ภูมิปัญญาท้องถิ่นสาขาอาหารและโภชนาการ

<u>การทำมะม่วงกวน</u>

๑. **ชื่อ** นางสาววรรณวิไล นามสกุล สุทธิพงษ์ เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย

วัน เดือน ปี เกิด ๑๙ ธันวาคม ๒๕๑๙ อายุ ๔๐ ปี อาชีพ รับจ้าง

การศึกษาสูงสุด มัธยมศึกษาปีที่ ๓

ที่อยู่ ๓๑๘ หมู่ ๔ ตำบลเกาะจันทร์ อำเภอเกาะจันทร์ จังหวัดชลบุรี รหัสไปรษณีย์ ๒๐๒๔๐

เบอร์โทรศัพท์ ๐๘๒ - ๔๖๑๐๑๖๓

ประวัติครอบครัว

บิดาชื่อ นายชวน สุทธิพงษ์ อาชีพ ทำไร่

มารดาชื่อ นางบุญทอง สุทธิพงษ์ อาชีพ ทำไร่

เป็นบุตรคนที่ ๕ ในจำนวนพี่น้อง ๖ คน

ชื่อสามี - อาชีพ -

บุตร(ชาย) ๑ คน (หญิง) - คน รวม ๑ คน

ความเป็นมาหรือภูมิหลัง

เดิมได้เรียนรู้จากแม่ เพราะที่บ้านปลูกมะม่วงไว้เยอะ การแปรรูปทำให้ได้ราคาที่ดีขึ้น

ประวัติผลงาน/การเผยแพร่

สอนให้เฉพาะคนในครอบครัว

กรรมวิธีทำมะม่วงกวน

นำมะม่วงที่สุกงอมเอามาปลอกเปลือกใส่หม้อนึ่ง พอสุกก็เอามาฝนใส่ตะแกรง แล้วนำมากวนพอได้ที่ก็ใส่จานกระเบื้องทำรูปวงกลม ตากแดดประมาณ ๑ วัน พอแห้งก็ลอกเก็บ การทำเน้นความสะอาดและอร่อยเติมเกลือหม้อละหนึ่งกำมือ ไม่ใส่น้ำตาล กรรมวิธีเพียงเท่านี้ก็จะได้มะม่วงกวนที่มีรสชาติอร่อย

<u>การทำสับประรดกวน</u>

๑. **ชื่อ** นางสุรีย์พร นามสกุล ทรายทอก เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย

วัน เดือน ปี เกิด ๑๙ มกราคม ๒๕๑๐ อายุ ๔๙ ปี อาชีพ เกษตรกรรม

การศึกษาสูงสุด ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

ที่อยู่ ๒๐๖/๒ หมู่ ๑๓ ตำบลเกาะจันทร์ อำเภอเกาะจันทร์ จังหวัดชลบุรี รหัสไปรษณีย์ ๒๐๒๔๐

เบอร์โทรศัพท์ ๐๙๔ – ๖๗๕๒๑๕๐

ประวัติครอบครัว

บิดาชื่อ - อาชีพ -

มารดาชื่อ นางพริ้ง เทพสา อาชีพ เกษตรกรรม

เป็นบุตรคนที่ ๗ ในจำนวนพี่น้อง ๗ คน

ชื่อสามี นายสุนทร ทรายทอก อาชีพ เกษตรกรรม

บุตร(ชาย) ๑ คน (หญิง) ๒ คน รวม ๓ คน

ความเป็นมาหรือภูมิหลัง

ได้เรียนรู้จากเก่ง ซึ่งหัวหน้าพัฒนาชุมชนได้รับอาจารย์เก่งมาสอนทำการแปรรูปรับสับปะรด

ประวัติผลงาน/การเผยแพร่

ได้ตั้งกลุ่มโอท๊อปในหมู่บ้าน และจำหน่ายตามโอท๊อป และรับสอนทำสับปะรดแปรรูปได้

กรรมวิธีทำสับปะรดกวน

๑. นำสับปะรด นำมาปลอกเปลือกออก แล้วใช้มีดตัดเอาตาสับปะรดออกให้หมด จากนั้นล้างน้ำให้สะอาด แล้วจึงหั่นสับปะรดเป็นชิ้นเล็กๆ

๒. นำสับปะรดหั่นชิ้นเล็กๆ นำไปปั่นให้ละเอียดแล้วบีบเอาน้ำสับปะรดออก

๓. ตั้งกระทะให้ร้อน ใช้ไฟอ่อนๆ จากนั้นนำสับปะรดปั่นละเอียดใส่ลงไป ตามด้วยเกลือป่นและน้ำตาลทรายลงไป จากนั้นใช้พายไม้คนคลุกเคล้า ผสมให้เข้ากัน คนให้น้ำตาลทรายละลายให้หมด

