

ศักยภาพภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารพื้นบ้านของชุมชนแพรทนามแดง อำเภออัมพวา จังหวัดสมุทรสงคราม

พจนีย์ บุญญา^{1*} ทรงสิริ วิชิรานนท์² และ เปรมระพี อูยามาวีร์หิรัญ³

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาประเภทของอาหารพื้นบ้านชุมชนแพรทนามแดง 2) ศึกษาศักยภาพภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารพื้นบ้านชุมชนแพรทนามแดงด้านแหล่งวัตถุดิบ กระบวนการผลิต ศักยภาพการผลิตในเชิงพาณิชย์ การถ่ายทอดภูมิปัญญา และ 3) ศึกษาองค์ความรู้เกี่ยวกับส่วนประกอบของอาหาร วิธีการทำอาหารพื้นบ้านชุมชนแพรทนามแดง การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ เก็บรวบรวมข้อมูลโดย การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก ผู้ให้ข้อมูล คือ ผู้ที่มีความชำนาญด้านอาหารพื้นบ้านตำบลแพรทนามแดง จำนวน 12 คน โดยเลือกหมู่บ้านละ 2 คน ใช้การเลือกแบบเฉพาะเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล ประกอบด้วย แบบสัมภาษณ์ เทปบันทึกเสียง และกล้องถ่ายรูป วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์เนื้อหา ผลการศึกษา พบว่า 1. ประเภทอาหารพื้นบ้านชุมชนแพรทนามแดง มีจำนวน 132 ชนิด แบ่งออกเป็น 3 ประเภท ได้แก่ ประเภทอาหารคาว ประเภทอาหารหวาน ประเภทอาหารถนอมและแปรรูป 2. ศักยภาพภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารพื้นบ้านชุมชนแพรทนามแดง ด้านแหล่งวัตถุดิบ พบว่า ทุกประเภทมีศักยภาพในระดับสูง ซึ่งวัตถุดิบสามารถหาได้ในท้องถิ่น โดยด้านกระบวนการผลิต พบว่า อาหารประเภทอาหารถนอมและแปรรูป มีกระบวนการผลิตในระดับสูง ซึ่งมีกระบวนการผลิตเพียง 1-2 ขั้นตอน ด้านศักยภาพการผลิตในเชิงพาณิชย์ประเภทที่มีศักยภาพในระดับสูง คือ ประเภทอาหารถนอมและแปรรูปอาหาร ซึ่งมีการผลิตเพื่อจำหน่ายในท้องถิ่น และด้านการถ่ายทอดภูมิปัญญา พบว่า ทุกประเภทมีการถ่ายทอดภูมิปัญญาในระดับปานกลาง ซึ่งมีการสอนการประกอบอาหารพื้นบ้านให้ลูกหลานและคนในครอบครัวดูเป็นบางครั้ง 3. องค์ความรู้เกี่ยวกับส่วนประกอบของอาหาร วิธีการทำอาหารพื้นบ้าน โดยส่วนประกอบในการทำอาหารคาวส่วนใหญ่จะหาได้จากท้องถิ่น เนื้อสัตว์ที่ใช้ เช่น ปลาหมอบไทย ปลาหมอบเทศ ปลากระบอก ปลาดุกทะเล ปลากะพง ปลาทุ กุ้งกุลากุ้งแชบ๊วย ปูทะเล เป็นต้น ส่วนประกอบที่เป็นผัก เช่น ผักปลัง ชะคราม ผักเบี้ย ยอดหนามพุดต เป็นต้น อาหารหวานส่วนใหญ่จะใช้กะทิ น้ำตาลปีบ น้ำตาลทราย อาหารถนอมและแปรรูปอาหารจะใช้วัตถุดิบที่หาได้ เช่น ปลา กุ้ง และไข่เกลือเป็นส่วนประกอบในการถนอมอาหาร เช่น การทำแห้ง การถนอมโดยใช้เกลือ เป็นต้น นอกจากนี้ วิธีการทำอาหารพื้นบ้านชุมชนแพรทนามแดงส่วนใหญ่จะทำอาหารคาวประเภทแกงโดยนำผักพื้นบ้านที่มีอยู่ในท้องถิ่นมาใช้ในการทำอาหาร เช่น แกงส้มผักโขมหิน แกงส้มชะคราม แกงส้มผักปลัง แกงส้มดอกโสน แกงเสียง ผักโขมหิน แกงอ่อมยอดหนามพุดต น้ำพริกแกงที่นำมาใช้จะเป็นน้ำพริกแกงสำเร็จ ไม่ได้โขลกน้ำพริกแกงเองเหมือนในอดีตเพื่อความสะดวกในการทำ ผักที่นำมาใช้ในแกงถ้าผักชนิดใดมีรสขม เค็ม หรือเผ็ดต้องนำมาต้มก่อน อาหารหวานส่วนใหญ่จะเป็นประเภทต้ม เช่น ขนมต้ม กลิ้วยบวชชี บวดฟักทอง ข้าวเหนียวเปียกมะพร้าวอ่อน สาकुเปียกมะพร้าวอ่อน มีวิธีการทำที่ง่ายไม่ยุ่งยาก อาหารประเภทถนอมและแปรรูปที่นิยม คือ ปลาตากแห้ง ปลาแดดเดียว

คำสำคัญ: ภูมิปัญญาท้องถิ่น อาหารพื้นบ้าน ชุมชนแพรทนามแดง

¹ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

³ อาจารย์ คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

* ผู้ประสานงานหลัก : photchaneeb.rm.utp.ac.th

Potential of Local Wisdom and Traditional Food Crops of Praknamdaeng Community, Amphawa, Samutsongkhram

