**สรุปตำรับอาหารเป็นยาสมุนไพรจากการลงพื้นที่เก็บข้อมูล ต.คลองแดน อ.ระโนด จ.สงขลา**

1. แกงส้มผักบุ้งแดง สรรพคุณ ดับพิษ
2. ตำกระท้อนบ้าน สรรพคุณ ช่วยเจริญอาหาร
3. แกงเลียงยอดคัดเค้า สรรพคุณ บำรุงเลือด
4. แกงเลียงผักหวานใส่ไข่มดแดง สรรพคุณ บำรุงร่างกาย
5. ยำใบบัวบก สรรพคุณ ขับลม