

การพัฒนาตำรับอาหารไทยตามมาตรฐานวิทยาลัยดุสิตธานี : อาหารคาว

The Development of Thai Food Recipes in Accordance with Dusit Thani College Standard: Maindishes

- ◆ ศิริพงษ์ รักใหม่
รองอธิการบดีฝ่ายวิจัย วิทยาลัยดุสิตธานี
Siripong Rugmai
Vice President for Research Division, Dusit Thani College, E-mail : siripong.ru@dtc.ac.th
- ◆ พชร พิริยาพร
อาจารย์ประจำคณะอุตสาหกรรมบริการ วิทยาลัยดุสิตธานี
Pachara Piriyaorn
Lecturer, Faculty of Hospitality Industry, Dusit Thani College, E-mail : pachara.pi@dtc.ac.th
- ◆ ฌานิกา ศรีวรรณวิทย์
อาจารย์ประจำคณะอุตสาหกรรมบริการ วิทยาลัยดุสิตธานี
Chanika Sriwanawit
Lecturer, Faculty of Hospitality Industry, Dusit Thani College, E-mail : chanika.sr@dtc.ac.th
- ◆ ฉวีวรรณ สุขศรี
อาจารย์ประจำสาขาการจัดการครัวและศิลปะการประกอบอาหาร คณะอุตสาหกรรมบริการ
วิทยาลัยดุสิตธานี
Chaweewan Suksri
Lecturer, Culinary Arts and Kitchen Management, Faculty of Hospitality Industry
Dusit Thani College, E-mail: chaweewan.su@dtc.ac.th
- ◆ อรรถสิทธิ์ โอพัง
อาจารย์ประจำสาขาการจัดการครัวและศิลปะการประกอบอาหาร คณะอุตสาหกรรมบริการ
วิทยาลัยดุสิตธานี
Atthasit Ophang
Lecturer, Culinary Arts and Kitchen Management, Faculty of Hospitality Industry
Dusit Thani College, E-mail: atthasit.op@dtc.ac.th

Abstract

This article is a part of the study entitled “The Development of Thai Food Recipes in Accordance with Dusit Thani College Standard Phase 2” aimed to develop standard recipes of

Thai food main dishes. The research was carried out by the team of researchers from Dusit Thani College who were knowledgeable and experienced in teaching and cooking Thai cuisine. Thus, the study aimed to develop Thai food recipes based on the specific criterias. The dishes must be traditionally Thai, renowned locally and internationally, healthy and could be cooked with main ingredients which were easily found. The research methods applied were first to study related documents about Thai cuisine and then brainstorm among the team of researchers. This was to select list of Thai food recipes for cooking trial in order to obtain recipes of Thai food based on Dusit Thani College standard. In addition, Thai food recipes were focused on main dished. The reflection was drawn from 30 selected subjects from Dusit Thani College students, instructors and staff who tasted the food, evaluated and made suggestions according to the evaluation form distributed earlier. Data were analyzed by descriptive statistics. The findings revealed that there were 9 main dishes of Thai food recipes.

Keywords: Thai food, Standard recipe, Dusit Thani College

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้เป็นส่วนหนึ่งของโครงการวิจัยการพัฒนาตำรับอาหารไทยตามมาตรฐานวิทยาลัยดุสิตธานี ระยะที่ 2 มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาตำรับมาตรฐานอาหารไทยประเภทอาหารคาว โดยคณาจารย์คณะวิจัยจากวิทยาลัยดุสิตธานี ซึ่งมีความรู้และประสบการณ์ในการสอนและประกอบอาหารไทย การพัฒนาตำรับอาหารไทย คำนึงถึงปัจจัยสำคัญด้านความเป็นอาหารไทยตำรับดั้งเดิม ความนิยมและเป็นที่ยอมรับทั้งในและต่างประเทศ วัตถุประสงค์และส่วนประกอบสำคัญสามารถหาได้ง่าย และมีประโยชน์ต่อสุขภาพ วิธีดำเนินการวิจัยใช้วิธีการศึกษาค้นคว้าข้อมูลเกี่ยวกับตำรับอาหารไทย และระดมความคิดเห็นจากคณะผู้วิจัย เพื่อคัดเลือกรายชื่อตำรับอาหารไทย ทำการทดลองประกอบอาหารจนได้ตำรับอาหารไทยตามมาตรฐานวิทยาลัยดุสิตธานีประเภทอาหารคาว การประเมินผลการทดลอง อาศัยตัวอย่างนักศึกษา คณาจารย์ และบุคลากรวิทยาลัยดุสิตธานี จำนวน 30 คน เพื่อชิมอาหารไทยที่ปรุงตามตำรับอาหารไทยที่กำหนดไว้ ประเมินและให้ข้อเสนอแนะตามแบบประเมินที่จัดเตรียมไว้ล่วงหน้า วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา ผลการวิจัยได้ตำรับอาหารไทยตามมาตรฐานวิทยาลัยดุสิตธานีประเภทอาหารคาว 9 รายการ

คำสำคัญ : อาหารไทย ตำรับมาตรฐาน วิทยาลัยดุสิตธานี

บทนำ

อาหารไทยเป็นอาหารประจำชาติของประเทศไทยที่มีประวัติความเป็นมาและมีพัฒนาการมาอย่างต่อเนื่องยาวนาน ตลอดระยะเวลาหลายปีที่ผ่านมาอาหารไทยหลายชนิดมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักและได้รับความนิยมจากชาวต่างชาติอย่างแพร่หลายไปทั่วโลก การประกอบธุรกิจร้านอาหารไทยในต่างประเทศ

