

จังหวัดกาฬสินธุ์

ระดับการคัดสรร

ตำบล

1. ชื่ออาหาร

ชื่อหลัก : กะสุบ

ชื่ออื่นๆ เช่น ชื่อภาษาถิ่น (ถ้ามี):

2. แหล่ง

ชุมชน อำเภอ กุฉินารายณ์ ตำบล เหล่าใหญ่

3. ประเภทอาหาร

3.1 หมวดย่อย

3.2 ลักษณะ คาว

4. ความเป็นมา (ภูมิหลัง/ความเชื่อ) /อัตลักษณ์ (ที่โดดเด่น) /ความสำคัญและคุณค่าทางสังคมและทางจิตใจที่มีในวิถีการดำเนินชีวิตของชุมชน นั้นๆ

ความเป็นมา (ภูมิหลัง/ความเชื่อ)

ผักเสี้ยน ชื่อสามัญ Wild spider flower, Spider Weed, Spider Flower ชื่อวิทยาศาสตร์ Cleome gynandra L. หรือ Gynandropsis pentaphylla D.C จัดอยู่ในวงศ์ CLEOMACEAE และผักเสี้ยนยังมีชื่อท้องถิ่นอื่นๆ อีก เช่น ผักเสี้ยนขาว ผักเสี้ยนไทย ผักเสี้ยนบ้าน ผักเสี้ยนตัวผู้ (ภาคกลาง), ส้มเสี้ยน ผักส้มเสี้ยน (ภาคเหนือ) เป็นต้น โดยมีถิ่นกำเนิดและมีเขตการกระจายพันธุ์อยู่ทั่วไปในทวีปเอเชีย (รวมทั้งไทย) และแอฟริกา สำหรับในประเทศไทย แหล่งที่พบผักเสี้ยน มักพบขึ้นเป็นวัชพืชตามท้องไร่ปลายนา ที่รกร้างว่างเปล่าทั่วไป และริมลำธาร วงศ์ผักเสี้ยน มีอยู่ด้วยกันประมาณ ๒๐ สกุล และมีมากกว่า ๓๐๐ ชนิด ในประเทศไทยจะมีอยู่ด้วย ๕ ชนิดได้แก่ ผักเสี้ยน (Cleome gynandra L.), ผักเสี้ยนผี (Cleome viscosa L.), ผักเสี้ยนขน (Cleome rutidosperma DC.), ผักเสี้ยนป่า (Cleome chelidonii L. f.), และผักเสี้ยนฝรั่ง (Cleome hassleriana Chod.) ซึ่งทั้งหมดจะจัดอยู่ในสกุล Cleome หรือวงศ์ CLEOMACEAE แต่ผักเสี้ยนที่สามารถพบเห็นได้บ่อยๆ จะมีอยู่ด้วยกัน ๒ ชนิด นั่นก็คือ ผักเสี้ยนขาว (ผักเสี้ยนตัวผู้) และผักเสี้ยนผี (ผักเสี้ยนตัวเมีย) โดยมีส่วนประกอบ ดังต่อไปนี้ ไข่ เป็นรูปทรงกระบอกสั้นๆ ยาวประมาณ ๒ - ๓ มิลลิเมตร มีก้านเกสรตัวเมียสั้น ยอดเกสรเป็นตุ่มและติดทน ผลผักเสี้ยน ลักษณะของผลมีลักษณะเป็นฝักยาวคล้ายถั่วเขียวฝักมีสีเขียวเปลี่ยนเป็นสีน้ำตาลอ่อน ฝักยาวประมาณ ๔ - ๙.๕ เซนติเมตร ด้านในฝักมีเมล็ดจำนวนมาก เมล็ดผักเสี้ยน เมล็ดมีน้ำตาลแดงปนสีดำ ผิวเมล็ดมีรอยย่น ยาวประมาณ ๑.๕ มิลลิเมตร วิถีชีวิตของชาวอีสาน อาชีพหลักของชาวอีสาน คือ อาชีพเกษตรกรรม แต่พื้นที่ส่วนใหญ่ไม่ค่อยอุดมสมบูรณ์ เพราะพื้นดินเป็นดินปนทราย มีธาตุอาหารพืชน้อย ไม้อุ้มน้ำ ถึงแม้ภาคนี้จะมีปริมาณฝนตกมากก็ตามแต่ก็จะประสบกับความแห้งแล้ง ประชาชนส่วนใหญ่จึงพยายามปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม โดยปลูกพืชที่ต้องการน้ำน้อยและทนแล้งได้ดี การประกอบอาหารต่างๆ จึงเป็นการหาทรัพยากรที่มีอยู่รอบตัว มาประกอบอาหาร โดยอาศัยการถ่ายทอดองค์ความรู้จากบรรพบุรุษ จากรุ่นสู่รุ่น จนถึงปัจจุบัน นอกเหนือจากการถ่ายทอดองค์ความรู้จากบรรพบุรุษ ในเรื่องของวัตถุดิบที่สามารถนำมาประกอบอาหารได้แล้ว องค์ความรู้ ภูมิปัญญาชาวบ้านที่ได้รับถ่ายทอด มา