Photchanee Bunna^{1*} Songsiri Wichiranon² and Premraphi Ooaymaweerahirun³

Abstract

The purposes of this research were to investigate the types of local foods of Praknamdaeng Community, The potential of local wisdom of the community's traditional foods in the aspect of raw material resources, production process, commercial production, wisdom transfer in Praknamdaeng Community and Study knowledge of food ingredients, method traditional food in Praknamdaeng Community. This research design was survey research conducted by in-depth interviews with 12 local food experts who have lived in six villages of Praknamdaeng Community. Two people per village were purposively selected. The research tools were interview forms, a tape recorder and a camera. The data were analyzed by mean, percentage and rating scales. The study revealed that 1. There are 132 types of local foods were found and classified into three groups, namely main dish, dessert as well as preserved and processed foods. 2. As for the potential in raw material resources, two types of traditional foods were at a high level and in the aspect of the potential in production process, all kinds of the foods were also at a high level, preserved and processed foods. From the result of wisdom transfer, all types of the foods were at a moderate level 3. As a result of the collection of the knowledge of food ingredients and cooking methods, the commonly used meat to cook main dishes were found in the local areas and Meats such as Thai fish, tilapia, mullet, sea catfish, snapper, mackerel, shrimp, shrimp, shrimp, crab, sea crab, etc. Vegetables such as vegetables, vegetables, sprout, etc. Most sweeteners use coconut milk, coconut sugar and sugar. Food preservation and food processing will use raw materials such as fish, shrimp and use salt as an ingredient in preserving, such as drying, preserving by using salt, etc. In addition, the traditional cooking methods of the local in Praknamdaeng Community, most of the red curry dishes are made from curry with local vegetables are used in the local cooking such as hot and sour soup with phak kom hin (*Trianthema portulacastrum*), hot and sour soup with cha-kram (seablite), hot and sour soup with phak plang (*Bacella alba* Linn.), hot and sour soup with sano (*Sesbania javanica* Mig.) flower, kaeng liang (spicy herb soup) with phak kom hin (*Trianthema portulacastrum*), kaeng oom (dill soup) with nam pung do. Nowadays, the ready-made curry paste which is available in the market is normally used. If any vegetables used were bitter, salty or astringent, they would be boiled before cooking. Most of the desserts such as khanom tom (Thai coconut munchkins), khuay buat chi (banana in sweet coconut milk), buat fak thong (pumpkin in sweet coconut milk), soft sweet sticky rice pudding with young coconut meat, and tapioca pearl pudding with young coconut meat. There is no easy way to do that. Food preservation and processing were sun-dried fish and deep-fried marinated fish.

Keywords: Local Wisdom; Traditional Food; Praknamdaeng Community

¹ Assistant professor, Faculty of Home Economic Technology, Rajamangala University of Technology Phra Nakhon

² Assistant professor, Faculty of Liberal Art, Rajamangala University of Technology Phra Nakhon

³ Lecturer, Faculty of Home Economic Technology, Rajamangala University of Technology Phra Nakhon

* Corresponding Author : photchanee.b@rmutp.ac.th

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สังคมไทยเป็นสังคมที่มีความหลากหลาย ทั้งบริบทของพื้นที่และกลุ่มชาติพันธุ์ สมาชิกในชุมชนเกิดกระบวนการเรียนรู้ การปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อม การสร้างสรรค์องค์ความรู้ การสะสมและการถ่ายทอดภูมิปัญญา กลายเป็นเอกลักษณ์เฉพาะของพื้นที่ ทั้งด้านภาษา วัฒนธรรม ประเพณี การแต่งกาย รวมไปถึงแบบแผนอาหาร การกินในชีวิตประจำวัน อาหารในท้องถิ่นหลายประเภทถูกพัฒนา ประยุกต์ให้เข้ากับกระแสความเป็นสากล หากแต่ความเข้าใจในความเป็นจริงที่ว่า อาหารท้องถิ่นไทย หลายชนิดเป็นอาหารเพื่อสุขภาพ ที่มีส่วนผสมของสมุนไพร ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อภาวะโภชนาการของมนุษย์รวมทั้งการป้องกันโรคภัยไข้เจ็บ ในขณะที่มีความหลากหลายทั้งองค์ประกอบประเภท วิธีการทำ การให้ความหมาย ความเป็นมาของอาหาร การนำทรัพยากรวัตถุดิบในท้องถิ่นมาเป็นเครื่องปรุงที่มีแบบเฉพาะตัว ที่มีผลมาจากการใช้ความรู้และแฝงไปด้วยระบบคุณค่าแตกต่างกันในแต่ละท้องถิ่น ทั้งที่เป็นบริบททางธรรมชาติและบริบททางสังคม วัฒนธรรมอาหารของคนแต่ละท้องถิ่นจึงมีส่วนที่พ้องและเพี้ยนกัน อันเนื่องมาจากบริบทดังกล่าว และผู้คนในท้องถิ่นต่าง ๆ ย่อมมีการสืบทอดวิถีการบริโภคอาหารต่อ ๆ กันมาจนเกิดเป็น “วัฒนธรรมการบริโภคอาหาร” ของท้องถิ่นซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงสภาพทรัพยากร ภูมิปัญญา และภูมิธรรมของผู้คนในแต่ละท้องถิ่นตนเอง (พรศักดิ์ พรหมแก้ว, 2540)

แม้ว่าในปัจจุบันอาหารท้องถิ่นจะกลายเป็นจุดสนใจของผู้บริโภคมากขึ้น อันเป็นผลให้มีการส่งเสริมวัฒนธรรมด้านอาหารไทย ซึ่งสะท้อนจากปรากฏการณ์ต่าง ๆ ทั้งในรูปของการส่งเสริมงานวิจัย การจัดงานรณรงค์หรืองานมหกรรมอาหาร 4 ภาค เป็นต้น หากเป็นอาหารของท้องถิ่นไทย มีหลากหลายรูปแบบและหลากหลายประเภท อาหารบางอย่างเป็นที่รู้จักของผู้บริโภคโดยทั่วไป หากแต่ยังมีอาหารอีกหลายประเภทที่ผู้คนอาจจะไม่รู้จักและเริ่มสูญหายไปจากท้องถิ่น ซึ่งสัมพันธ์กับการใช้ชีวิตของผู้คนสมัยใหม่ที่มีความรีบเร่ง ชับช้อน ไม่ค่อยมีเวลาในการประกอบอาหารด้วยตนเอง รวมไปถึงการขยายตัวของวัฒนธรรมอาหารฟาสต์ฟู้ด ที่มาพร้อมกับความสะดวก รวดเร็วทันใจ และแสดงถึงความโอ้อาทันสมัย ทำให้อาหารท้องถิ่นบางชนิดกลายเป็นสิ่งที่เริ่มจะไร้คุณค่า เกิดการสูญเสียด้านความรู้และลักษณะเฉพาะของท้องถิ่นลงไปอย่างน่าเสียดาย ซึ่งสมควรอย่างยิ่งที่จะต้องหันกลับมาสร้างความเข้าใจ จัดองค์ประกอบความรู้ เพื่อเป็นข้อมูลที่จะได้รับการอนุรักษ์และสานต่อคู่กับท้องถิ่นในสังคมไทยต่อไป (พรศักดิ์ พรหมแก้ว, 2540)

