

## บทที่ 1

### บทนำ

#### 1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในช่วงระยะเวลา 10 ปีที่ผ่านมา อาหารไทยได้รับการยอมรับจากทั่วโลกว่าเป็นอาหารที่มีรสชาติอร่อยกลมกล่อม ซึ่งเกิดจากการผสมผสานของรสชาติที่มีทั้งเปรี้ยว เค็ม เผ็ด หวาน และขม มีประโยชน์ต่อสุขภาพ มีคุณค่าต่อร่างกาย ให้พลังงาน เกลือแร่ วิตามินและใยอาหารในสัดส่วนที่เหมาะสม จากผลการศึกษาและวิเคราะห์สถิติการเติบโตของอาหารไทยและร้านอาหารไทย ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2549 จนถึงปัจจุบัน จะเห็นว่าความนิยมบริโภคอาหารไทยยังคงอยู่ในกระแสความนิยมของโลก แต่อย่างไรก็ดี หากผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ช้องในการผลักดันยังไม่ให้ความสำคัญกับการรักษาเอกลักษณ์ของอาหารไทยแล้ว แนวโน้มความนิยมบริโภคอาหารไทยคาดว่าจะลดลงไปเรื่อยๆ ดังข้อมูลเปรียบเทียบต่อไปนี้

ในปี พ.ศ. 2549 กรมส่งเสริมการค้าส่งออกเปิดเผยข้อมูลอาหารไทยได้รับการโหวตให้เป็นอาหารยอดนิยมติดอันดับ 4 ของโลก และจากผลการรวบรวมข้อมูลสถิติของกรมส่งเสริมการค้าส่งออก เมื่อเดือนมิถุนายน 2549 พบว่า อาหารไทยได้รับความสนใจและได้รับการยอมรับจากผู้บริโภคในต่างประเทศเพิ่มมากขึ้น โดยมี ร้านอาหารไทยกระจายอยู่ในต่างประเทศประมาณ 11,037 แห่ง ซึ่งตั้งอยู่ตามทวีปต่างๆ ทั่วโลก และในประเทศไทยมากกว่า 1 แสนแห่ง ร้านอาหารไทยในต่างประเทศมีรายได้จากการขายในปี พ.ศ. 2549 จำนวน 13,541 ล้านบาทหรือสหรัฐ<sup>1</sup> ซึ่งความนิยมและความต้องการอาหารไทย ประกอบกับปริมาณร้านอาหารไทยที่เพิ่มขึ้นนี้ มีส่วนช่วยให้ธุรกิจอาหารพื้นบ้าน โดยเฉพาะร้านอาหารไทยในต่างประเทศสั่งซื้อเครื่องปรุงรสและเครื่องเทศจากประเทศไทยมากขึ้นอีกด้วย

อย่างไรก็ดี ภายหลังจากปี พ.ศ. 2551 จนถึงปัจจุบัน ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทั้งภาครัฐบาล เอกชนและสายวิชาการ ต่างก็หันมาให้ความร่วมมือกันในการสร้างเครือข่ายเพื่อนำงานวิจัยและนวัตกรรมต่างๆ มาใช้ เพื่อระดมความคิดสร้างความเข้มแข็งให้อาหารไทย เพื่อให้อาหารไทยเป็นอาหารระดับสากลให้ได้ โดยมีเป้าหมายหลักคือส่งเสริมอาหารไทยให้ได้รับความนิยมอยู่ในอันดับที่ 2

---

<sup>1</sup> สำนักส่งเสริมธุรกิจบริการ กรมส่งเสริมการค้าส่งออก . 2549. **ธุรกิจภัตตาคาร /ร้านอาหารไทยในต่างประเทศ**. [www.dephtai.or.th accessed date 25/1/2550].

ของโลกให้ได้ ภายในปี พ.ศ. 2551 ซึ่งปัจจุบันอาหารไทยได้รับความนิยม ตกไปอยู่ในอันดับที่ 6 โดยเรียงลำดับดังนี้ อันดับที่ 1 คือ อาหารอิตาเลียน อันดับที่ 2 อาหารฝรั่งเศส อันดับที่ 3 อาหารญี่ปุ่น อันดับ 4 อาหารจีน อันดับ 5 อาหารอินเดีย<sup>2</sup> ซึ่งการจะทำเช่นนั้นได้ต้องเริ่มจากการสร้างการรับรู้และองค์ความรู้เพื่อกระตุ้นอุปสงค์ กระตุ้นธุรกิจทั้งในประเทศและต่างประเทศ โดยการนำองค์ความรู้มาใช้ให้เกิดประโยชน์ สามารถพัฒนาอาหารไทยไปสู่ระดับโลก นอกจากนี้รัฐบาลจะต้องส่งเสริมให้มีร้านอาหารไทยในต่างประเทศให้มากขึ้น พร้อมๆ กับสร้าง Brand มาตรฐานร้านอาหารไทย หรือ Thai select ให้เป็นที่รู้จักในระดับสากล รวมทั้งต้องมีการส่งเสริมกิจกรรม การตลาดและการประชาสัมพันธ์ด้วย

จากการสำรวจในประเทศไทย พบว่า ร้านอาหาร /ภัตตาคารมีอัตราการขยายตัวเพิ่มมากขึ้น โดยในปี พ.ศ. 2551 มีร้านอาหาร จำนวน 64,113 ร้าน ซึ่งเป็นจำนวนร้านอาหารในกรุงเทพฯ ประมาณ 12,000 ร้าน และในต่างจังหวัด จำนวน 52,113 ร้าน เพิ่มขึ้นจากเมื่อปี พ.ศ. 2545 ประมาณ 9,000 ร้าน<sup>3</sup>

นอกจากนี้อาหารไทยยังมีความหลากหลาย โดดเด่นไม่จำเจ สำหรับอาหารไทยจะประกอบด้วยอาหารประเภทต่างๆ คือ ผัด แกง ทอด ยำ พล่า น้ำพริกเครื่องจิ้ม เครื่องเคียง และของแถม และสิ่งสำคัญที่ทำให้อาหารไทยถูกจัดเป็นอาหารเพื่อสุขภาพก็คือ ส่วนผสมของเครื่องเทศและสมุนไพรต่างๆ ที่นิยมใส่ลงไปในการประกอบอาหารเพื่อประโยชน์ทางด้านการรักษาโรคและยังช่วยเชิดชูรสชาติอาหารให้โดดเด่นยิ่งขึ้น เช่น ชিং ข่า ตะไคร้ ใบมะกรูด ผักชี กระชาย เป็นต้น

