

บัตรกิจกรรมที่ 1

การฝึกปฏิบัติ การประกอบ การปรุง การจัด แงงไก่ใส่ฟักทอง

ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันศึกษาการปฏิบัติการ การประกอบ การปรุง การจัด แงงไก่ใส่ฟักทอง ตามขั้นตอนตามบัตรกิจกรรมที่แจกให้ซึ่งมีรายละเอียดการปฏิบัติงาน ดังนี้

1. เตรียมวัสดุ อุปกรณ์ จากชุดฝึกปฏิบัติให้เรียบร้อย
2. นักเรียนร่วมกันปฏิบัติการประกอบ การปรุง การจัด แงงไก่ใส่ฟักทอง ตามขั้นตอนให้เสร็จทันเวลาตามที่กำหนด
3. ตรวจสอบความเรียบร้อยของผลงานจัดตกแต่งให้สวยงามส่งครู
4. ทำความสะอาดบริเวณ สถานที่ เก็บ อุปกรณ์เครื่องครัวให้เข้าที่ ให้เรียบร้อยทุกครั้งหลังจากปฏิบัติงานเรียบร้อยแล้ว
5. บันทึกผลการปฏิบัติงานตั้งแต่เริ่มปฏิบัติงานสิ้นสุดการทำงาน

บัตรกิจกรรมที่ 1

การฝึกปฏิบัติ การประกอบ การปรุง การจัด แกงไก่ใส่ผักทอง



แกงไก่ใส่ผักทอง

ส่วนประกอบและอัตราส่วนแกงไก่ใส่ผักทอง

เครื่องปรุง

1. ไก่บ้าน	1,000	กรัม
2. ผักทอง	800	กรัม
3. ใบแมงลัก	$\frac{1}{4}$	ถ้วยตวง
4. ใบมะกรูดฉีก	5	ใบ
5. ต้นหอม	6	ต้น
6. น้ำปลาร้า	4	ช้อนโต๊ะ
7. พริกชี้หนู	15	เม็ด
8. หัวหอมแดง	8	หัว
9. ตะไคร้	4	ต้น
10. เกลือ	$\frac{1}{4}$	ช้อนชา

บัตรกิจกรรมที่ 1

การฝึกปฏิบัติ การประกอบ การปรุง การจัด แกงไใส่ฟักทอง



แกงไใส่ฟักทอง

ขั้นตอนและวิธีการทำแกงไใส่ฟักทอง

1. โขลกเครื่องแกง โดยโขลกพริกชี้หนู กับเกลือ เข้าด้วยกันให้ละเอียด ใส่ตะไคร้ หอมแดง โขลกเข้าด้วยกัน จากนั้นใส่ข้าวเปลือกลงไป แล้วโขลกให้ละเอียด
2. ใ้บ้าน ผ่าท้องไก่ ควักเครื่องในออก ล้างให้สะอาดสับเป็นชิ้นพอประมาณ
3. นำฟักทองมาล้างให้สะอาด ปอกเปลือกออก หั่นเป็นชิ้นพอดีคำ
4. นำหม้อขึ้นตั้ง จากนั้นนำไใส่ลงไปในหม้อ ผัดพอแห้งใส่พริกแกงที่โขลกลงไป คนให้เข้ากันแล้วเติมน้ำ
5. น้ำเดือด ปรุงรสด้วยปลาร้า น้ำปลา ชิมรส จากนั้นใส่ฟักทอง ใบมะกรูดฉีก
6. ฟักทองสุก แล้วใส่ต้นหอม ใบแมงลัก ยกหม้อลงจากเตา ตักใส่ถ้วยพร้อมเสิร์ฟ

เทคนิค

ใบแมงลักเป็นผักที่สุกง่าย ควรใส่ทีหลังแล้วปิดไฟเพื่อให้มีกลิ่นหอม