

ระดับการคัดสรร

อำเภอ

1. ชื่ออาหาร

ชื่อหลัก : อาหารหน่อกะลา

ชื่ออื่นๆ เช่น ชื่อภาษาถิ่น (ถ้ามี):

2. แหล่ง

ชุมชน อำเภอ ปากเกร็ด ตำบล เกาะเกร็ด

3. ประเภทอาหาร

3.1 หมวดหมู่

3.2 ลักษณะ อื่น ๆ (ระบุโอกาสที่รับประทาน/ทำ)

อาหารหน่อกะลา เป็นอาหารในชีวิตประจำวันของชาวรามัญในเกาะเกร็ด

หน่อกะลา เป็นพืชผักพื้นเมืองของเกาะเกร็ด พบพืชชนิดนี้โดยทั่วไปบนพื้นที่เกาะเกร็ด หน่อกะลา เป็นพืชสมุนไพรที่อยู่ในวงศ์ (Zingiberaceae) ชื่อทางวิทยาศาสตร์ (Alpinianigra Burrt) เป็นผักยอดนิยมที่นักท่องเที่ยวนิยมซื้อกลับบ้าน หน่อกะลาเป็นผักพื้นบ้านที่ขึ้นเองตามธรรมชาติ ตามริมน้ำ ร่องสวน คู คลอง หนองบึง แม่น้ำ และที่มีน้ำเฉอะแฉะ มีลำต้นเป็นก้านยาว ลักษณะคล้ายกับต้นข่า แต่หน่ออ่อนนุ่มกว่าข่า สามารถแพร่พันธุ์ขยายเหง้าออกไปด้วยการแตกหน่อคล้ายกับการขยายพันธุ์ของข่า แตกกอแน่น ใบเดี่ยวเรียงสลับเป็นสองแถว นำไปทำอาหารได้หลายอย่าง มีชื่อเป็นภาษาท้องถิ่นต่างๆ คนไทยเชื้อสายรามัญ (มอญ) โดยทั่วไปเรียกว่าต้นกุ่ม คนไทยเรียกว่าต้นกะลา และเมื่อนำหน่อมารับประทานจึงเรียกว่าหน่อกะลา ปัจจุบันชาวมอญนำหน่อกะลามาใช้ประกอบอาหารหลากหลาย เช่น ก๋วยเตี๋ยวหน่อกะลา แกงเขียวหวาน ทอดมันหน่อกะลา แกงเลียงหน่อกะลา ฯลฯ หาซื้อได้ตามร้านค้าบนเกาะเกร็ด

Noh Kala (Alpinianigra) is a food in daily life of Raman People (Mon) in Koh Kred

Noh Kala (Alpinianigra) is local vegetable in Koh Kred. Of particular Noh Kala (Alpinianigra) an herbal plant in family (Zingiberaceae) with scientifically named (Alpinianigra Burrt), a favorite vegetable for tourist. Growth on waterfront, long stems, expanded reproduction by rhizomes to sprout. Noh Kala can use cooking many foods. Noh Kala have many name in local language, raman people (Mon) call "Goom", thai call "Kala"

Present, Raman people (Mon) use Noh Kala cooking many foods for example Noh Kala Noodle, Noh Kala fried fish patty, Green curry with Noh Kala, Thai spicy mixed vegetable soup, Curry with Noh Kala etc.

4. ความเป็นมา (ภูมิหลัง/ความเชื่อ) /อัตลักษณ์ (ที่โดดเด่น) /ความสำคัญและคุณค่าทางสังคมและทาง

จิตใจที่มีในวิถีการดำเนินชีวิตของชุมชน นั้นๆ

ความเป็นมา (ภูมิหลัง/ความเชื่อ)

