

หัวข้อวิจัย	การสังเคราะห์องค์ความรู้ภูมิปัญญาอาหารท้องถิ่นในกลุ่มเมืองมรดกโลกทางวัฒนธรรม (สุโขทัย ศรีสัชนาลัยและกำแพงเพชร, พระนครศรีอยุธยา)
ผู้ดำเนินการวิจัย	พิรมาลย์ บุญธรรม, อรอนงค์ ทองมี, โสรัจจ์ วิสุทธิแพทย์} ธีรนุช ฉายศิริโชติ และจิราณูช โสภา
หน่วยงาน	โรงเรียนการเรือน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต
ปี พ.ศ.	2561

งานวิจัยเรื่อง การสังเคราะห์องค์ความรู้ภูมิปัญญาอาหารท้องถิ่นในกลุ่มเมืองมรดกโลกทางวัฒนธรรม (สุโขทัย ศรีสัชนาลัยและกำแพงเพชร, พระนครศรีอยุธยา) มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) รวบรวมองค์ความรู้ภูมิปัญญาอาหารท้องถิ่นในกลุ่มเมืองมรดกโลกทางวัฒนธรรมสุโขทัย ศรีสัชนาลัย และกำแพงเพชร, พระนครศรีอยุธยา และเพื่อ 2) สังเคราะห์องค์ความรู้ภูมิปัญญาอาหารท้องถิ่นในกลุ่มเมือง มรดกโลกทางวัฒนธรรมสุโขทัย ศรีสัชนาลัยและกำแพงเพชร, พระนครศรีอยุธยา) เป็นการดำเนินการวิจัยเชิงคุณภาพ ด้วยการสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง จากประชากรที่สุ่มแบบเจาะจง (Purposive sampling)

จากผลการวิจัย พบ องค์ความรู้ภูมิปัญญาอาหารท้องถิ่นในกลุ่มเมืองมรดกโลกทางวัฒนธรรมสุโขทัย ศรีสัชนาลัย คือ ข้าวเป็็บ แกงป่าปลาช่อน แกงขี้เหล็ก น้ำพริกไข่ชอก และตามด้วยอาหารหวาน คือ ขนมต้มขาว องค์ความรู้ภูมิปัญญาอาหารท้องถิ่นในกลุ่มเมืองมรดกโลกทางวัฒนธรรม กำแพงเพชร นครชุม คือ แกงมะสะชะ ขนมจีบ ไส้กรอกถั่ว และเมี่ยงมะพร้าว และองค์ความรู้ภูมิปัญญาอาหารท้องถิ่นในกลุ่มเมืองมรดกโลกทางวัฒนธรรมพระนครศรีอยุธยา คือ แกงเหงาหงอด ต้มจืด ยำทวาย พริกเกลือ และขนมดอกโสน

และพบผลการสังเคราะห์องค์ความรู้ภูมิปัญญาอาหารท้องถิ่นในกลุ่มเมืองมรดกโลกทางวัฒนธรรม (สุโขทัย ศรีสัชนาลัยและกำแพงเพชร, พระนครศรีอยุธยา) ในด้านประวัติความเป็นมา วัตถุประสงค์และประโยชน์ต่อผู้บริโภค วิธีการปรุง รูปแบบการบริโภคและการจัดเสิร์ฟ ดังนี้ ภูมิปัญญาอาหารท้องถิ่น มีประวัติความเป็นมาที่ยาวนาน เป็นที่ยอมรับในด้านความอร่อย มีคุณค่าทางโภชนาการสูง มีความปลอดภัย มีรสชาติเผ็ดร้อนจากพริกสดสมุนไพร เป็นการเพิ่มรสชาติและสร้างมูลค่าเพิ่มให้แก่อาหารไทยได้ ภูมิปัญญาอาหารท้องถิ่นเกิดจากการสั่งสมภูมิปัญญาของบรรพบุรุษ ในการนำเอาทรัพยากรธรรมชาติในท้องถิ่นมาใช้เป็นวัตถุดิบในการปรุงอาหารเป็นอาหารที่เป็นไปตามความเชื่อ ค่านิยม วิถีชีวิต และความรู้ของแต่ละสังคม มีคุณลักษณะเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ด้านอาหาร มีความเป็นอัตลักษณ์เฉพาะตัว ควรที่จะนำไปขยายผลต่อยอดให้มีความโดดเด่นและถ่ายทอดไปยังลูกหลานให้เกิดความภาคภูมิใจได้ทั้งในปัจจุบันและในอนาคต

