



แบบเสนอรายการอาหารเพื่อเข้าร่วมรับการคัดเลือก

“๑ จังหวัด ๑ เมนู เชิดชูอาหารถิ่น”

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

๑. ข้อมูลเมนูอาหาร

๑.๑ ชื่อเมนูอาหาร ขนุนขึ้นหิ้งเนื้อตาล จังหวัด นครปฐม

ประเภท ☐ อาหารคาว ☒ อาหารหวาน ☐ อาหารว่าง

๑.๒ ช่วงเวลาการประกอบเมนูอาหารถิ่น

☐ ประจำ ☐ เทศกาล ☒ ฤดูกาล ☐ อื่น ๆ (ระบุ)

***เลือกเพียง ๑ รายการ

๑.๓ ชื่อผู้ให้ข้อมูล นางสาวฐานิย์ สุวรรณทัต

สถานที่ตั้ง ชุมชนจิวราย เลขที่ ๑๕๖ หมู่ ๓ ถนน - ตำบล/แขวง จิวราย

อำเภอ/เขต นครชัยศรี จังหวัด นครปฐม รหัสไปรษณีย์ ๗๓๑๒๑

หมายเลขโทรศัพท์ ๐๙-๑๐๐๖-๖๕๑๘

๑.๔ ร้านอาหาร/ แหล่งที่สามารถหาทานได้ในพื้นที่ของจังหวัด (**จำเป็นต้องมี)

***เป็นร้านอาหารหรือแหล่งที่สามารถจัดจำหน่ายได้ หลังจากเมนูพื้นถิ่นของจังหวัดได้รับการพิจารณาคัดเลือก สำหรับเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อสารมวลชนทุกช่องทาง ซึ่งกรมฯ จะมีการมอบป้ายประจำโครงการฯ

ชื่อร้าน/ แหล่ง (ชุมชน) ชุมชนจิวราย

สถานที่ตั้ง ชุมชนจิวราย เลขที่ ๑๕๖ หมู่ ๓ ถนน - ตำบล/แขวง จิวราย

อำเภอ/เขต นครชัยศรี จังหวัด นครปฐม รหัสไปรษณีย์ ๗๓๑๒๑

หมายเลขโทรศัพท์ ๐๙-๑๐๐๖-๖๕๑๘

*** QR Code พิกัดที่ตั้ง ***



๒. ด้านอัตลักษณ์และภูมิปัญญา บรรยายแสดงให้เห็นถึงอัตลักษณ์ท้องถิ่น หรือวิถีชีวิต ที่มีการสืบทอดต่อกันมาผ่านวัฒนธรรมและมีภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่น สอดคล้องกับลักษณะของมรดก ภูมิปัญญาทางวัฒนธรรม

๒.๑ ประวัติความเป็นมา

"ขนมขี้หนูเนื้อมีตาล " เป็นขนมที่หาทานค่อนข้างยาก เนื่องจากต้องใช้เนื้อมีตาลเป็นส่วนผสม ซึ่งเนื้อมีตาลจะไม่มีให้ทานทั้งปี แต่จะมีแค่ช่วงฤดูฝน ทำให้เป็นขนมที่หาทานค่อนข้างยากนั่นเองขนมขี้หนูเนื้อมีตาล เป็นขนมที่เน้นส่วนผสมแป้งข้าวเจ้าและเนื้อมีตาลเป็นหลัก เนื่องจากลักษณะขนมคล้ายเม็ดทราย บางคนจึงเรียกขนมเม็ดทราย แต่บางที่เรียกขนมขี้หนู เป็นขนมที่คล้ายจะทำยาก แต่จริง ๆ คือทำไม่ยากขั้นตอนไม่ซับซ้อน ได้รับสูตรขนมขี้หนูเนื้อมีตาลจากอาจารย์บุญเลิศ พูลสุขโข

๒.๒ มีภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ที่เกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของคนในท้องถิ่น

มีการใช้ภูมิปัญญาในการคัดสรรวัตถุดิบในท้องถิ่นมาใช้ทำเป็นขนมหวาน

๒.๓ วิธีการและขั้นตอนการปรุง / เคล็ดลับการปรุง

๑. นำลูกตาลสุกมาล้างน้ำให้สะอาด ปอกเปลือกของลูกตาลออกจนหมด แล้วนำลูกตาลไปยี้กับน้ำสะอาด ใส่เกลือเพื่อไม่ให้เนื้อมีตาลมีกลิ่นเปรี้ยว

