

**ภูมิปัญญาท้องถิ่น : การทำรากบัวเชื่อม**  
**บ้านทับกฤช ตำบลทับกฤช อำเภอชุมแสง จังหวัดนครสวรรค์**

ข้อมูลเจ้าของภูมิปัญญา นางบุญยัง รุ่งสง่า

ที่อยู่ ตำบลทับกฤช อำเภอชุมแสง จังหวัดนครสวรรค์ 60250

อาชีพ ค้าขาย อายุศึกษาภูมิปัญญา 40 ปี

ชื่อภูมิปัญญา การทำรากบัวเชื่อม



### ประวัติข้อมูลของภูมิปัญญา

ความเป็นมาของภูมิปัญญาท้องถิ่น รากบัวเชื่อม ของป้ายัง ตำบลทับกฤช อำเภอชุมแสง จังหวัดนครสวรรค์ เริ่มมาตั้งแต่รุ่นพ่อแม่ของป้ายัง ได้ริเริ่มการแปรรูปรากบัวให้มีราคาที่สูงขึ้น เพราะตำบลทับกฤชอยู่ในบึงบอระเพ็ด เพราะในบึงนั้นมีบัวเยอะ จากการขายรากบัวได้ราคาถูกจึงไม่พอต่อการดำรงชีวิต เลยคิดหาวิธีการที่จะถนอมอาหาร โดยเป็นมาเป็นการเชื่อม แบบน้ำและแบบแห้ง ทำให้รากบัวมีราคาที่สูงขึ้น

### กำหนดความรู้/แสวงหาความรู้(ภายนอก/ภายใน)

ความหมายของรากบัว

รากบัว หรือเหง้าของบัวหลวง มีลักษณะเป็นท่อนยาว แบ่งเป็นปล้อง ๆ เมื่อหั่นตามขวางจะเห็นรูกลวงเรียงตัวเป็นรัศมี เนื้อรากบัวฉ่ำกรอบ สีขาวอมเหลืองหรือสีเหลืองงาช้าง มีกลิ่นหอมอ่อน ๆ คล้ายดอกบัว สามารถกินได้ทั้งแบบดิบและแบบสุก ซึ่งวิธีการกินที่ต่างกันก็จะให้สรรพคุณที่แตกต่างกันด้วย ตามตำราสมุนไพรจีน รากบัวมีฤทธิ์เย็นจัด รสหวาน รากบัวดิบมีสรรพคุณขับร้อน แก้อาการกระหายน้ำ อาเจียนเป็นเลือด เลือดกำเดาไหล รักษาอาการปวดยเพราะไข้ขึ้นเจ็บพลัน ส่วนรากบัวสุกมีสรรพคุณช่วยให้เจริญอาหาร บำรุงเลือด เสริมสร้างกล้ามเนื้อ บำรุงม้าม รักษาไม้มหรือกระเพาะพร่อง แก้ท้องเดิน

นอกจากกินเป็นยาแล้ว ยังนำรากบัวมาทำเป็นอาหารคาวหวานได้หลายชนิด ที่เห็นกันบ่อย ๆ คือรากบัวเชื่อมในเต้าหู้ หรือเอารากบัวที่เหลือทิ้งจากน้ำต้มรากบัวมาคลุกน้ำตาลหรือแช่อิ่มกินเป็นขนม นำไปประกอบอาหารคาวอย่างใส่ในแกงจืด ต้มซี่โครงหมู หรือจะกินรากบัวอ่อน ๆ เป็นผักสดเคียงน้ำพริกก็ให้ความฉ่ำกรอบได้ไม่แพ้ผักชนิดอื่น แถมยังช่วยให้ขับถ่ายดี ท้องไม่ผูก เพราะรากบัวมีเส้นใยอาหารสูงนั่นเอง

ความหมายคำว่า “เชื่อม”