นั่นก็คือ สรรพคุณ / ประโยชน์ ของวัตถุดิบแต่ละชนิดเหล่านั้น อันได้แก่ สมุนไพรผักลิ้น โดยส่วนที่นำมาใช้เป็นยาสมุนไพรได้แก่ ต้น ดอก ใบ เมล็ด และราก แต่ปกติทั่วไปแล้วจะไม่ค่อยใช้ผักลิ้นมาเป็นยาสมุนไพรมากนัก แต่จะนิยมมาดองกินมากกว่า ส่วนผักลิ้นชนิดที่นิยมนำมาใช้เป็นยาสมุนไพรนั้นจะใช้ผักลิ้นผิมากกว่าแต่บางครั้งก็ใช้ทั้งสองอย่าง สรรพคุณ ๑. ช่วยบำรุงเลือดลม บำรุงร่างกายและให้พลังงาน (ผักลิ้นดอง) ๒. ผักลิ้นมีสารต้านอนุมูลอิสระ ช่วยต่อต้านมะเร็ง มีฤทธิ์เป็นช่วยฆ่าเชื้อ (ผักลิ้นดอง) ๓. รากผักลิ้น ใช้ต้มรับประทานเป็นยาแก้ไข้ (ราก) ทั้งต้นสรรพคุณช่วยแก้ไข้ตรีโทษ (ทั้งต้น) ๔. ผักลิ้น สรรพคุณช่วยแก้อาการปวดหู (ใบ) ๕. รากใช้ต้มรับประทานเป็นยารักษาโรคเลือดออกตามไรฟัน (ราก) ๖. เมล็ดผักลิ้น สรรพคุณช่วยขับเสมหะ (เมล็ด) ส่วนใบช่วยบำรุงเสมหะให้เป็นปกติ (ใบ) ๗. รากผักลิ้น สรรพคุณช่วยแก้ลมอันเป็นพิษ (ราก) ๘. ทั้งต้น (ใบ ดอก ต้น เมล็ด ราก) มีรสร้อน สรรพคุณช่วยแก้อาการปวดท้อง ลงท้อง (ทั้งต้น) ๙. เมล็ดผักลิ้น สรรพคุณช่วยขับพยาธิไส้เดือน (เมล็ด) ๑๐. ช่วยแก้ปัสสาวะพิการ (ใบ) ๑๑. ช่วยแก้เริม (ใบ) ๑๒. ทั้งต้น นำมาต้มหรือดองรับประทาน มีสรรพคุณช่วยขับระดูของสตรี (ทั้งต้น) ๑๓. ช่วยแก้ประจำเดือนเสียของสตรี (ทั้งต้น) ดอกช่วยแก้เลือดสตรีอันอยู่ในเรือนไฟ (ดอก) ๑๔. ใบผักลิ้น สรรพคุณช่วยแก้งูสวัดได้ (ใบ) ๑๕. ทั้งต้นหรือใบ ใช้ตำพอกรักษาฝี แก้พิษฝี และบรรเทาอาการระคายเคือง (ใบ,ทั้งต้น) ๑๖. ช่วยแก้พิษจากแมลงสัตว์กัดต่อย แมงป่องกัด หรืองูกัด (ทั้งต้น) แต่ไม่ควรพอกนานเพราะจะทำให้ผิวไหม้ได้ ๑๗. ทั้งต้นนำมาตำแล้วพอกช่วยให้เลือดมาเลี้ยงที่ผิวหนัง และช่วยแก้อาการปวดเมื่อยได้ (ทั้งต้น) ๑๘. ใบนำมาตำหรือทาช่วยแก้อาการปวดเมื่อย (ใบ) ๑๙. ต้นและใบ ใช้ตำนำมาพอกแก้อาการอักเสบ ข้ำบวมได้ (ใบ,ต้น) ๒๐. ทั้งต้นใช้ปรุงเป็นยาแก้อาการเจ็บหลังได้ (ทั้งต้น) ๒๑. ต้นและใบ นำมาตำใช้พอกฝีให้แตกและไม่เป็นหนองได้ (ใบ,ต้น) ๒๒. ทั้งต้น ใช้ปรุงเป็นยาแก้อาการเมาเหล้า เมาสุรา (ทั้งต้น)

