

ชื่อหลักสูตร การทำขนมผักกาด จำนวน 5 ชั่วโมง
ศูนย์การศึกษาอนุบาลและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอเมือง จังหวัดบุรีรัมย์

ประวัติขนมไทย

สมัยสุโขทัย

ขนมไทยมีที่มาจากกับชนชาติไทย จากประวัติศาสตร์ที่ติดต่อกับต่างชาติต่างประเทศคือ จีนและอินเดียในสมัยสุโขทัย มีส่วนช่วยส่งเสริมการแลกเปลี่ยนวัฒนธรรม ด้านอาหาร การกินร่วมไปด้วย

สมัยอยุธยา

เริ่มมีการเจริญสัมพันธ์ไมตรีกับต่างประเทศทั้งชาติตะวันออกและตะวันตก ไทยเรายังรับเอาวัฒนธรรมด้านอาหารของชาติต่างๆ มาดัดแปลงให้เหมาะสมกับสภาพความเป็นอยู่ เครื่องมือเครื่องใช้ วัตถุดิบที่หาได้ ตลอดจนนิสัยการบริโภคของคนไทยเอง จนบางทีคนรุ่นหลังแทบจะแยกไม่ออกเลยว่า อะไรคือขนมไทยแท้ๆ อะไรที่เราเอื้อมเคี้ยวมา เช่น ทองหยิบ ทองหยอดและฝอยทอง หลายท่านอาจคิดว่าเป็นของไทยแท้ๆ แต่ความจริงแล้วมีต้นกำเนิดจากประเทศโปรตุเกส โดย "มารี กีมาร์" หรือ "ท้าวทองกีบม้า"

"มารี กีมาร์" หรือ "ท้าวทองกีบม้า" เกิดเมื่อ พ.ศ. 2201 หรือ พ.ศ. 2202 แต่บางแห่งก็ว่า พ.ศ. 2209 โดยยึดหลักจากการแต่งงานของเธอที่มีขึ้นในปี พ.ศ. 2225 และขณะนั้น มารี กีมาร์ มีอายุเพียง 16 ปี บิดาชื่อ "ฟานิก (Phanick)" เป็นลูกครึ่งญี่ปุ่นผสมแขกเบงกอล ผู้เคร่งศาสนา ส่วนมารดาชื่อ "อูร์สุลา ยามาดา (Ursula Yamada)"

ซึ่งมีเชื้อสายญี่ปุ่นผสมโปรตุเกส ที่อพยพมาตั้งถิ่นฐานในอยุธยา ภายหลังจากพวกซามูไรชุดแรกจะเดินทางเข้ามาเป็นทหารอาสา ในแผ่นดินพระบาทสมเด็จพระนเรศวรมหาราชไม่นานนัก

