

โครงการฝึกอบรมระยะสั้น



บรรจุภัณฑ์การบูรหอม ใบบาง (สำหรับ 50 คน)

วัสดุ

การบูร	3	ก.ก.
พิมเสน	1	ก.ก.
ใบบาง	400	ใบ
กระดาษสา	3	โหล
ใยสังเคราะห์	1/2	ก.ก.
ริบบิ้นทอง (0.5 ซม.)	5	ม้วน
ตะขาบทอง	5	พับ
แท่งกาวซิลิโคน	1	ก.ก.
กุหลาบริบบิ้นทอง	500	ดอก
ใบกุหลาบเล็ก	500	ใบ
ดอกหญ้า	5	ห่อ
ด้ายเย็บผ้า	1/2	โหล
เข็มเย็บผ้า (มือ) เบอร์	1	ห่อ

อุปกรณ์

กรรไกร
ปืนกาวเล็ก

วิธีทำ

1. ผสมการบูรและพิมเสนให้เข้ากัน
2. ตัดกระดาษสาให้เป็นรูปหัวใจขาดเท่ากับใบบาง
3. นำใบบางและกระดาษสาเย็บประกบกันเป็นถุง เว้นปากถุงประมาณ 2 นิ้ว
4. บรรจุการบูรลงในถุงที่เย็บแล้วให้เต็ม อัดให้แน่น เย็บปากถุงให้สนิท
5. ตกแต่งรอบหัวใจด้วยตะขาบทอง ด้วยกาวร้อนให้รอบ ตกแต่งด้วยดอกไม้ให้สวยงาม

บรรจุภัณฑ์การบูรหอม

วัสดุ

การบูร	1	กิโลกรัม
พืชมัสเสนเกล็ด	25	กรัม
กระดาษสาญี่ปุ่น/กระดาษสาญี่ปุ่น	1	โหล
ลวดเคลือบ เบอร์ 26	500	กรัม
ริบบิ้นผ้าขนาด 0.5 เซนติเมตร	6	ม้วน
ดินทอง		
ลูกไม้จี้สำหรับระบาย		
ดอกไม้ริบบิ้นผ้าขนาดเล็ก		
ใบกุหลาบผ้าขนาดเล็ก		
แท่งการวร้อน		
ด้าย-เข็มมือเบอร์ 7		
ใยโพลีเอสเตอร์		

อุปกรณ์

คีมตัดลวด
คีมปากจิ้งจก
ปืนการว
กรรไกรตัดผ้า

วิธีทำ

1. ผสมการบูรและพืชมัสเสนให้เข้ากัน
2. ตัดกระดาษสาขนาด 14 x 14 เซนติเมตร ทำเป็นรูปกรวยแหลม
3. บรรจุการบูรที่ผสมแล้วเกือบเต็มกรวยปิดให้สนิทด้วยการว
4. ตัดริบบิ้นยาวประมาณ 1.50 เมตร
5. นำลวด 4 เส้น พับครึ่ง จะได้ปลายลวด 8 เส้น ตัดออกให้เหลือ 7 เส้น
6. นำริบบิ้นมารวมกับลวดโดยให้ปลายด้ายที่รวบเหลือปลายริบบิ้นไว้ประมาณ 5

เซนติเมตร ใช้คีมปิดลวดแล้วบิด

7. แยกปลายลวดออกถึงริบบิ้นที่เหลือมัดให้เป็นวงกลมขึ้น 1 ลง 1 ประมาณ 2-3 รอบ
8. นำกรวยการบูรใส่ตรงกลางด้านแหลม แล้วทำลายมัดให้รอบไปเรื่อย ๆ จนถึง

ด้านบนกรวย

9. รวบลวด แยกริบบิ้นออก ใช้คีมปิดปลายลวดจนหมดความยาว ตัดให้ออเหมือนด้ามร่ม
10. นำริบบิ้นที่เหลือพันรอบให้สวยงาม ตกแต่งด้วยลูกไม้ ใบไม้ ดอกไม้ และดินทอง

ให้สวยงาม

ชาลาเปาไส้ปลา

ส่วนผสม

แป้งสาลี	1000	กรัม
น้ำตาลทราย	12	ช้อนโต๊ะ
ยีสต์	2	ช้อนโต๊ะ
ผงฟู	2	ช้อนชา
น้ำมันพืช	6	ช้อนโต๊ะ
เกลือป่น	2	ช้อนชา
น้ำเปล่า	2	ถ้วยตวง
นมสด	$\frac{3}{4}$	ถ้วยตวง

วิธีทำ

1. ผสมน้ำ น้ำตาลทราย และยีสต์พักไว้ จนเป็นฟองเล็ก ๆ
2. ผสมนมสดและเกลือ คนให้ละลาย
3. ร่อนแป้งและผงฟู 2 ครั้ง
4. ใส่แป้งลงในอ่างผสม เติมส่วนผสมยีสต์ นมสด และน้ำมันพืช คนส่วนผสมให้เข้ากัน

