

www.singburi.m-society.go.th
สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์
จังหวัดสิงห์บุรี



คู่มือ
ขนมสอดไส้
ใบตองสด

คำนำ

การทำขนมไทย เป็นส่วนหนึ่งของการสืบทอดภูมิปัญญาชาวบ้าน และกำลังจะเลือนหายไปให้กับคนรุ่นหลังได้รู้จัก ซึ่งจริงๆ แล้วขนมไทยมีเสน่ห์ในตัวเองอยู่แล้วไม่ว่าจะเป็นรูปร่างหน้าตา ที่ตกแต่งออกมาสวยงาม ขั้นตอนในการทำอย่างประณีต และรสชาติโดดเด่นมีความเป็นเอกลักษณ์ ตามแบบฉบับของคนไทยโบราณ การสืบทอดภูมิปัญญาในการทำขนมไทยต้องอาศัยความถนัดเฉพาะบุคคล เพื่อให้ได้ขนมไทยที่มีคุณภาพปัจจุบัน ขนมไทยหลายชนิดเป็นที่นิยมและยังมีให้บริโภคมีอยู่มากมาย แต่เนื้อหาภายใต้คู่มือนี้ต้องการแสดงให้เห็นถึงเอกลักษณ์ของขนมไทยและการเรียนรู้จากภูมิปัญญาผู้สูงอายุของจังหวัดสิงห์บุรีในการทำขนมไทยชนิดหนึ่ง ได้แก่ “ขนมสอดไส้ใบตองสด” โดยมีองค์ประกอบสำคัญชวนให้น่าสนใจอยู่ที่ใบตองสดมีการเปลี่ยนรูปแบบการบรรจุห่อซึ่งไม่ผ่านกรรมวิธีในการนึ่ง โดยเฉพาะเทคนิคและประสบการณ์ที่เกิดจากภูมิปัญญาในจังหวัด

สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดสิงห์บุรีจึงได้จัดทำคู่มือ “ขนมสอดไส้ใบตองสด” ขึ้น โดยรับความร่วมมือจากศูนย์ประสานงานภาคเอกชนจังหวัดสิงห์บุรีร่วมขับเคลื่อนภายใต้โครงการ “การจัดการความรู้ภูมิปัญญาผู้สูงอายุจังหวัดสิงห์บุรี” ทั้งนี้ เพื่อให้ผู้ที่สนใจได้รับประโยชน์ในด้านต่างๆ และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

เรื่อง	สารบัญ	หน้า
ความรู้เกี่ยวกับขนมไทย		
ชนิดของขนมไทย		4
เทคนิคเกี่ยวกับการเลือกใช้วัสดุ เครื่องปรุงในการทำขนมไทย		4
เทคนิคเกี่ยวกับการเลือกใช้อุปกรณ์เครื่องใช้ในการทำขนมไทย		7
เทคนิคเกี่ยวกับวิธีการทำขนมไทย		7
ความสำคัญของวัสดุเครื่องใช้ในขบวนการบรรจุและตกแต่ง		10
การทำขนมสอดไส้ใบตองสด		
ประวัติขนมสอดไส้		11
ขั้นตอนการทำขนมสอดไส้		12
- วิธีทำไส้ขนม		12
- วิธีทำแป้งห่อไส้		13
- วิธีทำหน้าขนม		14
- วิธีเตรียมใบตองห่อขนม		15
- วิธีห่อขนมสอดไส้		16
อ้างอิง		17

ความรู้เกี่ยวกับขนมไทย

ชนิดของขนมไทย

ขนมหวานไทย หมายถึง อาหารชนิดหนึ่งที่ไม่ใช่กับข้าว แต่เป็นอาหารที่รับประทานตามหลังของคาว เช่น ในอาหารมื้อกลางวันมีกล้วยเตี๋ยวไก่อเป็นของคาว ผู้รับประทานอาจจะรับประทานทับทิมกรอบเป็นของหวาน เป็นต้น เมื่อบริโภคอาหารมื้อสำคัญๆ เช่น มื้อเช้า มื้อกลางวัน มื้อเย็นควรบริโภคทั้งของคาวและของหวาน สิ่งที่ใช้เป็นของหวานอาจเป็นขนมหรือผลไม้ก็ได้นอกจากจะรับประทานขนมหวานหลังของคาวเราอาจรับประทานขนมหรือขนมหวานในเวลาที่ได้รับประทานอาหารคาว แต่จะรับประทานขนมหรือขนมหวานเป็นของว่าง หรือรับประทานขนมหวานกับเครื่องดื่ม

ขนมหวานไทยจะมีความหวานนำ หรือมีความหวานจนรู้สึกในลิ้นของผู้รับประทาน การทำขนมหวานไทยเป็นเรื่องที่ต้องศึกษาและฝึกฝน ต้องใช้ศิลปะ วิทยาศาสตร์และความอดทน และความเป็นระเบียบ ความพิถีพิถันในการประกอบขนมไทยแท้ๆ ต้องมีกลิ่นหอม หวาน มัน มีความประณีตที่เกิดขึ้นตั้งแต่การเตรียมส่วนผสม จนกระทั่งวิธีการทำ

ขนมไทย สามารถจัดแบ่งเป็นชนิดต่างๆ ได้ตามลักษณะของเครื่องปรุง ลักษณะกรรมวิธีในการทำและลักษณะการหุงต้ม คือ

1. ขนมประเภทไข่ เช่น ฝอยทอง ทองหยิบ ทองหยอด สังขยา ฯลฯ
2. ประเภทหนึ่ง เช่น ขนมชั้น ขนมสาเล่ ขนมน้ำตาลไม้ ขนมทราย ฯลฯ
3. ขนมประเภทต้ม เช่น ขนมต้มแดง ขนมต้มขาว มันต้มน้ำตาล ฯลฯ
4. ขนมประเภทกวน เช่น ขนมเปียกปูน ชาหริ่ม ขนมตะโก้ ฯลฯ
5. ขนมประเภทอบและผิง เช่น ขนมดอกจันทวน ขนมบ้าบิ่น ขนมหน้าवल ฯลฯ
6. ขนมประเภททอด เช่น ขนมกง ขนมฝักบัว ขนมสามเกลอ ฯลฯ
7. ขนมประเภทปิ้ง เช่น ข้าวเหนียวปิ้ง ขนมจาก ฯลฯ
8. ขนมประเภทเชื่อม เช่น กลัวยเชื่อม สาเกเชื่อม ฯลฯ
9. ขนมประเภทฉาบ เช่น ฝือกฉาบ กลัวยฉาบ มันฉาบ ฯลฯ
10. ขนมประเภทน้ำกะทิ เช่น ฝือกน้ำกะทิ ลอดช่องน้ำกะทิ ฯลฯ
11. ขนมประเภทน้ำเชื่อม เช่น ผลไม้ลอยแก้ว วน้ำเชื่อม ฯลฯ
12. ขนมประเภทบวด เช่น กลัวยบวดชี แกงบวดฝือก ฯลฯ
13. ขนมประเภทเชื่อม เช่น มะม่วงเชื่อม มะเขือเทศเชื่อม กระท้อนเชื่อม ฯลฯ

