

Choux PASTRY

Lesson : Choux Pastry

แปปังชู หรือชูเฟสทรี (Choux Pastry)

คือ แปปังโดที่มีส่วนผสมหลักอันได้แก่ แปปังสาลิ ไขมัน และของเหลว สามารถนำไปประยุกต์เป็นของหวานได้มากมาย ไม่ว่าในรูปแบบอบ รูปแบบทอด หรืออย่างในเตาหล็กร้อนอย่างเช่น วาฟเฟิล สูตรแปปังชูเฟสทรีนั้น มีหลากหลายสูตรแตกต่างกันไป อย่างส่วนของแปปังสาลิก็มีทั้งที่ใช้ แปปังเค้ก แปปังอเนกประสงค์ หรือแปปังขนมปัง ส่วนของไขมันก็มีทั้งเนย มาการีน ชอร์ตเทนนิ่งหรือน้ำมัน และในส่วนของเหลวก็มีทั้ง น้ำ นม หรือทั้งสองอย่างผสมกัน

ในส่วนผสมของแปปังชูเฟสทรีไม่มีสารที่ช่วยในการขึ้นฟูของเนื้อแปปัง (Leavening Agent) ไม่ว่าจะเป็นผงฟูหรือเบกกิ้งโซดา การขึ้นฟูของชูเฟสทรีเกิดจากไอน้ำจากของเหลว ที่มีอยู่ในสัดส่วนที่สูงในตัวแปปัง จึงทำให้ชูเฟสทรีมีเนื้อสัมผัสที่โดเด่นเฉพาะตัว

สูตรของแปปังชูในบทเรียนนี้ เป็นสูตรที่ง่ายและสามารถนำไปประยุกต์ได้หลากหลาย ไม่ว่าจะเป็นนำไปอบเป็นขนมอย่าง เอแคลร์ (Éclair) ที่หลายคนรู้จักกันดี หรือนำไปทอดเป็นชูโร (Churro) ซึ่งเป็นของหวานยอดนิยม ที่หารับประทานได้ตามสวนสนุกหรืองานเทศกาลต่างๆ ในต่างประเทศ

สูตรแปปังชูเฟสทรีสำหรับการอบและทอด

ส่วนผสม	สูตรอบ	สูตรทอด
แปปังเค้ก	120 กรัม	
แปปังขนมปัง		120 กรัม
เนย	120 กรัม	120 กรัม
น้ำ	200 มิลลิลิตร	200 มิลลิลิตร
เกลือ	½ ช้อนชา	½ ช้อนชา
กลิ่นวานิลลา (Optional)		1 ช้อนชา
ผิวส้ม (Optional)		½ ช้อนชา
ไข่ไก่	200 กรัม	160 กรัม
ไข่ไก่เจือน้ำ (Optional)	ทาหน้าก่อนอบ	

Choux Pastry for Baking (แป้งชูเพสตรีสำหรับอบ)



สำหรับแป้งชูเพสตรีสูตรที่เหมาะสมแก่การอบนั้น มีส่วนประกอบเพียงไม่กี่ชนิดและเมื่อกวนแป้งเสร็จสามารถนำแป้งมาบีบเป็นรูปทรงต่างๆ ได้มากมาย ซึ่งรูปทรงที่ต่างกัน ก็จะมีชื่อเรียกและลักษณะของการนำไปประกอบ ใส่ไส้ ที่แตกต่างกันไป ในบทเรียน ระดับ 101 นี้ เราจะนำเสนอเฉพาะรูปทรงที่ง่ายและเป็นที่ยอมรับ ได้แก่ รูปทรงที่ใช้ในการทำโปรฟิเตอร์โรล (Profiteroles) เอแคลร์ (Éclair) และชูโอชาเกอแลง (Choux au Craquelin)

