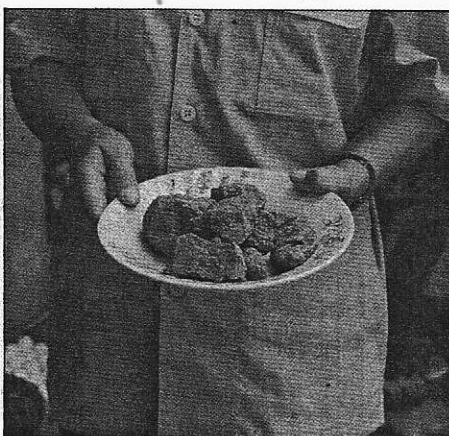




ป้าสมบุญและสมาชิกกลุ่มต่างก็ต้องช่วยกันทำ



ที่เห็นนี่คือ ดินปลวก

ทดลองนึกเล่น ๆ ใหม่ว่า “ไข่” ผลิตภัณฑ์จากธรรมชาติที่มนุษย์ชอบบริโภค นักหนา นำมาแปรเปลี่ยนให้อยู่ในรูปของอาหารได้ก็ประเภท อะไรบ้าง ไข่ที่ว่าก็ทั้งจากเป็ด ไก่ และนก แล้วแต่วัตถุประสงค์ว่าเราต้องการกินอะไร ถ้าเป็นไข่เป็ดและไข่ไก่ ก็สามารถทำอาหารได้ทั้งคาวและหวาน อาหารหวานหรือขนมของไทย เช่น พวงทองหยิบ ทองหยอด ผ้อยทอง เม็ดขนุน สังขยา ก็จะใช้ไข่เป็ด แต่ถ้าเป็นตะวันตก จะหน่อยจะใช้ไข่ไก่ ไม่ว่าจะเป็น ขนมปัง เค้ก คุกกี้ และพาย หรือกระทั่งไอศกรีม

หากใครได้เคยไปงานบุญตามชนบทหรือท้องถิ่นที่ยังนิยมรวมแรงกำลังและพลังสมองในการประดิษฐ์ประดิษฐ์ทำขนมใน “วันสุกดิบ” ชาวบ้านที่ค่อนข้างมีฐานะสักหน่อยก็ทำขนมไทย อย่างที่บอกข้างต้น โดบจะวัด

ป้าสมบุญ ถ่ายทรัพย์สิน นกกลุ่มเกษตรกรแม่บ้านโคกศิลา



ฐานะกันก็ตรงที่ ทำ “เครื่องไข่” ก็ฟอง ซึ่งมักจะฟุดกันเป็นร้อยเป็นพัน และงานไหนงานนั้น ถ้ามีทองหยิบ ผ้อยทองแล้วต้องมีสังขยาแน่นอน ที่เป็นเช่นนี้ก็เพราะทองหยิบ ผ้อยทอง ต้องใช้ไข่แดงล้วน และทองหยอดก็ใช้ไข่แดงผสมแป้ง ส่วนไข่ขาวที่เหลือก็นำมาทำสังขยาได้ โดยไม่เสียหลาย

ช่วยบำรุงสมองให้ฉลาดขึ้นได้ (อันนี้ไม่พูดรวมถึงพันธุกรรม)และหญิงมีครรภ์ การบริโภคไข่ก็จะมีผลให้ลูกในท้องมีสุขภาพสมบูรณ์ อีกทั้งบำรุงกระดูกและฟัน คุณค่าอาหารของ

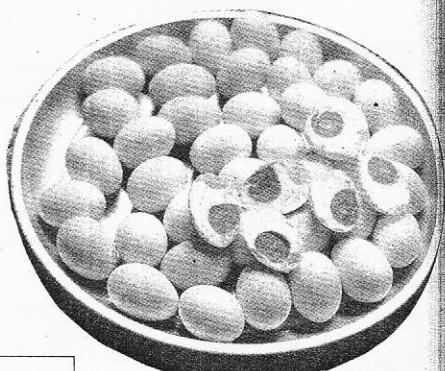
อร่อยไม่แพ้อาหารชนิดอื่น ส่วนทำอะไรได้บ้างนั้น ผู้อ่านคงทราบดี