มีการขยายตัวในระดับสูงอย่างต่อเนื่องทั้งจากการลงทุนโดยผู้ประกอบการชาวไทยและชาวต่างชาติ กรมส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศประมาณการว่า ปัจจุบันมีจำนวนร้านอาหารไทยทั่วโลกประมาณ 15,000 ร้าน (Newsplus, 2016) ร้านอาหารไทยในต่างประเทศจำนวนมากมีเจ้าของและบริหารงานโดยชาวต่างชาติ รวมถึงมีพ่อครัวที่ไม่ใช่คนไทยและไม่ผ่านการอบรมด้านอาหารไทยมาก่อน (Dailynews, 2015) ทำให้รสชาติอาหารและการให้บริการผิดเพี้ยนไป ส่งผลต่อภาพลักษณ์และชื่อเสียงของอาหารไทย ตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา รัฐบาลไทยได้พยายามผลักดันกลยุทธ์ครัวไทยสู่ครัวโลก เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนให้อาหารไทยเป็นที่แพร่หลายไปทั่วโลก โดยนับตั้งแต่ปี พ.ศ. 2547 เป็นต้นมา รัฐบาลมีนโยบายที่จะผลักดันให้อาหารไทยสามารถสร้างรายได้ให้ประเทศเพิ่มขึ้น โดยการส่งเสริมให้มีการส่งออกวัตถุดิบและเครื่องปรุงอาหารไทยไปต่างประเทศ รวมถึงมีการสนับสนุนการเปิดธุรกิจร้านอาหารไทยในต่างประเทศ เพื่อส่งเสริมให้อาหารไทยใช้วัตถุดิบของไทยและให้บริการอาหารไทยรสชาติไทยแท้ที่มีมาตรฐานสากล (The Thailand Research Fund, 2004) รวมทั้งหน่วยงานภาครัฐที่เกี่ยวข้องได้มีมาตรการและกลยุทธ์ต่าง ๆ ในการให้การรับรองมาตรฐานอาหารไทยและการให้บริการร้านอาหารไทย เพื่อส่งเสริมธุรกิจร้านอาหารไทยในต่างประเทศ และสร้างความเชื่อมั่นแก่ชาวต่างชาติในการบริโภคอาหารไทยแท้แบบต้นตำรับ

นับตั้งแต่อดีตที่ผ่านมา อาหารไทยยังไม่มี ความหลากหลายมากนัก ตำรับอาหารไทยดั้งเดิมมักประกอบอาหารที่ใช้ปลาเป็นวัตถุดิบหลัก (Brissenden, 2003) ต่อมาเมื่อมีการติดต่อค้าขายกับต่างประเทศ พัฒนาการในการประกอบอาหารไทยจึงได้รับอิทธิพลจากต่างประเทศและมีการปรับเปลี่ยนผสมผสานกันไปตามยุคสมัย อย่างไรก็ตามเอกลักษณ์สำคัญของอาหารไทยคือ เป็นอาหารที่มีรสชาติหลากหลาย มีกลิ่นเฉพาะตัวที่เกิดจากวัตถุดิบ และส่วนประกอบจากเครื่องเทศ น้ำพริก และผักต่าง ๆ วัตถุดิบในการประกอบอาหารไทยมีหลากหลาย สามารถใช้ทดแทนกันได้ มักปรับเปลี่ยนและยืดหยุ่นไปตามท้องถิ่นและฤดูกาล (Jewcharoensakul, 2007) ทำให้ตำรับอาหารไทยในปัจจุบันมีความหลากหลายแตกต่างกันไปตามความเหมาะสมของแต่ละพื้นที่ ตำรับอาหารไทยรายชื่อเดียวกันอาจมีส่วนผสมของวัตถุดิบแตกต่างกันได้ เนื่องจากมีที่มาและสืบทอดต่อ ๆ กันมาเป็นระยะเวลาอันยาวนาน การศึกษาค้นคว้าวิจัยเกี่ยวกับอาหารไทยจึงเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการสร้างองค์ความรู้ และการอนุรักษ์คุณค่าของอาหารไทยให้คงอยู่คู่ประเทศไทยสืบไป

เนื่องจากอาหารไทยเป็นอาหารประจำชาติที่สะท้อนให้เห็นถึงวิถีชีวิตและวัฒนธรรมความเป็นไทย วิทยาลัยดุสิตธานีในฐานะที่เป็นสถาบันอุดมศึกษาที่จัดการศึกษาด้านการจัดการครัวและศิลปะการประกอบอาหาร จึงตระหนักถึงความสำคัญของการศึกษาวิจัยเพื่อพัฒนาองค์ความรู้เกี่ยวกับอาหารไทย ในช่วงปี พ.ศ. 2553 - 2555 วิทยาลัยได้ดำเนินการวิจัยการพัฒนาตำรับอาหารไทยตามมาตรฐานวิทยาลัยดุสิตธานี เพื่อมุ่งพัฒนาตำรับอาหารไทยที่มีลักษณะความเป็นอาหารไทยต้นตำรับ โดยการคัดเลือกรายชื่ออาหารไทยที่มีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักอย่างแพร่หลายจำนวน 22 รายการ ประกอบด้วยอาหารคาว 11 รายการ อาหารว่าง 6 รายการ และขนมหวาน 5 รายการ เพื่อพัฒนาให้เป็นตำรับอาหารไทยและเผยแพร่ให้ผู้สนใจประกอบอาหารไทยที่มีวัตถุดิบและรสชาติดั้งเดิมทั้งชาวไทยและชาวต่างชาติสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางใน

การประกอบอาหารไทยได้ รวมทั้งใช้เป็นความรู้ในการพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอนที่เกี่ยวข้องกับอาหารไทย (Rugmai et. al., 2012) อย่างไรก็ตาม เนื่องจากตำรับอาหารไทยประเภทต่าง ๆ ยังมีอยู่อีกเป็นจำนวนมากที่ยังขาดการศึกษาวิจัย วิทยาลัยจึงมุ่งมั่นที่จะพัฒนาตำรับอาหารไทยอื่น ๆ เพิ่มเติม เพื่อส่งเสริมการอนุรักษ์อาหารไทยบนฐานการวิจัย โดยการจัดทำโครงการวิจัยอาหารไทยตามมาตรฐานวิทยาลัยดุสิตธานี ระยะที่ 2 ขึ้นในครั้งนี้

วัตถุประสงค์

เพื่อพัฒนาตำรับอาหารไทยประเภทอาหารคาวให้เป็นตำรับอาหารไทยตามมาตรฐานของวิทยาลัยดุสิตธานี

ขอบเขตการวิจัย

1. ศึกษาตำรับอาหารไทย (Thai Food Recipe) ประเภทอาหารคาว โดยอาศัยหลักฐานทางประวัติศาสตร์และข้อมูลจากผู้เชี่ยวชาญด้านอาหารไทย เพื่อยืนยันความเป็นตำรับอาหารไทยที่มีบันทึกไว้ในเอกสารหลักฐานทางประวัติศาสตร์ ตลอดจนคำยืนยันจากผู้เชี่ยวชาญซึ่งเป็นที่ยอมรับในสังคมว่าเป็นตำรับอาหารไทยที่มีการประกอบอาหารและบริโภคกันในภูมิภาคต่าง ๆ ของประเทศไทย

