

เพชรประกาย

อาหาร ไทย ฟิวชั่น

*Thai Fusion
Food*

สมุดภาพธงสหชาติ
ศาสตร์และศิลป์อันโอชะ



มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

ห้องสมุดสาขาโชติเวช

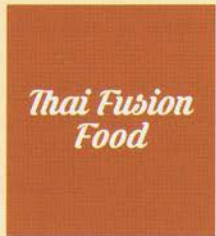


201021182

เนื่องด้วยสภาพภูมิประเทศที่อุดมสมบูรณ์ไปด้วยพืชพรรณธัญญาหารและผลิตผลทางการเกษตร จึงทำให้ไทยเป็นประเทศที่ผลิตอาหารส่งออก อาหารไทยจัดได้ว่าเป็นอาหารเพื่อสุขภาพ ทิวทุกภาคของประเทศจัดเป็นแหล่งผลิตวัตถุดิบในการทำอาหารชั้นเยี่ยม อาหารไทยถูกถ่ายทอดมาหลายชั่วอายุคน ทั้งที่มีการบันทึกเป็นลายลักษณ์อักษร และสืบทอดไปกับภูมิปัญญาปราชญ์ท้องถิ่น จนเกิดเป็นวัฒนธรรมการกินของชาติมาจนตราบนานเท่านานนี้ ปัจจุบันการรับประทานอาหารได้ถูกปรับเปลี่ยนไปอยู่ตลอดเวลาเพื่อให้เข้ากับยุคสมัย อาหารฟิวชั่น เป็นอีกหนึ่งในวัฒนธรรมการกินที่ผสมผสานวัตถุดิบ และองค์ประกอบของอาหารในหลายส่วนเพื่อให้เกิดอาหารชนิดใหม่ที่มีทั้งรูปลักษณ์ กลิ่นรส ตลอดจนวิธีการปรุงและรับประทาน ตำรับอาหารไทยฟิวชั่นเล่มนี้ ได้เรียบเรียงขึ้นจากประสบการณ์สอนในชั้นเรียน ซึ่งเป็นหลักสูตรใหม่ของประเภทวิชาคหกรรม สาขาวิชาอาหารและโภชนาการ สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อผู้เรียน และผู้ที่สนใจทั่วไป โดยให้ผู้เรียนศึกษาและปฏิบัติเกี่ยวกับหลักศิลป์ การออกแบบ ลักษณะอาหาร วัฒนธรรมของอาหารแต่ละชาติ ศิลปะการประกอบอาหาร การจัดตกแต่งอาหาร และประยุกต์เป็นอาหารแนวใหม่ตามสมัยนิยม หากจะเลือกการผสมผสานอาหารเพื่อให้เกิดเมนูใหม่ จนเกิดเป็นอาหารฟิวชั่น ผู้จัดทำคิดว่า อาหารไทยเหมาะกับการนำมาทำอาหารฟิวชั่นมากที่สุด เพราะอาหารไทยประกอบไปด้วยพืชผักสมุนไพรที่มีคุณค่าทางโภชนาการ นอกจากนี้จะได้เมนูใหม่แล้ว ยังเป็นการเผยแพร่อาหารไทย ให้นานทั่วโลกได้รู้จักยิ่งขึ้น

คุณความดีของตำรับอาหารไทยฟิวชั่นเล่มนี้ผู้จัดทำขอมอบเป็นกตัญญูแด่คุณแก่ บิดา มารดา ครู อาจารย์ ที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ให้กับผู้จัดทำตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ขอขอบคุณนักศึกษาและคณะทำงานจนทำให้ตำรับอาหารไทยฟิวชั่นสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ผู้จัดทำหวังเป็นอย่างยิ่งว่าตำรับอาหารไทยฟิวชั่นนี้จะเป็นประโยชน์กับนักเรียน นักศึกษา และผู้ที่สนใจทั่วไป หากตำรับนี้มีข้อบกพร่องประการใด ผู้จัดทำขอน้อมรับเพื่อนำไปปรับปรุงแก้ไขให้ดียิ่งๆ ขึ้น ในโอกาสต่อไป

