# รายวิชาการงานอาชีพ

รหัสวิชา ง๑๓๑๐๑

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

## เรื่อง การถนอมอาหาร (๑)

ครูผู้สอน ครูณัฐทิยา เนียมสะอาด
ครูสุนทรี สาธุภาพ



# คำถามชวนคิด

ถ้าเราต้องการเก็บอาหารประเภทเนื้อสัตว์ หรือผัก ผลไม้ ไว้รับประทานได้นาน ๆ โดยไม่เสียควรทำอย่างไร



# เรื่อง

## การถนอมอาหาร (๑)



# จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. ยกตัวอย่างการถนอมอาหารประเภทต่าง ๆ ได้

๒. สามารถเขียนขั้นตอนการถนอมอาหารได้อย่างถูกต้อง

๓. เห็นประโยชน์ของการถนอมอาหาร





# การถนอมอาหาร

การถนอมอาหารเป็นการรักษาอาหารสด อาหารแห้ง ประเภทผัก ผลไม้ และเนื้อสัตว์ที่มีมากในฤดูกาลให้เก็บได้ยาวนานยิ่งขึ้น



# การตากแห้ง



เป็นการนำผัก ผลไม้ หรือเนื้อสัตว์
ไปวางกลางแจ้งรับแสงอาทิตย์จนแห้ง
เพื่อใช้ความร้อนจากแสงแดดในการทำลาย
จุลินทรีย์ ที่ทำให้เนื้อสัตว์เน่าเสียให้หมดไป