เทคนิคเกี่ยวกับการเลือกใช้วัสดุ เครื่องปรุงในการทำขนมไทย

ควรเลือกที่มีคุณภาพดีมีเทคนิคในการเลือก ดังนี้

1. น้ำตาลที่ใช้ในการประกอบขนมไทย

1.1 น้ำตาลทราย เป็นน้ำตาลที่เป็นผลึก ทำจากอ้อย น้ำตาลทรายจะมีสองสี สีขาว คือ น้ำตาลที่ถูกฟอกจนมีสีขาวและแข็ง สะอาดละลายน้ำยาก ส่วนน้ำตาลทรายสีแดง คือน้ำตาลทรายที่ไม่ได้ฟอกให้ขาวจึงมีกลิ่นหอม จะมีเกลือแร่และวิตามินเหลืออยู่บ้าง ส่วนใหญ่จะไม่นิยมใช้น้ำตาลทรายแดงยี่สีเข้มแสดงว่ามีสารอินทรีย์อยู่มาก ส่วนใหญ่จะไม่นิยมใช้น้ำตาลทรายแดงทำขนมหวาน นอกจากขนมบางอย่าง เพื่อให้การทำขนมสะดวกขึ้น

1.2 น้ำตาลไอซิ่ง ได้จากน้ำตาลทรายขาวธรรมดา นำมาบดให้ละเอียดอ่อน เอาเฉพาะส่วนที่ปนละเอียดเหมือนแป้ง ใส่แป้งข้าวโพดหรือแป้งมันลงไป 3 เปอร์เซ็นต์ เพื่อกันไม่ให้น้ำตาลจับกันเป็นก้อน

1.3 น้ำตาลป่น คือ น้ำตาลทรายธรรมดาคือเอามาบดให้ละเอียด แต่ไม่เท่ากับน้ำตาลไอซิ่ง การป่นน้ำตาลเพื่อให้ผสมเข้ากับเครื่องปรุงได้ง่าย

1.4 น้ำตาลไม่ตกผลึก(น้ำตาลปีบ) ได้แก่ น้ำตาลโตนด น้ำตาลมะพร้าว น้ำตาลทั้งสองชนิดนี้ นิยมทำขนมไทย เช่น แกงบวด ขนมหม้อแกง สังขยา ฯลฯ เป็นต้น เพราะให้ความหอมหรือเคี้ยวทำน้ำเชื่อมชนิดข้นไว้หยอดหน้าขนม เช่น ขนมเหนียว ขนมนางเล็ด ฯลฯ

1.5 น้ำเชื่อมในการทำขนมไทย เราจะทำน้ำเชื่อมเองไม่นิยมซื้อน้ำเชื่อมเป็นขวดมาใช้ จะเริ่มต้นตั้งแต่ละลายน้ำตาลกับน้ำตั้งไฟเคี่ยวให้เดือด การทำน้ำเชื่อมให้ขาว คือ ฟอกสีน้ำตาล โดยใช้เปลือกไข่ฟอกกับน้ำตาล ตั้งไฟพอละลายแล้วกรองนำไปตั้งไฟต่อ เคี่ยวจนได้น้ำเชื่อมเหนียวข้นตามต้องการ เพื่อนำมาทำขนมชนิดต่างๆ

2. แป้งที่ใช้ในการประกอบขนมไทย

2.1 แป้งข้าวเจ้า (Riceflour) เป็นแป้งที่ทำจากเมล็ดข้าวเจ้า มีลักษณะเป็นผงมีสีขาว จับแล้วสากมือเล็กน้อย เมื่อทำให้สุกจะมีลักษณะขุ่นร่วน ถ้าทิ้งให้เย็นจะอยู่ตัวเป็นก้อนร่วนไม่เหนียว จึงเหมาะที่จะประกอบขนมที่ต้องการความอยู่ตัวร่วนไม่เหนียวเหนียว เช่น ขนมขี้หนู ขนมกล้วย เส้นขนมจีน ฯลฯ สมัยก่อนนิยมไม่กันเอง โดยล้างข้าวสารก่อน แช่วข้าวโดยใส่น้ำให้ท่วม แขนงข้าวนุ่มจะไม่ง่าย ในปัจจุบันนิยมบดด้วยเครื่องบดไฟฟ้าบดให้ละเอียดแล้วจึงห่อผ้าขาวบางทับน้ำทิ้งจะได้แป้งข้าวเจ้าเรียกแป้งสด

2.2 แป้งข้าวเหนียว (GlutinousRiceflour) เป็นแป้งที่ทำมาจากเมล็ดข้าวเหนียว ที่มีลักษณะเป็นผงสีขาว จับแล้วสากมือเล็กน้อย เมื่อนำไปทำให้สุกจะมีลักษณะขุ่นข้น เหนอะหนะ พอแป้งถูกความร้อนจะจับตัวเป็นก้อนค่อนข้างเหนียว เหมาะในการนำมาประกอบขนมที่ต้องการความเหนียวเกาะตัว เช่น ขนมเทียน ขนมถั่วแปบ ขนมต้ม ฯลฯ

2.3 แป้งมันสำปะหลัง (Cassave Starch) ทำมาจากหัวมันสำปะหลัง มีลักษณะเป็นผงสีขาว จับผิวสัมผัสของแป้งจะเนียน ลื่นมือ เมื่อทำให้สุกจะเหลวเหนียวเหนียว เมื่อพักให้เย็นจะมีลักษณะเหนียวเหนอะหนะคงตัว นิยมนำมาผสมกับขนมที่ต้องการความเหนียวเหนียวและใส เช่น ทับทิมกรอบ เต้าส่วน ฯลฯ ในการทำขนมไทยนิยมนำแป้งมันสำปะหลังมาผสมกับแป้งชนิดอื่นๆ เพื่อให้ขนมมีความเหนียวนุ่มกว่าการใช้แป้งชนิดเดียว เช่น ขนมชั้น ขนมฟักทอง ขนมกล้วย ฯลฯ

2.4 แป้งข้าวโพด (Corn Starch) เป็นแป้งที่สกัดมาจากเมล็ดข้าวโพด มีลักษณะเป็นผงสีขาวเหลืองนวลจับแล้วผิวสัมผัสของแป้งเนียนลื่นมือ เมื่อทำให้สุกจะมีลักษณะข้นและใสไม่คืนตัวง่าย เมื่อเป็นตัวแป้งจะอยู่ตัวจับเป็นก้อนแข็งร่วนเป็นมันวาว ในขนมไทยนิยมนำมาผสมกับขนมเพื่อต้องการความข้นอยู่ตัว เมื่อสัมผัสดูเนื้อแป้งเนียนละเอียดลื่น

2.5 แป้งถั่วเขียว (Mung bean Starch) เป็นแป้งที่สกัดมาจากถั่วเขียว เมล็ดแห้งมีลักษณะเป็นเม็ดเล็กๆ จับผิวสัมผัสแล้วจะสากมือ ก่อนใช้ควรนำมาบดให้เป็นผงก่อน เมื่อทำให้สุกจะมีลักษณะข้นค่อนข้างใส เมื่อพักให้เย็นจะจับตัวเป็นก้อนแข็งอยู่ตัวค่อนข้างเหนียว เหมาะในการทำขนมที่ต้องการความใสอยู่ตัว เช่น ซาหริ่ม ขนมลิ่มกลืน ฯลฯ

2.6 แป้งท้าวายม่อม (Arrowroot Starca) สกัดมาจากหัวมันท้าวายม่อม มีลักษณะเป็นเม็ดเล็กๆ สีขาวเป็นเงา เวลาใช้ต้องบดให้ละเอียดเป็นผง เมื่อนำไปประกอบขนมจะให้ความข้นเหนียวเหนียวและใส เมื่อทำให้เย็นจะเหนียวตัวกว่าแป้งมันสำปะหลัง นิยมนำมาใช้ร่วมกับแป้งชนิดอื่นๆ เพื่อให้ได้ขนมที่มีความข้นเหนียวเป็นมันวาว เช่น ขนมชั้น ขนมνάดอกไม้ ฯลฯ

