

# กล้วยนมสดมะพร้าวอ่อน

ประเภทอาหาร :

อาหารหวาน

ชนิดกล้วยที่ทำมาปรุง : กล้วยน้ำว้า

ส่วนประกอบของกล้วยที่นำมาปรุง : ผล

ประวัติ/ความเชื่อ/ความเป็นมาของอาหาร/พื้นที่ที่ผลิตอาหาร



กล้วยนมสดมะพร้าวอ่อนเป็นขนมหวานชนิดหนึ่งที่คนทั่วไปรู้จัก ซึ่งเป็นขนมที่ดูเหมือนธรรมดา แต่มีความเป็นเอกลักษณ์โดยเฉพาะกล้วยน้ำว้า มะพร้าวหรือน้ำกะทิ เป็นวัตถุดิบที่คนไทยนำมาใช้ประกอบอาหาร ตั้งแต่สมัยโบราณจนปัจจุบัน หรือจะใช้กล้วยไข่ก็ได้ เป็นขนมไทยพื้นบ้านของชาวไทย ที่บ่งบอกถึงความเป็นไทย คนส่วนมากจะรู้จักเป็นอย่างดี โดยเฉพาะคนไทยนิยมทำขนมกล้วยมาทำ เพื่อรับประทานเองภายในครอบครัวหลังจากที่เหนื่อยจากการทำไร่-นา หรือทำเกษตรกรรม โดยใช้วัสดุจากกล้วย ที่มีอยู่ในบ้านและทุ่งนาของตนเอง นอกจากนั้นยังแบ่งไปทำบุญที่วัด และใช้รับรองแขก ปัจจุบันหลายครอบครัวเริ่มเลิกทำห่างหายไปเนื่องจากเห็นว่าขั้นตอนที่ยุ่งยาก เสียเวลา และสามารถซื้อหาได้ง่ายตามตลาดทั่วๆ แต่ก็ยังคงเหลือเป็นบางครอบครัวที่สานต่อ รักษาสืบทอดการทำขนม คงไว้ให้ลูกหลานได้เรียนรู้ อนุรักษ์สืบสาน และเพื่อขายสำหรับเป็นรายได้เสริมให้แก่ครอบครัว

## วัตถุดิบ/ส่วนผสม

นมข้นจืด	1	กระป๋อง
นมข้นหวาน	3	ช้อนโต๊ะ
ใบเตย	5	ใบ
กล้วยน้ำว้า	4-5	ผล
แปะก๊วย	1/4	ถ้วย
เนื้อมะพร้าวอ่อน	1/4	ถ้วย
น้ำตาล	1	ช้อนโต๊ะ






ระบบฐานข้อมูลสารสนเทศ Database and Information Systems

คณะเทคโนโลยีการเกษตรและอาหาร มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม  
Faculty of Food and Agricultural Technology, Pibulsongkram Rajabhat University



## วิธีทำ/ขั้นตอนการผลิต

	<p>เทนมข้นจืดและนมข้นหวานลงไปในหม้อ เปิดไฟอ่อนถึงปานกลาง เพื่อความหอมให้ใส่ใบเตยลงไปด้วย</p>
	<p>ผ่ากล้วยเอาใยออกแล้วหั่นให้ได้ 4 ส่วน</p>
	<p>ใส่แปะก๊วยและเนื้อมะพร้าวอ่อนลงไป ตามด้วยน้ำตาลทราย ถ้าอยากได้หวานอีกก็สามารถเติมลงไปได้</p>
	<p>ต้มจนกล้วยนิ่ม เสร็จแล้วก็ปิดไฟ ยกออกจากเตา ตักใส่ถ้วยเสิร์ฟได้เลย</p>

