช้น้ามันพืชแทนเนยหรือมาการีนในเค้กเนยและวิธีการทาผสมระหว่างเค้กเนยและเค้กไข่

3. มูสเค้ก (Mousse cake) เป็นเค้กที่ตีไข่ขาวหรือวิปปิ้งครีมให้ฟูก่อนจะผสมกับส่วนผสมอื่น ทาให้เค้กนุ่ม เบา มักใส่เจลาตินเพื่อช่วยให้คงรูป และต้องแช่เย็นไว้จนกว่าจะรับประทาน

4. ชีสเค้ก (Cheesecake) เป็นขนมที่มีส่วนผสมหลักคือ ครีมชีส ไข่น้าตาล นม ผสมให้เข้ากัน แล้วนาไปใส่ครัสต์ หรือจานขนมปังอบกรอบบด จริง ๆ แต่ที่ไม่เรียกว่าชีสพายเพราะไม่ต้องนาไปอบ

ส่วนประกอบของขนมเค้ก

1. แป้ งเค้ก มีปริมาณโปรตีนต่า อยู่ระหว่าง 7 - 10 โม่จากข้าวสาลีชนิดอ่อน ลักษณะเมื่อถูด้วยมือจะรู้สึกอ่อนนุ่มเนียนละเอียด มีสีขาวกว่าแป้งขนมปัง และแป้งอเนกประสงค์สูตรอาหารที่ใช้แป้งรา เช่น ช็อคโกแลตเค้ก, เค้กฝอยทอง, เค้กลูกพรุน, เค้กมะตูม

2. เนยรสจืด ไขมันที่ได้จากนมวัว มาผ่านวิธีให้แข็งตัว รสจืด หอม กลิ่นและรสดี คุณสมบัติ มีความยืดหยุ่นตัวได้น้อย แข็งที่อุณหภูมิต่าและเหลวง่ายถ้ามีอุณหภูมิสูงเพียงเล็กน้อย มีราคาแพง สูตรอาหารที่ใช้เนยสดชนิดจืด เช่น สเต็กเนื้อ, สเต็กหมู, ขนมปังกระเทียม, เค้กส้ม, เค้กช็อกโกแลต, บราวนี่

3. น้าตาล เป็นชื่อเรียกทั่วไปของคาร์โบไฮเดรตชนิดละลายน้า โซ่สั้น และมีรสหวาน ส่วนใหญ่ใช้ประกอบอาหาร น้าตาลเป็นคาร์โบไฮเดรตที่ประกอบด้วยธาตุคาร์บอน ไฮโดรเจน และออกซิเจน มีน้าตาลหลายชนิดเกิดมาจากที่มาหลายแหล่ง น้าตาลอย่างง่ายเรียกว่าโมโนแซ็กคาไรด์และหมายรวมถึงกลูโคส (หรือ เด็กซ์โตรส) ฟรุกโตส และกาแลกโตส น้าตาลโต๊ะหรือน้าตาลเม็ดที่ใช้เป็นอาหารคือซูโครส เป็นไดแซ็กคาไรด์ชนิดหนึ่ง (ในร่างกาย ซูโครสจะรวมตัวกับน้าแล้วกลายเป็นฟรุกโตสและกลูโคส) ไดแซ็กคาไรด์ชนิดอื่นยังรวมถึงมอลโตส และแลกโตสด้วย โซ่ของน้าตาลที่ยาวกว่าเรียกว่า โอลิโกแซ็กคาไรด์ สสารอื่น ๆ ที่แตกต่างกันเชิงเคมีอาจมีรสหวาน แต่ไม่ได้จัดว่าเป็นน้าตาล บางชนิดถูกใช้เป็นสารทดแทนน้าตาลที่มีแคลอรีต่า เรียกว่าเป็น วัตถุให้ความหวานทดแทนน้าตาล (artificial sweeteners)ของน้าตาลพบได้ในเนื้อเยื่อของพืช แต่มีเพียงอ้อย และชูการ์บีตเท่านั้นที่พบน้าตาลในปริมาณความเข้มข้นเพียงพอที่จะสกัดออกมาได้อย่างมีประสิทธิภาพ อ้อยหมายรวมถึงหญ้ายักษ์หลายสายพันธุ์ในสกุล Saccharum ที่ปลูกกันในเขตร้อนอย่างเอเชียใต้ และเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ตั้งแต่สมัยโบราณ การขยายการผลิตเกิดขึ้นในคริสศตวรรษที่ 18 พร้อมกับการสร้างไร่น้าตาลในเวสต์อินดีส และอเมริกา เป็นครั้งแรกที่คนทั่วไปได้ใช้น้าตาลเป็นสิ่งที่ให้ความหวานแทนน้าผึ้ง ชูการ์บีต โตเป็นพืชมีรากในที่ที่มีอากาศเย็นกว่าและเป็นแหล่งที่มาส่วนใหญ่ของน้าตาลในศตวรรษที่ 19 หลังจากมีวิธีสกัดน้าตาลเกิดขึ้นหลายวิธี การผลิตและการค้าน้าตาลเปลี่ยนแปลงไปตามวิถีชีวิตของมนุษย์ มีอิทธิพลต่อการก่อตั้งอาณานิคม จึงมีความสำคัญอย่างยิ่งในการพัฒนาร่างกายและสมองของเด็กและเยาวชน

