

## ภาคผนวก:ตำรับ

### การเสริมใยอาหารในผลิตภัณฑ์เบเกอรี่ ด้วยแป้งมะพร้าวจากส่วนเหลือทิ้งจาก กระบวนการสกัดน้ำมันออก

การศึกษาตำรับและวิธีการผลิต ผลิตภัณฑ์เบเกอรี่ จำนวน ๘ ชนิดมีดังนี้

๑. เค้กเนยสด
๒. มัฟฟิน
๓. คุกกี้ครอนเฟล็ก
๔. คุกกี้เนยสด
๕. คุกกี้แซ่เย็น
๖. ขนมปังเนยสด
๗. ขนมปังโฮลวีท
๘. เปลือกพายร่วน

## เค้กเนยสดเสริมใยอาหาร



| ส่วนผสม      | ปริมาณ | หน่วย |
|--------------|--------|-------|
| แป้งเค้ก     | 475    | กรัม  |
| ผงฟู         | 10     | กรัม  |
| แป้งมะพร้าว  | 25     | กรัม  |
| น้ำตาลทราย   | 500    | กรัม  |
| เนยสด        | 400    | กรัม  |
| ไข่ไก่       | 500    | กรัม  |
| กลี้นวานิลลา | 10     | กรัม  |
| นมข้นจืด     | 150    | กรัม  |

### วิธีทำ

1. ร่อนแป้งเค้ก แป้งมะพร้าว ผงฟู เข้าด้วยกันเทลงเครื่องผสม เติมน้ำตาลทราย คนผสมด้วยความเร็วต่ำสุดของเครื่อง ใช้หัวตีรูปตะกร้อ 1 นาที
2. เติมนเนยสด ตีต่อด้วยความเร็วต่ำสุดของเครื่องจนแป้งมีลักษณะเป็นเม็ดเล็กๆ ประมาณ 2 นาที
3. เติมไข่ไก่แช่เย็น และนมข้นจืด กลิ่น ใช้ความเร็วระดับปานกลาง 1 นาที ปิดเครื่องปาดส่วนผสม จากนั้นตีต่อด้วยความเร็วระดับปานกลางของเครื่อง 4 นาที
4. เทเค้กลงพิมพ์ขนาด 11x15x 2 ที่ทำด้วยเนยขาวและปูกระดาษไข นำเข้าอบที่อุณหภูมิ 180 องศาเซลเซียส 50-60 นาทีหรือจนกระทั่งเค้กสุก
5. นำเค้กออกจากพิมพ์ พักไว้ให้เย็นสนิท บรรจุใส่กล่องนำไปแช่เย็น 1 คืนก่อนตัดเป็นชิ้นจัดเสิร์ฟ

## มัฟฟินเสริมใยอาหาร



| ส่วนผสม             | ปริมาณ | หน่วย |
|---------------------|--------|-------|
| แป้งเค้ก            | 212.5  | กรัม  |
| แป้งสาลีอเนกประสงค์ | 212.5  | กรัม  |
| แป้งมะพร้าว         | 75     | กรัม  |
| ผงฟู                | 10     | กรัม  |
| น้ำตาลไอซิ่ง        | 500    | กรัม  |
| เกลือป่น            | 3      | กรัม  |
| เนยสด               | 500    | กรัม  |
| ไข่ไก่              | 500    | กรัม  |
| กลิ่นวานิลลา        | 10     | กรัม  |

### วิธีทำ

1. ร่อนแป้งอเนกประสงค์ แป้งเค้ก แป้งมะพร้าว และผงฟูผงเข้าด้วยกัน ลงอ่างผสมเตรียมไว้
2. ตีเนยสดพออ่อนตัว เติมน้ำตาลไอซิ่งตีต่อจนส่วนผสมขึ้นฟูเล็กน้อย(ความเร็วปานกลาง 6 นาที) จากนั้นเติมไข่ไก่ทีละฟอง และกลิ่นวานิลลา
3. แบ่งแป้งเป็น 2 ส่วนเติมลงในส่วนผสมเนยโดยใช้ความเร็วต่ำสุดของเครื่อง ผสมพอเข้ากันเติมส่วนที่เหลือนำแป้งที่ผสมเสร็จพักไว้ในตู้เย็นประมาณ 6 -12 ชั่วโมง
4. ตักส่วนผสมที่ได้หยอดลงพิมพ์ หรือถ้วยกระดาษประมาณ  $\frac{3}{4}$  ของพิมพ์ นำเข้าอบที่อุณหภูมิ 400 องศาฟาเรนไฮต์ ประมาณ 10-15 นาที หรือจนกระทั่งขนมสุกเหลือง นำออกจากเตาอบจัดเสิร์ฟขณะร้อน

