

ตามหลักความเชื่อเดิม รสหวานของขนมนี้นั้นและเป็นสื่อแทนความรักและการมีมิตรจิตมิตรใจดีต่อกัน แม้ปัจจุบันจะหาผู้มานั่งประดิษฐ์ประดอยทำขนมไทยเพื่อเป็นของขวัญของกำนัลได้น้อยลง แต่หากวัดคุณค่าของการให้แล้ว การลงมือทำขนมไทยสักอย่างเพื่อมอบให้กับผู้เคารพรักย่อมมีความหมายมากกว่า การเดินหาซื้อของมามอบให้แก่กัน เพราะการลงมือทำด้วยตนเองผู้รับย่อมเห็นถึงความตั้งใจ ความใส่ใจ ความรัก และความปรารถนาดีที่หยิบยื่นให้ด้วยน้ำใจจริง

แหล่งข้อมูล นิติสารกรวี ฉบับที่ 174 เดือน ธันวาคม 2008 หน้า 90

ครั้งที่ 18

เรื่อง ขนมโสมมณัศ โดยครู อรอนงค์ ลำดวล

ขนมโสมมณัศ

ขนมโสมมณัศ แม้ไม่ได้เป็นขนมไทยแท้เพราะมีลักษณะเป็นลูกก็ของฝรั่ง ซึ่งก็มีผู้สันนิษฐานว่ามาจากคำว่า coconut ซึ่งแปลว่ามะพร้าว เพราะส่วนผสมหลักของขนมคือ มะพร้าว แต่ก็นับว่าเป็นลูกก็แบบไทย ๆ ที่มีชื่อแสนไพเราะ คือ โสมมณัศ ทั้งยังมีรสหวานมันและหอมจาก มะพร้าวคั่ว นำถั่วเม็ดแข็ง เช่น อัลมอนด์ หรือเม็ดมะม่วงมาเติมในส่วนผสมทำให้น่ารับประทานมากขึ้น

1. จุดประสงค์การสอน

1. บอกส่วนผสมและวิธีทำขนมโสมมณัศได้
2. ทำขนมโสมมณัศได้

2. รายการสอน

1. การเลือกซื้อและการเตรียมส่วนผสมขนมโสมมณัศ
2. วิธีการเตรียมถาดอบ
3. ขั้นตอนการทำขนมโสมมณัศ
4. การอบ



3. วัสดุอุปกรณ์ หนังสือ และสิ่งที่ต้องเตรียม

อุปกรณ์ ตาชั่ง ถ้วยตวง ช้อนตวง เครื่องตีไข่(เครื่องผสมอาหาร) ถาดอบ กระดาษไขหรือแผ่นเบคกิ้งชีส เตาอบ

ข้อแนะนำในการเลือกซื้อและการเตรียมส่วนผสม

- ไข่ขาว ใช้ไข่ขาวของไข่ไก่ จะไม่มีกลิ่นคาว และตีได้ขึ้นฟูกว่าไข่ขาวของไข่เป็ด ไข่ที่ใช้ควรเลือกไข่สด ไข่ขาวจะมีความข้นเหนียวไม่เป็นน้ำอย่างไข่เก่า แยกไข่แดงออกจากไข่ขาวได้ง่ายกว่าไข่ไก่ ไข่สดจะตีขึ้นฟูและอยู่ตัวดีกว่า วิธีการเลือกไข่สดสังเกตได้จากเปลือกไข่ไม่เป็นมันเงา เมื่อจับเปลือกจะสากมือ ถ้านำมาตอกดูไข่แดงกลมมน ไข่ขาวจะข้นไม่เหลว ไข่ขาว ¼ ถ้วย จะหนักประมาณ 65 กรัม หรือใช้ไข่ประมาณ 2 ฟอง

- มะพร้าวคั่ว ใช้มะพร้าวแก่ (มะพร้าวห้าว) ชูดฝอยที่มีขายในตลาดสด มะพร้าวคั่วแล้ว 1 ถ้วยหนักประมาณ 70 กรัม มะพร้าวคั่วที่ใช้ในสูตร 1 ½ ถ้วย ชั่งน้ำหนักได้ประมาณ 100 กรัม มะพร้าวยังไม่ได้คั่ว ½ กิโลกรัม คั่วแล้วจะมีน้ำหนักเหลือประมาณ 300 - 350 กรัม

- น้ำตาลทรายป่น ใช้เครื่องบดไฟฟ้าชนิดโถปั่นของแข็งปั่นให้ละเอียด หรือจะใช้น้ำตาลทรายเม็ดละเอียดสำหรับทำขนมอบก็ได้ แต่ไม่แนะนำ ให้ใช้น้ำตาลไอซิ่ง เพราะน้ำตาลไอซิ่งมีส่วนผสมของแป้งข้าวโพดปนอยู่ด้วย

