

สารพัดเมนูแปรรูปเห็ด

กล่องความรู้กินได้ Knowledge Box Set



ผู้จัดทำ....นางกิตติยา ฤทธิภักดี...

หน่วยงาน...วิทยาลัยชุมชนสตูล.....



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิลดิ้ง ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

สารพัดเมนูแปรรูปเห็ด

กล่องความรู้กินได้ Knowledge Box Set



กล่องความรู้กินได้ คือ บริการความรู้แบบ One Stop Service ที่จัดไว้ให้บริการประชาชน โดยการคัดสรรสื่อความรู้ประเภทต่างๆ (หนังสือ รูปภาพ สื่อมัลติมีเดีย ตัวอย่าง และแหล่งค้นคว้าอ้างอิง) มาจัดรวบรวมไว้ในกล่องเพื่ออำนวยความสะดวกให้แก่ผู้ใช้ และเป็นแนวทางให้ผู้สนใจได้เริ่มต้นศึกษาหาความรู้เพื่อการทำมาหากินได้ง่ายๆ

คำแนะนำในการใช้บริการกล่องความรู้กินได้



กล่องความรู้กินได้มีไว้สำหรับให้บริการภายในห้องสมุดเท่านั้น หากต้องการยืมหนังสือหรือสื่อมัลติมีเดียอื่นๆ ที่อยู่ภายในกล่อง กรุณาติดต่อเคาน์เตอร์บริการ

"ร่วมแบ่งปันความรู้ ด้วยการใช้สื่ออย่างระมัดระวัง"



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิล딩 ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

ชุดความรู้ทำมาหากิน สารพัดเมนูแปรรูปเห็ด

ส่วนที่ 1 :

ทำไมต้องสารพัดเมนูแปรรูปเห็ด

อย่างที่เราทราบดีแล้วว่าเห็ดเป็นอาหารประเภทโปรตีนที่ดีแล้วเห็ดยังสามารถใช้แทนเนื้อสัตว์ต่าง ๆ สำหรับคนที่งดกินเนื้อสัตว์ นอกจากนั้นเห็ดยังมีคุณค่าทางอาหารในด้านอื่น ๆ อีกมากมายไม่ว่าจะเป็น การป้องกันโรคมะเร็ง, โรคหัวใจ, ลดคอเลสเตอรอลในเส้นเลือด หรือยังช่วยในระบบขับถ่าย เพราะเห็ดมีสารอาหารที่พบได้สูงกว่าเนื้อสัตว์บางชนิดเช่น สารเบต้า -กลูแคน, ไฟเบอร์, กรดอะมิโน จึงทำให้เห็ดเป็นที่ต้องการของผู้บริโภค และเนื่องจากเห็ดเป็นผลิตภัณฑ์ที่มีอายุค่อนข้างสั้นทำให้การเก็บรักษาเป็นสิ่งที่จำเป็น ดังนั้นจึงต้องมีการจัดการในเรื่องของการเก็บเกี่ยวการเก็บรักษา รวมไปถึงการถนอมเห็ดให้สามารถใช้ประโยชน์ได้สูงสุดและนอกจากที่กล่าวมาในข้างต้นแล้วในกรณีที่เห็ดมีปริมาณมากเกินไปตลาดจะรับได้การเก็บรักษาและการถนอมไว้อย่างเดียวคงไม่พอจึงจำเป็นที่จะต้องนำเห็ดมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์เพื่อเป็นการเพิ่มมูลค่าให้แก่เห็ดนั้นๆ



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิล딩 ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

ชุดความรู้ทำมาหากิน สารพัดเมนูแปรรูปเห็ด

1.1 ความสำคัญของอาชีพ

- 1) เพื่อนำเสนอเป็นทางเลือกในการประกอบอาชีพสำหรับผู้ที่ต้องการอาชีพเสริมเพิ่มรายได้
- 2) เพื่อเพิ่มมูลค่าให้กับสินค้าทางการเกษตร

1.2 กลุ่มเป้าหมายของชุดความรู้ทำมา

หากิน

กลุ่มเกษตรกรเพาะเห็ด, กลุ่มแม่บ้าน,
ผู้ประกอบการอาหารเจ มังสวิรัติ, บุคคลทั่วไปที่
ต้องการมีอาชีพเสริมเพิ่มรายได้



