

# เค้กกล้วยหอม

*Banana cake*

ประเภทอาหาร : อาหารหวาน

ชนิดกล้วยที่นำมาปรุง : กล้วยหอม

ส่วนประกอบของกล้วยที่นำมาปรุง : ผล

ประวัติ/ความเชื่อ/ความเป็นมาของอาหาร/พื้นที่ที่

ผลิตอาหาร : ขนมเค้กในประเทศไทยนั้นย้อนกลับไปได้เมื่อปี

พ.ศ. 2480 ขนมเค้กยังไม่เป็นที่รู้จักแก่คนทั่วไปมากนักจะมี

เพียงคนบางกลุ่มเท่านั้นที่ได้รับอารยธรรมตะวันตกหรือ

ใกล้ชิดกับชาวต่างประเทศที่เข้ามาทำธุรกิจโดยร้านเบเกอรี่

(bakery) ในกรุงเทพฯ มีอยู่ไม่มากนักร้านที่เป็นที่รู้จักย่านถนนเจริญกรุงคือร้านมอนโกลเซียเบเกอรี่ต่อมาในปีพ.ศ.

2490 หลังจากสงครามโลกครั้งที่สองสิ้นสุดลงประเทศไทยมีการติดต่อค้าขายทำธุรกิจกับต่างประเทศและการ

ท่องเที่ยวมีการขยายตัวมากขึ้นทำให้มีความต้องการบริโภคขนมเค้กขนมปังเพสตรีเพื่อบริการแก่ลูกค้าหรือ

นักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศมีมากขึ้นด้วยเหตุนี้ธุรกิจเบเกอรี่หรือขนมเค้กขนมปังขนมคุกกี้จึงขยายตัวและเป็นที่

รู้จักและได้รับความนิยมอย่างแพร่หลายนับตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา

เค้กเป็นขนมที่มีกระบวนการทำให้สุกโดยการอบเป็นขนมที่นิยมบริโภคกันทุกกลุ่มชนเค้กมีหลาย

ประเภทและมีคุณสมบัติต่างๆกันซึ่งขึ้นอยู่กับองค์ประกอบของส่วนผสมคือแป้งสาลีผงฟูเกลือโซเดียม น้ำตาลไขมัน

และกลิ่นรสโดยต้องมียุติภัณฑ์ประกอบเป็นตัวเค้กให้มีความสมดุลต่างกันไปแล้วแต่ชนิดของเค้กที่จะทำ เค้กกล้วยหอม

จัดเป็นอาหารสำเร็จรูปที่สะดวกสบายทั้งในการหาซื้อและการพกพาและยังสามารถเก็บไว้ได้นานเค้กกล้วยสามารถ

ทำเองได้ง่ายๆเพราะมีส่วนผสมไม่มากนักหาซื้อได้ตามท้องตลาดทั่วไปส่วนวิธีการทำนั้นไม่ยากเลยไม่ต้องใช้

อุปกรณ์อะไรมากก็สามารถทำขนมเค้กกล้วยหอมทานเองได้ง่ายๆ

เค้กกล้วยหอม เมนูเค้กยอดนิยม เป็นที่ชื่นชอบของหลายท่าน เนื้อเค้กนุ่มๆ รสชาติหวานหอมอร่อย

สีสวยงาม กล้วยหอมเป็นผลไม้ ที่มีประโยชน์ต่อร่างกายหลายอย่าง ต้นกล้วยมีประโยชน์สารพัดมากมาย ใบตอง

สามารถนำมาห่อขนม ห่ออาหารต่างๆ ได้ หัวปลีนำมาใช้ประกอบอาหาร รับประทานได้ กล้วยสามารถปลูกได้

ทั่วไป และการดูแลรักษาก็ไม่ยาก และให้ผลรับประทานตลอดทั้งปี กล้วยหอมมีเยาะเยาะ ตลอดทุกฤดูกาล และ

ราคาไม่แพงมากมาย กล้วยหอมนอกจาก นำมารับประทานแล้ว ยังสามารถนำมา ตัดแปลงทำอาหาร ทำเค้ก

ทำขนมได้มากมายหลายอย่าง



ระบบฐานข้อมูลสารสนเทศ Database and Information Systems

คณะเทคโนโลยีการเกษตรและอาหาร มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม

Faculty of Food and Agricultural Technology, Pibulsongkram Rajabhat University



## วัตถุดิบ/ส่วนผสม

แป้งสาลีอเนกประสงค์	200	กรัม
กล้วยหอม	200	กรัม
น้ำตาลทราย	100	กรัม
น้ำมันมะกอก	100	มล.
นมสด	80	มล.
ผงฟู	1 ½	ช้อนชา
เกลือป่น	½	ช้อนชา
ไข่ไก่	3	ฟอง
น้ำมะนาว	1	ช้อนชา
เบคกิ้งโซดา	1	ช้อนชา

