

ข้อมูลเมนูอาหารยอดนิยมในชุมชน/อาหารพื้นบ้าน ประเภทอาหารหวาน

ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอปากท่อ ศกร.ระดับตำบลหนองกระทุ่ม



อาหารคาว



อาหารหวาน

ชื่ออาหาร ขนมถั่วแปบ ขนมไทยโบราณเนื้อเหนียวนุ่ม หอมกลิ่นถั่วกลิ่นมะพร้าวกลิ่นงาดำ ทำง่ายๆ เพียงนำถั่วเขียว
กะเทาะเปลือกนึ่งสุกมา ผสมยัดไส้แป้ง ที่ต้มสุกคลุกมะพร้าว และน้ำตาลงาขาวดำโรยหน้า ก่อนรับประทาน

ส่วนผสม

วัตถุดิบในการทำขนมถั่วแปบ

- ส่วนของแป้งข้าวเหนียว 2 ถ้วย
- น้ำอุ่นประมาณ 1 ถ้วยครึ่ง
- ถั่วเขียวกะเทาะเปลือก 1 ถ้วย
- เกลือเล็กน้อย
- มะพร้าวขูด 1-2 ถ้วย
- น้ำตาลทราย
- งาขาวงาดำคั่ว
- ขั้นตอนวิธีการทำ
 1. แช่ถั่วเขียว 2-3 ชั่วโมง แล้วนึ่งจนสุก
 2. ผสมแป้งข้าวเหนียวกับน้ำ นวดจนเนียน
 3. ต้มในน้ำเดือดจนลอยขึ้นมา
 4. ตักขึ้นมาให้เย็นยัดไส้ด้วยถั่วที่นึ่งไว้ คลุกกับมะพร้าวที่ขูดผสมเกลือเล็กน้อย
 5. โรยด้วยน้ำตาลที่ผสมงาดำงาขาวก่อนรับประทาน

อาหารประเภทนี้นิยมทำรับประทานในงาน/ประเพณี/เทศกาลใดขนมถั่วแปบ นิยมทำรับประทานใน งานบุญประเพณี
ทางศาสนา งานมงคล และ เทศกาลสำคัญของไทย โดยเฉพาะในงานทำบุญเลี้ยงพระ เนื่องจากเป็นขนมมงคลที่สื่อถึง
ความเจริญงอกงาม สีสันสื่ออร่าม และมักแจกจ่ายให้ญาติมิตรเพื่อแสดงถึงความสามัคคี หรืออาจทำเป็นขนมทานเล่น
ขนมจัดทำเบค

นิยมทำรับประทานในงานและเทศกาลต่างๆ ดังนี้

- งานเทศกาลและประเพณีท้องถิ่น: เช่น งานทำบุญเทศกาลออกพรรษา, งานประเพณีสงกรานต์
- งานบุญประเพณีระดับภูมิภาค: นิยมทำรับประทานในภาคกลาง อาจเป็นขนมทานเล่นหรือจัดทำเป็นอาหารว่างได้
- งานมงคลในครอบครัว: เช่น งานทำบุญขึ้นบ้านใหม่ งานแต่งงาน งานบวช และงานทำบุญวันเกิด

ในอดีต ขนมถั่วแปบ ที่มักทำร่วมกับขนมไทยอื่นๆ ตามธรรมเนียมโบราณ

รูปภาพ ขนมถั่วแปบ

