

DOAE

# เมนูเด็ด

## เกษตรสร้างสรรค์

ทำรับอาหารเพิ่มมูลค่าสินค้าเกษตรประดุจ

ฟรังช์บีบบัง



โครงการทำรับอาหารสร้างมูลค่าสินค้าเกษตร ปีงบประมาณ 2564  
กรมส่งเสริมการเกษตร



## ເກມຕຣສຮ້າງສຣຄ

### ສ່ວນຜນນ

- ຝົ່າງກິມຈູ 2,000 ກຣຳມ  
(ຝົ່າງກິມຈູຫຼືອຝົ່າງແປ່ນລື່ຖອງກີ່ໄດ້)
- ນໍາຕາລທຣາຍ 450 ກຣຳມ
- ບ້າຍດອງໃນໜໍາເກລື້ອ 10 ລູກ
- ເກລື້ອປັນ 20 ກຣຳມ
- ນໍາມະນາວ 100 ກຣຳມ
- ນໍາເປົ່າ 500 ມິລລິລິຕຣ
- ສີຜສມອາຫາຣສີເຂົ້າວ 5 ມິລລິລິຕຣ
- ນໍາປຸນໃສ 2 ລິຕຣ

(ປຸນແດງ 200 ກຣຳມຕ່ອນໍາ 4.5 ລິຕຣ  
ຜສມໃຫ້ເຂົ້າກັນແລ້ວຕັ້ງໃຫ້ຕາຕະກອນ  
ເຂົາເພາະໜໍາທີ່ມີລັກຊະນະໃສ)



### ວິທີທຳ

- 1 ນຳຝົ່າງມາປອກເປົ່ອກ ແລ້ວນໍາໄປແຊ້ໃນໜໍາປຸນໃສ 30 ນາທີ
- 2 ຈາກນໍ້ານໍ້າຝົ່າງຂຶ້ນມາລັ່ງໃຫ້ສະວາດ ແລ້ວພັກໄວ້ໃຫ້ແກ້ງ
- 3 ທຳນໍາບ້າຍດອງ ເຮັມຈາກເຕີມໜໍາເປົ່າ ໄລ້ວບ້າຍດອງ ນໍາຕາລທຣາຍ  
ເກລື້ອປັນ ນໍາມະນາວ ແລະສີຜສມອາຫາຣລົງໃນໜໍາອ້າວ ຕົ້ມດ້ວຍໄຟກລາງ 5 ນາທີ  
ແລ້ວຍກລົງພັກໄວ້ໃຫ້ເຢັນ
- 4 ໄລ້ວຝົ່າງລົງໃນກາຫະທີ່ມີຝາປິດ ເຕີມໜໍາບ້າຍທີ່ເຕີມໄວ້ ປິດຝາໃຫ້ສົນທກລິ້ງຫຼືອເຂົ່າ  
ປະມານ 10 ນາທີ ຈະລືຕິດຝົ່າງທີ່ຫົວໜ້າລູກແລະນໍາໄປແຊ້ເຢັນທັນທີ

## ที่ปรึกษา

นายเข้มแข็ง	ยุติธรรมดำรง	อธิบดีกรมส่งเสริมการเกษตร
นายชรา	เราะประเสริฐ	รองอธิบดีกรมส่งเสริมการเกษตร
นางอุบล	มากอง	ผู้อำนวยการกองพัฒนาเกษตรกร