โครงการศูนย์ความรู้ก็ได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิล딩 ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

ชุดความรู้ทำมาหากิน

สารพัดเมนูแปรรูปเห็ด

- 1.3 ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้น

ประโยชน์ต่อคนในพื้นที่/ประชาชน

ทำให้เกิดอาชีพเสริมนอกจากเป็นเกษตรกรเพาะเห็ด

ประโยชน์ต่อหน่วยงาน

สถานศึกษาสามารถเผยแพร่องค์ความรู้ให้แก่ประชาชน
ผู้สนใจ

ประโยชน์ต่อผู้จัดทำองค์ความรู้

1) ทำให้มีองค์ความรู้ในการแปรรูปเห็ด

2) ส่งเสริมให้ประชาชนในพื้นที่มีความรู้เกี่ยวกับการ
แปรรูปเห็ด



ชุดความรู้ทำมาหากิน “ให้นางฟ้าสวรรค์เพื่อสุขภาพ”

1.4 ขั้นตอนการจัดทำชุดความรู้ทำมาหากิน

- 1) ทำความเข้าใจ เรียนรู้ชุดความรู้ชุดความรู้กันได้
- 2) เลือกอาชีพที่มีความสนใจ ตัดสินใจในอาชีพที่เลือก
- 3) ศึกษาหาข้อมูลของอาชีพที่เลือก จากหนังสือ เอกสาร วารสาร งานวิจัย ทางอินเทอร์เน็ต แหล่งเรียนรู้ต่างๆ สื่อบุคคล ศึกษาดูงานนอกสถานที่
- 4) รวบรวม วิเคราะห์ ข้อมูลที่จำเป็นและจัดลำดับความสำคัญ
- 5) ออกแบบชุดความรู้ทำมาหากิน

ชุดความรู้ทำมาหากิน สารพัดเมนูแปรรูปเห็ด

ส่วนที่ 2 : เช็คความพร้อม ก่อนประกอบอาชีพ



Infographic



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิล딩 ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

Infographic



Infographic

เดลิคัลล์สารพัด

เมนูแปรรูปเห็ด



1.เห็ดสด 100 %
จากฟาร์ม

2.ผ่านกรรมวิธี
ที่สะอาด

3.เห็ดปรุงรส
รสชาติดี

4.ไม่ใส่ผงกรอบ
(No Baking soda)

5.ไม่ใส่วัตถุกันเสีย
(No Preservatives)

6.ไม่ใส่ผงชูรส
(No MSG)

7.สมราคา



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิลดิ้ง ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

Infographic



Infographic



Q & A ชุดความรู้ทำมาหากิน

สารพัดเมนูแปรรูปเห็ด

วัตถุประสงค์/เป้าหมาย

- 1) ต่อยอดองค์ความรู้และนำมาพัฒนาเป็นอาชีพ
- 2) พัฒนาต่อยอดอาชีพการเพาะเห็ด



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมिव บิลดิง ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

ความรู้ที่ต้องมี/ทักษะที่ต้องใช้

- 1) การคัดเลือกวัตถุดิบในการผลิต
- 2) กรรมวิธีการแปรรูปเห็ด
- 3) การบรรจุผลิตภัณฑ์
- 4) มาตรฐานเพื่อการจำหน่ายผลิตภัณฑ์เห็ดแปรรูป
- 5) การสร้างตลาดและการหาตลาดใหม่



ชุดความรู้ทำมาหากิน สารพัดเมนูแปรรูปเห็ด

ส่วนที่ 3 : ลงมือทำ

1. เห็ดสวรรค์



ชุดความรู้ทำมาหากิน

เห็ดสวรรค์

วัตถุดิบ



เห็ดนางฟ้า



น้ำตาลปีบ



งาขาว



พริกไทย



ซีอิ๊วขาว



รากผักชี



กระเทียม

ชุดความรู้ทำมาหากิน

เห็นสวรรค์

3.2 เครื่องมือ/อุปกรณ์



กระทะ



ตะหลิว



กระชอน



ตาชั่ง



กะลามั่ง



เตาแก๊ส

ชุดความรู้ทำมาหากิน

เห็ดสวรรค์

3.3 ส่วนผสม

เห็ดนางฟ้าสด	4	กก. (ตากแห้งจะได้ 350 กรัม)
ซีอิ๊วขาว	6	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลทราย	400	กรัม
พริกไทย	3	ช้อนโต๊ะ
เกลือ	1	ช้อนชา
น้ำเปล่า	1	ถ้วย
น้ำมันพืช	5	ช้อนโต๊ะ
รากผักชีตำละเอียด	1	ช้อนโต๊ะ
กระเทียมตำละเอียด	1	ช้อนโต๊ะ
งาขาวคั่วสุก	5	ช้อนโต๊ะ



