

บันทึกการเล่าเรื่อง  
เรื่อง ขนมพระพาย  
วันที่ 25 มกราคม 2563


ณ คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

ผู้เล่า	รายละเอียดของเรื่อง	สรุปความรู้ที่ได้
<p>ผศ.ปรัชญา แพนมงคล อาจารย์บุษยามาลี ถนนทิพย์ อาจารย์ประจำสาขาวิชา อุตสาหกรรมบริการอาหาร คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล พระนคร</p>	<p>นักศึกษาได้เรียนรู้การทำขนมพระพาย ขนมพระพาย หรือ ขนมพระพายทวยรัก เป็นขนมไทยดั้งเดิมที่หาทาน ได้ยาก นิยมใช้ในพิธีแต่งงานมาตั้งแต่สมัยโบราณ เพื่อแสดงให้เห็นถึงความรักที่เหนียวแน่นของคู่บ่าวสาว ส่วนผสมทำจากแป้งข้าวเหนียวนุ่มๆ เป็นตัวห่อหุ้มไส้ขนมที่ทำจากถั่วกวนหวาน ๆ ราดหน้าด้วยน้ำกะทิมันๆ โรยหน้าด้วยงาคั่วเพื่อเพิ่มกลิ่นหอมให้น่ารับประทานยิ่งขึ้น นอกจากนี้มีการดัดแปลงทานคู่กับผลไม้ และไอศกรีม</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1.ได้รับความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับขนมไทยทั้งประวัติความเป็นมา วิธีทำ</li><li>2.รู้จักการนำไปใช้ประโยชน์การเลือกขนมไทยให้ถูกงาน</li><li>3.สามารถนำไปความรู้ที่ได้ไปใช้ในชีวิตประจำวันไม่ว่าจะนำไปสอนหรือประกอบเป็นอาชีพก็ได้</li><li>4. รู้จักวิธีการทำโครงการ การจัดทำหนังสือ</li><li>5. สร้างความเข้าใจซึ่งกันและกันในระหว่างการทำงานร่วมกัน</li><li>6.สร้างความกล้าแสดงออก</li><li>7.เกิดปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนต่างสาขาวิชา</li><li>8.รู้ถึงคุณค่าของขนมไทย</li><li>9.รับรู้ถึงวิถีชีวิตของคนไทยสมัยก่อนได้จากวิธีทำขนมไทยที่มีกรรมวิธีที่ละเอียดอ่อนมีรายละเอียดซึ่งผู้ที่ทำจะต้องมีความอดทน ใจเย็น เพราะการทำขนมไทยนั้นมีหลายขั้นตอนสวยงาม</li></ol>

## *Flour Dumpling Stuffed with Mung Bean*

A traditional dessert which commonly used in weddings since ancient times. We knead glutinous rice flour with jasmine water. Then add filling and roll into a ball. It's delicious, soft and sticky.

Ingredient	volume	unit	weight	unit
<b><u>Dumpling</u></b>				
1. Glutinous rice flour			150	grams
2. Rice flour				grams
3. Coconut milk			30	grams
4. Food coloring				grams
<b><u>Mung bean Filling</u></b>				
1. Mung bean			160-190	
2. Coconut milk				
3. Sugar				
<b><u>Shrimp with coconut Filling</u></b>				
1. Chopped Shrimp			100	grams
2. Grated coconut			120-140	grams
3. Coriander root				grams
4. Garlic			100	
5. powdered Pepper				
6. Kaffir lime leaves				
7. Coconut sugar				
8. Salt	10	Piece		
<b><u>Coconut cream</u></b>				
1. Coconut milk		Piece	500	grams
2. Rice flour	5	teaspoons		
3. Salt	5	teaspoons		
	5	tablespoons		
	1	teaspoons		
	2			
	1			
	2			
			250	Grams
			10	grams

picture	equipment	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. knife</li> <li>2. Mixed bowl</li> <li>3. pan</li> <li>4. Steaming pot</li> <li>5. measuring cup</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>8. measuring spoons</li> <li>9. Spatula</li> <li>10. banana leaf</li> </ol>
<b>Method</b>		
<p><b>How to :</b></p> <p><b><u>Dumpling</u></b></p> <p>Mix two kinds of flour together. Then add coconut milk and knead until smooth for about 10 minutes. Divide for mix with food coloring and set aside.</p> <p><b><u>Mung bean Filling</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Put mung bean in hot water for 3 hours (or put in the water overnight). Then rinse 2-3 times and put in a steaming pot until cook. Pound bean until finely.</li> <li>2. Set the pan over medium to low heat. Mix bean with sugar and coconut milk. Stir until dry and mold into 50 satang coin. Set aside.</li> <li>3. Mold the dough into round piece. Cover and mold the dough into a ball. Place on a banana leaf and steam for about 5 minutes.</li> </ol> <p><b><u>Shrimp with coconut Filling</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pound Pepper powdered Garlic and Coriander root. After that Fried chopped Shrimp Grated coconut and Seasoning with Salt Coconut sugar. Sprinkle the Kaffir lime leaves. Set aside.</li> <li>2. Mold the dough into round piece. Cover and mold the dough into a ball. Place on a banana leaf and steam for about 5 minutes.</li> </ol> <p><b><u>Coconut cream</u></b></p> <p>Mix Ingredient together and boiled about 5-10 minutes</p>		
Serve: .....25..... Piece	Net weight ..... grams	Cost ..... Baht





