

<p style="text-align: center;">ภูมิปัญญาท้องถิ่น : ปลาส้ม</p> <p style="text-align: center;">352 หมู่ 1 เทศบาลตำบลบ้านทุ่ม อำเภอเมือง จสหวดขอนแก่น 40000</p> <p style="text-align: center;">(ศูนย์การศึกษานอกรั บบแล้ การศึกษาตามอษยาศษ อำเภอเมืองจสหวดขอนแก่น)</p>			
ข้อมูลเจ้าของภูมิปัญญา			
ชื่อเจ้าของภูมิปัญญา		นางวิลาวรรณ คำสิงห์	
ที่อยู่	352 หมู่ 1 เทศบาลตำบลบ้านทุ่ม อำเภอเมือง จสหวดขอนแก่น 40000		
อาชีพ	ชาวนา	อายุการศึกษาภูมิปัญญา 12 ปี	
ชื่อภูมิปัญญา			
ปลาส้ม			
ประวัติข้อมูลภูมิปัญญา			
<p>วิถีชีวิตชุมชน ถูกกำหนดจากทรัพยากรธรรมชาติ เพระั มนุษย์ต้องอาศัยธรรมชาติในการดำรงชีวิต จึงก่อให้เกิดภูมิปัญญาท้องถิ่น ที่เกิดขึ้นจากการคิด วิเครั ห้ ด้วยกรั บวนการค้นพบ จากการได้สังเกต การได้ลองผิดลองถูก จนเกิดเป็นองค์ความรู้ แล้ ถ่ายทอดองค์ความรู้ ไปสู่รุ่นถัดไป จนเป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่น</p> <p>การถนอมอาหาร จึงเป็นเทคนิคที่ภูมิปัญญาได้ค้นพบ ได้ลองผิดลองถูก จนกรั ท่ สามารถเก็บอาหารที่มีปริมาณมากเกินความต้องการ ไว้รขปรั ทาน ในยามขาดแคลนอาหาร หรือ ในภาว่ ที่ไม่มีวัตถุดิบเหล่านั้น ตามฤดูกาล ซึ่งจ้ ส่งผลต่อการเพิ่มมูลค่าของสินค้าชนิดนั้นๆเช่นการนำหลกการหมด ที่ใช้เกลือ แล้ น้ำตาล เป็นสารควบคุม การเน่าเสียของอาหารสด</p> <p>จากเดิมขายเสื้อผ้า แล้ ได้มาเรียน ต้นกล้า เรียนรู้อาชีพการการทำอาหารแปรรูปต่างๆ จึงสนใจทำปลาส้ม เพระั ปลาหาง่ายอุปกรณ์ในการทำไม่เยอ์ ลงทุนน้อย สามารถสร้างอาชีพ ได้ แล้ ได้รวมกลุ่มทำเป็นกลุ่มการศึกษานอกรั บบ แล้ การศึกษาตามอษยาศษอำเภอเมืองจสหวดขอนแก่น(บ้านทุ่ม)</p> <p>นางวิลาวรรณ คำสิงห์ (สขภษณั พศจิกายน 2560)</p>			
กำหนดความรู้/แสวงหาความรู้ (ภายใน/ภายนอก)			
<p style="text-align: center;">ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการปลาส้ม</p> <p>ปลาส้ม (Pla Som) เป็นผลิตภัณฑ์จากปลาน้ำจืดที่นำมาหมดท้ดหรือเอาเฉพัว เนื้อร่วมกษข้าวหนึ่งสุก แล้ กรั เทียม จนได้ผลิตภัณฑ์ปลาส้มที่มีรสเปรี้ยว เนื้อปลานุ่ม มีกลิ่นหอม นิยมรขปรั ทานกษในทุกภาคการผลิตปลาส้ม เป็นการถนอมอาหารจากภูมิปัญญาพื้นบ้านที่สืบทอดกษมายาวนาน โดยมีถิ่นผลิตค้ดเดิมในภาคอีสานของไทย ซึ่งปัจจุบันแพร่กรั จายทำในทุกภาค แล้ ต่างมีสูตรที่แตกต่างกษ ท้ดการเลือกใช้ชนิดปลา แล้ ส่วนผสม จนเกิดเป็นผลิตภัณฑ์ปลาส้มหลายแบบในแต่ล้ ท้องถิ่น โดยปลาที่นิยมใช้ทำปลาส้ม ได้แก่</p> <ul style="list-style-type: none"> - ปลาดี้ เพียน (นิยมมากที่สุด) 			