แล้วนวดต่อจนนุ่ม

5. พักแป้งให้ขึ้นประมาณ 30 นาที หรือจนแป้งขึ้น
6. นำแป้งที่ขึ้นมานวดไล่ลมออก ตัดแป้งออกเป็นก้อนน้ำหนักเท่า ๆ กัน (15 กรัม) ปั้น

เป็นก้อนกลม ๆ

7. แผ่แป้ง นำไส้วางตรงกลาง จับแป้งหุ้มไส้ให้มิดไม่บางหรือหนาเกินไป
8. วางแป้งด้านไม่สวยลงบนกระดาษ วางเรียงในลังถึง ร่อนแป้งขึ้นอีกครั้ง
9. นำลังถึงใส่น้ำตั้งไฟแรงพอน้ำเดือดพล่านนำชาลาเปานึ่ง ประมาณ 10-15 นาที

ไส้ปลา

ส่วนผสม

เนื้อปลาแรด นึ่งหรือย่าง โขลกละเอียด	500	กรัม
หัวหอมแดงซอยบาง ๆ ตามยาว	500	กรัม
หอมเจียว	200	กรัม
รากผักชีโขลกละเอียด	2	ช้อนโต๊ะ
กระเทียมโขลกละเอียด	2	ช้อนโต๊ะ
พริกไทยป่น	1	ช้อนโต๊ะ
ข้าวอ่อนตำละเอียด	1	ช้อนโต๊ะ
เห็ดหอมแห้ง	200	กรัม
(แช่น้ำจนนิ่มหั่นเป็นเส้นบาง ๆ)		
น้ำตาลปี๊ป	200	กรัม
น้ำตาลทราย	2	ช้อนโต๊ะ
น้ำปลา	3	ช้อนโต๊ะ
เกลือป่น	1	ช้อนชา
ซีอิ๊วขาว	3	ช้อนโต๊ะ
น้ำมันพืชสำหรับผัด	¼	ถ้วย

วิธีทำ

1. ผสมเนื้อปลากับข้าวอ่อนยีให้เข้ากัน
2. ใส่น้ำมันลงในกระทะตั้งไฟพอร้อน นำรากผักชี กระเทียม พริกไทย ลงผัดจนหอมดี
3. ใส่หอมแดงลงผัดจนหอมสุกดี ใส่เนื้อปลาลงผัดให้เข้ากัน
4. ใส่เห็ดหอม เติมเครื่องปรุง ผัดให้เข้ากันจนแห้งพอปั้นได้ ยกลงปล่อยให้เย็น
5. ปั้นไส้เป็นก้อนกลมหนักประมาณ 10 กรัม

ข้อเสนอแนะ

1. ส่วนผสมแบ่งสามารถเติมสีจากธรรมชาติ เช่น ขมิ้น แก่นฝาง แครอท อัญชัน หรืออื่น ๆ ที่ให้สีธรรมชาติ
2. ไส้ขนมถ้าต้องการความหอมและสีส้มแบ่งออก นำผักชีซอย ต้นหอมซอย ผสมเท่าที่พอใช้เป็นครั้ง ๆ
3. ควรไล่ลมออกจากแป้งให้หมด เพื่อความเรียบเนียน
4. ก่อนปั้นแป้งควรใช้มือแตะน้ำมันพืชก่อน เพื่อกันแป้งไม่ให้ติดมือ

ส่วนผสมนี้ปั้นแป้ง 150 กรัม ไส้ 100 กรัม จะได้ซาลาเปา 120 ลูก

ลูกประคบใบหน้า

วัสดุ

แก่นฝางแห้ง	25	กรัม
ใบผักบุ้งแดงแห้ง	25	กรัม
ใบน้ำเต้าแห้ง	25	กรัม
ทองพันชั่งแห้ง	25	กรัม
เหง้าว่านไฟแห้ง	25	กรัม
การบูรเกล็ด	25	กรัม
ผ้าดิบฟอกแล้วตัดกลมเส้นผ่าศูนย์กลาง	24	เซนติเมตร
เชือกฝ้าย		

อุปกรณ์

กะละมังสำหรับผสม
ทัพพี
พายไม้
เครื่องชั่ง
กรรไกรตัดผ้า
มีด-เชียง

วิธีทำ

1. นำส่วนผสมทั้งหมดเข้าด้วยกัน
2. ตักส่วนผสมใส่ลงตรงกลางผ้าที่ตัดแล้ว
3. จับปลายผ้ารวบเข้าหากัน ประคองส่วนผสมให้เป็นก้อนกลม ๆ ขยับมือลงจับให้แน่น

ลักษณะเป็นลูกกลม ๆ

4. จับปลายผ้าที่เหลือรวบพับให้เป็นแท่งกลม ๆ ให้แน่น มัดด้วยเชือกฝ้ายให้สวยงาม

****ก่อนใช้ให้นำลูกประคบนี้ไปให้ร้อน ยกลงพออุ่นนำมาประคบใบหน้าและลำคอ****