

คำนำ

ด้วย สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ระดับจังหวัดเพชรบูรณ์ เป็นหน่วยส่งเสริมสนับสนุนในการจัดฝึกอบรมด้านอาชีพ หลักสูตรการทำพริกแกง รวมถึงการสนับสนุน ประสานงาน ร่วมกับภาคีเครือข่ายในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้และการศึกษาอาชีพให้มีความทำงานทำสร้างรายได้ให้ตนเองและครอบครัว

เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปตามวัตถุประสงค์ของการดำเนินงานที่เน้นเรื่องการมีอาชีพเพื่อการมีงานทำมีรายได้ จึงได้คัดเลือกหลักสูตรการทำพริกแกง เพื่อพัฒนาและต่อยอดมาจัดทำเป็นหลักสูตรเพื่อเผยแพร่ให้ประชาชนทั่วไปได้มีความรู้ ความเข้าใจ สามารถนำไปประกอบอาชีพต่อไปได้

ขอขอบคุณวิทยากรวิชาชีพ และคณะดำเนินงานการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง ที่ได้ร่วมพัฒนาหลักสูตร และจัดทำแผนการเรียนรู้รวมทั้งสื่อต่าง ๆ ให้สำเร็จไปด้วยดี และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าหลักสูตรเล่มนี้จะเป็น ประโยชน์ต่อวิทยากรและผู้เรียนต่อไป

สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดเพชรบูรณ์

มกราคม 2568

สารบัญ

	หน้า
คำนำ	ก
สารบัญ	ข
ความรู้เกี่ยวกับวัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำพริกแกง	1
ความรู้พื้นฐานในการจัดการเรียนรู้ตามหลักสูตรการทำพริกแกง	7
หลักสูตรการทำพริกแกง	
ความเป็นมา	7
จุดประสงค์การเรียนรู้	8
กลุ่มเป้าหมาย	8
ระยะเวลา	8
เนื้อหาหลักสูตร	8
การจัดการเรียนรู้	8
สื่อการเรียนรู้	9
การวัดและประเมินผล	9
การจบหลักสูตร	9
เอกสารหลักฐานการศึกษา	9
การเทียบโอนผลการเรียน	9
แผนการจัดการกระบวนการเรียนรู้หลักสูตรการทำพริกแกง	10
ใบความรู้ ความเป็นมาของการทำพริกแกง	12
ใบความรู้ วิธีทำพริกแกง	13
ใบงาน แบบบันทึกการทำพริกแกง	17
ใบความรู้ คุณค่าของพริกแกง	18
ใบความรู้ การบรรจุหีบห่อ	21
ใบความรู้ การคำนวณต้นทุน กำไร	22
ใบงาน การคิดต้นทุน กำไร	24
ใบความรู้ ช่องทางการตลาด	25
แบบวัดและประเมินผลการทำพริกแกง	26
แบบประเมินผลงานผู้เรียน	27
บรรณานุกรม	28
รายชื่อคณะผู้จัดทำหลักสูตร	29

หลักสูตรการทำพริกแกง จำนวน 10 ชั่วโมง

ความรู้เกี่ยวกับวัสดุ อุปกรณ์ ที่ใช้ในการทำพริกแกง

ก่อนที่ผู้เรียนจะเข้าสู่การเริ่มต้นทำพริกแกง ผู้เรียนควรเรียนรู้เกี่ยวกับวัสดุและอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำพริกแกง ได้แก่ พริกแห้ง (พริกชี้ฟ้า, พริกเม็ดใหญ่, พริกชี้หนู) กระเทียมไทย หอมแดง เกลือ กะปิ ข่า ตะไคร้ มะกรูด กระชาย โดยมีวิธีการเลือกดังนี้

พริกแกง

"แกง" หมายถึง กับข้าวประเภทที่เป็นน้ำมีชื่อต่างๆ ตามวิธีการปรุงและเครื่องปรุง โดยหลายคนอาจจะคุ้นเคยกันว่าแกงนั้น จะต้องเป็นอาหารที่มี "พริกแกง" เครื่องปรุงหลักในการประกอบอาหาร แต่แท้จริงแล้วประเภทของแกงจะนั้นแบ่งออกเป็น 2 ประเภทหลัก ๆ ได้แก่

1. แกงกะทิ แบ่งเป็น 2 ชนิดได้แก่

1.1 แกงกะทิที่ใส่พริกแกง เช่น แกงคั่ว, แกงเทโพ, พะแนง, แกงกะหรี่, แกงเขียวหวาน, แกงเผ็ด, แกงมัสมั่น

1.2 แกงกะทิที่ไม่ใส่พริกแกง เช่น ต้มกะทิสายบัว, ต้มข่าไก่

2. แกงไม่ใส่กะทิ แบ่งได้เป็น 2 ชนิด

2.1 แกงไม่ใส่กะทิที่ใส่พริกแกง เช่น แกงป่า, แกงส้ม

2.2 แกงไม่ใส่กะทิที่ไม่ใส่พริกแกง เช่น แกงจืด, ต้มส้ม, ต้มเค็ม

พริกแกง ถือว่าเป็นเคล็ดลับในการทำอาหารของคนไทย ที่ทำให้การทำแกงต่าง ๆ ไปจนถึงผัดพริกแกง มีรสชาติที่เข้มข้น และถึงเครื่องสุด ๆ จนทำให้อาหารไทยโดดเด่น มีเอกลักษณ์ไม่เหมือนใครหลายเมนูเลยทีเดียว จึงกลายเป็นวัตถุดิบสำคัญ ที่พ่อครัวแม่ครัวควรมีติดบ้านเอาไว้ เพื่อให้ทำอาหารไทยได้อร่อยในทุก ๆ วัน



พริกแห้ง

พริกแห้งจัดเป็นพืชสมุนไพรและเครื่องปรุงรสชาติจัดจ้านที่เป็นส่วนหนึ่งในการประกอบอาหารไทย ช่วยสร้างรสชาติที่เข้มข้นและเผ็ดร้อนได้อย่างดีเยี่ยม พริกแห้งสามารถเป็นการรูปแบบมาจากพริกสด มีทั้งแบบเป็นพริกชี้หนูแห้งและพริกเม็ดใหญ่ ที่แบ่งออกเป็นพริกแห้งที่ทำมาจากพริกชี้ฟ้าและพริกแห้งที่ทำมาจากพริกบางช้าง ซึ่งส่วนใหญ่แล้ว ในการทำอาหารต่างๆคนไทยจะนิยมใช้พริกแห้งที่มีขนาดใหญ่มากกว่าเนื่องจากพริกแห้งเม็ดใหญ่ ช่วยในการแต่งสีของอาหารและ แกง ต้ม ยำ ต่างๆได้อย่างสวยงาม แต่ทั้งนี้ถ้าหากว่าต้องการรสชาติของความเผ็ดร้อนที่มากต้องใช้พริกแห้งแบบพริกชี้หนู เพราะจะสามารถให้รสชาติเผ็ดได้มากกว่า

พริกแห้งอุดมไปด้วยคุณค่าทางสารอาหารมากมาย ไม่ว่าจะเป็น ธาตุเหล็ก โพแทสเซียม แมกนีเซียม โยอาหาร วิตามิน A วิตามิน B ชนิดต่างๆ รวมไปถึงอุดมไปด้วยวิตามินซีในปริมาณที่สูงเป็นอย่างมาก เรียกได้ว่าเป็นอีกหนึ่งเครื่องเทศพืชสมุนไพรที่อุดมไปด้วยประโยชน์แม้อยู่ในเม็ดเล็กก็ตาม

พริกถือเป็นเครื่องเทศหรือวัตถุดิบที่อยู่คู่กับคนไทยมานาน แต่พริกนั้นก็ยังมีมากมายหลายชนิด และมีรสชาติที่แตกต่างกัน นอกจากความเผ็ดร้อนของพริกแล้วก็还将มีความหอมของพริกที่ขึ้นอยู่กับสายพันธุ์ของพริกแต่ละชนิด ซึ่งช่วยให้เมนูอาหารมีความอร่อยกลมกล่อม

