

ระดับการคัดสรร

อำเภอ

1. ชื่ออาหาร

ชื่อหลัก : ผักหวานป่า

ชื่ออื่นๆ เช่น ชื่อภาษาถิ่น (ถ้ามี):

2. แหล่ง

ชุมชน อำเภอ แม่เป็น (ลาดยาว) ตำบล -

3. ประเภทอาหาร

3.1 หมวดย่อย

3.2 ลักษณะ อาหารในชีวิตประจำวัน

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

ความเป็นมา (ภูมิหลัง/ความเชื่อ)

อำเภอแม่เป็น เป็นพื้นที่ที่มีอากาศเหมาะสมกับการปลูกผักหวานป่า เพราะมีอากาศร้อนชื้น ประชาชนได้รวมกลุ่มขึ้นมาเพื่อปลูกผักหวาน จำนวนสมาชิกที่ปลูกผักหวานป่ามีอยู่จำนวน 20 ราย ข้อดีของผักหวานป่า คือ ผักหวานป่าจะเป็นที่นิยมรับประทานกันแพร่หลาย และหายาก ราคาค่อนข้างดี คือ กิโลกรัมละ ประมาณ 100 - 150 บาท และยังไม่ค่อยมีใครปลูกเท่าใดนัก คิดว่าตลาดไปได้สวย สามารถสร้างงาน สร้างอาชีพ สร้างรายได้ให้กับสมาชิกในกลุ่มได้เป็นอย่างดี การปลูกผักหวานป่านั้น ต้องนำเมล็ดผักหวานมาเพาะชำในถุงดำ ใวนานประมาณ 3-4 เดือน เมื่อต้นกล้าโตได้พอประมาณ ต้องนำไปปลูกในแปลงที่เตรียมไว้ ภายใน 1 ปีเท่านั้น เดือนที่เหมาะสมในการปลูกต้นกล้าที่ดีที่สุด คือเดือน มิถุนายน - เดือน กรกฎาคม การเตรียมหลุมปลูกนั้น ให้ห่างกันประมาณ 1.5 เมตร หรือน้อยกว่านั้นก็ได้ การขุดหลุม ให้ขุดกว้าง และลึกพอประมาณอย่าลึกมากเกินไป ใช้ปุ๋ยชีวภาพ หรือปุ๋ยคอกรองพื้นหลุม ประมาณ 2.5 ชีด / หลุม และใช้ฟูลาดานโรยในหลุมเพื่อกันแมลงมากัดต้นกล้า หลังจากนั้นนำต้นกล้าออกจากถุง วางลงในหลุม แล้วนำดินไปกลบในหลุม อย่าให้ดินล้นหลุมมากเกินไป ให้รดน้ำแล้วพรมน้ำข้างบ้าง ใช้เชิงขนาดเล็ก ๆ หรือถุงพลาสติกสีดำขนาด 9 - 14 นิ้ว ตัดก้นถุง คุมกล้าผักหวาน และ ใช้ไม้ไผ่ปักในถุงสี่ด้าน ให้แข็งแรงเพื่อกันแมลง เป็นร่มเงา และใช้ก้านมะพร้าวคุมแดด 2 ด้าน คือ ด้านทิศตะวันออก และทิศตะวันตก หรือจะใช้ชาแลม ก็ได้ คุมจนกว่าต้นกล้าจะแข็งแรง ค่อยเอาถุงดำออก การรดน้ำ จะใช้น้ำอะไรก็ได้ ลดเพียงวันละ 1 ครั้งเท่านั้นเช่น ตอนเช้า หรือตอนเย็น เพราะว่าต้นผักหวานไม่ค่อยชอบ

น้ำ ไม่ชอบดินแฉะ พอปลูกครบ 3 เดือน ให้ชุดหลุมรอบ ๆ ต้น เป็นร่อง ใช้ปุ๋ยชีวภาพ หรือปุ๋ยคอก หว่านลงไป ในร่อง ใช้ดินกลบ รดน้ำทุกวัน พอต้นโตขึ้น ให้เด็ดยอดทิ้งไป ให้เหลือใบไว้บนยอด 2 ใบ และใต้ใบลงมาให้เด็ด ทิ้งทั้งหมด เพื่อเร่งการออกยอด เวลาเก็บยอดผักหวาน ให้ใช้วิธีเด็ดเท่านั้น อย่าใช้กรรไกรตัด และให้เด็ดตา ออกไปด้วยจะทำให้ยอดออกเพิ่มมากขึ้น ในร่องที่ยังห่างอยู่นั้น จะปลูกมะขามเทศ ข้าวโพด หรือต้นแคด้วยก็ได้ เพื่อเป็นเงาบังแดดและใบร่วงลงมาก็เป็นปุ๋ยอย่างดี การดูแล ให้ใช้ถาก หรือถากต้นหญ้าตามถนัด สำหรับ ต้นกล้าผักหวานนั้น หาซื้อได้ ในราคาประมาณ 35 – 40 บาท หรือนำเมล็ดเพาะเองก็ได้

