

รากวัฒนธรรม อาหาร

ระดับการคัดสรร

อำเภอ

1. ชื่ออาหาร

ชื่อหลัก : ข้าวยา

ชื่ออื่นๆ เช่น ชื่อภาษาถิ่น (ถ้ามี): นาชิการบู

2. แหล่ง

ชุมชน บ้านเลขที่ ๑๖๑/๓ หมู่ที่ ๑ ตำบลบุกิต อำเภอเจาะไอร้อง จังหวัดนราธิวาส รหัสไปรษณีย์ ๙๖๑๓๐
อำเภอ เจาะไอร้อง ตำบล บุกิต

3. ประเภทอาหาร

3.1 หมวดยา อาหารพื้นถิ่น

3.2 ลักษณะ อาหารในชีวิตประจำวัน

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

ความเป็นมา (ภูมิหลัง/ความเชื่อ)

ข้าวยา มาจากคำว่า "นาชิการบู" เป็นภาษามลายูท้องถิ่น "นาชิ" แปลว่า ข้าว "การบู" แปลว่า ยา ข้าวยา ประกอบด้วยข้าวสุกราดด้วยน้ำบูดู มะพร้าวคั่ว ปลาป่น ผักสดหลายชนิดหั่นรวมกันลงไป และพริกไทยสด แล้วคลุกเคล้ากับข้าวร่วมกัน

อัตลักษณ์ (ที่โดดเด่น)

๑. ข้าวยา หรือนาชิการบู มีอัตลักษณ์ที่โดดเด่นคือ การทำข้าวยาต้องมีส่วนประกอบของส่วนผสมสมุนไพรในท้องถิ่น เช่น ข่า ขิง ตะไคร้ หอมแดง กระเทียม ใบมะกรูด ในส่วนผสมของน้ำบูดู เพื่อให้บูดูมีกลิ่นหอมของสมุนไพร

๒. ข้าวยาเป็นอาหารพื้นบ้านที่ต้องรับประทานกับผักในท้องถิ่นหลากหลายชนิด เช่น ได้แก่ ใบมะม่วงหิมพานต์ ถั่วงอก ถัฝักยาวหั่นฝอย ตะไคร้หั่นฝอย ดอกดาหลา หอมแดงสดหั่นฝอย มะนาว ส้มโอ และมะม่วงเปรี้ยว ฯลฯ เพื่อให้ได้รสชาติที่หวาน เปรี้ยวของผักในท้องถิ่น

๓. ชาวบ้านในท้องถิ่นนิยมรับประทานข้าวยาเป็นอาหารเช้าในชีวิตประจำวันทั่วไป

๔. การรับประทานข้าวยาเป็นการประทานสมุนไพรไปด้วยในป้องกันโรค

ความสำคัญและคุณค่าทางสังคมและทางจิตใจที่มีในวิถีการดำเนินชีวิตของชุมชน นั้นๆ

ข้าวยา หรือนาชิการบู เป็นอาหารพื้นถิ่นของชาวมุสลิมมลายูในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ที่นิยมรับประทานเป็นอาหารเช้าในชีวิตประจำวันทั่วไป ดังนั้นการทำข้าวยามีความสำคัญในการส่งเสริมคุณค่าทางด้านวิถีชีวิตของการรับประทานอาหารของชนมุสลิมในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ และส่งเสริมให้ภูมิปัญญาที่มีรายได้และอาชีพจากการทำข้าวยาขายในตอนเช้า ส่งเสริมให้ครอบครัวมีรายได้ และชุมชนได้รับประทานข้าวยา

โดยทั่วไป การทำข้าวยาควรส่งเสริมให้ลูกหลานได้เรียนรู้ถึงวิธีการทำ และเรียนรู้สรรพคุณของการรับประทานข้าวยา

5. องค์ประกอบของอาหาร (สูตร)