- พริกชี้หนูหรือพริกชี้หนูสวน พริกที่นิยมใช้เพราะว่ามีขนาดเล็ก แล้วก็มักกลิ่นหอมและรสเผ็ด วิธีการเลือกซื้อพริกชี้หนูสดนั้น ถ้าเป็นพริกชี้หนูสวนที่ยังไม่ได้เด็ดขั้ว เราก็จะสามารถทราบได้ว่าพริกนั้นยังสดอยู่สามารถเอามาเด็ดเองได้ แต่ในกรณีที่พริกถูกเด็ดขั้วไปแล้ว ให้ดูที่ขั้วว่าเป็นสีเขียวๆ นั้นแสดงว่าเป็นพริกที่เพิ่งเด็ดสด ๆ

- พริกชี้ฟ้า ที่มีทั้งสีเขียวและสีแดง การเลือกซื้อนั้นต้องเลือกซื้อพริกที่ผิวเต่งตึง ดูจากเปลือกของพริกต้องไม่เหี่ยว และให้เนื้อแน่น พริกชี้ฟ้าสีเขียวนั้น ตกแต่งจาน หรือใส่ในผัดพริกแกง แต่สีเขียวจะรสชาติเผ็ดน้อยกว่าพริกแดง

- พริกหยวก เป็นชนิดที่ถือว่ามีความเผ็ดน้อย แต่ให้สีที่ดูน่ารับประทาน ซึ่งพริกหยวกนั้นให้เลือกดอกพริกที่มีสีเขียว ผิวไม่เหี่ยว ผิวเรียบ ไม่มีรอยข้ำ หรือเป็นรูจากหนอนไช ขวดต้องเป็นสีเขียวสด

วิธีการเลือกซื้อนั้นให้เลือกซื้อพริกแห้งที่มีลักษณะสีส้ม ไม่คล้ำ พริกต้องไม่ชื้นหรือขึ้นรา ต้องมีลักษณะแห้ง ซึ่งพริกแห้งโดยส่วนใหญ่จะนำพริกที่สุกอม เป็นสีแดงมาตากแห้ง ไม่นิยมนำพริกเขียวไปตากหรือพริกที่ยังไม่สุกดี พริกบางชนิดอย่างเช่นพริกบางช้าง เนื่องจากขนาดของพริกที่ใหญ่กว่าพริกชนิดอื่น การทำให้แห้งโดยการตากแดดเพียงอย่างเดียวคงไม่ได้ จึงใช้วิธีการทำให้แห้งด้วยการรมควัน พริกจะมีสีแดงคล้ำและให้กลิ่นที่หอมมากกว่า



หอม

ควรเลือกซื้อหอมแดงแบบที่มัดเป็นพวงจะดีกว่าแบบที่ร่วงหล่นเป็นหัวๆ ไม่เลือกหอมแดงที่มีรากหรือใบเขียวๆ ติดมาด้วย เนื่องจากยังมีความชื้นอยู่ ให้เลือกที่แห้งๆ ต้องไม่มีราขึ้น ควรเลือกหอมแดงที่มีเปลือกห่อหุ้มอยู่ตลอดทั้งหัว หากถลอกมากไม่ควรเลือก สีเปลือกหอมแดงควรมีสีม่วงอมชมพูเข้มสวยงาม หากสีคล้ำก็อย่าเลือก สรรพคุณของหอมแดงช่วยไล่แก๊ส ขับปัสสาวะ และช่วยรักษาอาการไข้



กระเทียม

การเลือกซื้อกระเทียมนั้น มีหลักพิจารณาต่างๆคือ เลือกกระเทียมที่หัวแน่น กลีบแน่น เปลือกบาง มีเนื้อสีเหลืองอ่อน สด แน่น ไม่ฝ่อและไม่มีเชื้อรา ที่สำคัญ ถ้าต้องทำ

อาหารที่ต้องการกลิ่นแรงๆ ต้องเลือก กระเทียมหัวเล็ก เท่านั้น



เกลือ

เกลือแกง เกลือไอโอดีน หรือ Table salt คือ เกลือปรุงอาหาร ที่เราพบได้บ่อยที่สุดตามบ้าน และห้างสรรพสินค้าทั่วไป โดยส่วนใหญ่มักจะมีเกลือทะเลเอียง และผ่านการขัดสีจนขาวสะอาด โดยกระบวนการนี้เองที่ทำให้แร่ธาตุสำคัญในเกลือหายไป ดังนั้น ส่วนใหญ่จึงมักมีการเติมสารไอโอดีนเพื่อเพิ่มคุณค่าทดแทน และเพราะเกลือแกงมักจะประกอบด้วยโซเดียมคลอไรด์เป็นส่วนใหญ่ ผู้เชี่ยวชาญหลายราย จึงมักออกมาเตือน เรื่องความระมัดระวังในการบริโภคโซเดียมเข้าสู่ร่างกายมากเกินไป จนอาจนำไปสู่ปัญหาสุขภาพต่าง ๆ ได้ สำหรับผู้ที่ต้องการหลีกเลี่ยงโซเดียมมากเกินไป แต่ยังคงต้องการไอโอดีนเพื่อร่างกาย สามารถหันมาบริโภคสาหร่ายทะเลทดแทนได้ เพราะเป็นแหล่งอุดมด้วยแร่ธาตุไอโอดีนเช่นกัน



กะปิ

"กะปิ" ถือเป็นวัตถุดิบในการปรุงอาหารที่ครัวไทยทุกบ้านขาดไม่ได้ ขั้นตอนการผลิตกะปิเหมือนจะไม่ซับซ้อน และใช้เพียงแสงแดดจากดวงอาทิตย์บวกกับกำลังคนคอยหมั่นพลิกเนื้อกะปิให้สัมผัสแดดโดยทั่วถึงกัน แต่ที่ผ่านมามีเรื่องการปนเปื้อนของสารเคมีหรือสิ่งแปลกปลอมในกะปิที่วางขายตามท้องตลาดอยู่เสมอ โดยเฉพาะเรื่องการใส่ "สี" ซึ่งกฎหมายควบคุมชัดเจนว่า "ห้ามใส่สี" ในกะปิ เพราะอาจส่งผลเสียต่อสุขภาพของคนกิน คำแนะนำในการเลือกซื้อกะปิ มีดังนี้

1. สีของกะปิต้องดูเป็นธรรมชาติ เช่น สีชมพู สีแดงออกม่วง
2. เนื้อของ กะปิต้องละเอียด มีความสม่ำเสมอเป็นเนื้อเดียวกัน เหนียว ไม่แห้งหรือเปียกเกินไป
3. มีกลิ่นหอมตามธรรมชาติของกะปิ ไม่มีกลิ่นคาวปลา หรือกลิ่นฉุนของสารเคมี
4. รสชาติเค็มพอดี ไม่มีรสขม
5. ไม่มีสิ่งแปลกปลอม และ
6. บรรจุในภาชนะที่สะอาด แห้ง และปิดสนิท



ข่า

เป็นพืชในตระกูลเดียวกับขิง มีรสเผ็ดร้อนและกลิ่นแรง ไม่เหมือนกับขิงธรรมดาทั่วไป ควรเลือกแง่งที่อ่อนสด เปลือกมีสีขาวปนชมพู ต้องไม่แข็งมาก สามารถใช้เล็บจิกลงไปได้ ล้างให้สะอาดก่อนนำไปใช้สรรพคุณของข่าคือ ช่วยไล่แก๊สในลำไส้ และรักษาโรคท้องร่วง โรคบิด และยังช่วยลดเสมหะ



