



แบบเสนอรายการอาหารเพื่อเข้าร่วมรับการคัดเลือก

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

๑. ข้อมูลเมนูอาหาร

๑.๑ ชื่อเมนูอาหาร ขนมพระพาย จังหวัด พระนครศรีอยุธยา

ประเภท ☐ อาหารคาว ☒ อาหารหวาน ☐ อาหารว่าง

๑.๒ ช่วงเวลาการประกอบเมนูอาหารถิ่น

☐ ประจำ ☒ เทศกาล ☐ ฤดูกาล ☐ อื่นๆ (ระบุ)

***เลือกเพียง ๑ รายการ

๑.๓ ชื่อเจ้าของเมนู/ สูตร (ผู้ให้ข้อมูล) นางสาวสุวรรณ อาจคงหาญ

สถานที่ตั้ง สี่ลี้ อยุธยา ๒

เลขที่.....๙๘/๕๔.....หมู่.....๖.....ถนน.....

ตำบล/แขวง.....เกาะเรียน.....อำเภอ/เขต.....พระนครศรีอยุธยา.....

จังหวัด.....พระนครศรีอยุธยา.....รหัสไปรษณีย์.....๑๓๐๐๐.....

หมายเลขโทรศัพท์.....๐๖๒-๒๖๕-๔๔๔๒.....

๑.๔ ร้านอาหาร/ แหล่งที่สามารถหาทานได้ในพื้นที่ของจังหวัด (**จำเป็นต้องมี)

***เป็นร้านอาหารหรือแหล่งที่สามารถจัดจำหน่ายได้ หลังจากที่เมนูพื้นถิ่นของจังหวัดได้รับการพิจารณา
คัดเลือก สำหรับเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อสารมวลชนทุกช่องทาง ซึ่งกรมฯ จะมีการมอบป้ายประจำ
โครงการฯ

ชื่อร้าน/ แหล่ง (ชุมชน)คำอ้อน ขนมไทย.....ชั้น G ลานเพลินนคร.....

สถานที่ตั้ง.....ศูนย์การค้าเซ็นทรัลอยุธยา.....

เลขที่๑๒๙/๑,๑๒๙/๒,๑๒๙/๓ หมู่.....๓.....ถนน.....สายเอเชีย.....

ตำบล/แขวง.....คลองสวนพลู.....อำเภอ/เขต.....พระนครศรีอยุธยา.....

จังหวัด.....พระนครศรีอยุธยา.....รหัสไปรษณีย์.....๑๓๐๐๐.....

หมายเลขโทรศัพท์.....๐๙๒-๓๒๖-๔๕๔๒.....

QR Code พิกัดที่ตั้ง



/๒. ด้านประวัติ...

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

๒.๑ ประวัติความเป็นมา/ ภูมิปัญญา

"ในแผ่นดินกรุงศรีอยุธยา ขนมพระพายเป็นขนมมงคลที่สื่อถึงความรักและความผูกพันอันยาวนาน..."

ตำนานเล่าว่า ในยุคสมเด็จพระเพทราชา พระพิทักษ์ราชกิจ ขุนทหารคู่พระทัย ได้รับการเลื่อนยศและจัดพิธีแต่งงานขึ้น... เหล่าชาววิเศษในวัง จึงได้คิดค้นขนมพิเศษขึ้นมาเพื่อเป็นสัญลักษณ์แห่งความรักและความกลมเกลียว ขนมพระพายทำจากแป้งข้าวเหนียวและแป้งข้าวเจ้า ปั้นเป็นลูกกลม ๆ แต่งสีส้มด้วยสีของใบเตยและแก่นฝาง สอดไส้ด้วยถั่วกวนและมะพร้าว เพื่อสื่อถึงความรักที่หวานชื่นและยั่งยืน ขนมพระพายได้รับการตั้งชื่อว่า 'พระพาย' ซึ่งแปลว่า ลม เพื่อเป็นสัญลักษณ์แห่งความสงบร่มเย็นและความรักที่ยืนยาวในครอบครัว

"ขนมพระพายไม่เพียงแต่เป็นขนมมงคลในงานแต่งงาน แต่ยังเป็นสัญลักษณ์ของมรดกทางวัฒนธรรมอันล้ำค่าของกรุงศรีอยุธยา ขนมนี้จะทำให้ผู้ที่ได้ลิ้มลองรู้สึกถึงความหวานชื่นและความกลมเกลียวของความรักที่ยืนยาว" มาร่วมอนุรักษ์ และส่งต่อความประณีตงดงามของขนมพระพาย จากเมืองกรุงศรีอยุธยา ให้เป็นมรดกทางวัฒนธรรมและอัตลักษณ์ความเป็นไทย ที่ยังคงอยู่คู่แผ่นดินนี้ต่อไป

