

บัตรเนื้อหาที่ 1

การเตรียมพร้อมการประกอบอาหารประเภทห่อหมก

1. การเตรียมตัวผู้ประกอบอาหาร

สุขลักษณะที่ดีในระหว่างการเตรียม ปรง ประกอบอาหาร

การเตรียมตัวก่อนปรงอาหาร

1. ต้องแต่งกายให้สะอาด สวมเสื้อมีแขน ผูกผ้ากันเปื้อน ใส่หมวกหรือเน็ตคลุมผม
2. ล้างมือให้สะอาดทุกครั้งก่อนปรงอาหารและหลังออกจากห้องน้ำ
3. ตัดเล็บให้สั้น ไม่สวมแหวน กรณีสวมแหวนที่นิ้วชี้ นิ้วกลาง ต้องรักษาและปิดพลาสติกไว้

ระหว่างการปรงและประกอบอาหาร

1. ต้องปรงและประกอบอาหารบนโต๊ะ สูงพ้นจากพื้น
2. เมื่อไอ หรือจาม ต้องใช้ผ้าสะอาดปิดปากและจมูกทุกครั้ง
3. ไม่พูดคุย ไม่สูบบุหรี่ ในขณะที่ปรงและประกอบอาหาร
4. การชิมอาหารระหว่างปรง ต้องตักแบ่งใส่ถ้วยและใช้ช้อนชิมเฉพาะ
5. ปรงอาหารให้สุก สะอาดเสมอ

บัตรเนื้อหาที่ 1

การเตรียมพร้อมการประกอบอาหารประเภทห่อหมก



2. การเตรียมอุปกรณ์

การประกอบอาหารประเภทห่อหมก ต้องมีการเตรียมอุปกรณ์ให้พร้อม ดังนี้



มีด



เขียง



ครก , สาก



หม้อ

ทัพพี



ลังถึง



ใบตอง, ไม้กลัด



ภาชนะบรรจุอาหาร



บัตรเนื้อหาที่ 1

การเตรียมพร้อมการประกอบอาหารประเภทห่อหมก



3. การเตรียมเครื่องปรุง

การประกอบอาหารประเภทห่อหมกต้องมีการเตรียมเครื่องปรุง ดังนี้



หน่อไม้หวาน

หมูสามชั้นหั่น



พริกสด

น้ำปลาร้า



ใบแมงลัก

น้ำปลา



ตะไคร้

น้ำย่านาง



หอมแดง

ข้าวเป็อ