ชุดความรู้ทำมาหากิน เห็ดสวรรค์

3.3 กระบวนการผลิต

- กระบวนการ/ขั้นตอนในการทำ

1) ฉีกเห็ดนางฟ้าเป็นชิ้นเล็ก ๆ เสมอกันตากแดดให้แห้ง 1 แดด



2) นำเห็ดนางฟ้าแห้งลงทอดให้เหลืองแล้วนำขึ้นสะเด็ดน้ำมัน แล้วพักไว้



ชุดความรู้ทำมาหากิน

เห็ดสวรรค์

3.3 กระบวนการผลิต

- กระบวนการ/ขั้นตอนในการทำ

3) ตั้งไฟใส่น้ำมันลงในกระทะ นำรากผักชี กระเทียม และชีอิ้วขาว ในกระทะ รอนจนเดือด แล้วใส่น้ำตาล ปีบ ลงไปคนจนน้ำตาลปีบ ละลายตาม ด้วยเบะแซ และพริกไทยป่นคนให้เข้ากัน จนเหนียวได้ที่



4) นำเห็ดฝอยที่ทอดแล้วใส่ลงไปผสมกันให้ทั่ว โรยงาขาวลงไป คลุกเคล้าให้เข้ากัน



ชุดความรู้ทำมาหากิน เห็ดสวรรค์

กระบวนการผลิต

- กระบวนการ/ขั้นตอนในการทำ

5) เมื่อเห็ดนางฟ้าสวรรค์ที่ทำเรียบร้อยแล้ว บรรจุลงถ้วยและติดฉลาก พร้อมจำหน่าย



ชุดความรู้ทำมาหากิน

เห็ดสวรรค์



- การจัดการกำลังคน

ใช้กำลังคน 1 คน

- เคล็ดลับในกระบวนการผลิต

เคล็ดลับในการทำเห็ดสวรรค์ ที่มีคุณภาพจะต้องนำเห็ดสดที่เก็บจากฟาร์มแล้วทำการฉีกตากแดดเลย จึงจะได้เห็ดแห้งที่มีคุณภาพไม่มีกลิ่นเหม็น แต่ถ้าเรานำเห็ดที่เหลือจากการขายในตลาดมาทำเห็ดแห้งจะมีกลิ่นเห็ดอย่างแรงเมื่อนำมาแปรรูปจะไม่ชวนรับประทานสาเหตุเพราะว่าเห็ดจากตลาดนั้นถูกกระทบกระเทือนมีการเสื่อมสลายของเซลล์ของเห็ดและน้ำที่เกิดจากการขาดอากาศในขณะที่ขนส่ง จึงไม่สมควรที่จะนำเห็ดที่เหลือจากท้องตลาดมาแปรรูป

เคล็ดลับในการทอดเห็ด ถ้าทอดไฟอ่อนมากเห็ดจะอมน้ำมัน แต่ถ้าไฟร้อนมากเห็ดจะไหม้ ต้องสังเกตไม่ให้ไฟร้อนมากเห็ดจะไหม้ ต้องสังเกตให้ไฟร้อนพอดี

ชุดความรู้ทำมาหากิน

เห็ดสวรรค์

3.3 การบริหารจัดการ / การเงิน/การลงทุน

ชนิด ผลิตภัณฑ์	ขนาดบรรจุ	ต้นทุน/ หน่วย	ราคาขาย/ หน่วย	กำไร/ หน่วย
เห็ดสวรรค์	200 กรัม	15 บาท	35 บาท	20 บาท

รายละเอียดต้นทุน (ตามสูตรได้เห็ดสวรรค์ประมาณ
17 กระปุกๆ ละ 200 กรัม

- การตลาด

กลุ่มลูกค้า

1) กลุ่มคนรักสุขภาพ

2) กลุ่มนักท่องเที่ยว
นักเดินทาง



จำหน่าย กระปุกละ 200 กรัม ราคาต่อกระปุกละ 20 บาท



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิลดิ้ง ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

