

ຄວາມຮູ້ພູມປັນຍາທ້ອງຖິ່ນ

ການປູກມັນເຟົາ

(ສະບັບທົດລອງ)

ຊຸດອົບຮົມຄັ້ງວັນທີ 19-22/06/2007

ຂໍ້ມູນຈາກ: ບ້ານ ທ່ານາ ເມືອງ ໄຊຍະບູລີ

2007

ເຫດຜົນຂອງການຂຽນຫົວຂໍ້ນີ້:

ຍ້ອນວ່າຢາກໃຫ້ຄົນຮຸ່ນຫຼັງຮູ້ຈັກອະນຸລັກ ແລະ ສືບທອດ
ການປູກມັນເພາະວ່າເປັນລາຍໄດ້ເສີມໃນຄອບຄົວຂອງເຮົາອີກ
ດ້ວຍ

ເພງ: ມັນເພົາ

ມັນເພົາເຮົານີ້	ມີມາແຕ່ນານ
ໃຜກິນກໍຫວານ	ສໍາລານຢູ່ໃນດວງໃຈ
ຍິງຊາຍນ້ອຍໃຫຍ່	ໃຜກິນກໍຫວານຊື່ນໃຈ
ເຫຼືອກິນກໍຂາຍ	ມີຫຼາຍມັນເພົາບ້ານເຮົາ (ຊ້າ)

ຄວາມຮູ້ພູມປັນຍາທ້ອງຖິ່ນ

ການປູກມັນເພົາ

ຮີບໂຮມ ແລະຈັດໜ້າໂດຍ: ນາງ ກອງມະນີ ຄໍາຜາຍ

ຜູ້ແຕ້ມ:

ຜູ້ຮຽບຮຽງ:

ເຈົ້າຂອງ: ພະແນກສຶກສາແຂວງໄຊຍະບູລີ ແລະ

ສູນອົບຮົມຮ່ວມພັດທະນາ



ຄຳນຳ

ປຶ້ມພູມປັນຍາທ້ອງຖິ່ນເຫຼັ້ມນີ້ໄດ້ມາຈາກການຂຽນຂອງຄູເຝິກ
ຊຸມຊົນ. ຂຽນຂຶ້ນພາຍໃຕ້ຊຸດອົບຮົມຄັ້ງວັນທີ 19-22/06/2007 ກ່ຽວ
ກັບຄວາມຮູ້ພູມປັນຍາ, ຈັດໂດຍຫ້ອງການ ຄ.ຕ.ສ ແລະ ສ.ຮ.ພ
ອຸປະຖຳໂດຍ: PCF

ປຶ້ມເຫຼັ້ມນີ້ໄດ້ບັນຈຸເອົາເນື້ອໃນເວົ້າເຖິງ” ການປູກມັນເຟົາ ”
ໂດຍມີຫຼາຍກົດຈະກຳທີ່ເປັນການທົດລອງເອົາຄວາມຮູ້ທ້ອງຖິ່ນເຂົ້າໄປ
ນຳໃຊ້ໃນການຮຽນການສອນທີ່ເໝາະສົມ

ພວກຂ້າພະເຈົ້າຄິດວ່າ ຍັງມີຫຼາຍບັນຫາຍັງບໍ່ທັນພຽງພໍ ແລະ
ຂາດຕົກບົກຜ່ອງປະການໃດຫ້ວງວ່າຈະໄດ້ຮັບຄຳຕຳນິຕິຊົມຈາກທຸກໆ
ທ່ານ, ພວກເຮົາພ້ອມແລ້ວທີ່ຈະປັບປຸງຕາມຄວາມເໝາະສົມ

ກາບ: ມັນເຟົາ

ຫົວມັນເຟົາ	ບ້ານຂ້ອຍຫົວໃຫຍ່
ເພິ່ນໄດ້ໃສ່	ຕາມດອນແຄມນາ
ສືບທອດມາ	ຕັ້ງແຕ່ເຊັ່ນປູ່
ສອນໃຫ້ຮູ້	ຈົນຮອດເຊັ່ນຫຼານ
ຫົວມັນຫວານ	ກິນແຊບແທ້ໆ
ບໍ່ຄັກແນ່	ໃຫ້ເຊີນມາຍາມ
ກ່າວລືນາມ	ມັນເຟົາບ້ານຂ້ອຍ
ຫວານຈ້ອຍໆ	ຫົວໃຫຍ່ແຊບດີ

ເຊິ່ງ: ຫົວມັນເຟົາ

ໂຮ.....ຮິວ...

