

ประเภทภูมิปัญญาด้าน กำกิ้น ของกิ้น การถนอมอาหาร

ชื่อภูมิปัญญา ห่อนึ่งหน่อไม้

บทนำ/ความสำคัญของภูมิปัญญา

ชีวิตประจำวันต้องการอาหารเพื่อบำรุงร่างกาย จึงมีการประยุกต์พืชผัก ผลไม้ ต่าง ๆ ให้มาเป็นอาหารแก่คนพื้นบ้านพื้นเมืองเวียงสา บางอย่างอาจจะเป็นอาหารที่มีรสชาติขึ้นชื่อของพื้นบ้านพื้นเมืองได้ ซึ่งมีรสชาติที่กลมกล่อมแปลกไม่เหมือนที่ไหน ซึ่งมีอยู่หลาย ๆ ชนิดด้วยกัน

ความเป็นมา

ห่อนึ่งหน่อไม้ เป็นอาหารการกินประเภทหนึ่ง โดยใช้หน่อไม้ที่ต้มสุก แล้วมาทำให้ละเอียดเพื่อเกิด
ความนวล

- ใช้หัวปลีสับละเอียด
- เนื้อหมูหั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ
- เหย็ดแก่น้ำให้สะอาด

ส่วนของน้ำพริก จะมีตะไคร้ หอม พริกแห้ง กะปิ ปลาเ้า เกลือ ตำคลุกเข้าให้ละเอียด แล้วนำเนื้อหมูคั้นในน้ำพริกให้หอม แล้วนำหน่อไม้ปลี เหย็ด ใส่คลุกเคล้าลงไป (อาจจะใส่ขี้สับละเอียด) ผัดให้หอมพอประมาณ แล้วปรุงรสด้วยน้ำปลา และใบก้อมก้อ ใบมะกรูด ใส่ลงไปแล้วนำไปตองมาห่อ แล้วผูกด้วยใบตองเรียกว่า (เตี๋ยว) แล้วมัดด้วยไม้เสี้ยน เรียกว่า ไม้มัด นำไปนึ่งให้จนสุกและหอม สามารถนำไปกิน ไปทานได้ทั้งนั้น ห่อนึ่งหน่อไม้นี้ส่วนมากผู้เฒ่าผู้แก่จะนิยมทำเป็นอาหารเพื่อนำไปทำบุญที่วัด และแจกปัน แจกจ่ายให้ญาติพี่น้อง ลูกหลานเป็นที่เริ่ดอร่อย

นับว่าเป็นภูมิปัญญาด้วยอาหาร การกินพื้นบ้านพื้นเมืองที่ควรอนุรักษ์สืบต่อไป

ประโยชน์ที่ท้องถิ่นได้รับ

1. ได้คุณค่าทางอาหาร ครบ 5 หมู่
2. เป็นส่วนประกอบที่ทำให้ชีวิตผู้คนอยู่รอดได้
3. เป็นการอนุรักษ์วัฒนธรรมการกินของคนพื้นบ้านพื้นเมือง

แหล่งข้อมูล

นายญาณ สองเมืองแก่น อายุ 38 ปี

บ้านเลขที่ 184 หมู่ 4 ตำบลกลางเวียง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน 55110

☎ 054 – 781105