ชุดความรู้ทำมาหากิน สารพัดเมนูแปรรูปเห็ด

ส่วนที่ 3 : ลงมือทำ 2. ลูกชิ้นเห็ด



ชุดความรู้ทำมาหากิน ลูกชิ้นเห็ด

วัตถุดิบ



เห็ดนางฟ้า



เกี๊ยวขนมปัง



แป้งข้าวโพด หัวไชเท้า



พริกไทย สาหร่าย



ซีอิ๊วขาว



แป้งมัน



รากผักชี



กระเทียม

ชุดความรู้ทำมาหากิน

ลูกชิ้นเห็ด

3.2 เครื่องมือ/อุปกรณ์



กระทะ



ตะหลิว



กระชอน



ตาชั่ง



กะลามั่ง



เตาแก๊ส

ชุดความรู้ทำมาหากิน

ลูกชิ้นเห็ด

กระบวนการผลิต

ส่วนผสม

เห็ดนางฟ้าสับละเอียด 1 กก.

หัวไชเท้าหั่นสี่เหลี่ยมลูกเต๋า 1 หัว

แครอทหั่นสี่เหลี่ยมลูกเต๋า 1 หัว

สาหร่ายหั่นเส้น 50 กรัม

เกล็ดขนมปัง 150 กรัม

แป้งข้าวโพด 300 กรัม

แป้งมัน 150 กรัม / เกลือป่น 1.5 ช้อนโต๊ะ

ซีอิ๊วขาว 4 ช้อนโต๊ะ / น้ำตาลทราย 3 ช้อนโต๊ะ

พริกไทย 1 ช้อนโต๊ะ / รากผักชี 1 ช้อนโต๊ะ

กระเทียม 15 กลีบ



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิลดิ้ง ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

ชุดความรู้ทำมาหากิน

ลูกชิ้นเห็ด

กระบวนการผลิต ขั้นตอนในการทำ

1.ผสมทุกอย่างให้เข้ากัน



2.นำมาห่อด้วยถุงพลาสติก ปิดหัวท้ายนำไปนึ่งให้สุก

3.นำมาปั้นเป็นก้อน นำไปทอดอีกครั้งพร้อม
รับประทาน



ชุดความรู้ทำมาหากิน สารพัดเมนูแปรรูปเห็ด

ส่วนที่ 3 : ลงมือทำ 3. ข้าวเกรียบเห็ด





ชุดความรู้ทำมาหากิน

ข้าวเกรียบเห็ด

วัตถุดิบ



เห็ดฟาง



น้ำตาลทราย



แป้งมัน



พริกไทย



ซีอิ๊วขาว



รากผักชี



กระเทียม

ชุดความรู้ทำมาหากิน

ข้าวเกรียบเห็ด

3.2 เครื่องมือ/อุปกรณ์



กระทะ



ตะหลิว



กระชอน



ตาชั่ง



กะลามั่ง



เตาแก๊ส

ชุดความรู้ทำมาหากิน ข้าวเกรียบเห็ด

กระบวนการผลิต ขั้นตอนในการทำ

ส่วนผสม

แป้งมัน	1	กก.
เห็ดฟางบดละเอียด	0.5	กก.
เกลือ	1	ช้อนโต๊ะ
พริกไทยป่น	3	ช้อนโต๊ะ
น้ำตาลทราย	5	ช้อนโต๊ะ
กระเทียมโขลกละเอียด	15	กลีบ
รากผักชีบดละเอียด	1	ช้อนโต๊ะ
น้ำเดือด	1.5	ถ้วยตวง



โครงการศูนย์ความรู้ในใจ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิลดิ้ง ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

ชุดความรู้ทำมาหากิน

ข้าวเกรียบเห็ด

กระบวนการผลิต กระบวนการ/ขั้นตอนในการทำ

1. นำเห็ดฟางไปล้างให้สะอาดผ่าสี่ นำไปบดกับน้ำ 1.5 ถ้วยตวง แล้วนำไปต้มให้เดือด
2. นำส่วนผสม เกลือ น้ำตาลทราย พริกไทยป่น กระเทียม รากผักชีบด มาผสมกับแป้งมัน คลุกเคล้าให้เข้ากัน



