



แบบเสนอรายการอาหารเพื่อเข้าร่วมรับการคัดเลือก

“๑ จังหวัด ๑ เมนู เชิดชูอาหารถิ่น”

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

๑. ข้อมูลเมนูอาหาร

๑.๑ ชื่อเมนูอาหาร...ต้มกะทิปลาร้าหัวตาล.....จังหวัด.....อ่างทอง.....

ประเภท ☒ อาหารคาว ☐ อาหารหวาน ☐ อาหารว่าง

๑.๒ ช่วงเวลาการประกอบเมนูอาหารถิ่น

☐ ประจำ ☒ เทศกาล ☐ ฤดูกาล ☐ อื่นๆ (ระบุ)

***เลือกเพียง ๑ รายการ

๑.๓ ชื่อผู้ให้ข้อมูลนางศศิณันท์ อธิพัชรวิกุล.....

สถานที่ตั้ง....ชุมชนวัดขุนอินทประมูล

เลขที่.....๘๕.....หมู่.....๓ ถนน.....

ตำบล/แขวง.....อินทประมูล.....อำเภอ/เขต...โพธิ์ทอง.....

จังหวัด อ่างทอง

หมายเลขโทรศัพท์.....๐๙๕ ๐๙๕๐๕๒๕

๑.๔ ร้านอาหาร/ แหล่งที่สามารถหาทานได้ในพื้นที่ของจังหวัด (***)จำเป็นต้องมี)

***เป็นร้านอาหารหรือแหล่งที่สามารถจัดจำหน่ายได้ หลังจากที่เมนูพื้นถิ่นของจังหวัดได้รับการพิจารณาคัดเลือก สำหรับเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อสารมวลชนทุกช่องทาง ซึ่งกรมฯ จะมีการมอบป้ายประจำโครงการฯ

ชื่อร้าน/ แหล่ง (ชุมชน)ชุมชนวัดขุนอินทประมูล

สถานที่ตั้ง.....วัดขุนอินทประมูล

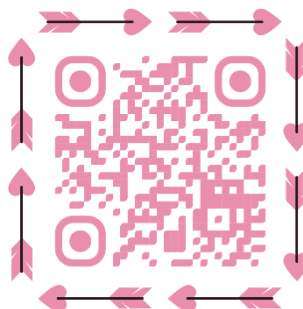
เลขที่.....๘๕.....หมู่.....๓ ถนน.....

ตำบล/แขวง.....อินทประมูล.....อำเภอ/เขต...โพธิ์ทอง.....

จังหวัด อ่างทอง

หมายเลขโทรศัพท์.....๐๙๕ ๐๙๕๐๕๒๕

QR Code พิกัดที่ตั้ง



/๒.ด้านอัตลักษณ์....

๒. ด้านอัตลักษณ์และภูมิปัญญา บรรยายแสดงให้เห็นถึงอัตลักษณ์ท้องถิ่น หรือวิถีชีวิต ที่มีการสืบทอดต่อกันมาผ่านวัฒนธรรมและมีภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่น สอดคล้องกับลักษณะของมรดก ภูมิปัญญาทางวัฒนธรรม

๒.๑ ประวัติความเป็นมา

บ้านอินทประมูลเป็นชุมชนเก่าแก่ที่มีการปลูกต้นตาลมาเป็นเวลานานกว่า ๑๐๐ ปี โดยมีตาลเรียกว่า ดงตาล ๕๐๐ ซึ่งชาวบ้านในสมัยก่อนจะนำผลของตาลในส่วนต่าง ๆ มาปรุงอาหาร เช่น จาวตาลเชื่อม ขนมหาล และนำหัวตาลมาทำอาหารในเมนูต้มปลาร้าหัวตาลรับประทานกันในครัวเรือน ซึ่งการต้มกะทิปลาร้าหัวตาลเป็นเมนูอาหารที่นิยมรับประทานกันเป็นอย่างมากเพราะมีรสชาติที่อร่อยและมีประโยชน์มาก

๒.๒ มีภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ที่เกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของคนในท้องถิ่น

หัวตาลเป็นวัตถุดิบที่หาได้ง่ายในชุมชนอินทประมูล การนำหัวตาลมาปรุงอาหารจึงเป็นที่นิยมของชาวบ้านอินทประมูลเพราะชาวบ้านถูกใจในรสชาติ

๒.๓ วิธีการและขั้นตอนการปรุง / เคล็ดลับการปรุง

๑. นำกระชาย หัวหอม กระเทียม ตะไคร้ ผีวมะกรูด มาโขลกรวมกัน แล้วใส่กะปิ

๒. ตั้งไฟอ่อน ๆ นำกระชาย หัวหอม กระเทียม ตะไคร้ ผีวมะกรูด ที่โขลกและกะปิที่โขลกแล้ว โดยนำหัวกะทิมาผัดรวมกันกับเครื่องปรุงจนหอม ใส่เนื้อหมูลงไปผัดจนเนื้อหมูสุกใส่กะทิลงไปต้มจนเดือดปรุงรสอีกครั้งพอกลมกล่อมแล้วปิดไฟ