“เกาะเกร็ด” นอกจากเป็นชุมชนชาวมอญ ที่ยังรักษาขนบธรรมเนียมประเพณี และวัฒนธรรมมอญไว้อย่างเหนียวแน่น ยังเป็นแหล่งกำเนิดของ “หน่อกะลา” ซึ่งพบได้ทั่วไปในดินเลนบริเวณร่องสวน และที่มีน้ำเฉอะแฉะบนพื้นที่เกาะเกร็ด จังหวัดนนทบุรีถือเป็นอาหารพื้นเมืองของชาวมอญหน่อกะลาใช้เป็นวัตถุดิบทำอาหารของชาวมอญเกาะเกร็ดมาช้านาน และจากกระแสของการท่องเที่ยว ทำให้เกิดการผสมผสานวัฒนธรรมทางด้านอาหารที่มีความหลากหลาย เช่น ทอดมันหน่อกะลา อาหารมอญสายเลือดใหม่ ซึ่งเกาะเกร็ด ถือเป็นแหล่งกำเนิดของทอดมันหน่อกะลา ที่ชุมชนมอญแห่งอื่นไม่มี นอกจากนี้ หน่อกะลา ยังสามารถนำมาประกอบอาหารได้หลากหลายชนิด โดยใช้หน่ออ่อน เช่น รับประทานสด ต้มจิ้มน้ำพริก ใช้แทนข้าวสำหรับทำต้มยำ ใช้แทนถั่วฝักยาวทำทอดมัน ทอด แกงส้ม ต้มยำ ก๋วยเตี๋ยว แกงเลียงหน่อกะลา แกงหน่อกะลา ห่อหมกหน่อกะลา ผัดเผ็ดปลากับหน่อกะลา แกงคั่วหอยหน่อกะลา น้ำพริกหมูหน่อกะลา เป็นต้น ประวัติความเป็นมาของหน่อกะลาที่เกาะเกร็ดไม่ปรากฏหลักฐานแน่ชัด แต่คนมอญรุ่นเก่าหลายคนพูดตรงกันว่า ปู่ย่าตายายนำต้นกะลามาปลูกที่เกาะเกร็ดและใช้ประโยชน์นานหลายร้อยปีแล้ว เพราะเป็นสมุนไพรใกล้มือที่ออกฤทธิ์ร้อนทั้งรักษาได้ทั้งอาการหวัดและอาการเจ็บป่วยต่างๆ ความเชื่อถือว่าเหล่านี้อีกคือ หากเมื่อยยังไม่เป็นโรคหรือไม่สบายการมีหน่อกะลาอยู่ในสำรับกับข้าว จะทำให้ท้องไส้เป็นปกติ เพราะหน่อกะลามีสรรพคุณช่วยขับลม ช่วยปรับธาตุในร่างกายให้เป็นปกติ มีกากใยมาก เป็นการป้องกันโรคมะเร็งลำไส้ จึงถือเป็นสมุนไพรพื้นบ้านที่มีคุณค่าควรส่งเสริมให้มีการกระจายพันธุ์และนำไปประยุกต์เพื่อประกอบอาหารให้หลากหลายยิ่งขึ้น รวมทั้งวิจัยผลในเชิงการแพทย์อย่างรอบด้าน

อัตลักษณ์ (ที่โดดเด่น)

