

ภาคผนวก

ขนมจีบไทยไส้ปลาช่อน			
ส่วนผสม	ปริมาณ	หมายเหตุ	จำนวน 93 ลูก
			วิธีทำ
<u>ส่วนผสมไส้</u>			<u>วิธีทำแป้งขนมจีบไทย</u>
ปลาช่อนนึ่งสุก	150 กรัม		1. ผสมแป้งทั้ง 4 ชนิดเข้าด้วยกัน
หอมแดงหั่นหยาบ	50 กรัม		2. เติมน้ำมันพืช และน้ำลงในแป้ง พอนวดได้
น้ำตาลปีบ	80 กรัม		ขนาดต่อ 5 นาที ใส่ น้ำที่เหลือให้หมด
กระเทียม	10 กรัม		3. นำกระทะตั้งไฟกลาง จนกระทั่งแป้งสุก
พริกชี้ฟ้าแห้งแช่น้ำ	5 กรัม		รวมตัวกันเป็นก้อนเดียวกัน ตักขึ้น แล้วนำมา
ข่าแก่	6 กรัม		นวดในขณะอุ่น แป้งจะนุ่ม เนียน ถ้าติดมือใช้
เกลือป่น	2.5 กรัม		แป้งมันเป็นแป้งนวล
น้ำมันพืช	10 กรัม		<u>วิธีทำไส้</u>
ซอสปรุงรส	15 กรัม		1. ปลาช่อนนึ่งสุกลอกหนังออก นำไปโขลกให้
<u>น้ำมันกระเทียมเจียว</u>			เนื้อเป็นปุย
กระเทียม	10 กรัม		2. โขลกพริกชี้ฟ้าแห้ง หอมแดง กระเทียม ข่า
น้ำมันพืช	20 กรัม		แก่ เกลือป่น ให้ละเอียด
ใบตอง		สำหรับรอง	3. นำน้ำมันพืช ใส่กระทะตั้งไฟพอร้อน ผัด
ผักกาดหอม	300 กรัม	นี้	น้ำมันพริกที่โขลกไว้จนหอม ใส่ปลาปรุงรสด้วย
ผักชี	20 กรัม		น้ำตาลปีบ ซอสปรุงรส ชิมผัดต่อจนแห้ง ยกลง
พริกชี้หนู	30 กรัม		พักไว้ให้เย็น
<u>แป้งขนมจีบไทย</u>			4. บั่นเป็นก้อนกลมๆ เพื่อจ่ายต่อการห่อแป้ง
แป้งข้าวเจ้า	180 กรัม		<u>วิธีห่อ</u>
แป้งท้าวยายม่อม	10 กรัม		1. แป้งแป้งเป็นก้อนกลมขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง
แป้งข้าวเหนียว	30 กรัม		2 ซม. แผ่ให้เป็นแผ่นบางโดยเริ่มจากริมนอก
แป้งมันสำปะหลัง	20 กรัม		2. ใช้แหนบจับจีบเป็นรูปคนโทน้ำให้สวยงาม
น้ำมันพืช	20 กรัม		3. นำขนมจีบไทยวางเรียงในรังถึงที่ปูด้วย
น้ำเปล่า	376 กรัม		ใบตอง ฉีดน้ำ นึ่งด้วยไฟกลางประมาณ 5 นาที
แป้งมันสำหรับทำแป้ง			ตักขนมออกพรมด้วยน้ำมันกระเทียมเจียว
นวล			4. เสิร์ฟขนมจีบรับประทานคู่กับผักกาดหอม
			ผักชี พริกชี้หนูสด
			อุปกรณ์พิเศษ : กระทะทองเหลือง 1 ใบ
			พายไม้ 1 อัน ผ้าขาวบาง 1 ผืน ลังถึง 1
			ชุด กระบอกล้างน้ำ 1 อัน

