

น้ำผลไม้เพื่อสุขภาพ

“กินน้ำผลไม้แล้วสุขภาพแข็งแรง อายุยืนเป็น 100 ปี”

Healthy fruit juice
“Eat fruit juice and stay healthy for 100 years”



เชมบีป้อน นางอนงค์ศรี พะวงศ์
เบอร์โทรศัพท์ 084 400 8390
ที่อยู่ 66 หมู่ที่ 6 ตำบลฉวาง
อำเภอเมืองนครพนม
จังหวัดนครพนม

Champion Mrs. Anongsri
Phawong

Telephone 084 400 8390

Address 66 Moo 6, Dong
Kwang Subdistrict, Mueang
Nakhon Phanom District,
Nakhon Phanom Province



ช่วงชิงแชมป์



วันเวลาเปิดทำการ	Opening Hours
ทุกวัน *แนะนำช่วงเดือนมกราคม	Daily * During January is recommended.
ค่าบริการสำหรับทำกิจกรรม	Activity Fee
50 บาทต่อท่าน	50 Baht per person
จำนวนการรองรับ	Activity support capacity
10 ท่าน	10 persons

ประวัติความเป็นมาของกิจกรรม

การทำน้ำผลไม้เพื่อสุขภาพเริ่มต้นมาตั้งแต่ปี พ.ศ.2561 จากหน่วยงานที่เข้ามาช่วยอบรมให้ความรู้เรื่องการทำน้ำผลไม้ น้ำสมุนไพรชนิดต่างๆ จากนั้นนำความรู้ที่ได้มาปรับปรุงเป็นสูตรของตนเอง จึงเป็นที่มาของน้ำข้าวโพดน้ำผลไม้เพื่อสุขภาพ ที่สามารถดื่มได้ทุกที่ ทุกเวลา

Background of the activity

The making of fruit juice for health was started from the year 2018 when the governmental agency came to help training and educate about the making of juice, various kinds of herbal water to villagers. Then the champion applied the knowledge gained to be developed as her own formula. Therefore it comes corn water juice for health, the juice that perfect for drinking anywhere, anytime.

วัสดุอุปกรณ์ สำหรับการทำกิจกรรม Materials / equipment for activities

- ข้าวโพด
- น้ำต้มข้าวโพด
- น้ำตาล
- เกลือ

- Corn
- Corn boiled water
- Sugar
- Salt



วิธีการ

- นำข้าวโพดต้มสุกผสมกับน้ำข้าวโพดใส่เครื่องปั่น จากนั้นปั่นให้ละเอียดจนเป็นเนื้อเดียวกัน
- กรองกากข้าวโพดในกระชอนด้วยไม้พาย
- ตั้งไฟ ใส่ น้ำตาล นำน้ำข้าวโพดที่กรองเรียบร้อยแล้วเคี่ยวต่อไปอีก 10 นาที
- พักไว้ให้เย็น นำใส่ขวดหรือภาชนะที่ต้องการแช่ในตู้เย็น ดื่มได้ทันที

How to

- Mix boiled corn with corn water into a blender. Then blend thoroughly until it becomes homogeneous.
- Filter the corn residue in a colander with a spatula.
- Heat up the pot, add sugar, further simmer filtered corn juice for 10 minutes.
- Leave it to cool, fill into bottles or containers needed to be soaked in the refrigerator for immediate drinking.

โปรแกรมท่องเที่ยว เวลากิจกรรม Travel Program time Activities

- 9.00 น.** กล่าวต้อนรับนักท่องเที่ยว พร้อมอธิบายสรรพคุณและขั้นตอนการทำน้ำข้าวโพด
- 9.10 น.** นักท่องเที่ยวลงมือทำน้ำข้าวโพด ตามขั้นตอนและคำแนะนำจากปราชญ์ชาวบ้าน
- 9.30 น.** นักท่องเที่ยวได้นำข้าวโพดกลับไปเป็นของฝาก

9.00 hrs Welcoming tourists with explanations of properties and procedures in making corn juice.

9.10 hrs Tourists practice making corn juice by following the steps and advice from the villager philosopher.

9.30 hrs Tourists bring corn juice back home as souvenirs.

*หมายเหตุ: เวลาการทำกิจกรรมสามารถปรับเปลี่ยนได้

