

# บับก้า Babka



## บับก้า Babka

**บับก้า Babka** ไม่มีอะไรที่ทำให้เราฟินได้มากไปกว่าการได้กินของอร่อย ที่สามารถทำเองได้ที่บ้าน แอตครูดอง ชัซวานทำเมนู บับก้าขนมปังหวานสไตล์โปแลนด์ ซึ่งแอตครูดองชัซวานลองทำมาแล้วอร่อยมากๆเลยคะ อยากรู้อะไรสูตรเลย สูตรบับก้าแบบฉบับดั้งเดิม เวอร์ชันนี้เป็น babka wielkanocna หรือ Easter babka ดัดแปลงมาจากเว็บไซต์ ทำอาหารโปแลนด์ Smaker แบ่งมีสีเหลืองสดใสและมีรสชาติเข้มข้น เพราะทำจากไข่จุกๆ รสชาติหอมกรุ่น ละมุน ลื่นลองคิดดู ของอร่อยอย่างนี้ต้องห้ามพลาด เกริ่นมานานหิวแล้ว มาทำบับก้ากันเลยคะ อร่อยเด็ดเมนูระดับมิชลินสตาร์ มาคะดาวนโหลดสูตร มือชิวควงตะหลิว มือช้ายจับกระทะ สาวเท้าก้าวเข้าครัวไปกับเมนูบับก้ากันเลยคะ

### สูตรบับก้า

แป้ง 500 กรัม (1.1 ปอนด์)

ไข่แดง 8 ฟอง

ยีสต์ 50 กรัม (1.75 ออนซ์)

เนยละลาย 200 กรัม (7 ออนซ์)

น้ำตาล 150 กรัม (5.3 ออนซ์)

นมอุ่น 3/4 ถ้วย (180 มล.)

เปลือกผลไม้แช่อิ่ม

ไขมันสำหรับทาเคลือบ

เกล็ดขนมปัง

## วิธีทำบับก้า

ผสมแป้ง 1/2 ถ้วยตวง น้ำตาล 1 ช้อนโต๊ะ ยีสต์ และนม ปล่อยให้ลอยขึ้นในที่อุ่น

ระหว่างนี้ ให้ผสมไข่แดงกับน้ำตาลที่เหลือจนเป็นฟอง

คนในส่วนผสมของยีสต์ที่เพิ่มขึ้นและแบ่งที่เหลือ ผสมจนแป้งโปร่งและเติมไปด้วยฟองอากาศ

ใส่เปลือกผลไม้เชื่อมและเนยละลายซ้อนด้วยช้อน คนให้เข้ากัน

ทาน้ำมันหรือเนยกระทะ babka แล้วโรยด้วยเกล็ดขนมปัง

ย้ายแป้งลงในถาดอบและอบในเตาอบที่อุ่นไว้ที่ 170 องศาเซลเซียส (340 องศาฟาเรนไฮต์) เป็นเวลา 30 นาที ทานให้อร่อยนะคะ



ขอขอบคุณข้อมูล – <https://www.tasteatlas.com/babka/recipe>

## ประวัติบับก้า

ญาติสนิทของ *kulich* รัสเซียและ *panettone* ของอิตาลี *babka* หรือ *baba* มีประวัติอันยาวนานและค่อนข้างมืดมน ชื่อนี้แปลว่า *คุณยาย* ในภาษาสลาฟส่วนใหญ่ และทฤษฎีหนึ่งบอกว่าชื่อนี้มาจากเด็กนี้เพราะมีลักษณะคล้ายกระโปรง จับจีบคล้ายกับที่หญิงชราเคยใส่ นักประวัติศาสตร์ชาวเดนมาร์ก Saxo Grammaticus อธิบาย Babka เป็นครั้งแรกในศตวรรษที่ 12 ว่าเป็นขนมปังหวานที่เตรียมระหว่างการเฉลิมฉลองการเก็บเกี่ยวนอกกรีตในพื้นที่บอลติกตำนานชาวโปแลนด์อ้างว่า *babka* ถูกคิดค้นโดยกษัตริย์ Stanisław Leszczyński ซึ่งตั้งชื่อเค้กตามชื่อ Ali Baba ซึ่งเป็นตัวละครจากหนังสือเล่มโปรดของเขา *Thousand and One Nights* ตามทฤษฎีนี้ มีคนอ้างว่ากษัตริย์พลัดถิ่นองค์นี้ได้แนะนำบับก้าให้รู้จักกับอาหารฝรั่งเศส ซึ่งพัฒนาจนกลายเป็น *baba au rhum* คลาสสิกของฝรั่งเศสที่มีชื่อเสียง นักประวัติศาสตร์ด้านอาหารบางคนคิดว่า บับก้าได้รับการแนะนำให้รู้จักกับโปแลนด์จากอิตาลีในช่วงศตวรรษที่ 16 และพัฒนาเป็น *ปาดินาโทเน* เวอร์ชันภาษาสลาฟ Babka แพร่กระจายไปยังสหรัฐอเมริกาโดยชาวโปแลนด์และผู้อพยพชาวสลาฟคนอื่นๆ ที่มีเชื้อสายยิว ซึ่งพัฒนาจนกลายเป็นเค้กโรลที่เติมไปด้วยช็อกโกแลตและอบเชย