นับเนื่องจากความนิยมรับประทานอาหารไทยในหมู่ชาวต่างชาติ ทำให้ในประเทศไทยเกิดกระแสตื่นตัวในการอนุรักษ์อาหารไทยแบบดั้งเดิมขึ้น ดังจะเห็นได้จากจำนวนสถาบันด้านอาหาร , โรงเรียนสอนทำอาหาร , วิทยาลัยและมหาวิทยาลัย ที่หันมาให้ความสนใจเปิดสอนในสาขาวิชาที่เกี่ยวข้องกับอาหารไทยเพิ่มมากขึ้น จากรายงานประจำปีงบประมาณ พ .ศ. 2548 ของมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิตพบว่า สัดส่วนของจำนวนนักศึกษาภาคปกติและภาคสมทบทั้งหมดที่ลงทะเบียนเรียนสาขาด้านอาหารและการบริการ คิดเป็น 1 ใน 3 ของจำนวนนักศึกษาทั้งหมดที่ลงทะเบียน<sup>4</sup> สถาบันอาหารบางแห่งก็เปิดสอนเป็นภาษาอังกฤษ เพื่อรองรับความต้องการการเรียนการ

<sup>2</sup> สำนักส่งเสริมธุรกิจบริการ กรมส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ . 2552. **ธุรกิจภัตตาคาร /ร้านอาหารไทยในต่างประเทศ**. [www.depthai.or.th accessed date 12/4/2552].

<sup>3</sup> สำนักส่งเสริมธุรกิจบริการ กรมส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ . 2552. **ธุรกิจภัตตาคาร /ร้านอาหารไทยในต่างประเทศ**. [www.depthai.or.th accessed date 28/7/2552].

<sup>4</sup> มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต . 2549. **รายงานประจำปีงบประมาณ พ .ศ. 2549-2551 (Annual Report 2005)**, กรุงเทพมหานคร, หน้า 75.

ทำอาหารไทยสำหรับชาวต่างชาติอีกด้วย หนึ่งในนั้นหมายถึงรวมถึงสถาบันการอาหารนานาชาติ สอน  
ดุสิต ภายใต้การบริหารและดำเนินงานของมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิตเช่นกัน

ผลจากการที่อาหารไทยได้รับความนิยมในตลาดโลกนั้น ไม่เพียงแต่ทำให้ เกิดกระแส  
การอนุรักษ์อาหารไทย แต่ยังเกิดการกระตุ้นให้ คนไทยระลึกถึงความสำคัญในมรดกและวัฒนธรรม  
อาหารไทย อีกด้วย รวมทั้งส่งผลต่อ การวิจัยและ พัฒนาในด้านอื่นๆ ตามมาอีก มากมาย เช่น  
การเกษตรกรรม , กสิกรรม , เทคโนโลยีการแปรรูปอาหาร , การเก็บรักษาอาหารและเทคโนโลยีการ  
บรรจุกระป๋อง เป็นต้น ส่วนในวงการศึกษา ก็มีการให้ความสนใจการศึกษาวิจัยด้านอาหารเป็นจำนวน  
มาก แต่จากการสำรวจตลาดหนังสือในประเทศไทยพบว่าการศึกษาวิจัยด้านคำศัพท์เกี่ยวกับ  
วัฒนธรรมอาหารไทยและวิถีการครัวไทยยังมีเป็นจำนวนน้อย ที่สำรวจพบคือสารานุกรมไทยสำหรับ  
เยาวชน ซึ่งแบ่งออกเป็นหมวดหมู่และไม่ได้เน้นแต่เฉพาะเรื่องเกี่ยวกับอาหารไทยเท่านั้น

หนังสือแบบเรียนคำศัพท์ที่สำคัญ อีกหนึ่งเล่มคือ พจนานุกรมศัพท์อาหารและ  
เครื่องดื่ม (Dictionary of Food and Drink) จัดทำขึ้นโดยนายปรีชา แดงโรจน์<sup>5</sup> ซึ่งจัดพิมพ์ครั้งแรกเมื่อ  
เดือนมกราคม พ.ศ. 2529 ปัจจุบันถูกจัดพิมพ์ซ้ำ มากกว่า 10 ครั้ง ภายในเล่มจะ ทำการรวบรวม  
คำศัพท์เกี่ยวกับอาหารและเครื่องดื่มมากกว่า 5,000 คำ โดยเน้นที่ศัพท์อาหารฝรั่งเศสมากกว่าอาหาร  
ไทย จัดแบ่งเป็นหมวดหมู่จาก A-Z ให้ความหมายของคำศัพท์พร้อมคำอ่านออกเสียงที่ถูกต้อง  
นอกจากนี้ยังมี ศัพท์านุกรมอาหารริมทางย่านเยาวราช<sup>6</sup>, คู่มือคำศัพท์สำหรับพ่อครัวแม่ครัวไทย<sup>7</sup>, และ  
คำศัพท์คหกรรมศาสตร์<sup>8</sup>, ซึ่งล้วนแล้วแต่เป็นการรวบรวมคำศัพท์อาหารไทยและให้ความหมายของ  
คำศัพท์เท่านั้น มิได้เป็นการนำเสนอในรูปแบบของการบรรยายประวัติความเป็นมา หรือวัฒนธรรม  
การกินอาหารของไทยแต่อย่างใด

นอกเหนือจากนั้นจะมีสารานุกรมวัฒนธรรม ไทย<sup>9</sup>, สารานุกรมภูมิปัญญาท้องถิ่น  
อาหารไทยสี่ภาค<sup>10</sup> และนามานุกรมเป็ปพิศดาร<sup>11</sup> เป็นต้น ที่นำเสนอเรื่องราวต่างๆ เกี่ยวกับอาหารไทย

