



แบบเสนอรายการอาหารเพื่อเข้าร่วมรับการคัดเลือก

เมนูอาหารถิ่นของจังหวัด “รสชาติ...ที่หายไป The Lost Taste” ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗

๑. ข้อมูลเมนูอาหาร

๑.๑ ชื่อเมนูอาหาร ข้าวโจ๊กลอย จังหวัดร้อยเอ็ด

ประเภท ☐ อาหารคาว ☒ อาหารหวาน ☐ อาหารว่าง

๑.๒ ช่วงเวลาการประกอบเมนูอาหารถิ่น

☐ ประจำ ☐ เทศกาล ☒ ฤดูกาล (เดือน ๙-๑๐) ☐ อื่นๆ (ระบุ).....

เลือกเพียง ๑ รายการ

๑.๓ ชื่อเจ้าของเมนู/ สูตร (ผู้ให้ข้อมูล) ชุมชนคุณธรรมวัดเหนืออุตรชัยสิทธิ์

สถานที่ตั้ง วัดเหนืออุตรชัยสิทธิ์

เลขที่ ๓ หมู่ ตำบลธงธานี อำเภอธวัชบุรี

จังหวัดร้อยเอ็ด รหัสไปรษณีย์ ๔๕๑๗๐

หมายเลขโทรศัพท์ ๐๘๗-๒๓๐๗๖๖๒

๑.๔ ร้านอาหาร/ แหล่งที่สามารถหาทานได้ในพื้นที่ของจังหวัด (**จำเป็นต้องมี)

***เป็นร้านอาหารหรือแหล่งที่สามารถจัดจำหน่ายได้ หลังจากเมนูพื้นถิ่นของจังหวัดได้รับการพิจารณาคัดเลือก สำหรับเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อสารมวลชนทุกช่องทาง ซึ่งกรมฯ จะมีการมอบป้ายประจำโครงการฯ

ชื่อร้าน/ แหล่ง (ชุมชน) ชุมชนคุณธรรมวัดเหนืออุตรชัยสิทธิ์

สถานที่ตั้ง วัดเหนืออุตรชัยสิทธิ์

เลขที่ ๓ หมู่ ตำบลธงธานี อำเภอธวัชบุรี

จังหวัดร้อยเอ็ด รหัสไปรษณีย์ ๔๕๑๗๐

หมายเลขโทรศัพท์ ๐๘๗-๒๓๐๗๖๖๒

QR Code พิกัดที่ตั้ง



/๒. ด้านประวัติ...

๒. ด้านประวัติความเป็นมา/ ภูมิปัญญา/ ด้านวิธีการปรุง/ เคล็ดลับ บรรยายแสดงให้เห็นถึงอัตลักษณ์ท้องถิ่น หรือวิถีชีวิตที่มีการสืบทอดต่อกันมาผ่านวัฒนธรรมและมีภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่น สอดคล้องกับลักษณะของมรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรม

๒.๑ ประวัติความเป็นมา

กลอย เป็นพืชหัวใต้ดิน สมัยก่อนคนโบราณจะนำมากินแทนข้าว นำมาเป็นอาหารโดยการนึ่งเรียกเมนู นึ่งกลอย เมนูอาหารอีสานแบบโบราณ การเก็บกลอยนิยมทำกันช่วงประมาณเดือน ๙-๑๐ เพราะกลอยจะมีหัวใหญ่ไหล่พื้นดินและเถาแห้งตายทำให้เก็บง่าย ซึ่งมีกรรมวิธีที่ต้องใช้ความชำนาญในการล้างทำความสะอาดพิชออกหมดเสียก่อน นำมารับประทาน สมัยปู่ตายได้ถ่ายทอดส่งต่อภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ให้กับลูกหลานในท้องถิ่น

๒.๒ มีภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ที่เกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของคนในท้องถิ่น

เคล็ดลับการทำกลอยต้องใช้ความชำนาญมากซึ่งแต่ชุมชนล้วนมีกรรมวิธีที่สะท้อนให้เห็นถึงภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ที่เกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของคนในท้องถิ่น เพื่อให้เนื้อกลอยก่อนที่นำมาทำขนมหมดพิชมีรสชาติจัดและไม่คันเวลารับประทาน ซึ่งถ้าเป็นกลอยสดตากแห้งผ่านการล้างพิชมาแล้ว ควรนำไปล้างในน้ำสะอาดประมาณ ๔-๕ ครั้ง เพื่อให้กลอยสะอาด กรณีกลอยดิบสดจะต้องล้างกลอยด้วยสะอาดทุกวันและจะต้องแช่น้ำเป็นสัปดาห์จนกว่ากลอยจะจัดและหมดยางเหนียวหรือหมดพิชที่ทำให้มีอาการคันหรือระเคืองเวลารับประทาน และเวลานึ่งจะต้องหมั่นตรวจดูกลอยขณะนึ่งว่าสุกดีหรือไม่ก่อนนำมารับประทาน