ชีวิตช่วงหนึ่งของ "ท้าวทองกีบม้า" ได้เข้าไปรับราชการในพระราชวังตำแหน่ง "หัวหน้าห้องเครื่องต้น" ดูแลเครื่องเงินเครื่องทองของหลวง เป็นหัวหน้าเก็บพระภูษาฉลอง พระองค์ และเก็บผลไม้ของเสวย มีพนักงานอยู่ใต้บังคับบัญชาเป็นหญิงล้วน จำนวน 2,000 คน ซึ่งเธอก็ทำงานด้วยความซื่อสัตย์สุจริต เป็นที่ชื่นชม ยกย่อง มีเงินคืนทองพระคลังปีละมากๆ ระหว่างที่รับราชการนี้เอง มารี กีมาร์ ได้สอนการทำขนมหวานจำพวก ทองหยอด ทองหยิบ ฝอยทอง ทองพลุ ทองโปร่ง ขนมผิงและอื่นๆ ให้แก่ผู้ทำงานอยู่กับเธอและสาวๆ เหล่านั้น ได้นำมาถ่ายทอดต่อมายังแต่ละครอบครัวกระจายไปในหมู่คนไทยมาจนปัจจุบันนี้ ถึงแม้ว่า "มารี กีมาร์" หรือ "ท้าวทองกีบม้า" จะมีชาติกำเนิดเป็นชาวต่างชาติ แต่เธอก็เกิด เติบโต มีชีวิตอยู่ในเมืองไทยจนหมดสิ้นอายุขัย นอกจากนั้น ยังได้ทั้งสิ่งที่เธอค้นคิด ให้เป็นมรดกตกทอดมาสู่คนรุ่นหลัง ได้กล่าวขวัญถึงความภาคภูมิใจ "ท้าวทองกีบม้า เจ้าตำรับอาหารไทย" ขนมจัดเป็นอาหารที่คู่สำหรับกับข้าวไทยมาตั้งแต่ครั้งโบราณ โดยใช้คำว่าสำหรับกับข้าวคาว-หวาน โดยทั่วไปประชาชนจะทำขนมเฉพาะในงานเลี้ยง นับตั้งแต่การทำบุญ เลี้ยงพระ งานมงคลและงานพิธีการ อาหารหวานที่จัดเป็นสำหรับจะต้องประกอบด้วย ของหวานอย่างน้อย 5 สิ่ง ซึ่งต้องเลือกให้มีรสชาติ สี สัน ชนิด ตลอดจนลักษณะที่กลมกลืนกัน แต่ละสำหรับจะต้องมีผลไม้ 10 ที่ และขนมเป็นน้ำ 1 ที่เสมอ

ขนมไทยที่นิยมทำกันทุก ๆ ภาคของประเทศไทย ในพิธีการต่าง ๆ เนื่องในการทำบุญเลี้ยงพระ ก็คือขนมจากไข่ และมักถือเคล็ดจากชื่อและลักษณะของขนมนั้น ๆ งานสิริมงคล ต่าง ๆ เช่น งานมงคลสมรส ทำบุญวันเกิด หรือทำบุญขึ้นบ้านใหม่ ส่วนใหญ่ก็จะมีการเลี้ยงพระกับแขกที่มาในงาน เพื่อเป็นสิริมงคลของงานขนมก็จะมีฝอยทอง เพื่อหวังให้อยู่ด้วยกัน ยืดยาวมีอายุยืน ขนมชั้น ก็ให้ได้เลื่อนชั้นเงินเดือน ขนมถ้วยฟูก็ขอให้เฟื่องฟู ขนมทองเอกก็ขอให้ได้เป็นเอก เป็นต้น

ความหมายของคำ

การประกอบขนมหวานไทย มีหลายวิธีด้วยกัน ซึ่งขึ้นอยู่กับชนิดของขนมนั้น ๆ ว่าจะประกอบด้วยวิธีการ แบบใดให้ขนมสำเร็จออกมาแล้วมารับประทาน ตัวอย่างวิธีการประกอบขนมหวานไทย คือ

1. ต้ม หมายถึง การนำอาหารใส่หม้อ พร้อมกับน้ำหรือกะทิ ตั้งไฟให้เดือดจนสุกตามความ ต้องการการทำขนมที่ต้องต้ม และเป็นขนมที่ใช้ใบตองห่อ ต้องห่อให้สนิท ใบตองต้องไม่แตก เช่น ข้าวต้ม น้ำวุ้น แกงบัวด ถั่วเขียวน้ำตาล ฯลฯ

2. หุง หมายถึง การทำอาหารที่ให้อุ่น โดยนำของที่ต้องการหุงใส่ลงในหม้อพร้อมกับน้ำตั้งไฟ จนน้ำแห้ง จึงลดไฟให้อ่อนลง แล้วตักให้แห้งสนิท