ชุมชนแพรกกานามแดง อำเภอมัญจาคีรี จังหวัดขอนแก่นเป็นชุมชนหนึ่งที่ดำรงอยู่กับระบบ 3 น้ำ ได้แก่ น้ำจืด น้ำเค็ม และน้ำกร่อย ทำให้มีลักษณะของพื้นที่เฉพาะ ที่มีความหลากหลายของระบบนิเวศทางธรรมชาติ ส่งผลถึงการนำไปใช้ประโยชน์ที่หลากหลาย เกิดเป็นภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านใช้ประโยชน์จากทรัพยากรที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัวของชุมชน รวมถึงองค์ความรู้ในการประกอบอาหาร เกิดการคิดค้น สืบทอด ประยุกต์และผสมผสานเป็นอาหารท้องถิ่นของชุมชน โดยมีรูปแบบวิธีการทำอาหารที่หลากหลาย บางชนิดเป็นอาหารที่มีวิธีการประกอบง่าย ๆ ใช้วัตถุดิบในท้องถิ่นตามฤดูกาล เช่น มีการนำผักขมคราม พืชท้องถิ่นนำมาแกงส้ม ต้มยำ แกงคั่ว ต้มจืดน้ำพริก และทำห่อหมก หรือการนำยอดอ่อนของต้นหนามพุงดอ หรือที่ชาวบ้านเรียกว่า หนามแมงคอง นำมาแกงส้ม ลวกจิ้ม น้ำพริก หากแต่เมื่ออาหารบางประเภทเริ่มสูญหายไปทีละเล็กละน้อย เนื่องจากการขาดความสนใจของผู้คนสมัยใหม่ที่จะช่วยสานต่อความรู้ในด้านอาหารของท้องถิ่น ซึ่งเป็นที่น่าเสียดายอย่างยิ่ง โดยเฉพาะเด็กและเยาวชนสมัยใหม่ ทั้ง ๆ ที่มีความสำคัญของอาหารนอกจากจะเป็นปัจจัยที่สัมพันธ์กับระบบชีวิตของชุมชนแล้ว ยังเป็นเครื่องแสดงถึงภูมิปัญญาและสร้างความภาคภูมิใจให้กับชุมชน ซึ่งสมควรอย่างยิ่งที่จะต้องมีการจัดระบบความรู้และสานต่อ เพื่อรักษาคุณค่าทางวัฒนธรรมและเป็นสื่อในการเรียนรู้ของผู้คนในท้องถิ่นและผู้สนใจ ร่วมกันนำไปพัฒนา ปรับปรุง

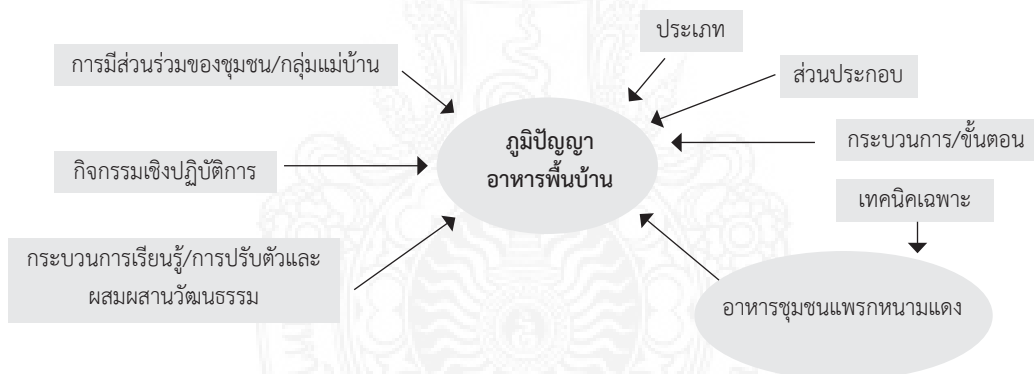
ผสมผสานและอนุรักษ์วัฒนธรรมด้านอาหารการกินให้คงอยู่ตลอดไป รวมทั้งเป็นการเพิ่มมูลค่าให้กับพืชท้องถิ่นอีกด้วย (กชกร ชินะวงศ์, 2555, น.2-3, 45)

ด้วยเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษา อาหารท้องถิ่นของชุมชนแพรกหนามแดง จังหวัดสมุทรสงคราม ว่ามีความหลากหลายหลกมากน้อยเพียงใด มีประเภทใดบ้าง องค์ความรู้เกี่ยวกับส่วนประกอบอาหาร หลักวิธีการทำอาหารพื้นบ้านของชุมชน มีวิธีการอย่างไร เพื่อจัดเก็บรวบรวมข้อมูล และนำมาศึกษาคุณค่าทางโภชนาการของอาหาร ในชุมชนแพรกหนามแดง อำเภออัมพวา จังหวัดสมุทรสงคราม

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาประเภทของอาหารพื้นบ้านชุมชนแพรกหนามแดง อำเภออัมพวา จังหวัดสมุทรสงคราม
2. เพื่อศึกษาศักยภาพภูมิปัญญาท้องถิ่นอาหารพื้นบ้านชุมชนแพรกหนามแดง อำเภออัมพวา จังหวัดสมุทรสงคราม ในด้านแหล่งวัตถุดิบ กระบวนการผลิต การผลิตในเชิงพาณิชย์ และการถ่ายทอดภูมิปัญญา
3. เพื่อศึกษาองค์ความรู้อาหารพื้นบ้านเกี่ยวกับส่วนประกอบของอาหาร วิธีการทำอาหารพื้นบ้านชุมชนแพรกหนามแดง อำเภออัมพวา จังหวัดสมุทรสงคราม

