



การฝึกยกระดับฝีมือ

หลักสูตร การทำซูชิ
(Sushi)

รหัสหลักสูตร 4120017330101

สถาบันพัฒนาฝีมือแรงงาน 18 อุดรธานี
กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน

ผู้อนุมัติหลักสูตร	นายอนุชิต ดรกันยา ผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาฝีมือแรงงาน 18 อุดรธานี	
วันที่อนุมัติ..21../..มีย../.2567..	จำนวน 5 แผ่น	ปรับปรุงครั้งที่/.....

การฝึกยกระดับฝีมือ
หลักสูตร การทำซูชิ
(Sushi)

รหัสหลักสูตร 4120017330101

สถาบันพัฒนาฝีมือแรงงาน 18 อุดรธานี กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน

1. วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้และทักษะ ตลอดจนมีทัศนคติที่ดีในการประกอบอาชีพด้านการทำซูชิ โดยสามารถ

- 1.1 ประกอบอาหารการทำซูชิในรูปแบบต่างๆ ได้อย่างถูกต้องและถูกสุขลักษณะ
- 1.2 นำความรู้และทักษะไปใช้ในการประกอบอาชีพเพื่อสร้างรายได้ให้แก่ตนเองและครอบครัว

2. ระยะเวลาการฝึก

ผู้รับการฝึกจะได้รับการฝึกภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติ โดยหน่วยงานสังกัดกรมพัฒนาฝีมือแรงงาน หรือหน่วยงานอื่นที่เกี่ยวข้อง ระยะเวลาการฝึก จำนวน 30 ชั่วโมง

3. คุณสมบัติของผู้รับการฝึก

- 3.1 เป็นผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป
- 3.2 เป็นผู้ที่มีพื้นฐานความรู้ ประสพการณ์ หรือผู้สนใจในการประกอบอาชีพการทำซูชิ
- 3.3 เป็นผู้ที่มีสุขภาพดีไม่เป็นอุปสรรคต่อการฝึกและสามารถเข้าฝึกอบรมได้ตลอดหลักสูตร

4. วุฒิบัตร

ชื่อเต็ม : วุฒิบัตรพัฒนาฝีมือแรงงาน หลักสูตร การทำซูชิ

ชื่อย่อ : วพร. การทำซูชิ

ผู้รับการฝึกที่จะผ่านการอบรมจะต้องมีระยะเวลาการฝึกอบรมตามหลักสูตรไม่น้อยกว่าร้อยละ 80 และผ่านการประเมินผลตามเกณฑ์ไม่น้อยกว่าร้อยละ 60 ทั้งภาคทฤษฎีและปฏิบัติ จะได้รับวุฒิบัตรจากกรมพัฒนาฝีมือแรงงาน



5. หัวข้อวิชา

รหัส	หัวข้อวิชา	ชั่วโมง	
		ทฤษฎี	ปฏิบัติ
4123310301	ประวัติความเป็นมา ความหมาย และประเภทของซูชิ	0.5	0
4123310302	ความปลอดภัยในการประกอบอาหารและชีวอนามัย	0.5	0
4123310303	เทคนิคการเลือกอุปกรณ์และวัตถุดิบ	1	1
4123310304	เทคนิคการหุงข้าวและการผสมข้าวซูชิ	1	2
4123310305	การทำซูชิแบบม้วน (มากิซูชิ) แบบต่าง ๆ	0	6
4123310306	การทำซูชิแบบปั้นเป็นคำ และการทำอูกังมากิซูชิ	0	6
4123310307	เทคนิคการแล่ปลาสำหรับทำซูชิ , และการจัดจาน	1	5
4123310308	เทคนิคการทำไข่ม้วนญี่ปุ่นและการทำซอสต่าง ๆ	1	5
4123310309	การวัดและประเมินผล	0	0
รวม		5	25
		30	