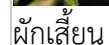
อัตลักษณ์ (ที่โดดเด่น)

กะสุบ เป็นการนำส่วนที่เหลือของผักลิ้นดองนำมาถนอมไว้ เนื่องจากในสมัยก่อนไม่มีอุปกรณ์ที่ช่วยในการเก็บอาหารไว้รับประทานนานได้ จึงเกิดแนวคิดในการเก็บอาหารประเภทนี้ไว้ได้นานขึ้น โดยการนำน้ำผักลิ้นดอง (ซึ่งไม่นิยมรับประทาน) หรือบางคนอาจใช้เนื้อผักลิ้นดองที่สับละเอียดผสมลงไปด้วย เป็นอาหารประเภทน้ำพริก สมัยก่อนนิยมรับประทานกับอาหารประเภทเนื้อสัตว์เพื่อช่วยดับคาวอาหารด้วย ปัจจุบันนิยมรับประทานเป็นน้ำพริกเหมือนน้ำพริกทั่วไป ซึ่งเป็นที่นิยมในหมู่ชนชาวผู้ไท นอกจากนี้ กระสุบที่เป็นส่วนประกอบหนึ่งของผักลิ้นดอง ยังมีเอกลักษณ์ อัตลักษณ์ที่โดดเด่นด้านรสชาติที่ไม่เหมือนใคร และสามารถทำประโยชน์ได้หลายอย่าง กล่าวคือ ประโยชน์ของผักลิ้น ๑. นิยมใช้ทำเป็นผักดองไว้รับประทาน สำหรับวิธีการทำผักลิ้นดอง ก็คือให้นำผักลิ้นมาล้างให้สะอาดพอเหมาะ แล้วนำไปตากแดดพอสากแห้ง เพื่อกำจัดกลิ่นเหม็นเขียว หลังจากนั้นให้นำข้าวเย็นสุก ๑ กำมือ ต่อผักลิ้น ๕ ถ้วยแกง นำมาชยำกับเกลือให้ มีรสเค็มเล็กน้อย เมื่อเสร็จให้นำผักลิ้นที่เตรียมไว้ใส่ลงไป แล้วเติมน้ำตาลโตนด ๕ ช้อนแกง คลุกเคล้าจนเข้ากัน และปิดฝาภาชนะตั้งทิ้งไว้ประมาณ ๓ - ๔ คืน ผักที่ดองจะมีรสเปรี้ยว สามารถนำมารับประทานเป็นผักจิ้มกินกับน้ำพริก หรือนำไปแกงใส่กระดูกหมู แกงส้มกุ้งหรือปลา เป็นต้น ๒. นอกจากนี้ยังนำมาต้มหรือลวกให้สุก เพื่อช่วยลดความขมและกลิ่นเหม็น โดยนำไปเป็นผักจิ้มได้เช่นเดียวกับผักลิ้นดอง แต่ไม่เป็นที่นิยมนัก ๓. ผักลิ้นดอง เป็นอาหารที่เหมาะสมสำหรับผู้ที่ขาดสารอาหาร เช่น การขาดวิตามินเอ หรือเป็นโรคโลหิตจาง มีปัญหาเรื่องระบบลำไส้ เพราะนอกจากจะมีเส้นใยอาหารสูงแล้วยังสามารถช่วยขจัดสิ่งตกค้างที่อยู่ในลำไส้ได้อีกด้วย ๔. ในอินเดียมีการใช้เมล็ดผักลิ้นผิ นำมาสกัดทำเป็นยาฆ่าแมลง ๕. ในแอฟริกา มีการใช้ยอดและใบอ่อนผักลิ้น นำมาใช้ปรุงรสและแต่งกลิ่นซอส ๖. ในอินโดนีเซีย ใช้เมล็ดเป็นอาหาร ๗. ในอินโดนีเซีย นำผักลิ้นมาเป็นอาหารสัตว์ สำหรับเลี้ยงสัตว์ ผักลิ้นที่นิยมนำมารับประทาน เป็นผักลิ้นหรือผักลิ้นดอง ชาว คือ ผักพื้นบ้านพื้นเมืองของเรา คนรุ่นเก่าๆ จะคุ้นเคยเป็นอย่างดี แต่เด็กๆ ยุคใหม่ คงไม่รู้จักผักลิ้น