3. มะพร้าวและกะทิ

กะทิได้จากมะพร้าว ขนมไทยนิยมใช้กะทิที่คั้นเองจากมะพร้าวชูดใหม่ๆ ถ้าคั้นกะทิจากมะพร้าว ที่มีกลิ่นจะทำให้กลิ่นของขนมเสีย ทั้งกลิ่นและรสชาติเปรี้ยวแก้ไขได้ยาก ไม่สามารถจะกลบกลิ่นของกะทิได้ แม้แต่นำไปตั้งไฟกวน มะพร้าวเมื่อซื้อมาถ้ายังไม่ใช้ ควรเก็บในตู้เย็น หรือต้องคั้นเป็นกะทิทันที และทำให้ร้อนหรือให้สุกก่อนถ้าต้องการเก็บไว้ยังไม่ใช้ทันที การคั้นมะพร้าวเพื่อให้ได้หัวกะทิ จะนวดมะพร้าว ก่อนใส่น้ำร้อนหรือน้ำสุกแต่น้อยนวดน้ำในมะพร้าวออกมา จะได้หัวกะทิข้นขาว ในการทำขนมหวาน โดยต้องการใช้หัวกะทิข้นๆ เพื่อให้ขนมรับประทาน ผู้ประกอบขนมไทยจึงควรมีความรู้เรื่องการคั้นมะพร้าวให้ได้กะทิที่ข้น ส่วนมะพร้าวที่ใช้โรยขนมควรเป็นมะพร้าวพื้นทึก และหากไม่ต้องการให้บูดเสียง่าย ควรนำมะพร้าวที่ชูดแล้วนั้นไปนึ่งประมาณ 30 นาที ก่อนนำไปใช้งาน

4. กลิ่น

กลิ่นที่ใช้ในการทำขนมหวานไทย แต่ก่อนจะใช้ดอกไม้สดที่มีกลิ่นหอม เช่นดอกมะลิ กระจ่าง ฯลฯ นำมาอบร่ำในน้ำสะอาด เพื่อให้มีน้ำมีกลิ่นหอม ซึ่งในการลอยนํ้าดอกไม้สด ดอกไม้ที่ใช้ลอยจะมีดอกมะลิ และดอกกระจ่าง รวมทั้งการอบด้วยควันเทียน มีวิธีการดังนี้

4.1 ดอกมะลิ จะมีความหอม หอมเย็นๆ เมื่อดอกเริ่มบานจะส่งกลิ่นหอม เต็ดเอาก้าน ออกใช้ประมาณ 0.5 ถ้วย ใส่ลงในน้ำสะอาด 5-6 ถ้วย ทำโดยเบามือโดยลอยทางด้านก้นลง เว้นที่ว่างไว้โดยทั่ว เพื่อให้หน้าเก็บกลิ่นหอมจากดอกมะลิ ปิดฝาภาชนะให้สนิททั้งข้างคั้นไว้ เวลาที่เหมาะสมสำหรับเตรียมนํ้าดอกมะลิควรเป็นเวลา 18.00 นาฬิกา เก็บดอกไม้ขึ้นจากน้ำที่แช่ในตอนเช้าประมาณ 6 โมงเช้า เก็บดอกมะลิออกให้หมดอย่าทิ้งไว้นาน ดอกมะลิจะช้ำและทำให้กลิ่นไม่ดี

4.2 ดอกกระจ่าง มีกลิ่นหอม เวลาใช้เอากลีบดอกกระจ่างแก่จัดประมาณ 2-3 ดอก ลนไฟด้วยเปลวเทียนอบ เพื่อต้องการให้กระจ่างช้ำจึงมีกลิ่นหอม ใส่ดอกกระจ่างไปในนํ้าปิดฝาให้สนิททั้งข้างคั้นเข้าวันรุ่งขึ้น เปิดฝาช้อนดอกไม้ขึ้นจากน้ำหากทิ้งไว้จะทำให้ดอกไม้ช้ำกลิ่นที่ได้จะเปลี่ยนไป

4.3 วิธีอบควันเทียน วางเทียนอบ เรียงขนมที่จะอบควันเทียนลงในภาชนะที่มีฝาปิดมิดชิดให้เป็นชั้น ให้มีที่ว่างระหว่างขนมแต่ละชั้นเหลือที่ว่างเทียนอบ เมื่อพร้อมแล้วนำเทียนอบใส่ถ้วยกระเบื้องหรือถ้วยแก้ว จุดเทียนอบให้ลุกไหม้ คอยสักครู่ จึงเป่าเทียนให้ดับจะเกิดควันขึ้นมาก รีบปิดฝาภาชนะให้สนิท พักไว้ประมาณ 20-30 นาที จึงค่อยเอาเทียนอบออก ถ้าขนมยังไม่มีการอบควันเทียนซ้ำได้อีก 2-3 ครั้ง หรือจะใช้วิธีจุดควันเทียนแล้วนำมาวางในภาชนะที่มีขนมต้องการอบควันเทียน วางเทียนอบไม่ต้องดับหาฝาปิดครอบไว้ 20-30 นาที เทียนจะดับเองและเกิดควันอบขนมให้หอมได้ แต่ในปัจจุบันภาวะสิ่งแวดล้อมได้เปลี่ยนไปดอกไม้ชนิดต่างๆ ใช้น้ำหมักแมลงฉีด เพื่อให้มีความคงทนและนำมาซึ่งอันตรายต่อผู้บริโภค จึงมีกลิ่นวิทยาศาสตร์ เข้ามาช่วย เช่น กลิ่นมะลิ กลิ่นใบเตย ฯลฯ

5. เกลือ

เกลือในขนมไทยเกลือให้รสเค็มมีบทบาทสำคัญ ทำให้ขนมมีรสชาติที่ดีขึ้นรับประทานขึ้น เพราะเมื่อนำไปผสมกับกะทิหรือมะพร้าว จะช่วยทำให้ขนมมีรสกลมกล่อมมากขึ้น

6. สารช่วยให้อุ่น

ขนมไทยโดยทั่วไปมีความจำเป็นในการใช้สารช่วยขึ้นน้อย วิธีการทำและส่วนผสมมีส่วนช่วยทำให้ขนมขึ้นโดยธรรมชาติ เช่น การทำปุยฝ้าย ขนมตาล ขนมไข่ ขนมสาเก ฯลฯ แต่ปัจจุบันลักษณะดั้งเดิมของขนมไทยในท้องตลาดเปลี่ยนไปเพื่อธุรกิจการค้า หน้าตาขนมจะมีความน่ารับประทานขึ้น โดยอาศัยสารทางวิทยาศาสตร์ ได้แก่ ผงฟู เพื่อทำให้ขนมขึ้นเร็วและมีลักษณะน่ารับประทาน

7. สีที่ใช้ตกแต่งขนม

ขนมไทยบางอย่างไม่จำเป็นต้องใส่สี ก็ให้ความสวยตามธรรมชาติ เช่น ขนมปุยฝ้ายจะมีสีเหมือนช็อคโกแลต แต่ถ้าเป็นขนมที่ต้องมีสีจะใช้สีธรรมชาติ เช่น สีเขียวของใบเตย สีม่วงจากดอกอัญชัน สีเหลืองจากขมิ้นสีแดงของครั่ง ฯลฯ ปัจจุบันได้มีสีผสมขนมที่สามารถรับประทานได้แล้วไม่เป็นอันตรายต่อร่างกาย โดยใช้ในอัตราส่วนที่เหมาะสม ทำขนมไทยให้ดูน่ารับประทานโดยใช้สีอ่อนๆ

