



แบบเสนอรายการอาหารเพื่อเข้าร่วมรับการคัดเลือก

“๑ จังหวัด ๑ เมนู เชิดชูอาหารถิ่น”

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

๑. ข้อมูลเมนูอาหาร

๑.๑ ชื่อเมนูอาหาร.....ขนมดอกโสน.....จังหวัด.....พระนครศรีอยุธยา.....

ประเภท ☐ อาหารคาว ☒ อาหารหวาน ☐ อาหารว่าง

๑.๒ ช่วงเวลาการประกอบเมนูอาหารถิ่น

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

***เลือกเพียง ๑ รายการ

๑.๓ ชื่อเจ้าของเมนู/ สูตร (ผู้ให้ข้อมูล).....นางสาวสุวรรณา อาจคงหาญ.....

สถานที่ตั้ง.....สี่วิถี อยุธยา ๒.....

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

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

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

หมายเลขโทรศัพท์.....๐๖๒-๒๖๕๔๙๔๒.....

๑.๔ ร้านอาหาร/ แหล่งที่สามารถหาทานได้ในพื้นที่ของจังหวัด (***)จำเป็นต้องมี

***เป็นร้านอาหารหรือแหล่งที่สามารถจัดจำหน่ายได้ หลังจากที่มีเมนูพื้นถิ่นของจังหวัดได้รับการพิจารณา
คัดเลือก สำหรับเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อสารมวลชนทุกช่องทาง ซึ่งกรมฯ จะมีการมอบป้ายประจำ
โครงการฯ

ชื่อร้าน/ แหล่ง (ชุมชน).....คำอ้อน ขนมไทยชั้น G ลานเพลินนคร.....

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

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

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

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

หมายเลขโทรศัพท์.....๐๙๒-๓๒๖๔๕๔๒.....

QR Code พิกัดที่ตั้ง



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

๒.๑ ประวัติความเป็นมา/ ภูมิปัญญา

....."ขนมดอกโสน" เป็นขนมไทยโบราณที่สะท้อนภูมิปัญญาและวิถีชีวิตของชาวพระนครศรีอยุธยาอย่างงดงาม ดอกโสนเป็นพืชพื้นถิ่นที่มีอยู่ทั่วไปในบริเวณที่ราบลุ่มแม่น้ำเจ้าพระยา โดยเฉพาะในช่วงฤดูฝน ชาวบ้านนิยมนำดอกโสนมาประกอบอาหารและทำขนมมาแต่โบราณ สะท้อนให้เห็นถึงวิถีชีวิตที่พึ่งพิงธรรมชาติ และความสามารถในการเลือกใช้วัตถุดิบตามฤดูกาลอย่างชาญฉลาด.....

.....ในสมัยกรุงศรีอยุธยา ดอกโสนถือเป็นดอกไม้สำคัญในราชสำนัก เพราะนอกจากความสวยงามแล้ว ยังมีสรรพคุณทางสมุนไพรในการบำรุงร่างกายและแก้ร้อนใน จึงมีการนำดอกโสนมาใช้ทำขนม เพื่อถวายในราชสำนักหรือในงานบุญงานมงคลต่าง ๆ โดยนำมาชุบแป้งทอดหรือผสมกับแป้งขนมหวานต่าง ๆ ตามแต่ละสูตรของท้องถิ่น **ขนมดอกโสนของพระนครศรีอยุธยา** มีลักษณะพิเศษ คือการเลือกใช้ดอกโสนสดที่เก็บในช่วงเช้า เมื่อน้ำคั้นยังเกาะดอกอยู่ เพื่อคงความสดกรอบและกลิ่นหอม นำมาคลุกกับแป้งข้าวเหนียวผสมกะทิสดและน้ำตาลจากมะพร้าวท้องถิ่น ซึ่งเป็นวัตถุดิบประจำพื้นที่ และนำไปนึ่งจนสุก ได้ขนมที่หอมหวาน นุ่มนวล และมีกลิ่นหอมเฉพาะตัวของดอกโสน..

.....ภูมิปัญญาที่สะท้อนผ่านขนมดอกโสน คือการใช้วัตถุดิบธรรมชาติอย่างคุ้มค่า การปรุงแต่งรสชาติให้อ่อนหวานพอเหมาะ และการอนุรักษ์วัฒนธรรมการกินแบบไทยโบราณ ซึ่งเน้นความเรียบง่าย สดใหม่ และมีความสัมพันธ์กับฤดูกาลอย่างลึกซึ้ง ปัจจุบัน ขนมดอกโสนกลายเป็นขนมที่หารับประทานได้ยาก เนื่องจากความเปลี่ยนแปลงของวิถีชีวิตและการเข้าถึงวัตถุดิบธรรมชาติลดลง การสืบสานและนำเสนอขนมดอกโสน จึงไม่ใช่เพียงการถ่ายทอดรสชาติเท่านั้น แต่ยังเป็นการอนุรักษ์รากเหง้าแห่งภูมิปัญญาท้องถิ่นพระนครศรีอยุธยา **ดอกโสน** (*Sesbania sesban*) ได้รับการยกย่องให้เป็น **ดอกไม้ประจำจังหวัดพระนครศรีอยุธยา** เนื่องจากเป็นพืชพื้นถิ่นที่เติบโตได้ดีในพื้นที่ที่ราบลุ่มแม่น้ำเจ้าพระยา ซึ่งเป็นภูมิประเทศสำคัญของจังหวัดแห่งนี้ ดอกโสนมีลักษณะเด่นคือ ดอกสีเหลืองอร่าม ออกดอกหนาแน่นในฤดูฝน เป็นสัญลักษณ์ของความอุดมสมบูรณ์และความอ่อนโยนที่แผ่ด้วยคุณประโยชน์มากมาย วิถีชีวิตของชาวอยุธยาในอดีตและปัจจุบันยังคงเกี่ยวข้ออย่างใกล้ชิดกับดอกโสน ไม่ว่าจะเป็นการนำมาประกอบอาหารคาวหวาน การใช้ในพิธีกรรมท้องถิ่น หรือการอนุรักษ์พันธุ์พืชพื้นถิ่นเพื่อคงไว้ซึ่งเอกลักษณ์ของพื้นที่.....

.....**ขนมดอกโสน** จึงไม่ใช่เพียงขนมหวานธรรมดา แต่เป็นการสืบทอดภูมิปัญญาที่ยังรากลึกในวิถีชีวิตของชาวอยุธยา ผ่านการใช้วัตถุดิบพื้นถิ่นอย่างดอกโสนมาผสมผสานกับการปรุงขนมไทยอย่างประณีต โดยคำนึงถึงฤดูกาล ความสดใหม่ และคุณค่าทางโภชนาการ ซึ่งสะท้อนอัตลักษณ์ของพระนครศรีอยุธยา และยังสะท้อนให้เห็นถึงความหลากหลายทางชีวภาพและความหลากหลายทางวัฒนธรรมอย่างชัดเจน.....

.....**ขนมดอกโสน** ถือเป็นเมนูตัวแทนของจังหวัดพระนครศรีอยุธยา "๑ จังหวัด ๑ เมนู เชิดชูอาหารถิ่น" จึงเปรียบเสมือนการประกาศคุณค่าของดอกไม้ประจำจังหวัด ผ่านรสชาติ ภูมิปัญญา และวัฒนธรรมการกินที่สืบทอดจากรุ่นสู่รุ่น สัมกับแนวคิด "รสชาติ...ที่หายไป (The Lost Taste)" อย่างแท้จริง.....

๒.๒ วิธีการและขั้นตอนการปรุง

สูตรวิธีการทำขนมดอกโสน สูตรที่ ๑

ส่วนผสมขนมดอกโสน

- ดอกโสน ๒๐๐ กรัม
- แป้งข้าวเจ้า ๕๐๐ กรัม
- น้ำตาลปิ่น ๒๕๐ กรัม
- หัวกะทิ ๑ ถ้วย
- เกลือป่น ๒ ช้อนชา
- มะพร้าวทึนทึกขูด