- ปลานวลจันทร์
- ปลาช่อน
- ปลาเทโพ
- ปลาสร้อย
- ปลาทราย
- ปลาจีน
- ฯลฯ

ขณะนี้ ฤดูการผลิต ได้ จำหน่ายปลาสดที่ออกสู่ตลาดมากจ้ อยู่ในช่วงต้นฤดูฝนจนถึงต้นฤดูหนาว เพราะเป็นช่วงที่จับปลาได้มาก อุณหภูมิในการทำปลาส้มพอเหมาะ ส่วนในฤดูร้อนจ้ ควบคุมคุณภาพได้ยาก ปลาส้มมีรสเปรี้ยวมากแล้ว เสียเร็ว

การสร้างความรู้ (ขั้นตอน/วิธีการการสร้างภูมิปัญญา)

การทำปลาส้ม

ปร้เภทปลาส้ม

1. ปลาส้มคั่ว หมายถึง ปลาส้มที่ได้จากการนำปลาสดมาทอดเกล็ดแล้ว คั่วได้ โดยไม่มีการคดหรือสขเป็นชิ้น



ปลาต้มตอ

2. ปลาต้มแผ่น หมายถึง ปลาต้มที่แล่นเนื้อปลาออกจากกระดูก ดูกให้เป็นแผ่นๆแล้ อาจเหมือนแผ่นปลาเป็นร่องตามยาว (โดยปกติจ้ ได้ 2-4 แผ่น/ตอปลาต้ เพียน)



ปลาต้มแผ่น

3. ปลาต้มสข/ปลาต้มจีน หมายถึง ปลาต้มที่แล่นื้อปลาออกจากจากกรั้ คุกให้เป็นแผ่นๆ ก่อนหั่นหรือสข เป็นชิ้นขนาดใหญ่ (ขนาดเล็กกว่าปลาต้มแผ่น ทำให้ปลา 1 ตอ จั้ ใ้จำนวนหลายชิ้น)



ปลาต้มสข

4. ปลาต้มฟัก/ปลาต้มบด หมายถึง ปลาต้มที่ใช้เฉพัว นื้อปลา โดยนำนื้อปลาบดหรือใช้การสขให้มีชิ้น ขนาดเล็กหรือลั้ เอียค



ปลาต้มฟัก

5. ปลาต้มก๊อญ หมายถึง ปลาต้มที่ใช้เนื้อปลาหลังจากแยกเนื้อออกจากกระดูก ก่อนหั่นเนื้อเป็นชิ้นที่มีลักษณะ เรียวยาว (เป็นปลาต้มที่ไม่นิยมทำขนม)

ทั้งนี้ ปัจจุบันนิยมรับประทานมากในปัจจุบัน คือ ปลาต้ม ไร้ก้าง ซึ่งอาจเป็นปลาต้มแผ่น ปลาต้มชิ้นหรือปลาต้มชนิดอื่นๆ โดยหลักราคา คือ การเล้า เอาทั้งขนาดใหญ่ออกแล้ว ก็บดทั้งขนาดเล็กออกให้หมด (อาจใช้สารย่อยสลายก้าง)

วัตถุดิบทำปลาต้ม

1. ปลา

ปลาที่ใช้ทำปลาต้มจืด เป็นปลาน้ำจืด (ปลาที่ เล็กทำได้เช่น กุ้ง) โดยอาจเป็นปลาที่มีเกล็ดหรือไม่มีเกล็ดก็ได้ แต่ส่วนใหญ่ นิยมใช้ปลาที่ลำตัวแบนหรือค่อนข้างแบน ให้เนื้อมาก เนื้อดีมีรสเป็นบางส่วนของเนื้อปลาเหนียว ไม่ยุ่ยง่าย แล้ว มีสีขาวอมชมพู ได้แก่ ปลาดุก เพียน ปลานวลจันทร์ ปลาเทโพ ปลายี่สก และ ปลาทราย เป็นต้น