ข้อได้เปรียบอย่างหนึ่งของบ้านเรา คือสามารถทำการเกษตรผลิตอาหารเลี้ยงคนในประเทศและนอกประเทศมาพักนี้ค่อนข้างดีแล้ว ฉะนั้นเราควรภูมิใจได้ว่า ไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้น หากเรายังมีที่ดินและแหล่งน้ำที่อุดมสมบูรณ์ เราจะไม่มีความขาดแคลนอาหารเด็ดขาด แต่ถ้าแหล่งทรัพยากรเหล่านั้นถูกทำลายลงมาก ก็ไม่มีใครที่สามารถจะยืนยันได้ ที่พูดถึงครั้งนี้ กำลังจะชี้ให้เห็นว่า ไข่ก็เป็นอาหารอีกชนิดหนึ่งที่ประเทศเราผลิตให้กินกันทั้งปี และขออีกทีว่า ไข่เป็นอาหารที่พิเศษสุดที่หาได้ง่าย และราคาถูกจริง ๆ โดยเทียบคุณค่าทางอาหารกับชนิดอื่น

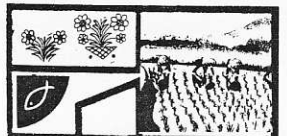
● ไข่เค็ม รูปแบบหนึ่งของการถนอมอาหาร

นอกจากไข่สดจะถูกนำมาแปรรูปเป็นอาหารมากมายแล้ว ส่วนที่เหลือจากการบริโภค ซึ่งเกรงว่าจะไม่สดจริง คนไทยก็ช่างสรรหา

# ไข่เค็มดินปลวก ของอร่อยจาก ปักธงชัย



ไข่เค็มต้มสุก เป็นอาหารได้แล้ว



## อาชีพเสริม

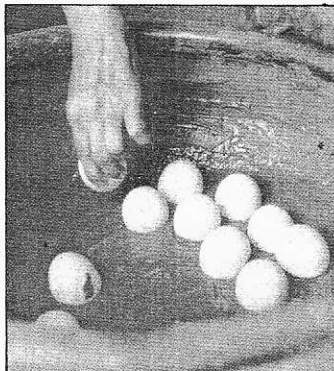
เคยเขียนไปหลายครั้งเกี่ยวกับขนมไทยว่า ชาวบ้านแต่ก่อนมีแค่แป้ง มะพร้าว น้ำตาล ไข่ ก็ทำงานกันไม่หวาดไม่ไหวแล้ว ให้นึกวันนี้่อทั้งวันก็ไม่หมด

● ไข่ อาหารรสชาติเยี่ยมเยี่ยมด้วยคุณค่า

ไข่อุดมถึงทางการแพทย์ว่าเป็นอาหารราคาถูก ไขมันยอดเยี่ยมด้วยคุณค่าทางโภชนาการทั้งวิตามินและเกลือแร่ เด็กและหญิงมีครรภ์คือเป้าหมายหลัก ที่ควรบริโภค “ไข่” เป็นพิเศษ เชื่อว่า (ซึ่งไม่ใช่ความเชื่อ แต่เป็นเรื่องจริง) ถ้าเด็กได้กินไข่มาก ไข่จะ

### เสาลักษณ์

นำไข่ลงพอกด้วยดินผสมเกลือ



ไข่อุดมในส่วนที่เรียกว่า ไข่แดง ซึ่งเป็นแหล่งรวมของวิตามินและเกลือแร่มากมาย หากใครไม่กินไข่แดงก็น่าเสียดายอยู่ไม่น้อย ฟุดถึงอาหารหวานจากไข่ไปเยอะ อาหารคาวก็มีได้น้อยหน้า หน้าซำยังปรุงด้วยรูปแบบต่าง ๆ กรรมวิธีก็ง่ายสะดวก รวดเร็ว



ใส่ถุงพลาสติกรักษาความชื้น

วิธีถนอมไข่ให้อยู่ได้นานขึ้น รูปแบบหนึ่งก็นิยมกันสุด ๆ ก็คือ “ไข่เค็ม” ไข่เค็มที่ขึ้นชื่อมากเห็นจะเป็นที่ไชยาจ

นายสุรธานี แต่เดิมนี้นิยามว่าที่ไหนก็ทำได้... แต่จะดีหรือไม่ต้องขึ้นกับคุณภาพที่...