ມາພວກເຮົາມາ	ມາສ້າງມາສາ
ມາພັດທະນາ	ປູກມັນຫົວໃຫຍ່
ເພື່ອເອົາໃຈໃສ່	ເຮັດແທ້ທຳຈິງ
ເຮັດເປັນບ່ອນອີງ	ອາຊີບເສີມໄດ້
ຊ່ວຍປະກອບໃຫ້	ກຸ້ມຢູ່ກຸ້ມກິນ
ເຫຼືອຈາກການກິນ	ສົ່ງເປັນສິນຄ້າ
ພໍ່ລູງແມ່ປ້າ	ຈົ່ງຈື່ຈຳເດີ

ຄະນະຈັດທຳ

- ເມື່ອເຮົາກິນມັນເຟົາມັນຈະມີລົດຊາດຫວານ, ມັນ, ກອບ ມີນ້ຳຫຼາຍ ສົມຄວນຄ້າຍຄືກັບເນື້ອຂອງໝາກຈອງ ແລະໝາກສາລີ້

ການກິນມັນເຟົາຢ່າງຖືກວິທີ

- ເອົາຫົວມັນເຟົາໄປລ້າງນ້ຳໃຫ້ສະອາດແລ້ວປອກເປືອກອອກສາມາດ ກິນໄດ້ເລີຍ ຖ້າຈະໃຫ້ໄດ້ລົດຊາດດີຄວນຝານມັນເຟົາແຊ່ໃນນ້ຳ ກ້ອນຫລືໄວ້ໃນຕູ້ ເຢັນປະມານ 5-10 ນາທີພວກເຮົາຈະໄດ້ກິນມັນ ເຟົາທີ່ມີລົດຊາດຫວານ, ມັນ, ກອບ ການຄັດເລືອກແນວຂອງມັນເຟົາ
 - ມັນເຟົາເປັນພືດທີ່ປູກດ້ວຍແກ່ນ, ເວລາກ່ອນນຳໄປປູກພວກເຮົາ ຕ້ອງຄັດເລືອກແກ່ນມັນເຟົາທີ່ມີລັກສະນະດຶງ, ສົມບູນ ແລະແກ່ແດ່, ບໍ່ຄວນນຳເອົາແກ່ນມັນເຟົາທີ່ມີລັກສະນະແກ່ນແມງ, ບໍ່ສົມບູນ ແລະ ອ່ອນເພາະວ່າຈະເຮັດໃຫ້ບໍ່ອອກໝໍ້ ຫລືຖ້າອອກໝໍ້ກໍບໍ່ສົມບູນ

ຄຸນປະໂຫຍດ

- ມັນເຟົານີ້ເປັນທາດແບ້ງຊະນິດໜຶ່ງເຊິ່ງເປັນອາຫານ, ສາມາດກິນ ເປັນອາຫານຕາງໝາກໄມ້ຫລືນຳໃຊ້ເຂົ້າໃນການປຸງແຕ່ງອາຫານໄດ້ ເຊັ່ນ: ຍຳສະລັດ...
- ມັນເຟົາມີທາດບຳລຸງຫລາຍຊະນິດທີ່ມີປະໂຫຍດຕໍ່ຮ່າງກາຍ
- ຖ້າພວກເຮົາປູກເປັນຈຳນວນຫລາຍສາມາດເປັນສິນຄ້າສົ່ງຂາຍສ້າງ ລາຍຮັບໃຫ້ແກ່ພວກເຮົາ