๔. คนสับปะรดไปเรื่อยๆ เคี่ยวกวนด้วยไฟอ่อนๆ หมั่นคนตลอดเวลาคนสม่ำเสมอ จนสับปะรดออกเหนียวข้น และสีของสับปะรดจะมีสีที่เข้มขึ้น

๕.ใส่แบะแซ แล้วใช้พายไม้คนคลุกเคล้าผสม กวนสับปะรดให้เข้ากัน

การทำน้ำพริกสับปะรด

๑. **ชื่อ** นางสุรีย์พร นามสกุล ทรายทอก เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย

วัน เดือน ปี เกิด ๑๙ มกราคม ๒๕๑๐ อายุ ๔๙ ปี อาชีพ เกษตรกรรม

การศึกษาสูงสุด ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖

ที่อยู่ ๒๐๖/๒ หมู่ ๑๓ ตำบลเกาะจันทร์ อำเภอเกาะจันทร์ จังหวัดชลบุรี รหัสไปรษณีย์ ๒๐๒๔๐

เบอร์โทรศัพท์ ๐๙๔ – ๖๗๕๒๑๕๐

ประวัติครอบครัว

บิดาชื่อ - อาชีพ -

มารดาชื่อ นางพริ้ง เทพสา อาชีพ เกษตรกรรม

เป็นบุตรคนที่ ๗ ในจำนวนพี่น้อง ๗ คน

ชื่อสามี นายสุนทร ทรายทอก อาชีพ เกษตรกรรม

บุตร(ชาย) ๑ คน (หญิง) ๒ คน รวม ๓ คน

ความเป็นมาหรือภูมิหลัง

ได้เรียนรู้จากเก่ง ซึ่งหัวหน้าพัฒนาชุมชนได้รับอาจารย์เก่งมาสอนทำการแปรรูปรับสับปะรด

ประวัติผลงาน/การเผยแพร่

ได้ตั้งกลุ่มโอท๊อปในหมู่บ้าน และจำหน่ายตามโอท๊อป และรับสอนทำสับปะรดแปรรูปได้

กรรมวิธีทำน้ำพริกสับปะรด

๑. ใส่กระเทียม หอมแดง พริกขี้หนู ลงในครกโขลกให้ละเอียด

๒. ตั้งกระทะให้ร้อน เทกะทิลงไปตามด้วยสับปะรด เคี่ยวจนเดือดประมาณ ๓ นาที ใส่หมูสับและกุ้งสับลงไปเคี่ยวให้งวด ใส่กระเทียมที่โขลกลงไป กุ้งแห้ง เนื้อสับปะรด ตามด้วยน้ำปลา น้ำตาล รอจนเนื้อหมูสุกตักใส่ชาม

<u>การทำผักกาดดองสามรส</u>

๑. **ชื่อ** นางปราณี นามสกุล คล้ายสีทอง เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย

วัน เดือน ปี เกิด ๗ ธันวาคม ๒๔๙๓ อายุ ๖๖ ปี อาชีพ ค้าขาย

การศึกษาสูงสุด ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

ที่อยู่ ๒๙๒/๑ หมู่ ๗ ตำบลเกาะจันทร์ อำเภอเกาะจันทร์ จังหวัดชลบุรี รหัสไปรษณีย์ ๒๐๒๔๐

ประวัติครอบครัว

บิดาชื่อ นายสนิท คล้ายสีทอง อาชีพ ถึงแก่กรรม

มารดาชื่อ นางพยุง คล้ายสีทอง อาชีพ ถึงแก่กรรม

เป็นบุตรคนที่ ๓ ในจำนวนพี่น้อง ๑๑ คน

ชื่อสามี นายจำรัส ผ่องสะอาด อาชีพ ถึงแก่กรรม

บุตร(ชาย) ๑ คน (หญิง) ๑ คน รวม ๒ คน

ความเป็นมาหรือภูมิหลัง

เรียนรู้วิธีการทำจากพ่อแม่

ประวัติผลงาน/การเผยแพร่

สอนให้กับลูกหลาน

กรรมวิธีทำมะม่วงกวน

๑. ล้างหัวผักกาด แครอท ปอกเปลือกหั่นให้เป็นแท่งยาวประมาณ ๒ นิ้ว

๒. ปอกหอมล้างน้ำ ผ่าครึ่ง ล้างพริกหั่นเป็น ๓ – ๔ ท่อน

๓. นำผักไปแช่กรดมะนาว ๕ (แคลเซี่ยมคลอไรด์ ๕ กรัม ในน้ำ ๑ ลิตร นาน ๒๐ นาที)

