

จังหวัดกาญจนบุรี

แบบบันทึกข้อมูล รากวัฒนธรรม อาหาร

ระดับการคัดสรร

ตำบล

1. ชื่ออาหาร

ชื่อหลัก : ต้มยำเห็ดโคน

ชื่ออื่นๆ เช่น ชื่อภาษาถิ่น (ถ้ามี):

2. แหล่ง

ชุมชน - อำเภอ บ่อพลอย ตำบล บ่อพลอย

3. ประเภทอาหาร

3.1 หมวดย่อย อาหารพื้นถิ่น

3.2 ลักษณะ คาว

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

ความเป็นมา (ภูมิหลัง/ความเชื่อ)

จังหวัดกาญจนบุรี เมื่อจะเริ่มก่อนเข้าฤดูหนาว จะมีฝนตกสลับกับอากาศร้อนอบอ้าว เป็นช่วงจังหวะที่เห็ดโคนจะออกในพื้นที่จังหวัดกาญจนบุรี เห็ดโคน มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า Termitomyces sp. ชื่อสามัญเห็ดโคน,เห็ดปลวก (Termite Mushroom) เห็ดโคน เป็นเห็ดที่ประชาชนทั่วไปรู้จักกันดีและนิยมรับประทานกันมาก เห็ดชนิดนี้เป็นเห็ดที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ แม้วานักเพาะเห็ดจะพยายามค้นหาวีธีเพาะเห็ดชนิดนี้ แต่ก็ยังไม่ประสบความสำเร็จ ประกอบกับเห็ดโคนเป็นเห็ดที่มีรสชาติอร่อยกว่าเห็ดชนิดอื่นๆ ที่พบในประเทศไทย จึงทำให้เห็ดโคนมีราคาแพงมาก ทำให้นักวิชาการการเกษตรพยายามคิดค้นหาวิธีการเพาะเห็ดชนิดนี้อยู่ตลอดเวลา ก็ได้แต่หวังว่าสักวันหนึ่งจะสามารถเพาะเห็ดโคนได้ ถึงวันนั้นเราจะได้มีเห็ดโคนรับประทานตลอดทั้งปี และเสริมสร้างรายได้ให้เกษตรกรไทย ตามปกติเห็ดโคนจะออกดอกระหว่างเดือนกันยายน ถึง เดือนตุลาคม ขึ้นกับสภาพภูมิอากาศ สภาพธรรมชาติที่เหมาะสมต่อการเจริญของเห็ดโคนจะต้องมีฝนตกลงมาเป็นปริมาณมากจนทำให้พื้นดินชุ่มฉ่ำ ต่อจากนั้นต้องมีอากาศร้อนอบอ้าวติดต่อกัน ๒ - ๓ วัน และมีฝนตกลงมาเป็นปริมาณมาก สภาพภูมิอากาศดังกล่าวจึงเหมาะแก่การกระตุ้นการออกของเห็ดโคนเป็นอย่างดี คุณค่าทางอาหารของเห็ดโคน จากการวิเคราะห์คุณค่าทางอาหารของเห็ดโคน พบว่า เห็ดโคนนอกจากจะมีรสชาติอร่อย เป็นที่นิยมของคนทั่วไปแล้วยังมีคุณค่าทางสารอาหารหลายอย่าง ดังนี้ - ความชื้น = ๘๘.๕ กรัม - คาร์โบไฮเดรต = ๕.๔ กรัม - แคลเซียม = ๙ มิลลิกรัม - เหล็ก = ๑.๖ มิลลิกรัม - แคลอรี = ๓๘ กรัม - โปรตีน = ๔.๒ กรัม - ฟอสฟอรัส = ๖ มิลลิกรัม - วิตามิน B 1 = ๐.๑๒ มิลลิกรัม - วิตามิน B 2 = ๐.๓๕ มิลลิกรัม - วิตามิน

