



แบบเสนอรายการอาหารเพื่อเข้าร่วมรับการคัดเลือก

“๑ จังหวัด ๑ เมนู เชิดชูอาหารถิ่น”

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

๑. ข้อมูลเมนูอาหาร

๑.๑ ชื่อเมนูอาหาร แกงหัวเอื้อง (เอื้องหมายนา) จังหวัด เพชรบูรณ์

ประเภท ☒ อาหารคาว ☐ อาหารหวาน ☐ อาหารว่าง

๑.๒ ช่วงเวลาการประกอบเมนูอาหารถิ่น

☐ ประจำ ☐ เทศกาล ☒ ฤดูกาล ☐ อื่นๆ (ระบุ)

***เลือกเพียง ๑ รายการ

๑.๓ ชื่อผู้ให้ข้อมูล นางสาวหวัง ศุภจริญ

สถานที่ตั้ง ร้านสมหวัง ธงฟ้า

เลขที่ ๙๗/๑ หมู่ ๒ ตำบล/แขวง ศรีเทพ อำเภอ/เขต ศรีเทพ

จังหวัด เพชรบูรณ์ รหัสไปรษณีย์ ๖๗๑๗๐

หมายเลขโทรศัพท์ ๐๙๒ - ๓๙๗๙๔๔๙

๑.๔ ร้านอาหาร/ แหล่งที่สามารถหาทานได้ในพื้นที่ของจังหวัด (**จำเป็นต้องมี)

***เป็นร้านอาหารหรือแหล่งที่สามารถจัดจำหน่ายได้ หลังจากที่มีเมนูพื้นถิ่นของจังหวัดได้รับการพิจารณาคัดเลือก สำหรับเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อสารมวลชนทุกช่องทาง ซึ่งกรมฯ จะมีการมอบป้ายประจำโครงการฯ

ชื่อร้าน/ แหล่ง (ชุมชน) ร้านสมหวัง ธงฟ้า

สถานที่ตั้ง บ้านนาตะกุด

เลขที่ ๙๗/๑ หมู่ ๒ ตำบล/แขวง ศรีเทพ อำเภอ/เขต ศรีเทพ

จังหวัด เพชรบูรณ์ รหัสไปรษณีย์ ๖๗๑๗๐

หมายเลขโทรศัพท์ ๐๙๒ - ๓๙๗๙๔๔๙

QR Code พิกัดที่ตั้ง



/๒.ด้านอัตลักษณ์....

๒. ด้านอัตลักษณ์และภูมิปัญญา บรรยายแสดงให้เห็นถึงอัตลักษณ์ท้องถิ่น หรือวิถีชีวิต ที่มีการสืบทอดต่อกันมาผ่านวัฒนธรรมและมีภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่น สอดคล้องกับลักษณะของมรดก ภูมิปัญญาทางวัฒนธรรม

๒.๑ ประวัติความเป็นมา

- บรรพบุรุษปู่ย่าตายายในสมัยก่อน ต้นเอื้องหมายนามีอยู่ตามท้องนาบ้านนาตะกุดเป็นจำนวนมาก นำหัวเอื้องที่อยู่ตามท้องนา นำมาประกอบอาหารโดยนำส่วนหัวมาไว้สำหรับแกงและต้นอ่อนนำมาเป็นเครื่องเคียงในการจิ้มกับน้ำพริกและรสชาติของหัวเอื้องเวลานำมาประกอบอาหารและจะมีรสชาติที่มัน อร่อย ครบรสชาติ

๒.๒ ภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ที่เกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของคนในท้องถิ่น

- ภูมิปัญญาของของชาวบ้าน คือ รู้จักหัวเอื้องที่อยู่ในท้องนาลำมาดัดแปลงตามภูมิปัญญาโดยนำหัวเอื้องมาหั่นเป็นแว่นและนำมาตำให้ละเอียดและนำไปคั้นเอาน้ำออกเพื่อให้หายขม แล้วจึงนำไปประกอบอาหารต่อไป

๒.๓ วิธีการและขั้นตอนการปรุง / เคล็ดลับการปรุง

- เครื่องปรุงแกงหัวเอื้อง

- | | |
|-----------------------|---------|
| ๑. หัวเอื้อง | ครึ่งโล |
| ๒. ถั่วดำ | ๓ ชีด |
| ๓. ปราร้า | ๓ ทัพพี |
| ๔. กากหมู | ๒ ชีด |
| ๕. ใบโหระพา | ๑ กำ |
| ๖. น้ำย่านาง/ใบย่านาง | ๓ ชีด |
| ๗. ข้าวเหนียว | ๑ ทัพพี |