2. การคัดเลือกรายชื่ออาหารไทย และการกำหนดตำรับอาหารมาตรฐาน (Standard Recipe) คำนึงถึงความเป็นอาหารไทยแท้ต้นตำรับที่มีหลักฐานเชิงประจักษ์ รวมทั้งความมีคุณค่าทางโภชนาการหรือเป็นอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ ใช้วัตถุดิบหลักที่มีคุณประโยชน์ต่อผู้บริโภคเป็นสำคัญ โดยมุ่งเน้นวัตถุดิบหลักที่หาได้ง่ายตามตำรับดั้งเดิม เป็นที่นิยม และรู้จักทั้งในและต่างประเทศ

3. การประเมินผลการทดลองเพื่อพัฒนาเป็นตำรับมาตรฐานวิทยาลัยดุสิตธานี อาศัยกลุ่มตัวอย่างที่เป็นตัวแทนของวิทยาลัยทั้งจากอาจารย์ บุคลากร และนักศึกษาที่ทำการสอนและศึกษาอยู่ในสาขาการจัดการครัวและศิลปะการประกอบอาหารเป็นสำคัญ ซึ่งเป็นผู้ที่มีความรู้ความเข้าใจและมีประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับอาหารไทยเป็นอย่างดี

การทบทวนวรรณกรรม

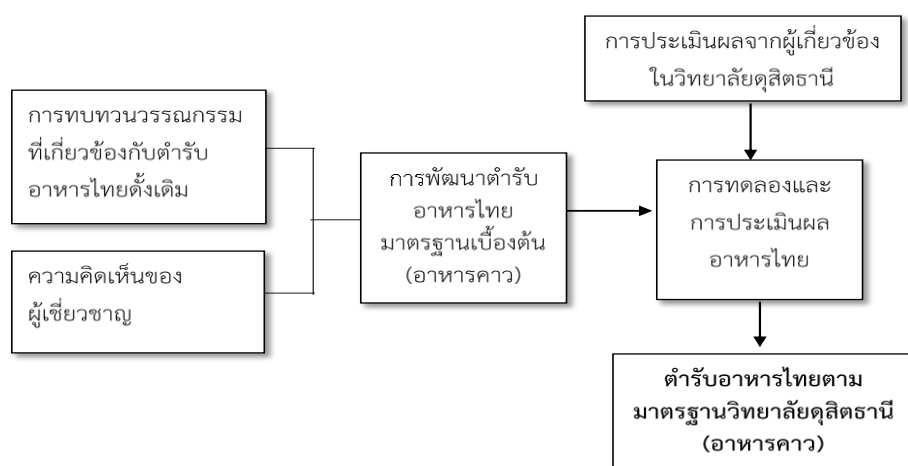
ตำรับอาหารไทยในอดีตที่มีการถ่ายทอดกันมา ส่วนใหญ่ไม่ได้ระบุรายละเอียดของสัดส่วนวัตถุดิบและเครื่องปรุงไว้อย่างชัดเจน ผู้ประกอบอาหารไทยมักอาศัยประสบการณ์และความชำนาญในการประกอบอาหารและการปรุงรสชาติให้กลมกล่อม เนื่องจากอาหารไทยเป็นอาหารที่มีรสชาติอร่อย หลากหลายรส ทั้งเปรี้ยว หวาน เค็ม และเผ็ด อาหารไทยจะมีกลิ่นเฉพาะตัวซึ่งเกิดจากวัตถุดิบ และส่วนประกอบต่าง ๆ ทั้งจากเครื่องเทศ น้ำพริก หรือผักชนิดต่าง ๆ วัตถุดิบที่ใช้ในการประกอบอาหารไทยมีหลากหลาย สามารถใช้ทดแทนกันได้ จึงมักจะยึดหยุ่นตามผักพื้นบ้านในแต่ละท้องถิ่น และตามฤดูกาล (Jewcharoensakul, 2007) อย่างไรก็ตาม การประกอบอาหารให้มีรสชาติอร่อย ไม่ได้ขึ้นอยู่กับทักษะของการประกอบอาหาร และตำรับอาหารเท่านั้น แต่ยังขึ้นอยู่กับระดับของความร้อน (Intensity of Heat) ที่ใช้ในการปรุงอาหารด้วย ปัจจัยต่าง ๆ ที่ส่งผลต่อระดับของความร้อนที่ใช้ในการประกอบและปรุงอาหาร ซึ่งผู้ประกอบอาหารจะต้องให้ความสำคัญ

(Dodgshun and Peters, 2004) ได้แก่ 1) ความอ่อนหรือความแข็งของอาหาร 2) เป็นอาหารที่มีส่วนประกอบพื้นฐานมาจากเนื้อสัตว์หรือผัก 3) ขนาดหรือชิ้นส่วนของวัตถุดิบที่ใช้ปรุงอาหาร 4) มีส่วนผสมที่เป็นของแข็งของสด หรือของแข็ง 5) ประเภทของแหล่งความร้อน และ 6) คุณภาพของกระทะและอุปกรณ์การประกอบอาหาร ส่วนการกำหนดปริมาณอาหารและการนำเสนอรายการอาหารนั้น การจัดสำรับอาหารให้มีปริมาณอาหารที่เหมาะสม จะขึ้นอยู่กับปัจจัยต่าง ๆ ได้แก่ 1) ความคาดหวังของผู้บริโภค 2) จำนวนของอาหาร (Course) ที่เสิร์ฟ 3) ความต้องการทางโภชนาการและสภาพร่างกายของผู้บริโภค 4) จำนวนและความหลากหลายของการตกแต่งและส่วนประกอบต่าง ๆ 5) ทางเลือกของการออกแบบและปริมาณของการปรุงอาหาร

การศึกษาค้นคว้าผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับอาหารไทย พบว่า ส่วนใหญ่มุ่งพัฒนาตำรับอาหารไทยเฉพาะกลุ่มผู้บริโภค อาทิ การวิจัยตำรับอาหารไทยเพื่อลดความเสี่ยงโรคมะเร็งของ มลฤดี สุขประสารทรัพย์ และแก้ว กังสดาลอำไพ (Sukprasansap and Kangsadalampai, 2009) และการวิจัยเพื่อพัฒนาสำรับอาหารไทยเพื่อสุขภาพบนพื้นฐานเศรษฐกิจพอเพียงและบริบทชุมชนของ รวีโรจน์ อนันตธนาชัย และคณะ (Anantathanachai et al. (2010) นอกจากนี้ยังมีการศึกษาวิจัยเชิงประวัติศาสตร์เกี่ยวกับวิวัฒนาการของรูปแบบการประกอบอาหาร และเครื่องมือที่ใช้ในการประกอบอาหารไทยในภูมิภาคต่าง ๆ ของ เพลินพิศ หาญเจริญวนะภูษิต และคณะ (Hancharoenwanaphusit et al., 2016) เป็นต้น

