



แบบเสนอรายการอาหารเพื่อเข้าร่วมรับการคัดเลือก

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

๑. ข้อมูลเมนูอาหาร

๑.๑ ชื่อเมนูอาหาร สาระพู จังหวัดแม่ฮ่องสอน

ประเภท ☐ อาหารคาว ☒ อาหารหวาน ☐ อาหารว่าง

๑.๒ ช่วงเวลาการประกอบเมนูอาหารถิ่น

☒ ประจำ ☐ เทศกาล ☐ ฤดูกาล ☐ อื่นๆ (ระบุ)

***เลือกเพียง ๑ รายการ

๑.๓ ชื่อเจ้าของเมนู/ สูตร (ผู้ให้ข้อมูล)

ผู้ให้ข้อมูล นางจรรยา เอี่ยมอกรณ

เลขที่ ๑๙/๑ หมู่ ๑ ถนนผดุงม่วยต่อ

ตำบล/แขวง จองคำ อำเภอ/เขต เมืองแม่ฮ่องสอน

จังหวัด แม่ฮ่องสอน รหัสไปรษณีย์ ๕๘๐๐๐

หมายเลขโทรศัพท์ ๐๘๕ - ๑๐๖๓๙๕๖

๑.๔ ร้านอาหาร/ แหล่งที่สามารถหาทานได้ในพื้นที่ของจังหวัด (***)**จำเป็นต้องมี**)

***เป็นร้านอาหารหรือแหล่งที่สามารถจัดจำหน่ายได้ หลังจากที่เมนูพื้นถิ่นของจังหวัดได้รับการพิจารณาคัดเลือก สำหรับเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อสารมวลชนทุกช่องทาง ซึ่งกรมฯ จะมีการมอบป้ายประจำโครงการฯ

สถานที่ตั้ง ตลาดสายหยุด ตำบล/แขวง จองคำ อำเภอ/เขต เมืองแม่ฮ่องสอน

จังหวัด แม่ฮ่องสอน รหัสไปรษณีย์ ๕๘๐๐๐ หมายเลขโทรศัพท์ ๐๘๕ - ๑๐๖๓๙๕๖

QR Code พิกัดที่ตั้ง



/๒. ด้านประวัติ...

๒. ด้านประวัติความเป็นมา/ ภูมิปัญญา/ ด้านวิธีการปรุง/ เคล็ดลับ บรรยายแสดงให้เห็นถึงอัตลักษณ์ท้องถิ่น หรือวิถีชีวิต ที่มีการสืบทอดต่อกันมาผ่านวัฒนธรรมและมีภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่น สอดคล้องกับ ลักษณะของมรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรม

๒.๑ ประวัติความเป็นมา/ ภูมิปัญญา

ขนมของชาวไทยใหญ่จังหวัดแม่ฮ่องสอน ชาวพื้นบ้านภาคเหนือเรียกว่าขนมกาบเกี้ยว ส่วนภาคกลาง มีขนมลักษณะคล้ายกันนี้เรียกว่า ละอองลำเจียก ลักษณะ เป็นแป้งข้าวเจ้าใส่มะพร้าวทึนทิก โดยจะนำแป้งข้าว เหนียวมาร่อน พรหมน้ำหมาด ๆ ใส่ลงบนกระทะเตาถ่านร้อน ๆ และใส่ใส่มะพร้าวทึนทิกกวนด้วยน้ำอ้อย หรือน้ำตาลปีบ ปัจจุบันหารับประทานได้ยาก เนื่องจากมีความยุ่งยากในการปรุง ซึ่งคำว่าพูในภาษาไทยใหญ่ แปลว่ามากขึ้น หรือใหญ่ขึ้น ขนมสาระพูจะนิยมทำในงานมงคล เช่น ขึ้นบ้านใหม่ หรือแต่งงาน เชื่อว่าถ้าได้กิน แล้วจะมีความเจริญขึ้น จึงจะพบขนมสาระพูเฉพาะในงานมงคลใหญ่ ๆ เท่านั้น

๒.๒ วิธีการและขั้นตอนการปรุง

เครื่องปรุง

- แป้งข้าวเจ้า
- มะพร้าวทึนทิก น้ำตาลอ้อย หรือน้ำตาลปีบ

วิธีปรุง

ใช้กระทะเหล็กแบนตั้งไฟ (ใช้ไฟอ่อน) ร่อนแป้งลงไปบนกระทะ ให้บางที่สุด พรหมด้วยน้ำเล็กน้อยให้ทั่ว ใส่ใส่ลงไปพับให้ เป็น สีเหลี่ยมผืนผ้า แล้วกลับด้าน ยกขึ้น (ทำต่อจนแป้งหมด) รับประทานร้อน ๆ

วิธีทำไส้ขนม

มะพร้าวทึนทิกผัดกับน้ำตาล จนเหนียวได้ที่

๒.๓ เคล็ดลับการปรุง

๓. ด้านคุณค่าควรแก่การสืบสานและถ่ายทอด

☒ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่เสี่ยงต่อการสูญหาย ควรได้รับการรักษาและสืบทอด เป็นรากเหง้าของท้องถิ่น ที่เป็น ภูมิปัญญา ที่ควรแก่การสืบทอดรุ่นสู่รุ่น

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๔. ด้านวัตถุดิบท้องถิ่นที่สำคัญของอาหาร

☒ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่ใช้วัตถุดิบและเครื่องปรุงภายในท้องถิ่น ที่สะท้อนอัตลักษณ์ ด้านวัฒนธรรม ภูมิปัญญา และระบบนิเวศของพื้นที่ (โปรดระบุ จำนวนกี่ชนิด อะไรบ้าง)

ที่	ชื่อวัตถุดิบ/ เครื่องปรุง	สรรพคุณ	ที่มา
๑	มะพร้าวทึนทิก	รสชุ่ม สุขุม ไม่มีพิษ รับประทานบำรุงกำลัง ขับพยาธิ	เว็บไซต์ : https://www.rspg.or.th/
๒	แป้งข้าวเจ้า	ให้เส้นใยสูง บำรุงตับให้แข็งแรง	เว็บไซต์ https://www.pkthai.net

☐ ไม่มีส่วนผสมของวัตถุดิบและเครื่องปรุงในท้องถิ่น/สมุนไพร

๕. ด้านการเผยแพร่และพัฒนาต่อยอดเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจสร้างสรรค์

☒ เป็นเมนูที่สามารถนำมาพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอน และมีการวิจัยและพัฒนาต่อยอดเทคโนโลยีเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหารเป็นเมนูที่สามารถพัฒนาศักยภาพผู้ประกอบการ

☐ เป็นการส่งเสริมการตลาดและเผยแพร่ประชาสัมพันธ์อาหารไทยสู่สากลในการการพัฒนาธุรกิจอาหารไทยและการรณรงค์การบริโภคอาหารไทย

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๖. ด้านโภชนาการ

☒ เป็นอาหารที่มีสารอาหาร เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ช่วยบำรุงสุขภาพ

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๗. ด้านการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม

☒ เป็นอาหารที่ช่วยส่งเสริม ดูแลรักษาระบบนิเวศ และสิ่งแวดล้อมในพื้นที่

☐ อื่นๆ (ระบุ)

(- ๔ -)

๘. ภาพถ่าย และคลิปวิดีโอของเมนูอาหาร (รายละเอียดตามเอกสารในคำชี้แจง)



ลงชื่อ.....นาย ปิณฑกร.....ผู้เสนอเมนูอาหาร
(น.ศ. จรรยา ปิณฑกร)
วันที่ ๒๐ เดือน กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๗