8. ไข่

ไข่ที่ใช้ในการทำขนมไทย จะใช้ทั้งไข่ไก่และไข่เป็ด การนำไข่มาตีให้ขึ้นฟูมากจะเป็นตัวเก็บฟองอากาศช่วยทำให้ขนมโปร่งฟู การเลือกไข่ไข่ ควรใช้ไข่ที่ใหม่และสด

เทคนิคเกี่ยวกับการเลือกใช้อุปกรณ์เครื่องใช้ในการทำขนมไทย มี 2 วิธี คือ

1. เลือกใช้ที่มีคุณสมบัติ

เหมาะกับการประกอบอาหารนั้นๆ การเลือกใช้อุปกรณ์ เครื่องใช้ที่มีคุณสมบัติเหมาะกับการประกอบอาหารนั้นๆ เพื่อป้องกันมิให้อาหารเปลี่ยนสี รสชาติ เช่น ขนมที่ทำด้วยวิธีกวน ควรใช้กระทะทองเหลือง ไม่ควรใช้กระทะหรือหม้อที่เป็นอะลูมิเนียมและเหล็ก เพราะจะทำให้ขนมที่กวนมีสีคล้ำไม่น่ารับประทาน และรสชาติอาจเปลี่ยนได้เช่นกัน

2. เลือกใช้อุปกรณ์ที่มีขนาดเหมาะสมกับอุปกรณ์

เครื่องมือ เครื่องใช้ที่ใช้ทำขนมการเลือกใช้อุปกรณ์ที่มีขนาดเหมาะสมกับอุปกรณ์เครื่องมือ เครื่องใช้ที่ใช้ทำขนม เพราะหากไม่เหมาะสมกัน อาจทำให้คุณภาพของขนมไม่ดี เช่น การใช้เตาขนาดเล็กกว่าลังถึงหนึ่งขนม ขนมที่หนึ่งอาจจะสุกไม่ทั่วถึงและไม่ขึ้นฟูเสมอกันทุกชั้น การเลือกใช้อุปกรณ์ที่พอเหมาะจะช่วยให้ขนมมีคุณภาพ ตรงตามลักษณะเฉพาะอย่างของขนมนั้นๆ

เทคนิคเกี่ยวกับวิธีการทำขนมไทย

เทคนิควิธีการประกอบขนมไทย เป็นวิธีการที่ใช้เพื่อทำให้ขนมมีลักษณะแตกต่างกันไปตามชนิดของขนมนั้นๆ ซึ่งมีหลายวิธีดังนี้

1. การต้ม หมายถึง การนำขนมใส่หม้อพร้อมทั้งน้ำหรือกะทิ ตั้งไฟให้เดือดจนสุกตามความต้องการ การทำขนมที่ต้องต้มและเป็นขนมที่ใช้ใบตองห่อ ต้องห่อให้สนิทใบตองต้องไม่แตก เช่น ข้าวต้ม น้ำจิ้ม แกงบัวตอก ถั่วเขียวต้มน้ำตาล ฯลฯ
2. การหุง หมายถึง การทำขนมที่ให้สุกโดยนำของที่ต้องการหุงใส่ลงในหม้อพร้อมทั้งน้ำ ตั้งไฟจนน้ำแห้ง จึงลดไฟให้อ่อนลงแล้วตั้งให้แห้งสนิท เช่น การหุงข้าวเจ้าและข้าวเหนียว
3. การนึ่ง หมายถึง การทำขนมให้สุก โดยใช้ไอน้ำ โดยใช้ขนมลงในลังถึง ปิดฝาตั้งไฟให้น้ำเดือด นึ่งจนขนมสุก ควรใส่น้ำก้นลังถึงประมาณ 3 ใน 4 ส่วนของภาชนะ ตั้งน้ำให้เดือดก่อนนำขนมไปนึ่ง วางขนมให้มีระยะห่างไม่แน่นเกินไป ฝาลังถึงต้องปิดสนิทและก่อนปิดฝาคควรเติมน้ำให้แห้ง และเมื่อขนมสุกจะต้องเปิดฝาลังถึงอย่างระวังเพื่อไม่ให้ไอน้ำที่ฝาลงบนขนม ซึ่งจะทำให้ขนมแฉะ อาทิเช่น ขนมสาเลี้น ขนมทราย ขนมตาล ขนมชั้น ขนมสอดไส้ ฯลฯ การใช้เวลานึ่งและความร้อนต่างกันขึ้นอยู่กับขนมประเภทต้มและนึ่ง แต่ละชนิดย่อมมีวิธีทำแตกต่างกัน จำแนกได้ ดังนี้

3.1 ข้าวเหนียว เป็นธัญพืชที่ให้ความเหนียว ความมัน มีรสชาติที่น่ารับประทานนิยมใช้ทำขนม แต่หุงต้มเช่นเดียวกับข้าวสารไม่ได้ เพราะข้าวเหนียวมีความเหนียวมากกว่า เพื่อเป็นการช่วยให้เซลของข้าวเหนียวขยายตัวได้เร็ว ในการหุงต้มจึงนำข้าวเหนียวแช่น้ำเสียก่อนไม่น้อยกว่า 3 ชั่วโมง หากมีความต้องการที่จะใช้ในเวลารวดเร็วให้ใช้น้ำอุ่นแช่ การนำสารส้มเพียงเล็กน้อยมาใส่ลงในข้าวเหนียวขณะที่แช่

จะช่วยให้ข้าวเหนียวขาวสะอาด ขนมบางชนิดใช้ทั้งวิธีนี้ ต้มและผัด เช่น ข้าวต้มผัด ข้าวเหนียวต้มกับหัวกะทิให้พอสุกมีไตเล็กน้อย กะทิแห้งใส่น้ำตาลลงผัดแล้วจึงนำมาห่อและนำไปนึ่งหรือต้มอีกครั้งหนึ่ง ข้าวเหนียวเมื่อได้รับความร้อนและน้ำจากภายนอกซึมเข้าไปในเม็ดข้าว ข้าวเหนียวก็ขยายตัวได้รวดเร็ว ข้าวเหนียวมีความนิ่มนวลการห่อควรระมัดระวัง ถ้าห่อไม่แน่นก็ทำให้น้ำซึมเข้าไปในข้าวเหนียวมาก ทำให้ห่อไม่อร่อย ข้าวเหนียวที่นึ่งแล้วหากมีการมุลต้องทำอย่างรวดเร็วเพื่อรักษาความร้อนไว้ เมื่อผสมกะทิลงไปในข้าวเหนียว ข้าวเหนียวจะอาศัยความร้อนที่มีอยู่ เป็นตัวช่วยให้เซลของแป้งขยายตัวได้อีก การนึ่งข้าวเหนียวควรระวังให้ได้รับความร้อนที่เพียงพอ

3.2 ข้าวต้มน้ำอุ่น ใช้ข้าวเหนียวแช่น้ำห่อด้วยใบตองแล้วนึ่ง หากต้องการให้เนื้อข้าวต้ม น้ำอุ่น แน่นและเหนียวจะต้องห่อให้แน่นใช้เวลาต้มนาน วิธีห่อก็เป็นส่วนสำคัญมาก ในขณะที่ตักข้าวเหนียวใส่ใบตองที่ห่อ ควรตักข้าวเหนียวให้ติดน้ำด้วยแล้วห่ออย่างรวดเร็ว จะช่วยให้มีน้ำติดอยู่ในข้าวเหนียว เมื่อนำไปต้มจะช่วยให้ข้าวเหนียวขยายตัวได้ เนื้อข้าวต้มน้ำอุ่นจะนิ่มดี