กรอบแนวคิด



จากกรอบแนวคิดข้างต้น พออธิบายได้ว่า การศึกษาคุณค่าอาหารพื้นบ้านของชุมชนแพรกหนามแดง อำเภออัมพวา จังหวัดสมุทรสงครามเน้นการมีส่วนร่วมของชุมชน และกลุ่มแม่บ้านที่มีความรู้และประสบการณ์ด้านอาหารพื้นบ้าน เข้ามาร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การถอดองค์ความรู้ภายใต้กิจกรรมเชิงปฏิบัติการ ซึ่งกิจกรรมนี้จะดำเนินการในปีที่ 2 ของการวิจัย โดยหลังจากคัดเลือกตำรับอาหารแล้ว ผู้วิจัยและชุมชนแม่บ้านที่มีความรู้และประสบการณ์ด้านอาหารพื้นบ้าน สาธิตการทำตำรับอาหารที่ได้รับการคัดเลือก บันทึกภาพวัตถุดิบ ขั้นตอนการทำ อาหารสำเร็จพร้อมชิม และคำนวณคุณค่าทางโภชนาการ เพื่อจัดทำหนังสือตำรับอาหารพื้นบ้านชุมชนแพรกหนามแดง รวมถึงกระบวนการและเทคนิคในการทำอาหารพื้นบ้านของชุมชน รวมถึงการผสมผสาน ปรับปรุงให้เข้ากับสถานการณ์ใหม่ ซึ่งกลายเป็นเอกลักษณ์หรือภูมิปัญญาของชุมชน และนำไปสู่การศึกษาคุณค่าทางโภชนาการของอาหาร และการเพิ่มมูลค่าให้กับพืชท้องถิ่น

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1. ผู้ให้ข้อมูลที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ที่มีความชำนาญด้านอาหารพื้นบ้านตำบลแพรกหนามแดง จำนวน 12 คน ที่มีภูมิลำเนาอยู่ในเขตชุมชนแพรกหนามแดง จำนวน 6 หมู่บ้าน หมู่บ้านละ 2 คน ซึ่งได้มาโดยการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Selection) รวมทั้งหมด 12 คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เครื่องมือที่ใช้สำหรับการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

2.1 แบบสัมภาษณ์ปลายเปิด และชนิดปลายปิด โดยแบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลประเภทของอาหารพื้นบ้านชุมชนแพรกหนามแดง อำเภออัมพวา จังหวัดสมุทรสงคราม ซึ่งเป็นปลายเปิด

ตอนที่ 2 ศักยภาพภูมิปัญญาท้องถิ่นอาหารพื้นบ้านชุมชนแพรกหนามแดง อำเภออัมพวา จังหวัดสมุทรสงคราม ด้านแหล่งวัตถุดิบ กระบวนการผลิต การผลิตในเชิงพาณิชย์ และการถ่ายทอดภูมิปัญญา ซึ่งเป็นปลายปิด ที่มีลักษณะเป็นแบบมาตราประมาณค่า (rating scale) 3 ระดับ

ตอนที่ 3 ข้อมูลองค์ความรู้เกี่ยวกับส่วนประกอบของอาหาร วิธีการทำอาหารพื้นบ้าน ชุมชนแพรกหนามแดง อำเภออัมพวา จังหวัดสมุทรสงคราม ซึ่งเป็นปลายเปิด

2.2 เทปบันทึกเสียง

2.3 กล้องบันทึกภาพ

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยใช้การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In depth Interview) กับกลุ่มผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นผู้ที่มีความรู้ด้านอาหารพื้นบ้านชุมชนแพรกหนามแดง จำนวน 12 คน บันทึกข้อมูลการสัมภาษณ์ด้วยแบบสัมภาษณ์

4. การวิเคราะห์ข้อมูล มีการดำเนินการ ดังนี้

4.1 ข้อมูลเกี่ยวกับประเภทอาหารพื้นบ้านชุมชนแพรกหนามแดง นำมาหาค่าร้อยละ

4.2 ข้อมูลเกี่ยวกับศักยภาพภูมิปัญญาด้านอาหารพื้นบ้านชุมชนแพรกหนามแดง อำเภออัมพวา จังหวัดสมุทรสงคราม นำมาหาค่าร้อยละ และค่าเฉลี่ย ซึ่งมีเกณฑ์การแปลผลมี 3 ระดับ คือ ศักยภาพต่ำ ศักยภาพปานกลาง และศักยภาพสูง (จันทร์จิรา ฉัตรวานิช, 2551) โดยมีรายละเอียด ดังนี้

4.2.1 แหล่งวัตถุดิบ

ศักยภาพสูง หมายถึง แหล่งวัตถุดิบหาได้ในท้องถิ่นที่อาศัยชุมชนแพรกหนามแดง ตำบลแพรกหนามแดง อำเภออัมพวา จังหวัดสมุทรสงคราม

ศักยภาพปานกลาง หมายถึง แหล่งวัตถุดิบที่หาได้จากท้องถิ่นใกล้เคียงหรือหมู่บ้านใกล้เคียงที่อยู่ในเขตชุมชนแพรกหนามแดง

ศักยภาพต่ำ หมายถึง แหล่งวัตถุดิบที่หาได้จากแหล่งอื่น ภูมิภาคอื่น ๆ

4.2.2 กระบวนการผลิต

ศักยภาพสูง หมายถึง การผลิตอาหารพื้นบ้านมีขั้นตอนในการผลิต 1-2 ขั้นตอน

ศักยภาพปานกลาง หมายถึง การผลิตอาหารพื้นบ้านมีขั้นตอนในการผลิต 3-4 ขั้นตอน

ศักยภาพต่ำ หมายถึง การผลิตอาหารพื้นบ้านมีขั้นตอนในการผลิตมากกว่า 4 ขั้นตอน

4.2.3 การผลิตในเชิงพาณิชย์

ศักยภาพสูง หมายถึง การผลิตเพื่อจำหน่ายในท้องถิ่น จังหวัดอื่น และภูมิภาคอื่น
 ศักยภาพปานกลาง หมายถึง การผลิตเพื่อจำหน่ายในท้องถิ่นเป็นประจำ
 ศักยภาพต่ำ หมายถึง การผลิตเพื่อจำหน่ายในท้องถิ่นเป็นบางครั้ง

4.2.4 การถ่ายทอดภูมิปัญญาไทย

ศักยภาพสูง หมายถึง มีการสอน ถ่ายทอดภูมิปัญญาด้านอาหารพื้นบ้านเป็นประจำ
 ศักยภาพปานกลาง หมายถึง มีการสอน ถ่ายทอดภูมิปัญญาด้านอาหารพื้นบ้านเป็นบางครั้ง
 ศักยภาพต่ำ หมายถึง มีการสอน ถ่ายทอดภูมิปัญญาด้านอาหารพื้นบ้านเป็นนาน ๆ ครั้งหรือ