ชุดความรู้ทำมาหากิน

ข้าวเกรียบเห็ด

กระบวนการผลิต กระบวนการ/ขั้นตอนในการทำ

3. นำเห็ดที่ต้มมาขนาดกึ่งกับแป้งจนเหนียว นำไปปั้นเป็นท่อนยาว น้ำหนัก 700 กรัม ยาวพอประมาณ ห่อด้วยพลาสติกเพื่อไม่ให้ติดกัน นำไปนึ่งน้ำเดือด ไฟแรง 1 ชั่วโมง



4. นำมาหั่นเป็นชิ้นๆ จากนั้นนำไปตากแดดให้แห้ง

5. นำมาทอด รับประทาน



ชุดความรู้ทำมาหากิน สารพัดเมนูแปรรูปเห็ด

ส่วนที่ 3 : ลงมือทำ 4. เห็ดทอดสมุนไพร



ชุดความรู้ทำมาหากิน เห็ดทอดสมุนไพร

วัตถุดิบ



เห็ดนางฟ้า



น้ำตาลปีบ



ตะไคร้



ใบมะกรูด



พริกไทย



พริก



ซีอิ๊วขาว



แป้งมัน



รากผักชี



กระเทียม

ชุดความรู้ทำมาหากิน เห็ดทอดสมุนไพร

วัตถุดิบ



เห็ดนางฟ้า



น้ำตาลปีบ



ตะไคร้



ใบมะกรูด



พริกไทย



พริก



ซีอิ๊วขาว



แป้งมัน



รากผักชี



กระเทียม

ชุดความรู้ทำมาหากิน เห็ดทอดสมุนไพร

3.2 เครื่องมือ/อุปกรณ์



กระทะ



ตะหลิว



กระชอน



ตาชั่ง



กะลามั่ง



เตาแก๊ส

ชุดความรู้ทำมาหากิน เห็ดทอดสมุนไพร

กระบวนการผลิต กระบวนการ/ขั้นตอนในการทำ

- ส่วนผสม

เห็ดนางฟ้าสด 4 กก.(นำไปตากแห้งจะได้ 350 กรัม)

น้ำตาลปีบ 0.5 กก.

ซีอิ๊วขาว 4 ช้อนโต๊ะ

พริกแห้งเล็กทอดกรอบ 1 ซีด

ใบมะกรูดทอดกรอบ 2 ซีด

ตะไคร้ทอดกรอบ 0.5 กก.

เห็ดนางฟ้าทอดกรอบ 350 กรัม

งาขาวคั่วสุก 1 ซีด

เม็ดผักชีคั่วสุกตำหยาบ 1 ซีด



ชุดความรู้ทำมาหากิน เห็ดทอดสมุนไพร

กระบวนการผลิต กระบวนการ/ขั้นตอนในการทำ

1. นำเห็ดนางฟ้าสด แยกดอกแยกก้านฉีกเป็นเส้น
นำไปตากแห้ง



2. นำมาทอดให้กรอบ พักไว้



ชุดความรู้ทำมาหากิน เห็ดทอดสมุนไพร

กระบวนการผลิต กระบวนการ/ขั้นตอนในการทำ

3. นำใบมะกรูดทอดให้กรอบ ตะไคร้ซอยทอดให้กรอบ



4. นำพริกแห้งทอดให้กรอบ



ชุดความรู้ทำมาหากิน เห็ดทอดสมุนไพร

กระบวนการผลิต กระบวนการ/ขั้นตอนในการทำ

5. ใส่น้ำมันพืช ลงในกระทะเล็ก ใส่น้ำตาลปีบ น้ำเปล่า
นิดหน่อย



6. เคี่ยวไปเรื่อย ๆ เติมซีอิ๊วขาว พริกไทยป่น เกลือป่น
เคี่ยวจนได้ที่ ไม่ให้เหนียวจนเกินไป