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลองเพื่อทดสอบตำรับอาหาร พร้อมทั้งการสำรวจความเห็นจากผู้เกี่ยวข้องเพื่อพัฒนาเป็นตำรับอาหารตามมาตรฐานวิทยาลัยดุสิตธานี ตามกรอบแนวคิดดังนี้



นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

อาหารไทย หมายถึง สิ่งที่ใช้สำหรับการบริโภคที่มีส่วนผสมมาจากวัตถุดิบต่าง ๆ ซึ่งสะท้อนถึงความโดดเด่นเป็นเอกลักษณ์ของประเทศไทย มีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักและได้รับการยอมรับอย่างแพร่หลาย

ในด้านของรสชาติหลากหลาย กลมกล่อมทั้งเปรี้ยว หวาน เค็ม และเผ็ด รวมถึงมีส่วนประกอบของวัตถุดิบประเภทสมุนไพรที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย

ตำรับอาหารไทย หมายถึง รายการอาหารที่แสดงถึงองค์ประกอบหรือสัดส่วนของวัตถุดิบต่าง ๆ ตลอดจนกรรมวิธีและขั้นตอนในการประกอบอาหาร

มาตรฐานวิทยาลัยดุสิตธานี หมายถึง สิ่งที่เกี่ยวข้องเป็นหลักเกณฑ์ในการดำเนินการหรือเปรียบเทียบที่เกี่ยวข้องกับอาหารไทย ซึ่งกำหนดขึ้นโดยวิทยาลัยดุสิตธานี โดยมุ่งเน้นด้านมาตรฐานการประกอบอาหาร (Cooking Standards) วิธีการให้บริการ (Serving Standards) และวิธีการบริโภค (Consuming Standards)

อาหารคาว หมายถึง อาหารที่รับประทานคู่กับข้าว มีหลายประเภท เช่น ต้มแกง แกงเผ็ด แกงป่า แกงคั่ว ยำ ปลา ต้ม ต้มยำ ผัด น้ำพริกเครื่องจิ้ม เป็นต้น

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเพื่อพัฒนาตำรับอาหารไทยตามมาตรฐานวิทยาลัยดุสิตธานีในครั้งนี้จะเน้นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) โดยมีขั้นตอนการวิจัยดังนี้

1. ศึกษาข้อมูลทุติยภูมิที่เกี่ยวข้องกับอาหารไทย เพื่อให้ได้รายชื่ออาหารไทยที่แสดงถึงความเป็นอาหารไทยแท้หรืออาหารไทยต้นตำรับ
2. คัดเลือกรายชื่ออาหารไทยประเภทอาหารคาวจำนวนหนึ่ง เพื่อนำมาสร้างเป็นตำรับอาหารเบื้องต้น (Recipe) สำหรับใช้ในการทดลอง โดยได้รายชื่ออาหารคาวจำนวน 9 รายชื่อ
3. ทดลองประกอบอาหารไทยตามตำรับอาหารไทยเบื้องต้นซ้ำ ๆ หลายครั้ง พร้อมทั้งปรับปรุงตำรับอาหารมาตรฐาน (Standard Recipe) เพื่อให้ได้ตำรับอาหารไทยที่มีรสชาติและรูปลักษณ์ตามมาตรฐานอาหารไทยแท้ต้นตำรับ
4. ประกอบอาหารแต่ละรายการตามตำรับอาหารมาตรฐาน (ปริมาณ 2 ที่) เพื่อประเมินอาหารโดยกลุ่มตัวอย่างอาจารย์ นักศึกษา และบุคลากรของวิทยาลัยตำรวจ 30 คน โดยใช้แบบประเมินอาหารที่เตรียมไว้ล่วงหน้า
5. ปรับปรุงตำรับอาหารมาตรฐาน (อาหารคาว) ตามผลการประเมินและข้อเสนอแนะ เพื่อพัฒนาเป็นตำรับอาหารไทยตามมาตรฐานวิทยาลัยดุสิตธานีประเภทอาหารคาว

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้มุ่งเน้นการพัฒนาตำรับอาหารมาตรฐาน (Standard Recipe) สำหรับอาหารไทย เพื่อให้เป็นตำรับมาตรฐานของวิทยาลัยดุสิตธานี ในกระบวนการวิจัยจึงอาศัยเครื่องมือวิจัยต่าง ๆ ได้แก่ ตำรับมาตรฐาน (Standard Recipe) ซึ่งดัดแปลงจากตำรับอาหารมาตรฐานทั่วไป ห้องครัวสำหรับการทดลองประกอบอาหารไทย ผู้ช่วยในการประกอบอาหาร อุปกรณ์ครัว รวมถึงวัตถุดิบต่าง ๆ ที่ใช้ในการประกอบอาหาร กลุ่มตัวอย่างสำหรับการประเมินผลอาหารไทย โดยอาศัยอาสาสมัครจากอาจารย์ บุคลากร และนักศึกษาของวิทยาลัยดุสิตธานีจำนวนไม่น้อยกว่า 30 คนต่ออาหาร 1 ตำรับ แบบบันทึก

การวิจัย เพื่อบันทึกข้อสังเกตระหว่างการวิจัยทดลองประกอบอาหารตามตำรับมาตรฐาน และแบบประเมินผลอาหารที่ปรุงสำเร็จตามตำรับมาตรฐาน ซึ่งได้ออกแบบไว้แล้วล่วงหน้า โดยกำหนดประเด็นการประเมินไว้ 9 ประเด็น ได้แก่ 1) ปริมาณ (2 ที่) 2) รูปแบบการนำเสนอ 3) ลักษณะดั้งเดิม 4) รสชาติ 5) เนื้อสัมผัส 6) กลิ่น 7) ความสุขของส่วนผสม 8) สี สัน การตกแต่ง และ 9) ความพึงพอใจโดยรวม โดยการสอบถามถึงความเหมาะสมของแต่ละประเด็น กำหนดระดับคะแนนแบบมาตรวัดอัตราส่วน 5 ระดับ (Rating Scale) พร้อมทั้งสอบถามข้อคิดเห็น และข้อเสนอแนะเพิ่มเติม เพื่อนำไปใช้ปรับปรุงตำรับอาหารในขั้นตอนต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูลวิจัย

ข้อมูลที่ได้จากการประเมินผลอาหารสำหรับการทดลองประกอบอาหารในแต่ละตำรับตามตำรับอาหารมาตรฐานเบื้องต้น วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพรรณนา (Descriptive Statistics) ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) โดยกำหนดเกณฑ์การแปลความหมาย ได้แก่ 1.00 - 1.49 หมายถึง ความพึงพอใจน้อยที่สุด 1.50 - 2.49 ความพึงพอใจน้อย 2.50 - 3.49 ความพึงพอใจปานกลาง 3.50 - 4.49 ความพึงพอใจมาก และ 4.50 - 5.00 ความพึงพอใจมากที่สุด ตามลำดับ

สรุปผลการวิจัย

การประเมินผลการทดลองตำรับอาหารคาว ซึ่งประกอบอาหารตามตำรับอาหารมาตรฐาน จำนวน 9 รายการ ได้แก่ 1) แกงป่าไก่บ้าน 2) แกงเลียงปลาอย่าง 3) แกงส้มกุ้งผักรวม 4) ปลากระพงนึ่งมะนาว 5) ปลาเก๋าสามรส 6) ต้มโคล้งปลากรอบ 7) ต้มส้มปลากรอบ 8) ผัดฉ่าทะเล และ 9) ท่อหมกปลาช่อน สามารถสรุปผลการประเมินได้ดังตารางที่ 1 และ 2

ตารางที่ 1 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการประเมินผลการชิมอาหารคาว 5 ตำรับ

(n = 30)

ประเด็นประเมิน	แกงป่าไก่บ้าน		แกงเลียงปลาอย่าง		แกงส้มกุ้งผักรวม		ปลากระพงนึ่งมะนาว		ปลาเก๋าสามรส	
	\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.
1. ปริมาณ (2 ที่)	4.67	.55	4.73	.45	4.37	.61	4.43	.82	4.63	.56
2. รูปแบบการนำเสนอ	4.43	.73	4.23	.57	4.43	.57	4.43	.73	4.60	.56
3. ลักษณะดั้งเดิม	4.23	.90	4.53	.57	4.23	.73	4.50	.63	4.43	.63
4. รสชาติ	3.93	.83	3.93	.87	4.17	.75	4.37	.72	4.33	.66
5. เนื้อสัมผัส	4.10	.76	4.40	.56	4.63	.56	4.63	.56	4.60	.56
6. กลิ่น	4.30	.92	4.20	.92	4.47	.73	4.37	.72	4.70	.47
7. ความสุขของส่วนผสม	4.57	.68	4.70	.60	4.67	.48	4.73	.45	4.73	.52
8. สี สัน การตกแต่ง	4.53	.63	4.33	.71	4.50	.63	4.67	.55	4.57	.57
9. ความพึงพอใจโดยรวม	4.13	.86	4.27	.78	4.40	.56	4.60	.62	4.57	.50

ตารางที่ 1 (ต่อ) แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการประเมินผลอาหารควาอีก 4 ตำรับ

(n = 30)

ประเด็นประเมิน	ต้มโคล้งปลากรอบ		ต้มส้มปลาระบอก		ผัดฉ่าทะเล		ห่อหมกปลาช่อน	
	\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.	\bar{x}	S.D.
1. ปริมาณ (2 ที่)	4.67	.55	4.73	.45	4.37	.61	4.43	.82
2. รูปแบบการนำเสนอ	4.43	.73	4.23	.57	4.43	.57	4.43	.73
3. ลักษณะดั้งเดิม	4.23	.90	4.53	.57	4.23	.73	4.50	.63
4. รสชาติ	3.93	.83	3.93	.87	4.17	.75	4.37	.72
5. เนื้อสัมผัส	4.10	.76	4.40	.56	4.63	.56	4.63	.56
6. กลิ่น	4.30	.92	4.20	.92	4.47	.73	4.37	.72
7. ความสุขของส่วนผสม	4.57	.68	4.70	.60	4.67	.48	4.73	.45
8. สี สัน การตกแต่ง	4.53	.63	4.33	.71	4.50	.63	4.67	.55
9. ความพึงพอใจโดยรวม	4.13	.86	4.27	.78	4.40	.56	4.60	.62

จากตารางที่ 1 พบว่า ผลการประเมินอาหารไทยทั้ง 9 ตำรับ คือ แกงป่าไก่บ้าน แกงเลียงปลาอย่าง แกงส้มกุ้งผักรวม ปลากระพงนึ่งมะนาว ปลาเก๋าสามรส ต้มโคล้งปลากรอบ ต้มส้มปลาระบอก ผัดฉ่าทะเล และห่อหมกปลาช่อน มีคะแนนความพึงพอใจโดยรวมอยู่ในระดับมากถึงมากที่สุด โดยตำรับอาหาร ปลากระพงนึ่งมะนาว และห่อหมกปลาช่อน มีคะแนนความพึงพอใจโดยรวมสูงสุดเฉลี่ย 4.60 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.62) เท่ากัน รองลงมาคือ ตำรับอาหารปลาเก๋าสามรส มีคะแนนความพึงพอใจโดยรวมเฉลี่ย 4.57 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.50) และ ตำรับอาหารผัดฉ่าทะเล และแกงส้มกุ้งผักรวม ที่มีคะแนนความพึงพอใจโดยรวมเฉลี่ย 4.40 (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.56) เท่ากัน

เมื่อนำผลการประเมินและข้อเสนอแนะเพิ่มเติมไปใช้เป็นข้อมูลเพื่อปรับปรุงตำรับมาตรฐานอาหารไทย ประเภทอาหารควาทั้ง 9 ตำรับ โดยในแต่ละตำรับได้มีการจัดทำเป็นตำรับมาตรฐาน (Standard Recipe) อาหารไทยตามมาตรฐานวิทยาลัยดุสิตธานี ที่ประกอบด้วยสัดส่วนของวัตถุดิบ กรรมวิธีและขั้นตอน การประกอบอาหาร รวมทั้งข้อสังเกตต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการประกอบอาหารตำรับนั้น ๆ ซึ่งเป็นตำรับอาหารไทยขนาดรับประทาน (Portion Size) จำนวน 2 คน