๔. นำผักไปลวกในน้ำเดือด แครอทลวก ๒ นาที ผักอื่นๆ ลวก ๑ นาที เสร็จแล้วนำขึ้นผึ่งในตะแกรงให้สะเด็ดน้ำ

๕.เตรียมน้ำเชื่อม โดยผสมน้ำ น้ำตาลทราย น้ำส้มสายชู และเกลือเข้าด้วยกัน นำไปต้ม ทิ้งไว้ให้เย็น

๖. เรียงผักในขวดโหล เทน้ำเชื่อมลงไป ใช้พลาสติกปิดทับ และนำถุงอีกใบใส่น้ำทับไว้เพื่อไม่ให้ผักลอย (ถุงใบแรกใส่เพื่อกันน้ำในถุงแตกจะได้ไม่ปนกับน้ำผักกาดดอง) ทิ้งไว้ ๓ วัน ก็จะได้ผักกาดดองสามรส

<u>การทำน้ำพริกแกงส้ม/น้ำพริกแกงเผ็ด</u>

๑. **ชื่อ** นางอัมพร นามสกุล เพ็งวัน เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย

วัน เดือน ปี เกิด ๑๘ มกราคม ๒๕๒๑ อายุ ๓๘ ปี อาชีพ ค้าขาย

การศึกษาสูงสุด มัธยมศึกษาปีที่ ๓

ที่อยู่ ๑๔ หมู่ ๖ ตำบลเกาะจันทร์ อำเภอเกาะจันทร์ จังหวัดชลบุรี รหัสไปรษณีย์ ๒๐๒๔๐

ประวัติครอบครัว

บิดาชื่อ นายพิม หาญศึก อาชีพ -

มารดาชื่อ นางวิไล หาญศึก อาชีพ -

เป็นบุตรคนที่ ๕ ในจำนวนพี่น้อง ๕ คน

ชื่อสามี นายพันธ์ณี เพ็งวัน อาชีพ รับจ้าง

บุตร(ชาย) - คน (หญิง) ๑ คน รวม ๑ คน

ความเป็นมาหรือภูมิหลัง

เรียนรู้วิธีการทำจากแม่ นางวิไล หาญศึก (กลุ่มแม่บ้าน หมู่ ๖)

ประวัติผลงาน/การเผยแพร่

ญาติพี่น้อง

กรรมวิธีทำน้ำพริกแกงเผ็ด

๑. นำพริกแห้งมาผ่าแล้วแกะเม็ดออกมาทิ้งไป นำส่วนเนื้อพริกแช่ลงในน้ำสะอาดให้นิ่ม

๒. นำกระเทียมและหัวหอม ซอยหยาบๆพักไว้

๓. ตั้งกระทะ นำลูกผักชี ยี่หร่า คั่วจนมีกลิ่นหอม

๔. นำพริกขึ้นมาจากน้ำ บีบให้แห้ง เตรียมครก นำพริกและเกลือป่นใส่ลงในครก โขลกให้ละเอียด แล้วใส่ข่า ตระไคร้ ผิวมะกรูด รากผักชี ยี่หร่า ลูกผักชี โขลกต่อให้ละเอียด เมื่อเข้ากันดี เติมหัวหอม กะปิ กระเทียม โขลกให้เข้ากันอีกครั้ง

กรรมวิธีทำน้ำพริกแกงส้ม

๑. นำพริกแห้งมาผ่าแล้วแกะเม็ดออกมาทิ้งไป นำส่วนเนื้อพริกแช่ลงในน้ำสะอาดให้นิ่ม

๒. ปลอกหัวหอม กระเทียม กระชายขูดเปลือกออกหั่นชิ้นเล็กๆ

๓. นำพริกขึ้นมาจากน้ำ บีบน้ำออกให้หมด แล้วทำการโขลกให้ละเอียด ใส่หัวหอม กระเทียม กระชาย โขลกให้เข้ากันอีกครั้ง

การทำขนมชั้น

๑. **ชื่อ** นางบุญรอง นามสกุล รักษาญาติ เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย

วัน เดือน ปี เกิด - - ๒๔๘๘ อายุ ๗๑ ปี อาชีพ ทำนา

การศึกษาสูงสุด ประถมศึกษาปีที่ ๔

ที่อยู่ ๓๐๑/๒ หมู่ ๑๔ ตำบลเกาะจันทร์ อำเภอเกาะจันทร์ จังหวัดชลบุรี รหัสไปรษณีย์ ๒๐๒๔๐