● ทำไม่ต้องใช้ดินปลวก

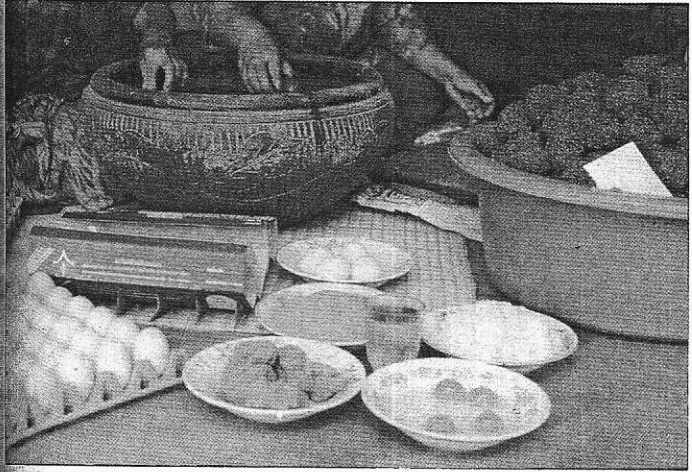
บางคนอาจสงสัยว่าทำไมต้องเป็นดินปลวก... ดินเหนียวไม่ได้หรือและดินปลวกหาได้จาก...

“สำหรับดินปลวกที่ใช้เนื่องจากเป็นดิน... ที่สะอาด มีความเหนียวพอที่จะเกาะไขได้...

ดินปลวกที่นำมาใช้หาได้จากห้องใต้... นาและตามสวน ที่มีจอมปลวกขึ้นอยู่ทั่วไป...

ไม่ต้องแปลกใจเลย หากบ้านใครจะพ... มาแล้วเพราะเจ้าแมลงตัวเล็ก ๆ ที่มีชื่อเก๋ไก๋

ที่ปทุมธานี จ.นครราชสีมา โดยกลุ่มแม่บ้าน... กลุ่มเกษตรกรหมู่บ้านโคกศิลาป่า...



ช่วยกันทำส่งขาย จนกระทั่งตั้งเป็น... กลุ่มเมื่อปี 2531 มีเงินทุนหมุนเวียนของกลุ่ม...

ที่ยุพวัลย์ ชมชื่นดี เจ้าหน้าที่เคหะกิจ... งานเกษตรอำเภอปทุมธานี เป็นผู้ปรับปรุง...

ส่วนผสมในการทำ

ว่า “ปลวก” เหตุที่ขุดรังปลวกแล้ว มันจะ... สร้างขึ้นมาใหม่ได้อย่างรวดเร็ว ก็เพราะนาง...

● ทุกขั้นตอน ความสะอาด... และคุณภาพต้องมาก่อน...

ของที่ยุพวัลย์ ไข่เค็มที่นี้จะคัดคุณภาพเนื้อ ๆ... เลขที่เดียว ก็จะต้องเป็นไข่ที่สดใหม่ หาก...

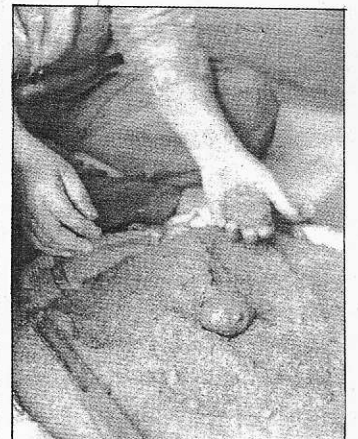
เกลือที่ใช้ก็ควรเป็นเกลือทะเลเป็นเกลือ... เม็ดนำมาบด ซึ่งจะมีความเค็มมากกว่าเกลือ...

● ไข่เปิดบ้านคุณภาพดี แต่หายาก

ปริมาณการผลิตไข่เค็มดินปลวกของกลุ่ม... แม่บ้านแห่งนี้ได้วันละเกือบ 500 ฟอง...

ไม่ตกลง เพราะไม่แน่ใจว่าจะมีวัตถุดิบ... พอหรือไม่ เพราะไม่ต้องการซื้อไข่จากฟาร์ม...

พอกแล้ว นำมาคลุก... ด้วยแกลบเผาอีกชั้นหนึ่ง



ขนส่งก็ค่อนข้างลำบาก... การดำเนินงานของกลุ่มแม่บ้านแห่งนี้...

● ช่วยกันทำ ช่วยกันขาย ขายมากได้

เปอร์เซ็นต์ต่างหาก... แม้ค้ำที่ขายหน้าร้านก็ถือ สมาชิกในกลุ่ม...

หากใครผ่านไปแถวปทุมธานีก็ลองแวะ... กลุ่มเกษตรกรหมู่บ้านโคกศิลาตามที่อยู่ข้าง...

