

จังหวัดกาฬสินธุ์

ระดับการคัดสรร

ตำบล

1. ชื่ออาหาร

ชื่อหลัก : ข้าวอกฮางกล้องบ้านจาน

ชื่ออื่นๆ เช่น ชื่อภาษาถิ่น (ถ้ามี):

2. แหล่ง

ชุมชน บ้านจาน อำเภอนาคู (เขาวง) ตำบล โนนนาจาน

3. ประเภทอาหาร

3.1 หมวดหมู่ อาหารสุภาพ

3.2 ลักษณะ อาหารในชีวิตประจำวัน

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

ความเป็นมา (ภูมิหลัง/ความเชื่อ)

วัฒนธรรมอาหารเป็นจุดเริ่มต้นและรากฐานสำคัญทั้งด้านความมั่นคงของอาหาร ด้านความปลอดภัย ด้านโภชนาการและสุขภาพ ผ่านการสืบทอดภูมิปัญญามาตั้งแต่บรรพบุรุษจนถึงปัจจุบัน ในสมัยโบราณความหลากหลายของพืชพันธุ์ ทำให้เกิดความหลากหลายของอาหารที่แตกต่างกันไปตามบริบทของแต่ละพื้นที่ นอกจากนี้ วิธีการรับประทานอาหารก็บ่งบอกถึงความหลากหลายของอาหาร รสชาติ และพืชผักที่นอกจากจะได้คุณค่าทางโภชนาการแล้ว ยังปลอดภัยจากยาฆ่าแมลงและสารเคมี อีกทั้งยังเป็นการส่งเสริมความรัก ความอบอุ่นในครอบครัว แต่ปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงบริบทของสังคม เศรษฐกิจ วัฒนธรรมและความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี มีผลทำให้วิถีชีวิตและพฤติกรรมการบริโภคของคนไทยในปัจจุบันเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม ภูมิปัญญาดั้งเดิม รูปแบบการปรุง วิธีการบริโภค และวัฒนธรรมอาหารกำลังถูกกลืนหายไป เกิดพฤติกรรมการบริโภคไม่เหมาะสม มองข้ามองค์ความรู้ ภูมิปัญญาและคุณค่าอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย อาหารมีความเกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน อาหารแต่ละอย่างมีวัตถุดิบที่นำมาใช้ในการผลิตอาหารแตกต่างกัน ตามเชื้อชาติและเผ่าพันธุ์ ซึ่งมีทั้งอาหารคาว อาหารว่าง อาหารหวาน การทำข้าวอกฮางกล้อง นับเป็นภูมิปัญญาที่สืบทอดมาจากบรรพบุรุษ ปู่ย่า ตายาย เนื่องจากสมัยโบราณการทำนาลำบาก ลูกหลานคนในครอบครัวรอข้าวสุกพอเกี่ยวข้าวไม่พอกินจึงนำข้าวที่ยังไม่แก่จัด (เดิมเรียกข้าวพอสอง หมายถึงข้าวแก่ระยะปานกลางยังไม่แก่จัดถึงขั้นพอกเกี่ยว) มาทำข้าวฮางเก็บไว้กินได้นาน แต่ภายหลังไม่ค่อยมีการทำข้าวฮางจนเกือบจะสูญหายไปจากหมู่บ้าน จนเมื่อปี พ.ศ. ๒๕๕๐ นายบัวลา เวินชุม สามีของ นางบุญซ้อน เวินชุม ประธานกลุ่มฯ และนายบุญตา สีลา ได้ไปอบรมที่โรงแรมริมปาว อำเภอมือกาฬสินธุ์ ได้ชิมข้าวฮาง ข้าวกล้อง ของแม่ละเอียด (ไม่ทราบนามสกุล) จากอำเภอสว่างแดนดิน จังหวัดหนองบัวลำภู รู้สึกว่ารสชาติอร่อยจึงนำกลับมารับประทานที่บ้าน และต่อมาได้รับกระแสพระ

ราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เรื่องการทำข้าวกล้องงอก ซึ่งกระบวนการทำก็ง่าย แต่มีคุณค่าทางอาหารสูง นางบุญซ็อน เวินซุม จึงได้ทดลองทำดูปรากฏว่าได้ผลดี โดยข้าวที่นำมาหุงมีกลิ่นหอม นุ่ม อร่อย จึงได้ตั้งชื่อว่าข้าวงอกฮางกล็อง จากนั้นจึงเริ่มชักชวนเพื่อบ้านที่สนใจมาช่วยกันผลิตโดยตั้งเป็นกลุ่มขึ้น ผลิตและจำหน่ายข้าวฮางกล็อง ซึ่งได้รับความสนใจจากผู้ที่ได้ชิมและรับประทานทั่วไป จึงมีผู้สั่งซื้อมาเรื่อย ๆ และทางกลุ่มได้นำข้าวเปลือกไปตรวจสอบสารเคมีตกค้าง ก็ปรากฏว่าปลอดภัย พิษ สมาชิกกลุ่มจึงได้เพิ่มการผลิตและขยายเป็นผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ เพิ่มขึ้น

ข้าวฮางกล็อง เป็นข้าวสารแปรรูปที่ผลิตขึ้นตามกรรมวิธี ซึ่งเป็นภูมิปัญญาของชาวอีสานมาแต่ดั้งเดิม โดยการนำเอาข้าวเปลือกมาแช่น้ำไว้ เพื่อกระตุ้นให้สารอาหารต่าง ๆ จากเปลือกข้าวซึมเข้าไปในเมล็ดข้าว แล้วจึงนำมานึ่ง เพื่อจัดเก็บสารอาหารให้คงไว้ แล้วนำข้าวเปลือกไปตากให้แห้ง และนำไปสีโดยเครื่องสีข้าวกระเทาะเปลือกอาจจะเรียกได้นาน่าข้างฮางมาแช่น้ำทำให้งอก จะทำให้ข้าวมีสารอาหาร โดยเฉพาะ GABA ที่มีส่วนในเรื่องความจำ และเป็นสารอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกายเพิ่มขึ้น แล้วนำไปสีกระเทาะเปลือกเป็นข้าวกล้องซึ่งโดยปกติแล้วในตัวข้าวกล้องเองประกอบด้วยสารอาหารจำนวนมาก เช่น โยอาอาหาร กรดไฟติก วิตามินซี วิตามินเอ และ GABA (gamma amino butyric acid) ซึ่งช่วยป้องกันโรคต่าง ๆ

เช่น โรคมะเร็ง เบาหวาน และช่วยในการควบคุมน้ำหนักตัว เป็นต้น ซึ่งนอกจากจะได้ประโยชน์จากการที่มีปริมาณสารอาหารที่สูงขึ้นแล้ว ยังทำให้ข้าวฮางกล็องที่หุงสุกมีเนื้อสัมผัสที่อ่อนนุ่มรับประทานได้ง่ายกว่าข้าวกล้องธรรมดาอีกด้วย จึงง่ายแก่การหุงรับประทานได้โดยไม่ต้องผสมกับข้าวขาวตามความนิยมของผู้บริโภค

อัตลักษณ์ (ที่โดดเด่น)

เป็นข้าวที่ปลูกในพื้นที่อำเภอเขาวง อำเภอนาคู จังหวัดกาฬสินธุ์ ซึ่งมีคุณลักษณะพิเศษตามสิ่งบ่งชี้ทางภูมิศาสตร์ (Geographical Indication : GI) จนได้ขึ้นชื่อว่าเป็นแหล่งข้าวเขาวง นาคู ปลูกแบบเกษตรอินทรีย์ ข้าวที่ได้จะมีกลิ่นหอม นุ่ม ปลอดภัย/สารเคมี ปลูกเองและผลิตเองในชุมชน

คุณประโยชน์ของสารในข้าวฮางกล็อง

๑. มีสารต้านอนุมูลอิสระกลุ่มฟีนอลิก (Phenolic compounds) ช่วยยับยั้งการเกิดฝ้าชะลอความแก่
๒. สารออริซานอล (orizanal) ช่วยควบคุมระดับ ลดอาการผิดปกติของวัยทอง
๓. สารกาบา (GABA) ช่วยป้องกันโรคอัลไซเมอร์ (ความจำเสื่อม) ช่วยผ่อนคลาย ทำให้จิตใจสงบ หลับสบาย ลดความเครียดวิตกกังวล ลดความดันโลหิต
๔. เยื่อใยอาหาร (food fiber) ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ป้องกันมะเร็งลำไส้ และลดอาการท้องผูก
๕. วิตามินอี (Vitamin E) ลดการเหี่ยวย่นของผิว