3.3 แป้ง แป้งสดใช้ทำขนมได้หลายวิธี เช่น กวน ต้ม นึ่ง หากใช้วิธีต้มหรือนึ่งต้องนวดให้แป้งนิ่มเสียก่อน การใช้แป้งสดทำขนม จะได้รับรสดีกว่าใช้แป้งแห้ง แต่ในบางโอกาสที่จำเป็นต้องใช้แป้งชนิดแห้ง จึงควรทราบวิธีทำแป้งแห้งให้มีคุณภาพใกล้เคียงกับแป้งสด เช่น แป้งข้าวเจ้า ใช้แป้งข้าวเจ้า 1 ถ้วยตวง เติมด้วยแป้งมันสำก 1-2 ช้อนโต๊ะ หรือจะใช้แป้งมัน 1 ช้อนโต๊ะ ผสมแป้งท้าวยายม่อม 1 ช้อนโต๊ะ ก็จะได้แป้งที่มีเนื้อนิ่ม

3.4 การทำขนมที่ใช้หนึ่งด้วยถ้วย ควรนึ่งถ้วยเหล่านั้นก่อน เช่น ขนมถ้วยฟู ขนมตาล ขนมน้ำดอกไม้ม จะช่วยไม่ให้ขนมติดถ้วยเมื่อสุกแล้ว และช่วยให้ขนมสุกเร็วและนิ่มควรปิดฝาลงถึงให้มิด หากฝาลงถึงไม่เรียบมีช่องไอน้ำออกให้ใช้ผ้าชุบน้ำอุดให้มิด จะช่วยให้ขนมสุกเร็วและนุ่มและหากไม่ต้องการให้ไอน้ำหยดลงบนขนม ให้ใช้กระดาษพับทาบ 2 ชั้น ปิดชั้นหนึ่งของลึงถึงก่อนปิดฝาทับชนิดของขนมนั้นๆ

4. การทอด หมายถึง การทำขนมให้สุกด้วยน้ำมัน โดยใส่น้ำมันลงในกระทะ ตั้งไฟให้ร้อนทั่วแล้วจึงใส่ขนมที่จะทอดลงไป ขนมบางชนิดใช้น้ำมันมาก เรียกว่าทอดน้ำมันลอย ใช้ไฟปานกลางสม่ำเสมอ บางชนิดใช้น้ำมันน้อย ใช้กระทะก้นตื้น ดังนั้นการทอดจึงใช้กระทะตามลักษณะของขนมแต่ละชนิด การทอดถ้าใช้ไฟอ่อนมาก ขนมจะอมน้ำมัน จึงควรระวังด้วย ขนมที่ทอด เช่น ขนมฝักบัว ขนมทองพลุ ข้าวเม่าทอด กล้วยทอด ฯลฯ

5. การจี่ คือการทำขนมให้สุกในกระทะโดยใช้น้ำมันแต่น้อยใช้น้ำมันทากระทะพอสั้้น กระทะที่ใช้จะเป็นกระทะเหล็กหล่อแบน กว้าง เนื้อเหล็กหนา การจี่ใช้ไฟอ่อน ตั้งกระทะให้ความร้อนนุ่มอยู่ตลอดเวลา และกลับขนมให้เหลืองเสมอกันทั้งสองด้าน เช่น ขนมแป้งจี่ ขนมถั่วงอก ขนมเบี้ง

6. การเจียว คือ การทำให้เครื่องปรุงเหลือง กรอบโดยน้ำมัน เช่น หอมเจียว การเจียวหอมเพื่อโรยหน้าขนม หัวหอมควรซอยให้ชิ้นเสมอกัน เวลาเจียวจะสุกพร้อมกัน มีสีเหลืองสวย น้ำมันที่เจียวไม่ควรมากเกินไป กะพอใส่ของลงไปแล้วพอดี ใช้ตะหลิวกลับไปกลับมากวนรอบเหลืองทั่วกัน จะมีน้ำมันเหลือติดกันกระทะเล็กน้อย ใช้เป็นส่วนผสมของขนมได้

7. การปิ้ง หมายถึง การทำขนมให้สุก โดยการวางขนมที่ต้องการปิ้งไว้ เหนือไฟ มีตะแกรงรองรับไฟไม่ต้องแรงนัก กลับไปกลับมาจนขนมสุก ขนมบางชนิดใช้ใบตองห่อ แล้วปิ้งจนใบตองที่ห่อเกรียบหรือกรอบ เช่น ขนมจาก ข้าวเหนียวปิ้ง ก่อนที่จะปิ้งใช้ซี่เหล็กกลบไว้เพื่อให้ไฟร้อนสม่ำเสมอ

8. การผิงและอบ เป็นการทำให้ขนมให้สุกโดยใช้ความร้อนแห้งโดยการนำขนมอบในเตาอบตั้งนั้นก่อนการอบขนมควรเตรียมเตาไว้ให้พร้อม ด้วยการติดเตาอบให้อุณหภูมิความร้อนตามที่ต้องการอบขนมนั้นๆ ก่อน โดยทั่วไปจะใช้เวลาประมาณ 10-15 นาที ส่วนขนมที่ใช้ผิงเป็นขนมในสมัยโบราณเป็นการให้ความร้อนด้านบนของตัวขนมโดยใช้แผ่นสังกะสีวางทับตัวขนมใช้ถ่านไฟมากๆ วางบนแผ่นสังกะสี

ส่วนไฟล่างจะใช้เตาไฟทั่วไปใช้ถ่านไฟเพียงเล็กน้อย ผิงจนขนมสุกเหลือง ปัจจุบันใช้เตาอบแทน การผิง เช่น ขนมหม้อแกง ขนมสาส์กรอบ ขนมผิง ฯลฯ

9. การกวน เริ่มต้นกวนตั้งแต่ขนมยังเป็นของเหลวในขณะที่ขนมยังเหลว ส่วนที่ควรระมัดระวังเวลากวน คือกั้นกระทะต้องหมั่นใช้ไม้พายชูดกลับไปกลับมา เพื่อไม่ให้ส่วนผสมติดกั้นกระทะ ระยะเวลาของขนมรวมตัวกันแล้วให้คนไปทางเดียวกัน จะช่วยให้ขนมเหนียวขึ้นและไม่คืนตัว ต้องคอยระวังกั้นกระทะ ขนมจะไหม้หากกวนไม่ทั่ว ไม่ควรปล่อยให้ขนมจับปากกระทะ หมั่นชูดอยู่เสมอ พายที่ใช้ควรมีขนาดพอเหมาะสมกับส่วนผสมในกระทะ และความถนัดในการใช้ เช่น ถั่วกวน เผือกกวน กล้วยกวน

10. การคลุก คือ การผสมของตั้งแต่สองอย่างขึ้นไปให้เข้ากัน เช่น ข้าวเม่าคลุก การคลุกควรใช้ช้อนส้อม พายไม้ คลุกเบาๆ พอให้ขนมรวมกัน และมีรสเสมอกัน

11. การตีไข่ คือ การทำไข่ให้ขึ้นฟูมีหลายขนาด การตีไข่ให้ได้ผล ควรตีให้มีจังหวะสม่ำเสมอ ไม่หยุดมือ จนกว่าไข่จะขึ้นฟูได้ที่และอยู่ตัวตามต้องการ เช่น ขนมทองหยิบ สังขยา สาส์ ขนมทองหยอด เป็นต้น ถ้าตีแล้วหยุดบ่อยๆ จะทำให้ขนมเสีย หรือขนมไม่ได้ตามลักษณะที่ต้องการ

