

# ขนมปังปาเน็ตโทน Panettone



## ขนมปังปาเน็ตโทน Panettone

**ขนมปังปาเน็ตโทน Panettone** ไม่มีอะไรที่แสนสุขใจเกินไปกว่าการได้ทานเมนูเด็ดสุดอร่อย จากสูตรเด็ดและเราทำเอง แอดครูดองซ์มาชวนทำ ขนมปังปาเน็ตโทนขนมปังหวานสไตล์อิตาลี ซึ่งแอดครูดองซ์ลองทำมาแล้วอร่อยมากๆเลยคะ อยากแชร์สูตรเลย ขนมปังปาเน็ตโทนดัดแปลงมาจาก Italian Academy of Cuisine สูตรนี้ทำปาเน็ตโทนขนาดใหญ่ (3 กก.) ได้ 1 ถาด ขนมปังหวานนุ่มๆ ตัดรสด้วยลูกเกดและผลไม้แห้งชิ้นใจ น่าลองทำกินมากคืดดูสิ ไปลองทำกันเลยคะ ของอร่อยอดใจไม่ไหวแล้ว แต่คิดก็อยากกินแล้ว มาทำขนมปังปาเน็ตโทนกันคะ อร่อยเด็ดแสงออกปาด มาคะดาวน้ไหลดสูตร มือขวาควงตะหลิว มือซ้ายจับกระทะ สาวเท้าก้าวเข้าครัวไปกับเมนูขนมปังปาเน็ตโทนกันเลยคะ

### สูตรขนมปังปาเน็ตโทน

แป้งขาว 1350 กรัม

เนย 450 กรัม

น้ำตาล 350 กรัม

นม 2-3 ช้อนโต๊ะ

sultanas 200 กรัม

แป้งขาวโดว์สตาร์ทเตอร์ 250 กรัม

ลัมหวานและชีดาร์ 50 กรัม

# สูตรขนมปังปาเน็ตโทน

10-12 ไข่แดง

ไข่ 3 ฟอง

เกลือ

## วิธีทำขนมปังปาเน็ตโทน

ขั้นแรก เตรียมสแตร์เตอร์ นวดแป้งให้ได้ที่ และห่อด้วยผ้าชุบน้ำแล้วทิ้งไว้ในที่อบอุ่นและแห้ง พักแป้งเป็นเวลาสองชั่วโมงหรือจนกว่าแป้งจะขึ้นเป็นสองเท่า

วางแป้ง 150 กรัมลงบนโต๊ะพื้นผิวเรียบ แล้วเติมแป้งขาวโดว์ที่เพื่อนๆ ได้บีบเป็นชิ้นๆ พร้อมกับน้ำอุ่น นวดจนแป้งเนียน แล้วปั้นเป็นก้อนกลมเล็กๆ วางแป้งโดลงในชาม คลุมด้วยผ้า แล้วทิ้งไว้ให้แห้งและอุ่นเป็นเวลาสามชั่วโมง

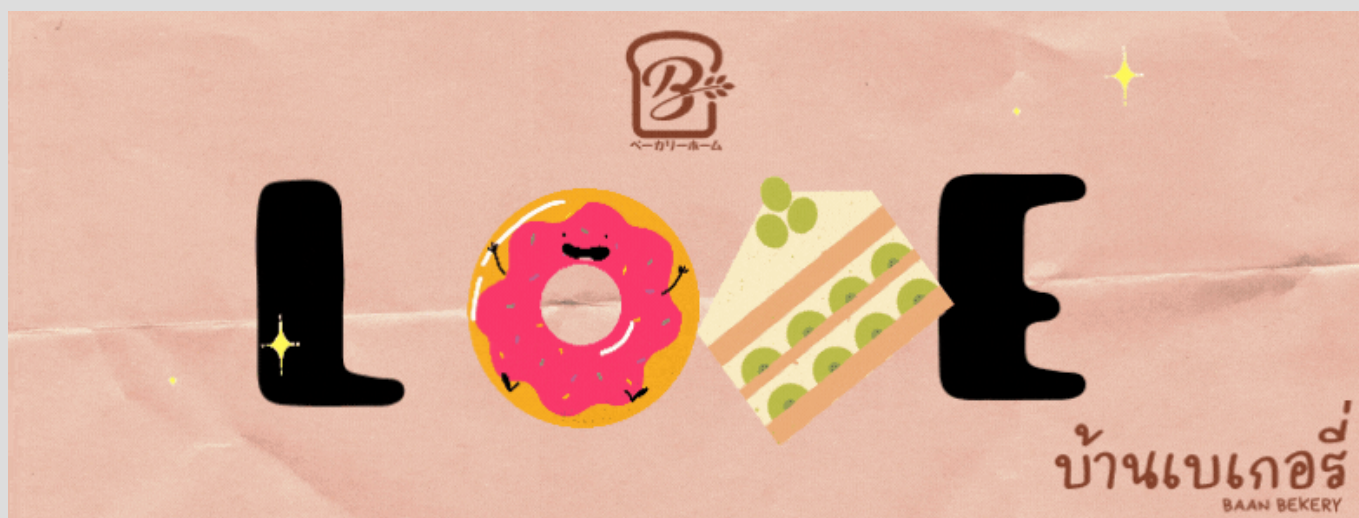
จากนั้นนำแป้งมาคลุกแป้ง 200 กรัมกับนมสองสามช้อนโต๊ะ ปั้นเป็นลูกกลมแล้ววางลงในชามที่มีฝาปิด ให้พิสูจน์เป็นเวลาสองชั่วโมง

