



แบบเสนอรายการอาหารเพื่อเข้าร่วมรับการคัดเลือก

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

๑. ข้อมูลเมนูอาหาร

๑.๑ ชื่อเมนูอาหาร....ไส้กรอกใหญ่รสเด็ดโบราณพิชัย..... จังหวัด.....อุดรดิตถ์.....

ประเภท ☐ อาหารคาว ☐ อาหารหวาน ☒ อาหารว่าง

๑.๒ ช่วงเวลาการประกอบเมนูอาหารถิ่น

☒ ประจำ ☐ เทศกาล ☐ ฤดูกาล ☐ อื่นๆ (ระบุ)

***เลือกเพียง ๑ รายการ

๑.๓ ชื่อเจ้าของเมนู/ สูตร (ผู้ให้ข้อมูล)นายธัชชนพงษ์ โกศล.....

สถานที่ตั้ง.....วิทยาลัยการอาชีพพิชัย.....

เลขที่.....๑๕๔.....หมู่.....๑.....ถนน.....

ตำบล/แขวง.....ในเมือง.....อำเภอ/เขต.....พิชัย.....

จังหวัด.....อุดรดิตถ์.....รหัสไปรษณีย์.....๕๓๑๒๐.....

หมายเลขโทรศัพท์.....๐๘๓-๔๒๕-๔๑๙๘.....

๑.๔ ร้านอาหาร/ แหล่งที่สามารถหาทานได้ในพื้นที่ของจังหวัด (***)จำเป็นต้องมี

***เป็นร้านอาหารหรือแหล่งที่สามารถจัดจำหน่ายได้ หลังจากที่เมนูพื้นถิ่นของจังหวัดได้รับการพิจารณา
คัดเลือก สำหรับเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อสารมวลชนทุกช่องทาง ซึ่งกรมฯ จะมีการมอบป้ายประจำ
โครงการฯ

ชื่อร้าน/ แหล่ง (ชุมชน)จามจุรีคาเฟ่ วิทยาลัยการอาชีพพิชัย.....

สถานที่ตั้ง.....วิทยาลัยการอาชีพพิชัย.....

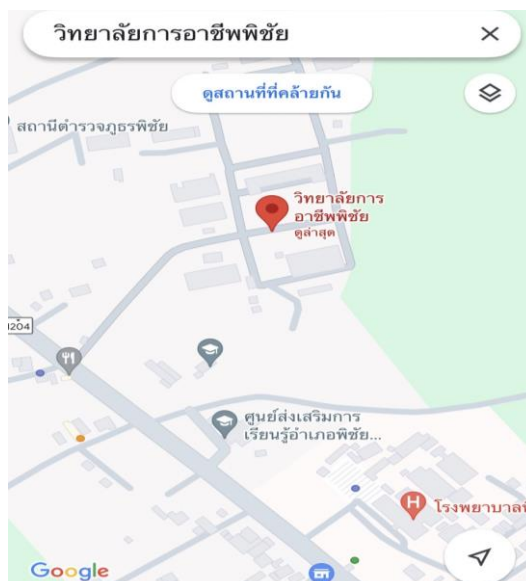
เลขที่.....๑๕๔.....หมู่.....๑.....ถนน.....

ตำบล/แขวง.....ในเมือง.....อำเภอ/เขต.....พิชัย.....

จังหวัด.....อุดรดิตถ์.....รหัสไปรษณีย์.....๕๓๑๒๐.....

หมายเลขโทรศัพท์.....๐๘๓-๔๒๕-๔๑๙๘.....

QR Code พิกัดที่ตั้ง



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

๒.๑ ประวัติความเป็นมา/ ภูมิปัญญา

"ไส้กรอกใหญ่รสเด็ด" เป็นของพื้นเมืองมีรสชาติเป็นเอกลักษณ์ ไส้กรอกเมืองพิชัย จะรสชาติกลมกล่อม หวานนำ เฝื่อนปลายลิ้น หอมเครื่องเทศเฉพาะตัวไม่ฉุน รสสัมผัสหนึบๆ กรุบๆ เพราะมีส่วนผสมของข้าวเหนียว และถั่วลิสงคั่ว รับประทานอร่อย ชิมแล้วจะติดใจไม่เหมือนที่ไหน หาทานยาก