อภิชาติ ไคเวียง





ข้าวปั้นลาบทูน่า

Japanese Style Northeastern Spicy Tuna Sushi

15

หอยเชลล์ย่างซอสมะขามเสิร์ฟกับยำแอปเปิล

Grilled Scallop With Tamarind Sauce Spicy Apple Salad

18

แครกเกอร์กับซอสพะแนง

Crab Cake With Red Curry Sauce

23

เมี่ยงสดส้มตำม้วนแซลมอน

Vietnamese Style Papaya Salad Roll With Salmon

26

ขนมจีบไส้ห่อหมกแซลมอนมะพร้าวอ่อน

Chinese Dumpling Filled With Steamed Salmon Curry

31

**ถุงทองยำถั่วพูเสิร์ฟกับแมงโก้ซลซ่า
และไอศกรีมโหระพา**

Wing Bean Salad In Golden Money Bags
With Fresh Mango Salsa And Basil Icecream

34

บูเดจิกแกแจ๋ฮ้อนทะเล

Budaejjigae Korean Style Thai Spicy Seafood

39

ซุปรักทองแกงเลียงกุ้ง

Pumpkin Soup Thai Spicy Mixed Vegetable Flavors With Prawns

43

ซุปรังนา

Rice Field Crab Cream Soup

47

ตุ๋นไก่ข่าไก่หน่อไม้ฝรั่ง

Chicken Galangal With Asparagus Duo Soup

50

ทอร์ติยาแกงมัสมั่นไก่

Tortilla With Chicken Massaman Curry Sauce

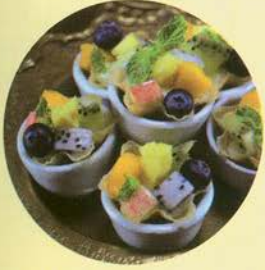
55

**ซี่โครงแกะย่างซอสแกงเผ็ด
เสิร์ฟกับข้าวกับทิมล่านนา**

Grilled Spiced Lamb Chops In Red Curry Sauce

59





สเต็กลาวย ข้าวริชอตโต้จี๊ น้ำจิ้มแจ่ว

Rib-eye Steak With Grilled Risotto Rice Dipping Sauce

62

ครีมบรูเล่ชาไทย

Thai Tea Creme Brulee

87

สปาเก็ตตี้หมึกดำกะทิกับเบ็ดอย่างซอสส้ม

Squid Spaghetti In Creamy Coconut Milk
With Roast Duck Orange Sauce

67

ชีสเค้กกล้วยบวชชี

Banana In Coconut Milk Cheese Cake

90

พิซซ่าหน้ากรอปิคอลหลนเค็มบักนัต

Tropical Seafood Pizza

70

เครปฟอยทอง

Crepe With Khanom Thai (Foythong)

94

พาร์ฟาลเล่หอยเชลล์ย่างซอสสมรกด

Farfalle With Grilled Scallops In Green Curry Sauce

74

กระทงทองไส้คัสตาร์ดผลไม้

Golden Thai Pastry Cups With Fruit Custard

99

ข้าวปายอาสาเบนต์ัมย่าทะเล

Tom Yum Seafood Paella

79

แพนเค้กทองหยอดซอสบลูเบอร์รี่

Pancake With Khanom Thai (Tong Yod) In Blueberry Sauce

102

ริชอตโต้มะม่วงมหาชนก

Risotto Rice With Mango

82





อาหารไทยฟิวชั่น วัฒนธรรมการกินหลากหลาย

ปัจจุบันอาหารได้ถูกปรับเปลี่ยนไปตามยุคสมัย เพื่อสนองความต้องการของผู้บริโภคที่เติบโตขึ้นเป็นไลฟ์สไตล์ใหม่ๆ จนเกิดโมเดลทางธุรกิจอาหารมากมาย มีการใช้กลยุทธ์ทางการตลาดเพื่อชิงความเป็นหนึ่ง จุดเริ่มต้นของการตื่นตัวของผู้บริโภคดังกล่าวจึงเกิดเป็นกระแสนิยมในที่สุด ผู้บริโภคบางกลุ่มนิยมอาหารเพื่อสุขภาพ มีการใช้วัตถุดิบจากธรรมชาติ ไม่เน้นการปรุงแต่งรสชาติมากนัก บางกลุ่มนิยมอาหารที่มีการใช้หลักการทางวิทยาศาสตร์มาใช้เพื่อสร้างความสุขทางใจเมื่อได้พบเห็น จนเกิดเป็นอาหารสไตล์โมเลกุล่า แกลสโตรนอมี่ (Molecular Gastronomy) บางกลุ่มนิยมอาหารที่เน้นการผสมผสานความหลากหลายรวมกันเป็นอาหารชนิดใหม่ที่เรียกว่า “Fusion Food” ซึ่งได้รับความนิยมอย่างมาก

