



แบบเสนอรายการอาหารเพื่อเข้าร่วมรับการคัดเลือก

“๑ จังหวัด ๑ เมนู เชิดชูอาหารถิ่น”

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

๑. ข้อมูลเมนูอาหาร

๑.๑ ชื่อเมนูอาหาร กบพันไฟ (ผัดเผ็ดกบ) จังหวัด ยโสธร

ประเภท ☒ อาหารคาว ☐ อาหารหวาน ☐ อาหารว่าง

๑.๒ ช่วงเวลาการประกอบเมนูอาหารถิ่น

☒ ประจำ ☐ เทศกาล ☐ ฤดูกาล ☐ อื่นๆ (ระบุ)

***เลือกเพียง ๑ รายการ

๑.๓ ชื่อผู้ให้ข้อมูล

นายธีระพงษ์ ชุมรัตน์

สถานที่ตั้ง บ้านสวนเพิ่มสุขคราฟท์ ฟาร์มสเตย์ & คาเฟ่

เลขที่ 157 หมู่ 1 ตำบล/แขวง บากเรือ อำเภอ/เขต มหาชนะชัย

จังหวัดยโสธร รหัสไปรษณีย์ 35130

หมายเลขโทรศัพท์ 064-9963515

๑.๔ ร้านอาหาร/ แหล่งที่สามารถหาทานได้ในพื้นที่ของจังหวัด (**จำเป็นต้องมี)

***เป็นร้านอาหารหรือแหล่งที่สามารถจัดจำหน่ายได้ หลังจากที่เมนูพื้นถิ่นของจังหวัดได้รับการพิจารณาคัดเลือก สำหรับเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อสารมวลชนทุกช่องทาง ซึ่งกรมฯ จะมีการมอบป้ายประจำโครงการฯ

QR Code พิกัดที่ตั้ง



๒. ด้านอัตลักษณ์และภูมิปัญญา บรรยายแสดงให้เห็นถึงอัตลักษณ์ท้องถิ่น หรือวิถีชีวิต ที่มีการสืบทอดต่อกันมาผ่านวัฒนธรรมและมีภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่น สอดคล้องกับลักษณะของมรดก ภูมิปัญญาทางวัฒนธรรม

๒.๑ ประวัติความเป็นมา

กบ เป็นหนึ่งในวัตถุดิบที่ชาวโยธรนำมาปรุงเป็นอาหารได้หลายเมนู ซึ่งกบผัดเผ็ดก็เป็นหนึ่งในเมนูเหล่านั้น ทุกครอบครัวที่เป็นเกษตรกร มักจะประกอบอาหารจากกบรับประทานกัน โดยเฉพาะในช่วงฤดูฝน

๒.๒ มีภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ที่เกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของคนในท้องถิ่น

การนำกบมาผัดและคว่ำผสมกับผักและสมุนไพร มากกว่า 10 ชนิด ที่เป็นสมุนไพรพื้นบ้าน เช่น กระเพรา ตะไคร้ พริก ใบมะกรูด กระชาย พริกไทย มะเขือ ข่า เป็นต้น และยังเป็นเมนูที่ช่วยให้เลือดหมุนเวียนดี เสริมสร้างภูมิคุ้มกัน บรรเทาอาการอักเสบ

๒.๓ วิธีการและขั้นตอนการปรุง / เคล็ดลับการปรุง

การเตรียมมีวัตถุดิบ

- โขกสมุนไพรและผักทุกชนิดรวมกัน เพื่อใช้เป็นเครื่องแกงสำหรับผัด
- ขำแระกบและหั่นให้พอดีคำ แล้วนำไปทอดจนเหลืองกรอบ

การผัด

- เทน้ำมันลงในกระทะเล็กน้อย แล้วใส่พริกแกงผัดให้หอมโดยใช้ไฟอ่อนๆ
- เติมกระชายหั่น ใบมะกรูด มะเขือ มะเขือพวง และพริกไทยอ่อน ผัดให้ผักสุกประมาณ 80 %
- ใส่กบทอดลงกระทะ ผัดให้เข้าเครื่องแกง
- ปรุงรสด้วยน้ำปลา น้ำตาลหรือน้ำตาลมะพร้าว ตามใจชอบ