ชุดความรู้ทำมาหากิน เห็ดทอดสมุนไพร

กระบวนการผลิต กระบวนการ/ขั้นตอนในการทำ

7.นำไปคลุกเคล้ากับเห็ดที่เตรียมไว้ คลุกเคล้าให้เข้า
กัน พักไว้ให้เย็น



ชุดความรู้ทำมาหากิน สารพัดเมนูแปรรูปเห็ด

ส่วนที่ 3 : ลงมือทำ 5. แหนมเห็ด



ชุดความรู้ทำมาหากิน เหนมเห็ด

วัตถุดิบ



เห็ดนางฟ้า



ข้าวเหนียวนึ่งสุก



มะนาว



พริกไทย



ซีอิ๊วขาว



แป้งมัน



รากผักชี



กระเทียม

ชุดความรู้ทำมาหากิน

ແໜ່ນເຮັດ

3.2 เครื่องมือ/อุปกรณ์



กระทะ



ตะหลิว



กระชอน



ตาชั่ง



กะลามั่ง



เตาแก๊ส

ชุดความรู้ทำมาหากิน ແໜ່ມເຮັດ

กระบวนการผลิต กระบวนการ/ขั้นตอนในการทำ

- ส่วนผสม

เห็ดนางฟ้าสับหยาบๆ 1 กก.

ข้าวเหนียวนึ่งสุก 0.5 กก.

เกลือป่น 2 ช้อนชา

ซีอิ๊วขาว 2 ช้อนโต๊ะ

น้ำตาลทราย 1 ช้อนโต๊ะ

น้ำมันาว 2 ช้อนโต๊ะ

พริกไทยป่น 2 ช้อนโต๊ะ

กระเทียม 1 ชีด

รากผักชี 0.5 ชีด



ชุดความรู้ทำมาหากิน เหนมเห็ด

กระบวนการผลิต กระบวนการ/ขั้นตอนในการทำ

1.นำเห็ดล้างให้สะอาด นำมาสับหยาบๆ นำไปนึ่ง
ประมาณ 5 นาที



2.ข้าวเหนียวนึ่งสุกพรมน้ำให้กระจาย(เพื่อข้าวไม่
เกาะตัว)



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิล딩 ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

ชุดความรู้ทำมาหากิน เหนมเห็ด

กระบวนการผลิต กระบวนการ/ขั้นตอนในการทำ

3. นำกระเทียม รากผักชี พริกไทย ตำให้ละเอียด



4. นำทุกอย่างมาผสม คลุกเคล้าให้เข้ากัน



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิล딩 ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

ชุดความรู้ทำมาหากิน แหนมเห็ด

กระบวนการผลิต กระบวนการขั้นตอนในการทำ

5. นำมาห่อด้วยใบตองหรือถุงพลาสติกมัดให้แน่น

6. ทิ้งไว้ 2-3 คืนให้มีรสเปรี้ยว



โครงการศูนย์ความรู้ภูมิปัญญา @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิล딩 ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

สารพัดเมนูแปรรูปเห็ด

ส่วนที่ 4 :

ทำอย่างไรให้ประสบความสำเร็จ



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมिव บิลดิง ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>



ชุดความรู้ทำมาหากิน

“เห็นนางฟ้าสวรรค์เพื่อสุขภาพ”

4.1 ปัญหาและแนวทางแก้ไข

ปัญหา

หน้าฝนหรืออากาศชื้นจะเสียเวลาในการตากเห็ด (2 -3 ชม.)

แก้ปัญห

นำเห็ดไปอบในตู้อบเพื่อไล่ความชื้น

4.2 ปัจจัยสู่ความสำเร็จ

- 1) สินค้ามีคุณภาพ รสชาติอร่อย
- 2) ผลิตภัณฑ์มีอย่างต่อเนื่องไม่ขาดตลาด
- 3) ทำเลที่ตั้ง

4.3 แนวคิดใหม่ในการพัฒนาอาชีพ

เพิ่มผลิตภัณฑ์ใหม่ ปรับปรุงบรรจุภัณฑ์ใหม่เพื่อให้
ได้มาตรฐานสากล



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิลด์ิง ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

