



หลักสูตรการศึกษาต่อเนื่อง
การศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะอาชีพ

ชื่อหลักสูตร การทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ
จำนวน ๓ ชั่วโมง

สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดมหาสารคาม
กระทรวงศึกษาธิการ

คำนำ

การจัดทำหลักสูตรการทำปลา ร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ ได้จัดทำขึ้นตามนโยบายสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ ได้ให้สถานศึกษาขับเคลื่อนการพัฒนาการศึกษาที่ยั่งยืนกิจกรรมส่งเสริมศูนย์ฝึกอาชีพชุมชนในการจัดกิจกรรมการศึกษาต่อเนื่องให้กลุ่มเป้าหมายโดยให้ความสำคัญกับการจัดการศึกษาอาชีพเพื่อการมีงานทำใน ๕ กลุ่มอาชีพได้แก่ เกษตรกรรม อุตสาหกรรม พาณิชยกรรม คหกรรม และอาชีพเฉพาะทางหรือการบริการรวมถึงการเน้นอาชีพช่างพื้นฐาน ได้จัดทำหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างทักษะใหม่ (New skill) เพิ่มสมรรถนะ(Up skill) หรือทบทวนทักษะ (Re skill) เพื่อให้สถานศึกษาหรือผู้จัดกิจกรรมนำไปใช้ในการขับเคลื่อนโครงการศูนย์ฝึกอาชีพชุมชนที่สอดคล้องกับศักยภาพของผู้เรียนและความต้องการของตลาดแรงงาน การพัฒนาประเทศ การดำเนินงานจัดกิจกรรมหลักสูตรฝึกอาชีพให้แก่ ประชาชนกลุ่มเป้าหมายให้ดำเนินการตามแนวทางการดำเนินงานการจัดการศึกษาต่อเนื่อง(ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๑) การกำหนดเนื้อหาและชั่วโมงในการเรียนหลักสูตรจะประกอบไปด้วยจำนวนชั่วโมงของเนื้อหาความรู้ และการปฏิบัติเมื่อผู้เรียนเรียนจบหลักสูตรแล้วสามารถนำความรู้ และทักษะไปประกอบอาชีพสร้างรายได้ รวมทั้งสามารถนำจำนวนชั่วโมงที่ได้เรียนไปเทียบโอน เป็นผลการเรียนในรายวิชาเลือกของสาระการประกอบอาชีพตามหลักสูตรการศึกษานอกระบบระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช ๒๕๕๑

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
๑. หลักสูตร การทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ	๑
๑.๑ ความเป็นมา	๑
๑.๒ จุดประสงค์	๑
๑.๓ เป้าหมาย	๒
๑.๔ ระยะเวลา	๒
๑.๕. เนื้อหาหลักสูตร	๒
๑.๖ การจัดกระบวนการเรียนรู้	๒
๑.๗ สื่อการเรียนรู้	๒
๑.๘ การวัดและประเมินผล	๓
๑.๙ การจบหลักสูตร	๓
๑.๑๐ เอกสารหลักฐานการศึกษา	๓
๑.๑๑ การเทียบโอน	๓
๒. โครงสร้างหลักสูตรการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ	๔
ภาคผนวก	
แบบทดสอบก่อนเรียนหลักสูตร การทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ	๕
ใบความรู้หลักสูตร การทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ	๗
แบบประเมินผลงานผู้เรียน	๘
แบบทดสอบหลังเรียนหลักสูตร การทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ	๑๐
เฉลยวิชาการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ	๑๑