๓. ด้านความเสี่ยงต่อการสูญหาย

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

เป็นเมนูที่ไม่ค่อยนิยมสำหรับครอบครัวรุ่นใหม่ รวมทั้งเด็กๆ เนื่องจากมีขั้นตอนและวิธีเตรียมที่ใช้เวลานาน และมีรสจัด

๔. ด้านวัตถุดิบท้องถิ่นและสิ่งแวดล้อม

- ☒ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่ใช้วัตถุดิบและเครื่องปรุงภายในท้องถิ่น ที่สะท้อนอัตลักษณ์ ด้านวัฒนธรรม ภูมิปัญญา และระบบนิเวศของพื้นที่ (โปรดระบุ จำนวนกี่ชนิด อะไรบ้าง)

ที่	ชื่อวัตถุดิบ/ เครื่องปรุง	สรรพคุณ	ที่มา
1	กบ	โปรตีน , แคลเซียม	แหล่งน้ำธรรมชาติ ,เพาะเลี้ยง
2	กระเพรา	มีฤทธิ์ช่วยบรรเทาอาการปวดท้องได้ แก้อาการปวดมวนท้อง ช่วยขับลม เพื่อรักษาอาการปวดท้องอุจจาระ และจุกเสียดแน่นท้อง ช่วยลดการบีบตัวของลำไส้ได้ด้วย	พืชเพาะปลูก
3	ข่า	ช่วยขับลม บำรุงธาตุ	พืชเพาะปลูก
4	ตะไคร้	แก้ไข้หวัด แก้ไอ	พืชเพาะปลูก
5	ใบมะกรูด	ช่วยลดความเครียดและผ่อนคลาย	พืชเพาะปลูก
6	พริกชี้ฟ้า	ป้องกันโรคหวัดลดน้ำตาลในเลือด	พืชเพาะปลูก
7	พริกชี้หนู	ช่วยขับลม เจริญอาหาร บรรเทาอาการปวดเมื่อย ลดการอักเสบ ขับเหงื่อ	พืชเพาะปลูก
8	กระชาย	ช่วยบำรุงร่างกายและแก้ปัญหาด้านสุขภาพหลายอย่าง เช่น ช่วยย่อยอาหาร, แก้อาการท้องอืด, แก่ลมวิงเวียน	พืชเพาะปลูก
9	พริกไทย	ช่วยเรื่องระบบย่อยอาหาร, ขับลม, ลดน้ำหนัก, และยังช่วยต้านอนุมูลอิสระ.	พืชเพาะปลูก
10	มะเขือ	ช่วยต้านมะเร็ง บำรุงหัวใจ ลดความดันโลหิต ช่วยบรรเทาอาการของโรคเบาหวาน	พืชเพาะปลูก
11	หอม	ช่วยยับยั้งการเกิดโรคเส้นเลือดอุดตัน . หอมแดงแก้หวัด คัดจมูกได้	พืชเพาะปลูก
12	กระเทียม	ช่วยเสริมสร้างระบบภูมิคุ้มกัน, ลดความดันโลหิต, ลดระดับคอเลสเตอรอล, ป้องกันโรคมะเร็ง	พืชเพาะปลูก
13	มะเขือพวง	ช่วยเจริญอาหาร ย่อยอาหาร ขับเสมหะ แก้ไอ บำรุงธาตุ ช่วยให้โลหิตหมุนเวียนดี	พืชเพาะปลูก

☐ ไม่มีส่วนผสมของวัตถุดิบและเครื่องปรุงในท้องถิ่น/สมุนไพร

☐ เป็นอาหารที่ช่วยส่งเสริม ดูแลรักษาระบบนิเวศ และสิ่งแวดล้อมในพื้นที่

☐ อื่นๆ (ระบุ).....

๕. ด้านการเผยแพร่และพัฒนาต่อยอดเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจสร้างสรรค์

☒ ☒ เป็นเมนูที่สามารถนำมาพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอน และมีการวิจัยและพัฒนาต่อยอดเทคโนโลยีเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหารเป็นเมนูที่สามารถพัฒนาศักยภาพผู้ประกอบการ

☐ เป็นการส่งเสริมการตลาดและเผยแพร่ประชาสัมพันธ์อาหารไทยสู่สากลในการการพัฒนาธุรกิจอาหารไทยและการรณรงค์การบริโภคอาหารไทย

☐ อื่นๆ (ระบุ).....

