



## เรื่อง แกงบวดฟักทอง



### รายละเอียด

แกงบวดฟักทอง เป็นขนมไทยพื้นบ้านของชาวไทย ที่บ่งบอกถึงความเป็นไทยเนื่องจากชาวบ้านส่วนใหญ่มีอาชีพเกษตรกรรม ปลูกผักผลไม้ ไว้รับประทานเอง จึงนำอาหารที่มีอยู่ในท้องถิ่นมาทำขนมรับประทานเอง ภายในครอบครัว หรือนำไปทำบุญที่วัด และใช้รับรองแขก ปัจจุบันหลายครอบครัวเริ่มเลิกทำกันหายไป เนื่องจากเห็นว่ามีส่วนที่ยุ่งยาก เสียเวลา และสามารถซื้อหาได้ง่ายตามตลาดทั่ว ๆ แต่ก็ยังคงเหลือเป็นบางครอบครัวที่สานต่อ รักษาสืบทอดการทำขนมแกงบวดฟักทอง คงไว้ให้ลูกหลานได้เรียนรู้ อนุรักษ์สืบสานต่อไป

### ส่วนผสม

1. ฟักทองหั่นเป็นชิ้นพอดีคำ 2 ถ้วยตวง
2. น้ำเปล่า 2 1/2 ถ้วยตวง
3. หัวกะทิ 1 ถ้วยตวง
4. หางกะทิ 1 ถ้วยตวง
5. ใบเตย 2 ใบ



6. น้ำตาลทราย 40 กรัม
7. น้ำตาลปี๊บ 40 กรัม
8. เกลือป่น 1/4 ช้อนชา

### วิธีการทำ

1. ทำความสะอาดและหั่นฟักทองเป็นชิ้นพอดีคำ เพื่อความสวยงามไม่ต้องปอกเปลือกออก
2. นำหางกะทิ, ใบเตย, น้ำตาลทรายและน้ำตาลปี๊บใส่ลงไปในหม้อ และนำไปตั้งบนไฟร้อนปานกลางจนเดือด
3. ใส่ฟักทองที่หั่นไว้แล้วลงไป ต้มต่อไปจนฟักทองสุกและนุ่ม (ใช้เวลาประมาณ 10 นาที)
4. ใส่หัวกะทิและเกลือลงไป ต้มต่อจนเดือดอีกครั้งจึงปิดไฟ
5. ตักใส่ถ้วย สามารถเสิร์ฟทันทีขณะร้อน หรือปล่อยให้เย็นแล้วค่อยเสิร์ฟเป็นอาหารว่างในวันสบายๆ

ภาพโดย

: [http://www.ezythaicooking.com/free\\_dessert\\_recipes/Thai\\_pumpking\\_in\\_coconut\\_milk\\_th.html](http://www.ezythaicooking.com/free_dessert_recipes/Thai_pumpking_in_coconut_milk_th.html)

คำสำคัญ : แกงบวดฟักทอง

ที่มา :

[http://www.ezythaicooking.com/free\\_dessert\\_recipes/Thai\\_pumpking\\_in\\_coconut\\_milk\\_th.html](http://www.ezythaicooking.com/free_dessert_recipes/Thai_pumpking_in_coconut_milk_th.html)

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : กาญจนา จันทร์สิงห์

วันที่ : 2017-03-18

[https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page\\_id=612&code\\_db=610008&code\\_type=01](https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page_id=612&code_db=610008&code_type=01)