หน่อกะลา หรือ ช่าน้ำ เป็นพืชผักพื้นเมืองของเกาะเกร็ด พบพืชชนิดนี้โดยทั่วไปบนพื้นที่เกาะเกร็ด จังหวัดนนทบุรีที่เดียวในประเทศไทย ขึ้นอยู่ในดินเลนบริเวณร่องสวน คูคลอง หนองบึง แม่น้ำ และที่มีน้ำเฉอะแฉะเป็นพืชสมุนไพรที่อยู่ในวงศ์ (Zingiberaceae) ชื่อทางวิทยาศาสตร์ *Alpinia nigra* Burtt อยู่ในวงศ์เดียวกับข่า และแระ แต่แระมีความต่างทางสายพันธุ์หน่อกะลาเป็นไม้เนื้ออ่อนที่ขึ้นได้ทั้งบนบกและริมน้ำหรือที่มีน้ำขังแสงแดดส่องส่วนมากมักจะขึ้นในท้องร่องสวน ลำต้นเทียม สูง ๑.๕ - ๓ เมตร มีเหง้าที่เป็นลำต้นอยู่ใต้ดิน ในอดีตผู้คนทั่วไปมองว่า หน่อกะลาเป็นวัชพืชที่ต้องกำจัด เนื่องจากมีการเจริญเติบโตและขยายพันธุ์ได้รวดเร็ว ไม่ว่าจะถูกน้ำท่วมสูงก็สามารถอยู่รอดได้ สามารถแพร่พันธุ์ขยายเหง้าออกไปด้วยการแตกหน่อคล้ายกับการขยายพันธุ์ของข่า แตกกอแน่นใบเดี่ยวเรียงสลับเป็นสองแถว ใบรูปขอบขนาน ช่อดอกออกที่ปลายใบ เป็นช่อแยกแขนง ลักษณะช่อดอกจะยาว กลีบดอกเป็นสีขาวอมชมพู ก่อนช่อดอกเปลี่ยนเป็นสีน้ำตาลจะมีผลกลมสีเขียวขนาดเท่าเมล็ดบัว เมื่อผลแก่จะเปลี่ยนเป็นสีน้ำตาลและสีดำในที่สุดเหง้ามีรสจืดและมีกลิ่นที่อ่อนกว่าข่า มีชื่อเป็นภาษาท้องถิ่นต่างๆ คนไทยเชื้อสายรามัญ(มอญ)โดยทั่วไปเรียกว่าต้นกุ่ม คนไทยเรียกว่าต้นกะลาและเมื่อนำหน่อมารับประทานจึงเรียกว่า หน่อกะลาหรือช่าน้ำ หน่อกะลาสามารถนำมาประกอบอาหารได้หลายอย่าง โดยใช้หน่ออ่อน เช่น รับประทานสด ต้มจิ้มน้ำพริก ใช้แทนข้าวสำหรับทำต้มยำ ใช้แทนถั่วฝักยาวทำทอดมัน ทอด แกงส้ม ต้มยำ ห่อหมก เป็นต้น

ความสำคัญและคุณค่าทางสังคมและทางจิตใจที่มีในวิถีการดำเนินชีวิตของชุมชน นั้นๆ "หน่อกะลา" ซึ่งพบได้ทั่วไปในดินเลนบริเวณร่องสวน และที่มีน้ำเฉอะแฉะ บนพื้นที่เกาะเกร็ด จังหวัดนนทบุรี ถือเป็นอาหารพื้นเมืองของชาวมอญหน่อกะลาใช้เป็นวัตถุดิบทำอาหารของชาวมอญเกาะเกร็ดมาช้านาน และจากกระแสของการท่องเที่ยว ทำให้เกิดการผสมผสานวัฒนธรรมทางด้านอาหารที่มีความหลากหลาย เช่น ทอดมันหน่อกะลา อาหารมอญสายเลือดใหม่ ซึ่งเกาะเกร็ด ถือเป็นแหล่งกำเนิดของทอดมันหน่อกะลา ที่ชุมชนมอญแห่งอื่นไม่มี คนมอญรุ่นเก่าหลายคนพูดตรงกันว่า ปู่ย่าตายายนำต้นกะลามาปลูกที่เกาะเกร็ดและใช้ประโยชน์นานหลายร้อยปีแล้ว เพราะเป็นสมุนไพรไล่ลมที่ออกฤทธิ์ร้อน รักษาดูแลทั้งอาการหวัดและอาการเจ็บป่วยต่างๆ ความเชื่อที่ว่าเหล่านี้นี้คือ หากเมื่อยยังไม่เป็นโรคหรือไม่สบาย การมีหน่อกะลาอยู่ในสำรับกับข้าว จะทำให้ท้องไส้เป็นปกติ เพราะหน่อกะลามีสรรพคุณช่วยขับลม ช่วยปรับธาตุในร่างกายให้เป็นปกติ มีกากใยมาก เป็นการป้องกันโรคมะเร็งลำไส้ จึงถือเป็นสมุนไพรพื้นบ้านที่มีคุณค่า ควรส่งเสริมให้มีการกระจายพันธุ์และนำไปประยุกต์เพื่อประกอบอาหารให้หลากหลายยิ่งขึ้น รวมทั้งวิจัยผลในเชิงการแพทย์อย่างรอบด้าน ข้อมูลทางวิทยาศาสตร์ระบุว่า ใบของหน่อกะลามีน้ำมันหอมระเหย ในน้ำมันหอมระเหยมีสาร

