

## บัตรกิจกรรมที่ 1

### เรื่อง การฝึกปฏิบัติการประกอบ การปรุง การจัด ห่อหมกห่อไม้

ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันศึกษาการปฏิบัติการ การประกอบ การปรุง การจัด  
แกงไก่ใส่ฟักทอง ตามขั้นตอนตามบัตรกิจกรรมที่แจกให้ซึ่งมีรายละเอียดการปฏิบัติงาน ดังนี้

1. เตรียมวัสดุ อุปกรณ์ จากชุดฝึกปฏิบัติให้เรียบร้อย
2. นักเรียนร่วมกันปฏิบัติการประกอบ การปรุง การจัดแกงไก่ใส่ฟักทอง  
ตามขั้นตอนให้เสร็จทันเวลาตามที่กำหนด
3. ตรวจสอบความเรียบร้อยของผลงานจัดตกแต่งให้สวยงามส่งครู
4. ทำความสะอาดบริเวณ สถานที่ เก็บ อุปกรณ์เครื่องครัวให้เข้าที่ ให้เรียบร้อยทุก  
ครั้งหลังจากปฏิบัติงานเรียบร้อยแล้ว
5. บันทึกผลการปฏิบัติงานตั้งแต่เริ่มปฏิบัติจนสิ้นสุดการทำงาน

## บัตรกิจกรรมที่ 1

เรื่อง การฝึกปฏิบัติการประกอบ การปรุง การจัด ห่อหมกหน่อไม้



### ห่อหมกหน่อไม้

ส่วนประกอบและอัตราส่วนห่อหมกหน่อไม้

#### เครื่องปรุง

1. หน่อไม้	500	กรัม
2. หมูสามชั้นหั่น	200	กรัม
3. หอมแดงซอย	5	หัว
4. พริกสด	20	เม็ด
5. ข้าวเป็๋อ	4	ช้อนโต๊ะ
6. ใบแมงลัก	1	กำ
7. น้ำย่านาง	2	ถ้วย
8. ตะไคร้ซอย	2	ช้อนโต๊ะ
9. น้ำปลาร้า	3	ช้อนโต๊ะ
10. น้ำปลา	1	ช้อนโต๊ะ

## บัตรกิจกรรมที่ 1

### เรื่อง การฝึกปฏิบัติการประกอบ การปรุง การจัด ห่อหมกห่อไม้



#### ห่อหมกห่อไม้

#### ขั้นตอนและวิธีการทำแกงไก่ใส่ผักทอง

1. นำห่อไม้มาสับเป็นเส้นๆ แล้วนำไปต้มให้จืด (3-5 นาที)
2. นำห่อไม้ที่ต้มแล้วมาล้างน้ำใส่ตะแกรงให้มันสะเด็ดน้ำ
3. นำพริกสด หอมแดง ตะไคร้ ข้าวเป็๋อ มาโขลกเข้าด้วยกันให้พอละเอียด
4. นำหม้อมาตั้งไฟ ใส่น้ำย่านาง ห่อไม้ เครื่องแกงที่โขลกแล้ว พอเดือดปรุงรสด้วยน้ำปลาร้าและน้ำปลา ใส่หมูสามชั้นที่เราหั่นไว้เรียบร้อยแล้วลงไปในหม้อ คนให้เข้ากัน ต้มไปเรื่อยๆ จนน้ำย่านางแห้งสักหน่อย ชิมรส จากนั้นยกหม้อลงจากเตา
5. ตักใส่ใบตองแล้วห่อให้เรียบร้อย (ขนาดตามต้องการ) เอาใบแมงลักโรยหน้ากับพริกสดเป็นเม็ด แล้วนำไปนึ่งในลังถึง ประมาณ 5-8 นาที เป็นอันเสร็จเรียบร้อย
6. จัดใส่จานรับประทานกับข้าวเหนียวร้อนๆ

#### เทคนิค

ห่อไม้ควรต้มก่อนเพื่อลดความขม