

อาหารพื้นบ้าน



ไก่กระเด็ด



เมี่ยงมดแดง



ขนมห่อ



อาหารพื้นบ้าน
ตำบมะค่า อำเภอนोनไทย จังหวัดนครราชสีมา

ประเภท อาหารคาว

ลำดับ	ชื่ออาหาร	แหล่งผลิต/ที่อยู่ร้าน	เบอร์โทรศัพท์/มือถือ
๑	ไก่กะเตี๊ด	๘๑ หมู่ที่ ๑๐ ต.โนนไทย อ.โนนไทย จ.นครราชสีมา	๐๘-๐๑๕๙-๑๗๘๘
๒	เมี่ยงมดแดง	๗๑ หมู่ที่ ๕ ต.มะค่า อ.โนนไทย จ.นครราชสีมา	-

ประเภท อาหารหวาน

ลำดับ	ชื่ออาหาร	แหล่งผลิต/ที่อยู่ร้าน	เบอร์โทรศัพท์/มือถือ
๑	ขนมห่อ	๒ หมู่ที่ ๕ ต.มะค่า อ.โนนไทย จ.นครราชสีมา	๐๘-๕๐๑๗-๑๘๓๕

ชื่ออาหาร ไก่กะเตี๊ด ตำหรับ จากภูมิปัญญาท้องถิ่น

ชื่อ นายประกอบ ภูกลาง อายุ ๗๐ ปี

อาชีพ รับจ้าง มีประสบการณ์ในการทำอาหาร ๑๙ ปี ที่อยู่ - หมู่ที่ ๕ ตำบลมะค่า อำเภอ
โนนไทย จังหวัดนครราชสีมา

ชื่อร้านอาหาร ไก่กะเตี๊ด ๗ สี จำหน่ายที่ อำเภอโนนไทย จังหวัดนครราชสีมา
ตั้งแต่เวลา ๐๗.๐๐ น. ถึง ๑๘.๐๐ น. เบอร์โทรศัพท์/มือถือ ๐๘-๐๑๕๙-๑๗๘๘
ที่มาของอาหาร

จากภูมิปัญญาดั้งเดิมของท้องถิ่นในการนำไก่พื้นบ้านมาประกอบอาหาร
ประเพณี/ความเชื่อ

เครื่องปรุง/ส่วนผสม

๑. ไก่พื้นบ้าน.
๒. ซอสปรุงรส
๓. เกลือ
๔. กระเทียม
๕. เครื่องเทศ

ขั้นตอน/วิธีทำ

๑. คัดเลือกไก่บ้านให้ได้ขนาด
๒. ปรุงเครื่องด้วยเครื่องเทศและเครื่องปรุงต่าง ๆ
๓. นำไก่ใส่หม้อ ปิดฝาหม้อด้วยไม้ดัดให้แน่น
๔. กะเตี๊ดไก่โดยใช้เวลาประมาณ ๓๐ - ๓๕ นาที

เทคนิคในการทำ (เคล็ดลับ)

๑. การปิดฝาหม้อในขณะที่กะเต๋ต้องแน่น
๒. ไก่ต้องได้ขนาดและกะเต๋ในอุณหภูมิที่เหมาะสม

ฤดูที่นิยมกิน นิยมรับประทานทุกฤดูกาล

รสชาติ อร่อย กลิ่นหอมจากเครื่องเทศ

คุณค่าโภชนาการ

๑. โปรตีนจากเนื้อไก่
๒. คุณค่าอาหารจากสมุนไพรไทย



ภาพถ่ายอาหารพื้นบ้าน
ตำบมะค่า อำเภอนोनไทย จังหวัดนครราชสีมา
ไก่กะเต็ด





ชื่ออาหาร เมี่ยงมดแดง

ตำหรับ จากภูมิปัญญาท้องถิ่น

ชื่อ-นามสกุล นางต๋ม ขาวงาม อายุ ๖๙ ปี

อาชีพ ค้าขาย มีประสบการณ์ในการทำอาหาร ๔๐ ปี ที่อยู่ ๗๑ หมู่ที่ ๕ ตำบลมะค่า อำเภอนนไทย จังหวัดนครราชสีมา