วิธีทำ

1. ร่อนแป้งเค้ก พักไว้
2. นำน้ำใส่หม้อพร้อมกับเนยและเกลือ ตั้งไฟ พอเดือดและเนยละลายดี ยกหม้อออกจากความร้อน ใส่แป้งที่ร่อนไว้ลงไป ใช้ไม้พายกวนให้เข้ากัน นำกลับไปตั้งไฟประมาณ 30 วินาที กวนให้แป้งแห้งลงเล็กน้อย ให้สังเกตตรงกันหม้อจะมีลักษณะ เป็นฟิล์มเคลือบบางๆ
3. ถ่ายแป้งใส่ชามผสม คนให้คลายความร้อนเล็กน้อย
4. ตอกไข่ใส่ชามผสมอีกใบ (4 ฟอง) ตีให้แตกดี ตวงออกมาให้ได้ 200 กรัม ที่เหลือแยกไว้เพื่อใช้ทำไข่ไก่เจียน้ำ (Egg Wash) ใส่ไข่ลงไปทีละนิด คนให้เข้ากันจนส่วนผสมมีลักษณะไม่เหนียวหรือไม่เหลวเกินไป เมื่อใส่ถุงและนำไปบีบขึ้นรูป ต้องสามารถอยู่ตัวได้ และเวลาที่ใช้ช้อนไม้ตักควรมีลักษณะย้อยถึงตัวลงมาช้าๆ เป็นทรงสามเหลี่ยม นำแป้งใส่ถุงบีบโดยใช้หัวบีบตามรูปทรงที่ต้องการ ตั้งไฟเตาอบที่ 190 องศาเซลเซียส (ถ้าส่วนผสมเหลวเกินไป เมื่ออบเสร็จจะยุบตัว ถ้าส่วนผสมแห้งเกินไป แป้งจะไม่พองและมีลักษณะเป็นก้อนตันๆ)
5. ผสมไข่ที่เหลือน้ำเล็กน้อย (ไข่ 1 ส่วน: น้ำ ½ ส่วน) เพื่อทำไข่เจียน้ำ ใช้ทาหน้าขนมเพื่อให้ตัวขนมมีสีที่สวยงาม ถ้าชอบสีอ่อน ให้ผสมน้ำมาก แต่ถ้าชอบสีเข้มให้ลดปริมาณน้ำในไข่เจียน้ำลง

หมายเหตุ : แป้งชูเพสตรีสามารถทำไว้ล่วงหน้าได้ โดยเก็บไว้ในตู้เย็นในภาชนะที่มีฝาปิด แต่เมื่อต้องการใช้ควรนำออกจากตู้เย็นและพักให้คลายความเย็นลงเล็กน้อยก่อนนำเข้าไปอบ เพราะถ้าอบทันทีจะต้องปรับเวลาในการอบให้มากขึ้นเล็กน้อย

การขึ้นรูปและการอบโปรฟิเตอร์โรล (Choux Pastry for Profiteroles)

ใช้หัวบีบกลมขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 1.2 เซนติเมตร บีบแป้งลงบนถาดอบเป็นทรงกลม ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 2 เซนติเมตร ทิ้งระยะห่างเล็กน้อย ทาหน้าด้วยไข่เจียน้ำบางๆ อบเป็นเวลา 20 นาที

การเสิร์ฟ เजाะที่ก้นของแป้งชู บีบครีมชองตีเย่ (Crème Chantilly) (สูตรด้านล่าง) ใส่เข้าไปให้เต็ม และราดด้วยซอสวานิลลา (Crème Anglaise) จากบทเรียนเรื่องคัสตาร์ด หรือสามารถผ่าครึ่ง ใส่ไอศกรีม วานิลลา จากบทเรียนเรื่องคัสตาร์ด และราดด้วยซอสช็อกโกแลตก็ได้เช่นกัน



การขึ้นรูปและอบเอแคลร์ (Choux Pastry for Éclair)

ใช้หัวบีบหยักขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 1 เซนติเมตร บีบแป้งลงบนถาดอบเป็นแท่งยาวประมาณ 6-8 เซนติเมตร ทิ้งระยะห่างเล็กน้อย ไม่ต้องทาไข่เจียน้ำ อบเป็นเวลา 20 นาที

การเสิร์ฟ เजाะด้านข้างของเอแคลร์ จากนั้นบีบครีมคัสตาร์ด (Crème Pâtissière) จากบทเรียนเรื่องคัสตาร์ดใส่เข้าไป สำหรับเอแคลร์นั้น มักนิยมแต่งหน้าด้วยน้ำตาลเคลือบ (Royal Icing) หรือถ้าอยากให้ง่าย การตกแต่งด้วยช็อกโกแลตคอมพาวด์ก็เป็นอีกวิธีหนึ่งที่ได้รับคามนิยมเช่นกัน



