

รากวัฒนธรรม อาหาร

ระดับการคัดสรร

อำเภอ

1. ชื่ออาหาร

ชื่อหลัก : ข้าวย่ำสมุนไพร

ชื่ออื่นๆ เช่น ชื่อภาษาถิ่น (ถ้ามี):

2. แหล่ง

ชุมชน อำเภอ จะนะ ตำบล ช้างเผือก

3. ประเภทอาหาร

3.1 หมวดย่อย

3.2 ลักษณะ อาหารในชีวิตประจำวัน

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

ความเป็นมา (ภูมิหลัง/ความเชื่อ)

ข้าวย่ำถือว่าเป็นอาหารหลักของประชาชนในพื้นที่ภาคใต้โดยเอกลักษณ์ที่สำคัญของข้าวย่ำคือการนำผักหลายๆชนิดมาหั่นแล้ว และกั้มะพร้าวขูดคั่ว นำปลาที่ทอดแล้วและนํ้าบูดู มาร่วมผสมกันจึงเป็นอาหารที่มีหน้าตาสีส้มด้วยผักนานาชนิด และเอกลักษณ์ของข้าวย่ำคือจะมีรสชาติรู้สึกถึงความเค็มเพราะเครื่องที่ตกแต่งรสชาตินั้นเป็นเครื่องปลูกที่เพิ่มความเค็มโดยเฉพาะ เช่นปลาที่เค็มและส่วนผสมที่ขาดไม่ได้ของข้าวย่ำคือ น้ำบูดูที่ทำจากปลาเล็กๆ ที่หาจากทะเล ซึ่งเป็นเอกลักษณ์ปลาน้ำเค็ม เช่นเดียวกัน อาหารข้าวย่ำนั้นถือว่าเป็นอาหารประเภทข้าวของชาวบ้าน บ้านมูบาแรนเน ไปแล้ว เนื่องจากเป็นอาหารที่อยู่คู่สมัยกับผู้คนแล้ว ทุกคนจะสังเกตว่า วัตถุดิบในการปรุงข้าวย่ำนั้นมักหาง่ายตามบริเวณเขตพื้นที่บ้านของตนเองเพราะเป็นพืชผักที่ปลูกง่ายและขึ้นเองตามธรรมชาติ และพ่อค้าแม่ขายนิยมขายข้าวย่ำเป็นอย่างมาก เป็นว่าเกือบทุกเจ้าเพราะหนึ่งต้นทุนในการผลิตน้อย และเป็นอาหารจานเด็ด ที่ทุกคนมัก ซื้อไปกินเป็นอาหารเช้าก่อนทำงานหรือพาไปทำงาน พูดถึงลักษณะของข้าวย่ำข้างเผือก เป็นข้าวย่ำที่ปรุงปรุงรสชาติ ให้ตามยุคตามสมัยแต่เก็บไว้ความดั้งเดิมของข้าวย่ำจุดเด่นของข้าวย่ำมักอยู่ที่น้ำบูดู เพราะรสชาติของข้าวย่ำจะขึ้นอยู่กับน้ำบูดูเป็นหลักความพอดีคำ รสชาติ กลมกล่อมทานได้ทุกวัย ไม่เค็มมากจนเกินไป และไม่หวานจนเกินไปไม่หวานจนเกินขนาด น้ำบูดูส่วนใหญ่จะประกอบส่วนผสมด้วยน้ำตาลแว่น แต่ปัจจุบันทางกลุ่มได้นำข้าวย่ำ ๕สี เพื่อสุขภาพจุดเด่นของข้าวย่ำ ๕ สีคือ เน้นผักสมุนไพรที่สด สะอาด และปลอดภัยจากสารพิษ เนื่องจาก พืชผักปลูกกันเองและหาตามชายป่าในพื้นที่ตำบลช้างเผือก เพราะพื้นที่ตำบลช้างเผือกเป็นพื้นที่ภูเขาที่มีพื้นที่ขึ้นเองตามธรรมชาตินานาชนิด

อัตลักษณ์ (ที่โดดเด่น)

อัตลักษณ์ของข้าวยาข้างเผือก เป็นข้าวยาที่ปรับปรุงรสชาติให้ตามยุคตามสมัยแต่เก็บไว้ความดั้งเดิมของข้าวยา จุดเด่นของข้าวยามักอยู่ที่น้ำบูดู เพราะรสชาติของข้าวยาจะขึ้นอยู่กับน้ำบูดูเป็นหลัก ความพอดีคำ รสชาติกลมกล่อมทานได้ทุกวัย ไม่เค็มมากจนเกินไป และไม่หวานจนเกินไปไม่หวานจนเกินขนาด น้ำบูดูส่วนใหญ่จะประกอบส่วนผสมด้วยน้ำตาลแว่น แต่ปัจจุบันทางกลุ่มได้นำข้าวยา ๕ สี เพื่อสุขภาพ จุดเด่นของข้าวยา ๕ สีคือนั่นผักสมุนไพรที่สด สะอาด และปลอดภัยจากสารพิษ เนื่องจาก พืชผักปลูกกันเองและหาตามชายป่าในพื้นที่ตำบลข้างเผือก เพราะพื้นที่ตำบลข้างเผือกเป็นพื้นที่ภูเขาที่มีพื้นที่ขึ้นเองตามธรรมชาติมานานชนิด