# กล้วยตาก



ภาพจากเว็บ https://portal.weloveshopping.com/blog/organic-dried-bananas

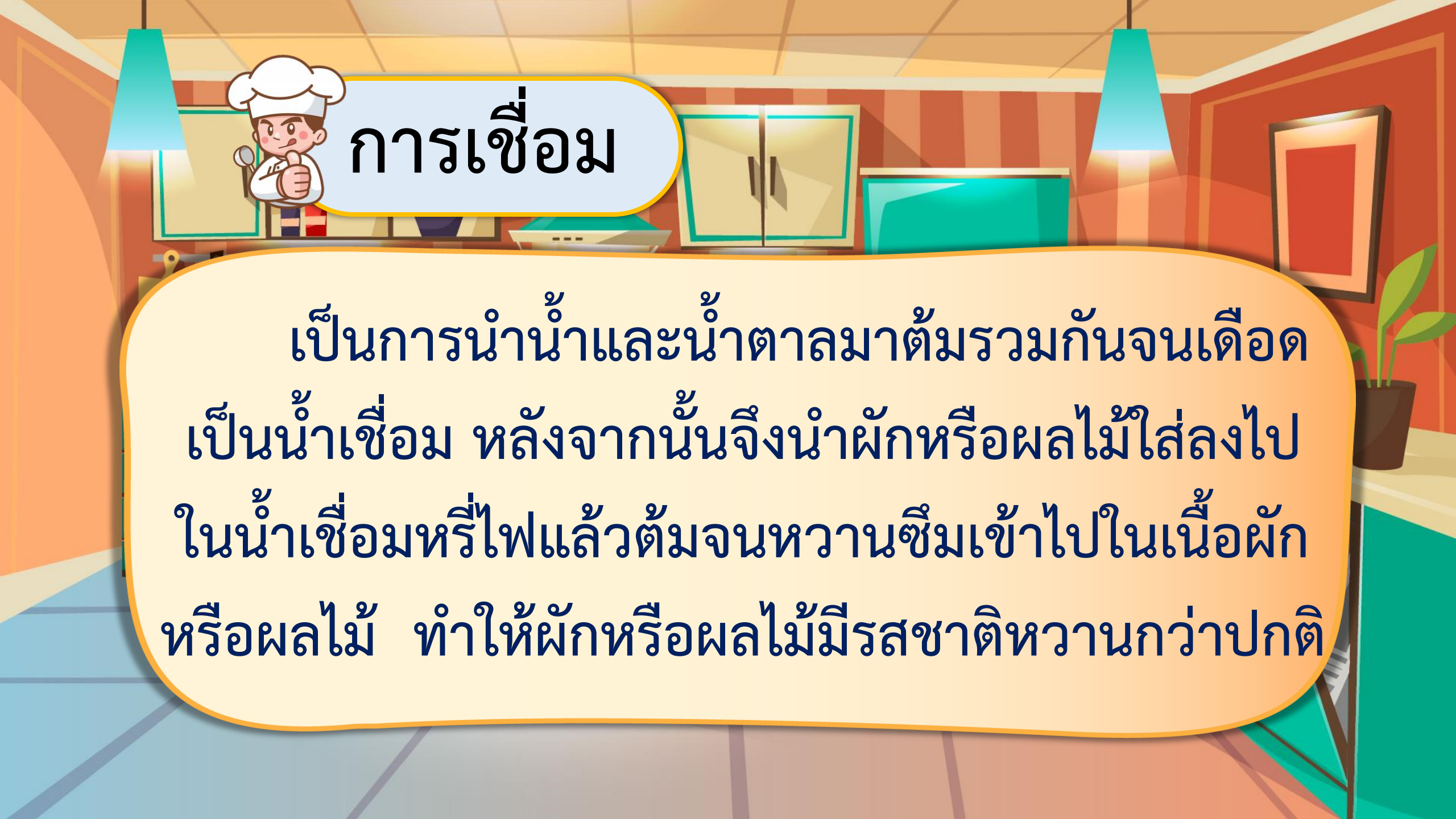
# ปลาสลิดแดดเดียว





ภาพจากเว็บ https://pixabay.com/th/photos/photos/ปลาสลิด-ปลาสลิดเค็ม-ปลาสลิดตากแห้ง-๑๓๒๓๗๔๑/


หมึกแห้ง



# การเชื่อม

เป็นการนำน้ำและน้ำตาลมาต้มรวมกันจนเดือด เป็นน้ำเชื่อม หลังจากนั้นจึงนำผักหรือผลไม้ใส่ลงไปในน้ำเชื่อมหรี่ไฟแล้วต้มจนหวานซึมเข้าไปในเนื้อผักหรือผลไม้ ทำให้ผักหรือผลไม้มีรสชาติหวานกว่าปกติ

