

จังหวัดจันทบุรี

ระดับการคัดสรร

ตำบล

1. ชื่ออาหาร

ชื่อหลัก : น้ำสำรอง (น้ำสำรองตราราชมงคลจันท)

ชื่ออื่นๆ เช่น ชื่อภาษาถิ่น (ถ้ามี):

2. แหล่ง

ชุมชน อำเภอ เขาคิชฌกูฏ (มะขาม) ตำบล พलग

3. ประเภทอาหาร

3.1 หมวดยุ่ม

3.2 ลักษณะ หวาน

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

ความเป็นมา (ภูมิหลัง/ความเชื่อ)

ความเป็นมาของ “สำรอง” มีพระราชนิพนธ์ของรัชกาลที่ ๕ เมื่อปี พ.ศ. ๒๔๑๙ ทรงบันทึกถึงสินค้าในจังหวัดจันทบุรีที่สามารถส่งออกไปจำหน่ายนอกเมืองโดยมีรายการคือ พริกไทย ข้าว กระจวาน เร่ว น้ำตาลทราย พงทะเลลาย (ลูกสำรอง) ฯลฯ โดยขึ้นหนาแน่นในทุกอำเภอของจังหวัดจันทบุรี ระยอง และตราด และพบมากที่ป่าเชิงเขาในอำเภอกิชฌกูฏของจังหวัดจันทบุรี และมีหลักฐานว่าก่อนหน้านั้นเคยเป็น ต้นไม้ประจำจังหวัดจันทบุรี โดยเมื่อวันที่ ๙ พฤษภาคม ๒๕๓๗ สมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ ได้พระราชทาน “ต้นสำรอง” ซึ่งเป็นต้นไม้ประจำจังหวัดแก่ผู้ว่าราชการจังหวัดจันทบุรี เพื่อนำไปปลูกเป็น ศิริมงคลตามโครงการปลูกป่าถาวรเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในวโรกาสทรงครองราชย์ปีที่ ๕๐ ณ ศูนย์ประชุมแห่งชาติสิริกิติ์ ก่อนจะเปลี่ยนเป็นไม้จันทน์มาเป็นต้นไม้ประจำจังหวัดแทนในภายหลัง จากคำบอกเล่าของคุณทองศักดิ์ แป้นอ้อย เจ้าหน้าที่สื่อความหมายธรรมชาติของอุทยานแห่งชาติ-เขาคิชฌกูฏ เล่าให้เราฟังว่าต้นสำรองเป็นพืชท้องถิ่นดั้งเดิมของภาคตะวันออก พบมากในเขตจังหวัดจันทบุรี และจังหวัดตราด แต่ปัจจุบันนี้ยังสามารถพบได้ที่อุทยานแห่งชาติภูจอง-นายอย จังหวัดอุบลราชธานีอีกด้วย ทางภาคอีสานจะเรียกต้นสำรองนี้ว่า “ต้นจอง” ลักษณะลำต้นคือเปลาตรง (สูงตรง) ขึ้นไปเป็นพุ่มเรือนยอด อยู่ในสังกัดพืชแบบไม่ผลัดใบ ใบอ่อนจะมีรูปร่างคล้ายใบโพธิ์ ขอบใบเป็นแฉก ๆ ประมาณ ๕ - ๖ แฉก ซึ่งเป็นใบของต้นขนาด ๑.๕๐ - ๒ เมตร แต่พอโตขึ้นใบจะเปลี่ยนรูปไปเป็นเรียวยาวขึ้น และลักษณะของ แฉกก็จะหายไป แต่จุดเด่นของต้นสำรองอยู่ที่ผลซึ่งมีรูปร่างรี เมื่อแก่แล้วผิวจะเหี่ยวจนกลายเป็นสีน้ำตาลแก่ พอร่วงจากต้นก็จะมีปีกบาง ๆ ยื่นออกมา ซึ่งส่วนปีกนั้นเรียกว่า “สำเภา” ทำให้เจ้าลูกสำรองนี้มีลักษณะละม้ายคล้ายเรือสำเภาที่อาศัยกระแสลมให้พัดพาล่องลอยไปในอากาศ หากนึกไม่ออกลองนึกถึงลูกของ ต้นยางนาที่มีปีกคล้ายกับคอปเตอร์ไม้ไผ่ของเจ้าแมวโดราเอมอน เชื่อแน่ว่าหากใครเกิดและเติบโตที่ต่างจังหวัด คงต้องเคยปล่อยลูกยางพวกนี้ลงมาจาก