<sup>5</sup> ปรีชา แดงโรจน์, 2549. **พจนานุกรมศัพท์อาหารและเครื่องดื่ม (Dictionary of Food and Drink)**,  
ศูนย์หนังสือจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จัดจำหน่าย, กรุงเทพมหานคร

<sup>6</sup> วีระพันธ์ ธิ. ทองคำ และ ก่อศักดิ์ ธรรมเจริญกิจ , 2547. **ศัพท์านุกรมอาหารริมทางย่านเยาวราช** ,  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร

<sup>7</sup> **คู่มือคำศัพท์สำหรับพ่อครัวแม่ครัวไทย**, 2551. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพมหานคร

<sup>8</sup> ประหยัด สายวิเชียร, 2537. **คำศัพท์คหกรรมศาสตร์**, กลางเวียงการพิมพ์, กรุงเทพมหานคร

<sup>9</sup> ส.พลายน้อย, 2553. **สารานุกรมวัฒนธรรม ไทย: วิถีชีวิตของคนไทย ตั้งแต่เกิดจนตาย ความเข้าใจถึง  
ธรรมเนียมการปฏิบัติทางประเพณีต่างๆ**, สำนักพิมพ์พิมพ์คำ, กรุงเทพมหานคร

<sup>10</sup> สำนักงานพัฒนาเศรษฐกิจจากฐานชีวภาพ กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม , 2552.  
**สารานุกรมภูมิปัญญาท้องถิ่นอาหารไทยสี่ภาค**, กรุงเทพมหานคร

โดยมีภาพสี่สีประกอบการบรรยายเพื่อความเข้าใจ แต่อย่างไรก็ดีสารานุกรมต่างๆ เหล่านี้ก็ไม่ได้ นำเสนอคำนิยามศัพท์อาหารไทยเฉพาะแต่ละหมวดอักษร หากแต่กล่าวรวมในคำนิยามศัพท์เดียวคือ “อาหารไทย”

จากปัญหาขาดแคลนหนังสือที่ให้คำนิยามศัพท์เกี่ยวกับอาหารไทยประจำภาคและวิธีการครัวไทยดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้น ทำให้ท่านอธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต รศ .ดร. ศิริโรจน์ ผลพันธ์ิน ได้เห็นความสำคัญของการผลิตหนังสือคำนิยามศัพท์อาหารไทย และเพื่อเป็นการสนองตอบประเด็นยุทธศาสตร์และกลยุทธ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต ทางคณะผู้จัดทำ ประกอบด้วยคณาจารย์ด้านอาหารและเครื่องดื่ม ในสังกัดคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี หลักสูตรอุตสาหกรรมอาหารและการบริการ และคณะวิทยาการจัดการ สาขาธุรกิจการจั ดการภัตตาคาร มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต รวมทั้งคณาจารย์ประจำคณะอื่นๆ จากภายในสถาบัน จึงได้ ทำการศึกษาและค้นคว้าวิจัยเพื่อรวบรวมข้อมูล ความรู้ด้านต่างๆ เกี่ยวกับคำศัพท์อาหารไทย โดยเฉพาะ เช่น ชีวิตความเป็นอยู่ของคนไทย , วิถีชีวิตและการกินอาหารไทย , ที่มาและประวัติของ คำศัพท์อาหารไทย, วัฒนธรรมประเพณีอาหารไทย , เทคนิคและขั้นตอนในการปรุงอาหารไทย รวมทั้ง ตำรับอาหารไทยดั้งเดิม เป็นต้น โดยคำศัพท์ต่างๆ เหล่านี้จะมีคำบรรยายและให้ความหมายของ คำศัพท์เกี่ยวกับอาหารไทย โดยจัดแบ่งออกเป็นหมวดหมู่ของคำศัพท์อาหาร และศิลปะการปรุง รวมทั้งวัตถุดิบที่ใช้ในการประกอบอาหาร โดยแบ่งตามพยัญชนะไทยทั้ง 44 ตัว จาก ก- ฮ พร้อมทั้ง ภาพประกอบการบรรยายตามความเหมาะสม

## 2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

2.1 เพื่อค้นคว้าข้อมูลต่างๆ ของคำศัพท์ชื่ออาหารไทยภาคกลาง เช่น กระจ่างสารท , แกงส้มผักรวม, ผัดพริกขิงไก่ เป็นต้น

2.2 เพื่อค้นคว้าข้อมูลต่างๆ ของคำศัพท์วัตถุดิบ , เครื่องปรุงรส , เครื่องเทศและ สมุนไพรไทย เช่น กะปิ, อบเชย, กระเทียม, ข่า, ตะไคร้ เป็นต้น

2.3 เพื่อค้นคว้าข้อมูลต่างๆ ของคำศัพท์ด้านศิลปะการปรุงและตกแต่งอาหารไทย เช่น ลวก, ต้ม, หลน, ผัด, ทอด, หุงข้าว เป็นต้น

2.4 เพื่อค้นคว้าข้อมูลต่างๆ ของคำศัพท์เกี่ยวกับศิลปะการปรุงและตำรับอาหาร เช่น การอบควันเทียน, การหุงข้าว เป็นต้น

2.5 เพื่อรวบรวมความรู้เชิงวัฒนธรรม เกี่ยวกับอาหารไทยจากแหล่งปฐมภูมิ (Primary source) เช่น บทสัมภาษณ์และคำบอกเล่าจากผู้ทรงคุณวุฒิด้านอาหารไทย เป็นต้นหรือจาก

<sup>11</sup> สันติ เสวตวิมล, 2542. นามานุกรมเป็ปพิศดาร, สำนักพิมพ์นานมีบุ๊คส์, กรุงเทพมหานคร

แหล่งทุติยภูมิ (Secondary source) คือสิ่งที่บันทึกไว้ในรูปแบบต่างๆ เช่น จากหนังสือ , บันทึกของพระราชวงศ์ , เอกสารโบราณ , จดหมายเหตุ , บันทึกประวัติศาสตร์ , ภาพยนตร์ หนังสือนิตยสาร และบทกวีต่างๆ เป็นต้น

