

ระดับการคัดสรร

อำเภอ

1. ชื่ออาหาร

ชื่อหลัก : แกงบูก

ชื่ออื่นๆ เช่น ชื่อภาษาถิ่น (ถ้ามี):

2. แหล่ง

ชุมชน อำเภอ บางขัน ตำบล วังหิน

3. ประเภทอาหาร

3.1 หมวดหมู่

3.2 ลักษณะ คาว

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

ความเป็นมา (ภูมิหลัง/ความเชื่อ)

บูกเป็นพืชไทยแท้แต่โบราณ บูกเป็นอาหารชาวบ้านมานานคนไทยรุ่นอายุ ๕๐-๖๐ ปี ส่วนมากแถบตำบลวังหินจะเข้าใจวิธีประกอบอาหารจาก กำนัน ใบบอกและหัวบูก มักนิยมนำมาแกงเลียง แกงกะทิ ใส่เนื้อหมู ปลาย่างหรือกุ้งสดแล้วแต่ชอบ บูกหากินได้ปีละครั้ง ช่วงเวลาที่บูกขึ้นคือกลางเดือน ๕ ถึงเดือนหก เมื่อฝนเริ่มตก บูกจะขึ้น หากเลยเดือนหกไปแล้วบูกจะกินไม่ได้เนื่องจากแก่เกินไป สำหรับพื้นที่ตำบลวังหินมีบูกคางคก และบูกเกียงจำนวนมาก แต่ปัจจุบันหาผู้มีความรู้ในการนำบูกมาปรุงอาหารได้ยาก หลายคนเห็นว่าบูกเป็นพืชที่ไม่มีคุณค่า ตัดทิ้งอย่างน่าเสียดาย ดังนั้นแกงบูก ถือว่าเป็นแกงโบราณที่มีคุณค่าทางโภชนาการ สมควรที่คนรุ่นหลังจะได้อนุรักษ์สืบทอดแกงบูกนี้ไว้ บูกเกียง มีลักษณะลำต้นขนาดเล็ก กินได้ทั้งลำต้น และใบบอก หากต้นแก่ไม่นิยมนำมารับประทาน ชาวบ้านจะสังเกตที่ใบบอกต้นออกใบบอกแสดงว่าแก่แล้ว การนำบูกมาปรุงอาหารรับประทานนั้นจะต้องไม่ล้างน้ำ เพราะจะทำให้คัน ให้ใช้วิธีการ “เช็ด” แล้วต้มในน้ำเดือดให้บูกเปื่อยเต็มที่แล้วจึงใส่ปลาย่าง กุ้งสดหรืออื่นๆ ส่วนบูกคางคกจะมีลำต้นขนาดใหญ่ ต้นสูง แถบตำบลวังหินนิยมนำลำต้นมารับประทาน โดยไม่การล้างน้ำเช่นกัน การนำลำต้นมาปรุงอาหารจะต้องลอกเปลือกออกให้หมดแล้วหั่นเป็นชิ้นบางๆ นำลงไปต้มในน้ำเดือดให้บูกสุกดีเช่นกัน

อัตลักษณ์ (ที่โดดเด่น)

ความสำคัญและคุณค่าทางสังคมและทางจิตใจที่มีในวิถีการดำเนินชีวิตของชุมชน นั้นๆ

5. องค์ประกอบของอาหาร (สูตร)

เครื่องปรุง : แกงบุก(เกียง)

บุกเกียง ใช้ได้ทั้งลำต้นและใบ

ใบมะกรูด

พริกไทยสด

กะปิ

เครื่องแกงกะทิ

หัวกระชาย

ใบรา

ใบชะพลู

เครื่องรา

กะทิ

เครื่องปรุง : แกงเลียงบุกปลาอย่าง

บุกคางคก

ปลาอย่าง

กะปิ

หอม

น้ำปลา

น้ำตาล

ส้มม่วง หรือยอดมะขามก็ได้

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

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



นำใบอ่อน และลำต้นบุกเกียง มาเด็ดให้สะอาด (ห้ามล้าง)
ลอกเปลือกออก แล้วหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ ตามใจชอบ



นำเครื่องแกงกะทิ ใส่กะปิ ผสมกับน้ำกะทิ เพื่อทำน้ำแกง
ต้มให้เดือด



ใส่บุกลงไปในเครื่องแกง



ใส่เครื่องรา พริกไทยสด หัวกระชายที่ตำจนแหลก ผานข้าลง
ไปบางๆ ประมาณ 4-5 ชั้น



ต้มบูกให้สุกดีประมาณ 15 นาที ให้น้ำแกงแห้ง ใส่ใบชะพลู
ใบมะกรูด ใบราลงไป สักครู่ยกลงจากเตา



แกงบูกเกียง



ต้นบุกคางคก



นำบุกคางคกมาลอกเปลือกออก (ห้ามล้าง)



หั่นเป็นชิ้นบางๆ ขนาดพorc



เติมน้ำสะอาดลงในหม้อ ใส่กะปิ เกลือ หรือน้ำปลา ทบ

หอมแดงใส่ ตั้งไฟ



เมื่อเดือดใส่บุงลงไป ต้มจนบุงสุกจนเปื่อย ใส่ปลาอย่าง



ใส่ยอดมะนาว ชิมปรุงรสตามชอบ



แกงเลียงบุงคางคก

7. การสร้างงานและรายได้

- 7.1 มีความสามารถในการผลิตเชิงปริมาณ พร้อมแสดง สาธิตและจำหน่ายในโอกาสต่างๆ
ไม่มี (ระบุเหตุผล)
(ระบุเหตุผล)
7.2 การสร้างงานและรายได้ (ต่อครอบครัว/ชุมชน)

8. ชื่อ - สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

ชื่อ - สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

นางถึง บัวทอง อายุ 85 ปี บ้านเลขที่ 69 หมู่ที่ 3 ตำบลวังหิน อำเภอบางขัน

ชื่อ และที่อยู่ของร้านจำหน่ายอาหาร

-

ที่อยู่ติดต่อได้สะดวก

-

โทรศัพท์ - โทรสาร -

E-mail

-

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

-

10. ผู้เรียบเรียงข้อมูล/ ผู้บันทึกข้อมูล/ รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรางวัลวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้องของข้อมูล

ผู้เรียบเรียงข้อมูล

ตำแหน่ง

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

ผู้บันทึกข้อมูล

ตำแหน่ง

รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรางวัลวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้องของข้อมูล

1.

ตำแหน่ง

2.

ตำแหน่ง

3.

ตำแหน่ง

ผู้ตรวจสอบและอนุมัติ

ตำแหน่ง วัฒนธรรมจังหวัด

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