แหล่งอ้างอิง

- เจ้าของความรู้



องค์ความรู้ สารพัดเมนูแปรรูปเห็ด

ชื่อ นางสาวจุฑารัตน์ บิลังไหลด

ที่อยู่ 24 ม. 4 ต. เจ๊ะบิลัง อ.เมืองสตูล

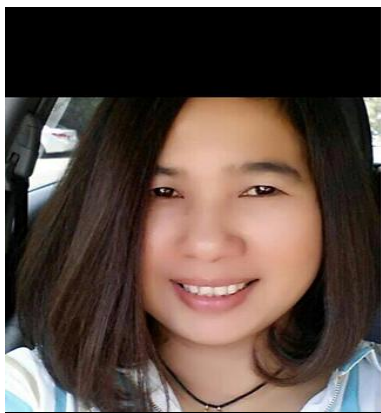
จ.สตูล

โทรศัพท์ 081-7380040



แหล่งอ้างอิง

- เจ้าของความรู้



องค์ความรู้ สารพัดเมนูแปรรูปเห็ด

ชื่อ นางปิยมาภรณ์ แจ่มศิริ

ที่อยู่ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดสตูล

อ.เมืองสตูล จ.สตูล

โทรศัพท์ 089-7377172



Check List

สื่อประจำกล่องความรู้ก็ได้



แนะนำหนังสือและสื่อมัลติมีเดีย

จำนวน รายการ

แนะนำแหล่งค้นคว้าเพิ่มเติม

จำนวน รายการ



แนะนำแหล่งจำหน่ายวัตถุดิบ

จำนวน รายการ

ตัวอย่างวัตถุดิบ / อุปกรณ์

จำนวน รายการ



โครงการศูนย์ความรู้ก็ได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิล딩 ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

หนังสือและสื่อมัลติมีเดีย เรื่อง สารพัดเมนูแปรรูปเห็ด

แนะนำสื่อสารสนเทศเพื่อใช้ในการศึกษา

แบบอย่างการถนอมอาหารเห็ดแปรรูป
& ผลิตภัณฑ์ต่อยอดเงินล้าน

ผู้แต่ง : พัทธี สำโรงเย็น และคณะ

“แบบอย่างการถนอมอาหารเห็ดแปรรูป & ผลิตภัณฑ์ต่อยอดเงินล้าน เล่มนี้ ได้รวบรวมสูตรเห็ดแปรรูปทั้งอาหารคาว อาหารหวาน เครื่องดื่ม รวม 50 เมนู รวมทั้งการเปิดใจ เปิดเผยเคล็ดลับสูตรการแปรรูปเห็ดครั้งแรก และทำการตลาดของผู้ประกอบการเห็ดแปรรูปชั้นนำจากทั่วประเทศ เพื่อเป็นแนวทางในการเพิ่มมูลค่าเห็ดให้กับนักเพาะเห็ดจำหน่ายทั้งมือสมัครเล่นและมืออาชีพ



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมिव บิลดิง ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

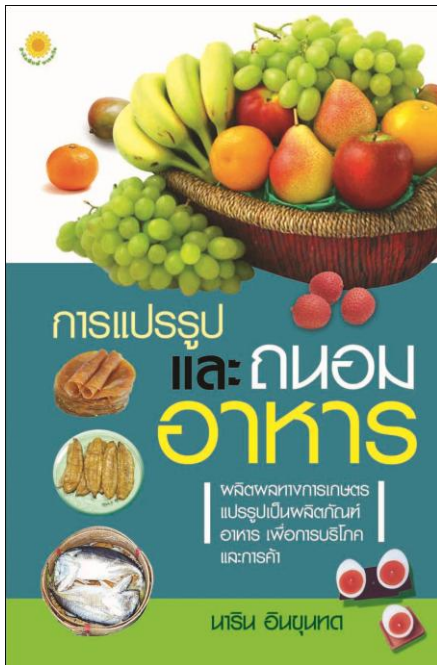
เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>



หนังสือและสื่อมัลติมีเดีย แนะนำ สารพัดเมนูแปรรูปเห็ด

สื่อสารสนเทศเพื่อใช้ในการศึกษา

หนังสือและสื่อมัลติมีเดียอื่นๆ (ต่อ)



การแปรรูปและถนอมอาหาร

ผู้แต่ง : นาริน อินชุนทด

สำนักพิมพ์ : ทานตะวัน

การแปรรูปอาหารเป็นวิธีการสำคัญที่จะทำให้ผลผลิต ไม่ว่าจะเป็น ผัก ผลไม้ เนื้อสัตว์ อาหารสด ยืดอายุ การขาย การกินออกไปไม่เน่าเสีย เก็บไว้ได้นานและราคาไม่ตกอีกด้วย การแปรรูปมีหลายรูปแบบเช่น การอบแห้ง การตาก การดอง ถ้าเป็นเนื้อสัตว์ก็ใช้การหมัก ทำเป็นแหนม ทำเป็นปลาร้า ทำเป็นเนื้อหยอง เป็นต้น