ชื่อหลักสูตร การทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ

จำนวน ๓ ชั่วโมง

กลุ่มอาชีพ พาณิชยกรรมและบริการ

๑. ความเป็นมา

ตามนโยบายกรมส่งเสริมการเรียนรู้ ได้ให้สถานศึกษาขับเคลื่อนการพัฒนาการศึกษาที่ยั่งยืนกิจกรรมส่งเสริมศูนย์ฝึกอาชีพชุมชน งบรายจ่ายอื่น ในการจัดกิจกรรมการศึกษาต่อเนื่องให้กลุ่มเป้าหมาย โดยให้ความสำคัญกับการจัดการศึกษาอาชีพเพื่อการมีงานทำใน ๕ กลุ่มอาชีพได้แก่ เกษตรกรรม อุตสาหกรรม พาณิชยกรรม คหกรรม และอาชีพเฉพาะทางหรือการบริการรวมถึงการเน้นอาชีพช่างพื้นฐาน ได้จัดทำหลักสูตรเพื่อเสริมสร้างทักษะใหม่ (New skill) เพิ่มสมรรถนะ (Up skill) หรือทบทวนทักษะ (Re skill) เพื่อให้สถานศึกษาหรือผู้จัดกิจกรรมนำไปใช้ในการขับเคลื่อนโครงการศูนย์ฝึกอาชีพชุมชน ที่สอดคล้องกับศักยภาพของผู้เรียน และความต้องการของตลาดแรงงาน การพัฒนาประเทศ การดำเนินงานจัดกิจกรรมหลักสูตรฝึกอาชีพให้แก่ ประชาชนกลุ่มเป้าหมายให้ดำเนินการตามแนวทางการดำเนินงานการจัดการศึกษาต่อเนื่อง (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. ๒๕๖๑) การกำหนดเนื้อหาและชั่วโมงในการเรียน หลักสูตรจะประกอบไปด้วยจำนวนชั่วโมงของเนื้อหาความรู้และการปฏิบัติเมื่อผู้เรียนเรียนจบหลักสูตรแล้วสามารถนำความรู้ และทักษะไปประกอบอาชีพสร้างรายได้ รวมทั้งสามารถนำจำนวนชั่วโมงที่ได้เรียนไปเทียบโอน เป็นผลการเรียนในรายวิชาเลือกของสาระการประกอบอาชีพตามหลักสูตรการศึกษานอกระบบระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑

การจัดวิชาการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ ถือว่าเป็นอาหารอีสานยอดนิยม เป็นการแปรรูปอาหารมา และเพิ่มมูลค่าจากปลาร้า ซึ่งมีมาตั้งแต่สมัยโบราณ สืบสานวัฒนธรรมให้กับประชาชนได้มีเจตคติที่ดีงาม สามารถนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้เป็นแนวทางพัฒนา และเป็นอาชีพเสริมเพิ่มรายได้ให้กับตนเอง และครอบครัวต่อไป

๒. จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. เพื่อเป็นช่องทางในการประกอบอาชีพและยกระดับทักษะเดิมให้ดีขึ้น
๒. เพื่อสร้างทักษะใหม่ที่เป็นในการทำงาน ให้สอดคล้องกับความต้องการ
๓. เพื่อลดรายจ่าย เพิ่มรายได้ในครัวเรือน สามารถนำความรู้ที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีความสุข

๓. กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายคือประชาชนทั่วไปกลุ่มเป้าหมายนอกระบบโรงเรียน

๑. ผู้ที่ไม่มีอาชีพ
๒. ผู้ที่มีอาชีพและต้องการพัฒนาอาชีพ

๔. ระยะเวลา

การเรียนรู้ และฝึกทักษะ จำนวน ๓ ชั่วโมง

๔.๑ ภาคทฤษฎี จำนวน ๓๐ นาที

๔.๒ ภาคปฏิบัติ จำนวน ๒.๓๐ ชั่วโมง

๕. เนื้อหาหลักสูตร

๕.๑ วัตถุประสงค์ในการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ และการนำไปใช้ประโยชน์

๕.๒ ขั้นตอนการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ การเลือกสมุนไพร

๕.๓ การจัดการด้านการตลาด

๕.๔ แหล่งเรียนรู้

๕.๕ ทิศทางการประกอบอาชีพ

๖. การจัดการเรียนรู้

๑. การศึกษาข้อมูลจากเอกสาร/ภูมิปัญญา

๒. การศึกษาดูงานจากแหล่งเรียนรู้

๓. การแลกเปลี่ยนเรียนรู้

๔. ฝึกปฏิบัติจริง

๗. สื่อการเรียนรู้

ในกระบวนการจัดการเรียนรู้ใช้สื่อที่หลากหลาย เช่น สื่อสิ่งพิมพ์ สื่ออิเล็กทรอนิกส์ สถานประกอบการ สื่อจริง และสื่อบุคคลในชุมชน

