

PAI LIN

ศิลปะการทำขนมไทยคือ

มรดกทางวัฒนธรรมอันทรงคุณค่า

มงคล

พิมพ์ครั้งที่ 2

ขนมไทย

ประทีป ทองเปลว

รวมสูตร

ทำขนมหวานอย่างดั้งเดิม

ทำในครัวเรือนได้ง่าย

ทำขายก็ดี



มงคล

ขนมไทย



ประทีป ทองเปลว

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ
ประทีป ทองเปลว.

มงคลชนมไทย.--กรุงเทพฯ : ไพลิน, 2544.
128 หน้า.

1. ชนม. 2. การปรุงอาหาร. I. ชื่อเรื่อง.

641.86

ISBN 974-428-200-2

© สงวนลิขสิทธิ์ ห้ามลอกเลียนไม่ว่าส่วนหนึ่งส่วนใดของหนังสือ
นอกจากจะได้รับอนุญาตจาก บริษัท ไพลินบุ๊กเน็ต จำกัด (มหาชน)

ประธานกรรมการ
ประธานเจ้าหน้าที่บริหาร
ที่ปรึกษากฎหมาย
ผู้จัดการสำนักพิมพ์
บรรณาธิการบริหาร
บรรณาธิการต้นฉบับ
กองบรรณาธิการ
พิสูจน์อักษร
ออกแบบปก
ศิลปกรรม
พิมพ์

พล.อ.วิชา ศิริธรรม
ฉัตรเฉลิม เฉลิมชัยวัฒน์
อนันต์ แยมเกษร น.บ., นม., นศ.ม.
สมบัติ สุทธิจิตร
วังไพร สีสังข์
ชาลิต พรหมกิตติวงศ์
สุวิรัตน์ เข็นหลวง สุพรรษา อินวงศ์ ศิริพร พงศ์สันต์วิภา
วัลลิญา บางมด จิตรตรา ศรีความ
วิชัย ตระกูลพัฒน์กร
Raidergang@hotmail.com
บริษัท โรงพิมพ์มิตรสัมพันธ์กราฟฟิค จำกัด

จัดพิมพ์/จัดจำหน่าย

บริษัท ไพลินบุ๊กเน็ต จำกัด (มหาชน)

81 ถนนเสรีไทย แขวงมีนบุรี เขตมีนบุรี กรุงเทพฯ 10510

โทรศัพท์ 0 2540 1919 โทรสาร 0 2540 1818

Website : www.pailinbooknet.com E-mail : info@pailinbooknet.com

ISBN 974-428-200-2



★ราคา 109 บาท

หากผู้อ่านพบหนังสือของสำนักพิมพ์เล่มใดที่ไม่ได้มาตรฐาน เช่น หน้ากระดาษ
สลับกัน หน้าหนังสือขาดหาย การเข้าเล่มไม่สมบูรณ์ สำนักพิมพ์ยินดี
รับผิดชอบเปลี่ยนหนังสือเล่มใหม่ให้แก่ท่าน โปรดติดต่อและส่งหนังสือมาที่
บริษัท ไพลินบุ๊กเน็ต จำกัด (มหาชน) โทรศัพท์ 0 2540 1919 ต่อ 1233



คำนำสำนักพิมพ์

ขนมหวานของไทยมีบทบาทเด่นเสมอในมงคลพิธีต่างๆ ด้วยเพราะขนมแต่ละชนิดนั้นมีความงดงาม รูปลักษณ์บ่งบอกได้ถึงความบรรจงประณีตประดอยค่อยๆ จัด ค่อยๆ จิบด้วยฝีมืออันอ่อนช้อย ดังลีลาของนางรำ

