

จังหวัดกำแพงเพชร

ระดับการคัดสรร

อำเภอ

1. ชื่ออาหาร

ชื่อหลัก : เห็ดโคนพรานกระต่าย อำเภอพรานกระต่าย จังหวัดกำแพงเพชร

ชื่ออื่นๆ เช่น ชื่อภาษาถิ่น (ถ้ามี): -

2. แหล่ง

ชุมชน - อำเภอ พรานกระต่าย ตำบล พรานกระต่าย

3. ประเภทอาหาร

3.1 หมวดหมู่ อาหารพื้นถิ่น

3.2 ลักษณะ คาว

รับประทานตามฤดูกาล ๑ ปีมีครั้ง โดยเห็ดโคนจะขึ้นประมาณปลายเดือนกันยายน ถึง ต้นเดือนตุลาคม ของทุกปี

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

ความเป็นมา (ภูมิหลัง/ความเชื่อ)

ภูมิหลัง เห็ดโคน (ชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Termitomyces fuliginosus* Heim) เป็น เห็ดชนิดหนึ่งที่อยู่ในวงศ์ Termitophilae เป็นเห็ดป่าเติบโตได้ดีในสภาพธรรมชาติ ความชื้นและอุณหภูมิที่พอเหมาะ มีรูปร่างเหมือนเห็ดทั่วไปคือมีก้านเห็ดและหมวกเห็ด ดอกใหญ่ โคนอวบหนา มีกลิ่นเฉพาะตัว มักเกิดตามจอมปลวก จึงเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า เห็ดปลวก มีการอพยพของปลวกที่เราเรียกว่า แมลงเม่า ออกจากรังปลวกเดิม เพื่อสร้างรังใหม่ การที่ฝนตกชุกจนมีความชุ่มชื้นเหมาะสม เมื่อปลวกในรังปลวกมีปริมาณลดลง ตุ่มดอกเห็ดเล็กๆ สามารถมีโอกาที่จะเจริญเติบโตเป็นดอกเห็ดที่มีความชุ่มชื้นออกมาได้ สามารถนำมาทำอาหารได้หลากหลายชนิด ประกอบกับการที่เห็ดโคนเองมีรสชาติที่น่ารับประทาน จึงจัดเป็นเห็ดหายากจะต้องหาตามป่าเขาทางไกล ความเจริญ ซึ่งเห็ดโคนนั้นมีรสหวานอร่อยกว่าเห็ดอื่นๆ ปรุงง่ายเพียงต้มกับเกลือก็ได้ น้ำต้มเห็ดรสหวานตามธรรมชาติ นอกจากนำไปต้มกับน้ำเกลือแล้วเราอาจนำเห็ดโคนไปประกอบอาหารที่หลากหลายได้ นอกจากนี้ยังมีสรรพคุณช่วยเจริญอาหาร บำรุงกำลัง แก้บิด แก้คลื่นไส้ อาเจียน แก้ไอ ละลายเสมหะ การทดลองทางเภสัชศาสตร์พบว่า น้ำ ที่สกัดจากเห็ดโคนสามารถยับยั้งเชื้อโรคบางชนิด เช่น เชื้อไทฟอยด์ได้ จึงเป็นที่นิยมกันมาก ซึ่งมีวางขายเฉพาะในฤดูฝนเท่านั้น ประมาณเดือนกันยายนถึงตุลาคมและจะมีให้รับประทานเพียงปีละ ๑ ครั้ง อำเภอพรานกระต่าย เป็นพื้นที่เป็นที่ราบ และมีอากาศชื้นในบางพื้นที่ จึงเป็นแหล่งที่มีเห็ดหลายชนิด ขึ้นอยู่โดยทั่วไป เห็ดโคน ที่ขึ้นในพื้นที่อำเภอพรานกระต่าย มีรสชาติอร่อย กรอบ หวาน และนำมาประกอบอาหารได้หลายอย่าง เช่น เห็ดโคนแกงผักทอง ผัดวุ้นเส้น เห็ดโคนอบวุ้นเส้น และที่ขึ้นชื่อคือ เห็ดโคนดอง จนเป็นที่ขนานนามไปไกล และอำเภอได้นำมาเป็นส่วนหนึ่งของคำขวัญอำเภอพรานกระต่าย “เอกลักษณ์ภาษา

ถิ่น , หินอ่อนเมืองพราน ,ตำนานถ้ากระต่ายทอง เห็ดโคนต้องรสดี” -

อัตลักษณ์ (ที่โดดเด่น)