วัตถุดิบและประโยชน์ต่อผู้บริโภค ภูมิปัญญาอาหารท้องถิ่นประกอบไปด้วยวัตถุดิบจำพวกข้าว เนื้อสัตว์ ผัก วัตถุดิบสำหรับปรุงรส และวัตถุดิบปรุงกลิ่น โดยในแต่ละพื้นที่ที่มีความแตกต่างกันไปตามลักษณะทางภูมิศาสตร์ ที่ส่งผลต่อแหล่งอาหารธรรมชาติในแต่ละท้องถิ่นของประเทศไทย ถือเป็นฐานการผลิตอาหารอันสมบูรณ์สำหรับผู้บริโภคทุกกลุ่มสามารถเข้าถึงอาหารที่มีคุณภาพและปลอดภัย มีความโดดเด่นด้านวัตถุดิบพื้นบ้านที่หมุนเวียนผลัดเปลี่ยนกันไป ตามฤดูกาล มีการคัดสรรอาหารและวัตถุดิบอย่างดี โดยเฉพาะด้านความสด เป็นอาหารที่มีไขมันต่ำ มีเส้นใยอาหารสูง มีคุณค่าทางโภชนาการครบถ้วนตามที่ร่างกายต้องการ ภูมิปัญญาอาหารท้องถิ่นมีรสชาติที่อร่อยกลมกล่อม หลากหลายรส และมีเอกลักษณ์ที่บ่งชี้ถึงวัฒนธรรมและภูมิปัญญาของคนไทยในแต่ละท้องถิ่น ที่สร้างสรรค์ปรุงแต่งให้เป็นอาหาร มีการผสมผสานกันอย่างลงตัวระหว่างวัตถุดิบที่เป็นเนื้อสัตว์ พืชผักสมุนไพร ที่เป็นทั้งเครื่องปรุงรสและเครื่องปรุงกลิ่น ที่มีอยู่ในท้องถิ่น

วิธีการปรุงภูมิปัญญาอาหารท้องถิ่น ประกอบไปด้วยการต้ม แกง ยำ ต้ม มีวิธีการปรุงเรียบง่าย ไม่ยุ่งยากซับซ้อน ใช้เวลาไม่มาก ใช้น้ำมันในการปรุงอาหารน้อย มีการใช้เนื้อสัตว์ที่หาได้ในท้องถิ่น ได้แก่ ปลา ไก่ ไข่ หมู และสัตว์อื่น มีความหลากหลายทั้งเผ็ด จืด เค็ม เปรี้ยว หวานและมัน อันเป็นรสชาติได้มาจากเครื่องปรุง และวัตถุดิบต่างกัน

รูปแบบการบริโภคและการจัดเสิร์ฟ เป็นความรู้ที่ได้รับการสืบทอดต่อกันมาจากคนรุ่นหนึ่งสู่คนอีกรุ่นหนึ่ง ในการเลือกสรรและประดิษฐ์อาหารรับประทานจนกลายเป็นวัฒนธรรมการรับประทาน ที่แสดงเอกลักษณ์ ผ่านการคิดค้นสร้างสรรค์ จดจำ ถ่ายทอด และสืบทอดกันมาจนกลายเป็นวิถีการรับประทานในยุคปัจจุบัน สมัยโบราณ ครอบครัวไทยมีรูปแบบการบริโภคอาหาร โดยการนั่งรับประทานอาหารกับพื้นบ้าน นั่งล้อมวง ตักข้าวจากโถใส่จานอาหาร จัดกับข้าวมาเป็นสำรับ วางสำรับไว้ตรงกลาง มีช้อนกลางสำหรับตักกับข้าว แล้วเปิบอาหารด้วยมือ มีขันหรือจอกตักน้ำ และกระโถนเตรียมไว้ เพื่อรองน้ำล้างมือ ซึ่งชาวบ้านนาต้นจันทน์ก็ยังคงอนุรักษ์รูปแบบการบริโภคและการจัดเสิร์ฟไว้ได้เป็นอย่างดี สำหรับนักท่องเที่ยวชาวไทยและชาวต่างชาติที่มาเยี่ยมเยือน

