



โครงการ

การพัฒนาอาหารพื้นบ้านจังหวัดเพชรบุรีแบบมีส่วนร่วมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต

ภายใต้โครงการ

บูรณาการการมีส่วนร่วมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตชุมชนตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

หลักสูตร อาหารพื้นบ้าน จังหวัดเพชรบุรี
(ลูกตาลลอยแก้ว)

วิทยากร ผู้ช่วยศาสตราจารย์จุฑามาศ พีรพัชระ
 ผู้ช่วยศาสตราจารย์อภิญญา มานะโรจน์
 นางสาวอินท์ธิดา หิรัญอัศวรงค์
 นางสาวชนิตา ประจักษ์จิตร์
 นางสาวเจนจิรา บ.ป.สูงเนิน

ผู้รับผิดชอบโครงการ

ศูนย์คลินิกเทคโนโลยีสถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

๓๙๙ ถนนสามเสน แขวงวชิรพยาบาล เขตดุสิต กรุงเทพฯ ๑๐๓๐๐

โทรศัพท์ ๐ ๒๒๘๘ ๐๔๙๒ โทรสาร ๐ ๒๒๘๒ ๐๔๒๓

www.clinictech.rmutp.ac.th

ลูกตาลลอยแก้ว

ส่วนผสม	น้ำหนัก(กรัม)	สูตรตวง/ปริมาณ
1. ลูกตาลสด	1,000 กรัม	1 กก.
2. น้ำเปล่า	750 กรัม	3 ถ้วย
3. น้ำตาลทราย	380 กรัม	2 ถ้วย
4. ใบเตย		3 ใบ

วิธีทำ

1. ปอกเปลือกลูกตาลสดออกให้หมด หั่นลูกตาลขวางตามมือ เป็นเส้นตามผลลูกตาล หรือหั่นเป็นชิ้นสี่เหลี่ยม ล้างน้ำให้สะอาด นำไปลวกพอเดือด พักไว้

2. ต้มน้ำพอเดือด ใส่ น้ำตาลทรายคนให้ละลายโดยใช้ไฟปานกลาง ใส่ใบเตย พอเดือด กรองด้วยผ้าขาวบาง นำขึ้นตั้งไฟ ใส่ลูกตาลสด รอจนน้ำเชื่อมเดือดอีกครั้งจึงปิดไฟ

เทคนิค

- ลูกตาลแก่ ควรหั่นชิ้นบางกว่าลูกตาลอ่อน
- ใช้ช้อนสังกะสีปอกเปลือกจะทำให้เสียเนื้อลูกตาลน้อยกว่าใช้มีดปอก

