

แผนการสอนรายคาบ

คาบที่ 7 เรื่องที่สอน บานาน่าเปปเปอร์มินต์เค้ก โดยครู เกศยา ยงภูมิพุกธา

1. จุดประสงค์การสอน

1. บอกส่วนผสม และขั้นตอนการทำบานาน่าเปปเปอร์มินต์เค้กได้
2. ทำบานาน่าเปปเปอร์มินต์เค้กได้
3. นำไปใช้ในชีวิตประจำวัน และประกอบอาชีพได้

2. รายการสอน

1. เตรียมส่วนผสมและอุปกรณ์ในการทำบานาน่าเปปเปอร์มินต์เค้ก
2. ขั้นตอนการทำบานาน่าเปปเปอร์มินต์เค้ก
3. การอบและการตกแต่ง

3. วัสดุ อุปกรณ์/หนังสือ/ที่ต้องเตรียม

ถ้วยตวง ช้อนตวง พายยาง เตาอบ ถาดอบ เครื่องผสมอาหาร เป็นแต่งหน้าเค้ก สปาตุลา หัวบีบ ถุงบีบเค้ก

ส่วนผสม

แป้งเค้ก	250 กรัม	ผงฟู	1 1/4	ช้อนชา
เบคกิ้งโซดา	1 1/4	เกลือป่น	1	ช้อนชา
น้ำตาลทราย	300 กรัม	เนยสด	200	กรัม
กล้วยหอมสุกบดละเอียด	200 กรัม	ไข่ไก่	4	ฟอง
นมข้นจืด	125 กรัม	น้ำมะนาว	1	ช้อนโต๊ะ

ส่วนประกอบเปปเปอร์มินต์ครีม

บัตเตอร์ครีม 500 กรัม เหล้าเปปเปอร์มินต์ 3 ช้อนโต๊ะ
สีผสมอาหารสีเขียว

4.ลำดับขั้นสอน / ลำดับขั้นตอนการทำ

วิธีทำ

1. ร่อนแป้งเค้ก ผงฟู เบคกิ้งโซดา เข้าด้วยกัน ผสมน้ำตาลทรายลงในแป้ง
2. ตีเนยสดกับ เกลือป่น พอเข้ากัน ใส่แป้งที่ร่อนเตรียมไว้ดี ด้วยความเร็วต่ำโดยใช้หัวใบไม้จนส่วนผสมเป็นเม็ดร่วนๆ
3. ใส่กล้วยหอมตีจนส่วนผสมเป็นเนื้อเดียวกัน ใส่ไข่ไก่ครั้งละฟองปิดเครื่องใช้พายยางคนส่วนผสมเป็นเนื้อเดียวกัน ตีส่วนผสมด้วยความเร็วปานกลาง
4. ใส่นมข้นจืดที่ผสมกับน้ำมะนาว ตีส่วนผสมให้เข้ากันดี เนื้อเนียน

5. เทใส่พิมพ์ทรงกลมเส้นผ่าศูนย์กลางขนาด 8 นิ้ว สูง 3 นิ้ว พิมพ์ที่ทานเนยปูกระดาษและทานเนยทับ จำนวน 2 พิมพ์ วางในถาดที่รองกระดาษขึ้น 4 คู่

6. นำเข้าเตาอบใช้ไฟล่างที่อุณหภูมิ 350 องศาฟาเรนไฮด์ นานประมาณ 40-45 นาที เมื่อขนมอบสุกแล้ว นำขนมออกจากพิมพ์ทันที พักขนมบนตะแกรงจนเย็นสนิท

วิธีทำส่วนผสมเปปเปอร์มินต์ครีม

ผสมบัตเตอร์ครีมกับเหล้าเปปเปอร์มินต์ และตีผสมอาหารสีเขียวเข้าด้วยกันเตรียมไว้สำหรับแต่งหน้าเค้ก

วิธีประกอบเค้ก

ปาดเปปเปอร์มินต์ครีม แล้วแต่งให้สวยตามชอบ

สารน่ารู้

เรื่องกล้วยๆ ที่คุณภาพไม่กล้วย

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ต้น เป็นไม้ล้มลุก ลำต้นสูง 2.5 - 3.5 เมตร มีเส้นผ่าศูนย์กลางมากกว่า 15 ซม. กาบลำต้นด้านนอก มีปื้นดำเล็กน้อย ด้านในมีสีเขียวอ่อนและมีสีชมพู