### 3. กรอบแนวคิดในการวิจัย (Conceptual Framework)

อาหารไทยก็ยังคงได้รับการยอมรับจากนานาประเทศว่าเป็นอาหารที่มีความกลมกล่อม มีรสชาติที่หลากหลาย สำหรับอาหารไทยประกอบไปด้วยอาหารหลากหลายประเภท ทำให้อาหารแต่ละมื้อของชาวไทยมีความโดดเด่น ไม่ซ้ำซากจำเจหรือน่าเบื่อหน่าย อีกทั้งอาหารไทยนิยมใช้วัตถุดิบท้องถิ่นและเครื่องปรุงที่มาจากธรรมชาติ เช่น น้ำปลา , กะปิ, ผักสด เครื่องเทศและสมุนไพรต่างๆ ทำให้อาหารไทยได้รับการยอมรับว่ามีประโยชน์ต่อสุขภาพและมีคุณค่าทางโภชนาการสูงอีกด้วย จากสาเหตุที่กระแสความนิยมบริโภคอาหารไทยเพิ่มสูงขึ้นในหมู่ชาวต่างชาติทั่วโลก ทำให้อาหารไทยในยุคปัจจุบันถูกปรับแต่งรสชาติของอาหารเสียใหม่ เพื่อให้ถูกรสนิยมการรับประทานของชาวต่างชาติที่ไม่คุ้นเคยกับการรับประทานอาหารรสจัดจ้าน เช่น การลดทอนปริมาณของพริกและเครื่องเทศลง , การละเว้นไม่ใช้กะปิหรือน้ำปลาในการปรุงอาหาร หรือแม้กระทั่งการนำอาหารไทยมาผสมผสานกับอาหารต่างชาติ เช่น พิซซ่าหน้าต้มยำกุ้งและแฮมเบอร์เกอร์ข้าวเหนียว เป็นต้น จนทำให้เกิดเป็นกระแสอาหารไทยประยุกต์แนวใหม่หรือที่เรียกกันทั่วไปว่า Fusion Food นั่นเอง

ไม่เพียงแต่ปัจจัยดังที่กล่าวมาข้างต้นเท่านั้น ที่ทำให้แนวโน้มอาหารไทยแบบดั้งเดิมเกิดการเปลี่ยนแปลงไปตามกระแสโลกาภิวัตน์ หากแต่วิถีชีวิตของผู้คนที่ต้องอาศัยอยู่ในเมืองใหญ่ต้องทำงานแข่งกับเวลา จนทำให้ไม่มีเวลาที่จะหุงหาอาหารรับประทานเองที่บ้านได้เหมือนเช่นแต่ก่อน ทำให้อาหารจานด่วนหรืออาหารฟาสต์ฟู้ด (Fast food) เข้ามามีบทบาทอย่างมากในสังคมคนเมืองหลวงในปัจจุบัน แม้บ้านที่เคยประกอบอาหารรับประทานเองที่บ้านก็หันมาซื้ออาหารถุงสำเร็จรูปพร้อมรับประทานเพื่อเป็นการประหยัดเวลาและมีราคาถูก การเปลี่ยนแปลงต่างๆ เหล่านี้มิได้เกิดขึ้นเพียงแค่ช่วงเวลาสั้นๆ หากแต่ค่อยๆ เปลี่ยนแปลง สัมผัสมาเป็นเวลาหลายสหัสวรรษตาม วิวัฒนาการของอารยชนและการเจริญเติบโตของเศรษฐกิจประเทศนั่นเอง สิ่งที่คนไทยละเลยและมองข้ามไม่เพียงแต่การเริ่มจะเลือนหายของศิลปะอาหารประจำภาค และทักษะการประกอบอาหารไทยแท้แบบดั้งเดิม หากแต่ความตระหนักถึงคุณค่าประเพณีและวัฒนธรรมการกินอาหารไทยเอง ก็เริ่มที่จะเลือนหายไปตามกาลเวลาด้วยเช่นกัน

โครงการวิจัย “ค่านิยมคัพทอาหารไทยประจำภาคกลางและวิถีการครัวไทย ” เป็นการร่วมแรงร่วมใจของทีมนักวิจัยจากคณะและภาควิชาต่างๆ ภายในมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต ในการที่จะร่วมกันส่งเสริมและสนับสนุนการอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรมอาหารไทย รวมทั้งการพัฒนา

องค์ความรู้เกี่ยวกับอาหารไทย โดยการรวบรวม ศึกษา ค้นคว้า เรียบเรียง ตีความและวิเคราะห์ เอกสารและบันทึกสำคัญทางประวัติศาสตร์, หนังสือ, ตำราวิชาการ, ตำรับอาหารไทย, การสัมภาษณ์, คำบอกเล่าของบุคคลร่วมสมัยที่มีความผูกพันและมีความรู้ความชำนาญด้านอาหารไทย เป็นอย่างดี มาร้อยเรียงบอกเล่าเป็นเรื่องราวเกี่ยวกับอาหารไทยในแง่มุมต่างๆ นอกเหนือจากการให้คำนิยามศัพท์ แต่เพียงอย่างเดียว และด้วยความมุ่งมั่นที่จะเตือนสติและปลูกจิตสำนึกแก่เยาวชนไทยให้มีสำนึกรัก และหวงแหนวัฒนธรรมอาหารไทยซึ่งเป็นมรดกและเอกลักษณ์ของชาติไทย

การจัดทำหนังสือเล่มนี้ ได้รับแรงบันดาลใจและสนับสนุนส่งเสริมจากท่านอธิการบดี มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต รศ.ดร.ศิริโรจน์ ผลพันธิน ในการผลักดันให้หนังสือเล่มนี้ได้ถือกำเนิดขึ้น โดยสามารถใช้เป็นแหล่งความรู้สำหรับการศึกษา ค้นคว้า และเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับอาหารไทย ในแง่มุมต่างๆ ให้เป็นที่รู้จักแก่เยาวชนไทยรุ่นหลังอีกด้วย

#### 4. ขอบเขตการวิจัย

เป็นหนังสือคำนิยามศัพท์อาหารไทยภาคกลางและวิถีการครัวไทย โดยการศึกษา และรวบรวมคำศัพท์ด้านอาหารไทย จะครอบคลุมหัวข้อต่างๆ คือ

