



แบบเสนอรายการอาหารเพื่อเข้าร่วมรับการคัดเลือก

“๑ จังหวัด ๑ เมนู เชิดชูอาหารถิ่น”

เมนูอาหารถิ่นของจังหวัด “รสชาติ...ที่หายไป The Lost Taste” ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๘

๑. ข้อมูลเมนูอาหาร

๑.๑ ชื่อเมนูอาหาร.....ข้าวตอกโบราณ จังหวัด...อ่างทอง

ประเภท ☐ อาหารคาว ☐ อาหารหวาน ☒ อาหารว่าง

๑.๒ ช่วงเวลาการประกอบเมนูอาหารถิ่น

☐ ประจำ ☐ เทศกาล ☒ ฤดูกาล ☐ อื่นๆ (ระบุ)

***เลือกเพียง ๑ รายการ

๑.๓ ชื่อเจ้าของเมนู/ สูตร (ผู้ให้ข้อมูล)นายณัฐนรินทร์ แก้วเจริญ.....

สถานที่ตั้ง..บ้านตาลเหนือ

เลขที่... ๖๖หมู่...๓ ถนน.....

ตำบล/แขวง....บางเสด็จอำเภอ/เขต....ป่าโมก

จังหวัด.....อ่างทอง.....รหัสไปรษณีย์.....๑๔๑๓๐.....

หมายเลขโทรศัพท์.๐๘๑ ๑๔๔๘๐๖๓...อีเมล.....

๑.๔ ร้านอาหาร/ แหล่งที่สามารถหาทานได้ในพื้นที่ของจังหวัด (**จำเป็นต้องมี)

***เป็นร้านอาหารหรือแหล่งที่สามารถจัดจำหน่ายได้ หลังจากเมนูพื้นถิ่นของจังหวัดได้รับการพิจารณา
คัดเลือก สำหรับเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อสารมวลชนทุกช่องทาง ซึ่งกรมฯ จะมีการมอบป้ายประจำโครงการฯ

ชื่อร้าน/ แหล่ง (ชุมชน)ชุมชนบ้านบางเสด็จ.....

สถานที่ตั้ง..บ้านบางเสด็จ

เลขที่ ๖๖ หมู่...๓.....ถนน.....

ตำบล/แขวง.....บางเสด็จ.....อำเภอ/เขต....ป่าโมก

จังหวัด.....อ่างทอง รหัสไปรษณีย์..๑๔๑๓๐

หมายเลขโทรศัพท์.....๐๘๐ ๗๘๔๒๑๙๕.....

QR Code พิกัดที่ตั้ง



๒. ด้านประวัติความเป็นมา/ ภูมิปัญญา/ ด้านวิธีการปรุง/ เคล็ดลับ บรรยายแสดงให้เห็นถึงอัตลักษณ์ท้องถิ่น หรือวิถีชีวิต ที่มีการสืบทอดต่อกันมาผ่านวัฒนธรรมและมีภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่น สอดคล้องกับลักษณะของมรดก ภูมิปัญญาทางวัฒนธรรม

การทำขนมข้าวตอกโบราณเป็นขนมที่ทำกันมาตั้งแต่สมัยปู่ย่าตายายและเป็นขนมที่ทำกันมาเป็นเวลานาน

๒.๑ ประวัติความเป็นมา/ ภูมิปัญญา

ชุมชนบ้านบางเสด็จทำนาปลูกข้าวเป็นอาชีพหลัก เมื่อทำนาเกี่ยวข้าวเสร็จแล้ว ผู้ใหญ่จะนำข้าวเปลือกมาคั่วทำเป็นขนมข้าวตอกให้ลูกหลานได้ทานกันมาเป็นเวลานาน