๒.๒ วิธีการและขั้นตอนการปรุง

ส่วนของแป้งนอกของขนมพระพายใช้แป้งข้าวเหนียวและแป้งข้าวเจ้าผสมกัน แล้วใช้น้ำกะทิผสมกับสีเขียวจากใบเตย และสีชมพูแดงจากแก่นฝาง ผสมกะทิกับแป้งแล้วนวดประมาณ ๑๕ นาที พักแป้งไว้

ส่วนของไส้ขนมพระพาย ใส่ถั่ว แซ่ถั่วซีกไว้ ๖ ชั่วโมง จากนั้นนำมานึ่งให้สุก แล้วนำมาทวนกับกะทิ น้ำตาล ให้เป็นเนื้อปั้นได้เป็นก้อนกลม ๆ

ส่วนของไส้ขนมพระพาย ใส่เผือก นำเผือกมากปอก จากนั้นนำมานึ่งให้สุก แล้วนำมาทวนกับกะทิ น้ำตาล ให้เป็นเนื้อปั้นได้เป็นก้อนกลม ๆ

จากนั้นนำแป้งนอกที่ทำเป็นสีเขียวและสีชมพูมาห่อ ไส้ขนมที่เตรียมไว้ แล้วปั้นให้เป็นลูกกลม ๆ จากนั้นนำไปนึ่ง ๑๐-๑๕ นาที เมื่อสุกแล้วราดด้วยกะทิ แต่งหน้าด้วยทองคำเปลวหรือ งาขาวงาดำคั่ว

๒.๓ เคล็ดลับการปรุง

เมื่อนึ่งขนมสุกเรียบร้อยแล้ว ให้ราดน้ำเย็นลงไปบนขนมพระพาย เพื่อให้ขนมพระพาย คงสภาพเหนียวนุ่ม อร่อยได้นาน

๓. ด้านคุณค่าควรแก่การสืบสานและถ่ายทอด

☒ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่เสี่ยงต่อการสูญหาย ควรได้รับการรักษาและสืบทอด เป็นรากเหง้าของท้องถิ่น ที่เป็นภูมิปัญญาที่ควรแก่การสืบทอดรุ่นสู่รุ่น

☐ อื่นๆ (ระบุ)

/๔.ด้านวัตถุดิบ...

๔. ด้านวัตถุดิบท้องถิ่นที่สำคัญของอาหาร

☐ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่ใช้วัตถุดิบและเครื่องปรุงภายในท้องถิ่น ที่สะท้อนอัตลักษณ์ ด้านวัฒนธรรมภูมิปัญญา และระบบนิเวศของพื้นที่ (โปรดระบุ จำนวนกี่ชนิด อะไรบ้าง)

ที่	ชื่อวัตถุดิบ/ เครื่องปรุง	สรรพคุณ	ที่มา
	แก่นฝาง	– แก้ไข้และลดอาการไข้ – บำรุงโลหิตและกระตุ้นการไหลเวียนโลหิต – มีฤทธิ์ต้านการอักเสบและต้านเชื้อแบคทีเรีย – ช่วยแก้อาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ	
	ใบเตย	– วิตามินเอ, วิตามินซี, แคลเซียม, ธาตุเหล็ก – ช่วยบำรุงหัวใจ – ช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือด – แก้อาการปวดหัวและอาการปวดเมื่อย – ใช้เป็นยาขับปัสสาวะ	
	เผือก	– วิตามินอี, วิตามินซี, วิตามินบี๖, โฟแทสเซียม, แมกนีเซียม, ไฟเบอร์ – ช่วยบำรุงหัวใจและหลอดเลือด – ช่วยลดความดันโลหิต – ช่วยบำรุงระบบประสาทและสมอง – ช่วยการย่อยอาหารและลดอาการท้องผูก	
	ถั่วทอง, ถั่วซีก	– โปรตีนสูง, วิตามินอี, วิตามินบี๓ (ไนอาซิน) , วิตามินบี๙ (โฟเลต) , แมกนีเซียม, ฟอสฟอรัส, ไขมันไม่อิ่มตัวเชิงเดี่ยวและเชิงซ้อน – บำรุงหัวใจ – เสริมสร้างระบบภูมิคุ้มกัน – บำรุงสมอง	
	กะทิ	– วิตามินซี, วิตามินอี, ธาตุเหล็ก, แมกนีเซียม, โฟแทสเซียม, ไขมันไม่อิ่มตัว – บำรุงผิวพรรณและเส้นผม – ช่วยเสริมสร้างระบบภูมิคุ้มกัน – ช่วยลดความเสี่ยงต่อโรคหัวใจ – ช่วยเพิ่มพลังงานและความแข็งแรง	
	แป้งข้าวเหนียว	– คาร์โบไฮเดรตสูง – ไฟเบอร์เล็กน้อย – โปรตีนเล็กน้อย – ช่วยเสริมพลังงานให้กับร่างกาย	

		– ช่วยบำรุงระบบย่อยอาหาร	
	แป้งข้าวเจ้า	– คาร์โบไฮเดรตสูง – โปรตีนเล็กน้อย – ไฟเบอร์เล็กน้อย – ไม่มีกลูเตน – ช่วยเสริมพลังงานให้กับร่างกาย – เป็นอาหารที่ย่อยง่ายและเหมาะสำหรับผู้ที่มีแพ้อาหาร	

