ประเภทภูมิปัญญาด้าน ก๋ำกิ๋น ของกิ๋น และการถนอมอาหาร

ชื่อภูมิปัญญา การทำน้ำปู (ปรียาภรณ์)

บทนำ

มนุษย์ดำเนินชีวิตควบคู่กับธรรมชาติ เคยมีผู้ให้ข้อสังเกตว่า ต้นไม้ ผลไม้ใด ที่แมลง นก หรือสัตว์กินได้ คนต้องกินได้ โดยไม่มีอันตรายใด ๆ ด้วยเหตุนี้คนไทยได้นำผลผลิตทางธรรมชาติมาเป็นอาหาร เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค ของใช้ไม้สอย โดยเฉพาะด้านอาหารคนรุ่นก่อน รู้จักเลือกรู้จักวิเคราะห์ จากการลองผิดลองถูก ก็ถ่ายทอดบอกเล่าสืบต่อกันมา กลายเป็นอาหารประจำถิ่น พื้นบ้าน คนรุ่นหลังก็นำมาวิเคราะห์ตามหลักโภชนาการ และวิเคราะห์ในเชิงภูมิปัญญาที่สอดแทรกในวัฒนธรรม ประเพณี การกิน เราน่าภาคภูมิใจในบรรพชนของเราที่ช่างคิด และช่างบริโภคอย่างชาญฉลาด รู้คุณค่า ของธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อมเป็นอย่างดี ดังเช่นจะยกตัวอย่างอาหารท้องถิ่นของอำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน ดังนี้

กระบวนการ

เครื่องปรุง

- ปู
- ใบข่า
- ใบขมิ้น
- ใบตะไคร้
- พริกแห้งตำละเอียด
- กระเทียม
- เกลือ

วิธีทำ

- ไปหาปูที่ทุ่งนา
- นำปูมาล้างให้สะอาด และเตรียมส่วนผสม
- หั่นใบข่า ใบตะไคร้ นำมาตำรวมกับปู ตำให้ละเอียด
- ตำเสร็จแล้วนำปูมาบีบเอาน้ำออก
- แช่ทิ้งไว้ 1 คืน
- นำปูมาเคี่ยวจนได้ที่
- ตำกระเทียม เกลือ และพริกเข้าด้วยกัน และใส่ลงไปในหม้อต้มน้ำปู
- เคี้ยวน้ำปูจนเหนียว แล้วชิมดู ได้รสพอดี ทิ้งไว้ให้แห้งและเย็น แล้วนำใส่ภาชนะเก็บ

ประโยชน์ที่ได้รับ

- ประหยัดค่าใช้จ่าย ไม่ต้องไปซื้อมารับประทาน
- ได้รู้ถึงวิธีการทำน้ำปู ซึ่งเป็นอาหารพื้นบ้าน

รายได้

สามารถนำออกจำหน่ายในหมู่บ้านและตามท้องตลาดได้

แหล่งข้อมูล

ด.ญ. ปรียาภรณ์ อินทรชิต โรงเรียนสาธุกิจประชาสรรค์ รัชมังคลาภิเษก
บ้านเลขที่ 68 หมู่ 1 ตำบลน้ำมวบ อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน 55110