

จังหวัดกาฬสินธุ์

ระดับการคัดสรร

ตำบล

1. ชื่ออาหาร

ชื่อหลัก : ข้าวจี

ชื่ออื่นๆ เช่น ชื่อภาษาถิ่น (ถ้ามี):

2. แหล่ง

ชุมชน อำเภอ ยางตลาด ตำบล เว่อ

3. ประเภทอาหาร

3.1 หมวดย่อย

3.2 ลักษณะ อื่น ๆ (ระบุโอกาสที่รับประทาน/ทำ)

ข้าว ข้าวเป็นอาหารที่สำคัญชนิดหนึ่งของโลก โดยเฉพาะประเทศในภูมิภาคเอเชียที่นิยมรับประทานข้าวเป็นอาหารประจำวันมากกว่าในภูมิภาคอื่นๆของโลก การผลิต บริโภคและการค้าข้าวส่วนใหญ่จึงกระจุกตัวอยู่ในทวีปเอเชีย แต่ข้าวที่ผลิตได้ส่วนใหญ่จะใช้ในการบริโภคภายในประเทศ ทำให้มีข้าวเพียงร้อยละ ๖ เท่านั้นที่เข้าสู่ตลาดการค้าข้าวระหว่างประเทศ โดยประเทศที่มีบทบาทมากที่สุดในโลกในการส่งออกข้าว คือประเทศไทย รองลงมาคือ อินเดีย เวียดนาม จีนและพม่า ตามลำดับ โดยไทยส่งออกข้าวปีละประมาณ ๗ ล้านตัน เป็นสัดส่วนประมาณร้อยละ ๓๐ ของการส่งออกข้าวทั้งหมดทั่วโลก

ข้าว เป็นเมล็ดของพืชในสกุลข้าวที่พบมากในเอเชีย ชื่อวิทยาศาสตร์: *Oryza sativa* ข้าวเป็นธัญพืชซึ่งประชากรโลกบริโภคเป็นอาหารสำคัญ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในทวีปเอเชีย จากข้อมูลเมื่อปี ๒๕๕๓ ข้าวเป็นธัญพืชซึ่งมีการปลูกมากที่สุดเป็นอันดับสองทั่วโลก รองจากข้าวโพด ข้าวเป็นธัญพืชสำคัญที่สุดในด้านโภชนาการและการได้รับแคลอรีของมนุษย์ เพราะข้าวโพดส่วนใหญ่ปลูกเพื่อจุดประสงค์อื่น มิใช่ให้มนุษย์บริโภค ทั้งนี้ ข้าวคิดเป็นพลังงานกว่าหนึ่งในห้าที่มนุษย์ทั่วโลกบริโภค

หลักฐานพันธุศาสตร์แสดงว่าข้าวมาจากการนำมาปลูกเมื่อราว ๘,๒๐๐-๑๓,๕๐๐ ปีก่อน ในภูมิภาคหุบแม่น้ำจูเจียงของจีน ก่อนหน้านั้น หลักฐานโบราณคดีเสนอว่า ข้าวมีการนำมาปลูกในเขตหุบแม่น้ำแยงซีในจีน ข้าวแพร่กระจายจากเอเชียตะวันออกไปยังเอเชียตะวันออกเฉียงใต้และเอเชียใต้ ข้าวถูกนำมายังทวีปยุโรปผ่านเอเชียตะวันตก และทวีปอเมริกาผ่านการยึดอาณานิคมของยุโรป

ปกติการปลูกข้าวเป็นแบบปีต่อปี ทว่าในเขตร้อน ข้าวสามารถมีชีวิตอยู่ได้หลายปีและสามารถไว้ตอ (ratoon) ได้นานถึง ๓๐ ปี ต้นข้าวสามารถโตได้ถึง ๑-๑.๘ เมตร ขึ้นอยู่กับพันธุ์และความอุดมสมบูรณ์ของดินเป็นหลัก มีใบเรียวยาว ยาว ๕๐-๑๐๐ เซนติเมตร และกว้าง ๒-๒.๕ เซนติเมตร ช่อดอกห้อยยาว ๓๐-๕๐ เซนติเมตร เมล็ดกินได้เป็นผลธัญพืชยาว ๕-๑๒ มิลลิเมตร และหนา ๒-๓ มิลลิเมตร

