Phol Foodmafia NETWORK

พลพรรคนักปรุง
BAKE WITH YEAST

Soboro Ppang & Yugjjog Maneul Ppang

สนับสนุนโดย

Soboro Ppang

Soboro Ppang มีความหมายถึงผิวที่ขรุขระ
ซึ่งมาจากชั้นท้อปปิ้งด้านบนที่มีส่วนประกอบของถั่วลิสง
เป็นขนมปังที่กินง่าย รสชาติหวานหอม
เนื้อนุ่มตัดกับผิวที่มีความกรอบ คล้ายๆกับเมลอนปังของญี่ปุ่น

เอกสารประกอบการเรียนนี้เป็นลิขสิทธิ์ของรายการ พลพรรคนักปรุง BAKE WITH YEAST

รู้จักกับอาวุธลับของนักอบขนมปัง อย่าง Pre-ferment

Pre-ferment คือการแบ่งแป้งและของเหลวบางส่วนมาหมักกับยีสต์ล่วงหน้า
ก่อนนำกลับมาผสมกับโดว์ ช่วยเพิ่ม กลิ่น รสชาติ และคุณภาพของขนมปัง

แบ่งออกเป็น 4 หมวดใหญ่ ๆ Poolish, Biga, Sponge และ Old Dough

Pre-ferment ชนิดแรกที่เราจะทำความรู้จักมีต้นกำเนิดจาก โปแลนด์ (Poland)
และถูกนำมาใช้อย่างแพร่หลายในฝรั่งเศส

วิธีทำ Poolish

แบ่งแป้งและของเหลวในสูตร อย่างละเท่า ๆ กัน ผสมกับยีสต์เล็กน้อย แล้วหมักอย่างช้า ๆ ในตู้เย็น

ส่วนประกอบทั้งหมดของขนมปัง

Formula	Baker's %	Weight (g)	Note
แป้งขนมปัง BRD-035	100%	400	
น้ำสะอาด	30%	120	ใช้สำหรับ Poolish
ยีสต์ (1)	0.05%	0.2	ใช้สำหรับ Poolish
ยีสต์ (2)	1.45%	5.8	
เกลือ	1%	4	
น้ำตาลทราย	12%	48	
ไข่ไก่	10%	40	
นมจืด	16.5%	66	
เนยจืด	10%	40	
รวม	**181%**	**724 g**	



เอกสารประกอบการเรียนนี้เป็นลิขสิทธิ์ของรายการ พลพรรคนักปรุง BAKE WITH YEAST

เตรียม Poolish

ผสมแป้ง 120 กรัม น้ำสะอาด และยีสต์ส่วนแรก คนให้เข้ากัน พักไว้ 1 ชั่วโมง
จากนั้นนำไปแช่เย็น 10–16 ชั่วโมง



(Poolish ที่พักไว้ 1 ชั่วโมง)

ส่วนประกอบของหน้า Soboro Ppang

ส่วนประกอบ	ปริมาณ
เนยจืด	70 g
น้ำตาลทราย	70 g
ถั่วลิสงป่น	60 g
เกลือ	1.5 g
แป้งเอนกประสงค์	140 g
ผงฟู	2 g

Soboro Ppang

มีความหมายถึงผิวที่ขรุขระ
ซึ่งมาจากชั้นท้อปปิ้งด้านบนที่มีส่วนประกอบของ***ถั่วลิสง***

ขั้นตอนการเตรียมหน้า Soboro Ppang

1. ผสมเนยจืดที่หายเย็นแล้ว น้ำตาลทราย ถั่วลิสงป่น และเกลือให้เข้ากัน
2. ใส่แป้งเอนกประสงค์และผงฟู
3. คนให้ส่วนผสมจับตัวเป็นก้อน แล้วพักไว้





INGREDIENT HIGHLIGHT

ถั่วลิสง ตราไร่ทิพย์

ให้คุณค่าทางโภชนาการสูงจากโปรตีน
เส้นใยอาหาร วิตามิน และแร่ธาตุ ช่วยให้อิ่มท้องนาน
บำรุงหัวใจและระบบประสาท มีไขมันดีที่ช่วย
ลดคอเลสเตอรอล

เอกสารประกอบการเรียนนี้เป็นลิขสิทธิ์ของรายการ พลพรรคนักปรุง BAKE WITH YEAST

ขั้นตอนการทำขนมปัง








นวดผสม + หมัก

ผสม Poolish และวัตถุดิบทั้งหมด ยกเว้นนมและเนย ด้วยสปีดต่ำ 4–5 นาที หรือจนเข้ากันดี จากนั้นนวดด้วยสปีดสูงอีก 4–5 นาที หรือจนเริ่มขึงโดว์เป็นแผ่นฟิล์มได้เล็กน้อย ทยอยใส่นมและเนย แล้วนวดต่อจนเข้ากันดี จนได้โดว์ที่สามารถขึงเป็นแผ่นฟิล์มบางใสได้ หมักโดว์ 40–60 นาที หรือจนโดว์ฟูขึ้นเป็น 2 เท่า





ตัดแบ่ง

ไล่แก๊ส แล้วแบ่งเป็น 12 ส่วน ส่วนละ 60 กรัม คลึงเป็นก้อนกลม แล้วพักไว้ 10 นาที







ขึ้นรูป + พรูฟ

ตักโซโบโรวางบนกระดาษไข แล้วรีดให้เป็นแผ่น จากนั้นกดโดว์ลงบนโซโบโรให้แบน พลิกกลับด้าน แล้วนำไปพรูฟ 40–60 นาที