ประวัติครอบครัว

บิดาชื่อ นายพูล อัญชลี อาชีพ ถึงแก่กรรม

มารดาชื่อ นายแดง อัญชลี อาชีพ ถึงแก่กรรม

เป็นบุตรคนที่ ๔ ในจำนวนพี่น้อง ๙ คน

ชื่อสามี นายณรงค์ รักษาญาติ อาชีพ ทำนา

บุตร(ชาย) ๑ คน (หญิง) ๒ คน รวม ๓ คน

ความเป็นมาหรือภูมิหลัง

ฝึกฝนเอาเอง

ประวัติผลงาน/การเผยแพร่

เพื่อนบ้านใกล้เคียง

กรรมวิธีทำขนมชั้น

๑. ผสมน้ำตาลทราย กะทิ กลิ่นมะลิ ตั้งไฟอ่อนคนจนน้ำตาลทรายละลายจนหมด พักไว้ให้เย็น

๒. นำแป้งข้าวเจ้า แป้งมันสำปะหลัง แป้งท้าวยายม่อมผสมรวมกัน ค่อยๆเติมกะทิลงไปนวดให้เข้ากัน นำไปกรองกระชอนตาถี่ พักไว้ก่อน

๓. แบ่งสีผสมอาหารใส่ถ้วยทั้ง ๔ ใบ เติมส่วนผสมของแป้งที่กรองแล้วลงไป แบ่งให้เท่าๆกัน คนให้สีผสมกับแป้งเนียนดี และพักไว้

๔. ใส่น้ำในซึ้งนึ่งต้มให้เดือดจัด นำพิมพ์ลงนึ่ง ๑๕ นาที จากนั้นเติมแป้งลงไปทีละชิ้น ความหนาในแต่ละชั้นไม่เกิน ๓ มิลลิเมตร นึ่งแต่ละชั้นนาน ๕–๗ นาที ด้วยไฟอ่อน สลับสีแต่ละชั้นจนหมด พักไว้ให้เย็น

๕. ตัดขนมชั้นเป็นชิ้นสี่เหลี่ยม

<u>การทำขนมสังขยาฟักทอง</u>

๑. **ชื่อ** นางบุญรอง นามสกุล รักษาญาติ เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย

วัน เดือน ปี เกิด - - ๒๔๘๘ อายุ ๗๑ ปี อาชีพ ทำนา

การศึกษาสูงสุด ประถมศึกษาปีที่ ๔

ที่อยู่ ๓๐๑/๒ หมู่ ๑๔ ตำบลเกาะจันทร์ อำเภอเกาะจันทร์ จังหวัดชลบุรี รหัสไปรษณีย์ ๒๐๒๔๐

ประวัติครอบครัว

บิดาชื่อ นายพูล อัญชลี อาชีพ ถึงแก่กรรม

มารดาชื่อ นายแดง อัญชลี อาชีพ ถึงแก่กรรม

เป็นบุตรคนที่ ๔ ในจำนวนพี่น้อง ๙ คน

ชื่อสามี นายณรงค์ รักษาญาติ อาชีพ ทำนา

บุตร(ชาย) ๑ คน (หญิง) ๒ คน รวม ๓ คน

ความเป็นมาหรือภูมิหลัง

ฝึกฝนเอาเอง

ประวัติผลงาน/การเผยแพร่

เพื่อนบ้านใกล้เคียง

กรรมวิธีทำขนมสังขยาฟักทอง

๑. ใช้มีดเจาะไปที่ขั้วฟักทองออกให้เป็นฝา จากนั้นคว้านเอกไส้ออกจนหมดแล้วนำไปล้างให้สะอาด เตรียมไว้

๒. ผสมไข่ไก่กับน้ำตาลปี๊บ และหัวกะทิให้เข้ากันเป็นเนื้อเดียว นำไปกรองผ่านตะแกรง จากนั้นเทใส่ลงในผลฟักทอง โรยฝอยทองด้านบน

๓. ใส่ลูกฟักทองลงในชามกระเบื้องขนาดพอดีกัน จากนั้นนำไปนึ่งชุดนึ่งที่มีน้ำเดือดนานประมาณ ๓๐ – ๔๐ นาที หรือจนฟักทองสุก ยกออกจากชุดนึ่ง พักไว้จนเย็น ตัดเป็นชิ้นพร้อมรับประทาน

การทำข้าวเกรียบสมุนไพร

๑. **ชื่อ** นางอนงค์ นามสกุล ทีปกากร เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย

วัน เดือน ปี เกิด - - - อายุ ปี อาชีพ เกษตรกรรม

การศึกษาสูงสุด ประถมศึกษาปีที่ ๖

ที่อยู่ ๒๗๖/๑ หมู่ ๑๐ ตำบลเกาะจันทร์ อำเภอเกาะจันทร์ จังหวัดชลบุรี รหัสไปรษณีย์ ๒๐๒๔๐