๒.๒ วิธีการและขั้นตอนการปรุง

๑. นำไส้หมูมาล้างผ่านน้ำจำนวน ๓ น้ำ แล้วนำไส้หมูไปหมักด้วยเกลือ แป้งมันสำปะหลัง แล้วขยำให้เข้ากันทิ้งไว้ ๕ นาที แล้วนำไปล้างออกให้สะอาด จนไส้มีลักษณะใส และสะอาดไม่มีกลิ่นคาว
๒. นำพริกแกงมาโขลกกับกระชายพวยหยาบ
๓. นำหมูบดข้าวเหนียวหนึ่งตามน้ำพริกมาผสมรวมกันให้เข้ากันดี
๔. ตามด้วยหัวกะทิ ใบมะกรูดซอย ปรุงรสด้วยน้ำปลาด้วยน้ำตาลทราย มีลักษณะรสชาติหวานนำเค็มตามปิดท้ายด้วย ถั่วลิสงบดหยาบคลุกเคล้าพอเข้ากันดีนำไปคั่วในกระทะแล้วชิมรสชาติเมื่อได้รสชาติที่ต้องการแล้วนำไปยัดในไส้หมูที่เตรียมไว้พอหลวมๆไม่แน่นจนเกินไป
๕. ก่อไฟด้วยกากมะพร้าว ให้กากมะพร้าวมีลักษณะไฟสีแดงอ่อนๆ จึงนำไส้กรอกลงไปย่างเพื่อที่จะลดกลิ่นคาวของไส้ทำให้รสชาติดีขึ้นและกลมกล่อมและมีสีสันท่านำรับประทาน
๖. ในระหว่างย่างให้นำไม้จิ้มตัวไส้กรอกเป็นรูปเพื่อที่จะระบายอากาศที่อยู่ด้านในไส้จะไม่ทำให้ไส้กรอกเกิดการแตกตัว ใช้เวลาประมาณ ๓๐ นาที หรือมีสีสันท่านำรับประทาน
๗. พักไว้ให้เย็นตัดเป็นคำๆ เสริมคู่กับขิงสด พริกขี้หนูสวน กะหล่ำปลี ผักชีใบเลื่อย จัดให้สวยงามพร้อมรับประทาน

๒.๓ เคล็ดลับการปรุง

- ก่อไฟด้วยกากมะพร้าว ให้กากมะพร้าวมีลักษณะไฟสีแดงอ่อนๆ จึงนำไส้กรอกลงไปย่างเพื่อที่จะลดกลิ่นคาวของไส้ทำให้รสชาติดีขึ้นและกลมกล่อมและมีสีสันท่านำรับประทาน

๓. ด้านคุณค่าควรแก่การสืบสานและถ่ายทอด

☒ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่เสี่ยงต่อการสูญหาย ควรได้รับการรักษาและสืบทอด เป็นรากเหง้าของท้องถิ่น ที่เป็นภูมิปัญญาที่ควรแก่การสืบทอดรุ่นสู่รุ่น

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๔. ด้านวัตถุดิบท้องถิ่นที่สำคัญของอาหาร

☒ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่ใช้วัตถุดิบและเครื่องปรุงภายในท้องถิ่น ที่สะท้อนอัตลักษณ์ ด้านวัฒนธรรมภูมิปัญญา และระบบนิเวศของพื้นที่ (โปรดระบุ จำนวนกี่ชนิด อะไรบ้าง)

ที่	ชื่อวัตถุดิบ/ เครื่องปรุง	สรรพคุณ	ที่มา
๑	พริกจินดาแห้ง	มีสารแคปไซซิน มีสรรพคุณช่วยระบบทางเดินหายใจ ความดันโลหิตและหัวใจ ช่วยขับเหงื่อ มีสารต้านอนุมูลอิสระ ป้องกันการเกิดมะเร็งได้ ถ้ารับประทานพริกมากๆหรือรับประทานเผ็ดเป็นประจำ ระบบการย่อยและดูดซึมอาหารจะทำงานไม่ดี แต่ถ้ารับประทานในปริมาณที่พอเหมาะ จะทำให้เลือดไม่จับตัวเป็นก้อน เลือดไหลเวียนได้ดี	ตามท้องถิ่น อำเภอด่านช้าง