Topic of Research	The Body of Knowledge of the Local Food Wisdom Synthesis in the World Heritage Site Culture (Sukhothai, Si-Satchanalai, Kamphaengphet, Phra Nakhon Si Ayutthaya)
Researchers	Piramal Buntham, Onanong Thongmee, Sorat Wisutthipaet, Teeranuch Chysirichote and Chiranut Sopha
Agency	School of culinary art, Graduated School
Year	2018

Research on study of The Body of Knowledge of the Local Food Wisdom Synthesis in the World Heritage Site Culture (Sukhothai, Si-Satchanalai, Kamphaengphet, Phra Nakhon Si Ayutthaya) aims to study 1) The Body of Knowledge of the Local Food Wisdom in the World Heritage Site Culture (Sukhothai, Si-Satchanalai, Kamphaengphet, Phra Nakhon Si Ayutthaya) and to study 2) The Body of Knowledge of the Local Food Wisdom Synthesis in the World Heritage Site Culture (Sukhothai, Si-Satchanalai, Kamphaengphet, Phra Nakhon Si Ayutthaya) and qualitative data collection from semi-structured interviews from purposive sampling.

The research result found that: The Body of Knowledge of the Local Food Wisdom in the World Heritage Site Culture Sukhothai, Srisatchanalai are Khaow Poep, Kaeng Pa Pla Chon, Kaeng Kee Hlak, Num Prig Song Kai and Khanom Tom Khaow. The Body of Knowledge of the Local Food Wisdom in the World Heritage Site Culture Kamphaengphet are Kang Ma Hae, Kanom Jeeb, Sai Krog Tou and Miang Ma Maprow. And The Body of Knowledge of the Local Food Wisdom in the World Heritage Site Culture Phra Nakhon Si Ayutthaya are Kang Ngow Ngod, Tom Jiew, Yam Tawai, Prig Ka Kueh and Kanom Dok Sano.

The Body of Knowledge of the Local Food Wisdom Synthesis in the World Heritage Site Culture (Sukhothai, Si-Satchanalai, Kamphaengphet, Phra Nakhon Si Ayutthaya) found that Local food wisdom have been a long historical that deliciused, hight nutrition, safty food, spicy from vegetable and herbal that able to added up a taste and for Local food wisdom valued added that accumulation wisdom from ancestors that taken law material from natural local resource for their cooking and local food wisdom were according to social believed valued lifestyle and the knowledge.

The local food wisdom characteristic and unique were shown the science and the arts that should give a value added and transfer to descendants for their present and future pride.

The raw material and consumer useful found that The raw material of Local Food Wisdom were rice, meat, vegetable, raw material for seasoning and the raw material for smell were different from each other local that depended on their geography and environment that effect to the kinds of natural food source in Thailand that able to produce plentifully of food for consumer able to reach the food quality, food safety, nutrition valued. The local raw material able to change from each season, concerned for raw material quality specially for fresh, low fat, high fiber, rich with nutrition for human need. Local food wisdom have several delicious taste and got culture unique of each local that creative of their food that suitable for their cooking from meat vegetable, herb, and also vegetable for good taste and good smell.

Culinary were found that the Local Food Wisdom was cook by Tom, Keang, yam and tum all of them were easy to cook, less time, few oil and got meat from their local area were fish chicken egg pork and others local meat. Local wisdom food taste were spicy, mild, salty, sour sweet and rich that gotten from the different seasoning and raw material

Food consumption and food serving style were found that these knowledge transfer from ancestor to young generation for selected and creative way to eat their food until become to their own culture that have shown their own unique through creation remember transfer and continue become their way to eat their food for nowadays. In ancient period Thai family have their own way to eat by sit around on wood floor , take rice from rice bowl to a dish, and keep course eaten with rice in the middle, got middle spoon, took rice to mount by hand and must prepare a jug of water for clean hand for all eating styles were transfer to present that Banna ton Jun villagers were conservative eating style for Thai and foreigner gastronomy tourist that come to visit and revisit.