ประวัติครอบครัว

บิดาชื่อ นายประจวบ ทีปกากร อาชีพ -

มารดาชื่อ นางฉลาด ทีปกากร อาชีพ -

เป็นบุตรคนที่ ๔ ในจำนวนพี่น้อง ๙ คน

ชื่อสามี นายสมชาย ทองบุญมา อาชีพ รับจ้าง

บุตร(ชาย) ๑ คน (หญิง) ๑ คน รวม ๒ คน

ความเป็นมาหรือภูมิหลัง

อาจารย์อรณี แซ่อึ้ง

ประวัติผลงาน/การเผยแพร่

-

๒. **ชื่อ** นางจำนงค์ นามสกุล ชัยมา เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย

วัน เดือน ปี เกิด ๒๖ พฤษาภคม พ.ศ. ๒๕๐๘ อายุ ๕๐ ปี อาชีพ เกษตรกรรม

การศึกษาสูงสุด ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

ที่อยู่ ๓๕/๔ หมู่ ๑๐ ตำบลเกาะจันทร์ อำเภอเกาะจันทร์ จังหวัดชลบุรี รหัสไปรษณีย์ ๒๐๒๔๐

ประวัติครอบครัว

บิดาชื่อ นายยิ้ม บุญอินทร์ อาชีพ -

มารดาชื่อ นางบุญธรรม บุญอินทร์ อาชีพ -

เป็นบุตรคนที่ ๔ ในจำนวนพี่น้อง ๘ คน

ชื่อสามี นายสว่าน ชัยมา อาชีพ รับจ้าง

บุตร(ชาย) ๑ คน (หญิง) ๑ คน รวม ๒ คน

ความเป็นมาหรือภูมิหลัง

อาจารย์อรณี แซ่อึ้ง และอาจารย์ตวงรัตน์ เจริญดี

ประวัติผลงาน/การเผยแพร่

-

๓. **ชื่อ** นางวันทนา นามสกุล ชังดี เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย

วัน เดือน ปี เกิด ๒๖ สิงหาคม พ.ศ. ๒๔๙๘ อายุ ๖๑ ปี อาชีพ เกษตรกรรม

การศึกษาสูงสุด ประถมศึกษาปีที่ ๖

ที่อยู่ ๒๗๖/๑ หมู่ ๑๐ ตำบลเกาะจันทร์ อำเภอเกาะจันทร์ จังหวัดชลบุรี รหัสไปรษณีย์ ๒๐๒๔๐

ประวัติครอบครัว

บิดาชื่อ นายคำรพ ทีปกากร อาชีพ -

มารดาชื่อ นางจันทร์ ทีปกากร อาชีพ ผู้สูงอายุ

เป็นบุตรคนที่ ๓ ในจำนวนพี่น้อง ๗ คน

ชื่อสามี นายประทุม ชังดี อาชีพ เกษตรกรรม

บุตร(ชาย) ๑ คน (หญิง) ๑ คน รวม ๒ คน

ความเป็นมาหรือภูมิหลัง

อาจารย์อรณี แซ่อึ้ง อาจารย์ตวงรัตน์ เจริญดี

ประวัติผลงาน/การเผยแพร่

-

๔. **ชื่อ** นางสำเนียง นามสกุล เอมเปีย เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย

วัน เดือน ปี เกิด - - ๒๔๙๓ อายุ ๖๖ ปี อาชีพ เกษตรกรรม

การศึกษาสูงสุด -

ที่อยู่ ๓๖๗/๔ หมู่ ๑๐ ตำบลเกาะจันทร์ อำเภอเกาะจันทร์ จังหวัดชลบุรี รหัสไปรษณีย์ ๒๐๒๔๐

ประวัติครอบครัว

บิดาชื่อ นายเฮี้ยง อาชีพ -

มารดาชื่อ นางตั้ว อาชีพ -

เป็นบุตรคนที่ - ในจำนวนพี่น้อง - คน

บุตร(ชาย) ๑ คน (หญิง) ๒ คน รวม ๓ คน

ความเป็นมาหรือภูมิหลัง

อาจารย์อรณี แซ่อึ้ง อาจารย์ตวงรัตน์ เจริญดี

ประวัติผลงาน/การเผยแพร่

-

กรรมวิธีทำข้าวเกรียบสมุนไพร

๑. เตรียมแป้งมัน ๑ กิโลกรัม น้ำสมุนไพร ๓ ขีด เกลือป่น ๑ ช้อนโต๊ะ กระเทียมตำละเอียด ๑ ช้อนโต๊ะ พริกไทยป่น ๑ ช้อนโต๊ะ น้ำตาลทราย ๕ ช้อนโต๊ะ