# ฟักทองเชื่อม



ภาพจากเว็บ https://thaicookingrecipe.com/ฟักทองเชื่อม/

# กล้วยเชื่อม

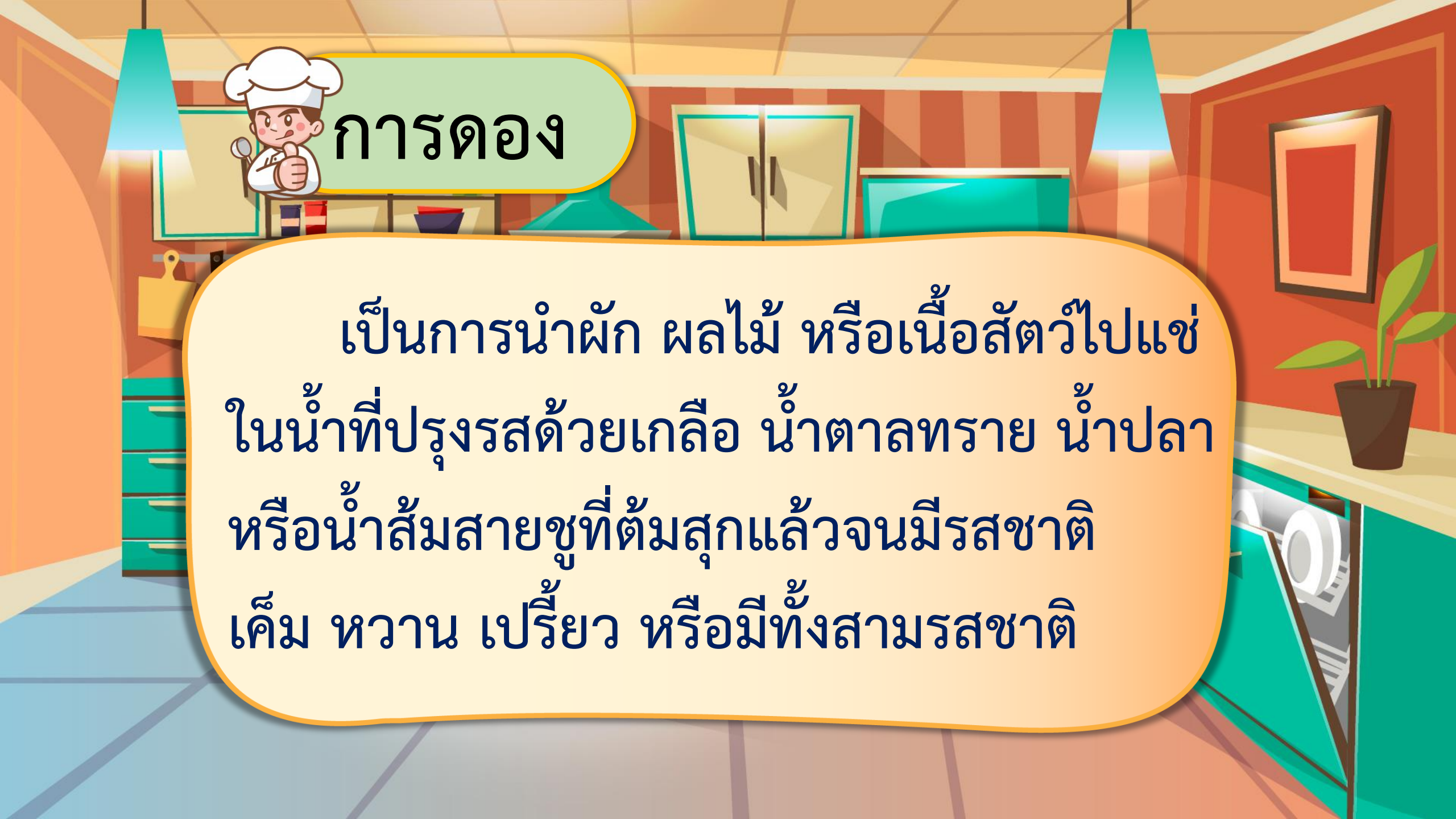


ขอขอบคุณที่มาของภาพ https://www.pinterest.com/pin/๔๑๒๖๔๒๓๘๔๕๙๙๑๐๖๖๗/



# สาเกเชื่อม

ขอขอบคุณที่มาของภาพ https://www.wongnai.com/recipes/ug๔c/deb๗๙๒๓๐๗๒๑a๔๙๔๑๘๘๙๕eeb๙bb๔๒e๔ec


การดอง
เป็นการนำผัก ผลไม้ หรือเนื้อสัตว์ไปแช่
ในน้ำที่ปรุงรสด้วยเกลือ น้ำตาลทราย น้ำปลา
หรือน้ำส้มสายชูที่ต้มสุกแล้วจนมีรสชาติ
เค็ม หวาน เปรี้ยว หรือมีทั้งสามรสชาติ

# มะนาวดอง



ภาพจากเว็บ http://khaobanmuang.com/มะนาวดอง-วิธีทำมะนาวดอ

# ผักดอง



# ปูไข่ดอง





ภาพจากเว็บ https://pixabay.com/th/photos/ปู-ดิบ-เปรี้ยว-อาหารทะเล-๖๑๙๖๖๕๗/



# การกวน

เป็นการบดเนื้อผักหรือผลไม้สุกให้ละเอียด ผสมกับน้ำสะอาดหรือน้ำกะทิ น้ำตาลทราย และเกลือเล็กน้อย ตั้งบนไฟอ่อนแล้วคนไปเรื่อย ๆ จนส่วนผสมรวมกันเป็นเนื้อเดียว

# ถั่วกวน



ขอบคุณภาพ https://pantip.com/topic/๓๙๗๗๙๒๖๐



# สับปะรดกวน

ภาพจากเว็บ https://cooking.kapook.com/view๒๑๓๓๔.html

# มะม่วงกวน







ภาพจากเว็บ https://www.pinterest.com/pin/๗๘๓๔๘๕๖๖๖๓๙๘๑๔๓๓๙๕/

# ภาพใดเป็นการถนอมอาหาร

๑



๒



**เฉลย...หมายเลข ๑**

ขอขอบคุณที่มาของภาพ
๑. http://xn--๑๒cmh๘bbc๔๔da๐bh๒bc๒a๓d๕edobk๖sg.com/?p=๗๙๐๙
๒. https://www.kiddpan.com/๔๘๓๐/

# ภาพใดเป็นการถนอมอาหาร

๑



๒



## เฉลย...หมายเลข ๑

ขอขอบคุณที่มาของภาพ
๑. https://cooking.kapook.com/view๒๓๓๑๓๔.html
๒. https://www.maeban.co.th/ สูตรอาหาร/๔๐๗๕/แกงส้มกุ้งใส่สับปะรด-สูตรปักษ์ใต้.php

