เดลินิวส์
Daily News
Circulation: 500,000
Ad Rate: 2,100

Section: First Section/วาไรตี้
วันที่: พุธ 30 กันยายน 2563
ปีที่: - ฉบับที่: 25920 หน้า: 1(เต็มหน้า), 4
Col.Inch: 235.97 Ad Value: 495,537 PRValue (x3): 1,486,611 คลิป: สี่สี
คอลัมน์: เดลินิวส์วาไรตี้: ค้นความต่างชนิด'แป้ง' หลากเรื่องน่ารู้ก่อนเลือกใช้

ค้นความต่างชนิด 'แป้ง' หลากเรื่องน่ารู้ก่อนเลือกใช้

เดลินิวส์ วาไรตี้

แป้ง เป็นหนึ่งในวัตถุดิบประกอบอาหารนำมาสร้างสรรค์ สร้างเมนูจานเด่นได้หลากหลายไม่ว่าจะเป็นขนมไทย เบเกอรี่ อาหารคาวและอาหารว่าง...

ด้วยที่แป้งมีหลายประเภท ทั้งมีความคล้ายคลึงกันในด้านสีและคุณสมบัติ การจะเลือกนำมาใช้อย่างไรและสร้างเอกลักษณ์ความโดดเด่นให้กับอาหารได้อย่างไรนั้น **อาจารย์ธนวิทย์ ลายิ้ม** คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพให้ความรู้ โดยเล่าเรื่องน่ารู้จากแป้งประเภท ต่าง ๆ ทั้งให้คำแนะนำการเก็บรักษาเพื่อรักษาคุณสมบัติที่ดีของแป้งว่า **แป้ง** เป็นวัตถุดิบในการประกอบอาหารชนิดหนึ่งซึ่งมีลักษณะเป็นเนื้อละเอียด เป็นผง เมื่อผสมกับของเหลวสามารถละลายน้ำ หรือขึ้นรูปนำมาสร้างสรรค์เมนูได้หลากหลาย

แป้งส่วนใหญ่ทำมาจากส่วนต่าง ๆ ของพืช ทั้งส่วนลำต้น ราก เมล็ด ฯลฯ โดยนำมาโม่ หรือนำมาตาก เพื่อให้ได้ตัวเนื้อแป้งนำมาประกอบอาหาร อย่างเช่น **ข้าว ธัญพืช ข้าวโพด ถั่วเหลือง มันสำปะหลัง มันฝรั่ง เผือก** ฯลฯ พืชต่าง ๆ เหล่านี้สามารถนำเนื้อในของเขามาทำให้แห้ง หรือ **นำไปโม่** ทั้งนี้การโม่มีสองรูปแบบคือ **โม่เปียก** โดยการใช้น้ำเป็นองค์ประกอบเพื่อละลายตัวแป้งที่อยู่ในส่วน

> **"นำมาสร้างสรรค์ได้หลากหลาย"**

ต่าง ๆ ของพืชให้หลุดออก แล้วจึงนำแป้งที่ตกตะกอนอยู่ในน้ำนำไปตากแดดให้แห้ง ส่วนอีกวิธีโม่แป้งคือ นำพืชที่กล่าวมาไม่ว่าจะเป็นข้าวหรือข้าวโพดนำมาบดให้เป็นผงแป้ง โดย **ไม่ต้องใช้น้ำ** เป็นองค์ประกอบ แต่นำตัวพืชธัญพืชที่บดเป็นผงแป้งไปใช้ได้เลย

อาจารย์ธนวิทย์ ขยายความเพิ่มอีกว่า **ก่อนนำแป้งไปใช้ยังมีเรื่องน่ารู้อีกมาก สิ่งที่ควรรู้ก็คือลักษณะของตัวแป้งเมื่อเรานำมาใช้ประกอบอาหาร** อย่างเช่น เรื่องของความเหนียว ความนุ่ม ความยืดหยุ่นของแป้ง หรือรวมไปถึงความข้น ความใส การอยู่ตัว การเซตตัวและรวมถึง ความกรอบของแป้ง ทั้งนี้ **แป้งแต่ละชนิดจะมีลักษณะที่แตกต่างกันไป** ในบางประเด็น ถ้าต้องการ

iQNewsClip www.iqnewsclip.com
InfoQuest Limited | 888/178 Ploenchit Rd., 17th FL. Mahatun Plaza Bldg., Lumpini, Patumwan, Bangkok 10330
02-253-5000, 02-651-4700 02-253-5001, 02-651-4701 help@iqnewsclip.com