๒. นำส่วนผสมต่างๆ มาคลุกเคล้าให้เข้ากัน ถ้าเป็นสมุนไพรบดหรือป่นต้องตั้งไฟให้เดือด น้ำต้องร้อนเดือด เพื่อคลุกแป้งให้เข้ากันนวดจนเหนียว นำส่วนผสมต่างๆนวดจนเป็นเนื้อเดียวกัน แล้วนำมาปั้นเป็นแท่ง ใหญ่ – เล็ก ตามต้องการ

๓. นำไปนึ่งใช้เวลาประมาณ ๔๕ – ๖๐ นาที ดูว่าสุกแล้วให้ยกลงเพื่อให้เย็น

๔. นำไปเก็บไว้ในตู้เย็น ค้างไว้ ๑ คืน

๕. นำมาหั่นเป็นแผ่นบางๆ จากนั้นนำไปตากแดดให้แห้งเพื่อเก็บไว้กินได้นาน

<u>การทำมะนาวดอง</u>

๑. **ชื่อ** นางกันนิกา นามสกุล ทีปกากร เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย

วัน เดือน ปี เกิด ๑๒ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๐๕ อายุ ๕๓ ปี อาชีพ เกษตรกรรม

การศึกษาสูงสุด มัธยมศึกษาปีที่ ๖

ที่อยู่ ๔/๒ หมู่ ๑๐ ตำบลเกาะจันทร์ อำเภอเกาะจันทร์ จังหวัดชลบุรี รหัสไปรษณีย์ ๒๐๒๔๐

ประวัติครอบครัว

บิดาชื่อ นายไพโรจน์ ทีปกากร อาชีพ -

มารดาชื่อ นางรัตน์ ทีปกากร อาชีพ -

เป็นบุตรคนที่ ๔ ในจำนวนพี่น้อง ๘ คน

ชื่อสามี นายวิฑูรย์ ศรีมาลา อาชีพ เกษตรกรรม

บุตร(ชาย) ๑ คน (หญิง) ๑ คน รวม ๒ คน

ความเป็นมาหรือภูมิหลัง

อาจารย์ตวงรัตน์ เจริญดี

ประวัติผลงาน/การเผยแพร่

-

กรรมวิธีทำมะนาวดอง

๑. เตรียมมะนาว ๒๐ ผล เกลือป่น ๑ ถ้วย น้ำตาลทราย ๓ ถ้วย น้ำปลาอย่างดี ๑ ถ้วย น้ำเปล่า ๒ ถ้วย

๒. คลึงมะนาวกับเกลือจนนิ่ม หรือประมาณ ๓๐ – ๔๕ นาที นำไปล้างด้วยน้ำสะอาด ผึ่งในตระแกรงให้แห้ง

๓. เคี่ยวน้ำตาล น้ำปลา น้ำเปล่ารวมกันจนน้ำตาลละลายและเดือดทิ้งไว้ให้เย็นสนิท

๔. บรรจุมะนาวลงในโหลให้แน่น

๕. นำน้ำเชื่อมที่เคี่ยวไว้ลงในโหลให้น้ำท่วมมะนาว นำโหลออกผึ่งแดดทุกวัน ประมาณ ๑ เดือนจึงใช้ได้

<u>การทำไข่เค็ม – พอกสมุนไพร</u>

๑. **ชื่อ** นางกันนิกา นามสกุล ทีปกากร เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย

วัน เดือน ปี เกิด ๑๒ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๐๕ อายุ ๕๔ ปี อาชีพ เกษตรกรรม

การศึกษาสูงสุด มัธยมศึกษาปีที่ ๖

ที่อยู่ ๔/๒ หมู่ ๑๐ ตำบลเกาะจันทร์ อำเภอเกาะจันทร์ จังหวัดชลบุรี รหัสไปรษณีย์ ๒๐๒๔๐

ประวัติครอบครัว

บิดาชื่อ นายไพโรจน์ ทีปกากร อาชีพ -

มารดาชื่อ นางรัตน์ ทีปกากร อาชีพ -

เป็นบุตรคนที่ ๔ ในจำนวนพี่น้อง ๘ คน

ชื่อสามี นายวิฑูรย์ ศรีมาลา อาชีพ เกษตรกรรม

บุตร(ชาย) ๑ คน (หญิง) ๑ คน รวม ๒ คน

ความเป็นมาหรือภูมิหลัง

อาจารย์ตวงรัตน์ เจริญดี

ประวัติผลงาน/การเผยแพร่

-

กรรมวิธีทำไข่เค็ม – พอกสมุนไพร

<u>ส่วนผสมไข่เค็มสมุนไพร</u>

๑. ไข่เค็ม จำนวน ๑๐ ฟอง

๒. เกลือ จำนวน ๓๐ กรัม

๓. น้ำ จำนวน ๑ ลิตร

๔. สมุนไพร ขิง ข่า ตะไคร้ อย่างละจำนวน ๒๐๐ กรัม

๕. สารส้ม (สำหรับใส่ในน้ำต้มไข่หลังจากดองได้ที่แล้วเพื่อให้ผิวของฟองไข่เกิดนวล)