อภิปรายผล

1. ผลการศึกษาค้นคว้าความเป็นมาของตำรับอาหารไทยที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ตำรับอาหารไทย ส่วนใหญ่หลายรายการไม่ได้มีเอกสารหลักฐานบ่งชี้ความเป็นมาที่ชัดเจน แต่มีปัจจัยบ่งชี้หลายประการ ที่แสดงถึงความเป็นอาหารไทยดั้งเดิม ซึ่งเป็นที่รู้จัก และได้รับความนิยมนับประทานในท้องถิ่นต่าง ๆ ของประเทศไทยมาอย่างยาวนาน เป็นไปตามแนวคิดด้านคำจำกัดความของอาหารไทยของ คณิต มันทากรณ์ (Cited in Sirisoonthorn, 2013) ที่กล่าวถึงลักษณะสำคัญบางประการของอาหารไทยที่ว่าต้องมีเครื่องปรุง หรือส่วนผสมหลักในประเทศไทย มีวิธีทำที่เป็นเอกลักษณ์ไทย เป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมหรือประเพณีไทย เป็นอาหารที่แพร่หลายหาทานได้ทั่วไปในประเทศไทย รวมถึงเป็นที่รู้จักไปทั่วโลกว่าเป็นอาหารไทย อย่างไรก็ตาม

ก็ตามเนื่องจากอาหารไทยเป็นอาหารที่มีวิวัฒนาการควบคู่ไปกับวัฒนธรรมและประเพณีของสังคม รวมไปถึงมีความแตกต่างกันตามภูมิภาคของประเทศค่อนข้างสูง ส่งผลให้ตำรับอาหารไทยในแต่ละชนิดอาจมีความหลากหลายแตกต่างกันไปตามแต่ละภูมิภาคหรือท้องถิ่นได้ รวมไปถึงความหลากหลายของตำรับอาหารไทยที่มีทั้งตำรับชาวบ้านและตำรับชาววัง ทำให้ตำรับอาหารไทยบางชนิดอาจมีความแตกต่างกันในด้านวัตถุดิบและส่วนประกอบ ซึ่งนับเป็นความหลากหลายที่เกิดการวิวัฒนาการของอาหารไทยตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา สอดคล้องกับแนวคิดของ พูนพิศ อมาตยกุล (Amatayakul, 2008) และ สุนทรีย อาสะวีย์ (Arsawi, 2011) ที่ได้กล่าวถึงความเป็นเอกลักษณ์ของอาหารไทยที่มีความหลากหลาย มีอัตลักษณ์ที่โดดเด่นเฉพาะตัว และแตกต่างกันไปตามแต่ละตำรับ โดยเฉพาะตำรับอาหารชาววังที่มีความวิจิตรบรรจง เน้นการตกแต่งที่สวยงาม และมีประเภทของอาหารหลากหลายในแต่ละมื้อ การวิจัยในครั้งนี้จึงได้ให้ความสำคัญต่อตำรับอาหารไทยที่ได้รับการยอมรับและเป็นที่ยอมรับอย่างแพร่หลายเป็นสำคัญ

2. ผลการวิจัยตำรับอาหารไทยตามมาตรฐานวิทยาลัยดุสิตธานี แม้ว่าได้ผ่านการทดลองซ้ำหลายครั้งจนได้ตำรับอาหารไทยมาตรฐาน แต่จากผลการทดลองพบว่า การประกอบอาหารในแต่ละครั้งจะขึ้นอยู่กับวัตถุดิบและส่วนผสมที่ใช้ประกอบอาหารเป็นสำคัญ แม้ว่าผู้ประกอบอาหารจะใช้ตำรับอาหารมาตรฐาน (Standard Recipe) เดียวกัน แต่อาหารที่ได้อาจมีรูปลักษณ์หรือรสชาติแตกต่างกันได้ เนื่องจากการประกอบอาหารแต่ละครั้งอาจมีปัจจัยแวดล้อมที่เกี่ยวข้องแตกต่างกัน อาทิ คุณภาพวัตถุดิบ ระดับความร้อน หรือ ระยะเวลาในการประกอบอาหาร เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Dodgshun and Peters (2004) ที่ระบุว่า การประกอบอาหารให้มีรสชาติอร่อย ไม่ได้ขึ้นอยู่กับทักษะของการประกอบอาหาร และตำรับอาหารเท่านั้น แต่ยังขึ้นอยู่กับระดับของความร้อน (Intensity of Heat) ที่ใช้ในการปรุงอาหาร และปัจจัยต่าง ๆ ที่ส่งผลต่อการประกอบอาหารด้วย อาทิ ขนาดหรือชิ้นส่วนของวัตถุดิบ ส่วนผสมของวัตถุดิบที่เป็นของแข็ง ของสด หรือแช่แข็ง และคุณภาพของอุปกรณ์ที่ใช้ในการประกอบอาหาร เป็นต้น นอกจากนี้การประกอบอาหารในแต่ละครั้งหากมีการใช้วัตถุดิบหรือเครื่องปรุงที่เปลี่ยนแปลงไปตามความจำเป็นของการจัดซื้อหรือจัดหาวัตถุดิบหลักบางชนิดที่สำเร็จรูป เช่น การเปลี่ยนยี่ห้อตราสินค้าของเครื่องแกง น้ำปลา หรือกะทิ เป็นต้น อาจทำให้รูปลักษณ์ และรสชาติของอาหารเปลี่ยนแปลงไปได้ ดังนั้นผู้ประกอบอาหารจึงต้องให้ความสำคัญต่อองค์ประกอบต่าง ๆ ในการประกอบอาหารทุกครั้งแม้ว่าจะใช้ตำรับมาตรฐานอาหารเดียวกัน แต่อาจต้องมีการดัดแปลงให้เหมาะสมกับวัตถุดิบหรือองค์ประกอบอื่น ๆ ที่เปลี่ยนแปลงไปด้วย

