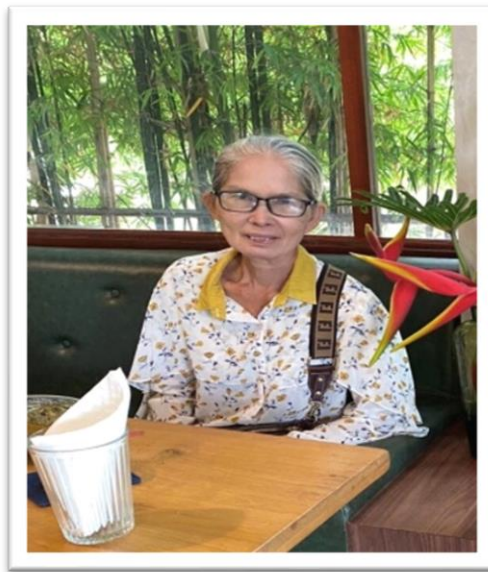




ข้อมูลแหล่งการเรียนรู้ในท้องถิ่นโรงเรียนวัดสงฆาราม การทำมะพร้าวทวน(ภูมิปัญญาในการถนอมอาหาร)

1. ประชาชนชาวบ้าน



นางกสสัน มั่นอำ อายุ 67 ปี

ภูมิปัญญาชาวบ้านในการถนอมอาหาร:มะพร้าวทวน

2. แหล่งเรียนรู้ในท้องถิ่น ที่อยู่/ละติจูด/ลองติจูด

- ที่อยู่ บ้านเลขที่ 110/1 หมู่ 5 ตำบลบ้านกร่าง อำเภอองไกรลาศ จังหวัดสุโขทัย 64170
- ละติจูด Latitude: 16.9415
- ลองติจูด Longitude:99.9392
- ประชาชนชาวบ้าน การถนอมอาหารจากสิ่งที่มีอยู่ในชุมชน เช่น มะพร้าว นำมาต่อยอด และสามารถเก็บไว้ได้นานถึง15 วัน และยังสามารถทำให้เกิดเป็นสินค้าชุมชนที่จะส่งเสริมให้เกิดการร่วมกลุ่มของแม่บ้าน คนสูงอายุ เด็กในชุมชนได้เข้ามามีส่วนร่วมในการรักษาไว้ซึ่งภูมิปัญญาชาวบ้านในการเก็บรักษาถนอมอาหารให้อยู่ได้นานยิ่งขึ้นโดยไม่มีการใส่วัตถุกันเสียหรือสารปรุงแต่งที่เจือปน แต่ได้มาจากธรรมชาติแทน

3. วัสดุอุปกรณ์

- กระทะ
- ตะหลิว
- ไม้พาย
- ชามใส่เนื้อมะพร้าว

4. ส่วนผสม

- เนื้อมะพร้าว 2 kg
- น้ำตาลปีบ 1 kg
- นมข้นหวาน 1 กระป๋อง
- นมสด 1 กระป๋อง
- แปะแซ 1 kg

5. วิธีทำ

5.1 เตรียมกระทะตั้งไฟอ่อนให้เรียบร้อย

5.2 นำเนื้อมะพร้าวใส่ลงในกระทะ

5.3 นำส่วนผสมที่เหลือใส่ลงไป น้ำตาลปีบ นมข้นหวาน นมสดและแปะแซ และต้องมีการคนเนื้อมะพร้าวและส่วนผสมที่ใส่ลงไปตลอดเวลา เพื่อไม่ให้เนื้อมะพร้าวไหม้ติดกระทะ

5.4 คนเนื้อมะพร้าวและส่วนผสม ประมาณ 2-3 ชั่วโมงเพื่อให้ส่วนผสมเป็นเนื้อเดียวกัน

5.5 พักทิ้งไว้ให้เย็นและนำมาห่อพลาสติกให้เรียบร้อย สามารถเก็บไว้รับประทานได้นานถึง 15 วันโดยไม่มีการใส่วัตถุกันเสีย

6. ภาพประกอบ

การทำมะพร้าวหวาน(ภูมิปัญญาในการถนอมอาหาร)

เนื้อมะพร้าว



น้ำตาลปีบ



นมข้นหวานและนมสด



แบะแซ



การทำมะพร้าวทวน(ภูมิปัญญาในการถนอมอาหาร)