ชื่อร้านอาหาร - จำหน่ายที่ บ้านมะค่า หมู่ที่ ๕ ตำบลมะค่า อำเภอนนไทย จังหวัดนครราชสีมา ตั้งแต่เวลา ๐๘.๐๐ น. ถึง ๑๖.๐๐ น. เบอร์โทรศัพท์/มือถือ -
ที่มาของอาหาร

- จากภูมิปัญญาดั้งเดิมของท้องถิ่นตั้งแต่สมัยโบราณ

ประเพณี/ความเชื่อ

-

เครื่องปรุง/ส่วนผสม

๑. มดแดง - ไข่แดง
๒. ตะไคร้
๓. ใบมะกรูด
๔. หอม - กระเทียม
๕. พริก
๖. เกลือ
๗. เครื่องเทศอื่น ๆ

ขั้นตอน/วิธีทำ

๑. คัดแยกแม่มดแดงและไข่แดงออกจากกัน
๒. ขยำแม่มดแดงให้ความเปรี้ยวลดลง
๓. ต้มไข่แดงให้สุกพอประมาณ
๔. ผสมไข่แดงและแม่มดแดงให้เข้ากัน
๕. ใส่เครื่องปรุง เครื่องเทศ ปรุงรสให้อร่อย

เทคนิคในการทำ (เคล็ดลับ)

-

ฤดูที่นิยมกิน นิยมรับประทานทุกฤดูกาล โดยเฉพาะฤดูร้อนและฤดูฝน

รสชาติ อร่อย เปรี้ยวเล็กน้อย

คุณค่าโภชนาการ

๑. โปรตีนสูงจากไข่มดแดง
๒. วิตามิน



ภาพถ่ายอาหารพื้นบ้าน
ตำบมะค่า อำเภอนโนนไทย จังหวัดนครราชสีมา
เมี่ยงมดแดง



วิถีชาวบ้าน

ของดีหน้าแล้ง! เกษตรกรโคราช ลงแขกไข่มดแดง หลังว่างทำนา ทำเงินกว่าวันละพันบาท

375
SHARES

f Facebook 375

Twitter

G+ Google+

LINE

ทำใบสมัครงาน ฟรี

ป้าแอมเคยได้สมัครงาน และขอใบสมัครใบนี้ไปสมัครที่หลายที่แล้ว
คุณแอมเคยได้ใบ

superresume.com

เปิด



ผู้เขียน	มติชนออนไลน์
เผยแพร่	วันพุธที่ 6 มีนาคม พ.ศ.2562

ช่วงหน้าแล้ง ชาวบ้านที่เป็นเกษตรกรในพื้นที่จังหวัดนครราชสีมา ว่างจากการทำนาจึงได้หาอาชีพเสริม
อื่นๆ ทำ เพื่อสร้างรายได้เสริมให้กับครอบครัว เช่นเดียวกับ นางต๋ม ชาวราม อายุ 72 ปี ชาวบ้านมะค่า หมู่
ที่ 5 ต.มะค่า อ.โนนไทย จ.นครราชสีมา ก็ได้ใช้เวลาว่างจากการทำนา ออกหาเหยื่อไข่มดแดงขาย โดยถือไม้
ไผ่และหวด ที่เป็นอุปกรณ์สำหรับหาเหยื่อไข่มดแดง ออกหาเหยื่อไข่มดแดงตามต้นไม้ ทั้งในหมู่บ้าน และตามทุ่ง
นา ซึ่งแต่ละวันสามารถหาไข่มดแดงมาขายได้ไม่ต่ำกว่าวันละ 700-800 บาท เลยทีเดียว

นางต๋ม เปิดเผยว่า อาชีพหลักของต๋มคือการทำไร่ ทำนา แต่เมื่อมีเวลาว่างก็จะหาไข่มดแดงมาขายเป็น
รายได้เสริม ซึ่งทำมานานกว่า 12 ปีแล้ว สำหรับการหาไข่มดแดงนั้น ก็จะไปกับคุณตา 2 คน โดยจะออกไป
หาไข่มดแดงในทุ่งนา หรือในหมู่บ้าน ตั้งแต่เวลา 08.00 น. ซึ่งมดแดงจะชอบทำรังออกไข่มดแดงในหลาย
ชนิด อาทิ ต้นสะแก ต้นเสเดา และต้นมะม่วง ส่วนจะรู้ว่ามีรังไหมกี่รังไหมกี่รังไหม ก็ต้องสังเกตรังที่มีไข่มดแดง
อยู่บ่อยๆ และถ้ารังไหนที่มีน้ำหนักรังก็ไม่นิยมลงมา จะได้ไข่มดแดงมากเป็นพิเศษ เมื่อได้ไข่มดแดงมา
แล้ว ก็จะนำมาแช่น้ำเพื่อคัดแยกไข่มดแดงออกจากตัวมดแดง ซึ่งวิธีคัดก็ต้อนำกระดังมาฟัดออก เหมือนฟัดข้าว
ทำให้ไข่มดแดงซึ่งมีน้ำหนักรังกว่าตัวมดแดงร่วงลงมา เป็นก