## คุกกี้คอร์นเฟลกส์เสริมใยอาหาร



| ส่วนผสม                 | ปริมาณ | หน่วย |
|-------------------------|--------|-------|
| แป้งเค้ก                | 200    | กรัม  |
| แป้งมะพร้าว             | 50     | กรัม  |
| ผงฟู                    | 5      | กรัม  |
| นมผง                    | 10     | กรัม  |
| น้ำตาลไอซิ่ง            | 112.5  | กรัม  |
| เนยสด                   | 200    | กรัม  |
| ไข่ไก่                  | 1      | ฟอง   |
| กลิ่นวานิลลา            | 5      | กรัม  |
| เม็ดมะม่วงหิมพานต์อบสุก | 125    | กรัม  |
| คอร์นเฟลก               | 50     | กรัม  |

### วิธีทำ

1. ร่อนแป้งสาลี แป้งมะพร้าว ผงฟู กลิ่นวานิลลา และนมผงเข้าด้วยกันลงอ่างผสม
2. ตีเนยสด เกลือป่น น้ำตาลไอซิ่งด้วยความเร็วปานกลางของเครื่องจนส่วนผสมขึ้นฟูเป็นครีมขาว
3. ลดความเร็วเครื่องลงเหลือระดับต่ำสุด เติมไข่ไก่ลงผสมที่ละฟองจนหมดจากนั้นแบ่งแบ่งที่ร่อนลงผสม คนพอเข้ากัน
4. ปั้นคุกกี้ขนาดประมาณ 1 ช้อนโต๊ะ นำลงคลุกกับคอร์นเฟลกและเม็ดมะม่วงหิมพานต์ นำวางเรียงลงถาดอบที่ทำด้วยเนยขาว ใช้ส้อมกดให้แบนเล็กน้อย
5. นำเข้าอบที่อุณหภูมิ 320 องศาฟาเรนไฮต์ประมาณ 15 นาทีหรือจนกระทั่งขนมสุกเหลือง แซะออกจากถาด วางพักบนตะแกรงจนเย็นสนิทเก็บบรรจุ

## คุกกี้แช่เย็นเสริมใยอาหาร



| ส่วนผสม            | ปริมาณ | หน่วย |
|--------------------|--------|-------|
| แป้งเค้ก           | 320    | กรัม  |
| ผงฟู               | 5      | กรัม  |
| แป้งมะพร้าว        | 80     | กรัม  |
| นมผง               | 30     | กรัม  |
| น้ำตาลไอซิ่ง       | 160    | กรัม  |
| เนยสด              | 250    | กรัม  |
| ไข่ไก่             | 50     | กรัม  |
| กลิ่นวานิลลา       | 10     | กรัม  |
| อัลมอนต์สไลด์อบสุก | 70     | กรัม  |

### วิธีทำ

1. ร่อนแป้งเค้ก ผงฟู แป้งมะพร้าว และนมผงเข้าด้วยกันเติมและอัลมอนต์สไลด์
2. ตีเนยสด เกลือป่นและน้ำตาลทรายป่น ด้วยความเร็วปานกลางจนส่วนผสมขึ้นฟูขาว เติมไข่ไก่และกลิ่นวานิลลา ตีต่อจนส่วนผสมเข้ากันดี
3. แบ่งส่วนผสมแบ่งลงผสมที่ละน้อยจนหมด คนแค่พอเข้ากัน ตักส่วนผสมแบ่งเป็นก้อนหนักก้อนละ 400 กรัม วางลงบนกระดาษไข ปั้นเป็นรูปทรงตามต้องการนำเข้าช่องแช่แข็งประมาณ 3-5 ชั่วโมง
4. ตัดคุกกี้เป็นแผ่นหนาประมาณ 1/2 เซนติเมตร วางเรียงลงบนถาดอบที่ทาด้วยเนยขาว นำเข้าอบที่อุณหภูมิ 350 องศาฟาเรนไฮต์ประมาณ 10-15 นาทีหรือจนกระทั่งขนมสุกเหลือง นำออกจากเตาอบ แซะวางบนตะแกรงจนขนมเย็น เก็บในภาชนะปิดสนิท

