

ระดับการคัดสรร

อำเภอ

1. ชื่ออาหาร

ชื่อหลัก : ไก่ผัดต้มขมิ้น

ชื่ออื่นๆ เช่น ชื่อภาษาถิ่น (ถ้ามี):

2. แหล่ง

ชุมชน อำเภอ ห้วยใหญ่ ตำบล -

3. ประเภทอาหาร

3.1 หมวดย่อย

3.2 ลักษณะ คาว

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

ความเป็นมา (ภูมิหลัง/ความเชื่อ)

ไก่ผัด หมายถึง ไก่ป่า หรือไก่ป่าผสมพันธุ์กับไก่แจ้ หรือผสมพันธุ์กับไก่บ้าน โดยเฉพาะสีขนของไก่ สีเหมือนผัด และเป็นไก่เทศเมียเท่านั้นจึงจะเรียกว่าไก่ผัด จะเป็นที่ยู้งักของคนในอำเภอห้วยใหญ่ โดยทั่วไป ว่าไก่ลักษณะดังกล่าวข้างต้น เรียกว่าไก่ผัด ไก่ผัดต้มขมิ้น เป็นเมนูอาหารพื้นบ้านของชาวห้วยใหญ่ รสชาติจัดจ้าน ถ้าชอบรสชาติเปรี้ยวก็ใส่ส้มลงไปด้วย ตัดด้วยกลิ่นสมุนไพรประเภท ขมิ้น ข่า ตะไคร้ และใบมะกรูด รสชาติคล้ายๆ ต้มยำน้ำใสของคนเมือง แต่มีกลิ่น รส และสีเหลืองของขมิ้น รวมทั้งรสเปรี้ยวของส้ม เครื่องปรุงหลักของไก่ผัดต้มขมิ้น ก็คือ ไก่ผัด และขมิ้น โดยไก่ที่นิยมใช้ คือ ไก่ป่าผสมไก่บ้าน หรือไก่แจ้ หรืออาจจะใช้ไก่บ้านแทนก็ได้

อัตลักษณ์ (ที่โดดเด่น)

ความสำคัญและคุณค่าทางสังคมและทางจิตใจที่มีในวิถีการดำเนินชีวิตของชุมชน นั้นๆ

ไก่ผัดต้มขมิ้นเป็นอาหารที่น่าสนใจ เป็นอาหารประจำท้องถิ่นของชาวสวนยางพารา ถ้าจะพูดให้คนที่อื่นนึกภาพออกว่า ไก่ผัดต้มขมิ้นเป็นอย่างไร ก็อาจจะเรียกชื่อว่า ต้มไก่ใส่ขมิ้น เพราะส่วนประกอบอื่นๆ นอกจากไก่แล้ว ก็จะมีข่า ตะไคร้ ใบมะกรูด ซึ่งก็คล้ายๆ กับต้มยำของคนเมือง สำหรับไก่ที่ใช้ต้มขมิ้นก็มักจะใช้ไก่ผัด หรือไก่บ้าน เพราะจะให้รสชาติที่ดี แล้วก็มีความเหนียว และนุ่มในตัวเอง น้ำต้มหวานมันไม่มีกลิ่นคาว เครื่องปรุงอีกอย่างหนึ่งนอกจากขมิ้นที่เป็นเอกลักษณ์แล้ว ก็จะใช้ส้ม ซึ่งจะเป็นส่วนที่ใช้ในการปรุงรสเปรี้ยว ความเปรี้ยวก็จะเป็นความเปรี้ยวอ่อนๆ ซึ่งถ้าเมนูนี้ไม่ได้ใส่พริกมากนัก น่าจะเป็นเมนูที่เหมาะสมสำหรับเด็ก