ຄວາມເປັນມາ

ປະຊາຊົນລາວເຮົາຕັ້ງແຕ່ໃດມາເປັນຄົນດູໝັ່ນຂະຫຍັນພຽນ. ໃນການອອກແຮງງານ ນອກຈາກການປູກເຂົ້າແລ້ວຊາວບ້ານເຮົາຍັງ ໄດ້ປູກພືດສຳຮອງຊະນິດອື່ນອີກເຊິ່ງການປູກມັນເຟົາເປັນການປູກຝັງ ໜຶ່ງທີ່ຊາວບ້ານເຮົາມັກປູກຫຼາຍຈົນກາຍເປັນສິນຄ້າຕາມທ້ອງຕະຫຼາດ ເມືອງ ໄຊຍະບູລີ

ອຸປະກອນ

1. ແກ່ນມັນເຟົາ



2. ຈີກ

3. ພ້າ

3. ຈາກນັ້ນ 3-4 ເດືອນ ກໍສາມາດເກັບກູ້ໄດ້

ລັກສະນະຂອງຕົ້ນມັນເຟົາ

- ມັນເຟົາເປັນພືດທີ່ມີລັກສະນະເປັນເຄືອ, ມີໃບເປັນລັກສະນະຈ້ວຍ
ປາຍມີສີຂຽວ, ສ່ວນຮາກຂອງມັນເຟົາມີລັກສະນະເປັນຫົວໃຫຍ່ບາງ
ຫົວກໍມີລັກສະນະຍາວ, ບາງຫົວມີລັກສະນະມົນ ແລະຈວຍປາຍເຊິ່ງ
ເພິ່ນເອີ້ນວ່າ: ມັນເຟົາ

ລັກສະນະຂອງມັນເຟົາ

- ມັນເຟົາມີລັກສະນະເປັນຫົວທີ່ຢູ່ໃນດິນ ບາງຫົວໃຫຍ່ມົນ, ຍາວ
ແລະມີລັກສະນະຕ່າງແຕກຕ່າງກັນໄປ. ມັນເຟົາມີເປືອກເປັນສີຂາວ
ມົນເນື້ອຂອງມັນເຟົາເປັນສີຂາວ

ລົດຊາດຂອງມັນເຟົາ

ໄລຍະການຈະເລີນເຕີບໂຕ

1. ປະມານ 1 ອາທິດແກ່ນມັນກໍຈະແຕກອອກເປັນຈາວ ຫຼັງຈາກນັ້ນ
ກໍເລີ່ມເປັນເຄືອຍາວອອກ

2. 2 ເດືອນຕໍ່ມາກໍອອກດອກ ແລະ ເປັນຫົວນ້ອຍ

4. ຊວ້ານ

5. ຄາດເກາະຂີ້ເຫຍື້ອ



ຂັ້ນຕອນການປູກ

ການກຽມດິນ ແລະເຮັດໜານ

1. ຊຸດໜານຂະໜາດ 4x6 ແມັດ ກິນດິນໃຫ້ມຸ່ນແດ່ໜ້ອຍໜຶ່ງພູນດິນຂຶ້ນໃຫ້ສູງ

2. ຫຼັງຈາກນັ້ນເອົາກຳເອົາຄາດເກາະຂີ້ເຫຍື້ອພ້ອມທັງແປງດິນໃຫ້ພຽງ

ການປູກ

1. ເອົາແກ່ນແນວພັນມາປູກໃສ່ໜານ ໂດຍເອົາແກ່ນມັນເພົາປັກລົງໃສ່ດິນລົງປະມານ 1 ຊັງຕີແມັດ

2. ຈາກນັ້ນກໍຕັດເອົາກົກໄມ້ຂີ້ຫຼໍ່ມາເປັນຟົດໄມ້ປົກໃສ່ໜານ (ປົກບໍ່ໃຫ້ໜາ ຫຼື ບາງເກີນໄປ)