การขึ้นรูปและอบซูโอชาเกอแลง (Choux Pastry for Choux au Craquelin)

ซูโอชาเกอแลง (Choux au Craquelin) มีความหมายว่า แป้งชูที่มีความกรอบ (Crunchy Cream Puff) โดยความกรอบดังกล่าวเกิดจากแป้งชาเกอแลง (Craquelin) ที่วางอยู่บนแป้งชูเพสทรี การขึ้นรูปซูโอชาเกอแลงทำได้โดยใช้หัวบีบกลมขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 1.5 เซนติเมตร บีบแป้งลงบนถาดอบเป็นทรงกลม ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 4.5 เซนติเมตร ทิ้งระยะห่างเล็กน้อย หลังจากนั้นตัดแป้งชาเกอแลง (สูตรด้านล่าง) โดยใช้พิมพ์วงกลมสำหรับตัดคุกกี้ขนาด 5 เซนติเมตร วางบนซูครีม ไม่ต้องทาไข่เจียน้ำ อบเป็นเวลา 30 นาที (สามารถปรับขนาดเล็กลงได้ตามต้องการ)

การเสิร์ฟ ผ่าครึ่ง บีบแครีมดีพโหมก (Crème Diplomat) จากบทเรียนเรื่องคัสตาร์ด แล้วโรยด้วยน้ำตาลไอซิ่งหรือผงโกโก้ (ถ้าต้องการ)



ขากอลแลง Craquelin

ขากอลแลง (Craquelin) เป็นภาษาฝรั่งเศสที่มีความหมายว่า บิสกิต โดยแป้งชนิดนี้จะมีเนื้อสัมผัสที่ร่วนคล้ายกับบิสกิต โดยนิยมนำไปวางไว้บนแป้งชู เพื่อเพิ่มความน่าสนใจให้กับหน้าตาและเนื้อสัมผัสของแป้งชู

- เนย 40 กรัม
- แป้งสาลีอเนกประสงค์ 50 กรัม
- น้ำตาลทราย 40 กรัม

ตัดเนยเย็นเป็นก้อนเล็กๆ ใส่ชามผสม ร่อนแป้งใส่ลงไป ตามด้วยน้ำตาล ใช้ที่สับแป้ง สับให้ส่วนผสมเป็นเม็ดเล็กๆ แล้วใช้ไม้พายปาดให้เป็นเนื้อเดียวกัน (สามารถผสมสีได้ ถ้าต้องการ) วางแป้งลงบนกระดาษไขสองแผ่น รีดให้เป็น แผ่นหนา 2 มิลลิเมตร จากนั้นนำไปแช่เย็นให้อยู่ตัวขึ้น เล็กน้อย ก่อนนำไปใช้งาน

แครีมชองตีแย้ Crème Chantilly

ครีมสดที่ถูกต้องให้ฟูดี และปรุงรสด้วยน้ำตาลไอซิ่งและวานิลลา (สามารถใช้ผงวานิลลาหรือวานิลลาสกัดก็ได้) เป็นครีมพื้นฐานที่นิยมใช้กับขนมหวานสไตล์ฝรั่งเศส ครีมที่ใช้ควรเป็นครีมจากนมวัวที่มีเปอร์เซ็นต์ไขมันอยู่ที่ประมาณ 35% (Heavy Cream)

- ครีม 1 ถ้วย
- น้ำตาลไอซิ่ง 1 ½ ช้อนโต๊ะ
- กลิ่นวานิลลา ½ ช้อนชา

ตีทุกอย่างด้วยหัวตีตะกร้อให้ได้ครีมที่ฟูและเนียนดี ในการตีครีมให้ฟูดี ครีมที่นำมาตีต้องเย็นจัด ในกรณีที่อุณหภูมิห้องที่เราทำขนมขึ้นก่อนข้างสูง เราควรนำชามผสมที่ใส่ครีม หล่อบนชามน้ำแข็งก่อนที่จะตีให้ฟู ครีมที่มาจากนมวัวนั้น (Dairy Cream) ต้องตีด้วยความระมัดระวัง เพราะถ้าตีเกิน (Overbeat) ครีมจะแตกและไม่สามารถ นำกลับมาตีใหม่ได้