อัตลักษณ์ที่โดดเด่น เห็ดโคนพรานกระต่าย เป็นเห็ดโคนที่มีรสชาติอร่อย กรอบ หวาน และนำมาประกอบอาหารได้หลายอย่าง และที่ขึ้นชื่อคือ เห็ดโคนดอง โดยคัดเห็ดที่มีดอกตูมกำลังใกล้จะบาน หรือเท่าหัวแม่มือ เมื่อนำมาดองแล้วจะมีรสชาติกรอบอร่อย และสามารถเก็บไว้ได้นานเมื่อนำมาแช่แข็งไว้ในตู้เย็น จำเก็บไว้ได้นานเป็นปี จะรับประทานเมื่อใดก็ได้ อำเภอพรานกระต่าย มีพื้นที่เป็นที่ราบ เหมาะแก่การเพาะปลูก และมีอากาศชื้นในป่าบางพื้นที่ จึงเป็นแหล่งที่มีเชื้อราที่กลายเป็นเห็ดหลายชนิดขึ้นอยู่โดยทั่วไป เห็ดโคน เป็นเห็ดชนิดหนึ่งที่ขึ้นอยู่ในป่าตามตำบลต่างๆ เช่น ตำบลพรานกระต่าย ตำบลท่าไม้ ตำบลวังควง ตำบลหนองหัววัว และตำบลห้วยยั้ง ซึ่งมีพื้นที่ที่เป็นดินร่วนดำ เหมาะกับการมีเชื้อราที่กลายเป็นเห็ดในป่าเป็นอย่างดี เช่น เห็ดโคน เห็ดหอบ และเห็ดอื่นเป็นต้น จนเป็นที่ขึ้นชื่อของจังหวัดกำแพงเพชร ว่า “เห็ดโคนพรานกระต่าย” ซึ่งต่างจากเห็ดที่ขึ้นในพื้นที่จังหวัดอื่นจะเป็นดินเหนียวดินแดง และมีรสชาติเหนียว ไม่กรอบ

ความสำคัญและคุณค่าทางสังคมและทางจิตใจที่มีในวิถีการดำเนินชีวิตของชุมชน นั้นๆ

ความสำคัญและคุณค่าทางสังคม จิตใจ วิถีการดำเนินชีวิตของชุมชนมีรายได้เสริมจากการเก็บเห็ดในป่ามาขายได้ตลอดปี ในช่วงปลายฤดูฝนอากาศจะร้อนขึ้น และ ประมาณเดือน กันยายน-ตุลาคม จะมีเห็ดโคนมากที่สุด "พ่อค้า/แม่ค้า.."คนกลาง" จะรับซื้อมาจากชาวบ้าน มาวางขายในตลาด เรียกกันเล่นๆว่า "ตลาดกลางการค้าเห็ดโคน" ราคาอยู่ที่ ก.ก.ละ ๒๘๐-๓๘๐ บาท ตามแต่ลักษณะว่าจะเป็นเห็ด "ตูม" หรือว่า "จะบาน" ขนาดไหน แต่ทั้งนี้ก็อยู่ที่สินค้าด้วยว่าจะ ถูกหรือว่าแพง บางวันถูก บางวันแสนจะแพง ตลาดกลางที่วางนี้ ตั้งอยู่ริมถนน หมายเลข ๑๐๑ พรานกระต่าย - สุโขทัย เห็ดโคนจะออก ๒ ระยะ ระยะแรกประมาณช่วงสารทไทย หรือ แรม ๑๕ ค่ำเดือน ๑๐ ช้าเร็วก็ไม่ถ้วน ระยะที่ ๒ ประมาณช่วงออกพรรษา หลังจากนั้นไป ก็จะหมดฤดูกาล จึงทำให้เห็ดโคนมีราคาแพงมาก ปีใดเห็ดโคนออกมามาก จะอยู่ที่กิโลกรัมละประมาณ ๓๐๐ บาท หากปีใดเห็ดโคนออกน้อยราคาจะพุ่งสูงถึงกิโลกรัมละ ๘๐๐ ถึง ๑,๐๐๐ บาท

5. องค์ประกอบของอาหาร (สูตร)

องค์ประกอบของอาหาร (สูตร) เห็ดโคนดอง

เห็ดโคน ๑ กก. นำมาล้างทำความสะอาด ,น้ำปลา ๖ หับพี ,น้ำเปล่าเล็กน้อย

วิธีการทำเห็ดโคนดอง นำเห็ดโคนดอกขนาดเท่าหัวแม่มือ ทำความสะอาดเรียบร้อยแล้วใส่หม้อ ตั้งไฟอ่อน ใส่ น้ำปลาหรือเกลือลงไป ใส่ น้ำเปล่าเล็กน้อย ต้มจนเดือด ยกออกจากเตา เวลาจะรับประทาน ตักเห็ดใส่ถ้วย หั่น พริกชี้ฟ้าเป็นแว่นๆ ใส่ในถ้วยเห็ด หอมแดงซอย น้ำปลา น้ำตาล บีบมะนาวลงไป จะให้รสชาติเข้มข้นอีกก็ใส่ พริกชี้ฟ้าหั่นซอยลงไป คลุกเคล้าให้ทั่ว ทานกับข้าวสวยร้อนๆ เห็ดโคนดอง เก็บไว้รับประทานได้นาน โดยนำเห็ด โคนดองใส่ถุงมัดให้แน่น ใส่ในตู้เย็นช่องแช่แข็ง เก็บไว้ได้นานเป็นปี

