

สารบัญ

บทที่

หน้า

* 1. บทนำ

ที่มาและความสำคัญของปัญหาในการวิจัย	1
ความสำคัญของอาหารท้องถิ่น	1
ภาคเหนือ	2
ภาคอีสาน	2
ภาคกลาง	3
ภาคใต้	4
<u>วัตถุประสงค์ของการวิจัย</u>	5
นิยามศัพท์เฉพาะ	5
ข้อบ่งชี้ของการวิจัย	5
ข้อจำกัดของการวิจัย	5
<u>ประโยชน์ของการวิจัย</u>	6

* 2 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย

ความหมายของอาหารท้องถิ่น	7
สิ่งที่นิยมนำมาปูรุ่งอาหารท้องถิ่นภาคใต้	7
รสชาติอาหารท้องถิ่นภาคใต้	8
การจำแนกชนิดของอาหาร	10
การทำอาหารให้เป็นระบบมาตรฐาน	13

* 3 วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง	15
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	18
วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล	18
การปรับปรุงทำอาหารให้ได้มาตรฐาน	18
วิธีวิเคราะห์ข้อมูล	27

แบบสำรวจและทัศนคติ

* 4 ผลของการเก็บรวบรวมข้อมูล	29 26
✓ ประเภทของอาหาร	29 26
✓ รายละเอียดของอาหารแต่ละชนิด	31 28
* 5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	69 31
✓ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	69 31
✓ วิธีดำเนินการวิจัย	69 31
✓ สรุปผลการวิจัย	70 32
✓ อภิปรายผลการวิจัย	73 34
✓ ข้อเสนอแนะ	79 44
* บรรณานุกรม 13 50 (๖๗๑:*)	81 46

ภาคผนวก ก. 125

— សืบสطر ภาษา ไทย —

ประภาพกษาการคำ 127
ประภาพตัวหนังสือ 127
ประภาพแกงเบ็ด, คำเบ็ด 127
จำพวกแกงคั่ว 127
แกงคั่วกล้วยดานีกับกุ้ง 127
แกงคั่วไข่กับกุ้งแห้ง 128
แกงคั่วไข่ช่อนกับเนื้อย่าง 129
แกงคั่วไข่มดแดงกับยอดชาม 130
แกงคั่วตอกผักตบกับปลาช่อน 131
แกงคั่วต้นอุดพิด 133
* แกงคั่วเนื้อกับหัวครก 134
แกงคั่วปลาเค็มกับใบส้มนาง 136
แกงคั่วปลาเนยย่างกับลูกกลิ้วยอ่อน 137
แกงคั่วปูกับไส้เต้าร้าง 138

แกงคั่วลางสาด	139
แกงคั่วเผ็ดหอยโข่ง	140
แกงคั่วหอยโข่ง	142
แกงคั่วหมูสับย่างกับลูกกลิ้วย	143
แกงคั่วหยวกบุู่กับปลาปิ้ง	144
แกงคั่วหัวโหนเด็กกุ้งต้มหวาน	145
จำพวกคั่วเผ็ด พัสด์เผ็ด	147
๒ * คั่วพริกลูกปลากะ	147
คั่วเผ็ดปลาจิ้งเหมืองกับใบชะพลู	148
คั่วเผ็ดปลาลูกขา	149
คั่วเผ็ดลูกกิม	150
ผัดเผ็ดปลาจิ้งเหมือง	151
ผัดเผ็ดลูกเต่ากับบู่	152
ลูกกลัดคั่วเครื่อง	154
อุดู่ไข่	155
จำพวกแกง	156
แกงกะทิไข่	156
แกงไก่กับหัวลูกขา	157
แกงขี้เด	158
๓ * แกงขี้เหล็กกับไข่ข้มแดง	160
แกงไข่เป็ดกับยอดมะนาวอ่อน	161
แกงครัวพร้าว	162
แกงใจ	163
แกงชาเหยอก	164
แกงเกี๊ยน	165
แกงน้ำแคยเขียวใส่ใบทำมัง	166
แกงน้ำส้มปลานึ่ม	167