ขนมหวานของไทยมีกลิ่นหอมหวาน ด้วยส่วนผสมที่มักมีแป้งน้ำตาลไข่และมะพร้าวมาปนปรุ้งอยู่เป็นหลัก สีอันสดใสสวยก็ทรงกลิ่นมาจากสีดอกไม้ ใบไม้ตามธรรมชาติ และชื่อของขนมบางชนิดก็มีความหมายในทางสิริมงคล ขนมหวานจึงมักถูกคัดสรรเพื่อใช้ในพิธีมงคล พิธีสำคัญต่างๆ ตั้งแต่สมัยอดีตโบราณ และมีการสืบทอดผ่านกาลเวลาเรื่อยมา จึงกล่าวได้ว่าขนมหวานของไทยนั้นเป็นมรดกทางวัฒนธรรมอันดีงาม ที่คนไทยเราควรรักษาและตระหนักถึงคุณค่าให้จริงจังก้นมากขึ้น

ขนมหวานของไทยนั้น สามารถนำมาจัดมอบให้กันเป็นของขวัญของฝากในวาระโอกาสพิเศษต่างๆ ด้วยเพราะความงดงามของรูปร่างหน้าตาและสีสันทของขนมแต่ละชนิด บวกกับชื่ออันมีความหมายในความมงคลบางชนิด เช่นทองหยิบ ทองหยอด ฝอยทอง ทองเอก ขนมถ้วยฟู และอื่นๆ อีกมากมาย ซึ่งล้วนควรแก่การส่งมอบให้กันด้วยความปรารถนาดีเป็นอย่างยิ่ง

อีกประการหนึ่งในทางโภชนาการก็ถือกันอย่างเป็นทางการว่าขนมหวานนั้นเป็น “ขนมแห่งความสุข” เนื่องจากรสหวานจากน้ำตาลจะทำให้ภายในร่างกายหลั่งฮอร์โมนชนิดหนึ่งออกมา ซึ่งมีผลกระตุ้นให้คนเรารู้สึกผ่อนคลายและมีความสุขได้

คู่มือเล่มนี้ มีสูตรการทำขนมหวานไทยเกือบ 100 ชนิด หวังว่าคงมีประโยชน์ไม่น้อย สำหรับผู้ที่รักและอยากลองทำขนมหวานไทยดูบ้าง

ปรารถนาดี

บรรณาธิการ



คำนำ

เสน่ห์ของขนมหวานอยู่ที่สีสันอันสวยงาม และรสชาติที่หวานหอมกับรูปร่างหน้าตาที่งามวิจิตรอย่างประติติประดอย

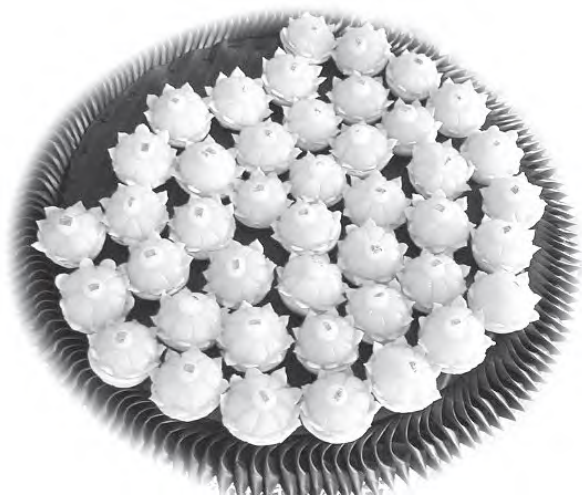
ขนมหวานของไทยจึงเป็นของขวัญ ของฝากได้ในทุกวาระโอกาส

เป็นความภูมิใจของผู้ให้ เป็นความภูมิใจของผู้รับ

คนที่รักการทำขนมหวาน หากมีเวลาว่างก็จะทำขนมได้ด้วยตัวเองดูบ้าง ทำให้เป็นของฝากเพื่อนฝูงก็ได้ ทำขายได้สตาจ์ก็ดี

