



# เห็ดกรอบพริกกะเหรียง





# ที่มาและความสำคัญ





# คุณค่าทางโภชนาการ

## ประโยชน์ดีดีของ **พริก**

#GedGoodLife



**ป้องกันเบาหวาน**      **บรรเทาความเจ็บปวด**

**ป้องกันโลหิตจาง**      **เสริมสร้างคอลลาเจน**

**ช่วยลดน้ำหนัก**      **ทำให้ดื่มน้ำมากขึ้น**      **สู้โมเกรน**

## • ประโยชน์ของเห็ดนางฟ้า •



เป็นเห็ดที่อยู่ในตระกูลเดียวกับเห็ดเป๋าฮื้อ และเห็ดนางรม มีถิ่นกำเนิดอยู่ในประเทศอินเดีย ลักษณะของเห็ดจะเป็นช่อดอกคล้ายรูปพัด มีสีขาวนวล หรืออาจพบสีน้ำตาลแซมอยู่บ้าง เนื้อนุ่ม เมื่อนำประกอบอาหารจะมีรสชาติคล้ายกับเนื้อสัตว์

โปรตีนในเห็ดนางฟ้า ช่วยซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอในร่างกาย

เห็ดนางฟ้ามีใยอาหารสูง และมีไขมันต่ำ ทำให้รู้สึกอิ่มเร็ว และอิ่มท้องนานขึ้น

ช่วยกระตุ้นการทำงานของสมอง และระบบประสาท ป้องกันโรคอัลไซเมอร์

มีสารต้านอนุมูลอิสระและวิตามิน ที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย จึงสามารถป้องกันโรคหัวใจได้

f t i ThailandExhibition



## วัตถุประสงค์

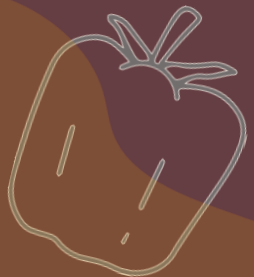
1. เพื่อแปรรูปเห็ดและพริกกะเหรียงซึ่งเป็นผลผลิตทางการเกษตรที่มีในโรงเรียน
2. เพื่อให้ได้ผลิตภัณฑ์ต้นแบบ และสร้างผลิตภัณฑ์ใหม่จากเห็ดแปรรูปเป็นทางเลือกของผู้บริโภคมากขึ้น