ขนมจีบไทยไส้ปลานิล 1			
ส่วนผสม	ปริมาณ	หมายเหตุ	จำนวน 96 ลูก
			วิธีทำ
<u>ส่วนผสมไส้</u>			<u>วิธีทำแบ่งขนมจีบไทย</u>
ปลานิลนึ่งสุก	150 กรัม		1. ผสมแบ่งทั้ง 4 ชนิดเข้าด้วยกัน
หอมแดงหั่นหยาบ	50 กรัม		2. เทน้ำมันพืช และน้ำลงในแป้ง พอนวดได้
น้ำตาลปีบ	80 กรัม		ขนาดต่อ 5 นาที ใส่หน้าที่เหลือให้หมด
กระเทียม	10 กรัม		3. นำกระทะตั้งไฟกลาง จนกระทั่งแป้งสุก
พริกชี้ฟ้าแห้งแช่น้ำ	5 กรัม		รวมตัวกันเป็นก้อนเดียวกัน ตักขึ้น แล้วนำมา
ข่าแก่	6 กรัม		นวดในขณะอุ่น แป้งจะนุ่ม เนียน ถ้าติดมือใช้
เกลือป่น	2.5 กรัม		แป้งมันเป็นแป้งนวล
น้ำมันพืช	10 กรัม		<u>วิธีทำไส้</u>
ซอสปรุงรส	15 กรัม		1. ปลานิลนึ่งสุกลอกหนังออก นำไปโขลกให้
<u>น้ำมันกระเทียมเจียว</u>			เนื้อเป็นปุย
กระเทียม	10 กรัม		2. โขลกพริกชี้ฟ้าแห้ง หอมแดง กระเทียม ข่า
น้ำมันพืช	20 กรัม		แก่ เกลือป่น ให้ละเอียด
ใบตอง		สำหรับรอง	3. นำน้ำมันพืช ใส่กระทะตั้งไฟพอร้อน ผัด
ผักกาดหอม	300 กรัม	นึ่ง	น้ำพริกที่โขลกไว้จนหอม ใส่ปลาปรุงรสด้วย
ผักชี	20 กรัม		น้ำตาลปีบ ซอสปรุงรส ชิมผัดต่อจนแห้ง ยก
พริกชี้หนู	30 กรัม		กลงพักไว้ให้เย็น
<u>แบ่งขนมจีบไทย</u>			4. ปั้นเป็นก้อนกลมๆ เพื่อต่อการห่อแป้ง
แป้งข้าวเจ้า	180 กรัม		<u>วิธีห่อ</u>
แป้งท้าวยายม่อม	10 กรัม		1. แบ่งแป้งเป็นก้อนกลมขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง
แป้งข้าวเหนียว	30 กรัม		2 ซม. แผ่ให้เป็นแผ่นบางโดยเริ่มจากริมนอก
แป้งมันสำปะหลัง	20 กรัม		2. ใช้แหนบจับจีบเป็นรูปคนโทน้ำให้สวยงาม
น้ำมันพืช	20 กรัม		3. นำขนมจีบไทยวางเรียงในรังถึงที่ปูด้วย
น้ำเปล่า	376 กรัม		ใบตอง ฉีดน้ำ นึ่งด้วยไฟกลางประมาณ 5 นาที
แป้งมันสำหรับทำแป้ง	เล็กน้อย		ตักขนมออกพรมด้วยน้ำมันกระเทียมเจียว
นวล			4. เสิร์ฟขนมจีบรับประทานคู่กับผักกาดหอม
			ผักชี พริกชี้หนูสด
			อุปกรณ์พิเศษ : กระทะทองเหลือง 1 ใบ
			พายไม้ 1 อัน ผ้าขาวบาง 1 ผืน ลังถึง 1
			ชุด กระบอกฉีดน้ำ 1 อัน

ขนมจีบไทยไส้ปลานิล 2			
ส่วนผสม	ปริมาณ	หมายเหตุ	จำนวน 96 ลูก
			วิธีทำ
<u>ส่วนผสมไส้</u>			<u>วิธีทำแบ่งขนมจีบไทย</u>
ปลานิลนึ่งสุก	150 กรัม		1. ผสมแบ่งทั้ง 4 ชนิดเข้าด้วยกัน
หอมแดงหั่นหยาบ	60 กรัม		2. เทน้ำมันพืช และน้ำลงในแป้ง พอนวดได้
น้ำตาลปีบ	60 กรัม		ขนาดต่อ 5 นาที ใส่หน้าที่เหลือให้หมด
กระเทียม	20 กรัม		3. นำกระทะตั้งไฟกลาง จนกระทั่งแป้งสุก
พริกชี้ฟ้าแห้งแช่น้ำ	7 กรัม		รวมตัวกันเป็นก้อนเดียวกัน ตักขึ้น แล้วนำมา
ข่าแก่	10 กรัม		นวดในขณะอุ่น แป้งจะนุ่ม เนียน ถ้าติดมือใช้
เกลือป่น	2.5 กรัม		แป้งมันเป็นแป้งนวล
น้ำมันพืช	10 กรัม		<u>วิธีทำไส้</u>
ซอสปรุงรส	15 กรัม		1. ปลานิลนึ่งสุกลอกหนังออก นำไปโขลกให้
<u>น้ำมันกระเทียมเจียว</u>			เนื้อเป็นปุย
กระเทียม	10 กรัม		2. โขลกพริกชี้ฟ้าแห้ง หอมแดง กระเทียม ข่า
น้ำมันพืช	20 กรัม		แก่ เกลือป่น ให้ละเอียด
ใบตอง		สำหรับรอง	3. นำน้ำมันพืช ใส่กระทะตั้งไฟพอร้อน ผัด
ผักกาดหอม	300 กรัม	นี้	น้ำพริกที่โขลกไว้จนหอม ใส่ปลาปรุงรสด้วย
ผักชี	20 กรัม		น้ำตาลปีบ ซอสปรุงรส ชิมผัดต่อจนแห้ง ยก
พริกชี้หนู	30 กรัม		กลงพักไว้ให้เย็น
<u>แบ่งขนมจีบไทย</u>			4. ปั้นเป็นก้อนกลมๆ เพื่อต่อการห่อแป้ง
แป้งข้าวเจ้า	180 กรัม		<u>วิธีห่อ</u>
แป้งท้าวยายม่อม	10 กรัม		1. แบ่งแป้งเป็นก้อนกลมขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง
แป้งข้าวเหนียว	30 กรัม		2 ซม. แผ่ให้เป็นแผ่นบางโดยเริ่มจากริมนอก
แป้งมันสำปะหลัง	20 กรัม		2. ใช้แหนบจับจีบเป็นรูปคนโทน้ำให้สวยงาม
น้ำมันพืช	20 กรัม		3. นำขนมจีบไทยวางเรียงในรังถึงที่ปูด้วย
น้ำเปล่า	376 กรัม		ใบตอง ฉีดน้ำ นึ่งด้วยไฟกลางประมาณ 5 นาที
แป้งมันสำหรับทำแป้ง			ตักขนมออกพรมด้วยน้ำมันกระเทียมเจียว
นวล			4. เสิร์ฟขนมจีบรับประทานคู่กับผักกาดหอม
			ผักชี พริกชี้หนูสด
			อุปกรณ์พิเศษ : กระทะทองเหลือง 1 ใบ
			พายไม้ 1 อัน ผ้าขาวบาง 1 ผืน ลังถึง 1
			ชุด กระบอกฉีดน้ำ 1 อัน

