

รากวัฒนธรรม อาหาร

ระดับการคัดสรร

ตำบล

1. ชื่ออาหาร

ชื่อหลัก : ส้มมะเขือฝอย

ชื่ออื่นๆ เช่น ชื่อภาษาถิ่น (ถ้ามี):

2. แหล่ง

ชุมชน บ้านทุ่งผึ่ง อำเภอกงหรา จังหวัดพัทลุง

3. ประเภทอาหาร

3.1 หมวดย่อย อาหารพื้นถิ่น

3.2 ลักษณะ คาว

ส้มมะเขือ จัดเป็นอาหารพื้นบ้านคล้ายอาหารประเภทยาที่ให้พลังงานน้อย ได้รับโปรตีนจากเนื้อสัตว์ ไขมัน คาร์โบไฮเดรต และแร่ธาตุต่างๆมากมาย และมะเขือสามารถเก็บได้ตามบ้านเรือน ที่ชาวบ้านมักจะปลูกไว้ ภายในบริเวณบ้าน ซึ่งชาวบ้านนิยมทำเป็นอาหารรับประทานกันแทบทุกครัวเรือน

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

ความเป็นมา (ภูมิหลัง/ความเชื่อ)

อัตลักษณ์ (ที่โดดเด่น)

ความสำคัญและคุณค่าทางสังคมและทางจิตใจที่มีในวิถีการดำเนินชีวิตของชุมชน นั้นๆ

5. องค์ประกอบของอาหาร (สูตร)

ส่วนผสม

1. มะเขือเปราะ ๑๐๐ กรัม
2. เนื้อหมูบด ๑๐๐ กรัม
3. หอมแดงซอย ๑ ช้อนโต๊ะ
4. กระเทียมสับ ๑ ช้อนโต๊ะ
5. น้ำมันพืช ๒ ช้อนโต๊ะ

เครื่องแกง

1. กระเทียม ๑๐ กลีบ
2. หอมแดง ๕ หัว
3. ข่าหั่น ๑ ช้อนชา
4. ตะไคร้ซอย ๑ ช้อนโต๊ะ
5. กะปิ ๑ ช้อนชา
6. ปลาร้าต้มสุก ๑ ช้อนโต๊ะ
7. เกลือ ๑/๒ ช้อนชา

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



นำมะเขือเปราะหรือมะเขือฝอยมาล้างน้ำและหั่นเป็นชิ้น
บางๆ



นำเครื่องปรุงเช่น กระเทียม พริก หอมแดง ตะไคร้ หั่นซอย และนำมาโขลกให้ละเอียด



นำเครื่องปรุงทั้งหมดที่ได้มาผัดในกระทะ ให้แห้ง



นำมะเขือฝอยหรือมะเขือเปราะที่หั่นเสร็จเรียบร้อยแล้ว นำมาคลุกเคล้ากับน้ำพริกแกงที่ผัดเสร็จเรียบร้อยแล้วให้เข้ากัน ปรุงรสตามใจชอบ



นำส้ามะเขือฝอยที่ได้จัดเรียงใส่จานพร้อมเสิร์ฟ ทานกับข้าวเหนียวร้อนๆ

7. การสร้างงานและรายได้

7.1 มีความสามารถในการผลิตเชิงปริมาณ พร้อมแสดง สถิติและจำหน่ายในโอกาสต่างๆ
ไม่มี

(ระบุเหตุผล)

ส้ามะเขือฝอย จัดเป็นอาหารพื้นบ้านที่มีคุณค่าทางโภชนาการค่อนข้างสูง ทุกบ้านทำเป็นอาหารเนื่องจากเป็นวัตถุดิบที่หาง่ายเพราะทุกบ้านปลูกมะเขือ จึงไม่เป็นที่นิยมนำมาทำเป็นอาหารขาย

7.2 การสร้างงานและรายได้ (ต่อครอบครัว/ชุมชน)
ไม่มี

8. ชื่อ – สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

ชื่อ – สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

นางเครือวัลย์ คำรังษี ตำบลงอบ อำเภอกู่ช้าง จังหวัดน่าน

ชื่อ และที่อยู่ของร้านจำหน่ายอาหาร

นางเครือวัลย์ คำรังษี ตำบลงอบ อำเภอกู่ช้าง จังหวัดน่าน

ที่อยู่ติดต่อได้สะดวก

นางเครือวัลย์ คำรังษี ตำบลงอบ อำเภอกู่ช้าง จังหวัดน่าน

โทรศัพท์ - โทรสาร -

E-mail

-

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

เกียรติบัตรอาหารปลอดภัยจากสาธารณสุขจังหวัดน่าน

10. ผู้เรียบเรียงข้อมูล/ ผู้บันทึกข้อมูล/ รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรากวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้อง
ของข้อมูล

ผู้เรียบเรียงข้อมูล นางเครือวัลย์ คำรังษี ตำบลงอบ อำเภอทุ่งช้าง จังหวัดน่าน
ตำแหน่ง ประธานกลุ่มแม่บ้านตำบลงอบ
วัน/เดือน/ปี ที่เรียบเรียงข้อมูล วันที่ 8 เดือน กันยายน ปี พ.ศ. 2557

ผู้บันทึกข้อมูล ว่าที่ร.ต.จักริน บุญตาม
ตำแหน่ง นักวิชาการวัฒนธรรมชำนาญการ

รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรากวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้องของข้อมูล

1.
ตำแหน่ง
2.
ตำแหน่ง
3.
ตำแหน่ง

ผู้ตรวจสอบและอนุมัติ นายสโรช รัตนมาศ
ตำแหน่ง วัฒนธรรมจังหวัด
วัน/เดือน/ปี ที่อนุมัติ วันที่ 8 เดือน กันยายน ปี พ.ศ. 2557