๒.๒ วิธีการและขั้นตอนการปรุง

๑. นำข้าวเปลือกมาคั่วเพื่อทำข้าวตอก
๒. เอาข้าวตอกที่ได้มาพักไว้
๓. เองามาคั่ว
๔. เอากระทะตั้งไฟโดยใช้ไฟกลาง เอามะพร้าวขูดขาว น้ำตาลมะพร้าวเทใส่ลงกระทะทั้งหมด
๕. ใส่เกลือ ๑ ช้อนโต๊ะ
๖. กวนจนน้ำกะทิงวด ประมาณครึ่งชั่วโมง นำแบะแซมาใส่ในกระทะ ๒ ช้อนโต๊ะ เคี่ยวต่อประมาณ ๕ นาที
๗. นำข้าวตอกและงาที่คั่วไว้ใส่ลงกะทิจนจนส่วนผสมเข้ากันทั้งหมด ตักออกจากกระทะใส่หม้อพักไว้
๘. นำมาปั้นให้ลูกพอดีสำหรับการทอด
๙. ละลายแป้งข้าวเจ้ากับแป้งทอดกรอบ พร้อมน้ำสะอาดและไข่ขาว (ไข่เป็ด) คนให้เข้ากัน
๑๐. ตั้งกระทะน้ำมันเพื่อทอด
๑๑. นำข้าวตอกที่ปั้นไว้มาชุบแป้งแล้วนำไปทอดจนเหลืองพร้อมรับประทาน

๒.๓ เคล็ดลับในการปรุง

ข้าวตอกต้องเป็นข้าวตอกที่สดใหม่ เน้นทานตอนร้อน ๆ

☒ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่เสี่ยงต่อการสูญหาย ควรได้รับการรักษาและสืบทอด เป็นรากเหง้าของท้องถิ่น ที่เป็นภูมิปัญญา ที่ควรแก่การสืบทอดรุ่นสู่รุ่น

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๔. ด้านวัตถุดิบท้องถิ่นที่สำคัญของอาหาร

☒ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่ใช้วัตถุดิบและเครื่องปรุงภายในท้องถิ่น ที่สะท้อนอัตลักษณ์ ด้านวัฒนธรรมภูมิปัญญา และระบบนิเวศของพื้นที่ (โปรดระบุ จำนวนกี่ชนิด อะไรบ้าง)

ที่	ชื่อวัตถุดิบ / เครื่องปรุง	สรรพคุณ	ที่มา
๑	ข้าวเปลือก	ช่วยบำรุงร่างกาย เพิ่มพลังงานให้กับร่างกาย	
๒	กะทิ	ช่วยเพิ่มไขมันดีในเลือด	
๓	งาขาว	ช่วยบำรุงกระดูก ช่วยบำรุงเส้นผม	

๔	น้ำตาลมะพร้าว	ช่วยให้ระบบย่อยอาหารทำงานได้ดีขึ้น	
๕	ไข่เป็ด	มีวิตามินเอสูง	
๖	น้ำมันพืช	ให้พลังงานและความอบอุ่นแก่ร่างกาย	
๗	แบะแซ	ธาตุเหล็ก โปรแตสเซียม แก้ท้องอืด	
๘	มะพร้าวขูดขาว	วิตามิน และสารต้านอนุมูลอิสระ ช่วยลดระดับไขมันในเลือด	

☐ ไม่มีส่วนผสมของวัตถุติดและเครื่องปรุงในท้องถิ่น/สมุนไพร

- ๓ -

๕. ด้านการเผยแพร่และพัฒนาต่อยอดเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจสร้างสรรค์

☒ เป็นเมนูที่สามารถนำมาพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอน และมีการวิจัยและพัฒนาต่อยอดเทคโนโลยีเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหารเป็นเมนูที่สามารถพัฒนาศักยภาพผู้ประกอบการ

☒ เป็นการส่งเสริมการตลาดและเผยแพร่ประชาสัมพันธ์อาหารไทยสู่สากลในการการพัฒนาธุรกิจอาหารไทยและการรณรงค์การบริโภคอาหารไทย

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๖. ด้านโภชนาการ

☒ เป็นอาหารที่มีสารอาหาร เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ช่วยบำรุงสุขภาพ

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๗. ด้านการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม

☒ เป็นอาหารที่ช่วยส่งเสริม ดูแลรักษาระบบนิเวศ และสิ่งแวดล้อมในพื้นที่

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๘. ภาพถ่าย และคลิปวิดีโอของเมนูอาหาร (รายละเอียดตามเอกสารในคำชี้แจง)





ลงชื่อ.....นายณัฐนรินทร์ แก้วเจริญ.....ผู้เสนอเมนูอาหาร

(...นายณัฐนรินทร์ แก้วเจริญ.....)

ตำแหน่ง.....แม่ครัว.....

วันที่.....๒๐.....เดือน...เมษายน.....พ.ศ...๒๕๖๘.....