อัตลักษณ์ (ที่โดดเด่น)

ความสำคัญและคุณค่าทางสังคมและทางจิตใจที่มีในวิถีการดำเนินชีวิตของชุมชน นั้นๆ

5. องค์ประกอบของอาหาร (สูตร)

“แกงผักหวานปลาแห้ง” ส่วนประกอบ 1. ผักหวาน 2. ตะกร้าเล็ก 2. ปลาแห้ง 1 ตัว 3. พริกแห้ง 7 เม็ด 4. กระเทียม เม็ดเล็ก 5 กลีบ 5. หอมแดง 3 หัว 6. กะปิ 1 ช้อนชา 7. เกลือ 1 ช้อนชา 8. ตะไคร้ 5 แว่น 9. น้ำเปล่า 500 มล. 10. น้ำปลา 1/2 ช้อนโต๊ะ 11. ผงปรุงรส

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

บรรยาย รูปแบบ วิธีการ แบบดั้งเดิม	บรรยาย รูปแบบ วิธีการ แบบปรับประยุกต์(ถ้ามี)
“แกงผักหวานปลาแห้ง” ส่วนประกอบ 1. ผักหวาน 2. ตะกร้าเล็ก 2. ปลาแห้ง 1 ตัว 3. พริกแห้ง 7 เม็ด 4. กระเทียมเม็ดเล็ก 5 กลีบ 5. หอมแดง 3 หัว 6. กะปิ 1 ช้อนชา 7. เกลือ 1 ช้อนชา 8. ตะไคร้ 5 แว่น 9. น้ำเปล่า 500 มล. 10. น้ำปลา 1/2 ช้อนโต๊ะ 11. ผงปรุงรส	บรรยาย รูปแบบ วิธีการ แบบปรับประยุกต์(ถ้ามี)
(แนบภาพนิ่งเป็นไฟล์นามสกุล JPEG หรือ TIFF ไม่น้อยกว่า ๑๐ (แนบภาพนิ่งเป็นไฟล์นามสกุล JPEG หรือ TIFF ไม่น้อยกว่า ๑๐ ภาพ ที่แสดงให้เห็นถึงรูปแบบดั้งเดิม และภาพเคลื่อนไหว ภาพ ที่แสดงให้เห็นถึงรูปแบบที่ปรับประยุกต์ และ ลงแผ่นซีดี/วีซีดี) ภาพเคลื่อนไหว ลงแผ่นซีดี/วีซีดี)	

7. การสร้างงานและรายได้

7.1 มีความสามารถในการผลิตเชิงปริมาณ พร้อมแสดง สาธิตและจำหน่ายในโอกาสต่างๆ

มี

(ระบุเหตุผล)

7.2 การสร้างงานและรายได้ (ต่อครอบครัว/ชุมชน)

8. ชื่อ - สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

ชื่อ - สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

นางยุพิน จำปาด่วน ประธานกลุ่มปลูกผักผสมผสานปลอด สารพิษ

ชื่อ และที่อยู่ของร้านจำหน่ายอาหาร

บ้านเขาแหลม หมู่ที่ 7 ตำบลแม่เปิน อำเภอแม่เปิน จังหวัดนครสวรรค์

ที่อยู่ติดต่อได้สะดวก

บ้านเขาแหลม หมู่ที่ 7 ตำบลแม่เปิน อำเภอแม่เปิน จังหวัดนครสวรรค์

โทรศัพท์ โทรสาร

E-mail

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

10. ผู้เรียบเรียงข้อมูล/ ผู้บันทึกข้อมูล/ รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรางวัลวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้องของข้อมูล

ผู้เรียบเรียงข้อมูล

ตำแหน่ง

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

ผู้บันทึกข้อมูล

ตำแหน่ง

รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรางวัลวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้องของข้อมูล

1.

ตำแหน่ง

2.

ตำแหน่ง

3.

ตำแหน่ง

ผู้ตรวจสอบและอนุมัติ

ตำแหน่ง วัฒนธรรมจังหวัด

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