2. เกลือ

เกลือ อาจ ใช้เป็นเกลือสมุทรหรือเกลือสินเธาว์ (เกลือเหมือง) แต่ปัจจุบัน นิยมใช้เกลือสินเธาว์มากที่สุด เพราะ หาได้ง่าย และ ราคาถูก เกลือที่ใช้ทำหน้าที่ขยี้การเค็ม โดยของจุลินทรีย์ที่ทำให้เกิดการเน่า แต่ไม่มีผลต่อจุลินทรีย์ที่ทนเค็มได้ดี โดยเฉพาะ จุลินทรีย์โปรตีน ผลิตภัณฑ์ นอกจากนั้น ยังทำหน้าที่รักษาเนื้อสัมผัส และ เพิ่มรสเค็มให้แก่เนื้อปลา

3. ข้าวเหนียวนึ่ง และ น้ำข้าวข้าว

ข้าวเหนียวนึ่ง และ น้ำข้าวข้าว ถือเป็นแหล่งแป้งหรือแหล่งอาหารที่สำคัญของจุลินทรีย์โปรตีน ผลิตภัณฑ์ นอกจากนั้น ยังมีส่วนช่วยเพิ่มความเปรี้ยวหรือเนื้อปลา ไม่มีส่วนเปรี้ยวเลย เพราะ จุลินทรีย์โปรตีน ผลิตภัณฑ์ จืด มีน้อยตามมา นอกจากนั้น ข้าวเหนียวนึ่ง และ น้ำข้าวข้าวยังทำหน้าที่ช่วยคกกลั่นควาปลาไปด้วย

เมื่อจุลินทรีย์ย่อยแป้งแล้ว ผลิตภัณฑ์ออกมาแล้วซึมผ่านเข้าสู่เนื้อปลา ทำให้เนื้อปลามีรสเปรี้ยว ยิ่งหมักไว้นานความเปรี้ยวก็ เพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ แล้ว จืด หยดเปรี้ยวจนกว่าจุลินทรีย์ย่อยแป้งจนหมด ดังนั้น ความเปรี้ยวแล้ว รส ยี่ เวลาที่ทำให้เนื้อปลาเปรี้ยวขึ้นขึ้นอยู่กับปริมาณข้าวหนึ่งที่ได้แล้ว รส ยี่ การหมักทั้งนี้

4. กรร เทียม

กรร เทียม เป็นวัตถุดิบที่ทำให้หน้าที่ขยี้ของจุลินทรีย์ที่ทำให้เกิดการเน่า แต่ไม่มีผลต่อจุลินทรีย์ผลิตภัณฑ์ ทำให้จุลินทรีย์ผลิตภัณฑ์เติบโต ได้รวดเร็ว นอกจากนั้น ยังทำหน้าที่ช่วยปรุงรสเนื้อสัมผัส ช่วยเพิ่มกลิ่น

หอม คชกลืนคาวปลาแล้ว เพิ่มรสเผ็ดเวลารับประทาน

5. ส่วนผสมอื่นๆเช่น น้ำตาล แล เครื่องปรุงรสต่างๆ ทำหน้าที่ปรุงรสรสชาติ แล ปรุงรสเนื้อสัมผัสของเนื้อปลาได้ดียิ่งขึ้น

วิธีทำปลาต้ม

วัตถุดิบ

1. เนื้อปลาหรือตบปลา 10-20 กิโลกรัม
2. กรั เทียมผสม 1 กิโลกรัม
3. ข้าวเหนียวหนึ่ง 1 กิโลกรัม
4. น้ำขาวข้าว 0.5 ลิตร (อาจไม่ใช้ก็ได้)
5. เกลือ 300 กรัม (ปรับ ตาม 1 กำมือ)
6. น้ำตาล 5-10 ช้อน
7. พงชูรส 2-3 ช้อน

