

ปราชญ์ชาวบ้านด้านอาหาร



ข้อมูลปราชญ์ชาวบ้าน

ชื่อ - สกุล : นางบัวคำ ใจเมตตา วันเดือนปีเกิด : วันที่ ๓๐ ธันวาคม ๒๕๓๐ อายุ ๗๔ ปี
การศึกษา : ประถมศึกษาปีที่ ๔ ประกอบอาชีพ : ค้าขาย
ที่อยู่ : บ้านเลขที่ ๕ หมู่ที่ ๔ ชุมชนบ้านปากกล้วย ตำบลปงแสนทอง อำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง
เบอร์โทรศัพท์ : ๐๙๕-๙๔๓๖๒๕๗

ผลงาน



ตำเตา (ยำสาหร่ายน้ำจืด)

การถ่ายทอดผลงาน

➤ ไม่ได้มีการถ่ายทอดผลงาน เนื่องจากเตาเป็นวัตถุดิบที่หายาก หาวัตถุดิบมาทำรับประทานได้เพียงบางฤดู
อีกทั้งคนรุ่นใหม่ไม่ค่อยรู้จักและไม่นิยมรับประทาน จึงไม่มีผู้สนใจเรียนรู้วิธีการทำตำเตา

ภูมิปัญญา : การทำเตา (ย่ำสาหร่ายน้ำจืด)

ที่มาภูมิปัญญา

นางบัวคำ ใจเมตตา หรือ ยายคำ เดิมครอบครัวประกอบอาชีพทำนาและเลี้ยงวัว ในสมัยก่อนเมื่อครั้งยังเป็นเด็ก ยายคำมักจะออกติดตามพ่อกับแม่ไปทำนา และช่วยเลี้ยงวัวที่ทุ่งนา เมื่อถึงฤดูฝนพ่อกับแม่ก็จะนำไซไปดักจับปลาช่อน กุ้งฝอย และปูที่ทุ่งนา และทุกครั้งที่พ่อเห็นเตาริมสระน้ำกลางทุ่งนาพ่อก็มักจะเก็บมาให้แม่ ทำตำรับประทานเสมอ โดยมียายคำเป็นผู้ช่วยในการทำ ยายคำตั้งใจในรสชาติและชอบรับประทาน จึงได้จดจำและฝึกทำเอง ปัจจุบันยายคำประกอบอาชีพค้าขายอาหารพื้นเมืองสำเร็จรูปที่ตลาดบ้านปากกล้วย หมู่ที่ ๔ ตำบลปงแสนทอง หากถึงฤดูจำหน่ายเตายายคำก็มักจะซื้อเตามาทำตำเตาขายที่ตลาดปีละประมาณ ๒ - ๓ ครั้ง เนื่องจากเตามีปริมาณน้อย และราคาค่อนข้างแพง หากมีปริมาณไม่เพียงพอที่จะขายก็จะทำรับประทานกับสามีและแบ่งให้ญาติพี่น้องบ้านใกล้เคียง แต่บุตรและหลานจะไม่นิยมรับประทาน เนื่องจากไม่เคยรับประทานเพราะเป็นเมนูที่ไม่มีให้รับประทานบ่อยครั้ง

วัตถุดิบ/วัสดุอุปกรณ์

๑. เตา (สาหร่ายน้ำจืด)	
๒. เครื่องปรุงรสน้ำพริก ประกอบด้วย พริกชี้หนู กระเทียม ตะไคร้ และข้าวส่วผสมอื่นๆ ได้แก่ มะเขือพวง มะเขือเปราะ มะแว้งต้น ใบขิง ผักชีฝรั่ง ใบแมงลัก น้ำปู น้ำปลาร้าต้มสุก	

ขั้นตอนการทำ

การทำตำเตา มีขั้นตอน ดังนี้

๑. นำเตาไปล้างน้ำให้สะอาดบีบให้สะเด็ดน้ำ จากนั้นนำไปหั่นพอหยาบความยาวประมาณ ๑ นิ้ว พักทิ้งไว้



๒. เตรียมเครื่องปรุง โดยต้มน้ำปลาร้าให้สุกพักไว้ให้เย็น แกะกระเทียมออกเป็นกลีบ นำตะไคร้ ข่า ใบชিং ผักชีฝรั่ง ใบแมงลัก และมะเขือเปราะไปหั่น พร้อมทั้งนำมะเขือพวงและมะแว้งต้นโขลกให้แตกเล็กน้อย



๓. นำกระเทียม พริกชี้หนู ตะไคร้ และข่า โขลกรวมกันให้ละเอียด ใส่ น้ำปลาร้าต้มสุกและน้ำปูเล็กน้อย จากนั้นนำน้ำพริกที่โขลกเสร็จแล้วใส่ผสมลงในถ้วยเตาคนให้เข้ากัน



๔. นำใบชিং ผักชีฝรั่ง ใบแมงลัก มะเขือเปราะ มะเขือพวง และมะแว้งต้นที่เตรียมไว้ใส่ลงในหม้อเตาจากนั้นคนให้เข้ากัน ปรุงรสตามชอบ พร้อมนำไปรับประทาน