B 3 = ๙ มิลลิกรัม เห็ดโคน มีลักษณะพิเศษในการนำมาปรุงเป็นอาหารคือจะไม่นิยมนั่นหรือแบ่งออกเป็นชิ้น แต่จะนำมาปรุงเป็นอาหารทั้งดอก และ สามารถนำมาทำเป็นอาหารได้หลายชนิดเช่น ต้มยำเห็ดโคน แกงเขียวหวานข้าวต้มเห็ดโคน แกงเลียง เห็ดเปรี้ยว เห็ดโคนย่าง ยำเห็ดโคน เห็ดโคนผัดน้ำมันหอย แกงป่าเห็ดโคน ฯลฯ

อัตลักษณ์ (ที่โดดเด่น)

เห็ดโคนเป็นเห็ดที่สามารถเจริญเติบโตได้ดีในสภาพธรรมชาติ ทั่วทุกภาคของประเทศไทย โดยเฉพาะจังหวัดกาญจนบุรี จากการศึกษาพบว่าเห็ดโคนจัดเป็นเห็ดที่มีความสัมพันธ์แน่นแฟ้นกับปลวก (termitophyte) โดยเห็ดชนิดนี้จะเจริญออกมาจากรังปลวก หรือ จอมปลวก ถ้าพบเห็ดโคนเจริญเติบโตบริเวณใดก็ตามและมีการขุดตามก้นดอกลงไปเรื่อยๆก็จะพบว่าเห็ดโคนเจริญเติบโตมาจากรังเลี้ยงตัวอ่อน (comb) หรือสวนเห็ด (fungus garden) เนื่องจากเห็ดโคนเมื่อเจริญเติบโตเต็มที่ (mature) ก็จะมีการสร้างสปอร์ สปอร์ดังกล่าวจะถูกลมพัดพาไปตกในบริเวณที่มีอินทรีย์วัตถุมากๆ อินทรีย์ วัตถุเหล่านี้มีกลิ่นหอมดึงดูดปลวกได้อย่างดีเพราะปลวกชอบกินอินทรีย์วัตถุ เป็นอาหาร พร้อมกับคาบอินทรีย์วัตถุเข้าไปในรังปลวกเพื่อเก็บอินทรีย์วัตถุไว้เป็นอาหาร สำหรับเลี้ยงตัวอ่อน สปอร์ของเห็ดโคนก็ติดเข้าไปพร้อมกับเจริญเติบโตเป็นเส้นใยภายในรังปลวก ต่อจากนั้นเส้นใยจะพัฒนาเป็นดอกเห็ดตุ่มเล็กๆ ขนาดเท่าหัวเข็มหมุด กระจายอยู่บริเวณสวนเห็ด ซึ่งอยู่ภายในรังเลี้ยงตัวอ่อน ถ้าสภาพแวดล้อม อุณหภูมิและความชื้นเหมาะสม ตุ่มดอกเห็ดจะค่อยๆพัฒนาไปเป็นดอกเห็ดต่อไปลักษณะเห็ดโคน ที่ยังตูมเห็ดโคนเป็นเห็ดที่มีหมวกดอกแข็งแรงมาก และมีลักษณะเป็นหัวลูกศร หรือสมอเรือ จึงสามารถดันผิวดินให้แตกออก และแทรกตัวเจริญเติบโตเหนือผิวดินบริเวณจอมปลวก ก้านดอกบริเวณที่ติดกับโคนดอกจะพองออก และมีเนื้ออัดแน่น จึงสามารถดันดอกเห็ดให้โผล่พ้นผิวดินขึ้นมา เมื่อดอกมีอายุมากขึ้น ก้านดอกก็ยืดยาวขึ้น บางครั้งก้านดอกจะมีลักษณะเป็นรูปทรงกระบอก มีขนาดโตสม่ำเสมอเท่ากันตลอด เมื่อเจริญเติบโตเต็มที่ หมวกดอกจะกางบานออกขนานกับผิวดิน บริเวณขอบหมวกดอกอาจจะงอนขึ้นเล็กน้อยก็ได้ ดอกเห็ดที่โผล่พ้นผิวดินขึ้นมาจะแห้งตายภายใน ๒ วัน