ขนมขอม่วงไส้ฟัก-หมู			
ส่วนผสม	ปริมาณ	หมายเหตุ	จำนวน 35 ลูก
			วิธีทำ
<u>ส่วนผสมไส้</u> ฟักเชื่อมหั่นสี่เหลี่ยม เล็ก ๆ หมูสามชั้นหั่นสี่เหลี่ยม เล็ก ๆ ต้ม ถั่วลิสงคั่วบดหยาบ งาขาวคั่ว น้ำตาลทราย เกลือป่น น้ำมันพืช <u>น้ำมันกระเทียมเจียว</u> กระเทียม น้ำมันพืช ใบตอง <u>แป้งขอม่วง</u> แป้งข้าวเจ้า แป้งทาวายม่อม แป้งข้าวเหนียว แป้งมันสำปะหลัง น้ำมันพืช น้ำเปล่า แป้งมันสำหรับทำแป้ง นวล	50 กรัม 30 กรัม 25 กรัม 10 กรัม 15 กรัม 1.25 กรัม 10 กรัม 10 กรัม 20 กรัม 120 กรัม 5 กรัม 15 กรัม 10 กรัม 10 กรัม 200 กรัม เล็กน้อย	สำหรับรอง หนึ่ง	<u>วิธีทำแป้งขอม่วง</u> 1. ผสมแป้งทั้ง 4 ชนิดเข้าด้วยกัน 2. เทน้ำมันพืช และน้ำตาลในแป้ง พอนวดได้ นวดต่อ 5 นาที ใส่หน้าที่เหลือให้หมด ผสมสีม่วง และสีชมพูเล็กน้อย 3. นำกระทะตั้งไฟกลาง จนกระทั่งแป้งสุก รวมตัวกันเป็นก้อนเดียวกัน ตักขึ้น แล้วนำมา นวดในขณะอุ่น แป้งจะนุ่ม เนียน ถ้าติดมือใช้ แป้งมันเป็นแป้งนวล <u>วิธีทำไส้</u> 1. นำน้ำมันใส่กระทะ นำหมูลงผัดให้หอม ใส่ ฟัก ใส่ถั่วลิสง งาคั่ว น้ำตาลทราย เกลือลงไป ชิมรส ผัดจนป็นเป็นก้อนได้ <u>วิธีห่อ</u> 1. แป้งแป้งเป็นก้อนกลมขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 2 ซม. แผ่ให้เป็นแผ่นบางโดยเริ่มจากริมนอก 2. ใช้แหนบจับจีบเป็นรูปดอกไม้ให้สวยงาม 3. นำขนมขอม่วงวางเรียงในรังถึงที่ปูด้วยใบตอง ฉีดน้ำ หนึ่งด้วยไฟกลางประมาณ 5 นาที ตักขนม ออกพรมด้วยน้ำมันกระเทียมเจียว 4. เสิร์ฟขอม่วงรับประทานคู่กับผักกาดหอม ผักชี พริกชี้หูสด
			<u>อุปกรณ์พิเศษ</u> : ผ้าขาวบาง 1 ผืน กระจบอก ฉีดน้ำ 1 อัน แหนบขอม่วง 3 อัน