รับประทาน เพราะว่า น้ำซุปรู้ได้จะมีความหวานมัน ความเปรี้ยวอ่อนๆ แล้วก็รสเผ็ดน้อยๆ ถ้าปรุงให้เด็ก รับประทาน รสต้องไม่เผ็ดเราก็ไม่ต้องใส่พริกชี้หนู ไก่ผึ่งต้มขมิ้นจึงเป็นเมนูที่เหมาะสมกับทุกเพศ ทุกวัย ถ้าผู้ใหญ่ อยากรับประทานเผ็ดก็ใส่พริกมากขึ้น ตามด้วยขมิ้น ขมิ้นเป็นเอกลักษณ์ของชาวใต้ การใส่ขมิ้นลงไปต้มไก่ เราก็จะได้น้ำซุปรู้ที่มีสีเหลืองอ่อนๆ จะเป็นการเพิ่มสีส้มเพราะปกติต้มน้ำใส สีของน้ำต้ม จะไม่ค่อยน่า รับประทานเท่าไร ทำให้บางครั้งเราต้องใช้ผักชี หรือต้มหอม หรือผักชนิดอื่นๆ ช่วยในการแต่งสีของเมนู ดังนั้นเมื่อมีน้ำที่มีสีออกสีเหลืองอ่อนๆ ก็จะช่วยเพิ่มสีส้มทำให้อาหารเมนูนี้ดูน่ากินขึ้น สำหรับคุณค่าทาง โภชนาการหลักๆ ก็จะได้โปรตีนจากเนื้อไก่ แล้วก็พลังงานค่อนข้างต่ำ เพราะนอกจากโปรตีนแล้วจะไม่มีอย่าง อื่น เพราะฉะนั้นอาหารเมนูนี้ ถ้ารับประทานร่วมกับข้าว แล้วก็จะมีผักเสริมเป็นเครื่องเคียง หรือว่าเป็นอาหาร งานอื่นที่เป็นผักก็จะสมบูรณ์แบบเลยทีเดียว เพราะว่าจะได้โปรตีน พลังงานค่อนข้างต่ำ แล้วรับประทาน ร่วมกับผัก เพราะฉะนั้นคนที่ต้องการควบคุมน้ำหนัก หรือคนที่มีความรู้สึกลัว ไม่อยากรับประทานอะไรที่มี พลังงานสูงมากนัก ไก่ผึ่งต้มขมิ้นเป็นอาหารที่น่าสนใจ แล้วก็ให้ประโยชน์แก่สุขภาพ เพียงแต่ว่าต้อง รับประทานผัก แล้วก็เครื่องเคียงต่างๆ เพิ่มมากขึ้น รสชาติก็ไม่จืดจางเหมือนอาหารทางใต้ทั่วไป ซึ่งก็ รับประทานได้ทั้งเด็กและผู้ใหญ่ หรือแม้กระทั่งผู้สูงอายุเองก็ตามแต่ต้องต้มให้นานๆ

5. องค์ประกอบของอาหาร (สูตร)

ส่วนประกอบเครื่องปรุงไก่ผึ่งต้มขมิ้น

ไก่ผึ่ง	๑๐๐	กรัม	หรือ	๑	ตัว
ขมิ้นสับ	๑๐	กรัม	หรือ	๒	นิ้ว
ข่า	๕๐	กรัม	หรือ	๗	แว่น
ตะไคร้ทุบสับเป็นท่อน	๓๐	กรัม	หรือ	๒	ต้น
หอมแดงทุบ	๔๕	กรัม	หรือ	๕	หัว
กระเทียม	๓๐	กรัม	หรือ	๓	หัว
เกลือ	๕	กรัม	หรือ	๒	ช้อนชา
ส้มแขก	๕	กรัม	หรือ	๕	ชิ้น
ใบมะกรูด	๙	ใบ			

วิธีทำไก่ผึ่งต้มขมิ้น

ล้างไก่ให้สะอาดทั้งตัว แล้วสับแต่พอคำ
 ทุบตะไคร้ให้แตก หั่นเป็นท่อน ๒-๓ นิ้ว
 ทุบข่า ขมิ้น และทุบหอมแดง กระเทียม
 เอาน้ำใส่หม้อ ต้มน้ำในหม้อให้เดือด ใส่เครื่องที่เตรียมไว้ ข้อ ๒ และ ๓
 ต้มสักพักพอเครื่องหอม ใส่น้ำส้มแขก ต้มไฟต่อ จนไก่สุกเปื่อยได้ที่
 ใส่เกลือ ใส่น้ำตาล ปรุงรสชาติตามชอบยกลง

ควรให้มีรสออกเปรี้ยว โดยใช้ส้มแขก หรือมะขามแทนก็ได้ รสเค็มด้วยเกลือ แล้วจึงโรยใบมะกรูด เพื่อเพิ่มความหอม เป็นอันเสร็จ พร้อมรับประทาน

ประโยชน์ทางอาหาร

ไก่ผัดต้มขมิ้น เป็นอาหารที่มีรสเปรี้ยวนำ เหมาะสำหรับคนที่เบื่อ อาหาร เป็นไข้หวัด รับประทาน รสชาติเผ็ดๆ แก้อา ขั้วเสมะ เพิ่มความสดชื่น

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 และภาพเคลื่อนไหว ลงแผ่นซีดี/วีซีดี)



บรรยาย รูปแบบ วิธีการ แบบปรับประยุกต์(ถ้ามี)

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



7. การสร้างงานและรายได้

7.1 มีความสามารถในการผลิตเชิงปริมาณ พร้อมแสดง สถิติและจำหน่ายในโอกาสต่างๆ
มี

(ระบุเหตุผล)

7.2 การสร้างงานและรายได้ (ต่อครอบครัว/ชุมชน)

8. ชื่อ - สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

ชื่อ - สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

นางสาวนี ทองแก้ว

ชื่อ และที่อยู่ของร้านจำหน่ายอาหาร

ที่อยู่ติดต่อได้สะดวก

51/1 หมู่ที่ 3 ตำบลกรงหย่น อำเภอร่องใหญ่ จังหวัดนครศรีธรรมราช

โทรศัพท์ 08-5781-9658 โทรสาร

E-mail

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

-

10. ผู้เรียบเรียงข้อมูล/ ผู้บันทึกข้อมูล/ รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรางวัลวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้อง
ของข้อมูล

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