๑. วิทยากร/ ภูมิปัญญาท้องถิ่นให้ความรู้

๒. VCD / หนังสือ

๓. Internet

๔. ศึกษาดูงานจากกลุ่มอาชีพตัวอย่าง/แหล่งเรียนรู้

๘. การวัดและประเมินผล

การวัดผลประเมินผลหลักสูตร เป็นการตรวจสอบความก้าวหน้า โดยใช้ผลการประเมินเป็นข้อมูลและสารสนเทศที่แสดงการพัฒนาความรู้ ความเข้าใจ ซึ่งสามารถประเมินได้ด้วยวิธีการต่างๆ ดังนี้

๘.๑ การสังเกต

๘.๒ การประเมินผลงาน/ชิ้นงาน

๙. การจบหลักสูตร

- ๙.๑ มีระยะเวลาเรียนและฝึกปฏิบัติตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐
- ๙.๒ มีผลการเรียนผ่านตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐ ตามเกณฑ์ที่กำหนดดังนี้
 - ๑) ภาคทฤษฎี สัดส่วนร้อยละ ๒๐
 - ๒) ภาคปฏิบัติ สัดส่วนร้อยละ ๘๐

๑๐. เอกสารหลักฐานการศึกษาที่จะได้รับหลังจากจบหลักสูตร

- ๑. หลักฐานการเข้าเรียนตลอดหลักสูตร
- ๒. ทะเบียนคุมวุฒิบัตร
- ๓. วุฒิบัตรออกโดยสถานศึกษาที่มีการจัดการเรียนรู้หลักสูตรการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ

๑๑. การเทียบโอน

ผู้เรียนที่จบหลักสูตรการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ นี้สามารถนำไปเทียบโอนผลการเรียนรู้กับหลักสูตรการศึกษานอกระบบระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ หรืออื่น ๆ ได้ตามเกณฑ์ที่สถานศึกษา กำหนด

โครงสร้างหลักสูตรการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ

ที่	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	สื่อการเรียนรู้	การจัดกระบวนการเรียนรู้	การวัดและประเมินผล	จำนวนชั่วโมง	
							ทฤษฎี	ปฏิบัติ
๑.	การทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ	๑. เพื่อเป็นช่องทางในการประกอบอาชีพและยกระดับทักษะเดิมให้ดีขึ้น ๒. เพื่อสร้างทักษะใหม่ที่จำเป็นในการทำงาน ให้สอดคล้องกับความต้องการ ๓. เพื่อลดรายจ่าย เพิ่มรายได้ ในครัวเรือน สามารถนำความรู้ที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิตรประจำวันได้อย่างมีความสุข	๑. วัสดุอุปกรณ์ในการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ และการนำไปใช้ประโยชน์ ๒. ขั้นตอนการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ ๓. การจัดการด้านการตลาด ๓.๑ แหล่งเรียนรู้ ๓.๒ ทิศทางการประกอบอาชีพ ขั้นตอนการเตรียมการ ๑. ความเป็นมาการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ ๒. วัสดุอุปกรณ์ และการเลือกใช้วัสดุ	ในกระบวนการจัดการเรียนรู้ใช้สื่อที่หลากหลาย เช่น สื่อสิ่งพิมพ์ สื่ออิเล็กทรอนิกส์ สถานประกอบการ วัสดุของจริง และสื่อบุคคลในชุมชน ๑. วิทยากร/ ภูมิปัญญาท้องถิ่น ให้ความรู้/ใบความรู้ ๒. VCD/หนังสือ/ Internet ๓. วัสดุอุปกรณ์ของจริง ๔. ศึกษาดูงานจากกลุ่มอาชีพ ตัวอย่าง/แหล่งเรียนรู้ ๕. แบบทดสอบก่อนเรียน/แบบทดสอบหลังเรียน	๑. การศึกษาข้อมูลจากเอกสาร/ ภูมิปัญญา ๒. การศึกษาดูงานจากแหล่งเรียนรู้ ๓. การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ๔. การฝึกปฏิบัติจริง	การวัดผลประเมินผลหลักสูตรเป็นการตรวจสอบความก้าวหน้า โดยใช้ผลการประเมินเป็นข้อมูลและสารสนเทศที่แสดงการพัฒนาความรู้ ความเข้าใจ ซึ่งสามารถประเมินได้ด้วยวิธีการต่างๆ ดังนี้ ๑. การสังเกต ๒. การประเมินผลงาน/ชิ้นงาน	๓๐ นาที	
			๓. ขั้นตอนการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ ๔. การปฏิบัติการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ ๕. คุณค่าการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ ๖. การจัดหาหรือการทำบรรจุหีบห่อ ๗. การคิดต้นทุนกำไร ๘. ช่องทางการขาย /การตลาดของการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ					๒.๓๐ ชม.

