



แบบเสนอรายการอาหารเพื่อเข้าร่วมรับการคัดเลือก

“๑ จังหวัด ๑ เมนู เชิดชูอาหารถิ่น”

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

๑. ข้อมูลเมนูอาหาร

๑.๑ ชื่อเมนูอาหาร ต้มไก่

จังหวัดชัยภูมิ

ประเภท



อาหารคาว



อาหารหวาน



อาหารว่าง

๑.๒ ช่วงเวลาการประกอบเมนูอาหารถิ่น



ประจำ



เทศกาล



ฤดูกาล



อื่นๆ (ระบุ)

***เลือกเพียง ๑ รายการ

๑.๓ ชื่อผู้ให้ข้อมูล

นายโชคชัย พลธานี

หมายเลขโทรศัพท์ ๐๘ ๗๔๔๑ ๒๕๖๒

๑.๔ ร้านอาหาร/ แหล่งที่สามารถหาทานได้ในพื้นที่ของจังหวัด

๑) โต๊ะจีนโรงแรมภูเขียว

เลขที่ ๔๙ หมู่ ๑ ตำบลผักปัง อำเภอภูเขียว จังหวัดชัยภูมิ

หมายเลขโทรศัพท์ ๐๘ ๙๗๑๗ ๒๕๓๒

๒) คริวไร่ภูแสงทอง ออร์แกนิก ฟาร์ม & คาเฟ่

เลขที่ ๘๑ หมู่ ๑๗ ตำบลผักปัง อำเภอภูเขียว จังหวัดชัยภูมิ

หมายเลขโทรศัพท์ ๐๘ ๔๖๐๑ ๕๙๒๓



๒. ด้านอัตลักษณ์และภูมิปัญญา

๒.๑ ประวัติความเป็นมา

“ต้มไก่” คืออาหารพื้นถิ่นที่มีชื่อเสียงของอำเภอภูเขียว จังหวัดชัยภูมิ ซึ่งมีรากเหง้ามาจากวัฒนธรรมจีนที่ถูกถ่ายทอดและปรับเปลี่ยนให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตของคนในพื้นที่ โดยคำว่า “ไก่” ในภาษาจีนมีความหมายว่า “สุข” สันนิษฐานว่าชาวไทยเชื้อสายจีนที่อพยพเข้ามาในพื้นที่ได้นำวัฒนธรรมการปรุงอาหารประเภทต้มเนื้อสัตว์ร่วมกับเครื่องเทศมาเผยแพร่ และกลายเป็นต้นแบบของ “ต้มไก่” ในเวลาต่อมา แม้ปัจจุบันจะไม่ได้ใช้เนื้อสุกในการประกอบอาหารตามชื่อดั้งเดิม แต่ยังคงรักษารูปแบบวิธีการปรุงอาหารและการใช้เครื่องเทศแบบจีนไว้ครบถ้วน โดยนิยมใช้เนื้อสัตว์ชนิดอื่นแทน เช่น เนื้อแพะ เนื้อหมู หรือเนื้อวัว ซึ่งสามารถหาซื้อได้ง่ายและเหมาะสมกับรสนิยมผู้บริโภคในปัจจุบันมากขึ้น ต้มไก่โดดเด่นด้วยกลิ่นหอมของเครื่องเทศสมุนไพรจีน ช่วยดับกลิ่นคาวและเพิ่มรสชาติให้อาหารอย่างกลมกล่อม นอกจากนี้ยังเชื่อกันว่าเครื่องเทศเหล่านี้มีสรรพคุณทางยา เช่น ช่วยบำรุงเลือด บำรุงร่างกาย และให้ความอบอุ่นแก่ร่างกาย จึงนิยม

รับประทานในฤดูหนาว โดยเฉพาะในพื้นที่ที่มีอากาศหนาวเย็น เช่น อำเภอกุฉิเยว เนื่องจากต้มแก้มีวิธีการปรุงที่ละเอียด ใช้เวลานาน และมีต้นทุนสูง ในสมัยก่อนจึงมักจัดเตรียมเฉพาะในโอกาสสำคัญ เช่น งานบุญ งานไหว้ศาลเจ้า หรือการเลี้ยงต้อนรับแขกผู้มีเกียรติ ถือเป็นอาหารที่แสดงถึงความเคารพ ความเอาใจใส่ และการให้เกียรติแก่ผู้ร่วมรับประทานอาหาร

๒.๒ มีภูมิปัญญาที่เป็นเอกลักษณ์ที่เกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของคนในท้องถิ่น

“ต้มแก้” สะท้อนภูมิปัญญาท้องถิ่นในการใช้วัตถุดิบที่มีอยู่ในท้องถิ่นผสมผสานกับเทคนิคการปรุงจากวัฒนธรรมจีน สะท้อนให้เห็นถึงการปรับตัว การเรียนรู้ร่วมกันของคนต่างเชื้อชาติ และการอนุรักษ์วัฒนธรรมอาหารให้คงอยู่ในสังคมร่วมสมัยอย่างกลมกลืน