วิธีทำ

๑. เลือกไข่เป็ดที่มีคุณภาพดี และต้องไม่มีรอยบุบรอยร้าว ล้างไข่เป็ดให้สะอาด และพักไว้ให้แห้ง

๒. ต้มเกลือกับน้ำให้เดือด แล้วใส่สมุนไพร ขิง ข่า และตะไคร้ หั่นละเอียดพอสมควร อย่างละ ๒๐๐ กรัม ต้มให้เดือด ประมาณ ๓๐ – ๔๐ นาที ยกลงและกรองเอากากสมุนไพรออกและทิ้งน้ำไว้ให้เย็น

๓. เรียงไข่เป็ดที่ล้างไว้แล้ว ลงขวดโหลที่จะดอง เทน้ำเกลือสมุนไพร ที่ต้มไว้ลงไปจนท่วมไข่ ใช้ไม้ขัด กดไข่ให้จมในน้ำเกลือสมุนไพรตลอดเวลา ปิดฝาขวดเก็บไว้ประมาณ ๓ สัปดาห์

๔. นำไข่ที่ดองมาต้ม ประมาณ ๓๐ นาที โดยใส่สารส้มลงในน้ำเพื่อให้ฟองไข่เกิดนวล ตักขึ้นมาพักให้เย็นนำมารับประทานได้

<u>การทำไข่เค็ม</u>

๑. **ชื่อ** นางสุนันต์ นามสกุล เหลืองอ่อน เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย

วัน เดือน ปี เกิด ๗ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๑๒ อายุ ๕๐ ปี อาชีพ เกษตรกรรม

การศึกษาสูงสุด ประถมศึกษาปีที่ ๖

ที่อยู่ ๘๔/๕ หมู่ ๒ ตำบลเกาะจันทร์ อำเภอเกาะจันทร์ จังหวัดชลบุรี รหัสไปรษณีย์ ๒๐๒๔๐

ประวัติครอบครัว

บิดาชื่อ นายบัว เหลืองอ่อน อาชีพ เกษตรกรรม

มารดาชื่อ นางพิน เหลืองอ่อน อาชีพ เกษตรกรรม

เป็นบุตรคนที่ ๔ ในจำนวนพี่น้อง ๖ คน

ชื่อสามี นายสมพร เหลืองอ่อน อาชีพ เกษตรกรรม

บุตร(ชาย) ๒ คน (หญิง) - คน รวม ๒ คน

ความเป็นมาหรือภูมิหลัง

ศึกษาดูงาน

ประวัติผลงาน/การเผยแพร่

เป็นวิทยากรสอนทำไข่เค็มให้กลุ่มแม่บ้านเกษตรกร

กรรมวิธีทำไข่เค็ม – พอกสมุนไพร

<u>ส่วนผสมไข่เค็ม</u>

๑. ไข่เค็ม จำนวน ๑๐ ฟอง

๒. เกลือ จำนวน ๑ ส่วน/ถ้วย

๓. น้ำ จำนวน ๕ ส่วน/ถ้วย

<u>วิธีทำ</u>

๑. นำไข่เป็ดมาล้างให้สะอาด ผึ่งไข่ให้แห้ง

๒. ต้มเกลือกับน้ำให้เดือด คนให้เกลือละลาย เสร็จแล้วนำมาพักไว้ให้เย็น

๓. เรียงไข่เป็ดที่ล้างไว้แล้ว ลงขวดโหลที่จะดอง เทน้ำเกลือที่ต้มไว้ลงไปจนท่วมไข่ แล้วปิดฝาให้สนิท เอาตั้งไว้ในอุณหภูมิปกติประมาณ ๑๘ วัน

๔. นำไข่ที่ดองมาต้ม ประมาณ ๓๐ นาที โดยใส่สารส้มลงในน้ำเพื่อให้ฟองไข่เกิดนวล ตักขึ้นมาพักให้เย็นนำมารับประทานได้

การทำขนมบัวลอย ไข่หวาน

๑. **ชื่อ** นางฉวีวรรณ นามสกุล ภู่จ้อย เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย

วัน เดือน ปี เกิด ๓๑ สิงหาคม พ.ศ. ๒๔๙๗ อายุ ๖๕ ปี อาชีพ เกษตรกรรม

การศึกษาสูงสุด ประถมศึกษา

ที่อยู่ ๒๐๐/๒ หมู่ ๒ ตำบลเกาะจันทร์ อำเภอเกาะจันทร์ จังหวัดชลบุรี รหัสไปรษณีย์ ๒๐๒๔๐

