

# THAI CHEFS'

THAI CHEFS' ASSOCIATION MAGAZINE

www.thaichefs.org

March - April '08 ISSUE 15

Cover Story เป็ดอพย ทิมเชฟ "ตัวจริง เสียงจริง"  
ทิมเชฟแห่ง Swissotel Le Concorde Bangkok



Who is?

คอสมันนิสตา คนใหม่ใน Chef Interview...

Recipe อร่อยประจำฉบับ

Braised Pork Roulade in Red wine Sauce

ของหวาน สัตส์อิตาเลียน

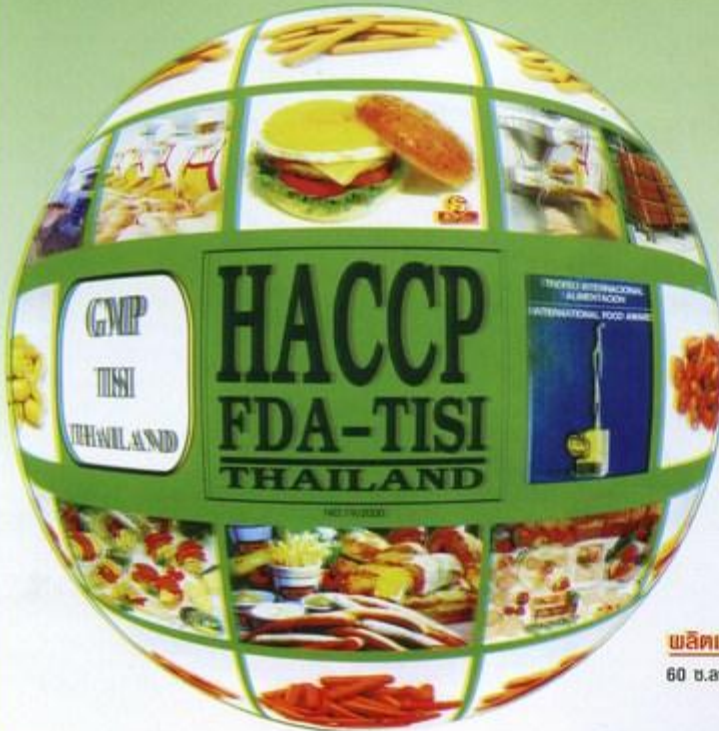
Fruit Tranche Italienne



FREE COPY



# TOTAL QUALITY & FOOD SAFETY



## Premium Products

- Variety of Breakfast and German Sausages, Numburger, Spicy Italian Sausage, Premium Frankfurter, Spicy Pork sausage, Breakfast Weisswurst, Polish Sausage, etc
- Cooked Meat Products : Ham, Pork/Chicken, Bacon, Smoked Pork Roin, Paris Ham, Bar-B-Q Ham, Salami, Pastrami, Lachskinken, etc
- Cold Cut : Bologna, Pork/Chicken, Beer Ham, Hunting Sausage, Mortadella, Lyoner, etc
- Burger Patties, Beef, Pork, Chicken.

ผลิตและจำหน่ายโดย บริษัท สยามเมทโปรดักส์อุตสาหกรรม จำกัด  
 60 ซ.ลาดพร้าว 94 (ปทุมมิตร) แขวงวังทองหลาง เขตวังทองหลาง กรุงเทพฯ 10310  
 Tel : 02-538-0111 Fax : 02-539-2777  
 E-mail : slammest@hotmail.com

## สิทธิพิเศษสำหรับสมาชิก "เชฟ" ของสมาคมพ่อครัวไทย

ประจำปี 2551-2552

1. เข้าร่วมงานประชุมประจำเดือนโดยเสียค่าอาหารและเครื่องดื่ม 300 บาท/ครั้ง
2. รับเสื้อเชฟของสมาคมพ่อครัวไทย (TCA Chefs'Jacket) ฟรี 1 ตัว
3. รับวารสาร Thai Chefs' ฟรี 1 ปี (6 ฉบับ)
4. สิทธิในการเข้าร่วมการฝึกอบรมหรือกิจกรรมอื่นๆ ของสมาคมฯ โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายแต่อย่างใด
5. จัดหางานให้กับสมาชิกที่ว่างงาน หากสมาชิก ไม่มีงาน 3 เดือน สามารถร้องขอเงินสำรองเลี้ยงชีพ จากทางสมาคมพ่อครัวไทย เดือนละ 5,000 บาท (ไม่เกิน 3 เดือน ติดต่อกัน) โดยได้รับความเห็นชอบจากคณะกรรมการบริหารฯ  
 \* สมาชิกเชฟ จะต้องมียุการเป็นสมาชิก 1 ปี ขึ้นไป และจะต้องทำงานมาแล้วไม่ต่ำกว่า 6 เดือน ในที่ทำงานสุดท้าย
6. สมาชิกที่เกษียณอายุการทำงาน อายุ 60 ปี ขึ้นไปเป็นสมาชิกของสมาคมฯ มาไม่ต่ำกว่า 6 ปี มีสิทธิ์ร้องขอเงินบำเหน็จจากทางสมาคมฯ เป็นจำนวน เงิน 10,000 บาท โดยได้รับความเห็นชอบจากคณะกรรมการบริหารฯ
7. กรณีบุพการี, บุตร-ธิดา, ภรรยา-สามี เสียชีวิตสมาคมฯ จัดส่งพวงหรีดเพื่อเป็นการไว้อาลัยและ ช่วยเหลืองานฌาปนกิจ 5,000 บาท/งาน

\*\*\*หมายเหตุ

- สมาชิกเชฟ จะได้รับประโยชน์ข้างต้นทั้งหมด สมาชิกเชฟจะต้องเข้าร่วมประชุมอย่างน้อย 8 ครั้ง/ปี (ขาดประชุมได้ไม่เกิน 3 ครั้ง/ปี)
- ผู้ที่ได้รับสิทธิพิเศษข้างต้นเฉพาะผู้ที่มีอาชีพ Chefs (ผู้ประกอบการอาหาร) เท่านั้น
- ผู้ที่ได้รับสิทธิพิเศษข้างต้นจะต้องอยู่ในดุลพินิจของคณะกรรมการบริหารสมาคมพ่อครัวไทย

อัตราค่าสมัครสมาชิกสมาคมพ่อครัวไทย  
ปี 2551-2552

Type	Annual Member Fee
Executive Chefs, Chef	800
Non-Chefs	500
Suppliers	2,000
Committees	1,000



# President Talk



## ครัวไทยสู่ครัวโลก

สวัสดี เพื่อน สมาชิก TCA ประเทศไทย และผู้มีพระคุณต่อสมาคมทุกๆ ท่าน ก็ตลอดออกมาเรียบร้อยแล้วครับ ผู้บริหารชุดใหม่จำนวน สองโหลพอดีซึ่งผมคาดว่าผู้บริหารชุดนี้คงเป็นกำลังสำคัญ ที่จะผลักดันให้โครงการต่างๆ ของสมาคมลุล่วงไปได้ด้วยดี โดยเฉพาะพ่อครัว แม่ครัว และก๊อครัว คลื่นลูกใหม่ ที่สมาคมจะช่วยกันผลักดันให้เข้าสู่ มาตรฐานโลก เพื่อเป็นกำลังสำคัญของประเทศ ผลักดันอาหารไทย ครัวไทยสู่ครัวโลก

กิจกรรมที่สำคัญในปีนี้ คือ พันธมิตรใหม่ของเรา คือ กระทรวงสาธารณสุขกับสมาคม จะจัดการฝึกอบรมเรื่องสุขอนามัยของอาหารของตัวเชฟ และอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับงานของเราไปทั่วประเทศ คือ พัทยา ภูเก็ต สมุย ชะอำ เชียงใหม่ เพื่อเป็นการยกระดับพ่อครัว แม่ครัวให้ได้มาตรฐานเดียวกันกับในกรุงเทพฯ

ท่านได้เห็นโฉมหน้าของคณะบริหารไปแล้ว ฉบับนี้ผมขอแนะนำคณะที่ปรึกษาของสมาคมด้วยครับ แล้วพบกันใหม่ฉบับต่อไป

จันทพงศ์ นิ่งสรณ์  
นายกสมาคมพ่อครัวไทย

## Contents

March-April 2008 Volume 15



- 4 Cover Story  
ทีมเชฟของโรงแรม  
Swissotel Le Concorde Bangkok
- 6 Chef Interview  
ยึดฉันทาจะ: เรน.....
- 8 ครัวไทย สู่ครัวโลก  
การพัฒนาบุคลากร  
ในประเทศไทย
- 9 Go Inter!  
เรื่องเล่ากว่าจะ Go-Paan-Cook
- 10 Amazing Thai Cuisine  
เชฟหญิงคนเก่ง  
เชฟสิริภรณ์ เจริญประทุม

# THAI CHEFS' ASSOCIATION

### ที่ปรึกษาที่ปรึกษา

กานต์วัฒน์แก้ว วิงโรทัย, ดร.ยุทธศักดิ์ ฤกษ์, เชฟลาวทัง ประิสม, เชฟประจวบ นิธิธรรค์, เชฟธีรธรรม นุชาน, คุณนงนภา ตระสงัจจา, เชฟอดชา วิวัฒน์คำแสง, เชฟสุนพล เข็มสิงห์ทรัพย์, ม.ร.ว. พรรณนิภา ชินสรณ์, คุณประพล วิวัฒน์วรสถิตย์, คุณทาทิจ ว่องวิวัฒน์โรจน์, คุณวดีพรพร โยธนา, คุณประวีตธ เปรื่องธัญ, คุณอานนดี สัมจิระวัฒน์

### บรรณาธิการบริหาร

เชฟจันทพงศ์ นิ่งสรณ์

### กองบรรณาธิการ

เชฟจันทพงศ์ นิ่งสรณ์, เชฟสุนทร ฤกษ์, เชฟอนุศักดิ์ ราษฎร์, เชฟสุริยมิตร ศรีอำไพ, เชฟจตุรนต์ ศิริพงษ์, เชฟ Peter Loi, เชฟนิธิตา นานฟ้า, ดร.สมเกียรติ นิธิกริชย์, เชฟสุนพล สิงห์ทรัพย์, เชฟสุวิธ พิพิธ, อาจารย์นิพนธ์ ฤกษ์, คุณนงนภา ตระสงัจจา, เชฟอภิพล สิงห์, เชฟประวิทย์ วังคฤกษ์พันธ์, เชฟสุพจน์ สันติพิพัฒน์, เชฟสิริภรณ์ เจริญประทุม, เชฟวิโรจน์ วัฒนสง, เชฟนงนภา วิจิตรรัตน์, เชฟสุวิวัฒน์ สันตนาภา, เชฟพรหมรัตน์ ฤกษ์, เชฟวิภากร พึ่งพัฒน์, เชฟวิภากร หนองศรี, เชฟวิวัฒน์ สิงห์, เชฟทองสุข พุกทอง

### ฝ่ายโฆษณาและประชาสัมพันธ์

วิมลภา อรรณพ

### ฝ่ายประสานงาน

ณัฐพร ศรีพิชัย

### ภาพ

ฐิติภา ปวงเพ็ญ

### ศิลปกรรม

ประิณภา นอนชัย

### ผู้จัดการ

EVENTS MARKETING Co.,Ltd.  
โทร. 0-2255-2203-5

### จัดพิมพ์โดย

บริษัท โฟรอนท์มาร์เก็ต จำกัด

### เจ้าของผู้พิมพ์โฆษณา

สมาคมพ่อครัวไทย  
1575/1 อาคารชัยคองวอน ชั้น 3 ถนนเพชรบุรีตัดใหม่  
แขวงปทุมธานี เขตราชเทวี กทม. 10400  
โทร. 0-2255-8446 แฟกซ์: 0-2255-8447  
E-mail : admin@thaichefs.org www.thaichefs.org

- 11 Food Presentation  
Culinary Competitions
- 12 Recipe  
Braised Pork Roulade in Red wine Sauce
- 13 Recipe  
Fruit Tranche Italienne
- 14 กุ๊กน้อย  
ถ้วยดีเยี่ยมราคาหน้าปก: เพงเดาซี
- 15 Lean to be Chef  
คำศัพท์ ในการปรุงอาหาร
- 16 TCA News
- 17 Messages from Big Chef
- 18 Gossip