เดลินิวส์
Daily News
Circulation: 500,000
Ad Rate: 2,100

Section: First Section/วาไรตี้
วันที่: พุธ 30 กันยายน 2563
ปีที่: - ฉบับที่: 25920 หน้า: 1(เต็มหน้า), 4
Col.Inch: 235.97 Ad Value: 495,537 PRValue (x3): 1,486,611 คลิป: สี่สี
คอลัมน์: เดลินิวส์วาไรตี้: ค้นความต่างชนิด'แป้ง' หลากเรื่องน่ารู้ก่อนเลือกใช้

ประกอบอาหารที่มี **ความเหนียว มีความนุ่ม** ควรเลือกใช้ **แป้งข้าวเหนียว** แป้งจะมีความเหนียวนุ่มในตัวเอง หรือ **แป้งข้าวเจ้า แป้งสาลี** ก็มีความเหนียว นำมาสร้างสรรค์ รังสรรค์เป็นผลิตภัณฑ์อาหารได้ หรือถ้าความต้องการอาหารที่มี **ความข้น ความใส** อย่างเช่นราดหน้าก็ต้องเลือกแป้งที่เหมาะสม

ส่วนถ้าต้องการให้เกิดการเซตตัวของอาหาร อย่างเช่น **ขนมตะโก้ ขนมลืมกลืน** อาจต้องใช้แป้งถั่วเขียว เพราะเมื่อเวลาที่นำมากวน ให้ความร้อนจะเกิดเจลทำให้เกิดการเซตตัว ไม่คลายตัวให้กับอาหารนั้น ๆ อีกทั้งแป้งบางชนิดช่วยในเรื่องความกรอบของวัตถุดิบ หรืออาหารนั้น ๆ อย่าง **แป้งมันสำปะหลัง** หรือแป้งมัน เป็นอีกหนึ่งแป้งที่มีคุณสมบัติในเรื่องความกรอบ แต่อาจไม่ค่อยได้ใช้กัน และอาจไม่ทราบว่าแป้งมันสามารถให้ความกรอบได้

อย่างเช่น **ข้าวเกรียบ** ที่ทอดฟูในน้ำมัน ทำมาจากแป้งมัน โดยจะนำไปทำให้สุกและนำไปแช่แข็ง จากนั้นนำมาสไลด์นำไปตากแดด เมื่อนำไปทอดคุณสมบัติของแป้งจะทำให้ขนมพอง ฟู และกรอบ ฯลฯ ส่วนหนึ่งนี้เป็นตัวอย่างของแป้ง **โดยที่เราควรรู้ลักษณะของตัวแป้งก่อนจะนำมาใช้ แป้งเหล่านั้นมีความพิเศษอย่างไร ทั้งนี้เมื่อนำแป้งมาใช้ถูกต้อง เหมาะสมก็จะได้ลักษณะอาหาร หรือขนมที่ตรงกับความต้องการของเราได้**

สำหรับ **แป้งที่มีชื่อคุ้น ได้ยินกันมานาน** ไม่ว่าจะเป็น แป้งข้าวเจ้า แป้งสาลี แป้งมัน ฯลฯ แป้งจะมีอยู่เท่านี้หรือไม่ ผู้เชี่ยวชาญด้านอาหาร อาจารย์ธนวิทย์ เล่าเพิ่มอีกว่า ถ้าจะจัดแบ่งกลุ่มแป้ง แบ่งได้เป็นกลุ่มใหญ่ในรูปแบบการนำมาใช้ โดยแบ่งได้เป็น กลุ่มแป้งไทยและกลุ่มแป้งที่มาจากต่างชาติ แป้งชนิดใหม่ ๆ อย่างแป้งกล้วยน้ำว้า แป้งมันม่วง ฯลฯ อย่าง **กลุ่มแป้งไทย** มีหลายชนิด อาทิ *แป้งข้าวเจ้า แป้งข้าวเหนียว แป้งมันสำปะหลัง แป้งข้าวโพด แป้งถั่วเขียว แป้งข้าวเหนียวดำ* และรวมถึง*แป้งถั่วเขียวคั่ว* โดยแป้งส่วนหลังอาจได้เห็นกันน้อย แต่ก็มีใช้ในขนม ทำอาหารจำหน่ายอยู่ทั่วไป อีกทั้งมี*แป้งทองหยอด* ซึ่งก็เป็นแป้งข้าวเจ้าที่อบควันเทียนให้หอม แต่งกลิ่นหอมให้กับขนมได้ดี

iQNewsClip www.iqnewsclip.com
InfoQuest Limited | 888/178 Ploenchit Rd., 17th FL. Mahatun Plaza Bldg., Lumpini, Patumwan, Bangkok 10330
02-253-5000, 02-651-4700 02-253-5001, 02-651-4701 help@iqnewsclip.com