- 1) อาหารไทยภาคกลาง
- 2) วัตถุประสงค์ท้องถิ่นภาคกลาง และตำรับอาหารไทย
- 3) เครื่องปรุงรส, เครื่องเทศและสมุนไพรไทย และ
- 4) ศิลปะการปรุง

คำศัพท์แต่ละคำจะนำเสนอตามหมวดพยัญชนะไทย 44 ตัว จาก ก-ฮ และมีเนื้อหา ครอบคลุมรายละเอียดต่างๆ เช่น ประวัติและที่มาของคำศัพท์พร้อมรูปภาพประกอบ (ถ้ามี), ประเพณี, ศิลปะและวัฒนธรรมอาหาร, วิถีชีวิตและวิถีการกินอยู่ซึ่งเกี่ยวข้องกับคำนิยามของศัพท์, ตำรับอาหาร, วิธีการปรุงและวิธีการรับประทาน เป็นต้น

#### 5. นิยามศัพท์

5.1 อาหารไทย (Thai cuisine) หมายถึง อาหารประจำของชนชาติไทยที่ ประกอบด้วยอาหารคาว อาหารหวาน และเครื่องดื่มจากผลไม้หรือสมุนไพร ที่ มีการสั่งสมและ ถ่ายทอดวิธีการปรุงมาอย่างต่อเนื่องตั้งแต่อดีต จนเป็นเอกลักษณ์ประจำชาติที่เกิดจากภูมิปัญญา ไทย<sup>12</sup>

<sup>12</sup> กอบแก้ว นาจพินิจ. 2542. **อาหารไทย**. กรุงเทพมหานคร, หน้า 1-2

5.2 อาหารไทยภาคกลาง (Central Region Cuisine) หมายถึง อาหารที่ชาวภาคกลางชอบรับประทานจนเป็นประเพณี มีรูปลักษณ์ รสชาติที่มีเอกลักษณ์โดดเด่นแตกต่างไปจากอาหารท้องถิ่นภาคอื่นๆ ของไทย<sup>13</sup> โดยในเขตภาคกลางจะมีพื้นที่ครอบคลุม 22 จังหวัด ได้แก่ กรุงเทพมหานคร นนทบุรี ปทุมธานี นครนายก ปราจีนบุรี สระแก้ว ฉะเชิงเทรา พระนครศรีอยุธยา ลพบุรี สระบุรี สิงห์บุรี อ่างทอง สุพรรณบุรี ราชบุรี กาญจนบุรี นครปฐม ชัยนาท เพชรบุรี สมุทรปราการ สมุทรสาคร สมุทรสงคราม และประจวบคีรีขันธ์

5.3 วิธีการครัวไทย หมายถึง แนว , ทาง หรือแบบแผนของการครัวไทย ซึ่งการครัวไทย มิได้มีความหมายเพียงแค่ว่าหุงหาญอาหารในครัวไทยเท่านั้น หากแต่ครอบคลุมถึง วิธี หรือเทคนิคในการเตรียมอาหาร , การประกอบอาหาร และการตกแต่งอาหาร รวมทั้งเครื่องปรุงรส , วัตถุดิบ , เครื่องเทศและสมุนไพรไทย อีกด้วย

## 6. คำสำคัญ (Keywords)

### 6.1 อาหารไทยภาคกลาง

ถึงแม้ว่าอาหารไทยหลายชนิด หลายประเภท ที่ได้รับความนิยมรับประทานทั้งในหมู่ชาวไทยเอง และชาวต่างชาติ เช่น ต้มยำกุ้ง , ผัดไทย, ยำเนื้อ, แกงเขียวหวานไก่, หรือแม้กระทั่งส้มตำ ก็ไม่อาจกล่าวชี้ชัดลงไปได้ว่า อาหารชนิดใดเป็นอาหารประจำชาติไทย (Thai national cuisine) เนื่องจากประเทศไทยประกอบไปด้วยกลุ่มประชากร ที่พำนักอยู่ต่างภูมิภาค ต่างพื้นที่ ซึ่งทำให้อาหารของแต่ละภูมิภาคมีความโดดเด่น มีเอกลักษณ์แตกต่างกันออกไป และจากลักษณะทางภูมิประเทศ ภูมิอากาศ และควมอุดมสมบูรณ์ที่แตกต่างกันไปในแต่ละภาคนั้นเอง จึงทำให้อาหารไทยในแต่ละภาคมีความแตกต่างกันตามไปหรือที่เรียกกันว่า อาหารประจำภูมิภาค หรืออาหารท้องถิ่น (Thai regional cuisines)<sup>14</sup>

สืบเนื่องจากลักษณะของอาหารประจำภาค มีความสอดคล้องกับวัฒนธรรม และสัมพันธ์กันกับระบบนิเวศของชุมชน และด้วยเหตุที่ผู้คนกลุ่มชาติพันธุ์ต่างๆ เช่น ชาวจีน , อินเดีย ที่อพยพย้ายถิ่นหลบหนีความยากจนแร้นแค้นจากประเทศแม่ ชาวฝรั่งเศส , โปรตุเกส, ฮอลแลนด์ ที่เข้ามาปฏิบัติงานราชการ ณ ดินแดนสยาม ตั้งแต่ครั้งในอดีต กลุ่มคนเหล่านี้เดินทางเข้ามาพำนักอาศัยอยู่ในประเทศไทยทั้งในเขตภาคกลาง และภูมิภาคอื่นๆ มาช้านับศตวรรษที่ผ่านมา จึงได้ก่อให้เกิดการ

<sup>13</sup> สุวัฒนา เลียบวัน. 2542. **อาหารท้องถิ่นไทยภาคกลาง (ชุดอาหารไทย เล่ม 2)**, กรุงเทพมหานคร, หน้า 36

