

คุณค่าทางโภชนาการ

ปลาร้า เป็นอาหารที่มีรสจากปลาที่มีคุณค่าทางโภชนาการค่อนข้างสูง โดยจะได้รับโปรตีน วิตามิน และเกลือแร่



วิธีเก็บรักษาปลาร้า

- เก็บนาน 1-3 วัน เก็บในช่องธรรมดา
- เก็บนาน 3-4 สัปดาห์ เก็บในตู้เย็น อุณหภูมิ 8-10 องศาเซลเซียส
- เก็บนาน 3 เดือน เก็บอุณหภูมิ -18 องศาเซลเซียส

กลุ่มปลาร้ามีโอท็อป ตำบลเหน็ด



แหล่งเรียนรู้ : กลุ่มปลาร้ามีโอท็อป ตำบลเหน็ด
บ้านเหน็ด หมู่ที่ 1 อ.โกสุมพิสัย จ.มหาสารคาม
โทร. 080-7561878
สนับสนุนแหล่งเรียนรู้โดย : สสส. ร่วมกับ อบต.เหน็ด



กลุ่มปลาร้ามีโอท็อป ตำบลเหน็ด



ปลาร้า หมายถึง ผลิตภัณฑ์ที่ทำจากปลาที่ผ่านกรรมวิธีการหมักด้วยเกลือ ข้าวคั่วบ หรือข้าว/เนื้อมัน และกระเทียม จนมีรสเปรี้ยวจากทำจากปลาทั้งตัว หรือเฉพาะเนื้อปลาก็ได้

**โครงการสนับสนุนหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียงตำบลเหน็ด
(ฝึกอบรมการเพาะเห็ดฟางในตะกร้า)**



**องค์การบริหารส่วนตำบลเหน็ด
อำเภอโกสุมพิสัย จังหวัดมหาสารคาม**

พระราชดำรัส

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

“การกู้เงิน เงินมันต้องให้ให้เกิดประโยชน์
มิใช่กู้สำหรับไปเล่น ไปทำอะไรที่ไม่เกิดประโยชน์
ถ้ากู้เงินแล้วทำให้เกิดรายได้ ก็เท่ากับใช้หนี้ได้
ไม่ต้องคิดหนี้ ไม่ต้องเดือดร้อน
ไม่ต้องเสียเกียรติ

ระเบียบข้อบังคับ

**กลุ่มแปรรูปอาหารจากปลา ตำบลแห่ใต้
อำเภอโกสุมพิสัย จังหวัดมหาสารคาม**

ชื่อ – สถานที่ตั้งของกลุ่ม

กลุ่มนี้ให้ตั้งชื่อว่า “กลุ่มแปรรูปอาหารจากปลาตำบลแห่ใต้ ที่ทำการของกลุ่มตั้งอยู่ที่อาคาร
องค์การบริหารส่วนตำบลแห่ใต้ หมู่ที่ 1 บ้านแห่ใต้ ตำบลแห่ใต้ อำเภอโกสุมพิสัย จังหวัด
มหาสารคาม เริ่มก่อตั้งเมื่อวันที่ 5 มีนาคม 2557

วัตถุประสงค์ของกลุ่มแปรรูปอาหารจากปลา

1. สร้างงานสร้างรายได้ให้กับชุมชน
2. แก้ไขปัญหาการว่างงาน
3. นำวัตถุดิบในชุมชนมาแปรรูปอาหารได้มากขึ้น
4. ส่งเสริมให้เศรษฐกิจในชุมชนมีการขยายเพิ่มขึ้น