การทำขนมหวานอย่างไทยๆ ไม่ยุ่งยากอย่างที่คิด ความพิถีพิถันจะช่วยเพิ่มรสชาติและคุณค่าของขนมสูตรต่างๆ ที่ผมรวบรวมมานี้เป็นสูตรที่นิยมกันมากมาแต่เก่าก่อน หวังว่าท่านผู้อ่านคงถูกใจนะครับ

ประทีป ทองเปลว



สารบัญ

เคล็ดลับการทำขนมหวานไทย	9	ขนมเกลียว	36
ขนมไทยนี้มีตำนาน	12	กล้วยกวน	37
ขนมหวานไทยกับพิธีมงคล	14	กล้วยแขก	38
การมอบของขวัญเป็น		กล้วยไข่เชื่อม	39
ขนมหวานไทย	16	กล้วยไข่บวชชี	40
กาพย์เห่ชมเครื่องหวาน	21	กล้วยฉาบ	41
สูตรทำขนมหวานไทย	26	กล้วยทอดข้าวเม่า	42
ขนมกง	27	ข้าวโพดหน้าตะโก้	43
กะละแมเสวย	29	ข้าวตังบรรดาศักดิ์	44
กระยาสารท	30	ข้าวเกรียบปากหม้อ	45
กะหรี่ปั๊บ	31	ข้าวมันกระทะ	46
แกงบวดกล้วย	33	ข้าวหมาก	47

ข้าวพอง	48	ถั่วสาลี	73
ข้าวยาคุกรวน	49	ทุเรียนกวน	74
ข้าวเกรียบว่าว	50	เทียนไทย	75
ข้าวเหนียวเปียกลำไย	51	ทองม้วน	76
ชี้หนุมนั	52	ทองพลุ	77
ข้าวเหนียวแก้ว	53	ทองหยิบ	78
ข้าวเหนียวปิ้งไส้กล้วย	54	ทองหยอด	79
ไข่หงส์	55	ทองเอกเม็ดบัว	80
ครกแป้ง	56	น้ำดอกไม้	81
ครองแครงกรอบ	57	บัวลอยไข่หวาน	82
ดอกลำดวน	58	บัวปั้นทอด	83
ดอกโสน	59	บอระเพ็ดแช่อิ่ม	84
ตะโก้เผือก	60	เบื่องหวาน	85
ตะโก้ลำไย	61	เปียกปูน	86
เต้าส่วน	62	ปลากริม	87
ต้มแดง	63	เปลือกส้มโอเชื่อม	88
ต้มขาว	66	ขนมผิง	89
ตาล	67		
ถั่วเขียวต้มน้ำตาล	68		
ถั่วตัด	69		
ถั่วแปบ	70		
ถั่วแผ่น	71		
ถั่วดำต้มน้ำตาล	72		



เฟือกแกงบวด	90
ผิง	91
เฟือกหวาน	92
ฝอยทอง	93
พุทรากววน	94
พุทราไทยเชื่อม	95
พุทราแผ่นเชื่อม	96
ฟักแช่อิ่ม	97
ฟักทองเชื่อม	98
ฟักทองหน้างา	99
มะเขือเทศแช่อิ่ม	100
มะตูมเชื่อม	101
มะพร้าวแก้ว	102
มะม่วงกววน	103
มะยมกววน	104
มันกววน	105
มันแกงบวด	106
มันเทศต้มน้ำตาล	107
เม็ดขนุน	110
มันรังก	111
มันสำปะหลังแกงบวด	112
มันสำปะหลังนึ่ง	113
ขนมชั้น	114

เลืบมือนาง	115
วุ้นกะทิ	116
วุ้นสังขยา	117
วุ้นหน้ากะทิ	118
ศิลาสามสี	119
สาคุบัวลอย	120
สาคุเปี้ยก	121
สาคุเม็ดบัว	122
ลำป้านี้	123
สาเกเชื่อม	124
สังขยามะพร้าวอ่อน	125
หม้อแกงไข่	126
หม้อแกงถั่ว	127