3. การวิจัยในครั้งนี้ได้จัดทำตำรับมาตรฐาน (Standard Recipe) อาหารไทยสำหรับการรับประทานจำนวน 2 คน (2 ที่) โดยอาศัยหลักการกำหนดปริมาณตามความเหมาะสมต่อการบริโภคของบุคคลโดยทั่วไป อย่างไรก็ตามจากการประเมินผลการทดลองในแต่ละครั้ง พบว่า ความคิดเห็นที่เกี่ยวข้องกับความเหมาะสมของปริมาณอาหารค่อนข้างมีความหลากหลายแตกต่างกันไปตามกลุ่มตัวอย่างผู้ประเมินและตำรับอาหารแต่ละชนิด เนื่องจากผู้ประเมินอาหารแต่ละคนมีความคิดเห็นถึงความเหมาะสมของ

ปริมาณอาหารแตกต่างกันตามความคาดหวังและประสบการณ์ของผู้ประเมิน ทั้งนี้เป็นไปตามหลักการของการกำหนดปริมาณอาหารตามแนวคิดของ Dodgshun and Peters (2004) ที่กล่าวว่าการจัดสำรับอาหารเพื่อกำหนดปริมาณอาหารและการนำเสนอรายการอาหาร จะขึ้นอยู่กับปัจจัยสำคัญหลายปัจจัย เช่น ความคาดหวังของผู้บริโภค ความต้องการทางโภชนาการและสภาพร่างกายของผู้บริโภค จำนวนและความหลากหลายของการตกแต่งและส่วนประกอบต่าง ๆ เป็นต้น ถือเป็นเหตุผลหลักสำคัญที่ทำให้ผู้ประเมินมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปริมาณอาหารที่จัดเสิร์ฟแตกต่างกัน การให้ความเห็นของผู้ประเมินทั้งในส่วนที่เกี่ยวข้องกับความเหมาะสมของปริมาณอาหารและรสชาติดั้งเดิมของอาหารไทยแต่ละตำรับจึงมักขึ้นอยู่กับประสบการณ์ของผู้ประเมินเป็นสำคัญ เนื่องจากอาหารไทยเป็นอาหารที่มีรสชาติกลมกล่อมหลากหลายรส (Amatayakul, 2008) การให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับรสชาติของอาหารไทยจึงขึ้นอยู่กับความชื่นชอบของผู้ประเมินส่วนหนึ่งด้วย อย่างไรก็ตามการกำหนดมาตรฐานตำรับอาหารไทยในครั้งนี้พิจารณาจากประสบการณ์และความเชี่ยวชาญของผู้วิจัยเป็นสำคัญ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเพื่อการนำผลวิจัยไปใช้ประโยชน์

1. ตำรับมาตรฐาน (Standard Recipe) อาหารไทยที่ได้จากผลการวิจัยในครั้งนี้ จัดทำขึ้นเพื่อเป็นตำรับอาหารไทยมาตรฐานของวิทยาลัยดุสิตธานี แม้ว่าคณะผู้วิจัยพยายามสืบค้นและอ้างอิงข้อมูลต่าง ๆ เพื่อให้เป็นตำรับอาหารไทยมาตรฐานที่แสดงถึงความเป็นตำรับอาหารไทยดั้งเดิมมากที่สุด อย่างไรก็ตามเนื่องจากอาหารไทยแต่ละชนิดมีวิวัฒนาการมาอย่างยาวนาน มีการปรับปรุงตัดแปลงไปตามสภาพภูมิประเทศและวัฒนธรรมของชุมชนในแต่ละท้องถิ่น จึงอาจทำให้มีตำรับอาหารไทยหลากหลาย ซึ่งมีความแตกต่างกันทั้งในด้านวัตถุดิบ ส่วนผสม สัดส่วน และวิธีการประกอบอาหาร การนำตำรับมาตรฐานอาหารไทยที่ได้จากการวิจัยในครั้งนี้ไปใช้ประกอบอาหาร ถือว่าเป็นตำรับอาหารไทยเพียงตำรับหนึ่ง จึงไม่ควรนำไปเทียบเคียงหรือเปรียบเทียบกับตำรับอาหารไทยอื่น

2. ตำรับอาหารไทยตามมาตรฐานของวิทยาลัยดุสิตธานีจากการวิจัยในครั้งนี้ จัดทำขึ้นสำหรับการประกอบอาหารเพื่อการรับประทานสำหรับบุคคลจำนวน 2 คน (2 ที่) การนำตำรับอาหาร ไปใช้ประกอบอาหารตามอัตราส่วนของวัตถุดิบและส่วนประกอบต่าง ๆ ที่ระบุไว้ในตำรับอาหาร อาจปรับปรุงสัดส่วนให้เหมาะสมกับความต้องการบริโภคของแต่ละบุคคลได้ เนื่องจากปริมาณความต้องการบริโภคอาหารของแต่ละบุคคลอาจแตกต่างกันไป นอกจากนี้การประกอบอาหารเพื่อให้ได้ปริมาณที่แตกต่างออกไปสำหรับการบริโภคที่มากขึ้น อาจไม่สามารถเพิ่มปริมาณวัตถุดิบหรือส่วนประกอบอื่น ๆ ขึ้นตามอัตราส่วนทั่วไปได้ เนื่องจากอาจส่งผลต่อรสชาติ ความเข้มข้นของอาหาร สี และกลิ่นของอาหารได้ ผู้ประกอบอาหารจึงควรใช้อัตราส่วนของวัตถุดิบที่กำหนดให้สำหรับการประกอบอาหารในปริมาณ 2 ที่เท่านั้น หากต้องการประกอบอาหารในปริมาณที่มากขึ้นสัดส่วนของวัตถุดิบและส่วนประกอบต่าง ๆ อาจเปลี่ยนแปลงไปได้ตามความเหมาะสม