## ตัวแปร

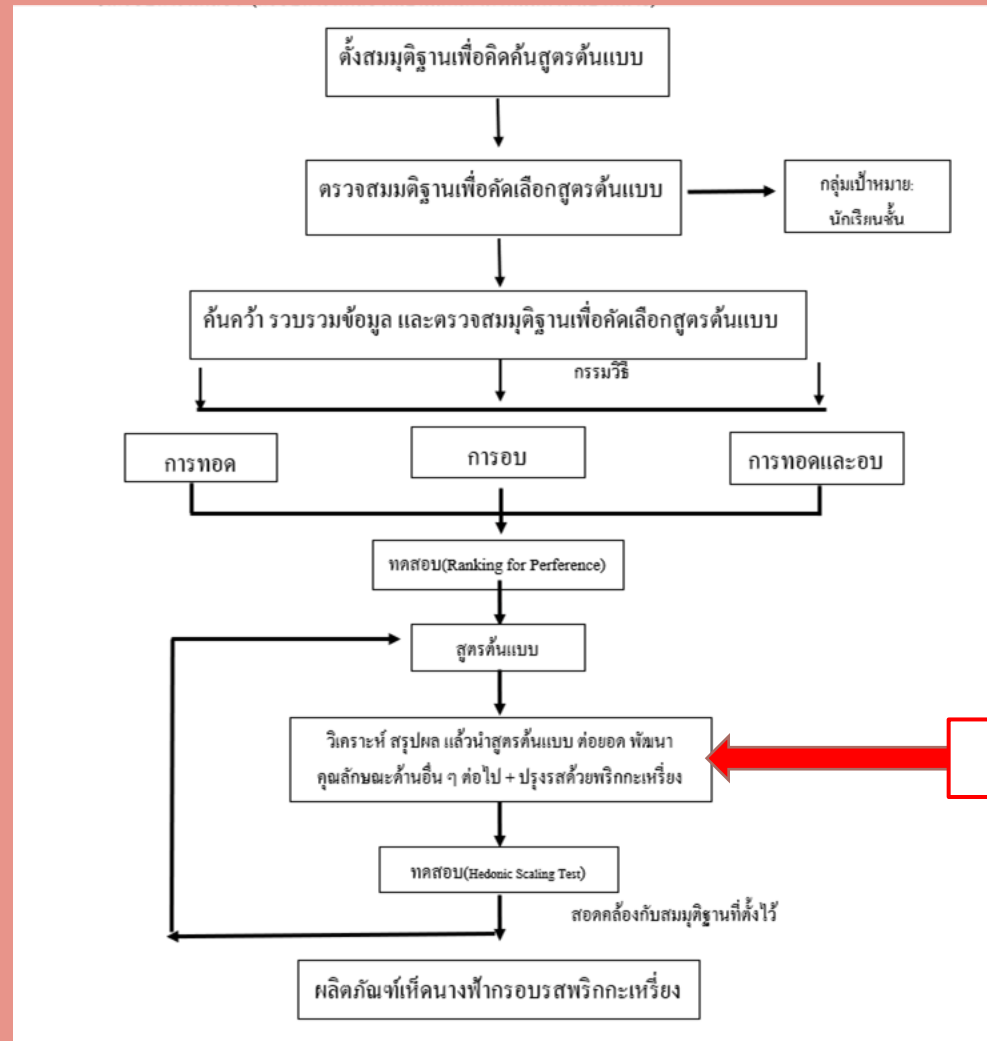
ตัวแปรต้น: สภาพาทอดและอบเห็ดกรอบ

ตัวแปรตาม: ปริมาณน้ำมัน ความกรอบ

ตัวแปรควบคุม: ปริมาณเห็ด อุณหภูมิน้ำมันและเวลาในการทอด อัตราส่วนเครื่องปรุง  
อุณหภูมิและเวลาในการอบ



# กรอบการทดลอง



ตลาด  
เดิม



เห็นกรอบทั่วไปมีกรรมวิธีการ  
ผลิตที่คล้ายกันในแต่ละร้าน คือ  
การทอดและเติมผงปรุงรส ซึ่ง  
พบว่า มีน้ำมันตกค้างอยู่ ส่งผล  
ต่อรสชาติและกลิ่น รวมถึงอายุ  
ในการเก็บรักษา

กลุ่มเป้าหมาย : ช่วงอายุ  
13-18 ปีขึ้นไป

จุดเด่น : เป็นของทานเล่น  
เพื่อสุขภาพ โดยใช้  
กรรมวิธีทอด+อบ และเพิ่ม  
รสชาติที่เป็นเอกลักษณ์  
เฉพาะตัวของพริก  
กะเหรียง

สิ่งที่  
มีขาย







## ขั้นตอน/กระบวนการ

1. เก็บ+ล้าง - เก็บเห็ดจากโรงเพาะและนำมาล้างให้สะอาด
2. ฉีกเห็ด - ฉีกเห็ดเป็นเส้นๆให้มีขนาดใกล้เคียงกัน
3. ตากแดด - ตากแดด 2-3 ชั่วโมง (อุณหภูมิ 30-32 องศาเซลเซียส)
4. ทอด - ทอดในน้ำมันปาล์ม อุณหภูมิ 190 องศาเซลเซียส 4-5 นาที
5. ประรส - ใส่ซีอิ๊วขาว 4 ช้อนโต๊ะ , น้ำตาลปีบ 4 ช้อนโต๊ะ ,  
งาขาวคั่ว 60 กรัม , พริกกระเทียมป่น 0.5,1 ช้อนโต๊ะ
6. อบ - อบในตู้อบที่อุณหภูมิ 60 องศาเซลเซียส เป็นเวลา

# ตารางบันทึกผลการทดลอง

สภาวะการทดลอง		กระบวนการอบครั้งที่ 1			กระบวนการทอด				กระบวนการอบครั้งที่ 2				
ตัวอย่าง	น้ำหนักเริ่มต้น(กรัม)	อุณหภูมิ (องศาเซลเซียส)	เวลา (นาที)	น้ำหนัก (กรัม)	อุณหภูมิ (องศาเซลเซียส)	เวลา (นาที)	น้ำหนัก (กรัม)	ปริมาณน้ำมันบนกระดาษซับมัน (กรัม)	อุณหภูมิ (องศาเซลเซียส)	เวลา (นาที)	น้ำหนัก (กรัม)	ปริมาณน้ำมัน (ที่กระดาษซับมัน)	หมายเหตุ
1	340.00	60.00	75.00	275.00	120.00	7.41	54.31	0.81	90.00	50.00	43.09	2.04	
2	340.00	60.00	120.00	455.00	143.00	7.37	50.00	1.56	90.00	60.00	48.88	1.12	ไหม้
3	340.00	70.00	60.00	275.00	120.00	4.00	59.64	0.49	90.00	50.00	49.96	0.17	
4	340.00	80.00	30.00	270.00	120.00	6.38	59.14	0.98	90.00	50.00	44.54	3.02	
5	340.00	90.00	30.00	240.00	120.00	4.00	54.41	0.72	90.00	50.00	42.78	2.35	
6	340.00	ตากแดด	60.00	295.00	190.00	4.10	90.00	3.59	90.00	30.00	76.74	3.80	
7	340.00	ตากแดด	120.00	105.00	190.00	2.05	50.00	2.97	80.00	10.00	47.31	2.69	