ประวัติครอบครัว

บิดาชื่อ นายสุเทพ บุตรวงศ์ อาชีพ รับราชการ

มารดาชื่อ นางทองพูล บุตรวงศ์ อาชีพ แม่บ้าน

เป็นบุตรคนที่ ๓ ในจำนวนพี่น้อง ๕ คน

ชื่อสามี นายประสาท ภู่จ้อย อาชีพ เกษตรกรรม

บุตร(ชาย) ๑ คน (หญิง) ๒ คน รวม ๓ คน

ความเป็นมาหรือภูมิหลัง

ได้เรียนรู้การทำมาจากมารดา

ประวัติผลงาน/การเผยแพร่

-

กรรมวิธีทำบัวลอย ไข่หวาน

ส่วนผสมบัวลอย ไข่หวาน

๑. แป้งข้าวเหนียว ๒. น้ำตาลปี๊บ

๓. กะทิ ๔. เกลือ

๕. เผือก,มันเทศ,ฟักทอง ๖. ไข่

วิธีทำ

๑. นำเผือก ฟักทอง มันเทศ มาปลอกแล้วล้างให้สะอาด นำไปนึ่งให้สุก

๒. นำแป้งข้าวเหนียวมานวดกับน้ำเปล่าแล้วนำมาเผือก มันเทศ ฟักทอง มานวดรวมกันจนแป้งเนียน แล้วจึงนำมาปั้นเป็นเม็ดกลมๆ

๓. เอาน้ำมาตั้งไปให้เดือด แล้วนำแป้งที่ปั้นแล้วลงไปต้มจนแป้งสุก ตักขึ้นพักไว้ให้สะเด็ดน้ำ

๔. นำกะทิขึ้นตั้งไฟ พอเดือดแล้วใส่น้ำตาลปี๊บลงไป ชิมรสตามชอบแล้วใส่แป้งบัวลอยที่ลวกสุกแล้วลงไป

การทำปลานิลแดดเดียว

๑. **ชื่อ** นางชุดชา นามสกุล แน่นหนา เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย

วัน เดือน ปี เกิด ๒๓ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๐๐ อายุ ๖๒ ปี อาชีพ เกษตรกรรม

การศึกษาสูงสุด ประถมศึกษา

ที่อยู่ ๘๔/๒ หมู่ ๒ ตำบลเกาะจันทร์ อำเภอเกาะจันทร์ จังหวัดชลบุรี รหัสไปรษณีย์ ๒๐๒๔๐

ประวัติครอบครัว

บิดาชื่อ นายมา สุขใส อาชีพ เกษตรกรรม

มารดาชื่อ นางสร้อยศรี สุขใส อาชีพ เกษตรกรรม

เป็นบุตรคนที่ ๑ ในจำนวนพี่น้อง ๔ คน

ชื่อสามี นายประยูร แน่นหนา อาชีพ เกษตรกรรม

บุตร(ชาย) ๑ คน (หญิง) ๓ คน รวม ๔ คน

ความเป็นมาหรือภูมิหลัง

เริ่มต้นจากการไปศึกษาดูงานตามสถานที่ต่างๆ และนำมาพัฒนาสูตรปลานิลแดดเดียวให้มีรสชาติที่เป็นเอกลักษณ์ของตนเอง

ประวัติผลงาน/การเผยแพร่

เป็นวิทยากรการทำปลานิลแดดเดียวให้กับคนที่มาดูงานที่ชุมชนบ้านหนองชุมเห็ด

กรรมวิธีทำปลานิลแดดเดียว

ส่วนประกอบ

๑. ปลานิล
๒. ผงปรุงรส
๓. ซีอิ๊วขาว
๔. เกลือ
๕. น้ำตาลทราย
๖. น้ำปลา

วิธีทำ

๑. นำปลานิลสดมาล้างให้สะอาด และขูดเอาเกล็ดออกพร้อมตัดหัวปลา

๒. ผ่าปลาออกให้แผ่ได้ และล้างให้สะอาดด้วยน้ำเกลือ

๓. นำปลาผึ่งให้สะเด็ดน้ำ เมื่อสะเด็ดน้ำแล้วนำส่วนผสมทุกอย่าง คือ ผงปรุงรส ซีอิ้วขาว เกลือ น้ำตาลทราย น้ำปลาผสมให้เข้ากันคลุกเคล้าจนส่วนผสมเข้ากับเนื้อปลา

๔. นำปลาที่ได้ไปตากแดดและคอยกลับปลาเพื่อให้ปลาแห้งทั้งสองด้าน

๕. เมื่อปลาแห้งแล้วเราก็ได้ปลานิลแดดเดียวนำมาทอด