ไม่มีเลย

โดยกำหนดเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

ศักยภาพสูง	ให้	3	คะแนน
ศักยภาพปานกลาง	ให้	2	คะแนน
ศักยภาพต่ำ	ให้	1	คะแนน

จากนั้นนำคะแนนมาจัดกลุ่มระดับศักยภาพภูมิปัญญาด้านอาหารพื้นบ้าน โดยหาจากคะแนนเฉลี่ย (บุญเรียง ขจรศิลป์, 2545)

$$\begin{aligned} \text{การจัดช่วงระดับค่าเฉลี่ย} &= \frac{\text{ค่าสูงสุด} - \text{ค่าต่ำสุด}}{\text{จำนวนชั้น}} \\ &= \frac{3 - 1}{3} \\ &= 0.66 \end{aligned}$$

เกณฑ์กำหนดค่าเฉลี่ยระดับศักยภาพ ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ระดับ ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	2.34-3.00	หมายถึง ระดับศักยภาพสูง
คะแนนเฉลี่ย	1.67-2.33	หมายถึง ระดับศักยภาพปานกลาง
คะแนนเฉลี่ย	1.00-1.66	หมายถึง ระดับศักยภาพต่ำ

ผลการวิจัย

ผลการศึกษา พบว่า

1. อาหารพื้นบ้านชุมชนแพรกหนามแดง พบว่า มีจำนวน 132 ชนิด แบ่งออกเป็น 3 ประเภท ได้แก่ ประเภทอาหารคาว (ร้อยละ 75) ประเภทอาหารหวาน (ร้อยละ 15.15) ประเภทอาหารถนอมและแปรรูป (ร้อยละ 9.85)
2. ศักยภาพภูมิปัญญาท้องถิ่นอาหารพื้นบ้านชุมชนแพรกหนามแดง พบว่า
 - 2.1 ด้านแหล่งวัตถุดิบอาหารพื้นบ้าน พบว่า ทุกประเภทมีศักยภาพในระดับสูง (ร้อยละ 100)
 - 2.2 ด้านกระบวนการผลิตอาหารพื้นบ้านมีศักยภาพในระดับสูง ได้แก่ อาหารถนอมและแปรรูป (ร้อยละ 84.62) รองลงมา คือ อาหารหวาน (ร้อยละ 80) ส่วนอาหารคาวอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 54.55)
 - 2.3 ด้านการผลิตในเชิงพาณิชย์ของอาหารพื้นบ้านมีศักยภาพในระดับสูง คือ อาหารถนอมและแปรรูปอาหาร (ร้อยละ 53.85) อาหารหวานมีศักยภาพอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 45) และอาหารคาวมีศักยภาพอยู่ในระดับต่ำ (ร้อยละ 59.60)

2.4 ศักยภาพด้านการการถ่ายทอดภูมิปัญญาอาหารพื้นบ้าน พบว่า ทุกประเภทมีการถ่ายทอดภูมิปัญญาในระดับปานกลาง ได้แก่ อาหารหวาน (ร้อยละ 100) อาหารถนอมและแปรรูป (ร้อยละ 100) และอาหารคาว (ร้อยละ 67.67)

3. องค์ความรู้อาหารพื้นบ้านชุมชนแพรกหนามแดง พบว่า

3.1 ส่วนประกอบของอาหารพื้นบ้าน พบว่า สำหรับการทำอาหารคาวส่วนประกอบส่วนใหญ่จะหาได้จากท้องถิ่น เนื้อสัตว์ที่ใช้เป็นส่วนประกอบ เช่น ปลาหมอไทย ปลาหมอเทศ ปลาอีกรัง ปลากระบอก ปลาดุกทะเล ปลากะพง ปลาเก๋า ปลาทุ ปลาดตะเพียน ปลาสร้อย ปลานิล ปลาช่อน กุ้งกุลาดำ กุ้งแชบ๊วย กุ้งตะกาด ปูทะเล ปูแสม สำหรับส่วนประกอบที่เป็นผัก เช่น ผักปลัง ชะคราม ลูกสามสิบ ผักเบี้ย ยอดหนามพุด ดอก ผักโขมหิน ในส่วนของอาหารหวานส่วนประกอบหลักส่วนใหญ่จะใช้กะทิ น้ำตาลปีบ น้ำตาลทราย และสำหรับอาหารถนอมและแปรรูปอาหารจะใช้วัตถุดิบที่หาได้ เช่น ปลา กุ้ง และไข่เกลือเป็นส่วนประกอบในการถนอมอาหาร เช่น การทำแห้ง การถนอมโดยการใส่เกลือ เป็นต้น



ภาพที่ 1 ยอดหนามพุด



ภาพที่ 2 ต้นชะคราม

3.2 วิธีการทำอาหารพื้นบ้านชุมชนแพรกหนามแดง ส่วนใหญ่จะทำอาหารคาวประเภทแกงโดยนำผักพื้นบ้านที่มีอยู่ในท้องถิ่นมาใช้ในการทำอาหาร ตัวอย่างเช่น แกงส้มผักโขมหิน แกงส้มชะคราม แกงส้มผักปลัง แกงส้มยอดถั่วลันเตา แกงส้มยอดปรังทะเล แกงส้มดอกโสน แกงเลียงผักโขมหิน แกงอ่อมยอดหนามพุด สำหรับพริกแกงที่นำมาใช้ จะเป็นน้ำพริกแกงสำเร็จไม่ได้โขลกน้ำพริกแกงเองเหมือนในอดีตเพื่อความสะดวกในการทำ ผักที่นำมาใช้ในแกงถ้าผักชนิดใดมีรสขม เค็ม หรือเผ็ดต้องนำมาต้มก่อน อาหารหวานส่วนใหญ่จะเป็นประเภทต้ม เช่น ขนมต้ม กล้วยบวชชี บวดพักทอง ถั่วเขียวต้มน้ำตาล ข้าวเหนียวเปียกมะพร้าวอ่อน สาकुเปียกมะพร้าวอ่อน เป็นต้น โดยมีวิธีการทำที่ง่ายไม่ยุ่งยาก เช่น การทำกล้วยบวชชีจะต้มน้ำกล้วยว่าทั้งเปลือกจนสุก ปลูกเปลือกกล้วยหั่นกล้วยชิ้นพอคำ จากนั้นผสมกะทิ น้ำตาลทราย เกลือ ใส่หม้อน้ำตั้งไฟให้ร้อนใส่กล้วยที่หั่น พอเดือดราดด้วยหัวกะทิ สำหรับอาหารประเภทถนอมและแปรรูปอาหารที่นิยม คือ ปลาตากแห้ง ปลาแดดเดียว เป็นต้น