หมายเหตุ ตากแดดในช่วงเวลา 11.00-13.00 น. อุณหภูมิอากาศเฉลี่ย 30-32 องศาเซลเซียส



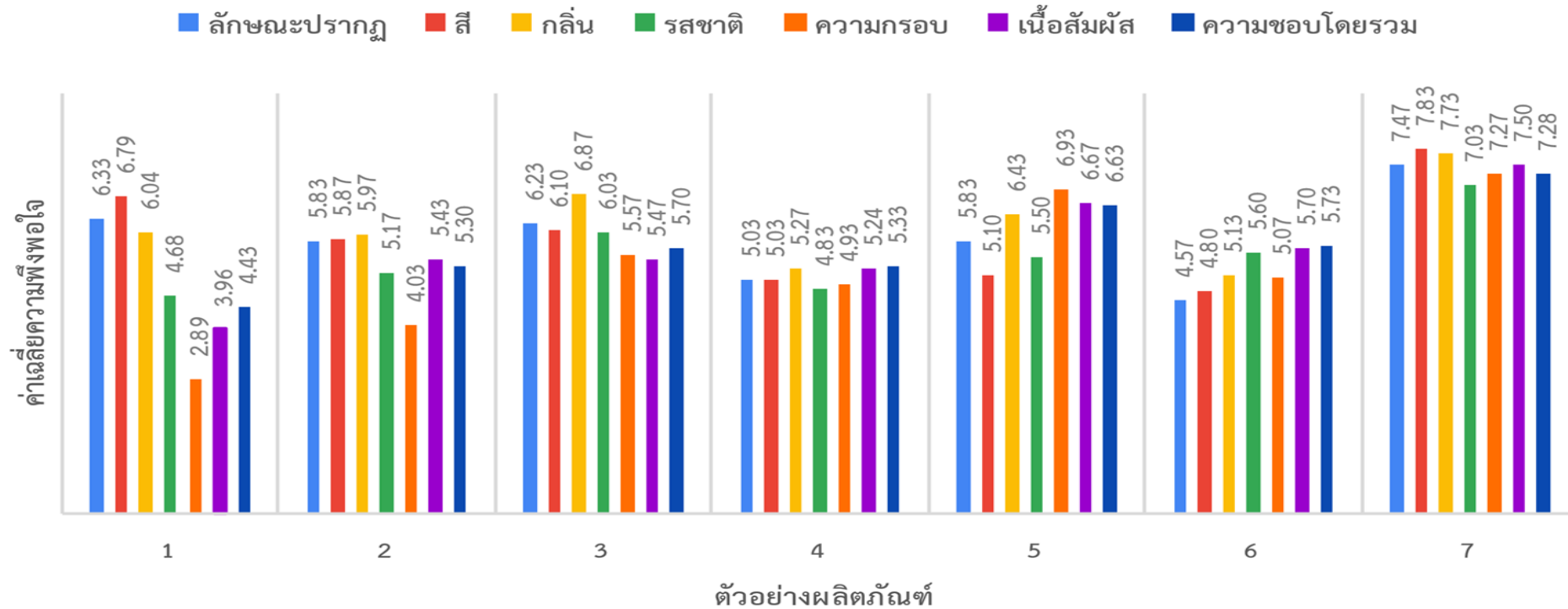




# สูตรต้นแบบของเห็ดกรอบ พริกกะเหรียง



## ผลการทดสอบประสาทสัมผัสต่อผลิตภัณฑ์เห็ดกรอบ (สูตรต้นแบบ )



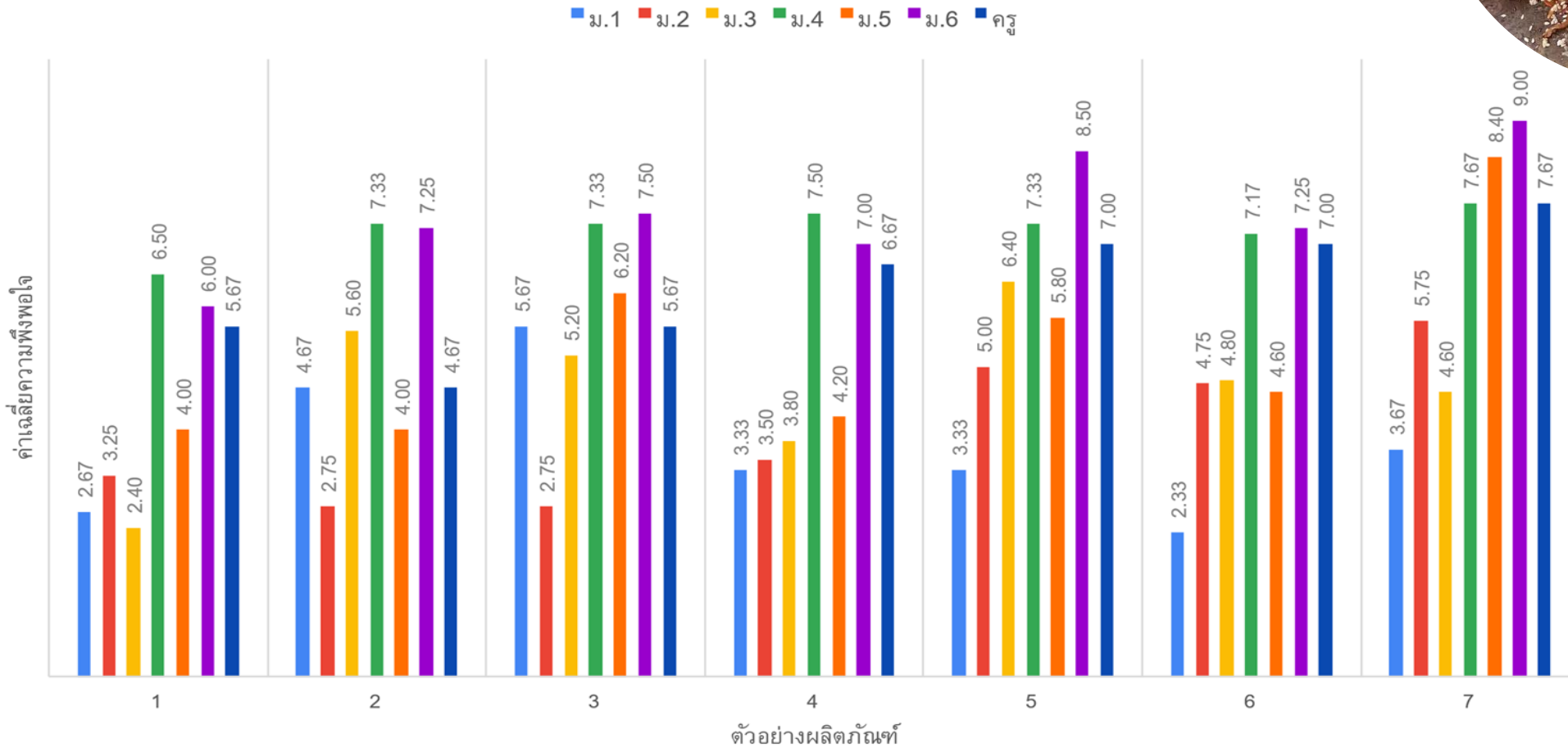


# สูตรต้นแบบของเห็ดกรอบ พริกกะเหรียง



การทดสอบประสาทสัมผัสต่อผลิตภัณฑ์เห็ดกรอบ

(สูตรต้นแบบ)





# สูตรต้นแบบ เลือกตัวอย่างที่ 7 เพราะ

พิจารณาจากค่าเฉลี่ยจากกราฟผลการทดสอบประสาทสัมผัส  
ต่อผลิตภัณฑ์เห็ดกรอบ เช่น

- ลักษณะปรากฏ ตัวอย่างที่ 7 มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด (7.47)
- สี ตัวอย่างที่ 7 มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด (7.83)
- กลิ่น ตัวอย่างที่ 7 มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด (7.73)
- รสชาติ ตัวอย่างที่ 7 มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด (7.03)