วิธีการทำขนมดอกโสน

- นำดอกโสนที่ซื้อมา เด็ดก้านออกให้หมด แล้วนำมาล้างให้สะอาด แค่ว่า ๑ ครั้งพอ และต้องล้างอย่างเบามือ เพราะดอกโสนข้าง่าย ใส่ลงกระชอนให้ดอกโสนสะเด็ดน้ำและแห้งที่สุด
- เตรียมอ่างผสมที่มีขนาดค่อนข้างใหญ่ เพื่อให้คลุกได้สะดวก เทแป้งข้าวเจ้าลงไป ค่อยๆ เทน้ำกะทิลงไป ทีละน้อยแล้วใช้มือค่อยๆ ขยำๆ จนกว่าน้ำกะทิจะหมด แล้วตั้งแป้งทิ้งไว้ประมาณ ๒๐ นาที
- เมื่อครบ ๒๐ นาที ให้เอากระชอน หรือตะแกรงที่สามารถร่อนแป้งได้ นำแป้งค่อยๆ เทใส่แล้วโยกกับกระชอน เอากะละมังรองด้านล่าง เพื่อให้ได้แบบที่ละเอียด และไม่ติดกันเป็นลูก
- นำดอกโสนที่เราสะเด็ดน้ำไว้ มาคลุกกับแป้ง แล้วนำไปนึ่งในซึ้ง โดยต้องเอาผ้าขาวบางรองซึ้งไว้ ให้นานประมาณ ๑๕ นาที
- เมื่อขนมสุกดี ให้เอามาโรยหน้าด้วยมะพร้าวขูด และน้ำตาล หรือหากไม่ชอบน้ำตาล อาจจะใช้น้ำตาลปิ่น ผสมกับเกลือนิดหน่อยละลายในน้ำอุ่น แล้วราดไปที่ตัวขนมก็ได้

สูตรวิธีการทำขนมดอกโสน สูตรที่ ๒

ส่วนผสมขนมดอกโสน

- แป้งข้าวเจ้า ๑ ถ้วย
- ดอกโสน ๑ ถ้วย
- น้ำตาลทราย ๑/๔ ถ้วย
- มะพร้าวทึนทึกขูด ๑ ถ้วย
- เกลือป่น ๑ ช้อนชา
- น้ำมันมะพร้าวน้ำหอม ๗๒ ถ้วย

วิธีการทำขนมดอกโสน

- นำก้านของดอกโสนออก แล้วใส่มะพร้าวขูด คลุกเคล้าให้เข้ากัน
- นำน้ำมันมะพร้าวมาผสมเกลือ ๑๕ ช้อนชา แล้วคนให้เกลือละลายดี แล้วนำน้ำมันมะพร้าวที่ได้มาพรมให้ทั่วดอกโสน
- ดูแค่ให้ดอกโสนชื้นๆ ไม่ต้องเปียกมาก แล้วใส่แป้งข้าวเจ้า ทีละน้อย ใช้มือค่อยๆ คล้าเบาๆ ให้แป้งติดที่ตัวดอกโสน ต้องใช้ความเบามือ เพื่อไม่ให้ดอกโสนช้ำ

..... - นำดอกโสนที่คลุกแป้งใส่ลงในซึ่งที่รองด้วยผ้าขาวบาง นึ่งประมาณ ๑๐-๑๕ นาที เมื่อสุกดีให้ตักใส่จาน แล้วโรยด้วยมะพร้าวขูด เกลือเล็กน้อย แล้วคลุกๆ ให้เข้ากัน จากนั้นโรยด้วยน้ำตาลอีกครั้ง ตักเสิร์ฟใส่จานได้ทันที

..... สูตรวิธีการทำขนมดอกโสน สูตรที่ ๓

..... ส่วนผสมขนมดอกโสน

- - มะพร้าวขูดขาว ๔๐๐ กรัม
- - ดอกโสนเด็ดเอาแต่ดอก ๒ ถ้วย
- - แป้งข้าวเจ้า ๑ ถ้วย
- - แป้งมัน % ถ้วย
- - น้ำตาลทราย ๑ ถ้วย
- - เกลือป่น ๑ ช้อนชา

..... วิธีการทำขนมดอกโสน

- - เริ่มต้นการทำด้วยการ แบ่งมะพร้าวขูดออกมาประมาณ ๑๐๐ กรัม แล้วให้นำอุ่นคั้นเอาน้ำกะทิออกมา ให้ให้ได้ ๑๔ ถ้วย
- - นำดอกโสนที่เด็ดออกจากก้านเรียบร้อยแล้ว มาหันให้เล็กลง เทลงอ่างผสม แล้วนำแป้งข้าวเจ้า แป้งมัน น้ำตาล กะทิ มาเทแล้วคนเข้าด้วยกันจนน้ำตาลละลายดี
- - เมื่อส่วนผสมเข้าที่แล้ว ให้เทใส่ภาชนะขนาด ๘x๘ นิ้ว แล้วโรยหน้าด้วยมะพร้าวขูดที่เหลือที่เราแบ่งไว้ นำไปนึ่งในนึ่งโมซึ่งที่มีน้ำเดือดๆ ประมาณ ๒๕ นาที
- - เมื่อขนมสุก ให้ตัดแบ่งเป็นชิ้น ตามต้องการ