ที่สูง ๆ เล่นแน่นอน เพราะความสนุกอยู่ที่ปีกของมันซึ่งมีลักษณะคล้ายใบพัดเฮลิคอปเตอร์นั่นเอง แต่ลักษณะปีกของลูกสำรอง ทำให้ลูกของต้นไม้ชนิดนี้กลายเป็นเรือสำเภาอากาศมากกว่า ซึ่งจุดประสงค์หลักของธรรมชาติก็เพื่อเพิ่มระยะทางและโอกาสในการขยายพันธุ์บนพื้นที่ต่าง ๆ นั่นเอง นอกจากนี้คุณทองศักดิ์ แป้นอ้อย ยังเล่าให้ฟังว่าการร่วงหล่นของลูกสำรองนี้สามารถสื่อความหมายของธรรมชาติได้ว่า ฤดูฝนกำลังจะคืบคลานเข้ามาทักทาย ซึ่งโดยปกติเราจะพบลูกสำรองร่วงลงสู่พื้นดิน แค่เพียงปีละครั้ง ย้ำว่าแค่เพียงปีละครั้ง ในประมาณเดือนเมษายน และไม่ได้พบได้ทุกปี ขึ้นอยู่กับ ความอุดมสมบูรณ์ของต้นสำรองนั้น ๆ ตามธรรมชาติ ต้นสำรองที่จะมีลูกไว้ขยายพันธุ์ก็ต่อเมื่อมีอายุอานาม ๑๐ ปีขึ้นไป ลูกสำรอง ถือเป็นพืชสมุนไพรชนิดหนึ่ง ถูกนำมาใช้เป็นอาหารตั้งแต่สมัยโบราณ โดยทานเป็น ขนมหวานใส่น้ำเชื่อมรับประทาน รับรองชื่นใจ กรรมวิธีการทำจากภูมิปัญญาของคนจันทบุรีมีง่าย ๆ คือ เอาผลไปแช่น้ำแล้วเนื้อที่หุ้มเมล็ดจะพองออกมาคล้ายวุ้น โดยขยายใหญ่กว่าขนาดเดิมเกือบ ๑๐ เท่า นำมาเติมน้ำตาลกินแก้ร้อนใน แก้ไอ แก้ไข้ โรคหอบและหืดได้ ซึ่งสูตรนี้ชาวอาทิตย์อุทัยและชาวจีนชื่นชอบ นำไปทานกันมาก ว่ากันว่าในสมัยอยุธยาจนถึงกับสั่งซื้อจากไทย ขณะที่ชาวอาหรับมักจะนำไปให้อูฐกินดับความร้อน และยังมีกรวิจัยขึ้นสำคัญว่ากากเส้นใยของลูกสำรองสามารถดูดซับอนุมูลอิสระในร่างกายคนเรา ที่เป็นสาเหตุสำคัญของโรคมะเร็งได้อีกด้วย เมื่อมีประโยชน์มากมายขนาดนี้ ทำให้ช่วงหนึ่งต้นสำรองเข้าขั้นวิกฤติ เพราะมีคนโลภมากแอบลักลอบเข้ามาเก็บลูกสำรองในเขตอุทยานแห่งชาติเขาคิชฌกูฏ แต่การปลิวของเจ้าลูกสำรองทำให้ไปตกกระจกระบาย ในที่ต่าง ๆ ไกลบ้าง ใกล้บ้าง ทำเอาคนโลภมากรู้สึกหงุดหงิด ขี้เกียจตามเก็บ ความคิดสั้น ๆ และไม่ถูกต้องจึงผุดขึ้นในจิตใจ ทำนองว่ามันไม่ทันใจ ก็เลย “โค่น” ทั้งต้น ซึ่งต้นดังกล่าวล้วนผ่านร้อนผ่านหนาวมาแล้ว ไม่ต่ำกว่าสิบ ๆ ปี เพียงเพื่อที่จะเอาลูก โดยไม่คิดถึงผลเสียที่จะติดตามมา ทำให้เมื่อ ๔ - ๕ ปีที่แล้ว ต้นสำรองหายหน้าหายตาจากอุทยานแห่งชาติเขาคิชฌกูฏไปอย่างรวดเร็ว จากเหตุการณ์ดังกล่าวทำเอาเจ้าหน้าที่ของอุทยานแห่งชาติเขาคิชฌกูฏ นิ่งดูตายไม่ได้ ต้องคอย ตรวจตราคุ้มกันเจ้าต้นสำรองเป็นพิเศษ ควบคู่ไปกับจัดกิจกรรมรณรงค์ เพื่อให้เห็นถึงความสำคัญ โดยใช้ เด็ก ๆ ละแวกนั้นเป็นตัวกลาง ไปถ่ายทอดให้ผู้ใหญ่ฟังและเห็นความสำคัญกับความจำเป็นในการมีอยู่ของ ต้นสำรอง ซึ่งก็คือพ่อแม่ และญาติ ๆ ของเขานั้นเอง นำดีใจที่ปัจจุบัน มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี สามารถคิดค้นและ เริ่มขยายพันธุ์ต้นสำรองได้แล้ว โดยใช้วิธีเสียบยอด เพื่อให้ชาวบ้านที่ต้องการทำน้ำสำรองบรรจุกระป๋อง เพื่อสุขภาพขาย นำไปปลูก เป็นการตัดปัญหาการลักลอบเก็บลูกสำรอง และโค่นต้นสำรองในเขตอุทยาน-แห่งชาติเขาคิชฌกูฏ ซึ่งทำให้ความหวังที่ยังจะเห็นต้นสำรองในธรรมชาติยังคงยืดเวลาออกไป น้ำสำรองของจังหวัดจันทบุรีขึ้นชื่อมาก กลายเป็นสินค้าประจำจังหวัดจันทบุรี เป็นที่ต้องการของท้องตลาดจำนวนมาก ใครยังไม่ได้ลิ้มลอง ไม่ควรพลาดอย่างยิ่ง ต้นสำรองมีชื่อทางวิทยาศาสตร์คือ Scaphium Scaphigerum (G.Don) มีชื่อพื้นเมืองคือ “พุงทลาย” หากใครได้ไปเดินป่าที่อุทยานแห่งชาติเขาคิชฌกูฏให้ลองแหงนคอสังเกตไม้ยืนต้นที่สูง ๒๐ - ๓๐ เมตร ลำต้นตรงชะลูด และแตกกิ่งก้านสาขาที่เรื้อนยอ มีดอกเป็นช่อที่ปลายกิ่ง และอย่าลืมหันมองที่พื้นจะมี เรือสำเภาลำน้อยตกลอยทั่วไป นั่นละต้น “สำรอง” รุ่นเก่า ที่เป็น “ตัวจริง” ของจังหวัดจันทบุรี แม้ว่าวิกฤติของต้นสำรองในเขตอุทยานแห่งชาติเขาคิชฌกูฏ จะผ่านพ้นมาแล้ว คงไม่มีใครอยากให้เกิดประวัติศาสตร์ซ้ำรอย คุณทองศักดิ์ แป้นอ้อย จึงฝากบอกสั้น ๆ แต่กินใจว่า “รู้จักใช้ เพื่อจะได้มีอยู่ อย่างยั่งยืน” ซึ่งเราก็แอบหวังว่าฟ้าหลังฝนของต้นสำรอง จะทำให้ทุกอย่างดีขึ้นตามลำดับ ไม่ว่าจะเป็นอีกกี่สิบปีเราคงยังพบ “ต้นสำรอง” ตัวจริงของอุทยานแห่งชาติเขาคิชฌกูฏตลอดไป "น้ำสำรอง" เครื่องดื่มสมุนไพรที่ชูสรรพคุณเรื่องของการกำจัดไขมันออกจากร่างกาย แบบวิถีธรรมชาติ หลายคนกำลังให้ความสนใจของ “ลูกสำรอง” “ลูกจอบ” ภาคอีสานเรียก “หมากจอบ” ทางใต้เรียก “พุงทะลาย” ชาวจีนรู้จักในสรรพคุณแก้ร้อนใน ท้องเดิน ลดอาการปวด บำรุงไต ล้างไขมันในลำไส้ เคลือบไขมันในลำไส้ ลดความอ้วน ช่วยดูดซับไขมันเอาไว้ แล้วอุ้มไปทิ้งพร้อมการขับถ่าย ดังนั้นคนภาคใต้จึง