ตะไคร้

ควรเลือกซื้อตะไคร้ที่ฐานบริเวณลำต้นอวบอ้วนและมีสีม่วงอ่อน เวลาใช้ต้องควรปอกเปลือกข้างนอกออกจนกระทั่งเห็นเนื้อข้างในที่มีสีชมพู สรรพคุณของตะไคร้คือช่วยในด้านการย่อยอาหาร ขับปัสสาวะ ขับ เหงื่อ และช่วยบรรเทาอาการอาเจียน นอกจากนี้ยังช่วยลดความดัน และไล่แก๊ส ตะไคร้ยังใช้เป็นยาบรรเทาอาการเป็นไข้และลดอาการปวดท้อง



ความรู้พื้นฐานในการจัดการเรียนรู้ตามหลักสูตรการทำพริกแกง

การจัดการศึกษาอาชีพในปัจจุบันมีความสำคัญมากเพราะจะเป็นการพัฒนาประชากรของประเทศให้มีความรู้ความสามารถและทักษะในการประกอบอาชีพเป็นการแก้ปัญหาการว่างงานและส่งเสริมความเข้มแข็งให้แก่เศรษฐกิจชุมชนซึ่งกระทรวงศึกษาธิการได้กำหนดยุทธศาสตร์ ที่จะพัฒนาศักยภาพของประชาชนในพื้นที่ให้ประชาชนได้มีอาชีพที่สามารถสร้างรายได้ที่มั่นคง มั่งคั่ง และมีงานทำอย่างยั่งยืน

สภาพสังคมปัจจุบันได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆ เช่น ด้านเศรษฐกิจ การเมือง สังคม และสิ่งแวดล้อมเป็นอย่างมาก ประชากรมนุษย์เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ แต่ทรัพยากรธรรมชาติถูกใช้ไปอย่างรวดเร็ว และไม่เพียงพอกับจำนวนประชากรที่เพิ่มขึ้น มนุษย์จึงประสบปัญหาต่างๆ ตามมามากมาย โดยเฉพาะด้านการดำรงชีพ และชีวิตความเป็นอยู่ของมนุษย์ ดังนั้นจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่มนุษย์เราจะต้องสร้างสิ่ง ทดแทนเพื่อการอยู่รอดโดยวิธีการต่างๆ

อาชีพการทำพริกแกง เป็นอีกหนึ่งอาชีพที่น่าสนใจสามารถเป็นอาชีพทางเลือก สร้างรายได้เสริม หรือเพื่อใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้จังหวัดเพชรบูรณ์ จึงได้ส่งเสริมการจัดการทำหลักสูตรการทำพริกแกง ที่สามารถนำความรู้ไปใช้ในการสร้างรายได้ที่มั่นคง และยั่งยืนอย่างมีประสิทธิภาพ

หลักสูตรการทำพริกแกง

1. ความเป็นมา

ปัจจุบันการดำรงชีวิต มีค่าครองชีพสูงขึ้น ทำให้ประชาชนมีรายได้ไม่เพียงพอกับค่าใช้จ่ายประจำวัน ประชาชนต้องดิ้นรนที่จะหารายได้เพิ่มเติมจากรายได้หลักที่อยู่ การประกอบอาชีพเสริมจึงเป็น ทางเลือกหนึ่งที่ประชาชนทั่วไปต้องทำมาหากิน

ในสภาพปัจจุบันมนุษย์เราได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ เช่น ด้านเศรษฐกิจ การเมือง สังคม และสิ่งแวดล้อมเป็นอย่างมากเมื่อจำนวนประชากรเพิ่มแต่ทรัพยากรธรรมชาติถูกใช้ไปอย่างรวดเร็วและไม่เพียงพอต่อความต้องการ สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้จังหวัดเพชรบูรณ์ จึงได้นำนโยบาย ยุทธศาสตร์ และ ความจำเป็นดังกล่าวสู่การปฏิบัติเพื่อการพัฒนาหลักสูตรอาชีพการทำพริกแกงให้กับประชาชนและผู้สนใจ เพื่อตอบสนองความต้องการของคนที่เร่งรีบ ในการทาภารกิจประจำวัน การทำเครื่องแกง มีมาตั้งแต่บรรพบุรุษ จากรุ่นสู่รุ่น เนื่องจาก ครอบครัวไทยได้ทำการเกษตรมาตั้งแต่โบราณและสืบทอดกันมา โดยใช้วัตถุดิบที่หาได้ในพื้นที่ สามารถปลูกเองได้โดยปลอดสารพิษ นำมาผลิตใช้เป็น เครื่องแกงในครัวเรือน ในขณะเดียวกัน วัตถุดิบ ในการทาเครื่องแกงก็เป็นสมุนไพรชนิดหนึ่ง มีสรรพคุณหลายอย่างซึ่ง สามารถป้องกันโรคต่างๆได้ เครื่องแกง จึงได้ชื่อว่าเป็นภูมิปัญญาท้องถิ่นเพื่อไม่ให้ภูมิปัญญาท้องถิ่นสูญหายไป จึงต้อง ช่วยกันเพิ่มมูลค่าของ วัตถุดิบ ในชุมชนให้มากขึ้น โดยนำเอาวัตถุดิบต่างๆมาทำเป็นพริกแกงและสามารถนำไป เป็นแนวทางในการ ประกอบ อาชีพที่สามารถสร้างรายได้ให้แก่ผู้ประกอบการอาชีพนี้ได้

2. จุดประสงค์การเรียนรู้

- 2.1 อธิบายความเป็นมาของการทำพริกแกง
- 2.2 อธิบายวัสดุ อุปกรณ์และเลือกใช้ได้อย่างเหมาะสม
- 2.3 อธิบายขั้นตอนการทำพริกแกงชนิดต่างๆ ได้
- 2.4 ปฏิบัติการทำพริกแกงชนิดต่างๆ ได้
- 2.5 อธิบายคุณค่าของการทำพริกแกงได้
- 2.6 จัดหาหรือจัดทำการบรรจุหีบห่อได้อย่างเหมาะสม
- 2.7 คิดต้นทุน กำไรจากการจำหน่ายพริกแกงได้
- 2.8 อธิบายช่องทางการจัดการตลาดของการทำพริกแกงได้

3. กลุ่มเป้าหมาย

ประชาชนทั่วไป

4. ระยะเวลา

ภาคทฤษฎี	2	ชั่วโมง
ภาคปฏิบัติ	8	ชั่วโมง

5. เนื้อหาหลักสูตร

- 5.1 ความเป็นมาของการทำพริกแกง
- 5.2 วัสดุ อุปกรณ์และเลือกใช้ได้อย่างเหมาะสม
- 5.3 ขั้นตอนการทำพริกแกง
- 5.4 การปฏิบัติการทำพริกแกง
- 5.5 คุณค่าของการทำพริกแกง
- 5.6 การจัดหาหรือจัดทำการบรรจุหีบห่อได้อย่างเหมาะสม
- 5.7 การคิดต้นทุน กำไรจากการจำหน่ายพริกแกง
- 5.8 ช่องทางการจัดการตลาดของการทำพริกแกง

6. การจัดการเรียนรู้

การบรรยายให้ความรู้ การสาธิต การลงมือปฏิบัติ การอภิปรายแลกเปลี่ยนประสบการณ์การเรียนรู้