## ทีมเชฟของโรงแรม Swissotel Le Concorde Bangkok

Cover story ฉบับนี้ ต้อนรับการกลับมาอีกครั้งกับ **Insights TCA Member Meeting On Tour'08** โปรแกรมที่จะพาท่านผู้อ่านไปรู้จักกับ "ทีมเชฟ" จากโรงแรมชั้นนำต่างๆ พร้อมกับประชาสัมพันธ์สมาคมพ่อครัวไทยให้เป็นที่รู้จักมากยิ่งขึ้นในกลุ่มบุคลากรในอาชีพเชฟ ทั่ว โดยมุ่งเน้นให้เกิดสายสัมพันธ์อันดีและแนะนำเชิญชวนกลุ่มสมาชิกใหม่เข้าสู่สมาคมฯ มากขึ้นตามลำดับ

กองบรรณาธิการได้ทำหน้าที่ตัวแทนของสมาคมฯ นัดหมาย ทีมเชฟของโรงแรม **Swissotel Le Concorde Bangkok** โรงแรมหรูในระดับ 5 ดาว ที่ลือชื่อในเรื่องอาหารที่ไม่เป็นสองรองใคร นำโดย **Director Culinary** เชฟโทน กบคุน กุญแจทอง **Chef Willment Leong** มาพร้อมกับทีมเชฟผู้เป็นกำลังสำคัญและเป็นผู้อยู่เบื้องหลังความอร่อยที่น้อยครั้งนักจะได้มีโอกาสรู้จักพวกเขาเหล่านี้ เชฟวิวัฒน์ ลือทอง กล่าวไว้ว่า "ผมโชคดีและภูมิใจมากที่มีลูกน้องที่ดี มีทีมเวิร์คแบบมืออาชีพ เราช่วยเหลือกันตลอด และเปิดโอกาสให้เขาได้แสดงฝีมือกันอย่างเต็มที่ อาหารของเราได้รับคำชมและถ่ายทอดมายให้กับโรงแรมในระดับที่สูงมาโดยตลอด "







Said to TCA :

"Should enforce more job training for all level in kitchen department and would like to see the Thai Chefs' Association world known for being the best to help/assist local young chef to achieve their goal and dream"

**Willment Leong**  
Director Culinary  
ประสบการณ์การทำงาน 20 ปี



*Swissotel Le Concorde Bangkok*



"สมาคมฯจะเป็นที่พึ่งพิง และช่วยพัฒนาศักยภาพบุคลากรในสายอาชีพครัวให้ดียิ่งขึ้น"

**รุ่งเพชร สีอุบล**  
Senior Sous Chef  
ประสบการณ์การทำงาน 15 ปี



"สมาคมฯสามารถเป็นแหล่งความรู้ที่หลากหลายสำหรับคนในสายงานนี้ข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์จะได้รับตรงต่อกระจายไปสู่สมาชิกอย่างทั่วถึง"

**สมพงษ์ บัวเทศ**  
Sous Chef  
ประสบการณ์การทำงาน 15 ปี



"อยากให้สมาคมฯเน้นนำความรู้เกี่ยวกับสายงาน Bakery ที่มีการเปลี่ยนแปลงใหม่ๆต่อสมาชิก"

**ณรงค์ฤทธิ อุบลเทพชัย**  
Chef de Party (Bakery)  
ประสบการณ์การทำงาน 20 ปี

## "ตัวจริง เสียงจริง" ทีมเชฟมืออาชีพ

Swissotel Le Concorde Bangkok



"มีความหวังกับสมาคมฯที่จะให้ความสำคัญกับกึ๊กใหม่ๆ ที่จะเป็นตัวส่งสำคัญต่อไปในภาคหน้าและกระจายข่าวให้กับสมาชิกให้มากขึ้น"

**จุไรรัตน์ แซ่อึ้ง**  
Chef de Party  
ประสบการณ์การทำงาน 20 ปี



"I would like to see TCA members' cooperation for doing more outside activities"

**Leang Yuen Kue**  
Chinese Chef  
ประสบการณ์การทำงาน 17 ปี



"อยากเห็นสมาคมฯมีความเจริญรุ่งเรืองก้าวหน้าเป็นที่รู้จักและยอมรับในระดับนานาชาติอย่างกว้างขวาง"

**เรวัตร์ เกษโกศล**  
Kitchen Artist  
ออกแบบตกแต่ง และเสิร์ฟเบียง  
ประสบการณ์การทำงาน 12 ปี



"สมาคมฯ ควรจะมีการประชาสัมพันธ์ให้ทั่วถึง ให้ความสำคัญกับสมาชิกในระดับรองๆ ลงไป ให้มีส่วนร่วมกับสมาคมให้มากขึ้น"

**ทรงชัย บุตแสน**  
Sous Chef (Takumi)  
ประสบการณ์การทำงาน 20 ปี

"เบื้องหลังความสำเร็จของงานด้านอาหาร ณ โรงแรมแห่งนี้ซึ่งได้รับการยอมรับโดยทั่วไป เกิดขึ้นจากเชฟกลุ่มเล็กๆ กลุ่มนี้ที่ร่วมกันสร้างสรรค์ผลงานความอร่อยอย่างตั้งใจและแสดงให้เห็นศักยภาพของ "ทีมเชฟมืออาชีพ" ที่จะเป็นตัวอย่างที่น่าสนใจต่อการก้าวไปของวงการเชฟเมืองไทยต่อไป  
กองบรรณาธิการยินดีเป็นอย่างยิ่งที่ได้มีโอกาสแนะนำทุกคนได้รู้จัก "ตัวจริง เสียงจริง" ของเขาทุกคนเพราะเขาเหล่านั้นคือ "ตัวจริง" ของวงการอย่างยากที่จะปฏิเสธ



# ยึดอำนาจซะเลย.....



**เชฟอริศ ภาณุเพ็ญ**  
Executive Chef  
แกรนด์ เมอริเดียน พัทยา

สวัสดีครับเพื่อนสมาชิกและพี่ๆ น้องๆ ทุกคน อย่าแปลกใจนะครับว่าผมโพสต์เข้ามาในคอลัมน์นี้ได้ยังไง!!! ไปเห็นหลอกำกวมเก่าเลย ต้องยอมรับครับว่า ความหล่อและอริศักเยอ: ก็พบสู้ไปได้จริงๆ โดยเฉพาะเรื่องจับสาวผมขอยอมสิโรราบ กราบคารวะ: ประเดี่ยจะเล่าให้ฟัง ขอบอกไว้ก่อนว่าต้องทำความยาวหน่อยนะ.....ครับ

ก่อนอื่นก็ต้องขอแนะนำตัวอีกครั้ง **กร-พูนธั อริศ ภาณุเพ็ญ** อายุอานามก็ 30 เศษๆ ปัจจุบันทำงานอยู่โรงแรมแกรนด์ เมอริเดียน พัทยา ตำแหน่ง **Executive Chef** อยู่ที่นี้ก็ 6 ปีแล้วครับ ได้รับมอบหมายจากท่านนายกและคณะกรรมการบริหารสมาคมพ่อครัวไทย ให้ดำรงตำแหน่ง " **อุปนายก สมาคมพ่อครัวไทย** " รับผิดชอบด้าน **Asian Cuisine** และหน้าที่อื่นๆ ตามที่ท่านนายกสมาคมฯ เห็นสมควร

และนี่ก็เป็นอีกงานหนึ่งเช่นกันที่ได้รับมอบหมายให้ไปทำหน้าที่ **Chef Interview** ก็จะทำให้พี่น้องคิดนึกก็เป็นที่ทราบกันดีอยู่แล้วว่า **คอลัมน์บี ฟันคนของพว** คือ พี่สาวกิจ ปริเปรม เป็นผู้ดำเนินรายการมาตั้งแต่ตั้งเดิมหลังจากผมได้รับมอบหมายจากท่านนายกแล้วว่า พี่ใหญ่อยู่ไกลจากกรุงเทพฯ หลายนมึนสี่โนนแน่ะ ไม่ค่อยมีเวลาขึ้นมากรุงเทพฯ ลักเท่าไร ที่จะมาสัมภาษณ์ Chef ต่างๆ ลงในคอลัมน์นี้ ผมก็เลยได้โอกาสยึดอำนาจซะเลย.....แต่โดยมารยาทของความเป็นพี่เป็นน้องนับถือกันมา ผมได้โทรฯไปกราบสวัสดิ์ ตามสารทุกข์สุกดิบว่าพี่ใหญ่เป็นอย่างไรบ้าง

- เชฟอริศ : สวัสดีครับ พี่ใหญ่
- เชฟสาวกิจ : เออ!! สวัสดี กำลังเดิน Survey ตลาดอยู่ว่ะ
- เชฟอริศ : เดินกับใคร
- เชฟสาวกิจ : เดินคนเดียว (หัวเราะ)
- เชฟอริศ : (คิด) แต่ผมได้ยินเสียงผู้หญิง เจียวจ้าวไปหมด....
- เชฟสาวกิจ : เออ โทรมาก็ดีแล้ว พี่ได้คุยกับ นายก้อจ้งค์ แล้วนะ ว่าจะให้นิสิศ ช่วยทำหน้าที่ Chef Interview แทนพี่ด้วย เพราะพี่ไม่มีเวลาจริงๆ
- เชฟอริศ : (คิด) แหม !! ผมพูดไม่ออกเลยจริงๆ ผมคิดว่าจะล้อพี่ใหญ่เล่นสักหน่อย.... ว่าผมได้ปฏิวัติยึดอำนาจหน้าที่เรียบร้อยแล้ว แฮ่ (ถอนหายใจ) นี่ละหน้าที่โบราณท่านว่าไว้ " **ข้าอาณานิกร่อนมาก่อน เองจ้งจ** "



**เชฟสาวกิจ ปริเปรม**

เอา... คราวหน้าจะสอดแทรกเรื่องสนุกๆ ของรุ่นพี่ รุ่นใหญ่ๆ แต่ละท่านให้ฟัง คำมีเรื่องสนุกๆ มีสาระให้พวกเราได้ฟังและเรียนรู้จักเยอ:เยะครับ

## The Twin Towers Hotel

เข้าเรื่อง Chef Interview กันเลยดีกว่าครับ ผมได้ทราบเรื่องจากแขกหรือมากกว่า และผองเพื่อน ในวงการว่ามี โรงแรม.....นี้อยู่แถวๆ รongเมือง อาหารอร่อยและบริการดีมาก ผมไม่รอช้าครับ โทรนัด น้องอิน น้องจูน (เลขา สุดสวยของสมาคมฯ) ไปเจอกันที่ **โรงแรมเดอะ ทวิน ทาวเวอร์** ซึ่งเป็นโรงแรมใหญ่ ระดับติดดาวต้นๆ ของประเทศไทยทีเดียว และ Exec. Chef ใหญ่ของโรงแรมนี้ ก็ไม่ใช่ใครอื่นไกลที่ไหน ก็เป็นพี่ใหญ่ผมอีกท่านหนึ่ง **เชฟพูนธั คุนภยกุล** ....

มีนำสะแขกที่มาใช้บริการที่นี่ จึงพูดเป็นเสียงเดียวกันว่า " **อาหารสุดยอด** " ขอบอกตามตรงจากใจจริงของผมเลยนะว่า ไม่ได้มาเขียนชมหรือเชียร์กันเอง ...วันหน้าผมมีโอกาสจะไปสัมภาษณ์แขกที่เคยมาใช้บริการที่นี่

### **เชฟพูนธั คุนภยกุล** Executive Sous Chef

สวัสดีครับ เชฟพูนธั คุนภยกุล .... คำคนนี้ คือ **เชฟพูนธั คุนภยกุล** ปัจจุบันดำรงตำแหน่ง **Executive Sous Chef** ที่ **The Twin Towers Hotel** อายุอานามไม่มากไม่น้อย 40 ปลายๆ ส่วนประสบการณ์นั้นแทบไม่ต้องพูดถึง บอกได้เลยว่า โชกโชกกับงานโรงแรมฯ เกี่ยวกับด้านอาหารมาไม่น้อยกว่า 30 ปี เลยทีเดียว ทำอาหารได้ทุกรูปแบบผ่านการเรียนรู้จาก ปรมจารย์ จากหลายสำนัก



**เชฟพูนธั คุนภยกุล**



เชฟพงศ์เทพ เคยทำหน้าที่ ที่ โรงแรมแมนดาริน, โรงแรมแอมบาสเดอร์, โรงแรมออคิต เซอร่าตัน, โรงแรมโซทวิน และโรงแรมเดอะ ทวิน ทาวน์เวอร์ สำหรับโรงแรมสุดท้ายนี้ เข้ามาทำ 2 รอบแล้วครับ เคยไปอยู่ต่างประเทศมาก็หลายที่ เชฟพงศ์เทพ บอกว่า

"การทำอาหาร ผมจะเป็นเรื่องรสชาติ ความอร่อยเป็นหลักและเรื่องทำความสะอาด การตกแต่งจานอาหารให้สวยงามก็มีความสำคัญเช่นกันครับ .....