<sup>14</sup> กอบแก้ว นางพินิจ. 2542. **อาหารไทย**. กรุงเทพมหานคร, หน้า 74

ผสมผสานภูมิปัญญาด้านอาหารเข้าด้วยกัน<sup>15</sup> ชาวไทยได้เรียนรู้และรับเอาเทคนิคการทอดอาหารด้วยน้ำมันร้อนจัด (Deep frying) และการใช้ภาชนะถ้วยชาม จากชาวจีน หรือแม้กระทั่งการนำเอาเครื่องเทศมาเป็นส่วนผสมในอาหาร ตามแบบของแกงอินเดีย โดยปรับลดความจัดจ้านของเครื่องเทศแบบแขก และตัดทอนการใช้นมสด , นมเปรี้ยวและนำเอากะทิเข้ามาทดแทน จนกระทั่งเกิดเป็นแกงไทย มีรสชาติจัดจ้านตามแบบของไทย หรือการเลียนแบบการทำขนมเบเกอรี่ของชาวต่างชาติ มาพัฒนาเป็นขนมอบแบบไทยๆ เรียกว่า ขนมฝรั่งกุฎีจีน ด้วยภูมิปัญญาไทยนับแต่ในอดีต แสดงให้เห็นถึงวิวัฒนาการของอาหารไทยภาคกลาง โดยการนำวัตถุดิบที่มีอยู่ตามธรรมชาติในเขตพื้นที่ที่ตนอาศัยมาปรับใช้ ผสมผสานจนเกิดเป็นวัฒนธรรมอาหารประจำท้องถิ่นไปในที่สุด<sup>16</sup>

นอกจากนี้ภาคกลางถือเป็นภาคที่มีความอุดมสมบูรณ์ที่สุด พื้นที่ส่วนใหญ่เป็นที่ราบลุ่มมีแม่น้ำลำธารหลายสายไหลผ่าน ข้าวปลาอาหารจึงอุดมสมบูรณ์เกือบตลอดปี รวมทั้งมีพืช ผัก ผลไม้ นานาชนิด นอกจากนี้ภาคกลางยังเป็นที่ตั้งของเมืองหลวงมานับหลายร้อยปี ตั้งแต่สมัยอยุธยาเรื่อยมาจนถึงสมัยกรุงรัตนโกสินทร์ในปัจจุบัน จึงเป็นศูนย์รวมของวัฒนธรรม , ประเพณีที่สืบทอดต่อกันมา ทั้งยังเป็นศูนย์กลางการค้าขาย และติดต่อกับต่างประเทศ มีแขกบ้าน แขกเมืองไปมาหาสู่อยู่ตลอดเวลา และที่สำคัญที่สุด คือเป็นที่ประทับของในหลวงในรัชกาลต่างๆ มีเจ้านายหลายพระองค์ รวมทั้งแวดวงชาววัง ซึ่งต่างก็มีส่วนสำคัญในการสร้างสรรค์อาหารที่เป็นแบบฉบับของคนภาคกลางอีกด้วย

ดังนั้นอาหารไทยภาคกลาง (Central region cuisine) ที่จะได้กล่าวถึงต่อไปในงานวิจัยเล่มนี้จะหมายถึง อาหารที่ชาวภาคกลางนิยมรับประทานกันจนเป็นประเพณี มีรูปลักษณะรสชาติที่มีเอกลักษณ์โดดเด่น แตกต่างไปจากอาหารท้องถิ่นภาคอื่นๆ ของไทย เช่น ต้มยำกุ้ง , ผัดไทย, แกงเขียวหวาน, ทองหยิบ, ทองหยอด, ฟอยทอง, ยำเนื้อ, ยำใหญ่, แกงจืดลูกรอก, แกงข้าไก่, ทอดมันปลาทราย, ข้าวแช่, ม้าฮ่อ และ กระทงทอง เป็นต้น

## 6.2 วิถีการครัวไทย

วิถีชีวิตของชาวไทยสยามตั้งแต่ในอดีต ช่วงสมัยสุโขทัย , อยุธยา เรื่อยมาจนถึงช่วงต้นสมัยรัตนโกสินทร์ ชาวไทยมีความเป็นอยู่ และดำเนินชีวิตแบบเรียบง่าย อาหารหลักส่วนใหญ่คือข้าวกับปลา อาหารของคนไทยสมัยก่อนในมื้อปกติประจำวันเป็นข้าว และกับข้าวง่ายๆ ซึ่งโดยส่วนใหญ่ก็คือ “ปลา” วิถีการครัวในยุคนั้นบ่งบอกว่าข้าวกับปลานั้นมีความอุดมสมบูรณ์มาก ดังหลักฐานที่

<sup>15</sup> กอบแก้ว นาจพิณีจ. 2542. **อาหารไทย**. กรุงเทพมหานคร, หน้า 74

<sup>16</sup> สุวัฒนา เลียบวัน. 2542. **อาหารท้องถิ่นไทยภาคกลาง (ชุดอาหารไทย เล่ม 2)**. กรุงเทพมหานคร, หน้า 35

ปรากฏในหลักศิลาจารึกของพ่อขุนรามคำแหงในสมัยสุโขทัย สลักข้อความว่า “กรุงสุโขทัยนี้ดี ในน้ำมีปลาในนามีข้าว” เมื่อถึงฤดูทำนา น้ำหลากมา พอเสร็จจากหว่านข้าวหรือดำนาแล้ว ชาวบ้านก็ จะพากันไปจับปลาในหนองน้ำ แต่เนื่องจากปริมาณปลาที่จับได้มีมากเกินพอที่จะกินได้หมดในคราวเดียว ชาวบ้านจึงนำปลาที่เหลือไปตากแห้ง ทำเค็ม หรือหมักทำปลาร้า เพื่อเก็บไว้กินได้ตลอดปี ข้าวกับปลา จึงเป็นของคู่กันสำหรับคนไทยทั่วไป และคงเป็นเช่นนี้มาช้านาน เพราะแม้แต่ฝรั่งที่เข้ามาเจริญสัมพันธไมตรีและค้าขายกับกรุงศรีอยุธยาเพียงช่วงระยะสั้นๆ ก็บันทึกอย่างสอดคล้องพ้องกันว่า ชาวสยามยังชีพด้วยข้าวกับปลาเป็นหลัก<sup>17</sup> ความสำคัญของปลาในฐานะอาหารหลักของคนไทยสมัยก่อน ยังเห็นได้จากวลีที่มักพูดติดปากว่า “กินข้าวกินปลา” นอกจากนั้นสำนวน ไทยหลายอย่างที่ใช้กันแพร่หลายก็อาศัยลักษณะของปลา ธรรมชาติของปลา อีกทั้งวิธีการจับปลาเป็นเครื่องเปรียบเทียบ อาทิเช่น “ข้าวใหม่ปลามัน”, “น้ำร้อนปลาเป็น น้ำเย็นปลาตาย”, และ “ปลาหมอตายเพราะปาก” เป็นต้น

