

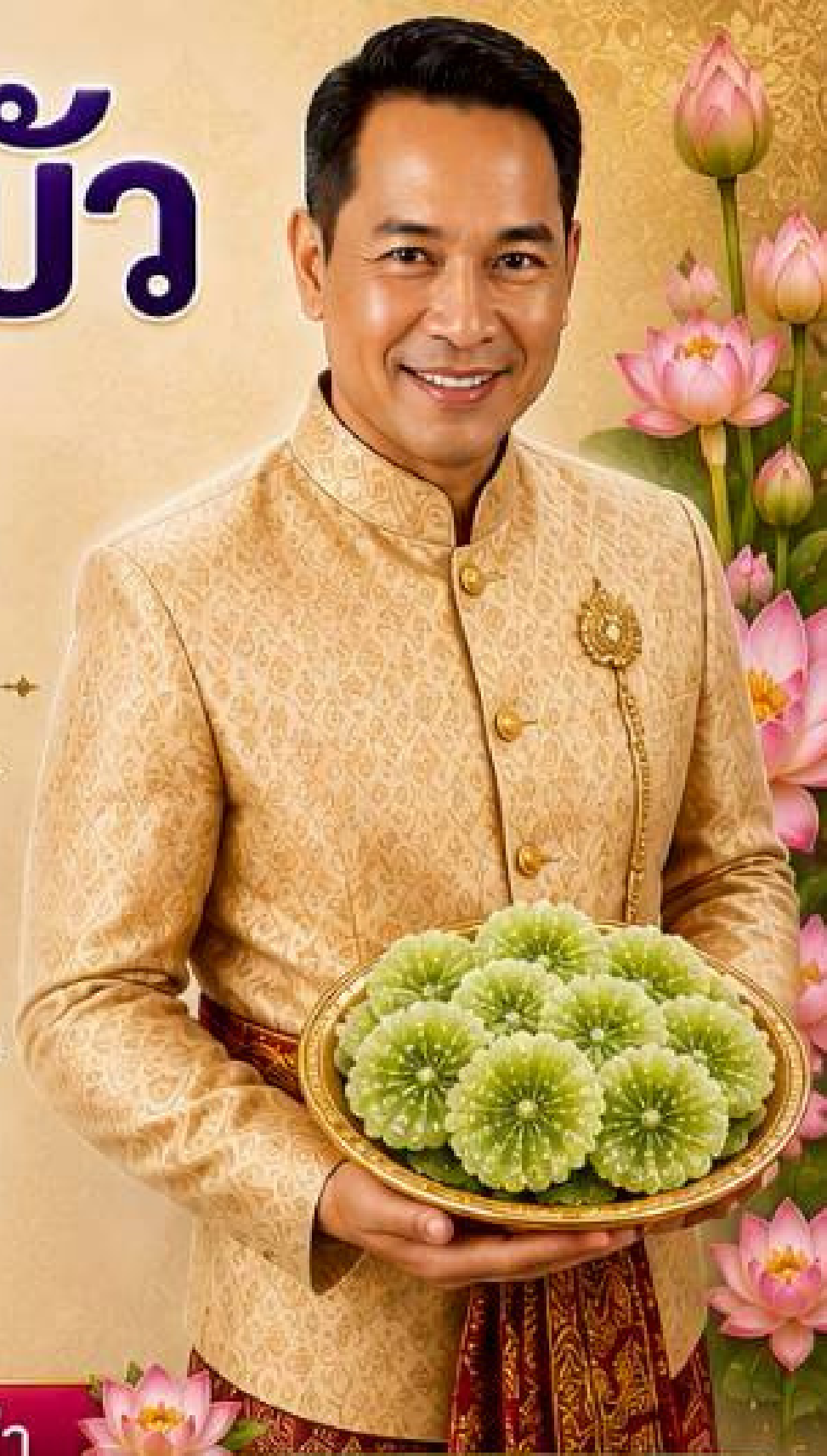


ขนมผักบัว

SWEET HERITAGE

สืบสานตำนานขนมไทยพื้นถิ่น

ขนมผักบัวเป็นขนมไทยโบราณที่มีรสหวานมัน หอมกลิ่นมะพร้าวและน้ำตาล ปั้นเป็นแผ่นกลม ขนาดเท่าฝ่ามือ ด้านในนุ่มเหนียว ด้านนอกกรอบ ด้วยมะพร้าวขูดสีขาวนวล นิยมทำในงานมงคล และงานเทศกาลต่าง ๆ



ส่วนผสม

- ฟักเขียวแก่ (ขูดฝอยหรือผ่านบาง) 500 กรัม
- แป้งข้าวเจ้า 2 ถ้วยตวง
- แป้งมันสำปะหลัง 1 ถ้วยตวง
- น้ำตาลทราย 1 ถ้วยตวง
- กะทิ 1 ถ้วยตวง
- น้ำใบเตยคั้น 1/2 ถ้วยตวง
- เกลือป่น 1/2 ช้อนชา
- มะพร้าวทึนทึกขูด สำหรับคลุก
- น้ำมันสำหรับทอด สำหรับทอด



เคล็ดลับความอร่อย

- ✓ ใช้ฟักเขียวแก่ จะได้เนื้อหวานและกรอบ
- ✓ น้ำมันต้องร้อนพอดี ขนมจะฟูสวย และไม่มน้ำมัน
- ✓ เติมน้ำใบเตยคั้นได้เพื่อเพิ่มความหอม
- ✓ หากต้องการสีธรรมชาติ ใช้สีจากมะพร้าวขูดหรือจัดเสิร์ฟได้ทันที

มาร่วมกันอนุรักษ์ ขนมไทยพื้นถิ่น

ผ่านการอ่าน เรียนรู้ และลงมือทำไปด้วยกัน
สร้างคุณค่า สร้างสรรค์สังคมไทยให้น่าอยู่และยั่งยืน



วิธีทำ

- 1 ปอกเปลือกฟักเขียว เอาเมล็ดออก ขูดหรือฝานเป็นแผ่นบาง
- 2 ผสมแป้งข้าวเจ้า แป้งมัน น้ำตาลทราย และเกลือ เข้าด้วยกัน
- 3 ค่อย ๆ เติมหะทิและ น้ำใบเตย คนจนแป้งเหนียว
- 4 ใส่เนื้อฟักเขียวลงผสม คลุกให้เข้ากัน
- 5 ตั้งกระทะใส่น้ำมัน ใช้ไฟกลาง
- 6 ตักส่วนผสมลงทอด กดให้เป็นแผ่นกลม คล้ายดอกบัว
- 7 ทอดจนเหลืองกรอบ ทั้งสองด้าน
- 8 ตักขึ้นพักให้สะเด็ดน้ำมัน
- 9 คลุกมะพร้าวขูด หรือจัดเสิร์ฟได้ทันที

คุณค่าทางวัฒนธรรม

ขนมผักบัวเป็นขนมที่แสดงถึงภูมิปัญญาและความประณีต ของคนไทยที่สืบทอดกันมาอย่างยาวนาน นิยมใช้ในงานมงคล เช่น งานแต่งงาน งานบวช และเทศกาลสำคัญต่าง ๆ

ประโยชน์ของการอนุรักษ์ขนมไทยพื้นถิ่น

- ✓ ส่งเสริมความภาคภูมิใจในวัฒนธรรมไทย
- ✓ ช่วยสร้างอาชีพและรายได้ให้ชุมชน
- ✓ สืบสานภูมิปัญญาและรสชาติไทยแท้
- ✓ สร้างความสัมพันธ์และความสามัคคีในสังคม