☐ ไม่มีส่วนผสมของวัตถุติดและเครื่องปรุงในท้องถิ่น/สมุนไพร

๕. ด้านการเผยแพร่และพัฒนาต่อยอดเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจสร้างสรรค์

☒ เป็นเมนูที่สามารถนำมาพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอน และมีการวิจัยและพัฒนาต่อยอดเทคโนโลยีเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหารเป็นเมนูที่สามารถพัฒนาศักยภาพผู้ประกอบการ

☒ เป็นการส่งเสริมการตลาดและเผยแพร่ประชาสัมพันธ์อาหารไทยสู่สากลในการพัฒนาธุรกิจอาหารไทย และการรณรงค์การบริโภคอาหารไทย

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๖. ด้านโภชนาการ

☒ เป็นอาหารที่มีสารอาหาร เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ช่วยบำรุงสุขภาพ

☐ อื่นๆ (ระบุ)

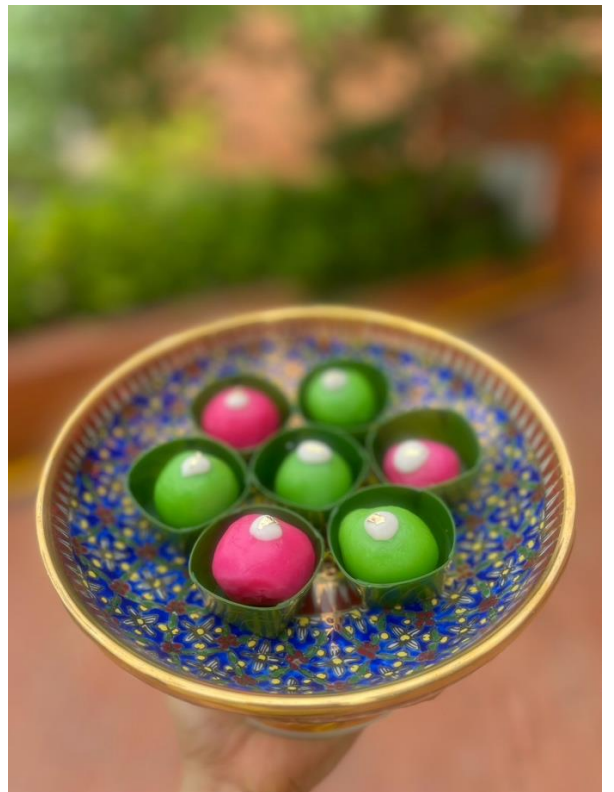
๗. ด้านการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม

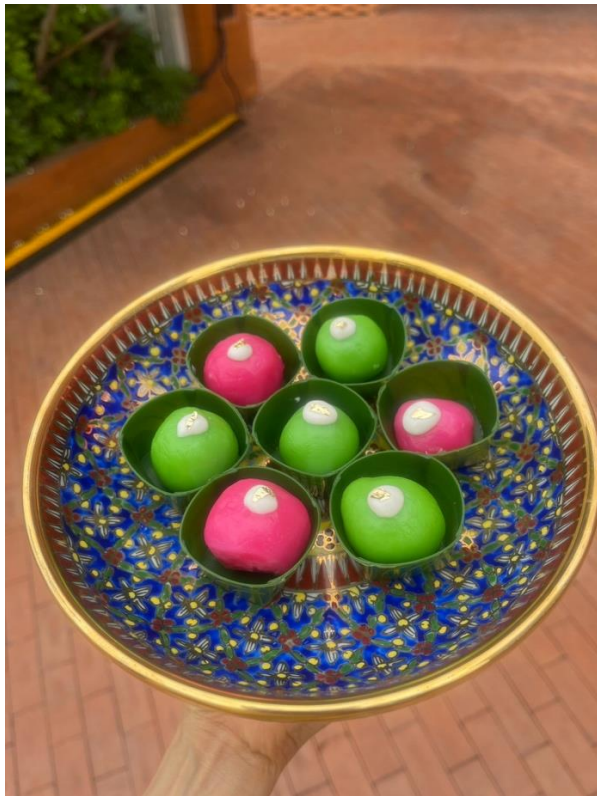
☒ เป็นอาหารที่ช่วยส่งเสริม ดูแลรักษาระบบนิเวศ และสิ่งแวดล้อมในพื้นที่

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๘. ภาพถ่าย และคลิปวิดีโอของเมนูอาหาร (รายละเอียดตามเอกสารในคำชี้แจง)







ลงชื่อ. สุวิมล ผู้เสนอเมนูอาหาร
(นางสาวสุวรรณ อาจคงหาญ)
ตำแหน่ง ผู้ประกอบการร้านค้าอ่อน ขนมไทย
วันที่.....๑๗.....เดือน.....กรกฎาคม.....พ.ศ..... ๒๕๖๗.....