เดิมทีนั้นคนไทยเป็นชาวน้ำ มีชีวิตอยู่กับข้าวในนา ปลาในหนอง อาหารหลักจึงเป็นเพียงข้าวกับปลา และไม่นิยมรับประทานสัตว์ใหญ่ พิเศษสำหรับปรุงรสที่คนไทยใช้อยู่ดั้งเดิม และยังคงความนิยมมาจนกระทั่งในปัจจุบัน คือ ตะไคร้ หอม กระเทียม กระชาย ส่วนผสมเพียงไม่กี่อย่างนี้ก็สามารถนำมาปรุงอาหารได้หลากหลายตำรับ ซึ่งก่อนหน้าที่พริกจะถูกนำเข้ามาในประเทศไทย ในสมัยสมเด็จพระนารายณ์มหาราชนั้น พริกไทยถูกใช้เป็นเครื่องปรุงรสเผ็ดร้อนให้กับอาหารไทยอยู่ก่อนแล้ว ดังนั้นพริกเทศสีสวยและมีรสชาติเผ็ดร้อนที่นำเข้ามาในประเทศไทยในยุคถัดมานั้น จึงถูกนำมาปรับประยุกต์ใช้แพร่หลายในการปรุงอาหารไทยหลากหลายชนิด เช่น น้ำพริก และเครื่องแกงชนิดต่างๆ ภายหลังเมื่อมีพืชปรุงรสชนิดอื่นและคนไทยเรียกว่าเครื่องเทศ อันหมายถึงเครื่องปรุงรสที่มาจากต่างแดน ก็ทำให้ได้ตำรับแกงไทยแบบใหม่เพิ่มขึ้นมาในสำรับกับข้าวไทย และยังคงพลอยทำให้เรียกพืชปรุงรสชนิดอื่นว่าเครื่องเทศตามไปอีกด้วย แต่อย่างไรก็ดีเมื่อคนไทยทั่วไปเริ่มหันมารับประทานสัตว์ใหญ่จำพวก เป็ด ไก่ วัว ควาย ซึ่งมีกลิ่นรุนแรง จึงจำเป็นต้องใช้เครื่องเทศเข้าช่วยดับกลิ่น<sup>18</sup> อย่างไรก็ตามแม้ว่าจะรับเครื่องเทศ และอิทธิพลด้านการปรุงอาหารประเภทแกง มาจากอินเดีย แต่คนไทยก็นำมาดัดแปลงจนแทบไม่เหลือเค้าเดิม ด้วยการลดทอนเครื่องเทศบางอย่างลง ตัดทอนเครื่องเทศบางอย่างทิ้งและเพิ่มเติมเครื่องเทศสดบางอย่างเข้าไป แกงแบบอินเดียชอบใส่นมสดหรือนมเปรี้ยวก็ตัดทิ้ง หันมาใช้ น้ำกะทิแทน สาเหตุอาจเป็นเพราะชาวไทยเราไม่ชอบนมสด หรือหาน้ำนมจากวัวได้ยาก หรืออาจเป็นเพราะมีมะพร้าวอยู่มากในบางภูมิภาคก็อาจเป็นได้

<sup>17</sup> วิบูลย์ ลี้สุวรรณ . 2547. **ภูมิปัญญาไทย: วิถีไทย (Thai Wisdom: Thai Ways of Life)**. กรุงเทพมหานคร, สำนักพิมพ์ดินอ้อ, หน้า 14

<sup>18</sup> นิจศิริ เรื่องรังษี. 2534. **เครื่องเทศ**. โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร, หน้า 2-3

ไม่เพียงแต่การใช้ภูมิปัญญาไทยดัดแปลงอาหารจากต่างชาติ มาผสมผสานเป็นอาหารไทยในแบบไทยๆ แล้วเท่านั้น ชาวไทยยังรับเอานวัตกรรมใหม่ๆ จากประเทศคู่ค้า เช่น จีน หรือแม้กระทั่งประเทศจากดินแดนฝั่งตะวันตกที่เข้ามาเจริญสัมพันธไมตรีกับดินแดนสยาม เช่น ฝรั่งเศส, ฮอลแลนด์ และโปรตุเกส ในยุคทองของการล่าอาณานิคมใหม่ วิธีการครัวไทยเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงครั้งสำคัญตั้งแต่สมัยรัชกาลที่ 4 เป็นต้นมา ตัวอย่างที่เห็นได้ชัดคือ การนำภาชนะ อุปกรณ์ครัวแบบใหม่ๆ จากประเทศจีนเข้ามาใช้ในครัวไทย เช่น กระทะก้นลึก (Wok) และน้ำมันพืช (Vegetable oil) รวมทั้งการเรียนรู้เทคนิคการปรุงอาหารแบบชาวจีน เช่น การผัด (Stir frying), การทอด (Deep Frying) หรือแม้กระทั่งการรับเอาค่านิยมวัฒนธรรมการบริโภคอาหารแบบตะวันตก ทำให้ชาวสยามชนชั้นสูงเลิกการเปิบข้าวด้วยมือ และเปลี่ยนมาใช้ ช้อน-ส้อม และมีด ตามแบบชาวฝรั่งเศสตะวันตกแทน<sup>19</sup> เป็นต้น