ข้าว จัดเป็นอาหารหลักที่มีความสำคัญต่อประชากรโลก มีผู้กล่าวว่าครึ่งโลกที่บริโภคข้าวเป็นอาหารหลัก ประเทศไทยเรานั้น มีการบริโภคข้าวเป็นอาหารหลัก นานมาแล้วจนถึงปัจจุบันนี้ก็ยังมีการบริโภคข้าว เป็นอาหารหลักอยู่ และที่สำคัญนั้น เป็นแหล่งของอาหารที่ให้พลังงานแก่ชีวิตในแต่ละวันของคนไทยเรา กองโภชนาการ ได้กำหนดข้อปฏิบัติการกินอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทยขึ้น ๙ ข้อ หรือที่เรียกง่ายๆ ว่า "๙ ข้อ

เพื่อการกินดี มีสุข" ๑ ใน ๙ ข้อ นั้น มีอยู่ ๑ ข้อ ที่กำหนดไว้ว่า กินข้าวเป็นอาหารหลักและสลับกับอาหารประเภทแป้งเป็นบางมื้อ การกำหนดเช่นนี้ ก็เพราะต้องการให้คนไทยเราเห็นความสำคัญของข้าว เพราะปัจจุบันคนไทยเริ่มหันไปกิน อาหารอื่นแทนข้าวกันมากขึ้น จึงต้องรณรงค์ให้คนไทยกินข้าวต่อไป

ข้าว จัดเป็นอาหารหลักของคนทุกชาติทุกภาษา เพียงแต่ข้าวที่กินนั้นจะต่างชนิดกันออกไปอาจเป็นชนิดที่แปรรูป มาจากข้าวชนิดต่างๆ เช่น ข้าวเจ้า ข้าวเหนียว ข้าวโพด ข้าวสาลี ข้าวไรย์ ข้าวบาร์เลย์ ซึ่งล้วนแล้วแต่เป็น ธัญพืชพวกข้าว ในประเทศไทยเราจัดข้าวอยู่ในอาหารหลักหมู่ที่ ๒ ให้สารอาหารคาร์โบไฮเดรต นอกจากนี้ยังมีพวกวิตามินและแร่ธาตุ เป็นแหล่งที่ให้กำลังงานและความอบอุ่นจะเห็นได้ว่า คนไทย เรา ส่วนใหญ่ยังคงบริโภคข้าวทุกวัน บ้างก็กินข้าวเจ้า บ้างก็กินข้าวเหนียว ในภาคเหนือและ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือจะนิยมกินข้าวเหนียวมากกว่าข้าวเจ้า ซึ่งก็แล้วแต่ความคุ้นเคย และ วัฒนธรรมที่สืบทอดกันมา