## คุกกี้เนยสดเสริมใยอาหาร



| ส่วนผสม         | ปริมาณ | หน่วย |
|-----------------|--------|-------|
| แป้งอเนกประสงค์ | 315    | กรัม  |
| ผงฟู            | 7      | กรัม  |
| แป้งมะพร้าว     | 35     | กรัม  |
| นมผง            | 10     | กรัม  |
| น้ำตาลไอซิ่ง    | 160    | กรัม  |
| เนยสด           | 350    | กรัม  |
| ไข่ไก่          | 25     | กรัม  |
| กลิ่นวานิลลา    | 10     | กรัม  |

### วิธีทำ

1. ร่อนแป้งสาลี ผงฟู แป้งมะพร้าว วานิลาผง และนมผงเข้าด้วยกันลงอ่างผสม
2. ตีเนยสด น้ำตาลไอซิ่งเข้าด้วยกันด้วยความเร็วปานกลางจนส่วนผสมขึ้นฟูเป็นครีมขาว จากนั้นลดความเร็วเครื่องเหลือระดับต่ำสุดเติมไข่ไก่ลงผสมจนพอเข้ากัน
3. แบ่งแป้งออกเป็น 3 ส่วน ค่อยเติมลงในส่วนผสมครีมจนหมด ตักบรรจุลงถุงบีบ บีบลงภาชนะที่ทาด้วยเนยขาวบางๆ ตกแต่งหน้าด้วยผลไม้สับ
4. นำขนมเข้าอบที่อุณหภูมิ 320 องศาฟาเรนไฮต์ประมาณ 15-20 นาทีหรือจนกระทั่งขนมสุกเหลือง แซะออกจากถาดวางพักบนตะแกรงจนเย็นสนิทเก็บบรรจุ

## ขนมปังโฮลวีทเสริมใยอาหาร



| ส่วนผสม               | ปริมาณ | หน่วย |
|-----------------------|--------|-------|
| แป้งขนมปัง            | 374    | กรัม  |
| แป้งมะพร้าว           | 66     | กรัม  |
| แป้งโฮลวีท            | 60     | กรัม  |
| ยีสต์ผง               | 7      | กรัม  |
| สารเสริมคุณภาพโดบริม  | 4      | กรัม  |
| สารเสริมคุณภาพเลซิทิน | 4      | กรัม  |
| น้ำตาลทราย            | 20     | กรัม  |
| เกลือป่น              | 4      | กรัม  |
| น้ำเย็น               | 300    | กรัม  |
| เนยสด                 | 25     | กรัม  |

### วิธีทำ

1. ร่อนแป้งขนมปัง แป้งมะพร้าว แป้งโฮลวีท และสารเสริมคุณภาพเข้าด้วยกันลงเครื่องผสม เติมยีสต์ผงคนพอเข้ากัน
2. ละลาย น้ำตาลทราย เกลือป่น และน้ำเย็นจัด เข้าด้วยกันเทลงเครื่องผสม ตีผสมเข้าด้วยกันประมาณ 1 นาที
3. เติมนเนยสด ตีผสมต่อจนส่วนผสมมีลักษณะเรียบเนียน และไม่ติดอ่างผสม ตักแบ่งออกจากเครื่องคลึงเป็นก้อนกลมพักไว้
4. ตัดแบ่งก้อนแป้งน้ำหนัก 30 กรัม คลึงเป็นก้อนกลมพักไว้ 5 นาที คลึงเป็นก้อนกลมวางพักบนกระดาษที่ทาเนยขาวจึงและพักในตู้หมักก้อนโดที่อุณหภูมิ 38-40 องศาเซลเซียส และความชื้นสัมพัทธ์ที่ 80 เปอร์เซ็นต์เป็นเวลา 50 นาที
5. นำเข้าอบที่อุณหภูมิ 205 องศาเซลเซียส 20 นาทีหรือจนขนมสุกเหลืองนำออกจากเตาอบทาน้ำขนมด้วยเนยสดบางๆอีกครั้งก่อนจัดเสิร์ฟขณะร้อน