ภาพที่ 3 แกงส้มชะคราม



ภาพที่ 4 ปลาหมอคัดเดียว

สรุปองค์ความรู้จากการประกอบอาหารในส่วนของกรนำชะครามาใช้ไม่ว่าแกงส้ม หรือทานกับน้ำพริก จะเลือกชะครามที่อ่อน ซึ่งสังเกตได้จากต้นจะมีสีเขียวอ่อน หากมีสีเขียวเข้มอมม่วงจะเป็นชะครามที่แก่ ก่อนนำมาปรุงอาหารล้างให้สะอาดและต้องลวกในน้ำเดือด 2-3 นาที นำขึ้นมาแช่น้ำเย็นจัดอาจใช้น้ำผสมน้ำแข็งเพื่อให้ชะครามยังคงสีเขียว แช่ประมาณ 3 นาที ตักชะครามขึ้นป้อนให้สะอาดแล้วค่อยเอาไปใช้ตามต้องการ สาเหตุที่ต้องลวกชะครามก่อนเพราะชะครามเป็นผักที่มีรสเค็มการลวกจะลดความเค็มของชะครามลงได้ ภูมิปัญญานี้ได้รับการถ่ายทอดในครอบครัวจากรุ่นสู่รุ่น ขั้นตอนในการประกอบอาหารให้ใส่น้ำมันสัตว์ตอนน้ำเดือดและไม่ควรคนจะทำให้มีกลิ่นคาว สำหรับการทำให้ปลาหมอคัดเดียว หลังจากที่ได้ปลาเอาแต่เนื้อล้างให้สะอาด ใส่น้ำปลาและซีอิ้วหมักแล้วค่อยเอาไปตากแดด การหมักกับน้ำปลาและซีอิ้วจะทำให้เมื่อนำปลาไปทอดให้สุกรสชาติจะไม่เค็มมากและมีสีสวยกว่าการหมักกับเกลือ การถ่ายทอดภูมิปัญญาให้กับลูกหลานและคนในครอบครัวไม่ได้จัดเป็นระบบเพียงบอกกล่าวทำให้ดูและให้คนในครอบครัวช่วยทำเป็นบางครั้ง

อภิปรายผล

การวิจัยเรื่องศึกษากฎภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารพื้นบ้านของชุมชนแพรทนามแดง อำเภออัมพวา จังหวัดสมุทรสงคราม ผลจากการวิจัย สามารถอภิปรายได้ ดังนี้

1. ประเภทของอาหารพื้นบ้านชุมชนแพรทนามแดง จากการศึกษา พบว่า อาหารพื้นบ้านมีทั้งหมด 132 ชนิด ส่วนใหญ่เป็นอาหารคาว จำนวน 99 ชนิด (ร้อยละ 75) ได้แก่ อาหารคาวประเภทแกง ต้ม ผัด ทอด ยำ พล่า เครื่องจิ้ม นึ่ง อาหารจานเดียว รองลงมา คือ อาหารหวาน มีจำนวน 20 ชนิด (ร้อยละ 15.15) ได้แก่ อาหารหวานประเภท ต้ม นึ่ง กวน เชื่อม อย่าง ส่วนอาหารถนอมและแปรรูปอาหาร มีจำนวน 13 ชนิด (ร้อยละ 9.85) ได้แก่ อาหารถนอมและแปรรูปประเภทการใช้เกลือ โดยการทำให้แห้ง โดยการใช้น้ำตาล โดยการดอง และโดยวิธีการอื่น ๆ เป็นอาหารที่หากินได้ง่ายในท้องถิ่นตามฤดูกาล ทั่วทุติบจากธรรมชาติ การปรุงอาหารเป็นวิธีการปรุงแบบง่าย ๆ นิยมกินอาหารที่สดใหม่ อาหารสุกแล้ว อาหารประเภทเนื้อปลา ผักพื้นบ้าน การเก็บรักษาอาหารไว้หลาย ๆ วัน ใช้วิธีการถนอมอาหารแบบธรรมชาติ เช่น ตากแห้ง การทำให้เค็ม หรือการดองเปรี้ยว ซึ่งจะเห็นได้ว่าอาหารพื้นบ้านตามภูมิปัญญาของชุมชนแพรทนามแดง นั้น เป็นอาหารสุขภาพที่มีคุณค่าทางโภชนาการ เพราะวัตถุดิบหลักมาจากธรรมชาติ รวมถึง

วัตถุดิบบางส่วนยังเป็นพืชสมุนไพรที่มีประโยชน์ต่อร่างกายอีกด้วย ซึ่งมีลักษณะคล้ายคลึงกับอาหารพื้นบ้านภาคใต้ ผังตะวันออก ซึ่งชุมชนแพรกกหนามแดง เป็นชุมชนที่มี 3 น้ำ ได้แก่ น้ำจืด น้ำเค็ม และน้ำกร่อย พืชผักและเนื้อสัตว์ต่าง ๆ ขึ้นอยู่กับสภาพภูมิศาสตร์ของชุมชน หมู่บ้านที่เป็นน้ำจืดก็จะมีผักพื้นบ้านเหมือนชุมชนทั่วไป เช่น ผักปลัง ดอกโสน ตำลึง บวบ ฯลฯ ส่วนหมู่บ้านที่เป็นน้ำเค็มผักพื้นบ้านก็จะมีลักษณะแตกต่างกันออกไป เช่น ชะคราม ยอดหนามพุททอง ประทล ฯลฯ ด้วยสภาพภูมิศาสตร์ของชุมชนทำให้อาหารการกินแตกต่างกันออกไป ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ จันจิรา ฉัตรวาณิช (2551) พบว่า มีจำนวน 318 ชนิด ส่วนใหญ่ เป็น อาหารควาจำนวน 200 ชนิด คิดเป็น ร้อยละ 62.9 เป็นอาหารประเภทแกง ผักอาหารจานเดียว เครื่องจิ้ม และเบ็ดเตล็ดรองลงมา คือ อาหารหวาน จำนวน 85 ชนิดคิดเป็น ร้อยละ 26.7 ได้แก่ ประเภท ต้ม นึ่ง ทอด กวน ย่าง และ จี่ และที่น้อยที่สุดคือ อาหารนอมและแปรรูป จำนวน 33 ชนิด คิดเป็นร้อยละ 10.4 ได้แก่ อาหารนอมและแปรรูปโดยการทำให้แห้ง อาหารนอมและแปรรูปโดยการใช้เกลือ อาหารนอมและแปรรูปโดยใช้น้ำตาลและอาหารนอมและแปรรูปโดยการรมควัน