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 และภาพเคลื่อนไหว ลงแผ่นซีดี/วีซีดี)

บรรยาย รูปแบบ วิธีการ แบบปรับเปลี่ยนยุค(ถ้ามี)

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



ตลาดขายเห็ดโคนของอำเภอฟราวนกระต่าย



ตลาดขายเห็ดโคนของอำเภอฟราวนกระต่าย



ตลาดขายเห็ดโคนของอำเภอฟราวนกระต่าย



ล้างทำความสะอาดเห็ดโคน



เห็ดโคนที่ล้างทำความสะอาดเรียบร้อยแล้ว



นำไปต้ม ใส่ น้ำปลาอย่างดี อัตราส่วน ๕-๖ ช้อนโต๊ะ ต่อเห็ดโคน ๑ กิโลกรัม



ทิ้งไว้ให้เย็น นำมาบรรจุใส่กล่อง



นำไปแช่ในช่องแช่แข็ง ในตู้เย็นสามารถเก็บไว้รับประทานได้
เป็นปี เวลาจะรับประทานให้นำออกมาต้มให้เดือด



เครื่องปรุงในการยำเห็ดโคน ประกอบด้วย พริกชี้หนู หอม
มะนาว หอม ผักชี



เห็ดโคนผัดใส่หมูสับ



เห็ดโคนยำพร้อมรับประทานเป็นกับแกล้ม หรือรับประทานกับข้าวสวย



เห็ดโคนยำพร้อมรับประทานเป็นกับแกล้ม หรือรับประทานกับข้าวสวย

7. การสร้างงานและรายได้

7.1 มีความสามารถในการผลิตเชิงปริมาณ พร้อมแสดง สาธิตและจำหน่ายในโอกาสต่างๆ
ไม่มี
(ระบุเหตุผล)

7.2 การสร้างงานและรายได้ (ต่อครอบครัว/ชุมชน)
ไม่มี

8. ชื่อ – สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

ชื่อ – สกุล ผู้ประกอบการหรือกลุ่มผู้ประกอบการ

นางสมร อินเมฆ

ชื่อ และที่อยู่ของร้านจำหน่ายอาหาร

ตลาดเทศบาลตำบลพรานกระต่าย อำเภอพรานกระต่าย จังหวัดกำแพงเพชร

ที่อยู่ติดต่อได้สะดวก

ตลาดเทศบาลตำบลพรานกระต่าย อำเภอพรานกระต่าย จังหวัดกำแพงเพชร

โทรศัพท์ ๐๕๕ - ๗๖๑๒๑๙ โทรสาร -

E-mail

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

ได้รับประกาศเกียรติคุณจากจังหวัดกำแพงเพชร ร่วมกับสำนักงานวัฒนธรรมจังหวัดกำแพงเพชร จากโครงการรากวัฒนธรรม "ของดีบ้านฉัน" อำเภอพรานกระต่าย ด้านอาหาร เมื่อวันที่ ๑๘ มีนาคม ๒๕๕๗

10. ผู้เรียบเรียงข้อมูล/ ผู้บันทึกข้อมูล/ รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรากวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้องของข้อมูล

ผู้เรียบเรียงข้อมูล นางสาวชนีย์ กลิ่นเอี่ยม

ตำแหน่ง นักวิชาการวัฒนธรรมชำนาญการ

วัน/เดือน/ปี ที่เรียบเรียงข้อมูล วันที่ 14 เดือน กรกฎาคม ปี พ.ศ. 2557

ผู้บันทึกข้อมูล นางวรรณภา ทังมงคล

ตำแหน่ง นักวิชาการวัฒนธรรมชำนาญการ

รายชื่อคณะกรรมการคัดสรรรากวัฒนธรรม ผู้รับรองความถูกต้องของข้อมูล

1. นางสาวพรพรรณ ช่มเปี่ยม

ตำแหน่ง นักวิชาการวัฒนธรรมชำนาญการพิเศษ

2.

ตำแหน่ง

3.

ตำแหน่ง

ผู้ตรวจสอบและอนุมัติ นางสาวสิริยา บุญญศิริฤทธิ์

ตำแหน่ง วัฒนธรรมจังหวัด

วัน/เดือน/ปี ที่อนุมัติ วันที่ 9 เดือน ตุลาคม ปี พ.ศ. 2557