ขั้นตอนการเตรียมวัตถุดิบ

1. ขอดเกล็ด แล ควมไ้้ ก่อนล้างทำความสะอาด อัด 1-2 น้ำ
 - ปลาต้มสด หลงจากขอดเกล็ด ควมไ้้้ แล ล้างทำความสะอาด อัด อาจตดหออกหรือไม่ต้องตดหก็ได้
 - ปลาต้มแผ่น ให้แ่เอาเนื้อปลาออกจากกรั คุกเป็นแผ่นๆจากนั้นแล้้ เอาทั้งขนาดใหญ่ออก หรือไม่ต้องแล้้้ เอาทั้งขนาดใหญ่ออกก็ได้
 - ปลาต้มชิ้น/ปลาต้มผสม ให้นำแผ่นปลาที่แล้้้ ออกจากทั้งมาสขเป็นชิ้นๆขนาดใหญ่ แต่ขนาดเล็กกว่าปลาต้มแผ่น ซึ่งอาจแล้้้้ เอาทั้งขนาดใหญ่ออกหรือไม่เอาออกก็ได้
 - ปลาต้มฟัก/ปลาต้มบด หมายถึง หลงแล้้้เนื้อปลา ให้แล้้้้ เอาทั้งขนาดใหญ่ออก ก่อนสขหรือบคเนื้อปลาให้ลั้้้ เอียคหรือเป็นชิ้นเล็กๆ
 - ปลาต้มเส้น หมายถึง หลงแล้้้เนื้อปลาออกเป็นแผ่น ให้แล้้้้ เอาทั้งขนาดใหญ่ออก ก่อนสขเป็นชิ้นเรียวยาวหรือเจียนเป็นเส้นๆ
2. นำกรั เทียมมาปอกเปลือก ตำโหลทหรือบคให้เป็นชิ้นเล็กๆ
3. นำข้าวเหนียวมานึ่งให้สุก

ขั้นตอนการผสมวัตถุดิบ

1. นำเนื้อปลาหรือตบปลามาคลุกผสมกขวัตถุดิบที่เตรียมไว้ในชามขนาดใหญ่ ได้แ่ กรั เทียม ข้าวเหนียวหนึ่งหรือน้ำขาวข้าว เกลือ แล้้้ น้ำตาล โดยการคลุกพร้อมกขยาคั้วด้วยมือ นาน 10-20 นาที
2. นำปลาที่คลุกกขส่วนผสมแล้้้้ใส่กรั ปุก ก่อนปิดฝาให้สนิท หรือ บรรจุใส่ถุงพลาสติก

3. สำหรับปลาสัมผัส นิยมปั่นเป็นก้อน ก่อนนำมาห่อด้วย ใบตอง หรือ ใสดุ้งพลาสติก ก่อนใช้ท่อนไม้กลม ริดให้เป็นแผ่น แล้วรูดด้วยหนस्याง

4. นำภาชนะ หมอปลาสัมผัสทั้งไว้ในร่ม นาน 3-4 วัน ก็พร้อมรับประทาน ทาน ทั้งนี้ หากเป็นฤดูร้อนจ้ เป็น ปลาสัมผัสได้เร็ว ปร้ มาณ 2-3 วัน แต่หากเป็นฤดูหนาวอาจนานถึง 5-7 วัน

ทนน้ การรขปร้ ทานปลาสัมผัส น้ นำให้ปรุงสุกก่อน เช่น การปิ้งย่างโดยตรงหรือห่อใบตองปิ้ง หรือนำมาทอดก็อร่อยไม่แพ้กัน แต่บางท้องที่นิยมรขปร้ ทานดิบ โดยเฉพาะ ชาวอีสาน ซึ่งเสี่ยงต่อการติด โรคพยาธิใบไม้ในตขหรือพยาธิอื่นๆ

การเก็บรขปลาสัมผัส

ปลาสัมผัสที่หมอนจได้รสเปรี้ยวหม่า แก่การรขปร้ ทานแล้ว หากเก็บไว้ในอุณหภูมิห้องหรือวางไว้ในตู้ กขจ้าวจ้ เก็บได้นาน 1-3 วัน ขึ้นอยู่กขความร้อนของอากาศ หลสกจากน้ จ้ เปรี้ยวมาก ไม่หม่า รขปร้ ทาน แต่หากเก็บไว้ในตู้เย็นปร้ มาณ 8-10 ๔ จ้ เก็บได้นาน 3-4 สขดาห์ หากเก็บในช่องแช่แข็งจ้ เก็บได้นานปร้ มาณ 3 เดือน

