



แบบเสนอรายการอาหารเพื่อเข้าร่วมรับการคัดเลือก

“๑ จังหวัด ๑ เมนู เชิดชูอาหารถิ่น”

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

๑. ข้อมูลเมนูอาหาร

๑.๑ ชื่อเมนูอาหาร..... หอยผัด..... จังหวัด..... จันทบุรี.....

ประเภท R อาหารคาว ☐ อาหารหวาน ☐ อาหารว่าง

๑.๒ ช่วงเวลาการประกอบเมนูอาหารถิ่น

R ประจำ ☐ เทศกาล ☐ ฤดูกาล ☐ อื่นๆ (ระบุ)

***เลือกเพียง ๑ รายการ

๑.๓ ชื่อผู้ให้ข้อมูลนางสาวสุภาพร บัวกลางบึง.....

สถานที่ตั้ง.....ชุมชนคลองน้ำเค็ม.....

เลขที่.....๓๒..... หมู่.....๓..... ถนน.....

ตำบล/แขวง.....คลองน้ำเค็ม.....อำเภอ/เขต.....แหลมสิงห์.....

จังหวัด.....จันทบุรี.....รหัสไปรษณีย์.....๒๒๑๓๐.....

หมายเลขโทรศัพท์.....๐๘๕-๓๒๔๒๙๑๖.....

๑.๔ ร้านอาหาร/ แหล่งที่สามารถหาทานได้ในพื้นที่ของจังหวัด (***)

***เป็นร้านอาหารหรือแหล่งที่สามารถจัดจำหน่ายได้ หลังจากที่มีเมนูพื้นถิ่นของจังหวัดได้รับการพิจารณาคัดเลือก สำหรับเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อสารมวลชนทุกช่องทาง ซึ่งกรมฯ จะมีการมอบป้ายประจำโครงการฯ

ชื่อร้าน/ แหล่ง (ชุมชน)ชุมชนคลองน้ำเค็ม.....

สถานที่ตั้ง.....ชุมชนคลองน้ำเค็ม.....

เลขที่.....๓๒..... หมู่.....๓..... ถนน.....

ตำบล/แขวง.....คลองน้ำเค็ม.....อำเภอ/เขต.....แหลมสิงห์.....

จังหวัด.....จันทบุรี.....รหัสไปรษณีย์.....๒๒๑๓๐.....

หมายเลขโทรศัพท์.....๐๘๕-๓๒๔๒๙๑๖.....

QR Code พิกัดที่ตั้ง



๒. ด้านอัตลักษณ์และภูมิปัญญา บรรยายแสดงให้เห็นถึงอัตลักษณ์ท้องถิ่น หรือวิถีชีวิต ที่มีการสืบทอดต่อกันมาผ่านวัฒนธรรมและมีภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่น สอดคล้องกับลักษณะของมรดก ภูมิปัญญาทางวัฒนธรรม

๒.๑ ประวัติความเป็นมา

หอยฉิ่งเป็นเมนูพื้นบ้านของจังหวัดจันทบุรี เนื่องจากพื้นที่จังหวัดมีอาณาเขตติดกับทะเลและป่าชายเลน วัตถุดิบส่วนใหญ่เป็นอาหารทะเลที่หาได้ตามในท้องถิ่น ที่มีความสดใหม่อยู่เสมอ คนในชุมชนนิยมนำมาประกอบอาหารด้วยขั้นตอนง่ายๆ ไม่ซับซ้อนตามวิถีดั้งเดิม เช่น ย่าง ต้ม ปิ้ง ยำ แกง และอื่นๆ เนื่องจากวัตถุดิบที่ได้มีรสชาติที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว รับประทานคู่กับน้ำจิ้มที่คนในท้องถิ่นเรียก “น้ำพริกเกลือ” และวิธีการฉิ่งเป็นอีกวิธีการหนึ่งที่ชอบของชาวจันทบุรี นำมาวัตถุดิบสดๆจากทะเลโดยเฉพาะ กุ้ง หอยปอก หอยแมลงภู่ ที่มีรสชาติหวานอยู่แล้ว โดยนำเนื้อสัตว์มาใส่ในน้ำร้อนจัด และคนให้ความหวานของวัตถุดิบออกมาในน้ำต้ม คนให้วัตถุดิบสุกพอดี บางทีปรุงรสด้วยน้ำปลา บีบมะนาว บุบพริก และเติมโหระพา ทานคู่กับข้าวสวยร้อนๆ บางทีทานคู่กับน้ำพริกเกลือ วิธีการนี้เป็นภูมิปัญญาท้องถิ่นในการประกอบอาหารที่ช่วยคงรสชาติของวัตถุดิบให้ได้มากที่สุด อีกทั้งช่วยให้เนื้อสัตว์ที่นำมาทำอาหารสุกพอดีไม่เสียรสชาติ