สูตรการทำน้ำบูดูข้าวยา

- | | |
|---------------------|--------------------------|
| ๑. น้ำบูดู 1/2 ถ้วย | ๒. น้ำสะอาด 1/2 ถ้วย |
| ๓. ตะไคร้ทุบ ๓ ต้น | ๔. หอมแดง 5 กลีบ |
| ๕. กระเทียม 5 กลีบ | ๖. ข้าว ๑ ช้อน |
| ๗. ขิง ๑ ช้อน | ๘. น้ำตาลทราย ๗ ช้อนโต๊ะ |
| ๙. ใบมะกรูด 3-4 ใบ | ๑๐. มะขามเปียก ๑ ลูก |

สูตรการทำมะพร้าวคั่ว

- | | |
|--------------------------|----------------|
| ๑. มะพร้าวขูด ๑ กิโลกรัม | ๒. ข้าว ๓ ช้อน |
| ๓. หอมแดง ๓ กลีบ | ๔. น้ำตาลแว่น |

สูตรการทำปลาป่น

- | | |
|--------------------------|------------------------|
| ๑. เนื้อปลาสด ๑ กิโลกรัม | ๒. เกลือ ๑ ช้อนชา |
| ๓. ตะไคร้หั่นฝอย | ๔. น้ำตาลทราย ๑ ช้อนชา |

สูตรการทำน้ำพริกข้าวยา

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

บรรยาย รูปแบบ วิธีการ แบบดั้งเดิม

(แนบภาพนิ่งเป็นไฟล์นามสกุล JPEG หรือ TIFF ไม่น้อยกว่า ๑๐ ภาพ ที่แสดงให้เห็นถึงรูปแบบดั้งเดิม และภาพเคลื่อนไหว ลงแผ่นซีดี/วีซีดี)



นำน้ำบูดู น้ำสะอาดตามสูตรใส่ลงไปหม้อ

บรรยาย รูปแบบ วิธีการ แบบปรับประยุกต์(ถ้ามี)

(แนบภาพนิ่งเป็นไฟล์นามสกุล JPEG หรือ TIFF ไม่น้อยกว่า ๑๐ ภาพ ที่แสดงให้เห็นถึงรูปแบบที่ปรับประยุกต์ และภาพเคลื่อนไหว ลงแผ่นซีดี/วีซีดี)



ทุบตะไคร้ ข่า จิง หอมแดง กระเทียม ตามสูตรใส่ในหม้อ



ปรุงรสใส่เครื่องปรุง น้ำตาลทราย มะขามเปียก ตามสูตรใส่ลงไปนหม้อ



จากนั้นนำหม้อไปตั้งไฟ เคี่ยวน้ำบูดูจนเดือด



เมื่อน้ำบูดูเดือดได้ที่ให้ใช้ไฟอ่อน และใส่ใบมะกรูด ๓-๔ ใบ
ลงไปเพื่อความหอมของน้ำบูดู แล้วเคี่ยวต่อจนน้ำบูดูสุกได้ที่



จากนั้นเอาไปกรองเอากากออก ชิมน้ำบูดูให้ได้รสเค็ม ๆ
หวาน ๆ แต่อย่าให้หวานมาก



การทำมะพร้าวคั่วข้าวยา



จากนั้นใส่ปลาในหม้อ ใส่ น้ำเล็กน้อย ใส่เกลือ ๑ ช้อนชา
แล้วนำไปนึ่งให้ปลาสุก รอให้เย็น แล้วทำการแกะเนื้อออก



นำเนื้อปลาที่ต้มสุก แกะเนื้อปลาออกจากก้างปลาให้
เรียบร้อย



จากนั้นนำเนื้อปลา ตะไคร้หั่นฝอยใส่ลงไปในกระทะ ตั้งไฟ
ให้ใช้ไฟอ่อน ตั้งกระทะคว่ำปลาอย่างสม่ำเสมอ ให้เนื้อปลา
ละเอียด คั่วต่อไปจนเนื้อปลาแห้ง นุ่มฟู