- อัลมอนต์ จะใช้อัลมอนต์เม็ดคอบบดหยาบ ๆ อัลมอนต์ สไลด์อบ เม็ดมะม่วงหิมพานต์อบหรือถั่วลิสงอบแทนก็ได้ ซึ่งกลิ่น รส ความมัน จะต่างกันไปตามสิ่งที่เลือกใช้ อัลมอนต์ อบหั่น ¼ ถ้วยหนักประมาณ 40 กรัม

- ผงโกโก้ ใส่เพิ่มให้ขนมมีสีเข้มสวย

ส่วนผสม

- | | | | | | |
|---------------------------|-----|--------|--------------------|-------|--------|
| 1. ไข่ขาวของไข่ไก่ | 1/4 | ถ้วย | 2. น้ามะนาว | 2 | ช้อนชา |
| 3. เกลือ | 1/8 | ช้อนชา | 4. น้ำตาลทรายป่น | 100 | กรัม |
| 5. ผงโกโก้ | 1 | ช้อนชา | 6. มะพร้าวคั่วกรอบ | 1 1/2 | ถ้วย |
| 7. เม็ดอัลมอนต์หั่นหยาบอบ | 1/4 | ถ้วย | | | |

4. ลำดับขั้นการทำ

1. เตรียมถาดอบโดยปูกระดาษไขบนถาดที่ทาเนยขาวไว้แล้ว ทาเนยขาวทับบนกระดาษอีกครึ่งหนึ่ง
2. เปิดเตาอบที่อุณหภูมิ 300 องศาฟาเรนไฮต์ หรือ 150 องศาเซลเซียส
3. ตีไข่ขาวให้ขึ้นฟู ใส่น้ามะนาว เกลือ ค่อย ๆ ใส่น้ำตาลทรายป่นลงไปทีละน้อยจนหมด และไข่ขาวตั้งยอดแข็ง
4. ใส่ผงโกโก้ มะพร้าวคั่วและเม็ดอัลมอนต์ คนอย่างเบา มือจนเข้ากัน
5. ใช้ช้อนตักหยอดเป็นก้อนกลม ลงในถาดอบที่เตรียมไว้จนเต็มถาด แต่งหน้าด้วยอัลมอนต์ สไลด์หรืออัลมอนต์หั่น
6. นำเข้าอบนานประมาณ 30 - 40 นาที หรือจนกรอบ
7. นำออกจากเตาอบ ทิ้งไว้พออุ่นแล้วออกวางบนตะแกรง เก็บใส่ภาชนะที่ปิดสนิท

ข้อแนะนำในการทำขนมโสมมนัส

1. การแยกไข่แดงออกจากไข่ขาว ถ้าไข่ใหม่จะแยกง่ายไข่แดงไม่แตกปนไข่ขาว เวลาแยกจะตอกไข่ใส่ถ้วยใช้มือช้อนไข่แดงขึ้นมา หรือจะแยกโดยใช้เปลือก ไข่เทไข่แดงกลับไปกลับมาก็ได้ ถ้าไข่เก่าจะแยกยากไข่แดงจะแตกง่าย ให้นำไข่ไปแช่ในตู้เย็นให้เย็นจัด ไข่ขาวและไข่แดงจะชันขึ้นทำให้แยกได้ง่าย ไข่แดงไม่แตก

2. การตีไข่ขาวให้ขึ้นฟูขึ้นอยู่กับไข่ขาวที่ดีเป็นไข่ใหม่ ไข่ขาวไม่มีไข่แดงแตกปนติดมา ภาชนะที่ตีไข่ต้องสะอาดและแห้งสนิท ตีไข่ขาวให้ฟูก่อนจึงใส่น้ำตาล

3. น้ำมะนาวจะช่วยให้ไข่ขาวที่ตีแล้วอยู่ตัวดีไม่ยุบง่าย เนื่องจากมะนาวมีความเป็นกรดทำให้โปรตีนในไข่ขาวแข็งตัวและอยู่ตัวได้ดี
4. การอบย่ำใช้ไฟแรงจะทำให้ขนมไหม้ก่อนจะกรอบ
5. การคั่วมะพร้าวใช้ไฟอ่อนคั่วจนกรอบ จะมีสีสวยกว่าการคั่วไฟแรง เพราะสีมะพร้าวจะเข้มหรือไหม้ได้
6. ส่วนนี้ทำได้ประมาณ 200 – 250 กรัม

5. เกณฑ์ในการประเมินผล

ขนมมีรสหวานกรอบ มัน หอมกลิ่นมะพร้าว มีขนาดพอคำ สีไม่เข้มหรืออ่อนไป