ความสำคัญและคุณค่าทางสังคมและทางจิตใจที่มีในวิถีการดำเนินชีวิตของชุมชน นั้นๆ

ซึ่งข้าวยาเป็นที่ยอมรับเป็นอย่างมากของประชาชนทั่วไปเพราะเป็นอาหารที่ทุกคนทุกวัยสามารถรับประทานได้ และเหตุที่สำคัญของข้าวยานั้นเป็นอาหารปรุงง่ายและเป็นอาหารที่ชาวไทยมุสลิมที่นับถือศาสนาอิสลาม ได้ยอมรับถึงอาหารที่ถูกต้องตามหลักศาสนาอิสลาม (ถ้าเป็นข้าวยาดั้งเดิม) ที่สำคัญคือข้าวยาเป็นอาหารเพื่อสุขภาพโดยตรงเพราะเน้นที่เป็นผักที่มีประโยชน์ ไม่เน้นเนื้อสัตว์ ซึ่งถ้าเรามาแยกส่วนผสมของยานั้นก็นับได้ว่าส่วนผสมของเครื่องปรุงครบ ๕ หมู่

5. องค์ประกอบของอาหาร (สูตร)

ข้าวยาประกอบด้วย ข้าวที่หุงค่อนข้างแข็งนิดหน่อย มะพร้าวคั่ว กุ้งแห้งป่น พริกแห้งคั่วแล้วป่น ผักชนิดต่างๆ ผักที่นิยมใช้ประกอบในข้าวยา ได้แก่ สะตอหั่นฝอย ถั่วงอก ถั้วฝักยาวหั่นฝอย แตงกวา ตะไคร้หั่นฝอย ใบชะพลูหั่นฝอย ส้มโอฉีกเป็นชิ้นเล็กๆ บางที่อาจใส่ข้าวตังทอดหรือเส้นหมี่ทอดด้วยก็ได้ ส่วนผสมของน้ำบูดูปรุงรสนั้นทำโดยการนำน้ำบูดูมาต้มกับน้ำด้วยไฟอ่อนๆ ใส่ตะไคร้ทุบ หอมทุบ น้ำตาลปีบ ใบมะกรูด และข่าทุบ รสชาติจะค่อนข้างไปทางหวาน บางท่านอาจจะไม่ทราบว่าน้ำบูดูทำมาจากอะไร ก็จะขออธิบายคร่าวๆว่า น้ำบูดูได้จากการหมักปลาตัวเล็กๆ กับเกลือเม็ด โดยหมักไว้ในโอ่งหรือไห (ตามแต่จะหาได้) แล้วปิดผนึกอย่างดี ตากแดดทิ้งไว้อย่างน้อย 2-3 เดือน หรืออาจจะเป็นปี จึงนำมาใช้ได้ น้ำบูดูมีทั้งชนิดหวานและเค็ม ชนิดหวานใช้คลุกกับข้าวยาชนิดเค็มใช้ปรุงอาหารประเภทน้ำพริกเครื่องจิ้ม ข้าวยาปักษ์ใต้มีส่วนผสมและวิธีทำดังนี้

ส่วนผสม

- ข้าวสวย
- กุ้งแห้งป่น
- น้ามะนาว
- น้ำบูดูปรุงรส
- มะพร้าวขูดคั่ว
- พริกป่น

ผักสด/ผลไม้

- ถั้วฝักยาวซอยบาง
- แตงกวาผ่าสี่
- ตะไคร้หั่นฝอย
- ส้มโอแกะเป็นกลีบเล็กๆ
- ถั่วงอกเด็ดหาง

- ใบมะกรูดหั่นฝอย
- ใบชะพลูหั่น

ส่วนผสมน้ำบูดูปรุงรส

- น้ำบูดูเค็ม
- ตะไคร้ทุบ
- น้ำเปล่า
- น้ำตาลปีบ
- ข่าทุบ
- หอมแดงทุบ

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

บรรยาย รูปแบบ วิธีการ แบบดั้งเดิม

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



ข้าวย่ำสมุนไพร



บรรยาย รูปแบบ วิธีการ แบบปรับปรุงยุค(ถ้ามี)

(แนบภาพหนึ่งเป็นไฟล์นามสกุล JPEG หรือ TIFF ไม่น้อยกว่า ๑๐ ภาพ ที่แสดงให้เห็นถึงรูปแบบที่ปรับปรุงยุค และภาพเคลื่อนไหว ลงแผ่นซีดี/วีซีดี)

กุ้งแห้งป่น



น้ำมะนาว



น้ำบูดูปรุงรส



มะพร้าวขูดคั่ว



พริกป่น



ผักสดที่นิยมรับประทานกับข้าวยา



ข้าวยาสมุนไพร



ข้าวยาสมุนไพร



ข้าวยาสมุนไพร

7. การสร้างงานและรายได้

7.1 มีความสามารถในการผลิตเชิงปริมาณ พร้อมแสดง สถิติและจำหน่ายในโอกาสต่างๆ
มี

(ระบุเหตุผล)

7.2 การสร้างงานและรายได้ (ต่อครอบครัว/ชุมชน)

8. ชื่อ – สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

ชื่อ – สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

กลุ่มสตรีตำบลช้างเผือก อำเภอจะนะ จังหวัดนราธิวาส

ชื่อ และที่อยู่ของร้านจำหน่ายอาหาร

ที่อยู่ติดต่อได้สะดวก

หมู่ที่ ๖ ตำบลช้างเผือก อำเภอจะนะ จังหวัดนราธิวาส

โทรศัพท์ ๐๙ ๐๘๖๗ ๒๑๘๘ 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