

แผนการสอนรายคาบ

คาบที่ 1 เรื่องที่สอน ลูกก็ตะไคร้ โดยครู เกศยา ยงภูมิพุกธา

1. จุดประสงค์การสอน

1. บอกส่วนผสม และขั้นตอนการทำลูกก็ตะไคร้
2. ทำลูกก็ตะไคร้ได้
3. นำไปใช้ในชีวิตประจำวัน และประกอบอาชีพได้

2. วัสดุ อุปกรณ์/หนังสือ/ที่ต้องเตรียม

ถ้วยตวง	ช้อนตวง	เครื่องชั่ง	ถาดอบ	เตาอบ
อ่างผสม	เครื่องผสม	ที่ร้อนเป้ง	พายยาง	ที่ตักไอศกรีม

3. ส่วนผสมลูกก็

1. แป้งสาลีตราบัวแดง	250	กรัม
2. ผงฟู	1 1/4	ช้อนชา
3. น้ำตาลทรายแดง	120	กรัม
4. เกลือป่น	1/4	ช้อนชา
5. เนยสด	150	กรัม
6. น้ำต้มตะไคร้	3	ช้อนโต๊ะ
7. ตะไคร้คั่วแห้งบดละเอียด	20	กรัม
8. ตะไคร้หั่นเป็นแว่น	2-3	ต้น

4. ลำดับขั้นตอนการสอน/ลำดับขั้นตอนการทำ

วิธีทำ

1. ร้อนเป้งสาลีตราบัวแดง และผงฟูเข้าด้วยกัน ใส่ตะไคร้คั่วเคล้าให้เข้ากัน
2. ตีเนยสดให้อ่อนตัว เติมเกลือป่น น้ำตาลทรายแดง ตีด้วยความเร็วปานกลาง จนส่วนผสมขึ้นฟู
3. เติมน้ำต้มตะไคร้ เติมแป้งที่เตรียมไว้ ผสมพอเข้ากัน
4. นำส่วนผสมที่ได้ปั้นเป็นก้อนกลมขนาดตามต้องการ ใช้ส้อมกดให้มีความหนาประมาณ 0.5 เซนติเมตร หรือจะใช้ที่ตักไอศกรีมตักเป็นก้อนก็ได้ แต่งหน้าด้วยตะไคร้หั่นเป็นแว่นให้สวยงาม

5. นำเข้าอบที่อุณหภูมิ 350° ฟาเรนไฮต์ (180° ซ) ประมาณ 20 นาที หรือจนกระทั่งสุก พักไว้ให้เย็น
6. บรรจุใส่ภาชนะให้สวยงาม

สาระน่ารู้

มารู้จักตะไคร้ กันดีกว่า

ตะไคร้มีถิ่นกำเนิด ในประเทศอินโดนีเซีย ศรีลังกา พม่า อินเดีย ไทย และในทวีปอเมริกาใต้ โดยทั่วไปแบ่งตะไคร้ออกเป็น 6 ชนิด ได้แก่ ตะไคร้กอ ตะไคร้ต้น ตะไคร้หางนาค ตะไคร้หน้า ตะไคร้หางสิงห์ ตะไคร้หอม เป็นพืชตระกูลหญ้า ตะไคร้เป็นพืชที่เจริญเติบโตง่าย อาจมีทรงพุ่มสูงถึง 1 เมตร มีลำต้น ที่แท้จริงประมาณ 4-7 เซนติเมตร ลำของต้นจะถูกห่อหุ้มไปด้วยกาบใบโดยรอบ ใบยาว แคนเส้นใบขนานกับก้านใบ ใบของตะไคร้อุดมไปด้วยน้ำมันหอมระเหย ที่นิยมนำมาปลูกเป็นพันธุ์พื้นเมืองที่ปลูกกันโดยทั่วไป ปลูกได้การปักชำต้นเหง้า โดยตัดใบออกให้เหลือโคนประมาณหนึ่งคืบ นำมาปักชำไว้สักหนึ่งสัปดาห์ก็จะมีรากงอกออกมา แล้วนำไปลงแปลงดินที่เตรียมไว้ หรืออาจใช้วิธีเอาโคนปักลงไปที่ดินซึ่งเตรียมไว้เลย ให้ห่างประมาณหนึ่งศอก ถ้าปลูกในกระถางใช้วิธีปักโคนลงในกระถางๆละ 2-3 ต้นก็ได้ แล้วหมั่นรดน้ำให้ชุ่มเช้าเย็น ตั้งไว้ให้โคนแตกตลอดวันจะทำให้โตได้เร็ว ตะไคร้ชอบดินร่วนซุย เป็นพืชที่ชอบน้ำ ชอบแดด ดูแลรดน้ำเสมอและ โคนแตกได้ตลอดวัน เจริญได้ในดินแทบทุกชนิด เวลาจะใช้ก็ให้ตัดที่โคนสุดส่วนรากเลย แล้วถอนออกมาทั้งต้นตามต้องการ ต้องคอยตรวจดูเมื่อตะไคร้มีกอเจริญเติบโตได้เต็มที่แล้ว ต้องถอนทิ้งหรือแยกออกไปปลูกใหม่บ้างหรือเอาไปใช้บ้าง จะนำมาหั่นเป็นฝอยๆ ตากแดดให้แห้งสนิทแล้วแช่เก็บไว้ใช้ได้นานๆ เพื่อให้ดินอ่อนโตขึ้นมาใหม่ ถ้าไม่แยกออกไปต้นจะเล็กและลีบลงเรื่อยๆ และบางที ก็แคะแกรน ต้นและกอ ก็จะใช้โทรม ใช้ส่วนของเหง้าและลำต้นแก่ ใช้เป็นส่วนประกอบของอาหารที่สำคัญหลายชนิดเช่น ต้มยำ และอาหารไทยหลายชนิด ให้กลิ่นหอม มีสรรพคุณทางยาเช่น บำรุงธาตุ แก้โรคทางเดินปัสสาวะ ขับลมในลำไส้ทำให้เจริญอาหาร แก้กลิ้นคาวหรือดับกลิ่นคาวของปลา และเนื้อสัตว์ได้ดีมาก บำรุงสมอง ช่วยให้สมาธิ ต้มกับน้ำใช้ดื่มแก้ไอเจียน ใช้ต้นสดโขลกคั้นเอาน้ำดื่มแก้อาการเมาในกรณี ผู้ที่เมามากๆ ช่วยให้สร่างเร็ว น้ำมันตะไคร้หอมใช้ทากันยุงได้ ถ้าปลูกใกล้ผักอื่นๆจะช่วยกันแมลงได้

