**ข้อมูลปราชญ์**

**(ผู้เชี่ยวชาญ/ประสบความสำเร็จในอาชีพ)**

1. ชื่อ นางสรารัตน์ กันจิตร
2. วัน/เดือน/ปีเกิด 24 พฤษภาคม 2519 อายุ 40 ปี เลขบัตรประจำตัวประชาชน 3650600155276
3. ที่อยู่ บ้านเลขที่ 79/7 หมู่ที่ 6 ตำบลมะตูม อำเภอพรหมพิราม จังหวัดพิษณุโลก
4. การติดต่อ โทรศัพท์ 082-3944052
5. การศึกษา(สูงสุด) มัธยมศึกษาตอนปลาย
6. ความเชี่ยวชาญ/ความสำเร็จในการประกอบอาชีพ การทำห่อหมกกระบอกไม้ไผ่
7. บันทึกความรู้ของปราชญ์/ผู้ประสบความสำเร็จด้านอาชีพ

**1.ความเป็นมา**

ห่อหมกเป็นอาหารที่มีมาแต่โบราณ ทำให้สุกด้วยการนึ่ง ส่วนประกอบสำคัญ ได้แก่ เนื้อปลา นำมาผสมกับเครื่องแกงและกะทิข้นๆ แล้วกวนให้เข้ากันจนกะทิงวด ใส่ไข่เพื่อช่วยเพิ่มความข้น ช่วยใน เรื่องของรสชาติและเนื้อสัมผัส ทำรับประทานกันในครัวเรือน และตนเองก็ขายข้าวหลามด้วย เวลาตัดกระบอกไม้ ไผ่สำหรับใส่ข้าวหลาม ก็จะเหลือกระบอกมไม้ไผ่ที่ไม่ใช้ ตนเองก็มีความคิดว่าน่าจะนำมาใช้ประโยชน์ได้ จึงนำมาใส่ห่อหมกแล้วนำไปนึ่ง พอชิมดูรสชาติอร่อยหอมเยื่อไผ่ จึงลองทำขายปรากฏว่าขายดีและมีนักข่าวจาก INN ช่วยประชาสัมพันธ์ให้ ขายทุกวันกับผู้ที่สัญจรไปมาเป็นลูกค้าประจำและทั่วไป ราคาขายกระบอกใหญ่ 50 บาท กระบอกเล็ก 35 บาท

1. **กระบวนการผลิต/วัตถุดิบ/ส่วนผสม**



1. กระบอกไม้ไผ่ล้างสะอาด 5 – 6 กระบอก



1. ปลาช่อนหรือปลาเทโพ 500 กรัม



ใบยอฉีก 200 กรัม

* + - 1. ไข่ไก่ 10 ฟอง
      2. กระเทียม 50 กรัม
      3. กระเทียม 20 กรัม
      4. หอมแดง 50กรัม
      5. ตะใคร่หั่น 1 ต้น
      6. ข่าหั่นแว่น 10 แว่น
      7. กะทิ 50 กรัมแยกหัว 100 กรัม
      8. น้ำปลา 2 ช้อนโต๊ะ
      9. น้ำตาลทราย ครึ่งช้อนชา
      10. ซอสปรุงรส 1 ช้อนโต๊ะ
      11. ใบมะกรูดหั่นฝอย 1 ถ้วยตวงแยกไว้ครึ่งถ้วยตวง
      12. พริกชี้ฟ้าแห้งโขลก ครึ่งถ้วยตวง
      13. พริกชี้ฟ้าหั่นแฉลบ ครึ่งถ้วยตวง

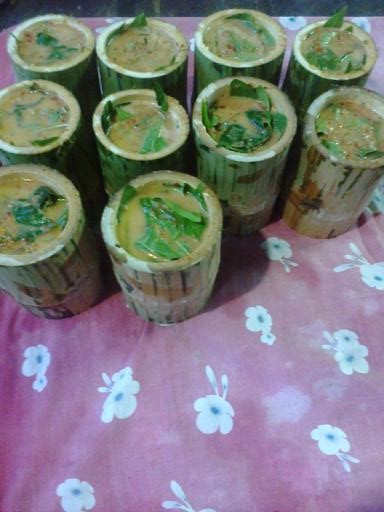
**วิธีการทำ**

1. **นำพริก ข่า ตะไคร้ หอมแดง**

**กระเทียมโขลกให้ละเอียดให้เข้ากันดี**

1. **นำกะทิ น้ำปลา น้ำตาลทราย ไข่ไก่**

**ใบมะกรูดซอยผสมน้ำพริกที่โขลกไว้คนให้เข้ากัน**

****

1. **นำใบยอ ปลาช่อนหรือปลาเทโพ ใส่ผสมกับ**

**น้ำพริกแล้วตักใส่กระบอก**

**(1 กระบอกใส่ปลาช่อนประมาณ 6 ชิ้น)**

****

1. **นำลงหมอตั้งไฟนึ่งประมาณ 30 นาที จนสุก**
2. **ตกแต่งหน้าโดยการโรยใบมะกรูดซอย**

**พริกชี้ฟ้าสด กะทิ ให้ดูสวยงามน่ารับประทาน**

****

**8. เกียรติคุณ/รางวัลที่ได้รับ** - ไม่มี

**9.ประสบการณ์ถ่ายทอดความรู้ -** ยังไม่มีการถ่ายทอด

(ลงชื่อ) สรารัตน์ กันจิตร

(นางสรารัตน์ กันจิตร)

28 กรกฎาคม 2559