Food (อาหาร) หมายถึง สิ่งที่ได้รับประทานเข้าไปแล้วเกิดประโยชน์แก่ร่างกาย

Fusion (ฟิวชั่น) มีรากศัพท์เดิมมาจาก Fuse (ฟิวส์) หมายถึง การหลอมรวม

Fusion Food คือ อาหารที่ถูกผสมผสานหลอมรวมวัฒนธรรมการกินเข้าด้วยกัน จนเกิดเป็นอาหารแนวใหม่ ทั้งในส่วนของวัตถุดิบ รสชาติ การประกอบอาหาร รวมถึงการจัดตกแต่ง ที่มีความสวยงาม มีกลิ่นอายทางวัฒนธรรมการกินของชาติต่างๆ มาผสมผสานกันอย่างคลาสสิก โดดเด่น และมีรสนิ่ม ก่อนที่เราจะตัดสินใจรับประทานอาหารต่างๆ จำเป็นอย่างยิ่งที่ผู้ประกอบอาหารจะต้องเรียนรู้ถึงลักษณะของอาหารไทยและอาหารแต่ละประเภท อาหารไทยฟิวชั่น (Thai Fusion Food) คือ การนำเอาอาหารไทยยอดนิยม โดยเลือกวัตถุดิบที่หาได้ในแต่ละภูมิภาคที่มีความหลากหลายและมีคุณค่าทางโภชนาการมาผสมกับวัตถุดิบจากต่างประเทศ จนเกิดเป็นอาหารไทยทันสมัย ทั้งรูปร่าง รสชาติ เอกลักษณ์ของอาหารไทยที่ยังคงอนุรักษ์ ลักษณะการจัดตกแต่งซึ่งงดงามราวกับศิลปะชั้นเลิศ นับเป็นความแตกต่างที่ผสมผสานกันอย่างลงตัว





หอยเชลล์ (Scallop) สัตว์ลักษณะความ
งดงามแห่งท้องทะเลที่มีคุณค่าทางโภชนาการ
มีโปรตีนสูง แคลอรีต่ำ เนื้อหอยมีความนุ่ม
เนื่องจากมีเปลือกที่แข็งแรงลักษณะคล้ายพัด
ห่อหุ้ม จึงเป็นที่นิยมในการนำมาประกอบอาหาร
นอกจากรสชาติที่ดีแล้วเปลือกของหอยเชลล์
ยังมีความสวยงาม ที่บรรดานักตกแต่งอาหาร
เลือกใช้ในการจัดตกแต่งอาหาร ทำให้เมนู
อาหารจานนั้นมีคุณค่ามากยิ่งขึ้น หอยเชลล์
อย่างซอสมะขามที่ยังคงกลิ่นอายของความเป็น
ไทย หอยเชลล์ชิ้นโตอย่างจนนุ่มราดด้วยซอส
มะขามและยำแอปเปิลทำให้เมนูนี้เป็นเมนูเรียกน้ำ
ย่อยก่อนที่จะรับประทานอาหารอื่นซึ่งมีรสเปรี้ยว
เค็ม หวาน ครบรส



หอยเชลล์ย่างซอสมะขาม เสิร์ฟกับยำแอปเปิล

Grilled Scallop With Tamarind Sauce Spicy Apple Salad

ส่วนผสมหอยเชลล์ย่าง

หอยเชลล์ย่าง	6 ตัว
น้ำมันมะขามเปียก	¼ ถ้วยตวง
น้ำตาลปีบ	3 ช้อนโต๊ะ
น้ำปลา	2 ช้อนชา
เกลือสมุทร	¼ ช้อนชา
กระเทียมสับ	1 ช้อนโต๊ะ
หอมแดงซอย	½ ถ้วยตวง
รากผักชีโขลก	1 ช้อนโต๊ะ
น้ำมันพืช	1 ½ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

- ตั้งกระทะไฟกลาง ใส่น้ำมันพอร้อน ใส่กระเทียม หอมแดง รากผักชีโขลก เจียวพอหอม ใส่น้ำตาลปีบ น้ำมันมะขามเปียก เกลือ น้ำปลา เคี่ยวจนเหนียว พักไว้
- ล้างหอยเชลล์ให้สะอาด ซับให้แห้ง นำไปย่างในกระทะโดยใส่น้ำมัน เล็กน้อยพอสุก นำไปจัดเสิร์ฟกับซอสมะขาม ตกแต่งด้วยผักชี หอมเจียว

ส่วนผสมยำแอปเปิล

แอปเปิลเขียวหั่นเป็นเส้น	½ ถ้วยตวง
น้ำตาลปีบ	3 ช้อนโต๊ะ
น้ำปลา	3 ช้อนโต๊ะ
น้ำมันงา	1 ช้อนโต๊ะ
หอมแดงซอย	½ ถ้วยตวง
พริกสดหั่น	1 ช้อนโต๊ะ
สตรอว์เบอร์รี, กีวี สำหรับตกแต่ง	

วิธีทำ

- ทำน้ำยำโดยใส่น้ำตาลปีบ น้ำปลา น้ำมันงา หอมแดงซอย พริกสดหั่น คนให้เข้ากัน นำแอปเปิลที่หั่นเตรียมไว้ มาคลุกเคล้ากับน้ำยำ ตกแต่งด้วยสตรอว์เบอร์รี กีวี จัดเสิร์ฟกับหอยเชลล์ย่างซอสมะขาม