ข้าว ที่เรากินจะต้องผ่านกรรมวิธีสีเอาเปลือกข้าวออก ในเมล็ดข้าวจะมีวิตามินแร่ธาตุและสารอาหารที่สำคัญต่อร่างกายรวม ๒๐ กว่าชนิด แต่ข้าวที่อุดมไปด้วยคุณค่าของสารอาหารที่กล่าวมานี้ จะต้อง ผ่านการสีแต่น้อย คือ สีเอาเปลือกข้าวหรือที่ชาวบ้านเรียกว่า "แกลบ" ออกโดยที่ยังมีจมูกข้าว และเยื่อหุ้มเมล็ดข้าวที่เราเรียกว่า "รำ" อยู่ ซึ่งจมูกข้าวและเยื่อหุ้มเมล็ดข้าวนี้มีคุณค่าอาหารที่มีประโยชน์มาก ข้าวที่มีคุณค่าอาหารก็คือ ข้าวกล้อง ข้าวซ้อมมือ ข้าวนึ่งก่อนสี ข้าวเสริมวิตามิน ข้าวกล้อง นั้นในสมัยก่อนเรียกว่า ข้าวซ้อมมือ หรือข้าวแดง ในสมัยก่อนชาวบ้านใช้วิธีตำข้าวกินกันเอง ซึ่งมักใช้ครกกระเดื่องตำจึงเรียกว่าข้าวซ้อมมือ ปัจจุบันนี้จะไม่ให้เห็นโดยทั่วไปแล้ว จะมีก็ ในหมู่บ้านที่ห่างไกลตัวเมืองอย่างบนพื้นที่สูง เราจะพบชาวเขานำมาขายข้างทาง ซึ่งถ้าซื้อมา บริโภคจะมีประโยชน์มาก ในสมัยก่อนนั้นเราจะเห็นพวกชาวเขาและพวกชาวบ้านจะมีสุขภาพพลานามัยดี หน้าตาไม่ซีดเซียว ไม่ขาดสารอาหาร แต่ในปัจจุบัน พบว่า ในบางพื้นที่มีการ ขาดสารอาหาร ซึ่งสามารถสังเกตได้ว่ามีหน้าตาซีดเซียว ไม่แข็งแรงในบางราย ซึ่งจากการสังเกต และสอบถามดูจะรู้ว่าอาหารการกินของเขาในแต่ละวันนั้นเปลี่ยนไปจากเดิม เมื่อก่อนเคยกินข้าวกล้อง ผัก ผลไม้ อุดมสมบูรณ์ แต่ปัจจุบันกินข้าวขาว กินอาหารที่แปรรูปมากขึ้น ทำให้ได้สารอาหารไม่เพียงพอ อาหารที่มีวางจำหน่ายในร้านค้าในหมู่บ้าน ก็พบว่าอาหารสำเร็จรูปเป็นพวกขนมปัง แครกเกอร์ บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปรสต่างๆ มากมาย และขนมไส้สั้ก็มากมายหลากหลายชนิด เท่าที่สังเกตดูส่วน ประกอบของอาหารสำเร็จรูปเหล่านี้มีคุณค่าทางโภชนาการน้อยมาก จะมีก็แต่ในรูปของแป้งและ น้ำตาล ซึ่งไม่ ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อร่างกาย ถ้าเทียบกับการบริโภคข้าวและอาหารไทยๆ ในสมัยก่อนจะมีประโยชน์มากกว่า ข้าวกล้อง นั้นจะมีโปรตีนประมาณ ๗-๑๒ เปอร์เซ็นต์ ซึ่งก็แล้วแต่พันธุ์ข้าว การขัดสีข้าวกล้องจนมีสีขาวจะทำให้โปรตีนสูญหายไปประมาณ ๓๐ เปอร์เซ็นต์ ถ้าดูอย่างผิวเผิน การสูญเสียเพียงแต่นี้ไม่มากนัก ซึ่งคนส่วนใหญ่กินข้าวกันวันละ ๓ มื้อ และข้าวเป็นอาหารที่เรากินมากที่สุด จึงจำเป็นที่เราควรจะ คำนึงถึงคุณค่าในสิ่งที่เรากินเข้าไป ข้าวขาวที่กินในแต่ละวันนั้นมีคุณค่าสารอาหารน้อยกว่าข้าวกล้อง ในข้าวกล้องจะมีคุณค่าแร่ธาตุมากมาย ที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกายคือมีวิตามินบีรวม ซึ่งจะช่วยห่อหุ้ม และบรรเทาอาการอ่อนเพลีย แขน ขา ไม่มีแรง ปวดกล้ามเนื้อ โรคผิวหนังบางชนิด บำรุงสมอง ทำให้เจริญอาหาร

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

ความเป็นมา (ภูมิหลัง/ความเชื่อ)

มูลเหตุที่ทำบุญข้าวจี๋ในเดือนสาม เนื่องจากเป็นเวลาที่ชาวนาได้มีการทำนาเสร็จสิ้น ชาวนาได้ข้าวขึ้นยุ้งใหม่จึงอยากร่วมกันทำบุญข้าวจี๋ถวายแก่พระสงฆ์ สำหรับมูลเหตุดั้งเดิมที่มีการทำบุญข้าวจี๋ มีเรื่องเล่ากันตามความเชื่อ ว่า ในสมัยพุทธกาล นางปณณะทาสี ได้ทำขนมแบ่งจี๋ถวายแด่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าและพระอานนท์เถระ

