

จังหวัดกำแพงเพชร

ระดับการคัดสรร

อำเภอ

1. ชื่ออาหาร

ชื่อหลัก : แกงบอน บ้านโนนทอง ตำบลโนนพลวง อำเภอลานกระบือ จังหวัดกำแพงเพชร

ชื่ออื่นๆ เช่น ชื่อภาษาถิ่น (ถ้ามี): -

2. แหล่ง

ชุมชน - อำเภอ ลานกระบือ ตำบล โนนพลวง

3. ประเภทอาหาร

3.1 หมวดหมู่ อาหารพื้นถิ่น

3.2 ลักษณะ คาว

-

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

ความเป็นมา (ภูมิหลัง/ความเชื่อ)

แกงบอน อาหารท้องถิ่นพื้นบ้าน ที่มีมาแต่โบราณ เป็นพืชที่มีอยู่ตามธรรมชาติ ปัจจุบันหายาก จะต้องปลูกเนื่องจากแหล่งน้ำ ตามธรรมชาติ เช่น ห้วย หนอง คลอง บึง ได้ถูกมนุษย์นำดินมาถมเพื่อเป็นแหล่งปลูกสร้างที่อยู่อาศัย การตัดต้นบอนตรงโคนอ่อนและก้านอ่อน นำมาประกอบอาหาร ส่วนมากจะหารับประทานได้ยาก เพราะจะปลูกในบางพื้นที่เท่านั้น แกงบอนเชื่อว่าหลายๆ คนคงไม่เคยกินแกงบอนชนิดนี้ เป็นแกงบอนไทยๆ ของเราที่วัตถุดิบส่วนใหญ่จะมาจาก ของที่มีในท้องถิ่น บางชนิดต้องรู้ว่าอะไรถึงจะไม่มีพิษ นับเป็นภูมิปัญญาด้านอาหารของคนไทยเลยก็ว่าได้ อย่างเช่น บอนถ้าปรุงไม่สุกแล้วเอามากิน รับรองว่าต้องคันคอจนต้องไปหาหมอ แต่คนโบราณมีเคล็ดลับและความเชื่อว่า บอนที่นำมาแกงให้ตัดจากบอนที่อยู่ ในน้ำ ถ้าบอนที่อยู่ในที่แห่งเวลานำมาแกงรับประทานจะคันปาก และขณะที่ นำบอนที่ผ่านหรือหั่นไว้ใส่หม้อ ให้กลั่นใจหยิบใส่ ๓ ครั้ง จากนั้นก็ใส่เครื่องปรุงตามปกติ เป็นความเชื่อตั้งแต่บรรพบุรุษปฏิบัติสืบต่อกันมาว่า ทำเช่นนั้นบอนที่แกงเวลากินไม่คันปาก

อัตลักษณ์ (ที่โดดเด่น)

แกงบอน มีรสชาติกลมกล่อม ประกอบด้วย หวาน มัน อมเปรี้ยว มีกลิ่นหอมของปลาย่าง ขนรับประทาน ซึ่งเป็นอัตลักษณ์ที่โดดเด่น

ความสำคัญและคุณค่าทางสังคมและทางจิตใจที่มีในวิถีการดำเนินชีวิตของชุมชน นั้นๆ
แกงบอน จัดเป็นอาหารคาว ที่เกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของคนชนบท โดยเฉพาะชาวไร่ ชาวนา ซึ่งเมื่อเสร็จจาก
ภารกิจการทำงาน จะมาทำอาหารเย็น ซึ่งบอนเป็นพืชที่มีอยู่ตามแหล่งน้ำธรรมชาติ ที่ขึ้นอยู่ในท้องถิ่น เมื่อเสร็จ
จากการทำนาทำไร่ ก็จะตัดบอน มาปรุงเป็นอาหารมื้อเย็น การทำก็ไม่ยุ่งยาก ทุกคนจะมีส่วนร่วมในการทำ
โดยแบ่งหน้าที่กันเช่น ปอกบอน ปอกมะพร้าวและ ชูตมะพร้าว ตำพริกแกง เป็นต้น เป็นการสร้างความรัก
ความสามัคคีภายในครอบครัว ซึ่งปัจจุบัน กำลังเลือนหายไปจากสังคมไทย

5. องค์ประกอบของอาหาร (สูตร)

แกงบอน เป็นอาหารพื้นบ้านของบ้านโนนทอง ตำบลลานกระบือ อำเภอลานกระบือ ซึ่งควรจะอนุรักษ์
และสืบทอดสู่เยาวชนรุ่นหลังได้ศึกษาเรียนรู้ สำหรับทำรับประทานภายในครอบครัว หรือสามารถนำไป
ประกอบเป็นอาชีพ สูตรแกงบอน มีดังนี้