แบบทดสอบก่อนเรียนหลักสูตรวิชาการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ

๑. วัตถุดิบหลักที่ใช้ในการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบคือข้อใด
 - ก. ปลากรอบ เกลือ ข้าวคั่ว น้ำกระเทียม
 - ข. น้ำตาลปี๊บ ข้าวสวย เกลือ
 - ค. หมูบด เกลือ สมุนไพรต่างๆ
 - ง. ปลาร้าบด ปลากรอบ เกลือ สมุนไพรต่างๆ
๒. ปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ เป็นอาหารที่มีถิ่นกำเนิดจากภาคใดของประเทศไทย
 - ก. ภาคเหนือ
 - ข. ภาคใต้
 - ค. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
 - ง. ภาคตะวันตก
๓. อะไรคือสิ่งที่ต้องระวังในการทำปลาร้าบอง สมุนไพรจากปลากรอบ
 - ก. ปลากรอบต้องทอดจนสุกเหลืองกรอบ
 - ข. ข้าวคั่วต้องโขลกให้ละเอียด
 - ค. สมุนไพรต้องตำให้ละเอียด
 - ง. น้ำปลา น้ำตาลปี๊บ น้ำมะขามเปียก และน้ำตาลทราย ต้องผสมให้เข้ากันสนิท
๔. วัตถุดิบหลักที่ใช้ในการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบคืออะไร
 - ก. ปลากรอบ
 - ข. ข้าวคั่ว
 - ค. น้ำปลา
 - ง. น้ำมะขามเปียก
๕. ขั้นตอนแรกในการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบคืออะไร
 - ก. นำข้าวคั่วไปคั่วจนหอม
 - ข. ตำสมุนไพรให้ละเอียด
 - ค. ผสมน้ำปลา น้ำมะขามเปียก และน้ำตาลทรายเข้าด้วยกัน
 - ง. ล้างปลากรอบให้สะอาดแล้วแช่น้ำประมาณ ๑๐ นาที
๖. สมุนไพรอะไรบ้างที่นิยมใช้ในการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ
 - ก. ผักชี หอมแดง กระเทียม พริกขี้หนู
 - ข. ข่า ตะไคร้ ใบมะกรูด โหระพา
 - ค. ใบกระเพรา หอมใหญ่ พริกขี้หนู
 - ง. หอมแดง กระเทียม ข่า ตะไคร้ ใบมะกรูด

๗. ปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบควรเก็บไว้ที่ไหน

ก. ที่อุณหภูมิห้อง

ข. แสงแดดจัด

ค. ตู้เย็น

ง. อุณหภูมิต่ำ

๘. ปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบเมื่อเก็บในตู้เย็นสามารถเก็บไว้ได้นานแค่ไหน

ก. ๑-๒ สัปดาห์

ข. ๑-๒ เดือน

ค. ๓-๔ เดือน

ง. ๖ เดือนขึ้นไป

๙. ปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบนิยมรับประทานคู่กับอะไร

ก. ข้าวสวยร้อนๆ

ข. ผักสด

ค. ลาบ น้ำตก

ง. ถูกทุกข้อ

๑๐. ข้อดีของการทานปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบมีอะไรบ้าง

