



แบบเสนอรายการอาหารเพื่อเข้าร่วมรับการคัดเลือก

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

๑. ข้อมูลเมนูอาหาร

๑.๑ ชื่อเมนูอาหาร.....น้ำพริกปนา..... จังหวัด.....สุพรรณบุรี.....

ประเภท ☒ อาหารคาว ☐ อาหารหวาน ☐ อาหารว่าง

๑.๒ ช่วงเวลาการประกอบเมนูอาหารถิ่น

☒ ประจำ ☐ เทศกาล ☐ ฤดูกาล ☐ อื่นๆ (ระบุ)

***เลือกเพียง ๑ รายการ

๑.๓ ชื่อเจ้าของเมนู/ สูตร (ผู้ให้ข้อมูล)นางโสภา พันธุ์.....

สถานที่ตั้ง บ้านสวนแผ่นดินแม่.....

เลขที่ 147 หมู่.....5.....ถนน 3351.....

ตำบลบ้านแหลม.....อำเภอบางปลาม้า.....

จังหวัด สุพรรณบุรี.....รหัสไปรษณีย์ 72150.....

หมายเลขโทรศัพท์..... 080-073-7397.....

๑.๔ ร้านอาหาร/ แหล่งที่สามารถหาทานได้ในพื้นที่ของจังหวัด (***)จำเป็นต้องมี

***เป็นร้านอาหารหรือแหล่งที่สามารถจัดจำหน่ายได้ หลังจากที่เมนูพื้นถิ่นของจังหวัดได้รับการพิจารณา
คัดเลือก สำหรับเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อสารมวลชนทุกช่องทาง ซึ่งกรมฯ จะมีการมอบป้ายประจำ
โครงการฯ

ชื่อร้าน/ แหล่ง (ชุมชน) บ้านสวนแผ่นดินแม่

สถานที่ตั้ง ศูนย์ประสานงานบริการนักท่องเที่ยวชุมชนตำบลบ้านแหลม (บ้านสวนแผ่นดินแม่)

เลขที่.....147/1.....หมู่.....5.....ถนน.....3351.....

ตำบลบ้านแหลม.....อำเภอบางปลาม้า.....

จังหวัด.สุพรรณบุรี.....รหัสไปรษณีย์.....72150.....

หมายเลขโทรศัพท์.....080-073-7397.....

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

๒.๑ ประวัติความเป็นมา/ ภูมิปัญญา

เป็นน้ำพริกเผาสมุนไพรโบราณอายุเป็นร้อยๆปี สืบทอดมาจากรุ่นสู่รุ่น จนพัฒนาเป็นสูตรเฉพาะของแม่ไสกา พันธุ์ เจ้าของบ้านสวนแผ่นดินแม่ ส่วนชื่อเรียก น้ำพริกไปนา เกิดจากเมื่อทำเสร็จแล้ว สมัยก่อนนิยมนำไปทานที่ท้องทุ่งนา เพราะอาชีพหลักของคนในพื้นที่คือการทำนา จนเรียกชื่อตามสมัยโบราณ ที่นำไปทาน ว่า **น้ำพริกไปนา..**

๒.๒ วิธีการและขั้นตอนการปรุง

- 1.นำพริกแห้งเม็ดใหญ่และพริกเม็ดเล็ก มาล้างหรือคั่วด้วยเตาถ่าน แล้วใส่ครกตำให้ละเอียด ใส่ถ้วยเตรียมไว้
2. นำหอมแดงไทยและกระเทียมไทย มาเผาหรือคั่วด้วยเตาถ่าน แล้วปอกเปลือกใส่ถ้วยเตรียมไว้
3. นำส้มมะขามหรือมะขามเปียกมาแกะเอากรอกออก แช่ด้วยน้ำพริก
4. เตรียมกะปิกุ้งนางบางปลาม้า ห่อด้วยใบตองเผาด้วยเตาถ่าน ใส่ถ้วยไว้
5. เตรียมเกลือไว้เล็กน้อย เพื่อเพิ่มรสเค็ม

ขั้นตอนการปรุง

นำใส่หอมกระเทียมคั่วกะปิกุ้งนางเผาพร้อมเกลือ ใส่ครกโครกและตำให้ละเอียด ให้ผสมรวมเป็นเนื้อเดียวกัน เมื่อได้ที่แล้ว ตามด้วยมะขามเปียกที่แช่น้ำปลา โครกและตำอีกรอบ ให้ผสมเข้ากันอีกรอบ เมื่อเข้าที่กันแล้ว ปิดท้ายใส่พริกเม็ดใหญ่พริกเม็ดเล็กที่เตรียมไว้ ใส่ครก ตำและโครกให้ส่วนผสมทุกอย่างปนเป็นเนื้อเดียวกันอีกรอบ จากนั้นปรุงรสชาติตามชอบได้เลย เช่น ชอบเผ็ดมาก เพิ่มพริก ชอบสมุนไพรเติมหอมกระเทียม เป็นอันจบขั้นตอนปรุง

