

# รากวัฒนธรรม อาหาร

## ระดับการคัดสรร

ตำบล

### 1. ชื่ออาหาร

ชื่อหลัก : แกงมะตาด

ชื่ออื่นๆ เช่น ชื่อภาษาถิ่น (ถ้ามี): มะตาด ชื่อสามัญ Chulta, Chalta, Ouu, Elephant Apple มะตาด ชื่อวิทยาศาสตร์ Dellenia indica Linn. จั

### 2. แหล่ง

ชุมชน หมู่บ้านศาลาแดงเหนือ อำเภอ สามโคก ตำบล เชียงรากน้อย

### 3. ประเภทอาหาร

3.1 หมวดหมู่ อาหารชาติพันธุ์

3.2 ลักษณะ คาว

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

ความเป็นมา (ภูมิหลัง/ความเชื่อ)

"มะตาด"เป็นไม้เนื้อแข็งชนิดหนึ่งที่มีคุณค่าด้านการศึกษาและเสาะหาไปปลูก อนุรักษ์ เป็นไม้ที่ขึ้นตามธรรมชาติในป่าดงดิบชื้นและป่าพรุทั่วไปของทุกภาค มีชื่อเรียกตามภาคต่างกัน เช่น สุราษฎร์ธานี เรียก "ส้านกวาย"และ "ส้านท่า" เชียงใหม่เรียก "ส้านป่าว" และ "ส้มปฐู" นครศรีธรรมราชและตรังเรียก "เสี้ยน" ในภาคกลาง เรียก "มะตาด" แต่คนมอญเรียก "หะเป๊รา" "มะตาด" เป็นไม้พุ่มยืนต้น สูงราว ๑๐-๑๕ เมตร ลำต้นและกิ่งก้านคดงอ ใบเดี่ยวคล้ายรูปไข่หรือใบหอกออกตามกิ่ง "มะตาด" เป็นต้นไม้ที่ทนแล้งและน้ำท่วมไม่ตาย เริ่มผลัดใบในเดือนเมษายน-พฤษภาคม ออกดอกออกผล ในเดือนกรกฎาคม หรือสิงหาคม ก่อนจะสุกและวาย ราวเดือนตุลาคม "ดอกมะตาด"จะเริ่มออกเป็นตุ่มที่ยอดลักษณะคล้าย "ผลมะตาด" พอโตขนาดเท่าผลส้มเขียวหวานก็จะบาน ออก ภายในดอกจะมีเกสรตัวผู้สีเหลืองล้อมรอบเกสรตัวเมียสีขาว ครั้นเมื่อละอองเกสรตัวผู้ผสมเกสรตัวเมียแล้ว กลีบดอกสีขาวก็จะเหี่ยวร่วงโรยหลุดออก จากนั้นกลีบเลี้ยงก็จะเริ่มห่อเข้ามาใหม่เป็นผลกลมเหมือนเมื่อก่อนดอกยังไม่บาน และเจริญเติบโตขึ้นเรื่อยๆเมื่อผลแก่เต็มที่จะมีขนาดเท่ากระท้อนห่อ เส้นผ่าศูนย์กลาง ๑๐-๑๕ เซนติเมตร สีเขียวจะเปลี่ยนเป็นสีเหลืองมุกกลิ่นหอม แล้วหล่นลงแตกเมล็ดภายในกระเจายออกเป็นต้นอ่อนต่อไป

ลักษณะของมะตาด

ต้นมะตาด จัดเป็นไม้ยืนต้นขนาดกลางถึงขนาดใหญ่ มีความสูงประมาณ ๑๐-๒๐ เมตร เป็นไม้ไม่ผลัดใบ ลักษณะต้นเป็นทรงเรียวยอดทรงพุ่มกลมหรือรูปไข่ เป็นทรงพุ่มทึบ ลำต้นของมะตาดมักคดงอ ไม่ตั้งตรง และมักมีปุ่มปมปรากฏอยู่บนลำต้น ซึ่งเกิดจากร่องรอยของกิ่งแก่ที่หลุดร่วง ส่วนเปลือกต้นเป็นเปลือกหนา มีสีน้ำตาลอมแดงหรือสีทองแดง เมื่อแก่เปลือกต้นจะเปลี่ยนเป็นสีเทา และหลุดล่อนออกเป็นแผ่นบางๆ ส่วนการ

แต่กิ่งก้านของลำต้นจะไม่สูงจากพื้นดินมากนัก และการแตกกิ่งย่อยจะเกิดที่ส่วนปลายของยอดกิ่งหลัก ขยายพันธุ์ด้วยวิธีการใช้เมล็ดและตอนกิ่ง ต้นไม้มะตาดเป็นไม้ที่ทนต่อความแห้งแล้งและน้ำท่วมได้ดี ในประเทศไทยสามารถพบขึ้นได้ทั่วไปในป่าพรุ ป่าดิบชื้น และริมแม่น้ำลำธาร

ใบมะตาด ใบเป็นใบเดี่ยวเรียงสลับถี่ออกเป็นช่อบริเวณปลายกิ่ง ลักษณะของใบเป็นรูปใบหอกหรือเป็นรูปไข่กลับ ใบมีความกว้างประมาณ ๘-๑๒ เซนติเมตร และยาวประมาณ ๒๕-๓๐ เซนติเมตร ปลายใบแหลม เป็นติ่งสั้น ส่วนโคนใบเรียวสอบแคบและมน แผ่นใบหนา ใบเป็นคลื่นลอนตามเส้นแขนง ใบที่แยกขนานออกจากเส้นใบไปขอบใบ ขอบใบเป็นหยักและฟันเลื่อย มีหนามเล็กๆ ที่อยู่ปลายสุดของเส้นแขนงตรงขอบใบ ส่วนท้องใบจะเห็นเส้นแขนงและมีขนขึ้นประปราย เส้นแขนงใบตรงประมาณ ๓๐-๔๐ คู่ และก้านใบมีความยาวประมาณ ๔-๕ เซนติเมตร มีลักษณะเป็นร่อง โคนก้านใบแบนและเป็นกาบห่อหุ้มกิ่ง

ดอกมะตาด ดอกมีสีขาวนวลและมีกลิ่นหอมอ่อนๆ ออกดอกเดี่ยวๆ บริเวณง่ามใบและกิ่งบริเวณใกล้ปลายก้าน ก้านดอกมีความยาวประมาณ ๓-๕ เซนติเมตร และมีขนสากมือ ส่วนกลีบเลี้ยงดอกมีลักษณะเป็นแผ่นโค้งคล้ายช้อน มีอยู่ห้ากลีบ ลักษณะของกลีบเป็นรูปไข่กลับบาง มีความกว้างประมาณ ๑๕-๑๘ เซนติเมตร กลีบดอกจี๋ร่วงได้ง่ายเมื่อดอกบาน ดอกมีเกสรตัวผู้สีเหลืองอยู่จำนวนมากล้อมรอบเกสรตัวเมีย โดยเกสรตัวเมียจะมีสีขาว ยอดเกสรตัวเมียจะแยกออกเป็นแฉกๆ รังไข่มี ๒๐ ช่อง เมื่อดอกตูมในระยะแรกจะมีลักษณะคล้ายกับผลมะตาด และเมื่อดอกมีขนาดเท่าผลมะนาวก็จะบานออก และเมื่อดอกบานและได้รับการผสมแล้ว กลีบเลี้ยงจะเริ่มห่อหุ้มเข้ามาใหม่จนมีลักษณะเป็นผลกลมๆ เมื่อเกาะอัดแน่นและเจริญเติบโต ขึ้นไปเรื่อยๆ ก็จะกลายเป็นผลมะตาด

ผลมะตาดหรือลูกมะตาด ผลเป็นผลเดี่ยวสด ลักษณะของผลเป็นรูปทรงกลมใหญ่อวบ ซึ่งเป็นกาบที่เกิดขึ้นมาจากกลีบเลี้ยงที่ติดกันแน่นและแข็ง มีความกว้างประมาณ ๑๐-๑๕ เซนติเมตร ผลเมื่ออ่อนจะมีสีเขียว เมื่อแก่แล้วจะเปลี่ยนเป็นสีเหลืองเข้ม ผลมีกลิ่นเฉพาะตัว มีเมือกเหนียวและมีรสเปรี้ยวอมฝาด และในผลมีเมล็ดสีน้ำตาล มีความกว้างประมาณ ๐.๕-๐.๘ เซนติเมตร เมล็ดมีเมือกห่อหุ้ม และเมื่อแก่จัดเมล็ดจากสีน้ำตาลเข้มไปจนเกือบดำ โดยในหนึ่งผลจะมีเมล็ดอยู่เป็นจำนวนมาก

มะตาดแยกเป็นชนิดย่อยได้อีก คือ มะตาดข้าวเหนียว และมะตาดข้าวเจ้า ซึ่งแบ่งตามรสสัมผัสของเนื้อผล โดยผลมะตาดที่นิยมใช้คือมะตาดข้าวเหนียว เพราะมีเนื้อที่เหนียวนุ่มกว่ามะตาดข้าวเจ้า

อัตลักษณ์ (ที่โดดเด่น)

"มะตาด" จะให้ผลปีละครั้ง บางต้นดกมาก ออกผลแต่ละครั้งนับเป็นร้อยๆ ผลมะตาดมี ๒ ชนิด คือ ๑) ชนิดข้าวเจ้า เนื้อหยาบกระด้าง มีเส้นกากมาก ผลสีเขียวอ่อน ๒) ชนิดข้าวเหนียว เนื้อนุ่มมีกากน้อย ผลสีเขียวจัด รสอร่อยกว่าชนิดข้าวเจ้า ถ้าเป็นผลสดจะมีรสเปรี้ยวจัดอมฝาดเล็กน้อย

ความสำคัญและคุณค่าทางสังคมและทางจิตใจที่มีในวิถีการดำเนินชีวิตของชุมชน นั้นๆ

มะตาด แอปเปิลมอญประโยชน์ของ "มะตาด" นอกจากจะปลูกไว้เพื่ออาศัยร่มเงาแล้ว ส่วนต่างๆ ยังนำมาเป็นยาสมุนไพรได้ โดยมีสรรพคุณ ดังนี้

๑. ผลมะตาดมีสารฟลาโวนอยด์และสารฟีนอลิก ซึ่งมีฤทธิ์ช่วยต่อต้านอนุมูลอิสระ (ผล)

๒. ผลมีรสเปรี้ยวใช้รับประทานเป็นยาบำรุงร่างกาย (ผล)

๓. เมล็ดมะตาดช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือด (ไม่ระบุส่วนที่ใช้)

๔. ผลสุก มีรสหวานอมเปรี้ยวใช้รับประทานเป็นยาเย็น (ผลสุก)

๕. ช่วยต้านอาการลมชัก (ไม่ระบุส่วนที่ใช้)

๖. สรรพคุณมะตาด ช่วยถอนพิษไข้ ระบายพิษไข้ (ใบ เปลือกต้น)

๗. ช่วยแก้ไข้ ลดไข้ (ผล, ใบ, เปลือกต้น)

๘. ช่วยแก้อาการไอ (ผลสุก)

๙. ช่วยขับเสมหะ (ผลสุก)

๑๐. เปลือกต้นนำมาเคี้ยวช่วยทำให้เหงือกและฟันกระชับแน่น (เปลือกต้น)

๑๑. ใบและเปลือกต้น มีรสฝาดใช้ต้มดื่มเป็นยาแก้ท้องเสีย ด้วยการใช้เปลือกต้นนำมาต้มกับน้ำดื่ม (ใบ, เปลือกต้น)

๑๒. ใช้เป็นยาแก้ปวดท้อง (ผล)

๑๓. ผลมีเมือกเหนียวคล้ายวุ้น มีสรรพคุณช่วยเคลือบแผลในกระเพาะอาหารและในลำไส้ (เมือกผล)

๑๔. ช่วยในการขับถ่าย ทำให้ขับถ่ายได้สะดวกขึ้น ทำให้ท้องไม่ผูก (ผล)

๑๕. ใช้เป็นยาระบายอ่อนๆ (ผล, ใบ, เปลือกต้น)

๑๖. เปลือกและใบมีรสฝาด ใช้เป็นยาสมานแผล (ใบ, เปลือกต้น)

๑๗. รากมะตาด สรรพคุณใช้เป็นยาถอนพิษจากแมลงสัตว์กัดต่อย (ราก)

## 5. องค์ประกอบของอาหาร (สูตร)

๑. ผลมะตาด ๑๐ ผล

๒. พริกแกงส้ม

๓. คั้นกะทิ ๑/๒ กิโลกรัม

๔. ปลาพวย่าง

๕. กุ้งสดสับละเอียด ๓ ชีด

๖. น้ำปลา

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

บรรยาย รูปแบบ วิธีการ แบบดั้งเดิม

๑.ล้างผลมะตาดให้สะอาด ผานเนื้อมะตาดออกเป็นชิ้นๆ

ใหญ่จะเหลือเม็ดทิ้งไป พักไว้ก่อน ๒.นำน้ำพริกแกงส้มผัดกับปัจจุบัน วิธีการปรุงเหมือนเดิม เพียงแต่ใช้กะทิกล่อง ไม่คั้นกะทิ และเติมกะทิที่เหลือลงไป ๓.น้ำแกงเดือด หั่นมะตาด กะทิเอง คนปัจจุบันชอบอาหารประเภทแกงส้มมีรสหวาน หยาบๆเคี้ยวจนน้ำแกงมีรสเปรี้ยว ใส่ น้ำปลา ชิมดูรสตามใจ นิดหน่อย

ชอบ

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



ผลมะตาด



ผลมะตาด

บรรยาย รูปแบบ วิธีการ แบบปรับเปลี่ยนยุค(ถ้ามี)

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



หอม กระเทียม



พริกเม็ดใหญ่



เนื้อมะตาด



กะปิ



มะตาดหั่นหยาบ



เกลือ



น้ำพริกแกงส้ม



ปลาทุ



คั้นกะทิ



ปลาทุ



ใส่น้ำพริกในกะทิเดือด



กุ้ง



แกงมะตาด



กุ้งบด

## 7. การสร้างงานและรายได้

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

## 8. ชื่อ - สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

ชื่อ - สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

นางอัมพร แจ่มแจ้ง น.ส.ปาริณา บุตรทิม นางสมบุรณ์ สุขสมรักษ์

ชื่อ และที่อยู่ของร้านจำหน่ายอาหาร

ที่อยู่ติดต่อได้สะดวก

๕๖ หมู่ที่ ๒ ตำบลเชียงรากน้อย อำเภอสามโคก จังหวัดปทุมธานี

โทรศัพท์ ๐๘๖-๐๔๘-๕๕๑๖ โทรสาร

E-mail

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

-

10. ผู้เรียบเรียงข้อมูล/ ผู้บันทึกข้อมูล/ รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรางวัลวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้อง  
ของข้อมูล

ผู้เรียบเรียงข้อมูล นางสาวเจียรชนก แพรดำ  
ตำแหน่ง นักวิชาการวัฒนธรรมชำนาญการ  
วัน/เดือน/ปี ที่เรียบเรียงข้อมูล วันที่ - เดือน - ปี พ.ศ. 25

ผู้บันทึกข้อมูล นางสาวนวพร นวลประดิษฐ์  
ตำแหน่ง นักวิชาการวัฒนธรรมปฏิบัติการ

รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรางวัลวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้องของข้อมูล

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุมานีการ์ จันทร์บรรเจิต  
ตำแหน่ง ผู้ทรงคุณวุฒิ มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรวิทยาดงรัก
2. ดร.ประไพพร สวัสดิ์ดวง  
ตำแหน่ง ผู้ทรงคุณวุฒิ มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์
3. นางกชนันท์ รื่นใจชน  
ตำแหน่ง นักวิชาการวัฒนธรรมชำนาญการ

ผู้ตรวจสอบและอนุมัติ นางพิมพ์กาญจน์ ชัยจิตรสกุล  
ตำแหน่ง วัฒนธรรมจังหวัด  
วัน/เดือน/ปี ที่อนุมัติ วันที่ - เดือน - ปี พ.ศ. 25