ความสำคัญและคุณค่าทางสังคมและทางจิตใจที่มีในวิถีการดำเนินชีวิตของชุมชน นั้นๆ

เป็นข้าวที่ปลูกในพื้นที่อำเภอเขาวง อำเภอนาคู จังหวัดกาฬสินธุ์ ซึ่งมีคุณลักษณะพิเศษตามสิ่งบ่งชี้ทางภูมิศาสตร์ (Geographical Indication : GI) จนได้ขึ้นชื่อว่าเป็นแหล่งข้าวเขาวง นาคู ปลูกแบบเกษตรอินทรีย์ ข้าวที่ได้จะมีกลิ่นหอม นุ่ม ปลอดภัย/สารเคมี ปลูกเองและผลิตเองในชุมชน

คุณประโยชน์ของสารในข้าวฮางกล็อง

๑. มีสารต้านอนุมูลอิสระกลุ่มฟีนอลิก (Phenolic compounds) ช่วยยับยั้งการเกิดฝ้าชะลอความแก่
๒. สารออริซานอล (orizanal) ช่วยควบคุมระดับ ลดอาการผิดปกติของวัยทอง
๓. สารกาบา (GABA) ช่วยป้องกันโรคอัลไซเมอร์ (ความจำเสื่อม) ช่วยผ่อนคลาย ทำให้จิตใจสงบ หลับสบาย ลดความเครียดวิตกกังวล ลดความดันโลหิต

๔. เยื่อใยอาหาร (food fiber) ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ป้องกันมะเร็งลำไส้ และลดอาการท้องผูก
๕. วิตามินอี (Vitamin E) ลดการเหี่ยวย่นของผิว

องค์ประกอบของอาหาร

ข้าวที่สามารถนำมาทำข้าวกล้องงอกได้แก่ ข้าวหอมมะลิ ๑๐๕ ข้าวมะลิแดง ข้าวหอมนิล (ข้าวมะลิดำ) ข้าวเหนียว กข ๖ ข้าวเก่า (ข้าวเหนียวดำ)

5. องค์ประกอบของอาหาร (สูตร)

วิธีการประกอบอาหาร(ขั้นตอนการผลิต)

๑. นำข้าวเปลือกมาแช่น้ำประมาณ ๒๔ ชั่วโมง จากนั้นนำไปใส่กระสอบหมักไว้อีก ๒๔ ชั่วโมงเพื่อให้ข้าวแตกงอก
๒. นำข้าวที่งอกแล้วมาล้างให้สะอาดแล้วนำไปนึ่งให้สุก
๓. นำข้าวที่นึ่งจนสุกแล้วไปผึ่งลมในที่โล่งแจ้งให้แห้งสนิทแล้วนำมาสีด้วยเครื่องสีข้าวกล้อง
๔. เมื่อสีเป็นข้าวสารแล้วนำมาเก็บกาก ส่งเจียนให้สะอาด
๕. บรรจุถุงสุญญากาศเพื่อให้สามารถเก็บไว้ได้นานยิ่งขึ้น วิธีการหุงข้าวกล้องงอกให้ได้อร่อย

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

บรรยาย รูปแบบ วิธีการ แบบดั้งเดิม

บรรยาย รูปแบบ วิธีการ แบบปรับปรุงยุค(ถ้ามี)

๑. เมื่อเปิดถุงใช้แล้วควรปิดให้สนิทเพื่อป้องกันหนูและแมลงสาบมาแพร่เชื้อ ๒. การหุงแต่ละครั้งควรหุงให้พอดีสำหรับการรับประทานในแต่ละมื้อเพื่อป้องกันการสูญเสียวิตามิน ๓. เริ่มจากการชาน้ำข้าวกล้องก่อนหุง ควรชาน้ำไม่เกิน ๑-๒ ครั้ง เพราะการชาน้ำหลายรอบจะทำให้สูญเสียวิตามินบางชนิดที่ละลายน้ำไปได้ โดยการหุงควรเป็นสัดส่วน ข้าวต่อน้ำ ๑ ต่อ ๒ ส่วน หรือให้น้ำพ้นจากระดับข้าวประมาณ ๒ ข้อมือแล้วหุงตามปกติ ๔. เมื่อหุงสุกแล้วให้ถอดปลั๊กทันที และรับประทานทันทีได้ก็จะดีมาก เพราะวิตามินบางชนิดเมื่อถูกความร้อนนาน ๆ จะทำให้เสื่อมสลายไปได้โดยง่าย ยิ่งถ้าเสียทั้งวันทั้งคืนวิตามินหรือแร่ธาตุที่สำคัญก็จะไม่เหลืออยู่เลย

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

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



ผลิตภัณฑ์พร้อมจำหน่าย



ผลิตภัณฑ์พร้อมจำหน่าย



ผลิตภัณฑ์พร้อมจำหน่าย



สลากผลิตภัณฑ์ที่รับรองคุณภาพ



ตัวอย่างข้าวฮางกล้อง



ผลิตภัณฑ์พร้อมจำหน่าย



สมาชิกกลุ่มวิสาหกิจชุมชน



สมาชิกกลุ่มวิสาหกิจชุมชน



ผลิตภัณฑ์พร้อมจำหน่ายและใบรับรองคุณภาพ



ผลิตภัณฑ์พร้อมจำหน่าย

7. การสร้างงานและรายได้

7.1 มีความสามารถในการผลิตเชิงปริมาณ พร้อมแสดง สาธิตและจำหน่ายในโอกาสต่างๆ
มี

(ระบุเหตุผล)

สถานที่จำหน่าย

๑. กลุ่มวิสาหกิจชุมชนข้าววงอกฮางกล้องบ้านจาน เลขที่ ๑๒๒ หมู่ที่ ๑ ตำบลโนนนาราน อำเภอโนนาคู จังหวัดกาฬสินธุ์

๒. สถาบันการเงินชุมชนบ้านจาน หมู่ที่ ๑ ตำบลโนนนาราน อำเภอโนนาคู จังหวัดกาฬสินธุ์

๓. ศูนย์สาธิตการตลาดบ้านจาน หมู่ที่

๑ ตำบลโนนนาราน อำเภอโนนาคู จังหวัดกาฬสินธุ์

๔. ศูนย์ OTOP จังหวัดกาฬสินธุ์ อำเภอเมืองกาฬสินธุ์ จังหวัดกาฬสินธุ์

๕. ร้าน Q Shop สำนักงานปศุสัตว์จังหวัดกาฬสินธุ์

๖. ตลาดสดเทศบาลตำบลนาคู อำเภอโนนาคู จังหวัดกาฬสินธุ์

7.2 การสร้างงานและรายได้ (ต่อครอบครัว/ชุมชน)

มี 5000 บาท/เดือน

8. ชื่อ – สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

ชื่อ – สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

นางบุญซอน เวินชุม

ชื่อ และที่อยู่ของร้านจำหน่ายอาหาร

กลุ่มวิสาหกิจชุมชนข้าววงอกฮางกล้องบ้านจาน

ที่อยู่ติดต่อได้สะดวก

ที่อยู่เลขที่ ๑๒๒ หมู่ที่ ๑ ตำบลโนนนาจาน อำเภอนาคู จังหวัดกาฬสินธุ์

โทรศัพท์ ๐๘๐-๑๙๗๒๗๐๕ โทรสาร

E-mail

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

๑.มาตรฐานเกษตรอินทรีย์ GAP ปี พ.ศ. ๒๕๕๕

๒. การคัดสรรหนึ่งตำบล หนึ่งผลิตภัณฑ์ OTOP ระดับ ๔ ดาว เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๕๕

๓. ใบรับรองผลการตรวจสอบและรับรองมาตรฐานการผลิตข้าวอินทรีย์ เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๕๕

10. ผู้เรียบเรียงข้อมูล/ ผู้บันทึกข้อมูล/ รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรางวัลวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้องของข้อมูล

ผู้เรียบเรียงข้อมูล นางกรรณิการ์ ประทุมชาติ

ตำแหน่ง นักวิชาการวัฒนธรรมชำนาญการ

วัน/เดือน/ปี ที่เรียบเรียงข้อมูล วันที่ 30 เดือน กันยายน ปี พ.ศ. 2557

ผู้บันทึกข้อมูล นางณัฐวดี รอดภัย

ตำแหน่ง นักวิชาการวัฒนธรรมชำนาญการ

รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรางวัลวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้องของข้อมูล

1.

ตำแหน่ง

2.

ตำแหน่ง

3.

ตำแหน่ง

ผู้ตรวจสอบและอนุมัติ

ตำแหน่ง วัฒนธรรมจังหวัด

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