วันนี้ เชฟพงศ์เทพ จะโชว์เมนูอะไรให้ผมชิมดีครับ .... อ้อ ...วันนี้ผมเพิ่งได้อาหารทะเลมาสดๆ เลยครับ... ว่าแล้วเชฟพงศ์เทพก็พาผมเข้าไปดูในครัว โอ..โฮ้ มีปลาหมึกสดๆ หอยสดๆ ปลาเก๋สด. เรียกว่า กลิ่นน้ำทะเลยังติดมากับของทะเลสดๆ เหล่านี้เลยนะครับ ว่าแล้ว เชฟพงศ์เทพ ก็เริ่มลงมือปรุงอาหารจานพิเศษเลยละครับ .... เอาทำไปด้วยตั้งชื่อ Menu ไปด้วยเลยก็แล้วกันนะครับ... แหม !!! สมกับเป็นลูกศิษย์ รุ่นสุดท้ายของอาจารย์บุญเชิด ครัวสุวรรณ จริ๊งๆ หยิบอาหารแต่ละประเภทขึ้นมาป้อน.. ทำบ๊ีบ ตั้งชื่อเมนูเดี๋ยวนั้นเลย ให้ Recipe นะบัดนั้นด้วย เล่นเอาผมจดแทบไม่ทัน. ต้องบอกว่าคุณสุดยอดจริงๆ



## " Grilled Mixed Shell Seafood with Saffron Rice, Spinach Roll and Herb Butter Lemon Sauce "

ซึ่ฟู๊ดอย่างราดซอสเครื่องเทศ:มะนาว:กระเทียม เสิร์ฟพร้อมข้าวซีฟรอนและผักขมยัดไส้ม้วน

### ส่วนผสม

กุ้งลายเสือ	30	กรัม
ปลา:พงแดง	40	กรัม
ปลาหมึก	40	กรัม
หอยแมลงภู่	2	ชิ้น
หอยเชลล์	2	ชิ้น
ข้าวซีฟรอน	100	กรัม
ผักขมม้วน	60	กรัม
ซอสเครื่องเทศ มะนาว กระเทียม	1/4	ถ้วยตวง

### วิธีการ ( ซอสเครื่องเทศ:มะนาว:กระเทียม )

กระเทียม สับ	10	กรัม
หอมแดง สับ	10	กรัม
โรสแมรี่ สับ	10	กรัม
การ์ม สับ	10	กรัม
เนย	1	ช้อนโต๊ะ
น้ำมัน:งอก	1	ช้อนโต๊ะ
เกลือ	1	ช้อนชา
น้ำ:มะนาว	1/2	ช้อนโต๊ะ
พริกไทยดำ ต่ำ	1	ช้อนชา

\* ตั้งกระทะ:ร้อน เอาส่วนผสมทั้งหมดผัดให้หอมแล้วปรุงรส \*



### วิธีการ

1. เอากุ้งลายเสือ, ปลา:พงแดง, ปลาหมึก, หอยแมลงภู่, หอยเชลล์ ไปย่างให้สุก
2. จัดใส่จาน เสิร์ฟพร้อมข้าวซีฟรอน และผักขมยัดไส้ม้วน แล้วราดซอสเครื่องเทศ มะนาว กระเทียม พร้อมเสิร์ฟ

ซอส 9 สำหรับอาหารจานอร่อยของเชฟทุกคน

ABSOLUTELY... SOS 9 !

COOKING SAUCE ONLY FOR THE PROFESSIONAL

CALL 0 2255 2203-5 WWW.SOS9.NET



Enjoy your food with No.9 !







พ.ศ.นฤมล บันกรักษ์  
ผู้อำนวยการสำนักกิจกรรมพิเศษ  
มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต

“ถึงแม้จะดูไม่มากเมื่อเทียบกับประเทศไทย แต่ก็เป็นส่วนที่เพิ่มขึ้นของประเทศลาว และกำลังจะสร้างมาตรฐาน เพื่อให้เทียบเท่าและเข้าสู่ระดับสากล”

ได้ขียนเรื่องการพัฒนาศูนย์การเรียนรู้ในภาคอีสานแล้ว ผู้เขียนได้มีโอกาสไปประชุมที่เวียงจันทน์ร่วมกับกระทรวงการท่องเที่ยวและการกีฬา ซึ่งต้องการเรียนรู้การเตรียมความพร้อมในความร่วมมือกับอาเซียนเรื่องมาตรฐานอาชีพ 32 อาชีพ ในอุตสาหกรรมท่องเที่ยว (ตั้งที่กล่าวไว้ในฉบับก่อนหน้า) การโรงแรมซึ่งในกลุ่มโรงแรมจะมีสาขา Food Production คือ **พ็อดริว แม็คริว** นั้นเอง ประเทศลาวยังไม่มีมาตรฐานอาชีพแห่งชาติ ซึ่งขณะนี้ค่อยๆ ปรับตัวให้เข้ากับมาตรฐานของ **ASIAN** รัฐบาลได้เซ็นความร่วมมือกับ **ASIAN** ในปีนี้ และองค์การท่องเที่ยวของลาวกำลังเสนอรัฐบาล ในการจัดตั้งสถาบันมาตรฐานแห่งชาติขึ้นในปัจจุบันกระทรวงศึกษาธิการจะเป็นผู้ออกไปรับรองให้ ในการประกอบอาชีพทางด้านการท่องเที่ยว โดยมีคณะกรรมการจากหลายหน่วยงานคือ **กระทรวงแรงงาน สมาคมบริหารธุรกิจท่องเที่ยว สมาคมโรงแรม** ซึ่งกระทรวงแรงงานจะเป็นผู้รับผิดชอบการทดสอบมาตรฐาน

การทำงานในสาขาต่างๆ จะขึ้นอยู่กับผู้ประกอบการที่จะรับคนเข้าทำงาน แล้วจะนำส่งเข้าอบรมกับสมาคมบริหารธุรกิจท่องเที่ยวไทย และสมาคมธุรกิจท่องเที่ยว ซึ่งการจัดการอบรมจะได้รับความช่วยเหลือจากประเทศอังกฤษ สำหรับผู้ประกอบการท่องเที่ยวจะจัดเป็น **Module** มี 4 ชุด คือ

1. Busines Management
2. Customer Service
3. Marketing
4. IT

จะอบรมหัวข้อละ 4 วันหลังจากการอบรมจะมีการออกไปประกาศนียบัตรให้ หลักสูตรการโรงแรมจะมีการอบรม 7 วัน ใน 4 วัน คือ

1. Front Office
2. House Keeping
3. Food and Berverage
4. Food Production

ทางด้านอาหารสมาคมโรงแรมจะมีการจัดอบรมระยะสั้น อาหารฝรั่งเศส โดยได้รับความช่วยเหลือจากประเทศฝรั่งเศส จะส่งอาจารย์มา

# การพัฒนาบุคลากร ในประเทศลาว



สอนปีละ 3 Module ทางด้านการศึกษาสถาบันการศึกษาโรงแรมแห่งบุกเบิกและเริ่มต้นได้เพียง 3 ปี และได้จัดการอบรมในเรื่องราวของการตกแต่งและการเสิร์ฟอาหาร ในระยะสั้นเฉพาะเสาร์-อาทิตย์ เพื่อพัฒนาบุคลากรเขาอุตสาหกรรมอาหารใช้เวลาประมาณ 45 ชั่วโมงและจะได้ Certificate จากมหาวิทยาลัยแห่งชาติลาว

นอกจากนั้นก็จะมี**กรมอาชีวศึกษา** ซึ่งเป็นโรงเรียนเทคนิค ซึ่งมีหลักสูตรระดับชั้นกลาง ชั้นสูง เปิดสอนสาขาอาหารและการโรงแรม อีกหน่วยงานหนึ่ง ที่สำคัญในการพัฒนาทักษะให้กับบุคลากรจะมีการจัดอบรมการปรุงอาหารโดยเน้นเรื่องของทักษะ และเมื่อปีที่แล้ว เริ่มมีการคัดบุคลากรเพื่อเตรียมความพร้อมในการแข่งขัน ในระดับ **ASIAN** ซึ่งจะเห็นว่าเป็นการพยายามในการที่จะพัฒนาบุคลากร และเตรียมความพร้อมในการให้บริการนักท่องเที่ยวที่เดินทางเข้ามา และเพิ่มขึ้นจากปีที่แล้ว เพิ่มขึ้น 34% มีรายได้เข้าจากนักท่องเที่ยว 322 ล้าน US

ถึงแม้จะดูไม่มากเมื่อเทียบกับประเทศไทย แต่ก็เป็นส่วนที่เพิ่มขึ้นของประเทศลาว และกำลังจะสร้างมาตรฐาน เพื่อให้เทียบเท่าและเข้าสู่ระดับสากลได้ ในฐานะประเทศเพื่อนบ้าน เราสามารถแบ่งปันช่วยเหลือและสร้างประโยชน์ในการพัฒนาบุคลากรได้อย่างไร้พรมแดน

ฝากเป็นข้อคิดให้กับทุกท่านในการแสดงความคิดเห็นในการพัฒนาบุคลากรสมาชิกของเราเองและมีความพร้อมที่จะช่วยเหลือผู้อื่น



# เรื่องเล่ากว่าจะ Go-Paan-Cook



เชฟภูฒธิชาติ พงษ์ศรี  
กรรมการฝ่ายกิจการสมาคมพ่อครัวไทย  
Executive Chef  
Grand Diamond Suite Hotel

เมื่อปี พุทธศักราช 1969-1975 ปลายๆ ยุค SIXTY-SEVENTY สงครามในประเทศเวียดนาม กำลังจะสิ้นสุดลงซึ่งในยุคนั้นจะมีฐานทัพทหารต่างประเทศอยู่ในเมืองไทยมากพอสมควร คือ พวก GI กองทัพของทหารอเมริกัน ก็จะมีฐานทัพใหญ่ อยู่หลายแห่งในต่างจังหวัดตามหัวเมืองต่างๆ เช่น จังหวัดนครสวรรค์ จังหวัดนครราชสีมา จังหวัดอุบลราชธานี เป็นต้นส่วนในเมืองหลวงกรุงเทพมหานคร.....

รัฐบาลสหรัฐอเมริกาจะเช่าหาหรือซื้อขาดโรงแรม เพื่อไว้เป็นที่ทำการและไว้ให้พวกทหาร GI ที่ขึ้นจากเรือมาพักผ่อน ในกรุงเทพมหานครยุคนั้นก็จะมีโรงแรมหลายแห่งที่เขาเช่าเป็นรายปีไว้ในขณะนั้นมีโรงแรมเจ้าพระยาเป็นโรงแรมที่มีระดับในสมัยนั้น เพราะว่าผู้เช่าพักเป็นระดับนายทหารอเมริกันยศ นายพล... นายพัน ..... ระดับใหญ่ ๆ เท่านั้น ถึงเข้าพักได้ ส่วนโรงแรมสำหรับพวกทหาร GI พัก.... ก็มีหลายแห่งที่พอจะจำได้ ก็คือ โรงแรมฟอร์ตวิดา โรงแรมเฟริส โรงแรมสยามเล็ก โรงแรมนิวแอฟเร็น โรงแรมฟอร์จูน่า โรงแรมเกรซ โรงแรมนานา โรงแรมริช โรงแรมราชา โรงแรมชวลิต โรงแรมไมอามี โรงแรมแมนฮัตตัน โรงแรมวินเซอร์ โรงแรมเล็กซ์ และอีกหลาย โรงแรมที่จำไม่ได้เอาเป็นอันว่านี่แหละ จุดเริ่มต้น ซึ่งเป็นช่วงให้เกิดการสร้างงาน สร้างคน สร้างอาชีพให้กับคนไทยเป็นอย่างมาก เพราะว่าหลายๆ คน หลายๆ อาชีพก็เติบโตมาจากการได้เข้าไปทำในเคмпของทหารอเมริกัน และในโรงแรมที่มีทหาร GI พักอยู่ตามโรงแรมต่างๆ ที่เอ่ยชื่อในเบื้องต้น ผมคนหนึ่งที่มีโอกาสเข้าไปทำงานโรงแรมที่มีทหาร GI พักอยู่ในขณะนั้น ครั้งแรกเข้าไปทำเป็นพนักงานเสิร์ฟอาหาร ในย่านสุขุมวิท ทำอยู่ได้สักปีกว่าๆ ในยุคสมัยนั้น เงินเดือนพนักงานเสิร์ฟประมาณ 200-300 บาท เท่านั้น แต่อาศัยเงินพิเศษ (TIP) ได้มากพอสมควร แต่ละเดือนมากกว่าเงินเดือนหลายๆ เท่า พออยู่ได้สบาย ยุคสมัยนั้นทุกโรงแรมที่มีพวกทหาร GI พักอยู่ทุกโรงแรมเปิดได้ใช้เงินไทยหกร้อยบาท จะใช้เป็นเงินเหรียญ US ดอลลาร์สหรัฐเท่านั้น สมัยนั้น 1 เหรียญ US ดอลลาร์ เท่ากับ 19-20 บาท ข้าวของใช้ต่างๆ ยังไม่แพงนัก