ครั้นถวายแล้วนางคิดว่าพระองค์คงไม่เสวยและอาจเอาทิ้งให้สุนัขหรือกากิน เพราะ อาหารที่นางถวายไม่
ประณีตน่ารับประทาน เมื่อพระพุทธรเจ้าทรงทราบภาวะจิตของนางปุณณะทาสี จึงรับสั่งให้พระอานนท์ปูลาด
อาสนะแล้วทรงประทับนั่งฉันท ฌ ที่นางถวายนั้น เป็นผลให้นางเกิดปีติยินดีเป็นอย่างยิ่งและเมื่อนางได้ฟังพระ
ธรรมเทศนาที่พระพุทธรเจ้าทรงแสดงก็บรรลุโสดาบันปัตติผลด้วยอานิสงส์ที่ถวายขนมแบ่งจี ชาวอีสานจึงเชื่อ
ในอานิสงส์ของการทานดังกล่าวจึงพากันทำข้าวจีถวายทานแด่พระสงฆ์สืบข้าวจี คือ ข้าวเหนียวหนึ่งให้สุกแล้ว
นำมาปั้นเป็นก้อนทาเกลือเคล้าให้ทั่ว เอาไม้เสียบย่างไฟเหมือนไถย่าง เมื่อข้าวสุกเกรียมแล้วก็เอาไขซึ่งตีไว้แล้ว
ทาแล้วย่างซ้ำอีกกลายเป็นไขเคลือบข้าวเหนียว เสร็จแล้วถอดไม้ออกแล้วเอาน้ำอ้อยหรือน้ำตาลที่เป็นก้อนยัด
ใส่แทนกลายเป็นข้าวเหนียวยัดไส้ แล้วถวายพระเถรฉันตอนเช้า ข้าวจี เป็นขนมพื้นบ้านของภาคอีสาน ทำจาก
ข้าวเหนียวหนึ่งทาเกลือ ปั้นเป็นรูปกลมหรือรีเสียบไม้เข้าไปย่างบนเตาถ่าน ไฟอ่อนพอเกรียมนำมาชุบไข แล้ว
นำไปย่างใหม่จนเหลือง ตัดไม้ที่เสียบไว้ออก ยัดน้ำตาลอ้อยเข้าไปแทน น้ำตาลจะละลายเป็นไส้ และนิยมทำกัน
มากในช่วงเดือนสามของทุกปี ซึ่งจะมีการทำข้าวจีไปทำบุญในงานประเพณีบุญข้าวจี อาจเป็นเพราะข้าว
เหนียวจะเสียเร็วในตอนกลางวัน สมัยก่อนข้าวเหนียวจึงถูกทำเป็นข้าวจีแล้วห่อใบตองไปกินเป็นอาหารตอนทำ
นาหรือเดินทางไกล เพราะสามารถเก็บได้นานขึ้น บุญข้าวจี เป็นงานบุญประเพณีของชาวอีสาน ที่กระทำกัน
ในเดือนสาม จนเรียกว่า บุญเดือนสาม บุญข้าวจีเป็นบุญประเพณีสำคัญที่มีกำหนดอยู่ในฮีตสิบสอง ดังรู้จักกัน
ทั่วไปว่า เดือนสามคล้ายจั่วหัวปั้นข้าวจี เดือนสี่คล้ายจั่วน้อยเทศน์มะที (มัทรี) บุญข้าวจีนิยมทำกันในราว
กลางเดือนหรือปลายเดือนสาม คือ ภายหลังการทำบุญวันมาฆบูชา (เดือนสาม ขึ้น ๑๔ ค่ำ) แล้ว ส่วนใหญ่จะ
กำหนดวันแรม ๑๓ ค่ำ และ ๑๔ ค่ำ เดือนสาม บุญข้าวจีเป็นกิจกรรมร่วมของชุมชนหลายหมู่บ้าน นั่นคือ ชาว
อีสานบางหมู่บ้านเรียกงานบุญนี้ว่า บุญคุ้ม จะทำกันเป็นคุ้ม ๆ หรือ บางหมู่บ้านก็จะทำกันที่วัดประจำหมู่บ้าน
ล้วนแล้วแต่เป็น บุญข้าวจี หรือบุญเดือนสามนั่นเอง ชาวบ้านที่เป็นเจ้าภาพก็จะบอกบุญไปยังหมู่บ้านใกล้เคียง
ให้มาร่วมกันทำบุญ ข้าวจี คือ ข้าวเหนียวหนึ่งให้สุกแล้วนำมาปั้นเป็นก้อนทาเกลือเคล้าให้ทั่ว เอาไม้เสียบย่างไฟ
เหมือนไถย่าง เมื่อข้าวสุกเกรียมแล้วก็เอาไขซึ่งตีไว้แล้วทาแล้วย่างซ้ำอีกกลายเป็นไขเคลือบข้าวเหนียว เสร็จ
แล้วถอดไม้ออกแล้วเอาน้ำอ้อยหรือน้ำตาลที่เป็นก้อนยัดใส่แทนกลายเป็นข้าวเหนียวยัดไส้ แล้วถวายพระเถร
ฉันตอนเช้า ส่วนมากชาวบ้านจะรีบทำแต่เช้ามีด พอสว่างก็ลงศาลาการเปรียญ (ชาวบ้านเรียกหัวแจก) นิมนต์
พระเถรสวดแล้วฉัน เป็นทั้งงานบุญและงานรื่นเริงประจำแต่ละหมู่บ้าน เพราะได้ทำข้าวจีไปถวายพระหลังจาก
พระฉันแล้วก็เลี้ยงกันเองสนุกสนาน มีคำพังเพยอีสานว่า "เดือนสามค้อยเจ้าหัวค้อยปั้นเข้าจี เข้าจีปใส่น้ำอ้อย
จั่วน้อยเซตน้ำตาล" เดือนนี้ชาวอีสานส่วนใหญ่ถือกันตั้งแต่โบราณมาว่าเป็นเดือนสุขวิญข้าว คือมีการถวาย
ข้าวเปลือกพระและนิยมทำบุญบ้าน สวดมนต์เสร็จพิธีสงฆ์ แล้วก็สุขวิญข้าวตามธรรมเนียมพราหมณ์ บางบ้าน
ก็ทำเล็กน้อยพอเป็นพิธี คือเอาข้าวไปถวายสงฆ์แล้วทำพิธีตักปากเล่าเล็กน้อยเป็นการบูชาคุณของข้าวในเล่า
หรืออยู่ "ถึงเมื่อเดือนสามได้จั่วพากันทำเข้าจี ไปถวายสงฆ์เจ้าเอาแท้มบุญ"