เชื่อม คือทำของหวานอย่างหนึ่ง โดยเอาน้ำตาลใส่น้ำตั้งไฟเคี่ยวให้ละลายแล้วใส่สิ่งที่ต้องการเกี่ยวจนได้ที่ เช่น เชื่อมกล้วย เคี้ยวน้ำตาลให้ใสเพื่อประสมกับสิ่งอื่น เช่น วุ้นน้ำเชื่อม. ว. เรียกน้ำหวานที่เอาน้ำตาลเคี่ยวให้ใสเพื่อใช้ประสมหรือเคี้ยวกับสิ่งอื่นว่า น้ำเชื่อม ใช้ประกอบคำ หวาน หมายความว่า หวานมาก เช่น ตาหวานเชื่อม.ก. ทำให้คิดเป็นเนื้อเดียวกัน เช่น เชื่อมเหล็ก ทำให้ประสานกัน เช่น เชื่อมสัมพันธไมตรี.ว. มีอาการเงื่องเหงามินซึมคล้ายเป็นไข้ เช่น เชื่อมซึม.

## การสร้างความรู้ (ขั้นตอน/วิธีการสร้างภูมิปัญญา)

### - รากบัวเชื่อมแบบน้ำ

#### วัสดุอุปกรณ์ในการทำ

1. รากบัว
2. น้ำตาลทรายขาว
3. น้ำสะอาด

(ปริมาณตามน้ำหนักของรากบัว)

#### วิธีการทำรากบัวเชื่อม

1. รากบัวปอกเปลือก นำมาล้างในน้ำสะอาด แล้วหั่นตามชอบ (ในรูปหั่นเต๋าและขวาง)
2. ตั้งน้ำกับน้ำตาลให้เดือด ใช้ไฟระดับกลาง
3. ใส่รากบัวลงไป
4. คอยตักฟองทิ้ง เมื่อเดือดแล้วให้ลดไฟลง พอเดือดน้ำปุด ๆ
5. ต้มไปเรื่อย ๆ จนกว่าน้ำจะงวดลงเหลือน้อยกว่ารากบัว
6. เสร็จแล้ว เทใส่หม้อพักให้เย็น

### - รากบัวเชื่อมแบบแห้ง

#### วัสดุอุปกรณ์ในการทำ

1. รากบัว
2. น้ำตาลทรายขาว
3. น้ำสะอาด

(ปริมาณตามน้ำหนักของรากบัว)

#### วิธีการทำรากบัวเชื่อม

1. รากบัวปอกเปลือก นำมาล้างในน้ำสะอาด แล้วหั่นตามชอบ (ในรูปหั่นเต๋าและขวาง)
2. ตั้งน้ำกับน้ำตาลให้เดือด ใช้ไฟระดับกลาง
3. ใส่รากบัวลงไป
4. คอยตักฟองทิ้ง เมื่อเดือดแล้วให้ลดไฟลง พอเดือดน้ำปุด ๆ

5. ต้มไปเรื่อย ๆ จนกว่าน้ำจะแห้ง
6. เสร็จแล้ว เทใส่ตะแกรงที่เตรียมไว้ แล้วคอยยี้คให้รากบัวตรง
7. คอยจนกว่ารากบัวจะแห้ง แล้วจัดเรียงใส่ถุง