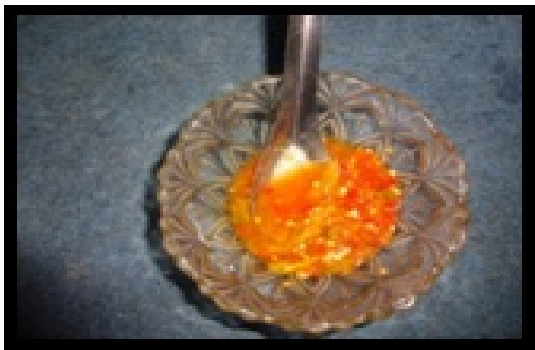
การทำปลาป่นข้าวยา



ผักที่นิยมใช้ประกอบในข้าวยาเพื่อโรยหน้า ได้แก่ ใบมะม่วง
หิมพานต์ ถั่วงอก ถั้วฝักยาวหั่นฝอย ตะไคร้หั่นฝอย ดอก
ดาหลา หอมแดงสดหั่นฝอย มะนาว ส้มโอ และมะม่วง
เปรี้ยว ฯลฯ



ข้าวยา ภาษามลายูเรียกว่า





undefined



undefined

7. การสร้างงานและรายได้

7.1 มีความสามารถในการผลิตเชิงปริมาณ พร้อมแสดง สาคิตและจำหน่ายในโอกาสต่างๆ
มี

(ระบุเหตุผล)

ภูมิปัญญาที่มีความสามารถในการผลิตข้าวยาได้ในปริมาณมากได้ และสามารถสาธิตและจำหน่ายในงาน
มหกรรมของอำเภอและจังหวัดนราธิวาสได้

7.2 การสร้างงานและรายได้ (ต่อครอบครัว/ชุมชน)
มี 5000 บาท/เดือน

8. ชื่อ - สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

ชื่อ - สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

นางปาศิยะ นามสกุลสะอู

ชื่อ และที่อยู่ของร้านจำหน่ายอาหาร

บ้านเลขที่ ๑๖๑/๓ หมู่ที่ ๑ ตำบลบุกิต อำเภอเจาะไอร้อง จังหวัดนราธิวาส รหัสไปรษณีย์ ๙๖๑๓๐

ที่อยู่ติดต่อได้สะดวก

บ้านเลขที่ ๑๖๑/๓ หมู่ที่ ๑ ตำบลบุกิต อำเภอเจาะไอร้อง จังหวัดนราธิวาส รหัสไปรษณีย์ ๙๖๑๓๐

โทรศัพท์ 0808901637 โทรสาร

E-mail

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

ภูมิปัญญาท้องถิ่นการทำข้าวยาไม่เคยได้รับรางวัลจากการทำอาหารพืชน้ำ ประเพณีข้าวยา

10. ผู้เรียบเรียงข้อมูล/ ผู้บันทึกข้อมูล/ รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรางวัลวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้องของข้อมูล

ผู้เรียบเรียงข้อมูล นางสาวนุรมา นามสกุล ตราแม

ตำแหน่ง ผู้ประสานงานวัฒนธรรมจังหวัดนราธิวาส

วัน/เดือน/ปี ที่เรียบเรียงข้อมูล วันที่ 15 เดือน กรกฎาคม ปี พ.ศ. 2557

ผู้บันทึกข้อมูล นางสาวนุรมา นามสกุล ตราแม

ตำแหน่ง ผู้ประสานงานวัฒนธรรมจังหวัดนราธิวาส

รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรางวัลวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้องของข้อมูล

1.

ตำแหน่ง

2.

ตำแหน่ง

3.

ตำแหน่ง

ผู้ตรวจสอบและอนุมัติ

ตำแหน่ง วัฒนธรรมจังหวัด

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