ขนมขอม่วงไส้ปลานิล 1			
ส่วนผสม	ปริมาณ	หมายเหตุ	จำนวน 39 ลูก
			วิธีทำ
<u>ส่วนผสมไส้</u> พักเชื่อมหั่นสี่เหลี่ยม เล็ก ๆ ปลานิลนึ่งสุก ถั่วลันเตาต้มจนนิ่ม งาขาวคั่ว น้ำตาลทราย เกลือป่น น้ำมันพืช <u>น้ำมันกระเทียมเจียว</u> กระเทียม น้ำมันพืช ใบตอง <u>แป้งขอม่วง</u> แป้งข้าวเจ้า แป้งทาวายม่อม แป้งข้าวเหนียว แป้งมันสำปะหลัง น้ำมันพืช น้ำเปล่า แป้งมันสำหรับทำแป้ง นวล	50 กรัม 30 กรัม 25 กรัม 10 กรัม 15 กรัม 1.25 กรัม 10 กรัม 10 กรัม 20 กรัม 120 กรัม 5 กรัม 15 กรัม 10 กรัม 10 กรัม 200 กรัม เล็กน้อย	สำหรับ รองนึ่ง	<u>วิธีทำแป้งขอม่วง</u> 1. ผสมแป้งทั้ง 4 ชนิดเข้าด้วยกัน 2. เทน้ำมันพืช และน้ำลงในแป้ง พอนวดได้ นวดต่อ 5 นาที ใส่ของที่เหลือให้หมด ผสมสีม่วง และสีชมพูเล็กน้อย 3. นำกระทะตั้งไฟกลาง จนกระทั่งแป้งสุก รวมตัวกันเป็นก้อนเดียวกัน ตักขึ้น แล้วนำมา นวดในขณะอุ่น แป้งจะนุ่ม เนียน ถ้าติดมือใช้ แป้งมันเป็นแป้งนวล <u>วิธีทำไส้</u> 1. ปลานิลนึ่งสุกลอกหนังออก นำไปโขลกให้ เนื้อเป็นปุย 2. นำน้ำมันใส่กระทะ นำปลานิลลงผัดให้หอม ใส่พัก ใส่ถั่วลันเตา งาคั่ว น้ำตาลทราย เกลือลง ไป ชิมรส ผัดจนป็นเป็นก้อนได้ <u>วิธีห่อ</u> 1. แป้งแป้งเป็นก้อนกลมขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 2 ซม. แผ่ให้เป็นแผ่นบางโดยเริ่มจากริมนอก 2. ใช้แหนบจับจีบเป็นรูปดอกไม้ให้สวยงาม 3. นำขนมขอม่วงวางเรียงในรังถึงที่ปูด้วยใบตอง ฉีดน้ำ นึ่งด้วยไฟกลางประมาณ 5 นาที ตักขนม ออกพร้อมด้วยน้ำมันกระเทียมเจียว 4. เสิร์ฟขอม่วงรับประทานคู่กับผักกาดหอม ผักชี พริกขี้หนูสด <u>อุปกรณ์พิเศษ</u> : ผ้าขาวบาง 1 ผืน กระบอ ฉีดน้ำ 1 อัน แหนบขอม่วง 3 อัน

ขนมขอม่วงไส้ปลานิล 2			
ส่วนผสม	ปริมาณ	หมายเหตุ	จำนวน 35 ลูก
			วิธีทำ
<u>ส่วนผสมไส้</u> ฝักเชื่อมหั่นสี่เหลี่ยม เล็ก ๆ ปลานิลนึ่งสุก ถั่วลิสงคั่วบดหยาบ งาขาวคั่ว น้ำตาลทราย เกลือป่น น้ำมันพืช <u>น้ำมันกระเทียมเจียว</u> กระเทียม น้ำมันพืช ใบตอง <u>แป้งขอม่วง</u> แป้งข้าวเจ้า แป้งทาวายาม่อม แป้งข้าวเหนียว แป้งมันสำปะหลัง น้ำมันพืช น้ำเปล่า แป้งมันสำหรับทำแป้ง นวล	30 กรัม 40 กรัม 25 กรัม 10 กรัม 15 กรัม 1.25 กรัม 10 กรัม 10 กรัม 20 กรัม 90 กรัม 5 กรัม 15 กรัม 10 กรัม 10 กรัม 188 กรัม เล็กน้อย	สำหรับ รองนี้	<u>วิธีทำแป้งขอม่วง</u> 1. ผสมแป้งทั้ง 4 ชนิดเข้าด้วยกัน 2. เติมน้ำมันพืช และน้ำตาลในแป้ง พอवादได้ นวดต่อ 5 นาที ใส่ น้ำที่เหลือให้หมด ผสมสีม่วง และสีชมพูเล็กน้อย 3. นำกระทะตั้งไฟกลาง จนกระทั่งแป้งสุกรวมตัวกันเป็นก้อนเดียวกัน ตักขึ้น แล้วนำมา นวดในขณะอุ่น แป้งจะนุ่ม เนียน ถ้าติดมือใช้ แป้งมันเป็นแป้งนวล <u>วิธีทำไส้</u> 1. ปลานิลนึ่งสุกลอกหนังออก นำไปโขลกให้เนื้อเป็นปุย 2. นำน้ำมันใส่กระทะ นำปลานิลลงผัดให้หอม ใส่ฝัก ใส่ถั่วลิสง งาคั่ว น้ำตาลทราย เกลือลงไป ชิมรส ผัดจนป็นเป็นก้อนได้ <u>วิธีห่อ</u> 1. แป้งแป้งเป็นก้อนกลมขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 2 ซม. แผ่ให้เป็นแผ่นบางโดยเริ่มจากริมนอก 2. ใช้แหนบจับจีบเป็นรูปดอกไม้ให้สวยงาม 3. นำขนมขอม่วงวางเรียงในรังถึงที่ปูด้วยใบตอง ฉีดน้ำ นึ่งด้วยไฟกลางประมาณ 5 นาที ตักขนม ออกพร้อมด้วยน้ำมันกระเทียมเจียว 4. เสิร์ฟขอม่วงรับประทานคู่กับผักกาดหอม ผักชี พริกชี้หูสด <u>อุปกรณ์พิเศษ</u> : ผ้าขาวบาง 1 ผืน กระบอ ก ฉีดน้ำ 1 อัน แหนบขอม่วง 3 อัน