ในช่วงระหว่างทำงานเป็นพนักงานเสิร์ฟพออยู่ก็ได้ใกล้ชิดสนิทสนมกับคนในครัว โดยเฉพาะ อาโก และ พี่ๆ ทั่วๆ ด้วยความสนับสุนนเขาเห็นเราอยากจะเข้ามาอยู่ในครัว ด้วยความรักและชอบอยากจะทำอาหารเป็น

ในที่สุดผมก็ได้ย้ายเข้ามาทำในครัวผสมใจนึก ก่อนที่จะได้ทำอาหารต้องผ่านด่านอรหันต์ก่อน คือ เป็นพนักงานเสิร์ฟ ล้างจาน ล้างหม้อให้พี่ๆ ทั่วๆ ก่อน ก็ทำอยู่นานพอสมควร

ในช่วงทำเป็นพนักงานเสิร์ฟอยู่เวลาราวจะอยู่เฉยๆ ไม่ได้ ไม่จู้จี้ ไม่เข้าตากรรมการ ก็คือ Executive Chef อาโก และ พี่ๆ ทั่วๆ ทั้งหลาย เราต้องขยันอดทน เพราะทุกอย่างจะไม่มีใครสอน อยากจะได้ต้องหาเอง ต้องจด และจำในเวลาเขาทำอาหารแต่ละครั้ง เวลาร่างช่วงไม่ได้ล้างจาน งานหลักๆ ก็จะเป็นลอกหัวหอม ลอกมันฝรั่ง ลอกกระเทียม ทำผักและของสดอาหารทะเล หั่นหมู หั่นเนื้อ นี่ก็งานแกร่ง เพราะยุคสมัยนั้นยังไม่แบ่งเป็นครัวนั้นๆ เหมือนสมัยนี้ เพราะครัวรวมกันอยู่ ก็ทำอยู่หลายปีจนกว่าพี่ๆ ทั่วๆ เขาเห็นแวว และเสนอต่อหัวหน้าพ่อครัวใหญ่ ถึงจะได้ขึ้นมาจับกะทะผัดอาหาร แต่ผมโชคดีขึ้นมาถึงจุด จุด นั้นจนได้ ด้วยความขยัน อดทนได้เลื่อนขั้นมาเป็นทั่วๆ และได้เพิ่มเงินเดือนจากเดิม 300 บาท เป็น 650 บาท ในตำแหน่งทั่วๆ ยุคนั้นไม่มีชื่อเรียก รู้แต่ว่า ทั่วๆ มือ 1 ทั่วๆ มือ 2 สมัยนั้นเงินเดือน 650 บาท ก็เยอะพอสมควร เงินเดือน 1 เดือน ชื่อทองคำได้น้ำหนัก ตั้ง 1 บาท กว่า เพราะว่าทองคำสมัยนั้นบาทละ 400 บาทเท่านั้น

ตอนนี้แหละครับผมเป็นทั่วๆ แล้ว จะเล่าเรื่องการทำอาหารฝรั่งแบบสไตล์อเมริกัน คนอเมริกัน กานอาหารจะง่ายกว่าทางแถบยุโรป คนอเมริกัน จะไม่ยุ่งยาก เพราะอาหารบางชนิดยากถ้าใส่ในกระป๋องพร้อมที่จะทานได้เลย ปีก็คือ ข้อแตกต่างระหว่างคนอเมริกัน กับคนแถบยุโรป ผมเริ่มเป็นทั่วๆ ใหม่ อาหารหลักๆ ก็จำได้แม่นยำ เพราะพวกทหาร GI หรือ คนอเมริกัน อาหารยอดฮิต แฮมเบอร์เกอร์ หรือ แซนด์วิช .... ซุปข้น ต่อด้วย สติ๊ก ประเภทอาหารไทยในยุคนั้นยังไม่เด่นนัก ก็จะมีบ้างที่ฝรั่งเขารู้จัก เช่น อาหารประเภทข้าวผัดเปรี้ยวหวาน ปอเปี๊ยะทอด ก็มีติดอันดับเลย ก็คือ ข้าวผัดอเมริกันอันดับแรกที่สั่งเป็น ซุปข้นหัวหอม แบบครีม มีส่วนประกอบ.... หัวหอมแดงซอยแล้วทอดพอเหลือง หมูแฮมหั่น ชนบั้งตัดกลมเท่ากับถ้วย ชีส น้ำสต็อกไก่+แป้งวูเบอสเนี่ย ปูรงรสแล้วนำเข้าเตาอบเสร็จร้อนๆ พร้อมเสิร์ฟ

อันที่สอง คือ ประเภทแซนด์วิช ที่ติดอันดับ B.L.T SANDWICH ตอนฝึกทั่วๆ ใหม่ ก็ยังเหมือนกันเพราะชื่อเป็นชื่อย่อ ก็ต้องหาให้ได้ว่ามันย่อมาจากอะไรบ้าง B ย่อมาจาก BACON เบคอน, L ย่อมาจาก LETTUCE พักกาดหอม, T ย่อมาจาก TOAST ขนมปังปิ้ง, และ T ย่อมาจาก TOMATO มะเขือเทศ จะเป็นส่วนประกอบของแซนด์วิช คำว่า B.L.T. SANDWICH นื่องๆ ยุคหลังๆ คงจะไม่คุ้นหูกันมากนัก ไว้จะ มาเล่าต่อฉบับหน้า...





## เชฟหนุ่มไฟแรง เชฟสัญญา เงินประถม



Amazing Thai Cuisine ฉบับนี้ขอพาเพื่อนสมาชิก Thai Chef ไปรู้จัก เชฟหนุ่มไฟแรง อายุเพียง 30 ต้นๆ แต่อยู่ในวงการ "อาหาร" มากกว่า 20 ปี เรียกได้ว่า "เกินอายุ และเกินตัว จนไม่น่าเชื่อ สำหรับชีวิต คนครัวคนหนึ่ง"

ปัจจุบัน เชฟท่านนี้ ดำรงตำแหน่ง Executive Chef แห่งโรงแรมเอเชีย กลางใจเมืองกรุงเทพ หลายท่านคงรู้จักกันเป็นอย่างดี ท่านผู้นี้ก็คือ **เชฟสัญญา เงินประถม** เชฟสัญญาได้เริ่มทำงานที่แรก ที่ Siam Intercontinental และได้ร่วมงานกับโรงแรมหลายแห่ง เช่น Sirikit Convention Centre, Hilton At Park Nailert, โรงแรมเม่น้ำ ฯลฯ

เชฟสัญญา ได้เล่าถึง อาหารไทย ในสมัยก่อนว่า "อาหารไทยเป็นอาหารที่ต้องใช้ความประณีต มีการแกะสลัก พิถีพิถันทุกอย่างที่อยู่บนจานต้องความพิถีพิถันน่ารับประทาน และรสชาติของอาหารต้องมีรสเข้มข้น รสชาติอาหารแต่ละอย่างมีรสเฉพาะตัว การใช้เครื่องปรุงต่างๆ ก็ไม่เหมือนกัน"

สำหรับในปัจจุบัน หากรักที่จะทำ "อาหารไทย" จะต้องศึกษาจากตำราอาหารไทยแท้ๆ และผู้เชี่ยวชาญด้านอาหารไทยจริงๆ การจะทำอาหารให้อร่อยต้องใช้ความชำนาญ และประสบการณ์ตลอดจนกรรมวิธีในการประกอบอาหารจะต้องพิถีพิถัน ประณีต ทุกขั้นตอน อาหารจึงจะออกมาน่ารับประทานและคงไว้ซึ่งความเป็นเอกลักษณ์ และ ความเป็นไทยเมนูที่เชฟจะนำเสนอในวันนี้ เป็นอาหารไทย ที่ประยุกต์ให้เหมาะกับคำว่า "อาหารไทยร่วมสมัย" ได้อย่างไม่เคอะเขิน และไม่ลืมเสน่ห์ของอาหารไทย อย่างที่ควรจะเป็น

"การทำอาหารไทยให้อร่อยต้องใช้ความชำนาญ และ ประสบการณ์ ตลอดจนกรรมวิธีในการประกอบอาหารจะต้องพิถีพิถัน ประณีต ทุกขั้นตอน"

## กุ้งแม่น้ำหมักตะไคร้ บุบเกล็ดขนมปังทอด



### กุ้งแม่น้ำหมักตะไคร้บุบเกล็ดขนมปังทอด

#### ส่วนผสม

1. กุ้งแม่น้ำ	1	กก.
2. ซอสปรุงรส	1	ช้อนชา
3. กระเทียมสับละเอียด	20	กรัม
4. ตะไคร้สับละเอียด	10	กรัม
5. พริกชี้ฟ้าสับละเอียด	10	กรัม
6. พริกไทยป่น	5	กรัม
7. ตะไคร้	3	ก้าน
8. แป้งสาลี	10	กรัม
9. แป้งชุบทอด	30	กรัม
10. เกล็ดขนมปัง	50	กรัม
11. บะหมี่ไข่	1	ก้อน
12. น้ำมันพืช	20	กรัม
13. น้ำมันพริกเผา	5	กรัม

#### วิธีทำ

- นำกุ้งแม่น้ำแกะเปลือกให้เหลือแต่ส่วนหาง ล้างให้สะอาดแล้วนำตะไคร้มาเสียบกุ้ง
- ปรุงรสโดยการหมักซอสปรุงรส พริกไทยป่น พริกชี้ฟ้าสับละเอียด กระเทียมสับ ตะไคร้สับ พักทิ้งไว้ 10 นาที
- จากนั้นนำมาคลุกกับแป้งสาลีแล้วคลุกกับแป้งชุบทอดที่ผสมน้ำไว้แล้ว พอให้เหนียว
- บะหมี่ไปทอดให้เหลืองเป็นสีทองและกรอบจากนั้นนำไปใส่จานให้สวยงาม
- คลุกเกล็ดขนมปังให้ทั่วจากนั้นนำไปทอดให้เหลืองจนเป็นสีทองสวยงามแล้ววางลงบนกระดาษ
- ตกแต่งจานด้วยน้ำมันพริกและน้ำมันงา



# Culinary Competitions

## การนำเสนออาหารสำหรับการแข่งขัน 3

อาจมีข้อสงสัยว่า เชฟหรือผู้ประกอบอาหารนั้นเรียนรู้การนำเสนออย่างมีประสิทธิภาพได้อย่างไร?