## ขั้นตอนการผลิต

 <p>© thai-thaifood.com</p>	<p>1. วอล์มเตาอบที่ความร้อน 180 องศา เตรียมไว้ จากนั้นนำกล้วยหอมมาเตรียมไว้ เลือกกล้วยหอมที่สุกเหลืองมีกลิ่นหอมกล้วยหอม</p>
 <p>© thai-thaifood.com</p>	<p>2. จากนั้นนำกล้วยหอม มาปอกเปลือกกล้วยหอมออก แล้วนำมาบดให้ละเอียด แล้วใส่ผงฟูกับน้ำมะนาวลงไป แล้วคนคลุกเคล้าผสมกันพักไว้ จากนั้นนำแป้งสาลีอเนกประสงค์ กับเบคกิ้งโซดามาร้อนรวมกัน 2 รอบ เตรียมไว้บดกล้วยหอม</p>
 <p>© thai-thaifood.com</p>	<p>3. จากนั้นตอกไข่ไก่ใส่ในชามผสม แล้วใส่เกลือป่นลงไป ใช้สปีดปานกลางตีฟอขึ้นฟู แล้วค่อยๆ ใส่น้ำตาลทรายลงไป ใส่ทีละนิดๆ จนหมด จากนั้นปรับสปีดสูงสุด ตีจนไข่ขึ้นฟู จากนั้นปรับสปีดความเร็วต่ำ จากนั้นค่อยๆ ใส่ส่วนผสมแป้งที่เตรียมไว้ ค่อยๆ ใส่ลงไป ทีละนิดๆ จนหมด จากนั้นปรับความเร็วสปีดปานกลาง แล้วใส่นมสด น้ำมันมะกอกลงไปจนหมด จากนั้นตีให้ส่วนผสมเข้ากันตีผสมส่วนผสมแป้ง</p>



	<p>4. จากนั้นปรับสปีดความเร็วต่ำ แล้วนำกล้วยหอมบดที่เตรียมไว้ ใส่ลงไปผสม ใช้เวลาตีผสมประมาณ 1 นาทีผสมส่วนผสมกล้วยหอมกับส่วนผสมแป้งเข้าด้วยกัน</p>
	<p>5. จากนั้นนำส่วนผสม เทใส่พิมพ์ที่เตรียมไว้ ใส่ลงไปประมาณ ¾ ของพิมพ์ เพราะเมื่ออบเค้กสุกแล้ว เค้กจะฟูขึ้นมาอีก นำส่วนผสมเค้กเทใส่พิมพ์</p>
	<p>6. จากนั้นนำเข้าเตาอบ ใช้เวลาอบประมาณ 30-40 นาที เค้กกล้วยหอมจะสุกพอดี ถ้าอยากรู้ว่าเค้กสุกหรือไม่ ใช้ไม้จิ้มฟันจิ้มลงไป ตรงกลางเค้ก ถ้าไม่มีอะไรติดออกมาแสดงเค้กสุกดีแล้ว จากนั้นนำเค้กกล้วยหอมออกจากเตาอบ แล้วพักไว้ประมาณ 5 นาที นำเค้กกล้วยหอมออกจากเตาอบ</p>
	<p>7. จากนั้นนำเค้กกล้วยหอมออกจากพิมพ์ออกมาพักไว้บนตะแกรงเพื่อให้เค้กเย็นตัวลงและความร้อนลดลงนำเค้กกล้วยหอมบนตะแกรงให้เค้กเย็นตัวลง</p>
	<p>8. เมื่อเค้กกล้วยหอม เย็นตัวลงดีแล้ว จากนั้นนำเค้กกล้วยหอม มาหั่นเป็นชิ้นๆ พร้อมจัดเสิร์ฟ เค้กกล้วยหอมหั่นชิ้นๆ พร้อมจัดเสิร์ฟ</p>
	<p>9. จัดเสิร์ฟ เค้กกล้วยหอมนุ่มๆ เนื้อเค้กนุ่มๆ รสชาติหวานหอมอร่อย สีสวยงาม กล้วยหอมเป็นผลไม้ ที่มีประโยชน์ต่อร่างกายจัดเสิร์ฟ เค้กกล้วยหอมนุ่มๆ เนื้อเค้กนุ่มๆ รสชาติหวานหอมอร่อย สีสวยงาม กล้วยหอมเป็นผลไม้ ที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย เค้กกล้วยหอม</p>