อัตลักษณ์ (ที่โดดเด่น)

ชาวตำบลเว่อ และชาวภาคอีสาน นิยมบริโภคข้าวเหนียว เป็นอาหารหลัก พอเข้าหน้าหนาวช่วงระหว่างผิงไฟ
บรรเทาความหนาว ก็จะนำข้าวเหนียวหนึ่ง ไร่ด้วยเกลือป่นเล็กน้อย แล้วนำไปผิงให้สุกหlananทานกัน แถบอิ
सान ชาวบ้านทุกหมู่บ้าน ส่วนมากจะปิ้งทานในครอบครัว ตั้งแต่เด็กและเติบโตคนอีสาน จะทานข้าวจีเป็น
อาหารทานที่เลิศรสของชาวอีสาน ถึงหน้าหนาวที่ไร อากาศหนาว ๆ แม่จะก่อกองไฟให้ผิง พร้อมกับเตรียม
ถ่านให้ทำข้าวจีทาไขกินกันคะ ข้าวเหนียวใหม่นึ่งสุก หอม ๆ หวาน ๆ กับไข่เป็ดนาแดง ๆ เอามาทำข้าวจีทาไข
อร่อยที่สุดข้าวจะไหม้เสียก่อน นำข้าวเหนียวหนึ่งสุก ผสมเกลือเล็กน้อยพอมีรสเค็มชนิดหนึ่งคลุกเคล้าให้เข้ากัน
พักไว้เตรียมไข่ ถ้าเป็นไข่เป็ดจะอร่อยมากเพราะไข่แดงจะเยอะและเวลาทาที่ข้าวข้าวจะไม่ยุ่ยและแฉะทำให้ปิ้ง
ง่าย นำไข่มาตีผสมกับซอสที่เตรียมไว้สำหรับทา จากนั้นปั้นข้าวเหนียวให้เป็นก้อน วันนี้มีอุปกรณ์ช่วยเป็นฝา