ที่	ชื่อวัตถุดิบ/ เครื่องปรุง	สรรพคุณ	ที่มา
๒	ลูกผักชี	มีสรรพคุณตามภูมิปัญญาคือ ผลของมันจะช่วยขับลมในลำไส้ แก้หอบ บำรุงปอด แก้ไอ แก้ธาตุพิการ บำรุงธาตุ แก้กลิ้นเหียน อาเจียน แก้กระหายน้ำ แก้สะอึก แก้ไข้ แก้ไข้จากการเป็นชาง แก้โรคไตพิการ แก้โรคเกี่ยวกับตา แก้วร่ามะนาด แก้วลมพิษ แก้วลมวิงเวียน แก้วพิษตานชาง แก้โรคในอก บำรุงมัน	ตามท้องถิ่น อำเภอพิชัย
๓	พริกไทยขาวเม็ด	เป็นยาช่วยขับลม ขับเหงื่อ ขับเสมหะ บำรุงธาตุ ช่วยให้เจริญอาหาร แก้อาการท้องอืดท้องเฟ้อ และยังใช้เป็นสมุนไพรสำคัญในยาอายุวัฒนะอีกด้วย	ตามท้องถิ่น อำเภอพิชัย
๔	ตะไคร้สับละเอียด	๑. ช่วยแก้อาการเบื่ออาหาร ทำให้เจริญอาหาร ๒. ช่วยย่อยอาหาร ทำให้ระบบย่อยอาหารสะอาดขึ้น และทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ๓. ช่วยล้างพิษในร่างกาย เพราะตะไคร้มีคุณสมบัติขับปัสสาวะ ทำให้เราปัสสาวะบ่อยขึ้น สารพิษและกรดยูริกจะถูกขับออกจากร่างกาย ๔. ช่วยเสริมสร้างความแข็งแรง และช่วยซ่อมแซมระบบประสาทได้	ตามท้องถิ่น อำเภอพิชัย
๕	ข้าสับละเอียด	รสเผ็ดร้อนขม แก้ฟกช้ำ แก้บวม แก้อาการท้องอืดท้องเฟ้อ จุกเสียด แน่น แก้กกลาก เกลิ้น ขับลมในลำไส้ แก้ปวดมวนในท้อง ขับลมในสตรีหลังคลอดบุตร ใช้ภายนอกรักษาอาการคันในโรคลมพิษ ช่วยย่อยอาหาร แก้บิด แก้วลมพิษ แก้โรคปวดบวมตามข้อ หลอดลมอักเสบ มีฤทธิ์กดหัวใจ กระตุ้นการหายใจ กัดการหายใจ กระตุ้นการหายใจในเด็ก เป็นยาธาตุ	ตามท้องถิ่น อำเภอพิชัย
๖	ผิวมะกรูดสับละเอียด	เป็นยาขับลมในลำไส้ แก้แน่น ขับระดู ขับผายลม เป็นยาบำรุงหัวใจ ผล ดอกเป็นยาฟอกเลือดในสตรี ช่วยขับระดู ขับลมในลำไส้ แก้วจุกเสียด ลักปิดลักเปิด น้ำมันจากผิวช่วยป้องกันรังแค และทำให้เส้นผมดกดำเป็นเงางาม ผล รสเปรี้ยว กัดเสมหะ แก่น้ำลายเหนียว กัดเถาดานในท้อง แก้วระดูเสีย ฟอกโลหิตระดู ขับระดู ขับ	ตามท้องถิ่น อำเภอพิชัย
๗	หอมแดง	ช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือด ช่วยยับยั้งการเกิดโรคเส้นเลือดอุดตัน หอมแดงแก้หวัด คัดจมูกได้ (ผล,ใบ) ช่วยแก้ไข้สันนิบาต แก้ไข้อันบังเกิดแก่วัณโรคและทรวง แก้วโรคตา ขับเสมหะ ช่วยขับเสมหะ แก้วโรคในช่องปาก	ตามท้องถิ่น อำเภอพิชัย

ที่	ชื่อวัตถุดิบ/ เครื่องปรุง	สรรพคุณ	ที่มา
๘	กระเทียมสับ	ช่วยลดไขมัน LDL (ไขมันร้าย) ที่ไปสะสมในเลือด ต้นเหตุการเกิดภาวะไขมันในหลอดเลือดสูง ช่วยดับกลิ่นคาวในอาหาร เพิ่มรสชาติ และความเผ็ด ร้อนอ่อน ๆ ให้อาหาร ช่วยบรรเทาอาการไอ แก้อาการหวัด ช่วยรักษาแผล ช่วยแก้หอบหืด ขับเสมหะ อาการไอ ช่วยกระตุ้นการไหลเวียนของเลือด	ตามท้องถิ่น อำเภอพิชัย
๙	ใบมะกูดซอย	ช่วยแก้อาการอาเจียนเป็นเลือด ช่วยแก้อาการ ไข้ใน ใบมะกูดอุดมไปด้วยเบต้าแคโรทีนซึ่งช่วยใน การชะลอการขยายตัวของเซลล์มะเร็งและช่วย ต่อต้านมะเร็งได้	ตามท้องถิ่น อำเภอพิชัย

☐ ไม่มีส่วนผสมของวัตถุดิบและเครื่องปรุงในท้องถิ่น/สมุนไพร

๕. ด้านการเผยแพร่และพัฒนาต่อยอดเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจสร้างสรรค์

☒ เป็นเมนูที่สามารถนำมาพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอน และมีการวิจัยและพัฒนาต่อยอดเทคโนโลยี
เกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหารเป็นเมนูที่สามารถพัฒนาศักยภาพผู้ประกอบการ

☒ เป็นการส่งเสริมการตลาดและเผยแพร่ประชาสัมพันธ์อาหารไทยสู่สากลในการการพัฒนาธุรกิจอาหารไทย
และการรณรงค์การบริโภคอาหารไทย

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๖. ด้านโภชนาการ

☒ เป็นอาหารที่มีสารอาหาร เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ช่วยบำรุงสุขภาพ

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๗. ด้านการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม

☒ เป็นอาหารที่ช่วยส่งเสริม ดูแลรักษาระบบนิเวศ และสิ่งแวดล้อมในพื้นที่

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๘. ภาพถ่าย และคลิปวิดีโอของเมนูอาหาร (รายละเอียดตามเอกสารในคำชี้แจง)





ลงชื่อ..........ผู้เสนอเมนูอาหาร
(นายรัชชนพงษ์ โกศล)
ตำแหน่ง หัวหน้าแผนกวิชาอาหารและโภชนาการ วิทยาลัยการอาชีพพิชัย
วันที่...๑๗...เดือน.....กรกฎาคม.....พ.ศ.....๒๕๖๗.....