เรียกว่าพุททะลายกินเป็นประจำจะช่วยลดพุงได้ สรรพคุณ ลูกสำรองมีสรรพคุณแก้ร้อนใน กระหายน้ำ บำรุงปอดให้แข็งแรง รักษาโรคมุมิแพ้ หอบหืด แก้กเสมหะ ทำให้ไม่อ่อนเพลีย ช่วยบำรุงลำไส้ใหญ่ให้บริหารถ่ายได้ดี ช่วยให้ลำไส้บีบรัดตัวดีขึ้น ทำให้ขับถ่ายดี แก้กโรคตาแดงอักเสบ ในประเทศอินเดียมีรายงาน ว่าสำรองสามารถใช้รักษาอาการอักเสบ แก้กไข้และขับเสมหะ ในประเทศจีน ฮองกง และไต้หวัน นิยมใช้สำรองร่วมกับชะเอม ชาวจีนต้มกับน้ำ แล้วนำมาจิบบ่อย ๆ เพื่อแก้อาการเจ็บคอ ปัจจุบันมีผู้นำสำรองไปรับประทานเพื่อลดความอ้วนเนื่องจากสำรองสามารถพองตัวได้ดี นอกจากนี้การศึกษาทางการแพทย์ยังทำให้ทราบว่าในลูกสำรองยังมีสารต้านอนุมูลอิสระ ซึ่งเป็นสารก่อมะเร็งอีกด้วย ประโยชน์ทางยา เนื้อหุ้มเมล็ดที่แช่น้ำจนพองเต็มที่จะมีลักษณะคล้ายวุ้น ขยายขนาดขึ้นจากเดิมประมาณ ๗ เท่า ใช้รับประทานเป็นยาแก้ร้อนใน แก้อาการเมาค้าง ลดไข้ แก้อาการท้องอืด และใช้พอกแก้มเจ็บตา เช่น ตาแดงหรือตาอักเสบจากการเชื่อมโลหะ ชาวจีนใช้ผลสำรองร่วมกับชะเอมแก้อาการเจ็บคอ ประโยชน์ทางอาหารและอื่นๆ ๑. เนื้อวุ้นจากเมล็ดใช้รับประทานเป็นของหวานของชาวชนบทในอดีต โดยนำมาชงกับ น้ำตาลทรายแดง หรือน้ำเชื่อม ช่วยดับกระหายในยามร้อนได้ดี ๒. เนื้อสำรองจะช่วยดูดซับไขมันเอาไว้ แล้วอุ้มไปทิ้งพร้อมการขับถ่าย การกินตอนเช้าจะช่วย ลดน้ำหนักได้ดี จึงเรียกชื่ออีกอย่างว่า พุททะลาย ๓. เนื้อสำรองมีกากใยอาหารช่วยบำรุงลำไส้ใหญ่ให้การขับถ่ายเป็นไปตามปกติ การกินก่อนนอน จะช่วยให้ขับถ่ายในตอนเช้า กากใยที่กินเข้าไป ยังไปช่วยชะล้างไขมันที่สะสมอยู่ในลำไส้ใหญ่ ทำให้ลำไส้ใหญ่สะอาด ลดสารพิษตกค้าง ส่งผลให้สุขภาพดี เลือดลมสะอาด ผิวพรรณสดใส ลูกสำรองถ้ากินต่างเวลากันให้สรรพคุณต่างกัน ดังนี้ ๓.๑ ถ้ากินช่วงตี ๓ จะบำรุงปอดให้แข็งแรง รักษาโรคมุมิแพ้ หอบหืด แก้กเสมหะ ทำให้ไม่อ่อนเพลีย ๓.๒ ถ้ากินช่วงตี ๕ จะช่วยบำรุงลำไส้ใหญ่ให้บริหารถ่ายได้ดี ช่วยให้ลำไส้บีบรัดตัวดีขึ้น ทำให้ขับถ่ายดี ๓.๓ ถ้ากินช่วง ๗ โมงเช้า จะช่วยรักษาโรคกระเพาะและเคลือบกระเพาะอาหารได้ ดูดซับไขมัน ๓.๔ ถ้ากินช่วง ๙ โมงเช้า จะช่วยม้ามดูดซึมความชื้น ดูดซับไขมันในลำไส้ และกระเพาะอาหาร กินเวลานี้ช่วยลดน้ำหนักได้ดี ๓.๕ ถ้ากินช่วงบ่ายถึงเย็น จะช่วยบำรุงไตให้แข็งแรงและได้แพคตินไปสลายไขมัน ๓.๖ ถ้ากินตอน ๑๙.๐๐ น. ลดไขมันในเลือด และลดโคเรสเตอรอล ๓.๗ ถ้ากินก่อนนอน เป็นตัวช่วยระบายให้ขับถ่ายได้ง่ายขึ้นอีก ๔. เนื้อแช่น้ำจนพอง สามารถนำไปพอกฝีเพื่อทำรังนกเทียม ๕. เปลือกต้นสำรองเมื่อแห้งจะมีความแข็งแรง สมัยก่อนใช้ปูพื้นหรือทำฝาบ้านได้ ๖. ใ้ย้อมไหม ด้าย และผ้า

