



## โครงการ

การพัฒนาอาหารพื้นบ้านจังหวัดเพชรบุรีแบบมีส่วนร่วมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต (ปีที่ ๒)

ภายใต้โครงการ

บูรณาการการมีส่วนร่วมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตชุมชนตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

หลักสูตร      อาหารพื้นบ้าน จังหวัดเพชรบุรี  
(ขนมโค)

วิทยาการ	ผู้ช่วยศาสตราจารย์จุฑามาศ	พีรพัชระ
	ผู้ช่วยศาสตราจารย์อภิญญา	มานะโรจน์
	นางสาวอินท์ธิมา	หิรัญอัศวรงค์
	นางสาวชนิดา	ประจักษ์จิตร
	นางสาวเจนจิรา	บ.ป.สูงเนิน

ผู้รับผิดชอบโครงการ

ศูนย์คลินิกเทคโนโลยีสถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

๓๙๙ ถนนสามเสน แขวงวชิรพยาบาล เขตดุสิต กรุงเทพฯ ๑๐๓๐๐

โทรศัพท์ ๐ ๒๒๔๑ ๐๔๙๒ โทรสาร ๐ ๒๒๔๒ ๐๔๒๓

[www.clinictech.mutp.ac.th](http://www.clinictech.mutp.ac.th)

## ขนมโค

ส่วนผสม	น้ำหนัก (กรัม)	สูตรตวง/ปริมาณ	
<b>ส่วนผสมไส้แบบหวาน</b>			
มะพร้าวทึนทึกขูด	400	4	ถ้วยตวง
น้ำตาลปีบ	480	2	ถ้วย
น้ำสะอาด	60	¼	ถ้วยตวง

### วิธีทำ

ผสมน้ำตาลปีบ และมะพร้าว ใส่ลงในกระทะหรือหม้อ ยกตั้งไฟอ่อนๆ กวนไปจนน้ำตาลละลาย ผสมกันดีแล้วกวนต่อจนแห้งพอปั้นได้ ปิดไฟ ทิ้งไว้ให้เย็นแล้วปั้นเป็นก้อน ก้อนกลมขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 1 เซนติเมตร



### ส่วนผสมตัวแป้ง

ส่วนผสม	น้ำหนัก (กรัม)	สูตรตวง/ปริมาณ	
แป้งข้าวเหนียว	460	4	ถ้วยตวง
น้ำสะอาด	480	2	ถ้วยตวง

### วิธีทำ

1. ผสมแป้งข้าวเหนียวกับน้ำแล้วนวดให้เข้ากัน ถ้าแป้งแห้งไปเติมน้ำทีละน้อยๆ นวดแป้งกับน้ำจนนุ่ม ใช้เวลาอย่างน้อย 20 นาที จะได้ลักษณะแป้งที่นุ่มไม่ติดมือ จากนั้นแผ่แป้งออก ใส่ไส้มะพร้าวที่เตรียม หุ้มแป้งให้มีมิดคลึงให้กลมเส้นผ่าศูนย์กลาง 1 เซนติเมตร
2. ตั้งหม้อใส่น้ำลงไป ตั้งไฟให้เดือด ใส่แป้งที่ใส่ไส้แล้วลงต้ม ต้มจนแป้งสุกจะลอยตัวขึ้นมาบนผิวน้ำ ตักขึ้นให้สะเด็ดน้ำแช่ลงในน้ำเย็น

### ส่วนผสมกะทิราดหน้า

ส่วนผสม	น้ำหนัก (กรัม)	สูตรตวง/ปริมาณ	
หัวกะทิ	240	1	ถ้วยตวง
น้ำตาล	15	1	ช้อนโต๊ะ
เกลือป่น	5	¼	ช้อนชา
แป้งข้าวโพด	5	½	ช้อนชา

## วิธีการทำ

ใส่กะทิลงในหม้อ เติมน้ำตาลทราย เกลือป่น และแป้งข้าวโพด ผสมกันให้ละลาย ตั้งไฟให้เดือด ประมาณ 5 นาที จากนั้นใส่แป้งขนมโคที่เตรียมในส่วนผสมที่ 2 คนให้เข้ากัน ยกออกจากเตา เวลารับประทาน ตักส่วนผสมของแป้งจำนวน 4 ลูก แล้วราดด้วยน้ำกะทิ