Bornol Champhor Bornyl Acetate Palmitric acid and Vanillic acid มีผู้ศึกษาสมบัติทางด้านสมุนไพรของหน่อกะลา ได้ข้อมูลที่น่าสนใจคือ ผลการวิจัยคุณสมบัติในการต้านอนุมูลอิสระของสารสกัดจากหน่อกะลา พบว่า ระดับแอกติวิตีของเอนไซม์ต้านอนุมูลอิสระหลายชนิด ได้แก่ คีตาเลสซูเปอร์ออกไซด์ดิสมิวเทส แอสคอร์เบตเพอร์ออกซิเดส และกลูตาไธโอนรีดักเทสมีประสิทธิภาพมีค่าอยู่ในระดับใกล้เคียงหรือสูงกว่าพืชสมุนไพรที่มีสรรพคุณต้านการเกิดโรคมะเร็ง ซึ่งเป็นที่รู้จักกันดี ได้แก่ ขิง ขมิ้น อ้อย และขมิ้นชัน เหง้า และ ดอก ใช้พอกแผลสด แผลเรื้อรัง แก่นคั้นตามผิวหนัง สามารถยับยั้งเชื้อราบนผิวหนังและหนองฝีได้หลายชนิด ผล รักษาโรคท้องอืด แน่นเฟ้อ จุกเสียด ราก รักษาอาการหืดหอบ แก้กท้องอืด แน่นเฟ้อ จุกเสียด และช่วยขับลมในร่างกาย ลำต้น ช่วยขับลม แก้อ่อนใน หน่อกะลา แต่เดิมชาวมอญนำหน่อกะลามาเป็นวัตถุดิบในการทำอาหาร ปัจจุบันมีการดัดแปลงต่อยอดมาเป็นอาหารหลากหลายประเภท อาทิ ทอดมัน ห่อหมก หรือรับประทานสด ต้มจิ้มน้ำพริก และสามารถใช้น้ำสำหรับทำตำยา

5. องค์ประกอบของอาหาร (สูตร)

อาหารหน่อกะลา

๑. ทอดมันหน่อกะลา

ขั้นตอนการทำทอดมันหน่อกะลา

ส่วนผสม

- เนื้อปลาทรายสับหรือบด ๕๐๐ กรัม
- ไข่ไก่ ๑ ฟอง
- หน่อกะลา ๑/๒ ถ้วยตวง
- ใบมะกรูดซอยละเอียด ๓ ช้อนโต๊ะ
- น้ำตาล ๑ ช้อนชา

- เกลือ ๑ ช้อนชา
- น้ำพริกแกงเผ็ด ๑ ช้อนโต๊ะ
- น้ำมันสำหรับทอด ๓ ถ้วยตวง

เครื่องปรุงและส่วนผสมน้ำจิ้มทอดมัน

- แตงกวาหั่นเป็นชิ้นเล็ก ๑ ถ้วยตวง
- ถั่วลิสงคั่วแล้วนำไปบด ๑/๒ ถ้วยตวง
- น้ำตาล ๑/๒ ถ้วยตวง
- น้ำส้มสายชู ๑/๒ ถ้วยตวง

วิธีทำทอดมัน

นำเนื้อปลาทรายขนาดกึ่งกับน้ำเกลือจนเหนียว ผสมเนื้อปลาที่นวดแล้วกับน้ำพริกแกง พอเข้ากัน ใส่ไข่จนจับตัวกันดี ใส่หน่อกระเทียม ลงคลุกให้เข้ากัน ปั่นส่วนผสมให้กลม แล้วกดให้บางขนาดประมาณ ๑/๔ นิ้ว นำไปทอดพอสุกในน้ำมัน ใช้ไฟกลาง