แกงปลากระเบนกับดอกราชพุกซ์	168
แกงปลากระเบนย่างกับพุงปลา	169
แกงปลาย่างกับเม็ดหมู	171
แกงปูนางกับไข่ชุด	172
แกงปูนา กับยอดมะขาม	173
แกงยอดกระเจี๊ยบกับปลาช่อนแห้ง	175
แกงผักเหมียง	176
แกงเผ็ดต่างหนน	177
แกงเผ็ดถูกเหล็กโคนกับใบรา	178
แกงเผ็ดหอยเลียบ	179
แกงพริกกับนอนคล่อง	181
<u>แกงพุงปลา</u>	182
แกงยอดเจ็ตหมูน้ำวากับเนื้อ	184
แกงยอดพวน	185
แกงล้าไผ่	186
แกงเหنمพร้าว	187
แกงหัวยำหนัดกับไก	188
แกงหัวโนนกับกุ้ง	189
แกงอุล้าย	190
จำพวกแกงส้ม	191
แกงส้มกระดูกหมูกับหยวกเดือน	191
แกงส้มกุ้งกับหน่อถั่วอิสังข์	193
แกงส้มปลาหมอกับถูกเขากัน	194
แกงส้มฟรังกับปลา	195
แกงส้มมันไม้กับกุ้งแห้ง	196
แกงส้มเม็ดจำปาดะ	197

แกงส้มลูกเหรียงกับหมูสามชั้น	199
แกงส้มหัวจาก	200
แกงส้มหมูกับหยวกกล้วย	201
ประภากาแฟคงจืด ต้มต่างๆ	201
๕ * <u>จำพวกแกงเสียง</u>	203
แกงเสียงเคยเกลือ	203
แกงเสียงผักสมรرم	204
แกงเสียงข้อดีบ่ัง	205
แกงเสียงยอดย่านาง	206
แกงเสียงยอดลำเต็ง	207
แกงเสียงหน่อข่า	208
๖ * <u>แกงเสียงหอยหวาน</u>	209
แกงเสียงหัวพื้วขาวกับปลาやりang	209
จำพวกต้มส้ม ต้มต่างๆ ที่ไม่ใส่กะทิ	211
๗ * <u>ไก่ต้มส้มขาม</u>	211
ไก่ต้มเหลือง	211
ต้มกระดูกหมูกับใบม่วง	212
ต้มเคลมลูกคลัก	213
ต้มตราดปลีกล่วยกับกุ้ง	214
ต้มส้มปลาจิ้งจั่ว	215
ต้มล้มหน่อข่ากับยอดส้มป้อม	216
เนื้อต้มป่า	217
ปลาเคลมต้มยอดขาม	218
ปลาหมูต้มส้ม	219
ปลาลูกปุดต้มเขี้ยวมัน	220
บุนาต้มส้มขามสด	221
ลูกคลักต้มส้ม	222

สำพาร์กตั้มกะทิ	223
กุ้งกอกแล่ง	223
กุ้งต้มกะทิ	224
ไก่ต้มส้มยูน	224
จิ้งจังต้มกะทิ	225
ต้มกะปลາແປນ	226
ต้มกะตังหน	227
(๑) * <u>ต้มกะໄອເຫັນ</u>	228
ต้มບក	229
ต้มกะປາຫຼາກເຕີມ	230
ต้มຍອດພວນ	230
ປລືກລ້າຍຕົ້ມກີ	231
(๒) <u>ປລາສັນຕົ້ມກີ</u>	232
ປະເກທັດ, ຄ້າ, ຍໍາ, ພລ່າ	233
สำพาร์ກຄ້າ, ຜັດ	233
ກິ່ງເຂົ້ານສັນ	233
(๓) * <u>ຄ້ວແປ່ງແຈງ</u>	235
ຖຸມນາແຂວຸແດ	236
ປລາກຮບເບນຜັດຫວານ	237
(๔) * <u>ຜັດກູມຜັດເຄຍ</u>	238
ຜັດໄກຣ	239
ຜັດທອ	240
ຜັດເປົ້ງວຫວານນູ	241
ຜັດເປົ້ງວຫວານລູກເຫັນ	242
ຜັດຜັກປາ	244
ຜັດໝູກັບນະມ່ວງ	245
ຜັດອົດໃນກັບກັງ	246