อัตลักษณ์ (ที่โดดเด่น)

ต้นสำรอง เป็นไม้ยืนต้นสูงประมาณ ๔๓ เมตร ไม่ผลัดใบ ลำต้นมีสีน้ำตาลเทา ลำต้นตรงชอบ แตกกิ่งบริเวณเรือนยอด ใบเป็นพืชมที่มีใบเป็นใบเดี่ยวขึ้นสลับด้านที่โคนยังไม่เต็มที่ จะมีใบเป็นรูปแกมผมหงอกกับรูปไข่ปลายแหลม เมื่อเจริญเติบโตเต็มที่ รูปร่างของใบจะเปลี่ยนไปเป็นรูปไข่ปลายแหลมทั้งหมด ดอกสำรองมีช่อดอกแบบ Terminal panicle ดอกมีสีขาวอ่อน ออกที่ปลายกิ่ง ออกดอกและให้ผล ๓ - ๔ ปี ต่อครั้ง ในแต่ละต้น การให้ผลในแต่ละครั้งมักจะให้ผลตก ผลสำรองมีผลแบบ drupe ผลขนาดเล็กจะมีสีเขียว เมื่อสุกจะเปลี่ยนเป็นสีน้ำตาล ผลมีปีกช่วยในการเคลื่อนที่ ชาวบ้านมักเรียกว่าปีกหรือสำเภา ทำให้สามารถปลิวตามลมไปได้ไกล ๆ เมื่อแก่จะมีผิวเหี่ยวย่นกว้างประมาณ ๑ - ๑.๕ เซนติเมตร ยาว ๑.๕ - ๒ เซนติเมตร ผลที่แห้งเมื่อแช่น้ำจะพองตัวออกได้หลายเท่าตัว หรือสามารถขยายผลที่มีขนาดใหญ่กว่าผลแห้ง การขยายพันธุ์ทำได้หลายวิธี ได้แก่ การตอนกิ่ง ตัดชำ ติดตา เป็นต้น วิธีการสังเกตต้นสำรอง ที่เพาะจากเมล็ดต้นกล้าอายุ ๑ ปี จะมีใบรูปปลายแหลมฐานโค้ง ประมาณปีที่ ๒ ใบจะมีแกม ๓ แกม ประมาณปีที่ ๓ - ๔ ปี หรือมากกว่า ๖ ปี ใบจะมีลักษณะคล้ายรูปกระสวย ลูกสำรอง ออกผลเมื่ออายุ ๑๕ ปีขึ้นไป ผลแก่จะสัลดและปลิวไปตามกระแสลมเพื่อขยายพันธุ์ คล้ายผลยาง ครีบใบที่ติดกับผลเรียกว่า สำเภา พบทั่วไปบริเวณยอดเขาและเชิงเขาแถบจันทบุรีและตราด มีเพียง ๑ ใน ๓ สายพันธุ์ที่นำมาบริโภคได้ และพบในแถบภาคตะวันออกเท่านั้น ผลมีราคาสูงถึงกิโลกรัมละ ๒๐๐ บาท แพทย์แผนโบราณถือว่า สำรอง เป็นยาเย็น มีสรรพคุณแก้ร้อนใน ลดความอ้วน คุณค่าทาง

โภชนาการสูง น้ำที่กรองสะอาดจากเนื้อผลสำรอง ใช้สมานดวงตาเมื่ออักเสบ ปัจจุบันมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี นำผลสำรองมาสกัดเป็น น้ำสำรองบรรจุกระป๋อง ด้วยวิธีการสะอาด ทันสมัย ขยายดิบขยายดีจนผลิตไม่ทัน สำรองแปลกกว่าไม้อื่นตรงที่เป็นไม้น้ำเนื้ออ่อน เนื้อไม้ใช้ประโยชน์อะไรไม่ได้ แต่เปลือกกลับ ใช้ประโยชน์ได้ เปลือกต้นสำรองเมื่อควั่นรอบต้นแล้วกะเทาะเปลือกออก นำไปแผ้วให้เรียบ เมื่อเนื้อไม้แห้งสนิท นำมาเป็นฝาบ้านและพื้นกระดานที่แข็งแรง ทนน้ำทนฝน ลูกสำรอง เป็นอาหารที่นำผลสำรองมาแช่น้ำให้พองจะมีกากเส้นใยที่มีประโยชน์สามารถดูดซับ อนุมูลอิสระ อันเป็นสาเหตุของมะเร็ง ทั้งแก๊สร้อนในและตับกระหาย วิธีทำตัดหัวท้ายลูกสำรอง แช่น้ำให้พอง ลอกเปลือกออก จะมีลักษณะคล้ายสาหร่าย มีสีน้ำตาล ใส่น้ำตาลอ้อย ชิมรส ถ้าจะให้เย็นชื่นใจอาจใส่น้ำแข็งหรือใส่ตู้เย็น "ลูกสำรอง" หาซื้อได้ตามร้านขายยาจีน และร้านขายของป่าทั่วไป แต่ปัจจุบันเริ่มหายาก เพราะวิธีเก็บใช้วิธีโค่นต้น ซึ่งเป็นวิธีการเก็บที่ไม่ถูกต้อง ส่งผลให้ลูกสำรองอาจต้องสูญพันธุ์ไป น้ำสำรองตราราชมงคลจันทน์ ผลิตภัณฑ์น้ำผลไม้เพื่อสุขภาพ ผ่านกระบวนการผลิตโดยผู้เชี่ยวชาญด้านเทคโนโลยีการอาหารและผ่านการรับรองจากห้องปฏิบัติการของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล-ตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี ถือเป็นสินค้าเกษตรแปรรูป ไม่มีการใส่สารกันเสียลงในผลิตภัณฑ์แต่อย่างใด บรรจุภัณฑ์เป็นแบบกระป๋อง

