



แบบเสนอรายการอาหารเพื่อเข้าร่วมรับการคัดเลือก

“๑ จังหวัด ๑ เมนู เชิดชูอาหารถิ่น”

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

๑. ข้อมูลเมนูอาหาร

๑.๑ ชื่อเมนูอาหาร.....น้ำพริกเป็อเลื้อ.....จังหวัดแพร่

ประเภท ☒ อาหารคาว ☐ อาหารหวาน ☐ อาหารว่าง

๑.๒ ช่วงเวลาการประกอบเมนูอาหารถิ่น

☒ ประจำ ☐ เทศกาล ☐ ฤดูกาล ☐ อื่นๆ (ระบุ)

***เลือกเพียง ๑ รายการ

๑.๓ ชื่อผู้ให้ข้อมูลนางสังเวียน...ทองขาว.....

เลขที่.....๑๕๑.....หมู่.....๑๐.....ถนน.....

ตำบล/แขวง.....เวียงทอง.....อำเภอ/เขต.....สูงเม่น.....

จังหวัด.....แพร่.....รหัสไปรษณีย์.....

หมายเลขโทรศัพท์.....

๑.๔ ร้านอาหาร/ แหล่งที่สามารถหาทานได้ในพื้นที่ของจังหวัด (**จำเป็นต้องมี)

***เป็นร้านอาหารหรือแหล่งที่สามารถจัดจำหน่ายได้ หลังจากที่มีเมนูพื้นถิ่นของจังหวัดได้รับการพิจารณาคัดเลือก สำหรับเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อสารมวลชนทุกช่องทาง ซึ่งกรมฯ จะมีการมอบป้ายประจำโครงการฯ

ชื่อร้าน/ แหล่ง (ชุมชน) ทำทั่วไปในครัวเรือน/ตลาดสด /ร้านอาหารเหนือในจังหวัดแพร่

ตำบล/แขวง.....อำเภอ/เขต.....เมืองแพร่.....

จังหวัด.....แพร่.....รหัสไปรษณีย์.....๕๔๐๐๐.....

หมายเลขโทรศัพท์.....

QR Code พิกัดที่ตั้ง



กาดกองเก่า



ตลาดเทศบาล



กาดบ้านทุ่ง

๒. ด้านอัตลักษณ์และภูมิปัญญา บรรยายแสดงให้เห็นถึงอัตลักษณ์ท้องถิ่น หรือวิถีชีวิต ที่มีการสืบทอดต่อกันมาผ่านวัฒนธรรมและมีภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่น สอดคล้องกับลักษณะของมรดก ภูมิปัญญาทางวัฒนธรรม

๒.๑ ประวัติความเป็นมา

น้ำพริกเป็อเลื้อ เป็นน้ำพริกชนิดหนึ่งที่มีวัตถุดิบน้อยมาก มีการสืบทอดกันมาจากรุ่นปู่ย่าตายาย ว่ากันว่า เป็นเมนูของคนจน หรือเมนูที่ทุกบ้านทำทานได้ เพราะมีส่วนผสมไม่มากและมีในทุกครัวเรือนแม้ฐานะไม่ดี ด้วยความเป็นเมนูที่เรียบง่าย ไม่มีความพิถีพิถันอะไร จึงค่อยๆ เลือนหายไป พบบ้างในครัวเรือนทั่วไป แต่ก็หาทานได้ค่อนข้างยาก

๒.๒ มีภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ที่เกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของคนในท้องถิ่น

ในด้านภูมิปัญญา น้ำพริก เป็นวัฒนธรรมการกินของคนเหนือที่เน้นการใช้มือปั้นข้าวเหนียวจิ้มน้ำพริกเป็นหลัก น้ำพริกของคนเหนือมีรสชาติที่แตกต่างจากน้ำพริกในภาคอื่นๆ โดยมักจะเน้นรสเผ็ด เค็ม และอาจมีรสหวานหรือเปรี้ยวอ่อนๆ จากวัตถุดิบท้องถิ่น น้ำพริกของคนเหนือมีความหลากหลาย แต่โดยทั่วไปแล้วมักจะเน้นรสเผ็ดและเค็มเป็นหลัก และมักจะมีการใช้เครื่องเทศและวัตถุดิบท้องถิ่นเพื่อให้มีกลิ่นหอมและรสชาติที่เป็นเอกลักษณ์ เช่น ปลาแห้ง ข่า แมลงดانا มะกอก มะเขือส้ม (มะเขือเทศ)

๒.๓ วิธีการและขั้นตอนการปรุง / เคล็ดลับการปรุง

น้ำพริกแดง มาอย่างไฟพอสลด (ในอดีตใช้การตากแดด แต่ไม่ถึงกับแห้ง) อย่างกระเทียม แล้วนำไปโขลกรวมกับปลาร้าสับ (ในอดีตใช้ปลาร้าดิบ ปัจจุบันนำปลาร้าสับไปย่างไฟหรือคั่วก่อน)

๓. ด้านความเสี่ยงต่อการสูญหาย

- ☐ เป็นเมนูที่สูญหายแล้ว และต้องการส่งเสริมอย่างเร่งด่วน
- ☒ เป็นเมนูที่ใกล้จะสูญหายและหาวัตถุดิบยาก
- ☐ เป็นเมนูที่มีการสืบทอดจากรุ่นสู่รุ่นมีการจัดทำข้อมูลและตำรา

๔. ด้านวัตถุดิบท้องถิ่นและสิ่งแวดล้อม

☒ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่ใช้วัตถุดิบและเครื่องปรุงภายในท้องถิ่น ที่สะท้อนอัตลักษณ์ ด้านวัฒนธรรม ภูมิปัญญา และระบบนิเวศของพื้นที่ (โปรดระบุ จำนวนกี่ชนิด อะไรบ้าง)

ที่	ชื่อวัตถุดิบ/ เครื่องปรุง	สรรพคุณ	ที่มา
	พริก	เป็นสมุนไพรพื้นบ้านที่มีประโยชน์ วิตามินซีสูง มีสารแคปไซซิน ซึ่งช่วยกระตุ้นการทำงานของระบบย่อยอาหารและช่วยในการขับถ่าย	
	กระเทียม	ช่วยลดคอเลสเตอรอลและไตรกลีเซอไรด์ในเลือด ลดความเสี่ยงการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือด	

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

๕. ด้านการเผยแพร่และพัฒนาต่อยอดเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจสร้างสรรค์

☒ เป็นเมนูที่สามารถนำมาพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอน และมีการวิจัยและพัฒนาต่อยอดเทคโนโลยีเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหารเป็นเมนูที่สามารถพัฒนาศักยภาพผู้ประกอบการ

☒ เป็นการส่งเสริมการตลาดและเผยแพร่ประชาสัมพันธ์อาหารไทยสู่สากลในการการพัฒนาธุรกิจอาหารไทยและการรณรงค์การบริโภคอาหารไทย

- ☒ ต่อยอดเป็นสำหรับพื้นที่ และอาหารสำเร็จรูปแช่แข็งได้

๖. ด้านโภชนาการ

☑ เป็นอาหารที่มีสมุนไพร เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ช่วยบำรุงสุขภาพ ลดการเกิดโรคได้

๗. ภาพถ่าย และคลิปวิดีโอของเมนูอาหาร



ลงชื่อ....นางสังเวียน...ทองขาว.....ผู้เสนอเมนูอาหาร