

กิจกรรม เสริมประสบการณ์

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓๐ “โลกสวยด้วยสีส่น”

ชั้นอนุบาลปีที่ ๒

เรื่อง สีธรรมชาติสามารถนำมา
รับประทานได้ (ประกอบอาหาร)

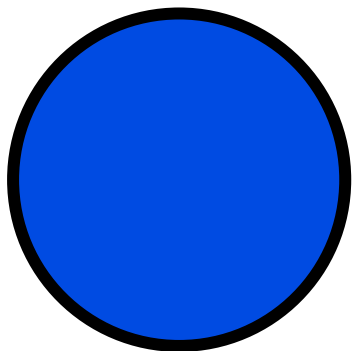


สิ่งจากธรรมชาติ ใช้ทำอาหาร



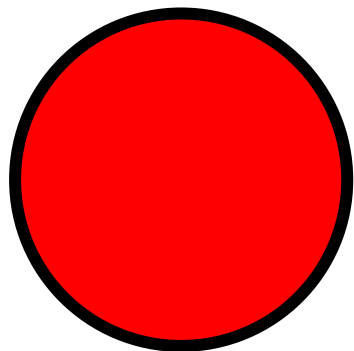
ดอกอัญชัน

ให้สีน้ำเงิน



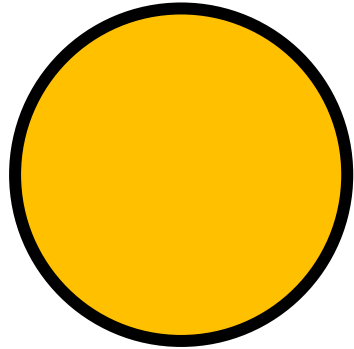
ดอกกระเจียบ

ให้สีแดง



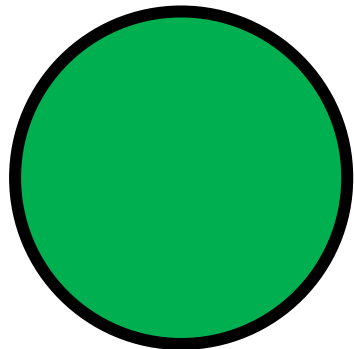
ขมิ้นชัน

ให้สีเหลือง



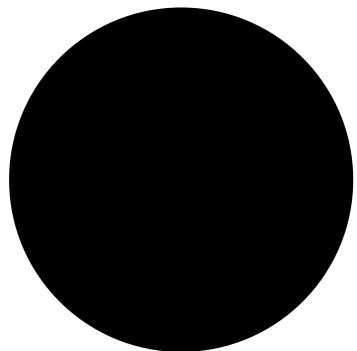
ใบเตย

ให้สีเขียว



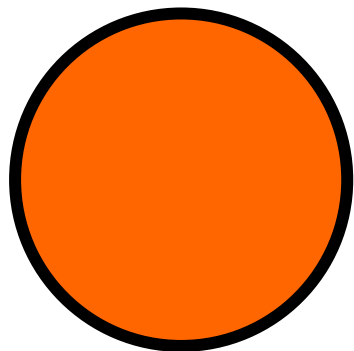
งาดำ

ให้สีดำ



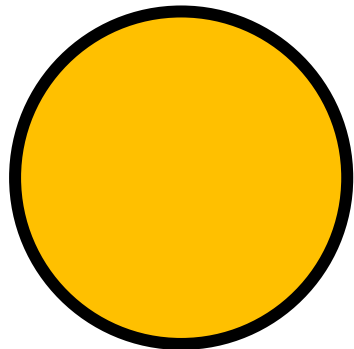
แครอท

ให้สีส้ม



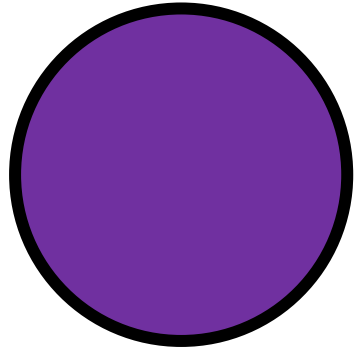
ฟักทอง

ให้สีเหลือง



มันม่วง

ให้สีม่วง





การประกอบอาหาร
ข้าวเหนียวมูลที่สวยงาม

วัตถุดิบ/อุปกรณ์

๑. ข้าวเหนียว

๒. กะทิ

๓. น้ำตาลทราย

๔. เกลือ

๕. สีจากธรรมชาติต่าง ๆ

๖. หม้อหุงข้าว

๗. ทัพพี/ช้อน

๘. ถ้วย



ขั้นตอนการประกอบอาหาร ข้าวเหนียวมูลสีสวย

๑. แช่ข้าวเหนียวไว้ ๓ ชั่วโมง และนำไปหุง/นึ่งจนสุก

๒. นำสีจากธรรมชาติต่าง ๆ มาคั้นจนได้สีตามต้องการ

- สีเขียว ⇨ ใบเตย

- สีชมพู ⇨ บีทรูท

- สีนํ้าเงิน ⇨ ดอกอัญชัน

- สีเหลือง ⇨ ขมิ้นชัน

๓. นำหัวกะทิใส่นํ้าตาลและเกลือเล็กน้อยคนให้เข้ากัน
แบ่งใส่ถ้วย และนำสีจากธรรมชาติมาผสมลงไป