..... สูตรวิธีการทำขนมดอกโสน สูตรที่ ๔

..... ส่วนผสมขนมดอกโสน

- - ดอกโสน ๕๐๐ กรัม
- - แป้งข้าวเจ้า ๕๐๐ กรัม
- - มะพร้าวขูด ๕๐๐ กรัม
- - เกลือ ๑ ช้อนชา
- - น้ำเปล่า ๑ ถ้วย
- - น้ำตาลปีบ หรือ น้ำตาลทราย

..... วิธีการทำขนมดอกโสน

- - นำดอกโสนมาเด็ดก้านออก ล้างน้ำให้สะอาด แล้วผึ่งให้แห้ง ควรล้างอย่างเนามือ เพราะดอกโสนข้าง่าย
- - นำน้ำเปล่า มาผสมกับเกลือ แล้วคนให้เกลือละลาย จากนั้นนำเกลือไปพรมให้ทั่วดอกโสน ไม่ต้องให้เปียกมาก
- - แล้วนำแป้งข้าวเจ้าโรยลงบนดอกโสน ที่ละน้อย ค่อยๆ ใช้นิ้วเคล้าให้ทั่ว จนกว่าแป้งจะหมด
- - ใส่มะพร้าวขูดลงบนดอกโสน แล้วเคล้าให้เข้ากันอีกครั้ง สามารถชิมได้ว่า แป้งมีรสเค็มๆ แล้วหรือยัง ถ้ายังให้เติมเกลือป่นได้เล็กน้อย
- - เอาน้ำใส่ซึ้ง แล้วนำผ้าขาวบางปูลงในซึ่ง เมื่อ น้ำเดือด ให้เทขนมดอกโสนของเราลงไป ไม่ต้องกดขนม ให้ดูโป่งๆ หลวมๆ ขนมจะได้ไม่ติดกันเป็นก้อน จากนั้นปิดฝาในไฟปานกลางนานประมาณ ๓๐ นาที

/เมื่อขนมสุก...

..... - เมื่อขนมสุก ทานต้องร้อนๆ แบ่งจะมีร่วนอร่อย ก่อนทานให้ตัดใส่จานแล้วโรยด้วยน้ำตาลทราย หรือจะใส่น้ำตาลปึกก็ได้ แล้วแต่ความชอบของแต่ละคน

สูตรวิธีการทำขนมดอกโสน สูตรที่ ๕

ส่วนผสมขนมดอกโสน

- - ดอกโสน ๒ ถ้วยตวง
- - แป้งข้าวเจ้า ๑ ถ้วยตวง
- - น้ำลอยดอกมะลิ ๑๒ ถ้วยตวง
- - มะพร้าวทึนทึกขูดเส้น ๑ ถ้วยตวง
- - น้ำตาลทราย ๒ ถ้วยตวง
- - เกลือป่น ๑/๒ ชช
- - ใบเตย ๒-๓ ใบ

วิธีการทำขนมดอกโสน

- - เด็ดดอกโสนเอาแต่ดอก แล้วล้างให้สะอาด สะเด็ดน้ำผึ่งไว้ให้แห้ง
- - นำดอกโสนที่สะเด็ดน้ำแล้ว ใส่ลงในอ่างผสม เติมน้ำเกลือ แป้งข้าวเจ้า ลงไป ใช้มือคลุกเคล้าให้เข้ากัน โดยระหว่างคลุกให้พรมน้ำลอยดอกมะลิไปทีละน้อย คุ้ให้แป้งติดกับดอกโสน ถือว่าใช้ได้
- - นำซึ่งใส่น้ำขึ้นตั้งไฟให้เดือด แล้วนำผ้าขาวบางไปปูปิดโรยให้ลง ซึ่ง แล้ววางใบเตยลงบนผ้าขาวบาง คุ้ใบเตยกระจายตัวให้ทั่ว แล้วนำดอกโสนที่เราคลุกไว้แล้วเทลงทับใบเตย
- - นึ่งในน้ำเดือดประมาณ ๒๐-๓๐ นาที เมื่อสุกให้ตัดใส่จาน แล้วโรยหน้าด้วยมะพร้าวขูด น้ำตาลทราย เสิร์ฟได้เลย