ปั้นขลิบนิ่งไส้กุ้ง			
ส่วนผสม	ปริมาณ	หมายเหตุ	จำนวน 35 ลูก
			วิธีทำ
กุ้งกุลาดำสับละเอียด มะพร้าวขูดขาว รากผักชีหั่นฝอย กระเทียม พริกไทยป่น น้ำมันพืช เกลือป่น น้ำตาลปีบ <u>น้ำมันกระเทียมเจียว</u> กระเทียม น้ำมันพืช ใบตอง ผักกาดหอม ผักชี พริกชี้หนู <u>แป้งปั้นขลิบ</u> แป้งข้าวเจ้า แป้งท้าวยายม่อม แป้งมันสำปะหลัง น้ำเปล่า แป้งมันสำหรับทำแป้ง นวล	40 กรัม 36 กรัม 3 กรัม 5 กรัม 2.5 กรัม 15 กรัม 2.5 กรัม 50 กรัม 10 กรัม 20 กรัม 300 กรัม 20 กรัม 30 กรัม 65 กรัม 5 กรัม 10 กรัม 125 กรัม เล็กน้อย	สำหรับรอง นิ่ง	<u>วิธีทำแป้งปั้นขลิบ</u> 1. ผสมแป้งทั้ง 3 ชนิดเข้าด้วยกันในกระทะทอง ค่อยๆ ใส่น้ำนวดให้เข้ากัน นวดประมาณ 10 นาที แล้วใส่น้ำที่เหลือ คนให้เข้ากัน 2. ยกขึ้นตั้งไฟ ใช้ไฟปานกลาง กวนจนแป้งสุก รวมตัวกันเป็นก้อนกลม ยกลง ทิ้งไว้สักครู่ โรย ด้วยแป้งนวล นวดให้เข้ากันจนแป้งนุ่มมือ ใช้ผ้า ขาวบางชุบน้ำบิดหมาดๆ คลุมไว้ <u>วิธีทำไส้</u> 1. โขลกรากผักชี กระเทียม พริกไทย ให้ ละเอียด 2. ผสมกุ้งสับกับมะพร้าวขูดขาว เคล้าให้เข้ากัน 3. นำน้ำมันพืชใส่กระทะตั้งไฟให้ร้อน ใส่เครื่อง ที่โขลกไว้ในข้อ 1 ผัดให้หอม ใส่ส่วนผสมข้อ 2 ลงผัด ปรงรสด้วยเกลือ น้ำตาลปีบ ซิมีรส ผัดต่อ จนแห้งปั้นเป็นก้อนได้ ตักขึ้น <u>วิธีห่อ</u> 1. แบ่งแป้งเป็นก้อนกลมขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 2 ซม. แผ่ให้เป็นแผ่นบางโดยเริ่มจากริมนอก ของแป้งเข้าหาวงใน แผ่ให้บางลักษณะเป็น วงกลม ตักไส้ใส่ หุ้มแป้งให้เป็นรูปครึ่งวงกลม 2. ใช้หัวแม่มือกับนิ้วชี้ ขลิบริมให้สนิท 3. นำปั้นขลิบวางเรียงในรังถึงที่ปูใบตอง ฉีดน้ำ นิ่งด้วยไฟกลางประมาณ 5 นาที ตักขนมออก พรมด้วยน้ำมันกระเทียมเจียว 4. เสิร์ฟปั้นขลิบรับประทานคู่กับผักกาดหอม ผักชี พริกชี้หนูสด
			อุปกรณ์พิเศษ : กระทะทองเหลือง 1 ใบ พายไม้ 1 อัน ผ้าขาวบาง 1 ผืน ลังถึง 1 ชุด กระบอกล้างน้ำ 1 อัน

ปั้นขลิบนิ่งใส่ปลานิล 1			
ส่วนผสม	ปริมาณ	หมายเหตุ	จำนวน 35 ลูก
			วิธีทำ
ปลานิลนิ่ง มะพร้าวขูดขาว รากผักชีหั่นฝอย กระเทียม พริกไทยป่น น้ำมันพืช เกลือป่น น้ำตาลปีบ <u>น้ำมันกระเทียมเจียว</u> กระเทียม น้ำมันพืช ใบตอง ผักกาดหอม ผักชี พริกชี้หนู <u>แป้งปั้นขลิบ</u> แป้งข้าวเจ้า แป้งท้าวยายม่อม แป้งมันสำปะหลัง น้ำเปล่า แป้งมันสำหรับทำแป้ง นวล	40 กรัม 36 กรัม 3 กรัม 5 กรัม 2.5 กรัม 15 กรัม 2.5 กรัม 50 กรัม 10 กรัม 20 กรัม 300 กรัม 20 กรัม 30 กรัม 80 กรัม 5 กรัม 10 กรัม 130 กรัม เล็กน้อย	สำหรับรอง นิ่ง	<u>วิธีทำแป้งปั้นขลิบ</u> 1. ผสมแป้งทั้ง 3 ชนิดเข้าด้วยกันในกระทะทอง ค่อยๆ ใส่น้ำนวดให้เข้ากัน นวดประมาณ 10 นาที แล้วใส่น้ำที่เหลือ คนให้เข้ากัน 2. ยกขึ้นตั้งไฟ ใช้ไฟปานกลาง กวนจนแป้งสุก รวมตัวกันเป็นก้อนกลม ยกลง ทิ้งไว้สักครู่ โรย ด้วยแป้งนวล นวดให้เข้ากันจนแป้งนุ่มมือ ใช้ผ้า ขาวบางชุบน้ำบิดหมาดๆ คลุมไว้ <u>วิธีทำไส้</u> 1. โขลกรากผักชี กระเทียม พริกไทย ให้ ละเอียด 2. ผสมกั้วสับกับมะพร้าวขูดขาว เคล้าให้เข้ากัน 3. นำน้ำมันพืชใส่กระทะตั้งไฟให้ร้อน ใส่เครื่อง ที่โขลกไว้ในข้อ 1 ผัดให้หอม ใส่ส่วนผสมข้อ 2 ลงผัด ปรงรสด้วยเกลือ น้ำตาลปีบ ชิมรส ผัดต่อ จนแห้งปั้นเป็นก้อนได้ ตักขึ้น <u>วิธีห่อ</u> 1. แบ่งแป้งเป็นก้อนกลมขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 2 ซม. แผ่ให้เป็นแผ่นบางโดยเริ่มจากริมนอก ของแป้งเข้าหาวงใน แผ่ให้บางลักษณะเป็น วงกลม ตักไส้ใส่ หุ้มแป้งให้เป็นรูปครึ่งวงกลม 2. ใช้หัวแม่มือกับนิ้วชี้ ขลิบริมให้สนิท 3. นำปั้นขลิบวางเรียงในรังถึงที่ปูใบตอง ฉีดน้ำ นิ่งด้วยไฟกลางประมาณ 5 นาที ตักขนมออก พรมด้วยน้ำมันกระเทียมเจียว 4. เสิร์ฟปั้นขลิบรับประทานคู่กับผักกาดหอม ผักชี พริกชี้หนูสด
			อุปกรณ์พิเศษ : กระทะทองเหลือง 1 ใบ พายไม้ 1 อัน ผ้าขาวบาง 1 ผืน ลังถึง 1 ชุด กระบอกล้างน้ำ 1 อัน