# ภาพใดเป็นการถนอมอาหาร

๑



๒



เฉลย...หมายเลข ๒

ขอขอบคุณที่มาของภาพ https://www.uechamber.com/tag/ตะไคร้/

# ภาพใดเป็นการถนอมอาหาร

๑



๒



**เฉลย...หมายเลข ๑**

ขอขอบคุณที่มาของภาพ
๑. https://www.pinterest.com/pin/๗๘๙๒๕๕๙๐๓๔๑๘๙๓๘๓๘๕/
๒. https://www.ozenx.com/ข้าวเหนียวทุเรียน/


ขั้นปฏิบัติใบงาน

# ขั้นปฏิบัติใบงาน

**<u>บทบาทของนักเรียนปลายทาง</u>**

- ให้นักเรียนทำใบงานที่ ๙ เรื่อง การถนอมอาหาร ๑

**<u>บทบาทของครูปลายทาง</u>**

- แนะนำและให้คำปรึกษานักเรียนขณะทำใบงานที่ ๙ เรื่อง การถนอมอาหาร ๑

ใบงานที่ ๙ เรื่อง การถนอมอาหาร
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง เซฟวัยจิ๋ว
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๓ เรื่อง การถนอมอาหาร ๑
รายวิชา การงานอาชีพ รหัสวิชา ง๑๓๑๐๑ ภาคเรียนที่ ๑ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

คำชี้แจง ให้นักเรียนวาดภาพและเขียนขั้นตอนการถนอมอาหารด้วยวิธีการดอง

ส่วนผสมและวัตถุดิบ

๑.....

๒. .....

๓. .....

๔. .....

๕. .....

ขั้นตอนการทำ

๑.....

๒.....

๓.....

๔.....

๕.....

# ใบงานที่ ๙
# เรื่อง การถนอมอาหาร ๑

**คำชี้แจง กิจกรรมนักเรียน**

ให้นักเรียนวาดภาพและเขียน
ขั้นตอนการถนอมอาหาร
ด้วยวิธีการดอง

# ใบงานที่ ๙ เรื่อง การถนอมอาหาร ๑

คำชี้แจง ให้นักเรียนวาดภาพและเขียนขั้นตอนการถนอมอาหารด้วยวิธีการดอง

# ใบงานที่ ๙ เรื่อง การถนอมอาหาร ๑

คำชี้แจง ให้นักเรียนวาดภาพและเขียนขั้นตอนการถนอมอาหารด้วยวิธีการดอง

ส่วนผสมและวัตถุดิบ

๑.....

๒.....

๓.....

๔.....

๕.....



# ใบงานที่ ๙ เรื่อง การถนอมอาหาร ๑

คำชี้แจง ให้นักเรียนวาดภาพและเขียนขั้นตอนการถนอมอาหารด้วยวิธีการดอง

ขั้นตอนการทำ

๑.....

๒.....

๓.....

๔.....

๕.....



# คำถามชวนคิด

ถ้านักเรียนมีไข่เป็ดเป็นจำนวนมาก
จะเลือกวิธีการถนอมอาหารแบบใด



ภาพจากเว็บ https://pixabay.com/th/photos/ไข่-สีเขียว-เปลือกหอย-ไข่เป็ด-๓๓๐๗๔๘/

# สรุปบทเรียน

การถนอมอาหารเป็นการรักษาอาหารอย่างถูกวิธี
จะช่วยยืดอายุอาหารให้นานขึ้น โดยผู้สัมผัสอาหารนั้นควรคำนึงถึง
ความสะอาด และใช้วัสดุ อุปกรณ์เหมาะสมกับลักษณะงาน



# บทเรียนครั้งต่อไป

## เรื่อง การถนอมอาหาร (๒)



# สิ่งที่ต้องเตรียม

๑. ใบความรู้ที่ ๑๓ เรื่อง การถนอมอาหารด้วยวิธีการดอง

๒. ส่วนผสมและอุปกรณ์ที่ใช้ทำไข่เค็ม

- ไข่เป็ด
- เกลือ
- ขวดโหล
- หม้อ
- ทัพพี
- ถุงสำหรับใส่อาหารร้อน

สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th