ขั้นตอนการประกอบอาหาร ข้าวเหนียวมูลสีสวย

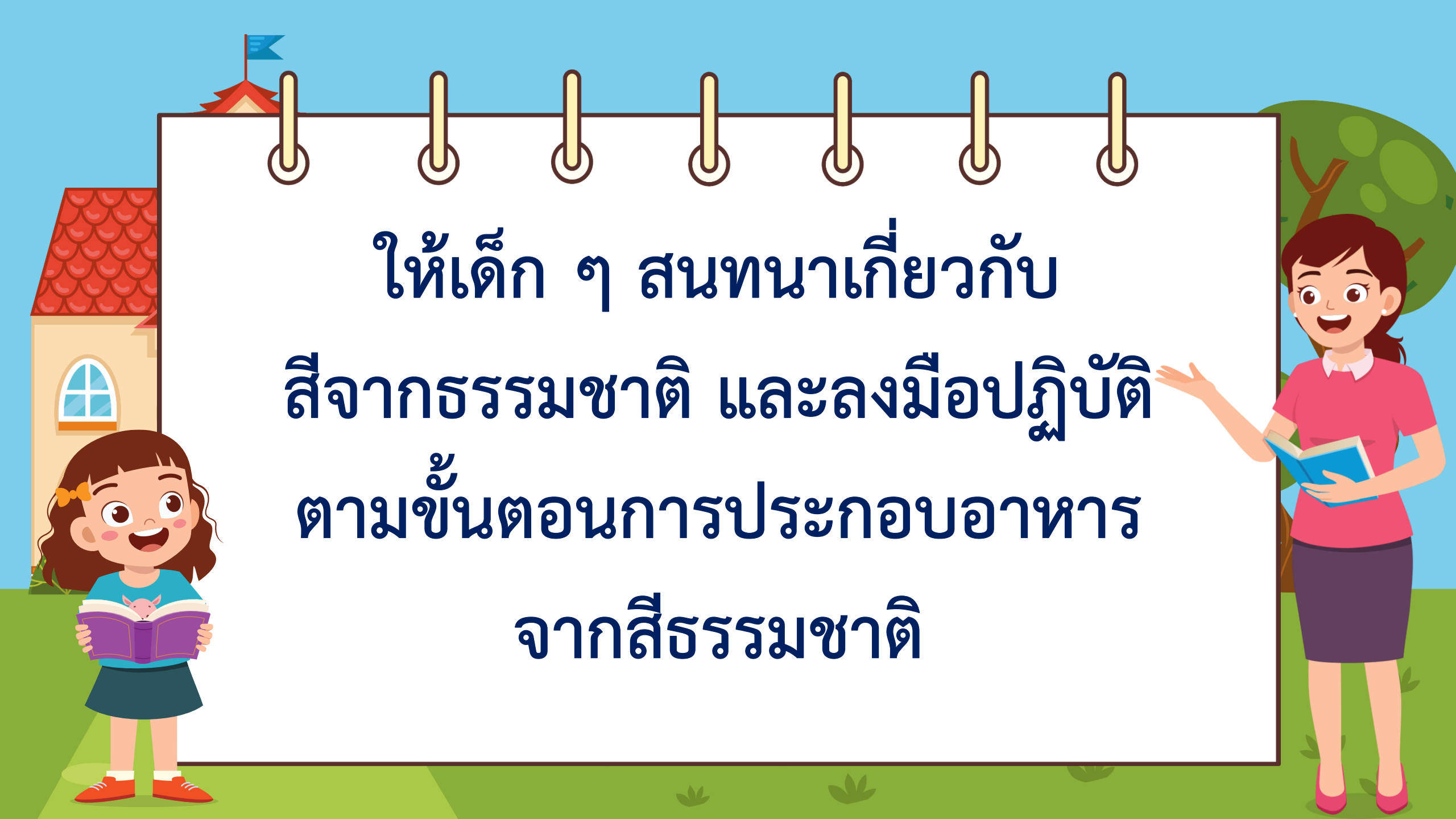
๔. นำข้าวเหนียวสุกแล้วมาตัดแบ่งใส่แต่ถ้วยกะทิ ตามสีต่าง ๆ คนให้เข้ากันพักทิ้งไว้

๕. จัดใส่จาน รับประทานกับไอศกรีมหรือผลไม้ต่าง ๆ เช่น มะม่วงสุก ขนุน ทูเรียน





การประกอบอาหาร
ข้าวเหนียวมูลที่สวยงาม



ให้เด็ก ๆ สนทนาเกี่ยวกับ
สี่จากธรรมชาติ และลงมือปฏิบัติ
ตามขั้นตอนการประกอบอาหาร
จากสี่ธรรมชาติ

