



แบบเสนอรายการอาหารเพื่อเข้าร่วมรับการคัดเลือก

เมนูอาหารถิ่นของจังหวัด “รสชาติ...ที่หายไป The Lost Taste” ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗

๑. ข้อมูลเมนูอาหาร

๑.๑ ชื่อเมนูอาหาร.....ขนมเส้นน้ำใสเมืองแพร่..... จังหวัด.....แพร่.....

ประเภท ☒ อาหารคาว ☐ อาหารหวาน ☐ อาหารว่าง

๑.๒ ช่วงเวลาการประกอบเมนูอาหารถิ่น

☒ ประจำ ☐ เทศกาล ☐ ฤดูกาล ☐ อื่นๆ (ระบุ)

***เลือกเพียง ๑ รายการ

๑.๓ ชื่อเจ้าของเมนู/ สูตร (ผู้ให้ข้อมูล)เส้นลำ คำอร้อย 3 พ.....

สถานที่ตั้ง.....

เลขที่.....151/1.....หมู่.....10.....ถนน.....

ตำบล/แขวง.....เวียงทอง.....อำเภอ/เขต.....สูงเม่น.....

จังหวัด.....แพร่.....รหัสไปรษณีย์.....54000.....

หมายเลขโทรศัพท์.....0806727934.....

๑.๔ ร้านอาหาร/ แหล่งที่สามารถหาทานได้ในพื้นที่ของจังหวัด (***)จำเป็นต้องมี

๑. ร้านขนมเส้นดวงเนตร (เก่าก๊ก) พิกัดตลาดบ้านทุ่ง อำเภอเมืองแพร่ จังหวัดแพร่

๒. ขนมเส้นป้าดา พิกัด ตลาดเทศบาล อำเภอเมืองแพร่ จังหวัดแพร่

๓. ขนมเส้นป้าสมจิตร พิกัดซอยวัดบ้านเหล่า ตำบลนาจักร อำเภอเมืองแพร่

๔. ร้านจิมี่ไหน พิกัด ตำบลเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่

๕. ร้านคุณพบขนมเส้น ตำบลบ้านเหล่าอำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่

๖. ร้านขนมเส้น ๓ พ ตำบลเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่



ขนมเส้นดวงเนตร (เก่าก๊ก)



ขนมเส้นป้าดา



ขนมเส้นป้าสมจิตร



ร้านจิมี่ไหน



คุณพบขนมเส้น



เส้นลำ คำอร้อย 3พ

๒. ด้านประวัติความเป็นมา/ ภูมิปัญญา/ ด้านวิธีการปรุง/ เคล็ดลับ บรรยายแสดงให้เห็นถึงอัตลักษณ์ท้องถิ่น หรือวิถีชีวิตที่มีการสืบทอดต่อกันมาผ่านวัฒนธรรมและมีภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่น สอดคล้องกับลักษณะของมรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรม

๒.๑ ประวัติความเป็นมา/ ภูมิปัญญา

ความเป็นมาของขนมเส้นน้ำใสเมืองแพร่ มาจากแม่นายคำแปง ซึ่งได้ติดตามเจ้านางแว่นทิพย์ มาอยู่เมืองแป้ (แพร่) นานหลายปี ก่อนเจ้านางแว่นทิพย์จะกลับไปเชียงตุงกับพระสวามี แต่แม่นายคำแปง ไม่ได้กลับไปด้วย และได้แต่งงานกับ ป่อนายคำอ้าย แล้วตั้งรกรากบนที่นาที่เจ้านางแว่นทิพย์ซื้อหื้อไว้ ณ บ้านเหมืองหิด มีลูกหลานสืบตระกูลกันต่อมา แม่นายคำแปง เป็นญาติสนิทฝ่ายแม่ของเจ้านางแว่นทิพย์ ท่านเป็นนางต้นห้อง ดูแลเรื่องกับข้าวและเครื่องใช้ส่วนตัวของ เจ้านางแว่นทิพย์ จึงมีความรู้เรื่องอาหารในคุ้มหลวง เมื่อมาตั้งรกรากในเมืองแพร่ ก็ทำกับข้าวแบบชาวเชียงตุงขาย แล้วสอนลูกสาว ให้ทำกับข้าวด้วย ลูกสาวคนสุดท้าย ชื่อ ศรีมอย รับเอาตำหรับกับข้าวพื้นเมืองเชียงตุงมาทำขายต่อ และทำขนมเส้นหาบไปขายในกาตบ้านทุ่ง ทุกวันตอนเช้าๆ จะทำน้ำขนมเส้นแบบเมืองแพร่ ที่รับเอารูปแบบมาจากเจียงตุง คือ น้ำขนมเส้นน้ำใส ทางเชียงตุง เรียกว่า น้ำจ่าง (เมืองแพร่สมัยก่อนก็เรียกน้ำจ่าง เหมือนกัน ตอนหลังมาเลิกไป เรียกว่า น้ำใสแทน) เมืองเชียงตุง มีน้ำขนมเส้น สองแบบ มีน้ำจ่าง กับ น้ำเผ็ด แต่ที่นิยมกินกัน คือ น้ำจ่าง เพราะรสชาติกลมกล่อม ทานกับข้าวธรรมดาก็ได้ ใส่เส้นขนมจีน ก็ได้ มีเครื่องเคียงที่จัดไว้ ได้แก่ พริกแห้งทอด เป็นเม็ด ถั่วงอก ต้นหอม ผักชี ที่ขาดไม่ได้เลย คือ กระเทียมเจียว ใส่น้ำมันหมู พร้อมกากหมู ใหม่ๆ จะหอมรสชาติของน้ำขนมเส้นให้หอมชวนรับประทาน

๒.๒ วิธีการและขั้นตอนการปรุง

๑. ล้างวัตถุดิบให้สะอาด ผึ่งให้แห้ง
๒. โขลกกระเทียมรากผักชีนำลงไปคั่วกับกระดุกที่เตรียมไว้ พอให้มีกลิ่นหอม
๓. ใส่่น้ำลงไป พอเริ่มเดือดใส่หมูสับ เลือดไก่ คอยช้อนฟองออก
๔. ปรุงรสด้วยซีอิ๊วขาว น้ำปลา ใส่มะเขือเทศ ต้นหอมซอย
๕. เจียวกระเทียมพอเหลือง ซอยต้นหอมผักชี ไว้สำหรับโรย

๒.๓ เคล็ดลับการปรุง

๑. สับเลือดไก่แล้วนำไปลวกก่อน แล้วถึงนำมาใส่หม้อน้ำซุบ เพื่อดับกลิ่นคาว
๒. ไม่คน และคอยช้อนฟองออก เพื่อให้ใสซุบใส

☐ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่เสี่ยงต่อการสูญหาย ควรได้รับการรักษาและสืบทอด เป็นรากเหง้าของท้องถิ่น ที่เป็นภูมิปัญญาที่ควรแก่การสืบทอดรุ่นสู่รุ่น

☒ อื่นๆ

ขนมเส้นน้ำใสเมืองแพร่ หรือขนมจีนน้ำใส เป็นเมนูที่อยู่คู่กับคนแพร่มาช้านาน โดยมีคติความเชื่อที่ว่า ในวันขึ้นปีใหม่ คนแพร่จะต้องกินขนมเส้น เพื่อความเป็นสิริมงคล เส้นของขนมจีนมีสีขาว เปรียบเสมือนฝ้ายมงคลที่ใช้ผูกข้อมือ เส้นขนมจีนที่ยืดยาว สื่อถึงอายุที่ยืนยาว ในจังหวัดแพร่เคยจัดงานวันขนมเส้นเมื่อวันที่ ๒ มกราคม ๒๕๕๙ รวมขนมเส้นเจ้าอร่อย เจ้าดังจากทั่วทุกอำเภอ นอกจากนี้ยังมีขนมจีนน้ำย้อยทำกันให้กินสดๆ ทั้งส้มตำ แครบหมู ข้าวส้ม ข้าวกันจิ้น เป็นต้น แต่ภายหลังก็ไม่ได้จัดงานต่อเนื่องมาจนถึงปัจจุบัน

