



คุณความดีของดวงดาวที่มีต่อพืชผลจากการทำลายของหมูป่า

ลายขอหลวงน้อย หมายถึง แม้จะมีปัญหาด้านการงบประมาณ แต่ก็ไม่ได้ทำให้ผ้าทอจากภูมิปัญญาเลือนหายไป แต่ลวดลายที่โดดเด่น ผลิตยาก ได้รับ

ความสนใจจากลูกค้ามาก และมีราคาสูงสุดก็คือ ผ้าทอลายพญานาคลายน่า เป็นลายโบราณที่ทางกลุ่มอนุรักษ์ไว้ให้ลูกหลานได้ดูเป็นที่ระลึกถึงบรรพบุรุษ และเป็นลายเพื่อการระลึกถึงพระคุณของพญานาคซึ่งเป็นสิ่งศักดิ์สิทธิ์สักการะของ

ชาวบ้าน ทำให้ลูกหลานมีอยู่มีกินสืบต่อมา ด้านการตลาด ทางร้านมีจำหน่ายประจำอยู่ที่ศูนย์ โดยมีลูกค้าเข้ามาแวะเวียนมาเยี่ยมตลอด นับตั้งแต่ได้รับรางวัลและได้รับพระมหากรุณาธิคุณจากสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ที่เสด็จฯ ทรงเยี่ยมชม นอกจากสร้างความปลาบปลื้มและสร้างกำลังใจแก่สมาชิกแล้วยังส่งผลให้ศูนย์ผ้าทอลายโบราณบ้านผาทั้งเป็นที่รู้จักมากขึ้น จนได้รับการติดต่อจากโรงแรมดังให้ส่งผลิตภัณฑ์ไปจำหน่ายยังต่างประเทศ โดยมีราคาจำหน่ายตั้งแต่หลักพันถึงหลักหมื่น

"การทอผ้าทอชุดเครื่องนอน สมาชิกจะมีรายได้ 7,000-8,000 บาท ต่อเดือน ใครทำมากก็ได้มาก แล้วแต่ช่วงว่าง ส่วนใหญ่สมาชิกจะแบ่งกันทำ คนหนึ่งทำหมอนอิง คนหนึ่งทำหมอนข้าง คนหนึ่งทำหมอนหนุน หากแบ่งทำ จะใช้เวลา 1 เดือน โดยทางศูนย์จะแบ่งรายได้เป็นเกรดเดียว เพื่อให้แต่ละชุดมีคุณภาพเดียวกัน เราใช้เส้นฝ้ายปั่นมือ เพื่อให้มีคุณภาพมากขึ้น โดยรับซื้อจากชาวบ้านนำงาชาวกระเหรี่ยงบ้าง หากไม่พอจะใช้เส้นฝ้ายจากตากฟ้า ตาคลี นครสวรรค์ ซึ่งเป็นเครือข่ายกัน"

ในแต่ละวันจะมีผู้เฝ้าผู้เฝ้ามาทอผ้าที่ศูนย์ เป็นเหมือนการสาธิตให้คนที่มาเยี่ยม

ชมไปในตัว เพราะชาวบ้านผู้เฝ้าที่เฝ้าอยู่ว่างไม่มีภาระ พอถึงช่วงเย็นพวกเขาที่มีความสุขกับการได้กินข้าวร่วมกันกับเพื่อนร่วมชุมชนวัยเดียวกัน ได้ออกกำลังกายด้วยกัน ส่วนสมาชิกที่มีอายุน้อยมักจะนำเส้นฝ้ายไปทอที่บ้าน

"กว่าจะมาถึงจุดนี้ได้พวกเราเหนื่อยมาก แต่เพราะเป็นคนที่ชอบทางด้านวัฒนธรรม ชอบผ้าอยู่แล้ว ได้อนุรักษ์ผ้าทอเก่า ผ้าโบราณไว้มานาน เพราะกลัวว่าจะสาสูญหายไป ถึงแม้ว่าจะมีอุปสรรคบ้าง อย่างเมื่อก่อนยังไม่มีการตลาด เราก็ต้องอดบ้างอึดบ้าง เราใช้ความอดทนตรงนี้มาก เพราะทางกลุ่มเคยอยู่กับไร่กับนาหมดตลอด ก็ไม่ค่อยอยากออกสังคมเท่าไร พอเราออกงานมากขึ้นก็ดีขึ้น มีตลาดเข้ามามากขึ้น เข้าใจกันมากขึ้นว่าทำอย่างไรจึงจะอยู่ได้ เราสร้างชุมชนให้เข้มแข็ง ให้มีความอบอุ่น แบ่งกันกินแบ่งกันใช้ พวกเราต้องอดทน เพราะนึกถึงภูมิปัญญา ยา ตา ยาย ที่ให้เป็นมรดกไว้" คุณทองลิ กกล่าวทิ้งท้าย

สนใจสั่งซื้อสินค้าผ้าทอ "ผ้าทอลายโบราณ" งานอนุรักษ์ของกลุ่มแม่บ้านผาติดต่อได้ที่ โทร. (056) 539-157 หรือ (089) 270-9683