ความสำคัญและคุณค่าทางสังคมและทางจิตใจที่มีในวิถีการดำเนินชีวิตของชุมชน นั้นๆ

กำจัดไข่มสำรองเป็นของหวานประจำถิ่นของคนแถบภาคตะวันออก โดยใช้ผลแช่น้ำรับประทานร่วมกับน้ำตาล เมื่อนำผลมาแช่น้ำ เนื้อบาง ๆ ที่หุ้มเมล็ดอยู่จะดูนุ่มและพองตัวออกมา มีลักษณะเป็นแผ่นวุ้น เมื่อนำมาแยกวุ้นออกจากเมล็ด เปลือก และเส้นใย จะสามารถนำแผ่นวุ้นดังกล่าวมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์หรือ ใช้ประกอบอาหารได้หลายอย่าง เช่น น้ำพริก ลาบ ยำ แกงจืด (ใช้แทนสาหร่าย) รับประทานเป็น ขนมหวาน รับประทานกับน้ำกะทิ หรือใช้แทนรังนก หรือใช้ทำเป็นสำรองลอยแก้ว หรือน้ำสำรอง พร้อมดื่มที่บรรจุในกระป๋อง หรือทำเป็นสำรองผง เป็นต้น ลูกสำรอง เป็นสมุนไพรที่ได้รับความนิยมในกลุ่มผู้ที่ใส่ใจสุขภาพและรูปร่าง เนื่องจากวุ้นจากเนื้อของผลแก่ มีส่วนช่วยในการลดน้ำหนักได้ เพราะมีเส้นใยอาหารมาก เมื่อรับประทานเข้าไปจะช่วยทำให้อิ่มท้องได้นาน ทำให้ไม่รู้สึกหิว ส่งผลให้รับประทานอาหารอื่น ๆ ได้น้อยลง และวุ้นยังมีคุณสมบัติในการดูดซับน้ำ ช่วยดูดซับไขมัน น้ำตาล สารต่าง ๆ (รวมถึงสารที่ประโยชน์อื่น ๆ อย่างเช่น วิตามิน และเกลือแร่ไปด้วย) มันจึงมีส่วนช่วยชะลอการดำเนินของโรคเบาหวาน โรคไขมันในเลือดสูง และช่วยลดอาการท้องผูกได้ (เพราะเนื้อวุ้นจะช่วยทำให้อุจจาระนิ่ม ช่วยเพิ่มปริมาณของใยอาหาร ทำให้มีการบีบรัดของลำไส้เพื่อขับเป็นอุจจาระได้มากยิ่งขึ้น ทำให้ขับถ่ายคล่อง) อีกทั้งยังช่วยบรรเทาอาการของโรคกระเพาะอาหาร ช่วยลดคอเลสเตอรอล และความดันโลหิตได้อีกด้วย โดยให้กินในช่วงก่อนนอน จะช่วยในการขับถ่ายในตอนเช้า กากใยที่กินเข้าไปจะไปช่วยชะล้างไขมันที่สะสมอยู่ในลำไส้ ทำให้ลำไส้ใหญ่สะอาดขึ้น ช่วยลดสารพิษตกค้าง แต่หากกินติดต่อกันเป็นเวลานาน ก็อาจทำให้ร่างกายขาดสารอาหารที่จำเป็นได้ พยายามทำให้เกิดโรคต่างๆ ตามมาได้ ในช่วงเดือนธันวาคมถึงมกราคม สำรองจะออกดอก ผลจะแก่ และร่วงหล่น ประมาณเดือนมีนาคมถึงเมษายน ราคาซื้อ/ขายลูกสำรองกิโลกรัมละ ๘๐ - ๑๒๐ บาท (ขายปลีก) ขึ้นอยู่กับขนาดของลูกสำรอง หากเป็นช่วงนอกฤดูการกิโลกรัมละ ๑๕๐ - ๒๐๐ บาท ปัจจุบันชาวจีนได้สั่งซื้อผลสำรองจากไทยใน ปริมาณมาก โดยมุ่งเน้นสรรพคุณด้านสมุนไพร รวมทั้งในประเทศลาว เมื่อถึงช่วงที่ผลสำรองแก่ (ลาวเรียกสำรองว่าหมากจอง) ก็จะมีชาวจีนเข้าไปกว้านซื้อผลสำรอง โดยไปติดต่อกับผู้นำหมู่บ้านเป็นผู้รวบรวมให้ จากการที่ผลสำรองสามารถจำหน่ายได้ราคาดี (ผลแห้งที่เอาสำเภาออกแล้ว) จึงมีพ่อค้าคอยรับซื้อผลสำรองในช่วงผลแก่ทุกปี สร้างรายได้ให้กับชุมชนจำนวนมาก ปัจจุบัน “น้ำสำรอง” กำลังเป็นเครื่องดื่มที่ได้รับความนิยมเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ ในกลุ่มผู้ที่ต้องการ จะลดความอ้วน โดยน้ำสำรองดังกล่าวนี้ได้บรรยายสรรพคุณไว้มากมาย ไม่ว่าจะเป็นการช่วยลดความอ้วน ช่วยกำจัดไขมันให้ออกมาจากร่างกาย ล้างไขมันในลำไส้ ด้วยการดูดซับ