๓. ด้านความเสี่ยงต่อการสูญหาย

- ☐ เป็นเมนูที่สูญหายแล้ว และต้องการส่งเสริมอย่างเร่งด่วน
- ☐ เป็นเมนูที่ใกล้จะสูญหายและหารับประทานยาก
- ☐ เป็นเมนูที่มีการสืบทอดจากรุ่นสู่รุ่นมีการจัดทำข้อมูลและตำรา
- ☐ อื่นๆ (ระบุ)

๔. ด้านวัตถุดิบท้องถิ่นและสิ่งแวดล้อม

☐ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่ใช้วัตถุดิบและเครื่องปรุงภายในท้องถิ่น ที่สะท้อนอัตลักษณ์ ด้านวัฒนธรรม ภูมิปัญญา และระบบนิเวศของพื้นที่ (โปรดระบุ จำนวนกี่ชนิด อะไรบ้าง)

- ☐ ไม่มีส่วนผสมของวัตถุดิบและเครื่องปรุงในท้องถิ่น/สมุนไพร
- ☒ เป็นอาหารที่ช่วยส่งเสริม ดูแลรักษาระบบนิเวศ และสิ่งแวดล้อมในพื้นที่
- ☐ อื่นๆ (ระบุ)

ที่	ชื่อวัตถุดิบ/ เครื่องปรุง	สรรพคุณ	ที่มา
๑	ตะไคร้ ๒ ต้น	ช่วยลดความดันโลหิตต่ำ	วัตถุดิบจากชุมชน
๒	ใบมะกรูด	วิตามินซี ช่วยป้องกันการเป็นหวัด	ข้อมูลจากอินเทอร์เน็ต
๓	ผิวมะกรูด	วิตามินซี ช่วยป้องกันการเป็นหวัด	
๔	พริกชี้ฟ้าสด จำนวน ๒๐ เม็ด	ช่วยลดน้ำหนัก ทำให้แจ่มใส เจริญอาหาร บำรุงเลือดและหัวใจ	
๕	กะทิ ๑ กิโลกรัม	ไขมันอิ่มตัว โพแทสเซียม	
๗	หอมแดง ๕๐๐ กรัม	โพแทสเซียม เส้นใยอาหาร	
๘	กระเทียม ๑๐ กลีบ	โพแทสเซียม ธาตุเหล็ก แมงกานีส	
๙	กระชาย ๑๐๐ กรัม	แก้ลมวิงเวียน แน่นหน้าอก บำรุงกำลัง ต่อต้านการอักเสบ บำรุงลำไส้	
๑๐	หัวตาล จำนวน ๒ กิโลกรัม	พลังงาน ฟอสฟอรัส	
๑๑	น้ำปลา จำนวน ๒ ช้อนโต๊ะ	โซเดียม	
๑๒.	ปลาร้า จำนวน ๔ ช้อนโต๊ะ	วิตามินบี ๑ วิตามิน เอ บำรุงสายตา	
๑๓.	หมูสามชั้น จำนวน ๐.๕ กิโลกรัม	โปรตีนและไขมัน	
๑๔.	กะปิ จำนวน ๑ ช้อนชา	บำรุงกระดูก เลือดไหลเวียนดี	
๑๕.	น้ำตาลปีบ จำนวน ๒ ช้อนโต๊ะ	ช่วยลดความเครียดให้ร่างกายสดชื่น เลือดไหลเวียนดี ให้พลังงาน	

๕. ด้านการเผยแพร่และพัฒนาต่อยอดเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจสร้างสรรค์

☐ เป็นเมนูที่สามารถนำมาพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอน และมีการวิจัยและพัฒนาต่อยอดเทคโนโลยีเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหารเป็นเมนูที่สามารถพัฒนาศักยภาพผู้ประกอบการ

☒ เป็นการส่งเสริมการตลาดและเผยแพร่ประชาสัมพันธ์อาหารไทยสู่สากลในการการพัฒนาธุรกิจอาหารไทยและการณรงค์การบริโภคอาหารไทย

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๖. ด้านโภชนาการ

☐ เป็นอาหารที่มีสารอาหาร เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ช่วยบำรุงสุขภาพ

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๗. ภาพถ่าย และคลิปวิดีโอของเมนูอาหาร (รายละเอียดตามเอกสารในคำชี้แจง)



ลงชื่อ.....นางศศินันท์ อธิพัชรวิกุล.....

ผู้เสนอเมนูอาหาร

(.....นางศศินันท์ อธิพัชรวิกุล.....)

ตำแหน่ง.....แม่ครัว.....

วันที่.....๑๕.....เดือน...พฤษภาคม พ.ศ...๒๕๖๘.....