6. เนื้อหาวิชา

- 4123310301 ประวัติความเป็นมา ความหมาย และประเภทของซูชิ (0.5 : 0)**
วัตถุประสงค์รายวิชา
 เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้เกี่ยวกับประวัติความเป็นมา ความหมาย และประเภทของซูชิ
คำอธิบายรายวิชา
 ศึกษาเกี่ยวกับต้นกำเนิดของซูชิ ประวัติความเป็นมา ความหมาย และการแบ่งประเภทของซูชิ
- 4123310302 ความปลอดภัยในการประกอบอาหารและชีวอนามัย (0.5 : 0)**
วัตถุประสงค์รายวิชา
 เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้เกี่ยวกับความปลอดภัยในการประกอบอาหาร และชีวอนามัย
คำอธิบายรายวิชา
 ศึกษาเกี่ยวกับความปลอดภัยในการประกอบอาหาร ข้อควรระวังในการใช้วัสดุอุปกรณ์ ในการประกอบอาหาร สุขลักษณะที่ดีของผู้ประกอบอาหาร สถานที่ และวัตถุดิบที่ใช้ประกอบอาหาร
- 4123310303 เทคนิคการเลือกอุปกรณ์และวัตถุดิบ (1 : 1)**
วัตถุประสงค์รายวิชา
 เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้และทักษะเกี่ยวกับการเลือกวัสดุอุปกรณ์ การเลือกวัตถุดิบที่สด ใหม่และสะอาดในการประกอบอาหารได้
คำอธิบายรายวิชา
 ศึกษาเกี่ยวกับวิธีการเลือกซื้อ วิธีการดูแลรักษาวัสดุอุปกรณ์ เช่น การเลือกซื้อมีด การลับมีด การเลือกซื้อแม่พิมพ์ข้าว แผ่นม้วนไม้ไผ่ เป็นต้น วิธีการเลือกซื้อวัตถุดิบ เช่น ข้าวญี่ปุ่น น้ำผสม สาหร่าย กุ้ง ปลา และวิธีการเก็บรักษาวัตถุดิบต่าง ๆ ให้สดใหม่
 ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลรักษาอุปกรณ์ในการประกอบอาหาร และการเก็บรักษาวัตถุดิบ ชนิดต่าง ๆ



- 4123310304 เทคนิคการหุงข้าวและการผสมข้าวซูชิ** (1 : 2)
วัตถุประสงค์รายวิชา
 เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้และทักษะเกี่ยวกับการเลือกชนิด ประเภทข้าวญี่ปุ่นสำหรับทำซูชิ การหุงข้าว และการผสมข้าวซูชิ
คำอธิบายรายวิชา
 ศึกษาเกี่ยวกับวิธีการเลือกซื้อข้าวญี่ปุ่นสำหรับทำซูชิ เทคนิคการล้าง การขัดและแช่ข้าว เทคนิคการหุงข้าวให้สุก วิธีการเลือกซื้อน้ำผสมข้าวญี่ปุ่น เทคนิคการผสมข้าว การปรุงข้าวให้มีรสชาติ และวิธีเก็บรักษาข้าวให้อยู่ได้นาน
 ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับเทคนิคการล้าง ขัด แช่ และการหุงข้าวให้สุกหอม การผสมข้าว การปรุงข้าวให้มีรสชาติ และเทคนิคการเก็บรักษาข้าวให้คงความนุ่มหอมและอยู่ได้นาน
- 4123310305 การทำซูชิแบบม้วน (มากิซูชิ) แบบต่าง ๆ** (0 : 6)
วัตถุประสงค์รายวิชา
 เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีทักษะเกี่ยวกับการทำซูชิแบบม้วน (มากิซูชิ) ในแบบต่าง ๆ
คำอธิบายรายวิชา
 ศึกษาเกี่ยวกับวิธีการเลือกส่วนผสม วิธีการวางส่วนผสมต่าง ๆ วิธีการจัดวางส่วนผสมบนข้าวปั้นซูชิ วิธีการวางแผ่นสาหร่าย “โนริ” บนเสื่อไม้ไผ่ เทคนิคการม้วนให้เป็นแท่งยาว ๆ และเทคนิคการหั่นซูชิ ให้เป็นคำ
 ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการทำซูชิแบบม้วน (Maki Sushi) ในแบบต่าง ๆ เช่น โฮโซมากิ ฟุโตมากิ อุรามากิ เทมากิ แคลิฟอร์เนียมากิ เป็นต้น
- 4123310306 การทำซูชิแบบปั้นเป็นคำ และการทำกุงกิงมากิซูชิ** (0 : 6)
วัตถุประสงค์รายวิชา
 เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีทักษะเกี่ยวกับการทำซูชิแบบปั้นเป็นคำในหน้าต่าง ๆ และการทำกุงกิงมากิซูชิ
คำอธิบายรายวิชา
 ศึกษาเกี่ยวกับเทคนิคการปั้นข้าวด้วยมือ วิธีการเลือกอุปกรณ์ช่วยในการทำข้าวปั้นเป็นคำ วิธีการจัดเรียงหน้าซูชิบนข้าวปั้น วิธีการประยุกต์ใช้หน้าซูชิชนิดต่าง ๆ วิธีการคำนวณปริมาณข้าวกับหน้าซูชิ ให้ได้ปริมาณที่สมดุลกัน และวิธีการเพิ่มรสชาติหน้าซูชิ
 ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการทำซูชิแบบปั้นเป็นคำหน้าต่าง ๆ เช่น นิริซูชิ (ซูชิข้าวปั้นหน้าไข่หวาน หน้าปลาต่าง ๆ หน้าปูอัด หน้ากุ้ง หน้าปลาไหลย่างญี่ปุ่น ฯลฯ แซลมอนนิริ (ซูชิหน้าปลาแซลมอนดิบ หน้าปลาแซลมอนเบริน) มากุโละนิริจิ (ซูชิข้าวปั้นหน้าปลาทูนานิริจิ) เป็นต้น
- 4123310307 เทคนิคการแล่ปลาสำหรับทำซูชิ และการจัดจาน** (1 : 5)
วัตถุประสงค์รายวิชา
 เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้เกี่ยวกับการแล่ปลาสำหรับทำหน้าซูชิ และการจัดจานเสริฟ
คำอธิบายรายวิชา
 ศึกษาเกี่ยวกับเทคนิคการแล่ปลาเพื่อให้ชิ้นสวยและคงความสดไว้เหมือนเดิม วิธีการจัดวางอาหารแบบญี่ปุ่นบนภาชนะ วิธีการเพิ่มความน่ารับประทานความสดใหม่ สะอาด การตกแต่งขอบจาน วิธีการจัดเรียงซูชิเพื่อโชว์รายละเอียดของอาหาร วิธีการควบคุมอุณหภูมิของอาหาร วิธีการวางเรียงตะเกียบ ถ้วยน้ำซอส การใช้ส้อม การใช้ขนาดซูชิที่พอเหมาะกับการจัดเสริฟ



ฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับการจัดวางอาหารแบบญี่ปุ่นบนภาชนะ กล่องซูชิ ถาดซูชิ การตกแต่งขอบภาชนะ การใช้สีสันทันในการจัดเสิร์ฟ การจัดขนาดให้เหมาะกับภาชนะที่ใส่ และการจัดเรียงรายละเอียดของซูชิ

4123310308 เทคนิคการทำไข่หวานหรือไข่ม้วนญี่ปุ่นและการทำซอสต่าง ๆ (1 : 5)

วัตถุประสงค์รายวิชา

เพื่อให้ผู้รับการฝึกมีความรู้และทักษะในการทำไข่ม้วนญี่ปุ่นและมีความรู้ในการทำซอสซูชิ สามารถประยุกต์ใช้ในการประกอบเป็นอาชีพได้

คำอธิบายรายวิชา

ศึกษาเกี่ยวกับเทคนิคการทำไข่หวานหรือทำไข่ม้วนญี่ปุ่น วิธีเก็บรักษา การทำซอสราดซูชิ เช่น ซอสมายองเนส Spicy ซอสไข่กุ้ง ซอสเทอริยากิ เป็นต้น และการเก็บรักษาซอสต่าง ๆ

4123310309 การวัดและประเมินผล (0 : 0)

ประเมินความรู้และทักษะของผู้รับการฝึก โดยการทดสอบภาคทฤษฎีและประเมินผลภาคปฏิบัติระหว่างฝึกอบรม

ลงนาม.....ผู้เสนอหลักสูตร

(นายคำสอน วงษ์หาญฤทธิ์)

ครูฝึกฝีมือแรงงาน ระดับ ช3

ลงนาม.....ผู้เห็นชอบหลักสูตร

(นางคำบัง ยักไธสง)

ผู้อำนวยการกลุ่มงานมาตรฐานฝีมือแรงงานและรับรองความรู้ความสามารถ

ลงนาม.....ผู้อนุมัติหลักสูตร

(นายอนุชิต ดรกันยา)

ผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาฝีมือแรงงาน 18 อุตรธานี

๒๑ มิ.ย. ๒๕๖๗