สับผลไม้แห้งแล้วอบลูกเกิดในน้ำอุ่นเป็นเวลา 15 นาที จากนั้นแช่ให้แห้ง ละลายเนย 300 กรัมในกระทะขนาดเล็ก จากนั้นทำน้ำเชื่อมจากน้ำตาลและน้ำร้อน ใส่ไข่และไข่แดงลงในน้ำเชื่อม จากนั้นปรุงส่วนผสมใน bain marie จนร้อน

ผสมแป้งที่เหลือ เกลือ เนยละลาย ส่วนผสมของไข่และน้ำเชื่อม และแป้งที่หมักไว้ แล้วนวดแรงๆ เป็นเวลา 20 นาที จนได้แป้งที่เนียนและยืดหยุ่น สุดท้าย รวบรวมส่วนผสมและผลไม้แห้ง

หากเพื่อนๆ กำลังใช้เตาอบที่บ้าน ให้แบ่งแป้งออกเป็นสามก้อน ใช้มือปัดเป็นวงกลม แล้ววางลงบนกระดาษรองอบที่ทาไขมันและทาแป้งไว้ ใช้มีดทำกากบาทด้านบนแล้วปล่อยให้ก้อนพิสูจน์จนเพิ่มเป็นสองเท่า

เมื่อปริมาณมากกว่าสองเท่า ให้วางขนมปังในเตาอบที่อุณหภูมิ 200-220 องศาเซลเซียสเพื่ออบ หลังจากผ่านไปห้า นาที เทเนยที่เหลือลงบนกากบาทที่ด้านบน จากนั้นลดอุณหภูมิลงเป็น 180°C แล้วอบต่อจนสุก ทานให้อร่อยนะคะ



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

# ประวัติขนมปังปาเน็ตโทน

เมื่อเป็นเอกสิทธิ์เฉพาะเมืองมิลานเท่านั้น วันที่ panettone เป็นเค้กที่เตรียมทั่วประเทศอิตาลีโดยเฉพาะสำหรับเทศกาลคริสต์มาส ชื่อนี้แปลว่า *เค้กก้อนใหญ่* ในขณะที่ตามภาษามิลาน *pan del ton* หมายถึง *เค้กแห่งความหรูหรา* ตำนานมากมายเกี่ยวกับต้นกำเนิดของมันมีอยู่ในปัจจุบัน ที่มีชื่อเสียงที่สุดน่าจะมาจากศตวรรษที่ 15 ของขุนนางเหยี่ยว Ughetto Atellani ผู้ซึ่งติดใจกับ Adalgisa ลูกสาวของ Toni คนทำขนมปังผู้นำสงสาร เนื่องจากโอกาสของการแต่งงานของพวกเขาดูเยือกเย็นเพราะชนชั้นล่างของ Adalgisa Atellani จึงตัดสินใจช่วยพ่อของเธอปรับปรุงสถานะของเขา ด้วยการประดิษฐ์เค้กแสนอร่อยที่ประกอบด้วยแป้งยีสต์ที่ใส่ผลไม้แห้ง ผลไม้หวาน และเปลือก เขาช่วยให้พ่อของเธอเพิ่มยอดขายและด้วยเหตุนี้ความมั่งคั่งของเขาจึงช่วยให้ทั้งคู่ได้รับการอนุมัติให้แต่งงาน อีกตำนานหนึ่งเล่าว่าปาเน็ตโทนเป็นสิ่งประดิษฐ์ของเด็กชายผู้คลั่งไคล้ที่ชื่อโทนี่ จึงเป็นที่มาของชื่อ *Pan de Toni* (แปลว่า เค้กของโทนี่) อย่างไรก็ตาม เอกสารที่มาของเค้กมาจากยุคกลางเมื่อมีประเพณีในการเตรียมขนมปังเสริมคุณค่าสำหรับคริสต์มาส ตามต้นฉบับในช่วงปลายศตวรรษที่ 15 ของจอร์จ วาลากุสชา ครูสอนพิเศษสำหรับครอบครัวสฟอร์ซา ชาวมิลานเฉลิมฉลองประเพณีที่เรียกว่า *rito del ciocco* ซึ่งในวันคริสต์มาสอีฟ หัวหน้าครอบครัวจะวางขนาดใหญ่ท่อนไม้ในเตาผิงและเสิร์ฟขนมปังข้าวสาลีสามชิ้นบนโต๊ะ เนื่องจากข้าวสาลีมีราคาแพงในขณะนั้น ยิ่งกว่านั้น จนถึงปี 1395 เฉพาะร้านเบเกอรี่ Rosti ซึ่งจัดหาครอบครัวที่ร่ำรวยที่สุดของมิลานเท่านั้นที่มีสิทธิ์ทำขนมปังข้าวสาลีคริสต์มาสได้ตลอดทั้งปี ในขณะที่ร้านเบเกอรี่อื่นๆ ทั้งหมดได้รับอนุญาตให้ออบเฉพาะช่วงคริสต์มาสเท่านั้นและไม่ได้ขายแต่ให้เป็นของขวัญ. ในศตวรรษต่อมา ขนมปังข้าวสาลีคริสต์มาสเริ่มกลายเป็นสิ่งที่เรารู้จักในปัจจุบันว่าเป็นปาเน็ตโทนมากขึ้นเรื่อยๆ ในปีพ.ศ. 2462 แองเจโล มอตตาเริ่มผลิตปาเน็ตโทนทรงสูง และจิโออาคิโน อาเลมกัญญากิเริ่มผลิตปาเน็ตโทนแต่หลังจากสูตรอันประณีตของเขาในปี พ.ศ. 2468 ชายทั้งสองแข่งขันกันเองซึ่งส่งผลให้ไม่เพียงแต่ในอุตสาหกรรมการผลิตเค้กเท่านั้น แต่ยังลดระดับลงด้วย ราคาของขนมปังหวานที่ราคาถูกจนหลังสงครามโลกครั้งที่สองเป็นขนมคริสต์มาสที่ชาวอิตาลีหลายคนเลือก ต่อมาผู้อพยพชาวอิตาลีได้แพร่กระจายปาเน็ตโทนไปยังส่วนอื่นๆ ของโลก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในละตินอเมริกาและออสเตรเลีย

## วัตถุดิบขนมปังปาเน็ตโทน

### butter

เนย (Butter) เป็นไขมันสัตว์ที่ถูกนำไปผ่านกระบวนการแยกออกมาจากนํ้านมหรือครีม ส่วนใหญ่จะใช้นํ้านมจากสัตว์ เช่น วัว ควาย แพะ หรือแกะ กระบวนการผลิตเนย เริ่มจากการนํ้านมไปเข้าเครื่องจักรเพื่อปั่นหรือเหวี่ยงด้วยความเร็วสูง 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 ทำมาจากงบบจะเรียกว่าน้ำตาลงบบ ทำมาจากอ้อยแต่ยังไม่ได้ทำเป็นน้ำตาลทรายจะเรียกว่าน้ำตาลทรายดิบ ถ้านํ้ามาทำเป็นเม็ดจะเรียกว่าน้ำตาลทราย หรือถ้านํ้ามาทำเป็นก้อนแข็งคล้ายกวาดจะเรียกว่าน้ำตาลกวาด ฯลฯ

### milk

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

### eggs

ไข่ (Eggs) เป็นหนึ่งในอาหารโปรตีนสูง ใน 1 ฟองจะมีโปรตีน 6 กรัม จึงถือเป็นแหล่งโปรตีนที่ดี ซึ่งผู้ที่ต้องการมีกล้ามเนื้อทั้งหลายต่างเลือกรับประทาน เพราะเชื่อว่าจะช่วยเสริมสร้างกล้ามเนื้อได้ดี เนื่องจากโปรตีนมีส่วนช่วยในการเติบโตและซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอของร่างกาย เนื่องจากในไข่มีสารโคลีน (Choline) มากถึง 20% เป็นปริมาณที่ร่างกายควรได้รับในแต่ละวัน ที่เมื่อไปรวมกับกรดไขมันฟอสโฟลิพิด (Phospholipid) จะเกิดเป็นสารเลซิทิน (Lecithin) ซึ่งเป็นส่วนสำคัญต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของสมอง จึงเชื่อกันว่าไข่อาจช่วยเสริมสร้างการทำงานของสมอง และช่วยให้ระบบประสาทแข็งแรงได้

## salt

เกลือ (Salt) หรือเกลือโซเดียมนั้นมีแร่ธาตุหลายชนิดที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย หากรับประทานในปริมาณที่เหมาะสมก็อาจส่งผลดีต่อสุขภาพร่างกาย ดังนี้ ป้องกันภาวะความดันโลหิตสูง, ป้องกันภาวะขาดน้ำ และป้องกันการขาดไอโอดีน แต่ต้องรับประทานในขนาดที่เหมาะสมต่อวันมิเช่นนั้นจะเกิดโทษต่อร่างกาย มากกว่าได้ประโยชน์