ความสำคัญและคุณค่าทางสังคมและทางจิตใจที่มีในวิถีการดำเนินชีวิตของชุมชน นั้นๆ

เห็ดโคนจะมีรูปร่างลักษณะคล้ายเห็ดทั่วไป ซึ่งประกอบด้วยส่วนต่างๆ ดังนี้ ๑. หมวกดอก (cap) ขนาดของหมวกดอกจะแตกต่างกัน ขึ้นกับความสมบูรณ์ของ ดอก แต่ตามปกติหมวกดอกมีเส้นผ่าศูนย์กลาง ประมาณ ๒ - ๒๐ เซนติเมตร ผิวด้านบนของหมวกดอกจะเรียบ หรือมีรอย ย่นเล็กน้อย หมวกดอกของเห็ดโคนมีสีน้ำตาลปนดำ น้ำตาลปนแดง หรือสีน้ำตาลก็ได้ การที่ดอกเห็ดมีสีแตกต่างกัน อาจเกิดเนื่องจากสภาพของดินที่เห็ดเจริญอยู่ก็ได้ ดอกเห็ดโคนบางชนิด จะมีเส้นละเอียดคล้ายริศมีกระจายออกไปยังขอบหมวกได้ ในระยะที่หมวกดอกเจริญเติบโตเต็มที่ เนื้อเยื่อภายในหมวกดอกจะมีสีขาว ตามปกติหมวกดอกของเห็ดโคนมีลักษณะค่อนข้างบาง ๒. ครีบดอก (gills) ครีบดอกของเห็ดโคนจะมีลักษณะเป็นแผ่นบางๆสีขาว บริเวณครีบดอก ของเห็ดโคนจะเป็นแหล่งสร้างสปอร์ ๓. สปอร์ (spore) เห็ดโคนจะมีสปอร์สีขาว เมื่อสปอร์แก่ก็หลุดร่วงออกจากครีบดอก ตก หล่นบริเวณนั้น หรืออาจถูกลมพัดพาไปตกยังบริเวณที่ข้างเคียง ถ้าสภาพแวดล้อมเหมาะสม สปอร์ก็จะงอกเส้นใยเจริญบนอินทรีย์วัตถุ ทำให้อินทรีย์วัตถุฟูพอง และมีกลิ่นหอมดึงดูดปลวกได้อย่างดี เมื่อปลวกมากินอินทรีย์วัตถุและนำอาหารบางส่วนเข้าไปเก็บสะสมในจอมปลวก สปอร์หรือเส้นใยเห็ดโคนก็จะติดเข้าไปและเจริญเติบโตภายในรังปลวกต่อไป ๔. ก้านดอก (stalk หรือ stripe) ตามปกติก้านดอกของเห็ดโคนจะมีความยาว ๕ - ๒๐ เซนติเมตร ตอนบนของก้านดอกจะมีสีขาว ส่วนตอนล่างของก้านดอกจะมีสีขาวหม่นและเปรอะเปื้อนสีของดิน โคนก้านดอกจะโผล่พ้นระดับดินขึ้นไป และมีลักษณะป่องออกเป็นกระเปาะ เมื่อนำมาปรุงอาหารจะมีรสชาติเหมือนไก่นั่น แต่ลักษณะกรูหรือรอบกว่า ก้านดอกของเห็ดโคนมีผิวเรียบ แต่เห็ดโคนบางชนิดก้านดอกจะย่นเป็นหยัก หรืออาจเป็นร่องเล็กน้อย ส่วนเนื้อเยื่อภายในก้านดอกจะมีสีขาวและละเอียด