ไขมันเอาไว้แล้วอุ่นไปทิ้งพร้อมกับขั้วฝอย เป็นยาระบาย แก้อันใน กระหายน้ำ ฯลฯ ซึ่งจากคำบอกเล่าแบบปากต่อปากถึง “สรรพคุณของน้ำสำรอง” ทำให้น้ำดื่มชนิดนี้กลายเป็นเครื่องดื่มที่ได้รับความนิยมมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี โดยคณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรมการเกษตร สาขาวิชาเทคโนโลยีการจัดการและพัฒนาผลิตภัณฑ์ ได้ริเริ่มทำผลิตภัณฑ์น้ำสำรองบรรจุกระป๋องเป็นแห่งแรก และได้ถ่ายทอดเทคโนโลยีนี้ให้กับกลุ่มแม่บ้านในจังหวัดจันทบุรีและจังหวัดใกล้เคียง จนในปัจจุบันมีผู้ผลิตน้ำสำรองพร้อมดื่มออกจำหน่ายอย่างกว้างขวาง ซึ่งเป็นน้ำสำรองที่ใช้เนื้อสำรองผสมกับน้ำเชื่อมที่มีส่วนผสมของดอกคำฝอย ซึ่งจะช่วยให้มีกลิ่นรส และสีชวนรับประทานขึ้น นอกจากนี้ยังมีสรรพคุณทางยาที่ช่วยละลายไขมันในเส้นเลือดของดอกคำฝอย เพื่อเพิ่มคุณค่าเป็นเครื่องดื่มเสริมสุขภาพ อีกทางหนึ่งด้วย

5. องค์ประกอบของอาหาร (สูตร)

องค์ประกอบของอาหาร (สูตร)

สำรอง	๓๐๐	กรัม (ปรับได้ตามความชอบ)
น้ำตาลทราย	๓๐๐	กรัม (ปรับได้ตามความชอบ)
น้ำสะอาด	๒,๐๐๐	กรัม

ดอกคำฝอย (ใส่เพื่อให้ได้สีและกลิ่นรสตามความชอบ)

วิธีการเลือกเนื้อสำรอง

- ๑. เมล็ดแห้งล้างทำความสะอาด ตัดหัว - ท้าย
- ๒. แช่น้ำสะอาด ประมาณ ๓๐ นาที
- ๓. เนื้อบาง ๆ ที่หุ้มเมล็ดจะสามารถฟองออกได้ ทำให้มีขนาดใหญ่กว่าผลแห้งประมาณ ๗ - ๑๐ เท่าตัว ใช้มือช้อนขึ้นจากน้ำ บีบน้ำออก เลือกเอาเมล็ด เปลือก เส้นใยทิ้งไป
- ๔. นำเนื้อที่ได้มาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์