- ความกรอบ ตัวอย่างที่ 7 มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด (7.27)
- เนื้อสัมผัส ตัวอย่างที่ 7 มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด (7.50)
- ความชอบโดยรวม ตัวอย่างที่ 7 มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด (7.28)

พิจารณาจากค่าเฉลี่ยจากกราฟผลการทดสอบประสาทสัมผัสต่อ  
ผลิตภัณฑ์เห็ดกรอบ จากความชอบของนักเรียนและครู พบว่า

- นักเรียนชั้น ม.1 ชื่นชอบตัวอย่างที่ 3 มากที่สุด (5.67)
- นักเรียนชั้น ม.2 ชื่นชอบตัวอย่างที่ 7 มากที่สุด (5.75)
- นักเรียนชั้น ม.3 ชื่นชอบตัวอย่างที่ 5 มากที่สุด (6.40)
- นักเรียนชั้น ม.4 ชื่นชอบตัวอย่างที่ 7 มากที่สุด (7.67)
- นักเรียนชั้น ม.5 ชื่นชอบตัวอย่างที่ 7 มากที่สุด (8.40)
- นักเรียนชั้น ม.6 ชื่นชอบตัวอย่างที่ 7 มากที่สุด (9.00)
- ครู ชื่นชอบตัวอย่างที่ 7 มากที่สุด (7.67)