ความสำคัญและคุณค่าทางสังคมและทางจิตใจที่มีในวิถีการดำเนินชีวิตของชุมชน นั้นๆ คนอีสานนั้น หอยู่ หากิน ตามสภาพทางภูมิศาสตร์ของท้องถิ่น ที่พวกเขาอาศัยอยู่ เช่น กลุ่มที่ตั้งชุมชนตามริมฝั่งแม่น้ำหรือหนองน้ำก็จะทำนาปลูกข้าว หอยาหารจากน้ำ เช่น กุ้ง หอย ปลา ปู กบ เขียด ส่วนกลุ่มที่ตั้งถิ่นฐานตามโคกตามป่าย่อมเหมาะแก่การเลี้ยงชีพด้วยอาหารป่า ล่าสัตว์ หาเห็ด หาผึ้ง เป็นต้น ชุมชนอีสานดำเนินชีวิตด้วยการผลิตแบบพึ่งตนเอง แต่ละครอบครัวทำกิจกรรมการผลิตหลายอย่าง เช่น ทำนา ทำสวน เลี้ยงสัตว์ ทอผ้า เครื่องจักสานและหอยาหาร ผลตอบแทนที่ได้จากการผลิต คือ ข้าว อาหาร เสื้อผ้า เครื่องนุ่งห่มและเครื่องใช้ ซึ่งเพียงพอสำหรับทุกคนในครอบครัว ไม่จำเป็นต้องพึ่งตลาด การประกอบหอยาหารจึงใช้วัตถุดิบที่ได้จากท้องถิ่น ไม่ว่าจะเป็นพืชผัก เห็ด หน่อไม้ หรือผักหวานจากป่า กุ้ง ปู ปลา จากแม่น้ำ หรือเป็ด ไก่ จากการเลี้ยงไว้ที่บ้าน ความสมดุลกันระหว่างชาวอีสานที่รักสันโดษกับธรรมชาติ ถูกถ่ายทอดออกมาเป็นเพลงกล่อมเด็กอีสานหลายบท ที่กล่าวถึงการหอยู่หากินแบบพึ่งตนเองของชาวอีสาน ดังนี้ เอ้อ เอ้อ พ่อไปไ้ได้ไ้มาหา แม่ไปนาได้ปลามาตอน แม่เลี้ยงม่อนได้ผ้าผืนเดียว ผ้าผืนเดียวเตะเตี้ยอ้อมบ้าน ไผ่ขี้คร้านปัดนุ่งผ้า เหล่านี้ สะท้อนถึงการดำรงชีวิตของคนอีสาน ที่มีความสำคัญ คุณค่าทางสังคม จิตใจ และวิถีการดำเนินชีวิต ด้วยความเป็นอยู่อย่างพอเพียง อันเป็นการน้อมนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ มาเป็นแนวทาง เป็นกรอบในการดำรงชีวิตได้เป็นอย่างดี

