

จังหวัดขอนแก่น

ระดับการคัดสรร

อำเภอ

1. ชื่ออาหาร

ชื่อหลัก : ลาบปูนาใส่มะกอก ต้มปลาสระแก้ว

ชื่ออื่นๆ เช่น ชื่อภาษาถิ่น (ถ้ามี):

2. แหล่ง

ชุมชน บ้านวังหิน หมู่ 7 อำเภอ เปือยน้อย ตำบล สระแก้ว

3. ประเภทอาหาร

3.1 หมวดหมู่ อาหารพื้นถิ่น

3.2 ลักษณะ คาว

รับประทานเป็นอาหารทั่วไป ตามฤดูกาล หลังจากเก็บเกี่ยวข้าวแล้ว ปูจะมีความมันอยู่ในตัว ทำให้อร่อย

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

ความเป็นมา (ภูมิหลัง/ความเชื่อ)

ขั้นตอนการทำลาบปู วิธีทำ 1.นำปูไปล้างให้สะอาด เพื่อกำจัดเศษดิน เศษหญ้า ออกจากตัวปูให้หมด แกะปู เอาส่วนอกมาโขลกให้ละเอียด กระตองแคะเอามันปู 2.เมื่อโขลกเนื้อปูได้แล้ว ให้ผสมน้ำเล็กน้อย เพื่อให้มีน้ำจากเนื้อปู นำไปตั้งไฟอ่อน ๆ คั่วแห้งพอสมควร 3.นำไปผสมคลุกเคล้ากับเครื่องปรุง ที่ประกอบไปด้วย พริกป่น ข้าวคั่ว ข่าแก่เล็กน้อย เกล็ดปลาคั่ว (เครื่องปรุงต้องคั่ว แล้วนำมาโขลกให้ละเอียดก่อนคลุกเคล้า) 4. น้ำปลา น้ำมะขามเปียก อาจใช้มะกอกสุกเพิ่มกลิ่น และรสชาติ หากไม่มีใช้น้ำมะนาว ผสมคลุกเคล้าให้เข้ากัน ชิมรสตามใจชอบ 5. หอมหัวแดงหั่นฝอย ใบสาระแหน่ ใบมะกรูดหั่นฝอย ตะไคร้หั่นฝอย เพื่อประดับตกแต่งให้สวยงาม นำรับประทาน 6. เลือกผักแนมตามใจชอบ

อัตลักษณ์ (ที่โดดเด่น)

ปูนาต้องขุดเอาในรู จะมีความมันและอร่อยกว่าปูที่จับเอาตามน้ำทั่วไป การรับประทานปูนา จะช่วยให้เลือดลมไหลเวียนสะดวก

และช่วยกระจายโลหิต ไม่ทำให้เลือดข้น

ความสำคัญและคุณค่าทางสังคมและทางจิตใจที่มีในวิถีการดำเนินชีวิตของชุมชน นั้นๆ

5. องค์ประกอบของอาหาร (สูตร)

เครื่องปรุง

ปูนา

มะกอกสุก

พริกป่น

ข้าวคั่ว

ข่าแก่ คั่วป่น

น้ำปลา

น้ำปลาร้าต้มสุก

หอมหัวแดงหั่นฝอย

ใบมะกรูดหั่นฝอย

ตะไคร้หั่นฝอย

ผักเคียง เช่น แตง ถั่วฝักยาว พืชสมุนไพร เช่น ยอดคัตแค้ ยอดสังข์ ใบชพล ใบบัวบก ดอกอัญชัน

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)

ขั้นตอนการทำลาบปู วิธีทำ 1.นำปูไปล้างให้สะอาด เพื่อ
กำจัดเศษดิน เศษหญ้า ออกจากตัวปูให้หมด แกะปูเอาส่วน
อกมาโขลกให้ละเอียด กระตองแคะเอามันปู 2.เมื่อโขลกเนื้อ
ปูได้แล้ว ให้ผสมน้ำเล็กน้อย เพื่อให้มีน้ำจากเนื้อปู นำไปตั้ง
ไฟอ่อน ๆ คั่วแห้งพอสมควร 3.นำไปผสมคลุกเคล้ากับ
เครื่องปรุง ที่ประกอบไปด้วย พริกป่น ข้าวคั่ว ข่าแก่เล็กน้อย
เคล็ดลับความอร่อย (เครื่องปรุงต้องคั่ว แล้วนำมาโขลกให้
ละเอียดก่อนคลุกเคล้า) 4.น้ำปลา น้ำมะขามเปียก อาจใช้
มะกอกสุกเพิ่มกลิ่น และรสชาติ หากไม่มีใช้น้ำมะนาว ผสม
คลุกเคล้าให้เข้ากันชิมรสตามใจชอบ 5. หอมหัวแดงหั่นฝอย
ใบสาระแหน่ ใบมะกรูดหั่นฝอย ตะไคร้หั่นฝอย เพื่อประดับ
ตกแต่งให้สวยงาม นำรับประทาน 6. เลือกผักแนมตามใจ
ชอบ