ปั้นขลิบหนึ่งไส้ปลานิล 2			
ส่วนผสม	ปริมาณ	หมายเหตุ	จำนวน 39 ลูก
			วิธีทำ
ปลานิลหนึ่ง	40 กรัม	สำหรับรอง นี้	<p><u>วิธีทำแบ่งปั้นขลิบ</u></p> <p>1. ผสมแบ่งทั้ง 3 ชนิดเข้าด้วยกันในกระทะทองค่อยๆ ใส่น้ำนวดให้เข้ากัน นวดประมาณ 10 นาที แล้วใส่น้ำที่เหลือ คนให้เข้ากัน</p> <p>2. ยกขึ้นตั้งไฟ ใช้ไฟปานกลาง กวนจนแบ่งสุก รวมตัวกันเป็นก้อนกลม ยกลง ทิ้งไว้สักครู่ โรยด้วยแบ่งนวล นวดให้เข้ากันจนแบ่งนุ่มมือ ใช้ผ้าขาวบางชุบน้ำบิดหมาดๆ คลุมไว้</p> <p><u>วิธีทำไส้</u></p> <p>1. โขลกรากผักชี กระเทียม พริกไทย ให้ละเอียด</p> <p>2. ผสมกั่วงั่วกับมะพร้าวขูดขาว เคล้าให้เข้ากัน</p> <p>3. นำน้ำมันพืชใส่กระทะตั้งไฟให้ร้อน ใส่เครื่องที่โขลกไว้ในข้อ 1 ผัดให้หอม ใส่ส่วนผสมข้อ 2 ลงผัด ปูรงรสด้วยเกลือ น้ำตาลปีบ ชิมรส ผัดต่อจนแห้งปั้นเป็นก้อนได้ ตักขึ้น</p> <p><u>วิธีห่อ</u></p> <p>1. แบ่งแบ่งเป็นก้อนกลมขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 2 ซม. แผ่ให้เป็นแผ่นบางโดยเริ่มจากริมนอกของแบ่งเข้าหาวงใน แผ่ให้บางลักษณะเป็นวงกลม ตักไส้ใส่ หุ้มแบ่งให้เป็นรูปครึ่งวงกลม</p> <p>2. ใช้หัวแม่มือกับนิ้วชี้ ขลิบริมให้สนิท</p> <p>3. นำปั้นขลิบวางเรียงในรังถึงที่ปูใบตอง ฉีดน้ำนิ่งด้วยไฟกลางประมาณ 5 นาที ตักขนมออก พรมด้วยน้ำมันกระเทียมเจียว</p> <p>4. เสิร์ฟปั้นขลิบรับประทานคู่กับผักกาดหอม ผักชี พริกชี้หูสด</p>
มะพร้าวขูดขาว	36 กรัม		
รากผักชีหั่นฝอย	8 กรัม		
กระเทียม	10 กรัม		
พริกไทยป่น	2.5 กรัม		
น้ำมันพืช	15 กรัม		
เกลือป่น	2.5 กรัม		
น้ำตาลปีบ	50 กรัม		
<u>น้ำมันกระเทียมเจียว</u>			
กระเทียม	10 กรัม		
น้ำมันพืช	20 กรัม		
ใบตอง			
ผักกาดหอม	300 กรัม		
ผักชี	20 กรัม		
พริกชี้หนู	30 กรัม		
<u>แบ่งปั้นขลิบ</u>			
แบ่งข้าวเจ้า	90 กรัม		
แบ่งทวยายม่อม	5 กรัม		
แบ่งข้าวเหนียว	15 กรัม		
แบ่งมันสำปะหลัง	10 กรัม		
น้ำมันพืช	10 กรัม		
น้ำเปล่า	188 กรัม		
แบ่งมันสำหรับทำแบ่งนวล	เล็กน้อย		
			<p>อุปกรณ์พิเศษ : กระทะทองเหลือง 1 ใบ</p> <p>พายไม้ 1 อัน ผ้าขาวบาง 1 ผืน ลังถึง 1 ชุด กระบอกฉีดน้ำ 1 อัน</p>