- เครื่องแกง

- | | |
|-------------|----------|
| ๑. พริกสด | ๑๐ เม็ด |
| ๒. กระเทียม | ๑๐ กีบ |
| ๓. หอมแดง | ๕ หัว |
| ๔. กระชาย | ๕ หัว |
| ๕. ใบมะกรูด | ๕ ใบ |
| ๖. ตะไคร้ | ๒ ต้น |
| ๗. เกลือ | ๑ ช้อนชา |

ทั้งหมดนำมาตำหรือโขลกรวมกันจนได้พริกแกง

- วิธีปรุง

๑. นำหัวเอื้องนำมาปอกล้างให้สะอาด
๒. นำหัวเอื้องนำมาหั่นเป็นแว่นๆบางๆ
๓. นำไปตำให้ละเอียดแล้วนำไปคั้นน้ำ ประมาณ ๓ ครั้ง เพื่อให้หายขมแล้วพักไว้
๔. นำใบย่านางมาคั้นให้ได้น้ำใบย่านาง
๕. นำถั่วดำมาคั่วแล้วตำพอหยาบ ผัดเอาเปลือกสีดำออก
๖. นำน้ำใบย่านาง หัวเอื้องใส่ลงไปในหม้อ ตั้งไฟพอน้ำเดือดแล้วใส่ปราร้าลงไปพร้อมถั่วดำและใส่เครื่องแกง ปรุงรสแล้วรอนถั่วสุกและไม่ให้เหม็นกลิ่นใบย่านาง
๗. ใส่กากหมูและใบโหระพา ก็เสร็จเรียบร้อยแล้วพร้อมรับประทาน

๓. ด้านความเสี่ยงต่อการสูญหาย

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

๔. ด้านวัตถุดิบท้องถิ่นและสิ่งแวดล้อม

☒ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่ใช้วัตถุดิบและเครื่องปรุงภายในท้องถิ่น ที่สะท้อนอัตลักษณ์ ด้านวัฒนธรรมภูมิปัญญา และระบบนิเวศของพื้นที่ (โปรดระบุ จำนวนกี่ชนิด อะไรบ้าง)

ที่	ชื่อวัตถุดิบ/ เครื่องปรุง	สรรพคุณ	ที่มา
๑	หัวเอื้อง	ทางยาของสมุนไพรเหง้าสด – มีรสขม เย็นจัด สามารถใช้ตำพอกบริเวณสะดือ รักษาโรคท้องมาน ใช้ขับปัสสาวะ เป็นยาถ่าย แก้กษาวบวม น้ำ ฆ่าพยาธิ รักษาโรคติดเชื้อในทางเดินปัสสาวะ แผลอักเสบบวมมีหนอง และฆ่าพยาธิ น้ำคั้นจากหัวสดใช้เป็นยาขับลม ใช้เป็นยาแก้วิงเวียน เหง้ากินกับหมากแกล้ม	
๒	น้ำใบย่านาง	เป็นสมุนไพรที่นิยมนำมาใช้เป็นยาตั้งแต่สมัยโบราณ เพราะมีคุณสมบัติช่วยเสริมความแข็งแรงให้กับร่างกาย เนื่องจากเป็นแหล่งของสารต้านอนุมูลอิสระ	
๓	ถั่วดำ	ถั่วดำมีรสมัน ช่วยบำรุงโลหิต,ช่วยบำรุงสายตา,ช่วยขจัดพิษในร่างกาย,ช่วยขับเหงื่อ,ช่วยแก้อาการร้อนใน,ช่วยรักษาดีซ่าน,ถั่วดำมีสารที่ช่วยบรรเทาอาการปวดลำไส้เล็ก	

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

๕. ด้านการเผยแพร่และพัฒนาต่อยอดเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจสร้างสรรค์

☐ เป็นเมนูที่สามารถนำมาพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอน และมีการวิจัยและพัฒนาต่อยอดเทคโนโลยีเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหารเป็นเมนูที่สามารถพัฒนาศักยภาพผู้ประกอบการ

☒ เป็นการส่งเสริมการตลาดและเผยแพร่ประชาสัมพันธ์อาหารไทยสู่สากลในการการพัฒนาธุรกิจอาหารไทยและการรณรงค์การบริโภคอาหารไทย

- ☐ อื่นๆ (ระบุ)

๖. ด้านโภชนาการ

☒ เป็นอาหารที่มีสารอาหาร เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ช่วยบำรุงสุขภาพ

- ☐ อื่นๆ (ระบุ)

๗. ภาพถ่าย และคลิปวิดีโอของเมนูอาหาร (รายละเอียดตามเอกสารในคำชี้แจง)



ลงชื่อ กนกกร ศุรุเจริญ ผู้เสนอเมนูอาหาร
(นางกนกกร ศุรุเจริญ)