ลูกเมร์ผึ้ดหวาน	249
ลูกสำไยผัดเนื้อวัว	249
หมูเกลือกะทิ	250
ประਯอกทราย	252
กานบยาดง	252
ข้าวากกหมู	253
ยำกุ้งล้ม	254
ยำกุ้งแห้ง	255
ยำเกลือรมพูผู้บ่าหวาน	256
ยำขิงสด	257
ยำไข่มดแดง	258
(12) * <u>ยำตօកກລ້ວຍ</u>	<u>259</u>
ยำตօកչីឡេក	260
ยำตะສើងបវិង	261
ยำແចងໄវ	262
ยำត្រូរ	262
(13) * <u>យាកងលាង</u>	<u>264</u>
យាំនៅកៅយ	265
យាបតិមិង	265
យាបប៊ុណក	266
យាបីឃឹមីន	267
យាបីឃឹមីន	268
យាបីឃឹមីន	269
យាបតាមអំពួន	271
យាបតាមអំពួន	272
យាបតាមអំពួន	273
យាបតាមអំពួន	274

ยำมะเขือยาว	275
ยำมะพร้าวต้ม	276
ยำมะม่วงเน่า	277
ยำยอดตอเปา	278
ยำยอดมันไส้	279
ยำยาหาเห็ด	280
ยำรากผักห่าย	281
ยำลังสาด	282
ยำลูกกุ่งโดย	283
ยำลูกห้อน	284
ยำลูกบริง	284
ยำลูกเม่า	285
ยำลูกรายหนู	286
ยำสามแยก	287
ยำหอยไข่	288
ยำหัวต้อ	289
ยำเห็ดหมอก	290
ยำเห็ดเม็ด	290
ยำอ้อดินบ	291
ยำอุดพิด	292
๔. ประนกหกเก้าองค์ยิ่ง	293
๕. ประนกหกอุด	293
กุ้งเห็ด	293
ไข่คนโดย	294
ไข่หอยดเครื่อง	295
ไข่หอยยอดตอเปา	296
ไข่ปลาทางอุด	297
ไข่ปลาทางอุดเครื่อง	298

ปลาไข่กลอกลูกเครื่องทอด	299
ปลาจา	300
ปลาทอดชิมิน	301
ปลาฝักพาราชาอุดเหติด	302
ปลาส้มทอด	303
ประเพกษ์ย่าง, มีด	304
กุ้งนาหมก	304
งนกุ้งเจ้น	305
งนหัวหือ	306
งนเหตดแครงกับกุ้งนา	307
เกยหมก	309
ปลาปึ้งเครื่อง	309
บดดอยอามมาก	310
แلنปึ้ง	312
หมกกลูกปลากับใบเขี้ยวมัน	312
ห่อหมกปลาใบจาก	313
ห่อหมกกลูกคัดกิ	314
หอยนมหมก	316
หอยย่าง	317
เห็ตแครงหมก	318
ประเพกษ์	319
กุ้งส้มเผื่องไข่	319
ปลาทูดัมเป็นไฟลับโน่นด	320
ปลาร้าวเผื่อง	321
มะพร้าวเผื่อง	322
ประเพกษ์อีน ๆ	323
กุ้งต้มน้ำผึ้ง	323
ตลอด	324

ปอเยะ	325
พริกเกลือ	326
ยอดพักทองราดกะทิ, สูกพอการีมน้ำปลา	327
ประเกตเครื่องจื๊น	328
ประเกตเคลย	328
เคลยเครื่อง	329
เคลยนกรง	330
เคลยน้ำ	330
น้ำเคลยหวานเครื่อง	331
น้ำเคลยวัด	332
น้ำเคลยสาร	333
ประเกทน้ำชูบ	334
น้ำชูบไข่นุ้ย	334
น้ำชูบไข่มดแดง	335
น้ำชูบเคลยปลา	336
น้ำชูบเคลยปลาจ่องหม้อ	337
น้ำชูบคั่ว	338
น้ำชูบเกี่ยว	339
น้ำชูบพริก	340
น้ำชูบพาย	340
น้ำชูบพุงปลา	341
น้ำชูบบนไฟ	342
น้ำชูบลูกกอก	343
น้ำชูบลูกกำ	344
น้ำชูบลูกปลาจึงจัง	345
น้ำชูบแมงดา	346
น้ำชูบยอดมะวง	346
น้ำชูบสันท้อน	347