12. การคน หมายถึง การคนขนมที่ประกอบด้วยเครื่องปรุงที่เป็นแป้ง ส่วนผสมชนิดอื่นๆ จะกวนหรือหนึ่ง ควรได้มีการคนเสียก่อน เพื่อให้แป้งรวมตัวกับส่วนผสมอื่น แล้วจึงตักใส่ภาชนะนี้ หรือใส่กระทะกวน

13. การคั่ว หมายถึง การทำเพื่อให้สุกโดยใส่วัสดุลงในกระทะ แล้วใช้ตะหลิวเขี่ยสิ่งวัตถุนั้นๆ ให้กลับไปกลับมา เช่น คั่วงา ไฟที่ใช้ในการคั่ว ควรใช้ไฟอ่อนๆ จะทำให้วัสดุที่นำมาคั่วมีความหอม

14. การแชะ คือ การทำให้วัตถุที่ติดอยู่กับภาชนะหลุดออกจากภาชนะ โดยใช้เครื่องมือที่มีลักษณะปากแบน ปลายคม เช่น แชะขนมเบื้อง ค่อยๆ แชะแผ่นแป้งให้หลุดจากกระทะ โดยแชะไปรอบๆ ขนม

15. การละเลง คือ การกระจายของเหลวให้แผ่ออกเป็นวงกว้าง เช่น ละเลงขนมเบื้อง โดยจะใช้กระจ่าที่ทำด้วยกะลามะพร้าวแบนๆ มีด้ามถือ ตักแป้งที่มีลักษณะเหลวหยดลงในกระทะ ใช้กระจ่าวางลงตรงกลางแป้ง ใช้มีือกดให้วนไปโดยรอบ จนแป้งจับกระทะเป็นแผ่นตามต้องการ

16. การยี คือ การทำให้วัตถุที่จับเป็นก้อนก่อนกระจายออกจากกัน เช่น การยีแป้งขนมขึ้นฟู หลังจากการใส่น้ำเชื่อมจนแป้งระอุและอิมน้ำเชื่อมแล้ว ต้องทำขนมให้ฟู โดยการยีเบาๆ มือให้แป้งกระจายออกจากกันจนเนื้อละเอียด

17. การร่อน คือ การแยกวัตถุที่มีเนื้อหยาบออกจากส่วนละเอียด หรือเกี่ยวกับการทำขนม เช่น ขนมละอองลำเจียก ใช้แป้งข้าวเหนียวที่นวดกับหัวกะทิหมาดๆ ใส่ที่ร่อนแป้ง ร่อนในกระทะให้จับเป็นแผ่นบรรจุไส้ม้วนให้สวย

18. การทำขนมที่ต้องหมักแป้งการทำขนมที่ต้องหมักแป้งเพื่อให้ขนมขึ้นฟู เช่น ขนมถ้วยฟู ขนมตาล ขนมจะขึ้นหรือไม่ขึ้นนั้น สังเกตได้จากฟอง ถ้ามีฟองมากก็แสดงว่าขนมขึ้นมาก ระยะเวลาของการหมักขึ้นอยู่กับอุณหภูมิของอากาศ หากอากาศร้อนจะใช้เวลาของการหมักสั้น ถ้าเป็นอากาศหนาวเย็นต้องใช้เวลาในการหมักนาน การผสมขนมไว้มากๆ อาจหนึ่งไม่ทันทำให้ขนมมีรสเปรี้ยว ควรแก้ไขโดยวิธีการเติมน้ำตาลเล็กน้อยการนำไปนึ่งเพื่อให้ขนมมีรสเปรี้ยวมากเกินไป

นอกจากเทคนิควิธีดังกล่าวข้างต้นแล้วการทำขนมไทยมิใช่ว่า มีตำรับถูกต้องก็สามารถทำขนมได้ดีมีคุณภาพ ความจริงแล้วต้องอาศัยเทคนิควิธีประกอบเล็กๆ น้อยๆ ของขนมแต่ละชนิดที่จะทำให้ขนมมีคุณภาพ สำหรับเทคนิควิธีการทำขนม เป็นภูมิปัญญาอย่างหนึ่งที่เกิดจากประสบการณ์ เพราะขนมไทยบางอย่างแม้จะอธิบายขั้นตอนการทำอย่างละเอียดแล้ว ผู้ที่ศึกษาก็ไม่สามารถทำให้มีคุณภาพดีได้ เช่น ขนมทองหยอด ขนมทองหยิบ ขนมข้าวต้มมัด ขนมเกษรลำเจียก ขนมดั่ง เป็นต้น

ความสำคัญของวัสดุเครื่องใช้ในขบวนการบรรจุและตกแต่ง

1. ทำหน้าที่บรรจุไส้ ได้แก่ ไส้หรือห่อขนม
2. ทำหน้าที่ปกป้องคุ้มครอง ได้แก่ ป้องกันไม่ให้ขนมเสียรูปทรง แตกหัก ไหลซึม
3. ทำหน้าที่รักษาคุณภาพอาหาร ได้แก่ ป้องกันความชื้นจากภายนอก
4. ทำหน้าที่รักษาสิ่งแวดล้อม ได้แก่ ใช้วัสดุที่ให้ปริมาณขยะน้อย ย่อยสลายได้ง่าย
5. ทำหน้าที่ส่งเสริมการขาย ได้แก่ บรรจุภัณฑ์ที่ออกแบบสวยงามใช้เป็นสื่อโฆษณาได้ด้วย

การทำขนมสอดไส้ใบตองสด

ประวัติขนมสอดไส้

ขนมไส้ไส้ หรือเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า "ขนมสอดไส้" เป็นขนมไทยที่ใช้ในพิธีชันหมากในสมัยโบราณ ขนมไส้ไส้นี้ห่อด้วยใบตองแล้วมีเตี๋ยคาด (เตี๋ยก็คือทางมะพร้าว) ห่อเป็นทรงสูง ขนมไส้ไส้มีกลิ่นหอมและหวานจากตัวไส้ รสเค็มมันด้วยหน้ากะทิที่สดใหม่ หน้าชั้นพอดี ไม่และ เตี๋ยนี้จะหาขนมไส้ไส้ที่มีรสอร่อยซึ่งมีทั้งกลิ่นหอมและหวานมัน มารับประทานได้ยาก เพราะขนมไส้ไส้ที่อร่อยต้องใส่กะทิที่ชั้นมันซึ่งมะพร้าวเตี๋ยนี้สนนราคาก็แพงน่าดู ส่วนกลิ่นหอมก็ต้องอบด้วยดอกมะลิและควันเทียน ซึ่งต้องใช้เวลาและอุปกรณ์ในการทำเพิ่มขึ้นด้วย อย่างนี้น่าจะทำรับประทานกันเองก็จะได้ขนมไส้ไส้รสอร่อยถูกใจและทำได้ไม่ยากเลย การทำขนมไส้ไส้ เคล็ดลับอันดับแรกก็อยู่ที่ตัวไส้ มะพร้าวที่ใช้ต้องเป็นมะพร้าวที่ขึ้นทึก เป็นมะพร้าวที่ไม่อ่อน ไม่แก่ กะลามะพร้าวยังมีสีน้ำตาลอ่อน ไม่ดำน้ำตาลปึกที่ใช้ต้องไม่ขมและมีสีเป็นธรรมชาติไม่ขาวเวลา กวนไส้ต้องกวนด้วยไฟกลางค่อนข้างอ่อน กวนให้เหนียวพอบั่นก้อนได้แล้วเรียงใส่ขวดโหลที่มีฝาปิดอบด้วยควันเทียนและดอกมะลิโรยดอกมะลิดอกตูมที่แก่จัด(เด็ดกลีบเลี้ยงออก) วางเทียนอบที่จุดแล้วดับในถ้วยใบเล็ก ปิดฝาอบไว้ 1 คืน ไส้จะมีกลิ่นหอมชวนกิน

