



แบบเสนอรายการอาหารเพื่อเข้าร่วมรับการคัดเลือก

“๑ จังหวัด ๑ เมนู เชิดชูอาหารถิ่น”

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

๑. ข้อมูลเมนูอาหาร

๑.๑ ชื่อเมนูอาหาร.....ข้าวปุ้น (ขนมถั่วยจีน)..... จังหวัด.....ลำปาง.....

ประเภท ☐ อาหารคาว ☐ อาหารหวาน ☒ อาหารว่าง

๑.๒ ช่วงเวลาการประกอบเมนูอาหารถิ่น

☒ ประจำ ☐ เทศกาล ☐ ฤดูกาล ☐ อื่นๆ (ระบุ)

***เลือกเพียง ๑ รายการ

๑.๓ ชื่อผู้ให้ข้อมูลนายอรรถ ชันสี.....

สถานที่ตั้ง.....-.....

เลขที่..... ๓๕.....ตรอกแจ้งหัวริน.....หมู่.....-.....ถนน.....-.....

ตำบล/แขวง.....เวียงเหนือ.....อำเภอ/เขต.....เมืองลำปาง.....

จังหวัด.....ลำปาง.....รหัสไปรษณีย์.....๕๒๐๐๐.....

หมายเลขโทรศัพท์..... ๐๘ ๙๘๕๓ ๑๒๕๖.....

๑.๔ ร้านอาหาร/ แหล่งที่สามารถหาทานได้ในพื้นที่ของจังหวัด (***)จำเป็นต้องมี

***เป็นร้านอาหารหรือแหล่งที่สามารถจัดจำหน่ายได้ หลังจากที่เมนูพื้นถิ่นของจังหวัดได้รับการพิจารณา
คัดเลือก สำหรับเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อสารมวลชนทุกช่องทาง ซึ่งกรมฯ จะมีการมอบป้ายประจำ
โครงการฯ

ชื่อร้าน/ แหล่ง (ชุมชน)ร้าน บ้าน อรรถ อร่อย.....

สถานที่ตั้ง.....

เลขที่..... ๓๕.....ตรอกแจ้งหัวริน.....หมู่.....-.....ถนน.....-.....

ตำบล/แขวง.....เวียงเหนือ.....อำเภอ/เขต.....เมืองลำปาง.....

จังหวัด.....ลำปาง.....รหัสไปรษณีย์.....๕๒๐๐๐.....

หมายเลขโทรศัพท์..... ๐๘ ๙๘๕๓ ๑๒๕๖.....

QR Code พิกัดที่ตั้ง



/๒. ด้านอัตลักษณ์...

(- ๒ -)

๒. ด้านอัตลักษณ์และภูมิปัญญา บรรยายแสดงให้เห็นถึงอัตลักษณ์ท้องถิ่น หรือวิถีชีวิต ที่มีการสืบทอดต่อกันมาผ่านวัฒนธรรมและมีภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่น สอดคล้องกับลักษณะของมรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรม

๒.๑ ประวัติความเป็นมา/ ภูมิปัญญา

เป็นขนมที่คนจีนที่มาอยู่หรือทำการค้าขายเริ่มแรกๆในจังหวัดลำปาง ในสมัยนั้น จะมีแม่ค้าหาบเล่ขายในแหล่งชุมชนทั่วไปในเมืองของลำปางและเป็นที่ชื่นชอบของทุกๆวัย

๒.๒ มีภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ที่เกี่ยวข้องกับชีวิตของคนในท้องถิ่น

ข้าวปั้นเป็นขนมทานเล่นของชาวจีน แต่ก่อนเคยมีหญิงชาวจีนนำข้าวปั้นใส่กระบุง หาบเดินขายไปตามถนนและย่านชุมชนคนจีน เช่น สบตุ่ย กาดกองต้า

๒.๓ วิธีการและขั้นตอนการปรุง/เคล็ดลับการปรุง

ขนมถ้วยไส้เค็ม ส่วนผสม (แบ่งข้าวเจ้า ๓ ถ้วยตวง, น้ำอุ่น ๔ ½ ถ้วยตวง, แป้งมัน ๓ ช้อนโต๊ะ)