น้ำขุบหัวท่อ	348
ลักษณะน้ำขุบ	349
ประภาคหัวพิริก	350
(๑) *น้ำพิริกกาภภูมิ	350
น้ำพิริกโภคแห่ง	351
น้ำพิริกตามา	352
(๒) *น้ำพิริกป่า	353
น้ำพิริกป่าสี	354
(๓) *น้ำพิริกปุ	355
น้ำพิริกผิวกรุด	356
น้ำพิริกมะพร้าวคล้ำ	357
น้ำพิริกยวน	358
น้ำพิริกยาร่าง	358
น้ำพิริกถุงเบริง	359
น้ำพิริกถุงเพียง	360
(๔) *น้ำพิริกวัด	361
น้ำพิริกสมรม	362
น้ำพิริกส้มยูน	363
น้ำพิริกเหตุเหม็ด	364
ชนไม้ต้มไข่มน้ำพิริก	365
ประภาคหอน	366
หอบนจังชั่ง	366
หอบนปูเปื้อยา	367
ประภาคอาหารหวาน	368
ประภาคชาต้ม	368
แกงบัวดหนุน	368
ขนมมีกการ	369

ขนำมชี๊แพะ	370
ขนำมชี๊ม้า	371
ขนำมไก่บ่องหลา	372
ขนำมกระหารว	373
ขนำมโค	373
ขนำมทุ่มโพลัง	375
ขนำมบูหังดัด	375
ขนำมปากครอก	376
ขนำมเม็ดข้าว	377
ขนำมยการ	378
ขนำมหาวยหนุ	379
ขนำมอูมี่	380
ตุ๊กไส่ปูและกุ้ง	381
บัวลูกโภเนต	382
นาดหัวมันขี้หนู	383
ปังดกลั้วย	384
มันขี้หนูคุกพร้าว	384
เม็ดขามชาวพร้าว	385
เหนียวโคลา	385
เหนียวหัวเหด	387
ประเกทที่	388
ขนำมโกยบานาโภย (คำรับเดิม)	388
ขนำมโกยบานาโภย	388
ขนำมคง	389
ขนำมเจ้ย	390
ขนำมซันขาว	391
ขนำมซันน้ำตาลแดง	392

ขั้นมดอตต้อย	393
ขั้นมดัง	394
ขั้นมดาวบอด	395
ขั้นมกัวแกระ	395
ขั้นมเทียน	396
ขั้นมน้ำเต้า	398
ขั้นมนีง	399
ขั้นเมื่องลีบไปเดย	399
ขั้นมันหู้นึง	400
ขั้นมันนิ้มือหอกลัวย	401
ขั้นเมลาป่าต	402
ขั้นมลูกโภด	403
ขั้นมลุสดาต	404
ขั้นมกน่อ้ม	405
ขั้นมห้าไช	406
ขั้นมห้าถัว	407
ขั้นมห้าลุ่ม	408
ขั้นมห้าพูน	409
ขั้นมหัวล้าน	410
ข้าวเหนี่ยวข้าวพร้า	411
ข้าวเหนี่ยวแಡกงา	412
ข้าวเหนี่ยวปื้น	413
ข้าวเหนี่ยวสีญาก	414
ข้าวเหนี่ยวหน้ากกลัวย	415
ข้าวเหนี่ยวหนุน	416
ข้าวเหนี่ยวหัวมันไม้	417
ข้าวเหนี่ยวเอ็ค	418