3. นึ่ง หมายถึง การทำอาหารให้อุ่น โดยใช้ไอน้ำ โดยใส่ขนมลงในลังถึง ปิดฝาตั้งไฟให้น้ำเดือด นึ่งจนขนมสุก ส่วนมากจะเป็นขนมที่มีไข่เป็นส่วนผสม เช่น ขนมสาสี ขนมทราย ขนมชั้น ขนมสอดไส้ ฯลฯ การใช้เวลานึ่ง และความร้อนต่างกันขึ้นอยู่กับชนิดของขนมนั้น ๆ

4. ทอด หมายถึง การทำอาหารให้อุ่นด้วยน้ำมัน โดยใส่น้ำมันลงในกระทะ ตั้งไฟให้ร้อนทั่วแล้วจึงใส่ขนมที่จะทอดลงไป ขนมบางชนิดใช้น้ำมันมาก เรียกว่า ทอดน้ำมันลอยใช้ไฟปานกลางสม่ำเสมอ บางชนิดใช้น้ำมันน้อย ใช้กระทะก้นตื้น ดังนั้นการทอดจึงใช้กระทะตามลักษณะของขนมแต่ละชนิด การทอดถ้าใช้ไฟอ่อนมาก ขนมจะอมน้ำมันจึงควรระวังด้วย ขนมที่ทอดเช่น ขนมฝักบัว ขนมทองพลุ ข้าวเม่าทอด ฯลฯ

5. จี่ คือ การทำขนมให้อุ่นในกระทะโดยใช้น้ำมันแต่น้อย ใช้น้ำมันทากระทะพอลื่น กระทะที่ใช้จะเป็นกระทะเหล็กหล่อแบน กว้าง เนื้อเหล็กหนา การจี่ใช้ไฟอ่อน ตั้งกระทะให้ความร้อนนุ่มอยู่ตลอดเวลา และกลับขนมให้เหลืองเสมอกันทั้งสองด้าน เช่น ขนมแป้งจี่

6. เจียว คือ การทำให้เครื่องปรุงหรือกรอบโดยน้ำมัน เช่น หอมเจียว การเจียวหอมเพื่อโรยหน้าขนม หัวหอมควรซอยขึ้นให้เสมอกัน เวลาเจียวจะสุกพร้อมกัน มีสีเหลืองสวยน้ำมันที่เจียวไม่ควรมากเกินไป กะพอใส่ของลงไปแล้วพอดี ใช้ตะหลิวกลับไปกลับมาจนกรอบเหลืองทั่วกัน จะได้น้ำมันเหลืองติดกันกระทะเล็กน้อย ใช้เป็นส่วนผสมของขนมได้

7. ปิ้ง หมายถึง การทำอาหารให้อุ่นโดยการวางขนมที่ต้องการปิ้งไว้เหนือไฟ มีตะแกรงรองรับ ไฟไม่ต้องแรงนัก กลับไปกลับมาจนขนมสุก อาหารบางชนิดใช้ใบตองห่อ แล้วปิ้งจนใบตองที่ห่อเกรียมหรือกรอบ เช่น ขนมจาก ข้าวเหนียวปิ้ง ก่อนที่จะปิ้งใช้ไม้ไผ่กลบไว้ เพื่อให้ไฟร้อนสม่ำเสมอ

8. ผิงและอบ ขนมที่ใช้ผิงมีหลายชนิด จะใช้ผิงด้วยไฟบนและไฟล่าง ไฟจะต้องมีลักษณะอ่อนเสมอกัน ปัจจุบันใช้เตาอบแทนการผิง เช่น ขยมหม้อแกง ขนมสาสีกรอบขนมผิง ฯลฯ

9. กวน เริ่มต้นตั้งแต่กวนขนมยังเป็นของเหลว ในขณะที่ขนมยังเหลว ส่วนที่ควรระมัดระวัง เวลากวนคือ ก้นกระทะต้องหมั่นใช้พายชุกกลับไปกลับมา เพื่อไม่ให้ส่วนผสมติดก้นกระทะ ระยะขนมรวมกันแล้วให้คนไปทางเดียวกัน ต้องคอยระวังก้นกระทะ ขนมจะไหว้หากกวนไม่ทั่ว ไม่ควรปล่อยให้ขนมจับปากกระทะ หมั่นชูดอยู่เสมอพายุที่ใช้ควรมีขนาดพอเหมาะกับส่วนผสมในกระทะ และความถนัดในการใช้งาน เช่น ถั่วกวน เผือกกวน กล้วยกวน

