

ประเภทของภูมิปัญญาด้าน กำกิ้น ของกิ้น และการถนอมอาหาร

ชื่อภูมิปัญญา เมี่ยง

บทนำ/ความสำคัญของภูมิปัญญา

เมี่ยงเป็นของคบเคี้ยว อม ที่ทำมาจากใบเมี่ยง โดยผ่านกรรมวิธีการหมักดอง เมี่ยงเป็นของที่ใช้ต้อนรับแขกผู้ เชื่อมโยงความสัมพันธ์ มิตรไมตรี ไม่ว่าจะการพบปะ การเยี่ยมเยือน การจัดกิจกรรมต่าง ๆ การเอามือ งานประเพณี งานบุญงานกุศล ก็จะใช้เมี่ยงมาเป็นสิ่งต้อนรับแขกผู้

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ใช้ดับกลิ่นคาวปาก เช่น การกินลาบปลา
2. ใช้แก้่วงนอน
3. เป็นของว่าง
4. เป็นสิ่งของที่ใช้ต้อนรับ
5. ใช้กวาดกลิ่นสमानแผล
6. ใช้น้ำเมี่ยงใส่หอแก้คัน
7. ใช้น้ำเมี่ยงเป็นยาหยอดหูเป็นน้ำหนวก
8. เมี่ยงเป็นเพื่อนยามเหงา
9. เมี่ยงเป็นวัตถุทาน ของคนพื้นบ้าน
10. เมี่ยงเป็นเครื่องขีญาปุจา งานพิธีกรรม เช่น ส่งสะตวง สืบชะตา
11. ใบเมี่ยงคิบนำมาตากแห้งนำไปปรุงเป็นชา เรียกว่า ชาใบเมี่ยง
12. เมี่ยงมีสารไรซิน ในหมู่กรดของวิตามินซี ที่รักษารากของฟัน



ข้อเสียของเมี่ยง

1. กลิ่นเหม็น
2. ทำให้ฟันเหลือง
3. เป็นภาระในการจัดหา

การกินเมี่ยงนำใบเมี่ยงมา้วนพัน โดยมีเครื่องประกอบตามรสที่คนชอบ เช่น รสเค็ม เปรี้ยว หวาน โดยมีเครื่องปรุง เช่น จิง กระเทียมดอง หรือมะพร้าวคั่ว น้ำตาล น้ำอ้อย มะขามเปียก ฯลฯ และคนพื้นบ้านยังนำเอาใบไม้ประเภทอื่นที่มาทดแทน แป้งเป็นเมี่ยง เช่น ใบแหน ของกินพื้นบ้านที่นิยมชมชอบมาตั้งแต่โบราณ และสืบต่อกันมาจนถึงปัจจุบันนี้

แหล่งข้อมูล

นายญาณ สองเมืองแก่น

บ้านเลขที่ 184 หมู่ 4 ตำบลกลางเวียง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน

☎ 054 – 781105