กระปุก อัดข้าวเหนียวไว้กับฝาให้แน่นเวลาปิ้งและทาไข่จะได้ไม่ยุ่ย จากนั้นนำขึ้นปิ้งบนเตาถ่าน โดยวางบนตะแกรง แล้วใช้ไข่ทาพลิกกลับไปมาทาไข่จนทั่วและข้าวสุกเหลืองเป็นอันใช้ได้ นั่งรับประทานกันรอบเตาช่วงหน้าหนาวได้บรรยากาศ ส่วนมากชาวบ้านจะรับทำแต่เช้ามืด พอสว่างก็ลงศาลาการเปรียญ (ชาวบ้านเรียกหัวแจก) นิมนต์พระเณรสวดแล้วฉัน เป็นทั้งงานบุญและงานรื่นเริงประจำแต่ละหมู่บ้าน เพราะได้ทำข้าวจีไปถวายพระหลังจาก พระฉันแล้วก็เลี้ยงกันเองสนุกสนาน บุญข้าวจีซึ่งมักจะเป็นวันเพ็ญเดือนสาม ทุกครัวเรือนในหมู่บ้านจัดเตรียมข้าวจี แล้วนิมนต์พระสงฆ์มารวมกันที่ศาลาโรงธรรมญาติโยมจะมาพร้อมกันแล้วอาราธนาศีลว่าคำถวายข้าวจีเสร็จแล้วเอาข้าวจีไปใส่บาตร พระสงฆ์สวดมนต์จบแล้วญาติโยมยกอาหารคาวหวานไปถวายพระฉันเสร็จแล้วอนุโมทนา เป็นการเสร็จพิธีถวายข้าวจีในปัจจุบันชาวบ้านนอกจากจะทำบุญข้าวจีแล้วยังทำบุญมาฆบูชา เป็นวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาอีกวันหนึ่ง วันมาฆบูชาตรงกับวันเพ็ญเดือนสามเพื่อระลึกถึงเหตุการณ์สำคัญในพระพุทธศาสนา ๔ ประการคือ ๑. เป็นวันเพ็ญเดือนสาม ดวงจันทร์เสวยฤกษ์ ๒. พระสงฆ์ จำนวน ๑,๒๕๐ รูป มาประชุมกันที่เวฬุวันมหาวิหารโดยมิได้นัดหมายกันล่วงหน้า ๓. พระสงฆ์ที่มาประชุมครั้งนี้ล้วนเป็น เอหิภิกขุอุปสัมปทา (ภิกษุที่พระพุทธเจ้าบวชให้) ๔. ท่านเหล่านั้นเป็นพระอรหันต์องค์ประกอบของอาหาร (สูตร) - ไข่เป็ด - ข้าวเหนียว - เกลือ

ความสำคัญและคุณค่าทางสังคมและทางจิตใจที่มีในวิถีการดำเนินชีวิตของชุมชน นั้นๆ ข้าว ที่เรากินจะต้องผ่านกรรมวิธีสีเอาเปลือกข้าวออก ในเมล็ดข้าวจะมีวิตามินแร่ธาตุและสารอาหาร ที่สำคัญต่อร่างกายรวม ๒๐ กว่าชนิด แต่ข้าวที่อุดมไปด้วยคุณค่าของสารอาหารที่กล่าวมานี้ จะต้อง ผ่านการสีแต่น้อย คือ สีเอาเปลือกข้าวหรือที่ชาวบ้านเรียกว่า "แกลบ" ออกโดยที่ยังมีจมูกข้าว และเยื่อหุ้มเมล็ดข้าวที่เราเรียกว่า "รำ" อยู่ ซึ่งจมูกข้าวและเยื่อหุ้มเมล็ดข้าวนี้มีคุณค่าอาหารที่มีประโยชน์มาก ข้าวที่มีคุณค่าอาหารก็คือ ข้าวกล้อง ข้าวซ้อมมือ ข้าวหนึ่งก่อนสี ข้าวเสริมวิตามิน ข้าวกล้อง นั้นในสมัยก่อนเรียกว่า ข้าวซ้อมมือ หรือข้าวแดง ในสมัยก่อนชาวบ้านใช้วิธีตำข้าวกินกันเอง ซึ่งมักใช้ครกกระเดื่องตำจึงเรียกว่าข้าวซ้อมมือ ปัจจุบันนี้จะไม่ให้เห็นโดยทั่วไปแล้ว จะมีก็ ในหมู่บ้านที่ห่างไกลตัวเมืองอย่างบนพื้นที่สูง เราจะพบชาวเขานำมาขายข้างทาง ซึ่งถ้าซื้อมา บริโภคจะมีประโยชน์มาก ในสมัยก่อนนั้นเราจะเห็นพวกชาวเขาและพวกชาวบ้านจะมีสุขภาพพลานามัยดี หน้าตาไม่ซีดเซียว ไม่ขาดสารอาหาร แต่ในปัจจุบัน พบว่า ในบางพื้นที่มีการ ขาดสารอาหาร ซึ่งสามารถสังเกตได้ว่ามีหน้าตาซีดเซียว ไม่แข็งแรงในบางราย ซึ่งจากการสังเกต และสอบถามดูจะรู้ว่าอาหารการกินของเขาในแต่ละวันนั้นเปลี่ยนไปจากเดิม เมื่อก่อนเคยกินข้าวกล้อง ผัก ผลไม้ อุดมสมบูรณ์ แต่ปัจจุบันกินข้าวขาว กินอาหารที่แปรรูปมากขึ้น ทำให้ได้สารอาหารไม่เพียงพอ อาหารที่มีวางจำหน่ายในร้านค้าในหมู่บ้านก็พบว่าอาหารสำเร็จรูปเป็นพวกขนมปัง แครกเกอร์ บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปรสต่างๆ มากมาย และขนมใส่สีอีกมากมายหลากหลายชนิด เท่าที่สังเกตดูส่วน ประกอบของอาหารสำเร็จรูปเหล่านี้มีคุณค่าทางโภชนาการน้อยมาก จะมีก็แต่ในรูปของแป้งและ น้ำตาล ซึ่งไม่ ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อร่างกาย ถ้าเทียบกับการบริโภคข้าวและอาหารไทยๆ ในสมัยก่อนจะมีประโยชน์มากกว่า ข้าวกล้อง นั้นจะมีโปรตีนประมาณ ๗-๑๒ เปอร์เซ็นต์ ซึ่งก็แล้วแต่พันธุ์ข้าว การขัดสีข้าวกล้องจนมีสีขาวจะทำให้โปรตีนสูญหายไปประมาณ ๓๐ เปอร์เซ็นต์ ถ้าดูอย่างผิวเผิน การสูญเสียเพียงแต่นี้ไม่มากนัก ซึ่งคนส่วนใหญ่กินข้าวกันวันละ ๓ มื้อ และข้าวเป็นอาหารที่เรากินมากที่สุด จึงจำเป็นที่เราควรจะ คำนึงถึงคุณค่าในสิ่งที่เรากินเข้าไป ข้าวขาวที่กินในแต่ละวันนั้นมีคุณค่าสารอาหารน้อยกว่าข้าวกล้อง ในข้าวกล้องจะมีคุณค่าแร่ธาตุมากมาย ที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย คือมีวิตามินบีรวม ซึ่งจะช่วยให้เจริญอาหาร

