



## เรื่อง ขนมสอดไส้



### รายละเอียด

ขนมใส่ไส้ หรือเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า "ขนมสอดไส้" เป็นขนมไทยที่ใช้ในพิธีชั้นหมากในสมัยโบราณ ขนมใส่ไส้นี้ห่อด้วยใบตองแล้วมีเตี๋ยวคาด (เตี๋ยวก็คือทางมะพร้าว) ห่อเป็นทรงสูง ขนมใส่ไส้มีกลิ่นหอมและหวานจากตัวไส้ รสเค็มมันด้วยหน้ากะทิที่สดใหม่ หน้าชั้นพอดี ไม่เละ เป็นขนมไทยโบราณพื้นบ้านชนิดหนึ่งหารับประทานได้ง่ายราคาถูกมีรสหวานหอม รับประทานได้ทุกเพศทุกวัยทำจากแป้งกะทิและน้ำตาลส่วนประกอบของขนมมีสามส่วนคือไส้กระฉีก แป้งสำหรับห่อไส้ และหน้าขนม

### ส่วนผสม ขนมใส่ไส้

1. มะพร้าวขูดขาว 2 1/2 ถ้วย
2. น้ำตาลมะพร้าว 1 1/2 ถ้วย
3. น้ำต้มสุก
4. เทียนอบ (สำหรับอบควันเทียน) ไขหรือไม้ไขก็ได้ตามความสะดวก
5. แป้งข้าวเหนียว 2 ถ้วย
6. น้ำเย็น 1/3 ถ้วย (หรือน้ำใบเตย, น้ำอัญชันแช่เย็น หากต้องการเพิ่มสีสันท)
7. แป้งข้าวเจ้า 1/3 ถ้วย



## ฐานข้อมูลท้องถิ่น จังหวัดกำแพงเพชร-ตาก

สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร

8. เกือบ 2 ซ่อนชา

9. หัวกะทิ 3 1/3 ถ้วย

เตรียมใบตองตัดเป็น 2 ขนาด แผ่นใหญ่ขนาดประมาณ 5X9 เซนติเมตร และแผ่นเล็กขนาดประมาณ 4X6 เซนติเมตร แล้วตัดหัว-ท้ายเป็นสามเหลี่ยม เช็ดให้สะอาดทั้ง 2 ด้าน นำไปตากแดดทิ้งไว้สักครู่ (เพื่อไม่ให้ใบตองแตกขณะห่อขนม)

### วิธีทำหน้ากระฉีก (ส่วนผสมไส้)

1. กวนมะพร้าวขูดกับน้ำตาลมะพร้าว และน้ำตาลสุกในกระทะด้วยไฟอ่อน ๆ จนส่วนผสมเหนียวและแห้ง ยกออกจากเตา พักทิ้งไว้จนเย็นสนิท
2. พอสผสมเย็นสนิทแล้วปั้นเป็นก้อนกลม ๆ ประมาณ 1 นิ้วใส่ในภาชนะที่มีฝาปิด
3. นำส่วนผสมไส้ไปอบด้วยควันเทียน เตรียมไว้

### วิธีทำแป้ง

นวดแป้งข้าวเหนียวกับน้ำเย็นจนพอบั่นได้ จากนั้นปั้นเป็นก้อนกลมขนาดเดียวกับหน้ากระฉีก เตรียมไว้

### วิธีทำส่วนผสมหน้าขนม

ผสมแป้งข้าวเจ้า เกือบ 2 และกะทิคนให้ละลายเข้าด้วยกัน เทใส่ในกระทะทองเหลือง (หรือกระทะเทพลอน) ใช้ไฟปานกลางกวนจนข้นและเดือดทั่ว ยกออกจากเตา เตรียมไว้

### วิธีทำขนมไส้ไส้แบบห่อใบตอง

1. แผ่แป้งข้าวเหนียวที่ปั้นไว้เป็นแผ่นบาง ๆ (กะให้พอหุ้มไส้ได้มิด) จากนั้นหยิบไส้กระฉีกวางลงไปตรงกลางแล้วหุ้มแป้งให้มิด วางขนมลงบนใบตองที่ซ้อนกัน
2. หงายใบตองแผ่นใหญ่ขึ้น (ด้านนอก) แล้ววางทับด้วยใบตองแผ่นเล็ก วางไส้ขนมลงไป จากนั้นตักหน้าขนมประมาณ 1/2 ซ่อนชา ใส่ด้านบนไส้
3. ห่อใบตองเป็นทรงสูง ใช้ใบมะพร้าวที่เตรียมไว้คาดและกลัดด้วยไม้กลัดให้เรียบร้อย ตัดปลายเตี๋ยวให้เฉียงและยาวพองาม วางเรียงห่อขนมลงในชุดนี้
4. นำขนมไปนึ่งในชุดนี้ที่มีน้ำเดือดผ่านประมาณ 10 นาที ยกออกจากเตา

### วิธีทำขนมไส้ไส้สูตรประยุกต์



## ฐานข้อมูลท้องถิ่น จังหวัดกำแพงเพชร-ตาก

สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร

---

1. ตักส่วนผสมหน้ากะทิใส่ลงในถ้วยขนาดเล็ก (หรือพิมพ์พลาสติก) ประมาณ 1/2 ของพิมพ์ เตรียมไว้
2. แผ่แป้งข้าวเหนียวที่ปั้นไว้เป็นแผ่นบาง ๆ (กะให้พอหุ้มไส้ได้มิด) จากนั้นหยิบไส้กระฉีกวางลงไปตรงกลางแล้วหุ้มแป้งให้มิด จากนั้นนำไปต้มในน้ำเดือดจนลอยขึ้นมา ตักขึ้นใส่จาน เตรียมไว้
3. ค่อย ๆ นำส่วนผสมไส้วางลงในพิมพ์อย่างเบามือให้สวยงาม พร้อมเสิร์ฟ

ภาพโดย : [http://www.ezythaicooking.com/free\\_dessert\\_recipes/Thai\\_dessert\\_kanom\\_sod\\_sai\\_th.html](http://www.ezythaicooking.com/free_dessert_recipes/Thai_dessert_kanom_sod_sai_th.html)

คำสำคัญ : ขนมสอดไส้

ที่มา :

[http://www.ezythaicooking.com/free\\_dessert\\_recipes/Thai\\_dessert\\_kanom\\_sod\\_sai\\_th.html](http://www.ezythaicooking.com/free_dessert_recipes/Thai_dessert_kanom_sod_sai_th.html)

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : กาญจนา จันทร์สิงห์

วันที่ : 2017-03-12

[https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page\\_id=596&code\\_db=610008&code\\_type=01](https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page_id=596&code_db=610008&code_type=01)