ตีอปงปลีหย	419
สังหารหุน	420
หม้อข้าวหม้อแกงลิ้ง	421
เที่ยวบินอก	422
ขนมไข่แมมตัก	423
ประภากอน	424
ขนมวัว	424
ประภากหวาน	425
ขนมหวาน	425
ขนมหวานหน้าคล้ำ	425
ขนมการชีตตี้	426
ขนมมากกหวาน	427
ขนมปีกหุ้งนา	428
ขนมครก	429
ขนมคราบยลูบ	430
ขนมดอกเห็ด	430
ขนมตัดขาว	431
ขนมปีตัง	432
ขนมเปี๊ยะข้าวขาว	433
ขนมผันเมือง	433
ขนมพองเคาะ	434
ขนมลอบปะตีเก	435
ขนมลูกจันทร์	436
ข้าวเหนียวหวาน	437
ข้าวเหนียวญูโล๊ะป่า	438
คงกิม	439
เหนียวอกหวาน	440

ประมวลผลอย่างว้า	441
ประเกทคลาก	442
ชนนนาก	442
ประเกทเชื่อม	442
ประภากึ่ง	443
ชั้นปีง	443
ต้มยำ	443
ประภากษาหกต	445
กล้วยพอกหัวกาน	445
ชนมก้านบัว	446
ชนมขี้เสียด	447
ชนมไก่ปลา	448
ชนมโคคราบอ	449
ชนมร้อน	450
ชนมจกอบาหัว	450
ชนมจีระแมม	451
ชนมเจาะหู	452
ชนมจลาจาย	453
ชนมคอกอ่อน	454
ชนมตระปงบุญอ	455
ชนมคุปิงญี่	456
ชนมบัว	456
ชนมปลีมิ้ง	457
ชนมเพาะไก่	458
ชนมเมฆต	459
ชนมบัวง	460
ชนมยีอุ่	461

ขั้นมรังส์ต่อ	462
ขั้นเมืองค่าย	463
ขั้นลูกโจร	464
ขั้นลูกดิน	465
ขั้นลูกหอย	466
ขั้นเมลูกนุ่น	467
ขั้นเมลูกเนียง	468
ขั้นเมลูกศูน	469
ขั้นเมลูกเบื้อง	470
ขั้นเมหัวแก้ว	471
ขั้นเมเหล็กโคน	472
ข้าวเหนียวหวานชุมเปี๊ยบกอต	473
จำปาดะชูบเปี๊ยบกอต	474
พอง	475
พองสาทนาี้ผึ้ง	476
เม็ดจำปาดะชูบไป่กอต	477
แมลง	478
ป่างเกากับเม็ดเต็ลล์	479
กสิริยะราชานี้น้ำกีติบ	479
ก้าจังบاقุ	479
ขั้นเมก้อ	480
ขั้นเมขึ้นกอต	481
ขั้นเมไช่เมกุ	482
ขั้นเมครากกะทีลัด	483
ขั้นเมครากน้ำแยก	484
ขั้นเมคาดการณ์	485
ขั้นเมคาดหมาย	486

ขั้นเมป้ากษา	487	
ขั้นเมปังจิ	488	
ขั้นเมลา	489	
ขั้นเมลูกชี้ฟันอ้อ	491	
ขั้นเมลูกตื้อ	492	
ขั้นเมลูกตื้อชาวเงาะ	493	
ขั้นเมห่มีเก้าเจียน	493	
ข้าวคลอกน้ำทิเรียน	494	
ข้าวเหนียวนาไก่จำปาตะ	495	
ข้าวเหนียวพองคั่ว	496	
ข้าวเหนียวหวานนา	497	
ข้าวเหนียวหวานดักข้าวฟัน	498	
เงาะน้ำกะทิสด	499	
ชาวต่อง	500	
ตาแปมันไม้	500	
ก้าวได้เดินผัดน้ำผึ้ง	501	
ทั้งน้ำทั้งเยือ	502	
น้ำทิธิบลูกในด	503	
ยาร่วงลงบนน้ำผึ้งเหลว	504	
ใจทีกสาปอร์	505	
เหนียวลา	506	
ประภาคากหารรำ	507	
กล้วยดาไฟทรงเครื่อง	507	
กวยเตี๋ยวห้าฉาง	508	
● *	กวยเตี๋ยวผัดเครื่องสุราษฎร์ธานี	509
● *	กวยเตี๋ยวผัดเผ็ดเชียง	510
	ก้อเหล้า	511