เคล็ดลับการทำขนมหวานไทย

ไข่

ไข่สำหรับใช้ทำขนมควรล้างเปลือกไข่ให้สะอาดด้วย เพื่อที่เวลาตอกไข่ใส่ขนมแล้วจะได้ไม่มีเศษฝุ่นละอองตกลงไปเจือปนด้วย

การตีไข่จนเนื้อไข่ละเอียดเนียนขึ้น หรือเรียกว่าตีให้ไข่ขึ้นนั้นควรใช้ไข่ใหม่ๆ ที่มีอายุสัก 3 วัน ไข่ที่เก่าเกินกว่านี้จะตียากพอๆ กับไข่สดๆ ใหม่ๆ ที่มีอายุเพียงวันเดียว

การคัดแยกไข่แดงกับไข่ขาว ถ้าใช้ช้อนทำไม่ถนัดให้ล้างมือให้สะอาดแล้วใช้มือช้อนไข่เปลี่ยนสลับกันไปมาขวา-ซ้าย ไข่แดงจะไม่แตกง่ายเหมือนใช้ช้อน

มะพร้าว

มะพร้าวที่จะนำมาคั้นเอากะทิผสมขนมนั้น ต้องใช้มะพร้าวแก่เท่านั้น เวลาคั้นควรคั้นกับน้ำอุ่น น้ำกะทิที่ใช้ราดขนมหรือผสมกับขนม จะหวานมันกลมกล่อมหากโรยเกลือบ่นผสมผสานด้วยสัກนิด

สำหรับขนมบางชนิดที่ต้องใช้มะพร้าวขูดเป็นฝอยโรยหน้า ควรเลือกใช้มะพร้าวทึนทึก



ส่วนมะพร้าวอ่อนนั้น จะนำมาใช้ต่อเมื่อต้องการเนื้อ
มะพร้าวมาผสมกับขนม (เช่น สังขยามะพร้าว วุ้นมะพร้าว เป็นต้น)

แป้ง

นิยมใช้แป้งข้าวเจ้าแห้งในการทำขนมชนิดต่างๆ แต่ถ้าไม่
แป้งสดได้เองอย่างสมัยก่อน ก็จะได้รสชาติขนมที่สมบูรณ์แบบอย่าง
โบราณโดยแท้

แป้งท้าวยายม่อมนั้น นิยมใช้เพื่อให้ขนมมีลักษณะใสคล้าย
แป้งถั่วเขียว

นอกจากนี้ ก็ยังมีแป้งมันสำปะหลังและแป้งข้าวเหนียวที่มี
บทบาทสำคัญต่อการทำขนมหวานของไทยอีกหลายๆ ชนิดเช่นกัน

น้ำดอกไม้

ขนมหวานไทยโดดเด่นที่กลิ่นหอมหวานอันมาจาก “น้ำ
ดอกไม้” ซึ่งจะใช้วิธีอย่างสมัยบุรุษโบราณก็ได้ โดยการนำดอกมะลิ
ที่เด็ดมา แต่รุ่งเช้าห่อผ้าขาวหรือใบตองไว้ในตู้เย็นสักครึ่งค่อนวัน
แล้วจึงนำดอกมะลิลอกมา (ไม่ต้องเด็ดก้านทิ้ง) ลอยใส่โถน้ำต้มสุก
ปิดฝาให้มิดชิดทิ้งข้ามคืน วันรุ่งขึ้นจึงค่อยใช้ผ้าขาวบางกรองเอาแต่
น้ำดอกมะลิไปไว้ปรุงผสมกับขนม

นอกจากดอกมะลิแล้ว คุณยังสามารถแต่งกลิ่นขนมด้วย
ดอกไม้หอมได้อีกหลายชนิด เช่น ดอกกุหลาบเช่นน้ำようดอกมะลิ