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

บรรยาย รูปแบบ วิธีการ แบบดั้งเดิม (แนบภาพหนึ่งเป็นไฟล์นามสกุล JPEG หรือ TIFF ไม่น้อยกว่า ๑๐ ภาพ ที่แสดงให้เห็นถึงรูปแบบดั้งเดิม และภาพเคลื่อนไหว ลงแผ่นซีดี/วีซีดี)

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



ต้นสารอง



ดิ่งปีกหรือสำเภาก



เอาเฉพาะลูกสารอง



นำสารองแห้งมา ตัดหัว และท้ายผล แล้วจิ้งแช่ในน้ำ
ประมาณ ๓๐ นาที



ใช้มือช้อนสารองขึ้นจากน้ำ บีบน้ำออก ทำการเลือกเอาเปลือกและเยื่อใยในผลสารองออกให้หมด ยีผ่านกระชอน



เตรียมน้ำเชื่อมโดยใช้น้ำสะอาดกับน้ำตาล เติมหอมคำฝอย ต้มให้เดือด แล้วกรองด้วยผ้าขาวบาง เติมน้ำสารอง ต้มต่อ นานประมาณ ๕ นาที



นำขวดพลาสติกที่ล้างทำความสะอาดและวางในน้ำร้อนแล้ว มาบรรจุในปริมาณที่ต้องการ



ปิดฝาขวด นำขวดมาแช่น้ำจนเย็น นำออกจากน้ำ เช็ดขวดให้แห้ง



ติดฉลากที่กระป๋อง (ควรเก็บไว้ในที่เย็น อุณหภูมิ ๕ - ๑๐ องศาเซลเซียสตลอดเวลา เก็บได้นาน ๗ - ๑๐ วัน)



ได้ผลิตภัณฑ์น้ำสํารองตราราชมงคลจันทน์ พร้อมจำหน่าย



ได้ผลิตภัณท์น้ำสํารองตราราชมงคลจันท์ พร้อมจําหน่าย

7. การสร้างงานและรายได้

7.1 มีความสามารถในการผลิตเชิงปริมาณ พร้อมแสดง สาธิตและจําหน่ายในโอกาสต่างๆ
มี

(ระบุเหตุผล)

7.2 การสร้างงานและรายได้ (ต่อครอบครัว/ชุมชน)

มี ๕,๐๐๐ บาท/เดือน

8. ชื่อ – สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

ชื่อ – สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี

ชื่อ และที่อยู่ของร้านจําหน่ายอาหาร

ร้านค้าสวัสดิการ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี

ที่อยู่ติดต่อได้สะดวก

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตจันทบุรี ถนนบําราศนราดรุร ตำบลพลวง อำเภอลือชัย

ภูมิ

โทรศัพท์ ๐๓๙๓๐-๗๒๖๑-๔ โทรสาร ๐-๓๙๓๐-๗๐๑๔

E-mail

-

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

สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา และได้ผ่านการตรวจประเมินมาตรฐานการผลิตอาหาร
ตาม

ประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่องวิธีการผลิต เครื่องมือเครื่องใช้ในการผลิต และการเก็บรักษาอาหาร
(มาตรฐาน GMP)

10. ผู้เรียบเรียงข้อมูล/ ผู้บันทึกข้อมูล/ รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรางวัลวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้อง
ของข้อมูล

ผู้เรียบเรียงข้อมูล นางสาวสุนันทา สติธำมรงค์

ตำแหน่ง นักวิชาการวัฒนธรรมชำนาญการ

วัน/เดือน/ปี ที่เรียบเรียงข้อมูล วันที่ 25 เดือน สิงหาคม ปี พ.ศ. 2557

ผู้บันทึกข้อมูล นางชุตติกาญจน์ พูนชัย

ตำแหน่ง นักวิชาการวัฒนธรรมชำนาญการ

รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรางวัลวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้องของข้อมูล

1. นายศิริศักดิ์ ศิริมังคะลา

ตำแหน่ง นายอำเภอเขาชัยสน

2. นายฉิน ฝั้นผาย

ตำแหน่ง ประธานสภาวัฒนธรรมอำเภอเขาชัยสน

3. นางสาวสุนันทา สติธำมรงค์

ตำแหน่ง นักวิชาการวัฒนธรรมประจำอำเภอเขาชัยสน

ผู้ตรวจสอบและอนุมัติ นายสมชาติ นงนุช

ตำแหน่ง วัฒนธรรมจังหวัด

วัน/เดือน/ปี ที่อนุมัติ วันที่ 25 เดือน สิงหาคม ปี พ.ศ. 2557