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิลดิ้ง ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>



กระทรวงเกษตรและสหกรณ์
Ministry of Agriculture and Cooperatives



117 อาชีพเกษตรกรรมทางเลือก (117อาชีพความรู้)

www.itrmu.net/web/10rs7/show-webcontent.php?cat_id=11&mid=113



หนังสืออิเล็กทรอนิกส์
แหล่งเรียนรู้
คู่มือปัญญาไทย

สารบัญ

๑.การผลิตเห็ดนางรม	๑
๒.การผลิตเห็ดนางฟ้า	๕
๓.การผลิตเห็ดนางรม	๕
๔.การทำเห็ดสวรรค์	๑๔
๕.ข้าวเกรียบเห็ด	๑๗
๖.เห็ดดอง	๒๐

สารบัญ

๗.เห็ดฟางในน้ำเกลือ	๒๓
๘.ทอดมันเห็ดนางรม	๒๖
๙.น้ำพริกเผาเห็ดนางรม	๒๘
หนังสืออ้างอิง	๓๐
ประวัติผู้จัดทำ	๓๑





แหล่งจำหน่ายวัตถุดิบ และอุปกรณ์

สารพัดเมนูแปรรูปเห็ด



สินค้า เห็ดนางฟ้า

ชื่อร้าน กลุ่มเพาะเห็ดบ้านท่าจีน

ข้อมูลติดต่อ 216 ม.2 ต.คลองขุด

อ.เมืองสตูล จ.สตูล



สินค้า เครื่องใช้ครัวเรือน

ชื่อร้าน ตงโหดดีพาร์ทเมนท์สโตร์

ข้อมูลติดต่อ 127/4 ถนนสตูลธานี

ต.พิมาน อ.เมืองสตูล

จ. สตูล



สินค้า งามาขาว น้ำตาลปี๊บ

ชื่อร้าน ร้านกมลนัท

ข้อมูลติดต่อ 107 ม.6 ต.ย่านซื่อ

อ.ควนโดน จ.สตูล

แผนการถ่ายทอดองค์ความรู้ และรูปแบบกิจกรรม

ครั้งที่ 1

ชื่อกิจกรรม ฝึกอบรมการแปรรูปเห็ด รุ่น 1
รูปแบบกิจกรรม.....ฝึกอบรม.....



ระยะเวลาดำเนินการ 28 กรกฎาคม – 2 สิงหาคม 2559

สถานที่จัดกิจกรรม 137 ม.4 ต.วังประจัน อ.ควนโดน จ.สตูล

กลุ่มเป้าหมาย เกษตรกรกลุ่มเพาะเห็ดและผู้สนใจ



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิล딩 ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

แผนการถ่ายทอดองค์ความรู้ และรูปแบบกิจกรรม

ครั้งที่ 2

ชื่อกิจกรรม ฝึกอบรมการแปรรูปเห็ด รุ่น 2

รูปแบบกิจกรรม.....ฝึกอบรม.....



ระยะเวลาดำเนินการ 4 – 9 สิงหาคม 2559

สถานที่จัดกิจกรรม บ้านเลขที่ 5 ม.8 ต.ควนโดน อ.ควนโดน
จ.สตูล

กลุ่มเป้าหมาย เกษตรกรกลุ่มเพาะเห็ดและผู้สนใจ



โครงการศูนย์ความรู้กินได้ @สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้

ที่อยู่ 69/18-19 อาคารชุดมิว บิล딩 ชั้น 18-19 ถ.วิภาวดีรังสิต แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

เว็บไซต์: <http://www.okmd.or.th>

แผนการถ่ายทอดองค์ความรู้ และรูปแบบกิจกรรม

ครั้งที่ 3

ชื่อกิจกรรม ฝึกอบรมการแปรรูปเห็ด รุ่น 3

รูปแบบกิจกรรม.....ฝึกอบรม.....

ระยะเวลาดำเนินการ 13 – 18 สิงหาคม 2559

สถานที่จัดกิจกรรม ศาลาเอนกประสงค์ ม.8 ต.ทุ่งนุ้ย

อ.ควนกาหลง จ.สตูล

กลุ่มเป้าหมาย เกษตรกรกลุ่มเพาะเห็ดและ
ผู้สนใจ