๑. พริกแกง (ประกอบด้วย ข่า ตะไคร้ หอม กระเทียม กระชาย พริกแห้งเม็ดใหญ่ กะปิตำให้ละเอียด)
๒. บอน (ปอกเปลือกต้นบอน ผานเป็นชิ้น ๆ ยาวประมาณ ๓ นิ้ว)
๓. กะทิ (คั้นกะทิเอาหัวกะทิไว้ผัดพริกแกง หางกะทิใส่หม้อไว้ต้มบอน)
๔. ปลาย่าง (ใส่พอประมาณ ขึ้นอยู่กับปริมาณที่จะแกงว่ามากหรือน้อย)
๕. มะขามเปียก (คั้นเอาแต่น้ำ)
๖. น้ำตาลปีบ และน้ำตาลทราย
๗. ใบมะกรูด
๘. เกลือ (ใช้แทนน้ำปลา)

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 และ

ภาพเคลื่อนไหว ลงแผ่นซีดี/วีซีดี)

บรรยาย รูปแบบ วิธีการ แบบประยุกต์(ถ้ามี)

(แนบภาพนิ่งเป็นไฟล์นามสกุล JPEG หรือ TIFF ไม่น้อยกว่า ๑๐ ภาพ ที่แสดงให้เห็นถึงรูปแบบที่ปรับประยุกต์ และ

ภาพเคลื่อนไหว ลงแผ่นซีดี/วีซีดี)



บอน เป็นพืชที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ เช่น ห้วย หนอง คลอง บึง



๒. ปอกเปลือกบอนให้หมด ใส่ถุงมือจะช่วยป้องกัน มิให้เกิดอาการคันที่มือ



๓. ปลอกเปลือกให้หมด



๔. หั่นเป็นชิ้น ๆ



๕. นำไปต้มในน้ำเดือด



๖. เทน้ำต้มทิ้ง ปั่นน้ำให้แห้ง



๗. ตำน้ำพริกแกงเผ็ด



๘. ย่างเนื้อวัวหรือเนื้อหมู ตามชอบ



๙. นำพริกแกงไปผัดหัวกะทิ แล้วนำเนื้ออย่างใดลงไป บางรายอาจใส่ปลาอย่างแทนก็ได้ ตามแต่ความชอบ



๙. นำบอนลงไปใส่ เติมน้ำกะทิ ปรงรส โดยจะมี ๓ รส คือ เปรี้ยวอมหวาน ก่อนนยกลง ต้องฉีกใบมะกรูดใส่ลงไปจะมีกลิ่นหอมน่ารับประทาน



๑๐. ใส่ถ้วยพร้อมรับประทานกับข้าวสวย

7. การสร้างงานและรายได้

7.1 มีความสามารถในการผลิตเชิงปริมาณ พร้อมแสดง สถิติและจำหน่ายในโอกาสต่างๆ
มี
(ระบุเหตุผล)

สามารถประกอบเป็นอาชีพเสริม หลังจากว่างจากการทำไร่ ทำนา ระหว่างรอผลผลิต

7.2 การสร้างงานและรายได้ (ต่อครอบครัว/ชุมชน)
ไม่มี

8. ชื่อ – สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

ชื่อ – สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

นางสาวจำลอง บุญล้ำ

ชื่อ และที่อยู่ของร้านจำหน่ายอาหาร

นางสาวจำลอง บุญล้ำ

ที่อยู่ติดต่อได้สะดวก

๑๒๕/๑ หมู่ที่ ๒ บ้านโนนทอง ต.โนนพลวง อ.ลานกระบือ จ.กำแพงเพชร

โทรศัพท์ ๐๘๔-๓๓๗๔๓๓๖๒ โทรสาร -

E-mail

-

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

-

10. ผู้เรียบเรียงข้อมูล/ ผู้บันทึกข้อมูล/ รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรากวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้อง
ของข้อมูล

ผู้เรียบเรียงข้อมูล นางวรรณภา ทัพมงคล

ตำแหน่ง นักวิชาการวัฒนธรรมชำนาญการ

วัน/เดือน/ปี ที่เรียบเรียงข้อมูล วันที่ 7 เดือน พฤษภาคม ปี พ.ศ. 2557

ผู้บันทึกข้อมูล นางวรรณภา ทัพมงคล

ตำแหน่ง นักวิชาการวัฒนธรรมชำนาญการ

รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรากวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้องของข้อมูล

1. นางสาวพรพรรณ คุ้มเปี่ยม

ตำแหน่ง นักวิชาการวัฒนธรรมชำนาญการพิเศษ

2.

ตำแหน่ง

3.

ตำแหน่ง

ผู้ตรวจสอบและอนุมัติ น

ตำแหน่ง วัฒนธรรมจังหวัด

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