10. คลุก คือ การผสมของตั้งแต่สองอย่างขึ้นไปให้เข้ากัน เช่น ข้าวเม่าคลุก การคลุกควรใช้ช้อน ส้อม พายไม้ คลุกเบาๆ พอให้ขนมรวมกัน และมีรสเสมอกัน

11. ตีไข่ คือ การทำไข่ให้ขึ้น มีหลายขนาด การตีไข่ให้ได้ผล ควรตีให้มีจังหวะสม่ำเสมอ ไม่หยุดมือจนกว่าไข่จะขึ้นฟู และอยู่ตัวตามต้องการ ถ้าตีแล้วหยุดบ่อยๆ จะทำให้ไข่เสียได้

12. คน หมายถึง การคนขนมที่ประกอบด้วยเครื่องปรุงที่เป็นแข็ง ส่วนผสมชนิดอื่นๆจะกวนหรือหนึ่งควรได้มีการคนเสียก่อน เพื่อให้แปงรวมตัวกับส่วนผสมอื่น แล้วจึงตักใส่ภาชนะหนึ่ง หรือใส่กระทะกวน

13. คั่ว หมายถึง การทำให้สุก โดยใช้อาหารลงในกระทะ แล้วใช้ตะหลิวเขี่ยวัตถุนั้นๆ ให้กลับไปกลับมา เช่น คั่วงา ไฟที่ใช้ในการคั่ว ไม่ควรใช้ไฟแรง จะทำให้อาหารไหม้

14. แซะ คือ การทำให้วัตถุที่ติดอยู่กับภาชนะหลุดออกจากภาชนะ โดยใช้เครื่องมือที่มีลักษณะ ปากแบน ปลายคม เช่น แซะขนมเบื้อง ค่อยๆแซะแผ่นแปงให้หลุดจากกระทะโดยแซะไปรอบๆขนม

15. ละเลง คือ การกระจายของเหลวให้แผ่ออกเป็นวงกว้าง เช่นละเลงขนมเบื้อง โดยจะใช้กระจ่าที่ทำด้วยกะลามะพร้าวแบนๆมีด้ามถือ ตักแป้งที่มีลักษณะเหลว หยดลงในกระทะใช้กระจ่าวางลงตรงกลางแปง ใช้มือกดให้วนไปโดยรอบ จนแปงจับกระทะเป็นแผ่นตามที่ต้องการ

16. ยี คือ การทำให้วัตถุที่จับเป็นก้อนก่อนกระจายออกจากกัน เช่น การยีแป้งขนมขึ้นหนู หลังจากใส่น้ำเชื่อม จนแปงระอุ และอมน้ำเชื่อมแล้ว ต้องทำขนมให้ฟู โดยการยีเบาๆมือให้แปงกระจายออกจากกัน

17. ร้อน คือ การแยกวัตถุที่มีเนื้อหยาบ ออกจากส่วนละเอียดหรือเกี่ยวกับการทำขนมเช่น ขนมละอองลำเจียก ใช้แปงข้าวเหนียวที่นวดกับหัวกะทิหมาด ๆ ใส่แรงร้อนในกระทะให้จับเป็นแผ่น บรรจุใส่มีวนให้สวย