แน่น ไม่มีรูกลวงตรงกลางดอก โคนก้านดอกใต้ระดับดินจะยาวเรียว มีสีน้ำตาลอ่อนปนเทา ก้านดอกส่วนนี้จะขาดง่าย จึงจำเป็นต้องใช้วิธีขุดเพื่อให้ได้ดอกที่สมบูรณ์ เห็ดโคน มีหลายชนิด แต่ละชนิดหมวกดอกจะมีลักษณะแหลม และมีความสัมพันธ์กับรัง ปลวกแทบทั้งสิ้น ส่วนสีของดอกจะมีแตกต่างกันขึ้นกับสภาพแวดล้อมและชนิดของเห็ด ดอกเห็ดพวกนี้มักจะพบรากติดมาด้วยเสมอ โดยเฉพาะถ้าขุดไล่ตามรากไปเรื่อยๆ รากของเห็ดจะสุดสิ้นที่รังปลวก เห็ดโคนที่พบ ทั่วไป ส่วนใหญ่เป็นเห็ดโคนพวก *Termitomyces fuliginosus* Heim เห็ดชนิดนี้มักพบจำหน่ายในตลาดจังหวัดกาญจนบุรี ในช่วงเดือนตุลาคม รากของดอกเห็ดโคนชนิดนี้จะยังลึกไปถึงรังปลวก ที่บริเวณปลายของหมวกดอกจะมีลักษณะแหลม มีสีน้ำตาลปนดำเป็นลายเส้นละเอียดกระจายเกือบครึ่งหนึ่งของหมวกดอก ดอกเห็ดเมื่อบานออกเต็มที่ จะมีเส้นผ่าศูนย์กลาง ๕ - ๕๐ เซนติเมตร ก้านดอกมีเส้นผ่าศูนย์กลาง ๑ - ๒ เซนติเมตร และมีความยาวประมาณ ๓ - ๕๐ เซนติเมตร ขึ้นกับความลึกของผิวดินจนถึงรังปลวก ก้านดอกตรงระดับผิวดินจะมีลักษณะโป่งเป็นกระเปาะเล็กน้อย จากนั้นจะยาวเรียวเล็กลงไปเรื่อยๆ จนถึงรังปลวก เนื้อของเห็ดมีสีขาว แน่นละเอียดและไม่มีรูกลวงตรงกลาง ส่วนครีบดอกจะมีสีขาว สปอร์มีสีครีมอ่อนๆ มีลักษณะเป็นรูปไข่

5. องค์ประกอบของอาหาร (สูตร)

เห็ดโคน , น้ำปลา , หอมแดง , ตะไคร้ , ใบมะกรูด , น้ำมะนาว , น้ำเปล่า

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 ที่แสดงให้เห็นถึงรูปแบบดั้งเดิมและภาพเคลื่อนไหว ลงแผ่นซีดี/วีซีดี)



ล้างเห็ดโคนให้สะอาด

บรรยาย รูปแบบ วิธีการ แบบปรับประยุกต์(ถ้ามี)
(แนบภาพนิ่งเป็นไฟล์นามสกุล JPEG หรือ TIFF ไม่น้อยกว่า ๑๐ ภาพ ที่แสดงให้เห็นถึงรูปแบบที่ปรับประยุกต์ และภาพเคลื่อนไหว ลงแผ่นซีดี/วีซีดี)



ล้างเห็ดโคนให้สะอาด



นำมาต้มเกลืออัดใส่โหล ซึ่งเป็นวิธีถนอมอาหารให้เห็ดโคนสามารถอยู่ได้นาน แล้วนำมาประกอบอาหารก็ยังคงมีรสชาติที่อร่อยดังเดิม



นำมาต้มเกลืออัดใส่โหล ซึ่งเป็นวิธีถนอมอาหารให้เห็ดโคนสามารถอยู่ได้นาน แล้วนำมาประกอบอาหารก็ยังคงมีรสชาติที่อร่อยดังเดิม