ก. อุดมไปด้วยโปรตีน แคลเซียม

ข. เสริมสร้างสารอาหารและระบบ

ภูมิคุ้มกัน

ค. ช่วยในระบบย่อยอาหาร

ง. ถูกทุกข้อ

ใบความรู้ เรื่องการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ

ปลาร้าบอง หรือหลายคนอาจจะเรียก ปลาร้าทรงเครื่อง น้ำพริก หรือเครื่องจิ้มที่รสชาติจัดจ้าน เค็ม เผ็ด หวาน หอมกลิ่นปลาร้าฉ่ำๆ กินคู่กับข้าวเหนียว ผักสด หรือหมูทอด บอกเลยว่าเข้ากันสุดๆ ที่สำคัญ เก็บไว้กินได้นาน จะทำขายใส่กล่อง รับรองกำไรเพียบ เพราะส่วนผสมน้อยเหลือเกิน แถมทำง่ายอีกด้วย พุดมาขนาดนี้ ต้องตามไปดู วิธีทำ ปลาร้าบอง

ส่วนผสม ปลาร้าบอง

๑. ปลาร้า ๑,๐๐๐ กรัม
๒. ข้าวแก่ ๒๕๐ กรัม
๓. ตะไคร้ ๒๕๐ กรัม
๔. หอมแดง ๒๕๐ กรัม
๕. กระเทียม ๕๐ กรัม
๖. มะขามเปียก ๓๐ กรัม
๗. พริกป่น ๔ ช้อนโต๊ะ
๘. น้ำตาลทราย ๒ ช้อนโต๊ะ
๙. ผงนัว ๒/๓ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ ปลาร้าบอง

๑. เทข้าวแก่โขลกหยาบ ตะไคร้ ลงไปในกระทะ เปิดแก๊สใช้ไฟกลาง คั่วจนออกกลิ่นหอม และแห้งดี
๒. จากนั้นใส่หอมแดงสับ กระเทียมสับ ลงไป จนออกกลิ่นหอมและส่วนผสมทุกอย่างแห้งดี
๓. ใส่ปลาร้าลงไป ตามด้วยมะขามเปียก คลุกผัดให้ทุกอย่างเข้ากันดี และแห้ง
๔. ปรับรสชาติด้วย น้ำตาล พริกป่น ตามชอบ และผงชูรส (ใส่หรือไม่ใส่ก็ได้)
๕. คลุกเคล้าให้เข้ากันดีอีกครั้ง จนงวดดี ชิมรสให้ได้ตามชอบ
๖. ปิดท้ายด้วยใบมะกรูดซอยลงไป คลุกเคล้าให้เข้ากันอีกครั้ง เป็นอันเสร็จ



แบบประเมินผลงานผู้เรียน

ชื่อ – สกุล.....

หลักสูตร..... กลุ่ม.....

คำชี้แจง : ให้วิทยากรประเมินผลงานของผู้เรียนตามหัวข้อที่กำหนดให้

ประเด็นที่ประเมิน	คะแนนประเมิน (๑๐ คะแนน)
๑. ความรู้ความเข้าใจเนื้อหาสาระ (๒๑ คะแนน)	
๑.๑ ทดสอบความรู้ความเข้าใจ	
๑.๒ สอบถามความรู้ความเข้าใจ	
๒. ทักษะการปฏิบัติ (๔๑ คะแนน)	
๒.๑ สังเกตการณ์ปฏิบัติในระหว่างการเรียนรู้การจัดกิจกรรม	
๒.๒ ประเมินโดยให้สาธิต	
๒.๓ แสดงขั้นตอนวิธีการปฏิบัติ	
๒.๔ ประเมินจากกระบวนการมีส่วนร่วม	
๓. คุณภาพผลงาน ผลการปฏิบัติ	
๓.๑ สังเกตผลงาน	
๓.๒ ตรวจสอบผลงาน	
๓.๓ มีความคิดสร้างสรรค์	
๓.๔ ผลการปฏิบัติว่าเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดหรือไม่	
รวมคะแนน (๑๐๐ คะแนน)	