ขนมไทยในเทศกาลต่างๆ

ขนมไทยได้เข้ามามีบทบาทในงานบุญตั้งแต่อดีตมาแล้วที่คนไทยทำขนมพิเศษ ๆ เฉพาะงานบุญขึ้นนั้นหมายถึงในปีหนึ่ง ๆ จะมีการทำขนมชนิดนั้นเพียง 1 ครั้งเท่านั้น เนื่องจากทำยากและต้องใช้แรงใจแรงกายของคนหลาย ๆ คนร่วมกัน ชาวบ้านจะทำขนมนั้นๆ ในปริมาณมาก ซึ่งถ้าเหลือจากงานบุญก็จะนำไปแจกจ่ายเพื่อนบ้านและเก็บไว้กินเอง หากจะเรียกขนมไทยในงานบุญนี้ว่าขนมตามฤดูกาลก็คงจะไม่ ผิดนัก

ขนมฝักบัว

ขนมฝักบัว เป็นขนมไทยที่มีมานานตั้งแต่สมัยโบราณที่นิยมทำกันในงานพิธีสำคัญๆต่างๆขนมฝักบัวเป็นขนมที่มี ประวัติขนมไทยเริ่มมีมาตั้งแต่สมัยสุโขทัย ในหนังสือไตรภูมิพระร่วงได้เอ่ยชื่อ

“ขนมต้ม” สมัยกรุงศรีอยุธยา สมัยกรุงรัตนโกสินทร์ พระบาทสมเด็จพระพุทธเลิศหล้านภาลัย ทรงพระราช

นิพนธ์กาพย์ เหม่ชมเครื่องควา – หวาน คนไทยทำขนมกินอย่างแพร่หลายมานานแล้ว ใช้วัตถุดิบในท้องถิ่น เช่น ข้าว หรือแป้ง น้ำตาล มะพร้าวเท่านั้น การทำขนมแต่ละครั้งใช้เวลานาน เพราะต้องนำข้าวมาแช่น้ำให้อ่อนตัว แล้วไม่ข้าวให้ละเอียด ใส่ถุงผ้าใช้ของหนักทับ เพื่อให้ น้ำไหลออก ส่วนที่เหลือเรียกว่าแป้ง นำแป้งมาทำขนมต่าง ๆ เช่น ขนมครก ขนมต้มขาว ขนมฝักบัว ซึ่งจัดเป็นขนมพื้นบ้านของไทย

วัสดุ - อุปกรณ์

1. แป้งข้าวเจ้า 1 กิโลกรัม
2. แป้งอเนกประสงค์(แป้งสาลี) 1 กิโลกรัม
3. น้ำตาลปีบ 1 กิโลกรัม
4. ไม้ไผ่เหลามัดต่อกับช้อน
5. กระทะ
6. น้ำมันพืช
7. หม้อ
8. ทัพพี
9. เตาถ่าน
10. กระทะซ้อน
11. กระทะบวย
12. ถาดขนาดใหญ่
13. กระดาษซับมัน

คุณค่าทางอาหารที่ได้รับจากขนมฝักบัว

1. แป้งข้าวเจ้า แป้งสาลี น้ำตาลทราย ให้สารอาหารคาร์โบไฮเดรต ให้พลังงานและความ อบอุ่นแก่ร่างกาย ร่างกายสามารถประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ได้ดี
2. น้ำมันพืช ให้สารอาหารไขมัน ช่วยในการดูดซึมวิตามิน เอ ดี อี และ เค ได้ง่าย ให้พลังงานแก่ร่างกาย ช่วยเพิ่มรสชาติของขนม ช่วยทำให้อิ่มนาน
3. น้ำเตยหอม ช่วยบำรุงหัวใจ ทำให้ชุ่มชื้น แก้อ่อนเพลีย
4. เกลือ ให้สารไอโอดีนแก่ร่างกาย ป้องกันโรคคอพอก