ขนมตระกูลชูที่บีบไส้แล้ว ควรรับประทานในวันนั้น เพราะส่วนประกอบของไส้จะทำให้แป้งนี้ไม่กรอบเหมือนเวลาที่บีบไส้ใหม่ๆ

Choux Pastry for Frying (แป้งชูเพสตรีสำหรับการทอด)

สูตรของแป้งชูสำหรับการทอดแทบจะเหมือนกับแป้งชูสำหรับการอบ เพียงแต่เปลี่ยนจากแป้งเค้ก มาเป็นแป้งขนมปังแทน เพื่อให้ได้เนื้อสัมผัสที่หนึ่กและเหนียวขึ้นเล็กน้อยและลดส่วนผสมของไข่ไก่ลง เพราะเมื่อเวลานำไปทอดจะยังคงรูปทรงที่สวยงามและไม่พองเกินไป สามารถเพิ่มแต่งรสและกลิ่นด้วยวานิลลาและผิวส้ม

ซูโร Churro

ซูโร ของหวานทั้งอาหารเช้า ที่เกิดจากการนำแป้งชูเพสตรีไปทอดให้กรอบโดยผ่านหัวบีบรูปดาว ซูโรเป็น ของหวานที่ได้รับความนิยมอย่างมากในประเทศสเปน จะถือว่าเป็นโดนักแบบสเปนที่ได้รับความนิยมจุ่มรับประทาน กับชอสช็อกโกแลตร้อนๆ หรือกาแฟใส่นม เรามักจะพบเห็นซูโรตามสวนสนุก งานเทศกาลและการแข่งขัน กีฬา ประวัติของซูโรนั้นมีหลากหลาย แต่ถ้าตามเรื่องเล่าของสเปน เขาบอกว่าเป็นของอาหารเช้าที่คนเลี้ยงแกะมักทำในเวลาที่เขาขมบ่งทานไม่ได้ ก็ทดแทนด้วยแป้งทอด ที่ทำได้ง่ายส่วนชื่อของซูโรนั้นก็มาจากชื่อสายพันธุ์ของแกะและยังมีความหมายถึงส่วนเขาของแกะด้วย หัวบีบที่ใช้ในการบีบซูโร มีชื่อเรียกว่า Churrera มีลักษณะเป็นเหมือนดอกจันทน์ ถ้าหาไม่ได้ เราสามารถใช้หัวบีบรูปดาวทดแทนได้



วิธีทำ

วิธีการทำซูโร ทำได้โดยการทำแป้งชูเพสตรี สูตรสำหรับทอดซึ่งมีวิธีการทำเหมือนกับการทำแป้งชูเพสตรีสูตรสำหรับอบ แต่จะเหนียวกว่าเพราะมีปริมาณไข่ที่น้อยกว่า ถ้าต้องการใส่วานิลลาให้ใส่ลงในน้ำที่นำไปผสมกับเกลือและเนย แต่ถ้าหากต้องการใส่ผิวส้มให้ใส่พร้อมกับไข่ จากนั้นนำแป้งใส่ถุงบีบ ใช้หัวบีบรูปดาว ตั้งน้ำมันรำข้าวที่ 150 องศาเซลเซียส บีบลงในน้ำมันให้เป็นแท่งยาว ใช้กรรไกรจุ่มน้ำมันเล็กน้อย ตัดแป้งตามความยาวที่ต้องการ ทอดเป็นเวลา 4 นาทีจนกรอบ และสีสวยดี นำออกจากน้ำมัน พักประมาณ 30 วินาที แล้วจึงนำไปเคล้ากับน้ำตาลที่ผสมอบเชยป่น (Cinnamon Sugar) (ถ้าเคล้ากับน้ำตาลตอนที่แป้งร้อนเกินไป น้ำตาลจะละลายและทำให้ผิวของซูโรไม่กรอบ) เสิร์ฟกับชอสช็อกโกแลตอุ่นๆ (ถ้าต้องการ)

น้ำตาลอบเชย (Cinnamon Sugar)