5. องค์ประกอบของอาหาร (สูตร)

องค์ประกอบของอาหาร (สูตร)

- ไข่เป็ด
- ข้าวเหนียว
- เกลือ

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

บรรยาย รูปแบบ วิธีการ แบบดั้งเดิม

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



ร้านจำหน่ายข้าวจี



ร้านจำหน่ายข้าวจี

บรรยาย รูปแบบ วิธีการ แบบปรับเปลี่ยนยุค(ถ้ามี)

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



ตีไข่เป็ด



ปิ้งข้าวจี



ร้านจำหน่ายข้าวจี๋



การปิ้งข้าวจี๋



ไม้ข้าวจี๋



ตีไข่เปิด



เตาปิ้งข้าวจี๋



ปั้นข้าวไส้ไม้สำหรับปิ้ง



ตีไข่เปิด



ข้าวจี๋ที่ปิ้งเสร็จแล้ว

7. การสร้างงานและรายได้

7.1 มีความสามารถในการผลิตเชิงปริมาณ พร้อมแสดง สถิติและจำหน่ายในโอกาสต่างๆ
มี

(ระบุเหตุผล)

7.2 การสร้างงานและรายได้ (ต่อครอบครัว/ชุมชน)

8. ชื่อ – สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

ชื่อ – สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

ร้านจำหน่ายอาหาร บ้านห้วยเตยหมู่ ๕ ต.เว่อ อ.ยางตลาด

ชื่อ และที่อยู่ของร้านจำหน่ายอาหาร

ร้านจำหน่ายอาหาร บ้านห้วยเตยหมู่ ๕ ต.เว่อ อ.ยางตลาด

ที่อยู่ติดต่อได้สะดวก

บ้านห้วยเตยหมู่ ๕ ต.เว่อ อ.ยางตลาด

โทรศัพท์ 081-383-0134 โทรสาร

E-mail

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

ไม่ได้รับรางวัล

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

ผู้ตรวจสอบและอนุมัติ

ตำแหน่ง วัฒนธรรมจังหวัด

วัน/เดือน/ปี ที่อนุมัติ วันที่ เดือน ปี พ.ศ. 25