

รากวัฒนธรรม อาหาร

ระดับการคัดสรร

อำเภอ

1. ชื่ออาหาร

ชื่อหลัก : ลาบหมู

ชื่ออื่นๆ เช่น ชื่อภาษาถิ่น (ถ้ามี):

2. แหล่ง

ชุมชน ยางเนิ้ง อำเภอ สารภี ตำบล ยางเนิ้ง

3. ประเภทอาหาร

3.1 หมวดย่อย อาหารพื้นถิ่น

3.2 ลักษณะ คาว

ลาบเป็นอาหารที่นิยมทำกินกันในงานเลี้ยงหรือในเทศกาลต่าง ๆ เช่น งานแต่งงาน ขึ้นบ้านใหม่ สงกรานต์ หรืองานศพ เป็นต้น

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

ความเป็นมา (ภูมิหลัง/ความเชื่อ)

อัตลักษณ์ (ที่โดดเด่น)

ความสำคัญและคุณค่าทางสังคมและทางจิตใจที่มีในวิถีการดำเนินชีวิตของชุมชน นั้นๆ

5. องค์ประกอบของอาหาร (สูตร)

เครื่องปรุงส่วนผสม

๑. เนื้อสันใน	๓๐๐	กรัม
๒. เครื่องในหมู	๒๐๐	กรัม
๓. เลือดหมู	๐.๕	ถ้วยของหวาน
๔. พริกlaub	๓	ช้อนโต๊ะ
๕. ผักไผ่	๒	ช้อนโต๊ะ
๖. กระเทียมเจียว	๑	ช้อนโต๊ะ(โรยหน้า)
๖. แคบหมู	๒	ช้อนโต๊ะ(โรยหน้า)

เครื่องปรุงพริกlaub

1.พริกแห้ง	0.5	กิโลกรัม
2. เม็ดผักชี	2	ช้อนโต๊ะ
3. เทียนข้าวเปลือก	2	ช้อนโต๊ะ
4. มะแหลบ	2	ช้อนโต๊ะ
5. ดีปลี	20	เม็ด
6. พริกไทยดำ	0.5	ช้อนโต๊ะ
7. กานพลู	1	ช้อนชา
8. โป๊ยกั๊ก	1	ช้อนโต๊ะ
9. เปราะหอม	2	ช้อนโต๊ะ
10. ลูกจันทน์เทศน์	4	ลูก
11. ดอกจันทน์เทศน์	4	ดอก
12. อบเชย	3	ชิ้น
13. กระวาน	1	ช้อนโต๊ะ

6. วิธีการ ประกอบอาหาร (บรรยายพร้อมแนบภาพหนึ่งเป็นไฟล์นามสกุล JPEG หรือ TIFF ไม่น้อยกว่า 10 ภาพ ที่แสดงให้เห็นถึงรูปแบบดั้งเดิมและรูปแบบที่ปรับประยุกต์ และภาพเคลื่อนไหว ลงแผ่นซีดี/วีซีดี จำนวน 1 แผ่น)

บรรยาย รูปแบบ วิธีการ แบบดั้งเดิม	บรรยาย รูปแบบ วิธีการ แบบปรับประยุกต์(ถ้ามี)
๑. หั่นเนื้อหมูเป็นชิ้นเล็กๆ ๒. สับหมู ขณะที่สับให้ใส่เลือดหมูลงสับด้วยทีละน้อย ๓. สับหมู จนกระทั่งหมูละเอียดและ	