ดังนั้นคำว่า “วิธีการครัวไทย” ที่จะกล่าวถึงต่อไปในงานวิจัยเล่มนี้ จึงมีอีกคำว่าจะลงไปได้แน่ชัดว่า เป็นวิธีการครัวไทยของภาคกลางโดยเฉพาะเจาะจง เนื่องจากในทุกๆ ภูมิภาคของประเทศไทย ชาวบ้านในสมัยก่อนได้ใช้ภูมิปัญญาไทยอันเกิดจากการเรียนรู้ ผสมผสานกับการนำเอาสิ่งที่มีอยู่ตามธรรมชาติของท้องถิ่นตนเอง มาพัฒนาจนเกิดเป็นอาหารประจำท้องถิ่นโดยมีกรรมวิธีการเตรียมและประกอบอาหารในรูปแบบแตกต่างกันออกไป โดยอาศัยกลไกของธรรมชาติเป็นตัวชี้แนะ เช่น ในการที่ชาวบ้านพยายามที่จะเก็บรักษาอาหารสด เช่น ปลา และผัก ที่มีอยู่มากเกินไปในธรรมชาติให้สามารถเก็บไว้กินได้นานที่สุด แม้ในยามฤดูแล้ง จึงทำให้เกิดการคิดค้นกรรมวิธีการหมักดอง การทำเค็ม เช่น การทำปลาร้า น้ำปลา เป็นต้น หรือแม้กระทั่งการเรียนรู้ที่จะประกอบอาหารให้มีความหลากหลายดี ด้วยการคิดค้นวิธีใหม่ๆ ประกอบอาหารด้วยภาชนะ อุปกรณ์ครัวตามวิถีครัวไทยแบบเดิมๆ จึงเกิดมีอาหารประเภท ห่อหมก, ปลาร้าหลน, ไข่เค็ม ไข่เยี่ยวม้า เป็นต้น

คำศัพท์ต่างๆ ที่ให้ความหมายเกี่ยวกับวิธีการครัวไทยอันจะปรากฏต่อไปในงานวิจัยเล่มนี้ จะหมายรวมถึง คำศัพท์เกี่ยวกับวัตถุดิบท้องถิ่นภาคกลาง เช่น ผักต่างๆ ที่มีแหล่งกำเนิดเฉพาะในเขตจังหวัดภาคกลาง, เครื่องปรุงรส, เครื่องเทศและสมุนไพร รวมทั้งคำศัพท์เกี่ยวกับศิลปะการปรุงอาหารไทย ตำรับอาหาร และวัฒนธรรมการบริโภค เช่น การผัด, ทอด, หุง, ต้ม, หลน, แซ่อ่อม, ดอง, การโขลก, การแกะสลัก เป็นต้น ซึ่งเป็นการรวบรวมเอาคำศัพท์ที่แสดงถึงวิถีการครัวไทย อันเกิดจากภูมิปัญญาชาวบ้านและความชาญฉลาดในการเรียนรู้ ที่จะนำเอาวัตถุดิบที่มีอยู่ในแหล่งธรรมชาติ เช่น ผักสดและปลาในแม่น้ำลำคลอง มาทำการปรุงเป็นอาหารตามวิถีหรือแนวทางที่ชาวบ้านในชุมชนหรือภูมิภาคเดียวกันยึดถือปฏิบัติมาจนเกิดเป็นความเคยชิน เป็นวิธีการกินที่เป็นแบบฉบับเฉพาะของท้องถิ่นนั้นๆ หรือที่เรียกว่า “วิถีการครัว” นั้นเอง

<sup>19</sup> สารานุกรมไทยสำหรับเยาวชน (เล่ม 13). 2512. **อาหารไทย**. กรุงเทพมหานคร, หน้า 219

## 7. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

7.1 ส่งเสริมการอนุรักษ์และสืบสานมรดกไทย คุณค่า , ประเพณีและวัฒนธรรมอาหารไทยให้คงอยู่กับสังคมไทยและเยาวชนรุ่นหลังตลอดไป

7.2 สนับสนุนและส่งเสริมให้เยาวชนไทยได้รับความรู้ เกี่ยวกับคำศัพท์ต่างๆ เกี่ยวกับอาหารไทย เพื่อความเข้าใจและซาบซึ้งถึงวัฒนธรรมอาหารไทยอย่างถ่องแท้

7.3 ถ่ายทอดและเผยแพร่องค์ความรู้ เกี่ยวกับวัฒนธรรมอาหารไทยในรูปแบบขององค์ความรู้ โดยสามารถใช้ในการตีพิมพ์เผยแพร่ ในลักษณะเป็นหนังสือประเภทคำนิยามศัพท์อาหารไทยประจำภาคกลาง และใช้เป็นเอกสารประกอบการเรียนการสอนสำหรับสถาบันการศึกษา และสำหรับบุคคลทั่วไป

7.4 ใช้เป็นหนังสือประกอบการศึกษาของเยาวชนไทย และผู้ที่สนใจในการศึกษาเกี่ยวกับคำศัพท์อาหารไทย

7.5 ใช้เป็นแหล่งค้นหาความรู้และเรื่องราวต่างๆ เกี่ยวกับอาหารไทย

7.6 คณาจารย์จากหลักสูตรต่างๆ ในมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต ได้มีโอกาสฝึกค้นคว้าวิจัยและผลิตผลงานร่วมกันในสภาพการดำเนินงานที่เป็นจริง ภายใต้การควบคุมดูแล และให้คำปรึกษาอย่างต่อเนื่องและใกล้ชิดจากคณะผู้ทรงคุณวุฒิสมาชิกต่างๆ ซึ่งมีประสบการณ์สูงด้านอาหารไทยและคณาจารย์ที่มีประสบการณ์ด้านการทำพจนานุกรม เพื่อร่วมกันตีความและนิยามศัพท์สำหรับหนังสือนิยามศัพท์ ด้วยกระบวนการจัดการตามขั้นตอนที่เป็นระบบ

7.7 เป็นการสนองนโยบายของมหาวิทยาลัยราชภัฏ สวนดุสิต ที่กำหนดประเด็นยุทธศาสตร์สำหรับ ปี พ.ศ. 2549 – 2551 ที่เน้นการพัฒนาคุณภาพการบริการวิชาการเพื่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต, การอนุรักษ์ ส่งเสริม สืบสานประเพณี ศิลปวัฒนธรรม และเพื่อเป็นการสนองนโยบายของรัฐบาลที่สนับสนุนส่งเสริมให้มีการวิจัยประเภทวิจัยเพื่อพัฒนา (Research and Development) ซึ่งก่อให้เกิดผลงานที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม