



แบบเสนอรายการอาหารเพื่อเข้าร่วมรับการคัดเลือก

“๑ จังหวัด ๑ เมนู เชิดชูอาหารถิ่น”

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

๑. ข้อมูลเมนูอาหาร

๑.๑ ชื่อเมนูอาหาร.....ข้าวเกรียบยาหน้า.....จังหวัด.....ตราด.....

ประเภท ☐ อาหารคาว ☐ อาหารหวาน ☒ อาหารว่าง

๑.๒ ช่วงเวลาการประกอบเมนูอาหารถิ่น

☒ ประจำ ☐ เทศกาล ☐ ฤดูกาล ☐ อื่นๆ (ระบุ)

***เลือกเพียง ๑ รายการ

๑.๓ ชื่อผู้ให้ข้อมูลนางรสริน วิริญโท.....

สถานที่ตั้ง.....วิสาหกิจชุมชนท่องเที่ยวบ้านน้ำเชี่ยว.....

เลขที่.....-.....หมู่.....๑.....ถนน.....-.....

ตำบล/แขวง.....น้ำเชี่ยว.....อำเภอ/เขต.....แหลมงอบ.....

จังหวัด.....ตราด.....รหัสไปรษณีย์.....๒๓๑๒๐.....

หมายเลขโทรศัพท์.....๐๘๙-๒๔๔-๖๗๐๒.....

๑.๔ ร้านอาหาร/ แหล่งที่สามารถหาทานได้ในพื้นที่ของจังหวัด (**จำเป็นต้องมี)

***เป็นร้านอาหารหรือแหล่งที่สามารถจัดจำหน่ายได้ หลังจากที่มีเมนูพื้นถิ่นของจังหวัดได้รับการพิจารณาคัดเลือก สำหรับเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อสารมวลชนทุกช่องทาง ซึ่งกรมฯ จะมีการมอบป้ายประจำโครงการฯ

ชื่อร้าน/ แหล่ง (ชุมชน)วิสาหกิจชุมชนท่องเที่ยวบ้านน้ำเชี่ยว.....

สถานที่ตั้ง.....วิสาหกิจชุมชนท่องเที่ยวบ้านน้ำเชี่ยว.....

เลขที่.....-.....หมู่.....๑.....ถนน.....-.....

ตำบล/แขวง.....น้ำเชี่ยว.....อำเภอ/เขต.....แหลมงอบ.....

จังหวัด.....ตราด.....รหัสไปรษณีย์.....๒๓๑๒๐.....

หมายเลขโทรศัพท์..... ๐๘๙-๒๔๔-๖๗๐๒.....

QR Code พิกัดที่ตั้ง



๒. ด้านอัตลักษณ์และภูมิปัญญา บรรยายแสดงให้เห็นถึงอัตลักษณ์ท้องถิ่น หรือวิถีชีวิต ที่มีการสืบทอดต่อกันมาผ่านวัฒนธรรมและมีภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่น สอดคล้องกับลักษณะของมรดก ภูมิปัญญาทางวัฒนธรรม

๒.๑ ประวัติความเป็นมา

ในอดีต ชาวมุสลิมเชื้อสายจามเข้ามาอาศัยอยู่ในบ้านน้ำเขียว และนำวัฒนธรรมอาหารของตนเองเข้ามาด้วย โดยเฉพาะข้าวเกรียบปากหม้อ ชาวบ้านได้ดัดแปลงข้าวเกรียบปากหม้อให้มีลักษณะเป็นแผ่นบางและนำไปย่างไฟ เนื่องจากบ้านน้ำเขียวมีกุ้งและมะพร้าวเยอะ ชาวบ้านจึงนำมาใช้เป็นไส้ของข้าวเกรียบยาหน้า ส่วนที่มาของชื่อ "ข้าวเกรียบยาหน้า": ชาวบ้านนำน้ำตาลอ้อยมายา (ทา) ที่ตัวแป้งเพื่อช่วยให้ไส้กุ้งและมะพร้าวติดกับแป้งได้ดีขึ้น จึงเป็นที่มาของชื่อ "ข้าวเกรียบยาหน้า" ข้าวเกรียบยาหน้า น้ำเขียว เป็นอาหารว่างขึ้นชื่อของชุมชนบ้านน้ำเขียว อำเภอแหลมงอบ จังหวัดตราด มีที่มาจากการผสมผสานวัฒนธรรมการกินของไทย จีน และมุสลิม

๒.๒ มีภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ที่เกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของคนในท้องถิ่น

ข้าวเกรียบยาหน้ามีการผสมผสานวัฒนธรรม: การทำข้าวเกรียบยาหน้าสะท้อนถึงการผสมผสานวัฒนธรรมอาหารของกลุ่มชาติพันธุ์ต่างๆ ที่อาศัยอยู่ในชุมชนบ้านน้ำเขียว นอกจากนี้มีการใช้ทรัพยากรท้องถิ่น: การใช้กุ้งมะพร้าว และส่วนผสมอื่นๆ ที่มีในท้องถิ่นเป็นการนำทรัพยากรมาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด และมีการใช้ความรู้และทักษะในการทำ: การทำข้าวเกรียบยาหน้าต้องการความรู้และทักษะในการเตรียมแป้ง การย่าง และการผสมไส้