๒. นำเนื้อมีตาลในข้อ ๑ เทใส่ถุงผ้าดิบมัดเชือกนำไปแขวนไว้เพื่อให้ น้ำหยดลงให้หมดทิ้งไว้หนึ่งคืน แล้วบีบน้ำออกให้หมดจนเหลือแค่เนื้อมีตาลอย่างเดียว

๓. นำเนื้อมีตาลในข้อ ๒ ผสมแป้งข้าวเจ้า ค่อยๆใส่น้ำเปล่า ครวละน้อยๆ นวดแป้งเบาๆ ให้แป้งมีลักษณะคล้ายทรายเปียก

๔. นำแป้งที่นวดจนได้ที่ มายีบนกระชอนเหล็กจนหมด จะได้แป้งที่ละเอียดคล้ายเม็ดทราย

๕. นำผ้าขาวบางรองรังนี้ นำแป้งในข้อ ๔ ใส่ในรังนี้ เว้นตรงกลาง ให้น้ำระเหยขึ้นมาได้ แป้งจะได้สุกทั่วถึง ใช้ไฟกลางนี้ประมาณ ๑๕ - ๒๐ นาที

๖. ผสมน้ำกะทิสำหรับมูลขนม โดยใส่น้ำตาล และเกลือ คนให้เข้ากัน

๗. นำแป้งในข้อ ๕ ใส่กะละมัง ค่อยเทน้ำกะทิที่ผสมแล้วลงไป ใช้ทัพพีคน ๆ บี้ ๆ ให้เข้ากับขนม ทำแบบนี้จนทั่ว แล้วนำไปนึ่งต่ออีก ๑๐ นาที จะทำให้ขนมขี้หนูเนื้อมีตาลขึ้นฟู

๘. นำมะพร้าวทึนทึกขูดฝอย คลุกเคล้าเกลือป่น ยกขึ้นนี้ ๕ - ๑๐ นาที ยกลง

๙. นำมะพร้าวและขนมเม็ดทรายมาคลุกเคล้าเข้าด้วยกัน ปริมาณตามชอบ ตักใส่จานเสิร์ฟ โรยด้วยมะพร้าวขูดฝอย

๓. ด้านความเสี่ยงต่อการสูญหาย

- ☐ เป็นเมนูที่สูญหายแล้ว และต้องการส่งเสริมอย่างเร่งด่วน
- ☒ เป็นเมนูที่ใกล้จะสูญหายและหาปรับปรนยาก
- ☐ เป็นเมนูที่มีการสืบทอดจากรุ่นสู่รุ่นมีการจัดทำข้อมูลและตำรา
- ☐ อื่น ๆ (ระบุ)

๔. ด้านวัตถุดิบท้องถิ่นและสิ่งแวดล้อม

☒ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่ใช้วัตถุดิบและเครื่องปรุงภายในท้องถิ่น ที่สะท้อนอัตลักษณ์ ด้านวัฒนธรรมภูมิปัญญา และระบบนิเวศของพื้นที่ (โปรดระบุ จำนวนกี่ชนิด อะไรบ้าง)

ที่	ชื่อวัตถุดิบ/ เครื่องปรุง	สรรพคุณ	ที่มา
๑	ลูกตาล	ช่วยละลายเสมหะในลำคอ, บรรเทาอาการไอเรื้อรัง แก้กระหายน้ำ ลดความร้อนในร่างกาย	
๒	แป้งข้าวเจ้า	มีเส้นใยสูง ไขมันอิ่มตัว ลดระดับคอเลสเตอรอล และระดับน้ำตาลในเลือด	
๓	กะทิ	ช่วยต้านไวรัส ป้องกันแบคทีเรีย กระตุ้นระบบภูมิคุ้มกัน	
๔	มะพร้าวชูดขาว	ช่วยรักษาโรคเบาหวาน ลดน้ำตาลในเลือด	
๕	น้ำตาลทราย	ช่วยให้เลือดไหลเวียนได้ดี ลดความเครียด	
๖	เกลือป่น	ป้องกันการขาดไอโอดีน ดับร้อนถอนพิษ	

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

๕. ด้านการเผยแพร่และพัฒนาต่อยอดเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจสร้างสรรค์