๒.๒ มีภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ที่เกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของคนในท้องถิ่น

วิธีการฉิ่ง เป็นอีกวิธีการหนึ่งที่ชอบของชาวจันทบุรี นำมาวัตถุดิบสดๆจากทะเลอย่างเช่น กุ้ง หอยปอก หอยแมลงภู่ ที่มีรสชาติหวานอยู่แล้ว โดยนำเนื้อสัตว์มาใส่ในน้ำร้อนจัด และคนให้ความหวานของวัตถุดิบออกมาในน้ำต้ม คนให้วัตถุดิบสุกพอดี ช่วยคงรสชาติของวัตถุดิบให้ได้มากที่สุด

หอยปอก ที่พบส่วนใหญ่ในบริเวณป่าชายเลนพื้นที่จังหวัดจันทบุรี

น้ำพริกเกลือ เป็นน้ำจิ้มที่เป็นเอกลักษณ์ของชาวจันทบุรี ส่วนประกอบไม่มาเช่น พริกชี้ฟ้าสวนกระเทียม มะนาวหรือมะนาว น้ำปลาหรือเกลือ

๒.๓ วิธีการและขั้นตอนการปรุง / เคล็ดลับการปรุง

๑. เลือกวัตถุดิบให้มีความสดสังเกตถ้าเป็นหอยจากสี ความแน่น กลิ่น ปากไม่อ้า ขนาดกลางประมาณ ๖-๘ เซนติเมตรเป็นขนาดที่เหมาะสมเนื่องจากถ้าขนาดเล็กเนื้อค่อนข้างน้อยและขนาดใหญ่ เนื้อจะเหนียวไม่เหมาะกับการทำเมนูนี้ ถ้าเป็นกุ้งทะเลจะได้ทุกชนิดขนาดพอดีไม่นิยมไซส์ใหญ่เนื่องจากจะเหนียว สังเกตจากสี ความใส ความแน่น และหัวติดกับตัว
๒. ล้างทำความสะอาดวัตถุดิบที่ได้มา ถ้าเป็นกุ้งแกะเปลือกผ่าหลังเอาเส้นดำออก จะคงส่วนหางหรือไม่อยู่ที่ความชอบ โดยส่วนใหญ่จะใช้เป็นหอยปอก นำมาผ่าแบบสดเอาแต่เนื้อหอย
๓. พักวัตถุดิบโดยไม่ต้องล้าง
๔. ตั้งน้ำเปล่าให้เดือด บางทีใส่หัวหอมแดงบดลงไปเพื่อเพิ่มความหวาน บางทีใช้น้ำเปล่า ตั้งจนน้ำเดือด (เคล็ดลับปริมาณน้ำที่ใสไม่ควรมากเกินไปแต่ควรท่วมตัวหอย เพื่อรักษารสชาติได้มากที่สุด) พอเดือดปิดไฟใส่หอยหรือวัตถุดิบที่เตรียมไว้ คนให้วัตถุดิบสุกตามต้องการ ถ้าต้องการทานเลยปรุงรสด้วยน้ำปลา น้ำมะนาวบวบพริกชี้ฟ้า และใส่ใบโหระพา แต่ถ้ายังไม่รับประทานทันที ยังไม่ต้องปรุง นำมาทานคู่กับน้ำพริกเกลือ