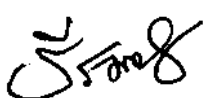
๖. ด้านโภชนาการ

☒ เป็นอาหารที่มีสารอาหาร เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ช่วยบำรุงสุขภาพ

☐ อื่นๆ (ระบุ).....

7. ภาพถ่าย และคลิปวิดีโอของเมนูอาหาร (รายละเอียดตามเอกสารในคำชี้แจง)





ลงชื่อ.....ผู้เสนอเมนูอาหาร
(.....นายธีระพงษ์ ขุมรัตน์.....)
ตำแหน่ง.....ผู้ร่วมก่อตั้งร้านบ้านสวนเพิ่มสุข ฟาร์มสเตย์ & คาเฟ่.....
วันที่.....30.....เดือน.....เมษายน.....พ.ศ....2568.....

หมายเหตุ:

๑. สิ่งที่ต้องดำเนินการ และส่งกลับมายังกรมส่งเสริมวัฒนธรรมเพื่อใช้ประกอบการพิจารณา ประกอบด้วย

๑.๑ แบบเสนอผลงานในรูปแบบ MS Word และ PDF (อย่างละเอียด) โดยใช้ Font TH Sarabun PSK ในการพิมพ์แบบเสนอผลงาน

๑.๒ ส่งรูป ขนาดไฟล์ภาพจากกล้อง DSLR, Mirrorless และ Compact ขนาด ๒,๔๐๐ x ๔,๐๐๐ pixels ในรูปแบบไฟล์ .jpg หรือ .jpeg หรือ tiff (จำนวนไม่น้อยกว่า ๕ ภาพ / ๑ เมนู)

๑.๓ ส่งคลิปวิดีโอ CD/DVD ที่สื่อให้เห็นถึงวิธีการทำเมนูอาหารพื้นถิ่นของจังหวัด (จำนวน ๑ คลิป / ๑ เมนู ความยาวไม่เกิน ๕ นาที) โดยเนื้อหาต้องประกอบด้วย ขั้นตอนที่มาและวิธีคัดเลือกจัดเตรียมวัตถุดิบ และวิธีการปรุงอาหาร/ ผู้ปรุงอาหาร ที่ครบและถูกต้องสมบูรณ์ สำหรับการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์

๑.๔ ส่งคลิปวิดีโอ นำเสนอเมนูอาหารถิ่นให้น่าสนใจ สำหรับเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ จำนวน ๑ คลิป / ๑ เมนู ความยาวไม่เกิน ๓๐ วินาที (ผ่าน TIKTOK ถ้ามี)

๒. ช่องทางการส่งผลงาน ภายในวันที่ 31 พฤษภาคม ๒๕๖๘

๒.๑ ส่งข้อมูลทั้งหมดมาที่กลุ่ม LINE: ส่งเสริมเศรษฐกิจสร้างสรรค์ @สวร.

หรือ E-mail : thelosttastess3@gmail.com



๒.๒ ส่งรูปเล่มแบบเสนอผลงาน และ CD/DVD ทางไปรษณีย์ไปยัง กลุ่มสนับสนุนกิจการพิเศษ กองกิจการเครือข่ายทางวัฒนธรรม กรมส่งเสริมวัฒนธรรม เลขที่ ๑๔ ถนนเทียมร่วมมิตร เขตห้วยขวาง กรุงเทพมหานคร ๑๐๓๑๐

สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ กลุ่ม Facebook อาหารไทยถิ่น Thailand Best Local Food

โทรศัพท์. ๐๒ ๒๔๗ ๐๐๑๓ ต่อ ๑๔๑๙, ๑๔๑๔ FAX: ๐๒ ๖๔๕ ๒๙๕๘

ผู้ประสานงานโครงการ คุณเอกชัย เกื้อทอง (ต้น) โทรศัพท์. ๐๒ ๒๔๗ ๐๐๑๓ ต่อ ๑๔๑๙, ๑๔๑๔

คุณกษณัฐ สุขสวัสดิ์ (แก๊ง) โทรศัพท์. ๐๒ ๒๔๗ ๐๐๑๓ ต่อ ๑๔๑๙, ๑๔๑๔