น้ํ ๔. หั่นเครื่องในหมูต้มและหนังหมูต้มเป็นชิ้นบางๆ ๕.
 ผสมเลือดหมู น้ำต้มเครื่องในหมู พริกลาบ คนให้เข้ากัน ๖.
 ใส่หมูสับละเอียดลงคลุกเคล้าให้เข้ากัน ๗. ใส่เครื่องในหมู
 และหนังหมู ๘. ใส่ผักไผ่ซอย และผักชีต้นหอมซอย
 คลุกเคล้าให้เข้ากัน ๙. โรยหน้าด้วยกระเทียมเจียว และ
 แคบหมูชิ้นเล็ก ๆ น้ำพริกลาบ ๑. คั่วพริกแห้งกับไฟอ่อน ๆ
 ๒. คั่วเครื่องเทศที่สุกยากก่อน ได้แก่ ลูกจันทน์เทศ ดีปลี
 อบเชย โป๊ยกั๊ก กระวาน และเปราะหอม ใช้ไฟ อ่อน พอมี
 กลิ่นหอม ๓. ใส่เครื่องเทศที่เหลืองคั่วด้วยกัน จนมีกลิ่น
 หอม พักไว้ให้เย็น ๔. โขลกเครื่องเทศทั้งหมดรวมกันให้
 ละเอียด ๕. ใส่พริกย่าง ลงโขลกรวมกันให้ละเอียด ๖. ใส่
 เกลือลงโขลกรวมกัน คนให้เข้ากัน

(แนบภาพนึ่งเป็นไฟล์นามสกุล JPEG หรือ TIFF ไม่น้อยกว่า ๑๐ ภาพ ที่แสดงให้เห็นถึงรูปแบบดั้งเดิม และ
 ภาพเคลื่อนไหว ลงแผ่นซีดี/วีซีดี)



ลาบเป็นอาหารพิเศษของการกินอาหารแบบชนโตก



ลาบดิบ

๑๐ ภาพ ที่แสดงให้เห็นถึงรูปแบบที่ปรับประยุกต์ และ
 ภาพเคลื่อนไหว ลงแผ่นซีดี/วีซีดี)



ลาบคั่ว(สุก)



ลาบหมูหน้าทิวว่าการอำเภอสารภี



ผักกับลาบ(ผักแกล้มลาบ)



มะเขือเทศแช่น้ำปลาเพิ่มความอร่อยให้แก่ลาบเป็นอย่างดี



สาระแหน่ ผักแก่ล้มลาบข้างครัว

7. การสร้างงานและรายได้

7.1 มีความสามารถในการผลิตเชิงปริมาณ พร้อมแสดง สาคิตและจำหน่ายในโอกาสต่างๆ
มี

(ระบุเหตุผล)

รับทำอาหาร และเป็นวิทยากรสอนการทำอาหาร

7.2 การสร้างงานและรายได้ (ต่อครอบครัว/ชุมชน)
มี 20000 บาท/เดือน

8. ชื่อ – สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

ชื่อ – สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

นายผจญ ทาวิโรจน์

ชื่อ และที่อยู่ของร้านจำหน่ายอาหาร

หน้าที่ว่าการอำเภอสารภี

ที่อยู่ติดต่อได้สะดวก

หน้าที่ว่าการอำเภอสารภี

โทรศัพท์ โทรสาร

E-mail

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

เคยได้รับการบันทึกอาหารพื้นบ้านของกระทรวงวัฒนธรรมเพื่อเผยแพร่ภูมิปัญญาท้องถิ่นอำเภอสารภี
ได้รับการเผยแพร่ทางหนังสือพิมพ์ รายการกินอะไรที่เชียงใหม่

**10. ผู้เรียบเรียงข้อมูล/ ผู้บันทึกข้อมูล/ รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรางวัลวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้อง
ของข้อมูล**

ผู้เรียบเรียงข้อมูล นางหฤทัย พลารักษ์

ตำแหน่ง นักวิชาการวัฒนธรรมชำนาญการ

วัน/เดือน/ปี ที่เรียบเรียงข้อมูล วันที่ 17 เดือน กันยายน ปี พ.ศ. 2557

ผู้บันทึกข้อมูล นางหฤทัย พลารักษ์

ตำแหน่ง นักวิชาการวัฒนธรรม

รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรางวัลวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้องของข้อมูล

1. นางจิตสุภา ทาวิโรจน์

ตำแหน่ง ประธานกรรมการ

2. นางศรีพรรณ เขจรนันท์

ตำแหน่ง กรรมการ

3. นางหฤทัย พลารักษ์

ตำแหน่ง กรรมการและเลขานุการ

ผู้ตรวจสอบและอนุมัติ

ตำแหน่ง วัฒนธรรมจังหวัด

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