### รูปภาพขั้นตอนการทำรากบัว

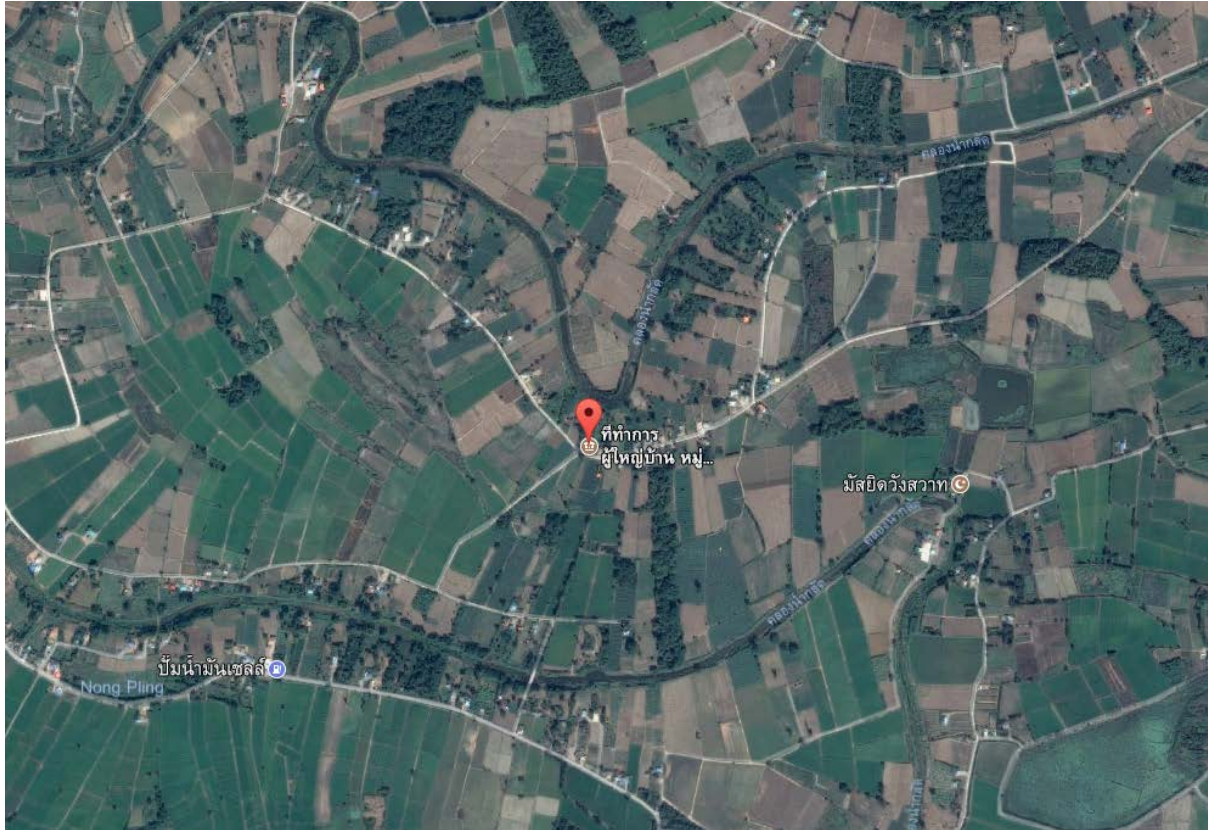


### การจัดเก็บและการค้นคืนความรู้ (การจดจำ/เอกสาร/ฐานข้อมูล)

ภูมิปัญญาท้องถิ่น การทำรากบัวเชื่อมนี้ ได้สืบทอดมาตั้งแต่บรรพบุรุษ ของป้ายัง และได้สืบทอดมาเป็นรุ่นป้ายัง ทำให้ชาวบ้านในระแวกนั้น มีการแปรรูปรากบัวเป็นอาหารหวานและยังช่วยถนอมรากบัวให้เก็บไว้กินได้อีกนาน

การนำภูมิปัญญาที่ได้ไปใช้ประโยชน์ในการสอนนักเรียน นักศึกษา โดยการแปรรูปอาหารให้สามารถเก็บไว้ทานได้นาน และยังเพิ่มมูลค่าราคาอาหารให้สูงขึ้นอีกด้วย

ที่อยู่ ตำบลทับกฤช อำเภอชุมแสง จังหวัดนครสวรรค์ 60250





ข้อมูลผู้ศึกษาภูมิปัญญาท้องถิ่น ปีการศึกษา 2560

ชื่อผู้ศึกษา MR. BI GUOXIAN

ประกาศนียบัตรบัณฑิตวิชาชีพครู (ป.บัณฑิต) รุ่นที่ 4

รายวิชา ความเป็นครู (800 5201)

คณะ ศึกษาศาสตร์

สถานที่ศึกษา มหาวิทยาลัยภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

สถานที่ทำงาน โรงเรียนขอนแก่นวิทยายน

อาจารย์ผู้สอน

1. รองศาสตราจารย์ สำเร็จ คำโสม (ครูภูมิปัญญาไทย, ศิลปินมรดกอีสาน)
2. อาจารย์ ดร.พา อักษรเสื่อ
3. อาจารย์ ดร.ธีรภัทร โคตรบรรเทา
4. อาจารย์ สุชาดา ลดาวัลย์
5. อาจารย์ อัจฉริยะ วงษ์คำขาว
6. อาจารย์ บุญจันทร์ เพชรเมืองเลย