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

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



นำปูไปล้างน้ำให้สะอาด เอาเศษดิน เศษหญ้าออกให้หมด



ปูนำมาไปล้างให้สะอาด



นำปูไปล้างให้สะอาด



นำปูมาแกะเอามันออกจากกระดอง



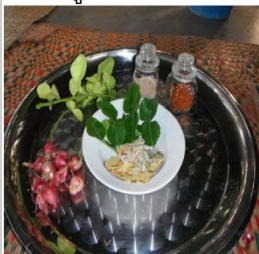
เอาตัวปูมาโขลกให้ละเอียด



นำกระชอนมากลองเอาแต่น้ำปู



นำน้ำปูที่กรองได้ไปตั้งไฟให้สุกพอดี



เตรียมเครื่องปรุงรูลาปู



ปูนาสุกพร้อมเครื่องปรุง



ลาปูที่ปรุงสำเร็จพร้อมรับประทาน

7. การสร้างงานและรายได้

7.1 มีความสามารถในการผลิตเชิงปริมาณ พร้อมแสดง สถิติและจำหน่ายในโอกาสต่างๆ
มี

(ระบุเหตุผล)

หลังจากฤดูเก็บเกี่ยวข้าวแล้ว ปุณามีความมั่นใจในตัวเพิ่มความอร่อย ชาวบ้านก็ จะเก็บมาขายที่ตลาด
เพื่อเป็นอาหาร ในการทำปุ๋ยมใส่ส้มตำมะละกอ อ่อมปุณฯ ลาบปุ๋ นึ่งปุ๋

จากเดือน ธันวาคม - มีนาคม ของทุกปี

7.2 การสร้างงานและรายได้ (ต่อครอบครัว/ชุมชน)

มี 2000 บาท/เดือน

8. ชื่อ – สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

ชื่อ – สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

นางวิจิตรา ศิรินาถ

ชื่อ และที่อยู่ของร้านจำหน่ายอาหาร

บ้านวังหิน หมู่ที่ 7 ตำบลสระแก้ว อำเภอเปือยน้อย จังหวัดขอนแก่น

ที่อยู่ติดต่อได้สะดวก

209/1 หมู่ 7 ตำบลสระแก้ว อำเภอเปือยน้อย จังหวัดขอนแก่น

โทรศัพท์ 0823043476 โทรสาร

E-mail

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

ได้รับการคัดเลือก คัดสรร "ของดีบ้านฉันระดับอำเภอ" ในปี พ.ศ.๒๕๕๗

10. ผู้เรียบเรียงข้อมูล/ ผู้บันทึกข้อมูล/ รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรางวัลวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้อง
ของข้อมูล

ผู้เรียบเรียงข้อมูล นางสาวทอง ไสยกิจ

ตำแหน่ง นักวิชาการวัฒนธรรมชำนาญการ

วัน/เดือน/ปี ที่เรียบเรียงข้อมูล วันที่ 22 เดือน กันยายน ปี พ.ศ. 2557

ผู้บันทึกข้อมูล นางสาวทอง ไสยกิจ

ตำแหน่ง นักวิชาการวัฒนธรรมชำนาญการ

รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรางวัลวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้องของข้อมูล

1. นายณัฐวุฒิ ฤทธนอก

ตำแหน่ง นายอำเภอเปือยน้อย

2. นายสมัย พรหมมา

ตำแหน่ง ประธานสภาวัฒนธรรมอำเภอเปือยน้อย

3. นางสาวมาลินีชัย แซ่โส

ตำแหน่ง พัฒนาการอำเภอเปือยน้อย

ผู้ตรวจสอบและอนุมัติ

ตำแหน่ง วัฒนธรรมจังหวัด

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