๓. ด้านความเสี่ยงต่อการสูญหาย

☐ เป็นเมนูที่สูญหายแล้ว และต้องการส่งเสริมอย่างเร่งด่วน

R เป็นเมนูที่ใกล้จะสูญหายและหารับประทานยาก

R เป็นเมนูที่มีการสืบทอดจากรุ่นสู่รุ่นมีการจัดทำข้อมูลและตำรา

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๔. ด้านวัตถุดิบท้องถิ่นและสิ่งแวดล้อม

R เป็นเมนูอาหารถิ่นที่ใช้วัตถุดิบและเครื่องปรุงภายในท้องถิ่น ที่สะท้อนอัตลักษณ์ ด้านวัฒนธรรมภูมิปัญญา และระบบนิเวศของพื้นที่ (โปรดระบุ จำนวนกี่ชนิด อะไรบ้าง)

ที่	ชื่อวัตถุดิบ/ เครื่องปรุง	สรรพคุณ	ที่มา
๑	หอยพอก หรือกุ้ง หรือหอยแมลงภู่	มีโปรตีนสูง ช่วยซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอของร่างกาย	อาหารทะเลแปรรูปหรือสดจากทะเล
๒	ใบโหระพา	ช่วยขับลม แก้ท้องอืด บำรุงธาตุ และมีกลิ่นหอมช่วยเจริญอาหาร	สมุนไพรสวนครัวทั่วไปในประเทศไทย
๓	หัวหอมแดงไทย	ช่วยลดคอเลสเตอรอล ด้านอนุมูลอิสระเสริมภูมิคุ้มกัน	พืชหัวพื้นบ้าน ปลูกได้ทั่วทุกภาค
๔	พริกขี้หนู	มีวิตามินซีสูง กระตุ้นระบบเผาผลาญและไหลเวียนเลือด	พืชสวนครัวของไทย
๕	มะปี้ด	แก้ไอ ขับเสมหะ ให้รสเปรี้ยวจากธรรมชาติ วิตามินซีสูง	ผลไม้พื้นเมืองภาคใต้
๖	น้ำปลา	ให้รสเค็ม มีกรดอะมิโนและแร่ธาตุที่ได้จากการหมักปลา ช่วยเจริญอาหาร	ผลิตจากการหมักปลาทะเลกับเกลือ
๗	เกลือ	ช่วยควบคุมสมดุลน้ำในร่างกาย ใช้ปรุงรสและถนอมอาหาร	แร่ธรรมชาติหรือผลิตจากน้ำทะเล

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

๕. ด้านการเผยแพร่และพัฒนาต่อยอดเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจสร้างสรรค์

R เป็นเมนูที่สามารถนำมาพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอน และมีการวิจัยและพัฒนาต่อยอดเทคโนโลยีเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหารเป็นเมนูที่สามารถพัฒนาศักยภาพผู้ประกอบการ

- ☐ เป็นการส่งเสริมการตลาดและเผยแพร่ประชาสัมพันธ์อาหารไทยสู่สากลในการการพัฒนาธุรกิจอาหารไทยและการอนุรักษ์การบริโภคอาหารไทย
- ☐ อื่นๆ (ระบุ)

๖. ด้านโภชนาการ

R เป็นอาหารที่มีสารอาหาร เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ช่วยบำรุงสุขภาพ

- ☐ อื่นๆ (ระบุ)

๗. ภาพถ่าย และคลิปวิดีโอของเมนูอาหาร (รายละเอียดตามเอกสารในคำชี้แจง)



ลงชื่อ สุภาพร บัวกลางปึง ผู้เสนอเมนูอาหาร
(นางสาวสุภาพร บัวกลางปึง)
ตำแหน่ง เจ้าหน้าที่บริหารงานทั่วไป