เห็ดโคน



น้ำปลา



หอมแดง



ตะไคร้



ใบมะกรูด



น้ำมะนาว



น้ำเปล่า



เห็ดโคน



น้ำปลา



หอมแดง



ตะไคร้



ใบมะกรูด

7. การสร้างงานและรายได้

7.1 มีความสามารถในการผลิตเชิงปริมาณ พร้อมแสดง สถิติและจำหน่ายในโอกาสต่างๆ
มี

(ระบุเหตุผล)

7.2 การสร้างงานและรายได้ (ต่อครอบครัว/ชุมชน)
มี 15000 บาท/เดือน

8. ชื่อ – สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

ชื่อ – สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

ร้านอาหารนิล

ชื่อ และที่อยู่ของร้านจำหน่ายอาหาร

นางสาวธัญญพัฒน์ ปิณฑจรัสศิริ

ที่อยู่ติดต่อได้สะดวก

ร้านอาหารนิล ตั้งอยู่เลขที่ ๒๗๗/๔ ม.๑ ต.บ่อพลอย อ.บ่อพลอย จ.กาญจนบุรี

โทรศัพท์ ๐๘ ๖๕๑๗ ๙๘๘๕ , ๐ ๓๔๖๒ ๘๒๔๙ โทรศัพท์ ๐ ๓๔๖๒ ๘๒๔๙-๕๐

E-mail

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

๑. ประกาศนียบัตร “ถูกปากนักชิม” ๒๕ ธันวาคม ๒๕๕๐ จังหวัดกาญจนบุรี
๒. ร้านอาหาร ๕ ดาว ๒๖ พฤษภาคม ๒๕๕๑ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข
๓. รางวัลชนะเลิศ “แกงป่าเห็ดโคน”งานเทศกาลเห็ดโคนและอัญมณีประจำปี ๒๕๕๑ เทศบาลตำบลบ่อพลอยและอำเภอบ่อพลอย
๔. รางวัลชนะเลิศ “เห็ดโคนผัดน้ำมันหอย”งานเทศกาลเห็ดโคนและอัญมณีประจำปี ๒๕๕๑ เทศบาลตำบลบ่อพลอยและอำเภอบ่อพลอย
๕. รางวัลชนะเลิศ “ยำเห็ดโคน”งานเทศกาลเห็ดโคนและอัญมณีประจำปี ๒๕๕๑ เทศบาลตำบลบ่อพลอยและอำเภอบ่อพลอย
๖. ร้านอาหาร ๕ ดาว ๓ มีนาคม ๒๕๕๒ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข
๗. ร้านอาหาร ๕ ดาว ๑๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๔ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข
๘. ร้านอาหาร ๕ ดาว ๑๖ พฤษภาคม ๒๕๕๕ กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข
๙. รายการจานเด็ด ๗ ย่านน้ำ รางวัลชนะเลิศ จานนี้ที่เด็ด สถานีโทรทัศน์ ช่อง ๗

10. ผู้เรียบเรียงข้อมูล/ ผู้บันทึกข้อมูล/ รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรากวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้องของข้อมูล

ผู้เรียบเรียงข้อมูล นางอัจฉริยา โจนวรฤทธิ์

ตำแหน่ง นักวิชาการวัฒนธรรมชำนาญการ

วัน/เดือน/ปี ที่เรียบเรียงข้อมูล วันที่ 19 เดือน พฤษภาคม ปี พ.ศ. 2557

ผู้บันทึกข้อมูล นายอรุณ ชมภูทอง

ตำแหน่ง เจ้าหน้าที่บันทึกข้อมูล

รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรากวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้องของข้อมูล

1.

ตำแหน่ง

2.

ตำแหน่ง

3.

ตำแหน่ง

ผู้ตรวจสอบและอนุมัติ นางชนิษฐา คำจันทร์แก้ว

ตำแหน่ง วัฒนธรรมจังหวัด

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