

ประเภทภูมิปัญญาด้าน กำกิ้น ของกิ้น การถนอมอาหาร

ชื่อภูมิปัญญา ผักอะหิ อะเหยาะ

บทนำ/ ความเป็นมาของภูมิปัญญา


ผักอะหิ อะเหยาะ เป็นผักที่หาได้ตามขอบรั้ว ริมสวน ของผู้คนพื้นบ้าน พื้นเมือง ที่สามารถนำมา ปรุงจิ้มกับน้ำพริก แกงเท่านั้นแหละ อย่างอื่นไม่สามารถนำมาเรียกเป็นผักอะหิอะเหยาะได้ ผักประเภทนี้มี ความหมาย มาจากอย่างละนิดละหน่อยเท่านั้น เอออันมีผักแคบ (ตำลึง) ผักปิ้ง ผักสลิต ผักก้านถง ผัก แซว ผักห่ม ผักหนอก ผักกาบปลี ผักกาดน้อย ผักหระ ผักเสี้ยว และมะเขื่อน้อยหน่อม (มะเขือเล็ก) ดอกผักปิ้ง ดอกแค อาจจะรวมไปถึงยอดของผักอีสุ่ม ตลอดจนผักมะไห้ ผักมะเหิด มะห้อย และลูกของ บวม หรือมะนอยซ็อง (บวบเหลี่ยม) สามารถนำมาอย่างละนิดละหน่อย นำมารวมกันแกงใส่ปลาร้า ปลา ทู ปลาแห้ง ได้ทั้งนั้น หรือเอามาปรุงกับหม่าน้ำแก้ว (ผักทอง) เป็นผักกับน้ำพริกต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี และเอร็ดอร่อย และมีประโยชน์ต่อคุณค่าทางอาหาร นับเป็นของกินพื้นบ้าน ที่หาได้เองตามริมรั้วกลาง สวนผัก สวนยา ติ๊ด ดอน ริมแม่น้ำ

นับเป็นภูมิปัญญาปัญญาในด้านการหากินแบบพื้นบ้าน พื้นเมืองที่มีมาตั้งแต่สมัยปู่ย่าตายาย จนถึง ปัจจุบันนี้

แหล่งข้อมูล

นายญาณ สองเมืองแก่น อายุ 39 ปี

บ้านเลขที่ 184 หมู่ 4 ตำบลกลางเวียง อำเภอเวียงสา จังหวัดน่าน 55110

 054 – 781105