ดอกกระดังงาลนเทียนอบใส่ขวดโหลแก้ว และใบเตยคั้นเอาแต่น้ำ (ซึ่งจะได้ทั้งกลิ่นหอมและสีเขียวสวยด้วย)

สี

ในปัจจุบันมีสีสังเคราะห์ ซึ่งสะดวกในการนำมาปรุงแต่งสีสันทของขนมไทยให้หลากหลายมากขึ้น การเลือกซื้อควรระวังอย่างดีเสมอว่าเลือกสีผสมอาหารที่มีเครื่องหมายรับรองโดย “องค์การอาหารและยา” อย่างแท้จริง

หากอยากใช้สีตามธรรมชาติอย่างโบราณก็สามารถใช้สีจากไม้ดอก ไม้ใบหลายชนิด เช่น

ดอกอัญชัน นำกลีบดอกมาต้มในน้ำเดือด จะได้น้ำสีน้ำเงินสดสวยและถ้าหยดน้ำมะนาวผสมลงไปก็จะได้สีม่วงสวย

ใบเตย นำมาโขลกให้แหลกคั้นเอาแต่น้ำจะได้สีเขียวละมุนละไม

ขมิ้น นำขมิ้นสดมาโขลกคั้นเอาแต่น้ำ จะได้สีเหลืองลอย
กาบมะพร้าว นำกาบมะพร้าวมาเผาจนเกรียม โขลกให้แหลก เติมน้ำต้มสุกเล็กน้อยแล้วกรองเอาแต่น้ำ จะได้สีดำสนิท
ครั่ง นำครั่งมาต้มแล้วตากแดดสัก 2 วัน จะได้สีแดงจัด



ขนมไทยนี้มีตำนาน

ขนมหวานของไทยเรานั้น สันนิษฐานว่าน่าจะมีมาเป็นเวลา
มาหลายร้อยปีแล้ว แต่ก็ยากที่จะชี้เฉพาะเจาะจงลงไปได้ว่ามีมา
ตั้งแต่ พ.ศ. ไດ

คำว่า “ขนม” กล่าวกันว่าเห็นที่จะมาจากคำว่า “ข้าวหนม”
ซึ่งหมายถึงข้าวผสมกับน้ำตาลและน้ำอ้อย

คำว่า “หนม” แปลว่า “หวาน” เมื่อเรียกหรือออกเสียง
“ข้าวหนม” เร็วๆ ก็จะเป็น “ขนม” ในที่สุด

บางแห่งก็สันนิษฐานว่าอาจเพี้ยนมาจากคำว่า “ข้าวหนม” ที่
ชาวอินเดียเคยปรุงข้าวเคล้ากับนมอันเรียกในชื่อว่า “ข้าวมธุปายาส”
ที่นางสุชาดานำมาถวายพระพุทธเจ้า แต่ไม่ว่าคำว่า “ขนม” จะมี
ที่มาอย่างไรก็ตาม ส่วนผสมของขนมในสมัยโบราณก็มักมีแบ่งที่
ดำมาจากข้าว แล้วนำมาปรุงเคล้ากับน้ำตาล น้ำอ้อย และมะพร้าว
เป็นสำคัญ

ในประวัติศาสตร์สมัยสมเด็จพระนารายณ์มหาราชนั้น ได้
มีเรื่องราวของตำนานขนมหวานปรากฏอยู่ไม่น้อย

ฝรั่งเศสทูตเสนาบดี “ฟอลคอน” ได้เข้ามารับราชการใน
ราชสำนักและได้รับพระมหากรุณาธิคุณโปรดเกล้าฯ แต่งตั้งให้เป็น
“เจ้าพระยาวิชาเยนทร์”

และ “นางดอญญาโยมาร์ เดอ ปิยา” ภรรยาของเจ้าพระยา
วิชาเยนทร์ผู้นี้เองที่มีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในการนำวิธีการนำขนม