

ระดับการคัดสรร

อำเภอ

1. ชื่ออาหาร

ชื่อหลัก : แกงมะตาด

ชื่ออื่นๆ เช่น ชื่อภาษาถิ่น (ถ้ามี): พะฮะเปร่า

2. แหล่ง

ชุมชน อำเภอ ไทรน้อย ตำบล -

3. ประเภทอาหาร

3.1 หมวดย่อย

3.2 ลักษณะ อาหารในชีวิตประจำวัน

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

ความเป็นมา (ภูมิหลัง/ความเชื่อ)

"มะตาด" เป็นไม้เนื้อแข็งชนิดหนึ่งที่มีคุณค่าด้านการศึกษาและเสาะหาไปปลูกอนุรักษ์ เป็นไม้ที่ขึ้นตามธรรมชาติในป่าดงดิบชื้นและป่าพรุทั่วไปของทุกภาค มีชื่อเรียกตามภาคต่างกัน เช่น สุราษฎร์ธานี เรียก " ส้านกวาง " และ " ส้านท่า " เชียงใหม่เรียก " ส้านป่า " และ " สัมปฏ " นครศรีธรรมราชและตรังเรียก " ส้าน " ในภาคกลางเรียก " มะตาด " แต่คนมอญเรียก " หะเปร่า " (คำใกล้เคียงกับสำเนียงมอญคงสะกดได้เช่นนี้) มะตาดเป็นพืชของมอญ จะพบได้ในชุมชนที่มีคนเชื้อสายมอญอาศัยอยู่จำนวนมาก

อัตลักษณ์ (ที่โดดเด่น)

"มะตาด" เป็นไม้พุ่มยืนต้น สูงราว ๑๐-๑๕ เมตร ลำต้นและกิ่งก้านคดงอ ใบเดี่ยวคล้ายรูปไข่หรือใบหอกออกตามกิ่ง "มะตาด"เป็นต้นไม้ที่ทนแล้งและน้ำท่วมไม่ตาย เริ่มผลัดใบในเดือนเมษายน-พฤษภาคม ออกดอกออกผล ในเดือนกรกฎาคม หรือสิงหาคม ก่อนจะสุกและวาย ราวเดือนตุลาคม "ดอกมะตาด"จะเริ่มออกเป็นตุ่มที่ยอดลักษณะคล้าย"ผลมะตาด" พอโตขนาดเท่าผลส้มเขียวหวานก็จะบานออก ภายในดอกจะมีเกสรตัวผู้สีเหลืองล้อมรอบเกสรตัวเมียสีขาว ครั้นเมื่อละอองเกสรตัวผู้ผสมเกสรตัวเมียแล้ว กลีบดอกสีขาวก็จะเหี่ยวร่วงโรยหลุดออก จากนั้นกลีบเลี้ยงก็จะเริ่มห่อเข้ามาใหม่ เป็นผลกลมเหมือนเมื่อก่อนดอกยังไม่บาน และเจริญเติบโตขึ้นเรื่อย ๆ เมื่อผลแก่เต็มที่จะมีขนาดเท่ากระท้อนห่อ เส้นผ่าศูนย์กลาง ๑๐-๑๕ เซนติเมตร สีเขียว

จะเปลี่ยนเป็นสีเหลืองมักกลิ่นหอม แล้วหล่นลงแตกเมล็ดภายในกระจ่ายออกเป็นต้นอ่อนต่อไป

ความสำคัญและคุณค่าทางสังคมและทางจิตใจที่มีในวิถีการดำเนินชีวิตของชุมชน นั้นๆ

สรรพคุณของมะตาด ผลมะตาดมีสารฟลาโวนอยด์และสารฟีนอลิก ซึ่งมีฤทธิ์ช่วยต่อต้านอนุมูลอิสระ ผลมีรสเปรี้ยวใช้รับประทานเป็นยาบำรุงร่างกาย เมล็ดมะตาด ช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือด ผลสุก มีรสหวานอมเปรี้ยวใช้รับประทานเป็นยาเย็น ช่วยต้านอาการลมชัก สรรพคุณมะตาด ช่วยถอนพิษไข้ ระบายพิษไข้ ช่วยแก้ไข้ ลดไข้ ช่วยแก้อาการไอ ช่วยขับเสมหะ เปลือกต้นนำมาเคี้ยวช่วยทำให้เหงือกและฟันกระชับแน่น ใบและเปลือกต้น มีรสฝาดใช้ต้มดื่มเป็นยาแก้ท้องเสีย ด้วยการใช้เปลือกต้นนำมาต้มกับน้ำดื่ม ใช้เป็นยาแก้ปวดท้อง ผลมีเมือกเหนียวคล้ายวุ้น มีสรรพคุณช่วยเคลือบแผลในกระเพาะอาหารและในลำไส้ ช่วยในการขับถ่าย ทำให้ขับถ่ายได้สะดวกขึ้น ทำให้ท้องไม่ผูก ใช้เป็นยาระบายอ่อนๆ เปลือกและใบมีรสฝาด ใช้เป็นยาสมานแผล รากมะตาด สรรพคุณใช้เป็นยาถอนพิษจากแมลงสัตว์กัดต่อย

5. องค์ประกอบของอาหาร (สูตร)

ถ้าจะ "แกงมะตาด" ให้มีรสชาติอร่อย ควรหา"มะตาดข้าวเหนียว"มาแกง ส่วนจะเลือก"มะตาด"แก่หรือ"มะตาด"อ่อน ก็แล้วแต่ความชอบ ของแต่ละบุคคล

1. นำผลมะตาดมาล้างน้ำให้สะอาด
2. มะตาด ๑ ลูกมี ๕ กลีบ เลือกเอาเฉพาะกลีบใน ๓ กลีบมาสับเป็นชิ้นเล็ก ๆ จากนั้น
3. เตรียมเครื่องแกง โดยเอาพริกแห้งเม็ดใหญ่ มาฉีกแช่น้ำสักพัก แล้วใส่ครกรวมกับเกลือหนึ่งหยิบมือ ตำรวมกันให้ละเอียด ใส่หัวหอมประมาณ ๕-๖ หัว แล้วตำให้หอมพอแตกแยก ใส่กะปิประมาณ ๑ ช้อนแกง จากนั้นตำโขลกคลุกเคล้ารวมกันให้ละเอียด
4. เอน้ำใส่หม้อตั้งไฟให้เดือด หากจะแกงใส่กะทิ ก็ใช้น้ำกะทิแทนน้ำเปล่า
5. นำเครื่องแกงมาละลาย ในหม้อน้ำกะทิพอสมควร แล้วเอาหม้อเครื่องแกงมาตั้งไฟให้เดือดพล่าน
6. นำผลมะตาดที่สับเตรียมไว้ใส่หม้อจนเดือดพล่าน สักครู่ เอาทัพพีคนให้เข้ากันอีกที
7. ใส่น้ำปลาชิมรสตามที่ต้องการแล้วยกลง

การรับประทาน"แกงมะตาด" ถ้าที่ของแกล้ม เช่น เนื้อเค็ม ปลาเค็ม และไข่เค็ม จะเพิ่มความอร่อยมากขึ้น เพราะ"แกงมะตาด"มักมีรสเปรี้ยวของ"ผลมะตาด"อยู่ก่อนแล้ว

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 (แนบภาพนิ่งเป็นไฟล์นามสกุล JPEG หรือ TIFF ไม่น้อยกว่า ๑๐

ภาพ ที่แสดงให้เห็นถึงรูปแบบดั้งเดิม และภาพเคลื่อนไหว ภาพ ที่แสดงให้เห็นถึงรูปแบบที่ปรับประยุกต์ และ

ลงแผ่นซีดี/วีซีดี)



ต้นมะตาด



ใบมะตาด



ลูกมะตาด



ภาพเคลื่อนไหว ลงแผ่นซีดี/วีซีดี)

เนื้อของผลมะตาด



แกงมะตาด



ส่วนประกอบ

7. การสร้างงานและรายได้

7.1 มีความสามารถในการผลิตเชิงปริมาณ พร้อมแสดง สาธิตและจำหน่ายในโอกาสต่างๆ
มี

(ระบุเหตุผล)

7.2 การสร้างงานและรายได้ (ต่อครอบครัว/ชุมชน)

8. ชื่อ - สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

ชื่อ - สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

ชื่อ และที่อยู่ของร้านจำหน่ายอาหาร

ที่อยู่ติดต่อได้สะดวก

โทรศัพท์ 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