2. ศักยภาพภูมิปัญญาท้องถิ่นอาหารพื้นบ้านชุมชนแพรกกหนามแดง พบว่า 1) ศักยภาพด้านแหล่งวัตถุดิบ พบว่า อาหารพื้นบ้านประเภทอาหารควา อาหารหวาน อาหารนอมและแปรรูป มีศักยภาพในระดับสูง คิดเป็น ร้อยละ 100 โดยชุมชนเห็นว่าวัตถุดิบหลักที่ใช้เป็นส่วนประกอบอาหารพื้นบ้านยังคงมีเพียงพอกับความต้องการและยังสามารถหาได้จากแหล่งพื้นที่ในชุมชนโดยไม่ขาดแคลน ทั้งนี้ ในอนาคตหากมีการพัฒนาพื้นที่ชุมชนเป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์ควรมีการสำรวจปริมาณวัตถุดิบในชุมชนว่ายังมีเพียงพอต่อความต้องการหรือยัง และหาแนวทางแก้ไขปัญหาเอาไว้ล่วงหน้า 2) ศักยภาพด้านกระบวนการผลิต พบว่า อาหารพื้นบ้านชุมชนแพรกกหนามแดงประเภท มีศักยภาพด้านกระบวนการผลิตในระดับสูง ได้แก่ ประเภทอาหารนอมและแปรรูป (ร้อยละ 84.62) ส่วนประเภทอาหารหวาน (ร้อยละ 80.00) และประเภทอาหารความีศักยภาพ ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 54.55) 3) ศักยภาพด้านการผลิตในเชิงพาณิชย์ พบว่า อาหารพื้นบ้านที่มีศักยภาพด้านการผลิตในเชิงพาณิชย์ในระดับสูง ได้แก่ อาหารนอมและแปรรูป (ร้อยละ 53.85) อาหารพื้นบ้านที่มีศักยภาพด้านการผลิตในเชิงพาณิชย์ในระดับปานกลาง ได้แก่ อาหารหวาน (ร้อยละ 45.00) อาหารพื้นบ้านที่มีศักยภาพด้านการผลิตในเชิงพาณิชย์ในระดับต่ำ ได้แก่ อาหารควา (ร้อยละ 59.60) 4) ศักยภาพด้านการถ่ายทอดภูมิปัญญา พบว่า อาหารพื้นบ้านชุมชนแพรกกหนามแดงทุกประเภทมีศักยภาพด้านการถ่ายทอดภูมิปัญญาในระดับปานกลาง ได้แก่ อาหารนอมและแปรรูป (ร้อยละ 100) อาหารหวาน (ร้อยละ 100) และอาหารควา (ร้อยละ 67.67) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ออบเชย วงศ์ทอง และคณะ (2551) ได้ทำการศึกษาศักยภาพภูมิปัญญาไทยด้านอาหารพื้นบ้านภาคกลาง พบว่า ศักยภาพของอาหารพื้นบ้านภาคกลางในด้านแหล่งของวัตถุดิบ พบว่า อาหารควา อาหารหวาน อาหารว่าง อาหารนอมและแปรรูป มีระดับศักยภาพสูง ในด้านกระบวนการผลิต พบว่า อาหารควาชนิดผัด อาหารควาชนิดต้ม อาหารนอมและแปรรูปโดยใช้ความร้อน อาหารนอมและแปรรูปชนิดอื่น ๆ อาหารนอมและแปรรูปโดยใช้เกลือ อาหารนอมและแปรรูปโดยทำให้แห้ง อาหารนอมและแปรรูปโดยการทอด มีระดับศักยภาพสูง ในด้านการผลิตในเชิงพาณิชย์ พบว่า อาหารหวานชนิด อบ ปิ้ง ย่าง อาหารนอมและแปรรูปทุกชนิดมีระดับศักยภาพสูง ในด้านการเป็นอาหารเพื่อสุขภาพ พบว่าอาหารควาชนิดเครื่องจิ้ม แกงไม้เสกเกทิ ยา ปลา อาหารนอมและแปรรูปชนิดปรุงสำเร็จ มีระดับศักยภาพสูง สำหรับด้านการถ่ายทอดภูมิปัญญา พบว่า อาหารว่างชนิดทอด อาหารนอมและแปรรูปโดยใช้น้ำตาล อาหารนอมและแปรรูปชนิดปรุงสำเร็จ อาหารนอมและแปรรูปโดยใช้ความร้อน และอาหารนอมและแปรรูปชนิดอื่น ๆ มีระดับศักยภาพสูง

3. องค์ความรู้อาหารพื้นบ้านชุมชนแพรกกหนามแดงเกี่ยวกับส่วนประกอบของอาหาร วิธีการทำอาหารพื้นบ้าน ชุมชนแพรกกหนามแดง พบว่า

3.1 ส่วนประกอบอาหารคาวประเภทเนื้อสัตว์ส่วนใหญ่จะหาได้จากท้องถิ่น เช่น ปลาหมอไทย ปลาหมอเทศ ปลาอีกรัง ปลากะบอก ปลาดุกทะเล ปลากะพง ปลาเก๋า ปลาทุ ปลาดู ปลาตะเพียน ปลาสร้อย ปลานิล ปลาช่อน กุ้งกุลาดำ กุ้งแชบ๊วย กุ้งตะกาด ปูทะเล ปูแสม ส่วนประกอบที่เป็นผัก เช่น ผักปลัง ชะคราม ลูกสามสิบ ผักเบี้ยย ยอดหนามพุด ผักโขมหิน อาหารหวานส่วนประกอบส่วนใหญ่จะใช้กะทิ น้ำตาลปีบ น้ำตาลทราย อาหารถนอมและแปรรูปอาหารจะใช้วัตถุดิบที่หาได้ เช่น ปลา กุ้ง และใช้เกลือเป็นส่วนประกอบในการถนอมอาหาร เช่น การทำแห้ง การถนอมโดยการแช่เกลือ เป็นต้น โดยส่วนประกอบทั้งหมดที่นำมาประกอบอาหารพื้นบ้านยังคงเป็นส่วนประกอบที่อาหารในพื้นที่ชุมชนเนื้อสัตว์และผักที่นำมาใช้ก็สามารถหาได้ตามฤดูกาลเป็นส่วนใหญ่ ในขณะที่ปัจจุบันแม้สังคมจะมีการเปลี่ยนแปลงไปมากแต่การเก็บผักหาปลาจากแหล่งธรรมชาติก็ยังคงมีอยู่ ชาวบ้านยังคงนิยมเก็บผักที่ขึ้นเองตามธรรมชาติมาประกอบอาหาร เช่น ใบชะคราม หนามพุด และยังคงหาปลาจากแหล่งน้ำในพื้นที่ อาจเนื่องมาจากอาหารพื้นบ้านอาหารพื้นบ้านในท้องถิ่นยังมีบทบาทและมีความผูกพันกับวิถีชีวิตของคนในชุมชนอยู่เป็นอย่างมาก อีกทั้ง การบริโภคเนื้อสัตว์และพืชผักพื้นบ้านยังเป็นการสื่อให้เห็นถึงความผูกพันระหว่างชาวบ้านในชุมชนกับท้องถิ่น รวมถึงยังเป็นการสะท้อนให้เห็นถึงวัฒนธรรมการรับประทานอาหารพื้นบ้านที่ฝังรากลึกอยู่ในวิถีการดำเนินชีวิตของคนในชุมชนนั้น ๆ อีกด้วย