๒.๓ วิธีการและขั้นตอนการปรุง / เคล็ดลับการปรุง

เริ่มจากผสมแป้งทำข้าวเกรียบปากหม้อแล้วนำไปตากให้แห้ง หลังจากนั้นนำแผ่นแป้งไปย่างบนเตาจนสุกได้ที่ นำน้ำตาลอ้อยมายา หรือทา บนแป้งแผ่น ก่อนจะใส่ไส้ที่ทำมาจากกุ้งสดผัดกับ มะพร้าวขูด แครอท พริกไทย รากผักชี และเกลือที่นำมาผสมให้เข้ากันลงไปบนแผ่นแป้งจนกลายเป็น “ข้าวเกรียบยาหน้า”

๓. ด้านความเสี่ยงต่อการสูญหาย

- ☐ เป็นเมนูที่สูญหายแล้ว และต้องการส่งเสริมอย่างเร่งด่วน
- ☐ เป็นเมนูที่ใกล้จะสูญหายและหาซื้อได้ยาก
- ☒ เป็นเมนูที่มีการสืบทอดจากรุ่นสู่รุ่นมีการจัดทำข้อมูลและตำรา
- ☐ อื่นๆ (ระบุ)

๔. ด้านวัตถุดิบท้องถิ่นและสิ่งแวดล้อม

☒ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่ใช้วัตถุดิบและเครื่องปรุงภายในท้องถิ่น ที่สะท้อนอัตลักษณ์ ด้านวัฒนธรรมภูมิปัญญา และระบบนิเวศของพื้นที่ (โปรดระบุ จำนวนกี่ชนิด อะไรบ้าง)

ที่	ชื่อวัตถุดิบ/ เครื่องปรุง	สรรพคุณ	ที่มา
๑.	กุ้งสด	กุ้งมีแคลอรี ต่ำ โปรตีนสูง มีส่วนช่วยชะลอวัย มีส่วนช่วยลดผมร่วง ช่วยบำรุงสมอง ช่วยเรื่องสร้างกระดูก ช่วยลดความเสี่ยงโรคหัวใจ	กรมวิทยาศาสตร์บริการ
๒.	มะพร้าว	เนื้อมะพร้าวมีไขมันและไฟเบอร์สูงซึ่งมีประโยชน์ต่อการทำงานของระบบย่อยอาหารและระบบหัวใจ	

๓.	สามเกลอ กระเทียม พริกไทย รากผักชี	ลดโอกาสการได้รับ โซเดียมมากเกินไป ทำให้น้ำหนักและการ สะสมของไขมันลดลง ช่วยขับไขมันส่วนเกิน ออกจากร่างกาย ป้องกันและรักษาโรคหัวใจ ช่วยเพิ่มการไหลเวียนของ โลหิต มีสารต้านอนุมูล อิสระ ช่วยลดความเสี่ยง ในการเป็นมะเร็ง ช่วยขับ ลมในกระเพาะอาหาร ช่วยย่อยอาหาร	
๔.	น้ำตาลอ้อย	ให้พลังงาน ช่วยในระบบ ย่อยอาหาร มีสารต้าน อนุมูลอิสระ ช่วยให้ชุ่มคอ แก้เสมหะ	
๕.	เกลือ	รักษาอาการท้องผูก แก้ เหงื่อออกมาก ผสมเป็น เกลือแร่ตอนท้องเสีย นำมาใช้บรรเทาอาการ อักเสบ	
๖.	แป้งข้าวเจ้าหรือแป้งมัน	มีปริมาณคาร์โบไฮเดรต สูง ช่วยเพิ่มพลังงาน	

☐ ไม่มีส่วนผสมของวัตถุติดและเครื่องปรุงในท้องถิ่น/สมุนไพร

☐ เป็นอาหารที่ช่วยส่งเสริม ดูแลรักษาระบบนิเวศ และสิ่งแวดล้อมในพื้นที่

☒ อื่นๆ (ระบุ) ...เป็นเมนูที่แสดงถึงเอกลักษณ์ของท้องถิ่นในการผสมผสาน ๓ วัฒนธรรม ไทย จีน มุสลิม บอกเล่าประวัติศาสตร์.....

๕. ด้านการเผยแพร่และพัฒนาต่อยอดเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจสร้างสรรค์

☒ เป็นเมนูที่สามารถนำมาพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอน และมีการวิจัยและพัฒนาต่อยอดเทคโนโลยีเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหารเป็นเมนูที่สามารถพัฒนาศักยภาพผู้ประกอบการ

☒ เป็นการส่งเสริมการตลาดและเผยแพร่ประชาสัมพันธ์อาหารไทยสู่สากลในการการพัฒนาธุรกิจอาหารไทยและการรณรงค์การบริโภคอาหารไทย

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๖. ด้านโภชนาการ

- ☒ เป็นอาหารที่มีสารอาหาร เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ช่วยบำรุงสุขภาพ
- ☐ อื่นๆ (ระบุ)

๗. ภาพถ่าย และคลิปวิดีโอของเมนูอาหาร (รายละเอียดตามเอกสารในคำชี้แจง)



ลงชื่อ.....*Siri Jit*.....ผู้เสนอเมนูอาหาร
(.....นางรสริน วิริญโท.....)
ตำแหน่ง....ประธานวิสาทกิจชุมชนท่องเที่ยวบ้านน้ำเขียว.....