เดลินิวส์
Daily News
Circulation: 500,000
Ad Rate: 2,100

Section: First Section/วาไรตี้
วันที่: พุธ 30 กันยายน 2563
ปีที่: - ฉบับที่: 25920 หน้า: 1(เต็มหน้า), 4
Col.Inch: 235.97 Ad Value: 495,537 PRValue (x3): 1,486,611 คลิป: สี่สี
คอลัมน์: เดลินิวส์วาไรตี้: ค้นความต่างชนิด'แป้ง' หลากเรื่องน่ารู้ก่อนเลือกใช้

อีกกลุ่มเป็น **แป้งทางเบเกอรี่** จะมีแป้งสาลี ซึ่งกลุ่มย่อยของแป้งกลุ่มนี้แบ่งเป็น *แป้งสาลี* สำหรับทำเค้ก แป้งสาลีอเนกประสงค์ สำหรับทำพายกรอบต่าง ๆ และแป้งสาลีสำหรับทำขนมปัง นอกจากนี้อาจมีแป้งที่เข้ามาเสริม ซึ่งได้แก่ แป้งข้าวโอ๊ต แป้งข้าวบาร์เลย์ ฯลฯ ใช้ในกลุ่มเบเกอรี่

"แป้งที่กล่าวมาลักษณะโดยรวมจะมีลักษณะคล้ายคลึงกัน ทั้งในด้านความละเอียด และสี ซึ่งจะต่างกันบ้างก็เพียงเล็กน้อย และถ้าลงลึกไปในรายละเอียดบางชนิดของแป้ง อย่างเช่น **แป้งสาลี** จะเห็นว่าแต่ละกลุ่มเป็นเรื่องของปริมาณโปรตีนที่มีอยู่ในแป้ง ในด้านสีของแป้งจะมีสีนวล ๆ ซึ่งในโทนเดียวกันนี้อาจรวมไปถึง แป้งข้าวโพด ซึ่งมีสีเหลืองอ่อน ๆ จัดอยู่ในกลุ่มเดียวกันได้

นอกจากสีขาว สีนวลแล้ว แป้งยังมีสีเข้มขึ้น ออกไปในโทนม่วงเทาเล็ก ๆ อย่างเช่น **แป้งข้าวเหนียวดำ** โดยส่วนใหญ่จะนำมาทำขนมสอดไส้ เป็นแป้งที่หุ้มไส้ขนม หรือนำมาใช้ทำขนมต้ม ขนมจาก ขนมบ้าบิ่น หรือบัวลอยจะนำมาผสมใช้แป้งดังกล่าวด้วย ให้ทั้ง **สีสันสวยเป็นธรรมชาติและยังมีกลิ่นหอมอ่อน ๆ**" ทั้งนี้การนำแป้งมาใช้ เกร็ดความรู้เป็นเรื่องที่น่ารู้ น่าศึกษาต่อ ทั้งนี้ผู้เรียนด้านอาหาร หรืออยู่ในแวดวงอาหารอาจทราบกันแล้ว แต่สำหรับคนชอบทำอาหาร เพิ่งเริ่มต้นจะได้ทราบว่ามีวัตถุดิบแป้งดังกล่าวอยู่ เป็นการเพิ่มโอกาสการทดลองสร้างสรรค์อาหารจากแป้งเมนูใหม่ ๆ โดยเฉพาะกับเมนูขนมไทย

อย่างไรก็ตามนอกจากการเลือกใช้แป้งถูกต้อง เหมาะสม **ความรู้จากเรื่องแป้งยังต่อยอดสร้างสรรค์ต่อไปได้อีกมาก อีกทั้งการทดลองใช้แป้ง ได้เห็นลักษณะที่คล้ายกันก็อาจนำมาทดแทนกัน เกิดทักษะสามารถปรับเปลี่ยน พัฒนาอาหารที่มีความเหมาะสม สร้างสรรค์เป็นเมนูใหม่ ๆ ที่มีความเฉพาะตัว เพิ่มความหลากหลายให้กับอาหารนั้น ๆ ได้**