หมายเหตุ การประเมินผลการจบหลักสูตรอาจดำเนินการได้ ดังนี้

- การประเมินระหว่างเรียน และเมื่อจบหลักสูตร
- ประเมินครั้งเดียวก่อนจบหลักสูตร

ทั้งนี้ เกณฑ์การจบหลักสูตร จะต้องได้คะแนนรวมไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐ จึงจะผ่านเกณฑ์การประเมิน

ลงชื่อ

(

วิทยากร

)

แบบทดสอบหลังเรียนหลักสูตรวิชาการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ

๑. วัตถุดิบหลักที่ใช้ในการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบคือข้อใด
 - ก. ปลากรอบ เกลือ ข้าวคั่ว น้ำกระเทียม
 - ข. น้ำตาลปี๊บ ข้าวสวย เกลือ
 - ค. หมูบด เกลือ สมุนไพรต่างๆ
 - ง. ปลาร้าบด ปลากรอบ เกลือ สมุนไพรต่างๆ
๒. ปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ เป็นอาหารที่มีถิ่นกำเนิดจากภาคใดของประเทศไทย
 - ก. ภาคเหนือ
 - ข. ภาคใต้
 - ค. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
 - ง. ภาคตะวันตก
๓. อะไรคือสิ่งที่ต้องระวังในการทำปลาร้าบอง สมุนไพรจากปลากรอบ
 - ก. ปลากรอบต้องทอดจนสุกเหลืองกรอบ
 - ข. ข้าวคั่วต้องโขลกให้ละเอียด
 - ค. สมุนไพรต้องตำให้ละเอียด
 - ง. น้ำปลา น้ำตาลปี๊บ น้ำมะขามเปียก และน้ำตาลทราย ต้องผสมให้เข้ากันสนิท
๔. วัตถุดิบหลักที่ใช้ในการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบคืออะไร
 - ก. ปลากรอบ
 - ข. ข้าวคั่ว
 - ค. น้ำปลา
 - ง. น้ำมะขามเปียก
๕. ขั้นตอนแรกในการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบคืออะไร
 - ก. นำข้าวคั่วไปคั่วจนหอม
 - ข. ตำสมุนไพรให้ละเอียด
 - ค. ผสมน้ำปลา น้ำมะขามเปียก และน้ำตาลทรายเข้าด้วยกัน
 - ง. ล้างปลากรอบให้สะอาดแล้วแช่น้ำประมาณ ๑๐ นาที
๖. สมุนไพรอะไรบ้างที่นิยมใช้ในการทำปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบ
 - ก. ผักชี หอมแดง กระเทียม พริกขี้หนู
 - ข. ข่า ตะไคร้ ใบมะกรูด โหระพา
 - ค. ใบกระเพรา หอมใหญ่ พริกขี้หนู
 - ง. หอมแดง กระเทียม ข่า ตะไคร้ ใบมะกรูด

๗. ปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบควรเก็บไว้ที่ไหน

ก. ที่อุณหภูมิห้อง

ข. แสงแดดจัด

ค. ตู้เย็น

ง. อุณหภูมิต่ำ

๘. ปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบเมื่อเก็บในตู้เย็นสามารถเก็บไว้ได้นานแค่ไหน

ก. ๑-๒ สัปดาห์

ข. ๑-๒ เดือน

ค. ๓-๔ เดือน

ง. ๖ เดือนขึ้นไป

๙. ปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบนิยมรับประทานคู่กับอะไร

ก. ข้าวสวยร้อนๆ

ข. ผักสด

ค. ลาบ น้ำตก

ง. ถูกทุกข้อ

๑๐. ข้อดีของการทานปลาร้าบองสมุนไพรจากปลากรอบมีอะไรบ้าง

ก. อุดมไปด้วยโปรตีน แคลเซียม

ข. เสริมสร้างสารอาหารและระบบ

ภูมิคุ้มกัน

ค. ช่วยในระบบย่อยอาหาร

ง. ถูกทุกข้อ

เฉลยวิชาการทำปลาไร่บองสมุนไพรจากปลากรอบ

๑. ง.

๒. ค.

๓. ก.

๔. ก.

๕. ง.

๖. ง.

๗. ค.

๘. ค.

๙. ง.

๑๐.ง.