3.2 วิธีการทำอาหารพื้นบ้านชุมชนแพรกกหนามแดง ส่วนใหญ่จะทำอาหารคาวประเภทแกง โดยนำผักพื้นบ้านที่มีอยู่ในท้องถิ่นมาใช้ในการทำอาหาร เช่น แกงส้มผักโขมหิน แกงส้มชะคราม แกงส้มผักปลัง แกงส้มยอดถั่วอบแถบ แกงส้มยอดปรังทะเล แกงส้มดอกโสน แกงเลียงผักโขมหิน แกงอ่อมยอดหนามพุด พริกแกงที่นำมาใช้จะเป็นพริกแกงสำเร็จไม่ได้โขลกพริกแกงเองเหมือนในอดีตเพื่อความสะดวกในการทำ อาหารหวานส่วนใหญ่จะเป็นประเภทต้ม อาหารประเภทถนอมและแปรรูปอาหารที่คนส่วนใหญ่ในชุมชนแพรกกหนามแดงนิยม คือ ทำปลาตากแห้ง เนื่องจากปลามีปริมาณมากและสามารถจับได้ตลอดปี สามารถนำไปขายเพื่อสร้างรายได้ให้กับครอบครัว สำหรับอาหารพื้นบ้านในชุมชนแพรกกหนามแดงเป็นการทำอาหารรับประทานในครัวเรือนเป็นส่วนใหญ่ ทำให้อาหารแต่ละประเภทถูกถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่นโดยการชิมซ้ำ ไม่มีการถ่ายทอดแบบเป็นระบบ เมื่อเห็นรุ่นพ่อแม่ ปู่ย่า ตายาย ทำอาหาร รุ่นลูกหลานก็สามารถจดจำและนำมาทำได้โดยอัตโนมัติ ทำให้คนรุ่นหลังยังสามารถประกอบอาหารพื้นบ้านได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ดวงเดือน บุญปก (2559, น.16-38) ได้กล่าวไว้ในการศึกษา เรื่อง บทบาทของครอบครัวในการสืบทอดภูมิปัญญาเกี่ยวกับอาหาร: กรณีศึกษาครอบครัวไทยภาคกลาง พบว่า บทบาทหน้าที่ของครอบครัวในการถ่ายทอดความรู้ในการประกอบอาหารและ รับประทานอาหารภายในครอบครัวเป็นเครื่องมือของการให้การศึกษาแก่สมาชิกครอบครัว ได้เรียนรู้เกี่ยวกับวัฒนธรรมการผลิตและการบริโภคอาหาร โดยสมาชิกผู้ใหญ่ทำหน้าที่ถ่ายทอดให้แก่สมาชิกรุ่นเยาว์

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

1. สรุปผลการวิจัย

1) ประเภทของอาหารพื้นบ้านชุมชนแพรกกหนามแดง

จากการศึกษาอาหารพื้นบ้านชุมชนแพรกกหนามแดง พบว่า อาหารพื้นบ้านมีทั้งหมด 132 ชนิด ส่วนใหญ่เป็นอาหารคาว จำนวน 99 ชนิด (ร้อยละ 75) ได้แก่ อาหารคาวประเภทแกง ต้ม ผัด ทอด ยำ พล่า เครื่องจิ้ม นึ่ง อาหารจานเดียวรองลงมาคือ อาหารหวาน มีจำนวน 20 ชนิด (ร้อยละ 15.15) ได้แก่ อาหารหวานประเภท ต้ม นึ่ง กวน เชื่อม ย่าง ส่วนอาหารถนอมและแปรรูปอาหาร มีจำนวน 13 ชนิด (ร้อยละ 9.85) ได้แก่ อาหารถนอมและ

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัย เรื่อง ศักยภาพภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารพื้นบ้านของชุมชนแพรภทนามแดง อำเภออัมพวา จังหวัดสมุทรสงคราม สำเร็จได้ด้วยการได้รับสนับสนุนเงินทุนการทำวิจัยจากงบประมาณรายจ่าย ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2559–2560 จากมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ผู้วิจัยขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

เอกสารอ้างอิง

- กชกร ชิมะวงศ์. (2555). 10 ปี แพรภทนามแดง กระบวนการเรียนรู้วิถีความปรองดอง. เชียงใหม่: หจก.วนิดา การพิมพ์.
- จันทร์จิรา ฉัตรวาณิช. (2551). อาหารพื้นบ้านภาคใต้ฝั่งตะวันออก (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- ดวงเดือน บุญปก. (2559). บทบาทของครอบครัวในการสืบทอดภูมิปัญญาเกี่ยวกับอาหาร: กรณีศึกษาครอบครัวไทย ภาคกลาง. วารสารปาริชาติ มหาวิทยาลัยทักษิณ. 29(21), 16–38.
- บุญเรียง ขจรศิลป์. (2545). สถิติวิจัย 1. กรุงเทพฯ: พีเอ็นการพิมพ์.
- พรศักดิ์ พรหมแก้ว. (2540). รวบรวมบทความทางวิชาการวัฒนธรรมศึกษา: ที่ทรงคนวัฒนธรรม. พัทลุง: สถาบันทักษิณคดีศึกษา มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- อบเชย วงศ์ทอง และคณะ. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ศักยภาพภูมิปัญญาไทยด้านอาหารพื้นบ้านภาคกลาง. สืบค้นเมื่อ 1 กันยายน 2560, จาก http://www3.rdi.ku.ac.th/exhibition/49_1/Plant/p_65/p_65.htm