จากนั้น ตักใส่ถ้วย แต่งหน้าโรยด้วยมะม่วงฝอยเพิ่มความเปรี้ยวจากธรรมชาติ

๒.๓ เคล็ดลับการปรุง

มะขามเปียกแช่น้ำปลา ไม่ใส่น้ำตาล ใช้กะปิกุ้งนางของชุมชนบ้านแหลมสุพรรณ

๓. ด้านคุณค่าควรแก่การสืบสานและถ่ายทอด

☒ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่เสี่ยงต่อการสูญหาย ควรได้รับการรักษาและสืบทอด เป็นรากเหง้าของท้องถิ่น ที่เป็นภูมิปัญญาที่ควรแก่การสืบทอดรุ่นสู่รุ่น

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๔. ด้านวัตถุดิบท้องถิ่นที่สำคัญของอาหาร

☒ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่ใช้วัตถุดิบและเครื่องปรุงภายในท้องถิ่น ที่สะท้อนอัตลักษณ์ ด้านวัฒนธรรมภูมิปัญญา และระบบนิเวศของพื้นที่ (โปรดระบุ จำนวนกี่ชนิด อะไรบ้าง)

ที่	ชื่อวัตถุดิบ/ เครื่องปรุง	สรรพคุณ	ที่มา
1	กะปิทุ่งนาบ้านแหลม บางปลาม้า	บำรุงกระดูกและเลือด ป้องกันฟันผุ	ทุ่งนาบ้านแหลม บางปลา ม้า
2.	มะขามเปียก	ฟอกเลือด ลดความอ้วน แก้ท้องผูก แก้ไอ	ชุมชนบ้านแหลมสุพรรณ
3.	น้ำปลา	ช่วยย่อยอาหาร ให้ธาตุ เหล็ก ไอโอดีน	ตลาดในชุมชนบ้านแหลม
4	พริกจินดาแห้งเม็ดใหญ่	ระบบหายใจ ความดัน โลหิต ป้องกันมะเร็ง	ตลาดภายในชุมชนบ้าน แหลมสุพรรณ
5	พริกขี้หนูแห้งเม็ดใหญ่	ระบบหายใจ แก้ท้องอืด อาหารไม่ย่อย แน่นเฟ้อ	ชุมชนบ้านแหลมสุพรรณ
6	หอมแดงไทย	แก้หวัด แก้เลือดกำเดา ออก แก้มึนเสมหะ แก้ไซ	ตลาดภายในชุมชนบ้าน แหลมสุพรรณ
7	กระเทียมไทย	ลดคอเลสเตอรอลในเลือด ป้องกันโรคหัวใจ ท้องผูก	ตลาดภายในชุมชนบ้าน แหลมสุพรรณ
8	เกลือ	รักษาป้องกันโรคหอบหืด หลอดลมอักเสบ	ทุ่งนาชุมชนบ้านแหลม สุพรรณ
9	มะม่วงเปรี้ยว	มีวิตามินซี ช่วยกระชับผิว ป้องกันหวัด แก้อ่อนใน	ชุมชนบ้านแหลมสุพรรณ

☐ ไม่มีส่วนผสมของวัตถุดิบและเครื่องปรุงในท้องถิ่น/สมุนไพร

๕. ด้านการเผยแพร่และพัฒนาต่อยอดเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจสร้างสรรค์

☒ เป็นเมนูที่สามารถนำมาพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอน และมีการวิจัยและพัฒนาต่อยอดเทคโนโลยีเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหารเป็นเมนูที่สามารถพัฒนาศักยภาพผู้ประกอบการ

☒ เป็นการส่งเสริมการตลาดและเผยแพร่ประชาสัมพันธ์อาหารไทยสู่สากลในการการพัฒนาธุรกิจอาหารไทย และการรณรงค์การบริโภคอาหารไทย

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๖. ด้านโภชนาการ

☒ เป็นอาหารที่มีสารอาหาร เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ช่วยบำรุงสุขภาพ

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๗. ด้านการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม

☒ เป็นอาหารที่ช่วยส่งเสริม ดูแลรักษาระบบนิเวศ และสิ่งแวดล้อมในพื้นที่

☐ อื่นๆ (ระบุ)

ลงชื่อ.....นายโสภณ พันธุ์.....ผู้เสนอเมนูอาหาร
(.....นายโสภณ พันธุ์.....)