๒.๓ เคล็ดลับการปรุง

..... การปรุง **ขนมดอกโสน** ให้อร่อย พร้อมคุณค่าทางโภชนาการ จำเป็นต้องอาศัยความพิถีพิถันทั้งในการเลือกวัตถุดิบและกระบวนการทำขนม โดยมีเคล็ดลับสำคัญดังนี้

๑. เลือกดอกโสนที่เก็บสดใหม่ในยามเช้า

- - เลือกดอกโสนที่เพิ่งบานในช่วงเช้า เพื่อให้ได้ดอกที่สด กรอบ และมีกลิ่นหอมเฉพาะตัว
- - ดอกโสนที่สดใหม่จะคงปริมาณสารต้านอนุมูลอิสระ วิตามิน และสารอาหารต่าง ๆ ได้ดีที่สุดใน

๒. ล้างทำความสะอาดอย่างอ่อนโยน

- - ใช้น้ำสะอาดล้างเบา ๆ เพื่อล้างเศษฝุ่นละออง โดยไม่ทำลายเนื้อเยื่อดอกโสนที่บอบบาง
- - อาจแช่ในน้ำเกลือเจือจางชั่วคราวเพื่อขจัดแมลงตัวเล็ก และคงความกรอบของดอกโสน

๓. ใช้วัตถุดิบธรรมชาติ ปราศจากสารเคมี

- - เลือกกะทิสดจากมะพร้าวคั้นใหม่ น้ำตาลมะพร้าวบริสุทธิ์ และแป้งข้าวเหนียวแท้ ๑๐๐% เพื่อให้รสชาติกลมกล่อมและปลอดภัยต่อสุขภาพ
- - หลีกเลี่ยงการใช้สารกันบูดหรือวัตถุแต่งกลิ่นรสสังเคราะห์

๔. ควบคุมอุณหภูมิและเวลาในการนึ่ง

- การนึ่งขนมด้วยไฟแรงปานกลางจะช่วยให้ขนมสุกทั่วถึง นุ่มเหนียวพอดี โดยไม่สูญเสียคุณค่าทางโภชนาการของดอกโสน
- หลีกเลี่ยงการนึ่งด้วยไฟแรงเกินไป ซึ่งอาจทำให้ดอกโสนเหี่ยวดำและสูญเสียสารอาหารสำคัญ

๕. รักษาความหวานให้อยู่ในระดับพอดี

- ใช้น้ำตาลในปริมาณที่เหมาะสม เพื่อให้ขนมมีรสชาติหวานนุ่ม ไม่หวานจัดเกินไป ซึ่งสอดคล้องกับแนวทางการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ

๖. เสิร์ฟขนมทันทีหลังนึ่งเสร็จ หรือเก็บรักษาอย่างเหมาะสม

- ขนมดอกโสนควรเสิร์ฟใหม่ ๆ ขณะอุ่น ๆ เพื่อคงกลิ่นหอมและรสชาติที่ดีที่สุด
- หากต้องการเก็บรักษา ควรเก็บในภาชนะสะอาด ปิดสนิท และแช่เย็น เพื่อยืดอายุขนมโดยไม่ต้องพึ่งสารกันเสีย

๓. ด้านคุณค่าควรแก่การสืบสานและถ่ายทอด

- ☒ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่เสี่ยงต่อการสูญหาย ควรได้รับการรักษและสืบทอด เป็นรากเหง้าของท้องถิ่นที่เป็นภูมิปัญญา ที่ควรแก่การสืบทอดรุ่นสู่รุ่น

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๔. ด้านวัตถุดิบท้องถิ่นที่สำคัญของอาหาร

- ☒ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่ใช้วัตถุดิบและเครื่องปรุงภายในท้องถิ่น ที่สะท้อนอัตลักษณ์ ด้านวัฒนธรรมภูมิปัญญา และระบบนิเวศของพื้นที่ (โปรดระบุ จำนวนกี่ชนิด อะไรบ้าง)