๒.๓ วิธีการและขั้นตอนการปรุง

วัตถุดิบ ประกอบด้วย

๑.กลอย	ปริมาณ ๓๐๐ กรัม
๒.ข้าวเหนียว	ปริมาณ ๒๕๐ กรัม
๒.น้ำตาลทราย	ปริมาณ ๑๒๐ กรัม
๓.เกลือ	ปริมาณ ๑ ช้อนชา
๔.มะพร้าวทึนทึกขูด	ปริมาณ ๘๐ กรัม
๕.น้ำกะทิผสมสีกเล็กน้อย	ปริมาณ ๘๐ กรัม
๖.งาขาว/งาดำ	ปริมาณ ๕๐ กรัม

วิธีการและขั้นตอนการปรุง (ใช้หม้อนึ่งใบเดียว)

๑.ข้าวเหนียว แช่น้ำไว้ ๑ คืน แล้วนำมาล้างน้ำ ๓-๔ น้ำก่อนนำมานึ่ง ประมาณ ๒๐ นาที

๒.กลอยแห้งแช่น้ำไว้ ๑ คืน แล้วนำมาล้างน้ำ ๓-๔ น้ำก่อนนำมานึ่ง ประมาณ ๒๐ นาที

๓.มะพร้าวขูดนำมานึ่งด้วยกันกับกลอยและข้าวเหนียว ประมาณ ๑๐ นาที

๔.นำกลอย ข้าวเหนียวนึ่งกับมะพร้าวขูด เติมน้ำกะทิผสมสีกเล็กน้อยลงไปในภาชนะพร้อมกับคลุกเคล้า

ให้เข้ากันกับน้ำตาลทรายเล็กน้อยตามชอบ และโรยด้วยงาดำหรืองาขาว

เคล็ดลับการปรุง

กลอยเป็นวัตถุดิบที่ต้องใช้ความชำนาญมากเพื่อให้เนื้อกลอยหมดพิชมีรสชาติจัดและไม่คันเวลารับประทาน ซึ่งถ้าเป็นกลอยสดตากแห้งผ่านการล้างพิชมาแล้ว ควรนำไปล้างในน้ำสะอาดประมาณ ๔-๕ ครั้ง เพื่อให้กลอยสะอาด กรณีกลอยดิบสดจะต้องล้างกลอยด้วยสะอาดทุกวันและจะต้องแช่น้ำเป็นสัปดาห์จนกว่ากลอยจะจัดและหมดยางเหนียวหรือหมดพิชที่ทำให้มีอาการคันหรือระเคืองเวลารับประทาน และเวลานึ่งจะต้องหมั่นตรวจดูกลอยขณะนึ่งว่าสุกดีหรือไม่ก่อนนำมารับประทาน

/๔. ด้านวัตถุดิบ...

๓. ด้านคุณค่าควรแก่การสืบสานและถ่ายทอด

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

๔. ด้านวัตถุดิบท้องถิ่นที่สำคัญของอาหาร

☒ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่ใช้วัตถุดิบและเครื่องปรุงภายในท้องถิ่น ที่สะท้อนอัตลักษณ์ ด้านวัฒนธรรมภูมิปัญญา และระบบนิเวศของพื้นที่ (โปรดระบุ จำนวนกี่ชนิด อะไรบ้าง)

ที่	ชื่อวัตถุดิบ/ เครื่องปรุง	สรรพคุณ	ที่มา
๑.	ห้วกลอย	ห้ว ยาแก้ท้องเสีย ขับปัสสาวะ แก้ปวดตามข้อ	ตลาดพรณรวิ ร้อยเอ็ด (จำหน่ายสินค้าเกษตร ผลไม้แบบขายส่ง) สินค้าจาก อ.ภูพาน จ.สกลนคร และบ้านกลอย หมู่ที่ ๑๐ ต.หนอง อ.อาจสามารถ จ.ร้อยเอ็ด (คนทำทานน้อย)
๒.	มะพร้าวอ่อน	ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดให้สมดุล ช่วยลดความดันโลหิต บำรุงผิว ชะลอริ้วรอย	พืชปลูกในชุมชน/ร้านค้าในชุมชน
๓.	น้ำตาลทราย	ให้พลังงานแก่ร่างกาย ช่วยลดความเครียด	ร้านค้าในชุมชน
๔.	เกลือ	ช่วยขับร้อนถอนพิษ ทำให้เลือดเย็น ระวังอาเจียน	ร้านค้าในชุมชน
๕.	งา	ช่วยบำรุงกระดูก, ฟัน, เลือด, และผิวหนัง	พืชปลูกในชุมชน/ร้านค้าในชุมชน
๖.	กะทิ	ช่วยควบคุมน้ำหนักและระบบเผาผลาญ	พืชปลูกในชุมชน/ร้านค้าในชุมชน

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

๕. ด้านการเผยแพร่และพัฒนาต่อยอดเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจสร้างสรรค์

☒ เป็นเมนูที่สามารถนำมาพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอน และมีการวิจัยและพัฒนาต่อยอดเทคโนโลยีเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหารเป็นเมนูที่สามารถพัฒนาศักยภาพผู้ประกอบการ

☒ เป็นการส่งเสริมการตลาดและเผยแพร่ประชาสัมพันธ์อาหารไทยสู่สากลในการการพัฒนาธุรกิจอาหารไทย และการรณรงค์การบริโภคอาหารไทย

☐ อื่นๆ (ระบุ)

๖. ด้านโภชนาการ

- ☒ เป็นอาหารที่มีสารอาหาร เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ช่วยบำรุงสุขภาพ
- ☐ อื่นๆ (ระบุ)