แผนการจัดกระบวนการเรียนรู้หลักสูตรการทำพริกแกง

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	สื่อการเรียนรู้	วัดและประเมินผล	ชั่วโมง	
						ทฤษฎี	ปฏิบัติ
1. ความเป็นมาของพริกแกง	1. อธิบายความเป็นมาของการทำพริกแกงได้	1. ความเป็นมาของการทำพริกแกง	1. วิทยากรอธิบายความเป็นมาของการทำพริกแกง	ใบความรู้เรื่องความเป็นมาของการทำพริกแกง รูปภาพ สื่อออนไลน์	สังเกตความสนใจ ซักถาม การมีส่วนร่วม ชิ้นงาน/ผลงาน ประเมินผลงาน ผู้เรียน โดยใช้ใบงานที่กำหนด	15 นาที	
2. วัสดุอุปกรณ์และการเลือกใช้	2. อธิบายวัสดุ อุปกรณ์ และเลือกใช้ได้อย่างเหมาะสม	2. วัสดุ อุปกรณ์ และการเลือกใช้	วิทยากรอธิบายอุปกรณ์ในการทำพริกแกง วิทยากรอธิบายวัสดุที่ใช้ประกอบการทำพริกแกง ให้ผู้เรียนเลือกใช้วัสดุอุปกรณ์	ตัวอย่างวัสดุ อุปกรณ์ สื่อออนไลน์		15 นาที	
3. ขั้นตอนการทำพริกแกง	3. อธิบายขั้นตอนการทำพริกแกงได้	3. ขั้นตอนการทำพริกแกง	1. วิทยากรอธิบายการทำพริกแกง - พริกแกงเผ็ด - พริกแกงคั่ว - พริกแกงส้ม - พริกแกงเขียวหวาน	ใบความรู้ เรื่องการทำพริกแกง สื่อออนไลน์ วัสดุ อุปกรณ์ของจริง		15 นาที	
4. การปฏิบัติการทำพริกแกง	4. ปฏิบัติการทำพริกแกงได้	4. การปฏิบัติการทำพริกแกง	วิทยากรสาธิตวิธีการทำพริกแกงและผู้เรียนลงมือปฏิบัติ วิทยากรและผู้เรียนแลกเปลี่ยน เรียนรู้	1. ใบงาน การจัดทำพริกแกง		-	8 ชั่วโมง

แผนการจัดกระบวนการเรียนรู้หลักสูตรการทำพริกแกง

เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	การจัดกระบวนการเรียนรู้	สื่อการเรียนรู้	วัดและประเมินผล	ชั่วโมง	
						ทฤษฎี	ปฏิบัติ
5. คุณค่าของ การทำพริกแกง	5. อธิบายคุณค่าของ พริกแกงได้	5. คุณค่าของพริกแกง	1.ผู้เรียนศึกษาใ้ความรู้คุณค่าของ พริกแกง 2.วิทยากรและผู้เรียน ร่วมกัน อภิปรายแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เกี่ยวกับ คุณค่าของพริกแกง 3.วิทยากรสรุปองค์ความรู้	ใ้ความรู้ เรื่องคุณค่า พริกแกง		15 นาที	-
6. การจัดหาหรือ จัดทำบรรจุหีบห่อ	6. จัดหาหรือจัดทำกร บรรจุหีบห่อได้อย่าง เหมาะสม	6. การจัดหาหรือจัดทำ การบรรจุหีบห่อ	1.วิทยากรอธิบายการจัดทำ/จัดหา และเทคนิคของการทำบรรจุหีบห่อ 2.ใ้ผู้เรียนออกแบบและจัดทำ บรรจุหีบห่อ	ใ้ความรู้ เรื่องการ บรรจุหีบห่อ ตัวอย่างการบรรจุ หีบ ห่อ		20 นาที	-
7. การคิดต้นทุน กำไร	7.คิดต้นทุน กำไรจากการ จำหน่ายพริกแกงได้	7. การคำนวณต้นทุน กำไร	วิทยากรใ้ความรู้เกี่ยวกับ วิธีการคิดต้นทุน กำไร ใ้ผู้เรียนฝึกการคิดต้นทุน กำไร	ใ้ความรู้เรื่องกร คำนวณต้นทุนกำไร ใบงาน		20 นาที	-
8. ช่องทางการ จัดการการตลาด ของการทำพริกแกง	8. อธิบายช่องทางการ จัดการการตลาดของการทำ พริกแกงได้	8. ช่องทางการตลาด ของการทำพริกแกง	1. วิทยากรแจกใ้ความรู้ใ้ผู้เรียน ศึกษา 2.วิทยากรและผู้เรียนร่วมกัน อภิปรายแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับ ช่องทางการจัดการการตลาด	1. ใ้ความรู้เรื่อง ช่องทางการตลาด		20 นาที	-

ใบความรู้ ความเป็นมาของการทำพริกแกง



“แกง” นับว่าเป็นหนึ่งในอาหารยอดนิยมของคนไทย มีหลากหลายรสชาติและวัตถุดิบที่แตกต่างกันตามประเภทของแกงนั้นๆ ส่วนประกอบสำคัญของแกงนั้นคือเครื่องแกงที่ทำจากพืชสมุนไพรและเครื่องเทศของไทย นำมาบด สับ หรือโขลก รวมกันตามสูตร ซึ่งจะได้ออกมาเป็นพริกแกงสำเร็จรูปพร้อมนำไปประกอบอาหาร ตัวอย่างเช่น น้ำพริกแกงเขียวหวาน น้ำพริกแกงมัสมั่น น้ำพริกแกงคั่ว น้ำพริกแกงเผ็ด น้ำพริกแกงส้ม เป็นต้น ปัจจุบันพริกแกงได้รับการพัฒนาเป็นอุตสาหกรรมในครัวเรือนไปจนถึงอุตสาหกรรมขนาดเล็กและขนาดกลาง (SMEs) รวมทั้งยังเป็นผลิตภัณฑ์ OTOP ขึ้นชื่อในหลายตำบล ส่วนสำคัญของการพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหารออกสู่อุตสาหกรรมคือ ระยะเวลาการเก็บรักษาอาหารในบรรจุภัณฑ์ (Shelf life) และการเก็บรักษาในสภาวะที่กำหนด ซึ่งจะสามารถรักษาคุณภาพความปลอดภัยของอาหารให้อยู่ในระดับที่กำหนดได้ การถนอมอาหารหรือการยืดอายุการเก็บรักษาพริกแกงนั้นจะต้องควบคุมตั้งแต่การคัดเลือกและจัดเตรียมวัตถุดิบบรรจุภัณฑ์หรือการบรรจุอาหาร และการควบคุมปริมาณความชื้นและค่าวอเตอร์แอกติวิตี (Water Activity: Aw) ในผลิตภัณฑ์ ซึ่งเป็นค่าที่ชี้ระดับปริมาณน้ำต่ำสุดในอาหารที่เชื้อจุลินทรีย์สามารถนำไปใช้ในการเจริญเติบโตและใช้ในการเกิดปฏิกิริยาเคมีต่าง ๆ ค่า Aw ยังใช้ในการประเมินว่าเชื้อจุลินทรีย์ชนิดใดเป็นหรือไม่เป็นสาเหตุที่ทำให้อาหารเสีย มาตรฐานผลิตภัณฑ์ชุมชนได้กำหนดค่าวอเตอร์แอกติวิตีมาตรฐานในผลิตภัณฑ์พริกแกงไว้ที่ 0.85 เพื่อใช้ในการควบคุมและป้องกันการเสื่อมเสียของพริกแกงที่เกิดขึ้นจากเชื้อจุลินทรีย์ สิ่งสำคัญที่ทำให้แกงของไทยได้รับความนิยมทั่วโลก นั่นก็เพราะคนรุ่นก่อนได้คิดค้นสูตรเครื่องแกงที่มีความโดดเด่น และรสชาติอร่อย แค่นี้ได้ใช้สมุนไพรที่เป็นเหมือนยารักษาโรคมามากเป็นเครื่องปรุงในอาหาร ตัวอย่างเช่น

พริก : ประกอบด้วยวิตามินซี, อี, บี 1, บี 2, บี 3 ช่วยระบบการหายใจ หมุนเวียนโลหิต

ใบโหระพา : ช่วยระบบย่อยอาหาร

หอมแดง : ช่วยป้องกันหวัด

กระเทียม : ช่วยลดคอเลสเตอรอล และช่วยป้องกันโรคหัวใจ

กะทิ : ให้พลังงาน (Get Fat)

กะปิ : ประกอบด้วยแคลเซียม และวิตามินเอ

ทั้งหมดนี้ คือ ส่วนหนึ่งของประโยชน์ที่เราจะได้รับในหนึ่งจาน ซึ่งเป็นความรู้ที่คนไทยได้ค้นพบและสืบทอดรุ่นหนึ่งสู่อีกรุ่นหนึ่ง การเป็นสากลไม่ได้หมายความว่ารสชาติดั้งเดิม ต้องลดหย่อนลงไป แต่ควรจะมีใจและรักษาสืบทอดต่อไป ซึ่งในความเป็นจริง แกงของไทยนั้นปรุงง่ายและรับประทานกับข้าวสวยก็อร่อย