ข้อเสนอแนะจากผู้เชี่ยวชาญ

ขนมจีบไทย ตั้งเดิม (ไส้ปลาช่อน)

องค์ประกอบ	ข้อเสนอแนะ
ลักษณะที่ปรากฏ	ยังไม่ชอบมากที่สุดเนื่องจากติดภาพลักษณ์แบบเดิมที่มีขนาดใหญ่กว่านี้ การจีบ จำนวนจีบ แล้วแต่ชอบ รูปร่างสวยน่ารับประทาน
สี	ขาดความมันเงา สีมองแล้วด้านๆ เฉยๆ สีของอาหารก็ปกติอยู่แล้ว นอกจากจะทำให้แป้งมีสีส้มเพิ่มตามความชอบ
กลิ่น	เพิ่มกลิ่นของเทศอีกชนิด มีกลิ่นคาวปลาเล็กน้อย กลิ่นเครื่องเทศยังไม่พอ ไม่ได้กลิ่นของขนมหลักได้แต่กลิ่นกระเทียมเจียว
รสชาติ	กลิ่นรสควรเพิ่มเครื่องเทศอีกชนิดเพื่อดับกลิ่นคาวปลา ลดความหวานลงแล้วเพิ่มเค็มอีกชนิด จะชอบมากที่สุด มีกลิ่นคาวปลาติดปลายปาก เหม็นคาว กัดถึงจะได้กลิ่นไส้ข้างใน รสชาติกลางๆ
เนื้อสัมผัส	แป้งแข็งเล็กน้อย ถ้าทานตอนอุ่นจะนุ่มกว่านี้ เนื้อแป้งควรนุ่มกว่านี้ เนื้อค่อนข้างกระด้าง แป้งมีความนุ่มดี ได้รสชาติจัดดี แต่ออกหวาน (แต่ผู้บริโภคทั่วไปจะชอบ เพราะถ้าเค็มนำจะรู้สึกเค็มไป) เนื้อไม่นุ่มมากเหนียวๆ ทานได้ เนื้อแป้งแข็งไปหน่อย รสชาติดีแล้ว เมื่อเย็นเนื้อจะออกแข็งไป
ความชอบโดยรวม	ทานเล่นได้ ถ้าร้อนๆจะอร่อย

ขนมจีบไทย สูตรปลานิล 1

องค์ประกอบ	ข้อเสนอแนะ
ลักษณะที่ปรากฏ	รูปลักษณ์น่าทาน
สี	สีธรรมชาติ สีไม่ค่อยสดใส
กลิ่น	กลิ่นควายังปรากฏ กลิ่นหอมเล็กน้อย ไม่มีกลิ่นหอมของกระเทียม
รสชาติ	รสออกหวาน กลิ่นเริ่มชัดเจนของขนมและไส้ รสออกหวานไปหน่อย กลิ่นพอดี ค่อนข้างหวานไม่เข้มข้น
เนื้อสัมผัส	ไส้เยอะขึ้น แป้งหนีบไป ให้เนื้อนุ่มกว่านี้ซักหน่อยจะดีมาก เนื้อของแป้งจะออกไม่เหนียวนุ่ม ออกยุ่ยๆ
ความชอบโดยรวม	มีหวาน มีเค็ม พอๆกัน ชอบ กลิ่นควาดีขึ้น ปรับเนื้อแป้งให้นุ่มขึ้น อร่อยมาก รสพอดี

ขนมจีบไทย สูตรปลานิล 2

องค์ประกอบ	ข้อเสนอแนะ
ลักษณะที่ปรากฏ	-
สี	-
กลิ่น	กลิ่นควาเล็กน้อย กลิ่นเครื่องเทศชัดเจนขึ้น
รสชาติ	อร่อย
เนื้อสัมผัส	ไส้เยอะขึ้น แป้งหนีบไป ให้เนื้อนุ่มกว่านี้ซักหน่อยจะดีมาก เนื้อของแป้งจะออกไม่เหนียวนุ่ม ออกยุ่ยๆ
ความชอบโดยรวม	พอดีสไม่จัด อร่อยมาก

ขนมขอม่วง ตังเดิม (ไส้ฟัก และ หมูสามชั้น)

องค์ประกอบ	ข้อเสนอแนะ
ลักษณะที่ปรากฏ	ดอกงานแบะมากไป กลีบดอกไม่ชัดเจน (ทาน้ำมันมากไป) ชอบเพราะขนาดพอดี ภาพรวมรูปสวย
สี	สีแบบหม่น ไม่หยดน้ำมันาว สีสวย
กลิ่น	-
รสชาติ	ควรเติมรสเค็มเล็กน้อย เพราะมีรสหวานนำมากเกินไป หวานเกินไป ลดความหวานลงนิดหน่อย กลิ่นมันหมูแรงไป ถั่วเหม็นหืน ออกหวาน
เนื้อสัมผัส	แป้งหนาไป ไม่เหนียว เนื้อสัตว์ที่ใส่แข็งเกินไป เลี่ยนไป หวานและมันจนเกินไปทำให้รู้สึกเลี่ยนและมีรสเหม็นหืน แป้งนุ่ม มีหนังหมูที่เหนียวเคี้ยวไม่ขาด ไส้ไม่ละเอียด หนังหมูเป็นชิ้นแข็งมาก ไส้หยาบ
ความชอบโดยรวม	น้ำมันโชกเกินไป