สำหรับมือใหม่ให้เริ่มจากการตั้งคำถามและหาคำตอบ เช่น เราต้องการทำอะไร โจทย์หรือแนวคิดเป็นอย่างไร ทำอย่างไรให้สำเร็จสวยงามและสวยงามกับเวลาที่กำหนด? เป็นต้น วิธีที่ดีที่สุดควรเริ่มจากการร่างลงในกระดาษเพื่อดูหน้าตาความเป็นไปได้ในการจัดตกแต่ง อะไรควรจัดวางตำแหน่งใด เขียนรายการวัตถุดิบที่ใช้กำกับไว้ข้างๆ แล้วลองดูว่าสิ่งที่ร่างตอบโจทย์แล้วหรือยัง หากยังไม่ลองปรับเปลี่ยนในร่างดู ขั้นตอนต่อไปคือการฝึกซ้อมให้บ่อยครั้ง ให้เกิดความชำนาญ ใช้วิธีการประกอบอาหารที่ถูกวิธี และเพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่ดีควรใช้อุปกรณ์และเครื่องมือในการประกอบและจัดตกแต่งอาหารที่ถูกต้องเหมาะสม เช่น ใช้ขวดบีบซอส แปรงทาหน้าขนม เป็นต้น

ปฏิบัติตามโจทย์ของการแข่งขันโดยโฟกัสที่การนำเสนอตามแนวคิดที่วางไว้ และอาจเพิ่มเติมสิ่งตกแต่งที่บ่งบอกความเป็นตัวเรา หรือเป็นเอกลักษณ์ของเราก่อนอื่นไป แต่ต้องเป็นสิ่งที่ไม่เข้ากันได้กับอาหารจานนั้นๆ ด้วยสำหรับผู้แข่งขันมือใหม่หรือมือสมัครเล่น ควรมีการเขียนรายการสิ่งที่ต้องทำตามลำดับก่อนหลัง โดยมีรายละเอียดทุกขั้นตอนอย่างครบถ้วน วาดภาพการจัดตกแต่งจานโดยละเอียด หรืออาจใช้เป็นภาพถ่ายที่ทำสำเร็จก็ได้ เพื่อเป็นไกด์ไลน์ในการทำงานอาจฟังดูเหมือนเป็นการเขียนบอกคนที่ไม่เคยทำอาหารจานนั้นๆ มาก่อน

แต่คงต้องบอกว่าใน การแข่งขันจริง คุณจะถูกกดดันหรือ เร่งรัดด้วยเวลา กรรมการตัดสินและผู้ชมการแข่งขัน อาจเกิดความตื่นเต้น สับสนและสมองคุณอาจจะว่างเปล่าชั่วขณะ ทำให้เสียเวลาไป เพราะฉะนั้นไกด์ไลน์ตัวนี้จะช่วยสิ่งที่คุณกลับมาและลดข้อผิดพลาดที่อาจเกิดขึ้นได้อย่างดี

(อ่านต่อบนหน้าถัดไป)



**ซูปฟักทองกับราวีโอลี่ลิอบสเตอร์**  
Lobster Ravioli in Pumpkin Soup

## Food Presentation

Text by : อ.เมธนา ShanDing Food by : สัมมุณี กัญญาเสวี



**อ.เมธนา รัตตะกนิษฐ**

ผู้จัดการโรงเรียนการอาหารนานาชาติสวนดุสิต มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต

### ซูปฟักทองกับราวีโอลี่ลิอบสเตอร์ Lobster Ravioli in Pumpkin Soup

#### Ingredients:

##### For the lobster ravioli

เนื้อกุ้งลิอบสเตอร์สุก	1	ตัว
ต้นหอมสับ	2	ช.ช.
การรากอนสับ	1	ช.ช.
น้ำมันงาเหลือง	2	ช.ด.
พริกป่นละเอียด		เล็กน้อย
เกลือและพริกไทย		
นุสปลา/กุ้ง	300	กรัม
พาสต้าเช่แข็ง	400	กรัม
ไข่ไก่(สำหรับราวีโอลี่)		

##### For the sea-bass & shrimp mousse

เนื้อปลาพงขาว	100	กรัม
กุ้ง และเอาเด่เนื้อ	50	กรัม
ไข่ขาว	1	ฟอง
วิปปีงครีม	150	มล.
น้ำมันงาที่ใช้หมักกุ้ง	1/2	ช.ด.
เกลือ	1/4	ช.ช.

##### For the pumpkin soup

ฟักทอง	400	กรัม
หอมหัวใหญ่	60	กรัม
เบยสด	40	กรัม
วิปปีงครีม	200	มล.
น้ำสต็อกไก่	450	มล.
เกลือและพริกไทย		
น้ำมันหัตถ์ฟัพ (สำหรับโรยหน้า)		

#### Method:

1. ลวกกุ้งลิอบสเตอร์ในน้ำเดือดจนสุก จากนั้นเอาชิ้นแช่ในน้ำเย็น ไข่เย็น และเอาเด่เนื้อ หั่นเป็นชิ้นๆ ๓-๕ ซม.
2. พรมน้ำมันงาเหลือง ต้นหอม การรากอน พริกป่น เกลือ และพริกไทยให้เข้ากัน เติมน้ำให้จัดจ้าน แล้วนำเนื้อกุ้งลิอบสเตอร์มาหมักพร้อมกับ ฟักไว้
3. บดเนื้อปลาพงขาว กุ้ง และไข่ขาวให้ละเอียดเนียน เป็นเนื้อเดียวกัน จากนั้นเอาออกจากเครื่องบดอาหาร ใส่ในอ่างผสมที่หั่นเอาเด่เนื้อ ฟักให้หั่นเป็นชิ้น แล้วค่อยๆ พรมวิปปีงครีมที่ตีขึ้นฟู คนให้ส่วนผสมเข้ากันดีจนครบหมด
4. ให้นำน้ำมันงาออกจากส่วนผสมกุ้งลิอบสเตอร์แล้วใส่ในส่วนผสมของนุส 1/2 ช.ด. ใส่เนื้อกุ้งลิอบสเตอร์ที่หมักในนุสผสมให้เข้ากัน ตักใส่บนแผ่นแป้งพาสต้าประมาณ 1 ช.ด. ปิดด้วยแผ่นแป้งอีกแผ่น โดยใช้ไข่ไก่ทาให้แผ่นติดกัน ใช้พิมพ์วงแหวนขอบหยักกด นำไปลวกให้สุก ฟักไว้
5. พัดเขยกับหอมหัวใหญ่ ใส่ฟักทอง ใส่แป้งสต็อกไก่ ผงพริก และคอปเปิดคนจนฟักทองสุก นำไปปั่นให้ละเอียด แล้วนำมาตั้งไฟอีกครั้ง เติมน้ำมันงา ผงรสด้วยเกลือและพริกไทย
6. ตักใส่จานซูปพร้อมกันราวีโอลี่ลิอบสเตอร์ หยอดน้ำมันหัตถ์ฟัพโรยหน้าซูป แต่งด้วยผักตามชอบ และพริกสด





เชฟบุญเจ็ด ตรีสุวรรณ  
 ผู้อำนวยการสมาคมพ่อครัวไทย

เนื้อหมูสันในมัดวนปาร์มาแฮมตุ๋นซอสไวน์แดง

# Braised Pork Roulade in *Red wine Sauce*

**ส่วนผสม**

เนื้อหมูสันใน	140	กรัม
ปาร์มาแฮม	40	กรัม
เซกซ์ (sage) เล็กน้อย		
พรมบัสตาร์ด	1/2	ช้อนชา
ไวน์แดง	2	ช้อนโต๊ะ
บรอนซ์ซอส	1	ถ้วย
เกลือ, พริกไทย ผงรส		
เส้น พาสต้าดิบลาหามิก พิวเนยสด	100	กรัม
บร็อกโคลี่ฟิวเนยสด	60	กรัม
แครอทตุ๋น	60	กรัม
หอมใหญ่, สับละเอียด	1	ช้อนโต๊ะ
พริกฝรั่งสับ เล็กน้อย		
เนยสด	60	กรัม
น้ำมันมะกอก	60	กรัม



**วิธีปรุง**

1. นำเนื้อหมูสันใน 2 ชิ้น ทุบเป็นเฟนบางๆ แล้วนำปาร์มาแฮมและเครื่องเทศ, บัสตาร์ด แล้วนำมาคล้าแป้งสาลี
2. ตั้งกระทะใส่น้ำมันมะกอกพอร้อน เอาเนื้อหมูที่เตรียมไว้ลงทอดพอเหลืองทั่วแล้ว ตักออกแล้วใช้กระทะเดิมใส่หอมใหญ่สับลงผัด ใส่ไวน์แดงแล้วใส่บรอนซ์ซอส คนให้ทั่ว เอาเนื้อหมูที่ทอดไว้ ลงตุ๋น แล้วปิดฝา พอหมูเริ่มแล้วตักออกใส่จาน เสิร์ฟพร้อมเส้นพาสต้า และผักบร็อกโคลี่ แครอท, โรยพริกฝรั่งสับบนหมูเล็กน้อย พร้อมเสิร์ฟ



# FRUIT TRANCHE *Italienne*



**เชฟเฉลิมศักดิ์ ศรีอำไพ**  
 อนุบาลยศนาถนพอกรังไทย  
 ผู้จัดการศูนย์ฝึกอบขนมเบเกอรี่  
 หจก.ก๊อบจิวพาณิชย์



## ส่วนผสมสูตรหมัฟเฟิล

ส่วนผสม	น้ำหนัก (กรัม)
แป้งขนมปัง	1,500
แป้งเค้ก	500
น้ำตาลทราย	40
เกลือ	30
เนยสดจืด (ตราอ่าวสารี)	200
น้ำเย็น	1,100
มาการีน (ตราเบเกอรี่สฟัพ)	1,000

## วิธีทำ

- นำแป้ง, น้ำตาลทราย, เกลือ และน้ำเย็น ใส่ลงผสมในอ่างผสมตีผสมด้วยความเร็วต่ำ ใส่เนยสดจืดลงไปผสมจนส่วนผสมจับตัวเป็นก้อน
- นำไข่เย็นประมาณ 30 นาที แล้วนำไปห่อมาการีนเบเกอรี่สฟัพ
- นำมาคสังแป้งให้ยาวพันตามขนาด พับ 3 ทบจำนวน 4 ครั้ง พักไว้อย่างน้อย 4 ชั่วโมง จึงนำมารีดเป็นแผ่นบางๆ ด้วยครีมนักตาส แต่งด้วยผลไม้และเคลือบด้วยแอปเปิ้ลคอกกลาเซ่ ดาสิร์ฟ



## ส่วนผสมสูตรครีมนักตาส

ส่วนผสม	น้ำหนัก (กรัม)
นมสดพาสเจอร์ไรส์	500
น้ำตาลทราย	100
พวงนักตาส	80
ไข่ไก่ (1ฟอง)	50
กลิ่นวานิลลา (เล็กน้อย)	

## วิธีทำ

- นำพวงนักตาส, ไข่ไก่ คนผสมให้ทั่ว, นำนมสดพาสเจอร์ไรส์, น้ำตาลทราย ตั้งไฟ พอเดือด
- เติมส่วนผสมไข่ไก่และนักตาสลงคน ให้เดือดขึ้น ยกลงพักไว้ให้เย็น
- จึงนำส่วนผสมขึ้นจับปิ้งครึ่งและเสิร์ฟ





Text by : เชฟวันฉวี นิสเบสร์

เมนูของ รสดี กุ๊กช้อยส์ พงน้ำสต็อกพร้อมสมัย

# ก๋วยเตี๋ยวราดหน้า ปลากระพงเต้าซี่



### วิธีทำ

1. ผัดเส้นก๋วยเตี๋ยว ให้แห้งเกือบกรอบ ให้มีติดกลิ่นไหม้กระทะนิดหน่อย
2. ตั่วงอกผัดกับต้นหอม
3. เอาปลากระพง ลงไปทอดให้เหลืองสุก
4. เอาตั่วงอกผัดต้นหอม ใส่ลงในจานกันลงแล้วเอาเส้นก๋วยเตี๋ยวผัดวางบนตั่วงอก และนำปลาวางบนสุด ราดน้ำเต้าซี่ลงบนปลาพอให้มีน้ำขลุกขลิก

### วิธีทำน้ำสต็อก

ตั้งกระทะใส่น้ำมันพอร้อน ใส่กระเทียมสับผัด แล้วนำส่วนผสมที่เหลือทั้งหมดลงไปผัดพอหอมใส่ **น้ำสต็อก รสดี กุ๊กช้อยส์** พอเดือด เอาแป้งมันฮ่องกงละลายน้ำนิดหน่อย แล้วใส่ลงไปใหม่แล้วตักคนให้พอข้นและนำไปราดบนปลาในจานก๋วยเตี๋ยวที่ได้เตรียมไว้

ขอขอบคุณ เชฟทองยุบ จากโรงแรมปาร์เลย์เฮลิก ที่ได้แนะนำเมนูจานนี้ให้



ฉบับที่แล้วพบใช้ รสดีกุ๊กช้อยส์ทำต้มยำ เยลลี่แบบฉบับของฝรั่ง ฉบับนี้พบขอเสนอเมนูแบบฉบับของชาวจีน คือ ก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่ ราดหน้าปลากระพงเต้าซี่ เมนูนี้ดูเหมือนจะเป็นเมนูธรรมดาแต่จะไม่ธรรมดาเมื่อมาอยู่ในวารสารของสมาคม และยังอร่อย สะอาด สบาย ประหยัด ต้นทุน และเวลา เมื่อใช้พงน้ำสต็อกพร้อมสมัย