สำหรับตัวแป้งที่หุ้มใช้ทั้งแป้งข้าวเหนียวขาวและแป้งข้าวเหนียวดำเวลานวดต้องค่อยๆ ใส่ น้ำแล้วต้องนวดนานๆ เม็ดแป้งจะอมน้ำได้ดีเพราะเป็นแป้งแห้งแป้งจะมีความเหนียวดีไม่เหมือนในสมัยก่อนจะใช้แป้งที่ไม่เองแป้งก็จะเปียกและอมน้ำอยู่แล้วไม่จำเป็นต้องนวดนานหน้าของขนมเวลากวนแล้วต้องรีบตัดหยอดขณะที่ร้อนอยู่จึงจะเรียบเวลาห่อขนมจะได้รูปตามที่ห่อและน่ารับประทาน

ขั้นตอนการทำขนมสอดไส้ใบตองสด



ส่วนผสมของไส้ขนม

1. มะพร้าวทึนทึกขูดฝอย 1 กิโลกรัม (1 กิโลกรัมสามารถปั้นไส้ได้ถึงประมาณ 200 ลูก)
2. น้ำตาลปีบ (น้ำตาลมะพร้าวโตนด หรือน้ำตาล) 8 ชีด
3. เทียนอบขนม 1 เล่ม

วิธีทำไส้ขนม

1. นำมะพร้าวมาขูดฝอย ไม่ต้องขูดละเอียด (ปัจจุบันมักใช้เครื่องขูดแทนกระต่ายมือ) ปั่นให้หมดมะพร้าวที่ใช้หากเป็นมะพร้าวน้ำหอมจะมีรสชาติดี กลอมกล่อม มีกลิ่นหอมและนุ่มมากกว่า
2. การกวนน้ำตาล ใส่ น้ำตาลและเติมน้ำเพียงนิดเดียวผสมกันพอให้น้ำตาลละลาย ต้องเคี่ยวน้ำตาลจนเป็นสีออกน้ำตาลเข้มๆ (สังเกตจากสีไม่ให้ไหม้ แต่สีเกือบไหม้) การทำขนมสอดไส้ต้องให้น้ำตาลมีสีเข้มถึงจะดูสวย ต้องเคี่ยวจนเป็นยางมะตูม
3. จากนั้นถึงจะใส่เนื้อมะพร้าวขูดฝอยลงในน้ำตาล กรณีใช้มะพร้าว 1 กิโลกรัม จะใช้เวลาเคี่ยวประมาณ 1 ชั่วโมง โดยใช้ไฟปานกลางจนส่วนผสมเหนียว

เทคนิคพิเศษ

1. ขนมไทยหากใช้มะพร้าวน้ำหอมจะส่งผลกระทบต่อรสชาติของขนมได้ดีกว่ามะพร้าวทั่วไป
2. สำหรับน้ำตาลที่ใช้ทำขนม ต้องเป็นน้ำตาลปีบจากมะพร้าวโตนด แต่จะมีรสชาติกลมกล่อมและกลิ่นที่หอมกว่า หากใช้น้ำตาลปีบทั่วไป สามารถเพิ่มความหอมได้โดยใช้วิธีการอบควันเทียนเพื่อให้มีกลิ่นหอม ชวนให้น่ารับประทานยิ่งขึ้น
3. เมื่อทำการกวนไส้เสร็จให้ตักขึ้น พักไว้ให้เย็น
4. เมื่อไส้เย็นแล้ว ให้ปั้นเป็นก้อนกลม สามารถปั้นเป็นก้อนกลมๆ เส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 1.5 ชั่วโมง เมื่อปั้นเสร็จก็นำมาเรียงในหม้อเคลือบ แล้วอบด้วยควันเทียน ปิดหม้อเคลือบ 1 คืน (ไม่นิยมใช้หม้ออลูมิเนียม เนื่องจากคุณสมบัติของหม้อจะดูดซับกลิ่นจากอาหารอื่นๆ ส่งผลต่อกลิ่นของขนม)



ส่วนผสม แป้งห่อไส้

1. แป้งข้าวเหนียว ประมาณ 3 ถ้วยตวง
2. น้ำใบเตย 2 ถ้วยตวง
3. น้ำอัญชัน 0.5 ถ้วย

วิธีทำแป้งห่อไส้

1. นำแป้งข้าวเหนียวมาขนาดโดยใช้ น้ำใบเตย/น้ำดอกอัญชัน (กรณีทำหลายสี เช่น สีเขียวได้ จากใบเตย สีม่วงได้จากดอกอัญชัน สีละประมาณอย่างละ 100 ลูก) เวลานวดตัวแป้งที่ใช้หุ้มไส้ ให้ค่อยๆ ใส่ น้ำและนวดนานๆ จะทำให้เม็ดแป้งอุ้มน้ำได้ดี
2. เอน้ำใส่หม้อตั้งน้ำให้เดือดพร้อมสำหรับการต้มแป้งที่ปั้นหุ้มไส้
3. แบ่งแป้งเป็นก้อนแผ่ออกบางๆ วางไส้ที่ปั้นเตรียมไว้ ห่อให้มิด
4. นำแป้งที่ห่อไส้เสร็จแล้วต้มในน้ำเดือด โดยไม่ให้วางผิงไว้ เพราะจะทำให้ไส้แตก แข็ง ไม่สวยและติดภาชนะเมื่อไส้สุกจะลอยตัวขึ้น ใช้กระชอนหรือตะแกรงตักไส้ที่สุกขึ้นใส่ในน้ำเย็น (ไม่ต้องใส่น้ำแข็ง)

เทคนิคพิเศษ

1. แป้งหุ้มไส้ที่มีลักษณะที่ดี ให้สังเกตว่าจะมีความเหนียวนุ่มอยู่ในตัวเนียน ไม่จับกันเป็นก้อน
2. ในการทำขนมสอดไส้ใบตองสด ส่วนผสมที่มีการใช้แป้ง หากไฟมีความร้อนสูงเกินไป จะทำให้แป้งขนมสุกเร็วหรือแป้งอาจจับตัวเป็นก้อน สมัยก่อนใช้กระทะทองเหลือง เหมาะกับการทำขนมไทย สามารถเก็บความร้อนได้ดี แต่ต้องหมั่นดูแลทำความสะอาด ปัจจุบันใช้กระทะสแตนเลสเพราะหาง่าย (กระทะสแตนเลสที่มีคุณภาพดีจะไม่อันตรายต่อร่างกาย เนื่องจากไม่ได้ผ่านการเคลือบด้วยสารใดๆ)



ส่วนผสมหน้าขนม

1. แป้งข้าวเจ้า 1.5 ถ้วย
2. แป้งข้าวโพด 2-3 ช้อนโต๊ะ
3. น้ำกะทิ 12 ถ้วย
4. เกลือป่น 1 ช้อนโต๊ะ
5. น้ำตาลทราย 2 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำหน้าขนม

ผสมน้ำกะทิกับแป้งข้าวเจ้า แป้งข้าวโพด เกลือป่น และน้ำตาลทรายเข้าด้วยกัน ยกขึ้นตั้งบนเตาใช้ไฟกลางค่อนข้างอ่อน ต้องคนเรื่อยๆ โดยอย่าให้น้ำกะทิเดือด (อย่ากวนไฟแรง) พอเริ่มข้น สังเกตดูว่าเมื่อทดลองหยดกะทิ น้ำกะทิจะไม่ขาดสาย โดยใช้เวลาในการกวนเกือบชั่วโมง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปริมาณขนมด้วย ส่วนในกรณีที่น้ำกะทิเดือด ให้ยกกระทะลง กะทิจะไม่แตกมัน