## วัตถุดิบบับก้า

## yeast

ยีสต์ (Yeast) คือสิ่งมีชีวิตที่สามารถเติบโตได้โดยการย่อยอาหาร และยีสต์คือส่วนสำคัญที่ทำให้เกิดการหมัก (Fermentation) ดังนั้นเมื่อเราอบขนมปังที่มีการใส่ยีสต์เป็นส่วนผสมลงไป ยีสต์จะหมักน้ำตาลในแป้ง และปล่อยแก๊สคาร์บอนไดออกไซด์ออกมา เนื่องจากแป้งมีความยืดหยุ่นสูง ทำให้คาร์บอนไดออกไซด์จึงไม่สามารถหลบหนีได้ แก๊สคาร์บอนไดออกไซด์จึงทำให้เกิดการขยายตัว หรือทำให้แป้งพองตัวมีขนาดขยายใหญ่

## butter

เนย (Butter) เป็นไขมันสัตว์ที่ถูกนำไปผ่านกระบวนการแยกออกมาจากนํ้านมหรือครีม ส่วนใหญ่จะใช้นํ้านมจากสัตว์ เช่น วัว ควาย แพะ หรือแกะ กระบวนการผลิตเนย เริ่มจากการนำนํ้านมไปเข้าเครื่องจักรเพื่อปั่นหรือเหวี่ยงด้วยความเร็วสูง เมื่อเหวี่ยงจนได้ที่จะได้วัตถุดิบออกมา 2 ชนิด คือ บัตเตอร์มิลค์ เป็นส่วนของนํ้าสีขาวขุ่น และเนย เป็นส่วนของก้อนไขมันสีเหลืองๆ ซึ่งก็คือเนยแท้ หรือที่เรียกกันติดปากว่า ‘เนยสด’ นั่นเอง

## sugar

น้ำตาล (Sugar) คือ สารประกอบคาร์โบไฮเดรตประเภทโมโนแซ็กคาไรด์ (monosaccharide) และไดแซ็กคาไรด์ (disaccharide) ซึ่งมีรสหวาน โดยทั่วไปจะได้มาจากอ้อย มะพร้าว แต่โดยทั่วไปแล้วจะเรียกอาหารที่มีรสหวานว่าน้ำตาลแทบทั้งสิ้น เช่น ทำมาจากตาลจะเรียกว่าตาลโตนด ทำมาจากมะพร้าวจะเรียกว่าน้ำตาลมะพร้าว ทำมาจากวงจากจะเรียกว่าน้ำตาลจาก ทำมาจากงบจะเรียกว่าน้ำตาลงบ ทำมาจากอ้อยแต่ยังไม่ได้ทำเป็นน้ำตาลทรายจะเรียกว่าน้ำตาลทรายดิบ ถ้านำมาทำเป็นเม็ดจะเรียกว่าน้ำตาลทราย หรือถ้านำมาทำเป็นก้อนแข็งคล้ายกวรดจะเรียกว่าน้ำตาลกวรด ฯลฯ

## milk

นม หรือนํ้านม (Milk) คือ ของเหลวสีขาวที่มีสารอาหารที่จำเป็นสำหรับเด็กหรือสัตว์เกิดใหม่ ที่ผลิตออกมาจากเต้านมของสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนม อาทิเช่น มนุษย์ วัว แพะ แกะ ควาย ม้า ลา อูฐ จามรี เร็นเดียร์ ลามา แมวป่า และยังมีไปถึงเครื่องดื่มนมที่ใช้แทนนมด้วย เช่น นมถั่วเหลือง นํ้านมข้าว นมข้าวโพด นมแอลมอนต์ เป็นต้น

## bread

ขนมปัง (Bread) เป็นอาหารที่ทำจากแป้งสาลีที่ผสมกับนํ้าและยีสต์ หรือผงฟู นอกจากนี้ยังมีการใช้ส่วนผสมอื่น ๆ เพื่อแต่งสี รสชาติและกลิ่น แตกต่างกันไปตามแต่ละประเภทของขนมปัง และ แต่ละประเทศที่ทำ โดยนำส่วนผสมมาตีให้เข้ากันและนำไปอบ ขนมปังมีหลายประเภท เช่น ขนมปังฝรั่งเศส ขนมปังไรย์ หรือแม้กระทั่งเพรดเซล ของขึ้นชื่อประเทศเยอรมนี

## rum

เหล้ารัม (Rum) เป็นผลพลอยได้จากกระบวนการผลิตน้ำตาลจากอ้อย โดยนำเอากากน้ำตาลหรือ Molasses ไปหมักและผลิตออกมาเป็นสุรา แหล่งผลิตเหล้ารัมส่วนใหญ่ของโลกนั้นมาจากแถบหมู่เกาะทะเลแคริบเบียนและบางพื้นที่ของประเทศในอเมริกากลางและอเมริกาใต้ซึ่งปลูกอ้อยกันมาก





**DONUT WORRY**



**BE HAPPY**

บ้านเบเกอรี่  
BAAN BAKERY