วิธีทำ

๑. นึ่งถ้วยตะไลให้ร้อนจัด
๒. ผสมแป้งทั้งสองชนิดเข้าด้วยกัน นวดกับน้ำอุ่นแล้วจึงค่อยๆ ใส่น้ำที่เหลือทั้งหมด
๓. เมื่อถ้วยร้อนดีแล้วตักแป้งหยอดในถ้วยหนึ่งประมาณ 20 นาที พอสุกยกกลงทิ้งไว้ให้เย็นและออกจากถ้วยราดด้วยไส้

ส่วนผสมไส้ (หัวไชโป้วหวานสับล้างให้สะอาด ๑ ถ้วย, เนื้อหมูบด ๒๐๐ กรัม, น้ำมันพืช ๓ ช้อนโต๊ะ, ซีอิ๊วขาว ๒ ช้อนโต๊ะ, กระเทียมสับ ๒ ช้อนโต๊ะ, น้ำตาลทราย ๒ ช้อนโต๊ะ, น้ำ ๑ ถ้วยตวง)

วิธีทำ

๑. เติมน้ำมันลงในกระทะใส่กระเทียมเจียวพอเหลืองนำหมูลงผัดพอสุก
 ๒. ใส่หัวผักกาดลงผัดปรุงรส ด้วยน้ำตาล ซีอิ๊วขาว และน้ำเคี่ยวพอแห้งพักไว้
- น้ำจิ้ม (ซีอิ๊วดำ ½ ถ้วย, เกลือ ๑ ช้อนชา, น้ำตาลปี๊บ ๒๕๐ กรัม, น้ำส้มสายชู ½ ถ้วย, พริกชี้หูจินดา ๑๐เม็ด)

วิธีทำน้ำจิ้ม

โขลกพริกชี้หูพอละเอียดนำส่วนผสมทั้งหมดใส่หม้อตั้งไฟพอขึ้น

นึ่งไส้ถ้วยตะไล และนิยมใส่น้ำต่างเพื่อให้แบ่งนุ่ม

๓. ด้านคุณค่าควรแก่การสืบสานและถ่ายทอด

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

๔. ด้านวัตถุดิบท้องถิ่นที่สำคัญของอาหาร

☒ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่ใช้วัตถุดิบและเครื่องปรุงภายในท้องถิ่น ที่สะท้อนอัตลักษณ์ ด้านวัฒนธรรมภูมิปัญญา และระบบนิเวศของพื้นที่ (โปรดระบุ จำนวนกี่ชนิด อะไรบ้าง)

ที่	ชื่อวัตถุดิบ/ เครื่องปรุง	สรรพคุณ	ที่มา
๑	แป้งข้าวเจ้า	มีเส้นใยสูง ไขมันอิ่มตัวคอเลสเตอรอลและโซเดียมต่ำ	
๒	น้ำตาล	ช่วยลดความเป็นกรดในกระเพาะและปรับสมดุลของร่างกาย	

- ☐ ไม่มีส่วนผสมของวัตถุดิบและเครื่องปรุงในท้องถิ่น/สมุนไพร

/๕. ด้านการเผยแพร่...

(- ๓ -)

๕. ด้านการเผยแพร่และพัฒนาต่อยอดเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจสร้างสรรค์

- ☒ เป็นเมนูที่สามารถนำมาพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอน และมีการวิจัยและพัฒนาต่อยอดเทคโนโลยีเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหารเป็นเมนูที่สามารถพัฒนาศักยภาพผู้ประกอบการ
- ☐ เป็นการส่งเสริมการตลาดและเผยแพร่ประชาสัมพันธ์อาหารไทยสู่สากลในการการพัฒนาธุรกิจอาหารไทย และการรณรงค์การบริโภคอาหารไทย
- ☐ อื่นๆ (ระบุ)

๖. ด้านโภชนาการ

- ☒ เป็นอาหารที่มีสารอาหาร เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ช่วยบำรุงสุขภาพ
- ☐ อื่นๆ (ระบุ)

๗. ภาพถ่าย หรือคลิปวิดีโอของเมนูอาหาร



ลงชื่อ.....ผู้เสนอเมนูอาหาร

(นายอรรถ ชันสี)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....