ส่วนประกอบของเมนูฉบับนี้ คือ

น้ำตาลทราย, น้ำมันพืช, พริกขี้หนู	150	กรัม
ก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่	30	กรัม
ตั่วงอก	100	กรัม
ต้นหอมส่วนขาวซอยฝอย	50	กรัม
ปลากระพง	ตัดเป็นชิ้นใหญ่	

ส่วนพลงน้ำสต็อก

พริกหยวก สับ	30	กรัม
พริกขี้แดง สับ	10	กรัม
เต้าซี่สับ	10	กรัม
ขิงสับ	10	กรัม
น้ำสต็อก รสดี กุ๊กช้อยส์	1/4	
แป้งมัน ฮ่องกง	10	กรัม



รสดี กุ๊กช้อยส์ บำรุงอาหารให้อร่อยแบบมืออาชีพ





# คำศัพท์ ในการปรุงอาหาร (ต่อ)

เกี่ยวกับ คำศัพท์ในการปรุงอาหารที่เป็นคำศัพท์แบบสากลนั้น นับว่ามีความสำคัญเป็นอันมาก สำหรับ พ่อครัวคนใหม่ที่จะต้องมีการเรียนรู้ มีความเข้าใจในทางปฏิบัติงานในครัว และเป็นบทกฤษฎี ซึ่งทาง พ่อครัวสากลทั่วไป จะต้องมีความเข้าใจได้อย่างถูกต้อง และแม่นยำ เพื่อจะได้เป็นหลักยึดในการฝึกหัด และอบรมกับพ่อครัวคนใหม่ให้ได้ปฏิบัติงานในการปรุงอาหารได้ถูกต้อง และสำหรับในหนังสือ THAI CHEFS เล่มนี้ ก็จะได้กล่าวถึงคำศัพท์ในการปรุงอาหารเป็นลำดับต่อจากหนังสือ THAI CHEFS ในเล่มก่อน

- **BATON, BATONNET** ความหมายของฝรั่งเศส คือ การตัด หรือ การทำให้เป็นรูปแท่งสี่เหลี่ยมยาวและหนาพอสมควร เช่น การหั่นผัก หรือ การหั่นมันฝรั่ง
- **BATTER** ความหมาย คือ การนำเอาแป้งสาลี, นม หรือ น้ำ เมาพผสมรวมกันให้มีความเหนียวๆ ขึ้นๆ เพื่อสำหรับใช้เป็นแป้งชุบอาหารทอด
- **BEAN CURD** ความหมาย คือ เต้าหู้
- **BEIGNET** ความหมายของฝรั่งเศส คือ การชุบ อาหารทอดด้วยแป้ง BATTER หรือ การทอดอาหารแบบทั่วๆ ไป
- **BELL PEPPER** ความหมาย คือ พริกหวาน, พริกตุ้ม หรือ พริกขี้หนู
- **BIRYANI** เป็นอาหาร เป็นอาหารของชาวอินเดีย คือ ข้าวหมกกับเครื่องเทศ แล้วจัดเรียงเป็นชั้นๆ สลับกับ เนื้อสัตว์ หรือผักต่างๆ
- **BLANQUETTE** คือ สลัดสีขาวของฝรั่งเศสที่ทำมาจากเนื้อวัว, ไข่, เนย ที่มีส่วนผสมของนํ้าสต็อกแล้วทำให้เหนียวขึ้นด้วยไข่แดง, และครีม แล้วตกแต่งให้ดูกับหอมขาวลูกเล็ก ๆ
- **BOKCHOY** ความหมายคือ เป็นผักกาดชนิดหนึ่งของชาวจีน
- **BOLOGNESE** ความหมายคือ เป็นซอสเนื้อของอาหาร อิตาลี ที่ใช้เสิร์ฟกับพาสต้า ทำมาจากเนื้อวัวบด, เนื้อหมู
- **BORDELAISE** ในอาหารของฝรั่งเศส คือเป็นซอสที่ได้ทำมาจากไวน์แดง หรือไวน์ขาวแล้วเคี่ยวให้มีความเข้มข้น และมีไขมันในข้อกระดูก (MARROW) เป็นส่วนที่ตกแต่งในซอสด้วย
- **BOUCHEE** ความหมาย เป็นแป้งพัฟที่อบกรอบแล้วสอดไส้ด้วยรสชาติต่างๆ เป็นชิ้นเล็กๆ ซึ่งพอเหมาะพอคำสำหรับปาก
- **BOUILLA BAISSE** เป็นสลัดที่เป็นลักษณะพิเศษโดยเฉพาะที่มีชื่อเสียงของฝรั่งเศส ทำมาจากอาหารทะเล เช่น ปลา, กุ้ง หอย และหญ้าฝรั่ง
- **BOULANGERE A, LA** เป็นอาหารของฝรั่งเศสที่ปรุงแต่งด้วย หอมตุ้ม พร้อมกับมันฝรั่ง ที่ทำให้สุกในเตาอบ
- **BOUQUET GARNI** ในการปรุงอาหารฝรั่งเศส คือ การเอาสมุนไพรชนิดต่างๆ มาแล้วมัดด้วยเชือกให้เป็นรูป ใบปอหรืออาหารให้มีกลิ่นและรสชาติ



“พ่อครัวคนใหม่ที่จะต้องมีการเรียนรู้  
มีความเข้าใจในทางปฏิบัติงานในครัว”





แสงหนึ่งคือรุ่งงาม      เสด็จตามพระทรงชัย  
 ก้าวอย่างพระบาทไป      ดับทุกข์ให้ปวงประชา  
 เมตตาพระยิ่งใหญ่      คริ่งคราใจไทยนานมา  
 เสด็จสู่สวรรคตา      อาลัยอา...นิรันดร

ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อมขอเดชะ  
 ข้าพระพุทธเจ้า  
 สมาคมพ่อครัวไทย



เมื่อวันที่ 4 มีนาคม 2551 สมาคมพ่อครัวไทย นำโดย ท่านนายกเชฟจ่านงค์ นีรังสรรค์ พร้อมคณะกรรมการบริหารสมาคมฯ ได้นำพวงมาลาเพื่อเข้าเฝ้าถวายสักการะพระศพ สมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอ เจ้าฟ้ากัลยาณิวัฒนากรมหลวงนราธิวาสราชนครินทร์ ณ พระที่นั่งดุสิตมหาปราสาทในพระบรมมหาราชวัง เป็นการถวายความจงรักภักดี และความอาลัยโดยพร้อมเพรียงกัน

จากการประชุมประจำเดือนมกราคม เมื่อวันที่ 29 มกราคม ที่ผ่านมา นายกสมาคมพ่อครัวไทย **เชฟจ่านงค์ นีรังสรรค์** ได้แต่งตั้ง **คณะที่ปรึกษากิตติมศักดิ์สมาคมพ่อครัวไทยประจำปี 2551-2552** ดังมีรายนามต่อไปนี้

- |                  |                     |                                |
|------------------|---------------------|--------------------------------|
| 1. ท่านขวัญแก้ว  | วิชัยโรทัย          | ประธานที่ปรึกษากิตติมศักดิ์    |
| 2. ดร.ยุทธศักดิ์ | ศุภสร               | รองประธานที่ปรึกษากิตติมศักดิ์ |
| 3. เชฟเสาวกิจ    | ปรีเปรม             | ที่ปรึกษากิตติมศักดิ์          |
| 4. เชฟประจวบ     | นีรังสรรค์          | ที่ปรึกษากิตติมศักดิ์          |
| 5. เชฟวิสูตร     | เจียมวิวัฒน์ศิริกิจ | ที่ปรึกษากิตติมศักดิ์          |
| 6. เชฟรังสรรค์   | มูมานะ              | ที่ปรึกษากิตติมศักดิ์          |
| 7. เชฟเจตนา      | วิวัฒน์คำแสง        | ที่ปรึกษาสมาคมพ่อครัวไทย       |
| 8. เชฟสมพล       | แย้มหลังทรัพย์      | ที่ปรึกษาสมาคมพ่อครัวไทย       |
| 9. ม.ร.ว.พรภณีภา | จันทร์ทัด           | ที่ปรึกษาสมาคมพ่อครัวไทย       |
| 10. คุณฉัฐพร     | โยเหลา              | ที่ปรึกษาสมาคมพ่อครัวไทย       |
| 11. คุณอาณัติ    | ลิ้มจิระวัฒนา       | ที่ปรึกษาสมาคมพ่อครัวไทย       |
| 12. คุณปวีต      | วิวัฒน์วรลักษณ์     | ที่ปรึกษาสมาคมพ่อครัวไทย       |
| 13. คุณประวีตร   | เป็รื่องอักษร       | ที่ปรึกษาสมาคมพ่อครัวไทย       |
| 14. คุณหญิง      | ว่องวิวัฒน์โรจน์    | ที่ปรึกษาสมาคมพ่อครัวไทย       |







## เชฟอุป:กัป จำปาคำ (ภูเก็ต) ประธานชมรมพ่อครัวจังหวัดภูเก็ต

สวัสดิ์ศรีบริบ พี่น้องชาวเชฟทุกๆ ท่าน รายงานส่งตรงจากภูเก็ตฉบับนี้ ยังคงมีมาให้ท่านกันอย่างต่อเนื่องบรรดาการท่องเที่ยวในจังหวัดภูเก็ตในช่วงเดือน มี.ค.- เมย. ในปีนี้ถือว่าคึกคักกว่าปีที่ผ่านๆมา นักท่องเที่ยวเข้ามากันอย่างหนาตา ยอดห้องพักเต็มเกือบทุกที่ มีผลทำให้สมาชิกของชมรมด้วยกันเป็นส่วนมากโอกาสที่ได้ประชุมอย่างเป็นทางการเป็นเรื่องเป็นราวจึงยังไม่เกิดขึ้นมีเพียงการนัดทานข้าวเย็นกันบ้างตามโอกาสซึ่งก็ยังไม่สามารถรวมตัวกันได้มากนักในช่วงปลายเดือนเมษายนคิดว่านักท่องเที่ยวจะน้อยลงหลังจากเทศกาลสงกรานต์ เชฟหลายท่านก็ว่างไปแรมรอนพักผ่อนกันในช่วงจังหวะเวลานี้เพราะเห็นเดเห็นน้อยมาอย่างยาวนานตั้งแต่เดือนตุลาคมปีที่แล้วลากยาวมาถึงตอนนี้ ต้องยอมรับว่ากระแสการท่องเที่ยวดีมากจริงๆ ตลาดแรงงานก็ยังต้องการอีกเป็นจำนวนมากและเชื่อว่า ฤดู High Season หน้าต้องมีปัญหาเรื่องที่พักเพิ่มขึ้นอีก **อาชีพเชฟ ก๊อ ยังเปิดภาคต่ออยู่แน่นอนครับ** ถ้าใครสนใจประสานติดต่อมาได้ครับเรายินดีต้อนรับเสมอสำหรับความคืบหน้าการจัดกิจกรรมการประชุมประจำปีของชมรมเชฟมืออาชีพในจังหวัดภูเก็ต ผมและคณะกรรมการกำลังเตรียมข้อมูลและพยายามประสานกับหลายฝ่าย หากมีความชัดเจนจะรีบรายงานในโอกาสต่อไป ฉบับนี้ลาแล้วครับ พบกันใหม่ฉบับหน้า



## เชฟสมศักดิ์ พึ่งเมือง (พัยยา) \_\_\_\_\_ งาน Pattaya Food & Hoteliers Expo'08 สมาคมเชฟเมืองพัยยาและจังหวัดชายฝั่งทะเลตะวันออก