ขนมขอม่วง oplanil 1

องค์ประกอบ	ข้อเสนอแนะ
ลักษณะที่ปรากฏ	ขนาดพอคำ การจับกลับแล้วแต่ชอบรูปทรง ดอกสวย
สี	สีสวย
กลิ่น	เหม็นหืนกว่า ตัวอย่างไส้ดั้งเดิม
รสชาติ	กลิ่นรากผักชี พริกไทย ยังไม่มากพอ มีหวานแต่รู้สึกกลมกล่อมมากขึ้น ออกหวานไปและหายาไปหน่อย หวานไส้ไม่อร่อย
เนื้อสัมผัส	แป้งนุ่มดีเคี้ยวได้ละเอียดหมด
ความชอบโดยรวม	ไม่แน่ใจว่าถ้าลดฟักที่หวานอยู่แล้วลงเล็กน้อย ความหวานจะดีขึ้นหรือไม่ (ควรลดหวานลงนิด)

ขนมขอม่วง oplanil 2

องค์ประกอบ	ข้อเสนอแนะ
ลักษณะที่ปรากฏ	ดอกสวย
สี	สีสวย
กลิ่น	กลิ่นหอมเครื่องเทศ
รสชาติ	กินกับผักแล้วพอดี รสยังมีออกหวานนิดๆ รสชาติดี
เนื้อสัมผัส	แป้งหนาเหนียวนุ่ม
ความชอบโดยรวม	อร่อย

แป้งขลิบหนึ่งไส้ กุ้ง

องค์ประกอบ	ข้อเสนอแนะ
ลักษณะที่ปรากฏ	ตัวแป้งดูแข็งไป จับจีบยังไม่สม่ำเสมอ จีบที่ได้สวยกว่า รหัสก่อนหน้านี้ (ปลานิล) ไม่ค่อยจะดูลักษณะ แป้งใส่นาทาน
สี	สีไม่สวย
กลิ่น	
รสชาติ	มีรสหวานนำมากไป ออกเผ็ด ไม่ค่อยอยากรับประทานมะพร้าวขูด กลิ่นหัวไชโป้ว มะพร้าวที่ใส่ระวังเรื่องกลิ่น กลิ่นรสต้องปรับปรุง ใส่ออกหวาน รสมะพร้าวออกหยาบไป
เนื้อสัมผัส	มะพร้าวที่ใส่ลงไปทำให้รู้สึกสากปากอยู่บ้าง เมื่อเจอกับแป้งแข็งที่กระด้างจึงไม่ชอบ กระด้างนิดหน่อย แป้งไม่นุ่ม ออกจะกระด้างไปหน่อย แป้งแข็งเล็กน้อย
ความชอบโดยรวม	แป้งกระด้างมากขึ้นมีรสเผ็ดชัดเจน รสชาติชัด หวาน เค็ม พอกัน

ปั่นขลิบหนึ่ง ปลานิล 1

องค์ประกอบ	ข้อเสนอแนะ
ลักษณะที่ปรากฏ	รูปลักษณ์ไม่สวยมาก รูปร่างไม่ค่อยสวย
สี	น่าจะเพิ่มสีส้มอีกเล็กน้อย ใส่พริกชี้ฟ้าแห้งโขลกเหมือนขนมจีบไทยได้ สีจะได้สวย ขาวปกติไม่สวยเท่าไร สีสวย
กลิ่น	พริกไทยช่วยได้เยอะในการดับกลิ่นคาว กลิ่นหอม
รสชาติ	ลดพริกไทยลงซักนิด กินหลายๆคำจะได้ไม่เผ็ด เผ็ดไปนิด ออกหวานมากกว่าเดิม มีรสเผ็ดเครื่องปรุงชัดเจนน แต่อาจเผ็ดเกินไปสำหรับ บางคน ควรหอมกลิ่นรากผักชีให้มากกว่านี้ รสข้มมากไปทำให้มีรสปร่าเล็กน้อย กลิ่นหอมกลิ่นรสชาติเข้มข้น
เนื้อสัมผัส	แป้งขนมจีบไทยนุ่มกว่า แป้งมีความกระด้างมากขึ้นแต่ยังอยู่ในเกณฑ์นุ่ม (เริ่มกระด้างเมื่อเย็น) แป้งนุ่มดี และหนาไปนิด แป้งแข็งไป เนื้อแป้งต้องนุ่มกว่านี้จะดีมาก
ความชอบโดยรวม	ถ้าแป้งนุ่มกว่านี้ซักหน่อยจะอร่อยมาก อร่อยที่สุด

ปั่นขลิบหนึ่ง ปลานิล 2

องค์ประกอบ	ข้อเสนอแนะ
ลักษณะที่ปรากฏ	-
สี	-
กลิ่น	กลิ่นหอมจากไส้ขนมดีขึ้น
รสชาติ	รสไม่จืด กินกับผักแล้วรสชาติพอดี
เนื้อสัมผัส	แป้งนุ่มและหนาแล้ว ดีแล้ว
ความชอบโดยรวม	อร่อย ชอบ

ภาพการจัดทำอาหารทดสอบทางประสาทสัมผัส