๑. น้ำผักเสี้ยนดอง
๒. ข้าวคั่ว / พริก

บรรยาย รูปแบบ วิธีการ แบบดั้งเดิม (แนบภาพนิ่งเป็นไฟล์นามสกุล JPEG หรือ TIFF ไม่น้อยกว่า ๑๐ ภาพ ที่แสดงให้เห็นถึงรูปแบบดั้งเดิม และ ภาพเคลื่อนไหว ลงแผ่นซีดี/วีซีดี)	บรรยาย รูปแบบ วิธีการ แบบปรับปรุงยุคถัด(ถ้ามี) (แนบภาพนิ่งเป็นไฟล์นามสกุล JPEG หรือ TIFF ไม่น้อยกว่า ๑๐ ภาพ ที่แสดงให้เห็นถึงรูปแบบที่ปรับปรุงยุคถัด และ ภาพเคลื่อนไหว ลงแผ่นซีดี/วีซีดี)
---	---





ชื่อสามัญ Wild spider flower



Spider Weed



Spider Flower ชื่อวิทยาศาสตร์ Cleome gynandra L.



ไข (ผักเสี้ยน)



ผลผักเสี้ยน



ผักเสี้ยนดอง



น้ำผักเสี้ยนดอง



ข้าวคั่ว / พริก



น้ำผักเสี้ยนดองตั้งไฟอ่อนๆ เคี่ยวจนงวด

7. การสร้างงานและรายได้

7.1 มีความสามารถในการผลิตเชิงปริมาณ พร้อมแสดง สถิติและจำหน่ายในโอกาสต่างๆ
มี

(ระบุเหตุผล)

7.2 การสร้างงานและรายได้ (ต่อครอบครัว/ชุมชน)

8. ชื่อ – สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

ชื่อ – สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

กลุ่มแม่บ้านเหล่าใหญ่,บ้านดงเหนือ,บ้านจอมทอง,บ้านมะนาว,บ้านคำกั้ง,บ้านกุดฝ่งแดง

ชื่อ และที่อยู่ของร้านจำหน่ายอาหาร

โฮมสเตย์บ้านเหล่าใหญ่,บ้านดงเหนือ,บ้านจอมทอง,บ้านมะนาว,บ้านคำกั้ง,บ้านกุดฝ่งแดง

ที่อยู่ติดต่อได้สะดวก

บ้านเหล่าใหญ่,บ้านดงเหนือ,บ้านจอมทอง,บ้านมะนาว,บ้านคำกั้ง,บ้านกุดฝ่งแดง ต.เหล่าใหญ่ อ.กุฉินารายณ์

โทรศัพท์ ๐๘๑ - ๘๗๔๘๐๙๖ โทรสาร

E-mail

9. รางวัล/เกียรติคุณที่ได้รับ (ระบุชื่อรางวัล/เกียรติคุณที่ได้รับ หน่วยงานที่มอบ ปีที่ได้รับ)

รางวัลชนะเลิศการประกวดอาหารพื้นบ้าน งานประเพณีบุญกุ่มข้าวอากุฉินารายณ์ ปี ๒๕๕๔

รางวัลชนะเลิศการประกวดอาหารพื้นบ้าน งานประเพณีบุญกุ่มข้าวอากุฉินารายณ์ ปี ๒๕๕๕

รางวัลชนะเลิศการประกวดอาหารพื้นบ้าน งานประเพณีบุญกุ่มข้าวอากุฉินารายณ์ ปี ๒๕๕๖

10. ผู้เรียบเรียงข้อมูล/ ผู้บันทึกข้อมูล/ รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรากวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้อง
ของข้อมูล

ผู้เรียบเรียงข้อมูล

ตำแหน่ง

วัน/เดือน/ปี ที่เรียบเรียงข้อมูล วันที่ เดือน ปี พ.ศ. 25

ผู้บันทึกข้อมูล

ตำแหน่ง

รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรากวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้องของข้อมูล

1.

ตำแหน่ง

2.

ตำแหน่ง

3.

ตำแหน่ง

ผู้ตรวจสอบและอนุมัติ

ตำแหน่ง วัฒนธรรมจังหวัด

วัน/เดือน/ปี ที่อนุมัติ วันที่ เดือน ปี พ.ศ. 25