ในอดีตมีหมู่บ้านที่ทำขนมเส้นหรือขนมจีนทั้งหมู่บ้าน จนเป็นที่มาของ “บ้านเหล่าขนมเส้น” ซึ่งในปัจจุบันเหลือเพียง ๒ - ๓ หลังคาเรือน แต่ก็มีการทำขนมเส้นในหมู่บ้านอื่นๆ หรืออำเภออื่นๆ ขึ้นมาทดแทน ถึงจะเป็นเมนูที่ไม่ได้เสี่ยงต่อการสูญหาย แต่ก็เป็นเมนูที่หาทานได้ทีเดียวในประเทศไทย คือจังหวัดแพร่ ถึงคนแพร่จะรู้จักเมนูนี้เป็นอย่างดี เป็นเมนูที่อยู่คู่คนแพร่มาช้านาน แต่ก็ยังไม่เป็นที่รู้จักในระดับประเทศ คนแพร่จึงมุ่งหวังอยากให้เมนูนี้ได้ยกระดับ และเป็นที่รู้จักในระดับประเทศ นอกจากนี้ยังเป็นเมนูที่สามารถต่อยอดทางเศรษฐกิจ การท่องเที่ยวของจังหวัดแพร่ได้อีกด้วย

๔. ด้านวัตถุดิบท้องถิ่นที่สำคัญของอาหาร

☒ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่ใช้วัตถุดิบและเครื่องปรุงภายในท้องถิ่น ที่สะท้อนอัตลักษณ์ ด้านวัฒนธรรมภูมิปัญญา และระบบนิเวศของพื้นที่ (โปรดระบุ จำนวนกี่ชนิด อะไรบ้าง)

ที่	ชื่อวัตถุดิบ/ เครื่องปรุง	สรรพคุณ	ที่มา
1.	กระเทียม	ในกระเทียมมีสารอัลลิซิน (Allicin) ให้สรรพคุณทางยาที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ ดังนี้ - รักษาโรคหัวใจ - ลดระดับไขมันในเลือด - ลดความเสี่ยงเกิดโรคมะเร็ง - แก้โรคผิวหนังอักเสบ - แก้ปัญหาผมร่วง - บรรเทาอาการปวดข้อ	
2.	รากผักชี	รากผักชีดับกลิ่นคาวเนื้อสัตว์ และเพิ่มความหอม รากผักชี ยังมีประโยชน์ช่วยไล่พิษไข้เหือด หิด อีสุกอีใสขับลม	
3	มะเขือเทศ	เป็นยาบำรุงและยาแก้ไข้	
4	พริกแห้ง	ช่วยระบบทางเดินหายใจทำงานได้คล่องขึ้น ช่วยไล่แก๊สในกระเพาะอาหาร แก้อาการท้องอืด แน่นเฟ้อ อาหารไม่ย่อยช่วยรักษาอาการไอ ช่วยลดน้ำหนักรักษาภูมิแพ้ โรคหอบหืด มีสารเอนโดรฟิน สร้างความสุข ผ่อนคลายสมอง	

☐ ไม่มีส่วนผสมของวัตถุดิบและเครื่องปรุงในท้องถิ่น/สมุนไพร

๕. ด้านการเผยแพร่และพัฒนาต่อยอดเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจสร้างสรรค์

☒ เป็นเมนูที่สามารถนำมาพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอน และมีการวิจัยและพัฒนาต่อยอดเทคโนโลยีเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหารเป็นเมนูที่สามารถพัฒนาศักยภาพผู้ประกอบการ

☒ เป็นการส่งเสริมการตลาดและเผยแพร่ประชาสัมพันธ์อาหารไทยสู่สากลในการการพัฒนาธุรกิจอาหารไทย และการรณรงค์การบริโภคอาหารไทย

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๖. ด้านโภชนาการ

☒ เป็นอาหารที่มีสารอาหาร เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ช่วยบำรุงสุขภาพ

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๗. ด้านการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม

☒ เป็นอาหารที่ช่วยส่งเสริม ดูแลรักษาระบบนิเวศ และสิ่งแวดล้อมในพื้นที่

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๘. ภาพถ่าย และคลิปวิดีโอของเมนูอาหาร (รายละเอียดตามเอกสารในคำชี้แจง)



วัตถุดิบในการทำขนมเส้นน้ำในเมืองแพร่



แม่นายคำแพง ต้นตำหรับขนมเส้นน้ำใส



ขนมเส้นน้ำใสเมืองแพร่