☒ เป็นเมนูที่สามารถนำมาพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอน และมีการวิจัยและพัฒนาต่อยอดเทคโนโลยีเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหารเป็นเมนูที่สามารถพัฒนาศักยภาพผู้ประกอบการ

☒ เป็นการส่งเสริมการตลาดและเผยแพร่ประชาสัมพันธ์อาหารไทยสู่สากลในการการพัฒนาธุรกิจอาหารไทย และการรณรงค์การบริโภคอาหารไทย

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๖. ด้านโภชนาการ

☒ เป็นอาหารที่มีสารอาหาร เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ช่วยบำรุงสุขภาพ

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๗. ภาพถ่าย และคลิปวิดีโอของเมนูอาหาร (รายละเอียดตามเอกสารในคำชี้แจง)



ลงชื่อ.....สมัชชา ทองสีมา.....ผู้เสนอเมนูอาหาร

(นายสมัชชา ทองสีมา)

ตำแหน่ง นายกองค์การบริหารส่วนตำบลจี้วราย

วันที่ ๒๐ เดือน เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๔

หมายเหตุ:

๑. สิ่งที่ต้องดำเนินการ และส่งกลับมายังกรมส่งเสริมวัฒนธรรมเพื่อใช้ประกอบการพิจารณา ประกอบด้วย

๑.๑ แบบเสนอผลงานในรูปแบบ MS Word และ PDF (อย่างละเอียด) โดยใช้ Font TH Sarabun PSK ในการพิมพ์แบบเสนอผลงาน

๑.๒ ส่งรูป ขนาดไฟล์ภาพจากกล้อง DSLR, Mirrorless และ Compact ขนาด ๒,๔๐๐ x ๔,๐๐๐ pixels ในรูปแบบไฟล์ .jpg หรือ .jpeg หรือ tiff (จำนวนไม่น้อยกว่า ๕ ภาพ / ๑ เมนู)

๑.๓ ส่งคลิปวิดีโอ CD/DVD ที่สื่อให้เห็นถึงวิธีการทำเมนูอาหารพื้นถิ่นของจังหวัด (จำนวน ๑ คลิป / ๑ เมนู ความยาวไม่เกิน ๕ นาที) โดยเนื้อหาต้องประกอบด้วย ขั้นตอนที่มาและวิธีคัดเลือกจัดเตรียมวัตถุดิบและวิธีการปรุงอาหาร/ ผู้ปรุงอาหาร ที่ครบและถูกต้องสมบูรณ์ สำหรับการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์

๑.๔ ส่งคลิปวิดีโอ นำเสนอเมนูอาหารถิ่นที่น่าสนใจ สำหรับเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ จำนวน ๑ คลิป / ๑ เมนู ความยาวไม่เกิน ๓๐ วินาที (ผ่าน TIKTOK ถ้ามี)

๒. ช่องทางการส่งผลงาน ภายในวันที่ ๓๑ พฤษภาคม ๒๕๖๘

๒.๑ ส่งข้อมูลทั้งหมดมาที่กลุ่ม LINE: ส่งเสริมเศรษฐกิจสร้างสรรค์ @สวร.

หรือ E-mail : thelosttastess3@gmail.com



๒.๒ ส่งรูปเล่มแบบเสนอผลงาน และ CD/DVD ทางไปรษณีย์ไปยัง กลุ่มสนับสนุนกิจการพิเศษ กองกิจการเครือข่ายทางวัฒนธรรม กรมส่งเสริมวัฒนธรรม เลขที่ ๑๔ ถนนเทียมร่วมมิตร แขวงห้วยขวาง เขตห้วยขวาง กรุงเทพมหานคร ๑๐๓๑๐

สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ กลุ่ม Facebook อาหารไทยถิ่น Thailand Best Local Food



โทรศัพท์. ๐๒ ๒๔๗ ๐๐๑๓ ต่อ ๑๔๑๙, ๑๔๑๔ FAX: ๐๒ ๖๔๕ ๒๙๕๘

ผู้ประสานงานโครงการ คุณเอกชัย เกื้อทอง (ต้น)

โทรศัพท์. ๐๒ ๒๔๗ ๐๐๑๓ ต่อ ๑๔๑๙, ๑๔๑๔

คุณกษณัฐ สุขสวัสดิ์ (แก๊ง)

โทรศัพท์. ๐๒ ๒๔๗ ๐๐๑๓ ต่อ ๑๔๑๙, ๑๔๑๔