



แบบเสนอรายการอาหารเพื่อเข้าร่วมรับการคัดเลือก

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

จังหวัดมหาสารคาม

๑. ข้อมูลเมนูอาหาร

๑.๑ ชื่อเมนูอาหาร ลาบปูนา จังหวัดมหาสารคาม

ประเภท ☒ อาหารคาว ☐ อาหารหวาน ☐ อาหารว่าง

๑.๒ ช่วงเวลาการประกอบเมนูอาหารถิ่น

☒ ประจำ ☐ เทศกาล ☐ ฤดูกาล ☐ อื่นๆ (ระบุ)

***เลือกเพียง ๑ รายการ

๑.๓ ชื่อเจ้าของเมนู/ สูตร (ผู้ให้ข้อมูล) นางสาวกรรณิกา ปัทเดชะทา

สถานที่ตั้ง บ้านวังยาว

เลขที่ ๘๗ หมู่ ๔

ตำบล/แขวง เกิง อำเภอกุฉินารายณ์ เมือง

จังหวัด มหาสารคาม รหัสไปรษณีย์ ๔๔๐๐๐

หมายเลขโทรศัพท์ ๐๘๑-๖๒๖-๕๐๓๕ ๐๙๕-๕๘๘-๘๓๔๕ (ทฟฟ)

๑.๔ ร้านอาหาร/ แหล่งที่สามารถหาทานได้ในพื้นที่ของจังหวัด (**จำเป็นต้องมี)

***เป็นร้านอาหารหรือแหล่งที่สามารถจัดจำหน่ายได้ หลังจากที่เมนูพื้นถิ่นของจังหวัดได้รับการพิจารณา
คัดเลือก สำหรับเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อสารมวลชนทุกช่องทาง ซึ่งกรมฯ จะมีการมอบป้ายประจำ
โครงการฯ

ชื่อร้าน/ แหล่ง (ชุมชน) ครัวไชยพารวย

สถานที่ตั้ง บ้านวังยาว

เลขที่ ๘๗ หมู่ ๔

ตำบล/แขวง เกิง อำเภอกุฉินารายณ์ เมือง

จังหวัด มหาสารคาม รหัสไปรษณีย์ ๔๔๐๐๐

หมายเลขโทรศัพท์ ๐๘๑-๖๒๖-๕๐๓๕ ๐๙๕-๕๘๘-๘๓๔๕ (ทฟฟ)

QR Code พิกัดที่ตั้ง



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

๒.๑ ประวัติความเป็นมา/ ภูมิปัญญา

ร้านครัวชัยพารวย ได้กำเนิดเกิดมาด้วยความไม่ตั้งใจ ครอบครัวพี่น้องพ่อแม่ส่งลูกไปเรียนที่กรุงเทพฯทุกคน ตั้งแต่ดิฉันเรียนจบ จากโรงเรียนผดุงนารีและไปเรียนต่อกรุงเทพฯจนจบปริญญาตรีจนได้ทำงานตอนนี้งานที่กรุงเทพฯประมาณ พ.ศ. ๒๕๕๔ มีโอกาสได้กลับมาเยี่ยมครอบครัวและ ชวนคนมาดูที่นาที่ตั้งร้านครัวชัยพารวย ณ ปัจจุบันซึ่งในขณะนั้นให้คนเช่าทำนาที่นาค่อนข้างรก้างมากเลย จึงได้ปรึกษากับครอบครัวต้องการทำไร่นาพอเพียงสวนผสมแบบเศรษฐกิจพอเพียงเลยตัดสินใจปรับที่นาบางส่วนโดยถมดินยกพื้นที่บางส่วนและขุดบ่อน้ำ เหมือนภาคกลางใช้พื้นที่ประมาณสามไร่ที่เหลือ ๑๘ ไร่ ทำนาแล้วค่อยค่อยพัฒนาปรับปรุงร้านครัวชัยพารวยมาเรื่อยๆ จนถึงวันนี้ ประมาณ ๑๓ ปีส่วนเรื่องเมนูอาหารดิฉันเป็นคนจังหวัดมหาสารคามโดยกำเนิด คุณพ่อ คุณแม่ พาทำพากินอาหารอีสานมาโดยตลอดคุณแม่เป็นแม่ค้าอาหารอีสาน และที่ชอบมาคือเมนูลาบปูนาซึ่งปัจจุบัน ห้างร้านอาหารลาบปูนาที่ทำลาบปูนาได้น้อยมากพอดีมีโอกาสเลย ศึกษาลองผิดลองถูกและพัฒนาจนมาเป็นเมนูลาบปูนาสูตรครัวชัยพารวย จนถึงปัจจุบัน

๒.๒ วิธีการและขั้นตอนการปรุง

ราคา ๑๑๙ บ. ทำความสะอาดปู ต้มน้ำให้เดือด ปูใส่หม้อ ตัดเล็บปู นำปูออกมาโขลกใส่ครก แยกน้ำออกใส่พานะ

๒.๓ เคล็ดลับการปรุง

นำเนื้อปูมาปรุงรส รวน ๑ รอบ ปลาร้า ผงชูรส ผักกระแยง พริกผง ข้าวขี้ หอมแดง นำมาใส่กัน

๓. ด้านคุณค่าควรแก่การสืบสานและถ่ายทอด

- ☐ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่เสี่ยงต่อการสูญหาย ควรได้รับการรักษาและสืบทอด เป็นรากเหง้าของท้องถิ่น ที่เป็นภูมิปัญญาที่ควรแก่การสืบทอดรุ่นสู่รุ่น
- ☐ อื่นๆ (ระบุ)