สวัสดิ์ศรีบริบ พี่น้องชาวเชฟทุกท่าน นี่เป็นครั้งที่สองที่ผมมีโอกาสมาเสนอผลงานและความเป็นไปของสมาคมเชฟเมืองพัยยาและจังหวัดชายฝั่งทะเลตะวันออก เริ่มต้นด้วยขออนุญาตประชาสัมพันธ์ งาน Pattaya Food & Hoteliers Expo'08 ที่กำหนดจัดขึ้นในวันที่ 28-30 สิงหาคม 2551 ที่ **โรงแรม A-One The Royal Cruise Hotel พัยยาเหนือ** เป็นปีที่ 2 ต่อจากปีที่แล้วซึ่งประสบความสำเร็จเป็นอย่างดี สามารถดึงดูดคนโรงแรม ในเมืองพัยยาและจังหวัดทางภาคตะวันออกมาร่วมงานกันมากเป็นประวัติการณ์ โดยเฉพาะ Suppliers ที่มาช่วยสนับสนุนงานทั้งที่มาออกบูธ และมาเป็น Competition Sponsor คิดว่าน่าจะได้รับการตอบรับที่ดีจากลูกค้าคนโรงแรมในงาน สำหรับงานในปีนี้มีชมเชยเชิญชวนให้บริษัท ห้างร้านทุกท่านที่ต้องการจะเปิดตลาดสินค้าของท่านในเมืองพัยยาและภาคตะวันออก งานนี้เป็นงานเดียวที่ท่านจะมีโอกาสได้พบกลุ่มเป้าหมายของท่านอย่างมากมายและตรงเป้าหมายในการเจรจาธุรกิจอย่างแน่นอน ติดต่อมาได้ผมโดยตรงหรือที่ **บริษัท Event9 Marketing จำกัด (02-255-2203-5)** ซึ่งเป็นผู้ดูแลการจัดงานในครั้งนี้ ภายในงานจะมีการประกวดการแข่งขันความสามารถทางวิชาชีพของเชฟ การประกวดอาหาร การจัดดอกไม้ การแข่งขันพ่นเครื่องดื่ม Pattaya Signature Drink สร้างสีสันภายในงานตลอดทั้ง 3 วัน งานใหญ่แบบนี้จัดปีละครั้งสนุกแน่นอนครับผมอยากเชิญชวนพี่ๆ เชฟทุกท่านมาเที่ยวชมงานมาพบปะสังสรรค์กันในฐานะเป็นเจ้าภาพผมยินดีต้อนรับอย่างดีและประทับใจแน่นอน ก็จะเป็นการแจ้งข่าวกันล่วงหน้าอยู่พอสมควรและความคืบหน้าของการจัดงานจะแจ้งให้ทราบในฉบับต่อไป ฉบับนี้ขอขอยอดไปต่อฉบับหน้าแล้วครับ สวัสดิ์ศรีบริบ



## เชฟสมจิตต์ กำนูน (เอียงใหม่) \_\_\_\_\_ ประธานและคณะกรรมการใน ชมรมชมเชฟพ่อครัวภาคเหนือ

ขอกล่าวสวัสดิ์ศรีบริบ ชาวสมาชิกสมาคมทั่วประเทศ...และผู้ที่ดีความอ่าน TCA ทุกท่านด้วยครับข่าวสารจากชมรมพ่อครัวภาคเหนือจะมีเป็นประจำทุกๆ ฉบับเพื่อออกสู่สายตาชาวโลกให้ทุกท่านได้ทราบกัน...ผ่านพ้นไปอีกปีสำหรับสงกรานต์ หรือที่เรารู้จักดีให้เป็นวันขึ้นปีใหม่ไทยแต่ดั้งเดิมมานานแล้ว...ที่เจียงใหม่สนุกมากครับปีนี้ถึงแม้อากาศจะร้อนมากกว่าทุกปีที่ผ่านมา ก็เถอะ มีผู้คนมาเที่ยวที่เจียงใหม่อย่างล้นเหลือ ...โรงแรมเต็มทุกแห่งที่เหลืไปพักที่วัดบ้างและพักจังหวัดใกล้เคียง...แล้วขับรถมาเล่นน้ำสงกรานต์ที่เจียงใหม่...ใครยังไม่ได้อ่านฉบับหน้าเตรียมตัวไว้จะครับ...**ชมรมพ่อครัวภาคเหนือจัดประชุมประจำปีเดือนมีนาคมที่ฟาร์มแพะเพื่อเลือกตั้งประธานและคณะกรรมการใหม่**..มีสมาชิกเข้าร่วมประชุมทั้งหมด 26 คน...จัดประชุมที่โรงแรมอิมพีเรียลเมือง...วาระที่ 1 จัดการเลือกประธาน 1 ท่าน และรองประธาน 4 ท่าน...วาระที่ 2 เรื่องการรับสมาชิกของพ่อครัว - แม่ครัวทุกระดับเป็นสมาชิก...วาระที่ 3 เรื่องการจัดงานสังสรรค์ประจำปีของชาวชมรมและพ่อครัว แม่ครัวทั่วเจียงใหม่และภาคเหนือ...ขอกล่าวถึงการเลือกประธาน...**ผู้ที่ได้รับเลือกเป็นประธานคือเชฟอ่วง พงษ์** ทุกคนให้ความไว้วางใจให้ทำงานต่อไปเหตุผลเพราะที่ผ่านมาได้ฝากผลงานมากมาย...ก็ขอแสดงความยินดีด้วยครับ...และขอให้ทุ่มเททำงานเพื่อชมรมอย่างเต็มที่นะครับ...ส่วนผู้ที่ได้คะแนนรองลงมาอีก 4 ท่านมติที่ประชุมให้เป็นรองประธาน...เพื่อช่วยกันทำงานให้ชมรมและช่วยท่านประธานแบ่งเป็น 4 ฝ่าย (ในรายละเอียดบันทึกการประชุม)...ขอข้ามฟากไปฝั่งสมุยบ้างนะครับ ได้ข่าวว่า**ประธานชมรมเชฟพวยฟ้าพืเปียก หน่ออับ พริยาสลวย**...ตอนนี้กำลังเร่งทำงานหนักให้กับชมรมอย่างเต็มที่สมกับที่น้องๆ ให้ความไว้วางใจ...ก็ขอให้สำเร็จนะครับ...เห็นทำงานเรื่อง ยี เอ็ม แล้วปลื้มแทนจริงๆ เพื่อธรรมชาติทำและเผยแพร่ต่อไปให้พี่น้องได้ทำด้วยคงจะดีนะครับ...ถ้าที่เป็ยกเบือสมุยจะมีที่เจียงใหม่บอกล่วงหน้าด้วยนะครับ...ขอข้ามไปทางภูเก็ตหน่อยนะครับ...คงไม่ว่ากันนะครับ...คิดถึงเพื่อนที่อยู่ทางภูเก็ตทุกคนครับ...เชฟประทับใจไม่ได้เจอมาแล้วคงจะจำกันได้ครับ ...เชฟสมศักดิ์เคยโทรหาที่นั่น...เชฟทริ...เชฟสนิทยายหน้าสนิทไปเลยครับ ส่วนที่สุเจ็ดก็ขอให้แข็งแรงดีนะครับ...ท้ายที่สุดขอให้ทุกท่านจงมีแต่ความสุขนะครับ...ถ้ายึดชมรมเป็นที่ตั้ง สวัสดิ์ศรีบริบเจอกันฉบับหน้าจะครับ...



## เชฟพลสองเกียรติ คล้ายเอียด (สมุย) \_\_\_\_\_ ดูแลสิ่งแวดล้อมโดยไอ้ อี เอ็ม ประธานชมรมเชฟเกาะสมุย

สวัสดิ์ศรีบริบ พี่น้องชาวเชฟและไม่ชาวครับนี่เป็นการเขียนครั้งที่สามที่ผมเชฟ รัชศรี ได้มีโอกาสเขียนมาเล่าถึงความเป็นไป ของชมรม หัวหน้าพ่อครัวเกาะสมุย ว่าได้ทำอะไรไปบ้าง หลังจากวันเด็กที่ผ่านมา ก็กลับมาดูแลหม้อข้าวตัวนะจ๊ะจ๊ะจ๊ะ เพราะยังเบสิ่งข้างเขาอยู่ครับ แต่ก็ยังติดต่อข่าวสารกับเพื่อนพ้องเช่นเดิมในเรื่อง **ผลงานการดูแลสิ่งแวดล้อมโดยไอ้ อี เอ็ม เย็นป่าบึง จำพวกอินนิบิกริว สิ่งพันศรี สิ่งพันศรี หองป่าในหอนพักแรม** เป็นต้น และก็ใช้ได้ดีผลเหมือนเดิม ท่านทั้งหลายไม่ลองดูซิแล้วจะหาว่าคุยของอย่างนี้ผมทราบว่ายากที่จะเชื่อจนกว่าจะได้ลองด้วยตัวเองว่าใช่แล้วได้ผลจริงๆ เช่นที่ผมได้แนะนำให้ **เชฟ อีเอ็ม จาก ทรูสดี ไทย เฮาส์** นำไปหมักและใช้งานผลปรากฏว่าได้ผลเกินคาดหมาย โดยเฉพาะเรื่อง กลิ่นเป็นเรื่อง จับจ๊อบไปเลย สองซิ สองซิ แล้วจะรู้ว่า เชฟรัช พุดถูกและยังเป็นการลดต้นทุนหายห่วง เพื่อนๆ ทราบไหมเอ่ยว่าบ้านผม (เกาะ สมุย) มีนักท่องเที่ยวหมุนเวียนกันมาเยี่ยมมีละเท่าไร อ๊ะ อ๊ะ อายากูรู้สิทำ บอกให้ก็ได้เริ่มจากปี 48 ก็แล้วกันครับ อยู่ที่ 1,014,909 คน ปี 49 อยู่ที่ 1,030,623 คน ปี 50 คาดการณ์ว่า อยู่ที่ 1,300,000 คน จากข้อมูลนี้ ทาง THA (สมาคมโรงแรมไทย) จัดทำสถิติไว้ อ๊ะ อ๊ะ เริ่มมีบางคนที่ฉลาดละซิทำ บ้านผมเดี๋ยวนั้นคับแคบซะแล้ว และไม่ต้องอิจฉามหม้อครัวแต่ส่งสารเกาะสมุยดีกว่า เพราะว่าความเจริญทางด้านการศึกษาและการลงทุนของเกาะสมุยเกิดขึ้นเร็วมากโดยเน้นการปลูกสร้างที่พักอาศัยเพื่อรองรับธุรกิจการท่องเที่ยวของเกาะสมุยด้านเดียวแต่ไม่ช่วยกันดูแลสิ่งแวดล้อมอย่างจริงจังที่ต้องทำควบคู่กันด้วยผลอันนี้จะมีผลทำให้เห็นเร็วมาก คอยดูว่าอีกไม่เกิน 5 ปีอะไรจะเกิดขึ้น ในความรู้สึกของผมคิดว่าจะแยกต่างหาก พักเสียอีกครับพี่น้อง แล้วเราคอยดูกันว่าจริงหรือไม่จริงเพราะนักท่องเที่ยวล้นทะลัก นะครับท่าน

ท้ายนี้ขอให้สิ่งที่ผมคิดจะก่อให้เกิดขึ้นเลยสำหรับเกาะสมุย ซึ่งผมถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของบ้านเกิดผมเองแล้วพบกันใหม่ครับคราวหน้าฝากกันช่วยดูแลสิ่งแวดล้อมที่อยู่ใกล้ตัวทุกท่านด้วยครับด้วยการ คัด แยก และใช้ ไอ้ เอ็มเป็นตัวช่วยนะครับ หรือเพื่อนๆ มีข้อเสนอแนะดีๆ กว่านี้ขอคำแนะนำ ดีหรือชมด้วยครับ ตามที่อยู่ข้างล่างนี้ครับ **สมาคมพ่ายฟ้าโดย เชฟ อีเอ็ม (เชฟอับ อีเอ็ม) At: banana fan sea resort : samui หรือ e-mail: chatchawan29@hotmail.com, e-mail: chef@bananafansea.com**





