คาบที่ 17 เรื่องที่สอน ข้าวตูมะพร้าวอ่อน โดยครูอรอนงค์ ลำดวล

---

1. จุดประสงค์การสอน

1. บอกส่วนผสม และวิธีทำข้าวตูได้
2. ทำข้าวตูได้

2. รายการสอน

1. การเตรียมส่วนผสม และขั้นตอนการทำข้าวตู
2. การทำรูปร่างข้าวตู โดยการใช้พิมพ์กด
3. การอบควันเทียน และดอกมะลิ

3. วัสดุอุปกรณ์ หนังสือ และสิ่งที่ต้องเตรียม

พายไม้ กระทะทอง พิมพ์กดข้าวตู

ส่วนผสม

1. ข้าวคั่วป่นละเอียด	300	กรัม	2. น้ำมะพร้าวน้ำหอม	$\frac{1}{3}$	ถ้วย
3. มะพร้าวทึนทึกขูดฝอย	500	กรัม	4. น้ำตาลปีบ	250-300	กรัม
5. แบะแซ	200	กรัม	6. หัวกะทิ	100	กรัม
7. เนื้อมะพร้าวอ่อน	2	ผล			

4. ลำดับขั้นการสอน หรือลำดับขั้นการทำงาน

วิธีทำ

1. เคี่ยวน้ำตาล น้ำมะพร้าวอ่อน หัวกะทิ และแบะแซ ให้เหนียวเป็นยางมะตูม ใส่มะพร้าวทึนทึกขูดฝอย กวนจนมะพร้าวฉ่ำ
2. เมื่อส่วนผสมที่กวนเหนียวแล้ว ใส่ข้าวคั่วกวนให้เข้ากัน แล้วยกลงทิ้งไว้ให้อุ่น ๆ
3. แบ่งขนมเป็นก้อนเล็ก ๆ ใส่พิมพ์กด
4. นำขนมมาเรียงใส่ภาชนะที่มีฝาปิด อบด้วยดอกมะลิหรือควันเทียน

ข้อแนะนำ

1. ข้าวคั่ว ใช้ข้าวสวยตากแห้ง นำไปคั่วไปอ่อน ๆ ให้มีสีสม่ำเสมอ และป่นให้ละเอียด
2. เลือกมะพร้าวทึนทึกที่ไม่แข็งมากจะทำให้ขนมนุ่มอร่อย
3. หัวกะทิช่วยให้ขนมมีความนุ่ม
4. ถ้ากวนแล้วแข็งไปให้เติมน้ำหรือกะทิแล้วนำไปตั้งไฟใหม่

5. เกณฑ์ในการประเมินผล

- ขนมมีความเหนียว นุ่ม หวาน หอมกลิ่นข้าวคั่วและดอกมะลิ หรือควันเทียนที่อบ

สาระน่ารู้

ข้าวตู เป็นขนมที่เกิดจากภูมิปัญญาของคนสมัยก่อน ที่นำข้าวสวยที่เหลือรับประทานไม่หมด มาตากแล้วคั่วให้กรอบ โขลกให้ละเอียด นำมาทำขนมที่มีรสชาติ หอมหวาน เป็นการประหยัด รู้จักใช้ของที่มีเหลือ ให้เกิดประโยชน์

แผนการสอนรายคาบ

คาบที่ 18 เรื่องที่สอน เส้นหมี่ผัดเจ โดยครูอรอนงค์ ลำดวล

---

1. จุดประสงค์การสอน

1. บอกส่วนผสม และวิธีทำเส้นหมี่ผัดเจได้
2. ทำเส้นหมี่ผัดเจได้

2. รายการสอน

1. การเตรียมส่วนผสมเส้นหมี่ผัดเจ
2. ขั้นตอนการเตรียมส่วนผสม
3. ขั้นตอนการทำ

3. วัสดุอุปกรณ์ หนังสือ และสิ่งที่ต้องเตรียม

ช้อนตวง ตาชั่ง มีด เขียง กระทะ ตะหลิว

ส่วนผสม

1. เส้นหมี่	200	กรัม	2. ฟองเต้าหู้แผ่นบาง	50	กรัม
3. เห็ดหอมแช่น้ำให้นิ่ม	10	ดอก	4. เต้าหู้ขาว	1	แผ่น
5. กะหล่ำปลี	300	กรัม	6. แครอท	200	กรัม
7. พริกชี้ฟ้าแดง	1- 2	เม็ด	8. คื่นฉ่าย	50	กรัม
9. ถั่วงอก	300	กรัม	10. ขิงบุบสับละเอียด	50	กรัม
11. น้ำมันหอยเจ	5-6	ช้อนโต๊ะ	12. ซีอิ้วขาว	6	ช้อนโต๊ะ
13. น้ำตาลทราย	1-2	ช้อนโต๊ะ	14. น้ำมันงา	1-2	ช้อนโต๊ะ
15. พริกไทยป่น			16. น้ำมันพืช		

4. ลำดับขั้นการสอน หรือลำดับขั้นการทำงาน

วิธีทำ

1. แช่เส้นหมี่ในน้ำเย็นให้นิ่ม นำไปลวกพอสุก ตักขึ้นสะบัดน้ำให้แห้ง ใส่น้ำมันงา น้ำมันหอยเจ ซีอิ้วขาว(4 ช้อนโต๊ะ) น้ำตาลทราย คลุกให้เข้ากัน พักไว้