ปิดโฆษณาโดย Google



ทั้งนี้ไข่มดแดงที่หามาได้ จะขายในราคากิโลกรัมละ 300 บาท ซึ่งบางวันก็หามาได้ 3-4 กิโลกรัม และขายดี
มาก มีคนจองไว้หมดทุกวัน หามาได้เท่าไรก็ไม่พอ โดยเฉพาะจะสามารถขายได้ประมาณวันละ 700-800
บาท แต่บางวันหาได้มากก็จะขายได้วันละกว่า 1,000 บาท พอเป็นรายได้เสริมสำหรับใช้ในครอบครัวได้ ทั้ง
นี้ จะสามารถหาไข่มดแดงได้ตลอดทั้งปี แต่มดแดงจะออกไข่มดแดงที่ช่วงหน้าแล้ง ช่วงนี้จึงสามารถหา
เหยื่อไข่มดแดงมาขายได้มากที่สุด ส่วนลูกค้าที่ซื้อไปนั้น ก็จะนิยมนำไปทำอาหารได้หลายชนิด อาทิ ยำไข่มด
แดง ทอดไข่เป็ดใส่ไข่มดแดง และแกงไข่มดแดงผักหวาน เป็นต้น

ชื่ออาหาร ขนมห่อ สำหรับ จากภูมิปัญญาท้องถิ่น

ชื่อ นางสาวบำเพ็ญ จงเจือกกลาง อายุ ๖๕ ปี

อาชีพ ค้าขาย มีประสบการณ์ในการทำอาหาร ๔๐ ปี ที่อยู่ ๒ หมู่ที่ ๕ ตำบลมะค่า อำเภอ
โนนไทย จังหวัดนครราชสีมา

ชื่อร้านอาหาร - จำหน่ายที่ บ้านมะค่า หมู่ที่ ๕ ตำบลมะค่า อำเภอโนนไทย จังหวัด
นครราชสีมา ตั้งแต่เวลา ๐๘.๐๐ น. ถึง ๑๖.๐๐ น. เบอร์โทรศัพท์/มือถือ ๐๘-๕๐๑๗-๑๘๓๕
ที่มาของอาหาร

จากภูมิปัญญาดั้งเดิมของท้องถิ่น

ประเพณี/ความเชื่อ

-

เครื่องปรุง/ส่วนผสม

๑. แป้งข้าวเหนียว
๒. น้ำตาล
๓. มะพร้าว
๔. ถั่วเขียว
๕. เกลือ
๖. น้ำมันพืช

ขั้นตอน/วิธีทำ

๑. นำแป้งข้าวเหนียวมานวดให้เข้ากัน
๒. นำถั่วเขียวมาปรุงทำไส้ขนม
๓. นำไส้ขนมที่ปรุงเสร็จแล้วมาห่อด้วยแป้งข้าวเหนียวให้มีขนาดพอเหมาะ
๔. นำใบตองมาห่อขนมแล้วนำไปนึ่งให้สุก

เทคนิคในการทำ (เคล็ดลับ)

- ใช้สูตรดั้งเดิมที่เป็นภูมิปัญญาของท้องถิ่นเอง

ฤดูที่นิยมกิน นิยมรับประทานทุกฤดูกาล โดยเฉพาะช่วงเทศกาลสงกรานต์ซึ่งชาวบ้านนิยมนำไปใส่บาตร ทำบุญ

รสชาติ อร่อย กลิ่นหอมหวาน

คุณค่าโภชนาการ

๑. โปรตีนจากถั่ว
๒. ให้พลังงาน



ภาพถ่ายอาหารพื้นบ้าน
ตำบมะค่า อำเภอนโนนไทย จังหวัดนครราชสีมา
ขนมห่อ



