

รากวัฒนธรรม อาหาร

ระดับการคัดสรร

อำเภอ

1. ชื่ออาหาร

ชื่อหลัก : แกงบอน

ชื่ออื่นๆ เช่น ชื่อภาษาถิ่น (ถ้ามี):

2. แหล่ง

ชุมชน อำเภอ หนองเสือ ตำบล -

3. ประเภทอาหาร

3.1 หมวดหมู่

3.2 ลักษณะ อาหารในชีวิตประจำวัน

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

ความเป็นมา (ภูมิหลัง/ความเชื่อ)

แกงบอน ชาวมอญมีเอกลักษณ์ในด้านการปรุงอาหารรับประทาน ซึ่งได้รับการสืบทอดกันมารุ่นสู่รุ่นจนกลายเป็นอาหารที่เป็นที่รู้จักและเป็นที่สนใจของคนทั่วไป เนื่องจากอาหารมอญนั้นแฝงไปด้วยหลักทางโภชนาการ โดยมีลักษณะเด่น คือ มีส่วนประกอบเป็นพืชผักที่หลากหลาย ซึ่งมีอยู่หมุนเวียนตลอดปีสามารถนำมาใช้ประกอบอาหารได้หลายชนิดอีกทั้งอาหารไทย-รามัญ ยังสื่อถึงภูมิปัญญาของการเรียนรู้วิถีการการกินอยู่ที่เป็นอัตลักษณ์ของมอญอย่างแท้จริง อย่างเช่นการทำแกงบอน แกงบอน หมายถึง แกงบอนที่เอาใบใส่กระบอกไม้ไผ่ดิบ แล้วนำไปย่างถ่านไม้ เหมือนข้าวหลาม ไม่ผัดเครื่องแกงกับน้ำมันพืช การเรียกแกงบอน บางคนก็เคล็ด ให้เรียกว่า แกงผักหวาน เพราะกลัวว่าจะทำให้คันปาก บางตำรับ ก่อนนำบอนมาแกง จะแขวนผิงลมไว้ 1 คืน ก่อนที่จะนำมาแกง

อัตลักษณ์ (ที่โดดเด่น)

ความสำคัญและคุณค่าทางสังคมและทางจิตใจที่มีในวิถีการดำเนินชีวิตของชุมชน นั้นๆ

5. องค์ประกอบของอาหาร (สูตร)

เครื่องปรุง

วัตถุดิบหลัก ต้นบอน 10 ต้น , ปลาช่อน ½ กิโลกรัม

น้ำพริกแกง น้ำพริกแกงเผ็ด 2-3 ช้อนโต๊ะ , กระชาย 200 กรัม

เครื่องปรุงรส มะพร้าวขูด 1 กิโลกรัม , ใบมะกรูด 10 ใบ , น้ำตาลปี๊บ , ส้มมะขามเปียก , น้ำปลา

วิธีทำ

1. ตันบอนปอกเปลือกออก แล้วตัดเป็นท่อน ๆ ประมาณ 5 เซนติเมตร ต้มให้สุก
2. คั้นน้ำกะทิ นำใส่ภาชนะเตรียมไว้
3. นำกระชายมาโขลกรวมกับน้ำพริกแกงเผ็ด ให้ละเอียดเข้ากันดี
4. ท่อนหางปลาช่อนที่ต้มสุกแล้ว โขลกกับน้ำพริกให้ละเอียด
5. ละลายเครื่องแกงกับน้ำพอสสมควร ตั้งไฟให้เดือดพล่านเสร็จแล้วนำบอนและปลาที่เตรียมไว้ใส่ลงไป
6. เอน้ำตาลปีบ น้ำปลา ส้มมะขามใส่ ตั้งไฟต่อไปให้เดือดพล่านเสร็จลองชิมดู ปรับรสตามชอบ รสเปรี้ยวอมหวานก็ได้ ใส่ใบมะกรูดเสร็จแล้วยกลง

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)



แกงบอน



กระชาย เป็นส่วนประกอบในการทำแกงบอน



ต้นบอน เป็นส่วนประกอบในการทำแกงบอน



พริกแกงเผ็ด เป็นส่วนประกอบในการทำแกงบอน



พริกแกงเผ็ด เป็นส่วนประกอบในการทำแกงบอน



มะพร้าวขูด เป็นส่วนประกอบในการทำแกงบอน



ใบมะกรูด เป็นส่วนประกอบในการทำแกงบอน



น้ำตาลปีบ เป็นส่วนประกอบในการทำแกงบอน



ส้มมะขามเปียก เป็นส่วนประกอบในการทำแกงบอน



ปลาช่อน เป็นส่วนประกอบในการทำแกงบอน



น้ำปลา เป็นส่วนประกอบในการทำแกงบอน

7. การสร้างงานและรายได้

7.1 มีความสามารถในการผลิตเชิงปริมาณ พร้อมแสดง สถิติและจำหน่ายในโอกาสต่างๆ
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