ข้อควรระวัง

1. ไม่ควรใช้น้ำมันจากสัตว์ทอดขนม เมื่อขนมเย็นลงอาจทำให้เกิดเป็นไข และมีกลิ่นเหม็นหืน
2. ถ้าใช้ไฟแรงทอดขนมจะทำให้ขนมไหม้ และจะพองตัวเร็ว ไม่สวย ควรใช้ไฟสม่ำเสมอ
3. ถ้าแป้งมีลักษณะชื้นเกินไปให้เติมน้ำ
4. ขนมฝักบัวสามารถดัดแปลงได้โดยใส่ส่วนผสมอื่นเพิ่มเติม เช่น กล้วยสุก ฟักทอง เผือก และมันเทศ ขนมจะมีรสชาติ แปลก ใหม่ และอร่อย

5. ใช้สีธรรมชาตินำมาเป็นส่วนผสมทำขนมไส้กรอก เช่น สีน้ำตาลจากน้ำตาลทรายแดง สีเขียว จากน้ำใบเตย สีเหลืองจากผงขมิ้น สีน้ำเงินจากดอกอัญชัน สีแดงจากครั่ง

เคล็ดลับความอร่อย

1. ควรนวดแป้งอย่างน้อย 2 ชั่วโมง หรือทิ้งไว้ 1 คืน จะทำให้ขนมฟู และสวย
2. น้ำใบเตยหอม ช่วยให้ขนมมีกลิ่นหอม
3. ใช้แป้งข้าวเจ้าผสมกับแป้งสาลี ขนมจะนิ่มเมื่อขนมเย็นลง
4. ทอดขนมขณะน้ำมันร้อนอย่างสม่ำเสมอ ไฟที่ใช้ต้องสม่ำเสมอไม่แรงเกินไป และเบาเกินไป ขนมจะไม่ดำน ไม่อมน้ำมัน ขนมจะฟูขึ้นเป็นเส้นๆ



จุดประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมอาชีพของคนในชุมชนให้มีอาชีพ หรือเป็นอาชีพเสริมจากการทำอาชีพหลัก
2. เพื่อเป็นการเพิ่มรายได้ให้กับคนในชุมชน

กลุ่มเป้าหมาย

ประชาชนหรือผู้ที่สนใจทั่วไป

ระยะเวลาเรียนรู้

หลักสูตรการทำขนมไทย (การทำขนมถ้วยและการทำขนมเทียน) ระยะเวลา 5 ชั่วโมง จำแนกเป็น

1. ภาคทฤษฎี 2 ชั่วโมง
2. ภาคปฏิบัติ 3 ชั่วโมง

โครงสร้างหลักสูตร

หลักสูตรเทคนิคการทำงานค้าออนไลน์ ประกอบด้วย 2 สารการเรียนรู้ดังนี้

1. ประวัติขนมไทย และความหมายของคำ จำนวน 2 ชั่วโมง
2. ประวัติ และการทำขนมฝักบัว จำนวน 3 ชั่วโมง

โครงสร้างหลักสูตร : หลักสูตรการทำขนมฝักบัว

จุดประสงค์การเรียนรู้	รายละเอียดของเนื้อหา	จำนวน (ชั่วโมง)		รวม
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ	
1. ประวัติขนมไทย และความหมายของคำ	- ประวัติขนมไทย - ความหมายของคำ	2		5
2. ประวัติ และการทำขนมฝักบัว	-ประวัติขนมฝักบัว -การทำขนมฝักบัว	3		

สื่อการเรียนรู้

1. ภาพประกอบการเรียนการสอน " การทำขนมฝักบัว
2. วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำขนมฝักบัว

การวัดผลประเมินผล

1. การสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้/การรับรู้/การมีส่วนร่วม
2. การประเมินผลงานระหว่างเรียนจากการปฏิบัติ

เกณฑ์การจบหลักสูตร

1. มีเวลาเรียนไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
2. มีผลการประเมินตลอดหลักสูตรไม่น้อยกว่าร้อยละ 80
3. มีผลงาน/ชิ้นงานที่มีคุณภาพ

เอกสารหลักฐานการศึกษา

- วุฒิบัตรออกโดยสถานศึกษา