ที่	ชื่อวัตถุดิบ/ เครื่องปรุง	สรรพคุณ	ที่มา
๑	ดอกโสน	- อุดมด้วยสารต้านอนุมูลอิสระ ได้แก่ ฟลาโวนอยด์ เบต้าแคโรทีน และวิตามินเอ ช่วยชะลอความเสื่อมของเซลล์ - เสริมสร้างภูมิคุ้มกัน ลดการอักเสบ และช่วยบำรุงสายตา - ช่วยลดความร้อนในร่างกาย บรรเทาอาการร้อนใน และกระหายน้ำตามหลักการแพทย์แผนไทย - มีใยอาหาร ช่วยเสริมการขับถ่าย บำรุงระบบทางเดินอาหาร - มีพลังงานต่ำ เหมาะสำหรับการบริโภค เป็นอาหารเพื่อสุขภาพ - ตามภูมิปัญญาท้องถิ่น ดอกโสนถือเป็นพืชมหัศจรรย์แห่งฤดูฝน ใช้ได้ทั้งอาหารคาวหวาน และใช้ในพิธีกรรมเสริมมงคล	- เป็นพืชพื้นถิ่นที่พบทั่วไปในที่ราบลุ่มแม่น้ำเจ้าพระยา - เจริญเติบโตดีในฤดูฝน สะท้อนถึงความอุดมสมบูรณ์ของพื้นที่จังหวัดพระนครศรีอยุธยา - เก็บเกี่ยวด้วยภูมิปัญญาชาวบ้านในยามเช้า เพื่อคงคุณภาพของดอกให้กรอบ หอม และสดใหม่ - ใช้ในการปรุงขนมดอกโสนที่สืบทอดมาตั้งแต่สมัยกรุงศรีอยุธยา เป็นมรดกภูมิปัญญาด้านอาหารของท้องถิ่น

ที่	ชื่อวัตถุดิบ/ เครื่องปรุง	สรรพคุณ	ที่มา
๒	แป้งข้าวเจ้า	- เป็นแหล่งคาร์โบไฮเดรตให้พลังงาน - ย่อยง่าย ไม่ทำให้ร่างกายเกิดภาวะน้ำตาลในเลือดสูง รวดเร็ว (หากบริโภคในปริมาณพอเหมาะ)	- ผลิตจากข้าวเจ้าพันธุ์พื้นเมืองที่ปลูกในพื้นที่ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา - ใช้กรรมวิธีโบราณในการโม่ข้าวเปียกและทำแห้ง
๓	มะพร้าว	- ให้กรดไขมันชนิดดี (Medium-chain triglycerides) ช่วยเสริมพลังงานอย่างรวดเร็ว - มีคุณสมบัติช่วยลดการอักเสบ และเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน	- มะพร้าวปลูกในชุมชนเกษตรพื้นที่ลุ่มต่ำของ พระนครศรีอยุธยา - ใช้กรรมวิธีคั้นกะทิสดแบบดั้งเดิม ไม่ใส่วัตถุกันเสีย

๕. ด้านการเผยแพร่และพัฒนาต่อยอดเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจสร้างสรรค์

☒ เป็นเมนูที่สามารถนำมาพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอน และมีการวิจัยและพัฒนาต่อยอดเทคโนโลยีเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหารเป็นเมนูที่สามารถพัฒนาศักยภาพผู้ประกอบการ

☒ เป็นการส่งเสริมการตลาดและเผยแพร่ประชาสัมพันธ์อาหารไทยสู่สากลในการการพัฒนาธุรกิจอาหารไทยและการรณรงค์การบริโภคอาหารไทย

๖. ด้านโภชนาการ

☒ เป็นอาหารที่มีสารอาหาร เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ช่วยบำรุงสุขภาพ

☐ อื่น ๆ (ระบุ)

๗. ภาพถ่าย และคลิปวิดีโอของเมนูอาหาร (รายละเอียดตามเอกสารในคำชี้แจง)



ลงชื่อ  ผู้เสนอเมนูอาหาร

(นางสาวสุวรรณ อาจคงหาญ)

ตำแหน่ง ผู้ประกอบการร้านคำอ่อน ขนมไทย

วันที่ ๓๐ เดือน เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๘