๔. ด้านวัตถุดิบท้องถิ่นที่สำคัญของอาหาร

- ☐ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่ใช้วัตถุดิบและเครื่องปรุงภายในท้องถิ่น ที่สะท้อนอัตลักษณ์ ด้านวัฒนธรรมภูมิปัญญา และระบบนิเวศของพื้นที่ (โปรดระบุ จำนวนกี่ชนิด อะไรบ้าง)

ที่	ชื่อวัตถุดิบ/ เครื่องปรุง	สรรพคุณ	ที่มา
	ปูนา	อุดมด้วยสารต้านอนุมูลอิสระ ได้แก่ แคโรทีน วิตามินซี สารฟลาโวนอยด์ สารโฟเลต กรดแพนโทเทนิค ธาตุโพแทสเซียม แมกนีเซียม และเส้นใยอาหาร สารอาหารเหล่านี้บำรุงสุขภาพยังเป็นทั้งอาหารและยา ในปูมีสารสำคัญ คือ ไคตินไคโตซานที่สามารถนำไปใช้ประโยชน์หลากหลาย เช่น ยับยั้งจุลินทรีย์ ดูดซับสารอินทรีย์ รักษาบาดแผล	ในพื้นที่จังหวัด
	น้ำปลาร้า	-	ในพื้นที่จังหวัด

	ผงบูรส	-	ในพื้นที่จังหวัด
	ผักกระแยง	ผักแยงมีรสเผ็ดร้อน กลิ่นหอมฉุน ช่วยทำให้เจริญอาหาร ลดอาการเบื่ออาหาร (ทั้งต้น) หมอยาพื้นบ้านแนะนำว่า ให้กินผักแยงเพื่อป้องกันเส้นเลือดตีตันและไข้ร้อนใน (ทั้งต้น) ใช้เป็นยาแก้ไข้ ลดไข้	ในพื้นที่จังหวัด
	พริกผง	-	ในพื้นที่จังหวัด
	ข้าวข้าว	-	ในพื้นที่จังหวัด
	หอมแดง	ช่วยทำให้ร่างกายอบอุ่นหอมแดงช่วยทำให้เจริญอาหาร (ผล,ใบ)ร่างกายชุ่มฉ่ำอม แก้ด้วยการใช้เมล็ดแห้ง ๕-๑๐ กรัมนำมาต้มน้ำดื่มมีส่วนช่วยเสริมสร้างความจำ ทำให้ความจำดีขึ้นช่วยบำรุงโลหิตช่วยบำรุงหัวใจ ช่วยเจริญธาตุไฟช่วยต่อต้านอนุมูลอิสระ ช่วยเพิ่มการไหลเวียนของโลหิตให้ดี	ในพื้นที่จังหวัด

☐ ไม่มีส่วนผสมของวัตถุอันตรายและเครื่องปรุงในท้องถิ่น/สมุนไพร

๕. ด้านการเผยแพร่และพัฒนาต่อยอดเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจสร้างสรรค์

☒ เป็นเมนูที่สามารถนำมาพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอน และมีการวิจัยและพัฒนาต่อยอดเทคโนโลยีเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหารเป็นเมนูที่สามารถพัฒนาศักยภาพผู้ประกอบการ

☒ เป็นการส่งเสริมการตลาดและเผยแพร่ประชาสัมพันธ์อาหารไทยสู่สากลในการการพัฒนาธุรกิจอาหารไทย และการอนุรักษ์การบริโภคอาหารไทย

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๖. ด้านโภชนาการ

☒ เป็นอาหารที่มีสารอาหาร เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ช่วยบำรุงสุขภาพ

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๗. ด้านการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม

☒ เป็นอาหารที่ช่วยส่งเสริม ดูแลรักษาระบบนิเวศ และสิ่งแวดล้อมในพื้นที่

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๘. ภาพถ่าย และคลิปวิดีโอของเมนูอาหาร (รายละเอียดตามเอกสารในคำชี้แจง)





ลงชื่อ กรรณิกา ปัทเดชะทา ผู้เสนอเมนูอาหาร
 (นางกรรณิกา ปัทเดชะทา)
 ตำแหน่ง ผู้ประกอบการ
 วันที่....๒๖.....เดือน.....มิถุนายน...พ.ศ.๒๕๖๗.....



ดาวน์โหลดใบสมัคร



ส่งใบสมัคร

หมายเหตุ : ๑. สามารถส่งใบสมัครผ่านทางคิวอาร์โค้ด (QR Code) ตั้งแต่วันที่ ๑๗ มิถุนายน – ๑๗ กรกฎาคม ๒๕๖๗
 หรือสามารถส่งใบสมัครได้ที่ สำนักงานวัฒนธรรมจังหวัดมหาสารคาม ศาลากลางจังหวัด ชั้น ๓ ห้อง ๓๑๔
 ถนนเลี้ยวเมืองมหาสารคาม-ร้อยเอ็ด ตำบลแวงน่าง อำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม
 ๒. หากมีข้อสงสัย สามารถสอบถามได้ที่
 นายธชัย สุริหาร นักวิชาการวัฒนธรรมชำนาญการพิเศษ โทรศัพท์ ๐๘๑ ๘๗๔ ๗๖๓๑
 นางสาวอนันตญา เดชธน นักวิชาการวัฒนธรรมชำนาญการ โทรศัพท์ ๐๘๑ ๘๗๔ ๗๖๓๑