๒. แกงเลียงหน่อกระเทียม

ส่วนผสม ประกอบด้วย หน่อกระเทียม ปลาอย่าง กุ้งสด หอมแดง กระเทียม พริกไทย กะปิ เกลือ น้ำปลา และน้ำตาล

วิธีทำ

๑. ลอกเปลือกต้นหน่อกระเทียมออกจนเหลือแต่เนื้อในอ่อนๆ สีขาว ล้างน้ำให้สะอาด หรืออาจจะบดให้พอแตกเพื่อให้เนื้อนุ่มชุ่มเนื้อ พร้อมดึงเส้นใยที่เคี้ยวยากออกให้หมด หั่นขนาดพอคำ ใส่ภาชนะแล้วพักไว้

๒. ย่างปลา แกะเอาแต่เนื้อ โขลกเครื่องแกงเลียง ได้แก่ หอมแดง กระเทียม กะปิ พริกไทย และปลาอย่าง โขลกรวมกันให้ละเอียด

๓. ละลายเครื่องแกงกับน้ำพริกควรลงหม้อตั้งไฟจนเดือดพล่าน ใส่หน่อกระเทียมจนสุก ตามด้วยกุ้ง ปรุงรสด้วยน้ำตาลน้ำปลาตามใจชอบ

๓. แกงหน่อกระเทียม

ส่วนผสม

1. หน่อกระเทียมอ่อน ปอก และ หั่นเป็นชิ้นพอคำ 1-2 ถ้วย
2. เผือก ซอยเป็นชิ้นเล็กๆ 1-2 ถ้วย
3. พริกแกงเผ็ด 3-5 ช้อน
4. ใบแมงลัก 1 ถ้วย
5. เกลือป่น 1 ช้อนชา
6. ซอสถั่วเหลือง 1-3 ช้อนโต๊ะ
7. น้ำปลา 2-5 ช้อนโต๊ะ
8. น้ำตาลปี๊บ 1-2 ช้อนโต๊ะ

9. ถั่วเน่าป่น 2-3 ช้อนโต๊ะ
10. เนื้อหมูหั่นเป็นชิ้นพอคำ 3-5 ชีด
11. กะทิ 1 ถ้วย (250 มิลลิลิตร)
12. น้ำสะอาด 4-6 ถ้วย

วิธีทำ

1. เอากะทิเทใส่หม้อ ตั้งไฟพอเดือด ตักพริกแกงลงไปผัดจนหอม ใส่เนื้อหมูตามลงไปผัดให้เข้ากัน แล้วเติมน้ำสะอาดลงไป ต้มต่อจนเดือดพล่าน
2. ใส่หน่อกะลาและเผือกที่เตรียมไว้ลงไป
3. ใส่ถั่วเน่าป่นตามลงไป ตามด้วยเครื่องปรุงรส ได้แก่ แกงเลียง น้ำปลา น้ำตาลปี๊บ ล ชิมรสที่พอใจ
4. เมื่อผักสุก เครื่องปรุงเข้ากันดี ใส่ใบแมงลักลงไป คนให้เข้ากัน

4. น้ำพริกหมูหน่อกะลา

ส่วนผสม

1. หมูบด 100 กรัม
2. ตะไคร้ 10 กรัม
3. ใบมะกรูด 5 กรัม
4. กระเทียม 10 กรัม
5. หอมแดง 10 กรัม
6. พริกป่น 5 กรัม
7. หน่อกะลา 60 กรัม
8. น้ำมันพืช

วิธีทำ

1. รวนหมูบดให้สุก ตักขึ้นพักไว้
2. นำหน่อกะลาไปต้ม 3 นาที พักไว้ให้สะเด็ดน้ำ และหั่นเป็นท่อนเล็กๆ พักไว้
3. คั่วตะไคร้ กระเทียม หอมแดง และหน่อกะลา จากนั้นนำไปโขกให้ละเอียด
4. นำหมูที่รวนมาโขลกกับตะไคร้กระเทียม หอมแดง และหน่อกะลาที่โขกไว้แล้ว
5. นำส่วนผสมที่โขกเรียบร้อยแล้วมาผัดในกะทะ ใส่น้ำมันพืชเล็กน้อย ใส่พริก ใบมะกรูด ปรุงรสด้วยน้ำปลาหรือตามใจชอบ

5. ทอหมกหน่อกะลา

ส่วนผสม

1. หน่อกะลา 300 กรัม
2. เนื้อหมู 200 กรัม
3. พริกแกงเผ็ด 80 กรัม
4. กะทิ (ส่วนที่ทำรา้ม) 400 กรัม
5. กะทิ (ส่วนที่ราดหน้าห่อหมก) 200 กรัม
6. แป้งข้าวเจ้า 4 ช้อนโต๊ะ
7. ไข่ไก่ 1 ฟอง
8. ใบโหระพา หรือใบกะเพรา
9. ใบมะกรูดซอย
10. เกลือ 1 ช้อนชา
11. น้ำปลา 1 ช้อนโต๊ะ
12. น้ำตาลทราย 2 ช้อนชา

วิธีทำ

1. ซอยหน่อกะลา และใบมะกรูดพักไว้
2. นำกะทิใส่ซาม ใส่เนื้อหมูที่หั่นบางๆ ลงไปคนกับกะทิ ประมาณ 15 นาที แล้วใส่หน่อกะลาตามลงไป และคนต่อ
3. ใส่พริกแกง คนต่อสักพักให้พริกแกงเข้ากันกับน้ำกะทิ จากนั้นใส่แป้ง และไข่ไก่ตามลงไป
4. คนจนเข้ากันดี ปรงรส
5. ใส่ใบมะกรูดซอย
6. นำกะทิส่วนที่ 2 มาเคี่ยวให้ข้น เพื่อเตรียมราดหน้าห่อหมก
7. นำใบโหระพามาลองที่ก้นถ้วย ใส่ส่วนผสมลงไป นำไปนึ่งหรืออบที่อุณหภูมิ 180 องศาเซลเซียส ใช้เวลาประมาณ 30 นาที

6. ก๋วยเตี๋ยวหน่อกะลา

ส่วนผสม

1. กระดูกสันหลังหมู 1.5 กิโลกรัม
2. หมูสับ 1 กิโลกรัม
3. ตับ กระเพาะหมู 1 กิโลกรัม
4. ลูกชิ้น 0.5 กิโลกรัม

5. ถั่วอก 0.5 กิโลกรัม
6. ยอดคะน้า 0.5 กิโลกรัม
7. กะหล่ำปลี 0.5 กิโลกรัม
8. หน่อกะลา 0.5 กิโลกรัม
9. ต้นหอม ผักชี รากผักชี 200 กรัม
10. กระเทียม 100 กรัม
11. พริกไทยดำ
12. เกลือ
13. น้ำตาลโตนด
14. พริกป่น
15. คื่นช่าย
16. รากกับต้นโป๊ยกั๊ก
17. โคนผักชีฝรั่ง
18. อบเชย
19. ข่า
20. พริกหอมจีน
21. ซีอิ๊วขาว

วิธีทำน้ำซุพ

1. นำกระดูกสันหลังหมูต้มใส่เกลือ ซีอิ๊วดำ เติมน้ำตาลโตนดและอบเชยอย่าง ตั้งในน้ำสะอาด ประมาณ 6 ลิตร
2. กั้นหม้อน้ำซุพใช้ผ้าขาวบางห่อหน่อกะลาทุบหยาบ ข่าเผาไฟทุบละเอียด กระเทียมสดทุบจนเปลือกแตก พริกไทยดำบุบ พริกหอมจีน โคนผักชีฝรั่ง รากกับต้นโป๊ยกั๊ก ใบและต้นคื่นช่าย ต้มให้เดือดโดยใช้ไฟแรงระดับปานกลาง