## ขนมปังเนยสดเสริมใยอาหาร



| ส่วนผสม               | ปริมาณ | หน่วย |
|-----------------------|--------|-------|
| แป้งขนมปัง            | 340    | กรัม  |
| แป้งอเนกประสงค์       | 85     | กรัม  |
| แป้งมะพร้าว           | 75     | กรัม  |
| ยีสต์ผง               | 7      | กรัม  |
| ผงฟู                  | 5      | กรัม  |
| สารเสริมคุณภาพโดบริม  | 4      | กรัม  |
| สารเสริมคุณภาพเลซิทิน | 4      | กรัม  |
| เกลือป่น              | 5      | กรัม  |
| น้ำตาลทราย            | 50     | กรัม  |
| ไข่ไก่                | 50     | กรัม  |
| นมสด                  | 125    | กรัม  |
| น้ำเปล่า เย็นจัด      | 125    | กรัม  |
| เนยสดชนิดเค็ม         | 100    | กรัม  |

### วิธีทำ

1. ร่อนแป้งขนมปัง แป้งอเนกประสงค์ แป้งมะพร้าว ผงฟู และสารเสริมคุณภาพเข้าด้วยกันลงเครื่องผสม เติมยีสต์ผงคนพอเข้ากัน
2. ละลาย น้ำตาลทราย เกลือป่น ไข่ไก่ น้ำเย็นจัด และนมสดเข้าด้วยกันเทลงเครื่องผสม ตีผสมเข้าด้วยกันประมาณ 1 นาทีเติมเนยสด ตีผสมต่อจนส่วนผสมมีลักษณะเรียบเนียน
3. ตัดแบ่งก้อนแป้งน้ำหนัก 10 กรัม คลึงเป็นก้อนกลมพักไว้ 5 นาที จึงนำไปบรรจุใส่เนยสดและพักในตู้หมักก้อนโดที่อุณหภูมิ 38-40 องศาเซลเซียส และความชื้นสัมพัทธ์ที่ 80 เปอร์เซ็นต์เป็นเวลา 50 นาที
4. นำเข้าอบที่อุณหภูมิ 205 องศาเซลเซียส ประมาณ 20 นาทีหรือจนขนมสุกเหลืองนำออกจากเตาอบทาน้ำขนมด้วยเนยสดบางๆอีกครั้งก่อนจัดเสิร์ฟขณะร้อน

## เปลือกพายร้อนเสริมใยอาหาร



| ส่วนผสม      | ปริมาณ | หน่วย |
|--------------|--------|-------|
| แป้งเค้ก     | 318.75 | กรัม  |
| แป้งมะพร้าว  | 56.25  | กรัม  |
| น้ำตาลไอซิ่ง | 375    | กรัม  |
| นมข้นจืด     | 100    | กรัม  |
| เนยสด        | 375    | กรัม  |
| ไข่ไก่       | 100    | กรัม  |
| กลิ่นวานิลลา | 5      | กรัม  |

### วิธีทำ

1. ร่อนแป้งเค้ก แป้งมะพร้าวเข้าด้วยกันลงอ่างผสม
2. ตีผสมเนยสด น้ำตาลไอซิ่งเข้าด้วยกัน จากนั้นเติมไข่ไก่ และกลิ่นวานิลลา
3. เติมส่วนผสมแป้งสลับกับนมข้นจืด คนผสมแค่พอเข้ากัน นำแป้งพักในตู้เย็น 3 ชั่วโมง
4. รีดแป้งเป็นแผ่นหนา 0.5 เซนติเมตร กรุลงพิมพ์ นำเข้าอบอุณหภูมิ 320 องศาฟาเรนไฮต์ 20 นาทีหรือจนแป้งสุกเหลืองพักไว้ให้เย็น