กุ้งทอดเครื่อง	512
(๖) * ขنمจีนไก่แกงครัว	<u>513</u>
ขنمจีนไก่แกงส้มห้อน	514
ข้าวคอกูลเครื่อง	516
ข้าวเหนียวปลาเมือง	517
ทำมะยม	517
เต้าข้าวเจี๊ย	518
แตงจิ้ม	520
ถั่วผัดคนเพรี้ยว	521
หอยมันกุ้ง	521
(๗) * กอยดมันกุ้งเกี๊ย	<u>523</u>
บีทุนต้านทาน	524
บีทุนยำ	526
เมือมันหอย	527
ปูนาขูบเปี๊ยหอย	528
ผัดบีทุนแซก	530
ผัดบีทุนเก็บเต้าหู้ชี้	531
หันไม้ดั้มจีนน้ำพริก	532
มาตามะโภะ	533
เมียงคำลูกห้อน	534
เมียงสมุนด	535
เมียงหัวท่อ	536
แมลงพลับยัดใส	537
ยำดอกชนพูป่าหวาน	538
ยำเผาภา	539
ໄ่องໂຕ	540
ส้มตำกล้วยดำเน	541

(22) *	<u>สัมมติแต่งรัฐฯ</u>	542
	สลัดแตง	543
	สลัดยอดคมพาร์ว	544
	เหงเปียวคุกุชีมังเก้นปลาเด็ม	545
	หมีผัด	545
	อาจาชาดหัวพาร์วอยอน	547
ภาคผนวก ข.		549
	อาหารสำราญพังก	551
	อาหารสำราญเนื้อสันติ๊ว	561
ภาคผนวก ค.		565
*	<u>แบบสัมภาษณ์</u>	567

บัญชีตาราง

ตารางที่	หน้า
1 แสดงร้อยละจำแนกตามเพศ	15
2 แสดงร้อยละจำแนกตามอายุ	15
3 แสดงร้อยละจำแนกตามอาชีพ	16
4 แสดงร้อยละจำแนกตามจังหวัด	17
5 แสดงร้อยละจำแนกตามประเภทของอาหาร	17
6 แสดงร้อยละจำแนกตามประเภทอาหารห้องถินภาคใต้	29
7 แสดงร้อยละตามประเภทอาหารจำแนกตามสภาพความนิยม	31
8 แสดงร้อยละตามประเภทอาหารจำแนกตามเวลาในປະການและสภาพความนิยม	32
9 แสดงร้อยละตามประเภทอาหารจำแนกตามเทคโนโลยีและสภาพความนิยม	33
10 แสดงร้อยละตามประเภทอาหารจำแนกตามฤดูและสภาพความนิยม	35
11 รายชื่ออาหารคาวท้องถินภาคใต้จำแนกตามยังเป็นที่นิยมเวลาเทคากลและฤดูกาล	36
12 รายชื่ออาหารคาวท้องถินภาคใต้จำแนกตามเกือบจะสูญหายเวลาเทคากลและฤดูกาล	44
13 รายชื่ออาหารคาวท้องถินภาคใต้จำแนกตามที่สูญหายเวลาเทคากลและฤดูกาล	51
14 รายชื่ออาหารหวานท้องถินภาคใต้จำแนกตามยังเป็นที่นิยมเวลาเทคากลและฤดูกาล	52
15 รายชื่ออาหารหวานท้องถินภาคใต้จำแนกตามที่เกือบจะสูญหายเวลาเทคากลและฤดูกาล	56
16 รายชื่ออาหารหวานท้องถินภาคใต้จำแนกตามที่สูญหายเวลาเทคากลและฤดูกาล	62
17 รายชื่ออาหารหวานท้องถินภาคใต้จำแนกตามยังเป็นที่นิยมเวลาเทคากลและฤดูกาล	64
18 รายชื่ออาหารหวานท้องถินภาคใต้จำแนกตามที่เกือบจะสูญหายเวลาเทคากลและฤดูกาล	66
19 รายชื่ออาหารหวานท้องถินภาคใต้จำแนกตามที่สูญหายเวลาเทคากลและฤดูกาล	67