## เรื่องน่ารู้

ประอรพัชญ์ ศัจฉวัฒนา / รายงาน

เมื่อกล่าวถึง เห็ดหอม เชื่อแน่ว่า สิ่งแรกที่ผู้คนจะคิดถึงคือ อาหารเพื่อสุขภาพที่ราคาแพงหูฉี่ และไฮไลต์ของอาหารที่มีเห็ดหอมเป็นพระเอกนั้น น่าจะอยู่ที่รสชาติของดอกเห็ดหอม ที่ยิ่งใหญ่อิ่งเพิ่มพูนน้ำรับประทานให้อาหารจานนั้น ดังนั้น หากจะกล่าวถึงเห็ดหอมส่วนใหญ่ที่ถูกนำมาใช้จะใช้เฉพาะส่วนดอกเท่านั้น คงไม่ผิดนัก โดยส่วนของก้านก็ถูกตัดทิ้งไปอย่างน่าเสียดาย เพราะนอกจากจะเหนียว แข็ง และยังมีลักษณะไม่สวย ทั้งๆที่ส่วนก้านนี้เองที่เป็นส่วนที่อุดมไปด้วยคุณประโยชน์จากใยอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย

นักศึกษาจากภาควิชาอาหารและโภชนาการ คณะเทคโนโลยีการเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี ได้แก่ คุณอรธิตา แซ่โล้ว คุณรุ่งนภา วิ่งไธสง และ คุณจิรณห์ ดีที่สุด จึงเกิดไอเดียนำก้านเห็ดหอมที่เหลือทิ้งจากห้องอาหาร

# น.ศ. มทร.ธัญบุรี ไอเดียเจ๋ง นำก้านเห็ดหอม ของเหลือทิ้งแปรรูปเป็นน้ำพริกเผาก้านเห็ดหอม อาหารเพื่อสุขภาพ กากใยสูง

หรือภัตตาคารมาแปรรูปเป็นน้ำพริกเผาก้านเห็ดหอม อาหารเพื่อสุขภาพรูปแบบใหม่ที่น้องๆ เผยว่า เป็นอาหารมังสวิรัตที่ผู้รับประทานจะได้รับคุณค่าทางอาหารสูง โดยเฉพาะใยอาหารที่อยู่ในส่วนก้านของเห็ดหอมนั่นเอง

นอกจากนั้น แรงบันดาลใจที่ทำให้เกิดไอเดียเจ๋งนี้ ก็ยังน่าสนใจด้วย โดยคุณอรธิตา เจ้าของไอเดีย เล่าให้ฟังว่า "ครอบครัวของหนู เป็นครอบครัวคนจีนคะ ก็เลยชอบทำอาหารที่มีเห็ดหอมเป็นส่วนประกอบรับประทานกัน และน้ำพริกเห็ดหอมก็เป็นอีกเมนูหนึ่งที่ทำรับประทานกันเป็นประจำ เพราะทำครั้งหนึ่ง ก็เก็บไว้รับ

ประทานได้นาน เมื่อได้มาเรียนในคณะเทคโนโลยีการเกษตรศาสตร์ จึงนำสูตรมาประยุกต์ทำเป็นโครงการขึ้น แต่เปลี่ยนจากดอกเห็ดหอมมาเป็นก้านเห็ดหอม ซึ่งเป็นของที่เหลือทิ้งจากโรงงานแปรรูปอาหารห้องอาหาร หรือภัตตาคาร"

สำหรับวิธีการทำก็ไม่ยาก โดยน้องทั้งสามบอกขั้นตอนการทำคร่าวๆ ว่า "ขั้นแรกให้นำก้านเห็ดหอมที่ได้มาล้างแล้วนำลงทอดตามด้วยพริกชี้ฟ้าแห้ง และพริกขี้หนูสดตามลำดับ ทอดจนมีสีเข้มและส่งกลิ่นหอม จึงตักขึ้นพักไว้สักครู่ แล้วนำส่วนผสมแต่ละอย่างไปปั่นละเอียด จากนั้นโขลกขำตะไคร้ ให้ละเอียด ผัดกับน้ำมันจนหอม

ตามด้วยก้านเห็ดหอมปั่น พริกชี้ฟ้า และพริกขี้หนูสดปั่นตามลำดับ ผัดให้ส่วนผสมทั้งหมดเข้ากัน แล้วปรุงรสด้วยเกลือ น้ำตาลทราย น้ำตาลปี๊บ และน้ำมะขามเปียก ผัดจนส่วนผสมขึ้นเหนียว จึงยกส่วนผสมขึ้น แล้วบรรจุใส่ขวดแก้วที่ปิดสนิทและสะอาด"

สุดท้ายน้องๆ ยังแอบกระซิบมาว่า นอกจากเอาไว้คลุกกับข้าวรับประทานแล้วนำไปทากับขนมปังแผ่นก็อร่อยได้รสขชาติไม่แพ้กัน ซึ่งจากการทดลองนำออกวางจำหน่าย บรรจุขวดละ 115 กรัม ราคากระปุกละ 25 บาท ปรากฏว่าเป็นที่ชื่นชอบของคนรับประทานอาหารมังสวิรัต และอาหารเพื่อสุขภาพมาก

กลุ่มแม่บ้านหรือผู้ใดสนใจอยากทราบรายละเอียดของสูตรน้ำพริกเผาก้านเห็ดหอมเพิ่มเติม สามารถติดต่อสอบถามได้ที่ อาจารย์อุจิตชญา จิตรวิมล อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการ ภาควิชาอาหารและโภชนาการ คณะเทคโนโลยีการเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี หมายเลขโทรศัพท์ (02) 549-3167, (089) 519-2332