- น้ำตาลทราย 1 ถ้วย
- อบเชยป่น 2 ช้อนชา

ซอสช็อกโกแลต

- ดาร์กช็อกโกแลต 120 กรัม
- ครีม 80 มิลลิลิตร
- น้ำผึ้ง 1 ช้อนโต๊ะ
- กลิ่นวานิลลา ½ ช้อนชา

นำครีม น้ำผึ้งและกลิ่นวานิลลาไปตั้งไฟ
พอร้อนดี ยกออกจากความร้อน
สับช็อกโกแลตใส่ลงไป คนให้ละลาย
เข้ากันดี



ซูโรป๊อป Churro Pops (developed by MCS)

ถ้าเรามีแป้งซูสำหรับการทอดเหลือและอยากจะทำของหวานที่เก็บได้นาน นี่คือนของหวานทานเล่นที่ดัดแปลงมาจากซูโร และสามารถทำเก็บไว้รับประทานหรือมอบให้คนรักเป็นของขวัญก็ได้เช่นกัน เนื้อของซูโรป๊อปจะมีลักษณะที่แห้งและกรอบ เนื่องจากการอบด้วยอุณหภูมิต่ำเป็นเวลานาน



วิธีทำ

แป้งที่ใช้คือสูตรเดียวกับแป้งซูโร หัวบีบที่ใช้เหมือนกันกับซูโรทุกอย่าง ทอดที่ 15 องศาเซลเซียส เช่นเดียวกัน แต่หลังจากที่บีบตัวแป้งลงไปบนน้ำมันเป็นแท่งยาว สัก 1 นาที ให้ใช้กรรไกร ตัดซูโรเป็นท่อนเล็ก ประมาณ 1-2 เซนติเมตร ทอดต่ออีก 3 นาทีให้สุกดี ตักขึ้นมาพักประมาณ 30 วินาที นำไปคลุกกับน้ำตาล ผสมอบเชย พักให้เย็นลง เปิดเตาอบที่ 70 องศาเซลเซียส นำซูโรป๊อปใส่ถาดอบเป็นเวลา 2 ชั่วโมง ให้แห้งและกรอบดี พักให้เย็นลง ใส่กล่องสุญญากาศ

อีกหนึ่งสูตรที่พัฒนาขึ้นมาให้มีความแตกต่าง โดยใช้แป้งซูเพสทรีสูตรเดียวกัน แต่เปลี่ยนหัวบีบที่ใช้ โดยใช้หัวบีบหลญา แบบที่ใช้บีบน้ำเค้กมงบลังค์ (Mont Blanc Cake) ซึ่งลักษณะที่ได้ออกมา จะคล้ายกับเค้กกรวย (Funnel Cake)



วิธีทำ

แป้งที่ใช้คือสูตรเดียวกับแป้งซูโร แต่ใช้หัวบีบหลญา หรือหัวบีบมงบลังค์ ทอดทีละน้อยในน้ำมัน ที่ 150 องศาเซลเซียส เป็นเวลา 3-4 นาที พลิกด้านเมื่อเวลาผ่านไปสัก 2 นาที เวลาที่รับประทาน ก็วางใส่จานซ้อนกันสัก 2-3 ชั้นพอให้สวยงาม โรยด้วยน้ำตาลไอซิ่ง เสิร์ฟกับครีม และสตอว์เบอร์รี่ หรือผลไม้ที่โปรดปราน หรือไอศกรีม ก็เข้ากันได้ดี

หมายเหตุ : เช่นเดียวกับแป้งซูเพสทรีแบบอบ แป้งซูเพสทรีแบบทอดสามารถทำไว้ล่วงหน้าและเก็บรักษา ในตู้เย็น เมื่อจะนำมาทอด ควรทิ้งที่อุณหภูมิห้องให้คลายความเย็นเล็กน้อย มิฉะนั้น เวลาไปทอดอุณหภูมิของน้ำมันจะลดลงอย่างรวดเร็ว

CAUTION

บทเรียนและสูตรอาหารใน My Cooking School Project
ถูกรวบรวมและเก็ยโยงให้เกิดภาพที่สามารถจดจำและเข้าใจได้ง่าย
บางสูตรอาจมีความแตกต่างจากสูตรดั้งเดิม เนื่องจากถูกปรับ
หรือดัดแปลงให้เหมาะสมกับการทำในครัวที่บ้าน