# Gossip



ก่อนมา **เบฟโปรดิว** เป็นแม่บ้าน หลายท่านที่มาจากต่างชมกันถ้วนหน้าว่า.....เดวิน...นะ...คะ...เดวินสำหรับ  
 นูฟเพ็กก็ขอ  
 ปรมมือให้ะคะ.....!!บางท่านกระซิบบอกลูกเซฟ...เอ...เวลาบจกจัดอาหารเลี้ยงก็มีไปกินเหมือนจัดให้กับสมาชิกเลย.. ไม่รู้เซฟ  
 ว่าไม่ตรงรีเปล่า..... อันนี้ลูกเซฟไม่ทราบ เอาไว้เจอจริงๆ จะถามให้ะคะ.....นะคะ..!! + ก่อนบ่ายคลายเครียด .....เอื้อ.....ย  
 ก่อนประชุมเป็นทางการ.....ก็ได้มีการพูดคุยกัน ถึงแนวทางการทำงาน ..... **นายก้านงค์** เป็นประธาน พร้อมทั้ง  
 กรรมการ..... สำหรับแขกพิเศษ..... ก็คนกันเองที่มาบ่อยๆ ..**คุณประวิตร** หรือ **คุณแซม** พร้อมสาว ๆ .....  
**คุณสสสสวย**..**คุณบ๋อมพา**..... **คุณเบธาธิธ** ... **คุณพิลาวัส**..... พร้อมและเต็มใจที่จะมาช่วยทำงานกับสมาคม... ยินดีคะ.....  
 ยินดี...!! บางเรื่องก็เร็ว..... บางเรื่องก็ช้า..... **บ๊องอิน**เจ้าขา..... มีคนบอกมา..... สมาชิกบางท่าน กว่าจะรู้ว่าประชุมที่  
 ไทน์..... เกือบลางานไม่ได้.....สงสัยต้องเขียนชะละมั้ง..... ก็รีบ ๆ หนีอกก็แล้วกันนะ...คุณน้อง .....นะ .....นะตัวเอง.....!!  
**งานเบิกคอร์โอร**ทำ บรรดาเซฟฯ เป็นกรรมกรคัดลีนประกวดทำอาหาร..... ได้รับคำชมจาก ผู้จัดงาน... ทุกท่าน ทำหน้าที่ได้ดี  
 ใครเป็นใคร..... คงรู้ตัวเองนะ..... ขอให้ติดลวดไปนะเจ้าคะ.....!!**ส่วนเดอวีน** **เบฟคุณเบธ** บอกเหนื่อยแสนเหนื่อย  
 แต่เพื่อสมาชิกยอมคะ..... ยอมเหนื่อย.....งานนี้ได้**บ๊องพา****เบฟพภก****กพน**และทีมงานดูแลเรื่องอาหารทุกท่านบอกว่าเยี่ยม.....  
 ส่วนเรื่องบริการห้องห้องประชุม ห้องจัดเลี้ยง **คุณหมอบ**..... **วิภา** จัดได้ประทับใจ..... ชอบคุณนะคะ ทีมงาน..... !!  
 ขอแสดงความยินดี กับทีมชนะเลิศ การประกวดอาหารอินเตอร์ ที่เมืองทองธานี.....ได้แก่.....ทีมโรงแรมโนมา.....คะ  
 ยินดีด้วยคะ.....เอ้า..... ขอเสียงปรบมือหน่อย.....!! สองสาวอินกันแข็ง **คุณสุนบลลย์ (บ๊องอ้อ)** เดินซ้าย  
**บ๊องถ่าย(สัดดาวลย์)** เดินขวา ..... ตัดลีนไม่ถูกคะ ใครสวยกว่ากัน... แต่อินกัน..... สวยทั้งคู่..... โห.....กลุ่ม.....  
 .....ว้อย... ย...ย.....!! ระยะนี้ไม่มีเวลา..... เพราะต้องรับหน้าที่ 3 ตำแหน่งเรียกว่า ทริอินวัน..... **เบฟสาวก๊อ** **บ.สสวย** เพื่อนเลิฟลูกเซฟ.....  
 ผ.จ.ก.ใหญ่ลาพักร้อนแต่ต้องเหนื่อยหน่อย..... ใครมีเวลาหรือผ่านไปก็แวะเยี่ยมกับบ้างนะคะ..... คิดถึงนะ..... คนดี.....!! หายไปนาน  
**คุณวิงขาบ** **บ.บงล** ณ.คิตทแฮล์ม แต่ยังไม่ลีนส่ง **คุณปัฐ**และ**สวดสวย** **บ๊องบิษาบัก** มาร่วมงานด้วย..... เอ้าขอให้สวยเวี้งเลยนะเจ้าคะ.....!! ส่วน  
**เบฟลบบ** อาจารย์ มหาลัยรังสิต นานๆ มาครั้ง แต่ตั้งใจมา.....บอกว่าตั้งใจที่สมาคมมีการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น..... ชอบคุณคะ อาจารย์ที่ชมมา.....  
 .....คะ ชอบคุณ.....!! ส่วน**บ๊องพัท****บิษา** ส่งชิ้นควิกมาให้ดื่มพร้อมทีมงานมาถึงที่..... อันนี้ก็ขอแท้งค์กั้วเจ้าคะ.....!! ดีใจนะคะเซฟกระเสาะรัญญู ก็มาให้ให้เห็น  
 หน้าบับเลย..... เยี่ยมคะ เยี่ยมจริง ๆ ..... !! เจ้าเก่า ยูนิลีเวอร์ ส่ง**บ๊องบักฤติยา**..... **บ๊องอิม**..... **เบธบิษา** คุมชบวนด้วย สูดนำเลิฟ **คุณตุ๋**.....**บ.บพา**.....  
 มาย่างตั้งใจ..... ขอแท้งค์กั้วหลายๆ เตื่อ..... คะ.....!! **เบฟบิษา**กลับจากเวียงจันทร์หลายเพลาลแล้ว.....แต่ใครสนใจ จะให้พาทัวร์กินเด็ก.....  
 เอื้อ.....ย.ย.ย..... ขอโทษ.....ทัวร์เวียงจันทร์.....เซฟบอกอินดีจะเป็นไกทให้.....เอื้อ...อ.....เชิญทัวร์ตามสบายนะคะ.....หมดแรงเมื่อไหร่แล้วค่อยมา  
 บอก.....!! **คุณสนบชาย**สมอเตี้ย.....ผู้มากด้วยน้ำใจ..... บอกมาว่าถ้าสมาคม ชาติเหลือเล็ก น้อยๆ พอที่จะช่วยได้ .....ขอให้บอกอินดีช่วยเสมอ.....  
 ..ขอบคุณคะ..... ขอบคุณ.....!! **คุณพรวพ** หรือน้องเก่งของเซฟ ๆ สายงานอาจจะเปลี่ยนไป..... แต่ใจไม่ เปลี่ยน..... ยังยินดี ที่จะช่วยงานเซฟ  
 ด้วยความเต็มใจ..... ยังรักเซฟ ๆ เสมอเจ้าตัวบอกมา..... คะ..... ชอบคุณคะน้องเก่ง.....พูดโดนมักๆ เลยคะ.....!! ผ่ากหลานที่เริ่มเข้าวงการเซฟ  
 ให้เซฟฯ ช่วยดูแล ..... **บ๊องอรธิต** **บ.บ.ม** ไล่กรอก..... แต่เซฟฯ บอกอยากดูแล..... คุณหน้า..... ะมากกว่า..... ทั้งขาว..... ทั้งอิม...ม.ม.  
 โอ้.....หยา..... คิดอะไร... ไม่เข้าใจ..... เอื้อ!! **เบฟอิม** จาก**อ.ส.อิน**. มาคตินเหมือนเดิม.....ผ่ากบอก.....จะบริการอย่างดี..... สำหรับทุกงาน  
 ที่สมาคมเซฟร้องขอ..... ชอบคุณคะ..... คุณเซฟ..... จะคอยดูแลคะ.....!!**เบฟบ.บ.บ**..... จะต้องเดินทางไปต่างประเทศ..... ไปๆ มาๆ .....  
 เพื่อไม่ให้งานสลด..... ผ่ากให้น้องกานต์มดี..... หรือ น้องเอ.....มาช่วยงานเพื่อสานต่อให้ราบรื่น.....สวยใสไม่บันยะบันยัง.....เอื้อ.....  
 .....**เบฟบ.บ.บ**เจ้าขา.....หลายคนบอกว่า..... ไม่ต้องกลับมาเลย..... อยู่อังกฤษซะให้เจ็ด.....แซ่ๆ ล้อออ.....เส่งงง.....!!  
 เซ็นสัญญาเป็นที่เรียบร้อยระหว่าง BES และ TCA ในงานที่มีชื่อใหม่ F.H.T. ฟู้ดโอดีไทยแลนด์ เรียกง่ายซึ้นกว่าเก่าเออะ เสนะ **คุณพวบ****บ.บ.บ**  
 จริงมีอะคะ คุณไสย.....คนอะไรไม่รู้..... สวย อมตะ..... จริง ๆ .....!! เหนื่อยมากถึงมากที่สุดเซฟคุ่ม..... ณ.เวคิสิ้น ขึ้น ๆ ล่อง ๆ กงเทพฯ หัวหิน.....  
 เห็นบอกว่า ออกจะขึ้นอย่างเดียวไม่ออกจะล่อง..... เอื้อ..... เอ..... งงละซิ.....ง..... คะ..... ง.....  
 พลาดไป..... หลายงานไม่ได้ เจอลูกของแปด 2 นิด ะนาน..... **คุณอาภา****บิษา****ส.คุณปัฐพ**.....  
 บอกว่า.....เหนื่อย.....ยุ่งมาก.....เอื้อก็เข้าใจนะแต่อย่างไรก็ตามต้องดูแลสุขภาพตัวเองด้วยละ.....  
 ..... เป็นห่วงคะ.....เป็นห่วง.....!!**บ.วิ.ส** บ.นเล็ก ๆ ให้ได้อินว่า..... สุขภาพยัง  
 แข็งแรงดี แต่ 2 เดือนที่ไม่ได้มาประชุมเพราะไม่มีใครแจ้งให้ทราบ ว่าจัดที่ไหน?  
 .....อ้าว... อีกแล้ว..... เหร ! ..... น้องอินเจ้าขา.....อย่ามัวแต่.....ทำอวบ  
 อยู่ละ.....สมาชิกเค้ารอหึ่ง เสียง..... เพราะ ๆ อยู่คะ.....!!  
 ในงานหลายท่านบอก แหมมเนื่อบ่น..... อร่อยดี.....อันนี้ก็ไม่ทราบคะ  
 แต่**คุณบ.บ.บ** คงทราบถามกันเองนะคะ ..... นะคะ.....!! คะ

สำหรับฉบับนี้ต้อง  
 BYE..... BYE..... จีบ.....จีบ.....คะ..





เพิ่มรสชาติถูกใจ  
เพิ่มกำไร...ให้คุณ

เนสท์เล่ โพรเฟสชันนัล เคียงคู่เชฟมือหนึ่งเช่นคุณ ด้วยผลิตภัณฑ์ปรุงอาหารเม็กที่  
ซึ่งผลิตจากวัตถุดิบคุณภาพ ผ่านกระบวนการหมักธรรมชาติ ให้คุณสร้างสรรค์ความอร่อย  
เต็มรสชาติได้ทุกจาน พร้อมเพิ่มยอดขายให้ร้านของคุณ



สายตรงเนสท์เล่  
**0-2657-8625**

**Nestlé** ฟู้ดโปรดักส์  
PROFESSIONAL อาหารสำหรับมืออาชีพ



ยอมทำทุกอย่าง

ให้คุณพอใจเรื่องข้าว

เพราะเรารู้ดีว่า "ข้าว" เป็นวัตถุดิบที่ยากต่อการรักษาคุณภาพให้คงที่เสมอ เราจึงทุ่มเททำทุกอย่าง เพื่อพัฒนาข้าวขึ้นตอน เพื่อรักษาคุณภาพของข้าวไว้ให้ได้มาตรฐาน ไม่ใช่แค่การคัดข้าวเปลือกคุณภาพแต่จากแหล่งปลูกที่ดีที่สุด แต่ยังคงดูแลไปจนถึงการจัดส่งอย่างรวดเร็ว จัดเก็บอย่างถูกสุขลักษณะให้พ้นจากความชื้น ความร้อนและสิ่งสกปรกต่างๆ แล้วยังบริหารสต็อกของคุณด้วยระบบสินค้าเข้าก่อน นำมาใช้ก่อน เพื่อให้คุณได้ใช้ข้าวที่สดใหม่อยู่เสมอ และวางใจได้ว่า ข้าวที่คุณเสิร์ฟจะนุ่ม หอม อร่อยเท่ากับทุกเมล็ด จึงไม่น่าแปลกใจที่ครัวของโรงเรียน และภัตตาคารชั้นนำส่วนใหญ่ ให้ความไว้วางใจในข้าวของเรา



พรีลิม ๙๕- จัดจำหน่ายโดย บริษัท อินทปรี จำกัด 248 ถนนสุขุมวิท แขวงคลองเตย เขตคลองเตย กรุงเทพฯ 10110  
www.parawrice.com โทร: 0-2863-0142, 0-2863-0305 โทรสาร: 0-2863-0306 www.parawrice.com

ส่งเสริมการขาย  
พิเศษสำหรับลูกค้าใหม่

 พาราว  
ข้าวหอม 15%  
ข้าวหอม 15%