อบด้วยโปรแกรมไฟบน–ล่างที่อุณหภูมิ 190°C เป็นเวลา 18–20 นาที




เอกสารประกอบการเรียนนี้เป็นลิขสิทธิ์ของรายการ พลพรรคนักปรุง BAKE WITH YEAST

Yugjjog Maneul Ppang

ยุกจ็อกมานึลปัง หรือขนมปังกระเทียมครีมชีสของเกาหลี จะมีการผ่าขนมปังออกเป็นแฉกๆให้คล้ายหัวกระเทียม (ยุกจ็อกแปลว่า 6 กลีบ) ความกรอบของผิว ความนุ่มของเนื้อใน หอมกระเทียม ฉ่ำเนย หวานมันจากครีมชีส ยุกจ็อกมานึลปังมีให้ครบ



เอกสารประกอบการเรียนนี้เป็นลิขสิทธิ์ของรายการ พลพรรคนักปรุง BAKE WITH YEAST

Formula	Baker's %	Weight (g)	Note
แป้งขนมปัง BRD-035	100%	500	
น้ำสะอาด (1)	30%	150	ใช้สำหรับ Poolish
ยีสต์ (1)	0.05%	0.25	ใช้สำหรับ Poolish
ยีสต์ (2)	1.45%	7.25	
เกลือ	1%	5	
นมผง	4%	20	
น้ำตาลทราย	10%	50	
ไข่ไก่	10%	50	
น้ำสะอาด (2)	25%	125	
เนยจืด	5%	25	
รวม	**186.5%**	**932.5 g**	





INGREDIENT HIGHLIGHT

แป้ง BRD 035

แป้งสาลีที่รังสรรค์มาเพื่อขนมปังนุ่มฟูเป็นพิเศษ ไม่ผ่านการฟอกสี พร้อมให้เนื้อในขาวสวยและ ละเอียดอย่างโดดเด่น ด้วยค่า Ash ต่ำเพียง 0.35% ช่วยให้ขนมปังดูสะอาด สว่าง และพรีเมียมยิ่งขึ้น เหมาะสำหรับโชคุปัง ขนมปังแซนด์วิช ซอฟต์บัน และขนมปังไส้หลากหลายเมนู





เตรียม Poolish

ผสมแป้ง 150 g น้ำสะอาด และยีสต์ส่วนแรก คนให้เข้ากัน พักไว้ 1 ชั่วโมง จากนั้นนำไปแช่เย็น 10–16 ชั่วโมง

เอกสารประกอบการเรียนนี้เป็นลิขสิทธิ์ของรายการ พลพรรคนักปรุง BAKE WITH YEAST

ขั้นตอนการทำขนมปัง





นวดผสม

ผสม Poolish และวัตถุดิบทั้งหมด ยกเว้นน้ำส่วนที่สองและเนย นวดด้วยสปีดต่ำ 4–5 นาที หรือจนส่วนผสมเข้ากันดี จากนั้นปรับสปีดสูง 4–5 นาที หรือจนเริ่มขึงโดว์เป็นแผ่นฟิล์มได้เล็กน้อย





ทยอยใส่น้ำและเนย แล้วนวดต่อจนเข้ากันดี จนได้โดว์ที่สามารถขึงเป็นแผ่นฟิล์มบางใสได้





หมัก

หมักโดว์ 40–60 นาที หรือจนโดว์ฟูขึ้นเป็น 2 เท่า

ตัดแบ่ง

ไล่แก๊ส แบ่งโดว์เป็น 10 ส่วน ส่วนละ 90 g แล้วคลึงเป็นก้อนกลม




พรูฟ

พรูฟ 60 นาที หรือจนกดแล้วโดว์เด้งกลับช้า ๆ

อบ

อบด้วยโปรแกรมไฟบน–ล่างที่อุณหภูมิ 180°C เป็นเวลา 18–20 นาที

เอกสารประกอบการเรียนนี้เป็นลิขสิทธิ์ของรายการ พลพรรคนักปรุง BAKE WITH YEAST

Yugjjog Maneul Ppang

ปังกระเทียม 6 แฉก



ครีมชีส	120 g
วิปปิ้งครีม	30 g
น้ำตาลทราย	15 g
เนยจืด	150 g
ไข่ไก่	60 g
กระเทียมจีนสับ	30 g
ชีสพาร์เมซาน	30 g
พาร์สลีย์	10 g








ขั้นตอนการทำปังกระเทียม 6 แฉก

1. ผสมครีมชีสที่นุ่มแล้วกับวิปปิ้งครีม ปรุงด้วยน้ำตาลทราย ใส่ถุงบีบแล้วพักในตู้เย็น
2. ผสมเนยจืดละลาย ใส่ไข่ไก่ กระเทียมสับ ชีสและพาร์สลี่ย์
(สามารถปรุงด้วยเกลือพริกไทยได้) พักไว้
3. หั่นขนมปังที่เย็นสนิทแล้วเป็น 6 แฉกจากด้านบนลงมา 2/3 ของความสูงขนมปัง
(ไม่ให้ขาดจากกัน)
4. บีบครีมชีสระหว่างรอยที่หั่นไว้
5. ใช้แปรงจุ่มส่วนผสมเนยทาให้ทั่วขนมปัง หรือชุบขนมปังลงในส่วนผสมเนย
6. อบโปรแกรมพัดลม 190c ประมาณ 8-10 นาทีหรือจนสีสวย




เอกสารประกอบการเรียนนี้เป็นลิขสิทธิ์ของรายการ พลพรรคนักปรุง BAKE WITH YEAST