ลขณณ์ ปลาสัมผัสที่มีคุณภาพ

1. ใช้ชนิดปลาตามที่รู้ บ
2. สีเนื้อปลาต้องเป็นไปตามธรรมชาติของเนื้อปลา เช่น ปลาต้ เพียนมีเนื้อสีขาวอมชมพูหรือแดงอมชมพู ป้ ปนกข เนื้อปลาไม่มีสีคล้ำหรือมีสีอื่นนอกเหนือจากสีธรรมชาติของเนื้อปลา
3. มีกลิ่นเปรี้ยวจากการหมอเนื้อปลา มีกลิ่นกร้ เทียม (หากใส่) ไม่มีกลิ่นคาว กลิ่นเหม็นบูด กลิ่นเหม็นอข หรือกลิ่นหืน
4. มีรสเปรี้ยวตามธรรมชาติ ต้องไม่เปรี้ยวมาก จนรขปร้ ทานไม่ได้
5. ลขณณ์ เนื้อปลาสัมผัสสภาพเป็นตข เป็นแผ่น เป็นชิ้น เป็นเส้น หรือเป็นก้อนตามปร้ เกทปลาสัมผัส เนื้อปลาไม่เปื่อยยุ่ย
6. ไม่พบสิ่งแปลกปลอม เช่น เส้นผม มูลสัตว์หรือแมลง ดิน กรวด แล้ ทราย เป็นต้น
7. ไม่ควรใช้วัตถุกขเสีย
8. มีความเป็นกรด-ด่าง อยู่ร้ หว่าง 4.0-6.0
9. จุลินทรีย์
 - ไม่พบเชื้อ Salmonella (ตขอย่าง 25 กรข)
 - ไม่พบเชื้อ Clostridium (ตขอย่าง 0.1 กรข)
 - พบเชื้อ Escherichia coli น้อยกว่า 10 MPN (ตขอย่าง 1 กรข)
 - ไม่พบเชื้อรา

– ไม่มีไข้พยาธิ

ลยณั ปลาส้มที่ไม่ได้มาตรฐาน

1. น้ำหมอปลาส้มมีสีคล้ำแล้ว ชุ่น น้ำหมอกเกิดฟองมากแล้ว กลิ่นคาวหรือเหม็น
2. เนื้อปลาเปื่อยยุ่ย มีกลิ่นบูด

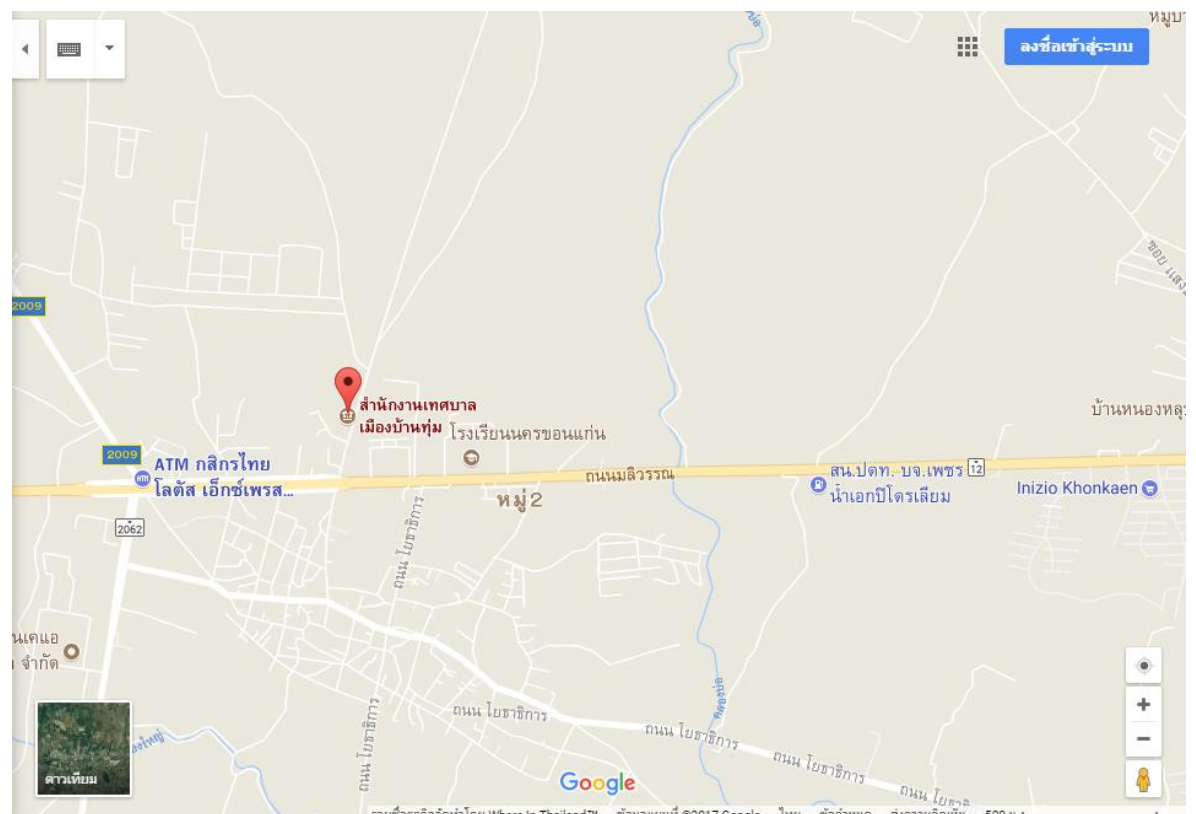
การจัดเก็บและการค้นคืนความรู้ (การจัดจำ/เอกสาร/ฐานข้อมูล)


ภูมิปัญญาท้องถิ่น การทำปลาส้ม นี้ การถ่ายทอดศูนย์การเรียนรู้นอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยอำเภอเมืองจังหวัดขอนแก่น เพื่อร่วมกันสร้างอาชีพเสริม ทหารายได้จากการทำปลาส้มขายทำให้มีรายได้ มีอาชีพ ใช้สอยทรัพยากรที่มีมากให้เกิดประโยชน์ และที่สำคัญได้ส่งเสริมและอนุรักษ์ภูมิปัญญาของชุมชนต่อไป

การถ่ายทอดความรู้และการใช้ประโยชน์ (ซึมซับไว้กับตนเอง หรือ เผยความรู้ให้แก่องค์กร)

การถ่ายทอดการทำปลาส้ม เป็นการถ่ายทอดให้กับนักศึกษาและผู้ที่มีความสนใจและทำได้ง่าย ๆ ในสถานศึกษา ปลอดภัย ซึ่งถือเป็นการเพิ่มรายได้สามารถทำเป็นอาชีพหลักและอาชีพเสริมได้

พิกัด (สถานที่) หมู่บ้านหนองแวง ตำบลท่าพระ อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น 40260



ข้อมูลผู้ศึกษาภูมิปัญญาท้องถิ่น ปีการศึกษา 2560		
ชื่อผู้ศึกษา	นางสาวลลิตา ผายพิมพ์ รหัสนักศึกษา 6080110095	
ห้อง/เลขที่	Section 4 เลขที่ 5	
หลักสูตร	ประกาศนียบัตรบัณฑิตวิชาชีพครู (ป.บัณฑิต) รุ่น 4	
รายวิชา	ความเป็นครู (8005201)	
เน้นศึกษา	ครูกับการอนุรักษ์และส่งเสริมภูมิปัญญาท้องถิ่น	
คณะ	ศึกษาศาสตร์	
สถานที่ศึกษา	มหาวิทยาลัยภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	
สถานที่ทำงาน	วิทยาลัยเทคโนโลยีภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	
อาจารย์ผู้สอน		
1	รองศาสตราจารย์ สำเร็จ คำโหมง (ครูภูมิปัญญาไทย, ศิลปินมรดกอีสาน)	
2	อาจารย์ ดร.พา อักษรเสื่อ	
3	อาจารย์ ดร.ธีรภัทร โคตรบรรเทา	
4	อาจารย์ สุชาดา ลดาวัลย์	
5	อาจารย์ อัจฉริยะ วงษ์คำขาว	
6	อาจารย์ บุญจันทร์ เพชรเมืองเลย	