๒.๓ วิธีการและขั้นตอนการปรุง / เคล็ดลับการปรุง

วัตถุดิบหลัก เนื้อหมู เต้าหู้ยี้ ชিং กระเทียม หน่อไม้ เห็ดหอม เครื่องเทศ (ลูกจันทน์ ดอกจันทน์ ผักชี ยี่ห่วย ใบกระวาน ลูกกระวาน อบเชยเทศ เปราะหอม)

วิธีการและขั้นตอนการปรุง

- ๑) นำกะเทียมลงไปเจียวในน้ำมัน จนมีกลิ่นหอม แล้วนำเนื้อหมูลงไปผัด
- ๒) ใส่เครื่องเทศลงไปผัดกับหมู จนมีกลิ่นหอมและหมูสุกจนได้ที่
- ๓) ใส่หน่อไม้ ตามด้วยเห็ดหอม และชিং ลงไปผัด คลุกเคล้า
- ๔) ใส่ซีอิ้วดำ ลงไปเพื่อให้เกิดสีส้ม ผัดทุกอย่างจนได้ที่ แล้วเติมน้ำลงไปเล็กน้อย
- ๕) ใส่เต้าหู้ยี้ที่ผสมกับน้ำกระเทียมดอง เพื่อเพิ่มสีส้มและดับกลิ่นคาว
- ๖) เติมน้ำอีกครั้งประมาณท่วมเนื้อหมู
- ๗) ตุ่นด้วยไฟปานกลาง ประมาณ ครึ่ง ถึง หนึ่งชั่วโมง

เคล็ดลับ ปกติจะไม่ผัดเครื่องเทศกับเนื้อ แต่จะห่อผ้าขาวบางและนำไปต้ม แต่การผัดทำให้เข้าเนื้อเร็ว และไม่ต้องต้มนาน

๓. ด้านความเสี่ยงต่อการสูญหาย

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

๔. ด้านวัตถุดิบท้องถิ่นและสิ่งแวดล้อม

☒ เป็นเมนูอาหารถิ่นที่ใช้วัตถุดิบและเครื่องปรุงภายในท้องถิ่น ที่สะท้อนอัตลักษณ์ ด้านวัฒนธรรม ภูมิปัญญา และระบบนิเวศของพื้นที่

ที่	ชื่อวัตถุดิบ/ เครื่องปรุง	สรรพคุณ	ที่มา
๑	เนื้อหมู	ช่วยซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอของร่างกาย	ท้องถิ่น
๒	เต้าหู้ยี้	ช่วยเพิ่มจุลินทรีย์ที่ดีในลำไส้จากกระบวนการหมัก	ท้องถิ่น
๓	หน่อไม้	มีไฟเบอร์สูง ช่วยในการขับถ่าย	ท้องถิ่น
๔	ชিং	ช่วยขับลม แก้อท้องอืด ท้องเฟ้อ	ท้องถิ่น

ที่	ชื่อวัตถุดิบ/ เครื่องปรุง	สรรพคุณ	ที่มา
๕	กระเทียม	ช่วยลดไขมันในเลือด และความดันโลหิต	ท้องถิ่น
๖	เครื่องเทศ	มีฤทธิ์ช่วยขับลม บำรุงเลือด ลดอาการหนาวเย็น และช่วยระบบย่อยอาหาร	ท้องถิ่น
๗	เห็ดหอม	มีสารต้านอนุมูลอิสระ ช่วยเสริมภูมิคุ้มกัน	ท้องถิ่น

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

๕. ด้านการเผยแพร่และพัฒนาต่อยอดเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจสร้างสรรค์

- ☒ เป็นเมนูที่สามารถนำมาพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอน และมีการวิจัยและพัฒนาต่อยอดเทคโนโลยีเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์อาหารเป็นเมนูที่สามารถพัฒนาศักยภาพผู้ประกอบการ
- ☒ เป็นการส่งเสริมการตลาดและเผยแพร่ประชาสัมพันธ์อาหารไทยสู่สากลในการการพัฒนาธุรกิจอาหารไทยและการรณรงค์การบริโภคอาหารไทย
- ☐ อื่นๆ (ระบุ)

๖. ด้านโภชนาการ

- ☒ เป็นอาหารที่มีสารอาหาร เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย ช่วยบำรุงสุขภาพ
- ☐ อื่นๆ (ระบุ)

๗. ภาพถ่ายและคลิปวิดีโอของเมนูอาหาร







นายโชคชัย พลธานี
ผู้เสนอเมนูอาหาร
ประธานสภาวัฒนธรรมอำเภอภูเขียว