ใบ มีสีเขียว เป็นแผ่นยาวประมาณ 1.50 เมตร กว้าง 40-60 ซม. เส้นของใบจะขนานกัน แกนใบจะเห็นได้ชัดเจน

ดอก จะห้อยย้อยลงมายาวประมาณ 30 ซม. เป็นช่อ ที่เรียกว่า หัวปลี ตามช่อจะมีกาบหุ้มช่อมีสีแดงปนม่วงเป็นรูปกลมรี ส่วนที่เป็นฐาน ดอกจะมีเกสรตัวเมีย ส่วนปลายจะมีเกสรตัวผู้

ผล เมื่อดอกกลายเป็นผล จะประกอบด้วยหัวกล้วย เครือละ 7-8 หัว แต่ละหัวมีกล้วยอยู่ 12-16 ผล ผลใหญ่ กว้าง 3-4 ซม. ยาว 21-25 ซม. ปลายผลมีจุดเห็นชัดเจน เปลือกบางเมื่อสุกเปลี่ยน เป็นสีเหลืองทอง ปลายจุดจะเปลี่ยนสีภายหลัง เนื้อมีสีส้มอ่อนๆ กลิ่นหอม มีรสหวาน

การใช้ประโยชน์

ใช้เป็นอาหาร ผลแก่จัด นำมาทอด ผานอบเนย ผลสุก รับประทานเป็นผลไม้ ทำขนมเค้ก ทำน้ำผลไม้

คุณค่าทางโภชนาการ กล้วยหอมสุก มีน้ำตาลหลาย ชนิด มีสารเพคติน มีโปรตีน วิตามินเคและซี ธาตุฟอสฟอรัส และแคลเซียม สารที่ให้กลิ่นหอมในกล้วยหอมสุก คือ amylicetatea

ใช้เป็นยา ใ้บตองใช้ปิดแผลไฟไหม้ ใช้ใ้บตองที่ ใ้ม่อ่อน ใ้ม่แก่เกิน ใ้ไปใ้หม่าเชื้อ ใ้เปลือกกล้วยหอมสุก ใ้รักษาสันเท้าแตกโดยใ้เปลือกกล้วยด้านที่ติด เนื้อกล้วย ทาติดต่อกันจนกว่าจะหาย

แผนการสอนรายคาบ

คาบที่ 8 เรื่องที่สอน เค้กแพชชั่นฟรุ้ต โดยครูเกศยา ยงภูมิพุทธา

1. จุดประสงค์การสอน

1. บอกส่วนผสม และขั้นตอนการทำเค้กแพชชั่นฟรุ้ตได้
2. ทำเค้กแพชชั่นฟรุ้ตได้
3. นำไปใช้ในชีวิิตประจำวันและประกอบอาชีพได้

2. รายการสอน

1. เตรียมส่วนผสมและอุปกรณ์ในการทำเค้กแพชชั่นฟรุ้ต
2. ขั้นตอนการทำเค้กแพชชั่นฟรุ้ต
3. การอบและการตกแต่ง

3. วัสดุ อุปกรณ์/หนังสือ/ที่ต้องเตรียม

ถ้วยตวง	ช้อนตวง	พายยาง	เตาอบ	ถาดอบ	เครื่องผสมอาหาร
---------	---------	--------	-------	-------	-----------------

พิมพ์เค้ก

ส่วนผสม

แป้งเค้ก	250	กรัม	ผงคัสตาร์ด	30	กรัม
วานิลลาผง	1	ช้อนชา	ผงฟู	1	ช้อนชา
เบคกิ้งโซดา	1/4	ช้อนชา	นมผง	20	กรัม
น้ำตาลทราย	400	กรัม	เนยสด	250	กรัม
ครีมชีส	250	กรัม	พาร์มีซานชีสชนิดผง	1	ช้อนชา
เนสท์เล่ครีม	50	กรัม	น้ำมะนาว	1	ช้อนโต๊ะ

4.ลำดับขั้นสอน / ลำดับขั้นตอนการทำ

วิธีทำ

1. ร่อนแป้งเค้ก ผงคัสตาร์ด วานิลลาชนิดผง ผงฟู เบคกิ้งโซดา และนมผงเข้าด้วยกัน
2. ตีเนยสด ครีมชีสและพาร์มีซานชีสด้วยหัวตีรูปใบไม้ ใ้ความเร็วปานกลาง พอเนยอ่อนตัว