ดุงทอง อาหารว่างไทยที่มีชื่อเสียง ทำจาก
เฟรนช์พอยเบียร์ สอดไส้ยาคั่วพุกที่มีรสชาติเค็ม
เปรี้ยว เผ็ด หวานและมันกรรสรส รวบเฟรนช์พอยเบียร์
เข้าหากันมัดด้วยต้นขิ้นฉ่ายให้แน่น นำไปทอดใน
น้ำมันจนเหลืองสวย เสิร์ฟกับแมงโก้ซัลซ่า
(Salsa) อาหารของชาวเม็กซิโกที่มีลักษณะคล้าย
กับเครื่องจิ้มของไทย ซึ่งผสมผสานรสชาติ
ความหอมด้วยสมุนไพรไทย พร้อมไอศกรีม
โหระพารสชาติหวานนุ่ม ละมุนลิ้น



ดุงทองยาคั่วพุกเสิร์ฟ กับแมงโก้ซัลซ่า และไอศกรีมโหระพา

Wing Bean Salad In Golden Money Bags With Fresh Mango Salsa
And Basil Icecream

ส่วนผสมดุงทอง

แผ่นปอเปี๊ยะ	10 แผ่น	น้ำปลา	2 ช้อนชา
ถั่วพุกแห้ง	½ ถ้วยตวง	น้ำตาลปีบ	2 ช้อนชา
เนื้อหมูบด	½ ถ้วยตวง	กระเทียมเจียว	1 ช้อนโต๊ะ
เนื้อกุ้งสับ	½ ถ้วยตวง	หอมเจียว	¼ ถ้วยตวง
หอมแดงซอย	¼ ถ้วยตวง	น้ำมันงา	1 ช้อนโต๊ะ
หัวกะทิ	¼ ถ้วยตวง	น้ำมันสำหรับทอด	
น้ำพริกเผา	1 ช้อนโต๊ะ	ต้นขิ้นฉ่ายลวกสำหรับมัด	

วิธีทำ

- นำกะทิใส่หม้อตั้งไฟกลางใส่น้ำพริกเผา น้ำตาลปีบ น้ำปลา
หอมแดงซอย ผัดให้หอม
- ใส่เนื้อหมูบด เนื้อกุ้งสับ คนให้เข้ากัน ใส่หอมเจียว กระเทียมเจียว
ถั่วพุกแห้ง ปิดไฟ ใส่น้ำมันงา ยกลงพักไว้
- แผ่นปอเปี๊ยะตัดเป็นวงกลมขนาดเส้นผ่านศูนย์กลาง 11 เซนติเมตร
นำไส้ที่ผัดไว้มาห่อ มัดด้วยต้นขิ้นฉ่ายลวก
- นำน้ำมันใส่กระทะตั้งไฟกลางค่อนข้างแรง พอน้ำมันร้อน
ใส่ดุงทองลงทอดให้เหลืองสวย ตักขึ้นใส่ตะแกรงให้สะเด็ดน้ำมัน

ส่วนผสมแมงโก้ซัลซ่า

มะม่วงน้ำดอกไม้	1 ถ้วยตวง	น้ำตาลทรายขาว	1 ช้อนชา
หั่นสี่เหลี่ยมเต๋า		น้ำเลมอน	1 ช้อนโต๊ะ
กระเทียมสับละเอียด	1 ช้อนโต๊ะ	เกลือ	1 ช้อนชา
ผักชีสับละเอียด	2 ช้อนโต๊ะ	พริกไทยป่น	¼ ช้อนชา
พริกจาลาปิโน	1 ช้อนชา		
(เอาเม็ดออกสับละเอียด)			

วิธีทำ

เตรียมส่วนผสมใส่กระเทียมสับ ผักชีสับ พริกจาลาปิโน น้ำตาลทรายขาว
น้ำเลมอน เกลือ พริกไทยป่นคนให้ส่วนผสมเข้ากัน ใส่มะม่วงน้ำดอกไม้ ผักชีสับ
ชิมรส นำไปเสิร์ฟกับดุงทองยาคั่วพุก

สามารถยืมและติดตามหนังสือใหม่ได้ที่ ระบบห้องสมุดอัตโนมัติ Walai Autolib

<https://lib.rmutp.ac.th/catalog/BibItem.aspx?BibID=b00106930>



อาหารไทยฟิวชั่น = Thai Fusion Food / อภิชาติ โคเวียง.

Author	อภิชาติ โคเวียง
Published	กรุงเทพฯ : เพชรประกาย, 2560
Detail	105 หน้า : ภาพประกอบ ; 22 ซม
Subject	การปรุงอาหาร(+) อาหารไทย(+)
ISBN	9786164410633
ประเภทแหล่งที่มา	 Book



Multi view



View map

" สำหรับเพื่อการศึกษาและอ้างอิงเท่านั้น "