3. การประกอบอาหารแต่ละประเภทหรือแต่ละรายชื่อตามตำรับอาหารไทยตามมาตรฐานของวิทยาลัยดุสิตธานีนั้น ผู้ประกอบอาหารสามารถประยุกต์ใช้วัตถุดิบหลักหรือส่วนประกอบบางชนิดได้ตามความต้องการและความเหมาะสม อาทิ เนื้อสัตว์ ผัก และผลไม้ เป็นต้น โดยอาจคำนึงถึงความเหมาะสมกับบุคคล ศาสนา ท้องถิ่น หรือฤดูกาล อย่างไรก็ตามการเปลี่ยนแปลงวัตถุดิบหลักและส่วนประกอบบางชนิดดังกล่าว อาจส่งผลกระทบต่อรสชาติ และกลิ่นของอาหารได้ โดยเฉพาะพืชผักจำพวกสมุนไพร ซึ่งมีกลิ่นรสเฉพาะตัว ผู้ประกอบอาหารจึงควรศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับคุณสมบัติและประโยชน์ของพืชผักและสมุนไพรต่าง ๆ ที่สามารถนำมาใช้ในการประกอบอาหารไทยได้ รวมถึงศึกษาจากข้อสังเกตของผู้วิจัยเกี่ยวกับการปรับเปลี่ยนวัตถุดิบและส่วนประกอบต่าง ๆ ซึ่งจะทำให้กลิ่น และรสชาติของอาหารเปลี่ยนแปลงไปตามวัตถุดิบที่ใส่เพิ่มเติมลงไป นอกจากนี้ผู้ประกอบอาหารยังสามารถใช้ตำรับอาหารไทยตามมาตรฐานของวิทยาลัยดุสิตธานีดัดแปลงหรือประยุกต์ใช้วัตถุดิบและส่วนประกอบต่าง ๆ โดยคำนึงคุณค่าทางอาหารหรือประโยชน์ต่อสุขภาพด้วย ซึ่งผู้ประกอบอาหารสามารถทำได้โดยการดัดแปลงสัดส่วนของวัตถุดิบที่กำหนดไว้ตามความเหมาะสม เช่น การประกอบอาหารเพื่อสุขภาพที่ไม่มีเนื้อสัตว์ การใช้วัตถุดิบอื่นแทนกะทิ หรือน้ำมัน เป็นต้น อย่างไรก็ตามรสชาติ สี หรือรูปลักษณะของอาหารชนิดนั้นอาจแตกต่างไปจากที่ระบุไว้ในผลการวิจัยได้

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. เนื่องจากการศึกษาวิจัยในครั้งนี้เป็นเพียงการวิจัยเพื่อพัฒนาตำรับมาตรฐานอาหารไทยที่มีปริมาณเพียง 2 ที่ จึงควรมีการศึกษาวิจัยเพิ่มเติมเกี่ยวกับสัดส่วนของวัตถุดิบเมื่อมีการประกอบอาหารในปริมาณมากกว่าการรับประทานเพียง 2 คน โดยเฉพาะการประกอบอาหารไทยในเชิงพาณิชย์ เนื่องจากการประกอบอาหารปริมาณมาก ๆ อาจทำให้รสชาติ กลิ่น และสีเปลี่ยนแปลงไปได้

2. ควรศึกษาวิจัยเพื่อพัฒนาตำรับมาตรฐานอาหารไทยที่สามารถใช้วัตถุดิบหรือส่วนผสมซึ่งสามารถหาได้ในท้องถิ่นหรือภูมิภาคต่าง ๆ เพื่อทดแทนวัตถุดิบที่ระบุไว้ในตำรับมาตรฐานอาหารไทย เช่น ตำรับมาตรฐานอาหารไทยที่สามารถใช้วัตถุดิบของต่างประเทศทดแทนวัตถุดิบประเภทผักหรือสมุนไพรที่มีเฉพาะในประเทศไทย เป็นต้น เพื่อให้การเผยแพร่ตำรับอาหารไทยแพร่หลายไปยังต่างประเทศและยังคงรสชาติความเป็นอาหารไทยดั้งเดิมไว้ได้

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยนี้ได้รับการสนับสนุนทุนวิจัยจากกองทุนสนับสนุนการวิจัยวิทยาลัยดุสิตธานี

References

- Amatayakul, P. (2008). What is Thai National Food?. *Koo-Sang-Koo-Som*. Vol. 1 - 10 May 2008, p. 44 - 45.
- Anantathanachai, R. et al. (2010). *Development of Healthy Thai Food Set Menus based on the Sufficiency Economy Philosophy and Community Context*. Suan Dusit Rajabhat University.
- Arsawi, S. (2011, May 10). Origin and development of royal food before 1932. Matichon Online. Retrieved from http://www.matichon.co.th/news_detail.php?newsid=1305020582&grpId=no&catid=53. [25 December 2015].
- Brissenden, R. (2003). *South East ASEAN Food*. Victoria Australia: Hardie Grane Books.
- Dailynews. (2015, June 22). *The reputation of Thai restaurant abroad*. Retrieved from <http://www.dailynews.co.th/economic/329654> [10 May 2016].
- Dodgshun G. and Peters M. (2004). *Cookery for the hospitality industry*. 5th ed. Wallingford: Cambridge University Press.
- Hancharoenwanaphusit, P. et al. (2016). *The evolution of food preparation patterns and utensils from King Rama IV's reign to present*. Dusit Thani College.
- Jewcharoensakul, S. (2007). *Food Business*. Bangkok: Than Book.
- Newsplus. (2016, May 19). *DITP continuously promotes the Thai Select brand*. Retrieved from <http://www.newsplus.co.th/82411>. [19 May 2016].
- Rugmai, S. et. al. (2012). *The Development of Thai Food Recipes in Accordance with Dusit Thani College Standard*. Dusit Thani College.
- Sirisoonthorn, S. (2013). *Thai Food Culture...From Past to Present*. Bangkok: WVO Thai Printing.
- Sukprasansap, M. and Kangsadalampai, K. (2009). *Eat Thai Food Away from Cancer*. Bangkok: Moh-Chao-Ban Publishing.
- The Thailand Research Fund. (2004). *Research Guidelines for World Kitchen Strategy*. Retrieved from http://www.trf.or.th/index.php?option=com_content&view=article&id=943:2013-12-07-02-07-37&catid=22:research-digest&Itemid=217. [19 May 2016].



Siripong Rugmai, Ph.D. (Higher Education) Chulalongkorn University,
Vice President of Research Division, Dusit Thani College Bangkok.



Pachara Piriyaorn, Master Degree in Home Economic for
Community Development Ramkhamhaeng University, Lecturer of
Culinary Arts and Kitchen Management, Faculty of Hospitality Industry,
Dusit Thani College Bangkok.



Chanika Sriwannawit, Master of Arts (Home Economics Educations)
Kasetsart University Lecturer of Culinary Arts and Kitchen Management,
Faculty of Hospitality Industry, Dusit Thani College Bangkok



Chaweewan Suksri Master of Hotel and restaurants management,
Dusit Thani College, Lecturer, Culinary Arts and Kitchen Management,
Faculty of Hospitality Industry, Dusit Thani College.



Atthasit Ophang Master of Home Economics Education,
Kasetsart University, Lecturer, Culinary Arts and Kitchen Management,
Faculty of Hospitality Industry, Dusit Thani College.