ใบความรู้ วิธีการทำพริกแกง

1. น้ำพริกแกงเขียวหวาน

เครื่องปรุง

1. พริกชี้ฟ้าสด	0.2	กิโลกรัม
2. พริกชี้หนูสด	0.1	กิโลกรัม
3. ตะไคร้	0.5	กิโลกรัม
4. หอมแห้ง	0.3	กิโลกรัม
5. ข่า	0.1	กิโลกรัม
6. กระเทียม	0.2	กิโลกรัม
7. ลูกมะกรูด	0.05	กิโลกรัม
8. ลูกผักชี	0.05	กิโลกรัม
9. ยี่หระ	0.05	กิโลกรัม
10. เกลือ	0.3	กิโลกรัม



วิธีเตรียม

1. พริกชี้ฟ้าสด พริกชี้หนูสด ล้างน้ำปลิดก้านทิ้ง
2. ตะไคร้ ตัดโคนลอกเอากาบออก ล้างน้ำหั่นฝอย
3. ข่า ล้างน้ำขูดผิว หั่นเป็นแว่นบาง ๆ หั่นฝอย
4. หอมแห้ง กระเทียม ปอกเปลือก ล้างน้ำ
5. ยี่หระ ลูกผักชี นำไปคั่วพอเหลือง
6. ลูกมะกรูด ล้างน้ำฝานบาง ๆ ใช้แต่ผิว หั่นฝอย

วิธีทำ

1. นำเครื่องเทศ ลูกผักชี ยี่หระ โขลกหรือบดให้ละเอียดเสียก่อน
2. โขลกหรือบดพริกชี้ฟ้าสด พริกชี้หนูสด ตะไคร้ ข่า หอม กระเทียม ลูกมะกรูด กะปิ เกลือ แล้วใส่ลูกผักชี ยี่หระ ที่โขลกละเอียดแล้ว นำมาโขลกรวมกันอีกครั้งหนึ่ง

2. น้ำพริกแกงมัสมั่น

เครื่องปรุง

1. พริกแห้งเม็ดใหญ่	0.3	กิโลกรัม
2. หอมแห้ง	0.2	กิโลกรัม
3. กระเทียม	0.2	กิโลกรัม
4. ลูกผักชี	0.1	กิโลกรัม
5. ยี่หระ	0.05	กิโลกรัม
6. เกลือ	0.25	กิโลกรัม
7. ลูกจันทร์	0.05	กิโลกรัม
8. ดอกจันทร์	0.05	กิโลกรัม
9. ลูกกระวาน	0.05	กิโลกรัม
10. กานพลู	0.05	กิโลกรัม
11. พริกไทย	0.05	กิโลกรัม
12. อบเชย	0.05	กิโลกรัม



วิธีเตรียม

1. พริกแห้งผ่าแคะเมล็ดตอก แช่น้ำให้นุ่ม บีบน้ำออก
2. หอมแห้ง กระเทียม ปอกเปลือก ล้างน้ำ
3. ยี่หระ ลูกผักชีเลือกสิ่งสกปรกออก นำไปคั่วพอเหลือง
4. ลูกจันทร์ ดอกจันทร์ ลูกกระวาน การพูล นำไปคั่วพอเหลือง
5. อบเชยนำไปเผาไฟให้หอม

วิธีทำ

1. นำเครื่องเทศ ลูกผักชี ยี่หระ ลูกจันทร์ ดอกจันทร์ ลูกกระวาน กานพลู อบเชย นำมาโขลก หรือบด ให้ละเอียดเสียก่อน
2. โขลกหรือบดพริกแห้ง หอม กระเทียม เกลือ ให้ละเอียด แล้วนำเครื่องเทศที่โขลกละเอียดแล้ว นำมาโขลก รวมกันอีกครั้งหนึ่ง

3. พริกแกงเผ็ด

เครื่องปรุง

1. พริกแห้งเม็ดใหญ่	0.3	กิโลกรัม
2. ตะไคร้	0.5	กิโลกรัม
3. หอมแห้ง	0.2	กิโลกรัม
4. ข่า	0.1	กิโลกรัม
5. กระเทียม	0.2	กิโลกรัม
6. ลูกผักชี	0.05	กิโลกรัม
7. ยี่หระ	0.05	กิโลกรัม
8. กะปิ	0.1	กิโลกรัม
9. เกลือ	0.3	กิโลกรัม
10. ลูกมะกรูด	0.05	กิโลกรัม

วิธีเตรียม

1. พริกแห้งผ่าแคะเมล็ดออก แช่น้ำให้นุ่ม บีบน้ำออก
2. ตะไคร้ ตัดโคนลอกเอากาบแก่ออก ล้างน้ำหั่นฝอย
3. ข่าล้างน้ำ ชูดฝิวออก หั่นเป็นแว่นบาง ๆ หั่นฝอย
4. หอมแห้ง กระเทียม ปอกเปลือก ล้างน้ำ
5. ยี่หระ ลูกผักชีเลือกสิ่งสกปรกออก นำไปคั่วพอเหลือง
6. ลูกมะกรูด ล้างน้ำฝานบาง ๆ แล้วหั่นฝอย

วิธีทำ

1. นำเครื่องเทศ ลูกผักชี ยี่หระ โขลกหรือบดให้ละเอียดเสียก่อน
2. โขลกหรือบดพริกแห้ง ตะไคร้ ข่า หอม กระเทียม ลูกมะกรูด กะปิ เกลือ ให้ละเอียด แล้วนำลูกผักชี ยี่หระ ที่โขลกละเอียดแล้ว นำมาโขลกรวมกันอีกครั้งหนึ่ง

4.



น้ำพริกแกงส้ม

เครื่องปรุง

- | | | |
|---------------------|-----|----------|
| 1. พริกแห้งเม็ดใหญ่ | 0.3 | กิโลกรัม |
| 2. หอมแห้ง | 0.5 | กิโลกรัม |
| 3. กระเทียม | 0.3 | กิโลกรัม |
| 4. กะปิ | 0.1 | กิโลกรัม |
| 5. เกลือ | 0.2 | กิโลกรัม |

วิธีเตรียม

1. พริกแห้งผ่าแคะเมล็ดออก แช่น้ำให้นุ่ม ปีบเอาน้ำออก
2. หอมแห้ง กระเทียม ปอกเปลือกล้างน้ำ

วิธีทำ

โขลกหรือบดพริกแห้ง หอม กระเทียม กะปิ เกลือ ให้ละเอียดใบงาน แบบบันทึก การทำพริกแกง



ใบงาน
แบบบันทึกการทำพริกแกง

ให้ผู้เรียนจดบันทึก ขั้นตอน การทำพริกแกง ระหว่างที่วิทยากรบรรยาย

แบบบันทึก

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ขั้นตอนการทำ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ความคิดเห็นส่วนตัว

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ใบความรู้ คุณค่าของพริกแกง (เครื่องแกง)

คุณประโยชน์ของพริกแกง



อาหารไทยนอกจากจะมีความอร่อยจนได้รับความนิยมไปทั่วโลกแล้ว ยังเป็นอาหารที่เหมาะสมกับ สุขภาพ เพราะมีความหลากหลายของชนิดอาหาร และมีครบถ้วนแทบทุกหมู่ จึงให้สารอาหารค่อนข้าง ครบถ้วน โดยส่วนประกอบของอาหารไทยจะมี “พริก” เป็นองค์ประกอบที่สำคัญ ซึ่งถือว่ามีความโดดเด่นใน ด้านประโยชน์เชิง สุขภาพ นอกจากนี้ ตำรับแกงและผัด หรือ พริกแกง แต่ละชนิดของไทยจะมีส่วนประกอบ หลักที่เหมือนกัน คือ พริก หอมแดง กระเทียม ตะไคร้ ข่า และผิวมะกรูด (kaffir lime peels) นำมาตำให้ ละเอียดจนได้พริกแกงแล้วยังให้ คุณสมบัติในการป้องกันโรคต่างๆ หากจะกล่าวถึงคุณสมบัติของ “เครื่องแกง ไทย” แล้ว พอจะแยกแยะได้ดังนี้

“พริก” เครื่องเทศที่ให้รสเผ็ดร้อน มีคุณสมบัติช่วยระบบไหลเวียนของเลือด ทำให้ระดับน้ำตาลใน เลือดขึ้นช้า ป้องกันการเกิดมะเร็ง ในพริกมีสารแคปไซซิน (Capsicin) ที่เป็นสารที่ทำให้ความเผ็ดร้อน สารชนิดนี้ จะกระจายอยู่ในทุก ส่วนของพริก แต่ส่วนที่พบมากที่สุดหรือเผ็ดมากที่สุด คือ รกหรือไส้ของพริกนั่นเอง พริกมี วิตามินเอและวิตามินซีสูงมาก ซึ่งเป็นสารอาหารที่สำคัญต่อระบบภูมิคุ้มกันและช่วยป้องกันโรคไข้หวัดได้ ในพริกยังมีสารเบต้าแคโรทีน และสารต้านอนุมูลอิสระ สารแคปไซซินยังยับยั้งการหดตัวของหลอดเลือด ทำให้หลอดเลือดขยายตัว ส่งเลือดไปเลี้ยงอวัยวะส่วน ต่าง ๆ ได้ดี อีกทั้งยังช่วยเสริมสร้างผนังหลอดเลือด ให้แข็งแรงขึ้น ลดอาการหลอดเลือดอุดตันและหลอดเลือดตีบได้

กระเทียม” มีฤทธิ์ในการลดระดับคอเลสเตอรอลและน้ำตาลในเลือด ในตำรับยาสมุนไพรไทย บอกไว้ว่า กระเทียมยังช่วยบรรเทาอาการหวัด เนื่องจากน้ำมันหอมระเหยในกระเทียมมีฤทธิ์ต้านเชื้อแบคทีเรีย เชื้อรา และเชื้อ ไวรัส อีกทั้งยังช่วยขยายทางเดินหายใจ ทำให้หายใจสะดวกขึ้น ช่วยบรรเทาอาการไอ แบบมีเสมหะได้ด้วย เพื่อเพิ่ม ประสิทธิภาพในการแก้ไอมากขึ้น แนะนำให้ใช้กระเทียมและขิงสดอย่างละเท่ากัน ตำละเอียดแล้วละลายกับน้ำอ้อยสด คั้นจนได้น้ำมาจิบแก้ไอ ขับเสมหะ หรือจะคั้นกระเทียมกับน้ำมะนาว แล้วเติมเกลือใช้จิบหรือกวาดคอกก็ได้



“ตะไคร้” เป็นสมุนไพรที่มีสรรพคุณในการยับยั้งการเติบโตของเชื้อแบคทีเรียหลายชนิด ลดความดันโลหิต ตลอดจนป้องกันการเกิดมะเร็ง น้ำมันหอมระเหยของตะไคร้มีสารสำคัญที่ออกฤทธิ์ลดการบีบตัวของลำไส้ ช่วยลดอาการแน่นจุกเสียดและช่วยขับลมได้ ทำให้ระบบย่อยอาหารทำงานดีขึ้น ช่วยขับปัสสาวะ ขับสารพิษและกรด ยูริกที่มีอยู่ในปัสสาวะให้ออกมาจากร่างกาย ตะไคร้สามารถนำมาใช้ในการรักษาโรค คอเลสเทอรอล ช่วยป้องกันการสะสมไขมันในเส้นเลือด และทำให้เลือดสามารถไหลเวียนได้สะดวกขึ้น และยัง เป็นตัวช่วยสำคัญในการช่วยรักษาเซลล์มะเร็ง อย่างไรก็ตาม การรับประทานตะไคร้ก็มีข้อควรระวัง โดยเฉพาะ ในหญิงตั้งครรภ์



“หอมแดง” เป็นสมุนไพรอีกหนึ่งชนิดที่มีฤทธิ์เผ็ดร้อน จึงมีคุณสมบัติช่วยเพิ่มอุณหภูมิภายในร่างกาย ช่วยลดระดับคอเลสเทอรอลในเลือด ในหอมแดงอุดมด้วยวิตามินและคุณค่าทางอาหารครบถ้วน แยมยังช่วย บำรุงสมอง เพราะเต็มไปด้วยธาตุฟอสฟอรัส ช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานได้ดี ที่สำคัญมีฤทธิ์เป็นสารต้านอนุมูลอิสระ ช่วยรักษา ระดับน้ำตาลในเลือดให้คงที่ สำหรับผู้ที่รู้สึกเบื่ออาหาร ให้ลองนำหอมแดงมาใช้ปรุงอาหาร ไม่ว่าจะไข่เจียวใส่หอมแดงหรือ ซุปหัวหอม กลิ่นหอมแดงจะช่วยกระตุ้นร่างกายให้รู้สึกอยากอาหารมากยิ่งขึ้น แต่การรับประทานหอมแดงมากเกินไป อาจทำให้ผมหงอก มีกลิ่นตัว และมีอาการหลงลืมง่าย

“ข่า” ส่วนของข่าที่นำมากินนั้นมีรสเผ็ดและมีน้ำมันหอมระเหย จึงนิยมใช้ประกอบอาหารหลากหลายเมนู ไม่ว่าจะต้มยำ ต้มแซ่บ น้ำพริก รวมทั้งนำมาทำเป็นส่วนประกอบของเครื่องแกงต่างๆ คนไทยยังนิยมนำหน่อและดอกของข่ามาทำเป็นผักจิ้มน้ำพริกอีกด้วย ข่ามีฤทธิ์ต้านเชื้อรา แบคทีเรีย และยีสต์ ยับยั้ง การเจริญเติบโตของเนื้องอกมะเร็ง เนื่องจากมีสารออกฤทธิ์อย่างซิเนอล การบูร และยูจินอล ที่ช่วยลดการ ปืบตัวของลำไส้ ส่วนน้ำมันหอมระเหยจากเหง้าข่าก็ช่วยขับลมได้ดี และยังมีสารบางชนิดช่วยยับยั้งการเกิดแผล ในกระเพาะอาหารได้ด้วย

“ผิวมะกรูด” มีฤทธิ์ต้านเชื้อแบคทีเรีย ลดความดันโลหิต ช่วยแก้อาการนอนไม่หลับก็ได้ สารเคมีสำคัญที่พบในมะกรูดคือน้ำมันหอมระเหย ซึ่งมีทั้งในส่วนเปลือก ผล หรือผิวมะกรูด และในใบ จึงนิยมใช้ประโยชน์น้ำมันมะกรูดทั้งจากใบและเปลือกผลมะกรูด ใบมะกรูดยังมีสารเบต้าแคโรทีน ซึ่งช่วยชะลอการขยายตัวของเซลล์มะเร็ง และช่วยต่อต้านมะเร็ง ช่วยฟอกโลหิต แก้อาการปวดท้อง ผลมะกรูดยังสามารถนำมาดองทำเป็นยาดองเปรี้ยวไว้รับประทาน ยาฟอกเลือดสตรี ขับระดู ยาบำรุงประจำเดือน หรือยาแก้ ผอมแห้งแรงน้อย นอกจากนี้ น้ำจากผลมะกรูดยังใช้แก้อาการเลือดออกตามไรฟันได้ โดยใช้ น้ำมะกรูดถูบางๆ บริเวณเหงือกหลังแปรงฟันเสร็จ จะช่วยบรรเทาอาการเลือดออกตามไรฟัน



นอกจากนี้ การนำเครื่องเทศสมุนไพรดังกล่าวมาบดตำด้วยกันทำให้สารพฤกษเคมี หรือสารออกฤทธิ์ทางชีวภาพต่างๆ ออกมาผสมรวมกันและออกฤทธิ์ทั้งเสริมหรือต้านกันจนก่อให้เกิดประโยชน์อย่างยิ่งต่อสุขภาพด้วย จากผลการศึกษาวิจัยพบว่าอาหารไทยหลากชนิดล้วนเป็นอาหารเพื่อสุขภาพ มีผลดีต่อสุขภาพ โดยเฉพาะเมนูที่มีพริกแกงและน้ำพริกซึ่งล้วนใช้พริกเป็นวัตถุดิบ จึงเป็นอาหารที่ดีต่อสุขภาพ

การเลือกรับประทานอาหารไทยที่มีส่วนประกอบของเครื่องแกงเหล่านี้ ถือเป็นอีกวิธีที่จะช่วยสร้างสุขภาพได้ ซึ่งต้องควบคู่ไปกับการกินอาหารให้ครบ 5 หมู่ ออกกำลังกายอย่าง เหมาะสมด้วย

ใบความรู้ การบรรจุหีบห่อ



ชุดผลิตภัณฑ์พริกแกงตอบโจทย์ของผู้บริโภค ภายใต้บรรจุภัณฑ์พริกแกง สู่การส่งเสริมอาชีพเสริม ให้แก่พี่น้องเกษตรกรในช่วงหมดฤดูกาลเก็บเกี่ยว สร้างอาชีพ เพิ่มรายได้เพื่อความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น สานต่อความภาคภูมิใจจากภูมิปัญญาท้องถิ่น จากผลิตภัณฑ์สมุนไพรพื้นบ้าน “พริกแกง หรือ เครื่องแกง” สร้างความภาคภูมิใจจากผู้ให้สู่ความพอใจของผู้รับ ต่อยอดสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตให้กับเกษตรกร และชุมชนอย่างยั่งยืน

ความสำคัญของการบรรจุภัณฑ์

บรรจุภัณฑ์นั้นมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งต่อผลผลิตทั้งหลาย ดังนี้ รักษาคุณภาพ และปกป้องตัวสินค้า เริ่มตั้งแต่การขนส่ง การเก็บให้ ผลผลิตหรือผลิตภัณฑ์ เหล่านั้นมิให้เสียหายจากการปนเปื้อนจากฝุ่นละออง แมลง คน ความชื้น ความร้อน แสงแดด และการปลอมปน เป็นต้น

ให้ความสะดวกในเรื่องการขนส่ง การจัดเก็บมีความรวดเร็วในการขนส่ง เพราะสามารถรวมหน่วยของผลิตภัณฑ์เหล่านั้นเป็นหน่วยเดียวได้

ส่งเสริมทางการตลาด บรรจุภัณฑ์เพื่อการจัดจำหน่ายเป็นสิ่งแรกที่ผู้บริโภคเห็น ดังนั้นบรรจุภัณฑ์จะต้องทำหน้าที่บอกกล่าวสิ่งต่างๆของตัวผลิตภัณฑ์โดยการบอกข้อมูลที่จำเป็นทั้งหมดของตัว สินค้า และนอกจากนั้นจะต้องมีรูปลักษณ์ที่สวยงามสะดุดตาเชิญชวนให้เกิดการตัดสินใจซื้อ

วัตถุประสงค์ของการออกแบบบรรจุภัณฑ์

เพื่อสร้างบรรจุภัณฑ์ให้สามารถเอื้อประโยชน์ด้านหน้าที่ใช้สอยได้ดี มีความปลอดภัย ประหยัดและมีประสิทธิภาพ

เพื่อสร้างบรรจุภัณฑ์ให้สามารถสื่อสารและสร้างผลกระทบต่อผู้บริโภคโดยใช้ความรู้แขนงศิลปะเข้ามาสร้างคุณลักษณะ เช่น มีเอกลักษณ์มีลักษณะพิเศษที่ดึงดูดและสร้างการจดจำตลอดจนเข้าใจความหมาย และคุณประโยชน์ของผลิตภัณฑ์ เพื่อปกป้องคุ้มครองและรักษาคุณภาพสินค้าเป็นตัวชี้บ่งและสื่อสารรายละเอียดสินค้า ดึงดูดผู้บริโภค แสดงถึงภาพลักษณ์ เป็นต้นทุนในการผลิตสินค้า เมื่อบรรจุภัณฑ์ดีเยี่ยมมีส่วนช่วยให้มูลค่าสินค้าสูงขึ้น

ใบความรู้ การคำนวณต้นทุนกำไร

ตัวอย่างการคิดต้นทุน กำไร การผลิตและค่าใช้จ่ายในการทำพริกแกง

วัน เดือน ปี	รายการ	จำนวนสิ่งของ	จำนวนเงิน (บาท)	หมายเหตุ
	ค่าใช้จ่าย(ต้นทุน)			การกำหนดราคาขาย คิดจากต้นทุน + กำไรที่ต้องการ
	1. พริกชี้ฟ้าแห้ง	2 กิโลกรัม	200 บาท	
	2. พริกใหญ่แห้ง	1 กิโลกรัม	120 บาท	
	3. หอมแดง	1 กิโลกรัม	35 บาท	
	4. กระเทียมไทย	2 กิโลกรัม	160 บาท	
	5. ข่า	2 กิโลกรัม	70 บาท	
	6. ตะไคร้	1 กิโลกรัม	15 บาท	
	7. มะกรูด	1 กิโลกรัม	40 บาท	
	8. กะปิ	1 กิโลกรัม	30 บาท	
	9. เกลือ	1 ห่อ	5 บาท	
	รวมค่าใช้จ่าย		675 บาท	
	รายได้ขายพริกแกง	10 กิโลกรัมๆ ละ100บาท	1,000 บาท	กำไร 325 บาท

** ค่าใช้จ่าย(ต้นทุน) ขึ้นอยู่กับราคาวัตถุดิบตามฤดูกาลและท้องถิ่น**

การกำหนดราคาขายต่อหน่วย ดังนี้

กำหนดกำไรที่ต้องการได้จาก กำไร/ต้นทุนที่ต้องการXด้วย 100=%)

ตัวอย่างเช่น

ขาย 1,000 จากต้นทุน 675 บาท ต้องการกำไรร้อยละ 48 ดังนั้น กำไรที่ต้องการ = $325/675 \times 100 \% = 48.1$

การกำหนดราคาขายต่อหน่วย ได้มาจากต้นทุน + กำไร หารด้วยจำนวนหน่วย

ตัวอย่าง

ทำพริกแกง 10 กิโลกรัม จากต้นทุน 675 บาท และกำไรที่ต้องการ 325 บาท ฉะนั้น ราคาขายต่อกิโลกรัม = 675 บาท + 325 บาท หารด้วย 10 กิโลกรัม = 100 บาท

หมายเหตุ

การกำหนดกำไรที่ต้องการขึ้นอยู่กับสิ่งเหล่านี้ด้วย เช่น ราคาตลาด ลักษณะของสินค้าและบริการ เป็นสินค้าหายาก เป็นสินค้าเฉพาะกลุ่ม หรือมีฤดูกาลเข้ามาเกี่ยวข้องก็สามารถที่จะกำหนดกำไรที่ต้องการสูงได้ การตั้งราคาให้สามารถแข่งขันได้นั้นต้องอยู่บนพื้นฐานความสมดุลระหว่างความพึงพอใจของผู้ซื้อและผู้ขายด้วย ถ้าสินค้าโดยทั่วไปมีขายกันแพร่หลาย มีคู่แข่งมากก็ต้องกำหนดกำไรน้อยลงไป

ใบงาน การคิดต้นทุน กำไร

ผู้เรียน/กลุ่ม.....

เรื่อง.....

วัน เดือน ปี	รายการ	จำนวนสิ่งของ	จำนวนเงิน (บาท)	หมายเหตุ
	ค่าใช้จ่าย (ต้นทุน)			1. ให้กำหนดกำไรที่ ต้องการเป็นร้อยละก่อน 2. แล้วคำนวณหาราคาต่อ หน่วยจึงจะทราบรายได้ 3. นำรายได้ที่ได้มาใส่ ตารางนี้
	รวมค่าใช้จ่าย			
	รายได้จากการขาย			
	รวมรายได้			

กำไรที่ต้องการ = ต้นทุน \times (ร้อยละของกำไรที่ต้องการหารด้วย 100)

กำหนดราคาขายต่อหน่วย = ต้นทุน + กำไร = จำนวนหน่วย

ใบความรู้ ช่องทางการตลาด

ช่องทางจำหน่ายทางตรงมีช่องทางขายดังนี้

- หน้าร้าน

มีการจัดจำหน่ายสินค้าและบริการจากผู้ผลิตให้แก่ผู้บริโภคโดยตรง

ช่องทางการจำหน่ายโดยอ้อมมีช่องทางการขายดังนี้

- ทางออนไลน์

ขายบนเพจ Facebook เป็นช่องทางที่ง่ายที่สุด คนขายนิยมสูงสุด และก็เข้าถึงกลุ่มลูกค้าเราได้มากที่สุดเช่นกัน เพราะสมัยนี้ใครๆก็เล่น Facebook กันทั้งนั้น ทำให้สินค้าเราเข้าถึงกลุ่มลูกค้าได้ง่ายมาก ยิ่งปัจจุบัน Facebook สามารถตั้งบที่ใช้ลงโฆษณาและกำหนดกลุ่มเป้าหมายเองด้วยทำให้เปิดเพจขายของบน Facebook อีกช่องทางหนึ่ง

แบบวัดและประเมินผลการจัดทำพริกแกง

ประเด็นที่เกี่ยวข้อง

1. จัดเตรียมอุปกรณ์ เครื่องมือ

- 1.1 เลือกใช้อุปกรณ์ เครื่องมือ ได้อย่างเหมาะสมกับประเภทและปริมาณ
- 1.2 ทำความสะอาดบำรุงรักษาและจัดเก็บอุปกรณ์เครื่องมือได้อย่างถูกต้อง

2. จัดเตรียมวัตถุดิบ

- 2.1 เลือกใช้วัตถุดิบได้อย่างเหมาะสม
- 2.2 เตรียมวัตถุดิบได้อย่างเหมาะสม
- 2.3 จัดเก็บวัตถุดิบได้อย่างถูกต้องตามประเภทของวัตถุดิบ

3. ทักษะการปฏิบัติ

- 3.1 ทำได้ตามคุณลักษณะและมีเอกลักษณ์ที่ถูกต้อง

4. ทักษะการจัดตกแต่ง/บรรจุภัณฑ์ และนำเสนอ

- 4.1 จัดตกแต่ง/บรรจุภัณฑ์ และนำเสนอได้อย่างเหมาะสม

แบบประเมินผลงานผู้เรียน

ชื่อ - นามสกุล

หลักสูตร กลุ่ม.....

คำชี้แจง : ให้วิทยากรประเมินผลงานของผู้เรียนตามหัวข้อที่กำหนดให้

ประเด็นที่ประเมิน	คะแนนประเมิน (10 คะแนน)
1. ความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาสาระ (20 คะแนน)	
1.1 ทดสอบความรู้ความเข้าใจ	
1.2 สอบถามความรู้ความเข้าใจ	
2. ทักษะการปฏิบัติ (40 คะแนน)	
2.1 สังเกตการณ์ปฏิบัติในระหว่างการเรียนรู้การจัดกิจกรรม	
2.2 ประเมินโดยให้สาธิต	
2.3 แสดงขั้นตอนวิธีการปฏิบัติ	
2.4 ประเมินจากกระบวนการมีส่วนร่วม (ร่วมคิด ร่วมทำ ร่วมแก้ปัญหา)	
3. คุณภาพของผลงาน ผลการปฏิบัติ (40 คะแนน)	
3.1 สังเกตผลงาน	
3.2 ตรวจสอบผลงาน	
3.3 มีความคิดสร้างสรรค์	
3.4 ผลการปฏิบัติว่าเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดหรือไม่	
รวมคะแนน (100 คะแนน)	

หมายเหตุ การประเมินผลการจบหลักสูตรอาจดำเนินการได้ ดังนี้

- การประเมินระหว่างเรียน และเมื่อจบหลักสูตร

- ประเมินครั้งเดียวก่อนจบหลักสูตร

ทั้งนี้ เกณฑ์การจบหลักสูตร จะต้องได้คะแนนรวมไม่น้อยกว่าร้อยละ 60 จึงจะผ่านเกณฑ์การประเมิน

ลงชื่อ

วิทยากร

(

)

บรรณานุกรม

<https://www.maeban.co.th> <http://www.openbase.in.th/node/10984> <https://www.sgethai.com/article/>
http://phichit.nfe.go.th/c_smart65/courses/ <http://krabi.nfe.go.th/c-smart61/course/>
<https://www.wongnai.com/food-tips/curry-paste-series>

คณะผู้จัดทำ

ที่ปรึกษา

- | | | |
|------------------------|---------------|---|
| 1. ว่าที่พันตรี ดำริห์ | ติยะวัฒน์ | ผู้อำนวยการ สนง.สกร.ประจำจังหวัดเพชรบูรณ์ |
| 2. นางสาวนัทธมน | สกุลณมรรคา | รองผู้อำนวยการ สนง.สกร.ประจำจังหวัดเพชรบูรณ์ |
| 3. นายเกรียงไกร | วงศ์วิริยชาติ | ผู้อำนวยการ สกร.ระดับอำเภอวิเชียรบุรี
รักษาการ ผู้อำนวยการ สกร.ระดับอำเภอหนองไผ่ |

คณะทำงาน

- | | | |
|---------------------|------------------|---------------------------------|
| 1. นางสาวมาลา | นาคนายม | เจ้าพนักงานห้องสมุดชำนาญงาน |
| 2. นางสาวกัญจนา | จูเกลี้ยง | ครู |
| 3. นางสาวฐิติกานต์ | นกงง่า | ครู |
| 4. นางสาวกนกภรณ์ | ทองเชื้อ | ครูอาสาสมัครการศึกษาออกโรงเรียน |
| 5. นางสาวศร | รามจาทู | ครูอาสาสมัครการศึกษาออกโรงเรียน |
| 6. นายสิงห์นคร | สิริพริมานันท์ | ครูอาสาสมัครการศึกษาออกโรงเรียน |
| 7. นางสาวจารุวัฒน์ | พรหมณี | ครูอาสาสมัครการศึกษาออกโรงเรียน |
| 8. นางสาวอรวรรณ | แก้วโชติ | ครูกศน.ตำบล |
| 9. นางบุญญารัตน์ | รังษีสุริยะชัย | ครูกศน.ตำบล |
| 10. นางวลัยลักษณ์ | สุทธิวิวิรรณ | ครูกศน.ตำบล |
| 11. นายสุรินทร์ | บุตรตะพรม | ครูกศน.ตำบล |
| 12. นางบังอร | สังข์ทอง | ครูกศน.ตำบล |
| 13. นางสาวปวันรัตน์ | แก้วดู | ครูกศน.ตำบล |
| 14. นายปิยะ | เสื่อเทศ | ครูกศน.ตำบล |
| 15. นางสาวอริษา | สิงห์เส | ครูกศน.ตำบล |
| 16. นางสาวศุภัสมา | เกิดเกียรติพรกุล | ครูกศน.ตำบล |
| 17. นายชาญชัย | โภคาภิวัฒน์ | ครูกศน.ตำบล |
| 18. นางสาววิษพร | เพ็ญภาค | ครูกศน.ตำบล |
| 19. นางสาวชนิกา | แก้วเสมอตา | ครูกศน.ตำบล |
| 20. นางสาวศิริินภา | เรืองฤทธิ์ | ครูศรช. |

รวบรวมข้อมูลและจัดทำรูปเล่ม

- | | |
|---------------------|--------------|
| นางสาววิษพร เพ็ญภาค | ครู กศน.ตำบล |
|---------------------|--------------|