



คู่มือขั้นตอนวิธีทำ
เค้กกล้วยหอม(แบบนึ่ง) และกล้วยปิ้งรส

สารบัญ

หน้า

เค้ากั้วยหอม (แบบนี้ง)

๑

กั้วยปรุรงส

๔

เค้กกล้วยหอม (แบบหนึ่ง)

วัตถุดิบที่ต้องเตรียม

วัตถุดิบ	ปริมาณ	หน่วย
1.แป้งเค้ก	200	กรัม
2.ผงฟู	1 1/2	ช้อนชา
3.เบคกิ้งโซดา	1	ช้อนชา
4.เกลือป่น	1/2	ช้อนชา
5.ไข่ไก่	2	ฟอง
6.น้ำตาลทราย	165	กรัม
7.เนยเค็ม	80	กรัม
8.นมข้นจืด	1/2	ถ้วย
9.กล้วยหอมสุกบด	2	ลูก

อุปกรณ์ที่ต้องเตรียม

- เตาแก๊ส	1 หัว	- หม้อหนึ่ง	1 ใบ
- ถาด	2 ใบ	- ตะแกรงร่อนแป้ง	1 อัน
- ชามผสมแป้ง	1 ใบ	- ไม้ตีแป้ง	1 อัน
- กระทงกระดาศ			

ขั้นตอนและวิธีการทำ



1.ร่อนแป้งเค้ก ผงฟู เบคกิ้งโซดา และเกลือป่น ร่อนรวมกัน แล้ววางพักไว้



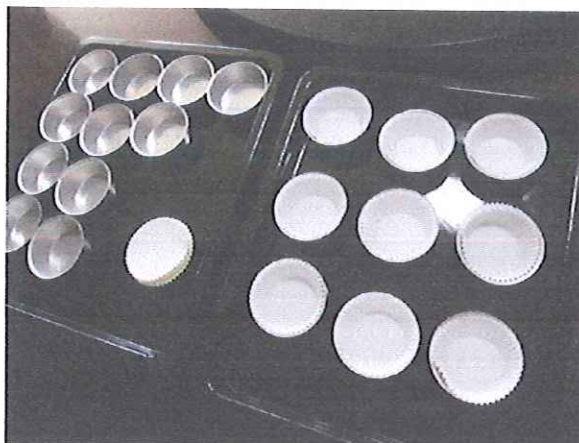
2.ตีไข่ใส่ขนมผสม ตามด้วยน้ำตาลทราย ตีจนน้ำตาลละลาย ใส่เนยเค็ม(ละลาย) และนมข้นจืด ตีให้เข้ากัน



3.ทยอยใส่แป้งที่ร่อนไว้แล้วลงไป แล้วค่อยๆ ตีจนแป้งหมด ตัวขนมเริ่มเป็นสีขาวเนียนขึ้นฟู



4.เทกล้วยบดลงไป ใช้พายตะล่อมให้กล้วยบดกับแป้งเข้ากันดี



5.ตั้งหม้อสำหรับนึ่ง ต้มให้เดือด ระหว่างรอก็เตรียมแม่พิมพ์สำหรับใส่ขนม



6.หยอดขนมใส่ลงไปประมาณ 3/4 ของพิมพ์ เหลือพื้นที่เผื่อไว้เพื่อให้ขนมขึ้นฟู



7.นำขนมไปนึ่ง ใช้เวลา 15 นาที หากเป็นพิมพ์เล็ก ก็ใช้เวลา 12 นาทีหรือจนสุกได้ที่
หรือสังเกตสีขนมหากเป็นสีน้ำตาล ก็เป็นอันเสร็จเรียบร้อยแล้ว

กล้วยปรงรส

วัตถุดิบที่ต้องเตรียม

วัตถุดิบ	ปริมาณ	หน่วย	หมายเหตุ
ส่วนผสมสำหรับทอด			เตรียมถุงแก้วสำหรับบรรจุ
กล้วยน้ำว้าดิบ	5	หวี	
น้ำมันปาล์ม	4	ลิตร	
ส่วนผสมสำหรับฉาบ			ถ้าใช้น้ำมันเค็มไม่ต้องใส่เกลือป่น
น้ำตาลทราย	1	ถ้วยตวง	
น้ำเปล่า	1/2	ถ้วยตวง	
เนยสด	50	กรัม	
เกลือป่น	1	ชช.	
ผงปรุงรส/รสปาริกา	1	ห่อ	

อุปกรณ์ที่ต้องเตรียม

- เตาแก๊ส 1 หัว
- กระทะใบใหญ่ 1 ใบ
- กระชอนตักของทอด 1 อัน
- กระชอน หรือตะแกรงพักของทอด 1 อัน
- มีดสำหรับปอก 3 อัน
- ตะหลิว 1 อัน
- ถาด 2 ใบ

ขั้นตอนและวิธีการทำ



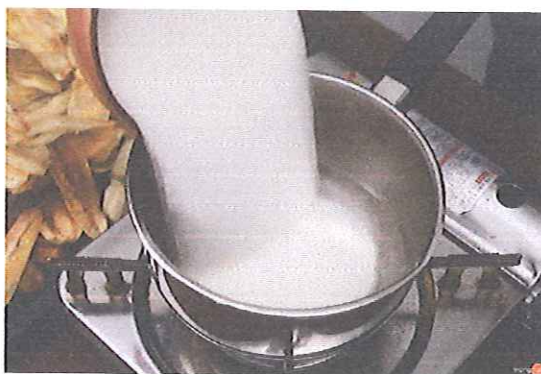
1. การเตรียมกล้วย : ปอกกล้วยแช่น้ำเกลือหรือน้ำมะนาว ใช้มีดปอกสไลด์กล้วยตามขวางหรือยาวตามรูปทรงที่ต้องการ วางเรียงบนตะแกรง ผึ่งให้แห้งเล็กน้อย



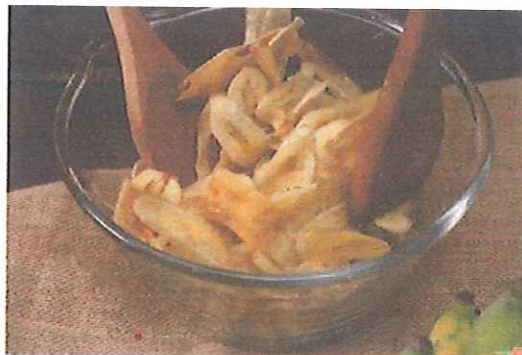
2. ตั้งกระทะใส่น้ำมันปาล์ม ไฟปานกลางให้น้ำมันร้อนจัด



3. ใส่วัตถุดิบที่ฝึ่งไว้ลงทอดให้กรอบที่ละชนิด ตักขึ้นพักให้สะเด็ดน้ำมัน



4. ตั้งกระทะใส่น้ำตาลทราย น้ำเปล่าและเกลือรอให้เดือด ใส่เนยสด คนให้ละลาย



5. นำวัตถุดิบที่ทอดแล้วลงฉาบคลุกให้ทั่ว



6. ตักขึ้นพักไว้ให้เย็นสนิท บรรจุใส่ถุง เป็นอันเสร็จเรียบร้อย

.....