เทคนิคพิเศษ

1. กรณีที่หน้าขนมเย็นสามารถนำมาตั้งไฟกวนใหม่ได้ เนื่องจากหม้อสเตนเลสที่ใช้ทำหน้าขนมสามารถเก็บความร้อนอยู่ได้ประมาณ 1 ชั่วโมง
2. ส่วนใหญ่แล้วเพื่อให้ได้หน้าขนมและไส้ที่หอแป้งเรียบร้อยแล้วนั้น ควรจะนำไปพร้อมๆ กัน เนื่องจากส่วนผสมที่เป็นแป้งจะไม่ถูกทิ้งไว้นานหรือมีลักษณะแข็งตัว ดังนั้นในการทำขนมจริงๆ แล้วควรมีผู้ช่วยในการปั้นไส้และกวนหน้าขนมไปพร้อมๆ กัน
3. กรณีที่ไม่มีแป้งข้าวโพด สามารถใช้แป้งข้าหรึมแป้งถั่ว แทนแป้งข้าวโพดได้ แต่แป้งข้าวโพดจะมีคุณสมบัติที่นุ่มกว่า
4. หน้าขนมที่มีลักษณะที่ดี ให้สังเกตว่าจะมีความนุ่มเนียน เป็นเนื้อเดียวกัน

เครื่องประกอบ

1. ใบตองตานีหรือใบตองกล้วยน้ำว้า
2. เตี๋ยว (ใบมะพร้าวหรือใบเตย)
3. ไม้กลัดเล็กๆปลายคม

วิธีเตรียมใบตองห่อขนม

1. ตัดใบกล้วยแล้วผึ่งลม จากนั้นนำมาเช็ดให้สะอาด (การทำขนมสอดไส้ใบตองสดต้องเน้นความสะอาด เนื่องจากใบตองไม่ได้ผ่านการนึ่งฆ่าเชื้อโรค) และฉีกเป็นริ้วๆ ส่วนเตี๋ยวทำความสะอาดโดยใช้ฟองน้ำชุบน้ำเช็ดที่ละใบ
2. เจียนใบตองที่ฉีกเป็นริ้วตามแบบที่ตัดไว้(ขนาดใบตองที่ใช้ทำขนมฯ ควรตัดแบบไวเพื่อให้ได้ขนาดที่เท่าๆ กัน) ประกอบด้วย ใบตองสำหรับห่อขนมชั้นในและชั้นนอก ใบตองชั้นนอกจะมีขนาดยาวกว่าชั้นใน ขนาดของใบตองและเตี๋ยวที่ใช้ มีดังนี้
 - 2.1 ใบตองชั้นใน กว้างประมาณ 5 ซม. ยาวประมาณ 19 ซม. เจียนปลายทั้ง 2 ข้าง
 - 2.2 ใบตองชั้นนอก กว้างประมาณ 6 ซม. ยาวประมาณ 23 ซม. เจียนปลายทั้ง 2 ข้าง
 - 2.3 เตี๋ยวที่ใช้คาด ต้องยาวกว่าใบตองที่ห่อ ใช้ได้ทั้งใบมะพร้าวหรือใบเตยแทนก็ได้ กว้างประมาณ 1 ซม. ยาวประมาณ 40 ซม.



เทคนิคพิเศษ

1. การใช้ใบตองกล้วยตานี จะมีคุณภาพของใบที่แข็งแรงและมียางมากกว่ากล้วยน้ำว้า (กล้วยน้ำว้ามี 2 ชนิด ได้แก่ กล้วยน้ำว้ากาบเขียว แขนใบและใบจะมีสีเข้มและหนานิดหน่อย ส่วนกล้วยน้ำว้ากาบขาว แขนใบและใบจะมีสีอ่อน)
2. การตัดใบตอง ไม่ควรตัดตอนเช้าจะทำให้ใบกรอบ เที่ยง่าย ทำให้ห่อไม่สวย ดังนั้นควรตัดใบตองตอนเย็น กรณีตัดใบตองตอนเย็น เมื่อทำความสะอาดใบตองเสร็จเพื่อใช้ในตอนเช้า ควรใส่ถุงพลาสติกแช่ตู้เย็น เพื่อคงสภาพของใบตองไว้ไม่ให้ใบเหี่ยว

วิธีห่อขนมสอดไส้

1. เรียงใบตองซ้อนกัน ใบชั้นนอกกับใบชั้นใน เอาด้านเงาออกด้านนอก
2. ตักหน้าขนมใส่จาน
3. นำแป้งที่ห่อไส้ที่สุกแล้วจากขั้นตอนที่ 4 (วิธีทำแป้งห่อไส้) ตักใส่จานหน้าขนมที่เตรียมไว้ทีละ 5-10 ลูก (หากทำขนมจำนวนมาก สามารถตักใส่ลงในหม้อกะทิ (หน้าขนม) ได้เลย)
4. ตักไส้พร้อมหน้าขนมใส่ใบตองที่เตรียมไว้ (โดยไม่ต้องนึ่งอีก เนื่องจากหน้าขนมสุกจากขั้นตอนข้างต้นเรียบร้อยแล้ว)
5. ห่อใบตองที่เตรียมไว้ให้เป็นทรงสูง ใช้เตี๋ยวกดกัลดด้วยไม้กัลด(ปัจจุบันส่วนใหญ่มักใช้หลอดเย็บกระดาษ เนื่องจากความสะดวก ใบตองและเตี๋ยวกจะไม่แตก)
6. ตัดปลายเตี๋ยวกให้เฉียงพองาม



เทคนิคพิเศษ

1. การห่อขนม ควรเป็นรูปทรงสูงโปร่งจึงจะมีความสวยงาม เมื่อแกะห่อออก ไม่มีสีใบตองติดขนมและขนมจะอยู่ตัว
2. กรณีที่ไม่มีความเชี่ยวชาญในการห่อ สามารถเปลี่ยนมานึ่งในถ้วยเล็ก (เช่น ถ้วยตะไลแล้วเคาะออก หรือนึ่งในถ้วยฟอยล์ได้) โดยในขั้นตอนของการทำแป้งห่อไส้และทำหน้าขนม ไม่ต้องนำแป้งที่ห่อไส้แล้วไปลวกและไม่ต้องทำให้หน้าขนมสุก ซึ่งสามารถนำมาหยอดในถ้วยตะไลแล้วนึ่งไปในขั้นตอนเดียว

อ้างอิง

- เว็บไซต์ ขนมไทย Thai dessert (<http://student.nu.ac.th/thaidessert/>)
- เว็บไซต์ thaigoodview.com เรียบเรียงโดยโรงเรียนสตรีศรีสุริโยทัย(<http://www.thaigoodview.com> : ../kanomthai)
- เว็บไซต์ gotoknow (<http://www.gotoknow.org/posts/497545>)
- เว็บไซต์ <http://kanom33.exteen.com/> (<http://kanom33.exteen.com/20110107/entry>)
- เว็บไซต์ gotoknow (<http://www.gotoknow.org/posts/392371>)
- เว็บไซต์ <http://www.viteetam.com/> (www.viteetam.com/อาหาร-เครื่องดื่ม/วิธีทำขนมสอดไส้/)
- ถอดประสบการณ์ตรงจากนางรุ่งอารี มะเวชะ หรือ “พี่รุ่ง” ณ ห้องประชุมวาสนา สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดสิงห์บุรี