วิธีเตรียมเครื่องปรุง

1. ผสมน้ำกับหมูสับเล็กน้อยเพื่อให้เนื้อเปียกๆ ตั้งกระทะรวนพอสุก แล้วปรุงรส
2. ต้มดับในน้ำเดือดพอสุก อย่าให้แข็ง หั่นเป็นชิ้นบางๆ
3. กระเพาะหมูล้างด้วยเกลือให้สะอาด ต้มในน้ำเดือด ต้มให้เปื่อยพอเคี้ยวได้
4. ถั่วอก ล้างแล้วพักไว้ให้สะเด็ดน้ำ
5. นำต้นหอม และผักชีมาหั่นฝอย

6. ปอกหน่อกะลาและหั่นเป็นชิ้นบางๆ ล้างแล้วพักไว้ให้สะเด็ดน้ำ
7. โขลกกระเทียมแล้วนำมาสับให้ละเอียด เจียวในน้ำมันหมูให้เหลืองหอม

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

บรรยาย รูปแบบ วิธีการ แบบดั้งเดิม

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



ต้นกะลา (Alpinianigra Burrt) หรือ ต้นกุ่ม ไม้เนื้ออ่อนที่ขึ้นได้ทั้งบนบกและริมน้ำหรือในที่ที่มีน้ำขังแสงแดดส่อง



หน่อกะลา สามารถนำมาประกอบอาหารได้หลายอย่าง โดยใช้หน่ออ่อน

บรรยาย รูปแบบ วิธีการ แบบปรับเปลี่ยน(ถ้ามี)

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



1. ทอดมันหน่อกะลา (Noh Kala fried fish patty)



1.1 ใส่ใบมะกรูด



ทอดมันทั่วไป



1.2 ใส่หน่อกะลา ลงคลุกให้เข้ากัน ประรสด้วยน้ำตาลและเกลือ



น้ำพริกหมูสับแบบดั้งเดิม



1.3 ปั้นส่วนผมให้กลม แล้วกดให้บางขนาดประมาณ 1/4 นิ้ว



แกงเลียงแบบดั้งเดิม



1.4 นำไปทอดพอสุก ใช้ไฟปานกลาง



แกงเขียวหวานแบบดั้งเดิม





ก๋วยเตี๋ยวแบบดั้งเดิม

1.5 ทอดใบโหระพา เพื่อใช้สำหรับโรยหน้าทอดมัน



1.6 นำใบโหระพาโดยหน้าบนทอดมันหน่อกะลา



2. น้ำพริกหมูหน่อกะลา



2.1 คั่วตะไคร้ กระเทียม หอมแดง และหน่อกะลา จากนั้นนำไปโขกให้ละเอียด



2.2 นำหมูที่รวนมาโขลกกับตะไคร้กระเทียม หอมแดง และ
หน่อกะลาที่โขกไว้แล้ว



2.3 นำส่วนผสมที่โขกเรียบร้อยแล้วมาผัดในกระทะ ใส่น้ำมัน
พืชเล็กน้อย ใส่พริก ใบมะกรูด ปรงรสด้วยน้ำปลาหรือ
ตามใจชอบ



แกงเลียงหน่อกะลา (Thai spicy mixed vegetable soup)



แกงเขียวหวานหน่อกะลา (Green curry with Noh Kala)



ก๋วยเตี๋ยวหน่อกะลา (Noh Kala Noodle)



แกงหน่อกะลา (Curry with Noh Kala)

7. การสร้างงานและรายได้

7.1 มีความสามารถในการผลิตเชิงปริมาณ พร้อมแสดง สาคิตและจำหน่ายในโอกาสต่างๆ

มี

(ระบุเหตุผล)

7.2 การสร้างงานและรายได้ (ต่อครอบครัว/ชุมชน)

8. ชื่อ - สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

ชื่อ - สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

นางสาวสุโรจนา วรัญญาณ

ชื่อ และที่อยู่ของร้านจำหน่ายอาหาร

คุณอุ๊ต เกาะเกร็ด

ที่อยู่ติดต่อได้สะดวก

135 หมู่ 1 ตำบลเกาะเกร็ด อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี

โทรศัพท์ 0816328681, 0843284320 โทรสาร

E-mail

mankijjakan@gmail.com

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