การใช้แป้งบางครั้งอาจมีข้อจำกัดและเรื่องน่ารู้เพิ่มเติม ดังเช่นกลุ่มแป้งข้าวเจ้า เมื่อเวลาที่นำมาใช้โดยมากจะนำมาละลายเป็นน้ำแป้ง ซึ่งก็ต้องคำนึงถึงสัดส่วนของน้ำให้เหมาะสม ดังเช่น ขนมชั้น ขนมถ้วย ขนมน้ำดอกไม้ ฯลฯ เมื่อนำไปนึ่งจะได้ขนมที่สวยงามและสุกพอดี หากใช้น้ำน้อย ในกลุ่มแป้งชนิดนี้อาจไม่สุกซึ่งต่างจากแป้งข้าวเหนียวซึ่งใช้น้ำน้อยกว่าได้ เป็นต้น

ส่วนการ **เก็บรักษาแป้ง** ยืดอายุให้ยาวนานเพื่อนำมาใช้ในคราวต่อไป

อาจารย์ธนวิทย์ ให้มุมมองแนะนำเพิ่มว่า แป้งเป็นของแห้งจึงควรเก็บรักษาไม่ให้โดนความชื้น ไอน้ำหรือทำให้เกิดความชื้น เมื่อแป้งมีความชื้นอาจทำให้เกิดการจับตัวกันเป็นก้อนไม่เป็นผงเหมือนก่อน ความชื้นยังทำให้เกิดเชื้อรา ฯลฯ จึงควรเก็บใส่ภาชนะที่มีฝาปิด ปิดให้แน่นเพื่อไม่ให้อากาศเข้าไปด้านใน ที่สำคัญในแป้งมีไขมันอยู่ด้วย ถ้าเก็บไว้นานเก็บไม่ถูกวิธีจะทำให้แป้งมีกลิ่น มีเนื้อสัมผัสที่ไม่ดีเหมือนเดิม และนอกจากแป้งที่คุ้นเคย ปัจจุบันวัตถุดิบแป้งยังมีความหลากหลายมีการนำแป้งหลายชนิดมารวมกัน ผสมผสานกัน โดยสามารถนำไปทำขนมชนิดนั้น ๆ ได้ทันที โดยไม่ต้องผสมเอง

iQNewsClip www.iqnewsclip.com
InfoQuest Limited | 888/178 Ploenchit Rd., 17th FL. Mahatun Plaza Bldg., Lumpini, Patumwan, Bangkok 10330
02-253-5000, 02-651-4700 02-253-5001, 02-651-4701 help@iqnewsclip.com

เดลินิวส์
Daily News
Circulation: 500,000
Ad Rate: 2,100

Section: First Section/วาไรตี้
วันที่: พุธ 30 กันยายน 2563
ปีที่: - **ฉบับที่:** 25920 **หน้า:** 1(เต็มหน้า), 4
Col.Inch: 235.97 **Ad Value:** 495,537 **PRValue (x3):** 1,486,611 **คลิป:** สี่สี
คอลัมน์: เดลินิวส์วาไรตี้: ค้นความต่างชนิด'แป้ง' หลากเรื่องน่ารู้ก่อนเลือกใช้

ทั้งนี้ก็ต้องพิจารณาวันผลิต วันหมดอายุด้วย หากแป้งหมดอายุสีกลิ่น รสสัมผัสจะส่งผลต่ออาหาร ทำให้เมนูนั้นไม่สมบูรณ์

และอีกส่วนหนึ่งที่เป็นเรื่องน่ารู้ แป้งสามารถนำมาผสมกับวัตถุดิบอื่น ๆ ได้หลายชนิด อย่างเช่นผสมกับน้ำ ซึ่งนำมาทำอาหารขนมได้มากมาย ผสมกับน้ำมัน ไขมันอย่างเช่น ขนมดอกลำดวน ใช้น้ำมันผสมกับแป้งสาลีซึ่งช่วยให้แป้งนุ่มนวล ไม่เหนียว ขึ้นรูปได้ดี ฯลฯ และอีกส่วนหนึ่งคือผสมกับไข่ ดังเช่น ขนมตระกูลทองต่าง ๆ อย่างเช่น ทองหยอด หรือในขนมปุยฝ้าย โดยตีไข่ให้ขึ้นฟูและผสมแป้งลงไป ซึ่งการเลือกใช้ที่ถูกต้อง เหมาะสมก็จะส่งผลที่ดีต่ออาหารในทุกมิติ...

สร้างอาหารที่มีเอกลักษณ์ และความน่าสนใจได้อีกส่วนหนึ่ง.

• พงษ์พรรณ บุญเลิศ •

iQNewsClip www.iqnewsclip.com
InfoQuest Limited | 888/178 Ploenchit Rd., 17th FL. Mahatun Plaza Bldg., Lumpini, Patumwan, Bangkok 10330
02-253-5000, 02-651-4700 02-253-5001, 02-651-4701 help@iqnewsclip.com