วัสดุ/อุปกรณ์

๑. เนยเค็ม 250 กรัม

๒. น้ำตาลทรายละเอียด

๓. ตู้กระจกขนาดเล็ก

๔. ไข่ไก่

๕. กลิ่นวานิลา

๖. นมสด

๗. กล้วยหอมสุกบด

๘.แป้งอเนกประสงค์

๙.ผงฟู

๑๐.เบกกิ้งโซดา

ขั้นตอนการเตรียม

1. วอร์มเตาอบที่อุณหภูมิ 175 องศาเซลเซียส เตรียมไว้ (ถ้าตามสูตรจะใช้ 160 องศาเซลเซียส ไฟล่างค่ะ แต่เราทำเป็นถ้วยมัฟฟินก็เลยใช้ 175 องศาเซลเซียส ไฟบน-ล่างค่ะ)

2. เตรียมพิมพ์ให้เรียบร้อย

3. ใช้ส้อมบดกล้วยแล้วเติมนมสด และกลิ่นวานิลลาลงไป คนผสมให้เข้ากัน

4. ผสมแป้งกับผงฟูและเบกกิ้งโซดาเข้าด้วยกัน เตรียมไว้

วิธีการทำขนมเค้กกล้วยหอม

1. ร่อนแป้งและผงฟูพักไว้ อุ่นเตาอบที่อุณหภูมิ 180 องศาเซลเซียส

2. ตัดกระดาษไขรองก้นพิมพ์เค้กขนาด 3ปอนด์ ไม่ต้องทาไขมัน

3. ใช้เครื่องตีหัวตระกร้อ ตีไข่+ น้ำตาล + SP + น้ำด้วยความเร็วสูง 5 นาที

4. ปิดเครื่องปาดอ่างใส่ส่วนผสม แป้ง+ผงฟู+เกลือ ตีด้วยความเร็วต่อ 1 นาที

5. พอหมดผงแงให้เพิ่มเป็นความเร็วกลางต่อ 5 นาที

6. ปิดเครื่องปาดอ่างใส่เนยละลาย ตีด้วยความเร็วต่อจนหมดเนย แล้วใส่ สี+กลิ่น+นมข้นจืด ตีต่อด้วยความเร็วต่อ 30วินาที

7. ใส่พิมพ์เพียง 1/2เท่านั้นเพราะจะฟูมากๆ โดยก่อนนาอบให้เคาะก้นพิมพ์เบา ๆ เพื่อไล่ฟองอากาศครั้งสุดท้าย แล้วเอาใส่เตาเลยค่ะ

8. อบไฟล่างมากกว่าไฟบน 25-30 นาที สังเกตว่าเค้กจะนูนแล้วจะยุบลง ให้อบต่อสัก 5 นาที

9. นาออกจากเตา แล้วกระแทกพิมพ์ 1 ครั้งบนโต๊ะ เพื่อให้โครงสร้างเค้กอยู่ตัว แล้ววางไว้บนตะแกรงให้เย็นสนิท จึงค่อยแกะเค้กออกจากพิมพ์