

ใบความรู้ที่ ๑๒ เรื่อง การประกอบอาหาร (ไข่เจียว) ๒
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง เชฟวัยจิ๋ว
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๒ เรื่อง การประกอบอาหาร ไข่เจียว (๒)
รายวิชา การงานอาชีพ รหัสวิชา ง๓๓๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

ขั้นตอนการทำไข่เจียว

ส่วนผสม

๑. ไข่ไก่ ๓-๔ ฟอง
๒. หมูสับ 1/2 ถ้วยตวง
๓. น้ำมันหอย ๒ ช้อนโต๊ะ
๔. ซีอิ้วขาว ๑ ช้อนโต๊ะ
๕. น้ำตาลทราย ๑ ช้อนชา
๖. พริกไทยเล็กน้อย
๗. ผักชีสำหรับตกแต่ง
๘. น้ำมันพืชสำหรับทอด ๒-๔ ช้อนโต๊ะ

วิธีปรุง

๑. นำไข่ไก่ตอกลงในชามผสม
๒. จากนั้นนำหมูสับใส่ลงไป ตามด้วยเครื่องปรุง น้ำมันหอย ซีอิ้วขาว น้ำตาล
๓. ตั้งกระทะใส่น้ำมันลงไปจากนั้นพอน้ำมันเริ่มร้อนใส่ไข่เจียวลงไป
๔. รอให้ไข่ด้านล่างสุกดี จากนั้นใช้ตะหลิวกลับอีกด้านหนึ่งขึ้นมารอให้สุกดีเช่นกัน
๕. เมื่อเริ่มสุกดีตักใส่จานโรยพริกไทยเล็กน้อย ตกแต่งจานด้วยผักชีหรือผักอื่น ๆ ให้สวยงาม พร้อมจัดเสิร์ฟ