โครงการการจัดการความรู้ด้านศิลปวัฒนธรรม : จากทฤษฎีสู่การปฏิบัติภายใต้ชื่องาน

วาเลนไทน์ หัวใจไทย"

น้ำพันธ์สมุนไพร สื่อรัก

โดย

อ.กรรณิการ์ บูรพาพิชิตภัย

น.ส.เบญจมาส สระบัวคำ

คณะศิลปศาสตร์

เอกสารประกอบการสอน

การทำน้ำพันช์สมุนไพรสื่อรัก

โดย อ.กรรณิการ์ บูรพาพิชิตภัย
น.ส.เบญจมาศ สระบัวคำ

โครงการการจัดการความรู้ ด้านศิลปวัฒนธรรม : จากทฤษฎีสู่การปฏิบัติ
ภายใต้ชื่องาน “วาเลนไทน์ หัวใจไทย”
วันศุกร์ที่ ๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒ เวลา ๑๓.๐๐ น. - ๑๖.๓๐ น.
ณ หอประชุมดีฮออล์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ศูนย์เทเวศร์

จัดโดย กองศิลปวัฒนธรรม มทร.พระนคร

“ต้นว่านกาบหอย ใบสีม่วงอมแดงสดใส หรือที่ชาวจีนแต้จิ๋วเรียกว่า อั่งเต็ก มาปรุงเป็นน้ำสมุนไพรดับร้อน มีสรรพคุณทางยาช่วยแก้ร้อนใน กระหายน้ำ แก้ฟกช้ำได้ และมีรสเย็นชุ่มคอหากนำไปต้มกับน้ำดื่ม หรือนำดอกมาต้มกับหมูสับ กินเป็นแกงจืด ก็จะช่วยขับเสมหะ แก้ไอแห้ง ๆ ได้ดีทีเดียว ถ้าใครกำลังมีอาการร้อนในอยู่ หรืออยากได้เครื่องดื่มดับร้อนสักแก้วไว้ดื่ม ก็ลองมาดูวิธีทำ น้ำว่านกาบหอยกัน”

น้ำว่านกาบหอย

ส่วนผสม

ใบว่านกาบหอย	15	ใบ
ใบเตย	2	ใบ
น้ำเปล่า	2 ถ้วย + 1/2	ถ้วย
น้ำตาลกรวด หรือน้ำตาลทราย	50	กรัม
น้ำมะนาว หรือ น้ำเสาวรส		
น้ำแข็ง		

วิธีทำ

1. เทน้ำใส่หม้อ ยกขึ้นตั้งไฟปานกลาง

2. ระหว่างรอน้ำเดือด ให้ล้างใบว่านกาบหอยและใบเตยให้สะอาด หั่นตามขวางเป็นชิ้นเล็ก ๆ

3. พอน้ำเดือดแล้วนำลงต้มในน้ำเดือด ต้มจนใบว่านซีด เติมน้ำตาลกรวดลงไปคนให้ละลาย รอจนเดือดอีกครั้ง ปิดไฟ

4. ปรุงรสด้วยมะนาว หรือน้ำเสาวรส ตักใส่น้ำแข็งดื่ม

น้ำว่านกาบหอย

น้ำอัญชันน้ำผึ้งเลมอน

ส่วนผสม

น้ำผึ้ง	2	ช้อนโต๊ะ
มะนาวเลมอน	1	ลูก
ดอกอัญชัน	1/4	ถ้วยตวง
น้ำ	1	ถ้วยตวง
น้ำแข็ง		

วิธีทำ

1. ต้มน้ำในหม้อให้เดือดยกลง ใส่ดอกอัญชันลงไปแช่ทิ้งไว้จนได้สีที่ต้องการแล้วจึงกรอกออก
2. ผสมน้ำผึ้งกับน้ำมะนาวเลมอนให้เข้ากัน ชิมรสเปรี้ยวหวานตามชอบ
3. เทน้ำผึ้งมะนาวลงไปในแก้วเสริฟที่ใส่น้ำแข็งไว้
4. จัดเสริฟน้ำมะนาวเลมอนคู่กับช็อตน้ำดอกอัญชัน

น้ำอัญชัน
น้ำผึ้งเลมอน

น้ำพันช์

ส่วนผสม

น้ำแดง เฮลบลูบอย	1/4	ถ้วย
น้ำสับปะรด แบบกล่อง	3/4	ถ้วย
น้ำส้ม	3/4	ถ้วย
น้ำมะนาว	2	ช้อนโต๊ะ
เกลือสมุทรป่น	1/4	ช้อนชา
โซดา หรือ สไปรซ์	1 + 1/2	ขวด

มะนาวฝานเป็นแว่น 2 ลูก

ผลไม้ หั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ ส้ม องุ่น เลมอน ฯลฯ

วิธีทำ

ผสมส่วนผสมทุกอย่างให้เข้ากัน ใส่ผลไม้หั่น แช่เย็น เมื่อจะนำมาเสิร์ฟ จึงค่อยนำสไปรซ์ หรือโซดา เทลงไปในส่วนผสม

น้ำพันช์

โมจิโต้

ส่วนผสม

ใบสะระแหน่	12	ใบ
น้ำมะนาว	6	ช้อนโต๊ะ
มะนาว	1/4	ผล
โซดา		
น้ำแข็ง		
น้ำตาลทรายแดง	1	ช้อนโต๊ะ
น้ำเชื่อม	1	ช้อนโต๊ะ

ตกแต่ง

มะนาวฝาน

ใบมินท์หรือสาระแหน่

วิธีทำ

ผสมส่วนผสมทุกอย่างให้เข้ากัน ใส่ผลไม้หั่น แช่เย็น เมื่อจะนำมาเสิร์ฟ จึงค่อยนำสไปรซ์ หรือโซดา เทลงไปในส่วนผสม

MOJITO

กองศิลปวัฒนธรรม สำนักงานอธิการบดี
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร
๓๙๙ ถนนสามเสน แขวงวชิรพยาบาล
เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร ๑๐๓๐๐
โทร ๐๒ ๖๖๕ ๓๗๗๗ ต่อ ๖๒๓๕, ๖๖๒๔
โทรสาร ๐๒ ๖๖๕ ๓๗๕๙

rmutpculdiv
rmutpculdiv
artsculture@rmutp.ac.th
http://cul.offpre.rmutp.ac.th