## คณะผู้จัดทำ

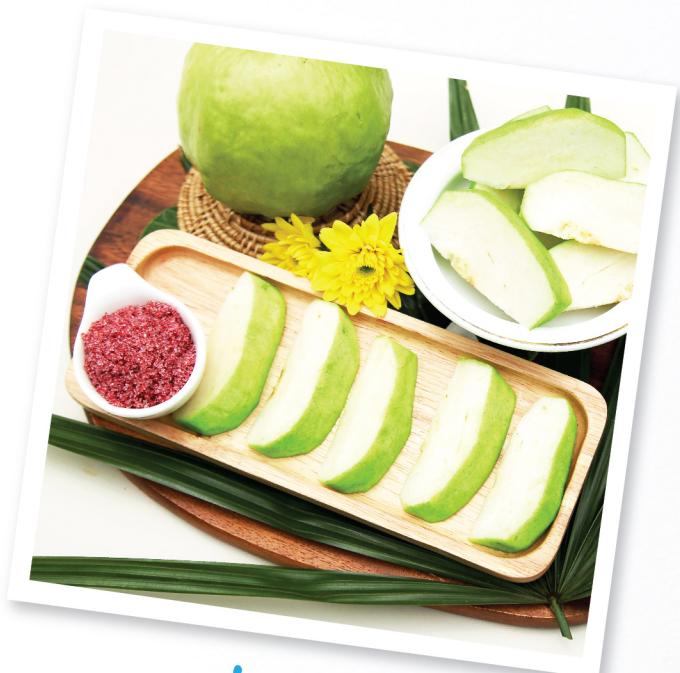
นางสาวนันดาภรณ์	หาญกิตติชัย	ผู้อำนวยการกลุ่มพัฒนาแม่บ้านเกษตรกรและเศรษฐกิจเกษตร
นางขวัญจิตต์	เกตุกัน	นักวิชาการส่งเสริมการเกษตรชำนาญการพิเศษ
นางสาวสุตาภา	ทองสมจิต	นักวิชาการส่งเสริมการเกษตรชำนาญการ
นายจักวัน	เอี่ยมประเสริฐ	นักวิชาการส่งเสริมการเกษตรชำนาญการ
นางสาวลลิตา	คริสเตอร์	นักวิชาการส่งเสริมการเกษตรชำนาญการ
นายวิโรจน์	กิจไมตรี	นักวิชาการส่งเสริมการเกษตรปฏิบัติการ
นางสาวกัญญาภัค	ช่องพิทักษ์	นักวิชาการส่งเสริมการเกษตร
นายธีรวรร	ดิษยะไชย พงษ์	ผู้อำนวยการฝ่ายประชาสัมพันธ์ สมาคมเชฟประเทศไทย ผู้เชี่ยวชาญคิดค้นและจัดทำตำรับอาหาร (ผู้พัฒนาตำรับ)
ดร.รัชดา	เทพประดิษฐ์	อาจารย์คณะอุตสาหกรรมเกษตรและชีวภาพ สาขาวิชาศาสตร์และเทคโนโลยีอาหาร มหาวิทยาลัยทักษิณ ผู้เชี่ยวชาญและรับรองตำรับอาหาร (ผู้รับรองตำรับอาหาร)

## ผู้ทรงคุณวุฒิ

ดร.พงศ์พันธุ์	ศรัทธาทิพย์	รองคณบดีฝ่ายวิเทศสัมพันธ์ และกิจการพิเศษ คณะบริหารธุรกิจและการบัญชี มหาวิทยาลัยขอนแก่น
นายสุวิทย์	ศิริสวัสดิ์	ผู้ทรงคุณวุฒิประจำมหาวิทยาลัยขอนแก่น นายกสมาคมเชฟจังหวัดขอนแก่น ผู้ทรงคุณวุฒิประจำมหาวิทยาลัยขอนแก่น

## เกตุผล

- 1 การปอกจะต้องใช้มีดปอกที่คม เพื่อไม่ให้พิษของฝรั่งซ้ำ
- 2 หลังจากเชื่อม้ำบวมแล้ว จะต้องนำไปเปลี่ยนหันที่ เพื่อให้ฝรั่งกรอบ



ฝรั่งชีบบะ

## วิธีการเก็บรักษา

- 1 จัดเก็บในอุณหภูมิห้อง สามารถเก็บได้นาน 1 สัปดาห์
- 2 จัดเก็บในตู้เย็น สามารถเก็บได้นาน 1 - 3 เดือน

● หันทุนการผลิต ประมาณ 132 บาท





ฟรุ๊ง||ชับบ์ด



กรมส่งเสริมการเกษตร